

明清广州珠江以北地区士人园林的疗愈环境

Healing Environments in the Scholars' Garden in the North of the Pearl River in Guangzhou in the Ming and Qing Dynasties

薛寒松 冯浚英 梁怀月* 李姝汶

XUE Hansong, FENG Junying, LIANG Huaiyue*, LI Shuwen

基金项目: 国家社会科学基金青年项目 (编号: 19CZS065); 海南省研究生创新科研课题 (编号: Qhys2022-116); 海南大学校级教改课题 (编号: HDJG-Y202225)

摘要

在暑病疫瘴多发的中国岭南地区, 明清时期繁盛的岭南园林文化蕴含着精妙的疗愈智慧。以明清时期广州珠江以北地区士人园林为例, 考据明清时期《广东新语》《番禺县志》《海山仙馆图卷》等多部志记、诗词、绘画史料与《中外卫生要旨》等岭南医学古籍, 揭示明清广州地区士人园林在选址营建、园区布局与空间营造方面独具特色的中医疗愈特性: 趋吉祛病、风土相宜的园林选址; 避暑消夏的园内环境。并根据入定禅修、放歌赏乐、宴饮雅集等心理疗愈活动, 以及射箭攀登、游湖泛舟、攀荔豢兽等生理疗愈活动, 分析园居疗愈活动与园景营造之间的对应关系。

Abstract

In the Lingnan region of China, where summer diseases and epidemics are prevalent, the flourishing Lingnan garden culture of the Ming and Qing dynasties contains subtle healing wisdom. Taking the scholars' gardens in the north of the Pearl River in Guangzhou during the Ming and Qing Dynasties as an example, we examine the historical materials such as the *New Language of Guangdong*, *Panyu County Record*, *Haishan Xianguan Scroll*, etc. and the old Lingnan medical books such as the *Essentials of Chinese and Foreign Hygiene*, to reveal the unique characteristics of the Chinese medical healing of the scholars' gardens in the Guangzhou area during the Ming and Qing Dynasties, in terms of the selection and construction of the site, the layout and spatial creation of the gardens. It also analyses the correspondence between the healing activities of the gardens and the creation of landscapes from psychological and physiological perspectives. It can be summarized as the selection of the garden site which is suitable for good luck, dispelling illnesses and the terroir; the garden environment which avoids the summer heat; the garden healing practices such as meditating, singing and enjoying music, and banqueting and drinking, etc. which reflect the characteristics of psychological healing; and the garden healing practices such as archery, climbing, boating in the lake and breaking the litchi and keeping animals, etc. which reflect the characteristics of physiological healing.

文章亮点

1) 分析明清广州地区士人园林相地的科学卫生特性; 2) 论证了明清广州地区士人园林居住环境的避暑疗愈特性; 3) 对明清广州地区士人园林内的心理及生理疗愈实践进行了详尽地梳理。

关键词

岭南园林; 疗愈环境; 广州地区;
康养景观

Keywords

Lingnan Garden; Healing
environment; Guangzhou area;
Healthy landscape

收稿日期: 2024-03-09

修回日期: 2024-05-25

“疗愈”多指对于人类心灵、机体等所受创伤的治疗与恢复作用,涉及心理及生理2个层面^[1]。现今,党的十九大报告提出的“实施健康中国战略”,是基于人民对美好生活的需求,旨在全面提高人民健康水平,促进人民健康发展,倡导健康文明生活方式,预防、控制重大疾病^[2]。虽然严峻的全球新冠病毒大流行已趋于结束,但其给人们带来的身心创伤还需在日常生活情境中疗愈恢复,园林空间健康疗愈特性的进一步优化与提升则更显重要。明清时期,我国疗愈文化与造园文化发展蔚为大观并相互渗透,士人群体既是造园实践者,也是注重日常疗愈的倡导者,如江南弇山园园主王世贞、岭南可园园主张敬修等。现有不少学者深入挖掘我国古典园林内蕴的疗愈智慧,以期为现代健康人居环境的建设予以优化指导。熊玲玲、展玥等^[3-9]以我国古代某一时期、地域的疗愈思想为理论依据,分析健康园林的营建与园居疗愈的实践;张蕊、余洋等^[10]对中国传统园林疗愈与健康人居环境作整体诠释;陈少薇等^[11-12]通过研究古典园林植物、山水园林绘画,侧面论证了古典园林的疗愈特性。

