六

中华古籍保护

食物本草卷之三目錄

水部三（一類）

名泉類二（四省）

○秦隴諸泉（六十五處）

瀑布泉水　天柱泉水

太華泉水　霧谷泉水

苦泉水　重泉水

甘泉水　洗腸泉水

御池泉水　溫泉水

國家古籍保護中心藏

上泉水　金泉水
醴泉水　龍泉水
聖水　三泉水
熱泉水　盤龍泉水
石泉水　玉潤泉水
塔寺泉水　靈泉水
虎吼泉水　潤德泉水
流玉澗水　九眼泉水
飛鳳泉水　蟄龍泉水
澤春泉水　馬跑泉水
湧珠泉水　西巖泉水
琥璃泉水　百泉水
玉井泉水　龍紋泉水
玉榮泉水　洒玉泉水
九珠泉水　通靈泉水
鹽井水　豐水泉水
玉綫泉水　迸璣泉水
飲軍泉水　清水泉水

叟玉泉水　金沙泉水
天澤泉水　御甘泉水
五龍泉水　漱玉泉水
一綫泉水　滴珠泉水
姜女泉水　嗚咽泉水
金積泉水　酒泉水
紅泉水　咽瓠泉水
石門温泉水　氷井水
飛泉水　浪井水

澤多泉水
〇三楚諸泉　三十八處
桃花泉水　九眞泉水
茶泉水　玉虹泉水
雪嵒井水　宋玉井水
五泉水　新羅泉水
白玉泉水　珍珠泉水
八角井水　蒙惠泉水
珠玉泉水　玉泉水

溫泉水　鹽泉水
金沙泉水　一椀泉水
甘泉水　靈泉水
竹泉水　永慶井水
雲母泉水　予真井水
碧泉水　醴泉水
小潙泉水　鄭泉水
洙泉水　碧雲泉水
龍山泉　如意泉水
七勝泉水　愈泉水
劍泉水　圓泉水
崔婆井水　萊公泉水

○西江泉水　七十三處

洪崖井水　孝感泉水
聖井水　溫泉水
分水泉水　雙井水
噴雪泉水　貞君井水
五色泉水　聰須泉水

西峰井水
乳泉水（在樂平縣）
馬祖泉水
谷簾泉水
瀑布泉水
煖泉水
神泉水（在九江府）
甘泉水
天池水
烏石泉水
黃漿泉水
玉壺泉水
生生泉水
巖山泉水
一滴泉水
天井水
冰壺泉水
石井水

石龍泉水
馬蹄泉水
崇仁泉水
伯清泉水
石眼泉水
月賓泉水
躍馬泉水
試茗泉水
玉斧泉水
鼇頭泉水
玉女盆水
丹泉水
神功泉水
乳泉水（在廣昌縣）
靈泉水
佛面泉水
鳴玉泉水
黃蜂泉水

府治泉水　東坡井水
觀山泉水　玉溪泉水
聖嶺泉水　醴泉水
龍洞泉水　聰明泉水
槃山泉水　仙井水
醴乳泉水　白乳泉水
宜春泉水　磐石泉水
神泉水在分宜縣　廉泉水
甘巖泉水　葛仙泉水
玉珠泉水　仁峰泉水
盧公泉水　飛錫泉水
石龜泉水　上徒泉水
駐石泉水　九眼泉水
玉宇井水

○巴蜀一明泉三十五處

三昧泉水　牛跑泉水
林泉水　麗井泉水
靈泉水　旌陽井水

神泉水
甘泉水
鼈靈泉水
報國靈泉水
飛龍泉水
金釵泉水
孔子泉水
寒泉水
安樂泉水
靈液水
卓錫泉水
君子泉水
蘇公泉水
破石井水
玉版泉水
噴霧泉水
甘和泉水
滴乳泉〻
三泉水
醴泉水
天池水
虎跑泉水
永泉水
溫泉水
醲泉水
老翁泉水
玉泉坎水
甘露井水
玻璃泉水

食物本草卷之三目錄

食物本草卷之三

元　東垣李杲　編輯

明　瀕湖李時珍　參訂

長乐鄭振鐸西諦藏書

水部　三

名泉類　二

○秦隴諸泉

瀑布泉水在鎮安縣西四十里、水甘冷、唐太宗御製詩、東望香爐山、西觀瀑布水、飛流三千丈、崩岸數十里、

瀑布泉水。味甘冷。主推蕩陳垢。滋養眞陰。治反胃噎膈。利大小便。通痰擁經絡。攻注疼痛腹中結滯

天柱泉（在山陽縣南八十里天柱山。其山壁立萬仞。形如天柱。泉當絕頂。清冽可飲。宋邵康節先生隱於此。有詩曰。一簇烟嵐鎖亂雲。似高天柱妳棲眞。清泉數酌無餘事。免向人間更問津。）

