



宋人常说，“烧香点茶，挂画插花，四般闲事，不许戾家”，这所谓的“四般闲事”，并非“闲极无聊”之“闲事”，“闲”在这里是指“悠闲自得”“闲适自在”的状态，因此这四件事也被称为“四般雅事”。烧香亦称焚香，为宋人口中“四雅事”之首，是宋人生活中必不可少之美事。不过焚香一事虽然风靡整个大宋朝，但却并非宋人首创。

## 焚香阅世了闲身 探究宋代香事



香球



香篆

### 焚香的起源

我国焚香的历史可以追溯到远古，人类在会使用火之后，发现焚烧一些带有特殊芳香气味的植物，可以减少蚊虫叮咬，去除浊气防疫疾病，此后古人就开始有意识地焚烧这些带有芳香气味的植物，再后来人们逐渐开始在祭祀中焚香。祭祀焚香源自人类社会早期的神灵崇拜。

人类社会早期，生产力及科技水平低下，人们无法用科学解释自然、社会以及自身的生理现象，便产生了神灵崇拜，此时香就承担了沟通人神的媒介作用，即升烟以祭天。人们觉得香烟袅袅升起，自己的愿望也就随着升起的烟雾传达给了上天和神明。《尚书》云：“弗惟德馨香祀，登闻于天。”讲的就是先秦祭祀中的焚香活动，这也是香最初的用途。到了汉代，随着香料种类的增加和焚烧、制香技术的进步，香开始走入人们的日常生活，被用以熏衣、熏被、除臭、避秽，但此时香的使用还仅限于宫廷贵族阶层。

据蔡质编写的《汉官仪》记载，当时的尚书郎要“含鸡舌香伏奏事”。说起这项风雅的宫廷礼仪规定还有一个有趣的小故事，《汉官仪》载：“桓帝时侍中刁存年着口臭，上出鸡舌香使含之。自疑有过赐毒，归舍辞决欲就便宜，赖僚友求其药更为含食，意遂解。”就是说东汉桓帝时，有一名叫刁存的侍中，年纪大了有口臭。故而一次朝会时皇帝就赐给他一枚鸡舌香，命他含在口中。刁存不知此为何物，以为是皇帝赐死的毒药，但君有赐，臣不可辞，只得惶恐遵命，退朝后便急忙回家与家人诀别。此时恰逢友人来访，听闻此事颇觉蹊跷，就让刁存把口中之物吐出来看看。刁存吐出后，朋友认出这是一枚上等的鸡舌香，刁存才明白皇帝不是赐死他，原来是虚惊一场，此事遂成笑谈。或许是因为刁存口臭的提醒，此后“口含鸡舌香奏事”逐渐成为汉代的一项宫廷礼仪制度。

后来“含鸡舌香伏奏事”演变成官员面君议政的一种代称。唐代刘禹锡刚被贬为郎州司马时，曾在《早春对雪奉澧州元郎中》写道：“新恩共理犬牙地，昨日同含鸡舌香。”五代和凝也有诗云：“明庭转制浑无事，朝下空余鸡舌香。”《魏武帝集》曾记载曹操与诸葛亮书云：“今奉鸡舌香五斤，以表微意。”这封书信是三国时期，曹操向诸葛亮赠送鸡舌香时写的。当时曹操将鸡舌香精心包装起来，并修书遣使将香送到千里之外的诸葛亮军中。曹操这么做当然不是为了讥讽诸葛亮口臭，他的潜台词是说：“我希望有机会和你一起口含鸡舌香，同朝为官。”是向诸葛亮示好表达招纳之意。

### 宋人焚香之雅趣

因为香料在中国古代经常入药使用，所以香料在宋代也被称为香药。宋代官方所编的《圣惠方》中以香药命名的方剂就有120方之多，常见的有乳香丸、沉香散、木香散、沉香丸等。当时的另一部官方药典《太平惠民和剂局方》里也记载有大量使用香药的方剂，有些千古名方，比如至宝丹、苏合香丸等至今仍在用。

我国古代香料的来源主要依靠进口贸易，在宋代之前，进出口贸易不够发达，朝廷的香料主要源自朝贡，因此香料珍贵而稀少，很难在市面上大量流通，一般仅限于上层社会官僚贵族使用。进入宋代之后，情况便大不相同，当时商品经济兴盛，进出口贸易十分繁荣，香料的来源开始变得充足，种类也更加多样。根据文献记载，当时进口的香料多达一百多种，其中最常见的是有乳香、龙涎香、龙脑香、沉香、檀香、白檀香、丁香、苏合香、麝香、木香、茴香、藿香等数十种。宋代香料的用途很广，既可以入药、食用、敬神、制烛，还可用于化妆、熏衣、卫生乃至建筑等等。

