北京圖書館藏

六月 上

測候

是月建未。未。味也。萬物向成。有滋味也。管謂林鍾林。茂也。謂時物茂盛於野也。晉樂志

西至於弧。弧者。言萬物之吳落。且就死也。西至於狼。狼者。言萬物可度量斷萬物也。涼風居西南維主地。地者。沈奪萬物氣也。律書

初昏。斗柄正在上。煮桃鷹始摯。夏小正

夏至後十五日。斗指午爲小暑。後十五日。斗指未爲大暑。小大暑。就極熱之中。分爲大小。初後爲小。望後爲大也。孝經緯

季夏行春令。則穀實鮮落。國多風欬。民乃遷徙。行秋令。則邱濕水涼。禾稼不熟。乃多女災。行冬令。則風寒不時。鷹準蚤鷙。四鄙入保。月令

小暑之日溫風至。又五日蟋蟀居壁。又五日鷹始摯。溫風不至。國無寬教。蟋蟀不居壁。急恒之暴。鷹不摯。不備戎盜。大暑之日腐艸爲螢。又五日上潤溽暑。又五日土不溽暑。物不應罰。雨不時行國無恩澤。逸周書

是月日月食。主旱五穀貴。六畜災。市國惡。京房占

小暑雨。名倒黃梅。主水。

夏秋之交喜雨。諺云。夏末秋初一劑雨。賽過唐朝一囤珠。言雨及時也。

伏裡宜熱。蓋適當稿稻之時。若凉。則稻多秕。又諺云。伏裡西北風。臘後船不、謂氷堅也。

是月朔日。值小暑。主山水河溢。值大暑。主民病。二

日亦同。

初三日晴主旱。諺云。六月初三晴。山篠盡枯零。又云。六月初三一陣雨。夜夜風潮到立秋。田家五行初六日晴。主收乾稻。雨謂之湛轆。有秋水。

經作

是月天道東行。作事出行。俱宜向東吉。其月遇土王成日。祭中霤之神。玄樞經

記曰。季夏之月。利以殺艸。可以糞田疇。可以美土疆。蓋耘除之艸。和泥渥漉。深埋禾苗根下。溷罷既久。則艸穢腐爛。而泥土肥美。嘉穀自蕃茂矣 曾氏農書

耕麥地。六月初句。侵晨乘露水未乾。陽氣在下耕之。牛涼而力倍。即稀種菜菖。待七月翻之。豆秧入地勝於用糞。

是月六日。宜修清暑齋。靈寶經

初六日。取水收起。淨甕盛之。一年不臭。用以作醬醋醃物。一年不壞。關西舊俗志

十九日。廿四日。拔白永不生。又云。初三初四十八

廿八日。扱白亦可。眞諧

藝種

耘稻。稻苗旺時。放去水乾。將亂艸。用脚踏入泥中。則四畔潔淨。用灰糞。麻粕相和。撒入田內。曬五七餘日。至土乾裂時。放水淺浸。謂之厓田。此月正宜加力。連耕二次尤妙。

種菜薑。宜刈了麻地上種之。太早不生角。若其年李不蛀。則豆有收。

種粟。用肥熟地。則苗易生。

種蘿蔔。諺云頭伏蘿蔔末伏菘。宜肥地沙土尤佳。瘦地用糞作壠。先于五月內。耕摟五六次。至是月六日種之。鋤不厭頻。尤宜稀。則根大而實。于陳尤佳。四時類要

種芥菜。宜中伏下種。至秋苗長分栽。待茂時。手剝葉食之。剝而復生。用刀則不長。食至冬月。以艸覆其根。四月結子。可作芥末。根又生葉。五月園枯。此菜獨茂。周歲不絕。務本新書

蔓菁。一名芥頭。種須良地。耕撈欲熟。七月初種之。

一畝用子三升漫撒之。既種不鋤。九月末收葉。仍留根取子。十月中。犁粗畤。拾取耕出者。其葉作菹。如常法。比之種稻。其利十倍。齊民要術

本草注云。菘菜不生北土。有將子北種者。即變爲蔓青。蔓青子南種。亦變爲菘。此二物相類。但菘子黑。蔓青子紫赤耳。余家種蔓青數年。未嘗變也。特秦晉所種。其根有大如椀者。南種則遠不及耳。大率以稀種多壅爲善。且春時摘薹。則生子較遲。或留半摘薹。留半結子。于伏內種之。乃妙。賈氏云。七月初種。余家七月初種者。反多蟲。而六月種者。根株稍大。蟲不能傷。凡人食菜。久無穀氣。則有菜色。唯食此獨否。蓋其莖根皆膏潤。故也。多種以備饑荒。更勝於芋。每年春夏秋。月月可種。鱗次待用。農遺雜疏

胡蘿蔔。三伏內以地作畦。若地肥則漫撒。頻澆灌則肥大。

白菜。宜末伏。此月種。則白露後可栽。

秋葵。是月朔日種。白莖堪食。凡摘必留五六葉。且

宜待露解。須中秋後剪去。枿生肥嫩。比及收時。高與人膝平。莖葉皆美。雖科不高。菜實倍多。收待霜降。傍簇皆繁。其碎者。割訖。即地中尋手糺之。以穰艸覆盖。經年收子。謂之冬葵子。可入藥。

收早豇豆子。即種。可八月收。

種小蒜。椒。秋赤豆。絡麻。

冬葱。暑種則茂。

晚瓜。諸瓜皆宜肥地。此月種。九月熟。

鋤芋頭。宜晨露未乾。及雨後耘鋤。令根傍虛。須芋大子多。若日中鋤。大熱則蔫。以灰糞培則茂。水芋不必耘。但宜肥田。芋荄蘩。宜剝取淖曬乾煑食。味極甘美。

韭上添溝泥。麥門冬加糞。

烹製

製粳辟穀。白秈米一斗。擇圓滿者。蒸七分熟。先浸澇如造酒法。蒸畢曬乾。先以糯米三斗如常造酒。用細料麯。取酒酹。榨極乾。將酒酹浸蒸米。曉取晒乾。暮又浸。又晒。以酒酹盡爲度。將淨罐貯米。每用

一撮。以凉水吞之。可飽一日。或用飲食聽意。

製薑辟寒。伏月以老薑切片。如月牙。勻淨。秤一斤重爲率。曬乾。先用官桂茴香丁香川椒。各一兩爲末。浸鏡面醞燒酒二斤。俟藥氣化溶。閉罐蒸待冷。將晒乾生薑浸展酒內。取晒乾。又展又晒。以酒盡爲度。磁罐收貯。如冬月大寒。侵晨嚼薑一片。通身和煖。此方製濟貧。及冬月行軍興工等事佳。

三黃糟。是月六日。用糯米一斗。浸一夜。蒸熟。浮攤於簟上。將茅艸一層。鋪米上。加黃蒿蓋着。酇一七取出晒極乾。簁去灰。磨成粉。收貯聽用。七月七日。又用糯米一斗作酒。俟下酵三日。再將糯米一斗。浸蒸冷定。合前粉。投入酵酒內。和勻。置蘇壜中。封固泥頭。勿使走氣。放日色處。晒至九月九日開用。

南京醬油方。每大黃萱一斗。用好麵二十斤。先將萱煮。下水以萱上一掌爲度。煮熟攤冷。汁存下。將萱并麵。用大盆調勻。乾以汁澆。令萱麵與汁俱盡和成顆粒。攤在門片。上下俱用蘆席。鋪萱黃於中酇之。再用夾被搭蓋。發熱後去被。三日後。去萱上

席。至一七取出。用單布被攤晒。二七晒乾。灰末擩塵。俱莫棄莫洗。下時。每荳黃一斤。用篩淨鹽一斤。新汲冷井水六斤。攪勻。日晒夜露。直至晒熟堪用為止。以篾篩隔下。取淸汁淀淸聽用。其末及渾腳。仍照前。加鹽一半。水一半。再晒復油取之。腳荳極鹹。可以各菜。及蘿蔔。切碎拌勻。晒乾收之。可當荳豉。但微有砂泥耳。

熟黃醬。黃黑豆揀淨。炒熟磨末。每一斗。入麪三斗。以湯和勻。切片蒸熟。攤薄上。以麥稭蒼耳葉淹。待有黃衣。烈日晒乾。每一斤。用鹽五兩。以井華水下。淹過三寸曬之。

生黃醬。不拘黃黑豆。揀淨浸一宿。煮爛。取攤極冷。多用白麵拌勻。如前法淹。一日發熱。二日作黃衣。三日後。烈日曬乾。如常下之。勿犯生水

豆醬。黃豆磨碎去皮。再磨細。浸半日控乾。擦去皮。至來日。淘淨控乾。蒸熟。捻作團子。蒸候一月。方發過。用大眼籃。懸透風處。至來年二月中旬。用布擦去白醭。擣碎再磨。每細麵二十斤。用鹽六斤四兩。

