智慧栈计划书

一.智慧栈的发心和计划

我是乐天新手村第十期毕业的古月同学

接触心经也差不多两年半了，那时因为和先生关系很糟糕，心里很烦，所以就选择抄经。自从抄经后，我的性格也慢慢的开始改变，不再像之前那么急躁，也会经常反省自己，心也随之变得安静了，和家人相处得也是原来越好！去年我发愿给女儿抄一百部心经，助力女儿中考，后面女儿在心经的加持下，真的就非常顺利的考进了自己心仪已久的高中！真的是，一切都是那么的美好，神奇！所以我就特别想在线下开一家抄经智慧栈！

1. 智慧栈存在的价值和理解

\*我发现身边很多朋友都过得很焦虑，很压抑，很不开心，我就在想如果能将我在必经之路收获的喜悦和温暖，用这种方式传递给身边的人，那将是一件非常有意义又开心的事情。

\*抄经是一种传统且时尚的静心方式，其文字简洁优美，而且饱含智慧，能给人以强大的力量。来到智慧栈抄经的人也会因为这种能量场，认识必经之路，认识蓝狮子，认识很多优秀的同学，还有可能会在这里学会觉察，那样的话，他们就会很容易放下执念，增长智慧，心怀感恩和善念，这样的话，我们周围都是善良的人，那将是多么美好的事情！

1. 活动概述
2. 智慧栈名称……心流智慧栈
3. 时间，每周二上午10点至11点
4. 地址.湖南省长沙市岳麓区阳光一百凤凰街18栋3楼《围炉茶叙》
5. 预计人数6……10人

四，智慧栈活动计划

1. 每月之前两次抄经活动
2. 带领大家读七师父的书（如果允许）

五,活动流程

1. 活动内容

抄写心经，静心冥想，读书会，声音疗愈。

1. 形式

线上线下所有分享公开免费

1. 活动发布

书友群接龙，朋友圈分享

1. 活动具体流程（抄心经）

沐手焚香

介绍必经之路

静心五分钟

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，希望自己保持初心，用利他的心去带领，影响更多人走出焦虑，走出困扰，我也一定会奉行必经的三原则，我愿做一盏灯在小小的智慧栈等你，你来过或不来，我都一直在……

我也会尽全力紧跟七师父和同学们的步伐！我们一起加油！祝我们的必经越来越好，队伍越来越壮大！