

## 我的两次“爱家营”参后感

今年是我第二次参加“爱家营”了。还记得去年第一次参加营会前，犹豫了好久。甚至在已经报名即将入营时，还未下定决心。我问自己“真的准备好在一群陌生人面前吐露自己内心的隐秘吗？”，“会不会去了也没有帮助？”。可是在去了营会以后，我感受到更多的是别人的善意和关怀，鼓励和理解。听到同参加营会的朋友分享的故事，我才发现原来我不是一个人。还有别人和我一样，经历了离婚的伤痛。慢慢地，我也开始敞开心扉，鼓起勇气和别人分享自己的故事，一直以来压抑的情感得到释放，内心也不再沉重。短短几天的营会课程，分享，讨论，让我们彼此敞开心扉，积极讨论怎样调整自己的情绪和面对以后的生活和困难。在这里我们不用担心别人的非议，不理解甚至不支持，彼此安慰和鼓励，很大医治了内心的伤痛和孤独。感谢神，通过这样一个营会，让我们这群有特殊经历的人聚在一起，互相支持鼓励，从此离异的道路上不再孤单！在营会结束的时候，我心里的负担减轻了很多，又重新燃起了对生活的希望。回想起当初入会前的犹豫，我真庆幸自己最后做出了正确的选择。积极寻求帮助不是因为软弱，而是勇敢的表现。营会后经过一年的心里辅导和跟踪，我内心的伤痛平复了许多，逐渐从离婚的阴影中走出来，努力地投入到现在的生活中。

2019年第二次参加“爱家营”，这次是同工。我希望能用自己的经历去帮助和我有相同需要的人，用神赐给我的安慰去安慰那遭受患难的人。在分享我曾经的伤心和哀痛时，仍然让我泪流满面。但我的内心不再压抑绝望，有的只是释放的轻松和劫后余生的庆幸和感恩。看到自己的故事能对别人有所触动，有所鼓励，我觉得这一切都是值得的。因为只有经历过的人才知道离婚到底有多痛，这时候来自别人的理解安慰和鼓励有多么重要。看到参加营会的朋友经过分享，倾诉，心理治疗的课程变得振作，不再沉迷于哀痛，脸上也开始露出笑容，我自己也更受鼓舞，对以后的生活充满了信心。事实再次证明“神让万事都互相效力，让爱神的人得益处！”真心的希望“爱家营”能继续办下去，并且越办越好，吸引更多有需要的人来参加，帮助到经历离婚丧偶哀痛的朋友。大家彼此扶持，面对生活中会出现的困难，不气馁，不灰心，互相打气，过好以后的每一天！