天柱泉。味甘冽。主清心潤肺。止渴除煩。益智慧。生明敏。全眞養性。補腎滋陰。久飲之。耐老身輕。童顏黑髮。延年成仙。

太華泉（在華陰縣太華山之巔。其山削成而四方。高五千仞。遠而望之。有若華狀。山頂

又有池。生千葉蓮。服之羽化。泉水狀若山雨滂湃洪津。泛洒樹溜。直瀉山下。服之者。延年成仙。）

太華泉水。味甘冽。主潤肺金。抑心火。補益眞元。鎮陰燥渴。烏鬚髮。澤肌膚。駐景延年。身輕不老。久服之成仙。

霧泉（在華陰縣太華峰之西。霧露谷。後漢張超於此。能布五里之霧。泉在谷口。色如積藁。味頗甘冽。）

霧谷泉水。味甘。主明目。去目中瞖膜。補肝膽。涼心益止渴生津。消痰。下氣定喘。通大小腸。益五臟。利百

脈。

苦泉（在同州洛水之南、泉味鹹苦、羊飲之、肥而肉美、諺云、苦泉羊、洛水漿、）

苦泉水。味鹹苦。不堪烹瀹。羊飲之。其肉肥美。又宜於煎治癭瘤痰核結塊降心火退熱藥中用之。

重泉水（在同州西北三十里、味甘而美、）

重泉水味甘美。主補中益氣。養血脈。厚腸胃彼地萬餘頃。皆瘠惡・一土悉賴此水。盡成膏腴。可令畝得十石。

甘泉水（在澄城縣西匱谷中、其味澄潔甘美、堪造酒、）

甘泉水。味甘。主解渴消暑除煩燥清肌骨。降火邪。退肺熱。止欬嗽釀酒味佳。

洗腸泉水（在澄城縣西、相傳晉佛圖澄洗腸於此、）

洗腸泉水。味甘。主天行不正之氣取此水飲之。兼酒

御池泉水（在耀州西北七十里、其味甘馨、）

御池泉水。味甘。主胸膈諸熱明目止渴滋腎臟。伐火邪。益精氣安心神。

溫泉水（在武功縣太白山、其水沸湧如湯、）

溫泉水。不可飲。止堪澡浴可治百病。世清則疾愈。世

亂則無驗。

平泉（在永壽縣北二十里、泉從平地湧出、味甚清冽、）

平泉水。味甘冽。主清利頭目。祛豁風痰。止渴消煩滋陰抑火。

金泉（在淳化縣西三十里、泉湧數穴、清徹無底、味極甘冽而美、人來汲引、見有金光混漾其中、）

金泉水。味甘。主解熱鬱。行結氣。逐風涎。通水道。除燥渴。利胸中阨塞。痞悶。治上焦壅滿稠痰。降心火、消肺家受邪。

醴泉（在洋縣境內、其泉湧出、甘冽如醴、）

醴泉水。味甘冽。主補五臟。養精神。悅顏色。生智慧。調經脉。止肺渴。

龍泉（在西鄉縣南三十里、泉在石穴中湧出、隨潮之進退、視其減溢、潮生則水濁、潮息則水清、）

龍泉水。味甘鹹淡不常。主滋養腎經。制伏心火。大抵通潮脉之水。不宜於烹瀹。

聖水（在寧羌州南三十里山厓之畔、一石懸如龍首、水從口吻滴瀝而下、過客仰面就飲、味甚甘冽、）

聖水。味甘冽。除心煩。涼肺熱。止渴。治欬嗽。潤燥。療吐衄。滋養腎經。調伏相火。

三泉（在沔縣大安軍東門外瀕江石上、有泉如小車輪、品列鼎峙、故名三泉、唐蘇頲詩云、三月松作花、春行日漸賒、竹障山鳥路、藤蔓野人家、透石飛泉下、尋雲絕磴斜、此中誰與樂揮涕語年華、）

