

中
华
生
活
经
典

香奁润色



【明】胡文焕 编撰

朱毓梅 杨海燕 曲毅 编著



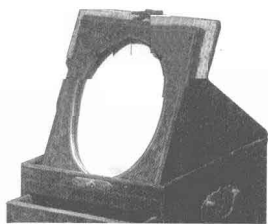
中华书局

中华生活经典

香奁润色

【明】胡文焕 编撰

朱毓梅 杨海燕 曲毅 编著



中华书局

图书在版编目(CIP)数据

香奁润色/(明)胡文焕编撰;朱毓梅,杨海燕,曲毅编著. - 北京:中华书局,2012.7

(中华生活经典)

ISBN 978-7-101-08683-6

I. 香… II. ①胡…②朱…③杨…④曲… III. 女性-养生(中医)-中国-古代 IV. R212

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2012)第 089990 号

-
- | | |
|-------|---|
| 书 名 | 香奁润色 |
| 编 撰 者 | [明]胡文焕 |
| 编 著 者 | 朱毓梅 杨海燕 曲 毅 |
| 丛 书 名 | 中华生活经典 |
| 责任编辑 | 宋凤娣 |
| 出版发行 | 中华书局 |
| | (北京市丰台区太平桥西里 38 号 100073) |
| | http://www.zhbc.com.cn |
| | E-mail:zhbc@zhbc.com.cn |
| 印 刷 | 北京瑞古冠中印刷厂 |
| 版 次 | 2012 年 7 月北京第 1 版 |
| | 2012 年 7 月北京第 1 次印刷 |
| 规 格 | 开本/710×1000 毫米 1/16 |
| | 印张 18¼ 字数 120 千字 |
| 印 数 | 1-8000 册 |
| 国际书号 | ISBN 978-7-101-08683-6 |
| 定 价 | 36.00 元 |
-

前言

《香奁润色》收于明代胡文焕整理的《寿养丛书》中，这是专为妇女美饰而写的一本方书，可称美容专辑。本书辑录了大量美容方，美发、白面、玉容、驻颜、白牙、润唇、美手、香身等各种美饰用化妆品方应有尽有，反映出明代对美容的需求及医学家对美容的重视。只是该书至今还没有单行本，当代年轻人很少有人知道此书，更不了解其实早在17世纪初我国就有了专为女性编辑的生活知识用书。

作者及成书年代

胡文焕，字德甫，号抱琴居士、全庵、洞玄子、西湖醉渔等，钱塘（今属浙江杭州）人。生卒年不详，大约明神宗万历中前后在世。深通音律，善鼓琴，以刻书为事。于万历、天启年间构文会堂藏书，设肆流通古籍。所刻《格致丛书》数百余种，中多秘册珍函，有功于文化不浅。文焕工作曲，著有《奇货记》、《犀佩记》、《三晋记》、《余庆记》等传奇，但郑振铎《中国文学史》今并不载。又编《群音类选》二十六卷，为明代最大的一部戏曲选，其中多为今人未知、未见的剧本。其他著作，有《古器具名》、《文会堂琴谱》、《诗学汇选》等。

