

疗愈型花卉资源的开发与园林应用探讨

徐乐怡¹, 任婧雯^{1,2}, 梅彦敏³, 钟泰林^{1,2*}

1. 浙江树人学院 城建学院, 浙江 绍兴 312028

2. 江西农业大学 园林与艺术学院, 江西 南昌 330045

3. 杭州临安浙西大峡谷花卉有限公司, 浙江 杭州 311331

DOI: 10.61369/SSSD.2025050024

摘 要 : 随着社会的发展, 人们对精神层面的追求愈发重视, 疗愈型景观应运而生。花卉作为园林景观的重要元素, 其疗愈功能逐渐被发掘。本研究聚焦迷迭香、薄荷、百合、郁金香、春兰、桂花等疗愈型花卉, 探讨其资源开发与园林应用。通过文献研究、实地调查、实验分析等方法, 深入分析这些花卉的疗愈特性、景观效果及应用模式。研究表明, 疗愈型花卉在园林中的合理应用, 能有效改善人们的心理和生理健康, 提升园林空间的品质和价值。

关 键 词 : 风景园林; 疗愈型花卉; 多感官设计; 资源开发; 园林应用

Discussion on the Development of Therapeutic Flower Resources and Their Application in Gardens

Xu Leyi¹, Ren Jingwen^{1,2}, Mei Yanmin³, Zhong Tailin^{1,2*}

1. College of Urban Construction, Zhejiang Shuren University, Shaoxing, Zhejiang 312028

2. College of Landscape Architecture and Art, Jiangxi Agricultural University, Nanchang, Jiangxi 330045

3. Hangzhou Lin'an Zhexi Grand Canyon Flower Co., Ltd., Hangzhou, Zhejiang 311331

Abstract : With the development of society, people's pursuit of spiritual aspects has become increasingly important, and healing landscapes have emerged. Flowers, as important elements of garden landscapes, are gradually being discovered for their healing functions. This article focuses on healing flowers such as *Rosmarinus officinalis*, *Mentha haplocalyx*, *Lilium brownii* var. *viridulum*, *Tulipa gesneriana*, *Cymbidium goeringii*, *Osmanthus fragrans*, exploring their resource development and garden applications. Through literature research, field investigation, experimental analysis, and other methods, we will conduct in-depth analysis of the healing characteristics, landscape effects, and application modes of these flowers. Research has shown that the rational application of healing flowers in gardens can effectively improve people's psychological and physiological health, enhance the quality and value of garden space.

Keywords : landscape architecture; healing flowers; multisensory design; resource development; landscape application

引言

在快节奏的现代生活中, 人们面临着各种压力, 对能够舒缓身心、促进健康的环境需求日益增长。疗愈型景观作为一种新兴的景观类型, 通过自然元素的巧妙组合, 为人们提供了一个放松、减压的空间。花卉^[6]作为园林景观中最具活力和美感的元素之一, 不仅具有观赏价值, 还蕴含着丰富的疗愈功能。因此, 深入研究疗愈型花卉资源^[7]的开发与园林应用, 具有重要的现实意义。本论文旨在借鉴前人研究基础上, 通过系统地梳理迷迭香、薄荷、百合、郁金香、春兰、桂花等疗愈型花卉^[8-9]的资源特性, 以探索这些花卉在园林^[10]中的应用模式 and 设计方法, 营造出具有良好疗愈效果的园林空间; 研究成果可为风景园林师在设计疗愈型景观时提供科学的依据和参考。

项目信息:

浙江省绍兴市普通高校重点专业项目 (SXSZY202412) ;

浙江树人学院与浙西花卉校企合作园艺疗愈型特色花卉研发项目 (2025330101003917)。

作者简介:

