

时尚家居观赏植物系列

健康插花

冯珞 编著

DIY

jiankang chahua DIY



化学工业出版社
生物·医药出版分社



时尚家居观赏植物系列



健康插花

DIY

冯璐 编著



化学工业出版社
生物·医药出版分社

· 北京 ·

本书作者以轻松的笔触将多年的经验编著成书，配以丰富的高清晰图片，介绍了基本插花技法以及用花习俗、色彩含义等插花常识，并根据家居功能区、季相、节日及生日提供了丰富的、颇具生活情趣的现代插花实例。每一实例均采用常见花材，巧妙利用日常生活中的器皿及配饰，并配有详细的步骤图解及整体效果图，使读者能够轻松实现自己操作，美化生活，陶冶情操。

热爱生活的朋友们，赶快行动起来，一起来DIY，展现自己的创作才情吧！

图书在版编目 (C I P) 数据

健康插花DIY/冯珞编著. —北京: 化学工业出版社, 2009.12

(时尚家居观赏植物系列)

ISBN 978-7-122-06865-1

I. 健… II. 冯… III. 插花-装饰美术 IV.J525.1

中国版本图书馆CIP数据核字 (2009) 第190056号

责任编辑: 李 丽

装帧设计: 春天书装工作室

责任校对: 战河红

出版发行: 化学工业出版社 生物·医药出版分社

(北京市东城区青年湖南街13号 邮政编码100011)

印 装: 北京画中画印刷有限公司

880mm×1230mm 1/24 印张4% 字数121千字 2010年1月北京第1版第1次印刷

购书咨询: 010-64518888 (传真: 010-64519686)

售后服务: 010-64518899

网 址: <http://www.cip.com.cn>

凡购买本书, 如有缺损质量问题, 本社销售中心负责调换。

定 价: 26.00元

版权所有 违者必究

前言

Foreword



插花是一种很好的修身养性、怡情娱乐、美化生活、装饰环境的创作及欣赏活动。随着人们生活水平的提高，对家居环境布置提出了更高的要求。时尚、品味、优美、自然、环保、健康，成为时下人们追求的理念，插花既是美丽的，也是自然的、健康的、环保的。

插花不仅可以美化、装饰家居，娱乐心情，还可以清洁、净化居室的空气，甚至可以吸收居室内一些有害气体，如月季、百合、石竹、吊兰、龟背竹、紫罗兰等，都有吸收空气中甲醛、氮氧化物及苯的衍生物等有害气体的作用。因此，插花中了解花的特性及作用，会有益于我们轻松、愉快地展现对美好生活的追求。

本书图文并茂，力求使读者从中学会一些插花的基本方法。同时，根据家居环境中不同功能的分区，提出了一些合理使用花材的设计理念及形式。需要说明的是，我们常可选择一些生活中的器皿，如果盘、餐具及小的装饰物，甚至准备丢弃的“垃圾”，如酒瓶、食品包装盒等，巧妙地应用到插花中，使作品更具有趣味性、更生活化。同样，花材的选择也可以根据季相的不同，到大自然中去采集一些您喜爱的、适合于插花的花材来完成您的作品，甚至包括蔬菜、水果，本书在这方面做了一些引导。生活化的插花，健康、环保、趣味性的插花正是本书编写的重点。

Foreword

本书在编写过程中得到了原中国插花花艺协会会长、北京林业大学王莲英教授的指点及审阅。王先生百忙当中抽时间非常仔细地为此书做了修改，并提出了宝贵意见。十年座下，俯从受教，获益良多。同时，还得到了我的朋友，清华大学李倬教授、刘祖钦老师、刘永红老师在摄影上给予的热情帮助，以及我的学生李艳霞、叶兴蓉、袁旭冉、朱彦、张娟、李炳彬等在摄影及照片修改上的大力帮助，还有北京玉兰香直隶会馆为我提供摄影环境的无偿支持，在此一并表示衷心的感谢！

