

“素艳寒香早”:《全唐诗》中梅五感景观“感知-偏好-康养”模式研究

'The Fair and Bright Flowers in Frigid-fragrance Early Bloom': The Perception-Preference-Wellness Pattern of the Five-sensory Landscape of *Prunus mume* in *The Complete Tang Poems*

胡文静 石芝碟 刘娟娟*

HU Wenjing, SHI Zhidie, LIU Juanjuan*

基金项目: 国家自然科学基金 “耦合地理空间和历史文本数据的云南边疆名山风景区景观 ‘特征-感知-偏好-认同’ 研究” (编号: 32460420); 云南省云南兴滇英才支持计划 “基于数字化的芳香植物智能康养研究”

摘要

梅色、香、姿、韵俱佳, 审美意趣高雅, 具有显著的生态与精神康养价值。研究梅及传统花木康养的历史发展脉络与逻辑, 是探究中国特色园林康养体系的重要切入点。基于神经心理学研究, 提出传统花木五感景观“感知-偏好-康养”理论框架, 采用扎根理论方法和 NVivo 质性软件, 对《全唐诗》中 672 首描写梅五感景观的唐诗进行三级编码与统计分析, 探究梅五感景观“感知-偏好-康养”模式。提取 1 349 个梅五感景观感知编码发现, 唐五代时期梅五感景观以视觉为主, 触觉与嗅觉次之, 味觉和听觉较少; “素艳寒香早”是唐五代诗人对梅五感景观的主要偏好, 具有较强的康养潜力, 主要体现在花色康养, 不屈不挠的精神康养, 梅香景的芳香康养, 以及新妍早发的精神康养。

Abstract

Prunus mume (Mei), celebrated for its exceptional color, fragrance, posture, and charm, possesses profound aesthetic appeal alongside significant ecological and restorative values. Investigating the historical evolution of traditional floral therapy is essential for establishing the theoretical basis of therapeutic landscapes with Chinese characteristics. Drawing on neuropsychological principles, this study establishes a Perception-Preference-Wellness framework for traditional five-sensory landscapes. Utilizing Grounded Theory and NVivo qualitative analysis software, this study analyzed 672 poems from *The Complete Tang Poems* to decode the Perception-Preference-Wellness pattern of *Prunus mume*. Through three-level coding of 1 349 references, results indicate that during the Tang and Five Dynasties, five-sensory perception of *Prunus mume* was predominantly visual, followed by tactile and olfactory, with gustatory and auditory dimensions being less prominent. The poets' preferences crystallized around the aesthetic of 'the fair and bright flowers in frigid-fragrance early bloom'. These attributes demonstrate substantial restorative potential, specifically through visual therapy (color), aromatherapeutic effects, and spiritual resilience inspired by the plant's unyielding nature and vitality in early spring.

文章亮点

1) 提出传统花木“感知-偏好-康养”理论框架, 有助于深入分析古人建构的传统花木感知、偏好和康养的模式, 丰富中国特色园艺疗法体系。2) 分析《全唐诗》中涉及梅五感景观感知相关的诗, 提炼出唐代诗人集体构建的“素艳寒香早”审美范式, 为构建中国特色园林康养体系提供历史依据与理论支撑。

关键词

梅; 景观感知; 景观偏好; 五感; 康养; 《全唐诗》

Keywords

Prunus mume; Landscape perception; Landscape preference; Five senses; Wellness; *The Complete Tang Poems*

收稿日期: 2025-07-12

修回日期: 2025-09-04

园林康养和园艺疗法是当前研究的热点。清华大学李树华教授指出, 园林康养主要以园林植物为媒介, 通过五感刺激、园艺操作以及空间体验, 在生理、心理、精神、社会方面对人体产生疗愈与健康养生的功效^[1]。园艺疗法于 20 世纪七八十年代在欧美和日本兴起^[2], 其感官花园综合利用园林植物的颜色、气味和声音等, 诱发人们的生理与心理反应, 从而调节身心健康。例如, 绿色、白色和红色植物恢复消极情绪的效果明显^[3]; 植物的芳香分子如萜类、酚类、醇类等挥发性有机物有助于改善人体情绪状态^[4]; 风吹树叶的声音可以缓解日常生活的压力。我国学者一直在呼吁建立中国特色园艺疗法体系^[2-5]。实际上, 我国有着几千年的名花名木观赏文化, 并发展出独具特色的花木康养智慧, 如梅兰竹菊四君子。古人不仅注重花木的形色香等五感特征, 还观赏花木的风韵、格调等深层内涵, 并充分调动五官, 全身心地感受这些独特魅力, 从而获得身心上的滋养、疗愈以及精神上的解脱^[6]。深入研究古代文献, 可为构建中国特色园林康养体系提供历史依据与理论支撑。

本文提出传统花木“感知-偏好-康养”理论框架, 有助于深入分析古人建构的传统花木感知、偏好和康养的模式, 丰富中国特色园艺疗法体系。这一理论基于神经科学、心理学与风景园林交叉领域出现的景观感知、偏好和康养理论, 且符合花木观赏的神经心理过程。人们通过身体的视、听、嗅、味、触等感觉神经接收外部环境信息, 感知花木的形、色和香等特征, 并将其转化为电化学信息; 这些信息诱发了一系列生理和心理反应, 使人产生感知、情绪、偏好、记忆、认知等^[7]。景观感知指人们通过视觉、听觉、嗅觉等接收外部环境刺激, 大脑结合主观体验与经验对其进行处理和解释^[8]。景观偏好由密歇根大学心理学教授卡普兰于 1989 年提出^[9], 指个体感知景观并根据自身经历、心理状态等因素做出的景观喜好程度的评价^[10-11], 是感知的结果和产物^[12]。Terry Hartig 等^[13]发现人们偏好的景观与恢复性显著正相关, 更有助于缓解压力、恢复注意力并促进身心健康。同时, 相关研究证实自然景观具有恢复性效益^[14]。故传统花木“感知-偏好-康养”理论框架(图 1)指人通过视、听和嗅等感官, 感知花木的形、色和香等特征, 从而诱发生理和心理反应, 并进行偏好评价。这一过程产生积极情绪并缓解压力, 具有身心康养的效益。

