**如是心智慧栈**

**一、导言**

**1、成立智慧栈的初心和目的**

2018年经历了人生中的一场变故，婚变，事业危机，破产，负债，每日傲慢且急躁抑郁，后来有幸结缘了恩师，陪我走出那这段至暗岁月，老师和师姐们向我推荐了必经之路，也有幸读了蓝狮子老师的《人生处处是修行》当我心烦意乱时，是心经帮我打开了另一扇窗，今年母亲检查出脑梗，又结识了《如是心》被如是心创始人小陈的发心及企业文化深深震撼着，9年热衷于公益事业，1元酒店免费入住三天四晚，服务了20多万人，于是我发愿要想礼物出现在别人的生命中，用生命去影响生命。

门店开业后，我送出去了很多心经，看到大家因为抄写心经后，心渐渐平静了，不在为生活中的琐事而烦恼了，这也刚加坚定我去做公益分享，想组织抄经，于是再次链接到慧远，我说我想建 立一个抄经点，于是开启了一系列的学习，真正体验到了觉察的魅力。

我由衷的希望能持续的组织抄经活动，也许哪一天这一个小小的举动也帮助了谁 呢， 就像我也曾借助别人的光而走出黑暗，当然我也不会期待一定要怎么样，我只是想 把好的东西分享出去。

我们未必光芒万丈，始终温暖如初

我是小小牟

**2、对于智慧栈存在的价值和理解**

现在大家的生活压力，精神压力都挺大，那么从浅层来说能给大家带来这1个小时的放松，以 及可以放心的交流一些心声，已经很好了。在这里，可以喝茶，聊天，熏蒸，哪怕只是静静的坐坐，不抄经，也是心灵上的一种享受。

从深层一点的说，来到智慧栈抄经的人也许会因为这个共同的能量场，也许因为我 的能量场从而链接到必经之路，链接到觉察之道，然后走上增长智慧减少烦恼的修行路 上，这是一件多么有意义的事!

我感觉不是智慧栈存在的价值，而是咱们必经之路存在的价值!

**二、活动概述**

1、智慧栈名称：如是心智慧栈

2、时间：周六或周天 上午9:31

3、地址：山东省青岛市胶州市如是心东方食养

4、人数：1人起

**三、智慧栈活动计划**

● 每月至少2次抄经活动

● 带领大家读七师父、传统文化等善书(如果允许)

● 如有长期跟随抄经的，可以专门做一场分享会

**四、活动流程**

1、活动内容

● 抄写心经

● 静心冥想 ● 读书会

● 黄精疗愈

**2、形式**

● 线上线下所有分享，公开免费

3、活动发布

● 书友群接龙

● 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：希望自己不忘初心，一直坚持把力量传递下去。希望带动更多的人走出困扰，

接力用生命影响生命。一定要奉行必经之路三不原则!!!

思考：关于未来的变化和应对策略

目前想不到会有什么变化，我觉得只要紧跟七师父和同学们的步伐，就不用担 心 !

写到这，多了一点对自己的提示一过往经验来看，大家可能会提出一些生活中的 问题，谨慎起见，为了不把人带偏，以倾听为主，不要随意给出意见!