

北京非物质文化遗产丛书

药香制作技艺

时雅莉 著

中国香文化有着悠久的历史，早在上古时期，古人就将香作为一种重要的治疗、保健手段，相传黄帝的妻子嫫祖曾以焚烧香草为父治病。香，集天地之灵气，草木之精华，经两碗茶、读书、弹琴、作画、对弈，古人用这种清幽的生活方式陶冶情操，以近乎禅意的生活态度调理心性。『人鼻无不乐香，故流黄、郁金香、芝兰、苏合、白芷、江蓠、揭车、秦葱和秋兰，价同琼瑶。』『和香尤也；品香，品自性也。自性立则命安，性命和则慧生，则九衢尘里任逍遥。』2009年，《传统药香制作技艺》入选北京市级非物质文化遗产名录；2014年，《药香制作技艺》入选国家级非物质文化遗产名录。药香是一门精深的手艺，制作技艺的传承更需千锤百炼、反复摸索，一本药香制作的全部知识。不过，我们仍然希望，能够借此打开香文化之门，让读者体会药香的魅力。

北京出版集团公司
北京美术摄影出版社

北京非物质文化遗产丛书

药香制作技艺

时雅莉 著

北京出版集团公司
北京美术摄影出版社

图书在版编目(CIP)数据

药香制作技艺 / 时雅莉著. — 北京 : 北京美术摄影出版社, 2015. 7

(北京非物质文化遗产丛书)

ISBN 978-7-80501-826-3

I. ①药… II. ①时… III. ①香料—生产工艺—北京市 IV. ①TQ65

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第114587号

项目策划: 李清霞

项目执行: 董维东 钱 颖

责任编辑: 董维东

执行编辑: 张立红

装帧设计: 胡白珂

责任印制: 彭军芳

北京非物质文化遗产丛书

药香制作技艺

YAOXIANG ZHIJI

时雅莉 著

出版 北京出版集团公司

北京美术摄影出版社

地址 北京北三环中路6号

邮编 100120

网址 www.bph.com.cn

总发行 北京出版集团公司

发行 京版北美(北京)文化艺术传媒有限公司

经销 新华书店

印刷 北京国彩印刷有限公司

版次 2015年7月第1版第1次印刷

开本 170毫米×230毫米 1/16

印张 11.25

字数 162千字

书号 ISBN 978-7-80501-826-3

定价 66.00元

质量监督电话 010-58572393



中国香文化有着悠久的历史，香自出现伊始就一直伴随着中国医药文化的发展。早在上古时期，古人就把香作为一种重要的治疗、保健手段，相传黄帝的妻子嫫祖就曾经焚烧香草为父亲治病。

1973年，湖南长沙马王堆三号汉墓出土了西汉时期的《五十二病方》，其中就记载了大量使用香药的药香方，同时还出土了由多种香草和香材制作的木枕。唐代孙思邈的《备急千金要方》更是集中记述了药香的作用及用药特点。宋代，上至皇亲国戚，下到平民百姓，普遍用香；药香也更多地用于改善各种疾病、保健养生以及调整心情。明清时期，药香的使用更是作为中医

外治法的一个重要门类，出现焚蕪类、佩戴类、锭剂、散剂、丹药等多种形式，通过吹、塞、涂、灌、探、嗅、熏、闻等方式作用于人体，以治疗疾病；又因为药香治疗某些疾病见效快，又安全，宫廷中药香的使用也非常普遍。

在过去的一段历史时期中，香曾经被简单地划归为宗教用品，甚至被当作一种“迷信”行为而被社会边缘化。后来，随着人们生活水平的提高、社会财富的增加，沉香等名贵香材的价格日益飙升，这又导致很多人把名贵香品当作彰显身份的道具，仅片面追求香品原材料的昂贵，而忽视了香对于人的真正作用。香承载的文化意义和历史内涵被忽视，药香的药用价值以及保养身心的作用得不到有效开发，全社会缺乏一种健康、正确的用香方式，这就让当前的香品面临一个非常尴尬的局面。

2009年，“传统药香制作技艺”入选北京市级非物质文化遗产名录；2014年，“药香制作技艺”入选国家级非物质文化遗产代表性项目名录。这无疑为香文化，特别是药香的复兴提供了重大转机。笔者家族传承的药香手工制作技

艺，源自清代的宫廷制香，在学习近万种宫廷香方的基础上，将切身体会融入其中，逐渐得出了古代制香技术的精髓，恢复、研发了佩戴、美容、饮食、起居等各个领域共上百种药香。随着人们生活水平的提升，对健康的认识 and 标准也日益深入和提高，药香也必然会迎来更好的发展契机和广阔的施展空间。

