



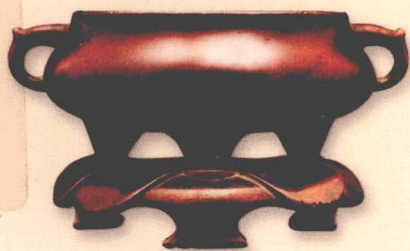
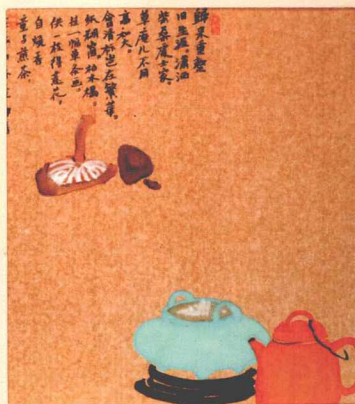
香



生活

INCENSE & LIFE — 潘奕辰

著



中央廣播電視大學出版社



INCENSE & LIFE 香·生活
潘奕展 著



中央广播电视大学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

香·生活 / 潘奕辰著. —北京: 中央广播电视大学出版社, 2013.4

ISBN 978-7-304-06056-5

I . ①香… II . ①潘… III . ①香料—文化—中国—文集 IV . ①TQ65-53

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 079712 号

版权所有, 翻印必究。

香·生活

潘奕辰 著

出版·发行: 中央广播电视大学出版社

电话: 营销中心 010-58840200

总编室 010-68182524

网址: <http://www.crtvup.com.cn>

地址: 北京市海淀区西四环中路45号 邮编: 100039

经销: 新华书店北京发行所

策划编辑: 郑 毅

责任校对: 王 亚

责任编辑: 郑 毅

责任印制: 赵联生

印刷: 北京宏伟双华印刷有限公司

版本: 2013年5月第1版

2013年5月第1次印刷

开本: 169mm × 239mm

印张: 14 字数: 186千字

书号: ISBN 978-7-304-06056-5

定价: 56.00元

(如有缺页或倒装, 本社负责退换)

序

香文化研究家、宣德炉收藏家 刘锡荣

香，在中国古代，用途极为广泛。除了祭祀天地神灵、祭奠祖先长辈之外，更多的则是驱除野兽蚊虫，驱邪去秽。诸如宫殿居室要熏香，被褥衣服要熏香，身体要佩戴香囊。大臣向皇帝奏本之际，也要于舌尖之下含压一九“鸡舌香”，才敢启奏，唯恐满口秽气熏着皇上。皇室、官宦、士人们，大都颇有些讲究，宋代大文豪苏轼平生最喜的《赏心十六事》之第九事，便是“晨兴半炷茗香”。即便条件一般的百姓之家，也要寻找些艾蒿菖蒲等，为生活增添一些乐趣。

香，后来也作为宗教的礼仪与虔诚的承载。在东汉时期，又被本土诞生之道教、印度舶来之佛教等宗教普遍运用，于香云缭绕，梵音袅袅之间，神佛们宝相庄严，接纳着信徒们的顶礼膜拜。

香，在中国古代更是医家必备。在《千金要方》、《本草纲目》、《金匱要略》等诸多医典之中，香料都被广泛用来治病养生。日本、韩国等国家至今盛行的香茶之事，也都是唐宋时从中国传播去的，后来被日本人演绎成为“香道”、“茶道”之形式。由于中国近百年来来的社会变革，传统文化出现了断层，香文化却被相对稳定而简单化的日本保留。这些年经台湾而回归，在本土盛行起来，使得中国古来随性的生活伴侣，变成仪轨与形式。这，实在是国人的悲哀，以至于许多有识之士，都在追寻我们古人香文化的本真。