以臘水化開。遇火日侵晨下。兩月可食。

麵醬。白麵以冷水和硬劑。切作一指厚片。籠半日。以楮葉蒼耳麥稭。俺至黃衣勻。曬乾。刷去黃衣。擣碎。每斤用鹽四兩。用貫衆煎湯。泡鹽水下。大麥醬。黑豆瓣淨者五斗。炒熟。以水浸半日。卽以原水煮爛。候冷。以大麥麵百斤拌勻。篩下麵。以煮豆汁和捺劑。切大片。蒸熟攤冷。楮葉俺黃衣上汗乾。再晒擣碎。揀丁日或火日下。每黃一斗。用鹽二斤。井華水八升。

榆醬。榆仁淘淨。初伏時。搓洗去浮皮。再以布袋盛之。每用榆仁一升。發過麵麴四斤。鹽一斤製之。下醬法。凡下醬。先用水。旋入白鹽多留蓋面者。和乾。以蒔蘿茴香甘艸蔥椒物撒面上。其味香美。仍以綑蘸香油。抹醬面及缸上。用火日晚間。點燈下醬則不生蟲。一云。造醬。用三伏黃道日浸豆。黃道日拌黃。用艸烏五七箇。切作四片撒上。其蛆盡死。

蓮花醋。白麵一斤。蓮花三朵。擣碎。水和成團。用紙包裹。掛當風處。一月後取出。以糙米一斗。浸一宿蒸熟。用水一斗釀之。用紙七層密封定。每層寫七日二字。至七日揭去一層。至四十九日。然後開封。出煎數沸收之。如糟有味。用滾水再釀之。忌生水濕器。

大麥醋。麥仁二斗。內以一斗炒黃色。水浸一宿炊熟。用白麵六斤。拌和淨室。如前焗七日。黃衣上。晒乾又將一斗炒黃。浸一宿炊熟。攤温同和。入黃捺缸內。以水六斗攪勻。密蓋。三七日熟。

小麥醋。小麥淘淨。清水浸三日。控乾。蒸於暖處。攤廬蓆上。楮葉蓋。三五日黃衣上。取曬乾。簸淨。入缸水浸透三寸。封閉四十九日熟。

米醋。秈穀三斗。日換水浸七日。炊熟。焗成黃曬乾伏內。以糙糯米一斗五升。畧浸。炊熟候冷。以穀黃擣碎。拌和缸底。先用蓼數葉。再入缸。用水五斗。上又用蓼數莖。以米糠蓋密封一月。然後蓦出。用烏梅數箇。鹽少許。同入瓶煮數沸。泥封收貯。忌生水

濕器。

老米醋是月淘淨米。每日換水浸一七。控乾蒸熟。候冷。洗淨壜裝入。約七分。用青夏布封罈口。醃黃一七。用六日水裝滿罈。又放四十九日。用椒葱煮過。裝小瓶。

千里醋烏梅去核。每斤用釅醋三升。浸一伏時。晒乾。再入醋浸。又晒又浸。以醋盡爲度。擣爲末。仍以醋浸。蒸餅和丸。彈子大。用時投湯中成醋。

收醋法。須頭醋裝瓶。內每瓶用燒紅炭一塊投之。更摻炒過小麥一撮。箬封泥固。若用鹽者。其味反淡。

糖揚梅。法以三斤爲率。鹽一兩。淹半日。次用沸湯浸一宿。控乾。入好糖一斤。輕輕用手拌勻。日曬浮乾爲度。磁器貯。

製李乾。李子黃時。摘取以鹽搓去汁。合鹽曬萎去核。復曬乾。用時以湯洗淨。薦酒甚佳。一法。取朱李用朴樹葉搗碎。同李蒸熟。烘乾。名嘉慶子。又糖兼蜜煎。皆可久留。製桃亦倣此法。

蜜餞桃。去皮核。切作片子。先以蜜熬去酸水。然後易用蜜煎。撈出。曬乾收。

造藕稍鮮。用生者寸截。沸湯焯過。鹽醃去水。蔥油少許。薑橘絲蒔蘿茴香梗米飯紅麴。研細拌勻。荷葉包。隔宿食。

梅醬。用黃熟梅十斤。蒸爛去核。將秤秤過。每斤鹽三錢。加乾紫蘇一兩。乾薑絲二錢。甘艸三錢。攪勻日中大曬。待紅黑色收起。用時加白荳仁檀香。些少飴糖調勻。以之飲水。最解暑渴。

木瓜醬。用木瓜十兩去皮細切。以湯淋浸。加薑片一兩。甘艸二兩。紫蘇十兩。鹽一兩。每用些少泡湯。沉之井中。候極冷方飲之。

內府甜醬方。麵如常會下時每醬粑十斤。用嫩菜瓜十斤。俱洗淨。粑不春碎。瓜不剖開。先將紫蘇煮汁。并盤瓜和曬。如此三兩曬之。次日。用淨手碾碎粑。并盤瓜留醬曬熟收之。甜不可言。一日。取出瓜用極鮮。唯留醬曬熟收之。甜不可言。一法製豆豉。黃豆浸一宿。蒸爛候冷。每豆一斗。用麪

五升。拌滾包勻。攤席上。厚二寸許。以青蒿楮葉盦。候黃衣上。搓淨曬乾。篩去麵皮。流水淘淨。曬乾。每黃一斗。加鮮瓜鮮茄。剉切方塊一斗。再加橘皮生姜切作絲。椒茴甘艸碾爲末。每瓜茄一斤。用鹽一兩俱拌勻。先鋪荳黃一層。次下瓜茄一層。鹽料一層。如此相間。以滿甕潔實爲度。用箬密縛。泥封固。烈日曝。候七日。取出拌勻。再入甕密封固。晒七七日。每七日移一方使遍透。七七滿日。取出曬乾收之。切不可入水。以瓜茄中。有自然汁也。

豆豉舊方。黑豆一石。用水浸半日。取蒸熟。用簸箕十箇。蠶架一箇。作十層。每層安一箇。四圍以蘆蓆圍二層。十日取出。曬一日搓淨。用紫蘇四兩。甘艸香油百藥各四兩。青礬一兩。同熬水。拌調勻上桶桶底下。用粗糠一籮。竹簟隔之。桶裏四圍。用艸薦二層。荷葉二層圍之。入豆豉在內。面上仍用簟蓋。以亂艸覆之。以石壓過半月。取蒸氣來則止。晒乾收之。

淡荳豉。黑豆。甑蒸香爲度。取攤菜籃中。乘溫熱以。

架子。每層一籃。頓無風處。四圍上下。用青艸穰護數日開黃衣遍。取晒一日。次日溫湯漉洗。以紫蘇葉切拌和勻。于烈日曝極乾。後用磁缶器收固。

水豆豉。用好黃子。每十斤。甜酒五斤。淨鹽四十兩。先日取滾湯十斤。調鹽作滷。過宿淀清聽用。將黃子下缸。入酒入鹽水。曬四十九日完。方下大小茴香。陳皮絲花椒各一兩。艸果官桂各五錢。杏仁乾姜絲各半斤。各料和入缸內。又晒又打三日。將新罈裝起。隔年喫方好。蘸肉喫更妙。

食香豆。是月六日。以洗淨大豆煑熟取起候冷。以麵爲衣。攤於蓆上。以衣蓋之。又用青蒿掩一七。取出曬乾。搓去麵黃入缸。煎紫蘇鹽湯候冷。浸豆與水平。每豆一斤。用鹽六兩。浸過一夜。取出和食香拌勻。裝淨壜內。令日曬四五日。從新搜過一次。再曬再搜。四五次用。

食香瓜。以瓜切棊子塊。每斤用鹽八錢。食香同瓜拌勻。缸醃一二日。控乾日曬。晚復入滷。如此三次勿令太乾。裝罈。

食香茄亦以茄切小塊。每斤用鹽四兩。以食香同茄拌勻。醃一二日。控乾日曬晚復入滷水。如此三五次收貯。

糖醋瓜。用伏內旋摘白生瓜。破開去練。切作寸許大。厚三分。象眼塊子。然後將蘿盛水洗淨。每十斤用鹽四兩。缸內醃之。約一個時。翻轉。再過半時瀝起攤在蘆蓆上。猛日中曬令半乾。先切橘皮絲薑絲花椒皮。又每瓜十斤。取好醋二十兩。下鍋煎沸。入砂糖十兩。淨鹽二兩。傾於器中候冷。將瓜橘椒薑等。入糖醋內。拌勻過宿。翻轉。又一宿再翻。後收藏。只要泡洗器具乾淨。斷水跡乃妙。

糖醋茄。取新嫩茄。切三角塊。沸湯焯過。布包榨去水。用鹽醃一宿晒乾。以椒蒔茴橘甘艸紅豆。研細末拌勻。晒乾。以煎滾糖醋。同薑絲紫蘇葉。浸入磁瓶內。隨便用之。其分兩。悉如前瓜法。

