

2025年2月17日 星期一 责编 叶红 版式 吕燕 校对 汪智博

公园成都

「花花世界」系列报道

温暖「抱抱树」 疗愈新方法



近日，成都出现了打卡新玩法——街头的抱抱树引发很多市民打卡拍照。高新区吉泰路活力公园内，不止有“抱抱树”，还有景观疗愈空间、温暖的彩绘空间、独特的镜子魔法。在这里，照镜子、抱大树，超治愈。

这是成都市花木技术服务中心在成都市公园城市建设管理局指导下，联合西华大学、西南交通大学、四川大学、四川农业大学等高校园林相关专业学子开展的一场面向青年人的特色植物景观应用探索——情绪急救计划。



独特的镜子魔法让情绪好起来。

照照镜子 与自己的心灵对视

走进活力公园，首先映入眼帘的是几处特别的景观装置——“心灵之镜”。

镜面与色彩丰富的植物融合，虚拟与现实结合，产生视觉张力，激发好奇。镜面艺术装置映照着每个行人的独特光芒与梦想，帮其打破内心束缚。

你可以对着镜子里的自己来个大大的微笑，可能会发现原来自己笑起来这么好看；也可以对镜子里的自己，比个大大的“耶”，告诉自己：“嘿，你很棒，要好好爱自己哦！”



奇趣“抱抱树”。雷远东 摄



活力公园里的“抱抱树”。雷远东 摄



丰富的植物带来疗愈功能。



活力公园内的景观疗愈空间。

拥抱大树 重获美好的感受

在这个色彩斑斓的世界里，吉泰路的熊猫IP彩绘形象与周围的小报春、蓝雪花和多肉等特色植物形成了完美的融合，如梦如幻。憨态可掬的熊猫仿佛在邀请每一位来访的朋友，加入这场情绪急救计划。

“抬头仰望那是心之所向？”“种自己的花爱自己的宇宙”……这些简单却有力的句子，像一把把小钥匙，打开了我们内心被锁住的快乐源泉，将烦恼抛到九霄云外，只留下满心的希望与憧憬。

漫步于这片充满生机的空间时，请不要忽略身边那些静静伫立、仿佛在等待你拥抱的树木。

场地内特别设置了人性化的抱树装置，张开双臂拥抱这些大自然的朋友，你会发现，幸福感、快乐感、平静感和信任感也随之而来。

你可以摸摸大树上毛茸茸的玩偶，社恐人士也可以向大树吐露自己的心声，讲述内心的秘密，去拥抱生活中的美好，调整好情绪再出发。

植物疗愈 特殊的五感体验

在活力公园里，通过视觉、听觉、触觉、嗅觉和味觉上的体验，激发植物带来的疗愈功能。

这里有芙蓉菊、香茶菜、琉璃草等蓝紫色系植物，营造清雅冷静的氛围。有柠檬香蜂草、薄荷、迷迭香等不同芳香植物，舒缓焦虑不安的情绪。有狐尾天门冬、佛甲草、中华景天等不同触感的植物，丰富的触觉感受能够让人增强对生命的感知。

走进“森呼吸”点位，一个被粉黛乱子草、星光芒、花叶蒲苇和紫叶狼尾草环绕的冥想空间向你打开大门。在朦胧的白色世界里，你可以闭上眼，深吸一口气，空气中弥漫着花草的清香，每一次呼吸都仿佛在与大自然进行着一场浪漫的邂逅。

在这里，你可以放下一切压力，沉浸在自然的怀抱中。那些曾经困扰你的烦恼，此刻都化作了风中的尘埃，随风而去。你可以在这里体验到前所未有的宁静与放松，让心灵得到真正的疗愈与滋养。

华西都市报-封面新闻记者 于婷

图片除署名外据成都市花木技术服务中心

◎ 华西都市报副刊“少年派”定位于亲子共读刊物，设有作文版、少儿新闻版、科普读物版、漫画版，每周星期一至星期五，都有精彩好看的内容呈现。

◎ 让有温度的纸质阅读，助力孩子养成良好阅读习惯，提升核心素养。

订阅热线：028-86969110

大家也可以通过微信小程序中国邮政微商城搜索《华西都市报》，即可订阅。

欢迎小朋友向我们投稿！投稿邮箱：shaonianpai@thecover.cn

你投来的每一篇文章，都有机会被大家看到！快来投稿吧！