

衛濟餘編卷五

形體

乾洗頭

傳家寶

白芷藁本等分為末塗頭上
次早梳之垢滯盡去

去頭上白屑

他家寶

側柏葉 三片
核桃 七個

訶子 五個

消梨 一個

同搗爛用井水浸片時
搽頭不生白

頭風白屑

集驗良方

靜耘齋集驗方

王不留行香白芷等分為末
乾搽一夜篋去

頭髮不長

千金方

桑葉麻葉煮米泔水沐之七次可長數尺

長髮

生麻油桑葉煎過去滓沐髮令長數尺

普濟方

亂髮洗淨晒乾以油煎雀就鉢內細研如膏搽頭能令

髮長

聖惠方
傳家寶

婦人髮短

聖惠方

傳家寶

東行棗根三尺橫安甑上蒸之兩頭汁出敷髮上易長

目黑

婦人髮少

傳家寶
古今秘苑

夷門廣續

側栢葉陰乾為末和香油塗之其髮自生且黑

或用羊屎納鯽魚腹中瓦缶固濟燒灰和香油塗髮數

日髮漸生且光照可愛

髮枯不潤

聖惠方

桑根白皮栢葉各一斤煎汁沐之即潤

髮枯不潤

木瓜浸油梳頭

聖惠方

或黃湯木細末梳頭亦佳

集驗良方

婦人髮脂

百藥煎末乾搽髮上一夜竟之 普濟方

山茶子研末摻之 權元方

髮垢脂 普濟方

雞子白塗之少頃洗去光澤不燥

沐髮令香 普濟方

雞蘇煮汁或燒灰淋汁沐之

婦人梳髮不亂 傳家寶

鹿角菜五錢滾湯浸一時冷卽成膠用刷髮如鏡生光

髮黃

摘元方

蓖麻子仁香油煎焦去滓三日後頻刷之

頭髮黃赤

本草綱目

生栢葉爲末一升猪膏一斤搗和爲丸如彈子大每以帛裹一丸紙米泔中化開沐之一月色黑而潤

一方羊屎燒灰和臙猪脂塗之日三夜一取黑乃止

少年婦女髻髮黃白

食物本草

黑豆一升青石榴一個搥碎以好醋三升同煮豆爛去豆再煎至升許收貯每晨搽髮潤而且黑

少年髮白

聖濟錄

土馬鬣所在背陰古墻垣上有之歲多雨則茂盛非垣衣也垣衣乃博墻上苔衣此乃土墻上烏韭也

石馬鬣

五倍子

半夏

各一兩

生薑

二兩

胡桃十個

膽礬五錢為末

右搗作一塊每以絹袋盛一

彈子用執酒入少許浸汁洗髮一日神効

髮白返黑

奇方類編

靜秘齋集驗方

赤石脂煨

辰砂水飛

乳香炒去油

白茯苓人乳蒸七次

川椒各一兩去椒目及閑日者炒云汗

為末用黑蕉棗煮去皮核取肉

搗和九桐子大每日空心溫黃酒送下三十丸

又方

千金方

烏麻丸蒸九晒研末棗膏丸服之

蒜髮

未老卽生白髮與黑髮相間集者爲蒜髮

普濟方

傳家寶

大乾柿子五個滾煎茅香湯煮令熟枸杞子酒浸焙乾
研細等分合和搗研丸如桐子大每日空心臨臥前茅
香湯下五六十九

染白髮

普濟方

經霜桐葉及子多收搗碎以甌蒸之生布絞汁沐髮自

能變黑

染白髮

物類相感志

綠礬薄荷烏頭等分爲末以鐵漿水浸日染之

染髮令黑

千金方

醋煮黑大豆去豆煎稠染之

黑髮方

百藥煎訶子針砂石榴皮核桃青皮垂楊柳葉各一錢

共爲末先用鹽醋茶熬水二大盃將藥共入瓶內封固

十日梳髮連黑核桃油潤之明淨爲効奇方類編

一方七夕夜取螢蟲二十七枚攪髮白黑便民圖

赤髮禿落

普濟方

油磨銅錢末塗之

香油水等分以銀釵攪和日日擦之髮生乃止

婦人髻禿

夷門廣續

古今秘苑

將醋清淨洗禿處以生布揩令大熱却用鴈月猪脂二兩入生鐵末研極細二兩煮沸二三度敷之漸生

婦人髮髻墮落

女科切要

桑皮

栢葉

各一兩

水煎七八沸去渣頻洗

鬢髮墮落

聖惠方

桑白皮剉二升以水淹浸煮五六沸去滓頻沐髮自生

女人髮落

大明本草

竹筒插入芭蕉皮中取汁盛磁器梳髮令長而黑

髮落不生

肘後方

桐葉一把麻子仁三升米泔煮五六沸去滓日日洗之

則長

又方

梅師方

側柏葉陰乾作末和麻油塗之

令髮不落 聖惠方 傳家寶

榧子三個 核桃一枚 側栢葉一兩

搗爛浸雪水梳頭髮永不落且潤澤有光

三聖膏 治髮髮脫落能令再生 證治準繩

黑附子蔓荊子栢子仁各五錢右為末烏雞脂和勻搗
研乾置瓦盆內封固百日取出塗脫處三五日即生

髮禿重生 集驗良方 奇方類編 靜耘齋

砍嫩棗樹枝一把約長尺許滿插淨磁瓶內勿令到底
上面以火燃之下面流汁水先用溫水洗頭後將棗汁

刷在禿處卽生髮矣

禿髮復生

傳家寶

秦椒

白芷

川芎各一兩

蔓荊子

零陵香

附子 各五錢

各生用剉碎絹袋盛清香油浸三

七日取油日三度擦無髮處其髮自生切勿令油着肉

又方

奇方類編

酒浸漢椒密室內每日搽禿處髮自長

又方

傳家寶

生薑浸油不時擦之髮卽生

禿髮再生

敬信錄附方

訶子 三錢

青果 五錢

三奈

官桂

檀腦

各一錢

香油二兩浸三日每早手蘸油擦二十六下日後短者長無者生矣

又方

母丁香二十二個皂角刺四十九個共爲細末用烏骨白公雞油調勻以附子蘸擦無髮處數次卽生髮矣切

不可令手及指甲沾藥甚效

醫方精要

或以生胡麻油塗之

普濟方

頭油方

經驗良方

零陵香

排草

猴薑

錦紋大黃

魚石榴皮 晒乾

良薑

細辛

三柰

白芷

紫草

百藥煎

沒石子

馬蹄草

麝香

甘松

各一兩

以上各藥浸汕十觔髮黃者臨用時加阿膠

香髮木樨油

景岳全書

採桂花半開者去莖蒂令淨每花二升用真麻油一斤
或菜子油亦可輕手拌勻納磁瓶中用油紙緊封器皿坐釜中
湯煮一餉持起頓燥處十日後掀出用麻布濾絞清油

封閉緊密收之愈久愈香

異香烏雲油

排草 二兩
二錢

三柰

白芷

甘松

官桂

細辛

各三錢

辛夷

一錢
五分

大黃

麝香

冰片

各二分

丁香

二錢

用好茶油三斤入瓦松三錢煎數沸去渣候冷入磁瓶
內將絹袋裝前藥十一味紮緊浸油瓶口封固勿使洩
氣取以擦髮其香異常兼能生髮至老不白

香髮散

婦人髮有油泥不用洗將香末灑上一篋即去

芥草 一兩

辛夷

玫瑰 各五錢 檀香 六錢

大黃

甘草

丹皮 各四錢 三柰

丁香

細辛

蘇合油 各三錢 白芷 三兩

為細末用蘇合油拌勻做紅紗小袋盛貯帶頭上集驗良方

頭油方

陵香

一兩

排草

一兩二錢五分

細辛

生地

白芷

木香

各二錢五分

首烏

甘松

三柰

紫草

丁香

檀香

各六錢

沒石子

四個

榕樹根

一錢五分

用上好茶油五斤紗袋貯浸聽用

眉毛不生

孫氏集效方

芥菜子半夏等分爲末生薑自然汁調搽眉上數次卽

生

又方

外臺秘要

烏麻花陰乾爲末以烏麻油漬之日塗眉上

眉毛脫落

聖惠方

蔓菁子四兩炒研醋和塗之

又方

聖惠方

垂柳葉陰乾研爲細末用生薑汁於鐵器內調勻夜夜

摩之

又方

聖濟錄

白礬十兩燒研蒸餅爲丸如梧子大每空心溫水下七
丸日加一丸至四十九丸日減一丸周而復始以愈爲
度

又方

聖濟錄

女科切要

雄黃一兩研細末醋調塗眉間自能漸出

婦女去面上毛不用線法

夷門廣牘

石黃三錢石灰二錢研細水調臨卧敷面天明毛盡去

返齡蟠桃丹 此乃烏鬚黑髮滋補精神之聖藥也一人

常服此藥至七十二歲鬚髮一莖不白此方不可輕傳

人參 一兩去蘆
大茄 棗一對煉去毛
用奶酥油多
麥冬 三兩
去心蒸熟

肉苁蓉 去甲膜酒洗
晒乾重四兩
歸身 四兩酒洗
蒸熟
大地黃 八兩酒拌九蒸
九晒碎爛為膏

沙蒺藜 四兩酒拌
炒
懷牛膝 三兩酒洗
蒸熟
甘枸杞 四兩酒拌
蒸熟

白茯苓 八兩水淘去木每日拌人乳
六七兩晒至二十四兩為度
山藥 三兩炒黃色

川杜仲 鹽水拌炒
去絲三兩
天冬 去心三兩
蒸熟
