



唯有付出深 才能感動真

籌辦2019大專夏令營心路歷程(下)

◎ 忠恕學院學界培慧班提供

(接上期)

※ 鍾家宇

夏令營告一個段落了，後學發現我們的學員真的都是精英部隊來著，各種問題都難不倒他們，就算犧牲睡眠時間，也會把活動內容準備到120%。活動開始，每個人就像被注射了腎上腺素一樣，在台上都可以侃侃而談，帶活動也能把氣氛炒到最高點，可以說是把夏令營辦得可圈可點。我們這些輔導學長唯一能做的，只有在台下幫忙拍手叫好。雖然不能說學員們帶營隊都帶到很厲害了，還是能看出遺漏了哪些小細節，然而我們只要

把它填補上，這就是一場完美的夏令營了。

再看到我的輔導學長們，雖然都已經是講師等級了，還願意放下一切，跟我們一起瘋狂吶喊、不眠不休地再練習。其實我心中也有些疑問，為什麼這些學長可以10年、20年都待在學界班？為什麼還要來帶夏令營？在這次夏令營時，看到主班講師為了修改課程PPT，到凌晨1、2點都還沒睡，後學心裡是多麼地慚愧與不捨；我只想說他們就是我們的標竿！就是我們的後盾！至於答案嘛……需要親身體會才能解釋。

※ 鄭名強

這次夏令營的心得，後學真的是久久無法產出；原因很簡單，不是沒有心得，而是不知道該怎麼適當地表達自己的心情跟想法。這次後學的心態跟以往有所不同，由於種種的原因，這次也讓後學的心情格外複雜，然而同時也讓後學有了新的思維與想法，讓後學也學習成長了許多。

夏令營籌備的過程，大家應該都記憶猶新吧！或許有些學長曾經也有過營隊經驗，但是像學界班這種籌備期這麼長、主題又如此專業的「全自辦」營隊來講，相信大家應該都是第一次接觸。從一路的跌跌撞撞、磕磕碰碰，猶如瞎子摸象般地探索營隊籌備方式、夏令營主題綱要、課程運作方法、活動帶領技巧、引導分享觀念等等。許多學長同時也經歷著各種外務，學習的過程中常充滿著許多挫折，但最令後學覺得欣慰與感動的是：這次夏令營，是後學帶過這麼多學界夏令營以來，第一次班上的所有人可以如此團結，彼此心中也沒有什麼芥蒂；帶完夏令營之後，大家都充斥著滿滿的成就與感動。希望大家都能夠延續著這一份熱情，在未來化為實際的動

力，與身旁的夥伴一起創造更多屬與我們（學界班第 25 期）的美好回憶，締造出屬於我們自己的神話與傳說。

這次的夏令營對於班上學長們來說，相信是一次成長蛻變的成年禮。第一次從學員的角色，學習著升格為輔導學長，甚至帶領著一群可能年紀比自己還要更長的學員們，在他們面前展現出自己的自信與專業，而在這個難得的舞台上所學習、體會到的，都是非常深刻與寶貴的經驗。雖然夏令營的檢討會已經過了，但是這幾天慢慢沉澱下來後，或許大家也可以再回過頭來靜下心好好思考，如果再經歷一次這樣子的活動，我們能怎麼調整？怎麼改變？如何讓自己及這個營隊變得更加圓滿、更加美好？並且把這些心得想法整理、記錄下來，自己做一份屬於自己的成長日記，在往後的活動中，謹記著這些給自己的勉勵，相信大家未來會越來越優秀，進而成為一位可以獨當一面的菁英人才。

這次營隊的過程，也是對於講師、還有各位輔導學長們的一個考核，大家在這次夏令營的成就，也是我們帶領學界班第 25 期，這三年多來的一張成績單。看著大家從剛進來班上、一

個個稚嫩的模樣，轉變成眾人目光的焦點，甚至是舞台上最閃耀的新星，相信講師及各位輔導學長心中也是充滿著無限的欣慰。但是千萬要記得：好還要更好，絕對不要沉溺、迷戀於一時的掌聲。或許有許多地方真的是旁觀者清，對於各種意見，還是需要靜下心來理性參考。

後學覺得這次夏令營的過程中，唯一美中不足的便是檢討會及後續這兩天大家的反應；看著大家如此團結、氣勢高亢、成就滿滿，後學覺得非常感動與欣慰；但看到大家面對著不同的聲音與意見時，當下的抗拒與同仇敵愾，後學不免也有點感傷與五味雜陳，不知道該怎麼樣來跟各位學長分享與討論。畢竟目前大家都正在興頭上，後學也不好意思破壞大家的興致，但這些多元的意見與聲音，不正是我們製作回饋表單時所期待的收穫嗎？如果我們製作回饋表單，卻只想看到大家對我們的稱讚，那麼後學覺得這份表單便失去了它所存在的價值。或許有些人的觀點特別獨到，或許有些人的建議不符合我們的期待，或許我們覺得有些建議不太可行，但後學都給予回饋我們的學長高度的肯定，都給予他們十足的感恩；至少他們願意



