



你有什么建议吗？

A: 我还是建议看书。先看一两本书搭建下绿植养护的基础知识框架，很多绿植养护知识并不难懂，只是大家不知道而已。我个人比较推荐新手绿植爱好者可以先阅读下《DK 英国皇家园艺学会家居植物实用百科》。有了基本的知识之后，可以挑选一些易养护的植物先练练手，等有一定养护经验之后，再逐渐添加植物品种。

Q: 能不能分享几款你最喜欢的绿植？

A: 我个人首推的还是龟背竹。虽然是初代网红绿植了，但是确实很经典，颜值高，皮实好养，而且不同的植株造型会有不同的视觉效果。如果想要更与众不同的感觉，可以尝试锦化品种，每一片叶子都各不相同，有开盲盒的惊喜感。

一起成长, 相互治愈

文 / 大米 图 / 受访者提供



美智子拥有一座阳台花园。她说，植物们散发出的嫩绿清新的气息特别令她着迷。“每天睁开眼睛，这些鲜活的绿植让我满心欢喜；满阳台的绿色生活，让我在家里也能感受沉醉在大自然中的喜悦。”为了照顾她的花园，美智子改掉了赖床的习惯，保持着早起的作息。去年春天，她迷上了铁线莲。每天蒙蒙亮就会从朦胧睡意中跳起来，去看铁线莲是否抽出了嫩芽。直到有一天清晨，铁线莲娇嫩的花苞终于悄然绽开，初如铁丝，花开如莲，像一首婉约的诗。“这是一种生命茁壮成长的感动，”她说。

“希望成为一个合格的园丁”

@ 达人: 美智子

小红书 ID: 美智子的阳台花园

长沙

绿植经验: 十多年



Q: 你的绿植生活是什么样的? 大概每天会花多少时间在绿植上? 每个月在绿植上的开销是多少?

A: 我的生活里不能没有绿植，它们就像一日三餐般重要。我每天一般会花两三个小时，每天早晚巡园（阳台花园），仔细查看它们的气色，及时浇水喷叶、施肥修剪，轮换着把它们移到窗边获得更好的阳光。平时最喜欢的事就是逛花市，遇到喜欢的就会搬几盆回来。很多花草也就是一杯奶茶或手冲的价格，学会了养护花花草草，其实花费是很可控的。

Q: 请问你有没有过“植物杀手”的这个阶段? 是如何改变的?

A: 曾经做了很多年的植物杀手! 直到后来了解了园艺知识和各类植物的习性，再加上动手不断去实践，慢慢就发现植物其实没那么难养。植物就像孩子，只要浇对水施对肥，有阳光有通风，就会长得不错。只要用心认真对待，它们就回报我一个繁花似锦的春天。

Q: 能不能分享几款你最喜欢的绿植?

A: 只要是绿植，我都喜欢。适合家养的植物有：百合竹、天堂鸟、幸福树、龟背竹、鸭掌木，这几种植物都是我目前家里有的绿植，冬天十天半个月浇一次水，夏天三五天至一周浇一次水，一个月施一次水溶肥，打理很简单，很少长虫害。颜值高，很茂盛，一棵树就是一片小森林。

“用理工男的思维养植物”

@ 达人: 奇哥

小红书 ID: 奇哥种草

深圳

绿植经验: 不到两年



66

山谷里的野百合，池塘边的榕树，小王子花园里的玫瑰……无论何种植物，如今都可以搬进家中，种在阳台，摆在窗台，开在眼前。有这样一群植物达人，让家成了一座花园，在绿荫下饮茶、看书、休憩，打造了一片属于自己的自然之地。这次，我们来了四位绿植达人，请他们说说植物的养护指南、心路历程和入门小白最适宜种植的绿色品种。愿大家都能种出一座花园，与植物一起成长，相互治愈。



“美化生活, 给焦虑做减法”

@ 达人: 吴梓诚

小红书 ID: 疯狂植研仓

宁波

绿植经验: 五年



在小红书上，很多人喜欢“疯狂植研仓”。与很多绿植博主不同，“疯狂植研仓”的审美更清雅冷峻，带来了植物与众不同的美感，希望能给植物爱好者们介绍更多不同的植物品种，分享植物的养护特性。作为主理人，吴梓诚说他现在的工作即是生活，而在这个过程中，他真正感受到了什么叫作“给焦虑做减法”。

Q: 请问你是怎么会爱上绿植的? 在绿植养护过程中, 有没有印象深刻小故事可以分享一下?

