



信義宗神學院
Lutheran Theological Seminary



同行・同心・同長

Companion LeShalom Centre
同行者心靈成長中心

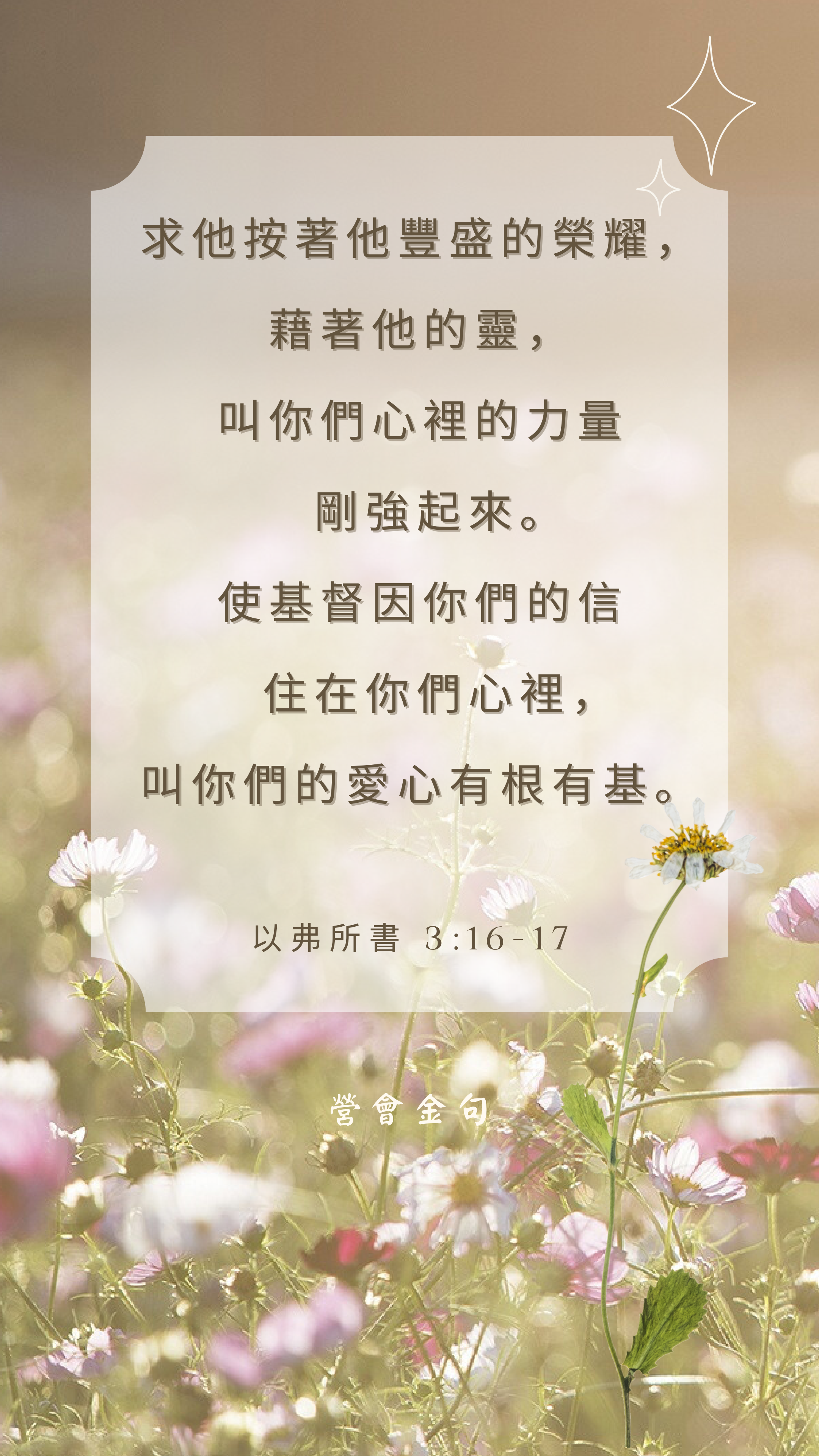
第一屆助己助人 同行者輔導 基礎證書課程



2023

個人成長以助己

關愛同行以助人



求他按著他豐盛的榮耀，
藉著他的靈，
叫你們心裡的力量
剛強起來。
使基督因你們的信
住在你們心裡，
叫你們的愛心有根有基。

以弗所書 3:16-17

營會金句

分享
Sharing

個人成長以助己
關愛同行以助人

*And we know
that in all things
God works for the
good of those who
love him,*

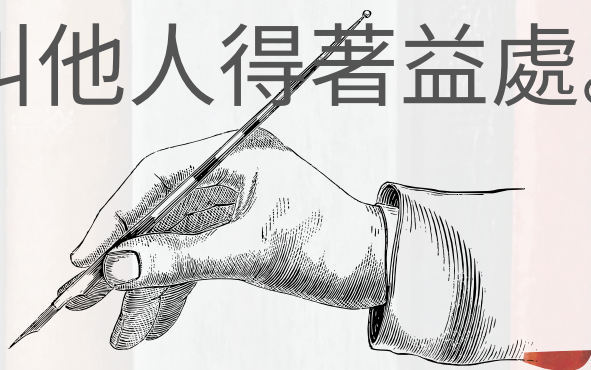
*who[a] have been
called according to
his purpose.*



曾浩賢 院長

各位同學：

得知您們從「助己助人同行者輔導基礎證書」課程中得著了很多，我為此感謝和讚美主上帝。有如此結果，一方面是老師和組長們擺上了很大的努力，另一方面也是學員（即您們）很願意和努力學習，有與他人同行的心志，而聖靈亦在其中運行。同學們，既然您們有著一個好開始，容許我鼓勵您們不要就此滿足，從已有的基礎下繼續往前邁進，成為更合乎上帝心意的服侍者，叫他人得著益處。加油！





懷著感恩的心見證第一屆助己助人-「同行者輔導基礎證書」課程同學們的生命成長，今天你們終於畢業啦，哈利路亞！深願大家都能學以致用，靠著上帝豐盛的恩典，既助己又助人，生命更蒙祝福和精彩！又願你們常住在主的愛裡，愛神愛己愛人，生命的活水不斷湧流，主的大愛不止息地傾注。正如我們此輔導課程的主題經文——「求祂按著祂豐盛的榮耀，藉著祂的靈，叫你們心裏的力量剛強起來。