



天仁森呼吸 幸福零距離

天仁單位竹南頭份區暨讀經班 親子歡樂一日遊

◎ 王家好整理

天仁單位竹南頭份區繼去年在「三灣大河底」舉辦親子歡樂一日遊後，好評迴響不斷，今年再次於5月29日舉辦「天仁森呼吸 幸福零距離 天仁單位竹南頭份區暨讀經班親子歡樂一日遊」。當天，5輛遊覽車浩浩蕩蕩前往關西鎮馬武督探索森林（綠光小學、森林探索、闖關、觀瀑、燒烤……）、金勇蕃茄園自採DIY、仙草DIY……！

家長們的感想心得

淑慧與佳佳原本不認識，因她們在車上自我介紹分享，才知道她們都是因我介紹才認識「天仁讀經班」！當下我有小小的感動，因為她們現在很認同讀經喔！但我自己也會感到不好意思，因為我反而常常偷懶，呵呵～

佳佳是我上份工作的朋友（當全職媽媽的時候，與她分享，她女兒喬

喬和我兒子凱哥年齡相近）；淑慧則是去年參加母親節的活動，在路上巧遇，與她分享（她的小孩和我女兒品涓讀同所幼稚園）；祐典則是參加班親會時，與媽媽分享！

哈哈～就是這樣，讀經班一個介紹一個！最後～最主要～感謝各位老師及天仁中堂的志工們！

家庭出遊日，並不是繳繳報名費就可出發了，我深深地感受到老師的用心安排！

活動結束回家在睡前，和姐弟（品涓與凱哥）倆討論一下，告訴他們：「爬上山很辛苦吧！老師們還要拿活動的道具爬上山呢！也要事先準備燒烤的食材，還特地早上早起煮湯，準備飲料！」老師們真的很辛苦！謝謝你們！

※ ※ ※

感謝所有天仁老師與志工，也感謝所有參與的每一個人；每次總覺得要感謝的人與事，實在太多太太，我想就讓我們感謝上天的安排，讓大家能夠有緣聚在一起，感恩！

※ ※ ※

我是搭乘 B 車的家長。在車上，亭瑜老師要我們分享：讀經前後的變化及感動。每個家長都分享來自內心的感動，連孩子自己也說有變化（小五哥哥，分享記憶力變好），連很膽小的我家哥哥，也勇敢拿起麥克風，這真的要太謝謝佩琦老師。媽媽一直希望他可以大方，也能一一回答老師問的話；讓我驚訝的是，老師問：「你幾時參加讀經班？」兒子說：「大班。」（我們加入一年了），還真的耶！其實孩子對讀經是有在意的呢！

下車時，亭瑜老師要我們謝謝司機，也要孩子謝謝父母！

我相信整車的人，應該跟我想法都一樣，我們也很想謝謝天仁親子讀經班舉辦這個活動，謝謝天仁所有志工，謝謝帥氣的亭瑜老師、漂亮的佩琦老師。我在車上太膽小了，沒有勇氣當場把感謝說出，但真的是太謝謝你們了！

活動後兩天，因天仁親子讀經班而認識的媽媽下午傳給我的讚美，



▲ 山頂終點站第三關「家庭打卡拍照」。

佳佳說：「妳昨天打扮很正哦！」我幽默地回：「很正？（當了媽，已經好久沒被人說正了！還好妳不是男的，不然我就心花怒放，哈！），我又沒有穿禮服、旗袍，哪裡正？我也是七分褲加衣服而已啊！」佳佳再說：「頭髮綁起來，瓜子臉很明顯。妳的頭髮全部都束得很整齊，整個人看上去精神變得很好，再配上一副耳環，真的不錯～好看！」我心想，她不是隨便說說的，佳佳真的有觀察到我，連帶耳環她都有發現，真的不是隨便說說的！還記得上次她告訴我，她發現我去天仁中堂時的笑容好多；她真的是發自內心地讚美一個人，這也是我必須向她學習的。