国人骨子里的传统文化与民族精神，总是在最为适宜的时候起着至关重要的作用。

奕辰先生在追求美好生活之时，发现了香的曼妙，由喜爱到享受，由享受到研究，又升华至于著书立说，实在是大家不曾预料到的。我与奕辰先生虽然同住一个小区，同在一栋楼内，几年来也许见过，也许没见过，也许经常擦肩而过，像所有世人一样，总未晓得对方。一次偶然泊车于楼门前，偶然抬头看见滚动的灯箱，几句颇为醒目的关于香的语汇，引导我去叩响了“木风香堂”之门，一位优雅贵气的女士迎迓入室。于是，结识了这位芳邻。

后来，有幸参加了“木风香堂”的几次香茶雅集，又看了奕辰在国内外媒体的

诸多讲座与访谈，很有些士人的味道，她将中国传统文化与香事，继承、融合得典雅而地道，她的见解，又与我在拙作《荣斋随笔·文博篇》《荣斋随笔·风雅颂篇》两书中之许多议论颇为相通，自然就多了几分理解。

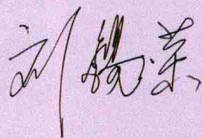
再说香席，既然是席，必定要有些体面的排场。上古时候就有其事，只是不叫这个名，尧帝禅位给舜帝之时，便以绵延数里的烟火，祭祀天地神灵，舜帝又选五色玉器设礼，代表天下五方，以承继帝位，《尚书》称之为“柴燔升烟”。其所用之柴，即是有浓烈香味的松柏蒿草之属，即“柏、萧”等木草植物。后世亦用此等植物加工成香料，用于日常生活。传说汉武帝沿习上古，隆重设置了“香祭”，延请王母娘娘，乞寿万年。此类事情，唐代以前称之为“焚香”，唐宋时节，又有了“闻香”与“香事”的称谓。这恐怕是关于焚香一事较为系统的说法。此外，再没有看到更为科学的名头。至于“香席”一名，应该是宋代以后的称谓了。可见，自古到今，香，始终伴随着我们的生活与修为。

《荣斋书香》

日暮苍山远，云底玉江横。

几声寒鸦过，一夜暗香红。

壬辰年白露，木风香堂雅集，奕辰说在写一本关于香的书，想引用拙作两部《钟鼎茗香》与《栖松居遗珍》的内容，以及书中之宣德炉图片入书云云，并请我为她写篇序，我当即答应。想来也是，她研究香文化，我考证炉文化，二者相互承载，倒是古来也稀有的缘分。我深深晓得写一部书的不易，更何况还是一部考证古代香事、弘扬传统文化的香事专著；一部既解析香料、炉具、香事，又介绍实务操作的专著。拜读之后，颇为动容，便将心绪付此文字。



壬辰年腊月雪后于荣斋

香事

著名作家、《甄嬛传》作者 流潋紫

少年时，未曾闻得香氛，却先读香词。纳兰性德的《清平乐》里说道：“寂寂绣屏香篆灭，暗里朱颜消歇。”又见《红楼梦》里宝鼎香烟，袅袅绕绕，如在眼前。

沉麝不烧金鸭冷，淡云笼月照梨花。皓月清宵，温灯夜读。红袖在侧，秘语谈私。或尘雨闭窗，午睡初足，阁内香雾隐隐绕帘。仿佛旧时光，便是这般隐逸的，朦胧的，伴着金沙沉迷的华堂楼阁，随着香情闺事，渐渐沉静下去。

寻常见到香料最多的时候，竟是寺阁。幼年时随母参谒佛堂，每每闻得寺中檀香寂寂，仰望庄严宝相，佛母慈悲。真是感叹，唯有这般香气，才能配得上精心参禅的境界。也可见大千世界，人们追求的平静与安宁，不可缺这一缕幽香细细，叫人气定神闲。

年纪渐长，也随友研究起香料。诸多香中，最爱一味沉水香。无他，沉水香质坚硬而重，能沉于水或半沉于水。一如定石，能沉水中。总觉得，若是能心若沉水香一般，世事再缭乱，也可以不怕了。

