

多倫多義務總聯絡人: Judy Leung 梁盧景媚



加拿大拉法在 2016 年 3 月在多倫多開展情緒四重奏的課程，我是第一批參加的學員。本來我無打算參加，因為我不覺得有這方面的需要。但在牧師極力的邀請下，半推半就之下參加了！所以上課的態度是不大認真，但到課程的後期，導師要求做一個空凳的練習，因為是一對一的練習，沒法逃避。我想來想去，經過一個晚上和一個早上的祈禱，也未能找到任何事件值得去做。感謝聖靈的引導，終於在上課前一小時想起一個收藏在心底裏已感到絕望的個案。練習過後，“嘩！不得了，多年的鬱結與憂傷得以舒緩。”而我的態度變得非常認真，不再是遊戲人間了！因而決定繼續參加更深進的課程，越來越發覺這些課程非常有用，明白自己多些，也理解別人多些，也多了同理心，這是我所缺乏的。

經過多番的禱告，在 2017 年 1 月 21 日成為拉法多倫多義務總聯絡人，全因為看到這系列的課程對每一個人都有不同程度的幫助，因而希望多倫多有更多的人能接觸到這些課程，成為幫助，活出豐盛生命，與人連繫，關愛互助。

多謝在溫哥華的北美總聯絡人 Lucia 和 頌主播道會辦公室的 Elisa 悉心教導，漸漸能掌握運作的過程。跟著下來另一個挑戰就是葛博士將會在 3 月尾來多倫多一星期，發展多倫多的事工。在此多謝一群核心成員提供意見，分工合作，安排在多間教會及頤康活力長者中心舉行免費講座（普通話和廣東話），也安排在恩雨之聲電台及號角月報接受訪問。

但我心底裏總覺得這些還未足夠，因為還未能接觸到大部分說華語的社區人士。在一個休閒的星期六早上，（總聯絡人也有不太忙的時候），一面吃早餐，一面看報紙，突然看見報章上一段很小的報道“世界衛生組織(WHO)有見近十年全球抑鬱症增加近 18%，所以將 2017 年世界衛生日的主題訂為「一起來聊抑鬱症」”當堂整個人彈起。“對啦！葛博士可以藉著這個機會讓社區人士認識抑鬱症。”於是馬上聯絡牧師，得到的答案是全力支持拉法所舉辦的活動。然後聯絡葛博士可否在 4 月 1 日早上為響應世界衛生組織的呼籲，舉行一個向華人社區講關於抑鬱症的講座，答案是”好提議”。又再和 Paul（拉法事工的核心成員，我的同行者）商量舉辦這個公開講座的可行性，答案是”冇問題，可以的”。下一步便是邀請義工幫忙如設計畫報，管理音響，普通話即時傳譯，招待，書攤，兒童暫託服務等工作，及向各教會，教友，朋友，報紙，電台，電視台發佈這則社區消息。但這些只能接觸少部分的社區人士。感謝神令我突然想到可以透過大氣電波接觸大部分說華語的社區人士，於是大膽嘗試聯絡一位很受歡迎的電台主持人--康翠瑩。我與她毫不認識，也素未謀

面。經過兩三輪的通訊，便議定了葛博士上她的電台節目接受訪問。 Hallelujah! 訪問後數小時，詢問的電話響個不停，都是詢問葛博士的講座時間及地點。結果葛博士所有的講座都有很多社區人士參加，看到他們前來參加時憂心重重，但離開的時候卻開懷了不少，有些甚至立即交費參加課程！也有教會及機構邀請葛博士下次來多倫多時能再作詳盡的訪問及講座。

求主帶領拉法的事工能在多倫多榮耀祢的名，阿們。