



主办单位：明修善社青年团

策划单位：温馨苑

第3届

青少年 成长营



日期：2014年6月8日
时间：9:00 a.m.- 6:00 p.m.
地点：明修善社

- 主题：
- a) 如何感恩父母，及时行孝的重要；
 - b) 探索内心，提升自我觉察能力；
 - c) 改变自我的5个层次；
 - d) 大峰誓愿。



宋大峰祖師傳略

出生：1039年（名門世家）

初証佛禪：1074年（35歲）

進士：1096年（57歲）

出任：浙江紹興縣令

皈依：1118年（79歲）

抵達和平：1120年（81歲）

出門辦料：1123年

開始建橋：1126年（87歲）

圓寂：1127年10月（88歲）

橋成16洞

完成：1153年（蔡貢元）

中國潮陽和平橋



中國潮陽和平宋大峰福利會

公元二零一二年八月卅一日(农历壬辰年七月十五日)

乩掌：[正] 林彥武 [副] 蔡定和

振挽頹風 社會明方早樹 扶持正義 人間情節今修

義彰則仁居 何來罪惡 章懸自律守 且看和謀

人之初也性本善 事之端也公作求 省己先通私障 為群必獻展猷

明為救世 修則礪身 師訓常昭待範 聖銘時鑑期申

培幼苗而誠灌溉 啟青秀則早設身 孝悌忠信 立業立身之本

禮義廉恥 為人為眾之因 道惟千秋不變 德興萬古如今

道德先彰 世態方能保質 言行早定 運途必教逐心

辦營佈教 以德敷宣 集益廣施 唯善是持

善之首兮事孝 品之端兮取廉 孝作本 廉守身

乾坤弗逆 日月同伸 今之世態 橫慾邪侵

是圖唯利 多作不仁 以致人格無存 良知不具

胡作妄為 王法烏有 綱常亂兮孽盛 報應謬兮淪沉

下界邪風日盛 上天聖鑑愁驚 人心天應 世孽禍招

烏煙瘴氣 民不聊生 乃道之歿 德之淪之所致也

明修得寵恩徵 善社授恩功証 平台設則乩命顯 善務廣而宣教增

辦生活營 講道德課 迪少年慧 慰長老胸

率先表命 大愛精神齊具 未經考驗 無私誓願誰承

開啟蒙之路 釋修本之章 立課立針 任勞任怨 誓將德鸞真義 遍教宇環

勉之

大峰祖師是

亦峰祖師

大峰祖師逢宋禪祖師聖誕千秋降鸞以詩冠

「青少年成長營勉之」 弘示

大峰祖師

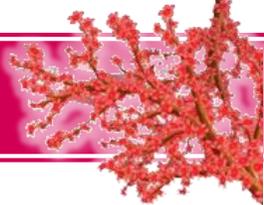
青春歲月及持身
少壯精神早立伸
奉大思明皆典範
成然念正即鴻恩
長中經歷諸般考
營里栽培不少心
勉句青團師告慰
之間義務再添因

正弘掌林彥武 副弘掌蔡定和

癸巳年四月初七日公元二零一三年五月十六日



献词



社长：拿督巴杜卡马兴松局绅

明修善社乃慈善机构之一，自1959年成立至今，理事同仁都遵循宋大峰祖师闻声救苦、恤孤济贫慈悲大爱精神，同时对教育甚为关注。尤其在现今社会发达、科技先进的时代，每每世风日下，社会问题渐生。祖师及众师尊为了拯救迷途众生，时时降鸾乩示，良言劝导，望能扶倾匡正。

本社同仁于2012年，在宋大峰祖师降鸾乩示下，鼓励青年团举办“青少年成长营”活动。首次举办，与著名文教机构温馨苑联合配合下，深获各学校中学生们的响应热烈支持，同时并获得学校校长、老师、家长们的好评，促使圆满进行。在宋大峰祖师谕旨下，此成长营将成为青年团的常年活动之一，所以去年、今年同样依例举办。