使基督因你們的信，住在你們心裏，叫你們的愛心有根有基。」（以弗所書三章16-17節）願你們以主耶穌基督的愛去愛你身邊的家人、朋友及弟兄姊妹。很感恩在過去短短半載時光裡，見證著同學們「在」的學習、小組中，對自己的生命多了覺察；當細閱你們的生命見證分享，心裡很被感動與激勵……更值得鼓舞的是，歲月中有幸能陪伴你們一起同心同行。

林雪文博士
本院臨床心理學及輔導學(副教授)、輔導學及事工主任、
同行者心靈成長中心總監

一起·同行

Congrats!

In him was life, and
that life was the light of
all mankind. John 1:4



Natalie



感恩與你們相遇，非常欣賞同學們用心及投入學習，無論是課堂、營會及小組練習，讓生命有成長及轉化。願你們在未來的人生路上因着這個課程的學習生命得滋養，更新你心，以愛同行。此外，非常欣喜有多位同學報讀本院輔導課程持續學習，助己助人。最後，感恩與你們同行，送上一節經文：「生命在他裡頭，這生命就是人的光。」約翰福音 1:4

Congratulations!!

王綉連主任

本院同行者心靈成長中心主任、課程主任、小組導師

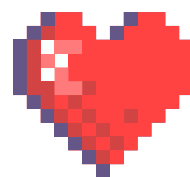
導師分享

我感恩可以成為導師，認識了一班勇敢面對生命和渴望成長的學員。感謝每位學員的信任，願意坦誠分享你們的生命故事，讓我看見神對你們各人有獨特的計劃和塑造。願主施恩引導各學員的成長，更深體會主的恩典，並且成為祝福他人的同行者。

Lisa



love



雖然我已參與過不同相關課程的小組導師，但這次對我來說也是新的體驗，營會加入新的元素，而難得男學員都很主動。至於我組的同學，雖然只是短短幾個月，但看到妳們都很努力學習和認識自己，各人更有不同的成長，實在很感恩！祝福各組員在未來日子繼續成長，與自己、與人、與神同行！

