**圣堂智慧栈**

1. **导言**
   1. 成立智慧栈的初心和价值

在当今的社会中，忙碌和浮躁是大多数人的写照。由此滋生的杂念，时刻扰乱着人们的内心。心不定则身不由己，无以修身齐家。人们每天都在被各种功名利禄、鸡毛蒜皮的事儿弄得鸡飞狗跳。

抄经可以帮助人们净化心灵，摆脱杂念。在抄经的过程中，专注于每一个字符、每一个词句，将自己完全投入到文字中。这种专注使人们的思绪从喧闹的外界环境中抽离出来，感受到内心的宁静与平和。抄经不仅是文字的书写，更是心灵的修行，通过抄经感知自然，明白自我。

道观组织抄经活动，纯属服务大众的利他行为，这跟崇福道院的理念相吻合，也与张道长这么多年坚持举办的各种公益活动相呼应。通过抄经活动，大众在道院可以获得一个放松、放心、自由交流心声的能量互动场所，让大众体验不一样的人生。

1. **活动计划**

1. 智慧栈名称：圣堂智慧栈

2. 地址：上海浦东新区三林镇杨南路555号

3. 时间：每周日下午2-4点，有变提前通知

4. 人数：场地每期限报20名

5. 活动推广：

* 公众号：定时发布活动通知，引导大众报名
* 朋友圈，群发消息
* 广告立牌：在道院门口设置广告立牌，引导关注抄经活动

1. **活动流程**

**1. 物料准备**

* 抄经用的临摹字帖、笔、写字垫等
* 沐手用具
* 注意事项：内容包括手机调成静音、拍照关闭闪光灯，祈福文等，每个桌子放置一张
* 签到表

**2. 流程**

* 签到，引导就坐
* 主持人发言（2分钟）：介绍抄经的意义
* 沐手（5分钟）：可根据情况调整
* 静心（5分钟）：点香，播放静心音乐，引导在座位上打坐冥想等
* 诵读经文（5分钟）：主持人诵读，大众可跟读，也可默念
* 抄经（40—60分钟）：
* 诵读祈福文（5分钟）：主持人诵读，大众可跟读，也可默念
* 主持人总结（2分钟）：总结此次活动
* 合影留念（5分钟）：引导大众合影留念，各自手抄经文留念

1. **活动后**

* 整理未带走的经文，归档、留存
* 会场布置归位

1. 总结

生活的经历让我醒来，感恩一切人、事、物！无论在这条路上遇到任何困难，都不会坚持不懈，砥砺前行。