

是個難哭的人

(2013.01.08 加拿大學員)

學員分享：Annie

在我還沒有讀拉法課程之先，我對「情緒」這個字也很害怕的，因為我是一個很容易失眠的人，每晚都會掙扎，我不知道是什麼事。

當我要報讀 Level 1 課程時，我內心有點驕傲，心裡想以前在香港都見過輔導，心理學的書又看過，也沒什麼特別。雖然如此，我覺得神感動我去參與這個的課程。

我來到加拿大十幾年了，加拿大是一個很舒服的地方，兩、三年前神給了我一個感動好想去服侍了。

祂，可是我覺得自己很不配，因為我滿身都是傷痕，帶著那麼多的傷痕，又如何去服侍神呢？我記得當天爸爸有病，我自己常常的跟神說：如果祢讓我爸爸信耶穌的話，我願意奉獻自己侍奉祢。我記得我的承諾，但我真的做不到，兩年前的感動再次挑起我要為神做一些事情，但我覺得我真的不可以。直至我參加拉法課程，在 Level 1 時，Dr. Kot 帶我們去接觸耶穌，事實上我是一個很難哭的人，當刻我突然之間哭得很厲害，我很驚訝我竟然會哭起來。感謝主，打開了我的腦，將我的情緒釋放出來，開始去接觸那個很痛的情緒。

老實說，一月上完 Level 1 後，我很害怕，每晚睡得不好，第二天也要返工，頭很痛。初時我不知道是什麼一回事，我周圍問人為何我會失眠，有些人說是更年期是這樣的，我也是這樣的安慰自己。當我三月回到香港，因為在 Level 1 發現了一件事，回香港見輔導處理這個問題，之後我竟然可以睡眠了，原來失眠是和情緒有關的。

一個有癌症的人的治療過程是很辛苦，頭髮掉下來，又難吞口水，又要電療，生不如死，但是他們求醫的目的是希望康復後餘生可以陪伴家人。所以我覺得面對自己的情緒就如同癌症一樣，真的是要將癌細胞切掉，過程是痛，在每一次上完拉法課程，生命癌症症狀都會跑出來，但每次的症狀都總是比上次輕的，病痛的期間也縮短了，我的生命真是漸漸變好的階段。

而繼續上 3A 和 3B 時，很有趣再發現自己多一些，原來妒忌心是由小時候就開始，我開始會用另一個角度去看一件事情。我的傷痛仍然還在，但我會繼續堅持下去，我所經歷過的生命可以讓我為神做更多的事。我可以和人分享我所學習到的事情，特別是我的姐姐，希望可以幫助到身邊的人。感謝主！