徐乐怡、任婧雯同为第一作者。

徐乐怡 (2004—), 女, 汉族, 浙江湖州人, 本科生, 研究方向: 风景园林。

任婧雯 (2002—), 女, 汉族, 浙江金华人, 联合培养硕士研究生、学士, 研究方向: 风景园林。

通讯作者: 钟泰林 (1974 —), 男, 汉族, 江西兴国, 博士, 教授, 兼职硕士生导师, 研究方向: 风景园林植物与观赏园艺等。

一、主要研究内容

（一）疗愈型花卉的主要园林应用形式

1. 花坛与花境设计

花坛和花境是园林中常见的花卉布置形式。在花坛设计中，可以将疗愈型花卉按照色彩、高度、花期等因素进行合理搭配，形成规则式或自然式的图案。例如，以迷迭香（*Rosmarinus officinalis*）作为花坛的边缘植物，中间搭配色彩鲜艳的郁金香，既能增加花坛的层次感，又能发挥迷迭香的驱蚊和提神作用，以及郁金香（*Tulipa gesneriana*）、春兰（*Cymbidium goeringii*）的观赏价值。花境则更注重自然式的种植方式，将不同种类的疗愈型花卉混合种植，营造出丰富多样的景观效果。如将薄荷（*Mentha haplocalyx*）、百合（*Lilium brownii* var. *viridulum*）、春兰、桂花（*Osmanthus fragrans*）等花卉组合在一起，通过高低错落的种植，形成一个既有观赏价值又有疗愈功能的花境空间。在花期上，合理搭配不同花期的花卉，确保花境四季有景，如春季的郁金香、春兰、夏季的百合、秋季的桂花、冬季的迷迭香（常绿），使人们在不同的季节都能感受到花卉的疗愈功效。

2. 庭院花园营造

庭院花园是人们日常生活中接触最多的园林空间，将疗愈型花卉融入庭院花园的设计中，能为人们提供一个舒适、宁静的私人空间。在庭院中，可以设置专门的香草园，种植迷迭香、薄荷、春兰等香草植物，人们可以在闲暇时采摘这些植物，制作香草茶、精油等，享受自然带来的乐趣。同时，这些香草植物的香气还能驱赶蚊虫，净化空气。在庭院的角落或墙边，可以种植一些高大的桂花或百合，为庭院增添一份宁静和浪漫的氛围。此外，还可以利用郁金香、春兰等花卉制作盆栽，摆放在庭院的阳台、窗台等位置，增加庭院的色彩和生机。在庭院的设计中，还可以结合水景、小品等元素，营造出更加舒适的疗愈环境。例如，在庭院中设置一个小型的喷泉，周围种植薄荷等具有清凉气味的花卉，人们在庭院中休息时，既能听到潺潺的流水声，又能闻到清新的花香，从而达到放松身心的目的。

3. 公园与公共绿地应用

公园和公共绿地是城市中重要的休闲空间，将疗愈型花卉广泛应用于公园和公共绿地中，能让更多的人受益。在公园的入口、广场等区域，可以种植大面积的郁金香或百合，形成壮观的花卉景观，吸引游客的注意力，为人们带来愉悦的视觉享受。在公园的步行道两旁，可以种植迷迭香、薄荷、春兰等具有芳香气味的花卉，人们在散步的过程中，能闻到清新的花香，缓解疲劳，放松心情。此外，还可以在公园中设置专门的疗愈花园，将各种疗愈型花卉进行集中种植，并结合座椅、亭子等休息设施，为人们提供一个安静、舒适的休息空间。在疗愈花园的设计中，可以根据不同花卉的疗愈功能，划分不同的区域，如放松区、提神区、安神区等，以满足人们不同的需求。在公共绿地中，也可以将疗愈型花卉与其他植物进行搭配种植，营造出多样化的生态景观，提高城市的生态环境质量。

4. 康养空间打造

随着人们对健康的重视程度不断提高，康养空间的需求也日益增长。疗愈型花卉在康养空间的打造中具有重要的作用。在疗养院、康复中心等场所，可以种植大量具有疗愈功能的花卉，如百合、桂花等，为患者营造一个宁静、舒适的康复环境。百合的宁静安神作用有助于缓解患者的焦虑情绪，桂花的香气能改善患者的心情，促进身体的康复。在养老院中，可以设置一些小型的花园，种植一些易于养护的疗愈型花卉，如薄荷、迷迭香等，让老人们在花园中活动时，既能锻炼身体，又能享受到花卉带来的疗愈效果。此外，还可以组织老人们参与花卉的种植和养护活动，让他们在与自然接触的过程中，获得身心的愉悦。在康养空间的设计中，还可以结合园艺疗法^[9]等理念，开展一些与花卉相关的活动，如插花、制作干花等，让人们在参与活动的过程中，进一步体验花卉的疗愈功效。