其實，讚美人真的是很難的，是會



▲ 仙草DIY，一起動手做。

讓人詞窮。上個禮拜三，我們讀經班分班上家長成長班，談的就是「讚美及肯定的語言」，讓我們省思：「我們有多久沒有讚美人？也沒被人讚美了？我們有多久沒有肯定別人？以及被別人肯定了？」

如果我沒有上過這個課程，坦白說，今天佳佳傳以上的對話給我，我一定會覺得這個人「怎麼那麼假」，是不懷好意的想要作啥？有什麼企圖或目的嗎？這樣的負面想法，就代表著與人相處時是自私的，在他的眼中，世界是沒有愛的。我也是一個心中有愛及感謝，卻不敢勇敢說出口的人！但學習之後，我們的對話都是互相讚美、肯定及彼此學習的！

我覺得天仁中堂真正是一個好地方，一個溫暖的大家庭，大家互相肯定、互相讚美、互相學習，尤其是佳佳都有吸收到，也有實際運用在日常生活中；我今天被肯定及讚美，才突然覺得：「好久以來，沒被人家肯定及讚美了！其實，自己也沒那麼糟！」以前總覺得每天都替這個家做牛做馬，而我究竟得到什麼，還做到被嫌。但其實世界還是美好的、生活還是快樂的，微笑也必須存在的哦！

自從那天出遊，聽到禱亭爸爸分享：「上讀經班後，脾氣變好。」我不禁心虛，自己脾氣沒變好，不過正

在改進中；這幾天一直在想這問題，決定改變一下作法：

1. 以前小孩吵鬧、告狀，不管誰對誰錯，作媽媽的我一律兩個都打。昨天則改變作法，一開始先叫來，兩個面對面地一人唸一次：「兄道友，弟道恭，兄弟睦，孝在中。」再來，互相鞠躬並互向對方道歉，並問他們：「你們有做到『兄道友，弟道恭，兄弟睦，孝在中』嗎？」處罰結束，發現我沒發脾氣，而且態度平和，真覺得自己不用再氣得要死了！
2. 妹妹說了不好聽的話，我請她講：「口說好話」三次，之後再唸《心經》。媽媽又再度心平氣和！
3. 以前哥哥幫妹妹做事，我要妹妹說：「謝謝！」妹妹都會回答說：「為什麼？是他自己要幫我拿的。」但昨天要她感謝哥哥及鞠躬，兩個先大笑之後，妹妹說：「我用唱的。」接著唱了〈感謝歌〉給哥哥聽，我說：「哥哥你來旁邊，坐著欣賞妹妹的歌聲。」妹妹唱完，也有說出對哥哥的感謝，哥哥也友愛妹妹，兩小平和細聊，進入夢鄉！換作以往，睡覺前也會吵，先嘴巴吵著：「他太過來，他太擠了！」我說：「不



▲ 第一關「Running Family」，親子熱情參與。

要再講話。」兄妹仍換成腳互踢，結果媽媽暴走。但昨天換了做法後，媽媽想：應該可以多活幾年了！

※ ※ ※

今天真的非常好玩，很久沒有出門登山流汗，親近大自然，真的是天恩師德耶！

記得上次我們不是才說：「希望今天不要下雨，也不要太熱或太冷，最好有點涼風～」結果，是不是！今天天氣就是那麼地剛剛好，不熱不冷，還有徐徐涼風呢！

二個小孩都玩得好開心，連我先生都說非常好玩～，只是他抱兒子上山又下山，他說：「這下鐵手了。」哈哈！謝謝天仁中堂，讓我們這一家，在有了兒子以後，終於又有出遊的全家福照片！

