



✦
 二毫升法国狄香玫瑰精油和200克黄金放在你面前，你会选择哪样？江桦说，她会毫不犹豫地选择前者。对于爱香的人来说，香气是无法定价的，如果是难得寻觅到的心头之好，固然千金也值当。



因为一句“晚安”踏上寻香之路

江桦是瑜伽老师，同时也是德国芳疗协会认证芳疗师，她曾经从事过媒体、广告、服装设计等工作，直到2009年接触了精油和芳疗，人生就转向了。两年后，一次台东之旅，让她对芳香疗法有了更深层的理解。当时，在医院工作的朋友带她参观了一家医院，在那里江桦闻不到药水味，空气中反而充满了植物精油的香气。在这舒服的氛围里，让人感觉不像是个医院，倒更像个大家庭，医院里的老人们脸上总是挂着笑，和他们打招呼。

经过重症监护室的时候，朋友无意说了句：“希望每一个灵魂都可以带着香气和尊严离开这个世界。”这句话却在江桦心里泛起涟漪，那些老人们和蔼又安详的样子，更让她印象深刻。

“也许，是芳疗让老人们在最后的日子里如此安心。也许，真该把这香气和尊严带给更多的人。”带着这样的想法，2013年，江桦和好朋友梳子成立了“枕草子”工作室，尝试着把芳疗和瑜伽结合在一起，让人用最自然的方式获得放松。

江桦和梳子分隔两地，一个在广州，一个在北京，相隔几乎大半个中国的距离，但她们依旧每天通讯，然后互道晚安。很偶然的一次聊天，梳子问：“为什么我们不把这种‘互道晚安’的理念设计到精油中去呢？咱们做一款‘对自己说晚安’的精油吧。”让人可以得到真正深度放松的睡眠，“对自己说晚安”也是一种断舍离，轻轻放下今天的所有情绪，给自己一个温柔的拥抱。

于是，她们开始思考，希望能设计出足够“柔软”的晚安精油，并为此踏上了漫长的寻香之路。

她们的足迹遍及法国、意大利、土耳其、希腊、印度和保加利亚等地，旅行基本是围绕着薰衣草、玫瑰、百里香、野马郁兰、永久花等芳香植物的精油产区展开，所以，目的地永远是“有植物的地方”。“枕草子”放松学院的院长陈倩，接触芳疗也已7年的时间，她是英国芳疗协会认证芳疗师，和江桦一样同样迷恋香气，她们经常结伴出行去寻香。

树的香气、花的生命力、土地的温度，对寻香人来说，永远是旅途中最触动人心的风景，此外，她们还会跟当地人了解如何跟阳光、植物互动，从而形成当地特有的芳香文化。“很多芳香植物都产自地中海区域，那里大部分的花期都在五月到七月之间，我们一般都会选择在花期内去。”这

趟芳香之旅几乎已经成为她们每年的固定行程。

每次考察，她们都会先选择一两种植物作为主题，然后在该植物的最佳产地里去选择业内口碑比较好的农场以及蒸馏厂。“比如，我们去保加利亚考察玫瑰花，能炼精油的玫瑰就有十几种，每一种玫瑰可能只长在某一个地方的某个山谷里，我们会比较偏向一些小规模的农场和蒸馏厂，他们通常就专门做某一品种的玫瑰。”

去之前，她们都会先跟当地的农场和蒸馏厂联系好，主人则会告知她们，去的时候正好是什么花的什么生长阶段。陈倩介绍，“我们会从种植植物开始体验，观察它们每一阶段的生长过程。在产区里，每一种植物的成长阶段都不尽相同，所以，在这段时间里，有的花可以参与播种，有的花可以参与采摘。”采摘之后，她们还可以持续了



解当地是如何进行公平贸易的，如何跟农户去收购芳香植物。接着，再到蒸馏厂里参观炼制精油的过程。她们可以全程去参与和体验。

他们用一辈子，看懂一朵花的一生

在法国的科西嘉岛，江桦和陈倩闻到了传说中最好的永久花精油。科西嘉岛盛产永久花，在岛上的药房、自然用品商店里皆可以买到永久花精油，各种各样的品牌，差异微妙的香气……之所以找到了所谓的“最好”，陈倩说，无他，全凭嗅觉做出了判断。

“当地每一家炼制精油的工艺其实大同小异，各个品牌我们都会去买一些来做比较，当我一闻到这个味道，就感觉这家的精油气更足，完胜其他。”陈倩发现这家还有个特别的习俗，就是每当播种之前，在满月的时候会在永久花田里举行一场“月亮仪式”，所有种植的农户聚集在一起对月祈祷，保佑这一批种植的永久花都非常的健康，少一些虫害，让它们充满能量。所有的人都会点着蜡烛，虔诚地完成这场仪式。“这并不是一个标准化的流程，其实是看心了。”

链接 LINK

陈倩精油小课堂

前段时间，《太阳的后裔》里女主角使用的香薰蜡烛很火，很多人也开始喜欢在生活中使用精油，像是这类比较方便的使用方法最常用的有三种方式。

利用烛火的精油灯是应用最广泛的一种方式。平时用香薰烛台的话，可以加一点水，加点精油，然后在下面点一支蜡烛，这是最原始的熏香方式。从专业角度上来讲，这个方式是最适合做情绪疗愈的。但有个缺点，用这种方式的话，水量会比较少，持续的时间不长，很快就会灭掉，而且也不是特别安全，最好人一直在旁边看着。

第二种是插电的熏香灯，这种方法比较适合用来做空间的净化，比如做一些呼吸道的保养。现在到了夏季，也可以用来驱蚊。

第三种是不用加水，直接把精油倒入震荡仪里，适合大范围的扩香。因为是通过震荡的方法扩香，香气的浓度会特别高，比较适合人多的环境。