

R247.2  
4

四時宜忌

錢唐瞿祐

正月事宜

周天至衡六問曰大寒後十五日斗指艮爲立春立  
始建也春炁始至故爲之立也後又十五日斗指  
爲雨水雨水中炁也言雪散爲水矣律太簇族者湊  
也言萬物奏地而出隨陽而生也晉樂志曰正月建  
寅寅者津也謂生物之津途也玉燭寶典以正月爲  
端月曰孟陽曰獻歲歲朝一日爲鷄二日爲犬三日

爲豕四日爲羊五日爲牛六日爲馬七日爲人八日  
爲穀是日日色晴明溫暖則本事蕃息安泰若值風  
雨陰寒熱象慘烈則疾病衰減以各日驗之若人值  
否思預防以攝生

靈寶曰是月天道南行作事出行俱向南吉是月一  
日修續命齋勿殺生初七日是三會日宜修延神齋

吉

元日五更以紅棗祭五瘟畢合家食之吉

山海經曰畫桃符以厭鬼

荆楚歲時記曰元日服桃仁湯爲五行之精可以伏  
百邪

月令圖經曰元日日未出時朱書百病符懸戶上符  
在五月中

荆楚記元日掛鷄於門庭百神畏之

墨子秘要曰元日取鷓巢燒灰着于厠以避兵撒門  
裏以避盜

四時纂要曰是月四日寅日宜拔白甲子日拔白三  
十三日服井花水令鬚髮不白

肘後方曰正月上寅日取女青草末三合絳囊盛掛

帳中能辟瘟疫

女青卽雀獸也

玉燭寶典曰元日作膏粥以化門戶

瓊碎錄打春牛時拾牛身土泥撒簷下不生蜒蚰

荆楚記曰正月未日以蘆茺火照井中廁中百鬼皆走

正月元旦迎祀灶神釘桃符上書一顰字掛鍾馗以  
辟一年之祟家長率長幼拜天地萬神詣本境土地  
五穀之神以祈一年之福或誦經咒完畢方禮拜新

年寅時飲屠蘇酒

屠蘇酒方

大黃 一錢

桔梗

川椒

各一錢五分

桂心

一錢八分

烏頭

六分

白朮

一錢五分

茱萸

一錢二分

防風

一兩

以絳囊盛之懸井中至元日寅時取起以酒煎四

五沸飲二三杯自初小飲起

洛陽人家正月元日造絲鷄臘燕粉荔枝十五日造

火鷺兒食玉梁糕

長安風俗元日以後適以酒食相邀為之傳坐

立春後庚子日宜溫蔓菁汁合家並服不拘多少可  
除瘟疫

元日五更時點火把照果木樹則無垂生以斧敲打  
各樹身則結實

居家必用曰是月將三年桃樹身上尖刀畫破樹皮  
直長五七條比他樹結子更多

是月上辰日塞鼠穴可絕鼠

五行書曰元日用麻子七粒赤荳七粒撒井中辟瘟

歲時雜記曰元日燒蒼朮

崔寔月令曰元日進栢酒是玉衡星之精服之令人  
身輕

家塾事親曰元日取小便洗液熱大効

珠囊隱訣曰元日煎五香湯沐浴令人至老鬚黑註  
曰乃青木香也因其一株五根一莖五花一枝五葉  
一莖五節故云

元日四更時取葫蘆藤煎湯浴小兒終身不出痘瘡  
其藤須在八九月收藏



其月宜加綿襪以煖足則無病

元日天倉開日宜學道坐圓戊辰日宜煉丹藥可長  
生

又云五香湯用蘭香荊芥頭苓香白檀諸香咬咀  
煮湯沐浴辟除不祥

雲笈七籤曰以立春日清晨煮白芷橘皮青木香三  
湯沐浴吉

千金月令曰是月宜食粥有三方一曰地黃粥以補  
虛取地黃搗汁候粥半熟以下汁復用綿包花椒五

十粒生薑一片同煮粥熟去綿包再下熟羊腎一具  
碎切成條如韭葉大少加鹽食之二曰防風粥以去  
四肢風取防風一大分煎湯煮粥取紫蘇炒微黃香  
煎取汁作粥

雲笈七籤曰正月十日沐浴令人齒堅寅日燒白髮  
吉

述見曰是月每早梳頭一二百梳甚益

玄樞經曰春冰未泮衣欲上薄下厚養陽收陰長生  
之術也太薄則傷寒

道藏經曰欲滅尸亟春正上甲乙日視歲星所在焚  
香朝朝禮拜誠心祝曰臣願東方明星君扶我魂接  
我魄使我壽命綿長如松柏願臣身中三尸九虫盡  
消滅頻頻行之吉

四時纂要曰初七日爲上會日可設齋醮大吉

清異錄云咸通俗元日佩紅綰囊內裝人參豆大塊  
木香一二厘時服日高方止號迎年佩

正月事忌

正月日時不宜用

建百事不利

是月初七日二十一日不可交易裁衣

是月初婚忌空床招不祥不得已者以薰籠置床以厭之

楊師方曰元日勿食梨以避離字之義勿食鯽魚頭中有虫

千金方曰是月食虎豹狸肉令人傷神損壽

又曰不得食生菰蓼子令人面上起遊風勿食蜚藏不時之物

本草是月勿食鼠殘傷物令人生癩

心鏡曰是月節五辛以避厲熱五辛蒜葱韭薤薑是也勿食狸豹寺肉

攝生論曰八日宜沐浴其不宜遠行

楊公忌曰十三日不宜問疾

正月元日天臘日十五日爲上元二日戒夫婦入房

### 二月事宜

孝經緯曰雨水後十五日斗指甲爲驚蟄蟄者蟄虫震起而出也後十五日斗指卯爲春分分者半也當九十日之半也故爲之分夏冬不言分者天地間二

熱而已矣陽生子極於午卽其中分也春爲陽中律  
夾鍾言萬物孚甲鍾類而出也晉樂志曰二月建卯  
卯者茂也言陽生而茲茂也要纂曰二月爲仲陽曰  
令月

玄樞經曰天道西南行作事出行宜向西南吉不宜  
用卯日犯月建不吉

是月取道中土泥門戶辟官符上壬日取土泥屋四  
角宜蠶事

呂公忌曰是月令幼小兒女早起避社神兔至小兒

面黃

是月採升麻治頭疼熱風諸毒採獨活治賊風百節痛風無久新俱治

四時纂要曰是月初八日十四日二十八日拔白髮髮良

千金方曰是月宜食韭大益人心

纂要曰是月丁亥日收桃花陰乾爲末戊子和井花水服方寸七日三服療婦人無子兼美容顏

千金月令曰驚蟄日取石灰糝門限外可絕虫蟻不

