

基于共生理论的森林康养公园规划设计研究

刘庆圆

东阳市南山国家森林公园服务中心

摘要：当前社会人口老龄化、亚健康等已成为常态问题，人们对于康养的需求日益增强，森林康养旅游是我国森林旅游转型的必然趋势。森林公园作为重要的森林旅游资源，是森林康养发展的重要载体。为了充分增强森林康养效果，应加强对森林康养公园的规划设计。本文基于共生理论来探讨森林康养公园的规划设计方法，以期为森林康养公园的建设提供借鉴和参考。

关键词：共生理论；森林康养公园；规划设计

【DOI】10.12254/j.issn.2096-6539.2021.24.007

一、森林康养在森林公园规划应用中存在不足

我国森林康养工作目前还处于起步阶段，特别是对森林康养这一概念的认知度不够深入，需要更深层次的实践研究。首先，与国外的发展情况相比，国内对于森林康养的研究基本处于停滞状态，没有良好的跨学科研究体系。研究多集中于对生态疗养因子或森林康养资源的评估测定，针对森林公园规划设计类的研究明显不足。民众强烈需求的背景下，滞后的理论研究便制约了森林康养的迅速发展。其次，森林康养的应用形式单一，实际案例多依托国家森林公园建设森林康养公园，尚未深入研究其内涵，挖掘具有普适性的应用方法。因此，研究如何将“森林康养”更好更充分地融入森林公园整体规划当中，扩大其应用范围，有利于更好地满足各类游客的健康需求，同时也是促进森林康养发展的必然要求^[1]。

二、森林康养公园概念界定

目前国内以森林康养为主题的森林公园开发建设已有相关尝试探索和初步成果，但存在着总体概念过于模糊的问题，尚未对于森林康养公园进行明确的概念界定。结合以上基础理论研究，分别从森林康养和森林公园两方面探讨可以得出：（1）森林康养公园应具备生态环境优质、森林资源丰富的特征，并具备满足森林康养功能的生态因子、服务设施；（2）森林康养公园应以康养功能为主要建设内容；（3）森林康养公园应融合自然景观和人文景观，加以保护利用；（4）森林康养公园的内容与形式应符合森林公园规范和森林康养公园建设规范要求。通过对相关概念的研究和对比分析，本文对森林康养公园的概念进行初步界定：“森林康养公园属于康养型森林公园，是一类以森林资源为依托，集自然观光、森林旅游、休闲度假、科普教育、文化体验、保健养生于一体的康养型森林公园。”通过结合康养产业进行整体的森林公园景观规划设计，建成全区域康养旅游的森林公园，是森林康养公园的建设目的。

三、森林康养公园共生的规划原则

（1）生态与康养互惠共生原则

森林康养活动的规划应建立在维持森林康养公园内部生态系统正常运行的基础上，建设各类基础设施必然会对自然生态环境造成影响。因此，应充分了解相关的森林生态系统知识，明确建设红线和底线，采取低干扰、低影响的方法，以不破坏生态系统的平衡稳定、实现互惠共生为原则。

（2）景观与康养复合性原则

基于共生理论，充分利用自然环境资源，将景观与康养功能进行复合规划，使游客在休闲游憩、科普娱乐时享受康养服务。通过合理的功能布局，为康养活动提供良好的景观空间；通过选取适当的植物营造植物景观，充分发挥植物精气等对人体的健康效益，改善人们的身心健康水平。

（3）以人为本原则

共生规划的初衷是更好的协调公园建设发展与生态环境、人与自然的的关系，是让人们通过共生规划的调节作用获得更加优质生活。森林康养公园作为康养型森林公园，康养的主体是人，因此共生规划应该以人为本。

（4）因地制宜原则

因地制宜作为景观规划的基本原则，在森林康养公园共生规划中也具有重要意义。不同共生环境对于共生单元有着不同影响，因此充分考虑现状条件，如地形地貌、植被、水体等，加以改善和利用；地理区位、基础设施等，进行合理规划；采取适地适树原则，以乡土树种为主，调整种植结构；挖掘地域文化特色，融入当地风俗文化、民族区域特点，营造有地域特色的森林康养公园景观。

（5）可持续发展原则

我们赖以生存的森林环境可提供、利用的资源是有限的，可持续发展原则是人与自然共同发展繁荣的第一主题，也是共生规划的第一目标。通过共生规划的系统构建，逐步实现森林康养公园在空间和时间上的可持续发展。

四、基于共生理论的森林康养公园规划设计

（一）森林康养公园内景观规划

1. 植物景观规划

（1）构建生态共生的植物景观结构

在可控范围内给植物景观自我设计的时间和空间，同时对部分景观属性较强的区域，采取优化树种组成结构、改善林分质量、提高生物多样性等方法，以增强森林共生系统稳定，构建内部植物共生的森林植物景观。选择与当地的立地条件和气候条件匹配的植物，满足植被乔、灌、草结构，同时兼具枯叶落物层，可增强公园景观观赏价值，改善生态环境，达到保护公园植被类型特色、森林资源保护与培育的目的^[2]。

(2) 主要节点植物设计

景观型植物配置在规划中,在考量竖向结构层次合理性与平面色彩搭配的艺术性的基础上,还需要注重观赏期、季相效果等植物特性,在植物设计中需要综合考虑配置。林下廊道、林下艺术园、游客服务中心、康养科普体验管等康养场所可以依据乔、灌、草的结构层次进行植物选择。林下花海、百花塘、彩色植物疗养院等康养场所可以依据植物色彩进行植物选择,如金鸡菊、白玉兰、鸢尾等。

