

缘心智慧栈

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

几年前偶然的一次机会，在一个会所听师傅讲心经，似懂非懂只记得是大智慧。2021年7月出了事故左腿骨折，在静养的日子里百无聊赖，突然想抄经吧！三年大概抄写500多份（仅仅只是抄写）不知不觉中烦躁焦虑少了，心情平和了！

今年六月在朋友圈看到分享的智慧栈抄经，点开来看了七师傅的文章，便迫不及待的联系参加了洛阳喜乐智慧栈的线下活动，满满的仪式感，归属感！参加了新手村培训之后，也开始带朋友一起抄经，就希望能持续的组织抄经活动，把好的东西分享出去！





行 动

我怎么做？



活动概述

活动名称：缘心智慧栈

时间：每周六或周日 9:30-11:30

活动地点：河南省三门峡市义马市连银社区
亚琪诺养生馆



活动计划

内容：香茗/古乐冥想抄经

形式：公益

常规时间安排：每周六或周日

邀约人数：2-8人

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）

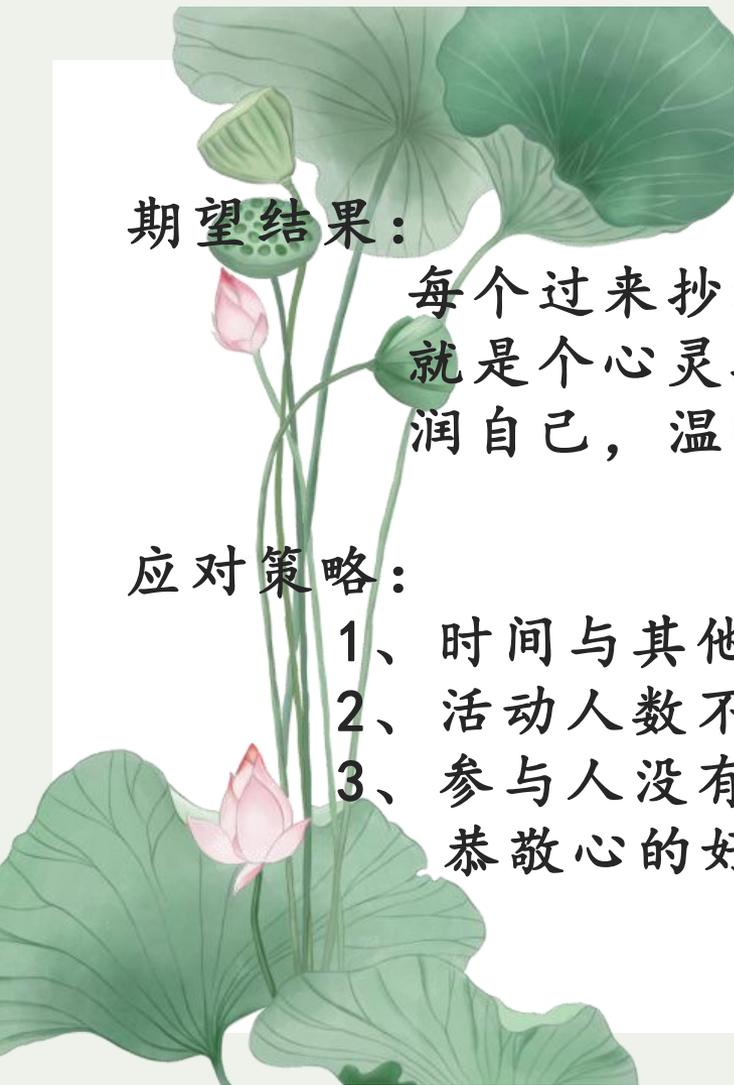
读诵经典一遍（5分钟）

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