過

呂公月令忌曰社日令男女輟業一日否則令人不

聰

千金月令曰二月二日取枸杞煎湯晚沐令人光澤  
不病不老

雲笈七籤曰社日飲酒一杯能治聾疾杜詩爲寄治  
聾酒一杯

月令曰春分後宜服神明散其方用蒼朮桔梗各二  
兩附子一兩烏頭二兩炮細辛一兩搗篩爲散紅絹



囊盛之一人背帶一家無病

二月已後當多服祛痰之藥

是月二十五天倉開日宜坐園入山修道

雲笈七籤曰二月八日沐浴令人輕健初六日浴亦同

玄樞經曰是月上卯日洗髮愈疾

玄樞經曰是月初八日乃佛生日也周建子以子月爲歲首是以十一月爲正月也莊王九年四月初八日釋迦生以子至卯月是今二月也二月八日爲佛

生辰無疑今不知者不考歲首建支猶以四月爲成  
規何其謬歟

靈寶曰是月八日宜修芳春齋 十五日修太上慶  
生齋

洛陽記寒食日粧萬花與煮楊花粥

二月事忌

千金月令曰二月三日不可晝眠

白雲忌曰二月九日不可食魚鱉仙家大忌

雲笈七籤曰二月十四日忌水陸遠行

又曰是月勿食黃花菜交陳疽發痼痰動宿熱勿食  
大蒜令人熱壅關隔不通

又曰多食鷄子滯熱勿食小蒜傷人志勿食兔肉狐  
貉肉令人神魂不安

養生論曰是月行途勿飲陰地流泉令人發瘡瘴又  
令脚軟

是月勿食生冷可衣夾衣

是月雷發聲戒夫婦容止

是月初四十六日不宜交易裁衣

玄樞經曰母竭川澤毋焚山林勿任刑勿殺傷

楊公忌十一日不宜問疾

三月事宜

孝經緯曰春分後十五日斗指乙爲清明萬物至此  
青潔齊而清明矣後十五日斗指辰爲穀雨言雨生  
百穀物生清淨明潔也律姑洗姑者故也洗者鮮也  
言萬物去故而從新莫不鮮明之謂也樂志曰三月  
建辰辰者震也言物動長也纂要曰三月爲蠶月爲

未春

玄樞經曰是月天道北行作事出行宜向北方吉

千金月令曰三月採艾為人掛戶上備一歲之灸

材

四時纂要曰是月三日取桃花片收之至七月七日

取烏鷄血和塗面及身光白如玉

是月二日收桃葉晒乾搗末井花水服一錢治心病

効

瓊碎錄曰三月三日薺菜花鋪竈上及坐臥取處可

辟虫蟻

又曰是日取苦鍊花無花卽葉於臥席下可辟蚤虱  
驗

又云清明日日未出時採薺菜花候乾作燈杖可辟  
蚊蠅

瑣碎錄曰清明日三更以稻草縛花樹上不生刺毛  
虫

是月初三日或戊辰日收薺菜花桐花芥菜藏毛羽  
衣服內不蛀

歲時記曰上巳日取黍麩和菜作羹以壓時熱

濟世仁術曰三月三日鷄鳴時以隔宿炊冷湯洗澆  
瓶口及鍋竈飯籬一應厨物則無百虫遊走經行爲  
害

山居四要曰清明前二日收螺螄浸水至清明日以  
螺水洒牆壁等處可絕蜒蚰

濟世仁術曰三月辰日以絹袋盛麵掛當風處受暑  
者以水調服

法天生意曰三月三日採桃花浸酒飲之除百病益  
顏色

又曰清明前一日採大蓼晒乾能治熱痢用未

服一錢効

濟世仁術曰寒食日永浸糯米一二升逐日換水至  
小滿漉起晒乾炒黃水調塗治跌打損傷及惡瘡神  
效

三月上巳宜往水邊飲酒燕樂以辟不祥所謂修禊  
事也

萬花谷曰初三日取枸杞根煎湯沐浴令人光澤不  
老



是月二十日天倉開日宜入山修道

二十七日沐浴令人神熱清爽

千金方是月入大山背陰不見日月松脂採鍊而餌之百日耐寒暑補益五臟

靈寶經曰是月三日修盪邪齋

清明一日取榆柳作薪煮食名曰換新火以取一年之利

真誥曰是月十一日拔白十三日拔白永不出初

一初十日拔白生黑

是月取百合根晒乾搗爲麵服能益人取山藥去  
皮焙晒作麵食大補虛弱

養生仁術曰穀雨日採茶炒藏能治痰嗽及療百病  
熱疾

居家必用曰三月一日取鼠耳汁蜜和爲粉謂之龍  
舌并以壓時氣

洛陽上巳日婦人以齊花點油祝之洒入水中若成  
龍鳳花卉狀者則吉謂之油花卜

酉陽雜俎曰三月星心見辰出火禁烟插柳謂禳此

耳寒食有內傷之虞故令人作鞦韆蹴鞠之戲以動盪之

是月初六初七二十七日沐浴令人神爽無厄

荆楚記曰三月三日四民踏百草時有鬪百草之戲亦祖此耳

萬花谷云春盡採松花和白糖或蜜作餅不惟香味清甘自有所益于人

三月事忌

季春之月不宜用卯日卯時作事犯月建不吉

雲笈七籤曰是月勿久處濕地必招邪毒勿大汗勿  
裸露三光下以招不祥勿發汗以養臟熱勿食陳蕞  
令人發瘡毒熱病勿食驢馬肉勿食獐鹿肉令人神  
魂不安勿食韭

法天生意云勿食鷄子終身昏

又云勿食大蒜亦不可常食奪熱力損心力

月令忌曰勿食血并脾季月土旺在脾恐死蒸投入  
故耳

百一歌曰勿食魚蟹令人飲食不化神魂恍惚發宿

疾

本草曰勿食生葵勿食羊脯三月以後有虫如馬尾  
毒能殺人

風土記是月十六日二十七日忌遠行水陸不吉初  
一十六日忌裁衣交易

千金方三月辰寅日勿食魚凶

雲笈七籤曰是月五日忌見一切生血宜齋戒

孫真人曰是月勿殺生以順天道勿食百草心黃花  
菜

千金方曰勿食鳥獸五臟勿食小蒜勿飲深泉  
雲笈七籤曰三月八日勿食芹菜恐病蛟龍瘦面青  
黃肚腹大如妊服糖冰吐出愈

楊公忌初九日不宜問疾

四月事宜

老經緯曰穀雨後十五日斗指巽爲立夏物至此時  
皆假大也後十五日斗指巳爲小滿小滿者言物長  
于此小得盈滿也律名中呂白虎通曰中呂何言陽  
熱極將彼故腹中難之也晉志曰呂者助也陰助成

