

萤火虫智慧栈 运营计划书

一. 我是谁？

萤火虫智慧栈是好友聚会，抄经学习，喝茶聊天的地方，暂时设在我家客厅，也可能是好友家客厅，带点流动性质，可能会因聚会地点而改变。

但是我们的主旨不会变，同频之人一起抄写经典，学习觉察。从而让自己心境平和，让家庭和顺幸福，并尽己能影响更多家庭远离矛盾，营造美好的生活环境

二. 成立智慧栈的初心和目的：

初心：让身边和我一样喜欢抄经的人可以有处可去，可以在这里觉察自己，督促自己，修炼自己。也可以倾诉烦恼和焦虑，分享快乐和感悟。

目的：人生的下半程，活得简单点，纯粹点，希望我们都能成为一束光照亮自己温暖他人，一起通过抄经去点亮心中的那束光。

三. 活动计划与概述

计划

每周一次抄经活动

时间安排

商量，待定

地点

甘肃省兰州市安宁区洄水湾6号诗怡苑小区我家客厅

预期人数

3-5人/次

四. 活动流程（约90分钟）

签到，沐手（10分钟）

介绍必经之路（5分钟）

静心冥想（3分钟）

诵读开经偈（2分钟）

抄经（40分钟）

诵读心经（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）

思考：应对策略有：

1. 时间上：提前一周通知；
2. 人数上：无人参与也照常进行，一个人的活动也是种享受；
3. 参与度：从签到开始就制造仪式感和庄严性，提高敬畏心。