康养型植物配置要求选择具有释放氧气、芳香气味、促进负氧离子合成等保健作用的植物。这类植物对康养基地空气的清洁及人体的健康具有重要的作用,植物释放的植物精气、芳香气味、负氧离子具有舒适心情及缓解压力的作用,充分利用植物的有益疗法因子,在康养基地中尤为显得重要。

静憩型植物配置在规划中,应当选择分枝点低、分枝多、枝叶大而浓密、生长迅速且枝繁叶茂的树种进行密植,这样不仅能丰富景观层次,还有利于形成噪声屏蔽屏障。林下艺术园、森林茶亭、社交公园等康养场所可以依据降噪安神功效进行植物选择,如冬青、桔梗等^[3]。

2. 康养步道景观规划

康养步道是森林康养公园中进行康养活动的重要载体,应根据场地内的地形现状因地制宜地进行规划设计。在步道的位置选择上应该以阴面、半阴面为主以避免太阳直射带来的不适。同时步道选线尽可能充分利用现有林分中林相较为优美的景观空间,让人们在森林漫步中欣赏风景变化。

(二) 森林康养公园内空间设计

私密型康养空间主要为康养参与者提供静坐、冥想、散步、私语等活动需求,一般使用者不超过3人。整个空间应以封闭空间、覆盖空间设计为主要设计手法,着重于近景的细部设计,最大限度地保留场地原有的自然景观,旨在让康养参与者可以最大程度感受森林原始的样貌^[4]。

个体体验型康养空间主要满足康养参与者个人对于森林康养相关活动的体验,整体空间设计以半开敞式为主,也可利用廊架、植物等形成顶平面空间,即就是顶部覆盖而四周开敞的空间。个体体验型康养空间可以在丘陵、林下、水边等风景秀丽的地带设置农田、种植园、亲水平台、森林疗养点、住宿、特色餐饮等。

互动社交型康养空间,顾名思义是满足人与人、人与景之间互动需求的空间,包括较多个体可以共同参与的森林瑜伽、森林太极拳、儿童游乐、摄影等。此处空间氛围较为外向型,私密性小,设计时要更加着重于空间与周边环境与人的活动的相互融合,可以在山间开阔处、水边、山顶等面积较大,视线较好的地方设置大活动平台、艺术创作营地、摄影基地、露营地等。

(三) 建立与森林康养功能共生的服务设施系统

1. 标识系统的建立

森林康养公园的导视系统需要通过标识牌等在入口注明该段线路的必要信息,包括坡度、线路总长度、节点分布、开放时间、运动量、详细活动项目、保健疗效等关键信息以及生物多样性科普、中草药科普等信息。标识系统主要有:交通区位类包括位置指示牌、方向指示牌等;景区景点类包括景区介绍牌、功能区介绍牌、景点节点介绍牌等;其他信息类包括信息提示牌、安全提示牌、无障碍提示牌、科普教育牌等。另外,还可以建设智慧导览系统,为游客提供更具个性化的需求,提升游客的游览体验。

2. 建筑服务设施

游客服务中心应引入森林康养专业指导和森林康养医疗保障系统,聘请森林康养师或理疗师等专业从业人员或与医院合作,为游客提供更专业的康养活动指导和医疗服务。咖啡厅、小卖部、纪念品购物中心等建筑应结合主环路和出入口集中布置,在位置的选择上应以植被环境好、康养植被较多的空间为主。建筑风格要求自然古朴并且融入地域文化,与周边的森林环境相协调,同时尽可能的低耗能,降低后续运营成本响应生态环保要求。

3. 生活设施及小品

园内设置垃圾桶、座椅、亭廊架以及路灯等小品,尽量采用自然材料和与环境融合度高的材料,垃圾桶沿主路每300m设置一处,服务区设1处垃圾回收站;在设置座椅、亭廊架等设施小品时,考虑到游客容量、康养步道长度以及游客的行为习惯等,可以在节点或是康养步道植物茂密处沿路500-1000m设置一个座椅,并尽量设置在的植物精气丰富或水域负氧离子高的地方^[5]。

五、结束语

总而言之,在森林康养公园的规划设计中引入共生理论有利于实现森林康养与森林公园的融合发展,对森林康养公园规划具有理论指导意义。林康养公园在规划设计的过程中应营造自然与人文共生的景观空间,结合共生理论来对森林康养公园内的空间进行合理规划,合理设计植物景观,建立健全服务设施系统,从而完善森林康养公园的规划设计,打造功能完备的森林康养公园。

参考文献

- [1]程静琦,王佼,乌恩.森林康养产品体系规划设计方法研究——以湖南省天鹅山森林康养试点示范基地为例[J].林业与生态科学,2018,(4):453~457.
- [2]丛丽,张玉钧.对森林康养旅游科学性研究的思考[J].旅游学刊,2016,11:6~8.
- [3]潘洋刘,曾进,文野等.森林康养公园建设适宜性评价指标体系研究[J].林业资源管理,2017(05):101~107.
- [4]刘朝望,王道阳,乔永强.森林康养公园建设探究[J].林业资源管理,2017(2):93-96,156.
- [5]丛丽,张玉钧.对森林康养旅游科学性研究的思考[J].旅游学刊,2016.31(11):6-8.