



# 香氣時光

專業調香師的  
天然  
×  
經典配方

適用香水・香膏・手工皂・蠟燭



Aroma 著

調製幸福感的香氣 嗅聞的感知能力。

【戀香】俯拾即是香氣印象帶領你我嗅聞記憶…

【練香】38支常用精油介紹、金字塔調香法、空間香氣學…

【斂香】從60年代席捲法國的東方鴉片香水到現代名牌的香氣調製配方…

在家就能調出頂級品牌香氣！

F.I.R./飛 (Faye)

IFF 香精管理部門經理/王惠寧

原流學堂/原文嘉

專文推薦

隨書附贈調香課程抵用卷



# 香氣時光

專業調香師的

天然

×

經典配方

適用香水 · 香膏 · 手工皂 · 蠟燭

【手感設計風】2AF109

# 香氛，時光：專業調香師的天然 × 經典配方

(適用香水、香膏、手工皂、蠟燭)

作者 Aroma  
內頁插畫 陳漢娜  
責任編輯 鄭悅君  
美術編輯 江麗姿  
版面構成 江麗姿  
封面設計 種籽設計

行銷副理 羅凱頤  
總編輯 姚蜀芸  
社長 吳濱伶  
發行人 何飛鵬

出版 電腦人文化／創意市集  
發行 城邦文化事業股份有限公司  
歡迎光臨城邦讀書花園  
網址：www.cite.com.tw

香港發行所 城邦（香港）出版集團有限公司  
香港灣仔駱克道 193 號東超商業中心 1 樓  
電話：(852) 25086231  
傳真：(852) 25789337  
E-mail：hkcite@biznetvigator.com

馬新發行所 城邦（馬新）出版集團  
Cite (M) Sdn Bhd  
41, Jalan Radin Anum, Bandar Baru Sri  
Petaling, 57000 Kuala Lumpur, Malaysia.  
電話：(603) 90578822  
傳真：(603) 90576622  
E-mail：cite@cite.com.my

展售門市 台北市民生東路二段 141 號 1 樓  
製版印刷 凱林彩印股份有限公司  
初版一刷 2013(民 102)年 5 月  
I S B N 978-986-6009-67-9  
定價 320 元

## 版權聲明

本著作未經公司同意，不得以任何方式重製、轉載、散佈、變更全部或部分內容。

## 商標聲明

本書中所提及國內外公司之產品、商標名稱、網站畫面與圖片，其權利屬各該公司或作者所有，本書僅作介紹教學之用，絕無侵權意圖，特此聲明。

## 國家圖書館出版品預行編目資料

香氛，時光：專業調香師的天然 × 經典配方（適用香水、香膏、手工皂、蠟燭） / Aroma 著。  
-- 初版。-- 臺北市：創意市集出版；城邦文化發行，民 102.5  
面；公分  
ISBN 978-986-6009-67-9(平裝)  
1. 香料  
466.6 102007028

特別感謝娜娜媽提供本書手工皂與蠟燭的步驟製作教學。

關於娜娜媽：熱愛手作的雙子座，無時無刻都在手作裡打轉，喜歡母乳皂、手工皂、花草、雜貨。

在時光的阡陌裡，誰也無法留下些什麼，  
只有那香氣，是一縷線索，將我們帶回記憶裡的某處。



# 香氣時光

專業調香師的  
天然

×

經典配方

適用香水 · 香膏 · 手工皂 · 蠟燭

### 今天，我們不談「療癒」

---

原文嘉  
原流學堂負責人

身為芳療師，最常被問到的問題（不論是陌生人、初次見面或老朋友），就是「針對某某問題，用什麼精油有效？」

每當我和個案進行諮詢時，大部分的個案都會出現一個動作：拿起一瓶精油（或是我給他），打開，聞一聞（此時出現各類表情、肢體和語言的反應），然後就問「這個有什麼功效？」。在課堂上教學時，學生總是好奇哪種精油能做什麼事、這個配方有什麼療效。特別是一講到情緒心靈層面的「療癒」特性，包準所有瞌睡蟲通通跑光，振筆疾書記下每個細節，彷彿那些都是真理。