然而,目前我国有关岭南园林疗愈环境的研究尚显不足,有待进一步挖掘。广州珠江以北地区作为广州古城池的始建地与管衙区,自明代起便有较多士人,如陈子壮、李待问等在此营居。因此,本研究聚焦明清岭南经济文化中心的广州,以其珠江以北地区由文人、官宦和商贾等具有社会影响力的士人阶层所建的私园作为研究对象,借助保存完好的《番禺县志》《海山仙馆图卷》《中外卫生要旨》等岭南明清园林相关志记,以及绘画、诗词与医籍等一手史料,采用历史学研究方法,基于岭南传统医学疗愈思想,探讨明清广州珠江以北地区园林疗愈环境的选址营建对于“湿、瘴、暑”等岭南常见病的预防规避功效,以及

园林疗愈环境作用下的行为活动在生理与心理层面的疗愈功效。

1 园林相地选址科学卫生

作为士族群体的日常居所,明清广州珠江以北地区士人园林在相地选址方面,依托该地区趋吉祛病的区位环境,规避了一定的湿、瘴等岭南常见致病因素。岭南地区“土地卑湿,春夏之间,风毒弥盛,又山水湿蒸,致多瘴毒,风湿之气,从地而起,易伤人”^[13],可见岭南百姓易受瘴病瘟疫等传染性疾病之扰。《鼠疫汇编》中提到“通风透气,凡黑湿处,切勿居住……庭堂房屋,洒扫光明,厨房沟渠,整理洁净”^[14],即光照充足、空气流通的生活环境不易滋生病原污秽,是较为理想的卫生祛病环境,对于岭南鼠疫等瘟疫之症有一定的防疫功效。

1.1 祛病趋吉的区位环境

在明清时期,广州古城的山水布局趋于稳定,呈现为“青山半入城,六脉皆通海”的总体特征。从物候条件上看,明清广州珠江以北地区的白云、越秀山群在冬季可阻挡北部寒流,使该地有“阳气常舒,南风常盛”^①的健康物候环境。而从风水格局上看,明清时期广州府城“背山面海,地势开阳”^②,北部白云至越秀山麓的“龙脉延伸”与南部珠江的“玉带缠腰”的格局(图1),也使得该地有着钟灵毓秀、鸿运添财的吉兆。

明清时期广州城内的水利系统较为完备,已涵盖六脉渠道与城壕两大部分。而自明代起,广州“凿东濠二百六十五丈,深丈六尺”^[15],引白云山甘溪水入城东濠,使自越秀山麓汇集至城北区域的雨水可及时顺东濠排入珠江,确保了广州地区有着一定的蓄水排涝能力,缓解了明清广州地区湿气和潮热加剧瘴疫病原传播的境况。综上,充足的光照、舒畅的南风与良好的雨洪管理系统,在一定程度上减少了广州地区湿瘴之毒的滋生,

降低了时疫传播概率,这与《鼠疫汇编》中所提及的健康祛病环境相通。

1.2 风土相宜的园林基址

明清时期有据可查的广州珠江以北地区士人园林多顺应周边山麓、濠渠、湾涌等自然风土而建。《黄帝内经·灵枢》提到“与天地相应,与四时相副,人参天地”^②,认为人与自然同源,二者和谐共处是健康的象征,人类需顺应自然规律而生存^[16]。晚清岭南疗愈家郑观应在《中外卫生要旨·卷一》中引用《寿世传真》:“忌早起科头,忌阴室贪凉,忌湿地久坐,忌冷着汗衣,忌热着晒火”^{[17]27}。可见人们在日常生活中需顺应自然节律与环境的变化作出相应调整,才能达成天人相应的愿景。

明末爱国诗人陈子壮的云淙别业建于“白云山之麓月溪之上”^[18],明代“南园后五子”之一吴旦描述其周边:“蹊参灌木入,行并修篁转。禅界稍歇堙,灵泉犹清浅”^{[19]87}。明代正德年间进士黎贯在越秀山南麓建清泉精舍,该地“寂历人烟连浦树”^[20],林丛幽静。部分园林则集中分布在丹荔繁茂、湾渠广阔的城西荔枝湾地区。清代士商潘仕成,以临近珠江的一片果基荷塘为基地建海山仙馆,其北界与东界紧临荔湾涌,南界大约在荔枝湾三叉涌口处,西侧临近珠江(图2)。清末

