**妙来智慧栈**

**一、导言**

**1.组织智慧栈的初衷**

自从退休之后，我整个人是放飞的一个状态。不愿意学习，不愿意写字，不愿意用脑子，不愿意受管制，不愿意写作业，更不愿意在线上开会。所以第一次参加新手村的时候掉队了。第二次上船因为李燕同学鼓励这次又参加这个新手村的学习感受颇多。每天村长，观察员还有向导都是那么细致的将爱心无私奉献给每一位同学。37A01立1万9之口的，我觉得我通过这次学习开启了一个不一样的后半生，我决定要开一个智慧栈，我开智慧栈初衷的是想让我身边的朋友，家人在抄经的过程中心静下来。在抄经的过中，得到智慧学会觉察。

**2.智慧栈存在价值和理解**

现在人工作压力，生活压力都非常大。我是想通过在抄经的一过程中，通过抄写心经让大家的心平静下来。在一起读一下书觉察一下，有时间的话再在一起交流自己的生活，工作互相的解压温暖。

**二.智慧栈的活动计划**

抄一部心经时间是每周一下午一点半，读一篇文章，一起交流一下一周的生活。

**三.智慧栈活动流程**

1.沐手焚香

2.静心环节

3.开经偈

4.抄经环节

5.朗诵心经

6.回向

7.合影留念

8.大家一起交流分享

9.总结本次活动

**四.总结与思考**

最后我用一句话总结一下，坚持是一件了不起的事情，坚持做一件事，你会有一个不一样的人生。