本文选用梅作为研究对象。梅 *Prunus mume*, 蔷薇科李属落叶小乔木, 原产于我国, 且分布较广。梅深受人们的青睐, 居于花中“四君子”之首^[15], 与松、竹并称“岁寒三友”。梅是少数色、香、姿、韵俱佳的花木之一, 其花色美丽、清香宜人、树姿苍劲, 不仅具有独特的审美价值, 更象征着卓尔不群、傲霜斗雪、铁骨铮铮、“宝剑锋从磨砺出, 梅花香自苦寒来”的坚韧不拔的崇高品格, 被誉为中华民族之魂, 成为我国传统园林最常用的植物之一。梅, 花、果兼利, 在我国至少有 7 000 年的栽培历史和 2 000 年的观赏历史, 最早可以追溯到《西京杂记》^[16]所记载的汉初上林苑的七种梅。南京师范大学程杰教授认为, 国人对梅的审美感知经历了一

个深化的过程: 从魏晋至隋唐五代以观赏梅的外貌物色为主, 到宋朝艺梅、鉴赏梅的人格意趣, 最终逐步完善了梅作为精神图腾的构建^[17]。对梅的记载还散见于《花镜》^[18]《二如亭群芳谱》^[19]《全唐诗》^[20]《先秦汉魏晋南北朝诗》^[21]等, 爱梅之人鲍照、林逋、苏轼、陆游等逐渐丰富了梅花的审美范式。其中, 唐朝尤其是中唐以来, 诗人以感悟梅的自然美为主, 不仅观照梅的形貌特征, 更开始领会其神韵, 塑造出梅花新妍早发、冷艳素洁的鲜明形象。该时期, 诗人开始关注到梅花凌寒独放、寂处野间的特质^[22], 为宋代梅花人格化审美的高潮奠定了景观感知基础。

综上, 本文运用扎根理论方法和 NVivo 质性软件, 统计分析《全唐诗》中描述梅五感景观感知的诗句, 总结梅五感景观偏好特征, 提炼出唐代诗人对梅的传统审美范式, 在此基础上, 研究进一步探讨了以该范式为核心的梅五感景观所具有的康养潜力, 提出梅五感景观“感知-偏好-康养”模式, 以期丰富中华传统名花名木景观的偏好研究, 深化传统园林的康养价值。

1 研究方法

本文以中华书局 1960 年出版的彭定求编写的《全唐诗》(全 25 册) 为研究对象^[20]。其收录了唐代(公元 618 年—907 年)及五代(公元 907 年—960 年)诗歌作品 48 900 多首, 共计 900 卷, 是中国古代文学史上一颗璀璨的明珠, 记载了大量的咏梅诗, 也是研究唐五代时期梅花审美和康养范式的绝佳资料。

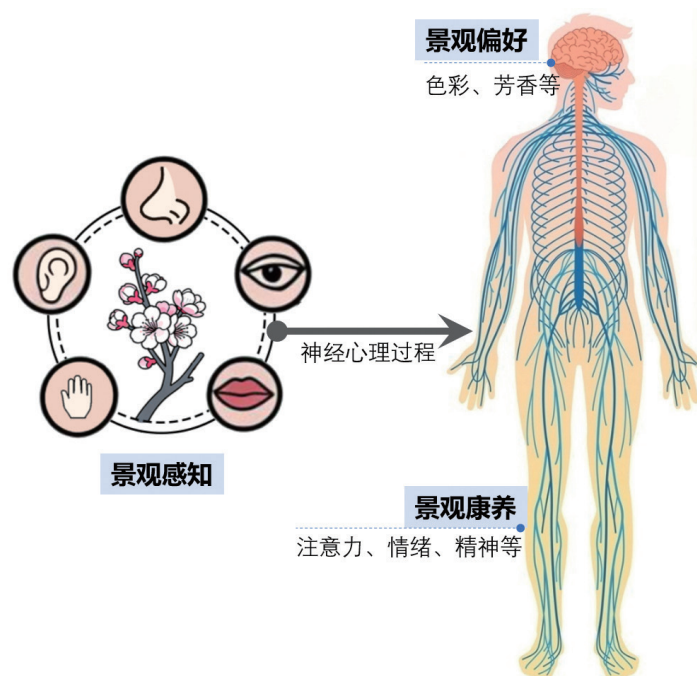


图 1 传统花木“感知-偏好-康养”作用机制图

Fig.1 The mechanism diagram of Perception-Preference-Wellness for traditional flowers and trees

研究运用扎根理论方法和 NVivo 软件,对《全唐诗》中有关梅五感景观感知的诗句进行统计分析。扎根理论是一种质性研究方法,由哥伦比亚大学的巴尼·格拉泽和安塞尔姆·施特劳斯于 20 世纪 60 年代提出。其强调从原始资料中归纳、分析出概念,不断比较资料和概念,自下而上逐步形成实质理论^[23]。NVivo 是一款专业的质性数据分析软件,广泛用于社会科学、人文科学等领域的文本、音频、视频等非结构化数据分析,可进行文本编码与分析,提供开放式编码、主轴编码和选择性编码功能,帮助研究者从原始数据中归纳概念、建立范畴与理论框架。

研究采用 NVivo12 软件对《全唐诗》中描述梅五感景观的诗句进行三级编码分析,具体步骤如下:

1) 将《全唐诗》电子版导入 NVivo12 软件,查询含“梅”及其别称的诗共有 1 167 首。“南枝”“一枝春”“暗香”“寒英”“罗浮”“香雪”“疏影”等 15 个别称虽与梅相关,但多数用于象征、隐喻或联想,并非直接描写感官体验,故本研究仅选取了明确描述“梅”五感感知诗句进行编码。同时,剔除与梅五感景观无关的诗,如梅雨、梅福、梅市、梅妆等题材,最后筛选出与梅五感景观相关的诗共 672 首。

2) 将描写梅五感景观的诗句归类为视觉、听觉、嗅觉、触觉和味觉 5 个维度。

3) 在归类基础上对诗句进行概念化、范畴化、类属化三级编码。概念化指提取诗句中的主要意象,形成初步概念;范畴化是对概念化的进一步提炼,细分为初步范畴、核心范畴;类属化是在范畴化的基础上再次高度凝练(表 1)。

4) 基于三级编码的统计结果,分析诗人对梅的五感景观的感知和偏好特征,以及梅五感景观蕴含的康养潜力。

2 结果与分析

2.1 梅五感景观总体概况

《全唐诗》与梅五感景观感知相关的诗共 672 首,占《全唐诗》总数的 1.4%。其中,梅视觉景观有 628 首,占比 93.5%;嗅觉 111 首,占比 16.5%;触觉 103 首,占比 15.3%;味觉 14 首,占比 2.1%;听觉 2 首,占比 0.3%,