泉水。味甘。主欬逆上氣。喘急不安。解熱渴。潤肺燥。降心火。消痰涎。

熱泉（在沔縣北平地方、泉源沸溪、冬夏湯湯、望之則白氣浩然、能瘥百病、赴集者常有百數、）

熱泉水。不可飲。其下恐有硫。可浴之。治內外新久百病。

盤龍泉水（在綦陽縣西五里盤龍山之下、泉味清冽而美、屈曲縈紆、有若蟠龍之狀、故以爲名、）

盤龍泉水。味甘。治肺熱欬嗽。瘧疾寒熱。嘔吐酸水。吐熱溪出。

石泉水（在石泉縣南五十步、其水清冽、四時不竭、縣以泉名、）

石泉水。味甘冽。治三焦積熱。肺受火迫。欬唾痰血。聲啞不清。喉中痰塞。胸滿痞悶。陰火上升。一切亢極

之痓。

玉潤泉（在鳳翔府城西北五里、水味甘冽、）

玉潤泉水。味甘。治火邪有餘。口臭齒痛。痰氣上攻。頭目昏暈。

塔寺泉水（在鳳翔府城東三里、水味甘冽、）

塔寺泉水。味甘。主消渴煩滿。身熱欬喘。抑火降痰。潤肺生津液。

靈泉（在鳳翔府東北十五里、水味甘冽、蘇東坡詩云、金沙泉湧雪濤香、酒作醍醐大地凉、解姤九天河影白、遙通百谷海聲長、僧來汲月歸靈石、人到尋源宿上方、更續茶經校奇品、山甌留待羽仙嘗、）

靈泉水。味甘冽。治傷寒溫疫大汗不解。大熱狂躁。口渴煩滿。癰疾暑痢。邪火熾盛。暴病悶亂。癲癇痰厥之候。

虎吼泉（在鳳翔府城西北二十里、水味甘美、）

虎吼泉水。味甘。主肝氣有餘。易於恚怒。轉筋霍亂。腹中疞痛。飲其水愈。

潤德泉（在岐山縣西北十五里鳳山周公廟之傍、時平則流、世亂則涸、）

潤德泉水。味甘。主補元氣。治勞瘵。洩肺邪。通隧道。降

痰火。

流玉澗水（在寶雞縣城南二里許清流如玉味甚甘冽）

流玉澗水。味甘。治臟腑積熱。口乾舌燥。咽喉腫痛。含水漱嗽。大效。

九眼泉水（在寶雞縣城南二里泉出九穴味特殊勝）

九眼泉水。味甘冽。主潤肺生津。止渴除熱。寧心神益智慧。

飛鳳泉（在扶風縣城北五十里明月山之西）

飛鳳泉水。味甘。主助文思。壯吟懷。揮毫洒翰能使走龍蛇。

蟄龍泉（在扶風縣城北五十里明月山之東）

蟄龍泉水。味甘。主雄武略。鼓軍憤錯羆虎。

溫春泉（在郿縣東南五十里泉水溫煖故以春名）

溫春泉水。不可飲。止堪浴以療諸疥泉清則愈濁則不靈。

馬跡泉（在汧陽縣東南二十里上有人馬足跡）

馬跡泉水。味甘。主大渴身熱。消煩袪暑。利肺經。止欬

嗽。降心火、治鼻[illegible]

湧珠泉（在洮[illegible]衛南三里、泉湧如珠、）

湧珠泉。味甘。主涼心經。治肝熱目昏[illegible]出、解渴、除煩

消癰腫瘡毒。

西巖泉（在平涼府西崆峒山之西、泉味甘冽、）

西巖泉水。味甘冽。治肺熱燥渴、鼻衄吐血。驚狂煩悶

不安。譫言妄語作亂此水清涼。可以立解、又治耳

石之毒。

琉璃泉（在平涼府西三十里崆峒山之、水味甘冽、）

琉璃泉水。味甘。主補元氣養心神益[illegible]聰明。強[illegible]