北五味 一兩炒

丹皮 二兩鹽酒洗
蒸
虎骨膏 虎全骨熬膏用四
兩蛤粉炒成珠

右藥共為細末用烏飯草熬膏一日足桑椹子熬膏半

斤足旱蓮草熬膏半斤足將各膏拌眾藥末如不足再加煉蜜爲丸桐子大每日空心服三四錢淡鹽湯送下
秋石湯更妙 忌猪首鯉魚牛犬 靜耘齋

烏豆仙方 良朋彙集

青鹽

生地

續斷

破故紙炒

仙茅

二兩

枸杞子

何首烏

刮去各四兩

牛膝

三兩

川椒

小茴香

各一兩

淫羊藿

去邊刺酥油炙二兩

揀黑豆五升右藥用絹袋盛之將黑豆鋪上面水酒各十碗炭火慢慢者將豆出攪數次湯乾爲度出鍋晒半

乾再入鍋慢火炒乾收磁器內晴天時常曬如夏月八
日晒一次每空心一百十粒嚼爛白滾水送下兩月鬚
髮盡黑久服大有奇効

烏鬚方

慶聚堂經驗良方

生何首烏

四兩搗碎忌
鐵器

破故紙二兩歸身

大生地

青鹽

旱蓮草

陳米各四兩

桑椹三兩

共煎湯取汁另用烏骨老母雞一隻煮爛去肉取湯揀
圓滿腰子樣黑豆五小升將雞湯藥汁和勻煮豆令熟
曬乾早晚白滾水送下一小合永忘蘿蔔

烏鬚延年豆

集驗良方

何首烏 赤白各半

旱蓮草汁

桑椹汁 各八兩

枸杞子

歸身

各五兩

陳皮

生地

槐角

各四兩

破故紙

三兩炒

黑豆

五升扁炒者不用

用破毛烏骨老母雞一隻煮湯二大碗加老酒將前藥

共入砂礮內文武火緩緩煮乾為度去藥存豆每晨食

豆一合飲酒一杯三日之後鬚髮變黑忌蘿蔔

烏鬚豆方

良朋彙集

沒石子

韭菜子

桑椹子

五倍子

當歸

熟地 各一兩

用烏雞一隻開堂入淨沙鍋煮極爛去雞用湯以揀淨
小黑豆三官升仍用沙鍋放藥上鋪豆以文武火煮之
如豆未熟而湯不足可添黃酒煮熟爲度去藥存豆陰
乾收於罇內每日一合白滾水送下

烏鬚方

靜耘齋集驗方

活公蟹七隻於大盆內勿見太陽夜露七宿搗爛取汁
用乾燒酒三斤上生漆一斤同煮黑馬料豆一升以乾
爲度磁罐收貯每日空心用旱蓮草煎湯服三錢鬚髮

皆黑服半月須停半月若連服之指甲皆黑奇方也
集驗良方云每日空心用旱蓮草煎湯送下二十一粒
服至二十一日卽停十日再服若不停恐指甲俱黑

烏鬚黑髮

良朋彙集

全當歸一斤用黑豆煮濃汁將當歸浸透蒸晒乾再煮
黑豆汁再浸再蒸再晒以當歸心內黑透爲度晒乾
右爲細末煉蜜爲丸如桐子大每服三錢空心白滾水
送下髮黃者服一料有白者服二料純白者服三料全
黑不變

烏髭聖髮

聖濟錄

茜草一斤生地黄三斤取汁以水五大盃煎茜絞汁摺
滓再煎三度以汁同生地汁微火煎如膏磁瓶盛之每
日空心温酒服半匙一月後髭髮如漆 忌蘿蔔五辛

烏鬚奇方

熟地製

乾桑葉

生何首烏

要赤而圓者各三兩

黑芝麻一兩

生白果

去殼取肉三十個

桔梗

三錢

花椒

一錢焙

萬年青

二片生乾並用

右各為細末勿經鐵器蜜丸梧子

大每日早飯後服一兩白湯下十日即黑

烏鬚髮方

杏林摘要

五楮子一斤研末銅鍋炒之勿令成塊如有烟起卽提
下攪之從容上火慢炒直待色黑爲度以濕青布包扎
足踏成餅收貯聽用每用時以皂角水洗淨鬚髮用五
楮子一兩紅銅末酒炒一錢六分白生礬六分訶子肉
四分沒石子四分礪砂一分爲末烏梅酸榴皮煎湯調
勻椀盛重湯煮四五十沸待如餡狀以眉掠刷于鬚髮
上一時洗去再上包住次日洗去以核桃油潤之半月

一染甚妙

烏鬚神方

馮氏錦囊

五倍子

焙黑色青綿布包裹
腳踏成餅子三錢

紅銅末

銀罐內煨
成灰六分

白礬

枯

訶子皮

硃砂

細辛

各三分

各為細末對和一處次用石榴皮一個烏梅三個細茶
一撮水二盞煎七分去渣用磁蓋盛將前末藥汁納放
鍋內重湯煮至皺面取起晚間用刷子蘸藥刷上次早
溫水洗臉鬚髮如漆

染鬚方

名醫類案

五倍子

一錢五分入鍋內炒黃烟出將盡起清
烟二陣就取起以手擦試之紫色為度

食鹽

生礬

各二分

紅銅落

清水淬末四分

右俱為細末用烏梅三四個石榴皮少許煎水調如稀糊磁器盛之重湯頓稠先將肥皂洗鬚拭乾乘熱塗藥以薄綿紙貼上明早用溫水潤透洗淨如皮肉黃色將絹片染油擦去上舍黃震壁傳

烏鬚法

夷門廣牘

古今秘苑

銅末

三錢

梔子

一兩

飛鹽

七分

膽礬

五分

白礬

白芨

各一錢五分

各藥精製研極細末用濃茶調如

稀糊磁蓋蒸至鏡光為度連染一二日甚妙

烏鬚方

集驗良方

炒五倍子

五錢炒去附後

膽礬

一錢五分

白芨

一錢

旱蓮草

為末

白麵

青鹽

各一錢去泥

共為一處研極細用細茶汁調和如稀糊盛茶杯內重湯頓藥如鏡面光時取起先要皂角水將鬚洗淨帶溫染擦俟乾洗去再敷此藥染鬚不折損

炒五倍法

五倍子打碎去蟲先將大塊炒起青烟少

刻再入中塊炒起青氣又入細塊炒起白烟為度用青

布包起踏作餅子冷定聽用

烏鬚神方

仁安堂經驗方

五倍子

六錢炒成炭烟盡為度炒時用濃茶酒入勿使成糊為妙

灰麴

二錢半

生礬

一錢

紅銅末

五分用重羅篩過取極細末川

共研極細末磁罐收貯遇陰雨後日出之時傾出晒之

雖久貯可用加生鹽二三厘燒酒少許調成稀糊比飯易略

厚者敷鬚上過夜即黑並不染肉神效

烏鬚方

集驗良方

燥鉛

三錢煉法附後

五倍子

炒黑用青布包腳踹研細末一兩

銅花

研細末三錢

沒石子

要公母成對打碎炒黑研細末二錢

枯礬

研細末

榆麵

研細末

灰麵

食鹽 各一錢

右末和勻磁罐盛貯封好臨用取少許以茶瀝調勻如
館重湯頓一餐飯久乘熱塗鬚上用菜葉灰軟貼藥上
煉鉛法 每白鉛五錢銅鍋內鎔化入水銀一兩又取
錦文大黃一兩剉片搗碎入鎔化鉛汞一處炒黑研細
末聽用

粉丹散 烏鬚髮

馮氏錦囊

粉

真蛤粉

黃丹

蜜陀僧

石灰

一分

爲細末水調搽上俟乾水洗去藥核桃油潤之

烏鬚方

馮氏錦囊

雌雄蟹

一對約重八兩霜降後君佳對臍紫好

麝香 三分

好京墨

三錢為末

生漆

去渣

先將墨射入磁瓶內次將蟹投入又將生

漆入瓶內封固於人行處土中深埋尺許俟四十九

日收起麻布去渣收貯磁瓶中凡用筆塗止將指頭套

魚泡捏勻以防藥染指頭

烏鬚方

聖濟總錄

針砂八兩米醋浸五日炒畧紅色研末五楮子百藥煎

沒石子各二兩訶黎勒皮三兩研末各包先以皂莢水

洗髭鬚用米醋打蕎麥麵糊和針砂末敷上荷葉包過
一夜次日取去以蕎麥糊四味敷之一日洗去髭鬚卽
黑

烏鬚簡便方

松子肉燈火燒灰研末用指頭擦上卽黑甚驗

烏鬚方

普濟方

酸石榴結成時就東南枝上揀大者一個頂上開一孔
納水銀五錢于內原皮封之麻扎定牛屎封護待經霜
摘下傾出殼內水以魚鱉籠指蘸撚久久自黑

烏鬚方

古今秘苑

猪膽七枚取汁磁碗盛入湯鍋內蒸至一酒盞磨上好
墨汁一酒盞相和再蒸至共一盞入鉛錫末一錢攪在
內再蒸如薑藥爲度用時以舊筆去尖用水調濕染白
處每日如此並不沾衣黑手其妙無窮

猴兒上樹法

勿染肉上恐洗不淨

靜菴齋方

秋後老大茄子一個蒂旁切下一片挖孔入舊墨水銀
各二錢仍以切落茄片掩之晝用席遮夜開受露茄下
針刺十餘小孔磁盤盛接流下黑水染鬚永不再生

烏鬚炆

璋腦

白草麻仁

各五錢

枯礬

二錢

共搗極爛用綿紙分作十餘小包取磁碗一隻打一大
缺口作座底上以碗蓋之四圍密封只留缺口如風
爐式將前小藥包燈火點着放入缺口內燒令烟重蓋
碗上候藥包火將盡再點一包放入將藥包燒完候冷
輕輕起下蓋碗用雞翎刷下黑烟又用醃鴨蛋黃二個
熬油至黑色調藥煤敷小鋸梳上梳鬚光潤而黑逾於
他藥

