

静心解忧之家 智慧栈

运营计划书



目录

1, 身份：我是谁？

2, 初心：我为什么做？

3, 行动：我准备怎么做？

4, 总结



—
身份
我是谁？



静心解忧之家是谁？

静心解忧之家主要是针对家长群体，在面对孩子的教养、学习及家庭关系的处理上，所缺失的智慧提升，属于生命教育的范畴。

在当父母的路上，我们都是新手，很多时候全凭自己的本能，但是孩子、家人关系，家庭氛围的结果往往并不如愿，我们感到茫然，我们不知所措；
我们又学习了很多的家庭教育知识，知识都是好的，对的，但是我们却意外的发现，都很难做到，我们怀疑自己，我们心灰意冷；

本质上，是我们缺乏生命的智慧，我们没有智慧去“看见”自己，看见自己的想法、习气、情绪对自己的奴役，我们把自己的生命主宰权交给了它们，我们过不好自己的生命，又何谈经营自己的家庭、孩子、伴侣；

我们没有智慧去看见孩子和伴侣，他们世界里的真实诉求、想法和感受，他们的生命卡点在哪里？他们需要的帮助是什么？我们只是站在“自己的世界”去理解他们，甚至指责抱怨，必然彼此不通，矛盾重重。

这一切，从静心开始，从静心解忧之家开始，开始自己的生命之路～



二

初心

我为什么做？



我是探索之路

我是一个在迷茫中探索生命意义的自我救赎者，2011年从偏僻的西北县城进入首都北京上大学，毫无征兆的陷入了深深的生命迷茫：专业不想学，能力又不够，学校又给不到，前路茫茫，时常夜不能寐，游离在深夜的校园里~

幸而上天垂怜，路遇贵人，总是在不同阶段能给到重要的支持和指引，冥冥之中，让我一直走在一条自我救赎的探索之路上。

我也是一名10多年的教育工作者，与其说教育工作者，不如说教育探索者。因为我并不认为今天的绝大部分号称“教育”的真的是在做“教育”，准确的讲，是“培训”，是“商业培训”，和“教育”二字的真正含义相关性不大。

我希望能找到教育原本的该有的样子，恰逢AI天时到来，深入了解后，让我看到了传统的“教培体系”即将失效，必然土崩瓦解，真正的教育时代呼之欲出，且已经有诸多明士开始行动，心生欢喜。

我的探索历程从大学生的职业化教育、就业教育，走到中小学生的素质教育，历经转折后又去探索了“社会精英”的顶级商学院教育和面对企业家群体的幸福力教育，最终在中国传统的禅文化教育里，找到了自己想要的答案，又在“必经之路”的学习中，看到了一个普世的路，这是真正的教育，我称之为“生命教育”，是一切教育的根基。

基于此，又尝试搭建了AI时代的基础教育模型，当然这是一个持续迭代和试错的路，但是方向正确，使命感所致，一往无前！

三

行动

我准备怎么做？



活动概述

活动内容：

- 1、营业时间内的不限期自主抄经；
- 2、特定时间（预计每周2场，周六日各一场）举行“静心抄经+家庭教育”沙龙公益活动；

活动地点：

中董书店：成都市金堂县康宁街金西路交叉口625号；

活动人数：5~10人/场，以家长为主

活动流程：（共120分钟）

签到+沐手（10分钟）

介绍必经之路（3分钟）

引导静坐或听一曲古乐（5分钟）

诵读开经偈（2分钟）

抄经（40分钟）

诵读经典1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（15分钟）

家庭教育一个主题要点的分享探讨（30分钟）



四 总结



我们期待为这个城市点一盏心灯
其实是为自己点了一盏心灯

我们期待更多的生命减少烦恼
其实是自己的生命少了烦恼

我们期待的一切
其实都是让我在了彼岸

一切的一切
都是每一个“做自己”
是自己的“做自己”
没有别人

是每一个人悉心面对的生命之路
醒着走着这条路……



静心解忧之家智慧栈
欢迎您

