



# 2012

# 基隆區青少年道育營記實

◎ 許援珮

和風徐吹，蟬聲鳴唱，今夏在遠離塵囂的「慈毅講堂」，我們一同經歷了歡笑、淚水、成長與感動。

這次道育營的主題是「忠恕」。三天活動中的每一個課程都是經過精心地策劃與安排。從第一天「為自己負責」、「態度決定一切」，到接續的主題「將心比心」、「你OK，我OK」、「伸出愛的雙手」，循序漸進的課程，搭配體驗課，內容多元，無不希望參與活動的所有成員都能夠在輕鬆自在的情境下學習、成長，並在暑假留下難忘的回憶。

揭開「始業式」序幕之後，各小隊設計與練習的隊呼「大顯身手」，十足展現膽量大、聲音大、動作大以及禮貌佳的特點，相互對抗時，真的震撼人心！大家喊破喉嚨為的就是要讓自己這組獲得勝利，並展現我們的忠恕精神，同時也激發出成員間的團隊默契，為初到陌生環境的拘束氣氛打破僵局，整個營隊的氣氛頓時熱絡了起來。

第一堂主題課程由陳宣仲講師主講「為自己負責」，藉由身份、承擔、規範、信念來探討，告訴大家責任從哪裡來；讓大夥兒知道，要認清本分，看重自己，學習獨立，勇敢承擔，並全力以赴，忠於良心，堅持到底。課程當中藉由實際討論及演出的「責任劇場」，更讓每一個人深刻地體會出負責的重要。

接著，簡薰育講師主講的「態度決定一切」則勉勵我們培養良好態度的六大原動力——自信、堅持、開朗、感恩、尊重、讚美。因為良好的態度會影響我們的人生，能適時轉



▲ 體驗團結合作才能成功。



▲ 蓋品格大樓，學習定靜功夫。

念及學習正向思考，會是成功的關鍵。緊接著體驗課——建造「品格大樓」，藉由撲克牌的堆疊學習定靜的功夫，開始時非常困難，不過看到大夥兒努力營造的大樓愈來愈高，成果可是相當卓越的呢！

晚上，活動組巧心設計了迎新晚會——「西遊記」。故事主角四人，一開始意見紛歧，並歷經了百般阻撓，但最後還是能夠善盡自己的本分，發揮團隊合作、推己及人的精神，不屈不撓前往西天取經成功。這故事告訴我們，生活中要時時以身作則，表現好的態度，說好話、做好事、存好心；將自己的心定下來，心要正，才会有正行，讓生命發出光彩，散發出大愛。

第二天上午，吳玲琪講師的「將心比心」課程讓我們學習到「愛是慈悲，愛是感恩，愛是切實的行動」。世界上還有太多太多更需要幫助的人，只要我們學會用心觀察、用心體會，設身處地為別人著想，世界就會充滿愛，一切就會更美好。

接下來的「怨」主題課程，由陳玉靜講師主講「你OK，我OK」。首

先透過美妙旋律「和世界作鄰居」歌曲，引出課程主題「怨——推己及人」，讓旁人的日子因為有你變得更美好；尊重他人、接納與包容，並且要原諒曾經傷害你的人。擁有不記仇的美德、容人的雅量，才能成全別人，成就自己！

下午的大地遊戲，大家無不使出渾身解數，一共勇闖了七關：互助渡河、記憶力考驗、修復計算機、步步高升、搶救地心、同心協力、互相扶持等。歷經了各關卡的考驗，充分發揮團隊凝聚力與默契、互助合作，同心協力地共同達成任務。

緊張、刺激的大地遊戲之後，由孫湘講師、吳長茂講師以及劉侑明講師，在「心心相印」的分組活動中，為大夥兒解答了有關家庭、朋友、課業方面的疑惑。講師教我們，人道要圓滿就須從家庭做起，親愛家人才能再愛身邊的人。並且以愛為出發點，懂得禮讓、體諒、包容以及適時的溝通；試著傾聽對方的想法，將心比心，運用同理心，才能讓我們的家庭更和諧、更圓滿，才不會讓父母擔心。另外，有學員認為知音難尋，找不到志同道合的朋友，講師建議多參與道場的班次和活動，因為這裡的同儕朋友背景相似，磁場相近，一定

可以找到一輩子的夥伴。至於平常遇到不喜歡同學，仍要以禮相待，希望大家都能把握當下，學習寬恕。面對課業壓力，或是不擅長的科目，可以從生活中找到學習的動力，只要用心瞭解，一定能找到最適合自己的學習方式。求學的壓力是人生必經的過程，不能輕易地放棄。若為了追求夢想而選擇自己喜愛的事，也要為自己的選擇負責，才是正確的處事態度。

第三天的課程，吳玲琦講師帶來「伸出愛的雙手」。從課程中我們學習到：家人、朋友……等善意的幫助，都是我們的恩人；「百善孝為先」，行孝道更是刻不容緩。要好好珍惜生命當中的人事物；即使這些可能隨著時間改變，但長存心中的「愛」是不變的。藉由體驗課更學習到，團結合作才能成功；當大夥兒互拉站起的同時，既是被拉也是拉人的一方；是收穫者，也是播種者。

接著，各小隊排練已久的「表演大賽」終於登場。精彩的故事及創意，融入了營隊主旨——「忠恕」精神，學員們精湛的演技，讓所有人瞭解「寬恕節」、「責任與勇敢」及「將心比心」故事的意涵。經由三天的課程學習及活動體驗，大家都能充分領會到「忠恕精神」，並且在往後能運用於日常生活中。希望這棵種在心中的小幼苗，能夠帶回家繼續發芽、成長，並時時持續實踐盡己、負責、推己及人的「忠恕之道」，成為社會上良善的種子。

最後，大家一起回顧了三天活動的溫馨照片，這些點點滴滴的回憶，都將常駐在我們的心頭。雖然面臨離別的時刻，其實我們只是暫時分離，因為這三天二夜的歡笑、淚水、成長及感動都是我們共同的記憶，而且這些回憶會將我們的心緊緊在一起，直到永遠、永遠！



▲ 快樂地大合照。