染鬚髮方

用蝌蚪黑桑椹各半斤入瓶內密封懸屋東百日化泥
取塗鬚髮永黑如漆 危氏得効方

三月三日取蝌蚪一合陰乾候椹熟時取汁一升浸理
果篋下百日取出色如漆以塗鬚髮永不變白 响樓神書

染白鬚

普濟方

大水蛭七枚水銀一兩以銀三兩作小盒盛之用蚯蚓
泥固濟厚半指深埋馬糞中四十九日取出化為黑油
以魚肝畏指蘸少許擦鬚上自能倒行至根變為黑色

點白還黑丹

集驗良方

三汁膏

一兩熬去附後

母丁香

沒石子

真鉛粉

各五錢炒

共研末以磁器盛之勿洩氣拔去白鬚即以筆點記然後用鮮薑汁調藥末少許點孔中六七日後即變黑

熬三汁膏法

生地桑椹旱蓮草各取汁共一盂入鐵

鍋熬極乾研末聽用

拔白變黑

本草拾遺

黑桑椹蝟蚪各一斤瓶盛封閉懸屋東頭一百日盡化為黑泥以染白髮如漆

拔白換黑

圖經本草

刮老生薑一大升于久用油膩鍋內不須洗刷固濟勿
令通氣令精細人守之文武火煎之不得火急自旦至
夕卽成矣研爲末拔白後先以小物點麻子大入孔中
或先點鬚下然後拔之以指撚入三日後當生黑者神
效

又方

便民圖纂

七月七日取百合熟搗用新瓷瓶盛之密封挂門上陰
乾百日每拔去白者搽之卽生黑者

染白鬚髮

本草綱目

鉞砂醋炒七兩 訶子次一兩

白芨各四錢 白藥煎六錢

絲礬二錢

共為末用熱醋調刷鬚髮菜葉包住次早

酸漿洗去不壞鬚亦不作紅

又方

聖濟錄

乾灰松一斤半生麻油二斤同煎令焦為末另以生麻

油浸塗甚妙

染鬚髮

普濟方

川百藥煎一兩 鉞砂醋炒

蕎麥麵各半兩

先洗鬚髮以荷葉熬醋調刷荷葉包一夜洗去卽黑

又方 多能鄙事

檣皮一片包側柏一枝燒烟熏香油盪內成烟以手抹
在鬚髮上卽黑

染鬚髮黃赤

本事方

生地一斤生薑半斤各洗研自然汁留滓用不蛀皂角
十條去皮弦蘸汁炙至汁盡爲度同滓入罐內泥固煨
存性爲末用鐵器盛末三錢湯調停二日臨卧刷染鬚
髮上卽黑

烏鬚擦齒 能保年老髭鬚不白後生黃鬚擦之即黑屢

驗

良朋彙集

蒲公英

連根葉晒乾為末二斤

沒石子

骨碎補

各半斤

青鹽

槐角

各一斤

右為細末入磁罐內封口外用鹽泥封固黑牛糞晒乾
煨前罐藥存性取出擦齒十日半月見效

擦牙烏鬚散

古今秘苑

當歸

一兩酒浸晒乾

青鹽

五兩明亮者佳仍洗

沒石子

六錢要真

細辛

三錢

旱蓮花末

五兩

枸杞子

五錢

熟地

二兩酒浸

防風

三錢去

破故紙

一兩

牛膝

五錢

何首烏

一斤去皮同黑豆蒸為末

右共為細末磁罐盛之每日擦牙其鬚自黑日日見效

烏髮固齒

攝生妙用方

七月取旱蓮草連根一斤用無灰酒洗汁青鹽四兩淹三宿同汁入油鍋中炒存性研末日用擦牙連津咽之
○又法旱蓮取汁同鹽煉乾研末擦牙

擦牙烏鬚

普濟方

大皂角二十挺以薑汁地黃汁蘸炙十遍為末日用揩

牙甚妙

栝萋散

堅齒烏鬚

晉濟方

大栝萋一個開頂入青鹽二兩杏仁去皮尖三七粒原頂合札定蚯蚓泥和鹽固濟炭火煨存性研末每日揩牙三次令熱百日有驗如先有白鬚拔去以藥投之卽生黑者其治齒之功未易具陳

揩牙烏鬚

聖惠方

大鯽魚一尾去腸留鱗入當歸末泥固燒存性入煨過鹽和勻日

又方

晉濟方

川百藥煎

錢五元胡索

雄黃

各三錢

先以薑擦去涎用此搯以津洗目日日用之甚佳

長鬚方

古今秘苑

鹿角尖鎊細二錢皂角刺二錢牙皂五錢檳榔煨灰存
性四兩酸橘子一枚取汁生薑亦取汁共二兩四錢以
上和勻入磁器內收貯用柳木塞口重湯煮三炷香聽
用每日晚間以肥皂水洗淨短鬚上藥擦之天明洗去
至四十九日長有尺餘如欲再長則再擦擦時每日食
胡桃一個至二七日食兩箇三七日食三箇後倣此

逐月洗頭明目方

衛生易簡方

用鳳眼草

即椿樹上叢生莢也

燒灰淋水洗頭經一年眼如童子

加椿皮灰尤佳

逐月照後開日期洗

正月七日

二月八日

三月四日

四月五日

五月二日

六月四日

七月七日

八月三日

九月二十日

十月二十三日

十一月二十九日

十二月十四日

仙傳桑葉煎

治雙目不明

良明彙集

立冬日採桑葉一百二十片懸掛令其自乾每月用十

片照後開日期將水一盞煎七分澄清洗之一日數次
洗至一年光明如童子

正月五日 二月九日 三月五日 四月八日

五月十日 六月七日 七月七日 八月一日

九月三日 十月四日 十一月十日 十二月一日

洗眼方 明目堅齒去翳大利老眼 永煇鉛方

海鹽以百沸湯泡散清汁于銀石器內熬取雪白鹽花

新瓦器盛每早揩牙漱水以大指甲點水洗目閉坐良

久乃洗面名洞視千里法極神效

明目方

石菖蒲一盃置几上燈下觀書則收烟無害目之患或
置星露之下至旦取葉尖上露水洗目大能明視久則

白晝見星

本草綱目

女貞子四五十粒入水二茶甌重湯煮沸候溫蘸指洗
之年餘能見烟霄外物

紫桃軒雜綴

六月六日清晨汲井華水入白鹽淘化用新鍋復煎成
鹽每日擦牙畢漱吐手心洗眼歷久無問雖老夜能細

書行厨集

雞蛋三十枚刺蒺藜四兩淘淨微炒去刺用砂罐清水
煮一晝夜若水乾加水煮每年冬季清晨用三四枚或
二三枚同蒺藜湯下久服無間目不昏花老年不用眼
鏡能作蠅頭字

奇方類編

花頭海螵一片馬料豆一升砂鍋煮至海螵化盡爲度
將豆曬乾隨意作小菜點心食老年燈下可寫細字服
一斤後卽見效

敬信錄附方

春月取嫩槐芽入清水內揉洗片刻去其氣味擠去水
入鍋焙乾拌入細茶內煎服頗爲香美久服百病不生

明目第一 良朋彙集

明目枕 食物本草

苦蕎麥皮黑豆皮綠豆皮決明子甘菊花和勻入枕內
枕之雖至耄耋明察秋毫奇效

預除目患 濟世奇方

雙睛左右視十餘次緊閉片時忽大睜開視地下出火
氣晨午晚踵行各三次永無目患將患時行之火即散
矣

洗眼方 常明不昏花 便元集

白礬五分細牙茶七分大黃豆七粒共研粗末入飯椀

內用滾水一茶杯泡出汁或飯鍋內蒸熟亦可不時勤洗神效

桑葉煎 惠直堂

臘月桑葉不下地者煎湯洗眼留數片至九月二十三

日前洗能令一生無目疾

杞菊丸 集驗良方

甘菊花 酒浸晒乾 枸杞子 各一斤酒浸倍乾

共研細末蜜丸如桐子大每日用三錢開水下常服終身無目病兼不中風不生疔毒久服延年大有奇效

面黑令白

聖濟總錄

白冬瓜一個竹刀去皮切片酒一升半水一升煮爛去

皮濾去渣熬成膏磁瓶收貯每夜塗之次早洗去

天門冬曝乾和蜜搗爛為丸日用洗面即轉白

枯蕒剉三兩杏仁一兩猪脰一具同研如膏每夜塗之

令面光潤冬月不皴

面手如玉

傳家寶

杏仁

天花粉各一兩

紅棗

十個

猪胰子

三個
一作全具

共搗如泥入酒四鍾浸灰罐內每晨洗之一月後皮膚

尤膩如玉雖冬月亦不凍坼

瑩肌如玉散

證治準繩

白丁香

白蒺藜

白丑

白芨

白蘇

川椒

各一兩

香白芷

七錢

當歸稍

升麻

各五錢

楮實子

四錢

白茯苓

三錢

白附子

二錢五分

麻黃

去節二錢

連翹

一錢半

右為細末每用五六錢洗之

養容方

奇方類編

白菊花

一兩

梨汁

半碗

白果

一兩

白蜜

一兩

人乳

半盅

白酒娘

半盅

先將白菊花梨汁入好酒煎濃汁再將白果

搗爛並密乳研在一處卧時搽面次早洗之顏如童子

七香散 嫩容良藥

傳家寶

黑丑 十二兩

皂角 去皮燒四兩

天花粉

零陵香

甘松

白芷 各二兩

右為細末洗面或洗澡時蘸藥擦之容貌嬌嫩

洗面玉容方

仙拈集

甘松

三柰

香薷

白芷

白芨

白斂

防風

藁本

白殭蚕

白附子

天花粉

零陵香

菜豆粉

肥皂

煨各等分

爲細末每早洗面最馨香美顏色斑黑黥自除

玉容方 去雀斑潤顏色 集驗良方

白僵蠶 白附子 白芷 三奈 硼砂 各三錢

石膏 滑石 各五錢 白丁香 一錢 冰片 三分

共爲細末臨睡用水利少許搽面

美人瑩面

硃砂二錢 雄黃五分 輕粉一分

右爲末晚間用雞蛋青調勻搽面次早洗去數日之後
面上現桃花色

令面光澤

千金翼

母豬蹄一具煮汁如膏夜塗且洗老婦漸嫩如少

悅澤面容

肘後方

女科切要

冬瓜仁

五兩去殼

桃花

四兩

白楊皮

二兩

為末食後米飲服方寸匕日三服欲白倍加冬瓜仁欲

紅倍加桃花服三十日面白如玉五十日後手足皆白

○一方用陳皮去白楊皮此宮中嘗服之劑益壯

唐天后澤面法

治婦女粉刺黑斑

閏閏事宜

五月五日收帶根益母草紫花者晒乾燒灰以商陸根

搗自然汁加好醋和搜灰作餅炭火煨過收之半年方可擦面能潤肌去滯

蘇頌曰唐天后鍊益母草澤面法五月五日採益母根苗具者勿令著土晒乾搗羅以麴水和成丸如雞子大再晒乾仍作一爐四旁開竅上下置火安藥中央大火燒一炊久卽去大火留小火養之勿令火絕經一伏時出之磁器中研極細無聲收用如澡豆法日用一方寸每灰十兩加水飛滑石一兩麝脂一錢研勻用之一月之後面如美玉