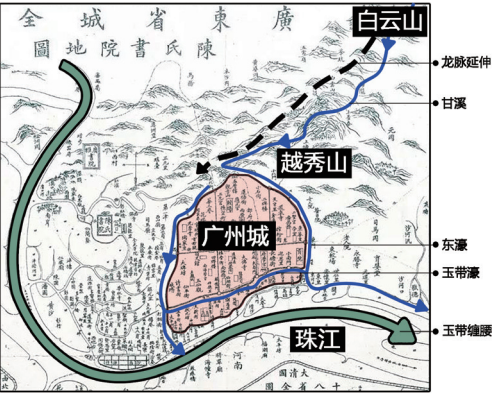


图1 明清时期广州地区相位分析
Fig.1 Phase analysis of the Guangzhou area during the Ming and Qing dynasties

① 出自(清)屈大均《广东新语·卷1·天语》,清代康熙三十九年(1700)木天阁刻本。
② 出自《灵枢经·卷2·刺节真邪》,清光绪庚寅年(1881)浙江书局刻本。

南海人陈樾曾在《小画舫斋记》中描述海山仙馆荔荷盛开时“秾华相映，轻轺消夏，如入画国”^{[21]190}。此外，还有部分园林临近城内壕渠而建，如洛墅临近城东濠、小圃园临近城西濠、南园紧邻玉带濠等，园内士人可尽赏濠畔风光(图3)。综上，明清时期广州珠江以北地区风土相宜的造园理念与传统医学中天人相应的疗愈理念相通，奠定了士人园林健康宜居的外环境基调。

2 园居环境适宜避暑疗愈

明清广州士人园林的内部环境有着避暑消夏的疗愈效果。《岭南卫生方》提到“岭南每以暑毒为患者，盖一岁之间，暑月过半，使人难避而易犯”^[22]，



图2 海山仙馆园林基址
Fig.2 Garden site of Haishan Xianguan

可见岭南地区暑日漫长，人们极易生暑病。传统中医认为暑病因人们久处于炎热的环境，体内汗液蒸发过多，阳气损耗，津液周流不利而生，易导致疼痛、腹泻、乏力等症状，同时也会使人易怒、喘喝、多言等^[23]。晚清岭南著名疗愈家郑观应认为：“摄养家于三伏之候，但居于宽敞稍凉之处，使不至中喝即已。”^{[24]64}因此，人们对于暑病的防治不仅需隔绝外界炎热环境，降低体感温度，还需保持内在心神的安宁。明清广州士人园林“高树深池，荫翳升凉”^[25]的物质环境使人获得较为凉爽的体表感受，清幽恬适的氛围又可使人内心宁和，自感清凉。

2.1 繁荫轩敞，外感清凉

明清广州士人园内“留余地以栽花蒔竹，令清气往来，俗尘朴去”^{[24]239}，且园内繁茂的植物又能为园居者与园内建筑遮阴蔽日，使得园内空气清新凉爽。郑观应认为：“紧闭窗户……则房内之气渐毒，有害于人。”^{[24]177}而明清广州士人园林内亭台楼阁多临水而建，轩窗敞开，内外气流畅通，起到降温通风的效果，营造园内清凉祛病的环境。

清代道光年间(1821—1850年)翰林院庶吉士鲍俊建鲍逸卿太史别墅，园内古榕参天，浓荫蔽日，榕下建“榕

堂”，堂下为“榕塘”^{[26]556}。园中古榕为榕堂遮阴，而榕塘又进一步为榕堂招凉。清代嘉庆九年(1804年)，士商叶廷勋在西关建小田园，该园四周秋水围绕，园内“芭蕉分绿天能补”，又有修竹环荫，园主得闲时常“尽凉依枕卧看书”^{[27]322}。清代乾隆年间(1736—1796年)，士商颜时瑛在城内建磊园，园内理塞轩“前后临莲池，左右辟大牖，种葡萄环之作帘幕”^[28]，人居于此“夏日迎凉，炎熇之气不染”^[25]。道光年间士商潘仕成建海山仙馆(图4)，园内多栽植榕树 *Ficus microcarpa*、莲 *Nelumbo nucifera*、荔枝 *Litchi chinensis*、垂柳 *Salix babylonica* 等植物，林荫匝地，又有燕红小榭建于湖上，“轩窗四开，一望空碧”^{[21]152}，即使园内人士身处厅堂居室，也有凉爽湖风吹拂，而无闷热不适之感。

2.2 感官疗愈，静心迎凉

明清时，广州珠江以北地区各园内多建莲池。静心安神的荷香与园内泉流、梵音等声景元素相结合，使士人通过听觉与嗅觉获得疗愈，进而沉心园境，静心迎凉。明代户部尚书李待问的别业小云林内湖池广约3300 m²，内植莲花，“每宾客交集，南薰递至，荷香袭人，泠然不知有暑也”^[29]；海山仙馆内，每逢三伏时节，“藕花香发，清风徐来，顿忘燥