火。安和五內。

百泉（在涇州城西二十五里、泉眼噴出、亂流難計、）

百泉水。味甘。主燥渴。除肺熱。退心火[illegible]口舌生瘡。咽

喉疼痛。

玉井水（在臨洮府城東二里玉井峰之巔、井水如玉）

玉井水。味甘冽。治肺熱欬嗽。肺痿肺癰。虛勞客熱。痰

唾稠濁。

龍紋泉（在蘭州允街谷泉眼之中、水紋作蛟龍狀、或試撓破之、尋復成龍、將飲者皆退）

（避而走、）

龍紋泉水。味甘。主潤心肺。治喉痺。降火邪。消癰毒。止口渴。

玉漿泉水（在華昌府西鳥鼠山其山絶壁千尋由來乏水、周武帝時豆盧勣爲渭州刺史、有惠政、華夷悅服、馬跡所踐、忽飛泉湧出、民以玉漿名之、）

玉漿泉水。味甘。主清心抑火。潤肺津。治咽嗌不利。胃中痰熱。臟腑清濁混淆。大便祕澀而小水禁錮不快。

酒玉泉（在寧遠縣南玉泉山、流泉如酒玉、）

酒玉泉水。味甘。主溫疫天行熱病。腸風臟毒。下血血痢。心腹脹滿。邪氣結熱。口渴咽乾。黃疸小便黃如金色。

九珠泉（在西和縣西北、其水夏涼冬溫、味甘而四時不竭、）

九珠泉水。味甘。主煩滿口渴。咽腫疼痛。狂邪驚悸大熱。潤肺止欬逆。消痰利胸膈嘔吐酸水。胃中火熱。頭疼齒痛。

通靈泉（在西和縣東南三百餘里通靈山、四山環合、清泉自岩穴飛洒如玉繩、其味甘香而冽、）

通靈泉水。味甘。主瘧疾往來寒熱。心腹結聚疼痛。溫疫時行。驚悸狂邪。婦人產難。及胞衣不下。產後兒枕疼痛。小兒驚風搐搦。痰涎滿口。啼叫如見鬼祟。又治大人尸厥之症。並取此水煎藥煮粥。及噴屋四角。無不效驗。

鹽井水（在西和縣南三十里、水與峡齊、味極甘美、飲之破氣解鬱悶、）

鹽井水。味甘美。主平肝邪太過。補脾土以滋肺金伐有餘之木。令恚怒之氣消。憂鬱之氣解。其功向來未有知者。

豐水泉（在西和縣南百里仇池山、四面斗立峭絕、險固自然、有樓櫓卻敵形、絕頂平地、方二十餘里、泉如湖水、可煮鹽、杜甫詩云、萬古仇池穴、潛通小有天、神魚人不見、福地語容傳、近接西南境、長懷九十泉、何時一茅屋、送老白雲邊、）

豐水泉水。味甘鹹。主解熱消暑。消痰核。利胸膈。入腎經。治陰虛精少。自汗盜汗。腰膝痠疼無力。足脛軟弱。不能行履。

玉繩泉（在成縣東南七里萬丈潭之左、宋喻涉有萬丈潭邊萬丈山、山根一竇落飛泉之句、）

玉繩泉水。味甘。治煩渴。肺胃大熱。心胸躁悶不安。引

飲無度。

迸璣泉（在成縣東南十里鳳凰山之腰、味甘而冽、）

迸璣泉水。味甘。主清火熱。解燥渴。潤心肺。治吐衄血。益智慧。生津液。

飲軍泉（在秦州東四十里、唐尉遲敬德與番將金牙戰、士卒疲渴、敬德馬忽跑、泉水涌出、三軍飲足、至今不竭、傍有鄂國公祠、宋游師雄飲之、賞其清冽、因與葉康直詩云、清泉一派古祠邊、昨日親烹小鳳團、却恨竟陵無品目、煩君精鑒爲嘗看、）

飲軍泉水。味甘美。主清頭目。解肺渴。潤燥凉心熱。瀹茗飲之。利六腑。清肌骨。祛暑氣。

清水泉（在合水縣西南一里、天雨滂沱、流而不濁、故曰清水、）

清水泉水。味甘。主滋益水臟。灌溉眞元。降三焦隱伏之火。從小便滲洩而出。

戞玉泉（在合水縣西南七十里、水味甘冽石崖上刻有唐句云、山脉逗飛泉、泓澄傍岩石、亂垂寒玉篠、碎洒珍珠滴、清波涵萬象、明鏡瀉天色、有時乘月來、賞咏還自適、東坡亦有驪珠萬顆濺清寒之句、）