楊妃王容法

夷門廣牘

金色蜜陀僧一兩研極細用蜜調或乳調如薄糊每夜
畧蒸帶熱敷面次早洗之半月後面如玉鏡生光
此楊貴妃所製唐宮內第一方也

太真紅玉膏

閨閣事宜

輕粉

滑石

水飛

杏仁

去皮

等分為末蒸過入水射

少許雞子清調勻洗面畢敷之旬日後色如紅玉

梨花白面法

治雀斑黧氣

傳家寶

官粉

十兩

蜜陀僧

二兩

白檀香

二兩

輕粉

七兩

蛤粉

各五錢

六研細末加入麝香一錢每晚用雞子白調敷次早洗
去令面瑩白絕似梨花且香美異常

桃花嬌面法 傳家寶

官粉 十兩 蜜陀僧 寒水石 二兩 白芨 一兩 銀硃 五錢

麝香 一錢 共研細末雞子白調貯磁瓶內密封蒸熟取

出晒乾再研細細水調敷面上終日不落儼然如玉

內廷秘傳白肌膚方 傳家寶

鴿子蛋不拘多少取清調真杭粉如搽粉狀不可見風
如此十日後肌膚瑩白如玉

婦人面黑粉滓

女科切要

白石脂二兩

白斂十二兩

山柰一兩

共為細末雞子清調敷夜塗且洗滓去面白

粉滓面黝

女科切要

爐甘石

二兩

白斂十二兩

為細末雞子清調夜塗且洗

面體黧黑

肘後方

殺羊脰骨一條為末雞子清調敷以米泔水洗之夜塗

且洗三日如素

面粗皮野 肝後力

胰子 五具 燕菁子 一兩 杏仁 花粉 各二兩

醇酒浸之夜塗且洗每日用之老者少少者白

面脂手膏 聖濟總錄 女科切要

羊乳 三斤 羊胰子 三付 搗和每夜洗面塗之清早

洗去一月之後手嫩面澤

面上癩痕 女科切要

白茯苓 山柰各一兩為末醋調夜塗且洗疤痕漸脫面

白潤澤

女人雀癩

女科切要

鷹糞

山柰

蜜陀僧 各五錢

一為細末將乳汁調和夜睡時擦之清早洗去一月後雀

癩盡除加蘇合四錢更妙

又方

女科切要

肥皂

四兩 去核

甘松

山柰

細辛

白芷

丁香

各一錢 鷹糞 五錢

右為末棗肉丸

洗面後擦之其斑漸除再以玉容香粉拍之則白而嫩

異授雀癩方

女科切要

頭生雞子一枚打破頂去黃留白加大疋砂一兩研細
填入雞卵內綿帛封固令母雞哺之俟雛出時取用先
以肥皂除面上油後以雞子白塗之其斑漸去一月後
純白無瑕此張貴妃常用乃西王母枕中方也寶之

婦女面上雀痣

女科切要

櫻桃皮

雀卵

紫背浮萍

牙皂

白梅肉

各一兩

研細和勻日日洗面擦之肌膚漸嫩

婦人面上雀斑

經驗良方

用雄雀糞及花共爲末同菜油調搽一月卽光

又方 經驗良方

霜梅肉 櫻桃枝 牙皂角 紫背浮萍 各一兩

共搗為丸洗面

又方 經驗良方

羊蹄根 二兩 白附子 一兩 白藜 八錢 白芨 七錢

白丁香 五錢 鷹糞 三錢

共為末肥皂一斤去皮弦入藥末搗丸擦面

香肥皂 經驗良方

三柰 白芷 麝香 各八兩 細辛 一兩

官桂

廣草

各四兩

丁香

三兩

木香

一兩

甘松 一錢

共為末白芨浸乳調和每肥皂一斤加入香料四兩

玉容肥皂

女科切要

白元米 一升

肥皂

去皮核

棗肉

各四兩

天花粉

胡桃肉

牙皂

各八兩

白丁香

一兩

北細辛

甘松 各二兩

葛根

山柰

各三兩

橄欖

四十枝去核

為末用蒼耳子草汁同元米飯搗和為丸如彈子大洗

面後擦之

一方有滑石真粉各三兩無甘松三柰

玉容肥皂

治男婦雀斑酒刺皮膚粗糙

奇方類編

甘松

三柰

細辛

白芷

白芨

白蘇

防風

荆芥

殭蠶

山梔

藁本

天麻

羌活

獨活

陀僧

枯礬

檀香

川椒

菊花 各錢

紅棗肉 七個

共為細末用肥皂去核一斤搗作丸秋冬加生蜜五錢

早晚洗之

又方 去白癩黑點白癬諸般瘡痕美顏色

白芷

白附子

白茯苓

白殭蠶

白芨

白蘇 白丁香 甘松 草烏 三柰

杏仁 猪牙皂角 綠豆粉各 輕粉

蜜陀僧 樟腦各五錢 兒茶三錢 肥皂去裡外皮筋子並取淨肉一茶匙

先將淨肥皂搗爛入雞子清和勻晒去氣息然後將各

藥研末全肥皂肉搗爛為丸每日擦洗

手容粉 治雀斑酒刺肺風糟鼻面上一切癩點集驗良方

茶豆一升 荷花瓣二兩 白滑石 香白芷

白附子各五錢 冰片 蜜陀僧各二錢

共為細末早晚洗面用一匙擦之

一方用菜豆粉四兩紅蓮花乾一兩白滑石香白芷密
陀僧各三錢白附子二錢真冰片一錢共研細每晚洗
面後擦之去垢再用杏仁天花粉各一兩紅棗十枚者
煖三具合搗如泥用好酒四盞浸於磁內早夜量以潤
面手光膩如玉 願體集