其實，這些是許多人接觸芳療的態度與初衷，沒有對或錯。只是這令我不禁開始思考，究竟芳療人常掛在嘴邊的「療癒」是什麼？

關於這一點，或許我一時之間沒辦法找到絕對的真理，但是多年以來，當我面對那些渴望尋求用油解答的人們時，實在很想淡定地問：「你有時間嗎？坐下來聞聞香氣吧！」有幾次真的這麼問了，對方總是一臉疑惑與不解地看著我，或許覺得我的邀請很突然，不知該如何回應。而我有時候也不忍折磨對方的焦急，還是直接給了建議。

可是給了建議之後，身為芳療師的我發現並沒有那種「剛才幫了某個人解決問題」的喜悅浮上心頭，反而感到有些失落。幾經思索，才發現原來我們都急於向外尋求解套的方法。我們對於「問題」的處理方法，幾乎都是把從學校教育系統裡所學到的直接套用，於是「問題」就一定要找「解答」，身心「失衡」就要找「療癒」方法。芳香治療的解決之道似乎與精油配方劃上等號，而「療癒」這一詞，似乎已經成為市場上廣泛宣揚的顯學，甚至有點被濫用消費了。

如此「結果論」的尋求療癒過程，不僅累人，有時候方向還完全不對，挺令人沮喪的。如果說「療癒」一詞涵蓋到身、心、靈三方面的整體性，芳療師對於精油的認識也當符合同樣的邏輯，不光是著重在精油的療效、化學結構及配方組合，而是要更深地進入每一種精油的個性裡面，最終回歸到氣味的本質。當然，還有拾回你真正的一嗅聞氣味的能力。



我們的嗅覺是所有感官裡開發程度最低、最不受重視的一項，特別在這個知識爆炸的時代，聲音、影像和美食的訊息強烈放送，以壓倒性的勝利蓋過我們對氣味的敏銳度。還有環境中的人工化學成分，幾乎無孔不入地存在於每個人家中的洗劑、保養品、香水，甚至食品裡。當我們把自己的嗅覺交付在這樣的環境裡，久而久之，我們便失去了辨識大馬士革玫瑰與摩洛哥玫瑰之間差異的嗅覺天分，也越來越不懂得欣賞真正玫瑰精油裡那一抹「臭灰搭」的特別。（不過這對某些追求「療癒」的人來說可能並不是那麼重要，只要有配方讓他們去使用就滿足了。）

香氣的世界之所以有趣，就在於在那裡幾乎是沒有絕對答案的。每一種氣味都有它的性格與色彩，值得我們花夠久的時間去細細解讀其中的層次。有時候在學堂工作告一段落之時，如果不趕著回家，我會閉上眼睛，感覺自己的心在當下嚮往怎樣的氣息，然後拿出一只空瓶，開始玩起調香來。我沒有設定任何「療癒目標」，甚至沒有運用任何「技巧」或是「法則」，就是單純地與這些香氣相處，讓我的鼻子帶領我的意識和想像，走一趟奇幻的芬芳之旅。而這短暫的十來分鐘，我可能已經去過了摩洛哥的古城，看見夕陽將古城牆與天際染成一片炙

熱的火紅，聽見清真寺鐘塔上清亮繚繞的吟唱聲，走過市集間各式香料與雜貨的鋪子，最後坐在圍滿苦橙樹的園子裡啜著沁涼入喉的薄荷茶……光是這樣，對於一個身兼數職的創業婦女和三個小孩的媽來說，算是某種療癒的獲得了吧！

有些時候，我真的想在芳療師的課堂上談到單方精油檔案時，請所有學生都把講義和筆記全部收起來，然後告訴大家：「各位同學，今天我們談精油，但是我們不談療效，只談香氣。」我相信那堂課對許多學生來說不太容易，但是每一支精油的香氣輪廓與特色絕對會深深烙印在他們心裡。所以對於芳療，我相信不論再怎麼資深的經歷、再怎麼精準的處方，一切最終都必須回到香氣、嗅覺，和自己。

