守中智慧栈

一、导言

1.成立智慧栈的初心和目的

必经之路对我的生活产生了深远的影响。初次认识到了觉察的力量，试着在吃饭中修行、在走路中觉察，每天抄经、体验用笔写字，学会了如何专注，如何安住当下。成立智慧栈让大家有个共同抄经的地方，在快节奏的社会当中慢下来，引导大家共同提升，做心的主人。

2.对于智慧栈的价值和理解

像蓝狮子老师所说,用生命去影响生命用自己去影响别人,让社会看到,真的有这么一群人,不求名利,纯粹利他,给社会一点希望。智慧栈就是从我做起，从小做起，把人本就俱足的智慧找出来。

二、活动概述

1.智慧栈名称:守中智慧栈

2.时间:周二上午9:00~11:00

3.地址:山东省潍坊市奎文区北苑街道鸢飞路365号3-1号商业楼2层209号

4.预计人数:4人

三.智慧栈活动计划

1、每周一次抄经活动

2.抄经活动结束后,组织读书会

四、活动流程

1.活动内容

抄写心经

静心冥想

读书会

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、具体流程(抄心经)

沐手焚香

介绍必经之路

静心

诵开经偈

抄经

诵经

回向

交流分享

总结

合影留念

五.总结与思考

1.希望自己不忘初心,一直坚持下去,带动更多的人走出困扰,在生活中修行,奉行不推销、不拒绝、不求名利原则,影响更多的人。

2.保持内心的清净，在世俗中好好修行。