去岁夏日第一次得与潘姐姐几位香友相聚，听她娓娓道来，又亲眼得见素日难得之奇香，其中一味沉水香，更是清芬缭绕，让人抚掌惊叹。那时便听她说平生愿望，便要记下世间种种美好香料，将它们前世今生细细说来。

爱香者，心怀清馨淡然，足可抵御世间种种烦琐无奈。

以此小序，为潘姐姐一番用心，落下香迹一痕。



2013年1月16日



CONTENTS 目录

自序 01

香韵缭绕的前世今生 03

- 引言 05
 - 心归处 香满路 06
 - 与香的邂逅 09
 - 名媛、雅士与香 16
 - 众香国里话红楼 29
 - 千娇百媚话和香 36
 - 《甄嬛传》中神秘的香 42
 - 日本香道与源氏物语 53
 - 探究神秘的沉香产地 69
 - 香与雅艺 73
-

那一炉迷人的香 81

- 引言 83
- 那一炉魂牵梦绕的沉香 84
- 庄严且浪漫的檀香 94
- 最是那清凉无比的龙脑香 99

- 奢华的龙涎香 101
- 麝香真是那么十恶不赦吗 103
- 香炉之祖——博山炉 105
- 价比黄金堪称国宝的宣德炉 108
- 今后十年内最热的收藏品——沉香 126
- 香与养生 132

氤氲漫散间的雅与趣 139

- 引言 141
- 多姿多彩的香 142
- 熏香的舞台——香具 148
- 馨香难辨，雾里看花 157
- 入门级玩法——线香、盘香 161
- 中级玩法——末香 167
- 高级玩法——香材、香丸、香饼 174
- 骨灰级玩法——自制线香、香丸、香饼 180
- 品香观烟 186
- 文人的聚会——雅集 193

潘老师的微博时间 201

- @香者潘奕辰 202

香是一种生活 208

后记 213

自序

1993年，我与陈功一起创立了北京安邦咨询公司，当年公司从三万元起家，经过十九年的艰苦创业和努力奋斗，现在安邦已经发展成为在全国有8家分公司，在东盟、非洲有多家海外研究机构的集团公司。安邦集团目前已有500多名全职员工，是中国首屈一指的从事宏观经济研究及战略研究的独立智库。

事业的成功是令人欣慰的，然而，紧张的工作压力却是巨大的。长期半夜12点以后才睡觉，上午10点以后才起床，十年没有吃早饭，有时工作太忙没赶上饭点，就凑合过去了，很多应酬，暴饮暴食，喝酒，油腻，把一个健康活泼的人折腾得全身多处脏腑都有问题。那时的我只有36岁，然而严重的胆结石、胃溃疡、中度脂肪肝全都困扰着我，使我的身体不堪重负。就在公司做到第十个年头时，借着一个机缘我离开了公司日常行政管理的岗位，很单纯地做起了我的董事职务，这样，我就有很多闲暇的时间旅游、度假、调养身体。

我用了三年的时间把我的身体调养得很健康，中度脂肪肝没有了，胃溃疡没有了，胆结石则由于体积比较大只能手术，但通过多年坚持健康养生，至今没有任何发作迹象，我希望用自然疗法来慢慢削弱它的危害，毕竟那是十年的不良生活习惯造成的后果，不可能那么轻易去除。

从小我就喜欢有香味的东西，因此，我与各种香的结缘也不是偶然的。

我是一个非常普通的都市女性，本书是对我几十年来对香热爱的一个阶段性总结，我把它分享给大家，是希望我的经历也会给大家的生活带来一些改变，让大家知道什么是正确的生活理念。我也曾经有过一些误区，但是，通过这么多年的学习和实践，我改变了很多，变得理智、清醒了很多。

