

# 经心苑智慧栈运营计划书

## 一. 我是谁?

经心苑“经”指佛经，“心”代表心灵，内心，“苑”指场所，整体寓意着一个人让人心灵得到滋养和成长的抄经场所。

我是一名佛学爱好者，也是一位佛经追随着，在日常生活中时刻练习觉察的觉者，在经心苑里同学们可以相互沟通，交流感情，以茶会友，也可以通过抄经来分享自己的修行体验，

在经心苑我作为一名智慧栈长，也希望大家通过抄经了解经典立表达的意思，我们要怎样去达一个究竟了悟的地方，和大家一起了悟证道。

## 二. 成立智慧栈的初心和目的

成立智慧栈的初心是打心眼里就喜欢抄写心经，在没有认识必经之路之前自己在淘宝上买的心经纸自己在家抄写，并且在自己的门店里也经常组织朋友员工一起抄经和交流，因为抄经会让人静心回归内在，活在当下，而且心经里的内容是般若智慧，只要我们去抄写结缘，种下种子，这颗花迟早会盛开，会明白经典的意思并且在了解经典的同时也在生活中践行心经的空性智慧。

### 三. 活动计划与概述

计划：每周一次抄经活动，每月 4~5 次。

时间安排：

每个星期的周三，上午 10: 00-11: 30 或下午 2: 30-4:00

地址：山东省济南市北园大街 609 号灯具市场

预期人数：7-10 人

### 四. 活动流程：（约 90 分钟）

沐手、放音乐、点香（10 分钟）

介绍必经之路（5 分钟）

静心冥想（3 分钟）

诵读开经偈语（2 分钟）

抄经（40 分钟）

诵读心经（5 分钟）

诵读回向偶做回向（5 分钟）

交流分享（10 分钟）

活动总结（5 分钟）

### 五. 总结与思考

总结：希望通过抄经活动来让现代人放松身心，消除精神疲劳，有时候有可能人数会不够，我想既然做了就要坚持。