



◎ 花蓮慈懿道院提供

### ※ 營導師 林佩真

今年（2018）的夏天，特別令人感到有一點點不一樣。這幾年的暑期營隊，招生學員設定從國小、國高中的單一鎖定，延伸到去年的國小、幼幼班加上國高中志工三方共同成長模式，而今年又有了全新的局面與進化——第一次成立親子共同體驗班，融入家長們的參與學習！

謝謝慈懿道院大家長黃天賜點傳師，及遠從台北到花蓮指導的詹慧芳點傳師，兩位共同慈悲帶領今年的營隊。營隊進行方式，有共同的課程，也有拉開三條線：4樓家長成長班、2樓營隊、1樓幼幼班安親服務。晚上

營火晚會，全體共同參與隊呼表演及團康遊戲；所有青年志工與國小學員一齊在主題營隊裡學習、闖關，一起聆聽中醫養生之法……，多元化的方式，今年第一次試辦，主題為：「4G 醫生親子體驗營」。

回顧慈懿青年班的成立，得從七年前的寒假營隊說起。當時以冬令營為號召，加入了一群青年學子熱情參與；一路走來，承蒙道院眾道親愛護，青年人才得以有殊勝的道場可以共同學習成長。

道場無論大大小小的活動，我們鼓勵青少年一齊來服務，任務小到只是列隊歡迎遠道而來的訪道道親，大

到中秋敬老或者週年慶活動，都能看到青少年的身影穿梭在廚房清洗鍋碗瓢盆、各處場地布置與會後收拾清理等；這一切的融入、這幾年共同走來的點滴，我們懷著滿滿的感恩與感動，感恩黃點傳師的引領與愛護，經常給青少年鼓勵與打氣。

青少年階段是課業繁重、升學壓力最大的時期，能夠持續參班，進而加入志工學習，確實不簡單！但待其到了認同道場、有使命感、能完成交辦任務的成年時期，轉眼又將離開花蓮故鄉到外地求學，甚至求職、成家，因此東部地區青年人才的培育之路，實屬不易。反觀自己及青年班班助理雅珍學長，也是在外地求學、工作了十多年後，才有機緣調回故鄉花蓮，並返回道場學習。這一轉眼，又是多少個寒暑……

這幾年學習辦理營隊，從國小學員招募到青少年，再到成立青年班，乃至今年擴展到家長，要感謝發一崇德道場孫寶蓮講師三年前到花蓮舉辦「人才營」，分享三方共同成長的營隊模式，讓我們有了新的目標與方向：主辦國小營隊，招募青年志工服務，加入家長共同成長班，為未來的常態親子班招生與熱身。

今年在7月21、22日兩天先行辦理青少年志工培訓，通過培訓的國高中生始可參與隔週的營隊服務。

隔週，7月28、29日，營隊正式開跑。62位國高中青少年，帶領41位國小學員，共計10個小隊，要完成各項學習任務；家長班共計24位家長，10位輔導；另外小天使安親班7位學員，8位輔導，再加上各組工作人員，成為共200多人的大營隊。營隊能圓滿辦理，真誠感謝花蓮當地各項資源與人力的灌注，更感恩來自竹南的王家好講師主講家長班親職課程、吳振豪講師主講志工培訓及國小學員正課。

營隊第一天，以團康遊戲快速打破人我界線，用親切熟悉的多國語言打招呼 Say Hi；志工授證儀式，讓在場每一位學員及家長認識這兩天要服務的青少年志工。

開班始業式的各組進場秀，負責煮菜的主廚拿著鍋鏟、穿著圍裙跳山頂黑狗兄舞蹈，結束時齊聲大喊：「愛就是把菜吃光光！」小天使幼幼班由輔導學長帶跳可愛的帶動跳；輔導組及小飛俠隊以青春又酷炫的表演，來震撼每位參與的大朋友、小朋友，為營隊揭開美好的序幕。

接著從小隊認識活動起，到下午的「十八銅人闖關活動」、「醫生快報」，開始拉開三條線：家長班在4樓進行「教出孩子好品格」、「與神同行」等精彩課程；國小營隊在2樓，小天使班在1樓；小隊及闖關遊戲的熱力，充滿了整個慈懿道院上上下下。

此時，廚房裡的天廚們也正如火如荼地準備著美味晚餐。下午合班，由郭芳汝中醫師說明叩首功法，從中醫的角度解說如何藉由此功法，漸進式打通任督二脈，並達天人合一境界；大家聽得嘖嘖稱奇，並積極練習。

第一個晚上的營火晚會，更將營隊帶入了最高潮。志工及小飛俠輪番上陣，帶領全場跳營火舞，接著各小隊上場呈現隊呼，內容扣緊醫生營主題：4G（身心靈命 for good）。令人驚豔的家長班，隊呼表現也不遑多讓，精神抖擻、氣勢磅礴，個個喊得相當有勁，完全不輸給年輕志工帶領的小隊。

其他節目除了每年必上的小飛俠熱舞，不可或缺的還有嗨翻全場的帶動跳，今年更加碼了原住民元素，由家長、志工、學員接龍體驗「花蓮竹竿舞」團康活動，以及時下廣告最流行、最耳熟能詳的「0800 空八控控醫