而现在的每一天，我还在不断地学习，不断地找到自己的不足，不仅要向先人学习，还要与今人共同探讨，把这曾经辉煌了几千年的古老文化，正确地传播开来，让后人了解、继承并发扬光大，这也算是在我有生之年做了一些有意义的事情。

香韵缭绕的前世今生

Introduction



引言

人对香气的喜爱犹如蝶之恋花，木之向阳。自从人类诞生以来，人们对香气的喜爱就从来没有变过，古人、今人都爱香，男人、女人都爱香，小孩、老人都爱香。人类的进化史也是香文化的发展史，我们可以通过不同阶层、不同时空的人对香的喜爱和用法，来对他们所处的时代加深了解，有所感悟。

当我们看到古代很多辉煌的文化到今天已经不复存在时，内心是多么的痛苦；当我们看到一些邻国传承着我们祖先的文化时，我们的内心是多么的惭愧。对于香文化的存续，古往今来有那么多有志于此的人在付出心血和汗水，作为一个香文化传播者，尽我所能做一些普及的工作，也是义不容辞的。



心归处 香满路

我是60年代生人，那个年代国家还比较贫穷，没有那么多奢侈品、化妆品可以供女孩子妆扮自己。小时候我最喜欢的就是妈妈每天给我擦脸的雪花膏和只有夏天才能用的花露水。雪花膏的那种香气在每天早上、晚上各来一次，每次抹完，我都要兴奋好久，那香气让我有种幸福感。那时，在我幼小的心里雪花膏的香气代表温暖的家、代表妈妈的爱，这香气一直伴我到高中毕业。

上大学后，社会经济有了很大的发展，中国的改革开放让很多国外的新鲜事物进入了国内。我用到的第一瓶香水，是我的伯父出国回来带给我的。这个晶莹剔透的小瓶子让我当时在同学们面前自豪了很久，她们是那样地羡慕可以浑身香气袭人的我，为了能蹭一点儿香水她们可以用自己本就不多的零用钱给我买零食。为了不让老师发现，我每次都是只抹一点儿在耳后，不贴得很近的人，一般闻不到，而我自己却能闻得很清楚。也是由于这香气，我赢得生命中第一个异性对我的青睐，让我了解了爱情的甜蜜，这个阶段的香气，代表了我的初恋。

学理工科的我毕业后并没有从事我的专业，我在短暂的实习后，就毅然决然地出国了，在国外的经历让我对世界有了更深的了解，对生活品质的追求也由此开始。

在发达国家几乎人人都用香水，喷香水成了他们每天出门前最后要做的一件事，他们会根据自己的心情、着装、出入的场所来选择香型，每款香水都是由多种香料配成的，香水分前调、中调、尾调。前调主要是以花香为主，比较刺激、很香，一两个小时后这种气味就会比较淡了，这时出现的就是中调，主要是以草本的、树脂的香料为主，香气馥郁、复杂，持续时间长，一般在4小时左右，再往后就是耐人寻味的尾调，一般为含蓄、深沉的木香，如沉香、檀香等。这种香气厚重、迷人，最为持久，可以让这款香水的作用时间长达10小时以上，有的甚至一两天内都有这种香气的存在。

香水在西方人的生活中占有很重要的位置，因为，他们的饮食习惯是比较偏好肉食，因此，相对我们东方人来说体味比较重，他们喜欢用这种方式来遮盖体味。然而，由于前调的浓烈刺激，长期使用香水可能会影响到人们嗅觉系统的敏感性。