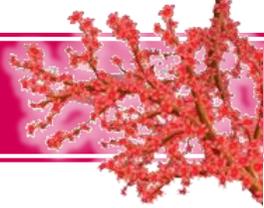
“青少年成长营”活动主要的内容是要灌输青少年们如何感恩父母、及时行孝的重要，以师尊包含天理人情之教诲，启发青少年心智性灵，培养孝、悌、忠、信、礼、义、廉、耻、仁智之美德，并望能从中增强青少年们的自信心。

最後，恭祝今年的成长营成功圆满主办，让各位学员们获益匪浅、身体健康、学业进步。





献词



总务：郭翰忠局绅

现今教育制度缺乏完善，从而忽略了生活重点的公民意识灌输，道德观念没有受到注重，造成社会乱象滋生，唯恐青少年纯洁的心灵受到外来不良风气恶性感染。有鉴于此，本社青年团再次扮演著积极的角色，继续著手主办第三届“青少年成长营”活动，以补足在正规教育课程内的缺乏点，希望藉此牵引新苗朝向健康的思想方向迈进，以达致事半功倍的效果。



因此期望所有参与此活动的学生青少年们，在此难得的机会，要用心把握坚持不懈认真检讨学习，将所取得知识以灵巧实学实用，变通理解发挥本能知识，并不耻下问，提升自己善于把别人的长处或成功经验，转变成为自己的应付能力和日後生活的各种技能本事。

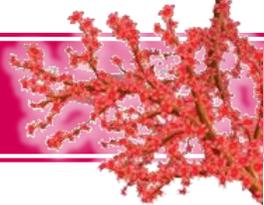
主题教育如何感恩父母，及时行孝的重要性，它正符合吾社宗旨的道德教育提倡“百事孝为先”的德理良训。孝为立业立身之本，是做人的基本操守行为原则，父母恩情深似海，天高地厚，为人子女切勿叛逆，要特别时刻铭记及时行孝，诚心敬奉，莫待树欲静而风不止，子欲养而亲不在，则为时已晚。

特别感谢策划单位檳城著名文教机构温馨苑的专业老师的合作，谆谆善诱，悉心教导，帮助提升学子们的思想与心灵成长，以期带动社会迈向和谐的境界，发挥崇高助人及奉献的崇高精神，以达致新生代能自我独立思考，自我成长的需求条件。

本社全体青年团员们，在团长林明利的带领下，长年主动策划多项有益身心活动，造福社群，辉煌明修，功不可没！并祝今次主办各节得到圆满成功，学生们学业进步。



献词



感谢有您！

团长：林明利

“青少年成长营”可以顺利举办第三届，我除了发自内心地，向各界支持者声声道谢外，我还是感谢。

我要感谢，一群鼎力相助的工委夥伴、
我要感谢，义不容辞的活动主讲人、
我要感谢，本社全体职董、妇女组及青年团团团员们
当然，我不会忘记感谢，所有愿意给予我们信任，把孩子送到成长营的父母。

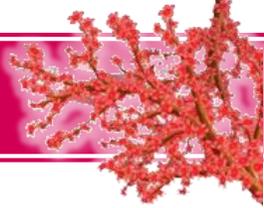
现今社会隐藏了太多我们大人都无法欲知的变化，孩子的世界，确实需要更专业人士给予他们指引，让孩子能适应和应付生活中的挑战和压力，让他们在身心皆健康的状况下，一步一脚印走上成长的道理。

孩子们，
我希望你们的每个笑脸背后，
都有快乐的生活，而不是承受不及的悲哀，
我希望你们能在成长营中得到辅助，
哪怕是一丁点的助力，
也能在将来困境中得以运用。





献词



工委会主席：李孟壕



今年已经是第三届的“青少年成长营”，在本社全体青年团团员、妇女组组员及温馨苑全体工作人员齐心携手下，缔造圆满、温馨的一刻，心中无限感恩，甚为感动。

这次的营会也与以往一样，我们检讨过去两年的营会，加强改进，再以全新的题材呈现出来，让参与的新旧营员们身心获益。

同时，我也希望各位营员们，可以继续在网上Facebook（“明修青年”和“明修青少年成长营”）与我们保持联系，也希望营员们可以分享个人参与成长营後的感想及意见，以让我们作参考及检讨，希望我们的成长营一年比一年的活动越来越精彩，让更多营员们受益匪浅。我们也欢迎各位营员们有时间可以前来明修善社走动，参与其他活动。

