溪畔时光智慧栈

1. 导言
2. 成立智慧栈的缘起

我是郭咏丽，早在2019年就接触到了必经之路的公众号，也开始抄经，但是只是抄经，没有更深入的理解和学习。

经历了人生的低谷后，试图通过学习各种方法以期回复到之前的状态，却发现没有心灵的安宁，任何努力就是无根之木，不会有持久的生命力。

2023年准备做一个疗愈自己的工作室，通过学习冥想和疗愈等课程，给更多的人以心灵的支持。这时候，更体会到抄经的强大力量。在2024年2月参加新手村课程，系统学习理论知识和实践抄经。在学习觉察之道，我看到自己一直被情绪困扰的模式和原因，也找到了应对的方法，但是需要更多的磨练做事上修。

后面因为工作室的装修一直延误，一度丧失信心，在听蓝狮子老师的智慧栈的讲课后，认识到在生活中修行，才是正确的人生。现在的我不再急躁，一面在推进工作室的装修进展，一方面向智慧栈的先行者学习，做好云抄经，把准备工作做得更充分。

1. 成立智慧栈的初心

人生总要有点意义，去实现年少的梦想。因为自己的经历，觉得别人也许会有类似的情况，所以想做个智慧栈，提供一个安静的地方可以纯粹地抄经 ，通过抄写中国经典文化 ，倡导在生活中的修行 。

希望自己像一个溪畔的隐者 ，在守护自己内心的平静安宁的时候，也能陪伴寻找方向的人们，一起耐心等待暴风雨过去，找回本心，充满能量后再出发。

2、对于智慧栈存在的价值和理解

智慧栈对那些因好奇而偶遇的人们，不推销不拒绝，开心的迎接他们的体验。

对参加了新手村学习的同学，智慧栈是他们互相连接沟通的线下场所，只要他们需要，智慧栈总是对他们敞开大门。

智慧栈，给那些对外寻求方向对内自我探求的人们以耐心，温馨线下的陪伴方式，通过觉察的学习和实践，不断实现自我成长，找到适合他们自己的方式去重启旅程。

智慧栈的运营，也是一个修行。任何事情都要先做起来，而不是等到所有条件具备再行动。一边做一边改进，是做事情的合理模式。

1. 活动概括

1、智慧栈名称：溪畔时光智慧栈

2、时间：周日下午3:00～4：30

3、地址：江苏省无锡市滨湖区山水西路 山水花苑 28-301

4、预计人数：3-4人

三、智慧栈活动计划

1. 每月至少举办一次抄经活动
2. 每两周一次线下读书会
3. 线下共享抄经空间每天开放
4. 活动流程
5. 活动内容

静心冥想

抄写心经

读书会

申时茶

1. 活动发布

必经之路APP展示

读书会接龙

线上发布

朋友邀约

1. 活动形式：

免费公益活动

无任何商业推销或引流

1. 抄经流程

主持人介绍

必经之路介绍

沐手焚香

静心

抄经

齐诵心经

默念回向或祝福

合影拍照

抄写经典分享

1. 遵守的原则

1、秉持必经之路的三不原则，不推销，不拒绝，不求名利。

2、对于大家的困惑，不好为人师，以倾听为主。

3、纯粹的抄经，不引导宗教意义避免歧义，不谈敏感词汇，守护好必经之路。

六、总结与思考

智慧栈运营是中国古典文化的学习和实践方式，它是为抄经的同学们服务，同时也是自我修行的一部分。

智慧栈是大家有缘相聚和学习的地方，耐心、无求、无为，是它一开始就设定的基调，希望一直能坚持下去，做一个朴素的陪伴者。

智慧栈是线下抄经的活动场所，也是必经之路的线下展示点，大家的言行都要守护好必经之路。