麵茄。以小麥麩爲之。炒勿熟攤冷。每斤用鹽五六兩下水。曬待香熟。可以時常醬茄。俟透取茄晒乾收之。

糟瓜茄。每斤用鹽二兩。糟半斤。舊銅錢十文。先將糟鹽拌勻。次用錢與瓜茄相間。經十日。取錢不用。別換糟入瓶。收久翠色如新。

糟茄子訣云。五茄六糟鹽十七。更加河水甜如蜜。茄子五斤。糟六斤。鹽十七兩。河水一斤。拌入罈。其味自甜。此藏茄法。非暴用者。大率入冬及春用之。日久亦腐。

蒜茄。用將盡小茄去蒂。以醋水勻煎一沸。焯起控乾。擣蒜鹽拌磁罐收。蒜黃瓜同。

芥末茄。小嫩茄切條。不洗曬乾。多着油於鍋內。加鹽炒熟。入磁盆中攤冷。用乾末拌和。磁罐收。

燒茄。乾鍋內。每油三兩。擺去蒂茄十箇。盆蓋燒候軟如泥。入鹽醬麻杏各料拌入。蒜尤佳。

甘艸紅豆研細。拌晒蒸收。用時以湯泡。蘸香油煠用。一方。將茄身斜畫象眼痕。用油料燒熟入供。亦妙。

鵪鶉茄。嫩者切細縷。焯過控乾。以鹽醬椒茴橘杏內府麵方。白麵一百斤。黃米四斗。菉豆三斗。先將

豆磨去殼。淨末聽用。次將黃米磨末。入麵并豆末和作一處。將收起豆殼浸水。傾入米麵豆末內。和拌如乾。再加浸豆殼水以捻成塊爲準。踏作方麵餅。紙包掛當風處。五十日取下。日曬夜露。每米一石米。入麵七斤。不可過多。要實。取晒六十日。每石米。入麵七斤。不可過多。

白麵。白麵一石。糯米粉一斗。水拌調勻。篩過踏成蓮花麵。蓮花麵三斤。白麵一百五十兩。菉豆三斗。糯米三斗。俱磨末。川椒八兩。如常造踏。

麵以伏中製者特佳。

肉脯。切大片。每斤用鹽半兩。醃片時。入橘茴椒酒醬醋少許。煮至酒醋乾。以篩盛烈日乾收。又方。凡諸般肉大片薄劖。每斤用鹽二兩。細料物少許。拌勻勤翻動。醃半日。搾去血水。香油抹過蒸熟。以竹簽穿懸烈日乾收。

收熟肉。以磁器盛熟肉於鍋中。少貯水。燒滾候冷再燒。常令熱氣不絕。可留二三日不壞。蓋今市肆日久不住火。惟添水。故其湯汁味美。傳遺歲久也。

夏月猪肉製熟。入養魚同魚乾。留半月不壞。且養魚不招蜈蚣。

煮肉停久。每肉五斤。用葫荽子一合。醋二升鹽三兩。慢火煮熟。透風處放。如加酒蔥椒尤佳。

夏月單用醋煮肉。可留十日。

是月醃肉。炒熟鹽擦肉令軟勻。下缸內。石壓一夜。掛起。見有水痕。即以大石壓乾。掛當風處不敗。

製臘肉法。如常醃一宿。次日以竹竿高懸曬半日。或不必晒。以馬蓼鋪斂上安肉。以糠烟薰之。如陳臘肉也。

肉醬。猪羊牛獐兎等肉皆可造。每精肉四斤。去筋膜。醬麵一斤半。擣細鹽四兩。慈白細切一椀。良姜小椒榆錢陳皮各一兩。用酒拌勻。如稠粥。小甕盛封。十餘日。看稠時再入酒。味淡則加鹽。用泥封固日中晒之。

是月凡製一切果蔬俱用臘雪水最佳。

凡餲上淋香麻油。則不招蠅。

凡鮮餚熟食。懸井中。可經宿不壞。

凡黃酒白酒。少入燒酒。則經宿不酸。

是月剩飯。用莧菜蓋之。過夜不餿。農桑撮要

六月　下

調攝

季夏之月。發生重濁。主養四時。萬物生榮。增鹹減甘。以資腎臟。是月腎臟乔微。脾臟獨旺。宜減肥濃之物。益固筋骨。卦值遯。遯者避也。二陰浸長。陽當避也。君子莊矜自守。生乔在巳。坐卧宜向南方。是月肝乔微弱。脾旺。宜節約飲食。遠聲色。此時陰乔內伏。暑毒外蒸。縱意當風。任性食冷。故人多暴

泄之患。切須飲溫軟。不令大飽。時飲粟米溫湯。荳蔻熟水最好。孫眞人論

建未之月。二陰之卦。是陰炁漸長。喻身中陰符。離去午未。收斂而下降也。內丹秘訣

當盛暑時。食飲加意調節。緣伏陰在內。腐化稍遲。又菓蓏園蔬。多將生噉。泉水桂漿。唯欲冷飲。生冷相值。尅化尤難。微動。非飡泄重傷。即霍亂吐利。是以暑月食物。尤要節減。使脾胃易於磨化。戒食生冷。免有腹臟之疾。食治通說

是月坐功。法用端身正坐。舒手指直上反拘。三舉前屈。前後同行。至月半後用之。去腰脊脚膝痺風。散膀胱邪炁。靈劒子導引

是月伏日。宜作湯餅食之。名爲辟惡。荊楚記

是月極熱。可用扇。急扇手心。則五體俱凉。濟世仁術

是月宜食木瓜醬。荳蔻湯以祛渴。

是月可食烏梅醬止渴。方用烏梅搗爛。加蜜適中。調湯微煑。飲之不渴。千金月令

三伏時用門冬五味子人參泡湯代茶謂之參麥散消渴生津

西瓜性溫熟者可食解暑名白虎湯家塾事親是月宜食苦賈可益心焉瑣碎錄

是月宜食菉豆煮爛後方下米以緊火同熬成粥食之宜夏適可而止不宜多也

是月初一日初七初八二十一日沐浴去疾禳災

四時纂要

初六日用井花水以白鹽淘於水中作滷用新鍋

仍煎作白鹽以此鹽擦牙齒以水吐手心內洗眼雖老猶能燈下讀書便民圖纂

初六日沐浴齋戒絕其營俗雲笈七籤

二十九日取枸杞煎湯沐浴至老不病

栽剉

澆灌臺砌盆鉢小景諸花

是月六日以魚腥水澆茉藥極茂餘日皆可

凡花卉澆水宜清晨暮夜卽陰晦亦不宜於日中恐冷熱相逼花卉俱枯

灌培橙橘。以茅灰羊糞壅多實。

埋核桃。

藥餌

三伏中。用黃芪茯苓煎膏。入甘艸末二分。以井凉水調服。治譫狂。大消暑熱毒炁。抱朴子

治水瀉百病。用烏藺子。是月六日。同麵炒黃。等分爲末。米飲調服二錢。

途中一時中暑身死者。不可用冷水灌沃。急就道上。取熱土。塡於死者臍上成推。中間撥開作一孔。令人撒尿。澆入臍中。次用王薑大蒜搗爛。熱湯送下卽活。便民纂

收採

花下藕最香美。

刈麻。于稈上生白膩卽刈。攤宜薄。束宜小。漚宜清水。生熟要相宜。骨麻一斤可取皮四兩。

生荔枝臨熟時。摘入甕。澆蜜浸之。以油紙封固甕口。勿令摻水。可以致遠。又法。以新芭蕉截斷。連梗插上亦佳。

瓜茄。用淋過灰曬乾。覆於木桶藏之窖中。至冬如新。

收大小麥。于是月掃庭除。候地毒熱。衆手出麥薄攤。取蒼耳碎剉拌曬之。至日西及熱收。可以二年不蛀。若再收。又須再曬。遲至秋後則有蟲。四時類要

收椒。中伏後。晴天帶露收。忌手捻。陰一日後。曬三日。則紅而裂。遇雨。薄攤當風處頻翻。若俺則黑。又不香。若收子。用乾土拌和。埋於避雨水地內。約深一尺。勿令水浸生芽。至來年二月內取出。于深坑肥地。如法種之。

