

德馨智慧栈

运营计划书



目录

Contents

01 身份（我是谁？）

02 初心/信念/价值（为什么做？）

03 行动（怎么做？）

04 总结

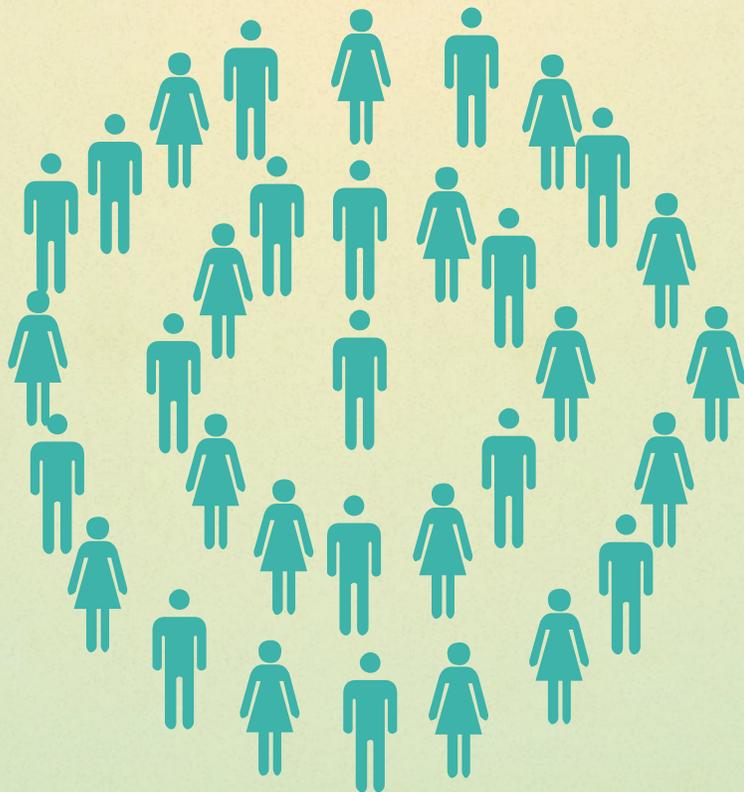


01

身 份

我是谁？





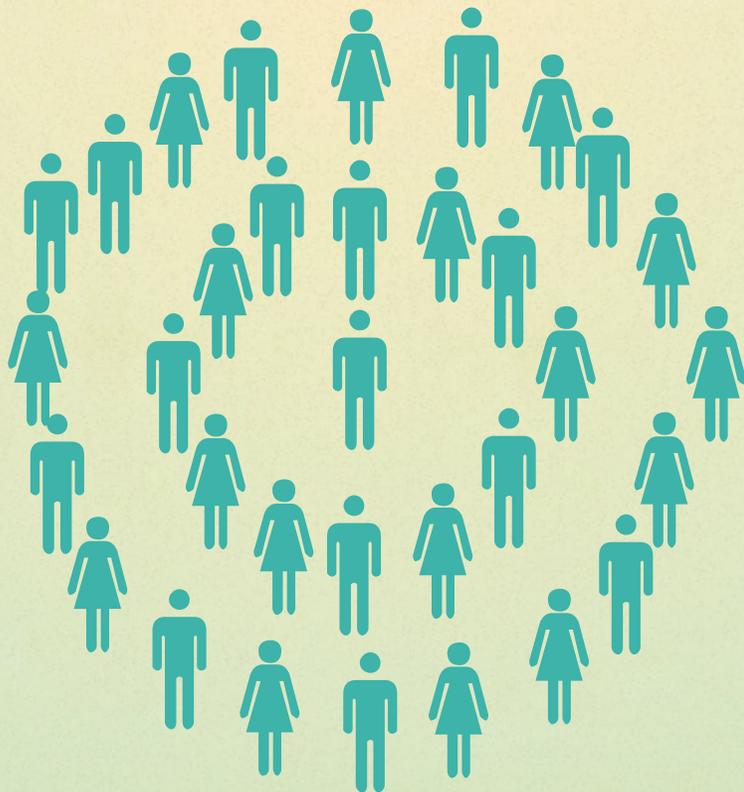
德馨

名字取自于《陋室铭》，斯是陋室，惟吾德馨。我希望德馨智慧栈能给大家一个温馨而高能量的场所。在这里没有有钱人和没钱人
之分，没有美与丑之分，有的是一群同频的人。然后一起抄经，静
心，共同成长。做一个内心富足的人。让自己的家庭，事业，各方
面都变得越来越好

