

# 玖雲小院智慧栈

## 玖雲小院智慧栈

### 一:成立智慧栈的初心与价值

智慧栈：心灵的栖息地，内在探索的起点

在 2020 年的阴霾中，我的人生经历了一段深刻的低谷。然而，就在那时，一位修行的老师向我伸出了援手，她建议我通过抄写心经来寻求内心的宁静。在笔尖的舞动中，我逐渐找到了心灵的平衡，情绪的稳定。那一刻，我意识到，真正的力量来自于内心的平和与自我觉察。

随着时间的推移，这份宁静成为了我生命中不可或缺的一部分。2023 年底，我有幸结缘一座静谧的小院，它成为了我的禅修空间。在这里，我发愿要将这份宁静与更多的人分享，通过抄经的方式，帮助他们向内求索，觉察生活中的每一个瞬间。

就在我独自前行的时候，我遇到了必经之路——一个致力于心灵成长的公益组织。我感到自己不再孤单，因为我知道，有一群人和我有着相同的追求和梦想。这让我更加坚定了成为栈长的决心，开始了我的学习之旅。

智慧栈，不仅仅是一个空间，它是心灵的栖息地，是内在探索的起点。我们相信，每个人都有能力通过自我觉察，找到属于自己的平静与智慧。在这里，我们不仅抄写经文，更抄写生活，抄写未来。

### 二、活动概述

- 1、智慧栈名称：玖雲小院智慧栈
- 2、时间：初一、十五，其他时间随缘
- 3、地址：四川省成都都江堰市灵岩寺村 9 组玖雲小院
- 4、预计人数：6-9 人

### 三、智慧栈活动计划

- 1:每月至少 2 次抄经活动
- 2: 带领大家读七师父的书(如果允许)
- 3: 时间允许走出去做流动抄经驿站

#### 四、活动流程

##### 1、活动内容

- 抄写心经
- 静心禅坐
- 读书会
- 钵清理

##### 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
- 平台分享

##### 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、总结与思考总结:

不忘初心，坚定把这份内观能量传递下去。在玖雲小院智慧栈，我们不仅是在抄写经文，更是在抄写生活，抄写未来。我们相信，通过每一次的抄经、禅坐和读书，我们都能更深入地了解自己，找到内心的平静与智慧。