Chris



導師分享



看見組員由起初唔明白，
到願意開放自己探索，這
個歷程，往往令我非常感
動及被鼓勵，感到做小組
導師是在參與上帝的美善
工程，很有價值！

Sher



助人之事，有愛共行，
相伴同行，己心玲瓏，
助人之心，與主契合，
親密無間，人心相扣，
甜酸苦辣，活出生命。
※※※ 共勉之 ※※※

Christina

*It always protects,
always trusts, always hopes,
always perseveres.*

be the best
version of
yourself



組員分享

我多謝信義宗神學院「助己助人」的課程，對於我這個普通人，我從沒有想過這類課程可以有多種功能。感恩我的靈匠堂，周牧師親自分享，林博士親自介紹，這粒助己助人的種子便植入我的心裏，並且它正在慢慢的成長中。感謝神的奇妙恩典，讓我可以遇上這麼真心的導師們和用功的同學。我再次多謝各位在這半年裏給我的美好時光！



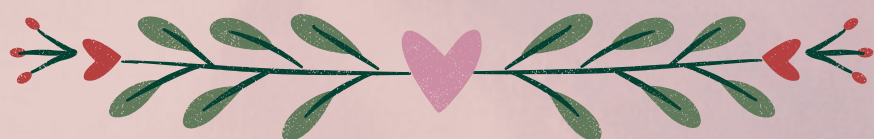
Anita

Amazing Grace

感謝主的恩典和憐憫醫治！
感謝主賜給我讀書學習成長的機會！好感激我在幼稚園實習時的指導老師Zoe推薦，信義宗神學院的「助己助人同行者輔導」課程，讓我有機會來到當中學習成長和改變！
好感激每位導師們的悉心教導體驗式的指導學習，容易掌握並理解，讀這個課程後對自己的認識和接納都多了！
好感激小組導師的無私奉獻，用心指導及提供協助！好感激同學們對我的支持鼓勵包容和接納！
感恩在我生命成長中有您們一齊彼此分享的美好時光！
我在此衷心的感謝您們！



Grace



組員分享

感恩能參加這個課程，可說收穫甚豐。內容豐富和實用，幫助我學會如何使自己身心更健康，處理好自己才能承載別人，才能與人同行。

感謝講師和小組導師的指點，讓我學習覺察和轉化負面的情緒，擴闊眼光並知道原來可以選擇更好的方式照顧自己。這對我很重要，使我更接納自己和釋放壓力，更從容地面對每天的困難和挑戰，生活更有力。

半年的課程，見證著小組學員一起的成長，全是恩典!!

多謝每位講師和小組導師的付出和接納，真正的在與我們同行!!



Jessie



Joy in
my Heart



Emily

認識什麼是情緒
發現自己有感受
情緒背後的含意
家庭形成現今我
上天資源教轉化
學習養生之道理

瞭解內裡的自己
打開耳朵聽心聲
觀察發問始捉摸
先問後給予提議
超不一樣的傾談
明同行者不易做
願主賜力一齊行

組員分享

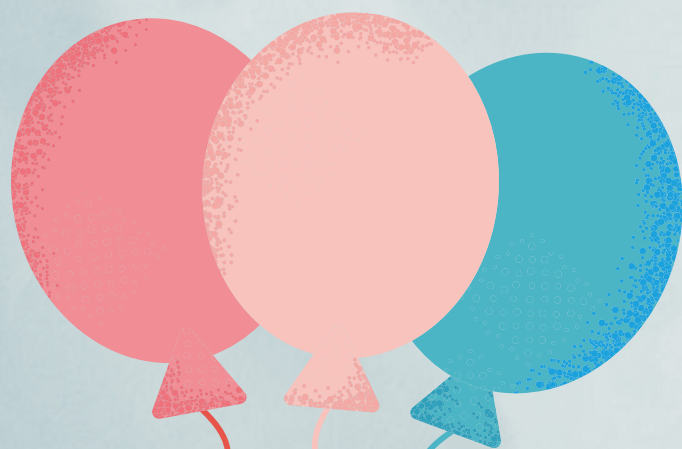
喺「同行者輔導」
嘅課程中我認識咗好
多唔同嘅輔導技巧，
和學習了解自己。
感恩遇上小組導師和
小組組員，有他們同
行，一起成長，令我
十分難忘和開心。



樂妍



大衛



*Precious
Memories*

「同行者輔導課程」的確令我學到很多情緒上的支援和改善，
同時亦學習到不同的技巧，使我在事奉上能有所幫助，而且可以
能夠了解自己幫到自己。

另外需要感謝的人就是能夠遇上兩位非常好的導師，在這半年來
用他們的輔導經驗，一直扶持着我們，再次感謝嘉平及Jo，不能
夠遺忘的，還有綺珊及樂妍，這段時間與他們同行一起成長，
感恩快樂。