▲ 晚會活動，氣氛超 high！

說出他們對我們的期待，至少他們願意講出他們對我們真心的想法。我們應該要試著去思考看看，為什麼對方會有這些想法或意見？的確一百個人會有一百種思維，並不是每一種方式都適合每一場活動；但比起那些單純在電腦或手機上點點分數的人來說，願意花時間打字給予我們批評指教的人，真的不多了。我們要懂得感恩與珍惜，至於所提的建議適不適合我們，是我們自己可以再好好反思與取捨的，不需要參雜太多的情緒與成見。

其實，夏令營從籌備開始到完美畫下句點，這整個過程，就像是一堂超級大型的體驗課，中間經歷了太多太多的事情，有太多太多值得分享的地方，唯有我們靜下心來好好的回憶，自己引導自己一步一步地懷著感恩的心，善用我們在過程中所學習到的正



▲ 熱力早操，讓大家晨起後精力滿滿。

向思考技巧與心態，記取每一個挫折所帶來的寶貴經驗，才有辦法造就未來更加堅強成長的自我。唯有付出深，才能感動真。

看著學長們如此感動，相信大家過程中，各種的努力與付出不言可喻。夏令營的結束，對我們來說絕對不是句點，更不是驚嘆號，而是一個逗號、一個分號；未來還有許多屬於我們的各種任務與挑戰，希望大家都能夠記得此時此刻的這份感動與革命情感，不論未來如何，都不要放掉彼此的手，讓大家一起攜手跨越每一個挑戰，締造出專屬於我們的傳說。

最後我要說，第 25 期的大家，加油！輔導學長們只是創造舞台的人，各位學長才是這個舞台的主角；從此刻起，大家的身分已經從學員轉變為

準輔導學長了，要試著更加主動、更加積極、更加有責任感，學習負責與承擔；不論未來遇到了任何困難，你們的輔導學長們，永遠是大家最強而有力的後盾。加油！第 25 期的大家，我們永遠以你們為傲！

※ 吳芷郁

真的是很久很久沒有回學界班了。還記得四年前主辦了夏令營，一轉眼就輪到了我們的學員（第 25 期）主辦。說來慚愧，因為籌備的過程中，我真的是因為種種外務及學業壓力，並沒有參與；後來時間允許，就在營隊的三天裡參與幫忙。

對於第 25 期的學長們，我的印象還一直停留在兩、三年前青澀懵懂的模樣，中間都是由其他輔導學長口中得知大家的狀況。這次雖然後學是以小隊輔的身分參加夏令營，但一部分也是持著學員的心態來參加的。看著台上的你們，雖然不是百分之百的自信，卻從很多地方都可以感受到你們的認真，這樣的精神很值得持續下去；畢竟每個人的特質都不同，並不是每個人生來就是一個適合帶活動或是營造氣氛的人，但是在營隊的三天中，讓我感受到每一個人對於這個營隊的

看重及付出，都盡力拿出身為輔導學長的風範，其實挺讓人欣慰的。

真的很感謝講師及其他的輔導學長，本來我也該跟大家一起付出的，但是由於個人因素，沒有在學界班跟大家一起經歷這個成長的過程。很開心我的偶爾出現，大家都還是讓我感覺到像和家人一樣的相處；我也知道帶領著學員們辦夏令營真的很累，所以能做的就是在這三天中盡力地幫忙，希望真的有幫助到大家。

我無法評論夏令營是成功或不成功，畢竟每個人的眼中對「成功」的定義太不同了。但是我相信籌辦的過程裡所經歷到的，都可以化為成長的養分，無論是在道場或是在社會上，無論籌辦的過程中感受到的是好是壞，一切的一切，都是大家認識自我的過程。請大家學習正向思考，讓這些感受轉化成未來進步的力量，共勉之。

※ 洪恆慈

這是我第一次籌備營隊。選總務組，是因為有次參加營隊時，看到地方班學長當總務組，表現得很好，我也想體驗看看。後來發現，總務組在營隊前做的事情相較不多，多是營隊

期間做事。大家其實都很忙，看著別組來開會的人比我們多，就覺得羨慕；後來想，比我更辛苦的人很多，我得盡力去做。謝謝講師及總務組輔導學長的幫忙，帶領我們設計課程，名翔學長還來總務組救火，明明比我們更忙、更累，但是開會時卻比學員早到。謝謝楷倫身為班長，又忙碌地協助兩組的工作，還負責總務組很多事情；謝謝宣仔願意當組長，讓我做事很安心；謝謝富凱，準備指考辛苦了，正式開始很 carry。

事前演練與驗收時被質疑，後學覺得很傷心，想回答又說不出話，但是又覺得其他班學長所說的建議也是有道理的；所以後來又改設計不會慌亂、好控制的活動，給我這位新手。但是實際上場後，還是因為前面的時間延誤，以及場面不受控制，讓我很緊張，最後課程結束得太倉促，覺得很可惜。謝謝育綸講師給我們意見、幫我們演練，在台下小組討論時，也來提醒我：「說話可以再大聲一些，以及可以多走到台中間互動。」營隊結束後，看到學員的回饋表單，有點難過，雖然各種訊息量多，但是我習慣在意不太好的言語；謝謝柏毅講師在回程車上，跟我說：「妳做得很好了。」

