

蘆洲靜思堂探索教育團隊訓練中階課程

日期：2023/06/07

姓名：09-黃美惠

課後心得：

示範演練：啟動學習、愛的叮嚀-環遊世界找朋友

引言：《倫敦鐵橋垮下來》是一首知名的英國傳統童謠，倫敦橋過去是連接泰晤士河南北兩岸唯一的橋梁，歌中所唱的是老倫敦橋因年久失修而快要倒塌的事。

今天的我們引用了《倫敦鐵橋垮下來》的音樂，轉成《環遊世界找朋友》來玩找新朋友的破冰遊戲，讓歌曲轉念成活潑歡欣的氣氛，縈繞整個空間。

規則：整隊、破題、遊戲規則解說。

動作：夥伴們在搭配著「倫敦鐵橋垮下來」的曲風中，唱和著「環遊世界找朋友. 找朋友.... 找到好朋友」時，與遇到的好夥伴互相比出 1 或 2 或 3 或 4 的手勢；同樣比 1 時→食指對食指（源自於 ET 外星人連線打招呼般）、同樣比 2 時→揮揮手、同樣比 3 時→互相擊個掌 give me five 互道加油、同樣比 4 時→相互擁抱拍拍或握握手，並說聲很高興認識您。【※倘若彼此所比數字不同，例如互比 1 和 3，則彼此默契以小數目的動作為主。】

領悟：藉此遊戲，讓夥伴們彼此由生疏到更熱絡熟悉。

※證嚴上人最推崇歷史上的兩位大師：◎一是西方取經的玄奘大師

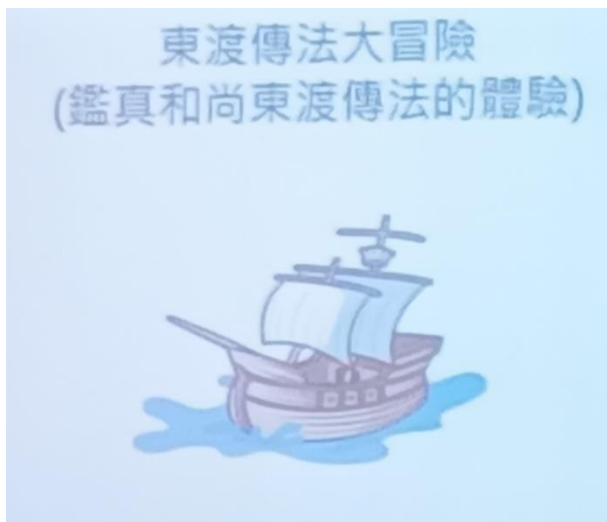
◎一是東渡傳法的鑑真大師

體驗活動：東渡傳法大冒險（鑑真和尚東渡傳法的體驗）

引言：此遊戲模擬一千二百多年前的唐朝鑑真和尚，歷經十一載春秋，東渡日本傳法，五次失敗後，於第六次方成功；抱著依舊堅持夸父的堅持、捨得佛陀的捨得。發心立願，百折千回、心燈不滅，為法忘軀，六次東渡，不畏難、不怕死、心無罣礙，只為圓一個多年的夢，為法傳律終不悔。有如我們的國父十次革命，第十一次方成功，不屈不撓的堅定精神，令人敬佩。

規則：分組、目標設定、細節解說

動作：老師說我們可以想像我們是一千多年前的傳法團隊，前方有著未知的無常正等著考驗我們；活動中每一組只有 1800 銀兩去購買物資，如食物、飲水、帆布帆船、羅盤與情報等；於是在財務師姊的精心策畫與夥伴們共同商量過後，交由採購的師兄進行採購任務；在老師的一聲令下，大家準備啟航了，途中無常氣候是我們的大考驗，事前的周詳準備與行進間的觀測決定更是緊密連接著，不論是天災（風和日麗、一帆風順、狂風暴雨、大型海難、漂到海南、高溫無雨）、人禍（遭人密告、官府遣返）..... 等等，都讓我們關關難過，卻更要靜心觀察步



步為營而關關過；每次的狀況都不一樣，若遇到大風暴被吹回基地時，加上物資將盡，銀兩不多時，則需盡快募款補充物資，才能確保再次啟航，一路順風囉！

領悟：一開始懵懂未知，內心稍有志忑，在老師一次次解說與新夥伴們的共同努力下，遊戲方法才漸漸明朗了解，夥伴們心手相連，仔細評估過關卡。

目標堅定（傳法度眾）、團隊和諧集思廣益、事前精心規劃、夥伴溝通協調去我執、細心信心深思熟慮、有願有力有心就不難、不懼磨難失敗堅持方向。

省思：夥伴之間莫苛責，多傾聽换位思考，
學習感恩尊重愛，共知共識向前行，
方向對做就對了，合和互協喜圓滿。

感恩高老師帶給我們這麼有深度、有意義的遊戲，若有機會真想再體驗一次；也感恩訓練員師姊們的溫馨帶領陪伴，更感恩夥伴們同舟共濟，合作無間，當然還要感恩自己喔！竟然有此好因緣參與到了這活動呢！慈濟是一個感恩的世界，不說感恩真的很難，感恩、無限感恩所有的有緣人。

