

2027 年創價班「露營星空夜」活動企劃案

- 一、主旨：本活動為年度企劃「兄弟時光」鄉鎮版的候選活動之一。帶家人到附近的營地露營一晚，白天一起搭帳篷、煮晚餐；晚上圍著營火，讀一段《新·人間革命》、分享感動，再關掉燈一起抬頭看星星。活動本身就是陪家人的時間。
- 二、舉辦方式：建議以家庭為單位（依照各區情況自行調整，可以區或本部為單位舉辦），以實體方式舉辦，每場建議以 4 至 6 個家庭為佳。
1. 營地：有管理員、廁所與淋浴間，可使用焚火台；有雨棚區更好（選營地的方法請參閱附件七）。
 2. 時間：週六下午入營、週日上午拔營；正式程序在晚餐後，例如 19:30 至 20:30。
 3. 裝備：沒有帳篷的家庭，可向成員借用，或選營地的帳篷租借、免搭帳方案。
 4. 晚餐：每家帶一道菜，或分組一起煮；有人吃素或對食物過敏，先說一聲（分工請參閱附件七）。
- 三、參加人員：各區創價班班員及學員，以及家人；孩子年紀不限，太小的孩子請家長自行斟酌是否過夜。
- 四、程序：晚餐收拾好後開始，孩子睡前結束。

序	內容	時間 (分鐘)	擔當者	備註
1	點營火、開場	10	主辦人	圍成一圈坐；戶外不安排題目三唱。
2	營火故事時間	15	主持人	念一張故事卡，提出分享提問。請參閱附件二。
3	圍火交流 + 分享 感動	20	全體、預邀 成員	大人孩子都能說；預邀分享約 3 分鐘。
4	星空時間	10	全體	關掉營燈，一起抬頭看星星、認星座。
5	收尾	5	主持人	念收尾的話，帶走一句話。請參閱附件三。
	合計	60		入營到就寢的安排見附件七。

- 五、選配程序（正式程序結束後 30 分鐘）：孩子睡了以後，大人繼續圍著營火聊天；隔天早上一起散步、吃早餐再拔營。

六、注意事項：

1. 安全：

- (1) 營火：只用營地允許的焚火台，旁邊備一桶水；禁火時改圍著營燈。
- (2) 孩子：孩子不靠近火源，天黑後身邊要有大人；留意營區車道與溪邊。
- (3) 天氣：出發前兩天看天氣預報，豪雨、颱風時延期。
- (4) 夜間：每家備頭燈或手電筒；先確認廁所位置與營地管理員的電話。
- (5) 收拾：睡前把營火完全熄滅、灑水確認；離開時垃圾全部帶走。

- 2.費用：營位、租借費各家自付；一起煮的食材小額分攤。
- 3.不強迫發言：大人孩子都一樣，想說再說；安靜地看著火也是陪伴。
- 4.第一次露營也能來：裝備可以借，也可以選免搭帳的營位。