本书从药香的历史以及文化背景讲起，详细介绍了药香制作的各个环节，其中不乏药香的制香秘诀。此外，还记录了药香的家族传承和制香故事，以及本项目的市级代表性传承人对药香在当今社会意义的思考。药香是一门精深的学问，药香制作技艺的传承更需要千锤百炼、反复摸索，一本书难以囊括关于药香的全部知识。不过，我们仍然希望，此书能够让广大读者对药香有一个基本的认识，能够借此打开中国香文化之门，体会药香的魅力。



前言

第一章 中国香文化及其发展简史	1
第一节 古代香的用途	3
第二节 香文化简史	11
第二章 药香制作技艺	29
第一节 药香的原料——香药	30
第二节 药香的配伍——合香与香方	35
第三节 药香的制作流程	40
第三章 药香的种类及使用方法	71
第一节 焚蕪类药香	72
第二节 鼻息法门及外用药香	75

第三节	香制丹药	78
第四节	佩戴类药香	81
第五节	居室用药香	87
第六节	饮食类药香	89
第七节	美容类香	97
第八节	锭子药	104
第四章	药香精品	111
第一节	药香精品总介	112
第二节	焚蕪类香品	120
第三节	佩戴类香品	124
第四节	美容类香品	126
第五章	药香的传承与发展	131
第一节	药香的传承	132
第二节	药香的发展	147
参考书目		160
后记		164

第一章

中国香文化及其发展简史

第一节 古代香的用途

第二节 香文化简史



▲ 垂烟香

香，集天地之灵气、草木之精华。一炷香、两瓯茶，读书、弹琴、作画、对弈，古人用这种清香雅致的生活方式陶冶情操，以近乎禅意的生活态度调理心性。香之于古人，不仅是熏染环境的奢侈品、祈神祭天的灵符，更是可以直达本性、祛邪扶正的养生佳品。

香在古代的用途主要有以下四个方面：祭祀以及宗教用香，医药养生用香，文人供香，日常生活用香。



▲ 药香氤氲

第一节 古代香的用途

一、祭祀以及宗教用香

通过焚香制造的烟雾、气味产生的氛围，可以对人的心理、性情产生强烈的刺激，所以古往今来的诸多宗教，都极为重视香在宗教仪式中的特殊地位。

远在上古时代，人们就有燃烧木柴以祭祀天地诸神的习俗，认为香烟可通达神明。焚香祭祀的记载最早见于《尚书·舜典》：舜“岁二月，东巡守，至于岱宗，柴。望秩于山川”。^[1]又见《尚书·武成》：“越三日庚戌，柴。望，大告武成。”^[2]这都是古代祭祀用香的源流。后来，这种做法在民间逐步演变为烧香以示敬重的风俗。

东汉末年到魏晋时期，佛教日渐兴盛，道教也不断完善。佛教和道教的仪式中也普遍用香，且对于香的宗教功能有它们自己的解释。这不仅推动了用香风气的发展，也使香品的种类更加丰富，促进了南亚、西亚等地香药的传入，对香文化的发展贡献很大。因佛、道二教都注重香的使用，因此随着宗教理念的深入和信徒的普及，香品的使用也更深入人心。

香在佛教中的地位很高，佛教经书对香有丰富的记载，诸佛圣众也有大量关于香的论述。佛教认为香能与智慧相通，所以把香看作修道的助缘，借香来讲述心法与佛理。上香更是佛事中必备的内容，从日常诵经打坐到盛大的浴佛法会、水陆法会、开光、传戒和放生等，各种佛事活动都要用香，大型活动更要以上香为序幕，上香前后都伴有郑重的仪式。佛陀在世时，弟子们就以香为供养，佛陀本人及其他圣众都认为香是最重要的供养。香对人的身心有很大益处，好香如正气，亲之近之则大为受益。居士、僧人在打坐、诵经等日常功课中用

香，寺院内外也处处熏香，这些都可以营造出良好的修炼环境。佛医学中对沉香、檀香、安息香等香料进行配方后大量使用，用于消毒除菌、防治瘟疫、治疗各种皮肤病等，对我国中医学的发展也颇有贡献。

道教也很强调香的使用，道教经典对用香有着明确的阐述，认为香可辅助修道，有通感、达言、开窍、辟邪和治病等多种功用。东晋葛洪的《抱朴子》是道家的著名典籍，书中有许多关于香的论述：“人鼻无不乐香，故流黄、郁金、芝兰、苏合、玄膳、索胶、江