最後，祝福各位营员们学业成绩猛进，加油！



讲师简介

茹志康
老师



- ❖ 毕业于台湾中兴大学环工学系。
- ❖ 1996年荣获台中市模范生奖。
- ❖ 马来西亚人力资源部 (PSMB) 认证讲师
- ❖ 常受邀到各中小学办讲座及激励营，超过300场次以上。
- ❖ 温馨苑人文部教育培训主任。
- ❖ 美国催眠协会 (NGH) 认证催眠咨询师。

陈伊琳
老师

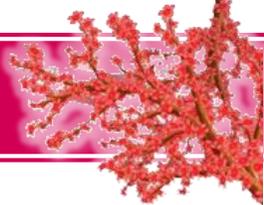


- ❖ 毕业于马来西亚理科大学 (USM) 教育心理系硕士
- ❖ 毕业于马来西亚国大大学 (UKM) 生物基因荣誉学士
- ❖ 曾任教师两年于大山脚日新独立中学





鼓励学员的话



蓝天

不因人们的仰慕而显得崇高；

大地

不因人们的贱踏而显得卑下；

乡间的野花

也不因没人欣赏而停止绽放；

纵然没人感恩

太阳依然无私的照耀大地。

万事万物都有其成长的规律和存在的理由，
没有一样是多余的。

活著就是一种价值，
而此本值是不增不减，
就如天地一般。

生命的意义在于允许他人对我们失望，
肯定自己的价值，
找出自己的定位，
不断自我实践的去成就所有的生命。

心甘情愿、
任劳任怨、
无怨无悔的付出！





明修善社
成立於12.11.1959



明修善社55年發展過程
1959 ~ 2014



明修善社聖堂
奠基於10.03.1964 開幕於02.01.1965



明修大會堂
奠基於25.07.1976 開幕於22.07.1979



明修樂天祠
奠基於13.08.1996 開幕於27.11.1999



明修洗腎中心
奠基於31.03.2002
開幕於27.04.2006



明修停車場



用温暖点燃生命的火花

温馨苑

HD TRAINING HOUSE

成立於 1988 年

《我们的宗旨》

关怀•成长•和谐

《我们的定位》

温馨苑是一个助人的文教机构，
透过学习，提升思想与心灵的成长，带动社会迈向和谐的境界。

《我们的使命》

我们决心透过各方面的丰富资源，发挥崇高助人及奉献的精神，
以达致社群自我成长的需求。

成立於 1988 年

总苑设在檳城，吉隆坡是分苑
为一家非盈利宗旨教育机构

本着关怀，激励成长

促进和谐的观念

鼓吹人性教育

培训企业人才

是我国政府人力资源部合格培训单位

迄今已培训超过 25,000 人

包括来自 5,000 家国际及中小企业

教育团体及家庭成员

设立温馨书坊推介好书

世界经理文摘星马总代理

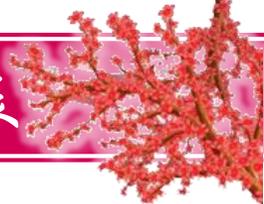
并定期举办

- 积极自我开拓课程
 - 父母效能训练课程
 - 学校激励营
 - 孩童与青少年课程
 - 企管培训（内训/公开）
 - 谘询辅导
 - 演讲会、研讨会
 - 交流会、读书会
 - 实习营
 - 回归自然、康辅活动
- 树立正确的思想观念
激发人性的璀璨光辉