附件一

主持參考稿

（可依實際狀況修改，不必照念）

【點營火、開場】

（晚餐收拾好後）大家把椅子搬過來，圍成一圈坐。小朋友坐在爸爸媽媽旁邊喔。

（點火）謝謝大家今天一起來參加兄弟時光！今晚就是圍著營火聊聊天、看看星星，大約一個小時；小朋友想睡了，隨時可以先去睡。

*營地禁火時，把幾盞營燈放在中間代替營火。

【營火故事時間】

《新·人間革命》裡也有圍著營火、看星星的故事，我念一段給大家聽，很短喔。（念附件二故事卡，約3分鐘）

聽完有沒有什麼感覺？卡片上有兩個問題：第一題問大人，第二題小朋友也能答，想說的人再說就好。

【圍火交流+分享感動】

今天也想請○○跟我們分享一下，他最近讀到一段很有感覺。（約3分鐘）

謝謝○○！其他人如果今天有什麼感動，也歡迎說說；小朋友也可以說說今天最有趣的是什麼。

*孩子坐不住時，請一位夥伴帶他們在營火旁認星星，不必要求坐好。

【星空時間】

我們把燈關掉一下，大家抬頭看看。（安靜看星星約5分鐘）

小朋友，找得到北斗七星嗎？像一支大湯匙。找不到也沒關係，數數看能看到幾顆星。

【收尾】

最後跟大家分享一段話。（念附件三收尾的話）

星星白天也在，只是看不見。今晚聊到的，有沒有哪一句話想帶回家？放在心裡就好，不用說出來。

今天的正式程序就到這裡，謝謝大家！小朋友先去刷牙睡覺；大人想再坐一下的，我們繼續圍著營火聊。

附件二

故事卡

故事卡由創價班企劃室提供給各圈區，內容如下：

※營火邊念一張就好；孩子多時建議念故事卡 A，下雨天可念故事卡 C。

※分享提問分兩題：第一題問大人，第二題孩子也能答；想說的人再說。

故事卡 A：孩子想去宇宙

正面：

一九七〇年六月，伸一在箱根研修所，和一群高中、國中與小學的孩子研修。那天他還在發燒，講完話卻說要跟大家一起到院子裡放煙火。孩子們圍著他，天上星光閃爍。

→ 分享提問一：今天跟孩子在一起，你看到他平常沒注意到的哪一面？

→ 分享提問二：你覺得自己身上哪裡像星星、哪裡像太陽？

背面：原文 | 第 14 卷〈大河〉

「難懂的話到此為止！走，一起到外面放煙火吧！高高興興地玩耍吧！可以自由活動喔！」

伸一站起身來，身體晃了一下，他還在發燒，身邊的高中生們扶住他。

.....

仰望星空，有位小學女生說：「真想到宇宙看看！」

伸一對她說：「宇宙嗎？我也想去呀！不過，佛法說自身與宇宙一樣喲！」

他指著少女的頭解釋：

「頭是圓的吧！這代表天，頭髮就是無數的星星。雙眼是太陽與月亮，睜眼閉眼就是白天與黑夜，眉毛則是北斗七星喲！」

.....

故事卡 B：薪柴就是我們的生命

正面：

一九六〇年七月，伸一帶男子部「水滸會」到千葉縣犬吠埼戶外研修。晚上大家圍著營火，伸一先講了燈塔：不管大海怎麼洶湧，燈塔都照亮航道。接著他說起，圍著營火研修是戶田先生留下的傳統。

→ 分享提問一：這幾年，你把自己「燒」成了什麼樣的光？

→ 分享提問二：柴燒完火就會熄，要怎麼讓營火一直亮著？

背面：原文 | 第 2 卷〈磨練〉

這樣圍著營火進行『水滸會』戶外研修，是戶田先生樹立的傳統，具有深刻的意義。

先生說，燃燒的薪柴猶如我們的生命，信仰的火焰則代表學會的精神。先生教導我們，只有燃燒生命，燃起信仰的火焰，才能為社會綻放出希望與甦生的和平之光。」

.....

營火烈焰明亮地映照著青年們的臉龐。

.....

無數的星星在夜空中閃爍，青年們的眼眸勝過星星，迸射出誓願廣宣流布的美麗光輝！

故事卡 C：創價班的雨中帳篷

正面：

有一年夏天，九州輸送班（今創價班）在鹿兒島縣的九州綜合研修所戶外研修，大家搭帳篷住。下午下起大雨，研修樓已經準備好讓大家避難，佐賀縣的創價班卻堅持留在帳篷裡。當晚，伸一來帳篷區巡視。

→ 分享提問一：你在外面值勤、忙活動的時候，家裡是誰撐著？

→ 分享提問二：如果半夜下大雨，我們要怎麼做才安全？

背面：原文 | 第 25 卷〈薰風〉

「就算被暴雨淋溼，也要保護會員，這就是創價班。研修就是為了學習這種精神、接受訓練，我們要在帳篷裡堅持到最後。」

.....

當晚伸一巡視帳篷區，雨已經停了，但他很擔心會員的情況。

.....

