



养心斋智慧栈

运营计划书

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？



养心斋

万法唯心造 直心是道场

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？



我与《心经》的故事

家母诵读《心经》已逾半个世纪，几乎每天早上起床洗漱后第一件事便是在佛前供一杯清水，燃香礼拜，然后开始念诵“观自在菩萨……”。

从不知道这到底说的啥意思，也从不去深究。直到数年前自己遇到坎了，那位道长教我念诵心经时，我才老老实实认认真真的把这260个字的前后顺序记了下来。某日读到“无智亦无得...心无挂碍，无挂碍故无有恐怖”而释怀。

“无上甚深微妙法，百千万劫难遭遇”，母亲就在我身边念诵了五十年心经，而我置若罔闻，可悲！幸而，终得开心门闻受。感恩母亲大慈！感恩观音菩萨护佑！感恩佛陀加被！

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？



活动概述

3月份活动安排：

时间：3月18日（二月初九）9：30-11：00

3月28日（二月十九）9：30-11：00

地点：珠海瀚高花园87号二楼

预期人数：1人以上（暂时从我1人做起）



活动计划

内容：香茗/古乐冥想抄经

形式：公益

常规时间安排：每月2次，具体时间待定。

邀约人数：3-5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（15分钟）

诵读开经偈（2分钟）

抄经（40分钟）

左右手放松（2分钟）

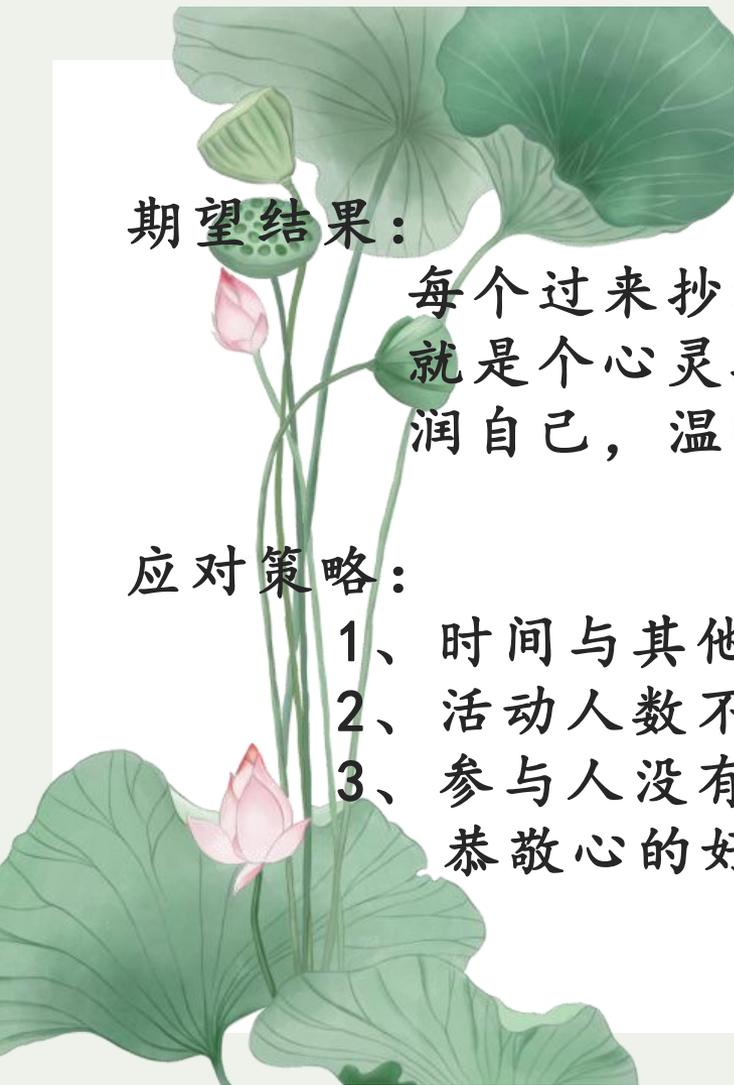
读诵经典一遍（5分钟）

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

