

NEWS 新事

012 逢春饮玉露

FEATURES 专题

每月专题 Monthly Special

026 出离

乐活之选 Lohas Choice

045 鸢游



“草长莺飞四月天，晴空纸鸢舞翩跹”阳春四月，踏春出游。在蓝天白云间，任纸鸢高飞，随心所欲而游，倾听自然，赏田园之美。

COVER 封面故事

乐活明星 Lohas Star

052 杨千嬅
原来我非不快乐

BEAUTY 美丽

妆容 Showcase

058 纯白光晕

美丽宝典 Must Read

066 极限美白

达人堂 Pro's View

072 美妆教室，专家支招

FASHION 乐尚

风格 Showcase

074 追忆 亲密 年华



052

杨千嬅很爱读书，刚出道时，唱片的文案也是自己写。但从从不承认自己是文艺女青年。遇到不喜欢的话题会开始神游，最常用的表情就是张着嘴发呆。老了只希望还有力气去旅行，最想去埃及，因为她真的相信那些金字塔是外星人留下的。



074

曾经未来在我们前方，现在一一实现，如今，未来还在继续，过去也已书写。纵使岁月爬上你的面颊，在我心里，一路走来，你是我永远的亲密密友。

LIFESTYLE 态度

乐活设计 Lohas Design

084 怀抱故事的手工熊

乐活人生 Lohas Life

088 你好，慵懒

工作间 Studio

094 朴素自在的学习之地

乐活地 People

100 琴瑟相偕，旦暮钟琴

HEALTH 健康

汉方 Han Prescription

104 过敏之季

心理 Psychology

110 你心理“过敏”吗？

塑形 Fitness

112 慢训练 Slow Training

DIET 乐味

当季食物 Seasonal Food

116 逢到清明食凉糕

四月清明，草木欣荣，这个孕育转变的时节，传统习俗中对于热食的喜爱却停顿下来，禁火、春祭、折柳、寒食，以此念旧祈新，既有缅怀之情谊，又能对肠胃进行清静吐纳的调理。

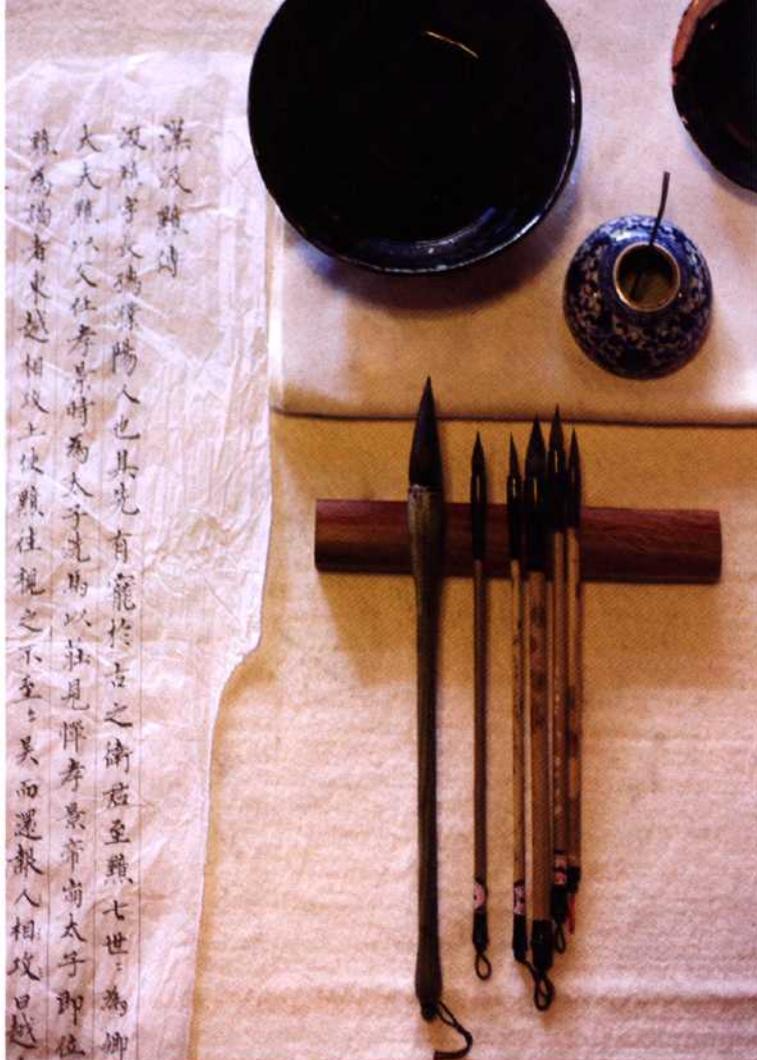


乐活厨房 Lohas Kitchen

122 烹饪的快乐

乐活菜谱 Cooking Card

124 4月香料点春菜单



094

一个典型的如在山房的下午，大抵是这样一番光景：外面是风和日丽的天气，房间里两两三闲人，清谈，喝茶，抚琴，抄经，自有一番气定神闲的风流雅趣。



100

对于常静来说，除了古琴的雅致，她还爱非洲鼓的粗犷。玩乐器对她而言，是种交流的过程，她爱每一件乐器背后的文化和历史。

LIVING 乐生活

静物 Still Life

129 静等春茶好时光

支招 Solution

134 茶滋于器



早在《茶经》中，陆羽便精心设计了适于烹茶、品饮的二十四器。究其大类，可归为壶、碗、盏、杯“四大器”，茶有茶道，器亦有道。用器的过程，是使饮茶至好至精的过程。

手作生活 D.I.Y

140 “框”不住的生命力

旅途 Travel

142 兰卡斯特，异乡的桃花源

居所 Be Our Guest

148 艺术天堂中转站

VIEW 一斑

154 音乐

155 院线

156 艺术

157 演出

158 阅读

160 博客

专栏 Column

162 死生吃喝

脚本 Story

166 春风沉醉

168 4月星座运程

170 根据月相进行美容护理

俱乐部 Club

171 乐活线人4月征集令

活动 Activity

173 让环保更环保
购物链接



129

又到春茶新上市。不同国家有不同的茶，不同的茶也有不同的喝法。日本讲究“茶道”，喝茶有喝茶的礼仪，丝毫不可怠慢；中国则随意得多，只对器与煮水有玩味上的要求；在西方，茶早与下午时光紧密相连。



142

亚米什人至今仍像两百年前的清教徒那般生活，他们从不使用电灯、电话、电视和电冰箱，吃着自家农场的果蔬，穿着妻子纺织的布，使用一种叫 Buggy 的黑色马车作为交通工具。