



12月6日周會

慎言

節制

1. 善用時間
2. 建立有規律的生活習慣
3. 慎言
4. 妥善管理情緒
5. 建立健康上網習慣
6. 減少浪費
7. 妥善管理金錢

慎言

1. 多說欣賞、鼓勵和感謝的說話
2. 不說讓人傷心的說話
3. 不取笑別人

慎言

1. 多說欣賞、鼓勵和感謝的說話
2. 不說讓人傷心的說話
3. 不取笑別人
4. 不宣揚別人的弱點和私事(弟子規)

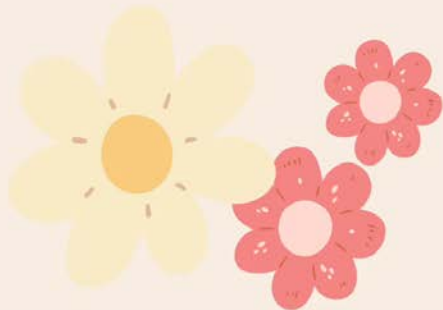
故事分享 (一句讚美的溫暖效應)

一句讚美的溫暖效應

作者：皮姆·凡赫斯特(Pimm Van Hest)

繪圖：妮可·塔斯瑪(Nynke Mare Talsma)

翻譯：張家綺



欣賞和讚美的威力

真誠的讚美

- 透過安慰、鼓舞、給予別人信心
- 由一個人傳遞給另一個人，改變我們每天的決定和生活



The background features a repeating pattern of overlapping, semi-transparent blue circles of various shades, ranging from light sky blue to deep navy. Superimposed on these circles are delicate, golden-brown branches that resemble coral or seaweed, with thin, tapering limbs extending in various directions. The overall aesthetic is soft and organic.

小任務

向一個人表示讚美和欣賞

慎言

1. 多說欣賞、鼓勵和感謝的說話
2. 不說讓人傷心的說話
3. 不取笑別人
4. 不宣揚別人的弱點和私事(弟子規)

故事分享 (畢老師的蘋果)

畢老師的蘋果

作者：瑪丹娜

翻譯：蔡依林

繪圖：羅倫



慎言

1. 多說欣賞、鼓勵和感謝的說話
2. 不說讓人傷心的說話
3. 不取笑別人
4. 不宣揚別人的弱點和私事(弟子規)

弟子規

汎愛眾

慎言

- 1.多說欣賞、鼓勵和感謝的說話
- 2.不說讓人傷心的說話
- 3.不取笑別人
- 4.不宣揚別人的弱點和私事(弟子規)

齊唱節制歌

