

2023.10.07 茶療癒初階心得分享



☺ 心得分享：鄭雅玲

今天我很感激能夠和大家一起來參加茶會，我覺得見到奶奶真的很想念奶奶，我也跟著奶奶一起哭，因為我答應過奶奶，我會好好照顧媽媽的。不讓媽媽再傷心、想念奶奶就好了，也不會讓奶奶跟我一起高興了。所以就讓我奶奶安心的走吧。不如回家看看兒孫吧？我非常愛你。

感謝王老師慈悲帶領

呼求高靈的療癒，真的在現實中出現奇蹟的轉化。

今天早上我跟外婆，聊了很多她的心事和想法，我們也談了全家會回去的看她對生活的期許和安排，也沒有不耐煩地抱怨，實在是非常的神奇。

很感恩昨天老師帶領的療癒，讓我找回了接納的耐性，外婆也不再想我們了，兩人之間的緊繃關係，竟然很自然地轉化了，難得的平靜和諧降臨在我們之間，雖然我外婆昨天不在現場，卻可以透過懺悔和愛的表達，轉化了整個磁場。

感謝上天和老師的恩典，讓我長久以來耿耿於懷，和外婆之間的功課，終於有所進步，也祝福大家都能和家人和解，找到我們最初的愛。🙏🙏

☺ 心得分享：陳心怡

上過那麼多課，今天真的是很特別的經歷，因為每個分享都很真實，真實到每次我都只敢聽無法看，希望大家都有滿滿的收獲，王老師辛苦了，也謝謝我們林老師帶我們去經歷，真的感謝王老師，我用你教的方法回來跟我男朋友溝通，破天荒都沒頂嘴，什麼都說好，聽懂了很重要，粗淺的亂用也會有效。

☺ 心得分享：江淑珍

覺茶三昧一茶療癒心得分享

首先，感謝王老師在百忙之中開了茶療癒課程，本來還以為無法前往上課。因為前兩天腳受傷動彈不了，還掛了急診醫生說要一個禮拜才會走路。心裡想完了，於是當下祈求上天的恩典及天使菩薩的保佑🙏。我當下作了天使靈氣，並且一天做了好幾回，我心中冒出很有把握的想法，我一定可以的，一定可以去上課。

抱持這樣的信念，讓我輕鬆的來到教室。我的心裡充滿無限的感恩，這就是所謂的心想事成最好的案例。我真的感謝所有一切的恩典。這個課程讓我得到了很多，更深入下的發現自己。以下是我的心得：

感謝上課同學的勇敢，面對自己，當老師在引導焦點人物時，我的內心感到非常內疚，我想到我的大女兒，有種酸酸難過的感覺升起。感覺到我對大女兒非常內疚，內疚自己忽視她及其他孩子，內疚無法好好陪伴他們，此時眼眶中有點濕濕熱熱的感覺。

因此我想要補償他們，以前我的補償行為是買「我認為他們需要的東西」給他們。因為我感覺到我對孩子的忽略內疚，感覺到我對孩子無法好好陪伴的內疚。

我的補償行為是：下班回到家，買他們喜歡的東西假日帶著他們坐火車到台北車站附近走走逛逛吃西餐美食，我以為是最好的陪伴，但是卻缺少好好去了解他們真正想要的是什麼？也沒有好好和他們說說話？好好聽聽他們的感受和想法。想到這，眼眶又有熱熱的感覺，不知不覺眼淚在眼睛蔓延出來～～

當其中一位竹案走過程時，女兒對爸爸的不諒解和想放棄，彼此之間的關係～～我突然覺察，

我在家裡是把自己放很大，他們都要聽我的，我什麼事都叫大女兒做，本想他比較大、懂事、比較勤快，卻忽略了他也是小孩，不公平的待遇，是我身為母親忽略的地方，感覺非常對不起她。難怪，我跟她總是有距離，這一切都是我們做父母親忽略到並且傷害到孩子而不知。

孩子以為我們不愛他，孩子以為自己是付出最多的，有種自己是受害者的心態。當下我覺得孩子原來心靈已經受到傷害～，上完這堂課，我想我還有很多功課要做。並且努力去彌補自己的過錯。

～～感謝老師一路上的帶領讓我們察覺到原來我們還需要努力療癒親子關係，謝謝老師及同學的帶領……期待下一次有更好的奇蹟出現感恩大家感恩所有的恩典感謝有你們我愛你們！

#我覺得察覺面對問題時，我們需要勇於面對抗拒及障礙，並且尋找適合自己的方法去克服它。只有在我們認識並接受自己的抗拒及障礙時，我們才能真正的超越它，並且實現內在的成長和轉化。

