

治愈系花道 在心里种禅意的草

插花时,配合舒缓的颜色、制作过程中一系列安静却有条不紊的行动,就能通过一种心理暗示,让插花者的心理情绪缓和,平复心情。

■文|冷梅 ■图|受访者提供

用花语调和心情

治愈系花道,在国内还是一个鲜少为人所知的新词汇。蒋晓峰算是一个身先士卒者。这和他曾经多年的日本留学经历有关。当年他读的是以设计著称的日本千叶大学,学的专业是设计心理学。对他来说,这是很好的知识载体。

什么是治愈系花道?你可以把它归纳为一种色彩心理学,花的形状、香味、花期,各种形色味会对人的心理产生一种微妙的影响。用个更加通俗的方式来解释,求婚为何必须得男士手捧鲜花?姑娘们总是拒绝不了鲜花,看着它们含苞待放,闻到它们香气扑鼻,立马心情就愉悦了,好事就近了。有时,花期花语也能产生一种心理暗示。蒋晓峰说,就像红色的鲜花,代表了一种感性和激情,而蓝色的花则预示着安静和沉稳,结合花的颜色,冥冥之中也会对人产生一种色彩的暗示。

形状亦然,圆形的花,让人产生平和之心,三角形、菱形图案的花,则会让人兴奋。他说,一般意义上的花道,主要在于好看不好看,它的造型和搭配完全和审美喜好有关系。而治愈系花道,则是基于心理学理论的基础上,通过颜色使用,同一色系如何渐进过渡搭配,来反映插花者的心理状态。有没有想过,为何情人节的时候,我们要送红色的玫瑰,因为红色代表着炽烈的爱,代表了激情。到了白色情人节,人们往往送的是白玫瑰,因为白色向人表达了一种状态,就是我现在心情很好,我就是这样等等。似乎它和花期花语有点像,但更多的是一种心理暗示。

花器与花的颜色、造型,同样需要相得益彰。蒋晓峰说,颜色鲜艳的花,花器尽量要淡雅,起到平衡的调节,如果花和花器的颜色都过于鲜艳,容易让人过于兴奋,就会适得其反。这里头的学问,恰在平衡之道,颜色的调和,心情的调和,这种生活的禅意诉说的正是lifestyle的生活状态:培养平和的心态,在生活任何一种侧面里,都讲究平衡之美,不能过于激进。而归根结底我们所要追求的就是心理的平衡和美好。

当花道成为一种习惯

一位男士,与治愈系花道为伍,难免让人有些诧异。以前,蒋晓峰从日本学成归来,进入的是广告行业。众所周知,那是一种快节奏高压力的生活,让他常常疲于应付。有时,他会产生迷茫,不断追问自己,为什么要选择这样的生活?有一样东西,挽救了他。“当我沉浸在花道中,一个半小时匆匆而过,时间在手里的动作中静止,整个人的情绪很平复,人一下子就安静了下来。”在朋友眼中,以前的蒋晓峰很忙

碌,鲜少看到他的笑容,机械性完成工作,终日加班,看起来像极了城市里的套中人,灰头土脸的。可是现在,他变得开朗了许多,整个人的精神状态很好。花道对他最大的改变,就是心理上的,“你的脚步慢慢放缓,不太会急功近利,现在觉得凡事只要开心就好。”甚至父母,也惊见于他的积极。以前一个月里,难得抽出一天时间陪家里人吃饭,到了周末就窝在房间里睡觉。现在,有时周末他会早起,帮家里人做事,陪他们出去逛逛。“我想让所有人都发现我的变化,不要再为生活所困。现在即使很累,也是开心的状态,我自己能够把控。”

正是看到自己的改变,才让他最终放弃了广告业的高薪,专门来做治愈系花道。治愈系花道在日本发展起来,恰逢上世纪80年代末90年代初,泡沫经济愈演愈烈之下,人们开始反观自己的生存状态。于是,他们有了更多精神层面的追求,茶道、禅意、花道,带来了很多生活方式的变化。这和目前国内的环境很像。四五年前,当蒋晓峰提出这样的概念时,几乎无人理睬,那时人们更注重物质追求,还鲜少关注精神追求。而近一两年,越来越多的国人开始关注类似这些精神需求。他有一个很明显的体会,“几年前,大家还满足于看个电影,吃个饭,而现在这些远远不够了,他们有更多的文化和精神需求,对生活品质的追求更高了。”

在蒋晓峰看来,用花道来治愈,达到的目的并非物理治疗,而是一种精神上的疗愈,从挑选花材开始,修剪枝叶、插花,整个制作的过程就是一次心理治愈的过程。感官上,好看的花,就能让心情愉悦。“人最大的不快乐就来自于压力。”当插花时,配合舒缓的颜色、制作过程等等一系列安静却有条不紊的行动,就能通过一种心理暗示,让插花者的心理情绪缓和,释放压力。

蒋晓峰常常选择一些节气的花材,情人节是送玫瑰的季节,他会选用永生花,花的保存更长久,他把玫瑰裱在框里,取名“心护”,收到玫瑰的人,把它放在桌子上,随时相伴。每当工作疲累,压力爆棚的时候,看看桌子上的玫瑰,心就宽了,“我并不是一个人在战斗,我的爱人时刻陪在我身边。”

三四月份,进入樱花季,蒋晓峰会用鲜花做料,突出生机盎然,这是一个孕育新生命的季节,吐故纳新。他喜欢选用淡色系的花材,例如木莲花是淡淡的黄色,再用浅绿色的藤条做衬,这时候花道的整体颜色清新淡雅,花束的造型不大,花杯很浅,用那种30公分的日本瓷器把花身包裹进花器,生命就在这淡淡的生机中由小变大。就像花语里传递的生机,人与人之间也需要正向磁场的引力,只有正能量的心理暗示,才能带来积极向上的生机。



对话 Dialogue

Q=生活周刊 A=蒋晓峰

Q:日本的花道有哪些流派?

A:日本现在主要分两大流派,一种是法式插花,比较讲究花的数量、造型、花语,是欧美流派,还有一种就是日本传统插花,更加究竟插花的意境和禅意。

Q:你理解的“生活禅”什么模样?

A:我觉得生活禅强调的是一种平衡,凡事以和为贵,有调和之意。在日本的留学经历也让我学到很多,日本人性格比较内敛,他们尽量不会去打破人与人之间的平衡,守规矩讲礼貌。这种禅意精神正是从这里而来,关键词就是调和,不论内外,身体健康还是心理健康,人生、视野、生活方式都需要进入一种平衡的轨迹,才能体会这种精神。