北京林业大学园林学院 冯珞

2009年10月



目录 CONTENTS

基础知识

1. 材料准备 1
2. 花材的选择及用花习俗 2
3. 常见花材 5
4. 家居保健插花作品 15
5. 依据装修风格选择插花 19
6. 色彩含意与搭配 20
7. 基本技法与技巧 22
8. 构图与造型 27
9. 插花保鲜及养护管理 34

CONTENTS 目录



插花DIY

10. 居室插花 36

- 客厅插花 / 36
- 书房插花 / 42
- 卧室插花 / 46
- 餐厅插花 / 50
- 厨房插花 / 56
- 卫生间插花 / 58

11. 季相插花 60

- 春之色 / 60
- 夏之趣 / 64
- 秋之韵 / 68
- 冬之意 / 72

12. 节日及生日插花 76

- 春节插花 / 76
- 母亲节插花 / 78
- 中秋节插花 / 80
- 重阳节插花 / 82
- 端午节插花 / 86
- 圣诞节插花 / 88
- 情人节插花 / 90
- 元宵节插花 / 94
- 生日插花 / 96

主要参考文献 / 102

基础知识

1. 材料准备



一般情况下，完成一件插花作品所需要的基本材料包括：花材、容器、用具，此外还有饰品、衬垫等。前三者是初学者必备的材料。

花材

插花花材是指剪切下来的花枝、叶等。广义讲，插花花材包括鲜花、干花、人造花以及水果、蔬菜、谷物等。鲜花花材又包括植物的根、茎、叶、花、果实等。所以花材的选择十分宽泛。

容器

常见的容器包括瓶、盘、篮、钵、筒、碗等。千万不要以为插花需要准备专门的容器。居家插花可选择一些生活中的器皿，如：果盘、酒瓶、笔洗、果盘、碗、酒瓶等。



用具

家居插花需要准备的基本工具包括：①剪刀。剪刀可以准备两把，一把是普通的家用剪刀，另一把是园艺专业上使用的枝剪，后者可在花卉市场上买到。②花泥。花泥是插花中用来固定花枝的材料。它由酚醛类塑料泡沫压制而成，无毒。花泥又分为鲜花花泥及干花花泥两种。鲜花花泥本身质地很轻，具有高强的吸水及保水能力，十分便于固定花材。鲜花花泥为一次性消耗材料，待花泥失水干燥后，一般就很难再吸入水。干花花泥质地轻，但不吸水。③花插。市场上常称之为“剑山”，要到专门卖插花用品的商店才能买到。它是由很多不锈钢针规则地排列在用铅锡合成的底座上铸成的。④绿铁丝。这是一种专门用来加工、固定花枝的铁丝，其表面有一层很薄的绿色胶纸（也有黄褐色的），有多种型号，市场常见的有22号及24号粗、细两种，需要到专门的花店才能买到。⑤小喷壶。一般养花的家庭都会备有。⑥绿胶带。这是一种专门用来做装饰用的纸质胶带，表面胶性不大，但一经拉伸胶性就能显露出来。



饰品

饰品的选择十分宽泛，只要能够起到好的装饰效果，烘托主题、表现情趣，体量大小适中，形态、色彩、质地能与插花的主体和谐搭配，都可以用来作为饰品。如：各种不同质地色彩的丝带、包装纸、工艺品小摆件、小礼品、贺卡、装饰线珠串、仿真水果等。



衬垫

衬垫是指放置在容器下面的垫座和底衬。它们是插花作品中的“道具”，与插花作品形成一个有机的整体，借以增加作品的表现力及美感，同时起到烘托主体的作用。衬垫一般有垫座及衬底两种形式。



2. 花材的选择及用花习俗



生活中可供我们选择的花材种类非常多，有鲜花花材，也有干花花材及人造花材，它们质地及性质的不同，在插花中既可单独使用，也可以相互混合搭配使用。

三类常见的花材

• 鲜花花材

这是使用最多、取材最广泛的一类花材。依其性质可分为木本花材及草本花材两大类。木本花材，如山茶、海棠、月季、牡丹、迎春等。草本花材，如菊花、康乃馨、紫罗兰、非洲菊、满天星、百合等。