直到活動後二天，內心深處仍然還是激盪著，由竹南天仁中堂發起的活動——星期天的馬武督幸福家庭日；但我所要闡述的不是活動內容，而是人與人之間的對話。

沒錯，我是多話的人，話多到總是希望大家都能夠好好溝通協調。回想去年帶孩子們，從兒子5個月大時，開始一路背著去讀經；過程中，也有因為天雨、因為孝親、因為早就記不

清的鳥事而缺課、而混水摸魚；然而近期外子的父母親，也就是我家公婆，開始問起我：「喬喬讀經班是在做什麼？那又是一個什麼樣的團體？」最近會晤時，自然而然地就會有人開口聊起此事。

也對，先前因為想自然而然隨緣地去讀經班，並沒有每次遇到上課那天，就推去與公婆的約會，單純地想，讀經前侍奉孝親，讓他們笑容滿面是重要的；所以也因此缺席很多課程，但依舊沒有向爸媽用口頭大力說明讀經班之好，是有我的緣由。

而時間切換到上週日活動，從馬武督山上踩著泥水回到山下的綠光小學，喬喬很開心地享受登山後的盪鞦韆；外子及兒子組成的男生組，先去領過三關的戳戳樂禮物。陽光灑落在林間，芬多精正舒緩著氣管，我站著看喬喬擺盪，心裡想的是：「等一下要吃燒烤了！外子全身濕透，抱著兒子上山、再下山，肚子應該也餓了。」

平常我們一點運動習慣都沒有，孩子們小，更不用提想要撥出運動時間。活動前幾天，我的舊疾發作數次，這次卻要去登山，所以親愛的他，捨不得讓兒子坐在我身上，由我背著。我看得出他眉宇間還是默默擔心著，只是沒有說出口。而我也擔心他會太辛苦，畢竟兒子重達12公斤，但誰知道，在妳深愛

一個人之時，而他也用著他的方式在愛著妳。來到上山終點站第三關，心情雀躍，並不是因為看到山頂上如細絲的瀑布；而是，看到天仁中堂所準備的拍照道具，突然間，想到有多久沒有拍全家福照片了呢？尤其還配上精緻的標語，更加耐人尋味呢！

下山之時考驗即來，沒有登山經驗的喬喬跟外子，腳步完全是呈現混亂狀況；尤其是女兒喬喬走得慌張、緩慢、遲疑，眼看再這樣下去，就容易打滑跌倒，因為回程路都是泥濘與青苔；而下山的訣竅，一時半刻，女兒也學不會，索性我把 20 公斤的喬喬背在背上，一同下山。

千萬不要覺得我太勇，其實平時並沒有這樣做過，反而平常背她一會兒，我就快呼吸不過來，現在卻要背她下山？外子驚恐問：「妳真的要背？受得了嗎？」後來下山一路背到第二關卡，才讓喬喬下來，我們也休息一會，洗把臉，享受山泉的沁涼；喬喬已經興奮地問：「我可以再上去讓媽媽背嗎？」然後，我又再次背她到接近山下綠光小學前的林間羊腸小徑上，才讓她自己走路。

可是這一路上，令我覺得奇怪的是，昨晚我走路去倒廚餘，路程才 5 分鐘的平地，回到家裡卻是氣喘吁吁；而活動當天爬山卻是氣息平穩，背上



▲ 蕃茄園導覽，專注聆聽。

的孩子也不太覺得有重量，身手矯健又敏捷，健步如飛；背著那麼沉重的孩子，竟然還可以按部就班地踏石、閃水、閃青苔，手腳俐落到有如我常來負重登山似的！

時間再切至活動結束隔天週一傍晚，外子下班回家後，順手整理家裡，我則料理晚餐，二個人開心地聊起天來。外子說：「妳今天會不會鐵腿呀？妳昨天還背女兒下山。」

我回答：「不會呀～只是小腿緊緊的。不過昨天背喬喬，卻不覺得很重耶！好奇怪哦！而且氣都不會喘。你呢？難得休假，跟著去爬山，又抱小孩，有沒有鐵腿呢？」

外子則回：「我看妳居然可以背女兒下山，而且還走那麼快，妳們走在前面，我還真擔心妳會跌倒呢！說實在，本來我也擔心會全身酸痛或鐵腿的；結果，起床時發現只有抱兒子的手酸痛而已耶！本來擔心登山後身體會酸痛，會影響工作的，好在有『仙佛』幫忙。」