▲ 香透窗棂

藹、揭车、春蕙和秋兰，价同琼瑶。”^[13]炼制“药金”“药银”时须焚香，“常烧五香，香不绝”。道教中的香期、庙会深入民间，历久不衰，也是促进香文化在民间千年传承的原因之一。道教在发展过程中形成了不少在本教内部以及民间有重大影响的宫观、名山。这些名山、宫观中所供养的神，能够吸引附近乃至千里以外的信众、香客前来进香，尤其是神仙的生日等重大节日，以宫观为中心，以敬奉该宫观的神仙、祖师等为主要内容，形成规模宏大的祭祀、庆祝活动。道教的宫观庙宇几乎遍布神州大地，各地都有自己的庙会，有的地方甚至十分频繁。从民俗学的角度来看，庙会（香会、赛会和过会）集雅俗于一体，是各地城乡民众信仰、文化和物资交流的绝佳机会。香文化也伴随着人们的宗教信仰和庙会的长盛不衰，更加深入地根植于民众的心灵深处。

二、医药养生用香

香作为药用的起源极早。相传，黄帝的妻子嫫祖就是最早使用药香祛病的人。有一次，嫫祖的父亲生病了但拒绝吃药，于是孝顺的嫫祖就将药物引燃，置于房中。她的父亲闻到这种药物的香气后，病情竟然有了明显的好转。

香药的药性在《本草纲目》《神农本草经》等中医经典中都有明确的界定。它们的共同点是具有“祛邪扶正、痛经开窍和疗疾养生”的作用。如《神农本草经疏》中说：“凡邪恶气之中，人必从口鼻入。口鼻为阳明之窍，阳明确，则恶气易入。得芬芳清阳之气，则恶气除而脾胃安矣。”^[14]人们根据这些香药的综合药性，按君、臣、佐、辅（使）组成各种方剂，制成各种剂型、各种外形的香品，达到芳香避秽、调养正气、净化空气和美化环境的效果。

古代有很多以香料合药的记载。比较知名的有流行于北宋的苏合香丸。据沈括的《梦溪笔谈》卷九记载，苏合香丸“……本出禁

去有者
 頭着的防
 果治病效
 果宋雖有
 個非之實長
 用灸法治
 病危重
 病的街醫
 叫真材
 在其重乎
 者扁鵲心
 書且說
 到真氣
 虛則人病
 真氣脫
 則人死
 保命之法
 如艾第一
 又說心
 无病時常
 灸關元
 命門中
 腕。雖未得長
 生。亦可保百餘年壽
 可見灸功立巨。

灸



中醫藥灸療法

文解字中說道。灸，灼也。說文

灸的起源。素問異法方宜論

北方者。天地所閉。地也。

高陵居。風寒冰冽。其民樂野

而乳食。臧寒生滿病。其治宜

灸。亦從北方

香灸的顯著特點是應用廣泛。其效迅速

又持久。它廣泛應用於治療內外虛弱。症候對於急性病。慢性病常見病疑難病均可施治。一炷香。灸。沉痾即起。

▲ 古代方书中记载的香灸方

中，祥符中尝赐近臣”。^[5]此典故说的是宋真宗见太尉王旦体弱多病，于是赐予王旦一壶酒，并令其空腹饮下。王旦喝后，竟然大觉安健。真宗解释说，此为苏合香酒，“极能调五脏，却腹中诸疾。每冒寒风兴，则饮一杯”。言毕命人拿出几盒苏合香丸赏赐予近臣。自此大臣百姓家都效仿制作，苏合香丸因此盛行一时。

佛教传入中国后，佛教医学中关于香药的知识使中药材的种类得到了扩展，增加了沉香、薰陆香（乳香）、鸡舌香、藿香和苏合香等新药材，而且在《本草纲目》等经典医书中增加了芳香开窍类药材。

佛家香药的配方种类十分丰富，用途也极其广泛。人们不仅熏烧香药以除污去秽，预防瘟疫，还有专门的药方对治特殊的病症。使用香药的方法很多，有的是直接熏烧，有的要口服，有的做成香水、香膏涂在身上，有的则是浸泡洗浴时用。

如《大唐西域记》记载：“身涂诸香，所谓旃檀、郁金也。”^[6]印度气候湿热，易生体垢、体味，所以佛家弟子很早就用檀香、郁金制成涂香抹于身上，既能净身去味，又能消炎杀菌，防治皮肤病。

再如经书所记载：“取药劫布罗（龙脑香）和拙具罗（安息香）香，各等分，以井花水一升和煎取一升”，可治疗蛊毒；“取胡麻油，煎青木香，摩拭身上”，可治疗“偏风，耳鼻不通，手脚不随”；以“菖蒲、牛黄、麝香、雄黄、枸杞根、桂皮、香附子、豆蔻、藿香”等作“香浴”，可以避秽化浊，开窍通经。