「留在帳篷裡的，是佐賀縣的創價班。」

「喔，意氣風發啊！不過，只要有一點點的危險就不可魯莽行事，立即避難也很重要，研修、訓練都要以『平安』、『絕對無事故』為鐵則。

我知道佐賀縣創價班都很有精神，但他們的家人都健康嗎？告訴他們，如果有人家人病了，寫上名字交給我。」

附件三

《新・人間革命》素材

一、收尾的話（第 6 卷〈雄鷹〉）

晚上，伸一仰望星空，感慨地說：「你們看，滿天星斗，白天看不見，但太陽一落下，群星便輝耀夜空。一顆又一顆，都是和太陽一樣的恆星。我要造就人才，如繁星閃閃……。」

項目	說明
背景	一九六六年，伸一為聽他講課的大學部二期生成立「潮會」。二期生在箱根仙石原舉行成立儀式並研修，晚上伸一仰望星空，說了這段話。
生活化連結	今晚看到的每一顆星，白天其實都在，只是看不見。身邊的太太、孩子、夥伴也一樣，每個人都有自己的光，只是平常忙到沒看見。
可順帶提的一句	「宇宙即我」、「我即宇宙」（第 12 卷〈光榮〉）
請避免	延伸解釋「宇宙即我」等教義，或把「人才」講成要孩子出人頭地；唸完、連結一句就好。

附件四

物品清單

一、物品清單

序	物品	數量	準備單位	備註
1	故事卡	1 套（3 張）	企劃室提供	營火邊念一張
2	帳篷、睡袋	每家 1 套	參加者	沒有的可借用或租借
3	焚火台、木柴	1 組	主辦人	營地允許時；木柴可向營地購買
4	滅火用水桶	1 桶	主辦人	放在營火旁
5	營燈、頭燈	每家 1 個以上	參加者	禁火時用營燈代替營火
6	防蚊液、急救包	各 1 份	主辦人	OK 繃、優碘、燙傷藥膏
7	晚餐食材	依分工	各家庭	一起煮的食材小額分攤
8	問卷	每人 1 份	企劃室提供	隔天早上填寫

附件五

主持人引導說明（第一次主持也能辦）

一、基本原則

- 1.冷場沒關係：大家安靜地看著火，不是失敗；營火本身就讓人放鬆，不必急著補話。
- 2.不必跑完：哪一段聊得熱絡就延長，其他段落可縮短或省略；唯「分享感動」與孩子睡前結束須保留。
- 3.不必每人發言：想說的人先說，不點名、不輪流。
- 4.主持人少說：任何單一講述不超過十分鐘；主持參考稿僅供參考，不必照念。
- 5.準時宣布「正式程序到此結束」：讓孩子安心去睡，想留下的大人再繼續聊。

二、常見狀況與處理方式

狀況	處理方式
孩子坐不住、吵著要玩	請一位夥伴帶孩子在旁邊認星星、撿樹枝；不必要求孩子安靜坐好。
營地不能生火	把幾盞營燈放在中間圍一圈，一樣是「營火」；故事照念。
下雨了	移到雨棚或炊事亭進行；可以念故事卡C，順便聊聊下雨天的安全。
家人不熟悉學會	用平常說話的語氣念故事，不解釋教義；歡迎他們聊今天的露營就好。
有人講得很長，停不下來	溫和地說：「這個好有料，我們先聽聽小朋友的。」然後換下一位。
有人當眾說到很私人的困難	先謝謝他願意說，不當場給建議或指導；活動後再私下關心。
只來了2、3個家庭	照常舉辦，圍一小圈更溫暖。

附件六

邀約說帖

一、說明

以下文字可用於訊息或當面邀約時參考。「○○」處請自行填入；語氣請依彼此的熟悉程度調整。讓我們展現創價班的溫暖，讓對方知道「帶家人來露營一晚、看看星星」即可。

二、邀約的時機與方式

- 1.活動前一至兩個月：先預約營地（熱門營地常常提早額滿），再在群組發出邀約訊息（見三），同時個別私訊或打電話給久未參加的夥伴（見四）。個別邀約比群組訊息更有效。
- 2.活動前兩週：發出報名接龍訊息（見五），確認家庭數、帳篷與裝備需求。
- 3.活動前兩天：看天氣預報，發出提醒訊息（見六）；天氣不好就通知延期。

