



# 即是智慧栈

运营计划书

试用水印

# 目录

- 一、身份（我是谁？）
- 二、初心（为什么做？）
- 三、行动（怎么做？）
- 四、总结



# 身 份

我是谁？

试用水印



# 即是智慧栈

即是，不悔过去不忧未来。

这里就是个心灵驿站，你可以在这里哭，在这里笑，倾述你的烦恼焦虑和悲伤，也可以分享你的快乐喜悦和感悟，可以在这里泡上一壶香茗，安静的看书、写字、抄经，滋养心灵。



# 初 心

我为什么做？

试用水印



# 我与《心经》的故事

“无上甚深微妙法，百千万劫难遭遇”我接触的第一部佛经就是《心经》。“观自在菩萨……”念诵的遍数也已经记不清了。

这260个字从不知道是啥意思，读诵起来磕磕绊绊。到现在能流利背诵，期间用了数年时间。之前一直是自己读诵，不明白就看别人的解释，直到结缘了必经之路，开始认认真真一笔一划的抄写《心经》，慢慢的心静了，经文的含义理解了。知道了“无智亦无得...心无挂碍，无挂碍故无有恐怖”的境界。

我无德无能，没什么好布施给他人的，倘能有机缘多让一个人了解心经，与心经结缘，也算是在这五浊恶世中的秽身多了一丁点儿的意义。





# 行 动

我怎么做？

试用水印



# 活动概述

## 12月份活动安排：

时间：12月7日（二月初九）9：30-11：00

12月21日（二月十九）9：30-11：00

地点：福州台江中央第五街2号楼1909

预期人数：1人以上（暂时从我1人做起）





# 活动计划

内容：香茗/抄经

形式：公益

常规时间安排：每月2次，具体时间待定。

邀约人数：3-8人

活动发布：必经之路平台微信群、公众号、互动小程序/视频号

活动详细流程：（约90分钟）

创意签到，沐手（15分钟）

介绍必经之路（3分钟）

听一曲古乐静心冥想（5分钟）

诵读开经偈（2分钟）

抄经（40分钟）

左右手放松（2分钟）

读诵经典一遍（5分钟）

回向（2分钟）

合影拍照，打卡（3分钟）

个人介绍及分享（视情调整时长）





## 总结

### 期望结果：

每个过来抄经的同学都能有宾至如归的感觉，这里就是个心灵驿站，可以在这里停靠，调整休养，滋润自己，温暖他人。

### 应对策略：

- 1、时间与其他活动冲突，提前通知，一周内调整；
- 2、活动人数不够，照样进行，从我做起；
- 3、参与人没有恭敬心，用小故事或者视频引导出恭敬心的好处，使其发自内心的恭敬。



必经之路就是自渡之路

感恩遇见

