

66

忙碌，高压，琐碎……日复一日的生活，让每个人回到家里，只想慵懒躺平。你需要为家居生活创造一点点仪式感，重启新鲜与治愈。可是，打造仪式感似乎需要太多精力、时间和花费。真的是这样吗？或许，我们可以尝试一种更简单的方式，利用碎片化时间以及触手可及的家居灵感，创造出具有仪式感的生活片段，轻松地疗愈身心，感受美好的日常。

仪式感生活片段

文 / 西恩



宜家×Marimekko
BASTUA 巴思图
限量系列地板垫



德国唯宝全新 Rose Garden | 玫瑰花园系列水杯

下午

仪式感片段：好好喝水

花费时长：5分钟

忙碌的工作中，对自己最好的照顾，就是每过1小时，就留5分钟给自己，停下手边的工作，站起身来，好好喝杯水。白水就很好。如果想要仪式感更满一点，可以加一些西柚、柠檬或玫瑰。

记得为自己挑一款精致的玻璃杯。当春天的气息弥漫而来，德国唯宝全新 Rose Garden | 玫瑰花园系列水晶玻璃杯以玫瑰花园为灵感，切割出一朵朵含苞待放的玫瑰花蕾，定格春日的萌动与浪漫，流露轻盈与优雅，尽享烂漫的美好时光。

清晨

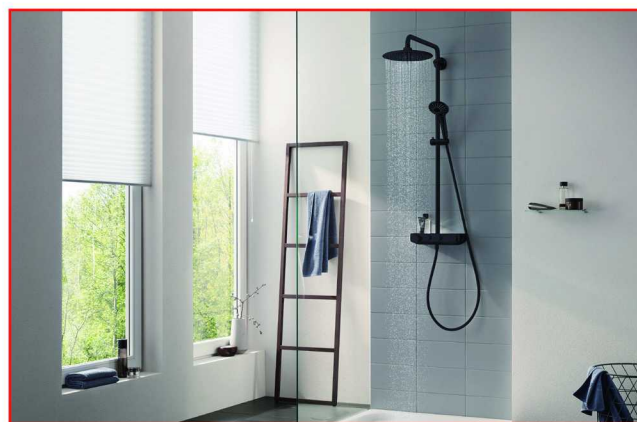
仪式感片段：瑜伽 / 冥想

花费时长：15分钟

一早总是最忙碌的。可是，如果你可以试着调整一下，把生物钟往前调15分钟，就可以留出一个短短的冥想时间。不要小看这15分钟，放上舒缓的音乐，在舒适的坐垫上安静地闭上眼睛，感受呼吸平稳，感受思绪集中，感受大自然清晨的鸟鸣和微风，能让你一键开启元气满满的

的一天。

推荐宜家与 Marimekko 合作打造的 BASTUA 巴思图限量系列地板垫，以户外自然植物的叶子为灵感，橙色与绿色充满了生机，散发着夏日的悠闲气息。既可以在室内使用，如果有阳台，同样可以搬到户外，感受阳光沐浴的清晨。



德国高仪奥菲利亚智能控制恒温淋浴系统梦幻黑版

上午

仪式感片段：养护绿植

花费时长：10分钟

植物，令家居生活充满活力。春季到来，最适宜播种，静待花开。那些在冬季掉光了叶子的绿植，也会在春天重新发芽。每天花10分钟，与植物相处吧。感受这些不会说话的生命，用它们的叶子、花瓣、藤蔓，与你进行一场关于自然与成长的对话。即使没有那么多绿植，也可以在家中多放置一些植物图案的家居小物。BASTUA 巴思图系列中采用了众多来自北欧的植物图案。比如充满装饰性的大黄叶，

这是芬兰桑拿房外很常见的一种植物。其宽大的绿色叶子令人过目难忘，而粉红色的叶柄则是一种多汁、爽脆的美味食材。这款印花被用于多款产品设计，包括宜家经典 FRAKTA 弗拉塔手提袋。该系列3月起就能在部分宜家商场内看到了。

晚间

仪式感片段：放松沐浴

花费时长：30分钟

没有什么比沐浴更令人放松的了。难怪北欧人格外喜爱桑拿带来的轻松自在和精神焕发的感觉。

日常的日子里，记得为自己准备一套干净舒适的毛巾和浴衣。在家居设计时，也可以为沐浴空间增添一些鲜活色彩。德

国高仪以“春色盎然 睿享健康”为主题，带来了全新材质、焕新色彩，提供个性化卫浴选择。石墨灰色调传达了摩登的绅士品格，金色晨曦色调则复古优雅，梦幻黑系列更塑造了工业格调，让私密的沐浴空间也有了不同个性。

午夜

仪式感片段：香氛助眠

花费时长：20分钟

结束忙碌的一天，点燃香味烛，在香气中，感受温暖与惬意，迎接美梦的降临。

气味，是渐入佳境的催化剂。德国唯宝 Ma.Collier | 匠心陶韵系列香薰以黑白为底色，大自然的芬芳馥郁尽凝其中。月华倾泻时，匠心陶韵·白皂的纯净皂香令人感到舒心而温暖，匠心陶韵·花茶的气息则犹如穿越雨后溪边的茶田，充满自然之息。BASTUA 巴思图香味烛带来的则是接骨木花、大黄和甜美香草的香气，令人仿佛置身于清爽畅快的夏日时光。



宜家 × Marimekko BASTUA 巴思图限量系列香味烛



德国唯宝 Ma.Collier | 匠心陶韵系列香薰



宜家 × Marimekko BASTUA 巴思图限量系列 FRAKTA 弗拉塔手提袋