

折肱漫錄卷之四

樵李黃承昊履素撰

古吳程永培瘦樵校

養形篇上

人身中精氣雖分陰陽。然真陰真陽原有互根之妙。相生之理。天下未有真陽固密而陰精不足之人。亦未有陰精充滿而元陽不壯者。但燥熱之陽。乃能傷陰。沉寒之陰。乃能傷陽。經固有少火壯火。

之別。則陰可類推矣。至若飲食藥物之陰陽。積寒積熱。必能傷氣傷精。又不可不慎。陰陽均不可偏。然凡人調攝。則助陽必兼助陰。陽辟則火也。陰辟則油也。火有氣有形而無質。油則純以質用矣。氣非形質。則無所附麗。厚其形質。元氣乃充。故如螢者。此火燎原者。亦此火。火原無衰旺。因所附以爲衰旺。吾人日用飲食。總是補之以味。總是補其精。精補則氣自足。若舍形下之器。別無形上之道。

補虛助弱。用藥槩須溫和。久服自能奏功。乃無留
害。如知母黃柏之屬。太寒傷氣。桂附之屬。太熱傷
精。卽有陰虛勞瘵。亦宜投以清和之劑。若折以苦
寒。火未必退。脾家元氣先傷。卽有陽虛怯弱。亦宜
佐以溫養之方。若助以辛熱。少火未生。壯火先灼。
養生者慎之。

人身如天地。和煦則春。慘鬱則秋。春氣融融。故能
生物。秋氣肅肅。故能殺物。明乎生殺之機者。可與

論養生

心爲一身之宰。脾爲萬物之母。養心。養脾。攝生最要。

王節齋云。涼風寒露霧濕。氣體弱者常須避之。汗出及脫衣去襪之時。莫當風取涼。最易感冒。惱怒尤忌之。酒後亦忌當風取涼。脫巾襪後。便用手多磨擦。令毛竅閉爲妙法。予生平確守此忌。蓋氣血本虛之人。又以不慎。招外邪再傷其氣血。大非所

宜耳

予病時，俗人相慰云：常病大仙。予時笑以爲迂。後見強壯者忽登鬼錄，而多病者或得綿延，始信恒言。却有至理。蓋無病者以有所恃而縱恣，常病者以有所懼而冰兢，故得失相反如此。予當年筮病得否之九五，曰：其亡其亡，繫于苞桑。意正與此合。慎之時義大矣哉。

頻浴亦非病者所宜，能耗元氣。

予生平有滿奮之畏。然有時衝風行路。雖大風不感。有時坐臥間居。偶微風竟病。予深維其故。蓋行路時。精神勇往向前。我氣勝。故風不能入。坐臥時。精神懶散。則腠理疎。故風得襲之。耳風中尤不可睡。睡卽腠理閉。邪最易入也。

予中氣爲誤藥所傷。遂覺虛弱。不能耐饑。丁巳歲。隨同邑卿大夫謁上臺。談三邑田糧事。日旰不食。予受饑。一時中氣虛怯。倦怠自汗。服補中益氣湯。

數十劑。中氣方稍稍復。然自此益不能耐饑。予每
出。必以乾糧從。而對客多不便食。予乃製補脾藥
爲大丸。日攜之囊中。偶值饑不得食。卽服數丸。腹
便果然。予歷宦途幾二十載。而脾胃不受病者。賴
此藥之功。

體弱人。每事當知所節。節慾節勞節飲食。此其大
要。子瞻云。傷生之事非一。而好色者必死。人當好
色。情濃時。特提死之一字。敵之。可得衰減。凡用心

乎。壯年有滿倉之畏，然有時衝風行路，雖大風不
用力及用目用耳，一切事稍覺其勞，即便却去，以
節省之。稍息再勞，庶不至受病。若待病而後調之，
費力多而取效難矣。失饑傷飽，脾胃乃傷。養生家
有言：未饑先食，稍飽即止。此是保脾胃良法。然世
途中人安能如此愜適？但常存此心，便不至於大
饑大飽，以傷天和矣。

醉之爲害，不可勝言。其於節慾更須戒醉。醉後最
易犯慾，內經言：醉以入房，養生大忌。能致百病。蓋

醉裏乾坤。另一光景。生平謹凜。頃刻恣睢。尊生一念。遂置度外。故攝養家。切忌縱飲。

凡人患膿顆瘡子。雖曰濕。曰熱。曰氣血不和。畢竟還是氣血有餘。故少年人多患此。予弱冠前亦然。及病以後。永無此患。想血氣不旺之故也。至若癰疽之毒。則有所以致之。有因心懷鬱結者。有因好飲火酒喜炙燂者。有因陰血枯涸者。不可不慎其因。昔王損庵先生曾對予言。人參養榮湯。若人終

身服之可永免癰疽之患蓋以能調和氣血也忍冬藤時時釀酒服之亦可以解此

古人言毋以脾胃熱冷物毋以脾胃軟硬物毋以脾胃熟生物可謂至言

暑月勞役於暑中及炎房逼淺受暑而病者名中暑暍其避暑納涼於深林大廈之間而病者名中暑攝養家於三伏之候但居於寬廠稍涼之處使不至中暍卽已切不可因熱貪涼處於陰寒之地以

爲快。暑中勞役，非人情所樂，此必出於不得已。然
名利與此身，亦須稍分輕重。至於遇涼招疾，乃所
自取，於人何尤。

四時偶遇怪風，切須謹避。內經所言厲風，殆謂此
內。經論風之爲害，獨詳。要知避風，亦是攝養家要
事。古云避風如避箭，避色如避仇。真藥石之言也。
風固宜防，露尤須避。風屬陽，露屬陰，陰氣中人，最
易得疾。故夏月不宜久坐露下，納涼。秋來多致患。

瘧。每日將昏時，卽有露氣，其氣能直透房櫳。故夜臥須閉窗而後睡。次日體自舒健。

諺云：早飯要蚤，中飯要飽，夜飯要少。語語皆格論。空腹莫多言，最能傷氣。中午必須飯，飯必滿量而止，則神氣自旺。晚餐微酣，不可過醉，亦不可過飽。自然神清氣爽。

予少年血氣不足，十日九病，自慮不能老。幸延殘喘以迄於今。中丞給諫兩兄，生平精神大王，竟年

不滿六旬。蓋子以病萬分加意保攝。所以得全其
生。兩兄役役世法中。藥餌調攝。不知爲何事。以有
所恃而促其算。子病原因於色。後來極其節慾。腠
理虛不禁風。坐臥必於屏風處。不敢肆。覺饑卽食。
覺寒卽衣。覺煖卽減。覺勞卽息。不敢強力以作生
平藥餌。無一日輟。初未知醫藥。頗有誤。後識岐黃
妙理。大得其益。居官甚有碍於調攝。上鑒兩兄。皆
以勞心政務。得疾而殞。故未老卽掛冠。子之重養