(图 2)。研究从 672 首诗中共提取 1 349 个五感景观感知编码,其中视觉编码 1 108 个,占比 82.1%;触觉 113 个,占比 8.4%;嗅觉 112 个,占比 8.3%;味觉 14 个,占比 1.0%;听觉 2 个,占比 0.1%。可见,唐诗主要通过视觉感知梅,触觉和嗅觉次之,味觉和听觉较少。

2.2 梅视觉景观感知与偏好

提取的 1 108 个梅视觉景观感知编码可归类为 152 个概念、66 个初步范畴、27 个核心范畴和 9 个类属(图 3),9 个类属分别是花(424, 38.3%)、果实(46, 4.2%)、枝/叶/根(47, 4.2%)、植株形态(7, 0.6%)、梅与天象气象(187, 16.9%)、梅与园林要素(168, 15.2%)、梅与生物(130, 11.7%)、梅与生长地点(81, 7.3%)、梅与生活(18, 1.6%)。这些视觉景观展现了唐五代诗人对梅器官、形态、生长环境、生活场景等的细致观察与偏好。

2.2.1 花

唐五代诗人对花的观察和感知涵盖了含苞、初绽、盛放至凋零的全过程。研究提取了关于花的 424 个编码,包括物候(242)、颜色(86)、器官(34)、数量(40)和形态(22)5 个核心范畴编码。诗人将情思寄托于开花的美好,描写未开花(4)、含苞欲放(8)、开花(151)和凋零(79)等景观。对于花初发/吐(8)、早/新梅(64)、梅花发(39)、梅开/绽/放/坼/荣(39)、花未落(1)等景象的描写,表达了诗人忽见寒梅早放的喜出望外、对早春美景的喜爱以及对梅品格的赞美,如“忽见数花开”“梅花柳絮一时新”“早花常犯寒”等。花朵凋零时,半开半落(1)、梅花落(60)、梅凋/谢/衰/老(6)、梅散(3)、梅残(9)等描写,流露出诗人送别友人的不舍、对亲朋好友的思念、对物是人非的感叹和边塞征戍的感伤等,如“江上梅花无数落”“世乱他乡见落梅”“笳声动落梅”等。

花颜色包括素(45)和艳(41)。素有白/雪/玉(27)、素/浅(9)、素艳(9)等描述,如雪英、玉珠裂、凝清素、

表 1 《全唐诗》中梅五感景观三级编码示例

Tab.1 Examples of three-level coding for multisensory landscape perception of *Prunus mume* in *The Complete Tang Poems*

维度	诗句	概念化	初步范畴化	核心范畴化	类属化
视觉	寒尽梅犹白	白/雪/玉	素	花颜色	花
嗅觉	欲托清香传远信	清香	香与浓度		梅香
触觉	千门曙色锁寒梅	寒梅	寒梅	寒冷	温觉
味觉	食梅有酸肠	食梅酸	食梅酸/楚		食梅酸/楚
听觉	竹库梅圆静	梅圆静	梅圆静		梅圆静

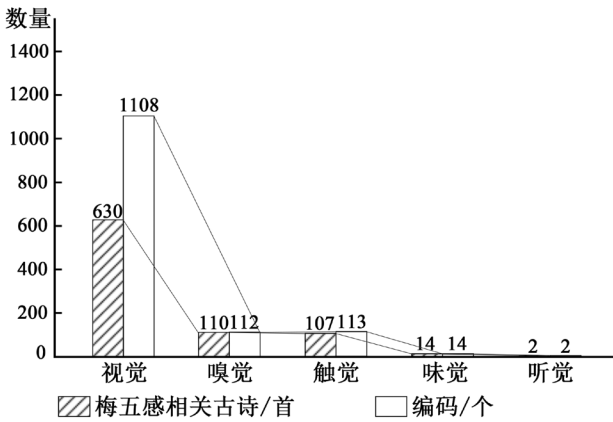


图 2 《全唐诗》中梅五感景观感知古诗及编码数量

Fig.2 Number of poems and codes regarding the five-sensory landscape perception of *Prunus mume* in *The Complete Tang Poems*

梅花雪白、素艳亭亭、玉鳞飞斜月等；艳有粉（13）、红/朱/胭脂（8）、紫（3）、碧/绿（5）、鲜/艳（12）等描述，如花尽碧、临溪艳、红绽梅肥、江梅冷艳、粉艳飘歌席等。花器官包括花/花颖（6）、花心/花蕊（17）、花瓣（2）、花萼（6）、花蒂（3）。诗人常赞美梅的粉/白蕊、疏/嫩蕊、含露蕊和蕊覆阶等。花数量的描写包括花多（25）和花少（15）。梅枝别有韵味，有“一枝梅”“数枝梅”“满枝梅”等描写。唐朝诗人既偏好梅花繁/多（16）、满枝梅（4）、数枝梅（5）的花多场景；也喜爱一枝梅（10）、两三枝梅（3）和几枝空（2）的花少场景。花形态包括形（6）和态（16）。形主要描写小梅（6），如“石榴未拆梅犹小”“小梅香里黄莺啭”等。态主要描写梅花飞翻/飘/扑（16），或传达忧愁，或描绘梅花落时飘逸之态，如“飘荡复谁知”“玉鳞寂寂飞斜月”等。

整体而言，诗人对梅花的视觉偏好集中于其早发的物候特征、素雅与明艳兼具的色彩以及疏密有致的形态，这些构成了“素艳”与“早”的重要视觉基础。

2.2.2 果实

研究提取了关于果的46个编码，包括果物候（21）和梅子（25）2个核心范畴编码。果物候包括结果（6）、果欲熟（1）、果熟（14）等描写，其中果熟体现为梅熟/黄、凋/落梅；梅子有青梅（10）、黄梅（8）和梅子（7）。

2.2.3 营养器官

研究提取了关于营养器官的47个编码，包括枝（38）、叶（6）和根（3）。枝有花枝交映（10）、南枝（4）、低/斜/细/故/闲/疏/寒枝（11）、梅枝与雪/风（4）、梅枝与墙/槛/石床/浅论/青苔/岭峤/角声（9）等词句，描绘了如“白雪枝”“白玉条”“花遍压枝”等花满枝场景，尤为诗人偏爱；叶有梅叶开（3）、梅叶凋落（3）等描绘；根包括孤/异根（2）、水渍根（1）。