野生花材是指我们能从大自然中获取的花材，选用不同季相里的花材，可以此来表现对自然的感受及情调。并非所有的花枝都适合插花。有些植物一经剪切下来很容易萎蔫，不适宜插花。一般说

来，叶面革质或半革质且花材不易萎蔫的植物，适合插花使用。适当地选择一些野生花材来插制作品，往往会使作品平添几分自然的野趣，更显得随意、自然，且简单易行。

• 干花花材

所谓干花，是经过人工加工或自然风干后的花枝。它们既可以单独插制，也可以同鲜花及人造花混合搭配使用。干花插花有其独特的质感及美感。其特点是，易于保养，观赏期长，不会造成室内空气污染，利于环保及健康。干花的插制一般需要专用的干花花泥。居家插花也可以使用包装用的泡沫塑料板（苯板）或沙石等固定花材。

• 人造花材

人造花以其色彩千变万化，造型逼真或独特别致，保存期长，深受人们的喜爱。用人造花插花或与干花搭配插制，是一种非常好的方式，除了观赏时期长外，在插花的造型设计中，人造花更以其便于加工造型，仿真性强或花材的工艺别致而在一些方面优于鲜花插花。

如何选择花材

在选购商品花材时，一定要尽量选择新鲜、饱满、含苞待放或初开的花材。因为这类花材可以保持相对较长的观赏时间。具体选择花材时应该注意些什么呢？①查看花朵是否饱满、色鲜、坚挺。最好选择含苞待放或初开的，凡焦边、不够坚挺、疲软的花枝不要。②看一下叶片是否有光泽、新鲜或有弹性，是否发蔫，有无病虫害。③花枝是否饱满、坚挺有弹性，切口是否新鲜。④尽量不要选择冷库里存放过的花材，因为这类花材往往存放过久，会大大缩短其观赏期。冷库存放过的花材会出现花朵焦边，叶面发暗，缺少光泽，花枝失去弹性，且无光泽，切口发黑等现象。⑤在花店里买花时，你可以用手轻轻地挤压一下花朵，新鲜的花朵明显有一定的弹性，轻轻晃动不会掉花瓣。一些花店主常将花朵最外层剥去，因此，不可仅注意花朵的外观，应全面观察。⑥野外采花时，应选择清晨及傍晚时间采摘，而不宜选择气温高的中午，因此时花枝的叶片水分蒸腾快，容易萎蔫。需要说明的是，对于野生花卉的采摘，应选择自然界中普遍存在的、常见的且不属于国家保护性的花卉资源。

用花习俗

许多花材都有各自不同的内含及寓意，从各种有关插花的书籍中及网络上都可以查阅到大量有关“花语”的介绍，但是这些介绍并不一定准确，有些介绍可能含义还是不同的，甚至是相互矛盾的。因此，应该从较科学、权威的书中去寻找答案，或遵从上千年来中华民族传统文化约定俗成的花文化的含义。在西方，其“花语”也有着自己的民俗含义。



• 中国花材含意

- (1) **牡丹** 雍容华贵、富贵、吉祥。
- (2) **芍药** 相思、离别，被称为中国的情人花。古称：结恩情、将离花。
- (3) **萱草** 母亲花，又名：谖草、忘忧草，谖即忘的意思。朱熹注曰：“谖草，令人忘忧；背，北堂也。”北堂即代表母亲。
- (4) **玉兰** 富贵、吉祥，常与海棠、牡丹配置，喻义“玉堂富贵之意”。
- (5) **梅花** 傲骨凌霜、气节。
- (6) **杏花** 报春、春色。
- (7) **桂花** 富贵、月宫仙境。
- (8) **竹子** 高风亮节、谦虚、坚韧不拔、长寿、幸福。
- (9) **松树** 常青、长寿、气节。
- (10) **南天竹** 长寿。
- (11) **山桃花** 春色、时来运转、好运将至。
- (12) **海棠花** 吉祥、玉堂富贵之意。
- (13) **栀子花** 纯洁、贞洁。
- (14) **菊花** 长寿、高雅、君子、友情、孤傲。
- (15) **百合** 百年和好，纯洁、美好。
- (16) **水仙** 高雅、冰清玉洁、吉祥。
- (17) **荷花** 高洁、纯洁、崇高、吉祥。
- (18) **月季** 爱情、少女、纯洁。
- (19) **兰花** 君子、洁身自爱、高尚品格、友谊。
- (20) **石榴** 多子多福、日子红火。