陽之功也四月建巳巳者起也物至于此畢盡而起也西京雜記四合德用事和氣皆陽爲正陽之月又曰陽雖用事而陽不獨存純陽凝于無陰亦謂之曰

陰月

又曰是月也盛德在火天道西行作事出行宜向西吉

是月每清晨吃菘頭酒一二杯令血氣通暢踈壅導

滯

四月丁巳宜祀竈十六日天倉開宜入山修道

收書于未梅雨時開閣厨晾燥隨即閉門內放  
香花或樟腦不生蠹魚

收書未梅雨前逐幅抹去蒸痕日中晒晾令燥  
入匣以厚紙糊匣口四圍梅過方開匣須杉木  
為之內不用紙糊并油漆以辟黴氣

辟政方用鰻魚晒乾于室中燒之可少解其橫  
是月伐木不蛀

月令纂曰是月于魚池中納一神守則魚不  
走養

善飛尤為緊要

神守即今之圓魚也



馮氏口談曰戎衣同花椒捲收或羌花末摻之則不  
蛀一用出疋藍布包之亦妙風領煖耳包藏瓮中密  
封瓮口毛決不脫

月錄曰洗葛衣用梅葉擦碎洗之經夏不脆忌用木  
盆則黑以磁器洗之

內景經曰是月食葷菜鯽魚作羹則開胃

靈素經曰是月八日宜修啟壽齋

是月初二十六十八十九日拔白生黑

雲笈七籤曰木皮善治轉筋病者不必服此但口嚼

木瓜二字其病卽瘥

月令纂曰是月初四日七日八日九日取枸杞煎湯  
沐浴令人不老肌膚光澤

雲笈七籤曰是月望後宜食桑椹酒治風熱之疾亦  
可造膏用桑椹取汁三斗白蜜四兩酥油一兩生薑  
汁二兩以確先盛椹汁重湯煮汁到三升方入密酥  
薑汁再加鹽三錢又煮如膏磁器收貯每服一小杯  
酒服大治百種風疾

