**四季缘智慧栈**

**一、导言**

**1、成立智慧栈的初心和目的**

2022年5月我通过公众号了解到必经之路学习，抄一部心经，点亮一盏心灯。通过抄心经，起笔，落笔，静心，身心合一，家庭和谐幸福。帮助身边更多家庭和谐幸福。

用生命点亮生命，我是范范！

**2、对于智慧栈存在的价值和理解**

现在家长和孩子都在内卷，亲子关系绷紧，沟通出现隔阂，父母焦虑，小孩很无奈。四季缘智慧栈提供一个爱的场所，小孩的“游乐场”，让大人和孩子通过抄经活动和读书会活动，生起欢喜心，得智慧，身心愉悦。

**二、活动概述**

1、智慧栈名称：四季缘智慧栈

2、时间：

周一到周五 晚上19:30一20:30

周六或周天下午15:00--17:00

3、地址：山东省临沂市沂水县健康路金梦园

4、预计人数：4-9人

**三、智慧栈活动计划**

● 每月至少3次抄经活动

● 带领大家读七师父的书(如果允许)

● 如有长期跟随抄经的，可以专门做一场分享会

**四、活动流程**

1、活动内容

● 抄写心经

● 静心冥想 ● 读书会

● 音乐疗愈

**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**

总结：

让自己有生之年做一件有意义的事，不忘初心，一直坚持把爱力量传递下去，生命点亮生命，希望每个家庭幸福和诣，国泰民安。

一定要奉行必经之路三不原则!!!

思考：关于未来的变化和应对策略

一部经，一家人，一辈子！紧跟着必经之路蓝狮子老师和同学们的步徒，归零学习，做志愿者小七，服务大家，继续学习，依次参加天空训练营，点灯计划，摩鱼班等。