历史价值

《香奁润色》一书收集了历代医典、生活用书中的成果，“聊为香奁之一助”。因为

“美人之修其仪容”、“譬如花之得滋，玉之就琢”，故而以美发、美容方子为主，同时兼及妇科病的自治，也包括洗涤、贮藏各种衣物等料理生活所需的常识。

我国早在《黄帝内经》中就有多处涉及美容的内容，把这些内容综合起来，便能窥视到中医美容整体观的雏形。东晋葛洪《肘后备急方》记载了迄今为止发现的最早的美容专篇，篇中集中了治粉刺、酒渣鼻、黧黑斑、体气的方药，并载有保健妆饰方等。唐代孙思邈在《千金翼方》“妇人面药”一节中说道：“面脂手膏，衣香藻豆，仕人贵胜，皆是所要。然今之医门极为秘惜，不许子弟泻漏一法，至于父子之间亦不传示。然圣人立法，欲使家家悉解，人人自知。岂使愚于天下，令至道不行？拥蔽圣人之意，甚可怪也。”这段议论揭示了一个重要的历史事实：在汉唐时代，关于美容护肤用品（面脂、手膏）、卫生清洁用品（衣香、澡豆）的技术，作为医药知识的一部分，由医界人士加以垄断性的掌握，只在“医门”内部以师徒、父子的形式互相传授。不过，按孙思邈的说法，他坚决反对这种垄断，故而把所掌握的配方全部列在医典中，为天下人提供方便。为满足民众的需要，使美容方能“家家悉解，人人自知”，孙思邈专辟了“面药”和“妇人面药”二篇，集中刊载、公布了他广泛收集而来的美容秘方，共计有一百三十首，在其他篇章中还夹杂有各种美容保健及治疗的内服、外用方二百余首。孙氏将美容秘方公布于世，并在药物、方剂、食膳、气功、养生诸方面全面地论及了美容，且身体力行养生长寿之道，以自己的实践提供了养生、长寿、驻颜的实例，堪称中医美容史上的一代巨匠。

到了宋代，《太平圣惠方》、《圣济总录》、《经史证类备急本草》等方书均记载了大量美容方，而且增加了病因、病机的论述，较之唐代以前方书的有方无论，又是一大进步。到了南宋陈元靓所编撰的《事林广记》这样印刷出版的生活百科知识书出现时，美容护肤经验很自然地成为其中必列的项目。由此，美容用品的配制变成了一种大众知识，“医门极为秘惜”的现象不复存在。

古代医籍中有很多不容易引人注意，但又可能确有实效的配方，有待我们用新的眼光去审视。《香奁润色》虽然汇集了前代的经验，但还远远不够，它未能将历代医典、生活用书中的美容知识悉数囊括。

处理方式

《香奁润色》一书分头发部、面部、癍痣部、唇齿部、乳部、身体部、手足部、阴部、经血部、怪异部、洗练部、藏贮部共十二部进行论述。

文中所载美容方剂从内容上看，大致可分为两类：一是以治疗为宗旨，对有关影响美容的疾病进行治疗，以达到美容的目的。如：对鬓秃、脱发、病后眉毛不生、面癍、黑黥、黑粉痣、酒渣鼻、面上紫、白癜风等等的治疗。二是从预防保健出发，不针对具体疾病，用药物以求得美容效果。如：黑发光泽、面上生光、面如玉、好颜色、白齿等等，其中外用方居多。从整体来看，全书体现了以外用为主，注重配伍的用药特点。

文中的美容方剂从药物使用上来看，具有以下特点：一是以“香”字命名的药物使用频率较高。如：檀香、丁香、苓香草、零陵香、藿香、茅香、香附、茴香、麝香、沉香等等。这是因为气味芳香的药物性善走窜，能通经络，走肌肉，行气血。此类药物一般都含有挥发油、酮、酚、醛、醇类物质，能促进血液循环和腺体分泌，加速药物吸收。另外，此类药物气味芳香，使用后能散发出怡人的香气，不仅让使用者神清气爽，心情愉悦，还能给周围环境带来美化作用。二是以“白”字命名的药物使用频率较高。如：白芷、桑白皮、白及、白丁香、白僵蚕、白附子、白牵牛、白蒺藜、白茯苓、白术、白藜、白檀香、白米粉子、白梅、白矾、鹰屎白等等。中医理论认为，白色属肺，肺在体合皮，其华在毛。肺的功能健全，肺气宣发，一方面宣散卫气于皮毛，发挥卫气的温分肉、充皮肤、肥腠理、司开阖，防御外邪侵袭；另一方面，将脾所转输的津液和水谷精微布散周身，外达于皮毛。若肺精亏，肺气虚，可因皮毛失于濡润而枯槁无光泽。

《香奁润色》一书在美容方剂组方、用药上，体现出鲜明的特色。首先是极为重视美容与脾胃的关系。中医理论认为脾胃为后天之本，气血生化之源，脾胃健运，气血生化有源并充养肌肤，则肌肤红润光泽，从而通过健运脾胃达到美容的目的。其次，重视美容与肺的关系。肺主气属卫，在体合皮，其华在毛。肺气充盈，输精于皮毛，将津液、水谷精