三、文人供香

焚香、佩香，自古被文人视为雅事，并且把对于香的喜爱升华到了“道”的高度。香文化始终作为中国古典精英文化的代表，与文人骚客形同莫逆。一方面，香调养了文人雅士的心性，构建了自然与人性的和谐，对中国人文精神和哲学思想的形成及发展起到了重要的促进作用；另一方面，文人也推动了熏香的风气，他们积极参与香的

制作与改良，并且把香作为一种精神的象征融入到大量的文学作品之中。可以说，文人与香有着不解之缘，中国文化与香之间也有着千丝万缕的联系。

古代文人的生活离不开香的浸润，行动坐卧无不伴随着香的存在。正如明代文学家屠隆在《考槃余事》中所说：“香之为用，其利最溥。物外高隐，坐语道德，焚之可以清心悦神。四更残月，兴味萧骚，焚之可以畅怀舒啸。晴窗搨帖，挥尘闲吟，篝灯夜读，焚以远辟睡魔，谓古伴月可也。红袖在侧，秘语谈私，执手拥炉，焚以薰心热意。谓古助情可也。坐雨闭窗，午睡初足，就案学书，啜茗味淡，一炉初热，香霏馥馥撩人。更宜醉筵醒客，皓月清宵，冰弦戛指，长啸空楼，苍山极目，未残炉热，香雾隐隐绕帘。又可祛邪避秽，随其所适，无施不可。”^[7]

早在春秋时期，尽管沉香、檀香等木本香料尚未大量传入北方，但文人对于兰蕙椒桂等香草、香木的推崇已经十分普遍，有很多文本记载了文人对香的颂扬。如屈原在《离骚》中所言：“扈江离与辟芷兮，纫秋兰以为佩”“朝饮木兰之坠露兮，夕餐秋菊之落英”“户服艾以盈要兮，谓幽兰其不可佩”“何昔日之芳草兮，今直为此萧艾也”“椒专佞以慢愎兮，桀又欲充夫佩帙”。^[8]据东汉蔡邕在《琴操》中所述，相传孔子在从卫国返回鲁国的途中，于幽谷之中见香兰独茂，不禁喟叹：“兰，当为王者香，今乃独茂，与众草为伍！”^[9]遂停车抚琴，成《漪兰》之曲。

魏晋时期流行熏衣，文人把用香视为风习，把爱香当作美名，唐宋以后风潮更胜。可以说，自唐宋以来，香文化贯穿于吟诗、诵经、书画、琴棋、敬神和待客等诸多方面。读书以香为友，独处以香为伴，穿衣以香为熏，被褥以香为暖；公堂之上以香烘托其庄严；松阁之下则以香示其儒雅；调弦抚琴，清香一炷可佐其心而导其韵；品茗论道、书画会友无不以香为聚。

文人不仅用香，更爱制香。许多文人都是制香高手，如王维、李商隐、徐铉、黄庭坚、苏轼和陆游等。特别是在宋代，由于文士阶层不断壮大，闻香、合香成为当时的文人风尚。苏轼曾作有《子由生日，以檀香观音像及新合印香银篆盘为》，说的就是其搜集梅花上的雪，制成“雪中春信”印香，流传于后世。屠隆就苏轼合香和品香的境界曾有言道：“和香者，和其性也；品香，品自性也。自性立则命安，性命和则慧生，智慧生则九衢尘里任逍遥。”可见文人合香，更是对心性的一种培养和看护。

正是文人对于香的热爱，带动了全社会的用香风气。

四、日常生活用香

香与古人的生活息息相关，甚至古时的王公贵戚、文人墨客行动坐卧处处都有香的身影，比如衣物要熏香，身上要佩香，与长辈和君主、上司说话要含香，车马上要悬挂香，床帐上也要挂香，还有用香制枕头，美容装饰也要用香，日常要喝用香药制作的饮料，茶、酒、烟中也要加入香药，计时也会用到香篆。燃香可以改善空气气味，调节心情，预防疾病，有的香还有助情的作用，所以无论卧室还是厅堂都会用到不同的香。可以说，香已经是古人的生活必需品。

由于香药贵重，在唐朝以前，中原所得香品大多由各处供奉，虽有香品交易，但价格昂贵，普通百姓难以企及，所以香主要作为贵族、士大夫日常整肃仪表、象征身份的用品。汉代流行以香熏衣，并成为一种礼节规范。《汉官仪》载：“尚书郎入直台中，官供新青缣白绫被，或锦被，昼夜更宿，帷帐画，通中枕，卧旃蓐，冬夏随时改易。太官供食，五日一美食，下天子一等。尚书郎伯使一人，女侍史二人，皆选端正者。伯使从至止车门还，女侍史絜被服，执香炉烧熏，从入台中，给使护衣服也。”^[10]魏晋南北朝时期，士族生活奢靡，崇尚用香，无论男女，都有以香傅粉的习惯。到了唐代，商路通