我看著他拿著掃把流暢地清掃，我拿著鍋鏟停頓一會，又聽到外子的言

詞，驚訝了一下：「怎麼會這樣？怎麼會這樣？」平常我負責照顧小孩，他上班開車也都是坐著居多，嚴重缺乏運動的我們倆人，怎麼參加活動的隔天，依舊精神那麼好，沒有酸痛副作用。而且外子的言談間出現「仙佛」；此外，不會主動說好話讚美的外子，也開始跟著說起：「好極了，YES！」

雖然我擅長言詞，可是我依舊順應因緣地沒有特別推薦天仁中堂給外子，也不曾交待得清清楚楚，往往我都只告訴他：「就是去接近善知識，去中堂『消毒』。」所謂「近朱者赤」，外子接近天仁的次數不多，可是他的善性根基深厚，雖未曾習課，嘴上偶爾總問：「怎麼老是要去呢！」可是，他的言談舉止間，不就是我努力希望他改變的嗎？可見，一個家媽媽正向快樂，夫妻間關係才會融洽，小朋友們也才會更正向、又開朗。

文後先向新竹濟雲寺老爹致謝，啟蒙師恩如賜新生，所以後續才能順應好因緣，結識天仁諸位前賢。修行路遙遙，半點不由人，唯有心自在，塵埃化清淨。

※ ※ ※

感謝今天曾亭瑜老師及姜佩琦老師，兩位老師帶領 B 車所有小朋友及家長！感謝！感謝！再感謝你們兩位老師陪伴我們這一天的辛勞……

感謝天仁所有老師及學長們，照顧我們這群讀經班小朋友及家長。果然亭瑋老師是專業攝影師，把每張照片都拍美美！謝謝老師們……

※ ※ ※

話說回到家沒多久，女兒庭庭就默默地把她僅存的一點點零用錢放我口袋，我問她：「為什麼？」她跟我說：「怕你花太多錢，會沒錢。」頓時心中酸酸的～這都得感謝老師們，把她們的品德教育教得好，謝謝你們～

讀經班師資感言

※ 王家好

雖然說「天仁出品，必屬佳作！」哈！不過，舉辦一次大型活動需要非常多的幕前幕後志工通力合作，各盡爾責，才能吸引更多的學長、讀經班家長及小朋友們一齊參加；所以，感恩大家天人共辦，感謝上天慈悲，將活動前幾天的烏雲雨神退散，讓活動當天看到太陽公公露臉，也有看到藍天白雲唷！

後學個人認為舉辦活動有好幾個目的，一來可凝聚老道親、新道親、非道親，以及與志工群、師資群間的感情；二來透過活動能吸引、成全更多的新道親，每月親子一齊來天仁中堂參加道育班及家長班，進而成為永成道親；三來期望能讓非道親透過天

仁志工群們的努力，更加了解天仁，也更加肯定天仁親子讀經班，進而有機會成為新道親；四來透過活動培養年輕師資群成為各車車長，能更獨當一面，學習如何與家長及小朋友們親密互動，以及分享來讀經班的感動、變化，與來天仁的快樂，彼此又更熟悉，心又更靠近了唷！

相信看了活動相片及家長們的感言以後，大家應該能認同後學的感想吧～哈！

尤其看到每個家庭在第三關的幸福合照，後學看了真的好感動喔！眼淚在眼眶中打轉！每每看一次闖關影片都覺得好開心，真的是幸福家庭日，我愛天仁！好極了！Yes！

※ 曾亭璋

今天活動非常圓滿順利！總共有5部遊覽車，大家都是快快樂樂出門，平平安安回到家！感謝天恩師德給予我們這麼棒的天氣！聽馬武督的工作人員說：「前幾天，大約下午1～2點就會開始下雨。」而活動當天卻沒下雨，天氣不冷不熱，剛剛好喔！我們真的是深受上天眷顧又幸運的一群^0^！