千金月令曰四月節內宜服煖宜食羊腎粥其法先

以兔絲子一兩研煮取汁一兩濾淨和麵切煮將羊  
腎一具切條菹炒作臠食之補腎療眼暗赤腫一切  
疾

月令曰四月十五日取浮萍一兩麻黃去根桂心附  
子炮去臍皮各五錢搗爲末每用一兩藥末入生薑  
二片菹頭二箇煎至八分執服蓋煖取汗治時行熱  
病

四月事忌

攝生月令曰四月爲乾生氣在郊死氣在酉不宜用

巳日時犯月建百事不吉

又曰初九二十五忌裁製交易

白雲雜忌曰是月勿食雉令人氣逆勿食鱧大能害人

千金方曰勿令韭菜同雞肉食暴死者尤不可食作  
內疽生胸臆中勿食諸物之心勿大醉勿食葫傷人  
神

雲笈七籤曰是月八日不宜遠行宜清心齋沐必得  
福慶

又曰是月忌暴怒傷心秋必爲瘡自夏至至九月忌食隔宿肉菜之物忌用宿水洗面漱口

孫真人曰是月初五日忌見一切生血勿食生菜初八日十六日忌嗜慾犯之夭壽

五月事宜

孝經緯曰小滿後十五日斗指丙爲芒種後十五日斗指午爲夏至曰芒種者言有芒之穀可播種也夏至者言萬物于此假大而極至也白虎通曰律筴實筴者下也賓者敬也言一陰始生葵靡陽不養以爲

用如賓在外而不爲內主也樂志曰辰爲午午者長也大也言物皆長大也吳子夜四時歌曰是月爲鬱蒸爲仲暑

玄樞經曰是月天道西北行作事出行俱宜向西北

吉

荆楚記曰五日以艾縛一人形懸于門戶上以辟邪氣以五綵絲繫于臂上辟兵厭鬼且能令人不染瘧疾

千金月令曰是月取浮萍陰乾和雄黃些少燒煙去

蚊火燒棗子安床下辟狗蚤

纂要曰五月五日採艾治百病

瓊碎錄曰五日硃砂寫茶字倒貼辟蛇蝎寫白字倒貼柱上辟蚊垂寫儀方二字倒貼亦妙

又曰午時將燈草浸油內望太陽呪曰天上金鷄喫蚊子腦髓液念七遍吸太陽氣吹于燈草上夜點燈草照蚊俱去

呂公曰五日午時韭菜地上面東不語取蚯蚓泥藏之遇魚骨鯁喉用此少許擦咽喉外皮卽消試之神

効

廣惠方曰五日取晚蠶蛾裝一節竹筒內開眼處封  
貯待其乾死遇竹木刺傷者以些少塗之卽出此異  
方也

雜記曰以青蒿草搗汁和石灰作餅子陰乾收起遇  
刀斧傷者塗之立効愈後無痕

又一方採百草頭搗汁和石灰作塊子鑿大桑樹上  
一孔納灰餅在內曝乾傳金瘡神效

五月五日宜合紫金錠保生錠子治小兒疾方在醫



書錄內府此日用雄黃研末少加硃砂收真瞻酥作  
杵陰乾凡遇惡毒初起以嚙磨捺微痛立消  
瓊碎錄曰五日取鱉爪著衣領中令人不忘

千金方曰五日未出時取東向桃枝刻作小人形  
着衣領中令人不忘

養生雜忌曰病目者以紅絹盛榴花拭目棄之謂代  
其病凡紅物俱可

又云五日取萵苣菜原窠或葉置厨櫃內不生蛀虫  
置毛褐衣內亦妙

高子曰五月五日午時修合藥餌者以天罡此時正  
塞鬼戶斗柄訣以月月常加戌五月每日戌時天罡  
指午亥時指未自未輪轉五日午時正指艮宮爲鬼  
戶也

保生月錄曰是月十一日天開節宜入山修道

簡易方曰疫氣時行用管仲置水缸內食水不染十

二月除夕同此

本草云五日取露草百種陰乾燒爲灰以井水煉成  
膏再用嚴醋和爲餅子腋下挾之乾卽換去五遍能

治腋下臭氣

救民方中治中風牙緊不能下藥午日合冰片天南星

長生要錄曰五月五日有兩急破竹一二株內有神水瀝和獺肝爲丸治心腹積聚

又云是日取葛根爲末療金瘡斷血除瘡取猪牙燒灰治小兒驚癇并塗蛇傷

又云取蝙蝠倒挂晒乾和官桂薰陸香燒之辟蚊除

蚊

家塾事親曰巳丑卯辰日祀灶以猪首言五月朔日  
不宜出錢財

夏至淘井可去瘟疫

五日取蝦蟆晒干瘧發早男左女右臂上挂帶勿令  
知之立愈

禮儀志曰夏至浚井能改水朱索縛柳杞桃結印爲  
門戶飾可止惡氣

十三日竹醉日可移竹易活

五月五日取塚上泥并磚石一塊回家以小瓶盛埋

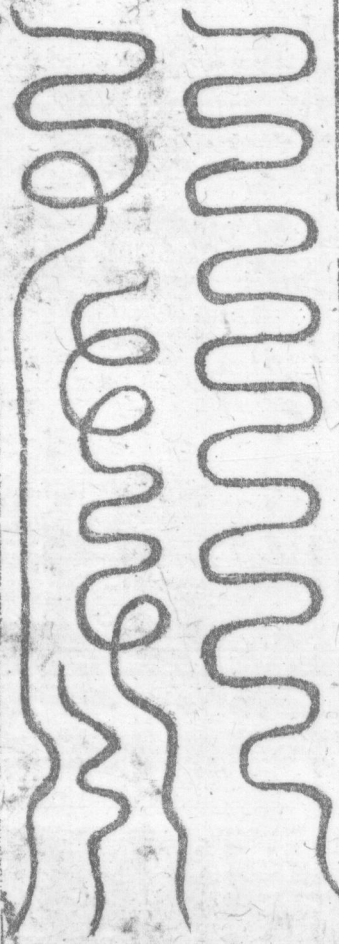
門外塔下合家不患時症

抱朴子曰五日硃書赤靈符着心前辟兵祛瘟去百

病此即治百病符也  
正月元日  
佩即此符

符

式



本草云五日採莧菜加馬齒莧為末等分產婦服之

易產

雲笈七籤曰五日不可見血物

博濟方云五日午時或臘月三十日收豬心血同黃  
丹乳香相和爲丸鷄荳大以紅絹盛掛門上如有產  
婦子死腹中者令酒磨一丸卽下

五月取桃仁一百箇去皮尖研細入黃丹三錢丸如  
桐子大治瘡發日面北用溫酒或井花水吞下三丸  
卽絕

瑣碎錄五日清晨取白礬一塊自早晒至晚收之治  
百虫蛟

五日午時飲青蒲雄黃酒辟除百疾而禁百虫

呂公歲時記曰夏至十陰生宜服餌製過磁黃以折  
陰氣

二十日採小蒜曝乾治心煩痛解諸毒又治小兒丹  
疹

夏至後宜浚井收水以去瘟病

是月十六日二十日宜拔白

洛陽記午日造木灸艾酒以花絲樓閣揮髮贈遺造  
辟瘟扇

文昌雜錄曰端午日走馬謂之躡柳

萬氏家抄曰五日午時採鷄腸草晒乾爲末齒痛  
服者擦之立愈千金月令曰五日取瓦上青苔或百  
草霜入鹽嗽口効或水煮羊蹄根或醋煮川椒俱能  
治齒百疾

靈寶經曰是月五日可修續命齋

五月事忌

五月用事不宜用午犯月建百事不吉

十五二十五日忌裁衣交易

經曰五月初五初六初七日十五十六十七月二十



五二十六二十七日爲之九毒戒夫婦客止勿居濕地以招邪氣勿露臥星月之下

問禮俗云五月俗稱惡月按月令仲夏陰陽交生死之分君子節嗜慾勿任聲色

異苑曰五月勿晒床薦席

酉陽雜記曰五月晄精神不可上屋能令人魂魄不安

月令圖經曰此月勿食濃肥勿食煮餅可食溫煖之物

濟世方曰五月不可多食茄子損人動氣茄性屬土  
耳

保生心鑑曰是月勿下枯井及深井中多毒氣先以  
鷄毛探之若毛下旋舞者卽是有毒不可下也多致

疾

歲時記曰勿食菘菜發皮膚瘋痒

保生月錄曰茉莉花勿置床頭引蜈蚣當忌李子不  
可與蜜雀肉同食損五臟

千金方曰小兒不可弄槿花惹病痞槿爲瘡子花故

也

五月勿食鯉多發風

類摘良忌云江魚卽黃魚也不可同蕎麥食令人失音枇杷不可同炙肉熱麵同食令人患熱發黃桃子不可與鱉同食

便民圖纂曰甜瓜沉水者殺人多食作陰下癢生瘡患脚氣食之永不愈雙蒂者殺人且此物不可與油餅同食

楊公忌曰初五日不宜問疾各地臘日

六月事宜

孝經緯曰夏至後十五日斗指午爲小暑後十五日  
斗指未爲大暑小大者就極熱之中分爲大小初後  
爲小望後爲大也律林鍾林者衆也萬物成熟鍾類  
衆多樂志日月辰爲未未者味也萬物向成咸有味  
也

