



# 2013 基隆區 格物致知國高中道育營記實

◎ 文 吳佳茹

圖 楊宗翰

2013年國、高中道育營在豔陽下熱烈展開了！這次道育營的主題是「格物致知」。三天活動中，每一個課程都是經過精心地策劃、安排。活動當天，到達暖暖慈毅堂之後，先由輔導老師及活動組成員帶領暖身活動；輔導也發下小隊信物如：柯南徽章、個性手環、手電筒與代表智慧的貓頭鷹；並培養小隊共同的默契，各組已蓄勢待發，準備衝衝衝！

始業式時，班導介紹各組幹部、輔導老師，並頒發臂章，同時讓幹部和輔導勉勵學員一句話。輔導組精心拍攝了一部「那些年，我們一起參加的道育營」微電影，彷彿回到年少青春的青澀時期，溫馨又有趣。活動組活力四射的舞蹈讓人熱血沸騰，一片熱鬧氣氛下，各小隊也開始構思下午的隊呼對抗了。對抗時間到來，各小隊大顯身手，一來一往互不相讓，賣力十足；大家秉持著

膽量大、聲音大、動作大以及有禮貌的技巧，以高昂的士氣對拼，表現令人稱許，大家聲嘶力竭、積極表現，就是為了展現團隊精神。

第一天下午，劉侑明講師開設虛擬的「慈毅商場」進行大拍賣。各小隊討論要購買的物品，並於預算內競標，大家想盡辦法要買到選中的東西。結果各組買到書桌、新款手機、可愛寵物、運動鞋、自由安排時間、筆記型電腦、造型設計床、美食吃到飽等。但買到這些東西真的都物超所值嗎？是必需品嗎？拍賣結束後，大家互相交換想法並發表。

緊接著，第一堂課程由吳玲琪講師主講「需要還是想要」。講師帶大家深省：會為了喜歡的東西，想盡辦法去買到嗎？並藉由影片與故事簡單界定想要與需要的定義，讓大家知道

——「需要」就是指生活中一定要有的消費，少了它生活就會出現問題；「想要」就是除了必需的物品外，用來滿足慾望或炫耀的東西。另外也期勉大家可以向沈芯菱（註）學習，不為個人私欲而沉溺享樂，反而花休閒時間做公益、行善。有時候「想要」不一定等於「需要」，所以知足常樂、助人為樂，減少自己的慾望才最重要。

晚上，活動組為大家精心設計迎新晚會，故事是這樣的——從前有凶神惡煞般的三兄弟，他們總愛在外惹事生非；意外地遇見葉問的兒子「別問」，帶著三兄弟向父親拜師學藝，還好他們本性善良，努力向上。最後，秉持著格物致知精神的三兄弟通過了師父的考驗，不再為了私欲為非作歹，也不再受外在事物動搖，而能貫徹格物致知的武功真傳。在精采的表演中，大家過了一個溫馨又愉快的夜晚。

第二天上午，由李宜靜講師為我們帶來「百善孝為先」。講師先帶我們跪讀《百孝經》，接著從跪羊圖回想自己以前對父母的行為、態度是如何的？並回想一下自己與爸爸、媽媽哪裡很像？平時又是如何與爸媽相處的？應該要如何行孝？也從影片中反省對父母的態度，並用鞠躬懺悔檢討自己平時的作為。其實孝順不難，只要回家做一點點的改變，如：臉色和悅一些、口氣好一些，

對父母來說就值得欣慰了。講師鼓勵我們：孝順要及時！所以大家寫下感恩與道歉的話語寄回家，請求父母原諒並表達感恩之心。

緊接著，由簡薰育講師告訴大家「為何要格物」。原來每個人都有良知良能，但容易受到環境的污染，所以要去除心中不正確的心念、私欲。人人都有天心，也就是五常德（仁、義、禮、智、信），要恢復天心，就要格物。如何格物呢？從貪、瞋、癡、愛等執著中，發現自己不好的心物；再藉由完成九宮格的討論並分享，以敞開心扉、接納自己、真正發揮自己的五常德心念，創造美好人生。

接著是由陳宣仲講師主講「做自己的真主人」。講師藉由兩個卡通主角做對照，告訴大家如何做自己的真



▲ 活力充沛的關主群。

主人。其實，有堅強的意志，並決心完成自己的目標是很重要的，有道是：專注力在哪裡，成就就在哪裡。再藉由「賣腎換手機」的新聞，讓大家討論：什麼是真主人？發現到依據自己的良心本性所做的決定才是「真」，才能找回仁、義、禮、智、信；也要致良知，去除不好的欲望，把良心本性實踐出來。再舉知名歌手、運動員的訪問影片，要大家認真學習，並勇於追求夢想，努力達成目標，成為世界上有用的人。

