

牧靈電子報

PCS NEWSLETTER

11月

錢玉芬主任的話

親愛的大家，開學進入第七週了，最近有機會和碩一的牧靈新鮮人坐坐聊聊，看見才第一學期，大家的向心力都建立起來，心裡非常欣慰，真是大大讚美感謝神。

開學至今，牧靈的每週一仍舊忙碌著，卻是充實、充滿動力、也是安息的。最近一次去到卓越桃園行道會主日講道時，遇見牧靈碩一新生，他非常興奮地說：「來牧靈修課才第一學期，就學到他覺得非常、非常重要的屬靈操練，心裡很激動和感恩...」聽著同學這樣的回饋，覺得真的好安慰啊，心裡更加確定：「這麼好的牧靈諮商科，一定要讓更多教會、更多不同宗派的弟兄姊妹來認識和了解」因此，我們一定要一起來推動外展性質的牧靈主日。



求主帶領我們在牧靈主日的外展行動中讓牧靈諮商科的異象和使命走出去~~~

牧靈主日的推動是希望我們的學生和校友也都能夠走出去到各教會擔任講員。若是你強力推薦你的教會，教會也同意，或你的教會想帶領更多的牧長傳道和小組長來報考牧靈，那我們可以去教會做見證，並介紹靈糧神學院牧靈諮商科裡面各種精彩的課程內容和學程的設計。再者，若你有認識的其他基督徒朋友、家人和外教會的牧者，雖然你們在不同教會聚會，而你非常想要讓他們來認識牧靈，請踴躍填寫表單，我們會盡力來安排。特別是你願意當講員的，請不要客氣喔，一定要讓我們知道。

打開牧靈錦囊

文/牧靈輔導處 黃中慧老師

親愛的牧靈諮商新生們

歡迎你們來到這個充滿愛與成長的大家庭！在這裡，學習不僅僅是知識的累積，更是生命的轉化與屬靈的操練。

每一位牧靈諮商的學長姐都曾經站在你們現在的位置，心情既期待又忐忑，所以牧靈學生會特別為你們準備了別開生面溫馨的「錦囊秘訣」，希望能成為你們學習旅途上的良伴與鼓勵。

一場生命
與學習的
探索



牧靈錦囊秘訣



1. 慢即是快，享受學習的過程

在學習的過程中，請放慢腳步。不要急著畢業，反而慢慢吸收、慢慢消化，這樣才能真正領會神學的深度和生命的豐富。記住，享受學習，學習享受。(秘訣62, 40)

2. 與同學建立支持系統

牧靈之路上，你的同學將是你最堅實的支持！班上的同學就是你最好的歸屬、安慰和夥伴。一起分享課業和心情，攜手共度挑戰。建立一個屬於你們的支持系統，這會讓你們在學習的路上走得更穩更遠。

(秘訣36, 63)





3. 放下完美主義，先求有再求好

面對繁重的作業，請記住：先求有再求好，千萬不要苛求完美。我們都明白壓力有時會讓人喘不過氣來，但你需要給自己一點空間。學會放鬆、降低標準，才能更好地享受學習。(秘訣50, 43)

4. 屬靈操練是根基，與主連結放慢腳步

屬靈操練不僅是一門課，更是與主建立深厚連結的重要機會。在屬靈操練中放慢腳步，領受愛與醫治。這會幫助你在忙碌的生活中找到內心的平靜，進而更好地照顧自己與他人。(秘訣9, 73)

5. 尋求幫助，善用資源

不論是作業、課程，還是心靈上的挑戰，請不要害怕尋求幫助。學長姐的經驗是寶貴的資源，別害羞，勇敢向他們請教。他們會樂於幫助你適應學校生活，提供實用的建議。還有，如果覺得時間不夠用，善用語音輸入工具來幫助你加快處理作業的速度。(秘訣1, 19)

6. 享受老師與課程的恩典

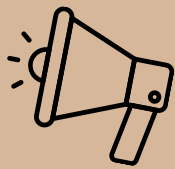
有學長們姊說：修神本科課程中，張雅謙老師的課特別「營養又好吃」，學校裡的老師們充滿智慧和愛，記得盡情享受這些知識的盛宴！此外，請留心參加寒暑假開的密集課程，都是寶貴的學習機會，而二年級暑假一定要空出時間進行參訪見習，這些都能擴張你的視野。(秘訣57, 75)

7. 照顧好自己，先給自己一個擁抱

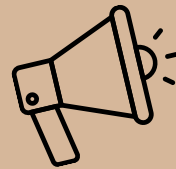
最後，也是最重要的：忙不過來沒關係，記得好好照顧自己，先給自己一個擁抱。神帶你們來到這裡，祂會給你們所需的一切能力與恩典。不需要和別人比較，你們只需要按著自己的步調，慢慢來，享受學習的每一刻。(秘訣4, 20)

願你們在這段旅程中，不僅能學習知識，也能體會到與主同行的深刻愛與恩典。記住，神必陪伴你們走過每一步，祂的恩典永遠夠用。期待在這裡看到你們的成長與蛻變！

加油！我們都在這裡支持你們！



113新生介紹



Introduction to New Students

第一組



陳美莉

喜歡嘗試美食，走路~登高望遠，賞美景；有美食就是加分的行程。喜歡一群人或獨自的輕旅行。在江子翠行道會聚會。

謝慧嫻

我的興趣是旅行及攝影，在內湖靈糧堂聚會。疫情前無意間退休，但現在決定專心走下一段人生。

李若萍

肢體們會叫我 Pastor Phoebe, 我和牧師先生在台北基督之家，菲華牧區服事三十年，牧區的弟兄姐妹大都是從菲律賓來台灣的華僑或菲律賓人。我有四個孩子都已成年。