② 初心/信念/价值

我为什么做？





最好的疗愈是自救

这也许是来自于自己淋过雨，就想为别人撑把伞~

在2018年由于自己的无知，贪欲让我掉入了万丈深渊，所有苦都不能跟外人讲，甚至是自己最亲的人。一个人默默承受痛苦导致彻夜难眠。为了自救，开始学习各种疗愈，接触传统文化。也慢慢的打开了内心的心结，不在于执着，修行真的是自己破执着的一个过程。

我是做药食同源养生的，然后融入了心理疗愈，我觉得一个健康的人一定是身心同时健康的。在去年的时候我给自己做了一个2025年的规划，成立公益抄经场所，读书会，我想把我自己所学的都分享出去在今年就吸引到了我的一个朋友，给我推荐了必经之路，当我了解之后，真的非常开心。我觉得我找到了组织，一个人去做这件事情可能会坚持不下去，但是在必经之路的护佑下，一群人去做这件事，不仅能量强大，而且非常的正规。也能让我更好的把这件事情做好，持续做。我想看到5年，10年后的自己，我想让更多人变得越来越好。我想让自己在这个社会上更有价值。

03

行 动

我怎么做？

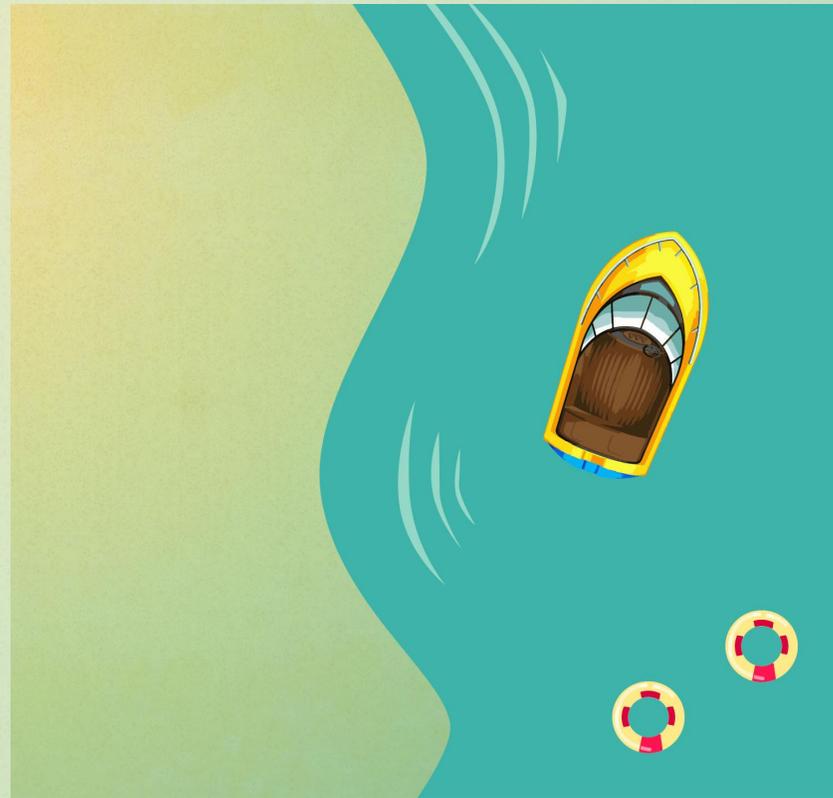


活动概述：

每月至少2场抄经活动（如果时间允许的话一周一
次抄经活动）