明清时期广州珠江以北主要士人园林：
1. 环翠园 2. 海山仙馆 3. 陈园 4. 唐荔园 5. 小田园、小画舫斋 6. 彭园 7. 刘园 8. 君子矶 9. 磊园 10. 荷香别墅 11. 龙潭园 12. 晚景园 13. 小圃园 14. 后乐园 15. 长春仙馆 16. 清泉精舍 17. 小云林、继园 18. 野水闲鸥馆 19. 梦香园 20. 北园 21. 寄园 22. 湛家园 23. 鲍逸卿别墅 24. 东皋园 25. 感旧园 26. 南园别墅 27. 南园 28. 洛墅 29. 东园 30. 云凉别业 (北园东北方向约5公里处白云山内为云凉别业) 31. 凌园

图3 明清时期广州珠江以北地区士人园林分布
Fig.3 Distribution of scholar's gardens in the area north of the Pearl River in Guangzhou in the Ming and Qing dynasties

暑”^{[21][152]}；晚明时期陈子壮在云淙别业内引白云山归龙溪瀑布建湖池，每当湖风吹拂，“波涛荡漾，与帘泉争响”^[20]；陈子壮又同其弟陈子履于明代崇祯四年（1631年）建东皋园，园内的话雨窗可供客人留宿静眠，“有长春庵，钟鱼梵音，翛然清凉境也”^{[26][558]}。因此，清幽的环境与感官的疗愈相结合，使士人们在园居生活中保持内心的恬静，进而获得以静养神、自得清凉的避暑功效。

3 园居心理疗愈实践

在日常园居生活中，广州府士人们通过入定禅修、放歌赏乐、宴饮雅集等活动调摄心志、祛病养体，这体现了园林在心理层面的疗愈特性。《素问·上古天真论》提到“恬淡虚无，真气从之，精神内守，病安从来”^①，认为保持平静恬淡的心境是防治疾病的重要环节。在《中外卫生要旨·卷一》中，郑观应引用《寿世传真》中的“世宙一大戏场，离合悲欢要看假些，功名富贵要看淡些，颠连困苦要看平常些，时势热闹要看冷落些”^{[17][23]}，告诫人们用平常心看待世事变化，即使有一时不济，也要豁达乐观。他又引《备急千金要方》中的“人有五脏，化为五气，以生喜怒悲忧恐，故喜怒伤气，寒暑伤形，暴怒伤阴，暴气伤阳”^②，通过阐述大喜大悲、忧恐愤怒的精神情绪对人体五脏的危害，来强调心理疗愈的重要性。

3.1 入定禅修

岭南士族阶层希望在园林内禅修悟道时获得超脱泰然的心性。禅修文化重视“修心”，认为只有放下“贪、嗔、痴”，才能摒弃内心的杂念，达到心体无滞的境界^[30]。这与传统医学中恬淡虚无，内视守心的理念相通。在磊园北部，士人常于临溯书屋（图5）“讲经会文，西席课其功”，为“肄业者起居焉”^[28]；小云林水云居内设钟磬、蒲团等禅具，内藏《楞伽经》《法华》等禅经，“人事鞅掌，则入定其中”^[29]。受禅修文化中静心冥想理念的启发，

现代医学临床中常将正念冥想训练用于心理疾病的康复治疗，通过提高睡眠质量进而有效改善抑郁症患者的健康状态^[31]。

3.2 放歌赏乐

明清时期，岭南贤人雅士在自家园林中既是奏乐高歌活动的参与者，也是歌舞表演的观赏者，其通过放歌赏乐陶冶情操，愉悦身心。小云林园主李待问常同好友在湖面泛舟酬唱，声振林木，“命童子吹箫”，又“边扣舷和之，边放声高歌”^[29]；海山仙馆内有一处戏台（图4）建于湖面，是园内的赏乐空间。每当台上奏乐表演时，“音出水面，清响可听”^{[21][152]}；磊园内，园主颜氏“命两小鬟扮采莲女，戴草笠，绸檐青纱，衣素纱裳，系紫绣带，着红公鸡鞋，操舵登舟。一自东岸出，一自西岸出，二舟相遇则歌”^[28]，其则同好友在遥集楼（图5）上惬意观赏侍女们采莲放歌的场景。