收黃瓜種。取初生數葉即結瓜者。謂之本母子。至極熟摘下。截去兩頭。取中央者。洗淨眼乾。裹懸簷風下。勿令浥濕。恐難生。

收生肉。搜白麵成劑。裹生肉。每如碗大塊。浸於油缸內。不壞其麵。仍可食。

收生魚。夏日極早。取活鯉魚。洗淨切薄片。懸於高架。烈日晒曝。要一日即乾。收下用時。如常法煮食。

即同鮮味。

鳳仙花莖可醬又可以朝糟而午食

采苜蓿嫩葉燁作菜可食亦可作羹但不宜與蜜同用令人下利

蓮房取嫩去皮子并蒂入灰煮又以清水煮去灰味令盡壓乾入料拌醃一二日焙乾石壓令扁作片食之蓮花瓣可晒乾造酒焯亦可作蔬食

蒲兒根即蒲艸嫩根也生熟皆可食語云蒲兒根生水曲年年砍蒲千萬束水鄉人家衣食足今年水深淹絕蒲食盡蒲根生意無已下俱救荒譜

浮薔是月采之生熟皆可食語云采采浮薔涉彼滄浪無根可託有莖可嘗野風浩浩野水茫茫飄蕩不返若我流亾

小暑後斫蕗艸燈艸紫艸野白蕈蘑菇菌皆于是月收之

是月藥料宜採茅根松香乾漆杜仲藿香天仙子

郎風茄子郁李根凡家種者不入藥上伏日取牡狗陰莖乾百日慧苡實澤瀉白芷旋覆花如菊呼

為金錢花青箱子蓮鬚。

蓄牧

肥雞法以油和麵捻成指尖大塊日與十數枚食之又以硬飯同土硫黃研碎每次與五分許同飯拌勻餵數日即肥又云蒸小麥飼之。

避忌

是月日時不宜用未犯月建百事不利。月令

是月勿斬伐艸木勿動土勿舉大事以摇養炁。玄樞經

是月不宜飲冷。如不能全斷但勿宜過食冷水。與生菓油膩甜食。恐不消化。亦不宜多飲湯水。人能自慎。省食煎炒醃臘炙煿之物。自然津液常滿。何必戒飲。

是月勿飲山澗澤水。令人患瘕。四時纂

碎錄

暑月不可露卧。勿沐浴當風。慎賊邪之炁侵人。瑣

暑月甕壜犬日晒熱。不可即收盛裝飲食。恐收暑炁。

是月勿食羊血。四時皆然。傷人神竅。少志健忘。勿食生葵。必成水瘕。且爲犬嚙。終身不瘥。雲笈七籤

勿食韭。令人目昏。勿食羊肉。傷人神炁。勿食野鴨鷙鳥。勿食鴈。勿食茱萸。勿食脾。乃是季月。土旺在脾。故也。俱宜戒之。千金方

勿專用冷水浸手足。防引起狂邪之風。犯之令人瘋病。體重炁短。四肢無力。養生仁術

其地無氷。不可以涼水陰冷作氷飲。水熱生涎者。勿飲能殺人。

是月勿以水引煮餅食。多停滯。傷寒未愈者。尤宜慎之。

是月初一日。忌經營。初十二十日。忌交易裁衣。

初三日。不宜問疾。楊公忌

初六日。忌取土開掘。儒誌戒

二十四日。忌遠行。水陸俱不可往。雲笈七籤

三伏日不可嫁娶。傷夫婦不吉。四時纂要

是月及秋初。勿食吳茱萸多。成血痢。續博物志

中伏後。椒自開口者。殺人。不可食。萱花千瓣者。食

之亦殺人。

秋

七月

測候

西方曰秋。秋之爲言愁也。愁之以時察守義者也。

禮記

少陰者西方也。西者遷也。陰氷遷落。萬物斂歛。乃成熟也。當審時節宣調攝以衛其生。漢律志

是月建申。申。身也。言此時萬物身體皆成就也。管

謂夷則。夷。平也。則。法也。謂萬物將成平。物有法則也。晉樂志

北至於罰。罰者。言萬物氣奪可伐也。北至於參。參者。言萬物可參也。律書

秋七月。莠萑葦。狸子肇肆。湟潦生。苹爽死。苹秀。漢案戶。寒蟬鳴。初昏。織女正東鄉。時有霖雨。雚荼。斗柄縣在下則旦。夏小正

大暑後十五日。斗指坤爲立秋。秋者揫也。物于此而揫歛也。後十五日。斗指申爲處暑。言瀆暑將退伏而潛處也。孝經緯

孟秋行冬令。則陰氣大勝。介蟲敗穀。戎兵乃來行春令。則其國乃旱。陽氣復還五穀無實。行夏令。則國多火災。寒熱不節。民多瘧疾。月令

立秋之日。涼風至。又五日白露降。又五日寒蟬鳴涼風不至。國無嚴政。白露不降。民多邪病。寒蟬不鳴。人皆力爭。處暑之日。鷹乃祭鳥。又五日天地始肅。又五日禾乃登。鷹不祭鳥。師旅無功。天地不肅君臣乃違。禾不登。暖氣爲災 逸周書

是月日月蝕。人流亡。大水。歲荒。繒帛貴。秦國惡。京房占

是月有雷。損晚稻。諺云。秋霹靂損晚穀。

秋甲子雨。禾苗生耳。謂多雨水也。

是月甲子日有雷。主多暴疾。晦日有風。主多癰。應仙占疾

立秋日小雨吉。大雨主傷五穀。晴明。主萬物不收成有雷。主損晚稻。又諺云。朝立秋。暮颼颼。暮立秋。熱到頭。

處暑日宜雨。諺云處暑雨不逼。白露枉用功。

朔日。值立秋處暑二候。人多疾。有風雨同之。

七夕有雨。名洗車雨。麻麥豆賤。又應八月有蓼花水。諺云。七夕不洗車。八月無蓼花。

七夕西南風。謂之金風。言穀實不秕也。田家五行

七夕後三日見河影。則穀賤。七日見則穀貴。

十六日雨。名洗鉢盂雨。主來年荒。蓋釋門解夏散堂之日。下年荒。必難聚也。田家五行

經作

是月天道東北行。作事出行。宜向東北吉 玄樞經

是月也。農乃登穀。省 始收歛。完隄防。謹壅塞。以備水潦。修宮室。坏墻垣。補城郭。月令

是月四日。命置麴室具箔槌。取淨艾。六日饌治五穀磨具。七日遂作麴。及曝經書與衣。作乾糗。撚葱耳處暑中向秋節。浣故製新。作捨薄以備始凉。齊民要術

秋耕宜早。恐霜後掩入陰炁。凡耕菅茆之地。先宜縱牛羊踐之。是月耕之即死。

秋三月。戊子己亥庚子辛亥。宜煉丹藥宜入山脩道。法天生意

是月五日。是三會日。宜修迎秋齋。

初七日。取烏麻花。最上標頭者。陰乾爲末。以蔴油漬之。如有禿髮。及眉毛脫落者。日每塗之即生。又云。是日于蜂窠中。取蜂蛹子。陰乾爲末。以蜜調塗。可除面黯。家熟事親

初七日。是夜灑掃於庭。露施几筵。設酒脯時菓。散香粉於河鼓。織女二星神當會。守夜者。咸懷私願。

或云。見天漢中。有奕奕正白氣。有光曜五色。以此爲徵應。見者便拜而願。乞富乞貴乞壽乞子。唯得乞一。不得兼求。三年乃言之。四民月令

初七日。取百合根熟搗。新瓦器盛之。掛於屋內陰乾百日。拔白以此糝之。可生黑髮。又云。七日取螢火十四枚。撚白髮自黑。注法天生意

七日取赤小荳。男女各吞七粒。令人終歲無病。

七日縣皮裹。可以辟蛀。雲笈七籤

七日。取角蒿置書籍中。并毡褥。可以辟蠹辟蛇。

中元十五日。可修齋謝罪。修眞指要

二十三日二十八日。拔白。永不再生。

翻麥地。六月耕過者。稀種菜菖。是月耕翻。使豆秧在下。勝用糞。

藝種

蕎麥。宜立秋前後。稠密撒種。則結實多。稀則少。

種韭。土欲熟糞。欲勻。畦欲深。是月將地作坎。取碗覆土上。從碗外落子。以韭性向內生。不向外生也。

常薅令淨。用雞猪糞覆之尤佳。

菠菜。宜月中下旬。過月朔方生。如月初及中旬種者。試之果然。種法。以水浸子二三日。殼軟撈出控乾。就地以盆蓋合。候生芽。種肥鬆地。以水沃之。待長浇以糞水則盛。四時可用。甚爲隹品。

種蕪菁。即蔓菁。須肥地。犁耕六七遍。甚不厭細。是月種之。子欲得陳而乾。以鰻鱓魚汁浸過。曝乾種之。必無蟲食。冬收苗後。間斸取根。別窖藏之。冬至後熟耙摟上糞留子。斸稠即不科。

三伏內將菜子晒過。入秋於濕地種之。頃刻即出。

曬一年即長一寸。晒三五年。即長三五寸一法用新雞頭蛋。從頂中擊小竅。去黃白。納菜子令滿。紙封固。與雞伏七七。一雞不能畢。再與他雞。伏足其數。種之更驗

種苜蓿。地宜良熟。七月種水澆。一如韭法。亦一剪一土糞。鐵耙摟土令起。然後下水。早種者重耬耩地。使壠深闊。窠匏下子。批契曳之。每至正月。燒去枯葉。地液。輒耕壠。以鐵齒鎒揍之。更砍斸其科。土則濕茂。不爾。瘦矣。一年三刈。其苗。留子者。可一刈

