



基督教雲彩聽而行 **心靈對話中心**  
WUN CHOI LISTEN N ACT WORSHIP **INTELLIGENT CONVERSATION CENTER**

註冊慈善機構

## 編輯的話

有人問：「心靈對話是什麼？」

我發覺，千言萬語都無法恰當地解釋，唯有親身體驗才能使人真正明白個中的奧妙！正如你想學游泳或騎單車的道理一般，千言萬語的教導，都不及你親身體驗的跳進水裏或騎上單車，來得那麼直接了當。我相信，每一個人都可以學懂『心靈對話』，正如每一個人都可以學懂游泳、學懂騎單車一樣。

## 心靈對話之旅

雲彩舉辦『心靈對話』之旅，透過聆聽自己心靈、與神對話過程中認識真正的自己，當經歷神真實地住在我心，這種體驗是禁不住要分享給每一位認識神的人！希望下次在『心靈對話』之旅遇見你！而你卻遇見神！

## 學員見證分享

請細讀以下曾三次參加

『心靈對話』之旅的學員～  
Virginia 的分享；透過她的見證，可能會令你開始明白何謂『心靈對話』！

[wclawicc.org.hk](http://wclawicc.org.hk)



2023年8月26日 第三屆心靈對話之旅 地點：道風山

# 心靈對話之旅

## 學員見證分享

7月29日

經過上一次（六月）心靈對話之後，以為今次不會有特別驚喜，可是……我的收穫更豐富！

節目到了我最期待的環節，我希望抽到「強項」，可是我抽到「脆弱」，太失望了！心想：「我要怎樣捱過以下半小時呢？」；我帶著深深不忿的心情進入心靈對話！

開始時，我不願對話，因為我為我自己總要處理、面對脆弱感到憤憤不平！我心裏說：「我那裏來那麼多的脆弱呢？」此刻，在意念中，眼前出現了一道擋風玻璃，而我就坐在司機位置，清楚看見擋風玻璃上顯示了幾個曾被碎石撞擊留下的裂痕，我知道天父正在告訴我：我的生命仍然有脆弱位，

## 溝通智慧錦囊

與人相處離不開溝通，雲彩季刊由今期開始，增設「溝通智慧錦囊」，每次分享一個錦囊，藉此探討與人溝通時需要注意的地方！

\*\*\*\*\*

**佢同你講感受，  
你同佢講道理，  
變咗水溝油！**

\*\*\*\*\*

溝通沒有對錯，最重要是你聽到什麼？當你發現與對方溝通不來，嘗試留意聽對方所說的，自己所說的；是否正正是一個「講感受」、一個「講道理」呢？

當有人願意向你講自己的感受，代表他對你信任，希望從你得到安慰或認同，如未得到相對的回應，或會感到不被明白；這時候的你若繼續分析、教導、講道理；對方更可能會感到被誤解、甚至誤以為你指責他，立時由信任變成防衛，好好的一段對話變成了無謂的爭辯；這樣的溝通，不就像「水溝油」嗎？

\*\*\*\*\*

但我還是嬉皮笑臉的說：「是的，有裂痕，但我不是安然無事嗎？我不是仍開我的車子很安全的呢！」立時，我聽到：「這是因為我托住了！」此刻，我才意識到神在與我對話，又記起導師說：「與主對話不要駁嘴！」；我立時坐直身子，祈禱向主說：「主啊，是的！感謝祢一直托着我，叫我不至崩潰！主呀，求祢光照我，讓我知道我的脆弱位是什麼，好叫祢來修補我！」之後，神一步一步讓我看見自己需要面對的脆弱位是什麼？