3.3 宴饮雅集

春秋时节，广州府文士吏商阶层在园林内常进行酬唱聚会活动，通过豪饮畅谈而直抒胸臆，排解烦闷；通过赋诗作画显现才情，修心养性。明代崇祯年间（1628—1644年）番禺诗人黎遂球常同好友在南园“流觞接席”，并作诗句“谁言褊事兰亭胜”^③，可见

南园结社之盛；李待问在小云林影山楼（图6）下开诗社，常同数十名诗友在此处小酌，“分韵赋诗，焚香散帙”^[29]；清代著名书画家鲍俊每逢春秋佳日便在榕堂内“置酒邀朋，弦诗读画”^[32]；颜嵩年每月在磊园中设宴数次，“导从络绎，观者塞道”^[28]，场面辉煌壮观。雅集活动广义上即一种社交活动，在此过程中士人们可以愉悦情绪，放松身心，并获得一定程度的社会认同。

4 园居生理疗愈实践

明清时期，广州士人喜好在园林内通过射箭攀登、游湖泛舟和攀荔泰兽等疗愈活动，舒展筋骨、通畅气血、滋养身心。这体现出园林在生理层面的疗愈内涵。郑观应在《中外卫生要旨·卷一》中引用《备急千金要方》——“流水不腐，户枢不蠹，以其运动故也”^②，认为人们每日进行适量休闲活动，可舒展躯体、活络经血。清代岭南防疫著作《脚气刍言》有：“多坐少动，皆犯气血壅滞之戒。必使手足活动，不可过于安逸，卧则气易易滞，常常活动手足关节，饭后缓缓走动，能令气血通畅，邪气散去。”^{[33][537]}因此，经常进行适度的体力活动有益于机体健康，也是该地区士人们常见的疗愈实践方式。

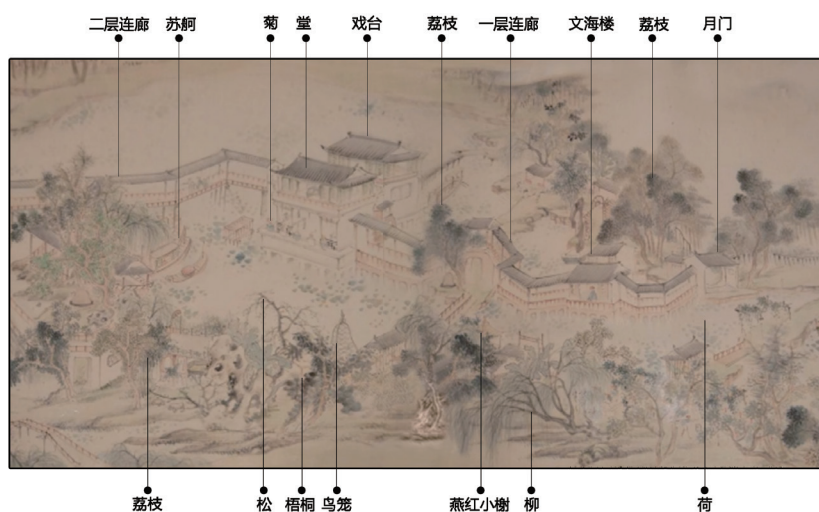


图4 清代夏鸾《海山仙馆图卷》局部

Fig.4 Part of Xia Luan's Haishan Xianguan Scroll in the Qing Dynasty

① 出自（清）张志聪《素问·卷1·上古天真论》，清代光绪十六年（1890）浙江书局刻本。

② 出自（唐）孙思邈《备急千金要方·养性·道林养性第二》，清代光绪四年（1878）江户医学影北宋本。

③ 出自（清）温汝能《粤东诗海·卷47·黎遂球》，清代同治五年（1866）龙山聚文堂刻本。

4.1 射箭攀登

明清广州珠江以北地区士人园林内假山、楼台多筑有台阶，为园居者提供了攀登健骨的活动空间，可帮助士人们进一步获得通气健体的疗愈功效。小云林内一处高台“罗以石磴”^[29]（图6），海山仙馆假山布设石径，“可以拾级而登”^{[21]151}，皆可供游人攀爬。咸丰、同治年间（1851—1874年）南海人丘长浚作诗“眺远欲穷人海界，与君同上最高楼”^{[19]238}，写尽其同好友在海山仙馆内登高远眺时胸怀开阔的情景。此外，还有部分士人在园林内进行集射活动，如在磊园内“航北为箭道，道之东树侯设鹄，覆以亭，名‘跃如’，文士聚会，集射于此”^[28]。射箭结束后，士人们则凭胜负“登自在航，奖功浮白，弦歌以侑之”^[28]。