則止。春初亦中生噉。爲羹甚香美。偏宜飼馬。馬尤嗜之。此物長生。種者一勞永逸。都邑負郭。所宜種之。居家必用

種桃法。伺桃熟時。墻角煖處。寬深爲坑。收濕牛糞納坑中。取好桃核數十箇。尖頭向坑中。厚蓋尺許。春深芽生。和泥移種。接杏最大。接李紅甘。先種核須刷洗過。縫中俱要潔淨。仍令處子艷粧種之。他日花麗。嚴而子離核。

秋王瓜。宜立秋日種之。小蒜葱薤。此月可種。

烹製

菱苗鮓。鮮菱苗切作片子。焯過控乾。以細薑絲茴香花椒細麴研爛。并鹽拌勻。同醃一時入供。稱稍鮓。亦同此法。

澄薑粉。以老生薑研爛。絞汁澄粉。用以和羹。精美之甚。

醃韮花。取半結子者。去莖梗。每斤用鹽三兩。同擣爛收磁器中。或就其中。醃小瓜茄。別用鹽醃去水。待一二日。入此拌勻收貯。瓶底用銅錢。尤妙

糖煎藕每大藕五斤。切碎。日晾出水氣。以沙糖五斤。金嬰末一兩。蜜一斤。同入磁器內。泥封閉。慢火煮一伏時。待開用。

蜜煎藕初秋取新嫩者。焯半熟。去皮。切條或片。每斤用白梅四兩。以沸湯一大椀。浸一時。撈控乾。以蜜六兩煎去水。另取好蜜十兩。慢火煎如琥珀色。放冷入罐收之。

淡茄乾方。用大茄洗淨。鍋內煮過。不要見水。擘開用石壓乾。趁日色晴。先把瓦晒熱。攤茄子於瓦上以乾爲度。藏至正二月內和物勻食。其味如鮮。

糟醃瓜菜。以石灰白礬煎湯。冷浸一伏時。以酒泡糟鹽入銅錢百餘文。拌勻。醃十日取控乾。換糟鹽酒再拌。入壜封固。

糟茄秋間採嫩者。去蒂用沸湯焯。候冷。每茄一斤。用甜糟一斤。鹽四兩。拌和入壜封固。

黃苣豉揀豆淨。煮極爛。晒乾。以薑湯畧拌。使皮濕。皺。干筐篩上。搓擦其皮去盡。晒乾。另將甜瓜切棋子塊。以鹽醃一二日。取晒乾。却將甜瓜穰汁。醃瓜

薑水。併浸豆豉。晨取捞晒乾。晚復浸。以汁盡爲度。與瓜拌畜晒數日。俟乾收之。

法豆豉。揀大淨豆。煮極爛。取同麪拌。如畜醬日期。晒乾。擦淨黃醭。入瓜薑汁香杼拌畜。又晒半乾上罈封固。於日中晒四方上下。每方七日。及上下俱晒畢收頓。

甜瓜。每十枚。帶生者竹籤穿透拌鹽四兩。澁去水乾。用醬拌勻。烈日晒乾。以新磁器收用。鹽醬看瓜大小量用。

是月宜曬乾酪。

調攝

秋三月。此謂容平。天氣以急。地氣以明。早卧早起。與雞俱興。使志安寧。以緩秋形。收斂神氣。使秋氣平。無外其志。使肺氣清。此秋氣之應。養收之道也。逆之則傷肺。冬爲飧泄。奉藏者少。素問

秋三月主肅殺。肺氣旺。味屬辛。金能克木。木屬肝。肝主酸。當秋飲食。宜減辛增酸。以養肝氣。肺盛則用咽以泄之。立秋以後稍宜和平。將攝。但凡春秋

之際。故疾發動。切須安養量其自性將養秋間不宜吐。并發汗。令人消爍以致臟腑不安。唯宜針灸下利。進湯散以助陽氣。又若患積勞五痔消渴等病。不宜喫乾飲炙煿。并自死牛肉生鱠。雞猪濁酒。陳臭醎醋。粘滑難消之物及生菜瓜菓酢醬之類若風氣冷病痃癖之人。尤不宜食。若夏月好喫冷物過多。至秋患赤白痢疾。兼瘧疾者。宜服承氣湯。法用童便二升。并大腹檳榔五箇細剉。同便煎取八合。下生薑汁一合。和收藏臈雪水一鍾。清晨空心分爲二服。瀉出三兩行。夏月所食冷物或膀胱有宿水冷膿。悉爲此藥祛逐不能爲患。雖老人亦可服之。不損元氣。況此藥又理脚氣。諸氣悉可取效。丈夫瀉後兩三日以韭白煮粥。加羊腎同煮。空心服之。殊勝補藥。又當清晨睡覺閉目叩齒二十一下。嚥津。以兩手搓熱。熨眼數多。于是月行此極能明目。攝生消息論

是月審天地之氣。以急正氣。早起早卧。與雞俱起。緩逸其形。收斂神氣。使志安寧。卧不否者。塞也。天

地塞。陰陽不交之時也。故君子勿妄動。生炁在午
坐卧宜向正南。
肝心少炁。肺臟獨旺。宜安靜性情。增鹹減辛。助炁
補筋。以養脾胃。毋胃極熱。勿恣涼冷。毋發大汗。保
全元炁。孫眞人養生論
是月坐功。勢以兩手抱頭項。宛轉回旋俯仰。去脇
肋胸背間風炁。肺藏諸疾。宜通項脈左右。同正月
法。又法。以兩手相叉。頭上過去。左右伸曳之十遍
二月節中風炁。治肺臟諸疾。靈劒子導引
秋宜凍足凍腦。卧以頭向西。有所利益。雲笈七籤
是月取松卯中仁。去木皮。搗如膏。每服雞子大一
團。日三服。久服身輕。二百日後。可行五百里之遠
卽各山松卯內小子。過此月。卽皺出無尋矣。非常
食北來大松子也。神仙餌松實法
是月七日。暑炁將伏。宜食稍凉。以爲調攝。法用竹
葉一把。梔子二箇切碎。用水煎。澄清去渣。以淘
粳米。磨作泔粉服。千金月令
是月七日。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。服之令人不老。如得千葉蓮。服之令人羽化。

是月七日。取烏雞血。和三月三日。收起桃花片。爲末塗面。令人瑩白如玉。

七日。取麻勃一升。并人參半升。合蒸乘盡。令徧服一刀圭。主人心地聰明。白雲雜忌

十一日。取枸杞煎湯沐浴。令人不老不病。二十三日沐。令髮不白。二十五日沐。令人壽長

十六日。剪指甲燒灰服之。能滅九虫三尸。雲笈七

栽劍

是月防霧傷棗。棗熟着霧。則多損。宜以槲麻。或稭穰。四散絓於樹上。以避之。

是月宜剝棗。于橙橘。不須澆糞。

藥餌

秋初夏末。熟煞酷甚。不可脫衣裸體。貪取風涼。五臟俞穴。皆會於背。或令人扇風。夜露手足。此中風之源也。若覺有疾。便宜服八味地黃丸。大補理臟

腑。禦邪。仍忌三白。恐冲藥性。養生論

竹葉粥。中暑者宜用竹葉一握。山梔一枚。煎湯去渣。下米煮粥。候熟。下鹽花點之。進一二杯即愈。

三秋。服黃芪等丸一二劑。則百病不生。千金方

是月芙蓉葉可以治腫。取乾爲末。醋調一味。敷腫上可消。法天生意

是月上甲日。取枸杞花八月上酉日治服之。却病。

又云。立秋日入未起時。汲井水。長幼皆飲之。常氏日錄

楸葉膏。于立秋日。日未出時。采之熬膏。葉多方稠。一切瘡瘍並治之。有人患發背。百方不效。只以此膏傳其外。再服雲母膏。即愈。

立秋日。用水吞赤小豆十四粒。一秋可免赤白痢疾。

入秋小腹多冷者。用古時磚煮汁熱服之。又用熱磚。熨肚三五度。瘥。本艸

澤蘭。即孩兒菊。是月採淨葉。挫碎。絹袋盛。掛不見日處令乾。凡瘡毒俱搗爛封之。婦人陰瘡及產後

產門不收者。薰洗甚効。

是月七日。採蒺莉子。陰乾搗末。食後服。治眼失明。

常氏日抄

七日。採慎火花苗葉五兩。鹽三兩。同搗絞汁。治熱毒。并小兒痘瘡。不出在皮膚內者。以此汁。手蘸摩之。日再卽出。丹瘡亦如此方 本草

七日。取蜘蛛一枚着領中。令人不忘。又云。取槐角子。熟搗成汁。納銅鉢中。晒成膏。揑爲鼠尿大。納肛門內。每日三次。治痔及百瘡大効。家塾事親

七日。取苦瓠白瓤。絞汁一合。以醋一升。古錢七箇和勻。以火煎之。令稀稠得所。點入眼皆中。治眼黑暗。

是月七日採麻花。五月五日收麻葉。搗作炷圓炙生瘰癧瘡上。百壯。次燒胡桃松脂研敷。卽愈。

是月中元日。取赤浮萍晒乾爲末。遇冬雪極寒。水調二錢服。可以禦之。法天生意

收採

收五穀。擇吉日上倉。先祭倉神。

凡收五穀種子。浥鬱則不生。生亦尋死。種雜者禾則早晚不齊。春復減而難熟。糶賣以雜糅見疵。炊爨失生熟之節。所以特宜存意。不可徒然。齊民要術

割藍。每搶用水一搶。將葉莖細切鍋內。煮數百沸。去渣。盛汁於缸。每熟藍三停。用生藍一停。摘葉於磨盤上。手揉三次。用熟汁澆挼濾。相合。以淨缸盛。仍存藍根。七月刈。候八月開花結子收。來春三月種之。