微布散于全身皮毛、肌肤以滋养之，使之红润光泽。第三，重视美容与肝的关系。肝主疏泄，调畅情志。人之一身气机调畅，气血和调则百病无生，容光焕发。总之，胡氏在美容方剂组方、用药上，总以气血为重。

《香奁润色》一书至今没有单行本，仅收刻于胡文焕整理的《寿养丛书》中。该丛书于1592年编纂完成后，虽曾刻印面世，但流传至今所存已少。综合相关资料，我们认为清人根据《寿养丛书》明万历年间虎林胡氏文会堂初刻本精抄之全本，是最为珍贵的版本之一。本书即以明万历年间虎林胡氏文会堂初刻精抄本为底本，以明万历年间虎林文会堂初刻本为校本（因现存该本仅包括医书十六种，不能作为底本）。文中对每味中药均加以注释，对一些生僻的字词和古代文化常识也在注释中进行解释。因现在中药材基本由药房购买，无需个人采集、炮制，加之全书对主要中药材已配相应图片，因此对中药材的解释侧重其性味、功能，而不赘述其形态等知识。为避免读者前后翻检之劳，在每一部开始部分都详注每一味药材。即使在同一部中，相互参见的药材，也在注释中先大致说明一下这味药材的情况，然后再提示参见前面的方剂，以便于读者阅读。翻译采取直译与意译相结合的原则，以准确传达原文内容并便于读者理解为宗旨。针对不同的疾病、方药，进行了点评，或指出其治病原理，或对其使用禁忌进行适当提示，或指出其中涉及巫术的部分，以提请读者注意。对书中一些比较怪诞的方剂进行了删落处理。要特别提出的是：《香奁润色》所涉及的大量方剂主要是体现了作者的治疗和预防疾病的思路，而中医最为重视辨证施治，因此读者千万不可以情况类似而盲目照搬，一定要咨询专业医师针对个体情况进行相应调整。我们希望读者通过我们的工作了解古人在美容、美发等方面的知识，并对读者的现实生活有所助益。但是由于本书至今还没有人进行系统整理和研究，加之我们自身能力所限，疏漏之处还请方家指教。

编著者

2012年3月

目 录

前言	1
----	---

头发部附眉	1
-------	---

女人鬓不乱如镜生光方	3
梳头发不落方	4
生发方又名生秃乌云油方	5
常用长发药	8
又法	8
治女人发少方	9
又验方	10
治女人发短方	11
治女人鬓秃再生绿云方	12
止发落方	13
脱发方	13
又方	14
治妇人蒜发方	15
除头上白屑方	16

洗发香润方	18
洗头方散	19
洗头方	21
干洗头去垢方	22
醒头方	23
醒头香	24
桂花香油	25
茉莉香油人名罗衾夜夜香	27
百合香油	27
搽头竹油方	29
黑发麝香油方	29
生香长发油	32
金主绿云油方	34
倒梳油方	36
掠头油水方	38
浸油治头风并脱发	40
治女人病后眉毛不生方	41
 面部	 43
杨妃令面上生光方	45
又方令面手如玉	46
太真红玉膏	47
赵婕妤秘丹令颜色如芙蓉	48

金国宫中洗面八白散方	49
洗面妙方	51
洗面方	52
涂面药方	54
敷面桃花末	55
七香嫩容散	56
玉容方	57
容颜不老方	60
好颜色	61
又方	62
益容颜	62
解面黑	63
梨花白面香粉方	63
桃花娇面香粉方	65
秘传和粉方	66
常用和粉方	67
麝香和粉方	68
鸡子粉方	68
唐宫迎蝶粉方	69
 癍痣部	 71
 洗面去癍痕方	 73
去诸斑方	75

美人面上雀子斑方	77
治面上黑斑点方	78
治美人面上黑黥如雀卵色方	79
治面黥方	80
又方	80
又方	80
治美人面上黑痣方	81
去粉痣	82
治美人面上粉刺方	83
治粉刺黑斑方	84
治面上酒渣粉刺方	85
治妇人酒渣鼻及鼻上有黑粉痣	86
去靨涂面方	87
取靨五灰膏	88
夜容膏治靨风刺面垢	88
青楼美人时疮后面上有靨痕方	90
美人面上忽生白驳神方白驳似癣非癣，皮渐 生白，无药可治。	91
治美人面上皱路方	92
又妙方	93
 唇齿部	 95
 治冬月唇面皱裂方	 97

