

就做一个植物女子

成熟之后的女子，就当接近树的笃定静默。她们的存在，是对活色生香世间的恩惠。这是安妮宝贝在「植物女子」中的句子，也是谭笑喜欢的一句话。谭笑说，做一个植物女子，是很幸福的一件事，而能传播自然美学，更是生命对自己的恩赐。

文 ■ 桃之

图 ■ 受访者提供



“从芳香疗法、茶艺、香文化、花道、NLP、再到芳香基因学、植物能量疗愈，其实这些领域本就同属于一个自然的范畴，我在这条路上学习探索，也收获很多。”

无时无刻地幸福实修

现在，让谭笑描述自己的身份，她用了三个词：幸福人生的实修者、自然美学的传播者和努力中的贤妻良母。她没有用很多外界给她的头衔——芳香基因学治疗师、芳香疗法师、国际NLP导师、国家中级茶艺师……因为在她看来，那些头衔依然是“外在”，而她想要的，并且正在享受的是，从体察自然、感受自然、分享自然中得到的自在和愉悦。所以谭笑说，幸福的实修每时每刻都可以进行，每件事上都是一种修行。比如，泡茶。当你放慢节奏，慢慢地斟茶、看着茶叶在沸水中优美地舒展身姿，仿佛跳一曲灵动曼妙的舞；再闻一闻茶叶特有香气、啜一口清香四溢的茶水……当你用心去和茶连接，你一定会感到它带给你的真切快乐。

曾经她也非常喜爱植物，常常从花鸟市场买回一堆一堆的花草，可是就是不经意间，那些植物纷纷“香消玉殒”。当时也不知道是因为什么。而现在，她再也不会这样，她的小花园中，花草从不间断。而她种的番茄，收都收不完。谭笑说，这其实不是一个养花种草的“技术”问题，而是一种心境。为什么物质世界变得越来越富足了，人们却发现快乐和幸福越来越少了？当你认真解读植物的情意，会自然走上一条自我探索的回归之路。正如哲学大师谢林所言：“欲了解自然，就得在自己的人生中重建自然现象。”这种连接会让你的生活欲望变得简单纯粹，欲求减少，焦点放在周围的一草一木，脚步放慢，会时时被很多细节感动。

Q:生活周刊

谭笑:A

Q:你眼中的理想生活?

A:我的理想生活也许三个词可以概括吧，健康、自然和富足。健康肯定是基础，这样你才能“自然”地享受你的生活；而精神和物质的富足也同样重要。

Q:一句话说说你的生活理念。

A:我觉得自由、灵活、滋养是我追求的生活状态，我也希望未来能创造更多的爱，让爱流转，抵达更多的面向。

Q:你的生活“偶像”是谁？Why?

A:有两个，一个是我的女儿，她活得是如此的自在、单纯、喜悦，真的可以成为我的偶像；而另一位，是一个老者，漫画家塔莎奶奶。她在佛蒙特的山谷里，有一个很大的花园，种着“百草”，她那种特别自然、原生态的生活，真的让我无限向往。

Q:一天24小时，一年四季中你最喜欢的时段是什么？

A:我觉得各个时段、季节都有不同美，只要有欣赏的心，你都会喜欢。

Q:在品茶中，什么细节最让你感动？

A:我曾经看过日本茶道师千玄室的茶道表演，整个流程的那种节奏感、仪式感都让人看了为之掉泪。他对茶的“恭敬”和“专注”真的很能打动人。

Q:职业和生活中的你是同一个人吗？

A:当然是同一个，只是不同时候，有不同的面相。

Q:你欣赏什么类型的男人和女人？

A:有生活情趣的人，都让我欣赏。

Q:假设生命倒计时，你最想做的三件事是什么？

A:第一，写本书给我的女儿；第二，和家人一起出去旅行；第三，享受剩下的每一刻。

Q:分享随时能为你打败负能量的一件事。

A:出去旅行。

Q:畅想一下10年后，你的生活状态。

A:应该和现在差不多，也许更自在一些。我渴望在空气清新、有一个大花园，我每天种花弄草，和我的植物对话……