

大用者，惟電影古劇中或可見之。

鼻烟輸入我國，始於明末，盛於清朝，衰於民初，今則幾無人過問，蓋紙捲香烟已取而代之矣。

大概在前年以後，吾國人所製鼻烟及日漸精良，其烟味品目既有（作羊臊臭），酸（沁人鼻目，使涕淚清流），（似飯焦香味）豆（如豆氣味）之分，而烟壺質料亦有珠玉，（珍珠螺細即粵俗稱雲母白玉、珊瑚、琥珀、翡翠、水晶），石（金州石、雲錦石、端溪硯石、墨石、咖啡倫即玻璃之有星點者），木（木豆、木、竹根、木變石、剔紅即漆器木）瓷（見上文）之別，至其壺內容量，小者僅如指節，大者可容二升或一斤許，通常用者亦四兩為多，更有就壺內劃分兩三隔，以便貯納多種烟末，或附小象牙匙挑取鼻吸焉。

觀此，可知當時鼻烟風靡全國，而最奇者，則烟草（香烟，古稱淡巴菰即英文 Tobacco 譯音）輸入我國約略與鼻烟同時，據明朝名醫張介賓撰「景岳全書」卷四十八，本草正，濕草類第七十七，烟，所載，則烟草在萬歷年間，已由閩廣傳至吳楚地區，但使用似未及鼻烟之普遍，醫家既多言烟草有害人體（見清朝趙學敏撰本草綱目拾遺卷二，火部，烟草火所引各書）在明朝崇禎十二年（一六三九），且有嚴禁引火吸烟之舉，而鼻烟不特於律不設禁，又且珍異之，以為歲時典禮班錫之品，豈吾國人早已知烟草能害肺而改以鼻烟代替耶？今則烟草風行，鼻烟絕跡，古人卓見，誠不可及。近人趙汝珍撰「古玩指南續編」關於北京人愛吸鼻烟趣事，津津有味，特附載於此，趙氏云：

鼻烟舖，今日存在者尚多，如大柵欄（北京最熱鬧街道，皮貨店尤多）之豫豐，朝陽門之天惠，生意均極興隆，與同仁堂（北京著名藥舖）之購膏藥同，購主均須依次等候，始能購得，是用鼻烟之人尚多。且聞北京老住戶及一般販夫走卒之聞鼻烟者，確實甚多。若人人如能相習成風，鼻烟之用，遂如米麵水火，不可一日缺。

大概鼻烟亦如其他嗜好品之香烟、鴉片、茶、咖啡及酒類，使用日久，無不成癮，而鼻烟一經吸入，刺戟鼻粘膜，鼻涕湧流，精神之爽快，莫可言喻，無怪嗜之者如命，大有一日不可無此之勢，然今日以此語吾粵港人，則知之者少矣。

一個香煙的故毒

戒煙戒煙法。自不戒。亂亂。



癮君子們嘗試過用檸檬糖、口香糖或其他香煙代用品來解除難受的煙癮；他們也強迫自己去查看癌症侵襲肺部的可怕照片，以達成戒煙的目的。但是，對大部份想要驅除煙癮的老煙槍們來說，似乎這些方法都不是對策。

從一九六六到一九七〇年中間，至少有一千二百萬的美國癮君子，做過一個認真而「未曾成功」的戒煙嘗試（事實根據：美國目前更有比從前更多的香煙在市場上銷售）。現在，西德慕尼黑馬斯普蘭克學院的精神醫學研究員已想出一個新的戒煙方法——至少，對一向具有組織習性及健康觀念的德國人來說，這些規則是目前公認所有戒煙法中最佳的——以致波昂（Bonn）健康部門想要大量印發介紹這種方法的小冊子，來幫助那些想戒煙但又戒不掉的人們。

這個學院所擬出來的新方法是：每天增加一條規定，使那些「準癮君子」們能逐條遵守，直到對所有三十七條規定都能自我約束時為止。首先，這些以「一次只能買一包」為始的規律是容易遵守的，但逐漸地，他們發現要「每包都改換牌子」，「只能在（不舒服的）特別位置抽，而不是在安樂椅上抽」，「假如一

定要抽，則只能純抽煙，不能一邊抽一邊看或吃東西」，……等等，實在是難上加難了。何況，最後他們還得面臨「試者不吸入」以及「不在工作時抽煙」的最大考驗！

該學院的心理系主任布爾格曼和他的助手伊麗莎白，為了要測驗這些步驟的效率，特別召集三十五名志願者（癮君子），將他們分成三組進行實驗：第一組，使他們知道自己煙癮的情感因素，而加以心理治療；第二組，他們一些藥品，來克制吸煙的慾望；第三組，教他們如何去適應這三十七條「新戒煙法」。

當十週半的「課程」結束時，心理治療法（第一組）中的百分之二十和藥品治療法（第二組）中的百分之三十的志願者，都分別驅除了他們的煙癮，或是減縮到每天只需十根或更少的吸煙量；而第三組實施「新戒煙法」的志願者中，有百分之六十的癮君子都能達成他們戒煙的最終目標。據推測，假如他們想要再抽煙，則必須從第三十七條倒做回去！

近年，吸烟與癌症關係，諸說紛紜，莫衷一是，至有人主張恢復嗅鼻烟以代替吸香烟者，云可預防生癌，亦妙論也。鼻烟由烟葉粉末，薰以茉莉玫瑰等芳香料製成，用時以鼻吸入其末，據傳可透達太陽，陽明二經，並能明目，愈頭風，辟疫疔，在昔十七八世紀時期，歐洲人常用鼻烟作嗜好品，盛極一時，今不聞有

莊兆祥