

布景

种植

观赏

美食

水草生活家

拥有满室绿意
创造好品位

徐志雄 著



海峡出版发行集团

福建科学技术出版社

THE STRAITS PUBLISHING & DISTRIBUTING GROUP

FUJIAN SCIENCE & TECHNOLOGY PUBLISHING HOUSE

水草 生活家

徐志雄 / 著



海峡出版发行集团

HEIYUAN PUBLISHING & DISTRIBUTION GROUP

福建科学技术出版社

FUJIAN SCIENCE & TECHNOLOGY PUBLISHING HOUSE

著作权合同登记号：13-2016-063

本书中文繁体字版本由城邦文化事业股份有限公司布克文化编辑部在中国台湾省出版，今授权福建科学技术出版社有限责任公司在中国大陆地区出版其中文简体字平装本版本。该出版权受法律保护，未经书面同意，任何机构与个人不得以任何形式进行复制、转载。

项目合作：锐拓传媒 copyright@rightol.com

图书在版编目(CIP)数据

水草生活家 / 徐志雄著. —福州：福建科学技术出版社，2017.2

ISBN 978-7-5335-5189-6

I. ①水… II. ①徐… III. ①水生维管束植物—观赏园艺 IV. ①S682.32

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 024187 号

书 名	水草生活家
著 者	徐志雄
出版发行	海峡出版发行集团 福建科学技术出版社
社 址	福州市东水路76号(邮编350001)
网 址	www.fjstp.com
经 销	福建新华发行(集团)有限责任公司
印 刷	福建彩色印刷有限公司
开 本	700毫米×1000毫米 1/16
印 张	10
图 文	160码
版 次	2017年2月第1版
印 次	2017年2月第1次印刷
书 号	ISBN 978-7-5335-5189-6
定 价	39.80元

书中如有印装质量问题，可直接向本社调换

CONTENTS 目录



第1章 水草生活大师

12 水草四大家族

14 入门级水草 14 槐叶萍 16 大萍 18 满江红 20 白花紫苏草
22 大叶田香草 24 水薄荷 26 香蒲 28 鱼腥草
30 尖瓣花 32 台湾萍蓬草 34 香菇草 36 莼菜
38 田字草

40 进阶级水草 40 小对叶 42 虎耳 44 异叶水蓑衣 46 大红叶
48 水厥 50 小水榕 52 莫丝 54 女王草
56 中柳 58 绿菊花 60 大宝塔 62 三叉叶星蕨
64 水车前 66 黄金钱 68 龙骨瓣荇菜

70 挑战级水草 70 鹿角苔 72 红柳 74 矮珍珠 76 网草
78 日本珍珠草

80 水草栽培 DIY

81 新手上路的基本配备 81 盆器 82 水族箱 / 盛水器皿 82 土壤
83 底沙

84 让水草更美丽的配备 84 石头 / 沉木 85 照明灯 86 过滤器
86 二氧化碳 88 加热器 / 恒温器 88 肥料

89 水草的选购

90 给水草一个舒适的窝 90 浮水植物栽植步骤
91 水族箱栽植步骤 92 盆栽栽植步骤

94 水草的日常照护





第2章 水草让你更有品位

- 98 居家好品位 99玄关 100客厅 101餐厅 102厨房 103浴室
104卧室 105阳台、窗台
106 职场好心情 107会客室 108办公室 109会议室
110 赚钱好风水 111柜台、门面 112餐厅



第3章 好吃好喝的水草味

- 116野莲沙拉 117水紫苏沙拉 118大叶田香草橄榄油
119鱼腥草鸡汤 120石菖蒲鸡汤 121尖瓣花炒牛肉
122水车前鱼羹 123蒲笋炒肉丝 124刺芹鲜虾卷 125莲梗吻仔鱼
126田香猪脚 127莼菜卷 128田香茶蛋 129田香玫瑰茶
130莲花茶 131姜花蜜茶 132梦幻天使 133鱼腥草茶
134水薄荷冰沙 135水紫苏冰沙 136马蹄爽 137田香奶酪
138荸荠冻 139水草松饼



第4章 水草理想国

- 142 水草小护士 143菖蒲 / 止痒 143半边莲 / 止血
143野姜花 / 帮助睡眠 144穗花棋盘脚 / 天然清洁剂
144香蒲 / 止血 144满江红 / 驱蚊虫
145大叶田香草 / 防蚊 145鱼腥草 / 美容面膜
146 礼轻情意重 147幸福藻球 147铜钱草 148生态球
148海洋之星 149迷你水族箱

