

乐活新主张

逛菜市场，品生活美学

古龙说过：“当一个人对生活失去希望，就放他去菜市场。”菜市场不仅是...



胡杨 文/摄

最近“菜市场里的美学”话题竟然登上热搜，当时我们小区的早市因为疫情暂时关闭了...

幸福指数不仅在GDP，还在菜市场里

我家附近的文苑早市可谓“大名鼎鼎”，果蔬、花鸟鱼虫以及日杂应有尽有...

“幸福指数不仅仅在GDP，还在菜市场里。”这是我10月30日逛早市时发的朋友圈...

一般我是周六或周日去逛早市，主要以“逛”为主，买菜只是顺手牵羊...



一次我拎着大包小包回家，发朋友圈“炫耀”自己的战果以及沸腾的集市...

“我明明买来的是挂钟，但仿佛买回的是光阴。”这是我很喜欢的一句话...

了，路边那些日渐粗壮的榆树让路面鼓起，环卫工人正在截根、重新铺砖...

有个女友说：“我买菜两个小时，其中半个小时在买，另外一个半小时在拍...”

逛菜市场是一种精神“代偿”，是我们接触绿色自然的媒介

“大姐，这个香水茉莉可好闻了”“这个满天星能开很久”“瓜叶菊很好养...”

这些年在早市，我买花的钱并不少于买菜的钱，我家阳台上也是花开不败...

耀自己的孩子。

蒋勋曾说：“离开衣食住行这些平凡又琐碎的细节，生活也就失去了最重要的重心与中心...”

逛菜市场在我看来还是一种精神“代偿”。现代都市的钢筋水泥与网络世界...

如果生活有一幅肖像，我想那应该就是菜市场的模样吧。古龙说过：“当一个人对生活失去希望，就放他去菜市场...”

乐活日子

芍药

在我的求学生涯中，记忆深刻的老师有三位。每年秋季都是桂花正开的时候...

第一位是我初中的语文老师。有一次，老师带我们学习史铁生的散文《我与地坛》...

第二位是我高中的地理老师。她总是很轻松时髦的样子，亭亭玉立...

第三位老师是我大学的美学老师。夕阳西下，他会骑着破旧的摩托车...

在最贫乏的物质生活中，过最富足的精神生活，这位老师让我看到超越物质财富的坚定...

《相约星期二》里说：“一个真正的好老师，她把我看成是一块璞玉...”

师者育人，是润物细无声的过程，“就像一棵树动摇另一棵树...”

乐活感悟

烦恼时快去拥抱一棵树

四月

当你走在路上，是否停下脚步观察过道路两旁的行道树；当你漫步公园...

上周末，我去了趟杭州植物园，享受了一场森林浴。散步、呼吸，一整天下来身体里的污浊之气仿佛都在被一丝丝净化...

植物学家克里斯托弗·吉内特曾在法国阿讷西的欧洲花园，举办了一场名为“TREE HUG...”

前段时间，行为艺术家玛琳娜·阿布拉莫维奇也建议大家，可以跑到公园里...

其实，不管是树桩背后漫长的岁月，还是眼前令人心旷神怡的绿色，树木给予我们的力量，都是由内而外的...

乐活态度

有人说，这是个拼颜值时代。其实没有人可以单靠容颜成功，美若要生动，一定要透着智慧...

好气质，来自于手术刀无法改变的内心



林采宜

如今颜值已然成为一个社会热词，更早些时候还曾流行一句“主要看气质”...

“生命之书，如其本来”。当基因在容颜上的天赋差异被技术彻底埋葬时...

中国人夸人的最佳评语是“才比子建，貌比潘安”。史上俊郎良多，为什么垂名青史的只有潘安？

不仅形貌俊美，而且才华过人。看来，“主要看气质”并非今人独创...

有人说，这是个拼颜值时代，颜值是女性成功的最大优势。但我认为，人们对颜值的偏好里...

好气质同样也来自于智慧。在个人资产负债表上，如果智商属于长期投资的无形资产...

起高比率折旧。手术刀改变容颜只需要两个月，而好气质往往需要20年甚至更多岁月的打磨...

因此，个人的自我投资，最重要场所应该是书房而不是美容院。整容可以让你五官布局变得更美...

一般而言，盲目崇拜颜值的都是智商有问题，讥讽嫉妒他人美貌的则是心态有问题...