所以，當你翻開 Aroma 的這本書時，請記得，今天我們不談「療癒」，只是單純地回到自己，面對上帝為你我量身打造的身體和與生俱來的本能。先別急著向外尋找答案，花點時間從生活中，你我存在的每個角落裡，去看、去聽、去觸摸、去品嚐、去嗅聞，因為生命中的美好，就在那些我們經常忽略的細節裡。然後，你的本能便會被開啓，感覺到那些精微的存在。而療癒，或許就在那個當下發生。

### 追尋記憶之味

王惠寧

IFF(International Flavors and Fragrances)  
Fragrance Development Manager

還記得高中課堂上，陽光從窗子裡灑下來，那同桌的你肩上的夏日芳香？或者春天雨後，濕漉漉的泥土上，草和樹葉混合的清香？又或者，轉角處迎面而來，那陌生人長髮裡暗藏的一縷幽香？還是那久別不見的朋友，茶室裡一杯烏龍的栗子香氣？

那最深摯，最溫暖，最動人的記憶，常常是來自我們最不常注意到的嗅覺。隱隱在內心深處，我們將生命裡體驗過的氣味安好收藏，偶爾再次邂逅，能記起的或許不是氣味本身的曼妙身影，卻是收藏起來的情感和心情。

正是如此，調香才是令人心動的神秘領域，是安息香點燃你寧靜的禱祝，還是小蒼蘭釋放你與自然的融合；是古龍水讓你回憶夏日水上假期，或者梔子香氣引你回去那怦然心動之夜？對香氣的追尋，有一種靜水深流的禪意。那慎重的混合，以及之前細心的考量，以及再之前對各種原料的一一探尋，各有美妙。

對氣味懷抱敬仰之心，自然對調香心嚮往之。在法國的香水小鎮格拉斯，市中心的博物館種著柑橘樹，街邊的小店噴灑香水到路上。八月的茉莉花節，白色花朵遍布。喜歡香水的人，

是應該去看一看的。然而那對味道的追尋，是一種自己的美妙，並不需要華麗的包裝和喧鬧，一個人就可以建立一個香氣的王國。

Aroma 的書，是通向這氣味王國的小路。她將一個調香之路先行者的經驗，毫無保留的交付到你面前。

那是調香師最珍貴的財富：不僅僅是對原料的瞭解和描述，更是對各種原料相互作用的分析和試驗。很多時候看上去簡單的幾句話，卻是經過了無數人的經驗累積。這樣的文字，初看到的時候是驚訝的，畢竟調香一直披著神秘的外紗。如此慷慨的分享絕對是令人難以想像的。

身處工業化的香水世界，看商業調香師如何科學精確的計算原料比例，運用公式創建香味模組，加減乘除，有時不免幻滅。或許我們能夠為 Dior、YSL、Givenchy 調配他們需要的香味，但是那與自己的記憶與情感，又有多少關聯？

那一千朵保加利亞玫瑰的精魂，你如今可以自己將他們放入瓶中。向左睡蓮是他的清爽，向右茉莉是她的嫵媚，你可盡自己的雙手細細勾勒。

最複雜也最簡單的，人的心和記憶，也許只有自己能追尋。

如若能將這記憶通過香氣和別人分享，那你也便是最好的調香師了。

# 推薦序

## 香味之於…

---

飛 (Faye)

F.I.R. 飛兒樂團

你們覺得今天的天空是什麼味道？

香味之於音樂

香味之於記憶

香味之於想像

在閱讀間

在自我探索之間

在一本 香味之書裡



## 調香師：調製幸福感的香氛

很多人問我，調香師的工作在做什麼啊？

以前我會說是「日用妝品調香」，當我解釋完洗髮精、沐浴乳、浴廁芬芳等等調香之後，這職業的夢幻光暈差不多也就消失殆盡了，而「香水調香」又過於狹隘，不足說明。如果我回答「療癒人心」，那大概會被以為是芳香療法師。