2.2.4 植株形态

研究提取了关于植株形态的7个编码，包括形和态，态的描写（6）略多于形（1）。形只描写了梅瘦（1）；态描写了梅树整体的神态，有梅欹/亭亭（3）、梅媚/愁/悲（3）。

2.2.5 梅与气象气象

梅与气象气象属于时景，其蕴含着悠久的中国传统审美思想，研究提取了相关的187个编码，包括梅与天象（24）和梅与气象（163）。梅与天象包括梅与月（11）、梅与日和影（9）、梅与云（2）、梅与天（1）和梅与霞（1）。诗人于月下赏梅，描绘梅开混月明（4）、月照梅（4）、梅飞斜月（3）的景观。

梅与气象包括梅与雪（98）、梅与风（38）、梅与雨（15）、梅与霜（7）、梅与露（4）和梅与雾（1）。雪中赏梅出现频率最高，诗人描绘梅雪相兼（23）、雪前/后梅（4）、雪中/间梅（16）、雪压梅（18）、梅雪相似（19）、雪伴/送/照/摇/惊梅（7）、雪竞/斗/欺梅（11）等景象，表达了思念亲朋好友之情，赞许了梅雪呈祥和不畏雪欺的不屈之志，如“雪点寒梅小苑春”“岭上梅花侵雪暗”“野梅

将雪竞”等。其中，雪压梅有雪压/被/遮/点/装/藏/附梅、梅带/覆/杂雪等描写。诗人偏好风吹梅落之景，如风吹梅（20）、风放/绽/过/摇/催/撼梅（12）、风前梅（6）。梅与雨包括雨落/湿/濯/洒/蒸/收/促/肥/损梅（12）、经雨梅（3）等描写。梅与雪的极高频率凸显了唐代诗人对梅花傲雪凌寒这一视觉意象的偏好，是“素艳寒香早”中“寒”维度的核心视觉体现。

2.2.6 梅与园林要素

梅作为园林植物，其与山、水、建筑等人工及自然造园要素的结合构成了重要的视觉图景。研究提取了相关的168个编码，包括山（58）、水（51）、建筑（46）和道路（13）。山包括岭（45）、山（8）、谷（2）、岩（1）、崖（1）和坞（1）。岭主要有梅岭花/岭梅/大庾岭梅（37）和越岭/五岭/南岭/大石岭梅（8），诗人喜爱岭上成片的梅花，如“梅花成雪岭”“梅岭花初发”“岭头枝上雪飘飘”等。山主要指山中梅花，如“山梅雪后真”“山树落梅花”“山意冲寒欲放梅”等。梅也生长在谷、岩、崖、坞，有寒谷/川谷梅、满岩梅、梅生幽崖和深坞梅等描写。

梅喜温暖湿润的环境，且近水梅花易早开，故梅与水的搭配亦较多，包括水（6）、溪（7）、涧（4）、江（21）和浦/湖/潭/海/池/洲/渚/沟（13）。江因梅而有情，梅因江而辽阔，诗人欣赏江边梅开/落（12）、江边梅艳（2）、江岸梅（7）。梅照溪水（3）、临溪梅（4）的场景，描绘了幽僻孤寂之境。

梅广泛种植于建筑前后，常见于房屋（19）、建筑要素（25）和构筑物（2）旁。房屋包括宫/殿/苑/居/舍/户、堂/馆/楼、寺、驿；建筑主要出现了槛/篱、墙、台阶、檐、窗/帘、梁、门。其中墙边梅的出现频次较高，诗人关注“琼枝低压墙”“粉墙梅乍坼”等美景。

道路包括路（6）、径（5）、道（1）和蹊（1），体现为路边梅、梅径寻香、径边梅、梅欹古道等。

梅与园林要素搭配，丰富了梅花景观的层次与意涵，是营造多样化康养环境的基础。

2.2.7 梅与生长地点

梅的生长地点展现了梅种植的立地条件。研究提取了相关的81个编码，包括庭园梅（43）、村野梅（25）、堤岸/桥/渡口（9）和边塞梅（4）。庭园梅有庭梅（19）、院梅（8）和园梅/梅圃（16）。种植于庭院的梅使诗人于日常起居生活中享受了春庭伴落梅、馀声/鸟拂庭梅等、梅花扶院等美景。园梅主要描写园中早梅/落梅“已著后园梅”“园梅坼甲”“梅园别受春”等景象。

村野梅包括村梅（8）和郊野梅（17），体现了梅的村野生趣，如“村梅尚敛”“落梅村冷”“寒步江村折得梅”“竹外孤村坐见梅”等。郊野梅包括野梅（15）和郊梅（2）。诗人偏好描绘野梅香、野梅参差发、野白梅繁的勃勃生机，并在折、摘、嗅野梅的活动之中与梅互动。

堤岸/桥/渡口梅包括堤岸梅（4）、桥边梅（3）和渡口梅（2），如“楚堤梅发驿亭春”“雪岸丛梅发”“桥边

一树伤离别”等。

边塞梅包括塞梅(2)和陇头梅(2),如寒塞落梅、角声吹断陇梅枝等。

2.2.8 梅与生物

梅与其他动植物的搭配增添了景观意趣。研究提取了相关的130个编码,包括单一群落(28)、其他植物(82)和动物(20)。单一群落的梅常以孤植(12)、丛植(6)和群植(10)形式出现,诗人尤其偏好孤植,欣赏其严寒独自绽放的美丽和清高孤傲、不随波逐流的品格,并多用一树/株梅形容,如“寒香一树梅”“窗外一株梅,寒花五出开”等。

梅与其他植物包括梅与木本植物(69)、梅与草本植物(9)和梅与苔(4)。梅与柳(45)出现频次较多,如“梅花雪白柳叶黄”“梅花如雪柳如丝”“宫梅殿柳”“故园梅柳”“东风变梅柳”“柳与梅争春”等。其次为梅与杏/李/桃/樱/樱桃/桃杏/樱桃杏/海棠/梨花(22),它们均为早春开花的蔷薇科植物,诗人多欣赏粉梅檀杏、“小梅飘雪杏花红”“梅李夹两岸”等场景。梅与竹(6)出现较多,有竹阴梅影、“竹里梅花相并枝”等景象,略见诗人清高之意。

