**心向前行智慧栈 运营计划书**

1. **我是谁？**

心向前行是一家室内设计工作室，也是一个追求实相,回转到自己，回转到心，一个来源，一个宁静，放松的，涵容的环境，希望我们一起通过抄经去遇见正正的自己，遇到爱，慈悲，喜乐，平安。

1. **成立智慧栈的初心和目的：**

**遇到必经之路平台前，读了一些经书，尤其和心经建立的连接最多。直到和好朋友一起参加了一期智慧站的抄经活动，让我下定决心在自己的工作室举行抄经活动。在抄经活动中希望能与孩子们建立连接，一起读古圣先贤的留下的书。我是一名设计师，通过抄写心经，提高自身的觉察力，不断回转到自己，带着正向的念头，正向的行为，正向的态度，去与空间连接，打造一个宁静平和有能量的居住空间，提供一个心的港湾，一路心向前行……同时对任何发生的事做一个感恩与肯定。申请智慧栈的价值在于，通过抄心经，与更多的人形成心的共振，一起结伴走上修行的路，一条没有回头路的路……**

1. **活动计划与概述**

**计划：每两周一次抄经活动，每月2~3次**

**时间安排：**

**2025年1/17，1/24，上午10:00-11:30**

**地点：河北省唐山市提香公馆文杰工作室**

**预期人数：2--4人/次**

1. **活动流程（约90分钟）**

**签到，沐手（10分钟）**

**介绍必经之路（5分钟）**

**静心冥想（3分钟）**

**诵读开经偈（2分钟）**

**抄经（40分钟）**

**诵读心经（5分钟）**

**诵读回向偈做回向（5分钟）**

**合影拍照，打卡（5分钟）**

**交流分享（10分钟）**

**活动总结（5分钟）**

1. **总结与思考**

**总结：心向前行，一条没有回头路的路。**

**思考：应对策略有**

**1.时间上：提前一周通知；**

**2用自己心的场去链接每个瞬间当下的人，心印心……**

**2.人数上：无人参与也照常进行，一切都是最好的安排；**

**3.参与度：从签到开始就制造仪式感和庄严性，提高敬畏心。**