4.2 游湖泛舟

明清时期广州珠江以北园林内士人的游湖泛舟活动可视为轻度的体力活动。清代鼠疫名家罗汝兰认为“泛舟水上尤妙，否则居近水当风处亦佳”^[14]，湖面微风吹拂，空气畅爽，因此湖上泛舟对人体心肺也大有裨益。小云林内，李待问常与亲友在傍晚时分泛舟游玩，“觴酌互劝”^[29]。东皋园疏叶湖面有彩舟四支，“日怡受，日只在，日弄碧，日渔长浮家”^{[26]558}，每当有客人到访东皋园时，便可在疏叶湖上泛舟。晚清诗人何绍基曾于同治二年（1863年）到海山仙馆游赏，作词《满庭芳》记叙其在傍晚携带酒酿“慢摇苏舸”^[34]的场景，通过泛舟观荷赏荔，获得步移景异的游湖之趣。

4.3 擘荔蒙禽

明清时期广州士商群体常将栽蔬采果、蒙养禽鸟的园艺生活视为重要疗愈活动。广州珠江以北地区园林中大量栽种荔枝，其“食之止烦渴，头重心躁，背膊劳闷”^①，具有理气、散结、止痛的功效。游园者既可嗅果赏景放松身心，又能食用荔果保养身体。道光年间，清代医学家丘熙在荔枝湾处建唐荔园，并栽植大量荔枝^[35]。道光三年（1823年），两广总督阮元在

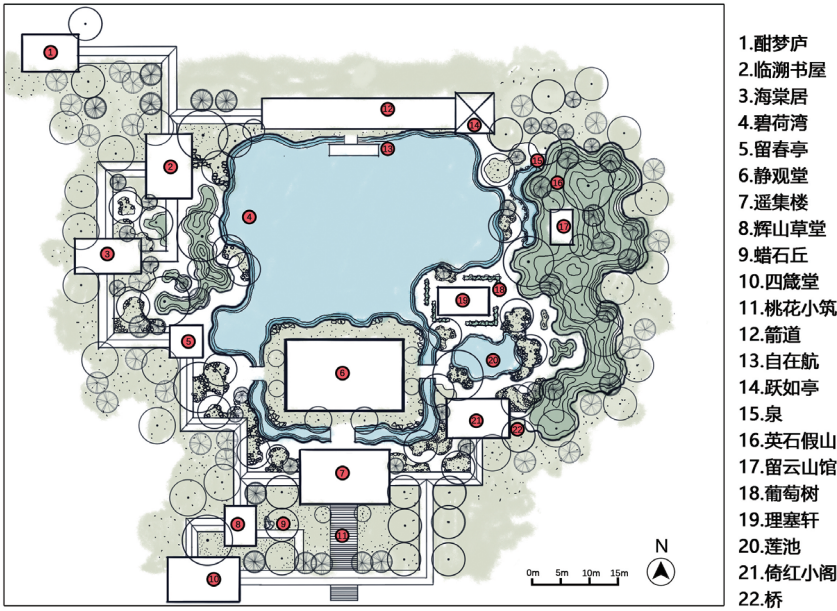


图5 磊园复原平面图
Fig.5 Rehabilitation plan of Lei Garden

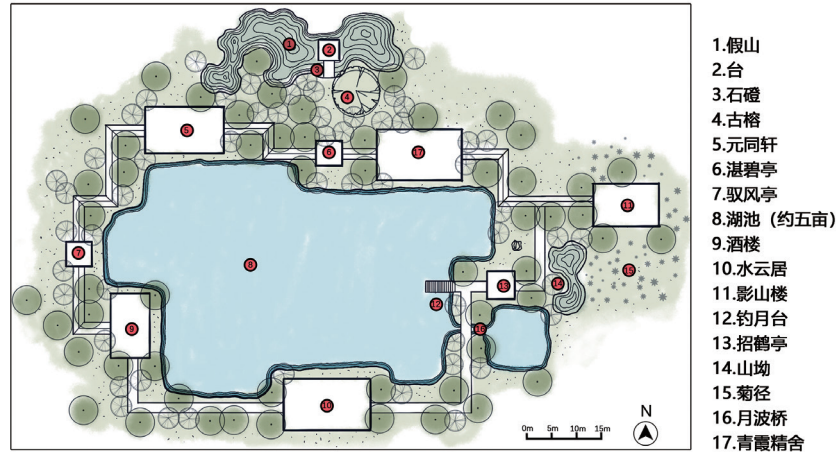


图6 小云林复原平面图
Fig.6 Rehabilitation plan of Xiaoyunlin

唐荔园内的擘荔亭中作绝句“荔枝湾中水几湾，荔枝仙成十万丹”^{[36]182}，其子阮福称唐荔园“为游人擘荔之所”^{[36]196}。此外，士人们常在园内蒙养禽鸟鱼类，在欣赏其姿态的同时又能与其互动，进而兴发闲适心情，感受自然生机。小云林内蒙有仙鹤2只，当客人在招鹤亭中与其互动时便“飞舞端跼”。园内钓月台也可供士人们“暇则钓鱼其中”，观湖沉思，感念生机，