生也蓋如此

晉侯求醫於秦，秦伯使醫和視之，曰：「疾不可爲也。是謂近女室，疾如蠱，非鬼非食，惑以喪志。」公曰：「女不可近乎？」對曰：「節之而引樂以爲喻，謂五降之後，不容彈矣。於是乎有煩手淫聲，滔堙心耳，物亦如之。至於煩，乃舍也已。無以生疾，又以六淫配六疾，曰：陰淫寒疾，陽淫熱疾，風淫末疾，雨淫腹疾，晦淫惑疾，明淫心疾，女陽物而晦時，淫則生內熱，惑蠱。」

之疾。今君不節不時，能無及此。要知女色不能絕，必須節之。淫則犯兩疾，人皆知女爲陰，不知其外陰而內陽。元門亦有取坎填離之說，故好色最能傷陰。以其熱也。凡人獨宿書齋，自有一種清明之氣，日與婦人作緣，便覺志意昏憤，故謂之惑疾。子產聘晉，問疾，叔向問焉。子產謂君子有四時，朝以聽政，晝以訪問，夕以修令，夜以安身。於是乎節宣其氣，勿使有所壅閉湫底，以露其體。今無乃壹之。

則生疾矣。蓋壹與節相反。壹則耽於女色而聽政
訪問諸務俱廢。安得無疾。然則吾人應酬交際小
勞其身。不能以了世法。亦所以節宣其氣而養生
調性之道也。無論一於好內者之必生疾。卽一於
安逸者。恐亦非保身之道耳。古人之言不可不省。
清淨家尊老氏守中之說。大都心息相依。以神御
氣。而守之之處。言人人殊。有主臍下一寸三分者。
有主臍上一寸三分者。有主臍內一寸三分者。有

主性門腦頂者。有主極陰毛際上空穴者。總不如
臍上一寸三分之說爲正。此是中宮心腎交通處。
試一凝神其際。便覺渾身和煖。此其驗也。中州武
弁越効忠。年已七十。精神強王。提戈上陣。猶同少
年。傳子一法。則守眉心。此從來無人道及者。每凝
神其際。卽覺滿口津生。此亦可異。則此法或秘傳
也。此君與流賊戰歿。可惜。

彼家之術。有損無益。除非鍊習其心。如所云枯木

倚寒巖三冬無煖氣然後可至此地位豈凡夫所
可到而顧浪言採藥哉色心一動金水暗消非徒
無益而又害之此病家所宜切戒者也

丙申歲有一老人到禾自稱一百二十餘歲卽普
之王鉞先大夫邀住碩寬堂者累月其人狀貌雄
偉乃白社日所生皮紅髮白果似高年形像叩之
亦無他秘訣惟有撈龜之法未必果佳又極贊茯
神香附二味丸方爲延年之藥此方本草綱目中

載之。又每戒人勿坐冷石。蔥有兩丫者勿食。啖飯以白米爲佳。

王聖俞會心言。有云。伐天和以成就世事。辟猶割肉飾俎。刺血染裳。然究竟成就。亦歸虛幻。徒自伐其天和而已。語有之。寧可疎慵乖物。議莫將性命當人情。此二言可書座右。

幽靜之趣。最宜於山居。然孱弱之軀。卽山居亦有不宣處。山中多嵐濕雲霧之氣。久處能傷脾氣。予

宦延平署在山麓。是春患脾泄。小便黃澁之症。胸膈不舒。飲食頓減。近年借隱茗上之妙喜。亦在山麓。所患復如是。俱服八味丸。補中益氣湯。間服清暑益氣湯。而痊。若多服分利之劑。則誤矣。

人身中惟心腎不交。百病生焉。造化至春。天氣下降。地氣上升。是成三陽泰卦。而萬物萌生。人若心火太炎。則天氣不降矣。腎氣不盛。則地氣不升矣。是爲否象。精氣何從生。心君火也。火性炎上。故念

一起卽火炎。念若滅卽火息。吾人有一時無念者乎。此火所以日炎。而水所以日涸也。若常常止念靜觀。則心氣自降。心氣常降。則腎氣自漸升。而還秦象矣。朱大復先生教人。心常放下。目亦常向下。上者降。則下者自升。亦交心腎之法也。

臍之內。兩腎之中。有一竅。名命門穴。乃生氣之源。吾人生身立命之蒂也。常冥心內照。使心常在腎。

此亦交心腎之法也。

每見卯中雛。最初生目。而後有首。以及于身。目雖
竅於肝。而瞳原屬腎。此天一生水之義也。人之機
神盡在目。故目疾。犯色。光乃不復。此立竿見影。不
可不慎。

古人分一身之氣爲三焦。予親驗之。而信。予初患
下氣虛。覺丹田無物者然。繼患中氣虛。覺中宮無
物者然。或有時中虛而下否。有時下虛而中否。有
時服消導破氣之藥。則中氣頓陷於下。覺中虛而

下反實乃知氣有分屬固如斯其有界限也

酒色同爲伐性斧斤戒色固難戒酒尤不易予葆
攝甚嚴却遠帷幙動經歲時獨是斜陽掛樹暝色
入窻思歡伯甚亟非此便覺無聊乃知遠色尤易
斷酒極難郭子云三日不飲酒覺形神不復和若
能少飲養血壯氣未嘗不益人其如相知晤對舉
盞忘懷有不酩酊不休者可奈何予生平頗善攝
生獨苦不能戒酒

人設醴以誘猩猩。猩猩明知而故犯。人笑其愚。吾儕亦明知過飲傷人。而每至酩酊而不覺。其異於猩猩者幾何。予竊見多飲酒而少食穀者。往往不壽。尤非所宜。

凡人形體壯偉。不慎酒色。多有卒中之症。而每得之於勞怒。蓋勞則元氣頓虛。而虛火暴熾。怒屬肝木。經云。歲木太過。風氣流行。風木一類。故怒則肝火熾而風卽隨之也。又憂懼亦能致此病。子姪申

