


轻听

轻听小屋智慧栈
运营计划书



目 录



壹 身 份

贰

初 心 / 信 念 / 价 值
我 为 什 么 做 ？

叁 行 我 怎 么 动 做 ？

肆 总 结

壹

身

是

份

轻听小屋是静心者、倾听者、分享者、内观者的家

轻听发言，安知非人之谮诉？当忍耐三思；因事相争，焉知

非我之不是？需平心暗想。

一切向内求

轻听小屋，是共建的爱的道场，静心，抄经，倾听内在的

声音，倾听他人的生命故事，感悟自己的人生，从生活的点

滴中修行，让灵魂升级。



贰

初心 / 信念 / 价值
我 为 什 么 做 ？

抄一部心经点亮一盏心灯温暖一颗心灵

2024年11月24日，经朋友尘舒引荐来到了清丽幽舍智慧栈，初来乍到却有一种回家的感觉，虽是寒冬胜似春日。抄经环节心中的谦恭敬畏油然而生，深感殊胜。一颗做公益的心一下被抄一部心经，点亮一盏心灯，温暖一颗心灵所触动，这不就是我苦苦寻找的道，上道刻不容缓。

我是一名心理咨询师，十几年一直走在助人自助的路上，用生命影响生命是我坚定的信念，必经之路大道至简，直达灵魂。我就用稻盛和夫先生说的话总结我为什么做。“人生的意义就是当你离开这个世界的时候你的灵魂比来到这个世界时变得更高尚一点点，这一生就没有白活”！





行我怎么做动？

形式：公益沙龙

内容：

- 1、静心冥想抄经
- 2、静心读书抄经



时间安排：

每周四晚上19:30-21:00

邀约人数：4-8人

活动发布：群内接龙



活动详细流程（90分钟）

- 签到，沐手（10分钟）
- 介绍必经之路（3分钟）
- 静心（5分钟）
- 诵读开经偈（2分钟）
- 诵读《心经》（3分钟）
- 抄经（40分钟）
- 放松（2分钟）
- 回向（2分钟）
- 打卡、合影（3分钟）
- 分享（20分钟）



期望结果

爱是一切创造的源泉，
有爱就能
创造美丽，
创造顺利，
创造奇迹。

纯粹、专业、乐趣



应对策略

- 1、固定时间，提前一一确认，及时调整。
- 2、无论人数多少，照常进行。
- 3、出现状况，允许一切的发生，接纳包容。

感恩遇见

必经之路就是自渡之路