紫月禅舞智慧栈计划书

1:我是山东紫月，现在在带领一些禅舞和禅修爱好者。 2初心是，看着众生很痛苦，为工作苦，为家庭关系苦，为求不到苦，为生活琐事而苦！3上午抄经，下午禅舞和读书会，领着大家净手，焚香，插花，念心经，抄心经，然后做回向。再领着大家一起跳禅舞，接下来我想让大家都开心。心经：能让我们开智慧，内心不受情绪所控制，不受业力的能量所控制，心经开启我们的智慧，当我们活在当下，爱自己爱别人，爱生活，爱一切有情无情众生，当你的心像水一样温柔，当你的心像水穿石滴一样有韧劲，当你的心在不断的从迷茫痛苦压力悲伤中转化为阳光喜悦平和安详自在的时候，我想这就是我们要找的彼岸！心经是有福报的人修的，是有智慧的人拥有的，更是能让我们到达彼岸的一部看似简短的几句话，却承载着我们圣贤文化的精神与能量 [合十]