錫在燕適值戒嚴憂惶兼以多愁竟卒中而亡年
止四十七耳予患指麻時彼亦患指麻皆以此病
爲憂予以慎疾得延彼以不慎不免耳

鬱怒傷肝尤甚蓋鬱則火內遏肝血燥而大風發
多致卒中之症故廣識平情養生要務

丹溪先生云腎主閉藏肝主疎泄二藏俱有相火
而其系上屬於心心爲君火爲物所感則易於動
心動則相火翕然而隨雖不交合其精亦暗耗矣

故童子未室。亦有腎虛之症。又精血篇云。男子精未滿而御女。以通其精。則五臟有不滿之處。異日有難狀之疾。治法亦兼用益氣湯。六味丸二藥。爲童子者。何不安心靜守數年。以儲一生受用。而甘虛喪此先天一元真炁耶。亦愚甚矣。

養生者。貴開發其生機。生機一發。則源源不窮。此謂濬於不涸之府。生機有二。使此心常自怡適。而不以憂鬱窒其生機。一也。助養脾土。以滋化源。則

四藏都有生氣。二也。若不知此機括。雖日服補益良劑。所補曾幾何。

丹溪先生云。天地以五行更迭衰旺而成四時。人之五臟六腑。亦應之而衰旺。四月屬巳。五月屬午。爲火大旺。火爲肺金之夫。火旺則金衰。六月屬未。土大旺。土爲水之夫。土旺則水衰。況腎水常藉肺金爲母。以補其不足。古人於夏月。必獨宿而淡味。保養金水二臟。經曰。冬藏精者。春不病溫。十月屬

亥十一月屬子。正火氣潛藏之候。必養其本然之真。而爲來春發生之本。若於此時不恣欲以自殘。至春升之際。根本壯實。何病之可言哉。要知冬夏二季。壯年以寡慾。老年宜絕慾。斯爲攝生之道。內經云。腎有久病者。可寅時面向南。淨神不亂思。閉氣不息七遍。以引頸嚙氣順之。如嚙甚硬物。如此七遍。後餌舌下津納氣。自是元門要領。後世千門百竅。總不能出此範圍。

內經云。暑當與汗皆出。勿止。又云。夏暑汗不出者。秋成風瘧。要知盛暑汗出。乃時令使然。非泄氣散液之比。常於暑月夜臥閉窗。汗出淋漓。次日反健。若臥於涼處。次日必倦。卽此可知。故盛暑避於陰涼之地。雖一時快意。必至成疾。雖然。若奔趨名利。酷暑襍穢。以致大汗不止者。其泄氣傷生。又不可同日道矣。

同日並文

謂是編讀以對大形不也詩其斯

京之也難一部刻意必至想

有人公京讀六日及卷臨北

心公正書外異民外大臨

大文冠其要狀臨善中此

折肱漫錄卷之四

自此以去又元

折肱漫錄卷之五

樵李黃承昊履素撰

古吳程永培瘦樵校

養形篇下

飲食但取益人毋求爽口本草須常考訂毋食病體相妨之物予脾胃素弱平生不多食生冷瓜果雖佳品在列未嘗朵頤油膩炙燻亦不敢食一切難消之物俱兢兢慎之故能保此殘喘縱口腹之

打用海金 卷之五
欲而不自惜其身不可謂智

凡炙燂煎炒病家最忌助火銷陰損人不淺即平人亦不宜食腫毒牙疼諸症半因於是

北方人以麵爲命食麵方飽而有力食米即弱則麵乃大補益人之穀但本草言其擁熱少動風氣則亦不宜多食者至若南方麵更爲助濕所宜禁食者也

北方薏酒原非薏釀皆以黍米爲之黍氣薄味清

初飲似清冽，然味薄易醒，不至如南酒之動火生痰也。

酒能少飲，益人甚多。一遇飲至醉，則傷人不淺。多少之間，損益霄壤。

河豚魚最發病，攝養家尤不宜食。

酒與茶雜飲，能致酒積。予見人多雜飲，獨予守戒甚嚴。北人稟厚，與南人大不同。常見北人於暑月，以冰爲命，飲之自謂有益。冰果茶酒相兼雜下，而

脾胃不傷南人寓北者罕見有此

牛乳同酒飲此常事耳薛立齋云酒不可與乳同
飲豈指人乳言耶然兩者同飲亦往往見之想不
知應忌耳

予每遇冬月常以熱酒飲乳酪已酉在南都有方
士令予以牛乳下丸藥原不言與酒同飲予不耐
羶氣急呼酒飲之乳下喉未全到胃遇酒卽凝膈
上遂苦痞悶有妨飲食消導俱無效大是可憂予

精思之、此乃乳滓質凝於胸前而不化酥者。乳之精華、取酥與消導藥同飲。當得去此碍膈之物、遂如法治之。果一服卽消。物理相制之妙如此。

人皆指西瓜能辟暑。生冷中不甚忌之。殊不知暑中奔走後、覺胸中熱氣填塞。浸冷食之。信可辟暑。若晏坐高堂。日以爲常供。則有損脾胃。秋來瘧痢當防。

生薑秋不宜食。洩氣損壽元。蓋秋味辛。辛乃秋之

本味故忌之

枸杞葉作茶啜治消渴強陰解麩毒何不以代茶
桑椹曬乾蜜丸服開關利竅通血脈安神魄聰耳
明目又絞汁熬稀膏蜜調服能去火毒解金石燥
熱止消渴本草著其功效如此人何不多取而服
之耶採桑條作寸斷炒黃色煎湯可以代茶最益
人

五加皮本草原言取皮用今人多摘其芽此未可

解

胡椒大熱。本草言多服損肺走氣。又能發癰疽。大損陰氣。所當痛戒。

飲茶宜熱。冷則聚痰。多飲則少睡。久服則消脂。茶味最清香。令人嗜飲。然虛弱人止宜候渴而飲。適可而止。若亦欲慕清客之名。勉強飲啜。所損脾胃不小。序云。釋滯消壅。一日之利。暫佳。損氣侵精。終身之累。斯大。此可謂嗜茶者之戒。

橙皮多食傷肝氣不宜與豬肉同食發頭旋惡心
蓮子生食微動氣乾食作悶鮮蓮亦不宜多食終
是生冷惟煮食養神予時食此不輟和米煮粥禁
精泄清心治腰痛止痢磨作飯令肢體強健生食
須去心否則恐成霍亂

