

桂花开花 供图 / 刘威



## 桂花飘香，千古流芳

撰文 刘威

桂花 (*Osmanthus fragrans* Lour.)，又名木犀、木樨，是木犀科木犀属植物。桂花别名，树如其名，因其叶脉如圭而称“桂”；其纹理如樨，叫木樨；开花时香飘四方，香气具有清浓两兼的特点，清可荡涤，浓可致远，也因此被称作“九里香”。桂花是我国特有的芳香植物，含有香茅醇、壬酸乙酯、苯甲醇、丁香酚、紫罗兰酮、香豆素、癸内酯、亚麻酸和棕榈酸乙酯等多种芳香物质成分，可提取芳香油，广泛应用于药品、食品、保健品和化妆品等行业。

### 桂花的食用和药用价值

桂花药食同源，是一种具有悠久历史的香花植物。花形虽小，但香气浓郁、持久，历来就

有“天香”的盛誉，古往今来，深受人们的喜爱。桂花是很好的天然芳香植物，可提取香料、香精，用途极为广泛。古人常以桂花制作香囊，或以桂花作为芳香剂。桂花制作茶饮，清香提神，“桂花糕”“桂花汤”则是老百姓喜爱的日常小吃。早在春秋战国时期，古人就用桂花酿酒，而且桂花酒香味浓郁，开胃怡神。李时珍的《本草纲目》详细记载了桂花的各种用途：“桂花，收茗，浸酒，盐渍及作香擦发泽之类。”

桂花用沸水稍微烫一下，再捞起晾干，加入白糖，装瓶后密封即可熏制出保持鲜桂花颜色和香气的花茶，也可当作食品香料，制成糖果、蜜饯、糕点、酒等。鲜花晒干后，可直接做花茶。桂花茶性温，气味浓郁芳香，具有温补阳气、健脾暖胃的作用，常喝能舒缓紧张情绪、润脾醒

胃、养阴润肺、清除体内毒素、平衡神经系统、缓解痰饮咳嗽以及排出肠道积气等。

《中华本草》中记载桂花的药用功效为：味辛、微苦，性温，归肺、脾、肾经，可疏肝理气、散寒止痛、祛风除湿、醒脾辟秽，主治痰饮咳嗽、肝气郁结、脘腹冷痛、肾虚牙痛、肠风血痢、咽干、口燥、经闭痛经和寒疝腹痛等。桂花所含

上：桂花酒 供图 / 沈海滨

中：桂花药材 供图 / 刘威

下：桂花糕 供图 / 沈海滨



的芳香物质能杀灭口中细菌，祛除口中异味，对牙周炎、口腔炎等各种口腔疾病有很好的疗效。多闻桂香，支气管炎患者还能减轻痛苦。此外，桂花还可治疗胃痛，能缓解十二指肠溃疡疼痛与胃下垂、胃胀气等肠胃疾病。



桂花开花 供图 / 刘威



### 桂花的资源分布及品种分类

桂花起源于中国，春秋战国时期古籍《山海经》中提到：“皋涂之山，其上多桂木。”桂花在我国的栽培历史长达2500年以上，在国内尤其是南方分布极广，广西桂林、江苏苏州、浙江杭州、湖北武汉和咸宁的桂花资源至今仍享誉中外。桂花经过长期的人工或自然选择，种内及其

近缘种质资源极其丰富，桂花树的品种及变种也较多，常见的主要有花色橙黄的金桂、洁白的银桂、橙红的丹桂以及黄白的四季桂等品系种类。

### 桂花的文化意蕴

桂花产自山林田野，因其芬芳，成为美好事物的象征。“桂”音谐“贵”，桂花结出的果实称“桂子”，与



桂花结果 供图 / 刘威

“贵子”同音，赋予了荣华富贵之意；古代新婚女子有戴桂花的习俗，既香且“贵”。桂花还是吉祥和友好的象征，早在战国时期，韩、燕两国就曾为了表示友好，相互馈赠桂花。盛产桂花的广西、云南等少数民族地区，青年男女也以赠送桂花来表达自己的爱慕之情。

唐代王绩诗中曰：“桂树何苍苍，秋来花更芳。”而清代《北墅抱瓮录》中亦记载：“凡花之香者，或清或浓，不能两兼，惟桂花清可涤尘，浓能透远，一丛盛放，邻墙别院，莫不闻之。”桂花开花被誉为“十里飘香”，在所有的开花植物中，它的香味一直享誉天下。桂花除了供观赏，还是一种熏花植物，著名的龙井茶就是用桂花熏制而成的。桂花不仅是一种诱人食欲的调味品，而且桂花入药还有生津、治牙疼的功效。桂花常与玉兰、海棠、牡丹同植在庭院中，取玉（玉兰）、堂（海棠）、富（牡丹）、贵（桂花）谐音，喻吉祥之意。桂花终年常绿，花期正值金秋时节，在中国传统名花里有“花中仙客”的称号。

### 桂花的有效成分及药理作用

桂花是提炼精油、花露的上等原料，据文献记载，目前从桂花中已分离出来的挥发性致香成

分约121种，其中精油中的芳香成分有紫罗兰酮、醇类、酯类、萜类和烷烃类等化合物，具有抗氧化、抗菌消炎、镇痛及保护肝、降血糖、抗肿瘤、神经保护、抗衰老等药理作用。桂花由于含有多种营养物质，还被称为“全营养食品”。

### 桂花的园林配置

桂花香味浓郁，沁人心脾，有着深厚悠远的文化底蕴和极为丰富的象征意义，再加上花香、色雅在古典园林中得到广泛的应用。古典园林运用“金玉满堂”“双桂流芳”“玉堂富贵”等赋予民族文化寓意的栽植手法进行配置，而现代园林在古典园林的基础上，利用桂花芳香植物的特点，融入新的造景意境和元素，通过植物的色、形、香、韵等自然特征，表达出人与自然和谐的情景意象，使人处在其中全身心得以放松，舒缓精神压力，是有益于身体健康的一种自然芳香疗法。

### 作者简介

刘威，广西壮族自治区药用植物园，高级工程师，研究方向为药用植物病虫害防治。

（责编 桑新华）

灵谷寺中桂花王 供图 / 沈海滨

