

聚童智慧栈

一、导言

1、成立智慧栈的初心和目的

去年 11 月有缘遇到必经之路，参加了明净村线下学习，遇到大爱的一群天使，觉察在生活中修行，让我有很大的进步，而且我也有了组织有了依靠和加持。

另外，我是一名家庭教育指导师，社工师，通过抄写心经和读书分享，提高自身的觉察力，同理心，正知正念。让来抄经的家人聚集在聚童智慧栈能向儿童一样快乐的童心，申请智慧栈的价值在于，通过抄心经读书分享，听各种人生故事，聊不同经历，让参与者通过实际行动的向内观，向内修，而不只是把这句话当成一个口号，说说而已。所有的穿越和提升都是要经过一点一滴的练习，在抄经的过程中慢慢的认识自己，觉察自己的念头，增长自己的认知和智慧，是一条非常正确又简洁的道路。

希望我们都能成为一束光照亮自己温暖他人，一起通过抄经去点亮心中的那束光。

2、对于智慧栈存在的价值和理解

1、寻求心灵宁静地方

抄写经文是一种心灵的修行。在一笔一划的书写过程中，让人可以暂时放下手机和电脑，远离社交媒体的喧嚣，专注于笔尖与纸张的接触。这种专注能够让人的心灵得到宁静，减少焦虑和压力。

2、艺术与美的体验

抄写经文也是一种艺术生活方式。不同的字体、笔触和纸张，都能给抄写带来不同的美感体验。在抄写的过程中，不仅能够体验到书写的艺术，还能够培养自己的审美能力和创造力。

3、社交与共享

现代社会的社交方式多种多样，抄写经文也成为了一种新的社交活动。通过社交媒体分享自己的抄写作品，交流抄写心得，形成了一种新的社交圈子。这种基于共同兴趣的社交，有助于建立更深层次的人际关系。

4、自我反思与成长

抄写经文的过程也是自我反思的过程。在抄写中，会不断地思考经文的意义，将其与自己的生活经验相结合，从而获得个人成长和智慧的启迪。

二、活动概述

1、智慧栈名称：聚童智慧栈

2、时间：周三 2.30-4.30

3、地址：河南省周口市西华县实验小学斜对面

4、预计人数：3-10 人

三、智慧栈活动计划

● 每月至少 2 次抄经活动

四、活动流程

1、活动内容

- 抄写心经
- 静心冥想
- 读书会

2、形式

- 线下所有分享，公益免费

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
- 合影留念
- 交流分享
- 活动总结

五、总结与思考

总结：希望自己不忘初心，一直坚持把力量传递下去。希望带动更多的人走出困扰，接力用生命影响生命。一定要奉行必经之路三不原则！

服务利他 幸福大家