藕煮食最益人同蜜食令人腹臙肥不生諸虫秋
間予以此作蔬下酒

菱性冷不可多食煮食則不冷然作悶不益人本

草言冷臟損陽氣痿陰飲熱酒可解熟食作悶亦
用酒消

栗能益腎然生食發氣熟食滯氣惟風乾者佳

枇杷能潤五臟然多食發熱生痰

甘蔗共酒食發痰亦傷脾

沙糖與鯽魚同食成疔虫與葵菜同食生流癖與
筍同食不消成血瘕

龍眼肉本草言其補益心脾功與人參並聞華亭

陸平泉宗伯年幾及百平日常食龍眼不輟口予
少年多食此果老來食之齒輒痛以是不能食但
常服龍眼膏

柿不可與蟹同食。此人所知也。本草言紅柿忌與
醇酒飲。易醉人。且患心痛至死。席間常設紅柿。易
於同酒飲。此不可不知。

乾柿氣平不寒。食之無害。

石榴味酸性滯。能戀膈成痰。不宜食。

胡桃甘溫能補然動風痰助腎火

白菓多食動風作痰小兒食之發驚本草言如食一千令人少亡此菓儘可不食

楊梅性雖熱亦有消食下酒之功

榛子大有益宜食

梨性流利下行雖能消痰止嗽多啖令人寒中血虛與脾虛者忌食

丹溪云飴糖大發濕中之熱以其甘能滋濕濕以

助熱也。

本草云麻油煎煉餅食與火無異齒痛及脾疾人切不可食。

世人皆言糯米補人考之本草云主溫中令人多熱久食令人身軟發心悸又云多食令人多睡發風動氣則不如粳米多矣。

大豆性本平炒食則熱作豉則冷作腐則寒而動氣煮汁則涼而解熱毒。

黑小豆卽俗名馬料豆最益人

赤豆利水逐精久服虛人

菜豆肉平而皮寒脾弱人亦不相宜花能解酒

蠶豆雖發氣而能調榮衛

醋切忌與蛤同食

白菜菰大能下氣耗血消食較之藥物更迅厲中
氣虛者切不可食予常受其害煮食又多停膈間
成溢飲之症總非佳品其子更甚有推墻倒壁之

功

葱白通陽發散。更勝於他藥。氣虛人勿服。予常受其害。能令頭汗津津不止。且動火。不可輕用。

韭大益人。五月勿食。與牛肉同煮食。生寸白。同蜜糖食。殺人。此易犯者。謹識之。

胡蒜生噉。傷肝氣。損目。久食傷脾肺。引痰。養生者節慎之。

茄子性冷。多食損人。白茄蒂與何首烏陰乾。白茄

蒂七枚。何首烏各等分煎服。治對口瘡。

芹菜養精益氣保血脈令人肥健嗜食常用最佳
蓴菜性冷而滑不可多食不可與醋同噉令人骨
痿瘟疫病後食之多死。

經霜冬瓜皮同皮硝煎湯洗痔極效。如無冬瓜白
萊覆代之。此予所親試而效者。

井華水平旦時未曾打動第一汲者與諸水異其
功廣補陰虛清頭目蓋天一真氣浮結水面而未

開以造酒醋亦不壞

秋露水清金降火予曾取以釀酒其鮮甘之味難

以名狀

脾弱人宜飲河水得土氣乃佳不宜久飲山泉氣

寒傷脾

人乳雖養血妙品然滑腸脾弱人亦不宜多服

牛乳以熱酒點服味甚佳有言其補益者有言其助痰者想少飲則益多則助痰理或然也

羊肉補益之功。至于黃芪同。然性易凝結。脾弱人
真火衰微。薰蒸力少。難於消化。不食爲穩著。

犬肉助火興陽。陰虛火動者不宜食。其肉較豕頗
覺難化。不宜炙食。令人渴。同蒜食。損人。

猪肉性熱。助火生痰。不宜多食。小兒尤宜戒之。

猪腰子性冷。久食令人少子。冬月不可食。損真氣。

兼發虛壅。

兔肉不可多食。傷元氣。絕血脈。損房事。不可同薑。

橘食不可同白鷄肉食。兔死合眼者勿食。二月食之傷神。

麋肉多食能動人痼疾。

食戒云鷄具五色者食之致狂。六指元鷄白頭家鷄及鷄死爪不伸者凡鷄無故暴死者食之並傷人。合水鷄食作遁尸。和魚汁食成心瘕。又不可合胡蒜及李子食。不可合犬肝腎食。不可合芥菜蒸食。有風疾者不可食雄鷄。

雞子和葱食短氣同鱉食損人

雉久食令人瘦發痼疾不可合胡桃蕎麥香蓋木
耳等食自死爪不伸者食之殺人春夏不宜食丙
午日勿食此禽益少損多食者慎之

綠頭鴨白眼者食之殺人忌與鱉肉同食

鴨卵滯氣灰食卽無妨

野鴨不可與木耳胡桃豆豉同食

鶩能動濕疽病與水腫忌食俗云能動風鶩子雖

補中益氣勿多食

麻雀不可和李子食亦忌與醬食

鴿肉能減藥力服藥人不可食

七月不宜食生蜜恐暴霍亂

多食蜆發嗽冷氣消腎

鱉肉合烏雞食成瘕合雞子食殺人合莧食生瘕

合芥子食發惡疾三足者赤足者腹下有十字王

字五字形者頭足不縮者目凹陷者腹下紅有蛇

紋者及生旱地者俱有毒不可食中其毒者藍汁可解

蟹性冷傷脾胃多食發風疾未經霜者有毒足斑目赤獨螯獨目或兩目相向腹下有毛腹中有骨六足四足者並有毒不可食中其毒者豉蒜冬瓜黑豆紫蘇煎飲並可解

蟥蝟傷脾不宜食

蟥音越

淡菜雖益人然多食亦令人目闇頭悶

鯽魚雖益人。然多食亦能動火。忌與豬肉同食。又忌犯天門冬。同芥菜食。成水腫。同沙糖食。成疔虫。忌同豬肝雞肉食。二三月忌食頭。

天行病後。忌食蠶。又忌食鯉。再犯卽死。有宿瘕者。勿食鯉。亦忌天門冬。治鯉須去黑血。及脊上兩筋。有毒誤中者。浮萍可解。鯉魚子不可同豬脾食。鯉魚鮮不可同豆蘆食。

有瘡者。忌食黑魚。令人白癩。

患疖痢者不可食魴魚。

鱠性大溫，多食令人霍亂，亦動風氣。

青魚忌與葵藿葫荑同食，亦忌蒼朮。

鱸魚不可與乳酪同食。

鰻鱺水行昂頭者有毒。

蝦不宜多食，發瘡動風。又一種無鬚蝦，及煮色白腹下通黑者，並有毒，作鮓能毒人。

食餛飩過飽，飲餛飩原汁卽消。食一切肉過飽，飲

熟食店中所儲原汁亦可消。蓋店中所儲之汁以之煮肉一滾卽爛。故店家珍重此汁而藏之。以此消肉有至理焉。凡食某物過多停滯者卽燒此物成灰存性服之卽消。有人食乾柿過多欲死食以柿霜卽愈。市上索粉中多雜以小粉食此過傷者飲以黃漿立消。予向以酥消牛乳之停。總此一理耳。

申元渚司馬云。吳中何公良俊之父年百歲餘。問

以服食調養之法何云別無他法惟每辰食糯米團子而已世俗多言糯米補益人攷之本草又言其性熱不可多食久食是未可解

曾覽高氏尊生八牋註萱草花苗皆可作蔬食干葉者食之殺人予向戒不食後見北路所種多干葉者心疑之予家園中有千葉花人多采食之絕無恙予因諦審之此花地瘦卽單葉地肥卽變千葉原非兩種高氏之言蓋承訛非親試也

藥原非兩劑高丸之香蓋亦非藥也

...

