

饮山空间 智慧栈运营计划书

1. 空间背景概述

“饮山空间”空间是由几个好朋友一起构建的暖心小场地，我们会在空间里做自己喜欢的事情。分享美好的事物，打发无聊的日子，一起喝茶聊天、做手工、养生。空间小伙伴也会定期分享最近喜欢的内容，一起创建有趣的小活动。

空间采用预约制度。累了，乏了，想独处，想 3-5 好友小聚不被打扰，有需要可以通过空间群预约，一切自助，费用随喜。收入用于房租，和物料采购，超出部分全部捐赠给：恩派公益基金会，用于支持流浪猫救助计划，为每一位有心公益但没有时间服务的小伙伴们，悄地做一些 mini 公益。

2. 项目缘起介绍

说起与【必经之路】的缘分，要讲到我的一位老朋友、老同事。她从 5 年前开始通过智慧栈【初止空间】接触到抄写心经。这 5 年里，她持续坚持抄经近 2000 张。

起初，我只是觉得因为她是佛教徒，才会那么坚持抄经多年，但接触到后我发现，她的坚持是有原因的。抄经真的可以让人静心，是一种由内而外的净化，坚持这件事本身，又可以磨炼意志，是践行在生活中修行的不二法门。

2023 年我经历了人生中的大事，深刻体会了人到中年时的力不从心，希望借由小小的空间给到朋友们尽可能大的支持，和朋友们一起在生活中修行，并把美好回向给我的家人和朋友们。

3. 活动计划安排

内容：精油减压抄经沙龙/读书会静心抄经沙龙/非遗手工抄经雅集

形式：公益沙龙

常规时间安排：预计每月 4 场，每周日上午：9:30-11:30

邀约人数：8-20 人

活动发布：空间平台微信交流群/视频号/小红书/空间平台公众号

饮山空间智慧栈抄经概览

抄经流程：

1、净手洁案

主持人介绍空间和必经之路的由来，并邀请大家简单的自我介绍，随后沐手天使

为大家轮流沐手；

2、静心聆听

主持人邀请大家一起听一段《静心》的音频，大家可以慢慢放松身心进入宁静状态。之后聆听七哥的【向内求】诵读分享。

3、诵读心经

由主持人带领大家一起诵读心经，并诵开经偈。

4、静心抄金

请大家把手机调至静音，放下一切杂念，专心抄写经文。期间如有伙伴先抄完，需保持安静，等待其他伙伴抄写完成。

5、念诵回向

主持人带领大家诵读回向文

6、拍照打卡

大家可以扫经文上的二维码进入必经之路打卡，并把打卡照片分享入群，并拍大合影留念。

4. 往期活动分享

- 六和正念抄经荟（福州智慧栈）
- 1909 悦食空间（福州智慧栈）
- 饮山空间

5、项目远景期待

焦虑粉碎机→专注当下时杂念自动清空

情绪稳压器→看懂"色即是空"不再精神内耗

智慧充电站→工作遇到瓶颈时总有新灵感

睡眠救世主→睡前轻声诵读比褪黑素管用

好运吸引力→心静后反而迎来事业新机遇

人生所有经过的路，都是必经之路