玉容散 治婦女面無光彩色白而不潤澤

女科切要

香芷 五分 充黃

冰片 各一錢

細辛

三柰

各一錢

丁香

輕粉 各二錢

甘松 二錢

木賊

藿香葉

元明粉

杏仁 各三錢

荆芥

花粉

麝仁

天蠶

陀僧

蘇合油

各五錢此味後入

肥皂

鉛粉各一兩

右共為細末臨睡唾津調勻擦面過夜次日

清中用煮酒一杯沖熱水洗去再拍玉容粉

附玉容粉方

白果洛

一升去殼打汁

杏洛

一兩去皮打汁

上甘石

二兩本飛研

上鉛粉

一兩去鉛

滑石

水飛三兩

麝香

二分

酥合油

五錢

冰片

四分

右藥研極細用泉水漂去黃水後入冰麝蘇合油加珍

珠五分再以胭脂水調和收貯臨用加白蜜少許旬日

之後面白如脂

面生縐紋

傳家寶

大母猪蹄四枚洗淨煮汁如膏卧時用塗面上次早以
漿水洗之半月後面皮細急如童子

冬月唇面皴裂

傳家寶

猪脂煎熱夜敷面上

面上黑氣

摘元方

半夏焙研米醋調敷不可水風不計遍敷從早至晚如
此三日皂角湯洗下面瑩如玉

點痣

藜蘆灰五兩用滾水一大碗淋灰汁于銅器中重湯煮

成黑膏以針微撥痣破點之不過三次即脫聖惠方 傳家寶

水調石灰一盞如稠粥樣揀整粒糯米不破者半插灰

中半出灰外經一宿米色變如水晶樣用簪挑少許置

痣上半日痣自出剔去藥不得着水三二日愈集驗良方

蕎麥稽灰桑柴灰新石灰等分盛粗布袋滾水淋汁煎

成膏密收勿令洩氣用簪點痣上五六日即落良朋集

桑炭灰風化石灰各一升以鮮鐵甲威靈仙煎濃湯淋

二灰汁熬成膏磁瓶盛貯點痣不必挑破即消奇方類編

擦牙神方 去痛固齒無病常擦最妙

仙拈佳

生石膏生明礬各等分研細末用微熱離指擦牙甚妙

○洗齒必於晚間漱齒必於飯後妙法宜知

擦牙固齒散

馮氏錦囊

生軟石膏

五錢

骨碎補

去毛蜜水拌
曬乾微火焙

青鹽

各六錢

寒水石

沒石子

酒煮火烘

槐花

曬乾各
五錢

其為細末每早擦牙固齒最佳

擦牙散

茯苓

石膏

龍骨

各一兩

寒水石

二兩

白芷

五錢

細辛三錢

石燕大者一枚小者一雙

共為末早晚揩牙至老齒不

疎豁亦無風蟲等患○金時折守李成試驗

續夷堅志

川大黃煨成灰研細末早晚擦牙永不牙疼

奇方類編

鮮卑蓮草搗汁拌食鹽炒每晨取鹽擦牙即可免牙痛

之患

或鮮桑葉搗汁炒鹽亦妙

並救急篇

槐枝煎汁入食鹽炒乾研末每日清晨擦牙

骨灰固齒散

湯頭歌括

臘月醃猪羊齒骨煨存性研為細末每晨擦牙不可間

斷堅牙健啖至老而效益彰

固齒經驗方

靜耘齋集驗方

便元集

猪牙皂五味子白茯苓北細辛等分共為末早晚擦之

烏鬚固齒方

靜耘齋集驗方

猪牙皂

生薑

升麻

生地

旱蓮草

北細辛

荷葉

骨碎補

槐角

青鹽

各等分青鹽倍之以黃泥作罐入藥於內仍用泥封固

火煨存性研細末擦牙極能固齒烏鬚

林開宗傳

固齒法

傳家寶

壯年時遇小便緊咬牙閉口每早叩齒數遍至老不衰

白牙散

證治集編

升麻 一錢

羊脛骨灰

二錢

白芷

七分

石膏

半錢

麝香

少許

右為細末先將溫水漱日擦之妙

沉香白牙散

擦齒瑩淨令白并治口臭

馮氏錦囊

沉香

麝香

各五分

細辛

升麻

藁本

藿香葉

甘松

白芷

各一厘

錢二分

石膏

寒水石

各一兩

為末早晚擦牙

一方加青鹽

擦牙令白

并除口臭

煨石膏六兩炒香附一兩共研極細末每早擦之

擦牙至寶散

馮氏錦囊

雄鼠骨

一副其鼠要八兩以上者連毛用草紙包七層再用稻草包緊黃泥封固用穀糠火煨熟去肉

揀出全骨酥油炙黃研為

北細辛

洗淨

真沉香

各一錢半

細末入後藥

破故紙

青鹽水炒

白石膏

青鹽水炒

全當歸

酒炒

骨碎補

去毛淨蜜水炒

旱蓮草

酒炒各五錢

香白芷

青鹽水炒

懷生地

酒炒各三錢

綠升麻

焙二錢

沒石子

雌雄一對酒煮火烘

右為細末合鼠骨末拌勻鉛盒盛之

銀盒更生

每早擦牙漱

咽久而不斷牙齒動搖者仍可堅固不動者永保不動

甚至少年有去牙一二在三年以內者竟可復生頗小

而白久則如故妙不可言

復生牙齒方

惠直堂

鼠骨

一具水浸去肉淨打碎微炒晒乾人飯鍋蒸又晒如此三次用何首烏二斤煎汁浸一夜又晒以汁

乾為度將骨為細末收貯聽用

破故紙

鹽水浸炒

川椒

各四兩

當歸

酒炒二兩

俱為末用羊膽汁三個蜜等分共熬將前藥末入白內搗千餘下如乾加蜜丸棗豆大每日飯後用鹽湯下二

錢藥完其齒自生

落牙重生方

惠直堂

嫩老鼠

未問眼者三四個

白芨

白芷

青鹽

細辛

當歸

熟地

各五錢

右藥共搗爛和勻一并

包鼠外用濕紙包裏煨烟盡研末擦牙即生

牙落重生

奇方類編

公老鼠

一個剝去皮埋地
下肉爛收骨焙乾

白芷

川芎

地骨皮

桑皮

川椒

蒲公英

旱蓮草

青鹽

川謹皮

各三代

麝香

一錢
或易以香附一兩

共為末每日擦牙其牙自生白且見効

仙傳生牙丹

牙落重生

仙拈集

鼠骨

四兩入乳浸一
日陰乾為末

栝子仁

去油

山萸肉

酒蒸

血餘少壯者佳皂角水鹿角霜各八兩遠志甘草水泡去骨

葛蒲

靈砂入乳煮過各四兩

為末鹿角膠四兩九桐子大每日子時酒下百丸神效

齒疎陷物

集元方

爐甘石

寒水石

等分為末每早用少許擦牙

忌用牙刷久之自密

齒疎不堅

續夷堅志

石燕子五對火煨米醋淬七次為末青鹽麝香各少許

研勻日用揩牙後以溫酒漱咽之元遺山方

口香辟臭

女科切要

白蔻仁北細辛各二錢為末唾時含之

香口去臭

摘元方

藿香洗淨煎湯時時噙嗽

生香膏

治口氣熱臭

良朋彙集

甜瓜子去殼研細入蜜少許調成膏食後含化妙

口氣臭惡

本草綱目

正旦含井華水吐棄廁下數度即痊

口臭

集驗良方

奇方類編

鬼茶四兩桂花砌砂南薄荷葉各五錢爲末甘草熬膏
作丸噙化

口臭 本草綱目

香薷煎濃湯含之

口臭

白芷 五錢 樟腦 三錢 麝香 三分

共研細末煉蜜爲丸每早晚用五丸溫酒送下

口臭 百一選方

香白芷十錢爲末食後井水服一錢

口臭 瘡瘍經驗全書

白芷七錢甘草一錢為末鹽水調飲再擦漱妙

口臭 仙拈集

枯礬入麝香少許擦牙其臭自止

口唇燥裂 經驗單方

用橄欖泡湯服核中仁研爛敷燥處立效

冬月唇乾血出 集驗良方

生豬油擦之

唇緊作痛

五楮子訓子等分爲末敷之

補缺唇

良朋彙集

麻雀屎胡椒各七粒爲末以燒酒調爲麻藥搽唇上
將唇割破以龍骨白蠟爲丸搽上用花針穿絲線縫之
外將篾片夾住唇靜室七日勿笑勿哭以免裂開

四精膏

治婦人身澁不滑

女科切要

人乳

象精

白蜜

藕汁

等分熬膏加蘇合油調勻浴後滿身塗之一月之後遍
體嫩滑香潤此宮中日用之方也

遍體香

沉香

丁香

降香

乳香

藿香

茴香

砂仁

甘松

三柰

白芷

細辛

川芎

藁本

桂心

潮腦

當歸

百藥煎

肉豆蔻

蘇合各二兩

麝香

一錢

共為末煉密丸如彈子大每早用水漱日含化一丸入

舌根下三日日香五日身香十日二十日床被香一月

後洗面皆香二三月後面如童女身軟如綿兼能起陰

壯陽祛風去冷

久服身香

女科切要

桂心

冬瓜仁

松樹皮

為末棗肉為丸久服遍身香氣透鼻

香浴湯

防風

荆芥

細辛

當歸

羌活

獨活

皂角

番白草

藿香

白芷

藁木

川芎

甘松

水紅花

各等分剉片煎湯沐浴能除惡氣細皮膚三日之內其

香不散

軟脚散

湯頭歌括

防風白芷各四錢川芎細辛各二錢爲末行遠路者撒
少許於鞋內步履輕便不生癢癩足汗皆香

脚汗

白礬乾葛等分爲末每五錢水三碗煎十數沸日洗一
次三五日後自然無汗

證治準繩

白礬一兩水煎洗脚又用楊花鋪鞋底及襪內穿之

南蒼木明礬爲細末用冬月雪水共入慢內浸至立春

取出溫洗永無汗矣

並集驗良方

白礬浮薑各五錢煎湯每日洗脚一次七日後汗自除

脚麻

行厨集

呪云還我木瓜錢急急如律令一氣念七遍自愈

或以小紙貼眉上右足麻貼右左足麻貼左

遠行足腫

防風細辛草烏各五分爲末搽脚底如底乾卽以水微

濕過糝藥著脚行走不再腫痛

便元集

用草鞋浸尿缸中半日置燒紅磚上將足踏之使熱氣

入皮內腫卽消

集驗良方

縮金蓮法

白鳳仙連根槩花葉搗爛加明礬少許煎湯頻洗乘熱包裹骨自柔軟近有用猴脛骨煎洗者殊誤事也

古今秘苑

或用礪砂白茯苓藁本各等分蕎麥稗燒灰用滾水淋取濃汁每藥三錢汁三碗同煎滾乘熱洗脚數日則骨軟易裹不疼矣若脚背土小瘡起用訶子末塗之

或用白礬夏枯草皮硝茵陳共煎湯洗足自小

脫骨湯

閩閩事宜

神效東醫

杏仁一錢桑白皮四錢水五盞入新瓦罐內煎三盞入

補硝五錢乳香一錢封口煎化置足于上先薰後洗三
日一次十餘次後軟若束綿

女子初束脚不疼痛

傳家寶

當歸牛膝各一錢水一鍾煎六分加酒少許空心服下
令血枯外邊用蕎麥稗者濃湯加枯礬少許浸足數次
束縛可以止痛

衛濟餘編卷六

人事

致富

七月丑日取中庭土泥竈勿使人知即令人富

本草拾遺

懸臘月猪羊耳著堂梁上大富

本草綱目

招吉

本草綱目

除日取富家田中土泥竈大吉

又法

致遠奇書

除夕日歲竟有行瘟使者降于人間以黃紙書天行已

過四字貼于門額吉

行厨集

又法

立春日清晨取桃皮白芷青木香煮湯沐浴吉

吉祥丹

古今秘苑

清明日採菜花一握於無人處晒乾白蜜石灰共爲團
除夕時陰置大門檻下默祝曰所求必得如意吉祥如
此七遍卽向內走則明年一年如意

又方 雄黃蒼朮各一兩橘紅白朮各五錢雜降香木
香等共爲末除夕於戶內焚之

令人喜悅

此嘍神書注

雄鼠外腎之上有文似印兩腎相對有符篆朱文九遍者尤佳以十一二月或端午七夕正月朔旦子時面北向子位刮取陰乾如篆刻下佩于青囊中男左女右繫臂上人見之無不歡悅所求如心也

又法

行厨集

取他人髮埋竈前令人不怒恒喜

令婦安夫家

行厨集

埋婦人髮於竈前自驗

令婦妾孝順

物類相感志

以狗肝和土泥竈卽驗

令人相思

淮南萬畢術注

取鵲腦雌雄各一道中燒之丙寅日入酒中令飲卽驗

令人畏服

响螻神書

五月五日取螻蟪陰乾爲末用兵死人血爲丸置衣領

中人見之自然畏服

令婦不妬

博物志

取婦人月水布裏蝦蟇于廁前一尺入地五寸埋之

止妬丸

行厨集

赤黍米 薏苡仁 天門冬 等分爲末 蜜丸 男婦服之不妬

一方無天門冬

化妬丸 治婦人妬妄誤夫無子

靜軒齋集驗方

天門冬

去心

益智仁

各二兩

赤黍米

去殼

薏苡仁

炒各四兩

百合

茯神

各一兩

右爲末 蜜丸 梧子大 每服九

十九 食遠白湯下 婦人常服 有子自然不妬

記女守閨

硃砂 密陀僧 乾胭脂 等分爲細末 蝙蝠血 調點 女人肉

上卽成血點但與人交卽去古今成苑

硃砂密陀僧為細末蝙蝠血調搽婦人身上久而不退

若有外遇其色卽退採戰方

硃砂血竭礪砂各五錢麝香一分為末龜血調和暗點

女人肉上卽成血點但與人苟合卽退去夷門廣牘

五日或七夕取守宮一枚竹筒盛之喂以硃砂令腹赤

為度刺其血點婦人身上不落與男子交則落戲術書

花毒石硃末以蝙蝠血柑皮汁二味調之點女子額上

或隱處如有私交紅點卽脫同上

石女穿竅

本草綱目

以鉛作錠逐日組之久久自開

夫婦和美

五月五日取鳴鳩脚脛骨男左女右帶之各一卽相和

愛

本草拾遺

夫婦不和者取鴛鴦肉作羹私與食之卽相愛憐

食療本草

令婦生貴子

本草綱目

虎鼻懸門中一年取熬作屑與婦人飲之便生貴子勿

令人及婦知知則不驗

轉女爲男法

本草綱目

婦人懷妊三月名曰始胎血脈未流象形而變是時宜
服藥用鐵斧潛置床下繫刃向下勿令本婦知卽生男
如不信但于雌雞伏卵時試之一窠皆雄

千金方云婦人始覺有孕用原蠶屎一枚并華水服之
日三又云婦人覺有孕以雄黃一兩絳囊盛之養胎
夫轉女成男 又云初覺有孕取弓弦一枚縫袋成帶左
臂上則轉女爲男 房屋經云凡覺有娠取弓弩弦縛
婦人腰下滿百日解却乃紫宮玉女秘傳方也

