小确幸智慧栈运营计划书

1 我是谁？

我是一名身心经疗愈师，喜欢传统文化，以及玄学，有实体工作室，用颂钵疗愈，塔罗占卜，芳香疗法等工具来帮助来访者解决当下的问题。

发愿可以协助更多人可以有觉知的生活，让世界变的更美好。

2 成立智慧栈的初心和目的

因为有工作室，也希望为社会做一些贡献，做一些读书会和抄经的活动。

刚好就和朋友连接时，就收到了讯息让她可以多抄经。说起来这个事情，然后她就跟我说最近在抄心经。说有个地方可以免费领抄经纸，还可以申请线下智慧栈。

天呐这不正是我想做的事情吗？

果断报名参加了新手村，台湾岛必经之路这个平台了，发心真的太纯粹。太让人感动了。自己一直想做一些公益的事情。可是就是做不起来不知道如何去做。朋友说你还没赚钱呢，你做免费的疗愈人家还以为你有啥套路呢。后来就搁置了。

遇到了必经之路我觉得深得我心呀，一方面满足了我想做一件很纯粹的事情，而且有这么好的平台手把手教你带你，简直就是我一直想要的呢。所以果断申请智慧栈。

目的呢想让城市喧哗的人儿有一个暂时停靠的地方。可能由于我自己吧，从小比较孤独，特别渴望有一个很温暖的人温暖的地方可以让我与这个世界连接一下，在我痛苦的时候有个人有个地方可以让我靠一下。所以有机会我想做那个点灯人，为世界为城市留一盏灯，照亮自己和他人，以灯点灯，以心传心！

让更多人感受到世界的善意与美好，让生活中增添一点小确幸！

3 活动计划与概述

计划每月两次抄写心经。

时间安排 4月 15，4.22 每周二

上午 9:30-11: 00

4-6 人每场

地址：河南省许昌市魏都区一峰国际都汇 337

4 活动流程(90 分钟)

签到，沐手(10 分钟)

介绍必经之路(5 分钟)

芳香冥想(3分钟)

诵读开经偈(2分钟)

抄经(40分钟)

诵经(5分钟)

诵读回向偈做回向(5分钟)

合影拍照打卡(5分钟)

交流分享(10分钟)

活动总结(5分钟)

5 总结与思考

1 提前一周通知

2 无人参加也正常进行，享受一个人的活动，仪式感满满。

3 仪式感，按照流程进行，提升敬畏心与参与感。