梅与动物包括梅与鸟类(14)和昆虫(6)。梅与鸟类包括梅与鸟/翠鸟(8)、梅与莺(3)、梅与雉/鸛鸕(3),

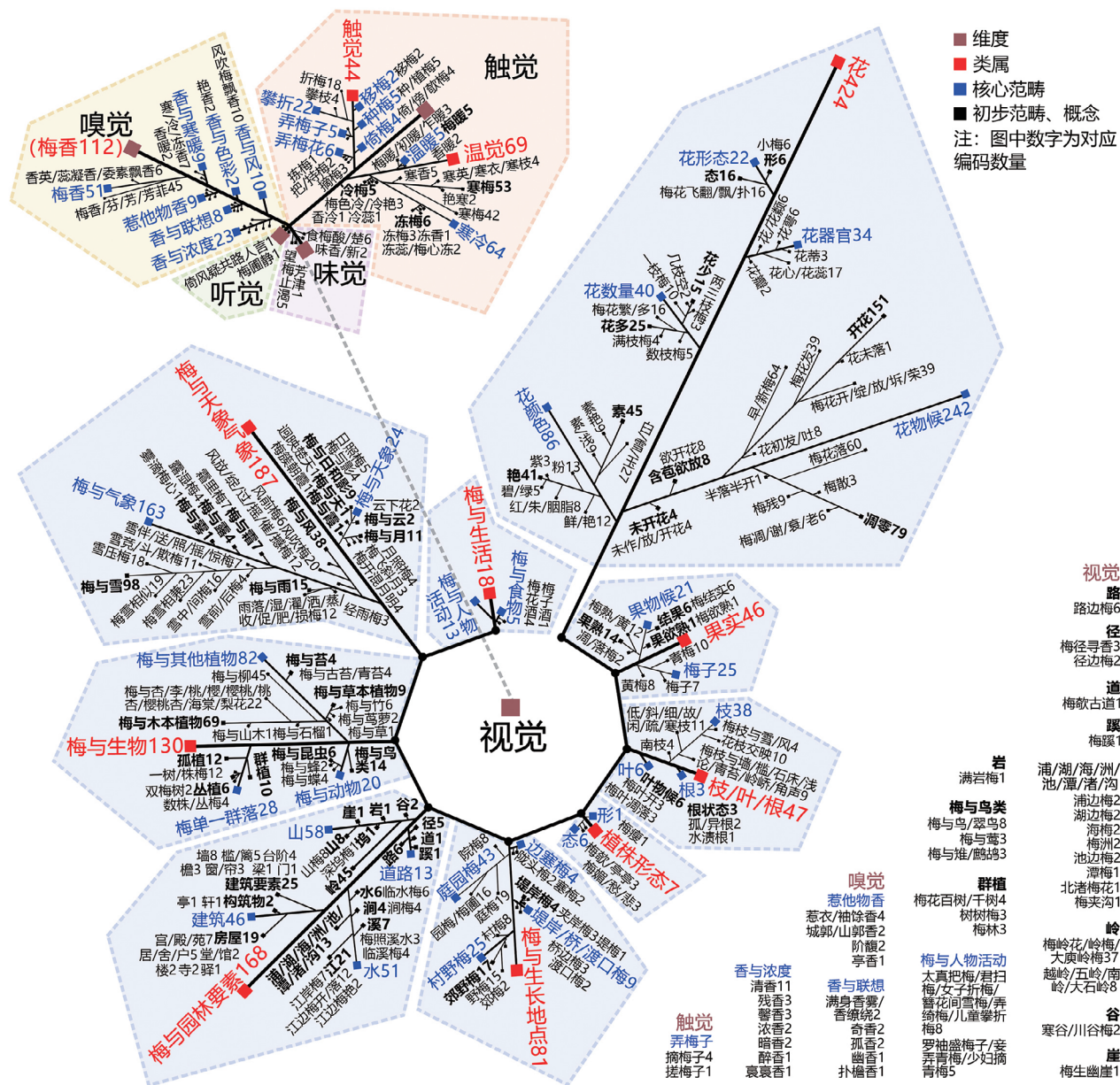


图3 《全唐诗》所见梅视觉、嗅觉、触觉、味觉、听觉景观聚类图

Fig.3 Cluster analysis of *Prunus mume* perception in visual, olfactory, tactile, gustatory, and auditory dimensions from *The Complete Tang Poems*

有“鸟踏梅花”“鸟衔梅花”“小梅香里黄莺啭”等描写；梅与昆虫包括梅与蝶（4）和梅与蜂（2），表达了诗人对蝶蜂绕梅飞的喜爱。

2.2.9 梅与生活

梅花可赏、梅子可食，梅已融入了唐五代文人的生活。研究提取了相关的18个编码，包括梅与人物活动（13）和梅与食物（5）。人物活动包括太真把梅/君扫梅/女子折梅/簪花间雪梅/弄绮梅/儿童攀折梅（8），也有罗袖盛梅子/妾弄青梅/少妇摘青梅（5）。梅与食物则有梅花酒（4）和梅子酒（1）。

2.3 梅嗅觉景观感知与偏好

嗅觉属于化学感觉并且是唯一一种大脑直接与外部环境相联系的感觉^[24]。嗅觉景观以气味为媒介，具有令人愉悦的积极气味的景观又被称为“香景”^[25]。梅花，作为著名的芳香小花，常用于传统园林造景，如拙政园“雪香云蔚亭”、狮子林“暗香疏影楼”^[26]。《全唐诗》中有111首诗描写梅香的嗅觉景观，共提取112个编码，归为22个概念、7个核心范畴和1个类属。其中，7个核心范畴包括梅香（51）、惹他物香（9）、香与风（10）、香与浓度（23）、香与寒暖（9）、香与色彩（2）和香与联想（8）。

梅香有梅香/芬/芳/芳菲（45）和香英/蕊凝香/委素飘香（6），如“梅动雪前香”“梅香满座”“冻蕊凝香”等描写。梅香的描写渐露人格意韵，如“香因白雪知”“雪欲侵袭更助香”等。惹他物香指诗人通过香气弥漫来间接描写梅香，包括惹衣/袖馥香（4）、城郭/山郭香（2）、阶馥（2）和亭香（1），如“惹袖尚馥香半日”“阶馥舒梅素”“早梅香满山郭”等。香与风主要描绘风吹梅飘香（10），如“香风动轻素”“朔吹飘夜香”“风怜薄媚留香与”等。香与浓度指诗人感受到不同浓淡程度的香气，有清香（11）、残香（3）、馨香（3）、浓香（2）、暗香（2）、醉香（1）和裊裊香（1），如“清香无以敌寒梅”“清香树树梅”“香中别有韵，清极不知寒”等。诗人爱梅清淡宜人的香气，从中体悟梅花清冷淡雅的品格。