150 附录 1: 水草家族一览表

152 附录 2: 名词解释

155 后记——和水草共创未来



水草 生活家

徐志雄 / 著



海峡出版发行集团
HAIJIAO PUBLISHING & DISTRIBUTION GROUP

福建科学技术出版社
FUJIAN SCIENCE & TECHNOLOGY PUBLISHING HOUSE



作者序

小学三年级时有人送我们家一个水族箱，我和弟弟特地跑到宜兰的水族店去买鱼回来养，为了让水族箱更好看，也顺便买了些水草。当时只是因为好玩而养鱼、养水草，我自己也不记得后来那些水草究竟下落如何。想不到，我居然在长大后，一头栽进水草世界，甚至成为水草的供应商。在决定栽种水草前，我其实只是为了养家赚钱，但在真正了解它们的特性、看到它们多变的风情后，我却不可自拔地爱上了美丽的水草。

我们家本来是经营鳗鱼养殖场的，在鳗鱼价格大好时我们也赚了很多钱，物质上一点都不匮乏。但后来宜兰所养殖的鳗鱼价格不如屏东低廉，在低价竞销下，宜兰的养殖业无法与别处竞争，慢慢地没落，许多养鳗人都改行了。在父亲的坚持下，我们家是最后一个把养殖场关起来的，但也因此背负了庞大的债务。为了还债，退伍后我当过娃娃车司机、铁厂工人，也养过大闸蟹、青蛙、香鱼、热带鱼。所有可能改变家里经济状况的工作，我都试过了，但是却没有一项成功，那时的我，真的不知道该何去何从。

后来，几个曾经在我们鳗鱼厂里实习的朋友，建议我可以利用原先养鳗鱼的环境试着栽种水草，因为他们在水族贸易公司上班，负责进口德国、丹麦、荷兰等地的水生植物，知道水草养殖在国外正蓬勃发展，因此认为国内的水草养殖是深具潜力的。抱着姑且一试的态度，我开始种起了水草。



对于那个年代的乡下人来说，水草是随处可见的杂草，一点用处也没有，不但不需要种，还得要想办法铲除，以免影响农作物生长。因此，在我刚开始种水草时，我周围的亲朋好友是非常怀疑的，觉得我是不务正业！再加上水草养殖对我来说是完全陌生的领域，因此，刚开始的这条路我走得一点也不轻松。

那时台湾没几本介绍水草的图书，因此我只能强迫自己去啃一本本厚厚的英文原文书。就这样，英文很一般的我，用非常吃力的步伐，一步步摸索，一点点地做，慢慢从尝试中学习，终于有机会走进了水草的美丽世界。

在我的水草事业刚起步时，我遇到了一个贵人，当时宜兰县立文化中心的林德福主任。在一次偶然的的机会，我向林主任表示：“我觉得文化中心的图书馆里面，有一个地方很适合摆放水族箱，我可不可以做一个送给文化中心？”林主任知道我们家经济状况其实不太好，就对我说：“你不要用送的，这样好了，就由文化中心出钱跟你买，就麻烦你做三个水族箱送过来吧。”

为了感谢林主任的盛情，我花了很多心思设计这三个水族箱，而这些水族箱竟然发挥了意想不到的广告效果。因为文化中心人来人往，许多公务员和老师在看到漂亮的水族箱后非常心动，也想在家里摆一个设计感十足的水族箱，于是，在林主任的引荐下，我的生意就这样陆陆续续找上门了。



靠着口耳相传的口碑，我的水草经营事业渐入佳境，也在客户的怂恿下，开了一间水族店，这间店不但让我招揽到更多客户，也让我有机会接触许多器材供应商，进而拓展了水草市场的渠道。在我努力扩展水族店的市场时，后方水草的供应，是由我弟弟管理的水草场负责，而我的妹妹与太太则开始研究如何将水草放入料理中，做成美味的餐点。慢慢地，在我的影响下，其他的家族成员，都跟着我，一起爱上了水草，一起投入了水草世界。靠着所有家族成员对水草的热情和努力，我们竟然拿下了台湾约三分之一的水草市场。

水草，为我的事业带来转机，也为我的生命带来全新的体验。从栽培水草、观察水草的过程中，我深刻地体会到，人如果要成功，就必须像水草一样，懂得适应环境，能够随着环境改变，调整自己。水草是生命力很强、很能适应环境、很懂得调整自己的一种植物。水源丰富时，水草会尽情展现自己的优雅与美丽；而当水源枯竭时，水草会在最短的时间里改变自己的模样求生。不论环境怎样改变，水草都有它的应变方式，不但让自己在困难的环境中生存下来，也让自己的生命精彩万分！

水草改变了我的人生，让我学会勇敢地面对环境的变化。希望借着这本书的出版，能够让更多人了解水草，喜欢水草，最重要的是，也能够和我一样，在栽培水草、欣赏水草之余，找到面对生活的力量！