第二天下午的大地遊戲，大家無不使出渾身解數，一共勇闖了六關；各隊以跑關方式進行，每關的內容相當精彩，考驗團隊默契。其中「深水炸彈」關：跟關主猜拳，輸的一方必須倒入一到三杯彩色的水，玩到彩色水杯沉入水桶底部就輸了。污染的水還必須靠雙方用抹布將水擰乾至另一桶，使其還原變清澈，比喻洗心滌慮、去除私慾。各小隊卯足全力積極奮戰，充分發揮團體凝聚力，同心協力地達成任務。

緊張刺激的大地遊戲之後，由魏于竣講師、吳長茂講師以及劉侑明講師，為我們解答有關家庭、朋友、課業方面的疑惑。「心心相印」旨在分享與討論每個人心中最大的煩惱，進而找出可能的解決辦法。



▲大地遊戲，挑戰「深水炸彈」。

求學過程中，常會遇到學習的瓶頸，侑明講師和學員聊聊這必經的過程，原來都有著相同的困擾——無法突破不擅長的科目。侑明講師說：可以從生活中找到學習的動力，例如從國外電影、歌曲學外語；從旅行節目學會看地理……。生活就是一本無邊界的書，只要用心去了解，一定可以找到最適合自己的學習方式！

家是我們的避風港，但是越親近的人越容易忽略彼此間的溝通和尊重。于竣講師帶領大家談家庭的問題，常見如：家事分擔的不公平、與弟妹的相處之道等，常容易因分配不均而產生紛爭；且沒有站在對方的角度想，想法有了差異就衍生出衝突。所以講師建議：每天與家人分享三件快樂的事；懂得體諒、包容以及適時地溝通；試著傾聽對方的想法，將心比心，減輕彼此的負擔，才能讓家庭更圓滿！

另外，有學員認為知音難尋，找不到志同道合的朋友。長茂講師建議我們多接近道場，因為這裡的同伴背景相似、磁場相近，一定可以找到一輩子的夥伴。至於遇到不喜歡同學，

就越要以禮相待；希望大家都能把握當下，學習寬恕。

第三天的課程，由陳昭湘點傳師帶來「天恩師德」。「天」是指大道、明明上帝、無生老中、萬靈真宰、造物主；祂運行日月、創生賦性、降道救劫，這是「天恩」。「師德」指的就是凡是與「道」有關的老師，他們傳道開荒、播種成全。所以師尊孝順感天、承擔使命、辦理三曹普度，值得我們學習；師母親切謙卑、慈憫承擔、克勤克儉，在中堂叩一萬叩首等事蹟，令人感恩動容。接著，並分享老前人一生行事的準則、事親至孝、頓悟吃素、開荒求道的過程：袁前人則以「I am a small potato」謙卑態度處事。學習前人輩的行誼，我們應以天心為己心、大愛無私、不計較；以師志為己志、自度度人；本著道本一體、理無二致的理念去實行。因此希望大家在日常生活中也能效法聖賢的德範，做到己立立人、己達達人，並確實去實踐。

接著是「脈脈相傳」體驗活動，每個人用小板子傳乒乓球，一個乒乓球表示一個善念或一個任務，並依位置排列，合力拼成一個「中」字。過程中必須小心謹慎、心無雜念，否則乒乓球就會掉落，從中體會道脈傳承是不簡單的，須一步一腳印，誠心竭

力地護持。

下午，各小隊排練已久的「表演大賽」終於登場，各小隊精彩的故事及創意，融入了此次營隊的主旨——「格物致知」精神；表演大賽中四隊賣力演出，呈現「格物致知的奧義」。藉由呂法律主、關法律主和活佛師尊的慈訓，讓大家知道要超越身心的遮蔽，也就超越時間、空間，那時就能與真理同在、與道同在。相信經由這三天的課程學習及活動體驗，我們都領會到「格物致知」，每位都是最佳男、女主角，真是太厲害了！

最後，大家一起回顧了活動三天的精彩照片，你我一起學習、一起努力、一起流汗，從害羞膽怯到嬉笑打鬧，成了相互成長的好夥伴。每每到了最後一天，彼此間都是離情依依的，但是每個人的心中都有個沒說出口的小祕密，那就是相約明年道育營再相會！

註：沈芯菱，幼時因父母背負債務而須幫助路邊攤生意，國小五年級展露電腦才華。11歲時，因有感阿公和鄰里老農文旦賤價滯銷，便架設產銷平台，十多年來幫助家鄉柚農產銷。並長期擔任志工。榮獲中華民國政府頒授總統教育獎、全國傑出青年獎章、台灣十大傑出青年等多項殊榮，獲選為「台灣百年代表人物」，被《世界年鑑》、《台灣名人錄》及教育部頒布之多本教科書列為青年典範。