戞玉泉水。味甘。主解炎蒸。止消渴。消痰利肺氣。滋陰益腎經。治汗多。爲火熱所迫。强脾土爲木所乘。

酌更佳。

金沙泉（在寧州城南一里、其水湧沙如金、）

金沙泉水。味甘。主利膀胱水道。熱結下焦。小腹硬痛沙淋石淋。

天澤泉（在安塞縣天澤山之巔、水味清冽、）

天澤泉水。味甘治肺熱欬唾痰涎。陰虛盜汗。夜臥少寐魂夢不寧。腰膝痠疼。腿足無力。心悸怔忡。恍惚健忘。

御甘泉（在甘泉縣南五里巖谷上、其水飛流激射、去地丈許、厥味甘美、隋煬帝游此飲而嗜之、取入禁內、故縣以泉名、）

御甘泉水。味甘美。主肺熱消渴。心火上炎。口舌生瘡。咽喉疼痛。利頭腦。明耳目。生津液。潤枯槁。通關。治淋。强陰益髓。

五龍泉（在安定縣東里許、平地石隙中湧出、其聲雄吼、味特甘美、）

五龍泉水。味甘。主潤心肺。利六腑。解煩暑。治燥渴。行水除淋。清痰抑火。

漱玉泉（在延長縣東漱玉巖下、泉出如練、）

漱玉泉水味甘治心胸煩躁不安。喉吻津液不至。袪暑益氣潤肺清心

一綫泉（在中部縣西南、泉出石穴中、如垂一綫、味極清冽、）

一綫泉水。味甘。主除熱解煩。清暑潤燥。止渴生津液、凉心利水臟。

滴珠泉（在中部縣西南里許、泉出石罅中、滴瀝如珠、味甘而冽、）

滴珠泉水。味甘冽。主補中益氣。和血清神。解暑熱。凉心腎

姜女泉（在宜君縣南八十里、相傳杞良之妻、尋夫至此、疲渴甚、仰天而哭、泉忽湧出、味甘而冽、故名、）

姜女泉水。味甘。主解渴。灌溉丹田。清凉肺腑。消除大熱。滋益眞陰。

嗚咽泉（在綏德州城南三里、秦扶蘇賜死之處、唐胡曾詩云舉國賢、盡淚垂扶蘇屈死戍邊時、至今谷口泉嗚咽、猶似當年恨李斯、）

嗚咽泉水。味甘。主欬嗽。咽喉痛。利水除熱。士人飲之生聰慧賢良。

金積泉（在寧夏城南二百餘里金積山之麓、山多積土、日照之、其色如金、泉自地湧如沸、清冽可飲、）

金積泉水。味甘。治口渴。生津液。止吐血。下熱痰。祛煩暑面垢脣焦。脉伏欲死者。飲一杯愈

酒泉（一名金泉、在肅州衛、其色如金、厥味如酒、）

酒泉水。味甘冽。主和脾胃、調血脈。養心神。走經絡。止渴生津。

紅泉（在凉州衛、其水紺色、）

紅泉水、味甘冽、治霍亂嘔逆。及膀胱奔豚氣、調中利水。止渴除煩躁。通關開胃。手足轉筋心病鬼疰。明目定心。去小兒熱。酒後面赤。治女人赤白帶下。胎前腹中疼痛。產後兒枕痛洗癬疥。滅疤痕。酒屋壁祛蚊蚋、

咽瓠泉（在藍田縣北十七里、唐李荃遇驪山老母授以陰符經既畢、令荃携瓠汲泉、因而不見故名、）

咽瓠泉水。味甘。主補元氣。壯精神。除百病消憂憤。服之既久成仙

石門溫泉（在藍田縣西南四十里、此地雪落即融、唐時有異僧見之云、必溫泉也、已掘之果然、几有疥者、飲之輒愈、）

溫泉。甘。治心腹寒痛傷寒。熱瘧痢洩瀉。勞膈氣反胃。鼓脹黃疸一切瘋症。

氷井水（在藍田縣玉案山、他水流入輒成氷、經夏不消、長安不藏氷、但於此地求取、）

氷井水。味甘。主解熱毒。消丹瘤。治實火眼目暴發腫痛。

飛泉（在盩厔縣東南五十里、泉味甚甘、飲者愈疾、）

飛泉水。味甘。治天行時病。冬月正傷寒春溫夏熱病。秋月暑溼瘧痢眼目赤腫。并瘤瘡癬。

浪井水（在三原縣、不鑿自成、王者道德、則水清冽而溢）

浪井水。味甘。主補益真元。消除煩渴。潤肺生津。

澤多泉（在渭南縣西十里、水味甘冽、）

澤多泉。味甘。治五臟不足。益智慧。

〇二　泉

桃花泉（在興國州南十五里、桃花尖下、桃花[illegible]中、甘美無比、里人用以造茶、味勝他處、今號曰桃花絕品、宋王琪詩云、梅雪既掃地、桃花露微紅、風從北苑來、吹入茶甌中、）