絕孕

白麵糊一升無灰酒五升打作糊煮二升半用絹帛濾

去渣作三劑俟月經將來之日晚間服一劑次日五更

服一劑天明服一劑月經雖行終身絕孕

本草綱目

芸薹子

即油菜子

紅花各二錢加四物湯一劑水一杯煎入

分經後空心服即不受胎仁安堂經驗方

紅花肉桂各一兩麝香五分為末煉蜜丸豆大每服二

十九牛膝煎湯送下永不生產

瘡瘍經驗全書

零陵香為末酒服二錢每服至一兩即一年絕孕蓋血

聞香卽散也 醫林集要

故蠶紙方圓尺許燒為末酒飲調下終身不孕 證治準繩

墮胎

大麩五升清酒一斗煮二沸去渣分五服隔宿勿食但

服此汁其子如糜母無疾苦千金不傳之妙方也 證治準繩

麥蘖一升為末和水煮二升服之卽下 同上

牛膝一握搗爛以無灰酒一杯煎七分空心服仍以獨

根土牛膝塗麝香插入牝中節下 婦人良方

官桂 三錢 麝香 四分 百草霜 威靈仙 各一錢 為丸服之亦下

畫眉丹 小兒不肯斷乳者此法施之效

惠直

山梔 三便煨存性

雄黃

硃砂

輕粉 各少許

黃丹 一錢

共為末生麻油調勻候兒熟睡勿令知覺以新筆蘸藥畫兒兩眉上醒來自然不乳未效再塗必效

便元集方山梔三個雌黃辰砂輕粉各少許無黃丹

常氏衛生篇云此方屢試屢驗惟肝氣盛者難驗

凡斷乳宜卯日伏斷日忌逢五逢七日 玉匣記

又方

遠智

細辛

三柰

各等分

共研細末入乳調搽眉上男左女右二次卽斷不可洗去

避難救兒方

婦女避難小兒啼哭棄者甚多此方可止

兒啼遇兵亂須刊刻貼示救人甚衆

惠直堂

用棉花團一個不可太大大則塞口又不可小小則恐吞下外用棉扎緊蜜糖水煮透置兒口中得沾甜味再不啼哭仍以一線牽住以便引出爲妙

姣娥禁溺

古今秘苑

出門時煮食白果七枚則不小便經筵講官多用此法

逃人

取其髮於緯車上逆轉之則迷亂不知所適

本草拾遺

取逃人衣服井中垂運之則逃者自思歸

行厨集

或取逃人衣服并帶裹磁石懸井中逃人自返

同上

變形

俊靈機要

上已取啄木鳥一枚以丹砂大青梓肉飼之今年取腦
和雄黃半錢作十九每日東向水服一九久能變形怒
則如神鬼喜則如常人

隱形

正旦吞烏雞子即烏雞所生之卵一枚可以練形太平御覽

八月晦日夜半面北吞烏雞子一枚有事可隱形嶠嶼神書

臨官有威本草拾遺

取虎之威骨虎有威骨如L字長一寸在角兩旁破肉取之佩身上令人有威

斬三月太上元科

當以庚辰日去手爪一云甲寅日甲午日去足爪每年七月

十六日將爪用燒灰和水服之三尸九蟲皆滅

人水能浮開寶本草

取象胸前小橫骨燒灰酒服即驗

辟魔

雄黃帶頭上或以棗許繫左腋下終身不覺

張文仲備急方

夜卧時以鞋一仰一覆則無魔及惡夢

起居雜忌

行路不迷

行厨集

帶龜而行雖人深山無人處亦不迷路三义路口放之

依龜而行自無舛錯

夜行無恐

行厨集

中指書手心我是鬼三字握固任行不怖

暈船

行厨集

下船時密將竈心土一塊藏髮中不暈

寫土字于手心下船無恐怖

注車注船 凡人登車船煩悶頭痛欲吐者此方解之

徐長卿 石長生 車前子 車下李根皮 等分

搗碎以布囊繫半合於衣帶及頭上則免此患 册後方

異鄉不服水土 本草拾遺

鞋底土刮下和水服

注夏虛病 攝生方

枸杞子五味子研細滾水泡封三日代茶飲之効

孔子大聖枕中丹 學問易忘此丸服之令人聰明千金

敗龜板酥炙 龍骨研為末人 遠志去心苗 菖蒲九節者去毛切片

等分為末蜜丸重一錢每服一丸溫酒化下日三服

狀元丸 教子第一方 馮氏錦囊

菖蒲去毛 遠志甘草水煮去心各二兩 白茯神 巴戟水者去心各五錢

人參 地骨皮各三錢

為未用白茯苓二兩糯米二兩共為粉石菖蒲三錢煎濃湯去渣打糊為丸每食後午時臨睡各服三十丸

朱子讀書丸

茯神

遠志肉各一兩

防黨

陳皮

各七錢

石菖蒲

歸身各五錢

甘草

二錢五分

爲夫麩糊丸如急性子大硃砂爲衣臨卧燈心湯下

菴蓉散

久服至老不忘

證治準繩

肉菴蓉

酒浸

續斷

各二錢五分

石菖蒲

白茯苓

皮

遠志

去心各七錢半

爲細末每服二錢食後温酒調下

健忘

千金翼

五月戊子曰取東引桃枝二寸枕之令人不忘事

端陽日未出時取東向桃枝三寸刻木人著衣佩之效

大力丸 馮嘉寶方 良朋彙集

蕤藜 酒洗炒 去刺

白茯苓

白芍

肉蓯蓉

酒洗

杜仲 酥油炒

鬼絲子

酒煮 續斷

當歸

覆盆子

威靈仙

破故紙

薏苡仁

各一兩 五錢

牛膝 酒洗

無名異

自然銅 醋煨七次

乳香

沒藥

硃砂 飛過

血竭

青鹽 各五錢

天雄 二兩重便 浸五日

跳百文

十個 去足

虎骨

二兩酥 油炙

象繁

十個去頭尾翅 如無用上繁

共為細末煉蜜為丸二錢半重早晚鹽湯或黃酒送下

少時用力行功散於四肢

大力丸 王永光方 良朋彙集

土鱉酒洗去腸穢十五個地龍去土酒洗無名異焙當歸酒洗

自然銅醋煨成粉乳香去油各四兩白葵藜炒去刺一斤

右為細末煉蜜為丸重二錢五分每服一丸空心鹽湯

或黃酒送下

如意大力丸 良朋彙集

蒺藜淨末半斤當歸酒洗一兩大生地酒洗牛膝

骨碎補去毛鹽水拌炒木瓜 杜仲鹽水拌炒去絲枸杞

熊掌骨酥炙各一兩虎脛骨酥炙一兩續斷甜瓜子微炒一兩

乳香去油

沒藥去油各五錢

黃柏八錢鹽水炒

地絲子川熟

龜板酥炙

白茯苓人乳包

知母鹽水炒

大熟地各一兩

右為細末煉蜜為丸三錢重每服一丸空心滾水送下

大增力丸

集驗良方

大菴蓉酒洗去麩甲

土茯苓各四兩

川牛膝

當歸各一兩

大鱧魚重二斤者炙乾

右為末以黃精自然汁為丸服之氣力倍常

黃龍丸

鱧魚一條須重一斤者佳炙乾

螃蟹大甲炙

川芎

大熟地

元參

藕粉

白茯苓

麥冬去心

天冬去心

陳皮各四兩

何首烏九蒸九晒 山藥各八兩

土鱉二兩炙乾 人參二錢

五靈脂一錢炒 黃牛髓四兩生用

右研細末煉蜜為丸如桐子大每日早晚各服四十九滾水送下十日內見效可以常服有益無損多服更佳

功難盡述

魚鱉丸 良朋彙集

當歸酒洗

白茯苓剉去刺

魚鱉剉炒

牛膝各四兩 川芎三錢

右為細末煉蜜丸每重三錢硃砂為衣黃酒送下

仙傳戒鴉片方 昔有一孝子嗜鴉片乜壇遇仙傳與此

方竟獲考終 良方集要

石蓮子 貫眾 各三錢 藿香 附子 製 丹皮 各一錢五分

防已 錢 加黑沙糖五錢水煎服十劑之後即照前分

