

乐活

Lifestyle of Health
and Sustainability

LOHAS

健康时尚

8

August 2015
RMB 18
(总第91期)

每月专辑

瑜伽之道

呼吸的奥秘
以身心顶礼朝阳
始于觉知，方能畅游
精微的悦性食物

乐活线报

旧物温润客居心
夏的色彩
手艺人的居心乡

封面明星

周迅 × 刘畅 陪伴の告白

二十四节气

立秋·处暑

善念加持土地

国内统一刊号 CN44-1567/R
国际标准刊号 ISSN1672-254X
全国邮发代号 46-375

ISSN 1672-254X



9 771672 254039

022

乐活明星 Cover Star

周迅×刘畅 陪伴の告白

周迅说，生命是顺其自然。
刘畅说，每一天都值得被好好对待。
陪伴，让他们获得更多感动。

030

每月专辑 Monthly Special

瑜伽之道

瑜伽把注意力从外在环境带回我们的身体，
进而把注意力带回心智，见证心智出现的思绪。
甚至连这些都成了景物，如此就更深入内在。
瑜伽停止心智的波浪，让我们稳定在内在之中。



066

美丽宝典 Must Read

夏の色彩

人皆苦炎热，我爱夏日长。
生机盎然的夏，蕴含着变幻莫测的色彩。

074

美丽主张
Beauty Opinion

极简护肤四步曲

078

达人堂
Pro' View

背部去痘妙招

080

自然生活
Natural Life

手艺人的居心乡

090

二十四节气
Seasonal Farm

善念加持土地

098

长寿
PASSPORT

半坞里，自然而然

104

乐活居所 Be Our Guest

旧物温润客居心

空间的简约舒适，与细节的丰盈有序，
通过各种旧物的罗列在丹麦人 Soren Matz 的
家中进行了有趣的结合。

110

健康话题
Health Topic

食用油健康力

116

乐活厨房
LOHAS Kitchen

盛夏清赏冷泡茶

121

乐活私房菜
Cooking Card

夏日私家小厨

126

亲子
Kids Care

宝贝 “三防”度夏

130

手作生活
DIY

纸袋也俏皮

132

乐活汽车
Green Auto

新能源车 续航比拼

新事 LOHAS News

015 盛夏水云茶

017 植物纯露

019 拼贴手工书

016 新竹，都市山脚下的树院子

018 新加坡，花园城市中的城市菜园

020 多伦多，嗨！这里有无麸质菜单



信心 ♥ 美肌



一个海洋 一份清爽极润

肌研 极润保湿水凝霜

缔造水润肌肤最新秘技

水分子微球：突破性保湿科技，轻抹间即时融入肌肤，先筑起卓效锁水网络，再源源释放养分

4种透明质酸：分子大小不同，渗透至肌底，层层补水、锁水、储水
极清爽配方：质地特别轻透，肌肤零负担，锁紧一个海洋，天天极润、极清爽！



全新