桃花泉水。味甘。主補益真元。榮養臟氣。消暑解酒。止渴生津。

九眞泉（在漢陽縣九眞山、九眞廟側、水味甘冽、）

九眞泉水。味甘。主滋榮脉絡。利肺通淋。止欬嗽。

茶泉（在蘄水縣東鳳棲山下、唐陸羽烹茶所汲、水味甘美、）

茶泉味甘。主補精神。調和臟腑。生津液。解熱渴。利小

道破五淋。

玉虹泉（在羅田縣東二里、宋何錫爾有半嶺泉鳴通古澗、千尋水瀉接狂瀾之句、）

玉虹泉水。味甘。主瀉陽養陰。抑心滋腎。止欬逆。下痰

雪岳井（在羅田縣東四十里雪岳之頂、井深數十丈、噴泉如雪、）

雪岳井水。味甘。主臟腑大熱。傷寒、陽邪傳裏。發斑黃

狂亂。大渴煩悶。

宋玉井（在承天府學泮池側、其泉清冷湛冽、異於他水）

宋玉泉水。味甘。主消痰涎。潤肺燥。涼內熱。止欬嗽。通

利小便。清解炎暑。

五泉（在京山縣橫嶺下、泉有五穴、湧如鼎沸、）

五泉水。味甘。主涼心益腎。潤燥滋陰。止口渴。去目瞖

消除煩熱。

新羅泉（在京山縣石人山下、昔有新羅僧修行於此、）

新羅泉水。味甘。主除風寒入於腦。頭眩暈時作。又治

肺火上升。面紅鼻赤。

白玉泉（在京山縣之寶香山頂、水味甘冽、）

白玉泉水。味甘。主消酒熱。治欬喘。潤心肺。涼胸膈。止

煩渴。

珍珠泉（在京山縣子陵洞中、水味甘冽、）

珍珠泉水、味甘。主長毛髮、滑肌肉。舒筋健骨。解百毒。退淫佚之火。

八角井水（在京山縣西南八十里、梁高僧演教之所、其水甘冽澄澈、異於他處）

八角井水、味甘。治肺經火盛。咳嗽吐紅、痰中有血絲血屑。

蒙惠泉（在荊門州西一里蒙山之下、北曰〔蒙〕、其水常寒、南曰〔惠〕、其水常溫、唐沈傳師詩京洛馬騣騣、塵勞日向深、蒙泉聊息駕、可以洗君心、）

〔蒙〕泉味甘、主清心明目。降火除熱。〔惠〕水味甘。主潤肺止渴。

珠玉泉（在荊門州郝石山之麓、水二派、南出珠、北出玉）

珠玉泉。味甘。主潤肺生津止渴益精神悅顏色。澤肌膚。

玉泉（在當陽縣南三十里玉泉山、郭璞遊仙詩所謂此泉潛行九萬八千里、來自西域天竺、注震旦者也、）

玉泉水。味甘。主行結氣、開通、鬱滯。蕩滌胸膈中邪氣止渴生津。治肺熱

溫泉（在應城縣西南六十里京山之巔、深淨如鑑、聞人聲則湯發、可以燖雞、李白詩云、神

女沒幽境、湯池流大川、陰陽結炎炭、造化開靈泉、地底爍朱火、沙傍歊素烟、沸珠躍明月、晈鏡涵空天、氣浮蘭草滿、色漲桃花然、散下楚王國、分澆宋玉田、獨隨朝宗願、赴海輸微涓、