此外，梅香与触觉、视觉形成联觉。香与寒暖主要有寒/冷/冻香（7）和香暖（2）等描写，如“寒香风是媒”“香冷隔尘埃”“梅径香寒蜂未知”等；香与色彩则有艳香（2）。香与联想指诗人感知梅香时加入自身的想象，包括满身香雾/香缭绕（2）、奇香（2）、孤香（2）、幽香（1）和扑檐香（1）等描写。

2.4 梅触觉景观感知与偏好

触觉是皮肤受到机械刺激而产生的感觉，可分为触觉、痛觉、冷觉、温觉、压觉及痒觉6种基本感觉^[27]。《全唐诗》中有103首诗描写梅触觉感知，共提取113个编码，归为22个概念、10个初步范畴、8个核心范畴和2个类属。其中，2个类属包括触觉（44，38.9%）和温觉（69，61.1%）。

触觉指诗人通过身体直接接触梅，包括攀折（22）、弄梅花（6）、弄梅子（5）、种梅（5）、倚梅（4）和移梅（2）。其中，攀折中多折梅（18），如“紫萼折村梅”“寒梅折后

方离蜀”“狂折野梅”等，主要传达对亲人或友人的思念，这一传统源于南北朝陆凯赠范晔“一枝春”。

温觉指温度感知，包括寒冷（64）和温暖（5）。寒冷主要描写寒梅（53）、冻梅（6）和冷梅（5）。寒梅包括寒梅（42）、寒英/寒花/寒衣（4）、艳寒（2）和寒香（5），透露诗人突然见到寒梅开时的喜悦，或表现思乡情怀，或表现对“寒梅”冲寒破雪开的称赞；冻梅包括冻梅（3）、冻蕊/梅心冻（2）和冻香（1）等描写；冷梅体现为冷蕊（1）、梅色冷/冷艳（3）和香冷（1）。温暖则描写梅暖（5），体现为梅暖/初暖/乍暖（3）和香暖（2），传达了春日暖意。

2.5 梅味觉景观感知与偏好

味觉是食物在人的口腔内刺激味觉器官化学感受系统而产生的一种感觉^[28]。梅子口味酸，是重要的果实和调料，《全唐诗》中有14首诗描写梅味觉感知，共提取14个编码，归为4个概念，分别是食梅酸/楚（6）、味香/新（2）、望梅止渴（5）和芳津（1）。

2.6 梅听觉景观感知与偏好

声景是在特定场景下，个体、群体或社区所感知、体验或理解的声环境^[29]。《全唐诗》中提到的《梅花落》属于“横吹曲辞”，是唐代笛子曲的代表作品，不纳入梅听觉景观。梅听觉感知仅有2首诗，提取出梅圃静（1）和倚风疑共路人言（1）2个编码。

3 讨论

3.1 梅的五感景观感知偏好特征

诗人通过身体感官感知梅，呈现出对梅的某些自然特征的偏好。基于五感感知编码的统计分析，本研究将《全唐诗》中梅五感景观偏好的主要特征总结为“素艳寒香早”（593个编码，约占总数的44%），可从“素艳（86）”“斗寒（162）”“梅香（112）”“早（417）”4个层面解读（图4）。其中“素艳”“早（发）”属于视觉维度；“斗寒”属于视觉、触觉维度；“梅香”属于嗅觉维度。

3.2 梅的五感景观康养潜力

3.2.1 素艳：丰富的花色康养

梅花色彩丰富，《全唐诗》中梅花色彩可分为素（45）和艳（41）两大类，共计86个编码。梅花花色素艳，具有色彩康养功效。满树白梅雅洁素净，仿佛“雪凝树”一般，带给人心灵上的净化与安抚，如“梅花岭上连天白”“雪英相倚”“夹岸凝清素”“递晓风回散玉尘”；梅艳而不妖，似粉腮新妍的美人，生动活泼，如“梅惊粉汗融”“梅片尽飘轻粉靥”；红梅等展现了春天的蓬勃生机，如“晴梅朱粉艳，嫩水碧罗光”“江县红梅已放春”，透露出诗人愉悦的心情。色彩心理学认为颜色影响人类的情绪^[30]，梅花的素，如白、雪、玉等，给人一种纯净、淡雅、高洁与宁静的感觉，带来平和、安详、超脱与内省的情绪，起到舒缓压力、安定心神、促进心理放松与精神净化的康养作用；梅花的艳，如红、粉、胭脂、朱红等，给人一种热烈、活泼、生动与浓烈的感觉，带来喜悦、兴奋、热情与积极的情绪，起到激发活

力、振奋精神、增强愉悦感与促进社会交往的康养作用。

3.2.2 斗寒：不屈不挠的精神康养

唐代朱庆余《早梅》的“自古承春早，严冬斗雪开”和韩偓《梅花》的“风虽强暴翻添思，雪欲侵凌更助香”，将梅傲雪斗寒与人们不屈不挠的精神联系起来。借由赏寒梅，可提高人们的心理韧性，树立积极健康的心态。《全唐诗》中，梅与雪（98）、寒梅（53）、冻梅（6）和冷梅（5）共计162个编码，凸显了人们对“寒”梅的偏爱。梅在春寒料峭中盛放，不惧雪压，展现了竞雪斗雪的顽强精神。“一枝春雪冻梅花”“岁岁此枝寒”展现梅不畏严寒，反而成就了一番“冷艳奇芳”。如诗人赞叹道，“曲江千树发寒梅，万人生喜色”“忽见寒梅树，开花汉水滨”，冬末春初尚且万木尽枯，突然见到“梅寒争雪彩”，可使人内心顿感喜悦、精神为之提振。

3.2.3 梅香：芳香康养

香气对人体生理、心理及精神层面的康养作用主要通过2种途径实现：一是经由嗅觉系统产生的直接感官刺激；二是借由香景意境的营造，超越单纯感官体验，作用于精神境界的调适^[31]。作为兼具上述2种途径的典型植物，梅花的香气包含苯甲醛、苯甲醇、丁香香酚、乙酸苯甲酯等多种挥发性芳香成分，这些成分构成了其康养功效的物质基础^[32-33]。例如，具有丁香气味的丁香香酚已被证实具有抗虫与杀菌的生理活性^[34]；乙酸苯甲酯则在抗炎、疏肝等方面显示出潜在功效^[35]。在中医临床应用层面，梅花常