玄樞曰是月天道東行作事出行俱宜向東吉

其月遇土王戊日祭中霤之神

是月宜飲烏梅醬木瓜醬梅醬豈菹湯以祛渴方俱

見前

三伏日宜服腎瀝湯治男子虛羸五勞七傷風

虛耳聾目暗方

乾地黄 六分

黃芪 六分

茯苓 六分

五味子 四分

羚羊角 四分

桑螵蛸 三兩

地骨皮 一兩

桂心 一兩

門冬 五分去心

磁石 一錢

三分 打碎水洗令黑汁出盡為止羊腎二箇

猪腎亦可去脂膜切如柳葉以水四升先煮去水升

半卽掠去水上肥沫及腎滓取汁煎諸藥澄清去滓

分爲三服三伏日各服一料隨人加減亦可忌食大蒜生菹冷陳滑物空心平旦服之

養生雜纂曰老人氣弱當夏之時納陰在內以陰弱之腹當肥冷之物則多成泄瀉一傷真氣卒難補復不宜燥熱補藥惟用平補溫和之劑如八味丸之類以助元氣

雲笈七籤曰六月六日沐浴齋戒絕其營俗

關西舊俗志曰六月六日取水收起淨瓮盛之一年不臭用以作醋醬醃物一年不壞

真誥曰十九日二十四日拔白永生又云初三初  
四十八二十八日拔白亦可

四時纂要曰是月初一日初七初八二十一沐浴  
去疾禳災

七籤曰是月二十七日取枸杞根煎湯沐浴至老不  
病

荆楚記曰六月伏日宜作湯餅食之名爲辟惡

舊俗曰造醬用三伏黃道日浸豆黃道日拌黃不生

重

原书缺页



原书缺页

養氣

養生仁術曰勿專用冷水浸手足防引起狂邪之風  
犯之令人瘋病體重

食治通說夏月不宜飲冷何能全斷但勿宜過食可  
矣

又云冷水與生硬菓油膩甜食恐不消化亦不宜多  
飲湯水飲

便民纂曰途中一時中暑身死者勿可用冷水灌沃  
急就道上取熱土填于死者臍上成堆中間撥開作

一孔令人撒尿澆入臍孔次用生薑大蒜搗爛熱湯送下卽活

瑣碎錄曰暑月瓮罈大日晒熱不可卽取盛裝飲食恐收暑氣

楊公忌曰初三日不宜問疾

七月事宜

孝經緯曰大暑後十五日斗指坤爲立秋秋者擎也物于此而孳歛也後十五日斗指申爲處暑言瀆暑將退伏而潛處也律夷則夷者傷也則法也言金氣

始肅萬物於此凋傷猶被刑戮之法也晉樂志七月  
爲申申者身也言萬物身體皆成就也時爲龍火七  
月爲蘭月

是月也天道東北行作事出行宜向東北吉不宜用  
申日犯月建作事不吉

白雲雜忌曰七日取麻勃一升并人參半升合蒸氣  
盡令徧服一刀圭令人心地聰明

雲笈七籤云七日曝皮裘可以辟疰

家塾事親曰七日取角蒿置毡褥書籍中可以辟蠹

又云辟蛇

又云收芙蓉葉可以治腫乾取末醋調一味敷腫上  
可消

七日取百合根熟搗新瓦器盛之掛于屋內陰乾百  
日拔白以此糝之可生黑髮

常氏目錄曰七月上甲日採枸杞花八月上酉日治  
服之又云立秋日人未起時汲井水長勿皆少飲之

却病

又云七日取螢火十四枚燃白髮自黑

常氏日抄云七日採蒺藜子陰乾搗末食後服治眼  
失明

法天生意曰秋三月戊子巳亥庚子辛亥宜煉丹藥  
宜入山修道

雲笈七籤曰是月十六日剪指甲燒灰服之能滅九  
虫三尸

十一日取枸杞煎湯沐浴令人不老不病

又云此月二十三日沐令髮不白二十五日沐令人

壽長

千金月令曰七日暑氣將伏宜食稍涼以爲調攝法  
用竹葉一把梔子二箇切碎用水熬煎澄清去渣用  
淘粳米磨作泔粉服

神仙餌松實法七月取松卵中仁去木皮搗如膏每  
服鷄子大一團日三服久服身輕三百日後可行五  
百里之遠

竹葉粥中暑者宜用竹葉一握山梔一枚煎湯去渣  
下

立秋太陽未升採楸葉熬膏搗治瘍立愈名楸葉膏

熬法以葉多方利

又曰七月七日採蓮花七分八月八日採藕根八分  
九月九日採蓮實九分陰乾搗細煉蜜爲丸服之令人羽化

又曰七日取烏鷄血和三月三日收起桃花片爲末  
塗面令人瑩白如玉

家塾事親曰七日取蜘蛛一枚着領中令人記事不  
忘

七日取槐角子熟搗成汁納銅鉢中晒成膏捏爲鼠



屎大納肛門內治痔

又曰七日取苦瓠白瓢絞汁一合以醋一升古錢七箇和均以火煎之令人稀稠得所點入眼背中治眼黑暗

又七日採麻花五月五日收麻葉搗作炷圓灸生瘰瘻瘡上百壯

法天生意云七日採麻花陰乾爲末烏麻油浸每夜擦上眉毛脫落者立生

是月二十三日二十八日拔白永不再生

七月五日是三會日宜修迎秋齋

修真指要曰中元十五日可修齋謝罪

立秋日用新水禾赤小豆十四粒一秋可免赤白痢疾

七夕乞巧使蜘蛛結萬字造明星酒同心膾

本草云七月七日採慎火花苗菓五兩鹽三兩同搗絞汁治熱毒

### 七月事忌

七月日時不宜用 犯月建百事不利初八二十三

忌裁衣交易

初七日勿想惡事

白雲忌曰七月勿食蓴上有蠲虫害人勿食韭損人

目

孫真人曰勿食鴈傷人勿食菱肉動氣勿食多生蜜  
令人暴下霍亂

法天生意曰立秋後十日瓜宜少食

月令云立秋勿食煮餅及水溲餅勿多食猪肉損人

神氣

楊公忌曰初一日二十九日不宜問疾

是月初七爲道德臘十五日爲中元二日戒夫婦入

房

秋八月事宜

孝經緯曰處暑後十五日斗指庚爲白露陰氣漸重  
露凝而白也後十五日斗指酉爲秋分陰生于午極  
于亥故酉其中分也仲月之節爲秋分秋爲陰中陰  
陽適中故晝夜長短亦均焉律南呂南者任也呂者  
助也言陽氣尚有妊生陰助陽成功也辰酉酉者緝

也謂時物皆纏縮也

玄樞曰天道東北行作事出行俱宜向東北吉

不宜用酉日犯月建不言

荆楚記曰是月初十日以朱硃點小兒額上爲之天  
灸以厭疾也

纂要曰十九日拔白永  
不生初二初四十五二十五  
同

雲笈七籤去是月行路間勿飲陰地流泉令人發瘡  
脚軟

社日人家襁褓兒女俱冷早起恐社翁爲祟與老  
同

雲笈七籤曰是月八日取枸杞煎湯沐浴令人不老  
不病

又曰二十二日沐浴令人無非禍

千金月令曰此月可食韭菜露葵

齊諧記曰八月初一日作五明囊盛取百草頭露以  
洗眼眼明

述僊記曰八月一日以絹囊承取栢樹下露如珠子

取拭兩目明爽無疾

是日可修逐邪齋

纂要曰是月初三日初七日俱宜沐浴令人聰明不老

又云二十五日宜浴却病

圖經曰八月楮實子紅熟甲子日採來水浸去皮穰仙方單服其實

又云採栢子晒乾爲末服方寸匙稍增至多欲絕穀

延年

雲笈七籤曰二十五日天倉開宜入山修道

八月事忌

千金方曰勿食萌芽傷人神膽喘悸脇肋氣急勿食  
食新薑勿食生蒜

又曰勿食猪肺及飽和食令人發疽勿食雞肉勿食  
猪肚冬成嗽疾

楊公忌曰二十七日不宜問疾

自霜降後方可食蟹蓋中膏內有腦骨當去勿食有

毒



雲笈七籤曰起居勿犯賊邪之風勿多食肥腥令人  
霍亂

千金月令曰秋分之日勿殺生勿用刑勿處房帷勿  
吊喪問疾勿大醉

二十九日忌遠行水陸不吉

雲笈七籤曰是月初八日勿買布買鞋履耐足大爲  
忌

### 九月事宜

孝經緯曰秋分後十五日斗指辛爲寒露謂露冷寒

而將欲凝結矣後十五日斗指戌爲霜降氣肅露凝  
結而爲霜矣故云駟見而隕霜駟房星也律無射射者出  
也言陽氣上升萬物收藏無復出也然隨陽而終當  
隨陰而起無終已也辰爲戌戌者滅也謂時物皆衰  
滅也

是月也天道南行作事出行俱宜向南吉不宜用戌  
日犯月建不吉

風土記曰是月九日採茱萸挿頭髮辟惡氣而禦初  
寒

是月二十日宜齋戒沐浴其日鷄鳴時沐浴令人辟  
兵

二十一日取枸杞煎湯沐浴令人光澤不老二十八  
日宜沐浴

二十一日天倉開宜入山修道

千金月令曰宜進地黃湯其法取地黃洗淨以竹刀  
切薄晒乾用時火焙爲末碾細充湯服煎如茶法爲  
妙

四時纂曰取枸杞子浸酒飲令人耐老

又仙方云修長生者保命莫切于豨薟草五月五日  
七月七日九月九日採

聖惠方曰甘菊花晒乾三升入糯米一斗蒸熟菊花  
搜拌如常造酒法多用細麴麴候酒熟飲一小杯治  
頭風旋運等疾

雲笈七籤曰是月採白朮蒸曝九次晒乾爲末日服  
三次不饑延年益壽

食療本草曰此月後宜食野鴨多年小熱瘡不愈食  
麥卽瘥

九日採甘菊與茯苓松栢脂丸服令人不老

纂要曰是月宜合三勒漿過此月則不佳矣用訶梨  
勒批梨勒菴摩勒三味和核搗如麻豆大用三兩次  
用密一斗以新汲水二斗調均傾瓮中卽下三勒熟  
攪密封三四日後開又攪之以乾淨布拭去汗候發  
定密封共三十日方成味甚美飲之消食下氣

