

再多一張，還是剛剛好？

和家人一起，一次學一點。



先看一看

做一張卡片，需要把一整盒貼紙都拿走嗎？



故事 1 / 3



手工桌上有一盒閃亮的星星貼紙。小禾拿了一張，又想再拿幾張。“每種顏色都好看！”她說。媽媽還在等著選。媽媽沒有說喜歡貼紙不好，只問：“你今天想做什麼？需要多少才夠？”

停一停，問一問：媽媽先問了什麼，而不是批評什麼？

故事 2 / 3



小禾看看還沒完成的卡片，把一張喜歡的貼紙放在旁邊，其餘放回公用盒。“我還是很想要別的顏色。”她說。媽媽答：“喜歡可以留在心裡，不一定馬上拿到手。你可以先看看這一張怎麼用。”

停一停，問一問：喜歡和馬上拿走，是同一件事嗎？

故事 3 / 3



小禾貼了幾顆星，又用筆畫出新的星星。卡片沒有鋪滿，卻有自己的樣子。媽媽也選到了要用的貼紙。小禾發現，夠用之後停一停，不是禁止自己快樂，而是給別的選擇留出空間。

停一停，問一問：除了貼更多，小禾還想出了什麼？

佛法小發現

喜歡可以存在，
行動仍然可以選擇。



說說你的想法

小禾放回貼紙後，還會想要嗎？

“夠用”對不同的作品，會不會不一樣？



動手試一試

為一張小卡片做材料計劃。



家長與來源

一起聽故事、討論，再做一個小活動。

故事與活動：BlessFu編寫

配圖：AI輔助插畫

完整出處和家長提示見配套講稿。