• 西方花材含意

- (1) **睡莲** 忠贞、爱情、美好、吉祥。
- (2) **雏菊** 快乐、幸福、天真。
- (3) **玫瑰** 爱情、忠贞、和平、友谊、纯洁。
- (4) **鸢尾** 纯洁、圣灵、圣母玛利亚、幸福、自由、纯洁。



- (5) **康乃馨** 母爱、思念、友谊。
- (6) **紫罗兰** 忠诚、信任、爱、美丽。
- (7) **非洲菊** 美好，美丽。
- (8) **郁金香** 美丽、华贵、成功、神秘、热爱。
- (9) **矢车菊** 吉祥、优雅、信任。
- (10) **仙人掌** 坚强不屈、勇气。
- (11) **水仙花** 敬意、自恋、不要忘记我。
- (12) **向日葵** 光明、希望、太阳、沉默的爱。
- (13) **一品红** 圣诞节、祝福。
- (14) **马蹄莲** 思念、纯洁、友爱。
- (15) **三色堇** 忠贞、思慕。
- (16) **勿忘我** 别忘记我。
- (17) **情人草** 真挚的爱情、记忆。
- (18) **白百合** 纯洁、圣洁、高雅。
- (19) **常春藤** 忠贞、友谊、不朽与永恒的青春，欢乐与活力。
- (20) **大丽花** 华丽、优雅。



3. 常见花材



用于插花的花材绝大多数都是安全、环保并有益于健康的。任何事物都是辩证的，花材也是一样。有些花卉既可以吸收居室内的一些有害物质，本身也可能带有一定的毒素。然而，有一定毒性的植物又可能是治病的良药。如马蹄莲。马蹄莲是人们十分喜爱的花卉，也是常见的、优良的切花，在人们的生活中有着很好的喻义。但是马蹄莲体内含有一种有毒的生物碱，如果误入口中会有灼伤感，引起恶心，甚至呕吐。然而马蹄莲可以入药，是医治烫伤的良药。而一般情况下用来插花，并不会给人体带来危害。同样，能够吸收室内有害气体，有益健康、环保的花卉，在一定条件下，又可能给人体带来不适或伤害。如百合。百合可以净化居室内的一氧化碳及二氧化硫等有害气体，人们喜爱它的美丽、芳香，更赋予了它美好的喻义。然而有些人却不喜欢它的香气。对于过敏性体质的人来说，它

散发出的气味及花粉，可能引起过敏及不适，严重的会引发哮喘。所以，我们在插花中大可不必过于担心，只要适当了解一些有关植物及医药的知识，用插花来装点我们的生活依然是一件快乐的事情，既有利于健康、环保，在一定程度上又可以净化室内空气。

绿色植物具有环保、净化室内空气的功能，这是不争的事实，但就鲜切花而言，随着时间的流逝，鲜切花会渐渐衰老，环保的机能逐渐降低、失去，而其污染环境的危险则逐渐增加了。要经常换水，如果鲜花衰老了，要及时将其清除。

(1) 月季 (商品名: 玫瑰) 经美国科学家最新研究，月季的香气有利于人体睡眠，具有安神的功效，并可以治疗关节痛。月季能有效吸收室内空气中有害气体，如硫化氢、二氧化硫、氟化氢、二氧化碳等。