西京記曰九日佩茱萸餌糕飲菊花酒令人壽長無  
疾

晉公記曰九日天明時以片糕搭兒女頭額更祝曰

願兒百事俱高作三聲

又曰九日造迎涼肺羊肝餅佩瘦木符

千金方曰是月內於戌地開坎深二三尺埋炭一斤  
土覆成爲火之墓地以禳火災炭多可加

真誥曰十六日宜拔白永不生

九月事忌

千金月令曰是月勿食脾季月土旺在脾也

雲笈七籤曰季秋節約生冷以防痢疾勿食新薑食  
之成痼疾

又云勿多食雞令人魂魄不安九日勿起動床席當  
修延筭齋

月忌曰勿食犬肉傷人神氣

又云勿食霜下爪冬發翻胃勿食葵菜能令食不消  
化

雲笈七籤曰是月十八日忌遠行

楊公忌曰二十七日不宜問疾

十月事宜

孝經緯曰霜降後十五日十指乾爲立冬冬者終也

萬物皆收藏也後十五日斗指亥爲小雪天地積陰  
溫則爲雨寒則爲雪時言小者寒未深而雪未大也  
律應鍾鍾者動也言物應陽而動下藏也辰亥亥者  
劫也言時陰氣劫殺萬物也西京雜記曰十月爲正  
陰曰陰月要纂曰上冬

是月天道南行作事出行宜正南方吉不宜用亥日  
犯月建不吉

十六日天倉開宜入山修道

又曰初十日十三日宜拔白



五行書曰是月亥日食餅令人無病

是月宜進棗湯其方取大棗去皮核於文武火上翻覆焙香然後泡作湯服

攝生圖曰初一日宜修成福齋初五日修三會齋勿行譴責

決明子主青盲目淫背赤白膜痛淚又療唇口青色  
十月十日採陰乾

冬三月戊寅巳卯癸酉辛巳丁亥及壬丙戌癸宜煉

丹藥

是月宜服棗湯鍾乳酒枸杞膏地黃煎等物以養和  
中氣方俱在前

雲笈七籤曰十月十四日取枸杞煎湯沐浴令人光  
澤不病初一日十八日僅宜沐浴吉

冬至日陽氣歸內腹宜溫暖物入胃易化

修真指要曰十五日下元吉辰可修謝過齋

太清草本方云槐子乃虛星之精是月上巳日採而  
吞之每服二十一粒去百病長生通神

是月宜食羊無礙

十月事忌

是月初二十四日忌裁衣交易

白公方忌十月忌食豬肉發宿氣且亥爲猪肖宜忌之

是月二十五日不宜問疾

是月初一日爲民歲臘十五日爲下元二日戒夫婦入房

二十日忌遠行

十一月事宜

經緯曰小雪後十五日斗指壬爲大雪言積陰爲  
雪至此栗烈而大矣後十五日斗指子爲冬至陰極  
而陽始至日南至漸長至也白虎通曰始律黃鍾何  
黃中色也鍾動也言溫氣動於黃泉之下欲養萬物  
也樂志曰辰子子者孳也言陽氣至此更滋生也呂  
氏曰仲冬爲暢月