用于治疗情志类疾病，其挥发性成分被认为是梅花发挥疏肝理气作用的关键活性物质之一^[36]。

《全唐诗》中，梅香/芬/芳/芳菲（45）、香英/蕊凝香/委素飘香（6）、惹衣/袖馥香（4）、城郭/山郭香（2）、阶馥（2）、亭香（1）、风吹梅飘香（10）、清香（11）、残香（3）、馨香（3）、浓香（2）、暗香（2）、醉香（1）、裊裊香（1）、寒/冷/冻香（7）、香暖（2）、艳香（2）、满身香雾/香缭绕（2）、奇香（2）、孤香（2）、幽香（1）和扑檐香（1），共计112个编码，凸显了人们对梅香这一特征的偏好。诗人感知到的梅香是多样的、奇妙的，它通过真实的嗅觉体验给人带来喜悦的感受。如“梅花落径香缭绕”“小梅香里黄莺啭”“清香风满枝”等诗句，借由梅花花香表达了诗人看破功名的心境、春游的愉悦等；“孤香黏袖李须饶”“清芳一夜月通白”“香冷隔尘埃”等则表达了诗人高洁孤傲、超然物外的豁达心境。

3.2.4 早：新妍早发的精神康养

梁简文帝萧纲《梅花赋》中“梅花特早，偏能识春”和毛泽东《卜算子·咏梅》的“俏也不争春，只把春来报”，描述了梅花“新妍早发”这一物候特征。早发的梅花一方面能缓解冬季抑郁情绪，寄托春的希望，带来积极的情绪体验；另一方面代表了敢为天下先的勇气。《全唐诗》中，花初发/吐（8）、早/新梅（64）、梅花发（39）、梅开/绽/放/坼/荣（39）、一枝梅（10）、两三枝梅（3）、数枝梅（5）、满枝梅（4）、梅花繁/多（16）、素（45）、艳（41）、梅与柳（45）和梅与雪（98）共计417个编码，凸显了人们对梅花新妍早发这一物候特征的偏好。寒气还未消退，梅独自抵抗着寒风，仍“雪英重叠开”“迎风玉珠裂”，那绽放的姿态宛如“弄珠人”“迎春笑”；一枝梅、两三枝梅、数枝梅、满枝梅、梅花繁/多等描写了梅花从“一枝”到“繁盛”的数量变化，直观记录了春意萌发与生长的进程，是其“早发”特质的具体呈现；而“寒江添粉壁”，则以寒冷环境为衬托，突显了梅花凌寒绽放所象征的早春生机与希望；梅与柳一同展现春光明媚的景象，如“梅花雪白柳叶黄”“梅花如雪柳如丝”“柳转春心梅艳香”等，带给人们春的喜悦。

4 结语

本研究运用扎根理论方法和 NVivo 质性软件，系统探究了《全唐诗》中梅花的五感景观“感知-偏好-康养”模式，提炼了唐五代时期诗人集体构建的梅“素艳寒香早”传统审美范式。研究发现，唐五代梅五感景观以视觉为主导，触觉与嗅觉次之，味觉和听觉极少；“素艳寒香早”是唐五代诗人对梅五感景观的主要偏好审美范式，具有较强的康养潜力，体现在花色康养、不屈不挠的精神康养、梅香景的芳香康养，以及梅新妍早发的精神康养。

基于神经心理学研究，本研究创新性提出传统花木五感景观“感知-偏好-康养”理论框架，并以传统花木梅为例，探究中国古代诗人的传统花木五感景观“感知-偏好-康养”模式，为构建中国特色园林康养体系提供历史依据与理论支

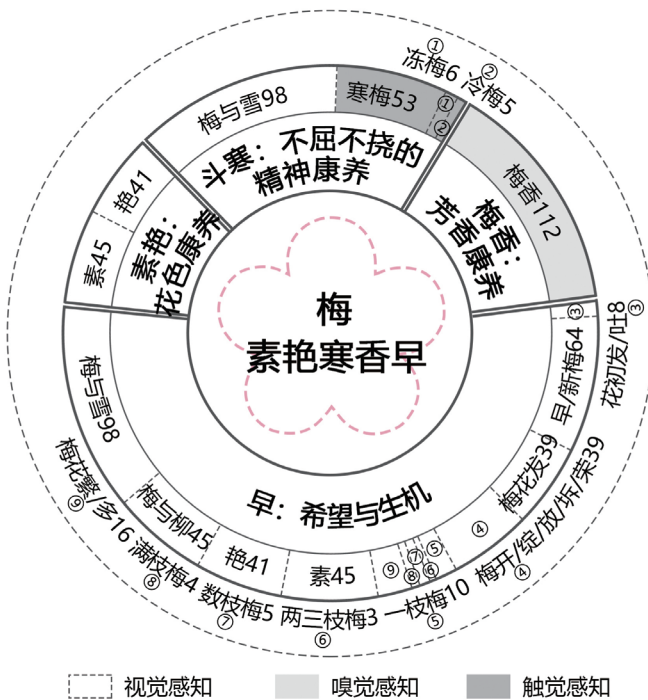


图4 梅五感景观偏好特征与康养潜力的内在联系

Fig.4 Inherent connections between five-sensory landscape preferences and therapeutic potential of *Prunus mume*

撑。唐五代形成的“素艳寒香早”的“感知－偏好－康养”模式，以色、香、物候等物色特征为主，体现了中华民族特有的赏花视角，为宋代“梅花香自苦寒来”梅格的形成奠定了感知基础。在宋代“格物致知”思想的影响下，梅格被不断强化，最终使梅成为中国传统文人君子的人格象征。

本研究存在一定局限，一是文本分析仅基于《全唐诗》，未能通过对比宋元明清文本，追溯梅花审美范式的演变；二是未纳入松、竹、菊等其他传统名花名木，进行康养价值比较分析。未来研究可沿着历史脉络，对比分析不同时期、不同传统花木的康养潜力；拓展对松、竹、菊、兰等其他传统花木康养潜力的研究，以丰富中国园艺疗法的理论和内涵。研究成果有望指导各类绿地植物造景，通过强化康养相关的植物特征达到五感康养的目的，从而推动文化自信和健康景观的发展。