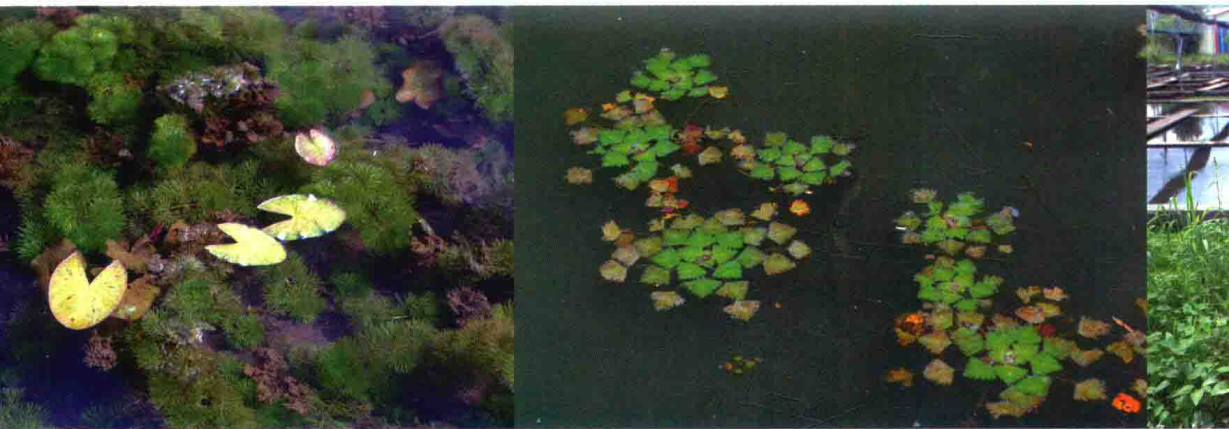
前言

对很多人来说，水草就是养在水族箱里的草，所以如果家里没有水族箱，就不觉得水草和我们的生活是有关系的。但是，你知道吗？我们三餐所吃的稻米是水草，四神汤里面的芡实是水草，还有菜市场里常见的荸荠、茭白也是水草。现在，你还会认为你的生活和水草一点关系都没有吗？

我最早接触水草时，只有小学三年级，买水草的目的，只是为了让养鱼的鱼缸比较好看而已。后来才了解，水草看起来好像是很不起眼的配角，可是水族箱里少了它，不但少了美丽的背景，也缺乏可以进行光合作用的生态环境。

随着时代的改变，现在的水草可不是配角了，有越来越多的人喜欢在水族箱里种许多色彩丰富、形态不同的水草，让居家和办公空间充满绿意，而悠游其间的鱼儿，反而变成了配角。

许多人养水草，是因为风水师的建议。从风水的角度来看，在家里的财位放一个水草缸，加上流动的水，可以让运气更旺。不过，要提醒你的是，风水缸里一定得是活的生物，不论是水草或者是鱼、虾，如果在财位上死掉，那主人就算运气不受影响，心情想必也会很糟。



其实，鼓励大家养水草，不是因为它能改变风水，而是因为它能改变心情，疏解压力。曾有一些研究报告指出，现代人的工作压力，可以透过观看水族箱里的鱼儿、水草来纾解。

不管白天工作多么累，压力多么大，只要站在水族箱前，就会觉得心情开始放松。现在医生与公务员中也流行养水草，每当工作很忙、很累时，看一看水族箱中的水草，心情就会平静许多。有些儿科诊所或者牙科诊所会设置水族箱，借此减轻小朋友等候看诊时的焦虑感。

水草可以帮助舒压，而且不需要太多的空间，非常适合纳入现代都市人的生活中。如果要种一般的陆生植物，得要有土、有阳台，或者有庭院，可是水生植物只要有水族箱或盆器，就可以很容易地创造出自然、宁静、充满绿意的氛围。跟照顾宠物相比，水族箱是更单纯、更方便的，就算是出门旅行十天半个月，也不用担心照顾的问题，等于是最不麻烦人的宠物，是不是很适合忙碌的现代人呢？

水草可以观赏，可以舒压，可以造氧，如果这些好处对你来说都不够实际的话，那么，用水草来做成好吃好喝的料理，是不是会让你心动呢？其实，有很多的原生水草是非常好的料理材料，只是之前很少有人去发掘、推广，所以懂得利用的人不多。想知道怎么用水草入菜，做出好吃的猪脚、鸡汤、松饼或冰沙吗？