原來我「怕被拒絕」！神讓我記起一次被拒絕的經驗，教我明白自己是如何運作自我保護防衛機制，更啟示我怕拒絕的背後是連結著「我不夠好」！每當我被拒絕就會感到慚愧、自責自己不夠好，這令我不斷想逃避這種感受，然後想要找尋接納自己的人來安慰自己，平息內心的焦慮不安！而我慣性的自我防衛機制模式是：在別人未拒絕我先，我已經先拒絕人；這一直影響著我的人際關係，不願意主動與人建立親密關係；我問：「神啊，怎麼辦？」我聽見：「別人拒絕妳，跟妳好與不好無關！」當我聽到這句說話時，心中立時有種被釋放的感受，對呀！不論我的動機或意圖有多麼的好，有一些人總喜歡拒絕別人的好意；當我明白這點，學習接受別人的拒絕，似乎變得並非不可能的一件事了！

感謝雲彩舉辦了這個活動，讓我可以一次又一次藉着心靈對話，來到神的面前得醫治、得釋放！感謝天父無比的大愛來環繞著我，也環繞著每一位弟兄姊妹，在彼此分享見證的環節中，能感受到神的愛是何等的真實與細膩。



2023年7月29日 第二屆心靈對話之旅 地點：突破青年村

## 雲彩歡迎您一起來體驗

## 心靈對話

神是個靈，所以拜祂的必須用心靈和誠實拜祂。約4:24

心靈對話，能在安靜的環境下，聆聽心靈的需要與理性思維的『你想要』的東西是一致還是有分歧矛盾的呢？

心靈和誠實：

- 1) 你容易表達你想要的東西或心意嗎？
- 2) 我想要的和我需要的，那個更重要？

基督教靈恩福音中心 心靈對話中心  
WCLAWICC Lighthouse for Wholeness

尋：你想要的... 聽：你需要的...

蒙主引導·心靈對話之旅

日期：2023年10月7日(星期六)  
時間：上午9:30~下午7:00  
地點：突破青年村  
地址：沙田亞公角山路33號  
費用：\$530/位(名額有限，二人同行優先)  
(包括午餐、下午茶、離營往沙田港鐵站接駁小巴)  
截止日期：2023年9月27日

報名請填妥以下表格  
<https://forms.gle/KsFuPkc71VCXuEheA>

查詢可於辦公時間，請致電3580 1317 或 Whatsapp 到 9441 2991

尋：你想要的...

聽：你需要的...

## 蒙主引導·心靈對話之旅

日期：2023年10月7日(星期六)

時間：上午9:30~下午7:00

地點：突破青年村

地址：沙田亞公角山路33號

費用：\$530/位

(名額有限，二人同行優先)

(包括午餐、下午茶、離營往沙田港鐵站接駁小巴)

截止日期：2023年9月27日

報名請填妥以下表格

<https://forms.gle/KsFuPkc71VCXuEheA>

查詢可於辦公時間，請致電3580

1317 或 Whatsapp到94412991

## 8月26日

今次是我第三次參與心靈對話之旅！

神今次要我檢視的主題是人際和名譽，一向重視別人怎樣看自己的我，實在無法逃離神的視線；經過之前的經驗，學懂在神面前言語要寡少，所以，我選擇求問神：「我該如何改善人際關係呢？」我聽見：「活出愛！」我再問：「要怎樣活出愛？」我聽見：「愛人如己」，我問：「要怎樣做才能做到愛人如己？」我聽見：「你希望自己怎樣的好，同樣去希望別人怎樣的好；按此為人獻上祈禱，就可以有良好的人際關係！」

我求問神：「我的確重視別人如何看自己，故此，會過份緊張自己的表現，我該如何才能不再過份重視別人對自己的看法呢？」我聽見：「活出本質！」即是說：神造我是怎樣，我只管活現出怎樣的真我，就能放下別人怎樣看自己的執着。我再問神：「什麼是我的本質？」我聽見：「愛、純」……。雖然，此環節時間到了，與神對話需要暫停，但是，我的心卻很實在和滿足！