(2) 香石竹 (别名、商品名: 康乃馨) 无毒，可吸收空气中的一些有害气体。它的清香气在西方被用来制作香水。康乃馨是世界上最著名的鲜切花之一。

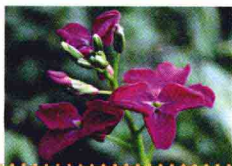
(3) 百合 可吸收室内的二氧化碳及二氧化硫等有害气体。但其香气及花粉可能导致少数人不适应，甚至过敏，严重者引起哮喘。因此，当花初开时，应及时地摘除其花药（花开时，花丝顶端的六个橘红色头状物）。



(4) 菊花 可吸收空气中的烟尘及二氧化硫、氟化氢、苯等有害气体。其香气有助于缓解头痛，并有清热解表的药效。但应注意，水养切花应及时换水，特别是室内温度25℃以上时，需每天换水，因其切口处极易污染细菌。

(5) 唐菖蒲 (商品名: 剑兰) 世界著名的切花花材。可吸收空气中的二氧化碳、二氧化硫等有害气体，对氟及氟化氢敏感，可用来作监测植物。





(6) **紫罗兰** 香气有助于安神。其挥发油有明显的抑菌、杀菌作用。如对肺炎球菌、结核杆菌等有抑制作用。紫罗兰能吸收二氧化硫、硫化氢等有害气体。

(7) **郁金香** 世界著名切花花材。有小毒，花朵含毒碱，但用于插花，未见有受伤害报道。适合于书房及客厅等处摆放。



(8) **石斛兰** (商品名: 泰兰) 有较强净化空气中有毒气体的作用。可吸收空气中一氧化碳、甲醛等有害气体的作用，还可以吸附空气中的烟尘及异味，清新空气。切花观赏期可达半个月以上。

(9) **千日红** 无毒，可用作切花和干花。优良的干花花材，花序入药能祛痰，止咳平喘，并用于慢性支气管炎、喘息性慢性支气管炎的治疗。



(10) **金银花** (别名: 金银藤) 其芳香气具有杀菌、抑制病毒、净化空气的作用。对氟有较强吸收能力。日常生活中，人们经常以金银花泡水代茶来治疗咽喉肿痛和预防上呼吸道感染。

(11) **一品红** (别名: 圣诞花、象牙红) 对甲醛有一定的吸收能力。还能通过光合作用，吸收二氧化碳放出氧气。其体内白色汁液含有小毒，但并不具有挥发性，只要不过多接触就不会对人体产生危害。在插花中使用一般不会给身体带来危害，至今未见因插花中毒的报道。



(12) **安祖花** (别名、商品名: 红掌、花烛、火鹤花) 有一定的净化空气中有毒气体的功效，对甲醛、二甲苯、三氯乙烯、氨等有害气体有一定吸收能力，适用于客厅、书房插花。

(13) **八仙花** (别名: **绣球花**) 能吸收空气中的有害气体, 如氯气、二氧化碳、二氧化硫。花叶入药有安神、除烦躁的作用。



(14) **飞燕草** (别名: **翠雀花**) 常见的商品切花花材。能吸附空气中的烟尘及吸收一些有毒气体。全株有大毒, 但并不具有挥发性, 只要不误食, 不会给身体造成危害。

(15) **非洲菊** (别名、商品名: **扶郎花**) 据美国太空总署 (NASA) 的研究, 非洲菊有较强的净化空气中有毒气体的功效, 如苯及甲醛等。还能吸附空气中的烟尘。适用于客厅、书房等处插花。



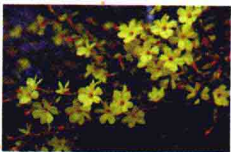
(16) **鹤望兰** (别名: **天堂鸟**) 无毒。高档、优良的切花花材, 单花花期可达半月以上。适用于客厅、书房处插花。

(17) **蝴蝶兰** 高档、名贵的切花花材, 单花切花花期可达三周以上。蝴蝶兰具有夜间吸收二氧化碳, 释放氧气的功能, 还有吸收一氧化碳及甲醛气体的作用。适合卧室、书房及客厅摆放。



