

## 「起、承、轉、合」(「R.E.S.T.」)課程內容

你覺得現在活在人生的上半場，中場還是下半場呢？無論行在人生路的那過階段，講者相信神會喜悅我們用「起、承、轉、合」方法來講/寫好個人的生命故事，與神的故事連結。

「起」(Recollecting past incidents = R)，是回望過去發生的事情和成績；

「承」(Enlightening reflection = E)，是反思事情發生的因果及當時的感受，可以更加了解自己及召命；

「轉」(Shifting the paradigms = S)，是思維和價值觀的更新，包括如何得息得力；

「合」(Tracking actions planned and taken = T)，是做好前面人生路的計劃，實踐得好，和跟進成績，這需要策略管理思維、「地圖」和「指南針」。

這是一個很有威力的生涯策劃方法——生命故事可以繼續講/寫下去，連結過去、現在、將來，活更豐盛的生命，甚至薪火相傳！

講者也會從他的經驗，解釋如何有效地運作「R.E.S.T.」小組。

參與者亦可以有機會嘗試講他/她的生命故事，及接收導師和課程同學們的回應。

曾參加相關課程的人士包括MBA 畢業生、專業人士、公務員、傳道人、家庭管家、自僱者、待業者等。

=====

**課程名稱：**用「起、承、轉、合」述說生命故事

**講者：**林錦華博士 (Dr Charles Lam)

**課程日期：**2020年9月21日，10月5日，10月19日，11月2日，11月16日，11月30日(星期一，共6課)

**課程時間：**加東時間 7:30 p.m. 至 9:45 p.m. (中間15分鐘休息)

**課程地點：**Zoom 網上授課

**課程參與者人數：**最少5人，最多12人

**課程收費：**每位 C\$100，夫婦一起參加 C\$160

**查詢及報名：**電郵：[newmiddleageottawa@gmail.com](mailto:newmiddleageottawa@gmail.com) 電話：613-366-7926 (Charles Lam)

=====

### **講者簡介：**

**Dr Charles Lam 林錦華博士 DBA, MBA, CEng.(78)**

曾在香港及加拿大的電訊界工作十多年，包括公共機構、政府、跨國公司及中小企。

在事業途中，曾在德國受訓，獲取英國認可工程師，在英國讀大學，獲取管理學碩士及博士學位。自從1986年離開工程界後，在香港的大學和工商業機構教授管理學十多年。也曾是香港政府某諮詢委員會的教育小組主席。關於基督教事奉，曾參與短宣、職場、監獄、啓發、康健及敬拜，大多是跨教派和教會的。

近期十多年努力於連結基督信仰與管理學，曾在香港的公司、醫院、教會及機構提供講座、顧問和寫作服務。參與職場事奉的平台包括公義樹、HKPES 和時代論壇。也是生涯管理導師 (life coach)，並帶領着由生命故事主導的「R.E.S.T.」小組。自從2017年中，與太太返回渥太華居住，親近女兒和三個孫兒，也希望退而不休，繼續近期的事奉。