溫泉水。大抵熱水、不可飲。下有硫黃。只宜洗浴以療瘡疥。

驢泉　在隨州北九十里驢泉山上、大旱不涸、山石鹵潤、牛馬經過、貪其味甘、不能去、土人云、牛馬解逸、即於此山尋之、

驢泉水。味甘微鹹。主補脾益腎。抑火消痰。牛馬飲之肥壯

醴泉水。味甘。主補精神。滋榮五臟六腑。增智慧。令人強記不忘。

小潙泉　在醴陵縣東二十里小潙山、泉峰環繞、湍流中濺、

小潙泉水。味甘。主清心抑火。養胃和中。止渴除煩。消痰利氣。

薌泉　在瀨鄉縣城中、泉香如椒蘭、釀酒殊勝、若參以他水、其味輒變、

薌泉水。味甘。主和脾益胃。補助真元。潤涸生津。除煩退熱。釀酒味極甘馨。久貯不敗

洙泉　在鄮縣境內、泉不常見、遇邑政清明、年穀豐稔、其泉淅然如米泔瀑湧、飲之可以愈

（百病、）

洣泉味甘。主補五臟、養精神、療百病、悅顏色。久飲之延年不飢。

碧雲泉（在桂陽州治圃中、水味甘冽、宜茗、）

碧雲泉水味甘。主清神思、遣睡魔、益氣調中、生津止渴。

龍山泉（在寶慶府城東八十里龍山頂上、泉如潮湧、）

龍山泉水味甘。主解酒熱、潤心胸、治喘欬痰涎。咽痿疼痛。

肺腑、止渴生津。大略與蝦蟇碚水相同。（蝦蟇碚水見前名水類內）

永慶井水（在岳州府東山絕頂、其水清洌、）

永慶井水味甘。主解酒勢。及諸丹石藥毒。止渴滋肺生津。

雲母泉（在華容縣東三十里墨山下、泉出味甘而流長、地產雲母、李華詩序云、墻壁道路、烟如列星、井泉溪澗、色皆純白是也、）

雲母泉水味甘。主除邪氣、安五臟。益精明目。止渴生津液。久飲之輕身延年。

子眞井（在平江縣梅仙山梅子眞隱處水味甘冽）

子眞井水。味甘。主涼心熱。降肺火。益精。去目睛膜翳。止渴清暑。

碧泉（在湘潭縣西南七十里、唐天寶間、石穴中泉忽湧出、色如拖藍、投物其中、色皆蒼碧宋胡安國搆碧泉書院于此、）

碧泉水。味甘。主補腎明目。醒酒。除大熱。消煩躁。止口渴

醴泉（在醴陵縣北五里陵上、泉湧如醴、其味极甘、因以名縣、縣西五里有鳳皇山、與梧桐山對峙、古老云、鳳皇非梧桐不棲、非醴泉不飲、故此三山相爲一右、）

金沙泉（在宜城縣二里、其泉造酒甘美、世稱宜城春、又稱竹葉春、梁元帝詩、宜城醖酒今朝熟、停鞭繫馬暫棲宿。溫庭筠詩宜城酒熟花覆橋。沙晴綠鴨鳴咬咬。）

金沙泉水。味甘。主補五臟。生津液。潤肺。止口渴。和脾。利胸膈。

一椀泉（在南漳縣西三百里、石上有坎、水出坎中、僅容一椀、味甚清甘、取之不竭、）

一椀泉水。味甘。主清心潤肺。解渴袪煩暑。除熱。散酒勢。

甘泉（在棗陽縣東北四十里、水出石穴中、味甘而冽、）

甘泉水。味甘。主和中補脾。益元氣利諸經。止渴除煩。

消痰降火。

靈泉（在東陽縣南五十里古靈寺傍其泉與西蜀相連昔泉上浮一木魚刻云西蜀某寺記）

靈泉水。味甘。主風虛眩冒。欬逆痰涎。惡氣攻冲。腹中疼痛。

竹泉（在松滋縣南泉水清冽宋至和初苦竹寺僧浚井得筆後黃庭堅謫黔過之視筆曰此吾蝦蟇碚所墜筆因知此泉與之相通其詩曰松滋縣西竹林寺苦竹林中甘井泉巴人謾說蝦蟇碚試裹春茶來就煎）

竹泉水。味甘。主潤五臟。悅顏色。益精神。榮肌膚。清冷

如意泉（在零陵縣福田山塔下水味甘冽）

如意泉水。味甘。主潤五臟。利六腑。止渴。滋養肌膚。和悅面容。

七勝泉（在道州東郭石穴出水）

七勝泉水。味甘。主滅除五志之火。滋充兩腎之陰。解酒熱。消煩躁。

愈泉（在彬州城中泉水清冷甘美有患疾者飲之立愈故名）

愈泉水。味甘。主傷寒。傷風。天行時病。瘧痢。霍亂。欬嗽目痛。勞瘵。鼓脹。中風。癱瘓。手足痿痺。癘風。鼻崩。眉

脫

劒泉在郴州城內康泰坊、泉自石罅中躍
沙而出、浮休居士張舜民刻銘其上、

劒泉水味甘。主祛邪氣解酒消風、除熱止渴明目。生津液。

圓泉在郴州南靈壽山石室下
陸羽茶經、品爲第十八水、

圓泉水味甘。主潤肺止渴。榮肌膚。發腠理。滋益華池開明智府

崔婆井在常德府城西三十里、宋時有道士張
虛白嘗飲酒姥崔氏、不責以償經年無
厭、乃問所欲、答以江水遠、不便于汲、道士
指舍傍隙地、堪爲掘井、不數尺得泉甘冽異
於常水、