来！跟我一起，进入水草的美丽世界，一起做个懂生活、有品位的水草生活家吧！



CONTENTS 目录

第1章 水草生活大师

12 水草四大家族

14 入门级水草 14 槐叶萍 16 大萍 18 满江红 20 白花紫苏草
22 大叶田香草 24 水薄荷 26 香蒲 28 鱼腥草
30 尖瓣花 32 台湾萍蓬草 34 香菇草 36 莼菜
38 田字草

40 进阶级水草 40 小对叶 42 虎耳 44 异叶水蓑衣 46 大红叶
48 水厥 50 小水榕 52 莫丝 54 女王草
56 中柳 58 绿菊花 60 大宝塔 62 三叉叶星蕨
64 水车前 66 黄金钱 68 龙骨瓣苔菜

70 挑战级水草 70 鹿角苔 72 红柳 74 矮珍珠 76 网草
78 日本珍珠草

80 水草栽培DIY

81 新手上路的基本配备 81 盆器 82 水族箱 / 盛水器皿 82 土壤
83 底沙

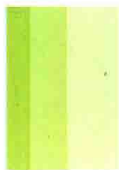
84 让水草更美丽的配备 84 石头 / 沉木 85 照明灯 86 过滤器
86 二氧化碳 88 加热器 / 恒温器 88 肥料

89 水草的选购

90 给水草一个舒适的窝 90 浮水植物栽植步骤
91 水族箱栽植步骤 92 盆栽栽植步骤

94 水草的日常照护





第2章 水草让你更有品位

- 98 居家好品位 99玄关 100客厅 101餐厅 102厨房 103浴室
104卧房 105阳台、窗台
- 106 职场好心情 107会客室 108办公室 109会议室
- 110 赚钱好风水 111柜台、门面 112餐厅



第3章 好吃好喝的水草味

- 116野莲沙拉 117水紫苏沙拉 118大叶田香草橄榄油
- 119鱼腥草鸡汤 120石菖蒲鸡汤 121尖瓣花炒牛肉
- 122水车前鱼羹 123蒲笋炒肉丝 124刺芹鲜虾卷 125莲梗吻仔鱼
- 126田香猪脚 127莼菜卷 128田香茶蛋 129田香玫瑰茶
- 130莲花茶 131姜花蜜茶 132梦幻天使 133鱼腥草茶
- 134水薄荷冰沙 135水紫苏冰沙 136马蹄爽 137田香奶酪
- 138荸荠冻 139水草松饼



第4章 水草理想国

- 142 水草小护士 143菖蒲 / 止痒 143半边莲 / 止血
143野姜花 / 帮助睡眠 144穗花棋盘脚 / 天然清洁剂
144香蒲 / 止血 144满江红 / 驱蚊虫
145大叶田香草 / 防蚊 145鱼腥草 / 美容面膜
- 146 礼轻情意重 147幸福藻球 147铜钱草 148生态球
148海洋之星 149迷你水族箱

150 附录 1: 水草家族一览表

152 附录 2: 名词解释

155 后记——和水草共创未来





长得跟“幸运草”很像的田字草，在水田边或者水沟都可以看到。田字草每一株都是四片叶子，所以每一株都是“幸运草”！

古人称田字草为“苹”，有四片叶子的“苹”，因为长得像个“田”字，所以俗称田字草。它是多年生的挺水性植物，根茎固定在水底的泥土里，叶片刚开始是浮在水上，最后会挺出水面，叶片白天会张开，到了晚上则会合起来，它也有水中叶，外形和水上叶一样。

据说在古时候，田字草的嫩芽嫩叶是用作祭鬼神与招待王公贵族的蔬菜，不过在台湾省还没听说有人把田字草拿来当蔬菜吃的。

第1章

水草生活大师

即使是新手上路，也能轻轻松松拥有满室的绿意盎然。水草生活家精选 33 种最受人们欢迎，并且容易栽种养护的水草，详列其特色、繁殖与养护方法，即使是初学者，也能在最短的时间内掌握栽种技巧，成为水草生活大师。



水草四大家族

一般人想到水草，大概只会想到长在水里头的水草。不过这本书里所介绍的水草是广义的水生植物，生长在池塘、沼泽、溪边、水沟等潮湿的地方，只要有水，它们就可以生长。

目前市面上对于水草有许多分类法，在这本书里，是依水草在成熟期的最终状态来分类，把水草分成挺水性、浮水性、沉水性与漂浮性等四大家族。

虽然水草可以用成熟期的最终状态来分成四大家族，但是，水草是适应力非常强的植物，常常会因为环境的改变，而有不同的姿态。举例来说，有些水草原本是挺水性的水草，但是经过人为培养后，它可以沉入水中生长，变成适合水族箱观赏用的植物，所以即使已经处于成熟期，它也可以同时兼具挺水和沉水形态。