芝有二種。紫白二色。形如菌。生於朽木根。其朽壤上者菌也。芝則有莖長尺餘。與靈芝相似。豫章西山最多。其靈芝生石上。形如石可服。俱宜秋採之。

神隱書

橄欖可生啖。可煮食。悉解酒毒。可鹽藏久食之。其野生者。樹高難摘。但刻其根下方寸許。內鹽於中。一夕子皆自落。

雞頭子煮者。以防風水浸之。經月不壞。生者每斗用防風四兩。換水浸之。可以度年。

紅棗。用大缸刷乾。以熟米醋澆缸內。蕩淨控。又以熟香油勻擦缸口。缸底鋪棗稈艸一層。棗一層。中心四圍亦令艸蓋。不可重壓。久留不蛀。

作乾棗法。須治淨地。鋪蔴箔之類。盛棗。日晒夜露。擇去胖爛。曝乾收之。切面晒乾者爲棗脯。煮熟榨出者爲棗膏。蒸熟者爲膠棗。搗膠晒乾者爲棗油用。以和米。最益脾胃。食經

收藏鮮果梨橘之類。帶梗插蘿蔔或芋中。仍用紙或乾穰艸包護藏罌。勿通風

核桃松子。以粗布袋盛挂當風處不臘。

摘瓜法。在步道上。引手而取。勿令浪入。踏瓜蔓。及翻覆之。凡瓜所以早爛者。皆繇腳躡及摘時不慎。翻動其蔓故也。若慎護之。直至霜下葉乾。乃結盡耳。農書

收瓜子。取本母子瓜。截去兩頭。止取中央子。注謂本母子者。瓜生數葉。蔓長丈餘。所結子也。早結者。熟速而瓜小。晚結者。熟遲而瓜大。去兩頭者。一曲而細。一短而喎也。

收藏瓜茄。用染坊淋退灰。曬乾。收藏黃瓜茄子。冬月食用。

眼子菜生水澤中。青葉背紫。莖柔滑而細。長可數尺。是月采之。熟食。語云眼子菜。如張目。年年盼春懷布穀。猶向秋來望時熟。何事頻年倦不開。愁看四時波漂屋。救荒譜

是月取漆。收黃麻子。刈麻第二劑。

立秋日。採瞿麥葉陰乾。七日採嫩槐實。十五日採浮萍。并卷栢鼠尾艸花。海藻。曝乾。澤漆莖葉陰乾。甜瓜蒂。露蜂房。旋覆花。呼爲金錢花。五加皮。莖葉天門冬。白蒺藜。石蒜。乾漆。藿香。石龍芮皮。皆隨地採之。

畜牧

蓄馬之家。有以猪槽飼馬者。有馬槽破損。以石灰泥之者。有騎走出汗。即繫之門者。此三事。皆能令牝馬落駒。試之甚驗。農政全書

避忌

秋三月。六壬十八候。皆正收斂之令。人當收斂身

心。勿爲發揚馳逞。

三秋不可食肺。金匱要畧

秋傷於濕。上逆而咳。發爲痿厥。

秋炁燥。忌寒冷食飲。又忌穿寒濕裏衣。

是月日時。不宜用申。犯月建。百事不吉。

立秋日。不宜沐浴。令人皮膚粗燥。因生白屑。

立秋後十日。瓜宜少食。法天生意

是月初一日二十九日。不宜問疾。

初七日。勿想惡事。況爲者乎。仙家大忌。

是月初七爲道德臘。十五日爲中元。二日戒夫婦容止。

是月初八二十二日。忌裁衣交易。

是月勿食鹿獐動炁。勿食茱萸傷神炁。千金方

是月勿食煑餅。及水溲餅。勿多食猪肉。損人神炁。

勿食鴈傷神。勿多食菱肉動炁。勿食生蜜。令人暴下霍亂。勿食猪肺。勿多食新薑。孫眞人

是月新熟白菓。食滿千。顆能殺人。三元延壽書

是月勿食蓴。上有蝎虫害人。勿食韭損目。白雲忌

八月

測候

是月建酉酉者緧也。謂時物皆緧縮也。管謂南呂。南任也。呂亦助也。謂時物皆秀。有懷任之象也。晉樂志

北至於濁。濁者觸也。言萬物皆觸死也。北至於留。留者。言陽氣之稽留也。閭者藏也言陽氣導萬物。閭藏黃泉也。其於十母

爲庚辛。庚者言陰氣更萬物也辛者言萬物之辛生也 律書

剝瓜。玄校。剝棗棗零。丹鳥羞白鳥。辰則伏。鹿人從駕爲鼠。參中則旦。夏小正

處暑後十五日。斗指庚爲白露。言陰氣漸重。露凝而白也。後十五日。斗指酉爲秋分。陰生於午。極於亥。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。孝經緯

仲秋行春令。則秋雨不降。艸木生榮。國乃有恐。行夏令。則其國乃旱。蟄蟲不藏。五穀復生。行冬令。則風災數起。收雷先行。艸木蚤死。月令

白露之日鴻鴈來。又五日玄鳥歸。又五日羣鳥養羞。鴻鴈不來。遠人背叛。玄鳥不歸。室不離散。鳥不養羞。下臣驕慢。秋分之日雷始收聲。又五日蟄蟲培戶。又五日水始涸。雷不收聲。諸侯淫佚。蟲不培戶。民罷有賴。水不涸。甲蟲爲害。逸周書

是月日月蝕。人病瘡疥。魚鹽貴。鄭國惡。京房古

白露節晴。主穀成實。但蟲多難於種菜。秋分節晴。

主來年不收。唯陰雨爲妙。

秋分秋社諺語。分社同一日。低田盡叫屈。秋分在社前。斗米換斗錢。秋分在社後。濫飯餵猪狗。

秋分後。忌多霜。主病。臞仙占疾

是月朔日值白露。主果穀不成實。值秋分。主物價貴。晴主冬旱。微雨宜麥。每月朔喜晴。唯此月宜雨

十一日。卜來年水旱。可及侵晨。于水邊無風浪處。作一水則子。至晚看之。水則若沒。主大水。水則若露。主大旱。如仍舊。主半水半旱。

中秋無月蚌無胎。蕎麥不實。有月多兎少魚。

經作

是月天道東北行。作事出行。俱宜向東北吉。

是月也。可以築城郭。建都邑。穿竇窖。修囷倉。乃命有司。趣民收斂。務畜菜。多積聚。乃勸種麥。毋或失時。月令

是月暑退。涼風戒寒。趣練縑帛。染綵色。擘絲治絮。製新浣故。及帛履賤好。預買以備冬寒。刈雀葦蒭茭。涼燥可上弓弩。繕理檠鋤。正縛鎧弦。遂以習射。

弛竹木弓弧。齊民要術

是月社日。凡人家襁褓兒女。俱令早起。恐社翁爲祟。與春社同。

夏至後九十日。晝夜分天地氣和。以此時耕田。一而當五。名曰膏澤。氾勝之書

是月初一日。以朱點小兒額。名爲天炙。以厭疾。荆楚歲州記

初一日。可修逐邪齋。

是月初二初四十五十九二十五日。拔白永不生。

初四日。以絲就北辰星。祝求長命。

十五日。金精正旺。宜採銅鐵鑄鼎劒。又云。二十五日天倉開。宜入山修道。雲笈七籤

染小紅。以練物帛十兩爲率。蘇木四兩。黃丹一兩。槐花一兩。炒香研末。明礬一兩。爲細末。右件。先將水二升。煮一升已上。濾去滓。下白礬末。此子攪勻。入沸湯一椀化開。以黃絹帛浸半時許。先將蘇木。用水兩碗。煮至六分。濾去滓。

將汁頓起。留頭汁。再入水一碗半。煎至八分。濾去滓。莫與頭汁相和。別頓起將滓再入水二碗。煎至一碗濾去滓。與第二汁相合。下黃丹在二汁內攪勻。以黃帛提轉令勻。浸片時扭起。將頭汁溫熱。下染出帛急手提轉。浸半時許。可提轉五七次扭起顏色鮮紅可愛。只當掛於風頭內。不可令日曬。即退了顏色。染紙亦可。