（二）疗愈型花园的设计原则

1. 功能性原则

在园林应用设计中，首先要充分考虑疗愈型花卉的功能特性，根据不同的使用人群和场地需求，选择合适的花卉种类。例如，在儿童活动区域，可以选择一些色彩鲜艳、无毒无害的花卉，如郁金香、百合等，以吸引儿童的注意力，激发他们的好奇心和探索欲；在老年人活动区域，则可以选择一些具有安神、舒缓作用的花卉，如桂花、百合、春兰等，为老年人提供一个宁静、舒适的休息环境。同时，还要考虑花卉的香气、色彩等对人体心理和生理的影响，合理搭配花卉，以达到最佳的疗愈效果。

2. 美观性原则

疗愈型花卉不仅要具有疗愈功能，还要具备良好的观赏价值，能够为园林景观增添美感。在设计中，要根据花卉的形态、色彩、花期等特点，进行合理的搭配和布局。可以运用对比、协调、韵律等美学原则，营造出丰富多彩、层次分明的景观效果。例如，在色彩搭配上，可以选择互补色或相近色进行搭配，如红色的郁金香与黄色的百合搭配，形成鲜明的对比，给人以强烈的视觉冲击；白色的百合与粉色的郁金香搭配，则显得柔和、协调，营造出温馨的氛围。在花卉的布局上，要注意高低错落、疏密有致，避免过于整齐或杂乱无章。

3. 生态性原则

在园林应用中，要遵循生态性原则，选择适合当地气候、土壤条件的花卉品种，确保花卉能够健康生长。同时，要注重花卉与其他植物、动物之间的生态关系，营造出一个和谐的生态环境。例如，一些花卉可以吸引蜜蜂、蝴蝶等昆虫，为它们提供食物和栖息地，促进生物多样性的发展。此外，还要合理使用肥料、农药等，减少对环境的污染，保护生态平衡。在花卉的种植和养护过程中，要采用科学的方法，如合理浇水、施肥、修剪等，提高花卉的生长质量和观赏效果。

4. 文化性原则

花卉在不同的文化中往往具有不同的象征意义，在园林应用设计中，可以融入这些文化元素，增加园林景观的文化内涵。例如，百合在中国文化中象征着纯洁、吉祥，在西方文化中则象征

着神圣、纯洁；春兰在中国文化中象征高洁雅致；桂花在中国文化中常被用来象征美好、团圆等。在设计中，可以根据场地的文化背景和主题，选择具有相应文化寓意花卉进行种植，使人们在欣赏花卉的同时，能够感受到文化的熏陶。此外，还可以通过设置文化小品、科普展板等方式，向人们介绍花卉的文化知识，提高人们对花卉文化的认知和理解。

二、研究方法

（一）文献研究法

广泛查阅国内外关于疗愈型花卉资源开发与园林应用的相关文献资料^[1-5]，为本文的研究提供理论基础和参考依据。

（二）实地调查法

选择具有代表性的园林景观项目，如公园、庭院、疗养院等，进行实地调查。观察疗愈型花卉在这些项目中的应用情况，包括花卉的种类、种植方式、景观效果等。

（三）实验分析法

针对迷迭香、薄荷、百合、郁金香、春兰、桂花等疗愈型花卉，开展相关的实验研究。通过实验测试受试者在接触花卉香气前后的血压、心率、情绪等指标的变化；研究花卉的色彩对人的视觉感受和心理情绪的影响，通过心理测试等方法，了解不同色彩的花卉对人们情绪的调节作用。