...

...

...

...

...

折肱漫錄卷之五

以服食調養之法何云別無他法惟每辰食糯米團子而已世俗多言糯米補益人攷之本草又言其性熱不可多食久食是未可解

曾覽高氏尊生八牋註萱草花苗皆可作蔬食干葉者食之殺人予向戒不食後見北路所種多干葉者心疑之予家園中有干葉花人多采食之絕無恙予因諦審之此花地瘦卽單葉地肥卽變干葉原非兩種高氏之言蓋承訛非親試也

藥草非兩劑高丸之言蓋承露非得精也

無等千尺帝審之此其世數鳴單藥賦明鳴變于

藥首心張之千家園中百千葉芬人受果食之餘

藥消食之辨人子向烟不食對良此亂視蘇冬千

曾買高天曾主人對其習草芬苗昔何半蔬食千

其主燕不可食人食最末西雜

藥之而己世各之言需不麻益人交之本草又言

折肱漫錄卷之五

折肱漫錄卷之六

樵李黃承昊履素撰

古吳程永培瘦樵校

續養形篇上

五穀皆補養脾氣之物。一煨成灰。反能消食者何。蓋火能軟堅化物。燼從火化故也。諸灰能消食。亦能傷脾。功用不減于山查神麩。不可忽之以爲食物。而多服常服也。

予半百時、微有怔忡之意、若犯房室、則是早怔忡、特甚、卽不犯房而不遠女色、或其寢未免動火、則亦微覺怔忡、但不甚耳、如獨宿則泰然、自六旬絕慾以來、此病遂愈、卽勞心亦不發、要知心腎一脈相通、怔忡之症、未可專求之心也。

己卯冬、仲予患沿爪出水而癢、有友教予頻以重石壓之、壓出血水多多許、卽愈、不復作膿作痛、其効亦神矣。

粵東陳探花諱子壯者專服黑小豆。初一日服一
粒。初二加一粒。以後漸加至十五粒。至十六日則
減一粒。以漸而減。至次月朔。又服一粒。起如是循
環無窮。用白湯生吞下。不爲末。久久大得益。補腎
烏鬚髮。大有奇効。

泉州黃宗伯諱汝良者。年九十餘。猶然精神不衰。
飲噉如故。平日服補中益氣湯。還少丹二藥。故是
佳品。宜其得力。還少丹與打老兒丸相同。止少續

斷一味

予同年朱司寇廣原第二子諱茂昭字子藻者少年時眉絕少有風鑑相之云如此好眼若有眉稱之必得駿發子藻每從人求長眉之法有一方士自言有藥但服數厘眉卽生矣遂進末子藥六七厘戒以服藥後切須避風服之夕卽有汗偶值有賊至乃出庭除及歸寢大汗不能止綿被俱濕透幾至亡陽遂大憊自後服人參數十觔補藥無筭

閉戶調理十餘年。始得復元。後亦不壽。藥之不可輕服也如此。或云此藥是鬧揚花。未知是否。方士已遁。莫可問也。

寢臥不得多言笑。譬五臟如鐘磬。不懸則不可發聲。以下出昨非齋日纂。

養性之士。唾不至遠。行不疾步。耳不極聽。目不極視。坐不久處。立不至疲。先寒而衣。先熱而解。先飢而食。先渴而飲。不欲甚勞。不欲甚佚。不欲多啖。生

冷。不欲飲酒當風。不欲數數沐浴。不欲規造異巧。
冬不欲極溫。夏不欲極涼。大寒大熱大風大霧。皆
不欲冒之。五味不欲偏多。酸多傷脾。苦多傷肺。辛
多傷肝。鹹多傷心。甘多傷腎。此五行生尅自然之
理也。

太素丹景經曰。一面之上。常欲得兩手摩之。使熱。
高下隨形。皆使極匝。令人面有光澤。皺斑不生。行
之五年。色如少女。先當摩切兩掌令熱。然後以拭。

兩目又順手摩髮如理櫛之狀兩臂亦更互以手
摩之使髮不白脉不浮

續養形篇下

蠓黃肉本草載甘溫煮食治虛損調中治丹毒酒
後煩熱止渴炙食甚美令人細肌膚美顏色海錯
大約多損脾獨此補益且其味亦冠海錯予於閩
中備嘗海產無如此味之佳但煮食腥氣不堪必
以厚味先煎後煮乃佳耳炙者罕見惟於泉州有

一友見餉乾者其味果佳大勝淡菜粵東亦有此頗大而味不佳

水蕪卽芹菜本草載甘平養精保血脈益氣令人肥健嗜食本草中佳品也但生於水田中者多有螞蟻匿其中難于選擇不可輕食本草又云水芹生黑滑地食之不如高田者宜人名白芹餘田者皆有蟲子在葉間視之不見食之令人爲患

石耳生於石上故名本草載甘平久食益色至老

不改令人不饑。又云明目益精。作茹勝木耳。蓋佳品也。此品入素蔬。平平耳。以之煮肉。則味絕佳。予于九江時食之。蓋產自廬山者。

絲瓜之性。世俗相傳以爲至寒。食之敗陽。及考本草綱目。則云甘平。又載生生編。指爲煖胃助陽。抑何相反之甚也。竊觀本草載此瓜。除熱利腸去風化痰。涼血解毒。治痔漏下血等症。又載其通經絡。行血脈。則知此瓜應是甘涼之氣味。若曰助陽。則