大家有沒有都玩得開心呢？非常感謝大家的熱情參與啦！還有每一車每一位家長和小朋友們的分享與回饋，志工老師們真是太感動了啦！未

來我們繼續一起為品格教育努力，一起為孩子們加油！

真的！不得不說自己拍的照片怎麼這麼優～，但不是因為後學技術好，而是因為二個原因：1. 風景太美囉！2. 最美的風景還是人！所以，感謝上天及感謝我們都有超幸福的家庭！超讚的！

※ 曾亭瑜

真的感謝天恩師德～，今天給我們好天氣，讓我們平安出遊！也謝謝大家，是你們不嫌棄哦！謝謝B車的所有家長及小朋友～因為有你們，才有這樣的機會一起渡過歡樂的時光！大家都是天仁重要的一員～有你們真的很棒！

一整天活動下來，都不會感覺累和辛苦，因為我們把大家都當做家人一樣，一起玩、一起學習、一起成長；一整天下來，很開心、很快樂呢！感覺到滿滿的幸福圍繞著我們！

當孩子們拿起麥克風，對媽媽說出：「我愛妳」的時候，老師眼淚也差點要掉下來了～哈哈！很棒哦！要是換成後學以前，我才不敢說呢～，所以在大家面前勇敢說出愛，真的需要相當的勇氣哦！真心覺得這樣的氛圍真棒！希望我們大家一齊把這樣的氛圍，繼續擴散出去喲！

※ 曾國春

大家加油喔！這是我們一齊努力



▲ 幸福家庭日，展露甜蜜笑容。

的成果、也是 天恩師德、上天庇佑。很高興看到大家血拼有一點成就喔！這樣經濟才會成長、也玩得那麼高興，感謝您們喔！謝謝。

※ 褚芸

後學一直覺得有讀經的小孩非常棒，尤其又發現了讀經的小朋友真的可以變得更聰明哦！因為，在後學工作地方有一位唐氏症的學生，唐氏症最主要除了外型上的差異，還有心臟方面的問題。另外，就是智能上普遍都較不足。不過，有天後學竟發現那位學生在玩玩具的過程中，自己就自動開始讀經，而且是三個字、三個字地唸《弟子規》的內容，還朗朗上口，非常厲害！問了這位學生的負責老師後，老師表示那位學生有在讀經唷！

那位唐氏症孩子的語言表達較

弱，平時是個連數數字都有障礙，永遠數到五，就會忘記自己數了多少的小孩，所以對於當時她竟能記得並且唸出《弟子規》的內容，還可以用自己背的方式將腦海中的經典唸出，真的好厲害，讓後學感到很驚訝！所以，對於智能障礙的孩子，讀經似乎也能當成一種語言練習，無論是在理解或在表達上，都是個很棒的練習唷！

此外，後學爸爸分享他今天帶才一歲多的孫子出門的心得，雖然他很小，但平時當姐姐在複習讀經時，他都會在一旁聽。今天他心情很好，出門時，一路唸《三字經》，還唸到很後面的內容，連爺爺都跟不上了呢！後學爸爸還很慚愧地表示，他自己也要好好讀《三字經》了，才不會孫子背完了，他自己卻都聽不懂呢！所以，大家要繼續每天讀經唷～

後記

真的衷心感謝所有參與的幕前幕後志工，感謝前一天與當天一早所有努力擠檸檬、煮檸檬紅茶、煮竹筍湯的無畏施菩薩們，還有事前規劃、探勘、參與行前會的讀經師資群及志工群，與當天擔任各車車長、副車長、關主、副關主、桌長等等無畏施、讀經師資群及志工群！感謝 天恩師德！