藝種

凡田有六道。麥爲首種。種麥得時無不善。夏至後七十日。可種宿麥。若天旱無雨澤。則薄漬麥種。以酢漿并蚕屎。夜半漬。向晨速投之。令與白露俱下。蓋酢漿耐旱。蚕屎忍寒也。又苗若過稠。即宜鋤稀秋鋤。以棘柴耧耧之。以壅麥根。故諺曰。子欲富。黃金覆黃金覆者。謂秋鋤曳柴。壅麥根也。至春凍解。則曳之。汜勝之書

種麥。白露節後。逢第一戊日爲上時。二戊爲中時。三戊爲下時。每畝上時用種二升。中用三升半。下用五升。先將棉子油拌過。則無蟲而耐旱。土欲細。

溝欲深。種欲勻糞欲多。諺云。無灰不種麥。兩經社日佳。謂宜以灰拌種。又應在社日前也。當年杏多。則蟲不蛀大麥。極多。則不蛀小麥大麥忌子日。小麥忌戌日。農桑通訣

種麥吉日庚午辛未辛巳庚戌庚子辛卯。又八月三卯。種麥爲上。

胡麻。一名青囊。秋間取八稜者。畦地如種菜法。生田可茹。

栽白菜。宜秋分前。遇陰雨之期。藉鬆肥地。稀行深栽。不見菜心。栽完蔭水。待三五日後。以竹扦挑出心則易活。活後。加糞水頻頻澆之。兩月後。至小雪節起用。

芥菜。菠菜。烏松菜。八月下種。九月治畦分栽。甜菜同時下種。十月分栽俱宜頻澆糞水。

此月芋苗正旺。宜鉏開根邊土。却上肥泥壅根。及蓄稈葉。則力田於芋頭。其子肥大。

菱芡俱在此時。取熟黑者。撒於池內。來春自生。

靛宜耕熟地。曬播種之。

牛膝。當年收子。亦可即種。凡刈時。高取莖收子。九月末。鍬其根。料理如法。

種蒜。蒜地熟耕三次。爬成溝二寸一窠種之。候苗出時。頻鉏鬆根傍地。以糞水澆之。薹出拔去。則辮肥大。否則瘦小。又澤潞種蒜。初出如剪韭二三次愈肥矣。

分韭。韭根多年交結。則不茂。宜分開摘去老根。栽之。以雞豬糞壅。

水晶葱。葉似葱而蒜不臭。宜鬆土鉏溝擺於內。用牛馬糞糠粃碎土蓋之。仍以芝蔴稭蓋於上。勿令生子。此月種。來年五七月收之。

種薑。卽薑頭也。音皎。似蒜。其葉如葱而三稜。亦不臭。種法同水晶葱。宜糖醋浸製。

下種。豌豆耐凍易熟。春菜。萵苣。箭幹菜。晚紅花。蘿蔔。蠶豆。油菜。黃矮菜。此時可種。

烹製

天香湯。白术稗盛開時。清晨帶露。用杖打下花。以布被盛之。揀去蒂萼。頓在淨器內。新盆搗爛如泥。

榨乾甚收起每一斤加甘艸一兩鹽梅十箇搗爲
餅入磁罈封固用沸湯點服
醃桂花以白者爲香取揀淨沙盆擂爛每斤以炙
甘艸二兩炒鹽四兩拌勻置磁瓶密封曬七日收
又法揀桂花半開蘂以鹽梅槌畧碎夾花收磁瓶
中用生蜜注浸蓋之用時旋取點湯極香鮮其鹽
梅用淡醋煮一沸濾出曬乾方可與花蜜同浸又
法一層蜜一層連枝白桂一層鹽梅淨肉一層椒
葉如此又一層煉蜜層層相間磁瓶封固若四時
有香無毒之花皆可依此須帶露剪花取小枝去
葉製收用時輕取之
丹桂是月採花灑以甘艸水和米舂粉作糕清香
滿頰
醬佛手柑不去穰醬梨子帶皮入醬缸內久而不
壞香橼去穰醬皮石花麵筋皆可醬食其
味更佳
枸杞茶于深秋摘紅熟枸杞子同乾麵拌和成劑
捏作餅焙曬乾研爲細末每江茶一兩枸杞末二

兩。同和勻。入煉化酥油三兩。或香油亦可。旋添湯攪成稠膏子。用鹽少許。入鍋煎熟飲之。甚有益。更明目。

蜜煎薑。秋社前。取嫩芽二斤洗淨控乾。不用鹽醃。以沸湯焯悴瀝乾。用白礬一兩半。湯泡化。一宿澄清。浸薑三日。方漉出再控。用蜜二斤煎滾。隔宿冷定。裝於新瓶內。半月後。別換蜜二斤收之。若要久留。每年須換兩次。

五美薑。以嫩薑一斤切片。用醃梅淨肉二兩再入炒鹽二兩。拌勻。曬三日。取出。入甘松三錢。甘艸五錢。檀香二錢。爲末拌勻。再曬三日。磁器收之。

糟薑方。揀社前嫩者。每薑一斤。糟一斤。鹽五兩。不要見水。不可損了薑皮。用乾布揩去泥。曬半乾後。糟鹽拌之。入甕。上加砂糖一塊。箬葉扎口泥封。七日可食。

脆薑。以嫩薑去皮。甘艸白芷零零香少許。同煮熟切片食。

醋薑。以炒鹽醃一宿。以元滷入醯醋同煎。

五香糕方。以十分爲率。上白糯米二分。和粳米六分。芡實乾一分。人參白朮茯苓砂仁總一分。磨極細。篩過。用白沙糖滾湯拌勻。印出。入甑蒸之。

升煉玉露霜方。用真豆粉一斤。入鍋火炒無豆腥。先用乾淨龍腦薄荷二斤。入甑中。用細絹隔住。上置豆粉。將甑封蓋上鍋。蒸至頂熱甚。霜已成矣。收起粉霜。每一斤。配白糖半斤。煉蜜半斤。拌勻搗膩。印餅入供。兼可化痰止渴。

炒栗入油紙撚一條炒之。不用鐵鍋尤妙。

曬膠棗蒸熟於連上。以雜穀艸薰乾之。

山查膏。山東大山查。刮去皮核。每斤入白糖霜四兩。搗爲膏。明亮如琥珀。再加檀屑一錢。香美可供。又可放久。

山查酒。山查熟時。擇擘去蟲。洗淨控乾。擣半碎。每缸用三斗。隨添黍米少許。亦可以甑蒸半熟。取出攤冷。入大麴半塊。燒酒一斤。拌如常法。只二日卽取出燒之。其味甘淡。不醉人。極消食積

五加皮酒。用五加皮洗淨去骨。以水煎汁。照常釀

酒。即用此汁代水。不唯酒隹。且久服有益。

調攝

仲秋之月。犬利平庸。安寧志性。收斂神炁。增酸養肝。毋令極飽。令人壅塞。是月宜祈謝求福。卦觀。觀者觀也。風在地上。萬物興昌之時也。坐炁在未。坐卧宜向西南方吉。

是月心臟炁微。肺金用事。宜減苦增辛助筋補血以養心肝脾胃。勿犯邪風。令人生瘡。以作疫痢。十八日。乃天人興福之待。宜齊戒存想吉事。孫眞人

攝生論

觀者。四陰之卦也。斗杓是月戌時指酉。以月建酉也。時爲陰佐陽功。以成萬物。故物皆縮小。因時而成矣。喻身中陰符過半。降而入於丹田。當固養保元。以築丹基。內丹秘要

是月坐功。勢以兩手。拳脚脛下十餘遍。閉炁用力爲之。此能開胸膊膈炁。去脇中炁。治肺臟諸疾。行完。叩齒三十六通。以應之。靈劒子導引

是月楮實子紅熟。甲子日採來。水浸去皮穰。仙方

單服其實。水服二錢。服久乃佳又云。採栢子曬乾為末。服方寸匙。稍增至多。欲絕穀。恣意取飽。渴則飲水。久服延年。又曰。是月望後少寒。卽用微火煖足。勿令下冷。圓經

是月採百合。曝乾蒸食之。甚益羌力。雜纂

此月可食韮菜露葵。千金月令

是月一日用五明囊。盛栢上露以洗眼。述仙記

是月初三日初七日。宜沐浴。令人聰明。二十五日。宜浴却病。

是月八日。取枸杞煎湯沐浴。令人不老不病。二十二日沐浴。令人無非禍。雲笈七籤

栽剉

水仙花。有單葉者為貴。先於端陽前。收根上蒜頭。用小便浸一宿。曬乾。拌濕土。懸當火烟所及處。至是取出。瓣瓣分開。用猪糞拌土種之。種後不可缺水。怕犯鐵器。訣云。五月不在土。八月不在房。栽向東籬下。開花朶朶香。又云。初出葉時。以圓磚石壓中心。令其四旁出。則花高於葉。