注：图片均由作者自绘。

参考文献：

- [1] 李树华, 康宁. 构建中国园林康养职业化体系 [J]. 风景园林, 2023, 30 (3) : 81-87.
- [2] 李树华. 尽早建立具有中国特色的园艺疗法学科体系 (上) [J]. 中国园林, 2000, 16 (3) : 15-17.
- [3] 王子梦秋, 李侃侃, 窦龙, 等. 植物色彩对大学生负向情绪的恢复作用 [J]. 西北林学院学报, 2018, 33 (3) : 290-296.
- [4] 贾梅, 金荷仙, 王声菲. 园林植物挥发物及其在康复景观中对人体健康影响的研究进展 [J]. 中国园林, 2016, 32 (12) : 26-31.
- [5] 李树华. 尽早建立具有中国特色的园艺疗法学科体系 (下) [J]. 中国园林, 2000, 16 (4) : 32.
- [6] 陈秀中, 金荷仙. 中华传统赏花理论研究 [M]. 北京: 中国林业出版社, 2017.
- [7] 丹尼尔·夏克特, 丹尼尔·吉尔伯特, 丹尼尔·韦格纳, 等. 心理学 [M]. 傅小兰, 译. 上海: 华东师范大学出版社, 2016: 45-60.
- [8] 邓位. 景观的感知: 走向景观符号学 [J]. 世界建筑, 2006 (7) : 47-50.
- [9] KAPLAN R, KAPLAN S, BROWN T. Environmental preference: A comparison of four domains of predictors [J]. Environment and Behavior, 1989, 21 (5) : 509-530.
- [10] BALLING J D, FALK J H. Development of visual preference for natural environments [J]. Environment and behavior, 1982, 14 (1): 5-28.
- [11] VAN DEN BERG A E, KOOLE S L, VAN DER WULP N Y. Environmental preference and restoration: (How) are they related? [J]. Journal of environmental psychology, 2003, 23 (2) : 135-146.
- [12] 帕特里克·米勒, 刘滨谊, 唐真. 从视觉偏好研究: 一种理解景观感知的方法 [J]. 中国园林, 2013, 29 (5) : 22-26.
- [13] HARTIG T, STAATS H. The need for psychological restoration as a determinant of environmental preferences [J]. Journal of Environmental Psychology, 2006, 26 (3) : 215-226.
- [14] KAPLAN S. The restorative benefits of nature: Toward an integrative framework [J]. Journal of environmental psychology, 1995, 15 (3) : 169-182.
- [15] 达婷, 陈瑞丹. 传统梅园美感生成机制对当代梅花专类园设计的启示 [J]. 北京林业大学学报, 2012, 34 (S1) : 175-178.
- [16] 葛洪. 西京杂记 [M]. 程毅中, 点校. 北京: 中华书局, 1985.
- [17] 程杰. 从魏晋到两宋: 文学对梅花美的抉发与演绎 [J]. 淮阴师范学院学报 (哲学社会科学版), 2001 (6) : 753-762, 781.
- [18] 陈淏子. 花镜 [M]. 伊钦恒, 校注. 北京: 农业出版社, 1962.
- [19] 王象晋. 二如亭群芳谱 [M]. 上海: 上海书店, 1985.
- [20] 彭定求. 全唐诗 [M]. 北京: 中华书局, 1960.
- [21] 逯钦立. 先秦汉魏晋南北朝诗 [M]. 北京: 中华书局, 1983.
- [22] 程杰. 梅花意象及其象征意义的发生 [J]. 南京师大学报 (社会科学版), 1998 (4) : 112-118.
- [23] 安塞尔姆·L. 施特劳斯, 巴尼·G. 格拉泽. 发现扎根理论: 质性研究的策略 [M]. 谢娟, 译. 武汉: 华中科技大学出版社, 2022.
- [24] BEAR M F, CONNORS B W, PARADISO M A. 神经科学: 探索脑 (第4版) [M]. 王建军, 主译. 北京: 电子工业出版社, 2023.
- [25] 张婷, 金荷仙. 以多元历史文献为解读文本的宋代植物香景营造研究 [J]. 中国园林, 2023, 39 (6) : 139-144.
- [26] 吴硕贤. 三景融合与中国古典园林多元景观构成 [J]. 南方建筑, 2022 (10) : 1-4.
- [27] 王思颖, 丹尼奥·温特巴顿, 刘娟娟. “山水楼”模式: 基于艺文分析的昆明西山-滇池-大观楼传统公共园林景观偏好研究 [J]. 中国园林, 2022, 38 (8) : 84-88.
- [28] 陈银芳, 谢家全, 杨文登. 味觉对判断与决策的影响及其机制 [J]. 心理科学进展, 2020, 28 (10) : 1678-1687.
- [29] 季睿, 林守伟, 李胜, 等. 西湖风景区水乐洞声景变迁探析 [J]. 中国园林, 2022, 38 (5) : 139-144.
- [30] 孙孝华, 多萝西·孙. 色彩心理学 [M]. 上海: 上海三联书店, 2017.
- [31] 陈意微, 袁晓梅. 明清江南园林典型植物香景营造意匠 [J]. 建筑学报, 2018 (2) : 7-13.
- [32] 严辉, 蓝锦珊, 濮宗进, 等. 梅花化学成分与药理活性研究进展 [J]. 中草药, 2021, 52 (11) : 3453-3461.
- [33] 王灿灿, 张伟, 吴德玲, 等. 白梅花化学成分及其药理作用研究进展 [J]. 广州化工, 2017, 45 (24) : 40-42.
- [34] 赵印泉, 潘会堂, 张启翔, 等. 梅花花朵香气成分时空动态变化的研究 [J]. 北京林业大学学报, 2010, 32 (4) : 201-206.
- [35] 严辉, 蓝锦珊, 濮宗进, 等. 梅花化学成分与药理活性研究进展 [J]. 中草药, 2021, 52 (11) : 3453-3461.
- [36] 宁侠, 毛丽军, 周绍华. 花类药在精神疾病治疗中的应用 [J]. 北京中医药, 2012, 31 (6) : 461-463.

作者简介：

胡文静 / 1998年生 / 女 / 河南南阳人 / 硕士 / 西南林业大学园林园艺学院 (昆明 650224) / 专业方向为芳香康养

石芝碟 / 2003年生 / 女 / 云南昭通人 / 西南林业大学园林园艺学院、云南省园林绿化植物资源培育与应用重点实验室 (昆明 650224) / 在读硕士研究生 / 专业方向为芳香植物感知与园林康养

刘娟娟 (* 通信作者) / 1980年生 / 女 / 湖北赤壁人 / 博士 / 西南林业大学园林园艺学院、云南省园林绿化植物资源培育与应用重点实验室 (昆明 650224) / 教授 / 研究方向为云南名山风景区、芳香植物感知与康养、园林康养与健康景观 / E-mail: liujuanjuan@swfu.edu.cn