

在我的日常生活裡，這是我第一次認識和了解花精，其實植物不僅可以拿來欣賞，也可以將它融入我們的生活裡。

在平凡的日子裡，我很喜歡欣賞路邊的小花小草，尤其是它們在陽光的沐浴下閃閃發亮，隨著一陣陣的清風搖曳生姿，又或是葉子在雨滴的拜訪下彷彿在玩翹翹板般調皮的玩耍，對我而言，這些微小的事物，都能讓我平凡的一天增添不少趣味！但我卻很少用鼻子去體會它的美，去理解植物傳達出的訊息，一株小小的草也許只佔據世界極小的角落，卻能帶給我們些許的力量和平靜的心情，在忙於世界裡紛紛擾擾的同時，或許我們可以在一天的結尾，用花精來療癒今日的疲憊，用幾分鐘的時間去感受植物帶來的力量，不管是為他澆澆水，滋養它的同時也一同滋養著自己，又或是靜下心來深呼吸，享受它帶來的芬多精，就連盯著它發呆，也能趕走一天累積的疲勞，把不好的情緒在此刻成為過往，帶著平穩且舒適的心靈，勇敢的往更好的明天邁進！

每片的葉子都有自己的歸期，承載著我們大大小小的食物，他們的生命也因此而光彩動人，相信我們每個人都會有一種屬於自己的花精，你會特別喜歡他的模樣，看著他們蔓蔓日茂，從中感到一絲希望，成為我們日常裡的慰藉，希望每個人都能找尋到屬於自己的花精！