在第三環節中，今次我終於抽到強項了！可是，當我坐下來，卻是空白一片，不知道自己有什麼強項；最後，還是安靜下來，等候主的啟示，等了良久，心中突然升起「堅忍不拔」四個字，噢！是主對我說的！我驚訝得有點不知所措，然後，我細嚼這四字詞，不明白是什麼意思，我求主給我解釋明白；主對我說：「堅強，能忍受苦楚（不是肉體，而是心靈），永不放棄之意！」我問主：「有什麼用途？」主讓我回顧我過去人生走過的艱難，都是靠著「堅忍不拔」渡過的；這是真的，堅忍不拔這個特質帶領我走過每一個挑戰和困難。感謝主，透過心靈對話，讓我認識到自己與生俱來的強項，感到自己被鼓勵、被肯定，自信心被提升了！

感謝神藉着雲彩心靈對話，使我能與主對話；讓我更認識自己，同時更認識到神的愛是恆久忍耐、又有恩慈！記起耶穌說：「凡父所賜給我的人必到我這裏來；到我這裏來的，我總不丟棄他。」（約翰福音 6:37）祂永不放棄我，只要我願意安靜親近祂，祂必使我心靈得醫治，活得更輕省；把祂所賜豐盛的生命彰顯！這種愛，對我而言，是何等寶貴！感謝天父所賜，無與倫比的大愛！甚願每一位神的兒女都能接收這份寶貴的大愛。祝您在心靈對話之旅，經歷奇妙的旅程！





神是愛！  
雲彩甚願將神的愛帶到人前；  
藉着『心靈對話』  
祝福每個生命、婚姻關係及家庭關係！

♥請支持我們慈善籌款♥

<https://forms.gle/eTK79sEuMeNFetoS7>



基督教雲彩聽而行 心靈對話中心  
WUN CHOI LISTEN N ACT WORSHIP INTELLIGENT CONVERSATION CENTER

# 慈善籌款

歡迎攜同親朋戚友參加

## 生命互動，彼此祝福！

日期：11月4-25日（逢星期三至日）

時間：11am-6pm（三至五）| 11am-5pm（六、日）

地點：觀塘巧明街109號榮昌工業大廈2樓C室



由專業園藝師兼註冊園藝治療師主理，採用德國Lechuza優質智慧型花盆，美觀而打理簡易，打造治癒心靈的綠色空間。

### 基督教雲彩聽而行心靈對話中心 是次籌款目的：

發展「Mind the Gaps 心靈對話」(MTG) 溝通課程：

MTG是一種聆聽自我與正向溝通的啟蒙培育服務，通過在城市中推動夫婦及父母學習及運用MTG，幫助他們有效地增進夫妻及親子之間的親密關係，從而建立和諧婚姻及家庭溝通新習慣。（電子新世代，教養孩童父母新心態）

### 本中心簡介：

- ♥ 推廣、介紹及教授「Mind The Gaps 心靈對話」~聆聽與溝通的妙法。適合自我管理情緒、在職人士知己知彼溝通心態、伴侶情感支援、父母育兒以溝通建立共融新方向。
- ♥ 為低收入人士及家庭及弱勢社群（如：單親家庭、情緒困擾人士、離婚邊緣人士）提供免費專業輔導/心靈對話、婚姻及家庭治療等服務。本中心為註冊慈善機構，所有港幣100元或以上的捐款，可獲發退稅收據，並按香港特別行政區稅務條例第88條申請扣稅。

奉獻表格：

<https://forms.gle/eTK79sEuMeNFetoS7>



奉獻方式：

支票/銀行轉賬/轉數快

戶口名稱：

基督教雲彩聽而行  
心靈對話中心有限公司/  
THE CHRISTIAN WUN CHOI LISTEN N ACT WORSHIP  
INTELLIGENT CONVERSATION CENTER LIMITED

戶口號碼（恒生銀行）：

(024) 239-755978-001

轉數快：

9441 2991

查詢可於辦公時間，

致電：3580 1317 /

Whatsapp: 9441 2991