兩十倍合九開水吞服服後或腹瀉肢體委頓無妨甚

必除盡臟腑之毒始能復元慎毋信心不堅仍犯前戒

也

永福堂刊送

戒鴉片方

石蓮肉 貫眾 各三錢 當歸 附子 藿香 各一錢五分

漢防己一錢

加紅砂糖五錢水煎引前服服四

五劑後則肚腹瀉再服至十劑自然不喜吃烟如服十劑後乃不能斷卽照此方分兩十劑料合丸藥引來時用滾水吞三四錢此方試驗多人切勿泛視

戒鴉片方

肉桂製附各五錢研細末和淨烟膏三錢再加寧坤丸蘇合丸各四丸和勻入後藥末

白豆蔻

母丁香

石蓮子

防己

藿香

丹皮

貫衆各三錢

爲末加紅糖五錢開水和勻不可

太濕丸如桐子大以硃砂為衣陰乾忌日每引一分者

開水吞一九一錢者吞十九丸輕則減重則加日減一九

至減盡而止

戒鴉片方 不論烟引大小年分遠近無不奇効

上洋參 上南桂 上木香 白豆蔻

縮砂仁 法半夏各一錢 白茯苓一錢五分 川貝母二錢

真沉香二錢五分 真牛黃七分

右藥共研為細末加洋烟膏二錢五分要烟灰重製加熬者更妙

南星二錢五分為丸如小菜豆大飛淨硃砂一錢為衣

每引五六分者服十五粒吸烟三分或二分半若引大
以次遞加服至二十日便可去烟祇吞丸藥以下三日
減一粒減盡卽斷矣神効之至

斷烟後祇吞藥丸如夜間不能寐者則服後方

熟地 五錢

黨參 三錢

冬朮 土炒

棗仁 炒黑研

茯神 各二錢

當歸

兔絲餅 各一錢半

陳皮

半夏 各一錢

遠志 七分

五味子 四分

硃砂 四分作兩

水煎服以能寐爲度或多服亦有益無損
右方係繆

漁隱試驗

鬼谷子響卜法

玉匣記

竈者五祀之首也吉凶之柄悉歸所主凡有疑慮候夜
稍靜洒掃爨室滌釜注水令滿以木杓一箇頓於竈上
燃燈二盞一置竈腹一置竈上安鏡於竈門邊炷香叩
齒祀曰 維某年月日某信士敢焚信香昭告於司命
竈君之神竊聞福既有基咎豈無徵事之先兆惟神是
司某今爲某事衷心營營罔知攸指敬於靜夜移薪息
爨滌釜注泉求趨響卜之途恭俟指迷之柄情之所屬
神實監之某不勝聽命之至禱畢以手撥鍋水令往左

賦聖之自然吉矣

即昇與行其及又願并出行所與念子國難此法以士

吾等我背書律士益益收此天以文幹合

盜烟不特賊身財不特對行盜體姑存當

四錄正蘇香今出行兩王澤真每大遊斗

蘇畫畢西日

門內四齒三十六能以或平大跡前以畫四錄身畫正

以入山以漢益不別對日露身出古真正有濟身立于

四錄正蘇西

正國指

呂祖一枝梅 凡男婦大人小兒新久諸病生死難定者

此方用之可以預知

外科正宗

麝香 三分

草麻仁 五分

銀硃 一分

錢五

硃砂

五靈脂

各三錢

雄黃

巴豆仁

不去油 各五錢

右各研細端午日午時於淨室中共研加油胭脂為膏

磁合收藏勿經婦女之手臨用時取芡實大一枚搗成

小餅貼病人印堂中點宮香一枝香盡去藥已後一時

許藥處有紅斑暈色腫氣飛散者謂之紅霞捧日病雖

危篤可保無虞如貼藥處一時後並無紅腫皮肉照舊

不變謂之白雪漫野病雖輕淺終歸冥路其藥用過送入河中切勿褻汚

試病人生死

姑妄聽之

河間風俗遇人病篤時私剪其着體衣襟一片熾火焚之其灰有白文斑駁如篆籀者則必死無字迹者卽生又或聯紙爲衾其縫不以糊粘但以秤錘就搗衣砧土捶之其縫綴合者必死不合者卽生試之十驗八九均不測其何理

一法取病者虱於前將瘥虱行向病者背則死

西陽雜俎

月蟾起死丹 凡遇凶死灌之即活命盡者亦能淹留三

五天如有命服丹追魂用藥調治

惠直堂

三月三日向辰方取金絲大蝦蟇一個

一云腹下必有金色者 必前

有五指者養至五月五日午時懸起陰乾

一云以繩倒繫於梁上不

令蟲鼠所傷

勿令損壞候月蝕之日先以溫水浸蟾濕其夜

以新盆盛水浸之於初蝕時入水蓋以新盆次早開視

其蟾即活

一云月蝕之夜用溫水盆盛蟾上再以大盆覆之俟月初蝕舉家用竹塊繫其上以救之

勿令停手俟月將圓開盆視之其蟾復活

以硃砂一兩

能走躍者佳其手足動而不能行者無用

搗萬下面東方九如梧子大死三日以內屍不壞者可

衛濟餘編卷七

備荒

辟穀仙丹

惠直堂

熟地一斤九蒸九晒天門冬二斤去心

為末蜜丸彈子大晒乾每服二三丸温酒化下日服三次服至十日身輕目明久久可為地仙

李衛公行軍辟穀方

惠直堂

大黃豆五斤淘三遍至極淨去皮為末麻子仁三斤綿包用沸湯浸至冷取垂井中一宿

勿令著水次日曬乾新弄碾出散
鼓揚取粒粒完整者蒸三遍為末

白茯苓

六兩

糯米

五升

淘淨與茯苓同蒸爲末先將麻

仁糯米茯苓共搗極爛漸加豆末和勻捏如拳大塊復入甑蒸之約三個時辰冷定取出晒干爲末每用麻子汁調服以飽爲度不得吃一切諸物第一頓一月不饑第二頓四十九日不饑第三頓百日不饑第四頓一年不饑第五頓千日不饑永遠顏色日增氣力加倍如渴飲麻子汁或芝麻汁滋潤臟腑如欲吃飲食用藜菜子三合爲末煎湯冷定服之下其藥再服稀粥一二日稠粥一二日方可飲食但服藥之後大忌房事慎之

辟穀方

太平廣記

晉惠帝永寧二年黃門侍郎劉景先過太白山遇隱士
傳得此方前知隨州朱頰教民用之有驗序其首尾勒
石漢陽軍大別山太平興國寺

大豆五斗淨淘洗蒸三遍去皮又用大麻子三升浸一
宿漉出蒸三遍令口開右二味先將豆搗爲末麻子亦
細搗漸下豆同搗令勻作團子如拳大入甑內蒸初更
進火蒸至夜半子時住直至寅時出甑午時晒乾搗爲
末乾服之以飽爲度不得食一切物第一頓得七日不

饑第二頓得四十九日不饑第三頓得三百日不饑不
問老少但依法服食令人強壯容貌不憔悴如渴研大
麻子湯飲之滋潤臟腑若欲食別物用葵子三合許研
末煎湯冷服開導胃脘以待沖和取下其藥如金色在
食諸物並無所損

救荒丹

與前方小異

惠直堂

黑豆五升洗淨蒸三遍晒乾去皮爲末火麻子三升湯
浸一宿撈出晒乾用牛皮膠水拌晒去皮淘淨蒸三遍
礱搗漸次下黑豆末和勻用糯米粥爲丸如拳大入甑

蒸從夜至子住火至寅取出晒乾磁器內盛蓋不令見
風每服三塊但飽爲度不得食一切物第一頓七日不
饑第二頓四十九日不饑第三頓百日不饑容顏佳勝
更不憔悴渴卽研火麻子漿飲之滋潤臟腑若要重吃
物用葵子三合杵碎煎湯飲開通胃腕再以薄粥飲數
次然後飲食則無碍矣

辟穀方

尊生入牋

黑豆五斗淘淨蒸三遍晒乾去皮秋麻子三升溫水浸
一宿去皮晒乾各爲細末糯米三斗煮粥和前一味合

搗爲團如拳大入甑蒸一宿一更發火蒸至寅時日出
方纔取出甑晒至日午令乾再搗爲末用小棗五斗煮
去皮核同前三味爲團如拳大再入甑中蒸一夜服之
以飽爲度如渴以淘麻子水飲之滋潤臟腑如無麻子
汁白湯亦可不得別食他物