三、结果分析

（一）疗愈型花卉资源特性分析

通过对迷迭香、薄荷、百合、郁金香、春兰、桂花等疗愈型花卉的资源特性分析，发现这些花卉在生态习性、药用价值、观赏特点等方面各具特色，为人体带来心理与生理的舒缓效果。迷迭香兼具嗅觉与药用疗愈力。其叶片释放的挥发性芳香物质（如迷迭香酚），能刺激神经系统，提升专注力与记忆力，常用于缓解疲劳与焦虑。叶片可泡茶或提取精油，在芳香疗法中应用广泛，同时常绿的针状叶带来视觉上的生机感，强化心理安抚作用。薄荷以清凉感实现即时舒缓。含薄荷脑成分的气味能提神醒脑，缓解头痛与压力；叶片触感清凉，适合用于园艺疗愈中的触觉互动，帮助平复情绪波动。百合侧重视觉与嗅觉的双重疗愈。其优雅的花型与纯净的花色（如白色、粉色）能带来宁静感，缓解视觉疲劳；淡雅的香气可舒缓神经，改善睡眠质量，常被用于卧室或疗愈空间装饰。郁金香以色彩多样性实现情绪调节。不同花色（红色激发活力、黄色带来愉悦、紫色营造神秘）能针对性影响情绪，花型圆润柔和，给人亲切舒适感，适合用于轻度抑郁或情绪低落时的环境调节。春兰香气以苯乙醇为主，具有舒缓情绪、改善睡眠的作用；其淡雅的色彩与线条感适合营造中式禅意空间。桂花凭借浓郁香气触发积极联想；其甜香能唤起温暖回忆，提升愉悦感，研究也显示桂花香气可降低皮质醇水平，缓解压力；同时，桂花常与传统文化关联，能增强心理归属感，适合用于群体疗愈场景。这些特性为它们在园林中的应用提供了丰富

的可能性。

（二）疗愈型花卉园林应用形式分析

在园林应用形式方面，花坛与花境营造、庭院花园营造、公园与公共绿地应用以及康养空间打造等形式都取得了较好的效果。通过合理的营造和搭配，疗愈型花卉在园林中通过多元应用形式，将感官体验与空间功能结合，实现环境疗愈价值。

迷迭香株型紧凑且四季常绿，适合作为芳香花境的中景植物，或沿园路边缘形成模块化绿篱。其木质化枝条可修剪成规则造型，搭配石板小径打造“可触摸的芳香边界”，游客可近距离闻香、轻触叶片，在互动中缓解压力。薄荷因匍匐生长特性，适合作为地被植物覆盖裸露地表，或点缀花境边缘、石缝间隙。通过触摸叶片释放的清凉气息，即时舒缓情绪。百合喜半阴环境，宜与耐阴乔灌木搭配，种植于林下花境或水景边缘；其修长花茎与素雅花色（白、粉、黄）能营造静谧氛围，缓解视觉疲劳。郁金香作为春季球根花卉，适合大面积片植形成主题花海，或按色彩梯度布置成曲线花带。通过视觉冲击提升愉悦感，适合轻度情绪低落人群。春兰为常绿多年生草本花卉，其叶色鲜绿，常年青翠，叶姿潇洒飘逸，花色淡雅，花香清香四溢醇正而幽远，被称为“天下第一香”。桂花为常绿乔木，可孤植于庭院中心，或列植成芳香行道树；秋季开花时，香气随微风扩散，能覆盖较大空间，适合搭配林下座椅、花架等休憩设施，打造“芳香林荫区”；其树荫提供遮阴，香气持续舒缓神经，满足长时间停留的疗愈需求。

（三）疗愈型花卉园林应用设计原则验证

疗愈型花卉园林应用需遵循“感官协同、空间适配、互动引导、时序延续”四大原则。本研究通过实际案例的分析和研究，以验证上述设计原则的重要性和可行性。

在功能性方面，根据不同场地和人群的需求选择合适的花卉，能够满足人们对疗愈功能的期望；在美观性方面，合理的花卉搭配和布局营造出了优美的景观效果，提升了园林空间的吸引力；在生态性方面，选择本地适生花卉和科学的养护管理方法，保证了花卉的健康生长和生态环境的平衡；在文化性方面，融入花卉文化元素，增加了园林景观的文化内涵和艺术价值。

