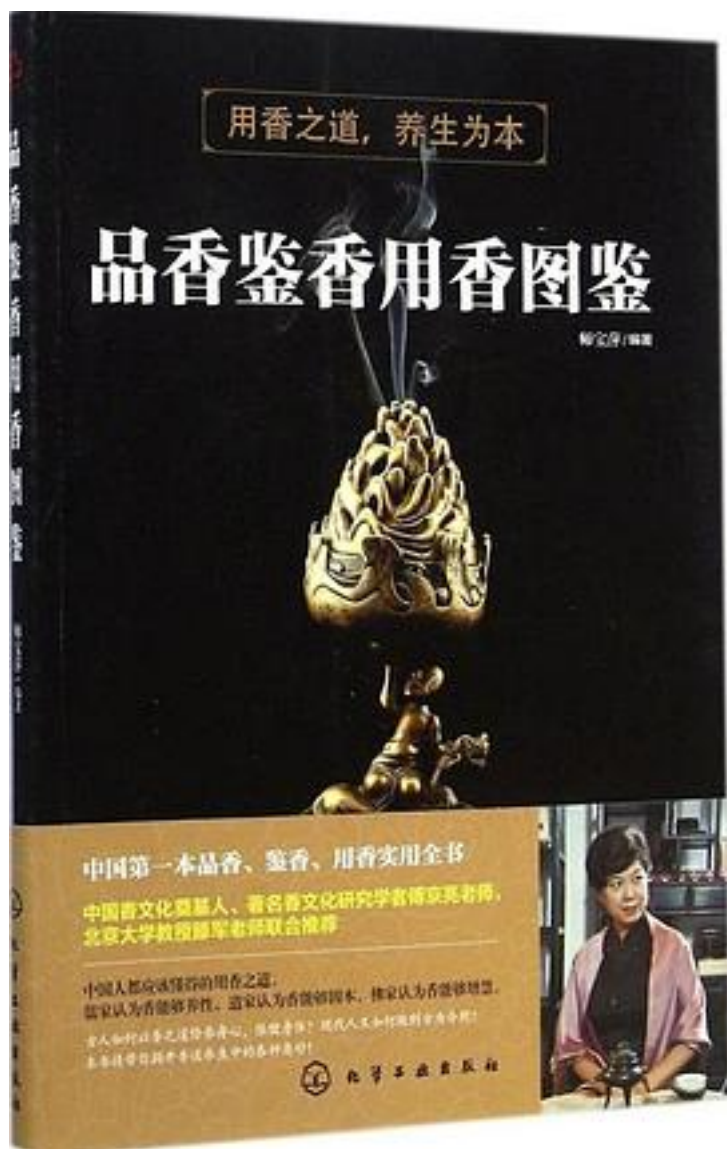


品香鉴香用香图鉴



[品香鉴香用香图鉴_下载链接1](#)

著者:师宝萍 编著

出版者:化学工业出版社

出版时间:2015-1-1

装帧:精装

isbn:9787122226778

适读人群：香及香艺爱好者、香店经营者。

点燃一支香，翻开《品香鉴香用香图鉴》。在馨香袅袅中，品读这些文字。您的阅读，本身就是养生。

自春秋战国到秦汉—隋唐—宋元—明清，从皇宫贵族到文人雅士无不把焚香作为养生、怡情、供佛、祭祖、通灵、开慧的载体，它缥缈于庙堂之上烘托其庄严，它熏染于文房闺阁助情热意，不失为中华国学文化之精髓之一。近年来，随着国学文化的传播、盛世收藏的升温、健康休闲文化的发掘，使香文化重新复苏，逐渐被越来越多的雅士所推崇。

儒家认为香能够养性；道家认为香能够固本；佛家认为香能够增慧。

古人如何以香之道修养身心，保健身体？现代人又如何做到古为今用？

《品香鉴香用香图鉴》将带你揭开香道养生中的各种奥妙！

国内第一本品香、鉴香、用香实用全书

中国香文化奠基人、著名香文化研究学者傅京亮老师，北京大学教授腾军老师联合推荐

沉香线香、气味清雅、飘逸、穿透性和附着力强。因沉香醇的作用，其养生意义在于减压、祛燥、静心、助眠。在品茗、聊天、安睡、旅行时都可以使用。而纯天然檀香线香，气味醇厚浓郁、包容、执着、灵通。其杀菌、去异味、醒脑提神、凝思作用大于沉香。所以，可用于办公、创作、读经、礼佛、修炼等。师宝萍女士的《品香鉴香用香图鉴》一书系统地梳理了用香养生的历史，并探究了用香养生的理论。