月纂天道東南行作事出行宜向東南吉

纂要曰共工氏子不才以冬至日死爲疫鬼畏赤小  
豆是日以赤小豆煮粥厭之

七籤曰是月初十日取枸杞葉煎湯洗浴至老光澤  
十五十六日俱宜沐浴

千金月令曰是月可服補藥不可餌大熱之藥宜早  
食宜進宿熟之肉

又曰至日於北壁下厚鋪草而臥以受元氣

纂要曰是月初十日宜拔白髮

五經通義曰至後陽氣始萌陰陽交精萬物氣微在  
下不可動泄

簡易方曰冬至日鑽燧取火可免瘟疫

仙經曰十一日天倉開宜入山修道修啟福齋  
歲時雜記至日以赤小荳煮粥合門食之可免疫  
冬至煎餠綵珠戴一陽巾

十一月事忌

纂要曰是月勿食龜鼈肉令人水病勿食生菜發宿  
疾勿食生韭多涕唾

又曰初四日勿責謔下人大忌

又曰十一日不可沐浴勿以火灸背

翰墨全書曰是月二十五日爲掠剩大夫忌勿犯交

姤凶至後十日夫婦當戒容止

纂要曰是月十二日二十二日忌裁衣交易

千金翼曰冬至後庚辛日不可交合大凶

又曰勿枕冷石鉄物令人目暗

又曰勿食螺螄螃蟬損人志氣長屍虫

雲笈七籤曰二十日不宜遠行

二十三日不可問疾

不用子日犯月建作事不吉

禮儀志曰至日鑽燧取火可止瘟病是日勿多言當

閉關靜坐以迎一陽之生

雲笈七籤曰仲冬腎氣旺心肺衰宜助肺安神調理脾胃無乖其時勿暴溫煖勿犯東南賊邪之風令人多汗腰脊強痛四肢不通

十二月事宜

孝經緯曰冬至後十五日斗指癸爲小寒陽極陰生乃爲寒今月初寒尙少也後十五日斗指丑爲大寒至此栗烈極矣律大呂呂者拒也言陽氣欲出陰拒之也樂志曰辰丑丑者紐也言終始之際以紐結爲



名也

月纂曰天道西行作事出行俱宜向西不宜用丑日犯月建作事不吉

黑子秘錄曰是月癸丑日造門盜賊不能進

瑣碎錄曰臘月子日晒薦蓆能去蚤虱

又曰是月取豬脂四兩懸於廝中入夏一家無蠅二十四日床底點燈謂之照虛耗也

本草念四日取活鼠油煎爲膏敷湯火瘡滅癩疵極

良

玄樞曰除日以合家頭髮燒灰同腳底泥包投井中  
却五瘟疫鬼

七籤曰除夜枸杞湯洗浴令人不病初一初二初八  
十三日十五二十日沐浴去災悔吉

除日掘宅四角各埋一大石爲鎮宅主災異不起

除夜宜燒辟瘟丹并家中所餘雜藥焚之可辟瘟疫

可焚蒼朮

方見五月

法天生意云初七初十十八二十日拔白髮

又云除夜有行瘟使者降於人間以黃紙朱書天行

已過四字貼於門額吉

是月收雄狐膽若有人暴亡未移時無及矣當預備之

是月取青魚膽陰乾如患喉閉及骨鯁者以此膽少入口中咽津即解

又曰是月取皂角燒爲末留起過時疫早起以井花水調一錢服之効

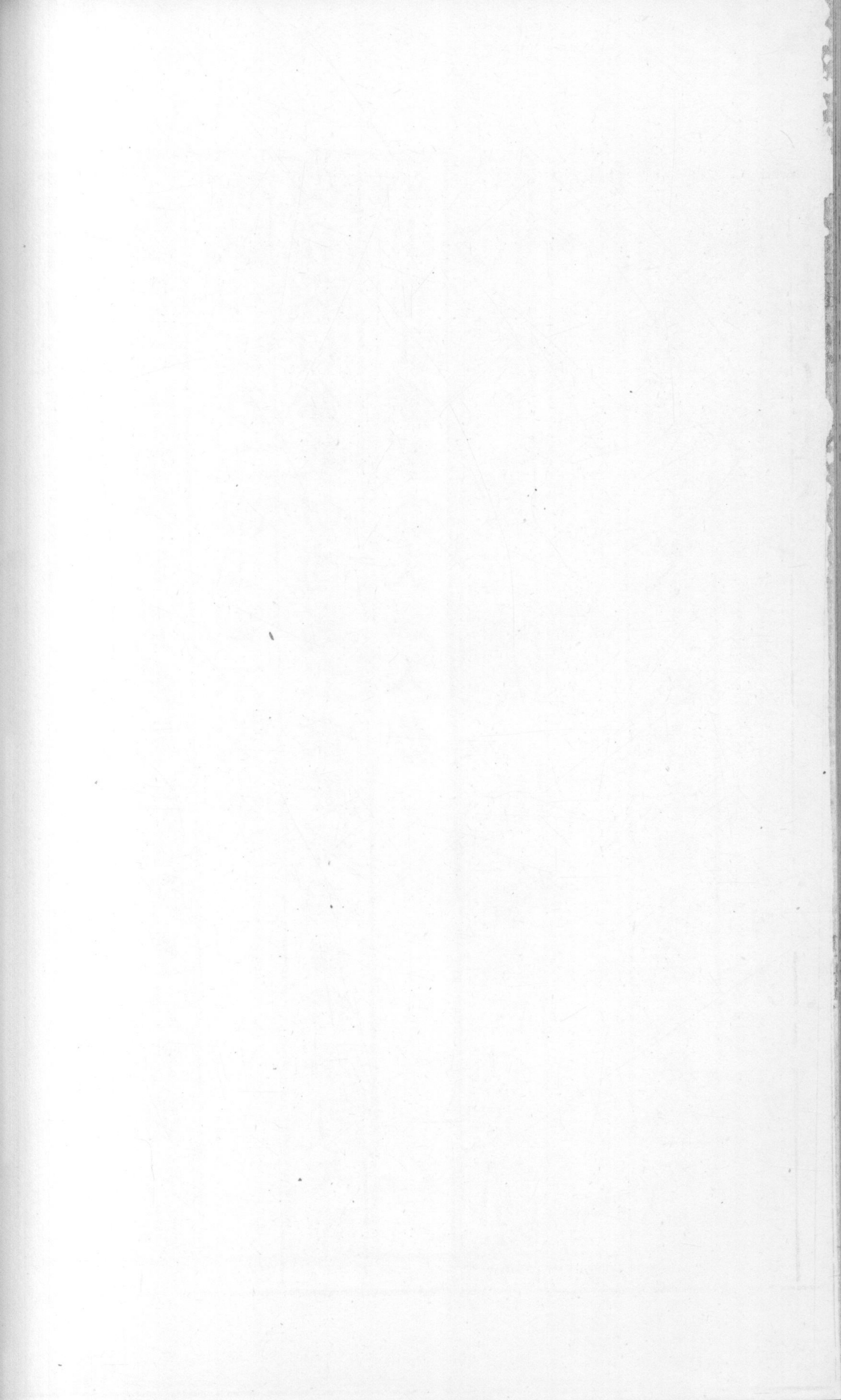
十二月事忌

千金方是月勿食豬卵旺在四季故耳

是月勿歌舞犯者凶

月忌二十一日不可問疾初七日不宜水陸遠行凶  
初九日二十五日忌裁衣交易

瑣碎錄曰除夜勿嗔罵奴僕并碎器皿仍不可大醉  
八日名王候臘忌夫婦入房



陳希夷坐功圖

宋 陳搏

立春正月節坐功圖勢

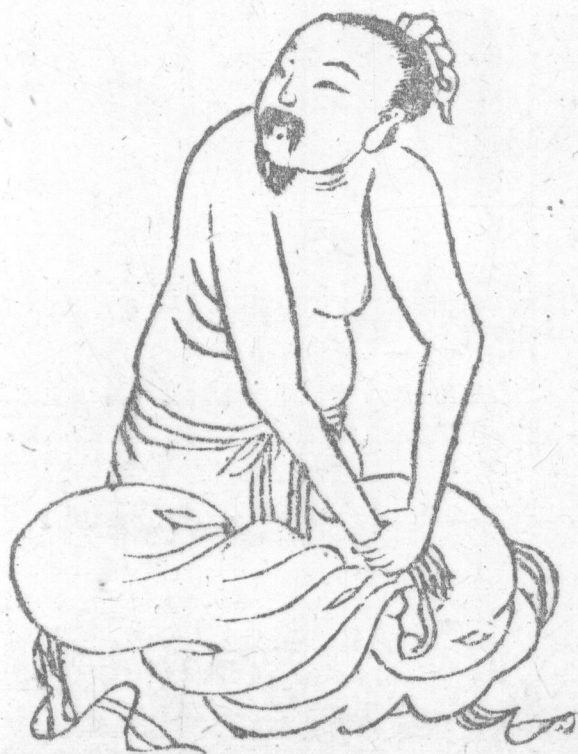
運主厥陰初氣 時配手太陽三焦

坐功

宜每日子丑時疊手按髀轉身拘頸左右聳引各  
三五度叩齒吐納嗽嚥三次

治病

風氣積滯頂痛耳後痛肩膈痛背痛肘痛諸痛



雨水正月中坐功圖勢

運主厥陰初氣 時配三焦手少陽相火

坐功

每日子丑時疊手按脰拘頸轉身左右偏引各三五度叩齒吐納嗽嚙

治病

三焦經絡留滯邪毒壅乾及腫噦喉痺耳聾汗出目銳眥痛頰痛諸疾悉治





驚蟄二月節坐功圖勢

運主厥陰初氣 時配手陽明太湯燥金

坐功

每日丑寅時握固轉頸反肘後向頓掣五六度叩  
齒六六吐納嗽嚥三三

治病

腰脊肺胃蘊積邪毒目黃口乾鼾衄喉痺面腫暴  
啞頭風牙宣目暗羞明鼻不聞臭遍身疥瘡悉治



春分二月中坐功圖勢

運主少陰二氣 時配手陽明大腸燥金

坐功

每日丑寅時伸手廻頭左右挽引各六七度叩齒  
六六吐納嗽嚥三三

治症

胸臆肩背經絡虛勞邪毒齒痛頸腫寒慄熱腫耳  
聾耳鳴耳後肩臑肘臂外背痛氣滿皮膚殼殼然  
堅而不痛癢痒



清明三月節坐功圖勢

運主少陰一氣 時配手太陽小腸寒水

坐功

每日丑寅時正坐定換手左右如引硬弓各七八  
度叩齒納清吐濁嚙液各三

治病

腰腎腸胃虛邪積滯耳前熱苦寒耳聾噤痛頸痛  
不可回顧肩拔膈折腰軟及肘臂諸痛



穀雨三月中坐功圖勢

運主少陰二氣 時配手太陽小腸寒水

● 坐功

每日丑寅時平坐換手左右舉托移臂左右掩乳  
各五七度叩齒吐納嗽嚥

治病

脾胃結瘕瘀血目黃鼻鼾衄衄頰腫頷腫肘臂外後  
廉腫痛臀外痛掌中熱





立夏四月節坐功圖勢

運主少陰二氣 時配手厥陰心胞絡風木

坐功

每日以寅卯時閉息瞑目反換兩手抑掣兩膝各  
五七度叩齒吐納嚙液

治病

風濕留滯經絡腫痛臂肘攣急腋腫手心熱喜笑  
不休雜症



小滿四月中坐功圖勢

運主少陽三氣 時配手厥陰心胞絡風木

坐功

每日寅卯時正坐一手舉托一手拄按左右各三  
五度叩齒吐納嚥液

治病

肺腑蘊滯邪毒胸脇支滿心中憺憺大動面赤鼻  
赤目黃心煩作痛掌中熱諸痛



