**云清智慧栈**

**一、导言**

**1、成立智慧栈的初心和目的**

初心：喜欢抄经，也想和认识的朋友们一起抄经，认识必经之路后，希望可以去影响更多的人，有这样一个地方，让人放松，静下来，和自己在一起，独处。

目的：我真的可以去做这样的一件事情，纯粹的只做这件事，去在这个过程中，也看到自己的起心动念。

**2、对于智慧栈存在的价值和理解**

借由抄心经一个小小的举动，带大家去觉察自己的情绪、念头，真正的可以越来越平静，而且是可以用到日常的生活中，把抄经这样的状态用在生活中。

**二、活动概述**

1、智慧栈名称：云清智慧栈

2、时间：

周四上午10：00 — 11:30

3、地址：广西南宁市良庆区金龙路碧水天和B区

4、预计人数：4-10人

**三、智慧栈活动计划**

● 每周四固定抄经

**四、活动流程**

1、活动内容

● 抄写心经

● 静心冥想

**2、形式**

● 线上线下所有分享，公开免费

3、活动发布

● 朋友圈分享

**4、活动具体流程(抄心经)**

● 沐手焚香

● 介绍必经之路

● 静心5分钟

● 诵开经偈 ● 抄经

● 诵经 ● 回向

● 交流分享

● 活动总结

● 合影留念

**五、总结与思考**

总结：纯粹的去做一件事，专注的去做一件事，坚持的去做一件事

严格遵守必经之路三不原则!!!

思考：关于未来的变化和应对策略

遵循蓝狮子老师的教导，在生活中修行，增长自己的智慧，保持利他的心，一切的变化都会顺其自然的发展，坚守三不原则，不推销，不拒绝，不求名利，纯粹的做一名智慧栈栈长，在事中修行，遇见对境，提起觉察，这就是我要修行的过程。

在做抄经这件事情的过程中，我想就是坚持，不忘初心，去做就是了。