

## 「起承轉合」課程後感 — 陳淑儀 (Ivy Chan)

踏入中年，其中一項需要學習的功課，我覺得是怎樣回顧自己過去的日子。回首的目的在於整合和向前，神給我白白的恩典和無條件的愛，那是多麼的寶貝和珍貴。我在神容許餘下的光陰裏，如何可以作合乎祂心意的器皿，怎麼作討祂的喜悅的女兒？

人生五味數十載，往事縈繞，也在腦海、也在心田，那一點一滴都塑做了現在的我，在雜亂無章之間，我需要一些有系統的方法，以及一位資深的導師去指導和幫助。

我非常感恩在去年參與林錦華博士帶領八堂的課程：用「起承轉合」述說生命故事及「R.E.S.T.」\* 小組，學習回望過去的事，反思事情發生的因果和當時的感受，以致我可以更加了解自己和神在我身上的召命，整合了已經更新的價值觀，從而做好前面人生路的計劃。

從連結過去來了解自己，也更多的體察天父的心意，帶著感恩和喜樂的過每一天，以那永不止息的愛去承傳，讓生命故事不要停！

\*註:

R = Recollecting past incidents = 「起」

E = Enlightening reflection = 「承」

S = Shifting the paradigms = 「轉」

T = Tracking actions planned and taken = 「合」