治冬月唇干折出血·····	97
常用白牙散·····	98
治女人齿黑重白方·····	99

乳部····· 101

妇人无乳·····	103
女人乳无汁方·····	104
女人乳肿神方·····	105
又方·····	106
治乳毒·····	106
治乳痈·····	107
又方·····	109
又方·····	110
又方·····	111
又方不拘内吹，外吹，但囊烂不尽者治。·····	111
又方·····	112
妇人奶岩久不愈者·····	113

身体部····· 115

汉宫香身白玉散·····	117
涤垢散·····	117
透肌香身五香丸·····	122

利汗红粉方	124
搥汗香	125
洗澡方	126
洗浴去面上身上浮风方	128
治女人狐臭方	128
治狐臭方	129
又方	129
治女人下部湿癬神方	130
治白癬风方	131
女人面上及身上紫癬风方	131
治针入皮肤方	132
衣香方	133
又方	135
又方	136
梅花衣香	137
薰衣香	138
又方	139
熏衣笑兰香	141
熏衣除虱	142
洗衣香	143
敷衣香粉	143

手足部..... 145

寒月迎风令手不冷方..... 147

女人冬月手指冻裂方..... 147

又方..... 148

又方..... 148

天下第一洗手药..... 149

香肥皂方..... 150

女子初束脚苦痛难忍方..... 151

女儿撈脚软足方又名西施软骨方..... 152

宫内缩莲步法..... 153

玉莲飞步散..... 154

金莲稳步膏..... 155

又方..... 156

金莲生香散..... 157

鸡眼..... 157

女人脚上鸡眼肉刺痛方..... 158

治石癭肉刺方..... 158

治鬃甲方..... 159

又方..... 159

远行令足不茧疼方..... 160

治足冻疮..... 161

治足冻疮方..... 162

阴部·····163

女子初嫁阴中痛方·····165

又方·····165

女人交接苦痛出血方·····166

又洗方·····167

女人交接阳道壮大及他物伤犯血出淋漓

不止方·····168

女人阴中肿痛或生疮方·····168

又阴中肿痛妙方·····170

又方·····171

女人玉门肿痛洗方·····171

阴肿燥痒·····172

女人阴痒方·····173

又阴痒神方·····174

女人阴痒不可忍方·····175

女人阴中有虫痒不可忍·····175

又阴中如虫行方·····176

女人阴蚀方·····177

又阴被虫蚀渐上至小腹内痒方·····178

女人阴门忽生鸡冠肉或瘰方·····179

洗阴户痞疮方·····179

女人阴中冰冷方气血虚也·····181

洗宽方·····182

女人过忍小便致胞转方此病有致死者	182
又方	183
又方	184
睡中遗尿	184
省溺此女人出外之良方	185
女人阴毛生虱方即八脚子也	185
又方	185
治阴毛中生异虱	186
经血部	187
治女人经次不行	189
治女人经次不调	189
治血淋	190
血崩	193
女人血崩不止方此名一笑散	193
赤白带下	194
妇人白带	195
又方	195
胎部	197
女人无子秘方	199
女人妊娠小便不禁方	199

治有孕咳嗽·····	200
胎动·····	200
治触动胎气腹痛下血·····	201
治胎漏·····	202
治死胎产母寒战便是·····	203
治下死胎·····	204
又方·····	205
治横逆手足先出或子死腹中·····	205
横生倒养·····	206
治逆生须臾不救母子俱亡·····	208
催生丹·····	209
兔脑催生丹·····	209
胞衣不下·····	210
又方·····	212
女人产后玉门不闭方·····	213
又方·····	213
女人产后肠脱不收方·····	214
治产后子肠出不能救者·····	215
女人产后小便不禁方·····	215
女人产后遍身如粟粒热如火方·····	216
女人产后血晕筑心眼同风缩欲死方·····	216
治产后血晕，心闷气绝，腹内恶血不尽 绞痛·····	217