生拳」PK 大賽。就在大家意猶未盡的晚上9點鐘，晚會告一段落，互道珍重，精彩活動明天再見。

今年也是第一次嘗試學員及家長不過夜，全部返家，隔天再來（營隊報名時，有收保證金800元的條件，全程參與、不遲到早退者，可以退費，所以家長及學員第二天參與度大大提升到9成以上）。僅留青年志工及工作人員收拾場地，並為隔天活動作足準備。

第二天是營隊的重頭戲，以小飛俠編劇演出的「醫生快報」破題，導引大家瞭解求道的殊勝，接著再由郭芳汝中醫師講述專題，並由輔導學長分組鼓勵大家到三樓中堂求道，已經求過道或尚未考慮清楚的，則是留在2樓參與「中醫草本香包DIY」活動。上天慈悲，天人共辦，當天求道者：家長6人、志工7人、學員6人，共計19眾。感謝天恩師德，感謝道親、幹部們眾志成城，成就這一次的善因緣匯聚。

第二天下午的正課：中醫時間。一樣由郭醫師講述中醫養生之道，包括：針與灸的體驗、認識面診與把脈，大家聽得津津有味。在目前西醫當道

的醫療體系下，能認知到中醫的養生觀念與落實方法，不管對家長或者是小朋友來說，都是平日很少接觸的知識與實用技巧。許多位家長在心靈迴響時間，都分享了參與這次活動的心得——破除「生病只能吃西藥及打針一途」的單一思維，並想進一步瞭解流傳千年以上的中醫養生之道，且非常有興趣參與道院即將要成立的「4G醫生親子體驗課程」。

營隊籌辦之初，絞盡腦汁構思如何將中醫課程活潑有趣化，讓家長、青少年及小朋友不僅聽得進去，還要覺得有趣、實用；此外，闖關活動要呼應中醫養生觀念，也要緊張刺激、有競爭感。營隊結束，未來的親子體驗課程更要與營隊的主軸概念呼應與連貫，這一連串的用心設計與課程規

劃，都要感謝各位學長在營隊前的投入學習和認真參與。平日並加入「成全小組」預作演練，學習如何在營隊裡度化家長，怎麼與青少年及孩童們打成一片，並讓大家認識慈懿道院、瞭解求道的好處，與成全大家參與後續班程。

回顧這幾年暑假營隊辦理之後續，從讀經班及青年班招生，到今年首度為親子共同體驗家長班招生，這一路走來，感受到天恩師德、點傳師慈悲，及各位學長齊心戮力，為道務開展投入非常多的時間與心力，終於可以說有了小小的進展。延續營隊而開辦親子共同體驗課程，一個月一次，一次是半天時間，主題含括：中醫講座、手作體驗、親職座談、養生功法等課程。

日期	中醫講座	親職座談	手作體驗
107/09/1 (六)	失眠問題可以治嗎	當個有智慧的父母	小零錢包
107/10/6 (六)	青春期的孩子如何調理	家庭中的非暴力溝通	療癒系多肉植物
107/11/3 (六)	便秘問題好煩惱	培養孩子的金錢觀	洗淨酵素
107/12/1 (六)	腸病毒中醫會治嗎	最後再說我愛你	養生茶包

中醫講座由郭醫師主講，手作體驗由手作達人林逸卉學長帶領，親職座談課程由後學負責講述。開辦至今的上課模式：家長及學童們共同手作DIY；中醫及親職課程，則由輔導學長帶家長們到4樓教室學習；學童及青少年留在2樓講堂，進行《弟子規》生活行及團體活動。大約5點半結束，有意願留下來一起晚餐者，共同用餐交流情誼再返家。

參與的家長大部分已在營隊求道，有的則是家長再轉介紹來的，大家共聚在慈懿道院一起學習，與孩子們共同成長。家長的加入，是道場一股新的力量，雖然不知道這樣的模式是否是最好的，但是後學相信，未來在大家共同努力下，可以讓這個學習平台引進更多有緣的家長。這0到0.1的營隊與後續成全，值得我們共同持續精進，努力往前走，走出花蓮最適合的營隊前、中、後及後續的模式！

以下是10/6後續成全課程中，家長分享的心得：

### 中醫主題：青春期的孩子如何調理

1. 讓我知道小孩皮膚及青春期的一些問題。（婕嫻）

2. 鼻過敏、皮膚過敏，原來是因感冒未完全好才引發的。（佳慧）
3. 病從口入，簡約生活是王道。（鳳齡）
4. 我最深刻的一句話是，照顧好自己的身體，才能照顧全家。（佳慧）
5. 孩子的健康由吃的把關，謝謝醫生直言不諱，家長要為孩子的健康負責。（潔芳）
6. 今天最大收穫：拉筋拍打可以讓全身放鬆；聽了中醫論點，以後就往中醫治療病痛。（進雄）
7. 知道了中醫的可貴，了解西醫非萬能，病症需要慢慢地調理。（家敏）

### 親職主題：家庭中的非暴力溝通

1. 改變自己對孩子的態度，多給予孩子肯定與讚美。（佳慧）
2. 傾聽。改變從自己做起。（雅卿）
3. 態度，口氣是關鍵。（婕嫻）
4. 從自己的不良習慣檢討起。（進雄）
5. 學會讚美自己的孩子。（家敏）
6. 三教合一（身教+言教+境教），是唯一，也是最根本的教育之途。謝謝今天的分享。（潔芳）

（續下期）