A: 说到生活，现在很多人都会用“焦虑”这个词来形容。无论是自己，还是朋友，可能在这个信息时代的表象下，不可否认地面对着浮躁和焦虑。之所以会成立“疯狂植研仓”，也是希望可以用植物的美，来抗衡一

些生活中的焦虑。而且，我们也在在这个过程中收获到了很多美好的事情。有一次，一对新人来求助，想用菟葵来作新娘捧花，却遍觅不得。那时我们正好有菟葵盆栽，又涉猎花艺，就地取材包了一束菟葵手捧。虽然是很小的一捧花，却满载了幸福。

Q: 对于初级绿植爱好者或者入门小白来说, 你有什么建议吗?

A: 最重要的是先了解你想要种植的植物品类，是否适合自己所在的生活环境，比如温度、湿度、光照等。如果可以，要尽量营造这样的环境，才能养好植物。另外，植物是需要精细化管理的，粗心大意是很难成为绿植达人的。

Q: 能不能分享几款你最喜欢的绿植?

A: 鹿角之荆是最近比较偏爱的一种植物。它长得就像一盆鹿鹿角，是澳大利亚原生品种，观枝为主的灌木绿植，叶片稀疏但精致可爱。整体来说比较适合我们养，散光环境即可，土壤干透浇透。

另外推荐一下新西兰童话树。树如其名，有着迪士尼电影里的丛林既视感，迷你的叶片很治愈。植物喜凉爽通风的明亮环境，通风和采光不太好的地方不建议养。



“第一棵入手的绿植‘挂了’, 我伤心了好久”

@ 达人: 妮斯特

小红书 ID: 妮斯特 List Lee

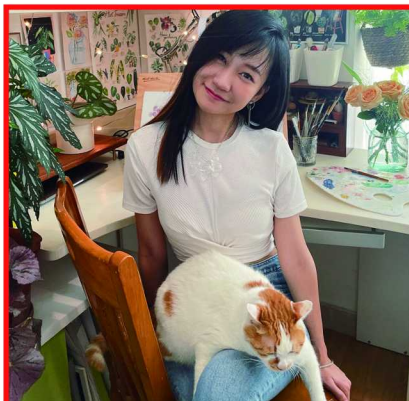
广州

绿植经验: 1年多

妮斯特原本是一名自由插画师，现在是一名爱绿植的自由插画师。打开她的小红书主页，满目的绿色，绿油油的植物和一幅幅关于植物的插画，把她的家装饰得可可爱爱。她也喜欢和朋友们分享这份自然的绿意。“我经常把家里一些扦插成活的植物，送给身边的朋友，让他们也可以感受绿植带来的乐趣。而且我也通过插画的形式，记录小植物的美。”

Q: 请问你是怎么会爱上绿植的?

A: 我是从2022年1月开始养植物的。那天无意间在一场直播里看到了一盆绿天鹅绒海芋，非常喜欢，就把它买回家（实属冲动消费了），从此开始了我的绿植生活。在养护它的期间，我买了各式各样的花盆、肥料泥土，花了最多心思。但因为没经验，它最后还是“挂了”。为此，我伤心了好久。但也就是从这个时候开始，我下定决心要养好植物。



Q: 你的绿植生活是什么样的? 大概每天会花多少时间在绿植上? 每个月在绿植上的开销是多少?

A: 每天早上醒来的第一件事，就是去阳台观察叶子，检查盆土情况，看看是否需要浇水，大概会花十到二十分钟吧。熟悉了之后，这个过程还是很轻松享受的。至于开销，刚入绿植坑的时候，每个月都会花两三千在购买植物、花盆、肥料虫药等园艺工具上。现在，积累了养护的知识，同时也筛选出了适合自己的绿植品种，每月在植物上的花费一般在几十到一百元左右了。

Q: 绿植给你带来最大的变化和感受是什么?

A: 因为接触了绿植，我开始尝试用画笔记录这些可爱的叶子，并分享到社交平台上，慢慢受到了大家的喜欢，并且创作了一系列绿植主题的画作和周边产品。可以说，绿植完全改变了我的工作方式，让生活达到一个平衡且舒服的状态。更重要的是，我在照顾植物的过程中，也能感受到植物给我的反馈，好像我们在一起成长，相互治愈。

Q: 要成为绿植高手, 你认为最重要的是什么?

A: 最重要的是用心去对待每一件小事，浇水是小事、换盆是小事、观察根系是小事，然而新芽的冒出和大叶子的展开，就是在看似琐碎的日常中悄悄进行的。永远用心，保持学习的态度，才会让你收获属于自己的花园。