也許我的腳傷是一種挑戰，一種障礙，一種突破。這是我戰勝自己，並對這件事情的小小的體悟和察覺。😊

♥ 王老師的話：

謝謝江老師真情的心得分享，江老師太棒了，上課前三天，她的腳受傷，無法走路。多虧江老師的老大帶著她去醫院急診，打針治療，我還去店裡看她。醫生說她三天不能碰地行走。剛好隔二天要開課，我心中已經有準備，她可能無法來參加課程，因為教室在五樓，她根本爬不上來。想不到，她告訴我，她一定可以來上課。因為她相信天使，相信一定會有奇蹟。

結果奇蹟發生了，她在週六起床，竟然腳完全好了，而且還爬到五樓上課都沒事，她的毅力太令人感動了。

江老師年輕時為家庭生計忙碌，沒有時間陪伴孩子，忽略了孩子內心的感受，她盡量去彌補，並且用心去學習，她常說「學習一定要不落人後」，並且「活到老，學到老」，後學真的為她的學習精神感動，她是一位具有智慧、慈悲心及愛心的老師，常常幫助需要幫助的道友，分享她的學習心得。

很榮幸在我身邊一直有如此一位令人學習及尊敬的長輩，希望在江老師努力之下，家庭關係，一定會愈來愈融洽及和諧，感謝江老師分享♥♥♥♥

☺ 心得分享：方萱惠

感謝王老師慈悲帶領 呼求高靈的療癒，真的在現實中出現奇蹟的轉化。

今天早上我帶媽媽去中正紀念堂走走，聊了很多她的心事和想法，我們也談了全家出遊的計畫和未來她對生活的期許和安排。下午去新店的大佛堂開會，雖然她累得趴在桌上休息，也沒有不耐煩地抱怨，實在是非常的神奇。

很感恩昨天老師帶領的療癒，讓我找回了接納的耐性，媽媽也不再為了看電視而斷然地拒絕我，兩人之間的緊繃關係，竟然很自然地轉化了，難得的平靜和諧降臨在我們之間，雖然她昨天不在現場，卻可以透過懺悔和愛的表達，轉化了整個磁場。

感謝上天和老師的恩典，讓我長久以來耿耿於懷，和母親之間的功課，終於有所進步，也祝福大家都能和家人和解，找到我們最初的愛(告白)

♥ 王老師的話：

謝謝萱惠姐的分享，昨天療癒您母女這段，我被觸動到，因此淚流不止。尤其那句「以前那位能力很強，樣樣都行的母親去了那裏？」「小時候媽媽對我們三個姐弟非常嚴格，現在想不到換我們對母親嚴格」

我發現當這句話在我心頭出現時，原來母親已經老了，原來我心理還無法接受母親已經老的事實。因此會嫌棄母親，會嫌她囉唆，會拿以前的母親作比較。

因此，當我們驚覺母親已經老了時候，我們要用角色互換的心情去照料他們，才会有耐心，才不會有怨言。

尤其當母親老了，生理退化，不能照顧自己的時候，為人子女要所警覺，他們可能會很多事情做不好，我們必須要維持他們的「自尊心」。

當身為兒女的我們因為工作忙，沒有時間和母親聊天，即使是住在一起。因此，身為子女的我們真的要抽出時間耐心地陪伴母親，聽她說話，尊重她的意見。

其實，我也和您有同樣的問題，還好已經走過來了。現在和母親的關係也在進步中成長。

昨天的過程中，很感謝萱惠姐的敞開，因為您的孝順及體貼，並且透過懺悔及愛的表達，終於讓您和母親之間長久以來的功課，有所進步，真是替您開心。我相信您一定會再度找回原來活力四射的母親。

最後，祝福萱惠姐的母親在您智慧的關愛下，可以拾回原來的自己，並且愈來愈快樂，加油
🍀🍀🍀❤❤❤

☺ 心得分享：卓麗慧

可能是我比較遲頓吧，一直再等待和你們所說一樣的轉化，但好像我有點點的失落，剛還問我女兒，你覺得爸爸有改變，她回答沒感覺，可能我們家要在久一點。

但那天課程，我有觸動到，會讓我想起父母健在的情形，多少一些憾事，但經過時間久遠，遺憾會漸漸抹淡。

謝謝林師姐帶我去認識王老師，讓我學習到新的知識，在心靈上也獲得不一樣寧靜

♥ 王老師的話：

謝謝您真誠的心得分享，知道您和女兒都受苦了，辛苦了！

不過，我的建議是先改變自己的信念，不是先讓別人改變，放下對他人的埋怨，才能期望自己的能量提昇。

加油，祝福您心想事成，家庭早日和諧美滿。