何以涼血解毒若曰性冷冷則凝又何以通經行
脉確然甘涼啖之無損

冬瓜俗傳爲煖肚之物考之本草甘微寒大能散
熱毒利小便則非煖腹可知

黑小豆本草所不載止載大豆及綱目註何首烏
有用黑小豆蒸曝之語世傳黑小豆方藥功用甚
盛不知本草何以獨遺惟食物本草載一種黑小
豆最佳陶節菴以此豆入鹽煮熟時常食之謂能

補腎要知此豆功用更勝大豆也。又皇甫本草發明載黑小豆卽藿豆。本經只言黑豆小者入藥。並無馬料豆藿豆之名。蓋卽此豆是也。此豆北方最多。以之喂馬。故名馬料豆。販此至者。只至常州而止。並無粒豆。到三吳。覓之苦不可得。是不可解。往時吳中少馬。故此豆不來。今大亂之後。北馬在三吳武林者甚多。而此豆終不至。更不可解。

食粳米。以晚白米爲上。以其性涼益人。李時珍曰。

六七月收者爲早粳。止可充食。八九月收者爲遲粳。十月收者爲晚粳。北方氣寒。粳性多涼。八九月收者。卽可入藥。南方氣熱。粳性多溫。惟十月晚稻氣涼。乃可入藥。遲粳晚粳。得金氣多。故色白。能入肺而解熱也。早粳得土氣多。但益脾胃。

丈人責子路五穀不分。吾輩自思之。吾亦不能分晰。確然也。稱黍稷麥菽爲五穀。見於朱註矣。其所稱粱與粟。又是何物。考諸本草。各家之說紛然。總

非確論。惟綱目李時珍所訂庶幾近是。然以稻獨指爲糯米，竊以爲未然。稻是大米之總稱，爲粳爲糯，爲粬，總皆稻之類也。而粳有早中晚，水旱之殊。糯與粬，有赤白水旱之別，或有芒或無芒。據鄉人分別，不下一二十種。總以稻冠之可也。黍與稷，是小米之總稱。時珍曰：稷與黍一類，而二種粘者爲黍，不粘者爲稷。稷可作飯，黍可釀酒。猶稻之有粳與糯也。竊見北人總呼爲小米，爲黃米。然稷之生

也。形似蘆粟。其子叢生。直立於苗端。而米粒細。黍之生也。形似稻。其子踈散。分垂于苗端。與大米相似。而米粒較穠稍粗。其種迥異。一爲黍。一爲穠。斷無疑。麥有大麥小麥。喬麥。人皆能辨之。菽爲諸豆之總名。亦人所易曉。惟詩經又有黍稷稻粱之稱。周禮又有九穀六穀之名。有粱無粟。意粟卽是粱。又有云大而毛長者爲粱。細而毛短者爲粟。則是一種而稍異者耳。卽今之蘆粟是也。本草又註

粟米卽小米則更可疑竊見北地頗多種蘆粟者呼爲膏粱亦是粱卽粟之一証然日用嘗食盡是稷米呼爲小米膏粱間取以佐食不以爲正糧也釀酒之黍米亦呼爲小米未聞呼蘆粟爲小米今本草指爲卽小米毋迺淆混而無別耶至于南人種蘆粟甚罕普天下多食粳粬二種今言粱卽是粟則食粟者寡矣何以粱之名目古今稱之比比耶愚見竊謂五穀之名見於經傳穀當以五爲準

梁與粟。乃古者大米小米之通稱。論語冉子請粟。齊景公曰。雖有粟。孟子米粟非不多。農有餘。粟等類。豈非粟乃米穀之通稱乎。若必指粟爲卽梁。卽蘆粟。卽小米。寧不小視粟而大費唇舌耶。且本草已標蜀黍爲蘆粟。則粟又是黍類矣。何以又曰卽梁耶。至于秣也者。是糯米之別名。陶淵明好酒。田皆種秣。陶是九江彭澤人。地宜大米。則秣非梁粟。可知。李時珍所云。稷之粘者爲黍。粳之粘者爲糯。

是矣又云粟之粘者爲秣豈其然乎子宦九江二
載從未見有小米酒則陶之秣斷是大米無疑也
食物本草所載諸穀訛亂尤甚亦可謂五穀不分
者矣

折肱漫錄卷之六

<p>...</p>	<p>...</p>	<p>...</p>	<p>...</p>	<p>...</p>	<p>...</p>	<p>...</p>	<p>...</p>
------------	------------	------------	------------	------------	------------	------------	------------

折肱漫錄卷之七

樵李黃承昊履素撰

古吳程永培瘦樵校

續醫藥篇

五運六氣之說內經詳言之後賢疏註更詳但至于今而按之天時民病多不相合豈古今氣運不相同耶近者武林徐季孺刻有運氣商言之尤悉其於間氣闡發極精乃按之天時民病亦多不合

也是不可解。竊謂治病者得是說而存之。用藥時稍爲照顧。如相火司天。又兼行火運。則用藥不可過熱。遵熱無犯熱之禁。於寒亦然。如相火司天而行水運。卽用熱亦無妨。或行金土運。亦似可不拘。若膠柱鼓瑟而斤斤株守。恐反多窒礙而致悞。矧原有捨時從症之訓。則不可違症以從時也。明矣。經云。必先歲氣。無伐天和。二語須認明白。如先哲熱無犯熱。寒無犯寒之說。則是夏不可用熱藥。冬

不可用寒藥。春不可助木。秋不可助金矣。又讀本草綱目李時珍之言曰。春宜加辛溫之藥。以順春升之氣。夏宜加辛熱之藥。以順夏浮之氣。秋冬准此。以上二說相背。當何適從。獨不觀經又云。升降浮沉則順之。寒熱溫涼則逆之。斯二言可爲定案矣。春宜順春升之氣。以升之。秋宜順秋降之氣。以降之。至於夏浮冬沉。非謂必以辛熱苦寒。浮之沉之也。薄荷香薷等。非浮劑耶。地黃牛膝等。非沉

劑耶。此四時不可以一例論也。所謂逆之者，寒則熱之，熱則寒之，溫則涼之，涼則溫之也。豈與升、降、浮、沉例論乎？經又云：春省酸，增甘以助脾；夏省苦，增辛以助肺；云云。春則木王土虧，故欲抑木以助土；夏則火王金衰，故欲抑火以助金。則逆之說更了然矣。至於順之說，亦槩論用藥之理，宜然。又有當捨時從症者，不可泥也。升之不已爲浮，浮之義何居？如陽氣外浮，夏月多汗，理之常也。若居處太

涼飲食過冷。或過服斂藥。使汗不泄。秋必生疾。此
其一端。可類推矣。故謂夏月伏陰在內。不宜飲冷。
固是。然夏至一陰生。正宜保護微陰。其可輕服桂
附等藥以銷之乎。則夏令宜辛熱之藥。其說非也。
降之不已爲沉。沉之義何居。如陽氣潛藏。神氣宜
斂。若內外煩勞。精氣多洩。或服升散之藥。使氣耗
散。春必生疾也。故謂冬月陽藏于密。不宜又服熱
藥。固是。然冬至一陽生。正宜保護微陽。豈可輕服

