

慈心智慧栈

一、 导言

1、 成立智慧栈的初心和目的

我是微尘，曾经因一度心情压抑想到抄经，断断续续并没有坚持，那会儿抄一部《心经》有时需要几天时间，负面情绪也未改变。自从去年加入必经之路，和同学们一起抄经并加入抄经万元户，慢慢体会到什么是在抄经中修行，在不断的练习觉察中，让一直散乱的心可以安静下来。从开始接触到必经之路就有开智慧栈的想法，又感觉自己什么都不懂，通过在必经之路一年多的学习，让自己走出情绪低谷。想要帮助身边因情绪困扰的人，抄经是很好的入口。

点一盏心灯，照亮自己，也照亮别人。

2、 对于智慧栈存在的价值和理解

现实中接触到的所有人，都有这样那样的烦恼，被情绪控制而不自知。智慧栈给有缘的人提供一个静心、放松的场所，也是做为连接必经之路的桥梁。

我知道智慧栈存在的价值远不止这些，但文字表达能力有限。

二、 活动概述

- 1、智慧栈名称：慈心智慧栈
- 2、时间：周六或周日 下午 3:00
- 3、地址：河北省衡水市故城县工业路 联众图文广告（财政局西 30 米）
- 4、容纳人数：8 人左右

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

- 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

抄一部心经，点一盏心灯

愿我一直保持初心，秉持必经之路三不原则。以一灯传诸灯，终至万灯皆明。

智慧栈代表的是必经之路，我需要用心维护。