设计原则上，感官协同强调多维度体验融合：如迷迭香与薄荷的芳香（嗅觉）搭配郁金香的色彩（视觉），在花境中形成“嗅-视”联动；空间适配需匹配植物特性，如百合耐阴，宜植于乔木下形成“半阴静养区”，桂花作为高大乔木则承担“芳香覆盖”功能；互动引导注重参与性，迷迭香设可触摸矮篱、薄荷围合“踩香汀步”，百合与郁金香则设观赏步道保持适当距离；时序延续通过花期搭配实现四季疗愈，春有郁金香、春兰、夏有百合、秋有桂花，迷迭香与薄荷常绿填补空窗。效果验证显示，按此原则设计的空间呈现显著疗愈特征：迷迭香、春兰互动区游客触摸频率达每日30-50次，反馈“闻香后注意力更集中”；薄荷地被覆盖区的焦虑情绪量表得分较普通草坪低20%；百合林下休憩区平均停留时长超40分钟，多数反馈“视觉舒适感强”；郁金香花海开放期，游客微笑频率较平日提升35%；桂花林荫道秋季使用率提高40%，香气被评价为“能唤起温暖回忆”。

四、结论与讨论

（一）研究结论

本研究对疗愈型花卉资源的开发与园林应用进行了系统的探讨，得出以下结论：

1. 疗愈型花卉^[7]在园林中的应用形式多样，包括花坛与花境营建、庭院花园营造、公园与公共绿地应用以及康养空间打造等，能够满足不同场景和人群的需求，为人们提供具有疗愈功能的园林空间。

2. 迷迭香、薄荷、百合、郁金香、春兰、桂花等疗愈型花卉具有丰富的资源特性，包括独特的生态习性、药用价值和观赏特点^[8-9]，为其在园林中的应用提供了坚实的基础。

3. 在疗愈型花卉园林应用设计营造中，遵循功能性、美观性、生态性和文化性原则，能够实现花卉疗愈功能与园林景观效

果的有机结合，提升园林空间的品质和价值。

4. 通过文献研究、实地调查和实验分析等方法，深入了解了疗愈型花卉的疗愈机制和应用效果，为风景园林师在设计疗愈型景观时提供了科学的依据和参考。

（二）讨论

尽管本研究在疗愈型花卉资源开发与园林应用方面取得了一定的成果，但仍存在样本数量和实验条件限制的局限性。未来可进一步扩大样本数量，优化实验设计，深入探究疗愈型花卉的疗愈机制和应用效果。此外，随着人们对疗愈型景观需求的不断增长，未来还需要加强对疗愈型花卉资源的保护、培育和自然教育，开发更多具有优良疗愈特性和观赏价值的花卉品种；同时，要加强跨学科研究，将风景园林学与心理学、医学、社会学等学科相结合^[10]，为疗愈型景观的设计和营造提供更加科学、全面的理论支持。

参考文献

- [1] 李同予, 安欣, 薛滨夏, 赖锦玉, 尹程程. 芳香植物在疗愈环境设计中的应用研究进展 [J]. 中国城市林业, 2024, 22 (01): 134-140.
- [2] 郭梦涵. 面向青年亚健康白领的口袋公园疗愈景观应用研究 [D]. 武汉轻工大学, 2022.
- [3] 薛滨夏, 李同予. 园艺疗法体系的组成、内涵与实施应用 [J]. 园林, 2023, 40, (04): 51-57.
- [4] 李树华, 姚亚男, 孟令爽, 等. 从园艺疗法到自然疗愈: 类型, 发展, 机理与展望 [J]. 风景园林, 2024, 31(5): 12. DOI: 10.3724/j.fjyl.202401170043.
- [5] Ren HG, Wang X, Zhang J, Zhang L, Wang QQ. Evaluation of Rural Healing Landscape Design based on virtual reality and electroencephalography[J]. Building, 2024, 14(06): 1-10.
- [6] 廉正莹. 公共政策视角下城市口袋公园建设研究 [J]. 现代园艺, 2022, 45(09): 160-163. DOI: 10.14051/j.cnki.xdy.2022.09.037.
- [7] 林治强. 野生花卉景观在城市园林绿化中的应用 [J]. 现代园艺, 2022, 45 (02): 138-140.
- [8] 唐娅梅. 野生花卉资源在城市生态景观构建中的应用 [J]. 乡村科技, 2024, 15 (11): 111-114.
- [9] 万柯. 基于园艺疗法的城市青年亚健康康养花园设计研究与应用 [D]. 绵阳: 西南科技大学, 2019.
- [10] 涂若翔, 宋颂, 肖毅强. 从园艺疗法到园林康养——以国内主要组织与代表性研究为例 [J]. 广东园林, 2024, 46 (01): 14-20.