連栢等藥以傷之乎。則冬令宜苦寒之藥。其說非也。知此則無伐天和之奧義可明矣。上總論運氣

崇正戊寅之冬。武塘錢仲馭進士患肺癰。諸藥不効。有人教服陳年醃芥菜滷。一服輒効。甚以爲奇。後晤友人沈聖思言其母氏當年曾患斯症。亦賴斯物以救瀕危。又一僕人母亦然。此滷頗有藏之者。天寧寺某僧房慣貯之。詢知用醃芥菜滷貯于磁罈埋地中。其地須有人往來踐踏者。方有効埋

數年、乃用之、愈久愈妙、但飲一二甌、卽効、繆慕臺
本草經疏亦載此方、則云用百年芥菜、溲入甯地
中者、飲數匙、立効、其義以芥辛溫、得鹽水久甯之、
氣變爲辛寒、辛寒能散痰熱、芥菜主通肺氣、所以
治肺癰有神効也、然不須百年、甯數年、卽可用矣、
本草經疏中、魚腥草下、又註單用搗汁、入年久
芥菜、溲飲之、治肺癰有神、然可不須也、
肺癰

小便淋瀝、乃腎氣虛、不能注射、而然、試觀童子溺

如一線且能遠射、男子漸散如珠、至於淋瀝、則腎
病可憂矣、余嘗患此、服八味地黃丸、更加紫河車
甚効。淋瀝

余辛巳秋、自潯陽遷閩海、患脾泄、乍止乍發、藥之
不効、壬午春、出汛漳泉、又代署興泉道篆、陪直指
出巡、飲食不得調、病乃大劇、脾泄不止、飲食減少、
五更脹滿、小便淋瀝、幾成中滿之候矣、亟服八味
地黃丸、及間服金匱腎氣丸、佐以補中益氣六君

子二湯自五月朔服至八月病乃漸瘥至冬而脾
大健癸未宦於廣州至秋而前病復發及甲申之
春而更劇諸症俱至此時則八味丸等藥亦無効
矣子乃覓首生紫河車一具加于八味丸內服之
頓効乃知河車功力信不可誣

脾胃

壬午之秋余自閩調粵東臬長以重陽後十日行
閩十一月望後度梅嶺時余脾健體佳甚樂也南
雄一路最苦無酒所飲皆瓶酒有蘇合等諸香氣

余素所忌者、不得已強飲之、是月終旬、舟望江口
驛、此時余患瘡疥者一年矣、不服別藥、惟飲金銀
花酒、偶以此花五六錢煎湯半甌、攪酒飲之、時已
申刻矣、酉刻抵江口、將祭江、以腹饑、復飲瓶酒數
杯、忽覺虛汗發額、頃之、又覺頭暈、勉強了祭江事、
急登舟、則漸入昏沉去矣、時次兒子錫隨、任急過
喚余、喚數聲始應、又復昏去、不醒、舉家驚駭、以爲
中風也、急煎獨參湯、次兒喚余復醒、兒問曰、此可

服否。余首肯。服之。停數刻。吐痰半杯。少覺清爽。次
兒問余應用何藥。余口授次兒筆之。余曰。此必蘇
合香散氣使然。且服獨參湯。因就寢。則心已明朗。
不復昏沉矣。小睡而醒。以手捫身。捫一處麻。一處
大。是可畏。次日食粥服藥。調理稍安。越二日。舟望
平圃。日方午。余體漸健。開窗看山。因啖飯。先飲酒
數杯。爾時只謂受香酒之累。且以金銀花爲治瘡
佳藥也。復以花入酒飲之。飯甫畢。而頭暈復發。一

如向晚之候翌日而蘇乃始疑金銀花之作祟時
有僕鳳鳴者以手背生毒亦煎此花酒服之輒患
暈眩乃益信此花之毒不然一服卽眩何立竿見
影之如是而悞咎蘇合則寃矣蓋此花非余所親
收乃從樟樹鎮肆中市來之物不知雜何毒草在
內以至害人爾爾信乎藥物不可不慎尼父沽酒
市脯不食豈無見乎幸不大病數日卽平復臘月
十八日履任後不復患此症則知悞藥之因而非

本原之病矣。於此見宦游不可不攜知事子弟。設是時次兒不侍，家人延庸醫，悞進他藥，又不知作何狀矣。中毒

凡人腿足酸疼軟弱等症，大半是足三陰虛損。見人用針者多不効，不惟無効，且促其壽。予親見有二人矣，慎之。腿足酸疼

鉛粉卽女人搽面之物，最能解毒。予次子痘後，靨有未落者，好以手搔爬，血肉淋漓，敷藥不効。一人

教以鉛粉塗之。即塗即醫而愈。此神方也。後以撲

諸瘡俱妙。痘瘡

寧都曾友。憇素園。攜一姑蘇僕來。偶園丁有子患

痢。蘇僕即傳一方。與之用大鰻魚骨一條。併頭新

瓦炙存性為末。黑糖調薑湯下。服之旋愈。適友人

朱伯思之子。亦患噤口痢。甚危。轉傳此方。服之亦

即愈。滯下

子少病。目神無力。多視便覺酸澁。時醫多勸予服

養血滋陰之藥。就診于王宇泰先生。遺予手扎云。
治目之藥。世醫多主滋陰降火。而先代名醫。皆主
升陽補氣。雖互有得失。而古人之說。爲長。況尊目
能見細字。絕無昏花。但不耐久。此其不足。不在陰
精而在陽氣。明矣。正宜服益氣聰明湯。今畧爲更
定如左。其方。蜜炙黃芪。人參各二錢。升麻。柴胡各
七分半。甘菊。白芍藥各一錢。枸杞二錢。炙甘草。黃
柏各五分。煎空心服。再煎食遠服。三煎臨臥服。後

來驗之。畢竟養血無効而升氣得力。先生誠有卓

見。目疾

牙齒上斷痛腫連面頰。係足陽明胃經風熱。予患此服清胃散。半劑卽愈。藥如中病。効固如此。王先
生所刻證治類方。載此方。升麻用一錢。牡丹皮五
分。當歸生地黃連各三分。而薛立齋所刻內科摘
要載此方。黃連用一錢六分。升麻二錢。其餘各一
錢。王方分兩太不勻。薛方似妥。蓋薛所刻方。皆經