在馨香袅袅中，品读师宝萍女士的这些文字。您的阅读，本身就是养生。

沉、檀、龙、麝及多种植物香料，自古以来就是珍贵的中药材，从《本草纲目》到《现代中医药》无不记载它们对人体的身心益处：焚燃产生的香氛、馨气既可以祛秽杀菌、净化空气，又可芳香养鼻、理气养心、平燥宁神、减压助眠。

自春秋战国到秦汉、隋唐、宋元、明清，从皇宫贵族到文人雅士无不把焚香作为养生、怡情、供佛、祭祖、通灵、开慧的载体，它缥缈于庙堂之上烘托其庄严，它熏染于文房闺阁助情热意，不失为中华国学文化之精髓之一。近年来，随着国学文化的传播、盛世收藏的升温、健康休闲文化的发掘，使香文化重新复苏，逐渐被越来越多的雅士所推崇。

作者介绍:

师宝萍

CCTV《围炉艺话》栏目特邀嘉宾。翰方香道创始人。潜心研究中华传统用香之道和香药与养生。笔名诗屏，字芸若。祖籍洛阳，现居北京。汉语语言文学与基础医学双学士。2003年在北大经济管理学院脱产进修工商管理硕士。从事十五年医药保健项目研究推广工作。2004至今任北京京

西翰方医学研究院院长。近年来，潜心研究中华传统用香之道和香药与养生。翰方香道创始人。

目录: 序一（傅京亮）

序二（滕军）

自序 玉壶冰心香如故

香引 香逢盛世馨烟袅

第一章 香和道

一、香道之“香”

1. “香”是一种美好的气味
2. “香”是一种健康的自然元素
3. “香”是一种心情调养

二、香道之“道”

1. 哲人所讲的“道”

2. 香道之“道”的含义

三、“香道”之养生本质

1. “香道”即“用香之道”
2. “香道”之本质是养生

第二章 古典用香史

一、先秦时期用香：最朴素的养生诉求

1. 远古用香与神对话“保命”和“养命”
2. 先秦佩兰、熏艾以疗疾、立德

二、汉魏时期用香：颐养身心

1. “博山紫霞”帝王情——香为修行
2. “椒房专宠”妃子爱——香为住堂

三、隋唐时期用香：疗疾、修性

1. 医家用香：治病疗疾
2. 宗教用香：修持养性

四、宋代用香：精神上的修养

1. 香学专著：养生方剂
 2. 闻香闲事：陶冶性情
 3. 隔火煎香：情感养生
- 五、香集大成：合香与养生

第三章 品香鉴香用香

一、单品香料的养生及应用

1. 沉香
2. 檀香
3. 降真香
4. 丁香与丁皮
5. 藿香与广藿香
6. 甘松香
7. 零陵香
8. 木香
9. 苏合香
10. 龙脑香
11. 乳香
12. 安息香
13. 豆蔻
14. 艾草
15. 白芷
16. 细辛
17. 迷迭香
18. 龙涎香

- 19.麝香
- 20.灵猫香
- 21.甲香
- 二、合和香方的养生及应用
 - 1.古之和配之香
 - 2.合香养生实例
- 第四章 当代用香养生及应用
 - 一、香品的养生之法
 - 1.简便易行燃线香
 - 2、修身养性打篆香
 - 3.启智开悟品煎香
 - 4.手工制作玩末香
 - 二、香氛围的养生之法
 - 1.工作、创作——“灵芬一点静还通”
 - 2.商务、谈判——有事好协商 共品一炉香
 - 3.生活、居家——“香满芸窗月满户”
 - 三、香生活的养生之法
 - 1.读书、听琴——“即将无限意，寓此一炷烟”
 - 2.静心，助眠——“灯影照无睡，心清闻妙香”
 - 3.浅酌、小聚——香·茶一味欣满怀
 - 4.旅行、外出——“宝马雕车香满路”
 - 5.馨烟通天界——感格鬼神，清净心身
- · · · · · [\(收起\)](#)

[品香鉴香用香图鉴_下载链接1](#)

标签

- 香道
- 用香
- 品香
- 香艺
- 鉴香
- 中国
- 生活

手作

评论

介绍蛮详细的，还有不同插图辅助，推荐。

入门书，没什么期待。感觉自己正扒在一个不得了的大坑边缘，跳，还是不跳？

明窗延静书，默坐消尘缘。即将无限意，寓此一炷烟。

[品香鉴香用香图鉴_下载链接1](#)

书评

[品香鉴香用香图鉴_下载链接1](#)