李秀玉

我喜歡大自然及每週女婿教我和女兒重訓並跟小外孫女一起玩，我們都在台北靈糧堂聚會~

黃鵬勳

我在台北靈糧堂聚會。很感恩能在60歲時壓線，無縫接軌的進入牧靈學習，開啟人生的下半場。期待未來自己能在身心靈群上，更加健康，自助助人兩相宜。

黃維忠

我在台北靈糧堂聚會，目前是成人牧區慶聖小區區助，我的興趣是內在醫治與權能釋放，所以小組的弟兄姊妹習慣叫我禱告忠(中)。

呂晏潔

我在台北靈糧堂聚會，過去經歷讀牧靈小組長的幫助，又領受神的呼召來讀牧靈，願意跳脫舒適圈來自助助人。

李秋緯

我喜歡音樂。好好休息，好好吃飯是我每天的經歷。我在台北復興堂聚會，社福事工及在宣愛機構及新北市擔任倡導關懷人，在瑞智失智擔任志工。

詹逸婷

我住新竹，喜歡打羽球和種植，很感謝神讓我有機會參加牧靈的課程，更新我對神和對自己的認識。

徐淑芬

我在台北真道教會聚會。喜歡旅遊接觸大自然。

尹透

我在江子翠行道會聚會，喜歡唱歌、旅行，也喜歡看美的事物。有壓力的時候，看小孫女的照片，非常療癒。

林容宏

我在大湖主恩堂聚會，是在內湖的大湖公園旁喔，不是在苗栗！我的興趣是游泳，也喜歡到郊外的大自然走走，是我常做的休閒活動喔！

第二組



謝豐如

我在台北復興堂聚會，我屬於內向型的人只要獨處就可以充電，另外很喜歡跟著家人所規劃的行程一起自助旅遊。

羅郁棋

我的興趣很廣，唱歌跳舞、遊山玩水、閱讀等，學習能力快，邏輯思考快，著重效率及目標達成！

蔡雅雯

我在松山靈糧福音中心聚會，喜歡學習，渴望透過讀牧靈諮商自己能夠更整全健康，也用所學的來幫助人並且傳福音！ISFJ(守衛者)~

甯恩慈

我的興趣是旅遊和美食，在台中旌旗教會聚會，很開心來讀牧靈諮商。

施秋如

我在台北靈糧堂聚會，散步喜歡穿梭走小巷，偏向安靜。

施沛恩

我從苗栗帶到這裡，我希望能重新整理自己，整全自我的生命，能夠用更好的方式來服事祂的教會。

第三組



李淑嫻

大家叫我阿嫻，我有三個寶貝，我喜歡和孩子一起玩，我在新店行道會聚會，目前服事是小組股長、主日學老師。

古家榕

想說的話太多了，那就改天再說吧。

葉儒欽

興趣是打球和看電影，也喜歡下廚，是兩個小孩的爸，我在文華門諾教會聚會。

王佳璋

我在台北復興堂長大、服事。我喜歡吃美食，嘗試各種新事物，很開心有機會認識大家。

張齡方

我在新莊靈糧堂全職8年了，用社工的名義對社區家庭、兒少、銀髮傳福音。現在我享受在團隊事奉，需要的是謙卑自己、傾聽他人，這就是我來這裡學習的原因。

陳姿妤

我在桃園的平鎮崇真堂聚會，很感謝神，能加入牧靈的大家庭，一同學習、成長。

第四組



林輝華

我在卓越(桃園)行道會聚會，我的興趣是唱歌敬拜、旅行、吃美食、體驗新事物~

陳主愛

我喜歡唱歌、追劇，我在淡水倍加教會聚會。

吳靜娟

我的興趣是吃美食、看劇，我在蘆洲禮拜堂聚會，住蘆洲

單純恩

我的名字意思是純粹是神的恩典！我的英文名字是 Grace 我在101教會聚會 我有兩個很可愛的女兒。我們家以前住在上海在疫情期間因神的帶領回到台灣。

郭珮琪

我是Peggy，我來自卓越北大行道會，我平時喜歡看影集、拼拼圖，我養了一隻可愛的貓咪叫做大福。

第五組



暑假密集課學習心得

-密集課程的體驗與收穫

“

My Learning
Reflections from the
Summer Course

心理劇上課心得

文/邁萱

耶穌看著他們說：「在人這是不能的，在神凡事都能。」太19:26。在牧靈碩二的暑假，重頭戲是機構參訪的課程，但藝術背景的我，絕對不容許錯過兩大藝術密集課.....

READ MORE



2025寒假密集課 預告

- 內在家庭系統
2025/1/16~17
- 福音心理劇
2025/2/3~7

2024暑假密集課



圖像中的自我形象

時間：8/1-2 (2天)

8/1 上午 8:30~12:00

下午 1:00~5:30 (8小時)

8/2 上午8:30~12:00

下午1:00~4:30 (7小時)

學分數：1學分

江學滢老師



超越自卑的勇氣

時間：7/29-30(2個全天)

7/31(半天)

學分數：1學分

曾端真老師



心理劇

時間：9/4-6 (3天)

學分數：1學分

賴念華老師



藝術治療與自我探索 文/詠雯

參加2024年暑期由江學滢老師開授的「藝術治療與自我探索」課程，這堂課讓我發現，藝術不只是單純的創作，更是一種探索自我、釋放情感的好方法。....

READ MORE



超越自卑的勇氣 文/慧怡

曾端真老師是台灣阿德勒心理學派的代表性人物之一，老師對阿德勒心理學的深入研究和推廣，出版許多親職教育的著作...

READ MORE

