



不气躁静下心

屋内窗外都是一道风景。
里面外面又是一个世界。
屋里的人一定要走出来，才能看到真正的世界。
站在外面偷窥屋内，也不过只看见某角落。
真真假假、实实虚虚也不过是人心的纷纷扰扰。
静下心来、不气躁不妄为，才能看清真正的你我他。



让心灵释放

这 种香气近乎大自然的味道，说不出是那种植物但又似曾相识，让人打从心底喜欢。昏昏欲睡的午后，我走进 E&O 酒店的 PAN-PURI 做脸部 spa，原有点战战兢兢因为从来没有出外“洗脸”，但随鼻而来的香气让我有定下心的慰藉。进门迎面而来的阵阵植物薰香、身体马上放松下来，那是一个彷彿身心和大自然的对话……

做 SPA 前先来一杯清甜好喝的热茶暖暖，然后会有人先了解你的皮肤情况再进一步给予适当处理。一进房间干净、舒适，然后更衣让芳疗师用泰国皇室御用品牌的 PANPURI 产品洗脚、那种感觉有如净身般干净和放松。然后芳疗师开始一个步骤又一个步骤洗脸、按摩、再清洗然后再按摩，此刻的我身如在一个香气、安详和放下的状态中。芳疗师的手柔软在

轻柔按摩下，透过她手掌心的温度和各种有机材料的涂抹，脸上可以感受到清凉意是那么自然结合，不特别冷或热或刺激、就是很适合身上每一肌肤的坦然。洗好脸因为嘴唇干燥，牙疗师还特别帮我涂润唇膏湿润。

PANPURI 所有护理用品没添加任何香精及防腐化学剂，一百巴仙纯天然，而且选用茉莉、香茅、黑檀、玫瑰及柠檬草等有机材料制成。整个 SPA 过程大约 70 分钟，做好后到大厅坐一坐喝杯茶，简直完美体会。

这一套做下来将近三百多令吉，但你一定要相信一分钱一分货，它所用的产品材料、软硬体设备及芳疗师的手艺都是无话可说。虽然还有脚部、身体局部及全身 SPA 的不同价格但绝对“货真价实”，我这一弄还真有“飞上天”的超爽。