

### 四個饅頭

一天上完早課後，小和尚和師兄們一起用膳。這時，小和尚發現師兄們的碗裏都擺着四個大饅頭，而自己的碗中卻只有兩個。小和尚覺得很不公平，於是去找到師父，要求多要兩個饅頭。看着小和尚一臉的堅決，師父滿足了他的要求。

可是，當小和尚勉強地吃下那四個大饅頭時，他的肚子漲得難受，根本沒辦法像往常一樣靜心地打掃、誦經。看着小和尚難受的模樣，師父語重心長地對他說：「你的欲望是得到了滿足，但你卻沒有從中得到好處，反而讓這些欲望成為了你的負擔以及痛苦的來源。今天以後，我希望你牢牢記住一個道理：『得到』並不一定是享受，『適合自己』才更為最重要。」小和尚認真地點了點頭。