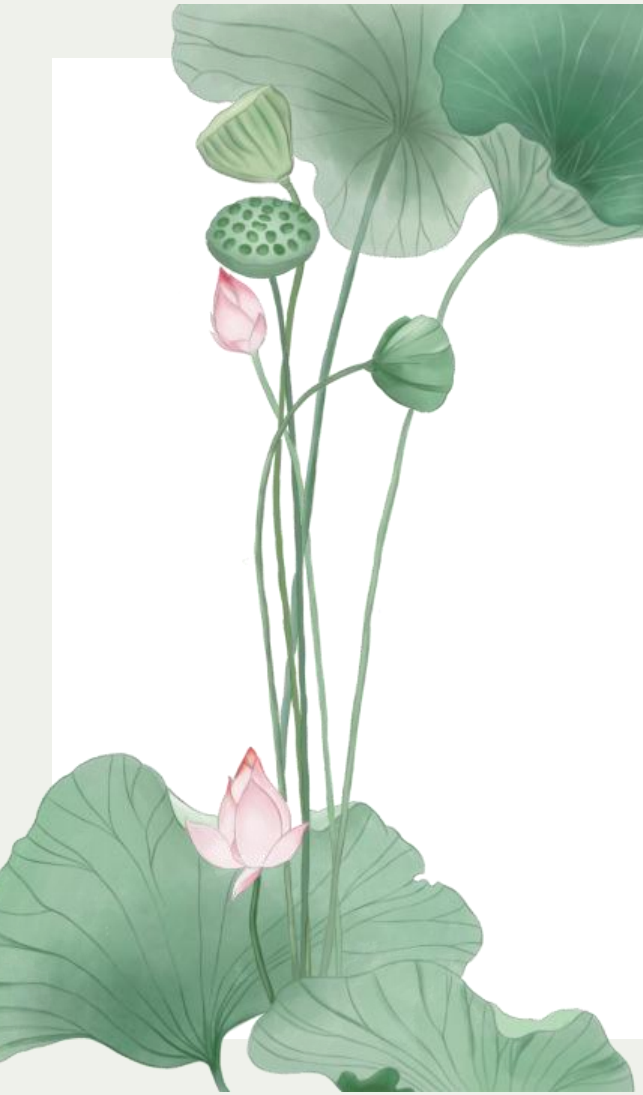

缘启智慧栈

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？

缘启

因缘而启，因爱而生

静心抄经，笔墨生慧
一笔一画，皆是禅心；
一字一句，俱见菩提。
在纸墨相触间沉淀浮躁，
于般若智慧中照见本真。
提笔落墨时，纷扰渐远；
经文入心处，清净自生。
愿启觉性之光，心有归处，

—— 抄经即修行，以笔为舟，渡心至彼岸。

初　心

我为什么做？

我与《心经》的故事

在群里看到朋友一直在抄经打卡，开始我其实是很敬畏的，佛法、经书于我是非常深奥的存在，觉得自己境界不够，悟性不够。慢慢被影响，带着好奇心去了解，觉得当下很多人，其实是可以通过觉察和抄写经典去让浮躁的心平静下来的。

于是，和朋友深入了解后去领取了抄经纸，当我坐下来，和经典在一起、和自己在一起，享受这份独属于自己的静心时光。

作为一名生过重病的人，我了解那种无法掌握自己命运的慌张，也体验过那种无望和恐惧，希望能通过抄写经典的活动，让更多人找到心灵的归处，放下执念，享受当下。

行　动

我怎么做？

活动概述

5月份活动安排：

时间：5月8日（四月十一）9：30-11：00

5月22日（四月二十五）9：30-11：00地点：重庆市万州区五桥上海大道1号4幢402

预期人数：1-5人以上（暂时从我1人做起）

活动计划

内容：香茗/古乐冥想抄经

形式：公益

常规时间安排：每月2次，具体时间待定。

邀约人数：1-5人

活动发布：必经之路平台微信交流群、公众号、互动小程序/视频号、社群

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（视情况调整时长）

总结

期望结果：

每个过来抄经的同学都能在这里看见自己，连接自己，把这里当成是心灵家园，可以在这里放松，被温暖，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。

必经之路就是自我修行之路

感恩遇见