組員分享

很感恩修讀這個課程！感謝江醫生、林博士和Simon Sir 課堂的悉心教導；感謝Natalie、Julia、老師和一眾導師們用心策劃營會，並付出時間指導我們；感謝兩位組長，開組時用心帶領我們4位組員做實踐練習；感謝另外3位組員願意彼此信任、分享和守望；也感謝輔導員的耐心聆聽和關懷！

如能早點學到這些知識、早些對自己有這個覺察便好了：)

願主繼續大大祝福和使用您們的工作！

姚詠恩



Winnie

感恩神透過信義宗神學院開辦「同行者證書」課程，讓我初探學習到輔導技巧，覺察自己的需要及體會他人的需要，這課程中我很享受在營會裏，同學們一起專心安靜地學習，營會設計能夠觸動到大家真情地剖白。在小組討論裏我學習到轉化，這個過程讓我覺得很奇妙。

願意日後繼續接受更進深的輔導，去學習與人與己同行並實踐。

佩佩

Faith
&
Love



組員分享

Choice always

好感謝主帶領我來修讀這個課程，讓我更深層認識現在的自己；認識主所創造那原本獨特又美麗的我。

課程內容真的十分豐富，也很貼地、實用，例如各種舒緩自己情緒的練習，讓我能在日常中操練。而冰山練習幫助我思考更多自己的想法和需要。最後十分感激每位導師的教導、提醒；學員的陪伴、坦誠分享，使我能更快的開放自己，分享內心的感受。



嘉玲



Louis

透過這個課程讓我多了聆聽別人說話，用心了解別人所說的話，了解到每一種情緒背後也有渴望，亦能了解到自己發脾氣背後的渴望是甚麼。

感恩在這個課程認識到一班同學仔，他們每位也有不同性格和感受，讓我從中認識到不同年齡層也有不同的想法。

組員分享

The glory of the Lord!

感謝主讓我可以參與這個課程，感謝老師們用心的教導，在過程中我可一步一步的覺察自己，了解到自己的情緒性格背後的成因，也慢慢的學習如何去表達自己的情緒，如何去重整梳理自己的生命。藉著了解自己的進程，同時讓我更深入明白到他人行為的緣由，藉著課程中學習到的小技巧，讓我可以更容易切入，與人同行，盼望日後可以繼續練習，繼續裝備，榮神益人！



Hinson



Kit

在課程中最大的得著，是認識自己更多。而最意想不到的竟是身邊的朋友和家人發現自己有好的改變，感謝神在課程中讓我學習到畢生受用的知識，並在哭與笑中得到釋放，除了感恩，還是感恩。同行是一生的功課，希望自己在未來的日子能繼續與人同行，成為一個助人者，像結伴同行中歌詞所說「讓生命成為別人的祝福」，阿門。

組員分享



瑞賢

憂、怒、哀、樂也是我的情緒朋友，它們與我生命同行。學習前對自己有哭的情緒只會埋藏心底，哭完就算，總以為因眼淺而容易觸動到哭，也認為是不太好的情緒管理表現。學習中聽到導師教導講解，讓我對哭有另一種感受，多了一份欣賞、感謝，感謝上主創造了我並賜予我有各種情緒和感受，豐富了我的學習體會。

課程中最愛的經歷是第三次營會，當我收到上主給我的禮物一信。拆開信，驚喜出來了，上主賜了很多的資源給我，讓我真正體驗到上主賜的資源是可以與人共享，從共享中自己也能得到許許多多的豐富資源和喜樂。

未學習前遇上自己有情緒會怕，學習後認識到甚麼是情緒，為何有情緒，開始去接納不同情緒，學習關心情緒，了解內裏它們發生了甚麼碰撞，以致有這些情緒的出現，去認識自己內在的感受，自己為何有這刻的感受，而這份感受是來自我甚麼的觀點呢？又為甚麼有這樣的觀點，觀點背後可能是我感受中的感受，而感受中的感受背後又基於甚麼，可能是自己的期望、渴望，透過不同的訓練和學習對自己內在的情緒多了一份接納和認識，我不再局限在過去對自己情緒的認知上，反倒想更深入的認識這個我，謝謝課程讓我去經歷到那份與己與人與神關係的體驗。