三、邀約訊息

（一）通用版

【兄弟時光：露營星空夜】

時間：○月○日（六）下午○點入營，隔天上午拔營

地點：○○營地

帶家人一起來露營！白天搭帳篷、一起煮晚餐，晚上圍著營火聽一小段《新·人間革命》的故事，再關燈看星星。

沒有帳篷也沒關係，可以借；營位費各家自付，約○○元。

要來的請回個「+1」，並說幾大幾小！

（二）實用版：適合想帶孩子出去玩的爸爸

【週末帶孩子看星星】

○月○日（六）在○○營地露營一晚。

孩子想去露營、自己又沒經驗？大家一起去，裝備可以借，有人一起照顧孩子，晚上還能看星星。

要來的請回個「+1」。

四、個別邀約

(一) 給久未參加的夥伴 (私訊)

○○，好久不見！最近好嗎？孩子應該長大不少了吧！
我們○月○日（六）要帶家人去○○營地露營一晚，晚上圍營火、看星星。
好久沒見到你們一家了，有空的話一起來吧！

(二) 對方說不確定或不能來時

沒關係！你先跟家人商量看看，下週我再問你一次。
這次不行也沒關係，下次有活動再約你們。

(三) 當面或打電話邀約的重點：

- 1.先問近況與家人，再提活動。
- 2.講清楚三件事：哪一天、哪個營地、大概要花多少錢。
- 3.讓對方安心：裝備可以借，有人一起照顧孩子，不必上台、不必發言。
- 4.對方猶豫時不必勉強，過幾天再問一次即可。
- 5.請避免以「好久沒來了」「要多參加活動」開頭，容易讓人有壓力。

五、報名接龍訊息（活動前兩週）

報名接龍

【○月○日 露營星空夜 報名接龍】

營地：○○營地（營位費約○○元）

要預約營位，請在○月○日前填上名字：

- 1.○○○（幾大幾小 / 需不需要借帳篷）
- 2.

3.

※晚餐每家帶一道菜，或一起煮。

六、活動前兩天提醒

提醒訊息

後天下午○點在○○營地集合，記得帶睡袋、頭燈和薄外套喔！

地址：○○○

天氣預報○○，照常出發（或：因天氣延期到○月○日）。

臨時有事不能來也沒關係，跟我說一聲就好。

七、分享感動人員邀請參考稿

這次露營星空夜在營火邊有3分鐘分享，想請你講一段最近讀《新・人間革命》或跟家人有關的感動，不用準備稿子，講你自己的就好。（建議邀請平常不太發言、但很照顧家人的成員）

附件七

營地選擇與當天安排

一、選營地時，請先確認：

- 1.距離：開車一小時內，孩子不會坐車坐太久。
- 2.設施：有管理員、廁所與淋浴間；有雨棚區或炊事亭更好。
- 3.用火：營地允不允許用焚火台，木柴能不能現場購買；禁火時準備營燈。
- 4.星空：遠離路燈與市區，晚上才看得到星星；確認營區的熄燈時間。
- 5.安全：營位平坦，遠離溪邊與陡坡，手機收得到訊號。

二、當天安排（參考）：

週六 14:00 入營、搭帳篷 → 17:00 一起煮晚餐 → 19:30 正式程序 → 21:00 孩子就寢
→ 週日早餐後拔營。

三、家庭分工：

- 1.裝備：沒有帳篷的家庭先登記，請有裝備的家庭借用，或統一向營地租借。
- 2.晚餐：每家帶一道菜，或分組一起煮；有人吃素或對食物過敏，先說一聲。
- 3.照看孩子：安排一兩位大人輪流照看孩子，讓其他爸媽也能好好坐下來聊。

四、看星星小提示：

- 1.關燈後等兩三分鐘，眼睛習慣了就看得到更多星星。
- 2.可以用手機的星座 App 找北斗七星、夏季大三角，找到後就把螢幕關掉。
- 3.月亮太亮的晚上星星比較少，可挑接近新月的日子舉辦。