

佳林智慧栈

目录：

壹：身份我是谁？

贰：初心/信念/价值我为什么做？

叁：行动我怎么做？

肆：总结

一、 我是谁

我名林妹妹是一名优秀的古筝教师，在做古筝教学期间一直做古筝推广公益事业践行者，无数次到西华各个村落的小学上古筝公益课。

二、 一个人一部心经一个故事

通过朋友偶然接触并邀请我参加了新手村学习，学习七天下来，每天抄写经典，受益匪浅。在小院儿盖好后，便想做一个这样的空间--公益的读书角。在学习新手村期间发现智慧栈一起读书抄写经典和我发心一致，便想到申请智慧栈很符合我的初心。另外，我个人本身就是一名教师，又是佛系主义者，也在今年定了个目标是希望可以智慧站能得到更多人认可，愿更多有志之士

前来学习交流。所以申请智慧栈的价值在于，通过抄心经，听各种人生故事，聊不同经历，让参与者可以释放情绪并找到内心安定的力量，同时我的存在可以让他们更愿意打开自己，探索自己，悦纳自己，最终也能让我在实践中成长，利他利己。

三、活动概述

下周活动安排：

时间：3.29 16:30-18:30

地点：佳林智慧站

预期人数：6人

活动计划

内容：弹琴品茶/静心抄经/古乐冥想 形式：自由

形式：自由

常规时间安排：预计每月4场，每周六抄经。

邀约人数：6-10人

活动发布：微信群/视频号/群互动小程序

活动详细流程（共120分钟）：

创意签到，沐手（15分钟）

介绍必经之路（5分钟） 弹琴或听一曲

古乐 (20 分钟)

诵读开经偈 (5 分钟)

抄经 (60 分钟)

左右手放松 (2 分钟) 诵读经典 1 遍
(5 分钟)

回向 (2 分钟)

合影拍照, 打卡 (5 分钟) 个人介绍及
分享 (根据人数调整时长)

期望结果: 每个来抄过心经的同学 可
以感到安心, 放松; 可以毫无顾忌的哭,
发自内心的笑; 可以因为在听到的故事中
得到启示, 哪怕一句话/一个词。

应对策略:

1.时间与其他活动冲突: 提前通知, 前
后一周内调整;

2.参与人数不够: 那也照常进行, 自己
完成多份;

3.参与人没有恭敬心: 在抄经环节里设
置讲述一个关于拥有恭敬心 好处的故事或
者播放相关视频。