

栈长学习·抄写经典活动带领稿

一：抄一部心经，点一盏心灯

大家好！我是XX智慧栈栈长XXX,今天很荣幸带领大家一起抄写经典，让咱们的新栈长可以更好地熟悉抄写经典流程。下面咱们正式开始吧！

抄写经典前，请大家自行焚香、沐手，端身正意。如果方便的话，你可以打开视频，视频更近，期待和你隔空相遇，能量共振。

二：下面请让我为大家简单介绍一下必经之路。

必经之路，是一个可以免费领取抄经纸的公益组织。

必经之路，是一个倡导大家抄写经典的公益组织。

必经之路是一个引导大家在生活中修行，帮助大家增长智慧减少烦恼的公益组织。

必经之路智慧栈秉持三不原则：**不推销、不拒绝、不求名利。**

如果，你有一个智慧栈，或者你家附近有智慧栈，你可以与大家相约在智慧栈，体会一起抄写经典的喜悦心情。

你还可以与大家相约在线上抄写经典，共同在云端营造一个安静平和的能量场。

三：请大家找一个舒服的姿势坐好，缓缓闭上双眼，我们一起进入**静心环节**。

好的，请大家缓缓地睁开双眼，开始今天的静心抄写经典环节。

四：我们一起**恭敬合掌，念诵开经偈**。开经偈已经同步发到了留言评论区，请大家自行查看。

无上甚深微妙法，百千万劫难遭遇，

我今见闻得受持，愿解如来真实义。

五：现在大家可以开始**静心抄写经典**，我们把所有的关注力放在笔尖和字上，如果有念头起落，静看就好，再回到字上即可。抄写时间大约为 40 分钟。我会提前 5 分钟提醒大家。好，接下来让我们一起静心抄写经典.....

(35 分钟后缓慢柔和的声调提示)：好~我们抄写经典的时间还有 5 分钟，已经抄写完的同学，可以默念，没有抄完的同学也不用着急，继续抄写即可。一会我们会有**合影拍照环节，请大家调整好着装。**

六：好，大家都抄写完了吗？我们抄写经典的环节到这里就先告一段落了，主要是带领大家熟悉流程，没有抄完的同学可以先暂停，后续补齐。接下来，是齐诵心经环节，邀请大家跟我一起**恭敬合掌，我们齐诵心经一遍。**

七：抄写经典，诵读经典，都是善事，有善业功德。可以把善业回向给你想帮助的人或机构，并说出自己的愿望。可以回向多次，回向给多人，并不冲突。类似留言评论区的参考回向文。大家可以自行修改，或者用这个回向文也可以。回向文已经同步发到了留言评论区，请同学们查看。我们一起**恭敬合掌念诵回向文**及个人回向内容。

以我今日所有功德，回向给祖国，愿国泰民安，世界和平；

回向给我的家人和朋友，愿他们身体健康；

回向给所有众生，愿我同众生，智慧增长，早日证悟，远离痛苦，获得喜乐！

(此时稍等一下个人回向的同学)

八：好的，现在是我们**拍照合影留念环节**，让照片记录下我们的美好时刻。如果方便的话，请大家打开视频，拿着心经，我们一起拍照留念，没有抄写完成的同学也可以打开视频一起拍照。以后栈长们在线下组织智慧栈活动时，也记得和来的朋友们拍照留念，并且可以分享到我们的栈长群里，美好值得传递。

(截图)

九：大家记得打卡，**助力我们的一亿部心经抄写计划**，可从“**必经之路公众号**”或手机小程序登录“抄写经典吧”打卡。

十：好，感谢大家的参与，以上就是我们带领抄写经典的全部流程，带领大家再来回顾一下：

- ①主持人介绍+提醒大家沐手焚香静心
- ②必经之路介绍
- ③静心3分钟
- ④诵读开经偈
- ⑤静心抄写经典
- ⑥齐诵心经一遍
- ⑦回向
- ⑧合影拍照
- ⑨提醒打卡
- ⑩分享环节

因为一会有读书会，今天咱们就跳过分享环节了。

结束：

抄一部心经，点一盏心灯。感恩大家的发心，祝福大家顺利通过栈长培训，拥有并打造一个自己的智慧栈，共同点亮心灯。