(18) **金鱼草** (别名: **龙头花**) 常见的商品切花花材。有小毒, 误食可能会引起喉舌肿痛, 呼吸困难。入药可清热解毒, 用于跌打扭伤、疮疡肿毒。用于插花不会影响人体健康。

(19) **迎春花** 春夏常用的花材, 细长而呈弧形, 其下垂的枝条是优良的线性花材。可吸收一氧化碳及二氧化碳等有害气体, 全株可入药。





(20) **玉兰** 优良的木本切花花材，所含挥发性芳香油有助于醒脑、清神。中国传统插花中与海棠、牡丹、桂花相配，称为“玉堂春富贵”，取吉祥、富贵之意。



(21) **海棠花** 中国传统插花中喜好选用的花，有“花中神仙”、“花贵妃”之称。可有效吸附空气中有害气体及灰尘，如二氧化硫、二氧化碳，净化空气。适于客厅、书房等处摆放。



(22) **丁香** 其挥发性芳香油有明显的抑菌、杀菌作用，如沙门菌、大肠埃希菌、金黄色葡萄球菌、铜绿假单胞菌等。香气有利于安神、睡眠。叶片可吸收烟尘、二氧化硫、氟化氢等有害气体，有明显净化空气的作用。适合卧室、书房及客厅摆放。

(23) **山桃花** 对空气中的硫化物、氯气较敏感。花有美容的功效，《千金药方》载：“桃花三株，空腹饮用，细腰身。”桃花有“令人好颜色”之功效。



(24) **金银木** 含挥发油芳樟醇、双花醇，对细菌有一定抑制作用。叶片可吸附空气中的烟尘。入药清热解毒，用于治感冒、咽喉肿痛。

(25) **紫薇** 叶片可吸收氯气、氟化氢、二氧化硫等有害气体。其散发的挥发性油类物质具有抑制或杀死白喉杆菌、痢疾菌等作用。入药清热解毒、凉血、止血。



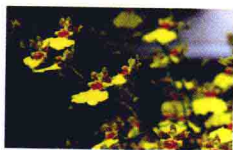
(26) **芍药** 中国传统插花中常选用的名花，其挥发性芳香气味对金黄色葡萄球菌、志贺痢疾真菌、幽门螺杆菌有抑制、灭杀作用，可净化室内空气。但一些浓香型品种不适于卧室摆放。

(27) 紫藤 对氟化氢、氯气、二氧化硫有一定的抗性。根及种子有小毒，被中国植物图谱数据库收录为有毒植物，但花可食用，河北、河南、山东一带，人们常采紫藤花蒸食，清香味美。



(28) 草原龙胆 (别名：洋桔梗) 常见商品切花花材，做切花水养一周左右。适用于客厅、书房处插花。

(29) 千屈菜 (别名：水柳、败毒草) 生于水旁湿地。野生、栽培各地都有。中医有清热毒，收敛，破经通瘀作用。用于治疗痢疾、瘀血经闭。常作为艺术插花使用，观赏期较长。



(30) 文心兰 (别名、商品名：跳舞兰) 高档、名贵的切花花材，花期可达二周以上。文心兰具有夜间吸收二氧化碳，释放氧气的功能。还可以吸附空气中的烟尘及异味，清新空气。

(31) 鸢尾 全草有小毒，被中国植物图谱数据库收录为有毒植物，入药消积、行水、解毒。常作为艺术插花使用。只要不误食，一般不会危害身体，也不会污染环境。



(32) 马蹄莲 常见的商品切花花材。叶片对室内灰尘有一定吸附作用。花及佛焰苞有小毒，误食会引起舌喉肿痛、昏眠等中毒症状。该物种被中国植物图谱数据库收录为有毒植物。用做插花未见有引起身体不适。

(33) 霞草 (别名、商品名：满天星) 无毒，栽培品种。优良、常用的切花花材。

