



教您更幸福 心靈更滿足

瑞周全真單位心靈成長班

◎ 施佳琦

在民國 107 年（2018）3 月 10 日這一天，籌備近一年的「瑞周全真單位心靈成長班」，在全真道院開班了！雖然天空飄著雨，氣溫冷颼颼，但從 2 樓大講堂到 1 樓的每間教室，都是人聲頂沸，熱熱鬧鬧！因為全真心靈成長班當天同時開設 5 種班程，分齡上課；有適合阿公阿嬤的「春暉班」、爸爸媽媽的「心靈成長班」、國小高年級到國中 3 年級的「大樹苗班」、國小中、低年級的「小太陽班」、學齡前幼兒的「小種子班」等。大家相約在週六早晨，齊聚一堂，參與心靈饗宴，落實親子共學。

其中，專為爸爸、媽媽設立的「心靈成長班」，課程主軸是由道務中心統一規劃，派遣專任講師授課，內容深入淺出、活潑生動，為的是接引各方新道親，從現代人最重視的親子教育、家庭關係等著眼，帶領班員從「心」了解自我，進而擴及家人、朋友；而銜接專題的副課程，瑞周全真單位也有課程規劃團隊盡心地為每一堂課安排體驗活動，無非就是要讓班員在專心聽課之餘，還能用心體會，帶著滿滿的感動回家，回家後還能展現行動！

「心靈成長班」與另外4班，在課程的安排與規劃上，課前會進行充份的溝通與配合，例如：母親節活動，「大樹苗班」的高年級小朋友奉茶給阿公、阿嬤；「小太陽班」、「小種子班」的小小朋友在舞台上呈現音樂律動，晚輩共同送花給自己的媽媽、阿嬤，場面溫馨感人，觸動心弦。這是每一班的幹部一起堅持完成的美麗果實；一場跨班級的活動，不知需要經過多少次的會議、討論與練習……

在籌備開班之時，特別討論設立「蔬食早餐專區」，提供簡單方便好吃的蔬食早餐，讓班員能在假日早晨從容地來上課，不必餓著肚子聽課，另一方面也能推廣蔬食，更能化解班員不小心帶葷食進來教室的問題，立意良善！

另外，有鑑於身處資訊爆炸的年代，人人手機一開，訊息接踵而來，但能夠讓人開啟智慧的卻很缺乏。所以本班特別規劃每月出刊一本手冊，讓班員在上課當天拿到手冊，手冊的固定內容有上課流程、心靈點播、《心經》、修行小教室及配合當次課程的書面資料，其餘還會加入小品好文、素食新知、笑話等；經由文字的力量



▲ 用心製作精美的心靈成長班手冊。

傳達，我們得到班員的肯定；班員也將對課程或手冊的喜愛，延續學習熱度至生活當中。

開班至今，在每一次的課後合班會議中，幹部們總是為了讓班務能盡善盡美，而努力地討論、磨合；同時運作5個班程，環環相扣，上至帶班講師，下至各班工作小組的人員投入皆達到最大化。感謝天恩師德，感恩主班點傳師的慈悲包容與體諒，讓後學們做中學，學中改，做出自己的風格；不忘初心，不放棄任何能把握的慧命，將這份愛流轉、蔓延。

瑞周全真單位心靈成長班秉持著4T原則：Together（齊聚一堂）、Touch（觸動人心）、Thankful（感恩回饋）、Truth（真理傳遞），堅持理想，使命必達。心靈成長班，教您更幸福，心靈更滿足。