總務組其實有很多雜事，我們剛好沒怎麼做到，因為都由其他輔導學長幫忙完成了；再次感謝總務組的輔導學長，你們真的很棒！這次獻供禮時，我做了跪接，也當了兩次午獻香上執禮，雖然在家裡有特意練習，但上場時還是腦袋空白。謝謝喬雅學長幫我們練習，並在旁邊提醒。但是就像喬雅學長說的：「有願意上台的勇氣外，還要確實把禮節做好。」這次還第一次看人求道，第一次穿道袍，真是特別的經驗！我也會再加強自己的能力，以後不要造成別人的麻煩。結束辦道後，由於幫忙送洗道袍，沒聽到三寶，覺得很可惜。

當輔導學長時，為了活動進行時的氣氛，感覺有義務做好，所以我放比較開去帶動，雖然還是沒有做得很好、還被說太小聲、還在學員面前表現出很累的樣子，但我盡力了。

晚會帶隊進場時，場地太黑，我提醒了學員要小心，結果反而自己撞到桌子；不過因為我的緣故，後面的人開始注意，並開了更多手電筒，以正向思考來說，是好的結果。晚會表演扇舞，謝謝定翰陪我們練習，甚至他的動作都比要上台的人還熟，後來他也真的上台了，我們在後面很安心。

也謝謝第二組的輔導學長——名強學長、翊群學長和精進班兩位學長，學員因為你們的風趣幽默，過得很開心，讓我在旁邊也不會害怕。晚會表演時，學員很給力，還有自主討論時，大家都願意發表意見，比我去年做學員時做得還好。

謝謝大家互相幫忙，有大家一起，事情才能完成。有精進班學長說：「相比去年那屆，這屆已經早睡很多。」謝謝大家的陪伴、加油與鼓勵，成為彼此的後盾。印象最深刻是，大家一起幫忙洗淨手毛巾。看了其他人的心得，覺得都寫得好好，可是我一改再改，還是寫不出那種感覺，後來還是決定以自己的方式呈現。希望我能繼續保持這樣的感動，再次謝謝大家。

※ 陳和陽

時光荏苒，白駒過隙，人生已過三分之一，一眨眼發現學界班八年的歲月，也佔了後學到目前人生的三分之一。

2015，夏，「心電心」。當時後學還是個小學員，懵懵懂懂，什麼都不明白，什麼都不會，靠著班上的講師、輔導學長和學員們的教誨和提攜，學到了很多。當時才發現，短短三天

兩夜的營隊竟是藏著諸多細節，從訂定主題、規劃課程、營造晚會氛圍，到最後學員的賦歸，都是一步步悔不得的棋；回憶後學那時站在台上，講話支支吾吾，雙腿瑟瑟發抖，後來還是靠著育綸講師上台，才拯救了後學，讓課程得以圓滿，那年夏天很疲累，但也獲益良多。

2019，夏，「火箭隊的逆襲」。「心電心」後的四個春夏秋冬，又到了準備夏令營的時間，但這次後學是擔任輔導學長的角色。「正向思考」這個主題訂下去後，後學腦中一片空白，心中一聲長嘆，平時後學根本沒有運用正向思考去處事，也不懂任何正向思考的內容，究竟要如何輔導學員去完成這次的夏令營呢？

經過伙伴們努力不懈地搜集資料，閱讀了許多相關書籍，也查詢了很多資料，各組訂好了大綱，課程教案也透過下班、下課後的夜晚努力產出。然而，在設計課程的過程中，後學產生了一些負面的情緒，是因為群組訊息回覆冷淡、任務無法按時完成、驗收時發現很多問題……；不過在運用了正向思考的方法後，也將負能量拋諸腦後，經過多次的討論、修改和練習，課程終於完整，晚會表演內容、

場地佈置、禮節演練和許多事項，也在大家的努力下漸漸完成。

我們終於來到了這一天！前幾日的大雨錯過了我們，我們沐浴在溫暖的陽光下，學員們帶著朝氣進入天德堂，火箭隊的序幕已經拉開。破冰活動打破了學員與學員之間的牆，新訓中心讓學員們認識自己、面對自我；蔬食 DIY 時，各組使出自己的獨門絕學，端出一道道晚餐佳餚；道寄韻律中，我們轟轟烈烈地唱出心中喜悅；不 NG 大挑戰的時候，參賽者也是使出渾身解術；還有道館挑戰賽時的各司其職，台上表演者也展現出自信和光彩；晚會中，電神降臨，照亮會場，手牽手，心電心，盡情舞蹈，盡情表演，揮灑青春汗水，擦去感動淚水；大家也一起完成充滿感謝的記事簿，許下對未來的承諾；夢想並不遠，大步走向前。最後是頒獎典禮、影片回顧，好的事情雖然結束，感動十分，就有十分滿足，火箭隊捕捉了皮卡丘，任務……圓滿達成！

2023，夏，「（空白待填）」，待續……

（全文完）