



靜思語教學



圖片來源：須彌山小螞蟻、《兒童靜思語》，靜思人文出版發行



環保教育-知足常樂

知足少欲

體驗活動



圖片來源：大愛引航、須彌山小螞蟻、《兒童靜思語》，靜思人文出版發行。

知足迷宮圖

美麗善良的公主,被巫婆藏在欲望的城堡中,有一位聰明的王子即將發揮他的智慧,突破巫婆設計的重重關卡來營救公主?通關密語「有就好,凡事要知足」。



活動規則

一、計時一分鐘;二人一組，
一人負責捲放迷宮圖，
另一人沿著迷宮圖路線往
前走。



二、走到叉路時說出通關密語
「有就好，凡事要知足」
再選擇一條繼續前進。



三、在叉路的路線中有許多的
誘惑，說出那些東西是你
想要的還是需要的。



四、繼續前走,抵達到欲望城堡，
即可過關，並將公主營救出
來。



分享

一、想一想，

你們是如何快速完成通關？

二、說說看，你們營救失敗的原因是什麼呢？

三、覺得最困難的部分是什麼？



結語

在生活中，我們常會為了心中「需要」和「想要」的念頭，不斷苦惱該選擇什麼。其實只要我們能將「夠用就好」的念頭，記在心裡，就會省下許多花費，也不會因覺得不足而煩惱唷！



靜思語

凡事知足，
就會海闊天空，
少煩惱。



講述故事

美麗的笑容



圖片來源：大愛引航、須彌山小螞蟻、《兒童靜思語》，靜思人文出版發行

省 思



圖片來源：大愛引航、須彌山小螞蟻、《兒童靜思語》，靜思人文出版發行。

一、說說看，小女孩去逛百貨公司為什麼沒買東西？



二、想一想，小女孩沒買東西
的心情如何？



三、如果你去逛百貨公司卻不能
買東西，你的心情如何呢？



四、想想看，自己擁有的快樂 和幸福是什麼？



圖片來源：須彌山小螞蟻、《兒童靜思語》，靜思人文出版發行

靜思語

凡事知足，
就會海闊天空，
少煩惱。



靜思



圖片來源：大愛引航—須彌山小螞蟻、《兒童靜思語》，靜思人文出版發行。

結語

生活中我們都容易被五顏六色的玩具或物品所吸引，而產生想要得到和擁有的想法。但仔細想想，若我們一直想要新的東西，沒有得到時，就會不開心；



反之，若我們能學習告訴自己已經足夠了，就不會因為沒有得到而難過。希望大家都能珍惜自己擁有的幸福，減少想要的欲望與煩惱。



靜思語

凡事知足，
就會海闊天空，
少煩惱。



生活實踐



圖片來源：大愛引航、須彌山小螞蟻、《兒童靜思語》，靜思人文出版發行。

一、不會一直要求父母買新玩具，
東西夠用就好。

二、會整理自己的物品，
知道自己擁有哪些物品。



靜思語

凡事知足，
就會海闊天空，
少煩惱。