“亦可以遗世利而养天真也”^[29]。可见明清时期的岭南士人园林在为动物提供舒适栖居环境的同时，也促成了人与自然生物共生的和谐关系。

5 结语

明清时期广州珠江以北地区士人们为追求健康舒适的生活，将园林作为其居住疗愈的环境载体。这使得该地士人园林在营建中的疗愈内涵不断

① 出自（明）李时珍《校正本草纲目·卷31·果三》，清代宣统元年（1909）经香阁重刻本。

显现：1) 整体区位具有“负阴抱阳”的趋吉风水环境，以及阳光充足、南风常盛、雨渠通畅等可在一定程度上规避湿、瘴的物候条件。园林基址与周边风土环境相宜，符合传统医学中“人与天地相参相应”的疗愈理念。2) 园林内部环境具有避暑消夏的疗愈内涵。楼疏、树繁、水凉和轩敞等要素所营造的自然荫翳环境可隔绝暑热，使人外感清凉；荷香、梵音、泉流等要素通过感官，使人安宁恬适，内心迎凉。3) 园居实践疗愈内涵在心理层面体现为入定禅修使人静心内守，放歌赏乐使人怡然得趣，宴饮雅集使人酣畅开阔；在生理层面体现为射箭、攀登、泛舟等体力活动使人锻炼筋骨、通畅气血，猛兽垂钓使人感念自然生机，采食荔枝可使人体获得滋养。

根据上述结论与本研究的意义价值作出以下思考：1) 研究可为中国华南地区园林绿地健康性的提升与优化提供理论支持。根据华南地区常年高温的物候特点，可灵活运用水景、构筑和植物等景观要素，确保园林绿地的避暑特性；可借鉴岭南园居疗愈活动特点，创造特色康养活动空间，保障绿地空间内健康行为活动的自然发生。2) 研究可为风景园林与医学的学科共建提出更多可能性。设想今后以医学领域为第一视角，运用医学学科相关研究方法，对中国古典园林的疗愈特性作进一步量化分析与研究，为两门学科的交流融合营造更好的发展契机。

注：图1基于广东省立中山图书馆藏的清代光绪十四年《广东省城全图》绘制；图2、图3左图基于澳大利亚国家图书馆藏画师Daniel Vrooman《广州地图》(1860年)绘制；图3右图基于广州博物馆藏道光二十九年《白云越秀二山合志·白云山图》绘制；图4基于广州艺术博物院藏《海山仙馆图卷》和参考文献[35]改绘；图5基于《越台杂记》卷二中磊园的描述原文绘制；图6基于乾隆《番禺县志》卷十九中《小云林记》原文和刘庭凤《岭南园林·广州园林》(上海：同济大学出版社，2003)中的图1-3-7“小云林平面想象图”绘制。

参考文献：

- [1] 张浩宁. 视听交互视角下的城市绿地疗愈性植物景观设计研究[D]. 南京：南京林业大学，2024.
- [2] 游细斌. 新时代区域可持续发展研究[M].