课程大纲与时间表



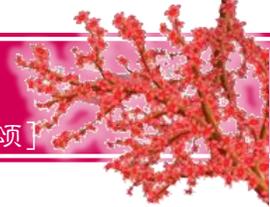
时间		学习内容
9.00 a.m. - 9.30 a.m.	30 m	开幕仪式 社长致词
9.30 a.m. - 10.00 a.m.	30m	破冰团康 新思维新世界
10.00 a.m. - 10.50 a.m.	50 m	团队建立—万众一心
10.50 a.m. - 11.10 a.m.	20 m	小休
11.10 a.m. - 12.00 p.m.	40 m	明修善社简介 大峰誓愿
12.00 p.m. - 1.00 p.m.	60 m	午餐
1.00 p.m. - 1.30 p.m.	30 m	改变的层次1—我在哪?
1.30 p.m. - 2.00 p.m.	30 m	改变的层次2—我做什么?
2.00 p.m. - 2.30 p.m.	30 m	改变的层次3—我能吗?
2.30 p.m. - 3.10 p.m.	40 m	改变的层次4—我相信?
3.10 p.m. - 3.30 p.m.	20 m	小休
3.30 p.m. - 4.10 p.m.	40 m	改变的层次5—我是谁?
4.10 p.m. - 5.00 p.m.	50 m	成功快乐的泉源—爱心 父母讲座会(另一个场地)
5.00 p.m. - 5.30 p.m.	30 m	总结与学员分享
5.30 p.m. - 6.00 p.m.	30 m	闭幕仪式 总务勉励和发证书



大峰祖师乩撰填词

大峰普愿

调寄[中华民国颂]



1=F 4/4

6̣ 6̣ 1̣ 2̣ 3̣ 1̣ | 6̣ - - - | 6̣ 1̣ 6̣ 1̣ 2̣ 6̣ | 3̣ - - - | 3̣ · 5̣ 6̣ · 3̣ | 2̣ 6̣ 1̣ 2̣ 3̣ - |

闻苦声同鸣 大发慈悲心和平马来播

1̣ 1̣ 2̣ 7̣ 6̣ 6̣ 5̣ | 6̣ - - - | 6̣ 6̣ 3̣ 2̣ 1̣ 7̣ | 6̣ - - - | 6̣ 1̣ 6̣ 1̣ 2̣ 6̣ | 3̣ - - - |

台今中外迹可寻 扶危乐恤困造桥修路义兴

3̣ · 5̣ 6̣ · 3̣ | 2̣ 1̣ 7̣ 6̣ - | 7̣ 7̣ 2̣ 6̣ 6̣ 5̣ | 6̣ - - 6̣ 3̣ | 5̣ · 5̣ 5̣ · 3̣ | 6̣ · 6̣ 6̣ - |

惠民应忘己谋福早献身 大峰普愿大峰普愿

7̣ - 7̣ 5̣ | 6̣ - 3̣ · 3̣ 3̣ | 2̣ 2̣ 1̣ 6̣ 1̣ 2̣ | 3̣ 5̣ 2̣ 3̣ · 3̣ | 5̣ · 5̣ 5̣ · 3̣ | 6̣ · 6̣ 6̣ · 3̣ |

经得起考验且求善本慈真永积於身 大峰普愿大峰普愿世

7̣ · 7̣ 7̣ - | 7̣ 5̣ 7̣ 5̣ | 6̣ - - - | 6̣ - - - | 0 0 0 0 | 0 0 0 0 |

世相承 代代感恩

0 0 0 0 | 6̣ - - - | 6̣ - - - | 6̣ 6̣ 0 0 0 0 ||

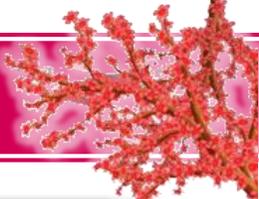
D.C. 恩

End





青年团活动照片



11.08.2013 & 09.02.2014 捐血運動



18.08.2013各社團青年組織友誼賽



20.09.2013 30週年團慶



23.10.2013 拉筋拍打自愈法分享會



26.10.2013明修杯小學隊際羽毛球賽



24.11.2013踏樂樂



08.02.2014 甲午年揮春比賽



04.05.2014 馮以量 “善終” 聽生死說故事





善終
聽生死說故事

一個醫療社工用經驗分享的感傷故事，帶您進入認識死亡之前病人所需要考慮的議題。
死亡之後家屬的失落所帶來的影響，探索志願的課題，為您提供一個參與學習的范本。

主講者：馮以量

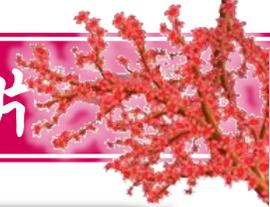
目前擔任香港聖安多尼堂區第十區副堂主任
新加坡社區保健協會安老區工務專員
新加坡聖安多尼堂區聖安多尼堂區區長及區工務專員
新加坡聖安多尼堂區中心輔導員及區工務專員