組員分享

雖只是數月的基礎課程，但對停滯不前的自己也很有啟動作用，理解自己多些。十分感謝導師，同工，組長每次都是用心預備和分享，投入，真誠，專業樂業，你們的經歷都是不容易行的路，感謝你們坦誠分享，願上帝用你們的火點燃我們，我們也能學以致用點燃別人，更榮耀神。



Angela

Emmanuel



Happy Jenny

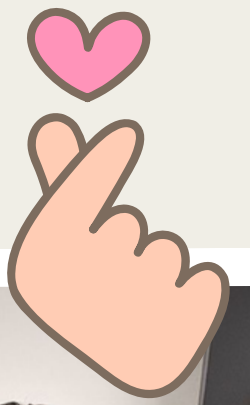
感恩上帝在祂的時間讓我遇到「助己助人同行者」這個課程；在營會中讓我可以與導師們及同學們互動是非常深刻的體驗，又讓我學習到如何活用冰山，更新了自己向來的思想模式，讓自己可以更全面去「與人與己」有更好的相處！

很高興上帝安排了四人小組給我，每位組員獨特的個性都讓我能更投入又信任地與他們分享自己，進而真正體驗同行者的精神，能夠有人互相支持是課程以外珍貴的得著，實在很難得；尤其是小組組長Roxanne更是功不可沒，她在冰山功課上的回應以及小組學習的練習

都給予我很多不同的角度去探索自己的內心、與自己有更深入的溝通，鬆了很多內心的心結，實在是恩典讓我感受到很大的同行氣氛！

最後再次感謝每位導師們的付出與教導，同學們的積極投入、上課前一起dinner的快樂時光！

一起·FUN享



I won't rush
I will make the
most of every
season I am in.

I will reach
my destination in
God's perfect time.



YAY!



一起·FUN享

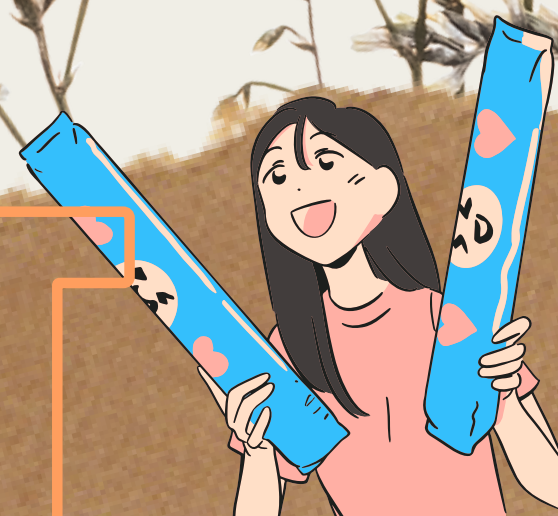
Share
the
Love



Learning
IS FUN



SUPPORT





本院城市教室



LEARNING
NEVER
ENDS





天氣報告



膝頭與膝頭對話



我和我對話

殿中與主對話



GOOD TIMES



好・不好・對話



資源共享



REFRESH CAMP 本院日營

CANVA STORIES

23 ▷



23 ▷

▷

To know your
ing yourself
is right for you
t go and go wi
is falling beh
hibition. L

We love because he
first loved us.

23 ▷

CANVA STORIES



23 ▷

To know your
ing yourself
is right for you
t go and go wi
is falling beh
hibition. L

CONGRATS

to know yourself
ng yourself when
s right for you. S
t go and go with t
s falling behind
sibilities. Lido!



我們愛因 神先愛我們



to know yourself
ng yourself when
s right for you. S
t go and go with t
s falling behind
sibilities. Lido!

修業期滿！



【活出愛】

有一份愛從天而來，
比山高，比海深。
測不透、摸不著、
卻看得見。
因為有你，因為有我，
甘心給，用心愛。
把心中這一份愛活出來。

耶穌的愛激勵我，
敞開我的生命。
讓自己成為別人祝福。
耶穌的愛點燃我，
心中熊熊愛火。
我們一起向世界活出愛。

我們一起向世界活出愛，
我們一起向世界活出愛。

Thank
You

「感恩特刊」

鳴謝以下各單位：

設計：李佳蕾

督印：王綉連

文字校對：胡嘉平、林潔英

大會合照攝影：李繼沛

謝謝老師、

小組導師及學員踴躍投稿，
分享生命的轉化及學習的點滴，

願主賜福！