地点：浙江省嘉兴市秀洲区智富城7号楼1611室

预期人数：3人以上



活动计划：

内容：冥想抄经

形式：公益

时间安排：每月至少2次

邀约人数：3-8人

活动发布：社群内接龙/微信朋友圈/必经之路平台微信交流群

活动详细流程（约90分钟）

签到，沐手（15分钟）

介绍必经之路（3分钟）

听音乐调频冥想（15分钟）

诵读开经偈（2分钟）

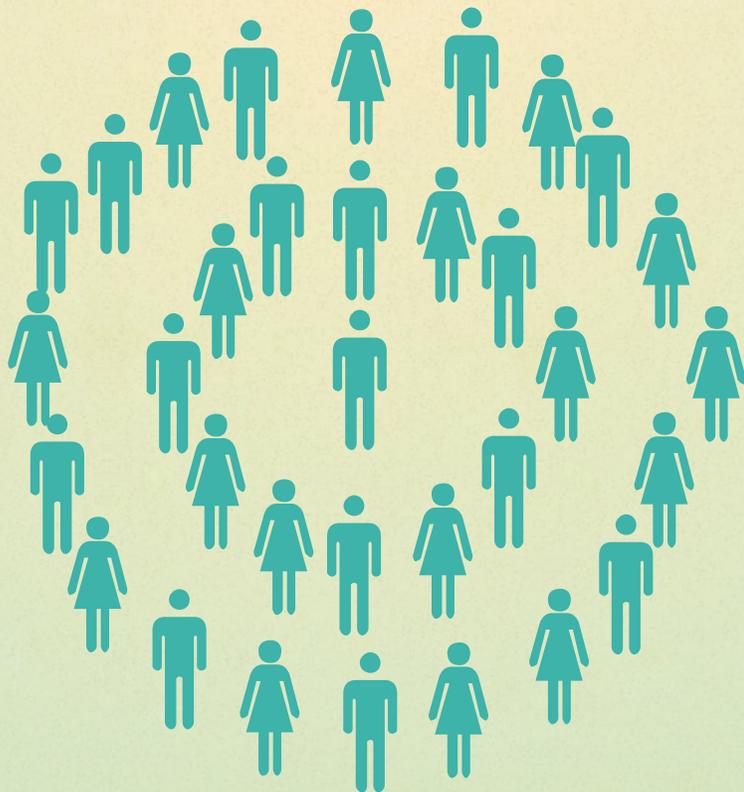
抄经（40分钟）

诵读经典一遍（5分钟）

回向（3分钟）

个人抄经感受分享（根据人数调整时间）

合影拍照，打卡（3分钟）



04

总结



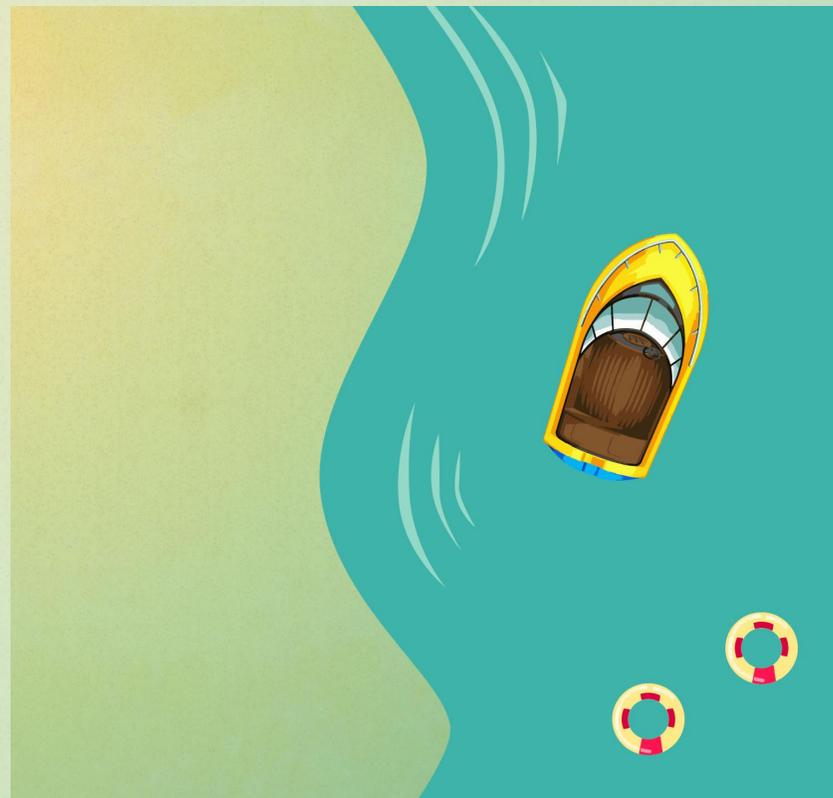
总结：

希望自己不忘初心，永远保持一颗利他之心，遵循必经之路三不原则。让自己变的越来越纯粹。看似为他人付出，实际是在红尘中磨练自己的心。也让自己能成为别人生命中的礼物，用生命影响生命。

如时间与活动冲突：提前通知，后期补上

如参与人数不够，即使我自己一人也会如期举行活动

如遇到参与人没有恭敬心，也会用小故事去引导恭敬心的好处，使其发自内心的恭敬，感受到能量



必经之路就是自渡之路

感恩遇见

