**和至智慧栈**

**一、导言**

**1、成立智慧栈的初心和目的**

很多年前，结缘了鬼脚七的那本《人生处处是修行》，这本书让我懂得如何从痛苦中获得能量、如何从苦难中增长智慧。过了几年，朋友又推荐了《人生必经之路》，知道人生必经的三个阶段，见自己、见天地、见众生，我想这份机缘也是我结识必经之路的源头吧。

而剩下的就是因心出发，一步步的了解到咱们这个公益组织所做和所传播的都是真正意义上的纯粹利他，认识到这些年学习的经历，最终会在生活中去修行才是实修，也深刻体会到必经之路所倡导的在生活中去修行才是我们平凡人的实修之路。而抄经会让你一次次的觉察自己，由经入静、抄经就好似一面镜子，如实让我们可以内观自己。所以我希望自己的这份收获和心得可以通过组织抄经活动，让更多的人受益，而恰好在今年我们的小院也装修完毕，第一个想到的就是终于有一个属于自己和提供给他人的抄经屋,安静、温暖，希望更多的人可以在这里可以共同生长。

**2、对于智慧栈存在的价值和理解**

众生芸芸似乎每一个人都很忙碌，可是又有多少人忙的喜乐、忙的富足、忙的有价值？反者道之用，最终我们会发现只有静才会让你回归自我 ，一点点的探索人生的本质。只有心静如水，才能映照出万物的真理，静中生慧，慧及四方。

而智慧栈的价值是让更多人去体验不一样的人生，可在抄经的过程中感受不一样的人生，让自己可以更纯粹更利他的思维去做一件有价值、有意义的事。

**二、活动概述**

1.智慧栈名称：和至智慧栈

2.时间：周五下午或周六下午

3.地址：陕西省西安市长安区子午镇台沟村112号

4.预计人数：6-8人

**三、智慧栈活动计划**

每月至少四次抄经

共读《觉察之道》

**四、活动流程题**

**1、活动内容**

● 抄写心经

● 静心冥想

● 共读一本书

● 禅拍或者艾灸环节

**2、活动形式**

● 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：不忘初心，一直坚持把力量传递出去，影响更多的人思考：如何让自己不忘初心，我想在成长的过程跟随必经之路的步伐是目前想到的最好的答案。