最後，我選擇告訴他們跟調香師賣棉花糖的小販差不多，當然這答案也讓許多人吃驚不已，伴隨許多疑惑。我們都曾有過真心喜愛這甜膩食物的歲月，那是出自最初的天性。街邊小販飛快轉動的棉花糖機，蔗糖粗粒轉瞬融化，散出焦糖的氣味，絲絲層層包裹著甜蜜，一球球五顏六色、蓬蓬的、飄散著幸福感的暖香。

還記得第一次咬下一口棉花糖，失望之情油然而生。那蓬鬆的巨大期待只化為些微的糖霜，一嚥口水，彷彿剛剛絲絲雲朵般的棉花糖只是美夢一場。這樣的甜蜜雖然很短暫，但我們在長大的過程中，卻依然願意努力去尋找生命中的棉花糖。

稜角鮮明的我們，就是那一顆顆的砂糖，等待著一件事或是一個人的觸動，讓我們願意改變自身的形狀，在這融化的過程中，也許是痛得淌下炙熱的淚水，但更多的是讓我們開心到飛上天，輕飄飄的幸福。歲月的阡陌中，儘管我們努力的拿著、保護著，手裡的棉花糖，它終究是會萎縮變形，流下黏膩的糖汁。

在憧憬與失落循環中，身處現實生活的我們，並沒有以晶片保存記憶的方式，也無法將甜蜜浪漫的夢想放在保鮮盒裡，所以調香師的工作並不努力研發保存棉花糖的方式，我們製造棉花糖的氣味，讓味道帶你追尋幸福與美好。打開一罐罐的原料，氣味在空氣中隨風飄動，吹過回憶的長廊，吹動晾著衣服的竹竿，陽光的氣味、情人的襯衫，一點一滴的計量，只待你將那琥珀般的液體開啟，重現往日的幸福回憶。

# 目 錄

推薦序：今天，我們不談「療癒」

推薦序：追尋記憶之味

推薦序：香味之於…

前言：調香師：調製幸福感的香氛

## Chapter 01

### 戀 香

021 | 古代生活中的香氣

021 | 以香傳情

023 | 食衣住行、美容用香

029 | 現代生活中的香氣

030 | 俯拾即是的是的香氛印象

038 | 新品牌戰略：空間香氛學

039 | 香氛潮流

040 | 無香、天然、合成



## Chapter 02

### 練 香



#### 046 | 練香元素

046 | 給初學者的 28 支原料

060 | 進階調香原料

#### 061 | 聞香說味

061 | 記憶抽象的氣味

069 | 氣味強度練習

071 | 聞香練習曲

072 | 舒緩嗅覺

#### 073 | 樂理調香

073 | 香氣的揮發度與音階

075 | 音階與金字塔結構

078 | 從音符到和弦：香調

## Chapter 03

### 斂 香



093 | 香水調香 VS. 生活裡的調香

#### 096 | 香水

096 | 傾聽西方香水的時代之音

099 | 東方文化裡的香氣：茶

102 | 臨摹香水



- 103 | 香水調製步驟
- 105 | 香水濃度 EDP 或 EDT ?
- 106 | 香氛配方：嬌蘭風格：姬琪香水
- 108 | 香氛配方：東方元素與香水：鴉片 Opium
- 110 | 香氛配方：Chypre de Coty 1917 by Coty
- 112 | 香氛配方：風華絕代：香奈兒

## 114 | 香膏

- 114 | 舊約中的聖香
- 115 | 香膏調香
- 115 | 香膏調製步驟
- 117 | 香氛配方：森之茉莉
- 118 | 香氛配方：異國風情
- 119 | 香氛配方：冥想
- 120 | 香氛配方：柚花飄香

## 121 | 手工皂

- 121 | 肥皂源起
- 122 | 香氛與肥皂
- 123 | 手工皂調香
- 126 | 香皂調製步驟
- 128 | 香氛配方：古典玫瑰
- 129 | 香氛配方：中性馥奇香調
- 130 | 香氛配方：靜沐純香
- 131 | 香氛配方：森林浴