種木瓜。法與桃李同。秋社前後移栽。次年便結子。勝於春間栽者。又壓枝亦生。其狀如梨而長。皮光生不堪食。摘浸醋中。一月方可食。

脫果法。木生之果。是月問。以牛羊糞和土包其蔍膝。以紙包裹。麻縛緊密。以木撐住。常用水澆。任其發花結實。明年夏。開一包視之。其根生。聽於梅兩截下栽之。

移栽。櫻桃枇杷玫瑰梧桐梅樹橙橘柑柚梔子雜樹。桃梅杏李銀杏。此時皆可。即分接亦宜。

是月朔日。以絹囊盛取柏樹下露。如珠子。以拭兩目。明爽無疾。述儒記

是月社日侵晨。用磁器收百艸頭上露。磨濃墨。治百病如頭痛者。點太陽穴。勞瘵者點膏盲之類。名曰天炙。田家五行

木瓜最療轉筋。如轉筋時。但呼木瓜名。及書木瓜二字於土上。皆愈。俗人柱木瓜杖。云利筋脉也 陶弘景語

收採

收穫者。農事之終。食貨志云。力耕數耘。收穫如盜賊之至。故熟宜速刈。乾宜速積。刈早則傷鐮。刈晚則折穗。遇風則收減。連雨則生耳。濕積則蓺爛。積晚則粒耗。所以收穫不可緩也。積去聲

收禾之法。熟過半斷之。刈穧欲早。刈黍欲晚。皆即濕踐。穧踐訖。即蒸而泲之。黍宜曬之令燥。凡麻有黃埒則刈。刈畢則漚之。刈菽欲晚。葉落盡然後刈。脂麻欲小束爲叢。候其析。抖擻之。梁刈收刈欲晚。早則損實。齊民要術

收茶子法。茶熟時。收取子。和濕沙土。拌於筐籠之中盛之。着墻角堆亦得。仍須以好穰艸蓋覆。至二月出種之。不爾即乾。仍凍不生。

收柿油。每柿一升。搗碎。以水半升釀一日。即可榨。如久亦不傷。取榨其汁。即柿漆。

收牛膝。是月以長鍬掘根于水浸一宿。置密篩擦去皮。晒令極乾。不去皮洗淨便晒者。更有力。

月半刈麻第三鐮。

菱芡莖。可乾辟饑。茄切片。葫匏削條曬乾。如做乾菜法收。

水菜。生水田中。狀類白菜。是月采之可熟食。語云水菜生水中。水深不可得。挈筥遶堤行。日暮風波息。水深忽照人。面色如菜色。救荒譜

是月採藥。宜採狼毒根。酸棗實陰乾四十日。成石楠實。衛予一名鬼箭。大棗。山藥。艸龍膽。桔梗。白斂。蓍實梗。萱艸根。芍藥根。牙子根。榆實勿令中濕。芘葫即柴葫。麥門冬。升麻。白蒺藜。當歸。黃芩。秦艽。王不留行。根苗花子並用。烏藥根。上旬抹人參。天門冬。甘艸。生地黃。白朮。澤瀉。巴戟天。胡黃連。玄參。百合。知母。金毛狗脊。白蘚皮。前胡。地榆。防巳。牡丹根皮。莎根艸即香附子。蓽薢。甘松。茅香苗。巴豆。雷丸。敗醬根。大黃。白芨。常山。山豆根。苧根。桂皮。茯苓。茯神。丁香。猪苓。蜀椒。秦皮。薏苡。虎杖。巴豆大棗。

蓄牧

六畜房圈。秋收之時。預先整理以避風雪。不使凍損。盖牛羊馬豕。及犬雞鵞鴨。其怯寒苦饑之性。與

人不殊。在留心保之。
作馬坊吉日。丁卯庚午甲申辛卯壬辰庚子壬子。
及天德月德日。

避忌

是月日時不宜用酉。犯月建不吉。玄樞經
秋分之日。勿殺生。勿用刑。勿處房帳。勿弔喪問疾。
勿大醉。君子當齋戒靜專以自簡。千金月令
是月起居。勿犯賊邪之風。勿多食肥腥。令人霍亂。
又云行路間。勿飲陰地流泉。令人發瘴腳軟。雲笈

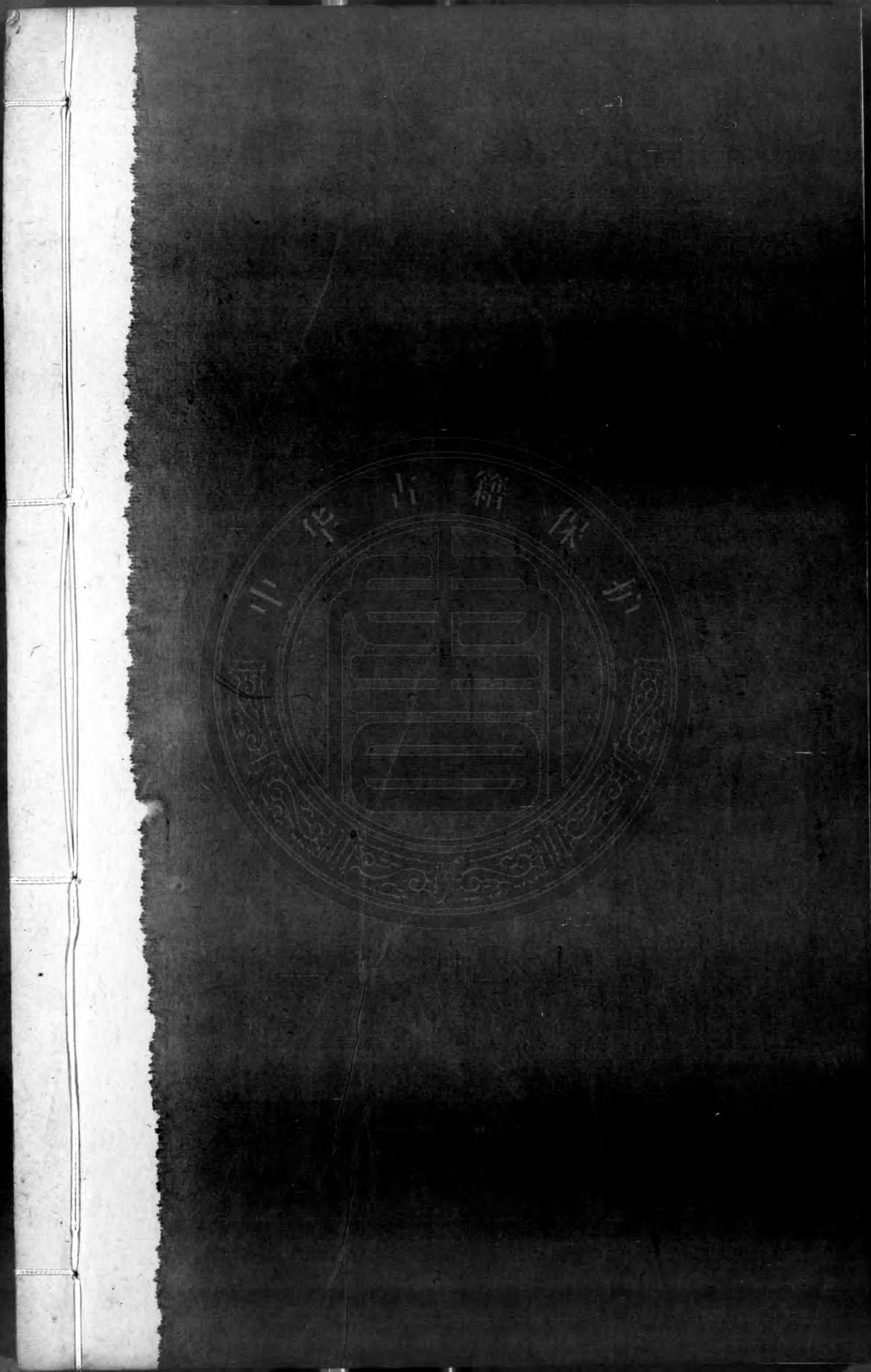
秋穀初成。不宜與老人食之。多發宿疾。養生書
是月勿食萌芽。傷人神膽喘悸。脇力乏急。勿多食
新薑。勿食生蒜。勿食猪肉。及飴和食。令人發疽。勿
食雉肉。勿食猪肚。冬成嗽疾。千金方
是月勿食獐肉動氣。勿食芹菜。恐病瘕。發則似顛
小腹脹。勿食生蜜。勿多食生菓。勿食雞子傷神。
是月不宜食蟹。過霜降方可食之。又蟹盖中有腦
甚毒。當去之。勿誤食。本艸

是月不宜食諸禽獸肝心肺。續博物志

是月初三日。萬神都會。十四十五十六日。三官降。及分社日。俱忌夫婦容止。

初八日。勿買布買履附足。大忌。雲笈七籤

二十七日。不宜問疾。楊公忌

二十九日。忌遠行水陸不吉。

十四卷終