苦種五月節坐功圖勢

運主少陽三氣 時配手少陰心君火

坐功

每日寅卯時正立仰身兩手上托左右力舉各五  
七度定息叩齒吐納嚥液

治病

腰腎蘊積虛勞喘乾心痛欲飲目黃脇痛消渴善  
笑善驚善忘上咳吐下氣泄身熱而股痛心悲頭  
項痛面赤



夏至五月中坐功圖勢

運主少陽三氣 時配少陰心君火

坐功

每日寅卯時跪坐伸手叉指屈指脚換踏左右各  
五七次叩齒內清吐濁嚥液

治病

風濕積滯腕膝痛臑臂痛後廉痛厥掌中熱痛兩  
腎內痛腰背痛身體重





小暑六月節坐功圖勢

運主少陽三氣 時配手太陰脾濕土

坐功

每日丑寅時兩手蹠地屈壓一足直伸一足用力  
掣三五度叩齒吐納嚥液

治病

腿膝腰髀風濕肺脹滿溢乾喘咳缺盆中痛善噎  
臍右小腹脹引腹痛手攣急身體重半身不遂偏  
風健忘哮喘脫肛腕無力喜怒不常



卷之五

大暑六月中坐功圖勢

運主太陰四氣 時配手太陰肺濕土

坐功

每日丑寅時雙拳踞地返首向肩引作虎視左右  
各三五度叩齒吐納嚥液

治病

頭項胸背風毒咳嗽止氣喘渴煩心胸膈滿濡臂  
痛掌中熱臍上或肩背痛風寒汗出中風小便數  
欠淹泄皮膚痛及麻悲愁欲哭洒淅寒熱



立秋七月節坐功圖勢

運主太陰四氣 時配足少陽膽相火

坐功

每日丑寅時正坐兩手托地縮體閉息聳身上踴  
凡七八度叩齒吐納嚙液

治病

補虛益損去腰腎積氣口苦善太息心脇痛不能  
反側面塵體無澤足外熱頭痛領痛目銳背痛缺  
盆腫痛腋下腫汗出振寒



處暑七月中坐功圖勢

一運主太陰四氣 時配足少陽膽相火

坐功

每日丑寅時正坐轉頭左右舉引就反兩手搥背  
各五七度叩齒吐納燕液

治病

風濕留滯肩背痛胸痛脊脊痛脇肋髀膝經絡外  
至脛絕骨外踝前及諸節皆痛少氣咳嗽喘渴上  
氣胸背脊脊積滯之疾





白露八月節坐功圖勢

運主太陰四氣 時配足陽明胃燥金

坐功

每日丑寅時正坐兩手按膝轉頭推引各三五度

叩齒吐納藥液

治病

風氣留滯腰背經絡洒洒振寒苦伸數欠或惡人  
與火聞木聲則驚狂瘥汗出鼃衄口喘唇胗頸腫  
喉痺不能言顏黑嘔呵欠狂歌上登欲棄衣躡走



秋分八月中坐功圖勢

運主陽明五氣 時配足陽明胃燥金

坐功

每日丑寅時盤足而坐兩手掩耳左右反側各三五度叩齒吐納嚙液

治病

風濕積滯脇肋腰股腹大水腫膝臏腫痛膺乳氣衝股伏兎節外廉足跗諸痛遺溺失氣奔響腹脹脾不可轉脘以結膈似裂消穀善飲胃寒喘滿



寒露九月節坐功圖勢

運主陽明五氣  
時配足太陽膀胱寒水

坐功

每日丑寅時正坐舉兩臂踴身上托左右各三五  
度叩齒吐納嚔液

治病

諸風寒濕邪挾脇腋經絡動衝頭痛目昏脫項如  
拔脊痛腰折痔瘡狂顛痛頭兩邊痛頭顙頂痛目  
黃淚出熱衄霍亂諸疾



霜降九月中坐功圖勢

運主陽明五氣 時配足太陽膀胱寒水

坐功

每日丑寅時平坐紆兩手攀兩足隨用足間力縱  
而復收五七度叩齒吐納燕液

治病

風濕痺入腰脚髀不可曲脰結痛腦裂痛項背腰  
尻陰股膝髀痛臍反蟲肌肉痿下腫便膿血小腹  
脹痛欲小便不得藏毒筋寒脚氣久痔脫肛





立冬十月節坐功圖勢

運主陽明五氣 時配足厥陰肝風木

○坐功

每日丑寅時正坐一手按膝一手攬肘左右換兩  
手左右托三五度吐納叩齒嚥液

治病

胸脇積滯虛勞邪毒腰痛不可俛仰嗑乾面塵鼻  
色胸滿嘔逆飧泄頭痛耳無聞頰腫肝逆面青目  
赤腫痛兩脇下痛引小腹四肢滿悶眩冒目瞳痛



小雪十月中坐功圖勢

運主太陽終氣 時配足厥陰肝風木

○ 坐功

每日丑寅時正坐一手按膝一手挽肘左右爭力  
各三五度吐納叩齒嚥液

治病

脫肘風濕熱毒婦人小腹腫丈夫癩疔孤疔遺溺  
閉癢血暈腫毒疔足逆寒疔善瘕節時腫轉筋陰  
縮兩筋攣潮泄血在脇下喘善恐胸中喘五淋



大雪十一月節坐功圖勢

運主太陽終氣 時配足少陰腎君火

坐功

每日子丑時起身仰膝兩手左右托兩足左右踏  
各五七次叩齒嚥液吐納

治病

脚膝風濕毒氣口熱舌乾咽腫上氣嗑乾及腫煩  
心心痛黃疸腸癖陰下濕饑不欲食面如漆咳唾  
有血渴喘目無見心懸如饑多恐常若人捕等症



冬至十一月中坐功圖勢

運主太陽終氣 時配足少陰腎君火

坐功

每日子丑時平坐伸兩足拳兩手按兩膝左右極  
力三五度吐納叩齒嚥液

治病

手足經絡寒濕脊股內後廉痛足痿厥嗜卧足下  
熱臍痛左脇下背肩髀間痛胸中滿大小腹痛太  
便難腹大頸腫咳嗽腰冷臍下氣逆





小寒十二月節坐功圖勢

運主太陽終氣 時配足太陰脾濕土

坐功

每日子丑時正坐一手按足一手上托挽首互換  
極力三五度吐納叩齒嗽嚥

治病

榮衛氣蘊食卽嘔胃脘痛腹脹噦瘡飲發中滿食  
減善噫身體皆重食不下煩心心下急痛澹瘕泄  
水閉黃疸五泄注下五色大小便不通



大寒十二月中坐功圖勢

運王厥陰初氣 時配足太陰脾濕土

坐功

每日子丑時兩手向後踞牀跪坐一足直伸一足  
用力左右各三五度叩齒噉嚥吐納

治病

經絡蘊積諸氣舌根強痛體不能動搖或不能臥  
強立股膝內腫尻陰臑脰足背痛腹脹腸鳴飡泄  
不化足不收行九竅不通足脰腫苦水脹

