

一杯清水的心意

和家人一起，一次学一点。



先看一看

表达一份心意，一定要准备很贵的东西吗？



故事 1 / 3



妈妈拿出一只小白碗：“有些佛教家庭会用清水作供养，表达恭敬，也学习愿意给予。”
小禾说：“我想帮忙！”她和妈妈洗碗，弟弟递来干净的布。他们先把桌面收拾好。

停一停，问一问：谁做了哪一件准备工作？

故事 2 / 3



妈妈把小碗放在托盘里，用小水壶慢慢示范倒水，没有装到满满的。小禾仔细看着，轻声说：“愿我更懂得关心别人。”妈妈说：“这是我们的入门体验，正式供水还有各家的传承方法，可以慢慢请教。”

停一停，问一问：妈妈倒水时，小禾可以观察什么？

故事 3 / 3



弟弟一碰桌边，一滴水洒了出来。他紧张地看着妈妈。小禾拿来布：“我们擦干就好。”收拾时，他们一起照顾碗和桌面。小禾发现，认真准备、善意提醒和耐心整理，都值得练习。

停一停，问一问：弟弟紧张时，小禾怎么回应？

佛法小发现

认真准备，也温柔待人。



说说你的想法

小白碗不昂贵，为什么仍可以认真准备？

水洒了以后，什么回应能帮助弟弟？



动手试一试

画三幅小图：准备、用心、收拾。
用清水练习时，请大人在旁。



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。