提到焚香，人们通常会想到“红袖添香”一词，窈窕淑女，素手拈香，那一缕幽香直入秉烛夜读书生之情怀，是何等的温馨、风雅与曼妙。欧阳修有两句词说：“江南蝶，斜日一双双；身似何郎全傅粉，心如韩寿爱偷香。”词中“韩寿偷香”讲的是西晋故事。西晋权臣贾充的次女叫贾午，贾午从小聪明伶俐，很得父亲喜爱。每每

### 焚香的作用与意境

宋代文人雅士中嗜香者甚多，不过焚香的用途，则因个人喜好而各不相同。焚香最常见的用途是熏衣，真宋朝的中书舍人梅询，每天早上出门之前，必定要做一件最重要的事儿，那就是在穿上官服之后焚两炉香，然后把官袍的两个大袖子的袖口展开，覆盖在熏笼上，待到炉香燃尽之后他就把大袖的袖口聚拢起来，不让香气散去。等到了办公室，他再把袖口放开，袖中香气便幽然而出，一时间满室皆香，梅大人秒变人体香薰机，人称“梅香”。

其次，文人士大夫在燕居休闲时喜欢将焚香作为营构诗意生活的点缀，北宋画家郭熙作画时“凡落笔之日，必窗明几净，焚香左右……然后为之”，他们觉得香气可使人才如泉涌，思绪驰骋，他们也会将香置于卧室，相伴于枕旁，如“枕畔木瓜香，晓来清兴长”“静喜香烟萦曲几”“就火添衣，移香傍枕，莫卷朱帘起”。除了这些用途之外，香在宋代还有修身静心之用，宋人认为香气是醒脾通窍的良方。

赞宁在《大宋僧史略》中有这么一段话：“香也者，解秽流芬，令人乐闻也。经中长者请佛，宿夜

贾充会客，贾午便会在侧偷窥，此时贾充的幕僚韩寿通常陪侍左右。韩寿生得潇洒俊美，这么一来二去，贾午不由对韩寿心生爱慕。于是她便瞒着家人与韩寿暗通款曲，私定终身。一日，皇帝赐了一种西域奇香给贾充，这种香香气浓郁，一旦沾染便多日不散。贾午偷出一丸送给韩寿。韩寿不明就里，把香丸佩在身上，于是他身上便日日散出奇异的香气。众人都对韩寿这个反常的变化感到惊异，韩寿一看事情无法隐瞒，只得将他与贾午的相爱之情和盘托出。不过这个故事的结局很圆满，贾充本就非常欣赏韩寿，听他如此说，就把贾午嫁给了他，成就了一段佳话。

线香在我国历史上出现的时间相对比较晚，而宋人当时用的香是使用“合香”方式制成的各式香丸、香球、香饼或者散香末，使用的时候需要放在香炉中烤，也被称作焚。宋代焚香是一个复杂的过程，有添香、试温等程序。当时焚香准确的叫法是“隔火焚香”，不在取烟，香烟若烈，则香味漫然，顷刻而灭。“隔火焚香”的大致步骤是：首先准备好木炭，木炭需烧至通红而没有明火也不冒烟。然后在香炉里均匀松散地装上香灰，并在香灰中心挖出一个较深的孔洞。之后先往孔洞中放入烧好的木炭，如果木炭比较旺，便放得深一些。然后再放“隔火”，“隔火”用的是云母、金钱、银叶、砂片等薄而硬的东西。最后在“隔火”上放香丸或香饼。因此宋人“焚香”并不是直接用火烧，而是隔火焚，既然是隔火焚，就一定会有添香试温的程序了。

登楼，手秉香炉，以达信心。明日食时，佛即来至。故知香为信心之使也。”提到焚香修身我想起米芾的一个故事。相传米芾晚年远离是非，学禅有得。他在去世前一个月把平日所爱字画尽数焚烧，与亲朋故旧一一写信告别，称自己命不久矣。同时他在家中备好一口棺材，从此吃饭、坐卧、办公，全都在这棺材里进行。到了临终前七天，他不再吃荤食，每天都沐浴更衣，在棺材中焚香静坐。直到逝世那天，亲友与同僚悉数到场，他说了“众香国中来，众香国中去”两句便合掌而逝了。

宋代文人用香，除了自用之外，更将其作为往来互动、增进友谊的纽带。故友来访时，焚香清谈可谓美事。宴会雅集时，焚香是营造交际氛围的重要手段。文人雅士们还热衷于自制合香互相馈赠，为此还留下许多香谱传至后世。宋人将用香一事，融入日常生活的方方面面，虽然后世看起来觉得风雅，而在当时，却是风雅处处是寻常。宋代香事在继承前代审美观念的基础上，融入时代之风尚、文人之意趣，形成其特有的休闲特征。文人雅士们以“闲”的趣味来对待焚香之事，他们以香薰衣、以香为礼、以香养性，将香视为日常必备之物，这种对琐细平凡之物的关注，反映出那个时代的人们对于生活美学的追求及个人生命体验的抒发。据《中华读书报》