- 长春：吉林大学出版社，2022：183.
- [3] 熊玲玲. 魏晋南北朝士人园林与养生研究[D]. 广州：华南理工大学，2018.
- [4] 展玥. 疗愈思想影响下的宋代园林特征研究[D]. 重庆：重庆大学，2019.
- [5] 张学玲，李雪飞. 中国古典园林中的健康思想研究——以清代皇家园林为例[J]. 中国园林，2019，35(6)：28-33.
- [6] 陶欣冉. 中国传统疗愈文化在苏州古典园林营造中的应用研究[D]. 福州：福建农林大学，2021.
- [7] 虞芝灵. 晚明江南园林典型园居空间的疗愈特征解析[D]. 广州：华南理工大学，2018.
- [8] 杨翼. 清末粤中庭园四时疗愈特征解析[D]. 广州：华南理工大学，2018.
- [9] 冯舒殷，陆琦，郭子慧. 唐宋士人南方造园营居的地域疗愈特征研究[J]. 古建园林技术，2023(2)：42-45.
- [10] 张蕊，余洋. 外适内和，体宁心恬：中国传统园林疗愈与健康人居环境[J]. 现代城市研究，2022(2)：24-29.
- [11] 陈少薇. “食·疗·景”：清代岭南史料笔记中植物景观特征解析[D]. 广州：华南理工大学，2022.
- [12] 苏晓丽，王彩云，秦仁强. 明代文人山水园林绘画中的健康思想研究——以文徵明山水园林画作为例[C]//中国风景园林学会·中国风景园林学会2020年会论文集(上册). 北京：中国建筑工业出版社，2020：416-422.
- [13] 王怀隐. 太平圣惠方[M]. 北京：人民卫生出版社，1958：1385.
- [14] 罗汝兰. 鼠疫汇编[M]. 广州：广东科技出版社，2008：32.
- [15] 徐俊鸣. 岭南历史地理论集[M]. 广州：中山大学学报编辑部，1990：18.
- [16] 王庆其. 《黄帝内经》的核心理念[J]. 中医药文化，2018，13(6)：33-38.
- [17] 徐文弼. 寿世传真[M]. 吴林鹏，点校. 北京：中医古籍出版社，1986：23-27.
- [18] 陈建华. 广州市文物普查汇编·白云区卷[M]. 广州：广州出版社，2008：314.
- [19] 张杰龙. 南海诗征(下)[M]. 广州：岭南美术出版社，2009：87-238.
- [20] 孙蕒，欧大任. 南园前五先生诗，南园后五先生诗[M]. 广州：中山大学出版社，1990：578.
- [21] 广州市文史研究馆. 羊城风华录：历代中外名人笔下的广州[M]. 广州：花城出版社，2006：151-190.
- [22] 李璆，张致远. 100种珍本古医籍校注集成·岭南卫生方[M]. 释继洪，纂修. 张效霞，校注. 北京：中医古籍出版社，2012：31.
- [23] 李孟佳. 热类邪气及其相关理论的研究[D]. 哈尔滨：黑龙江中医药大学，2023.
- [24] 郑观应. 中外卫生要旨·中医经典古籍集成(影印本)[M]. 张晓红，李剑，选编. 广州：广东科技出版社，2018：64，177-239.

- [25] 陈从周. 说园[M]. 上海：同济大学出版社，1984：31.
- [26] 中国地方志集成·广东府县志辑⑦(影印本)[M]. 上海：上海书店出版社，2003：556-558.
- [27] 黄佛颐. 广州城坊志[M]. 广州：广东人民出版社，1994：44-322.
- [28] 吴绮，罗天尺，李调元，等. 清代广东笔记五种[M]. 林子雄，点校. 广州：广东人民出版社，2006：478.
- [29] 故宫博物院编. 乾隆番禺县志(影印本)[M]. 海口：海南出版社，2001：445.
- [30] 张延丞，张其成. 情志和疗愈在中医与佛教文化中的比较[J]. 中华医药杂志，2019，34(2)：734-736.
- [31] 王霞. 正念冥想护理训练对抑郁症患者抑郁状态及睡眠质量的影响[J]. 中国医药指南，2021，19(29)：191-192，197.
- [32] 广东文物展览会. 广东文物(下册)[M]. 香港：中国文化协进会，1941：990.
- [33] 陈建华. 广州大典·第44辑·子部医家类·第11册[M]. 广州：广州出版社，2015：537.
- [34] 何绍基. 何绍基诗文集[M]. 龙震球，何书置，校点. 长沙：岳麓书社，1992：715.
- [35] 李凤珠，高伟. 《海山仙馆图卷》中花木位置经营研究[J]. 广东园林，2021，43(4)：73-78.
- [36] 阮元. 擘经室续集[M]. 北京：商务印书馆，1935：182-196.

作者简介：

薛寒松/2000年生/男/河南周口人/硕士/海南大学热带农林学院(海口570228)/专业方向为热带风景园林历史理论

冯浚英/2000年生/男/广东广州人/海南大学热带农林学院(海口570228)/在读硕士研究生/专业方向为热带风景园林历史理论

(*通信作者) 梁怀月/1988年/女/辽宁锦州人/博士/海南大学热带农林学院(海口570228)/讲师/研究方向为热带风景园林历史理论与规划设计、传统聚落空间形态等/E-mail: lianghuaiyue@hainanu.edu.cn

李姝汶/1998年生/女/河南郑州人/硕士/海南大学热带农林学院(海口570228)/专业方向为热带风景园林规划设计