日期：04-05-2014 (星期日) 時間：8pm - 10pm 地點：新加坡禧街大學堂 查詢：012 4406 808



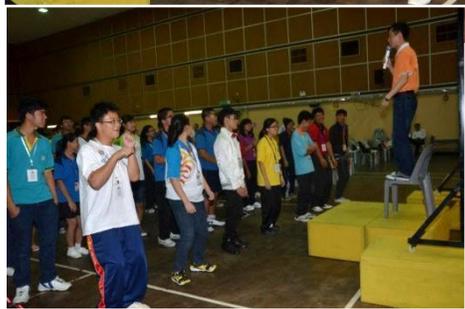


青少年成長營照片



21.09.2012 青少年成長營(第一屆)





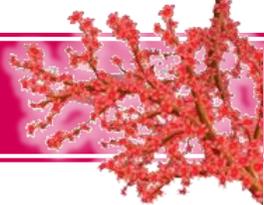
26.05.2013青少年成長營(第二屆)







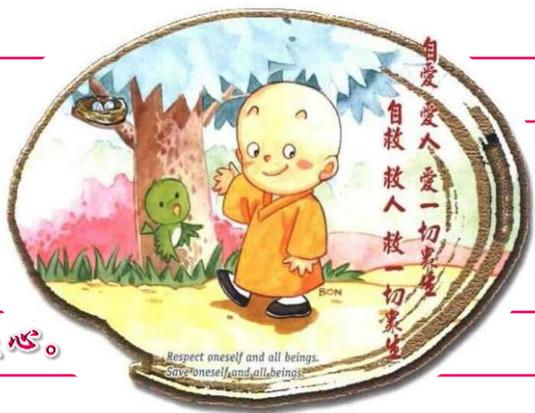
小笔记



尽得大的责任，就得大快乐；
尽得小的责任，就得小快乐。







自愛 愛人 愛一切眾生
自救 救人 救一切眾生

Respect oneself and all beings.
Save oneself and all beings.

风声雨声读书声声入耳，
家事国事天下事事事关心。



世有伯乐，然後有千里馬，
千里馬常有，而伯乐不常有。

孝宜彰 镌铭悬树 斯恩天地同赋
怡声沉气 双亲敬问 暖嘘寒晨暮
休逆忤 须念著 怀胎十月娘辛苦
血精孕固 临盆腹痛 方得新生哺
予身体毛肤
心头肉 如宝如珍 呵护喃喃欣授言语
弯腰牵步 扶行路 风起加衣添裤
细心顾 儿长大 专科教育栽培注
无私而付
愿青少之营 儒风早习 齐把孝章与

宋大峰祖师撰赋赠参加本届明修少年营学员
调寄《摸鱼儿》
副词 乱掌蔡定和
正词 乱掌林彦武
甲午年五月初一日 公元二零一四年五月廿九日

大峰福所

宣教按

祖师：

莫忘父母艰辛哺育之恩。古语云：「谁言寸草心，报得三春晖。」父母对子女无私之付出，子女是无法报答的。青少年应乘双亲建在时尽孝，莫违亲命，多作些令父母开心的事。（另参阅《明修晨钟》第三册第二页祖师劝孝文）。

路要自己走



我知道对你来说
这世界有一点复杂
我知道你肯付出
却不懂该如何表达
我知道你不喜欢
成人世界的伪装
我知道关于未来
天地万物都有
没有一个人有放弃的权利
我会牵著你的手
面对选择的时候
有一天我会放手
失去方向的时候
清澈的天空

你有自己的想法
存在这世上的意义

但是路要自己走
听听心底宁静的角落
因为路要自己走
记得抬头仰望