辟穀方

救荒本草

黑豆半升炒香去皮芝麻半升炒熟白茯苓四兩管仲
四兩水洗淨切碎爲末糯米半升炒熟爲末每服三錢
日進三服或水或湯送下盛時用青布囊

普濟丹 歲荒饑眾此方所費不多一料可濟萬人直修

台以濟世 相傳係許真君方 仙拈集

黃豆七斗芝麻三斗水淘過即蒸不可浸多時恐去元氣蒸過即晒晒乾去殼再蒸三蒸三晒搗為丸如核桃夫每服一丸可三日不饑

濟生丹 其味香美療饑數月可安 仙拈集

芝麻 一斗微 黃豆 糯米 各一斗水 熟地 十斤

黃耆 炙 山藥 炒各五斤 白朮 三斤 紅棗 十斤去皮核

為末搗棗肉煉蜜丸約五錢重白湯下 永年堂施

行路不饑丹

惠直堂

芝麻 一斤

紅棗 煮熟去核 一斤 糯米 一升

共為末以紅棗煮

熟為丸

或加蜜和

如彈子大每用一丸水下可一日不饑

黃山谷救饑方

糯米芝麻各三升各淘洗晾乾文火炒熟勿焦磨成粉

紅棗三升熬爛去皮核將棗汁一盞半和棗肉入粉搗

成丸每丸七八錢風吹半乾烘晒收貯

為丸後置當風處半乾方可烘

晒否則 早午各細嚼一丸開水送下可以終日不食仍

味薄矣 不忌飲啖

辟穀仙方

本草綱目

天門冬二斤熟地黃一斤爲末煉蜜丸彈子大每溫酒
化三丸日三服居山遠行辟穀良服至十日身輕目明
二十日百病愈顏色如花三十日髮白更黑齒落重生
五十日行及奔馬百日延年

荒年辟穀

肘後方

稻米一斗淘汰百蒸百曝搗末日食一餐以水調之服
至三十日止可一年不食

又方

肘後方

粳米一升酒三升漬之曝乾又漬酒浸取出稍食之可
辟三十日足一斗三升辟穀一年

又方

食療本草

青梁米以純苦酒浸三日百蒸百曬藏之遠行日一餐
之可度十日若重餐之四百九十日不饑

左慈荒年法

博物志

大豆粒細調勻著生熟按令光暖徹豆肉先日不食以
冷水頓服訖一切魚肉果菜不得復經口渴卽飲冷水
初小困十數日後體力壯健不復思食

防饑救生四果丹

惠直堂

栗子 去壳

紅棗 去皮核

胡桃 去壳皮 柿餅 去蒂

等分入甑蒸二時取出石臼中杵搗不辨形色捻為厚餅晒乾收貯冬月吉日焚香修合凡饑者與食一餅茶湯在嚙服腹中氣足自飽一餅可耐五日再服不限日數此藥補腎水健脾土潤肺金清肝木而心火自平也

休糧養道方

效荒本草

白麵 六斤

香油

白蜜 各二斤 乾薑 二兩

滾水泡

生薑 四兩 去皮

甘草 二兩

白茯苓 四兩 黃米 三升

共爲細末和成一塊切作片蒸一時陰乾爲末先吃飽
飯後服此藥一茶匙淨水送下若服至一盞可一月不
饑要解藥力葵菜煎湯服之仍舊食飯

諸葛乾糧

蕙直堂

白茯苓

白麴

各二斤 乾薑 一兩

米 二升

山藥 一斤

麻油 半斤

芡實 三斤

各藥一處蒸熟焙乾爲末每服一匙新汲水下日進一
服氣力如湧一日不饑渴

救荒辟穀奇方

荒年貧不能自給者用此

千金方

白茯苓四兩爲末白麵二兩入水同調勻以蠶蠟三兩
代油煎成餅飽食一頓便不食至三日後氣力漸生熟
果芝麻湯米湯涼水畧飲少許以潤腸胃無令涸竭若
仍欲飲食須先用葵菜湯并米飲稀粥少少服之

許真君避難飲食方

月令廣義

白麵六兩黃蠟三兩白膠香五兩將麵調糊爲丸如黑
豆大晒乾再將蠟熔成汁將圓子投入其中打勻候冷
用紙包裹安放淨處每早空心服三五丸冷水蘸下
吃熟食任意不妨

辟穀休糧方

王氏農書

白麩一斤黃蠟四兩化開白茯苓一斤去皮三味爲細末打糊攤成餅先清齋一日食一頓七日不饑再食一頓一月不饑若要食飯葵菜煎湯服一鍾如無葵菜茯苓湯亦可

辟穀方

齋莊齋集驗方

糯米二三合炒熟以黃蠟二兩銅勺內熔化再入米同炒至蠟乾爲度任便食之數日不饑若要吃食嚼胡桃肉二個卽便用食

神仙辟穀延壽丹

續夷堅志

硃砂光明者定粉燒之黃黃丹轉者飛過乳香七錢半

水銀三錢大金箔二十片白沙蜜一兩淨蠟二兩

白茯苓如雪者佳一兩

右各擇精細者先將定粉入乳鉢研開次下水銀再研直至水銀無星為度次下黃丹硃砂金箔再研次下茯苓乳香等細末同研勻將藥入拍碗坐熱湯上勿令湯冷另熔蜜蠟入藥在內木匙攪勻眾手丸每一兩作十二丸勿令有劑縫或硃砂或水銀為衣水銀為衣法取水銀二三粒手

心內用津唾擦青色
取藥三五丸搓之
合時忌雞犬婦人藥成入拍器內
貯之如欲住食先用油三兩蠟一兩白麵一斤八蜜一
兩和燒餅或煎餅如無食不托麵或糯米粥亦可須極
飽然後服藥以乳香湯下一丸又一時辰再將白麵炒
熟蜜蠟爲丸如桐子大溫白湯或乳香湯下百丸名曰
後藥先已飽食又服後藥故二三日不困雖困亦無傷
服藥後當萬緣不染蓋心動則氣散語多則氣傷故辟
穀者以寧心養氣爲本事來則應事過勿留于心時時
向日咽氣以爲補助茶湯任意勿食有滓之物忌怒大

勞十日後肌肉雖瘦而筋骨輕健神觀開朗如欲開食
須二七日以後候藥在丹田可開食不至二七日而食
則藥隨臟腑而下開食之後如更欲住食不必服藥止
以乳香湯飲之

長生辟穀丹

壽世保元

雲南雪白大茯苓去黑皮令淨定粉黃丹白松脂白沙
蜜黃蠟各二兩硃砂五錢金箔二十個水銀三錢先將
蜜蠟松脂於淨磁碗內鎔爲汁傾藥在內以木匙攪勻
候溫就丸如指頭大用水銀爲衣有死水銀法先洗手

淨用水銀三錢點在手心內以指頭研加泥見手心青
色將藥三五丸搓揉後以金箔約量攤碗內以藥丸在
內搖動使金箔都在藥上密器收貯服時用乳香末半
錢水三小盞煎湯溫送下不嚼破服後第三日覺饑以
麪和白茯苓末烙成煎餅食半飽以後藥在丹白永不
饑渴久則交過五臟陰滓俱盡長生不死諸人可服並
無所忌使人添氣力悅容顏身輕體健百並皆除救貧
接苦實濟世之良方長生之妙法其間若欲飲食俱不
妨事但七日之內吃食藥必隨下至半月藥在丹田永

不出矣服時面東持藥唸咒一遍吹在藥上如此七遍
畢以乳香湯送下咒曰

天清地寧至神至靈三皇助我六甲護形去除百病使
我長生清清淨淨心爲甲庚左招南斗右招七星吾令
立化與天長生吾奉太上老君急急如律令

辟穀方

食物本草

靜菴齋

黃耆

赤石脂

煨龍骨

各三錢

防風

五分

烏頭

一錢

右藥置石臼內搗一千杵煉蜜丸如彈子大如行遠路

者飽食飯一頓服一九可行五百里二九可千里不幾

長命丹

良朋彙集

白茯苓

粉甘草

各四兩

川椒

乾薑

各二兩

白麵

六斤炒熟

共為細末用真麻油二斤煉去浮沫俟溫入前藥麵拌

搗為丸

如不成可加煉蜜

如彈子大初服每日三丸三日之後

每日服一丸飲涼水三日即終日不饑不渴欲解食核

桃一個即思飲食

辟穀方

淮南萬畢術

榆樹生耳八月採之以美酒漬曝同清梁米紫英實蒸

熟為末每服三指撮酒下令人不饑

斬草丹 備荒辟穀修道

惠直堂

芝麻黑豆半升齊炒成黃色去了皮貫眾茯苓各四兩
乾薑甘草亦如之棗肉爲丸錢來大走遍山川不忍饑
試問山中青苗草管教入口化爲泥

大道丸

尊生八錢

黑豆一升去皮管仲甘草各一兩白茯苓蒼朮礞砂仁
各五錢共剉碎用水五升同豆熬煎火須文武緊慢得
中直至水盡揀去藥取豆搗如泥丸作雞頭子大入有
蓋磁瓶密封每嚼一丸可食百般苗葉終日恣飽雖異

草殊木素所不識者覺其甜與進飯同忌服葷菜果

熱湯水

休糧方

仙娥清玩

縮砂仁貫眾白芷茯苓甘草右為細末煮黑豆熟以藥
拌置鍋中黃蠟一兩薄切摻豆上令勻取豆焦乾為度
以數粒同松釵中節食亦可不饑

黃山谷煮豆帖

南村輟耕錄

黑豆一升揀極淨淘洗用貫眾一斤細剉如豆大和豆
中量水多少慢火煮之翻覆令展盡餘汁為度鑿出黑
豆去貫眾空心服七粒食諸草木枝葉覺有味可飽

碎穀方

山居四要

杜仲菝葜甘草荆芥等分爲末糊丸如桐子大每服數丸卽喫草木可以充饑止有竹葉甘草不可同食食草葉有毒惟鹽可解

服蒼朮方

王氏農書

蒼朮一斤白芝麻香油各半斤右將蒼朮用米泔浸一宿取出切片子以香油炒令熟用瓶盛貯每日空心服一撮用冷水湯嚥下饑卽服之壯氣駐顏色辟邪又能

步履