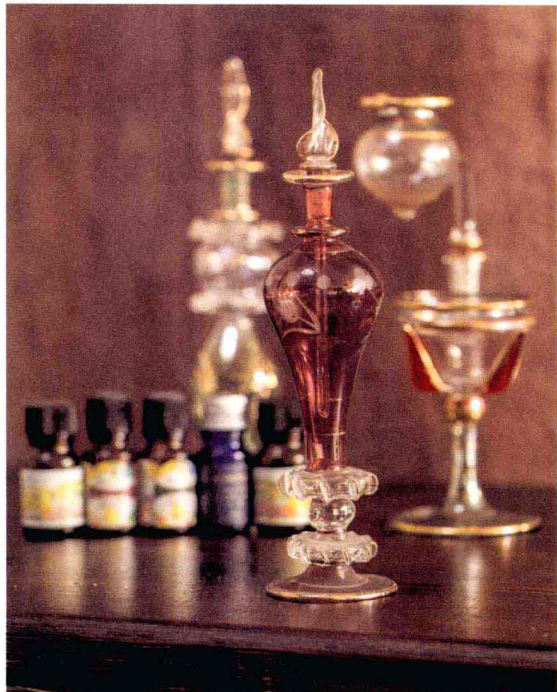
我持续用了5年香水，在一次旅游后，它结束了在我化妆柜里



的历史使命，我把用过的几十个空瓶子都收集了起来，作为纪念，到现在还在我家里展示着。那一次是去埃及，我第一次见到了精油，那是用纯植物提取出来的精华，一个一个不起眼的小瓶子里存放着诸多的梦幻，一滴精油就可以那样的芳香馥郁，那是融合了多少花瓣的精华呀！从此以后，精油进入了我的生活，沐浴要用，按摩要用，平时的皮肤护理也要用，甚至我随身的面巾纸，都要有几张是浸过精油的，那几年，我出国旅游的目的地几乎都是和精油的产地相关的，法国、捷克、印度、希腊、南非、澳大利亚、新西兰等。

精油是需要从植物里萃取、提纯的，纯度越大的精油使用起来越要小心，需要专业的知识去配比，如果使用不得当，可以瞬间使人窒息，因此，没有专业知识的人尽量不要使用单方纯度很高的精油。精油的香气比香水使用后柔和很多，而且，还能起到养生的功效，因此，我对于精油的钟爱持续了8年。这期间，精油的温柔香气代表了一个事业成功女人的生活品质，和来自家庭的爱。

但当我在一个特别偶然的会里，认识了中国传统的香，看到、闻到那些最原始的香料时，我的心怦然而动。我陶醉在那些不起眼的“木头”里，竟然就此把后半生交给了它，我们还是从几年前的一天下午开始说起吧。



与香的邂逅

相传，一个人在一生中若能闻到沉香的香气是上辈子的功德，若能够闻到棋楠的香气那更是需要三辈子修来的福。我应该算是有福之人，一个偶然的机会，我品到了品质上乘的棋楠，也因此改变了我的下半生。

那是2008年夏季一个细雨纷飞的午后，空气中带着青草和泥土的味道，在一位挚友的引领下，我们驱车来到了故宫北门神武门外，景山附近的一个四合院，迎接我们的是位美妇，看样子也就三十出头。

这是一个三进的院落，一进院子是门房和一个供客人休息的房间，走进二进院，是个形制很中立的四合院，院子里有葡萄架，一个青铜的大缸立在中间，里面有荷花、荷叶，还有几条漂亮的鱼儿悠闲地游着，葡萄架下有一张很大的青石桌，桌面上还有些没来得及蒸发的宿雨，石桌四周环绕着6张圆石凳。一棵石榴树和一棵柿子树分立在这院子的左右两侧，树下栽着些我叫不上名字的花花草草，使整个院落既宁静又生机盎然。我们跟随那位美妇顺着回廊一直走到堂屋里落座，美妇吩咐人倒茶的当儿，我环顾了一下屋内的摆饰。这间屋子属于一个很有品位的主人，屋里的家具很是考究，从用料到做工无一不显示出它的年代之久远，以及曾拥有、使用过它的人地位的尊贵与显赫，与家具搭配的软装饰也很得体，墙上的几幅画和花瓶里的中式插花，简约，明快，有禅意。

茶水端上来，一位中年男子从后院走出来，朋友介绍说这就是