立齋刪定。甚有斟酌。較之他本分兩。多有不同。如
藿香正氣散。薛本少白朮等四味。更覺清楚。齒痛

乙酉歲六月間。予避亂。小船奔走。冒暑而不覺。處
暑前。卽患血痢。予年老。不敢服下藥。但調之而已。
凡七日而愈。然痢雖愈。而血未止。兼以大便燥結。
艱難爲苦。治之半月無効。讀玉機微義。有楮乾燒
灰末之米飲調服一方。考之本草綱目。亦載此方。
之効驗甚詳。因覓此藥服之。不及一兩。卽愈。可謂

神方矣。

便血

是歲小雪前。在山中又患瘧。間日而發。予不患此病者五十餘年矣。未有大感冒而得此。想山中之氣。時行使然。初次發于黃昏。方書云。發于子後。午前者屬陽。易愈。發于午後。子前者屬陰。難愈。予憂之。又讀丹溪論云。凡邪深入于臟者。必提出於腑。達于表。一汗可解。予因多服升提之藥。而不甚攻其邪。二次卽升至申時。三次升至巳時。四次升至

辰時五次升至寅時卽愈。瘧疾

薛立齋治瘧極言補中益氣湯之妙。醫案內雖開列仲景諸方云若不應分六經表裏而治之說見各方。然觀薛先生所治諸人之案並未見用各方而所用之藥大都是補中益氣湯。而極論不宜過於發表攻剋。致傷脾胃。反致綿延不已。近世名醫惟陳月坡宗先生之法以之治瘧頗效。蓋仲景去今千餘年氣運大變治病亦須因時制宜。若執古

方以治今病是猶以結繩而治今之世也其可乎
瘧疾

友人丁靜公又字不二長興人寓嘉興予家延爲
西席者甚久乙酉仲夏移歸湖州郊外逢大亂遭
水蠱疾腹大如鼓頭面手足俱腫小便不通大便
日瀉數次危殆已甚聞隣家葱煎豆腐甚香思食
食之覺快口食後小便卽通於是連日食之小便
愈通大便漸減再以半生熟之葱食之腹漸小腫

漸消。遂可步履。謁客。予初在妙喜山中。見其狀。深
以爲憂。殆將不起。月餘。丁再至山中。則面腫已平。
精神已王。告予得生之故如此。夫水蠱劇疾也。而
以葱腐獲療。聞所未聞。特爲記之。腫脹

治一切腫毒。傳來一方。甚効驗。凡臃腫作痛。毒將
發時。卽服此方。無不內消。余次子臂漫腫作痛。一
服卽消。以後服者俱効。丁亥在山中。有管庄人腿
患毒。腫硬無頭。痛甚。數日漫腫如故。醫藥不効。予

與此方連進三服小便出濁物升許竟爾消散數
日卽平復真可謂神方矣方用生黃芪五錢當歸
梢八錢金銀花五錢黃柏三錢水酒各一鍾煎一

鍾服之。又一方加皂角刺。

腫毒

外科方書每言生肌收口之藥不宜早用薛立齋
指摘生肌散之害人而言毒盡時但用當歸膏爲
妙生肌最速並無他害予家人歷試之頗驗原方
生地當歸各一兩麻油四兩白蠟五錢或黃蠟則

用一兩。以歸地入油煎黑去滓。用蠟投之。鎔化成膏。予試之膏太軟爛不便貼。或當增藥減油。腫毒

本草言防風能瀉肺實。悞服瀉上焦元氣。及後列方。則又云自汗不止。以防風二錢。用浮麥湯調服。又云治盜汗。以防風二兩。芎藭二兩。人參半兩末服。夫既稱瀉肺實。則其性發散矣。而又欲以止汗。豈不自相矛盾耶。予曾冒風而病。以體素弱。用六君子湯。加防風桔梗服之。頓覺疎散欲汗。一時勞

倦以參朮與防風同用尚不禁其疎散若服前二
方以止汗是愈泄其汗矣誰敢嘗試乎

傷風

予甥孫爛溪周祥侯年四旬患痰火上衝吐痰甚
多喘嗽不能眠醫者以清火降痰治之愈甚幾危
祥侯自謂宜服人參告諸醫者請以數分試之醫
者曰若用則須多不可少更宜加桂遂治藥服之
安平無事乃放膽連服數劑竟愈引火歸源先哲
已言之而醫者不識耳猶幸此醫能虛心商量得

免於危

療火

旱蓮草一名鱧腸俗名涼苘以醫促織者斷其梗少頃其口卽黑者是最能烏鬚予表兄卜戩父太守有人傳與一方單用此草搗汁熬膏蜜收貯之磁瓶日日以酒服之久服鬚髮不白卜戩父守而服之六十外鬚果不白但皮肉亦漸黑且不利于脾故予知而不服

烏鬚

予生平雖多病而腫毒則未之患也歲在戊子行

年七十有三矣。其冬暮，頭之右偏，忽患寸毒，嗣是
右肩右背連患二毒，受累凡四閱月。予久閱薛立
齋先生外科樞要精要二書，知毒之初起，最要是
隔蒜灸。予遵之，惟謹，畢竟得力，不至瘡大難收。方
書云：惟頭項不宜灸，而立齋則云亦宜灸之，爲妙。
但艾壯宜小而數宜少，多不得過三七壯也。予亦
遵之，竟有益而無害，益信立齋之言不誣。蒜以獨
囊者爲佳，方書言切三分厚者，有言三文錢厚者。

以予試之、三分太厚、炙火全不覺、恐是三錢厚者、
有力。凡患毒者、多服十三方、仙方活命飲以敗毒、
但老弱之人不能堪此、立齋以托裏敗毒散易之。
俟潰後、卽去連翹、白芷、金銀花、而竟服托裏八味
散。予遵之、幸不受藥物之害。此議論識見、實超時
醫之上者也。今患毒者、時醫輒以圍藥膏藥等治
之、夷考古人之書、頗論圍藥敷藥膏藥之害、豈古
今氣運有不同耶。是在智者審之。

子右肩患毒以年老潰後不多得厚膿時有清水
流出不絕時醫以摻藥膏藥治之少頃藥皆浮移
他處矣屢摻皆然頗爲可懼時有請仙者甚靈予
命兒輩祈之仙云無妨疏一方見示用珍珠人參
輕粉血竭五色花龍骨若皂者不効各等分爲細
末摻之予一摻水卽緩而少藥卽成痂濕處補摻
二三次水不復來遂爾獲愈亦神矣哉清水謂之
毒水多出亦無妨不可早止之止之太早將復發

腫毒

折松曼錄卷之七終