

再多一张，还是刚刚好？

和家人一起，一次学一点。



先看一看

做一张卡片，需要把一整盒贴纸都拿走吗？



故事 1 / 3



手工桌上有一盒闪亮的星星贴纸。小禾拿了一张，又想再拿几张。“每种颜色都好看！”她说。妈妈还在等着选。妈妈没有说喜欢贴纸不好，只问：“你今天想做什么？需要多少才够？”

停一停，问一问：妈妈先问了什么，而不是批评什么？

故事 2 / 3



小禾看看还没完成的卡片，把一张喜欢的贴纸放在旁边，其余放回公用盒。“我还是很想要别的颜色。”她说。妈妈答：“喜欢可以留在心里，不一定马上拿到手。你可以先看看这一张怎么用。”

停一停，问一问：喜欢和马上拿走，是同一件事吗？

故事 3 / 3



小禾贴了几颗星，又用笔画出新的星星。卡片没有铺满，却有自己的样子。妈妈也选到了要用的贴纸。小禾发现，够用之后停一停，不是禁止自己快乐，而是给别的选择留出空间。

停一停，问一问：除了贴更多，小禾还想出了什么？

佛法小发现

喜欢可以存在，
行动仍然可以选择。



说说你的想法

小禾放回贴纸后，还会想要吗？

“够用”对不同的作品，会不会不一样？



动手试一试

为一张小卡片做材料计划。



家长与来源

一起听故事、讨论，再做一个小活动。

故事与活动：BlessFu编写

配图：AI辅助插画

完整出处和家长提示见配套讲稿。

