怡泰和智慧栈

一、导言

1、成立智慧栈的初心与目的

 我叫万彦君，曾在2015年的时候参加过禅七活动，在那时便接触到了抄经，当然那时还处于一个懵懂状态里，也没有体会到抄经的好处。期间也就是断断续续的抄写，并没有持续。

 2022年给自己的放了一年长假做了一个小的茶空间让自己能够有个歇脚歇心的地方。很早之前就看过七师父的作品，通过作品找到公众号，最后找到抄经活动.....没有多久自己便申请了智慧栈，也在不间断的举办着抄经的活动，我希望我能把这个好东西让更多的人受益。

 希望通过智慧栈站长的学习能将抄经活动举办的更加严谨，能帮助到更多的人。

2、对于智慧栈存在的价值和理解

 我常说：大家能用一个半小时的时间不为名不为利，全身心的放心投入做一件让自己静心的事情，这是多么难得的美好与幸福。

在这里可以让自己身心放松，借由此共同由此增长智慧减少烦恼，这是一件多么有意义的事情。

二、活动概述

1、智慧栈名称：怡泰和智慧栈

2、时间：周日上午9:30-11:00（准备增加周三上午一场）

3、地址：南昌市青山湖区解放东路怡泰和智慧栈

4、预计人数：5-6位

三、智慧栈活动计划：

1、每周至少一次抄经活动

2、每周读书会

四、活动详细流程（共90分钟）

1、沐手

2、喝茶静心（10分钟）

3、介绍必经之咱（3分钟）

4、诵读开经偈（2分钟）

5、抄经（40分钟）

6、诵读经典一遍（5分钟）

7、回向（2分钟）

8、合影拍照，打卡（3分钟）

9、喝茶+分享（25分钟）（可调节）

四、总结：

期望结果：每位来抄经的同学都能感受到放松、温暖。可以放心来到这里休息、停靠并安心的地方。

应对策略：1、时间与其他活动冲突，提前通知，一周内调整。

 2、活动人数不够，照样进行，从我做起。

希望自己不忘初心，一直坚持把这份能量传递给更多的人。一定奉行必经之路的三不原则！！！