崔婆井水味甘。主養精神。滋五臟。充百脈。利三焦、久飲令人肥白悅澤。延年不老。

萊公泉在常德府城北六十里甘泉寺中、宋寇
回、準南遷日、題于東楹曰、平仲酌此泉經此
回望北闕、黯然、未幾丁謂又過之、題于西楹
曰、謂之酌泉、禮佛而去、後范諷留詩于寺曰、
平仲酌泉回北望、謂之禮佛向南行、
烟嵐翠鎖門前路、轉使高僧厭寵榮、

萊公泉水味甘。主益腎明目開心。通神明增智慧。消酒除熱五臟煩熱脾火熾灼。多食易飢。四鼓瘦削補陰

○西江泉水

洪崖井水 在南昌府西四十里西山翠岩應聖宮之間、飛流懸注、其深無底、僧善權詩、水發香城源、度澗隨曲折、奔流兩崖腹、洶湧雙石關、怒翻銀漢浪、冷下太古雪、跳波落丹水、勢盡聲自歇、散漫歸平川、與世濯煩熱、飛梁瞰靈磨、洞視竦毛髮、連峯翳層陰、老木森羽節、洪崖古仙子、煉秀擣殘川、丹成已蟬蛻、井舊見遺烈、我亦小道山、浮杯爰清絕、攀松一舒嘯、靈風拔林千、尚想騎雪精、重來飲芳潔、

洪崖井水。味甘。主除煩熱、降肺火。涼心清胃。治欬消痰。明耳目。利小便。益智調中。寧神定志。又治驚癇邪氣狂妄之症。此水飲之。或以送下諸丸丹。及煎治湯液。

孝感泉 在豐城縣西南八十里道人山、木紹興中少卿曹戩避地寓此、其母喜茗飲、山初無井、戩乃齋戒籲天、劚地纔尺而清泉湧溢、味甚甘冽、

孝感泉水。味甘。主清心止渴潤肺生津。益氣和中。延年養老。

聖井水 在進賢縣南廿里麻姑山麻姑觀之東、冬夏如一、味甘而冽、每風月澄靜之夕、輒有步虛及鐘磬聲、

聖井水味甘。主清肝經風熱、明目去翳。目瞼淚出。止渴除

溫泉（在奉新縣西八十里九仙山其水一泓一派湧出道間往來皆得浴焉、）

温泉水。不可飲。止堪澡洗。治一切寒溼痿痺之症、及瘡瘍疥癬。

分水泉（在靖安縣東北七十里之梅崖、）

分水泉。味甘。主風邪入于肝經筋脉不遂。頭眩目昏。耳鳴火旺。

雙井水（在寧州三十里外黄山谷所居之地、土人汲以造茶、爲草茶第一、魯直送雙井茶與蘇子瞻詩云、人間風日不到處、天上玉堂森寶書、想見東坡舊居士、揮毫百斛雙明珠、我家江南摘雲腴、落磑霏霏雪不如、爲君喚起黄州夢、獨載扁舟向五湖、）

雙井水。味甘。主清神思。益五臟。利百脉。通關塞。開竅除淋。消煩止渴。

噴雪泉（在高安縣西北六十里、呂仙翁遊憇時、以劍揷地而泉噴出、）

噴雪泉水。味甘。主涼心經積熱。滋津液久枯。治頭目昏眩。痰壅欬逆。

眞君井（在上高縣西九十里萬松山法忍寺、寺初無井水、以行汲爲病、旌陽許眞君過之、拔劍揷于千山之間、水泉湧出、味極甘冽、）

眞君井水。味甘。主潤肺清心。益陰補腎。祛百疾。固眞元。久飲之。延年。

五色泉（在新昌縣西十里淨慧院、土人取而酌之、五色鮮瑩、）

五色泉水。味甘。主消煩渴。補五臟。養精神。悅顏色。久飲不飢辟穀。

聰頴泉（在新昌縣北五十里古祥山、味甘冽、相傳久飲、令人頴慧、）

聰頴泉水。味甘。主清熱止渴。潤肺滋陰。益智慧。開迷憒。

西峯井水（在饒州府南百里、唐西峯禪師以錫杖揷地而成此井、味甚甘冽雖大旱不竭、）

西峯井水。味甘。主洗滌胸膈垢膩。消胃中痰涎。利吐

目。除煩熱。消痰嗽。

乳泉（在樂平縣西四十里石研山、色白味甘如乳、）

乳泉水。味甘。主補中助胃。益血添精。寧心志。止煩渴消痰涎。降逆氣。

馬祖泉（在安仁縣東馬祖岩、其水從山巖直下、飛瀉百餘丈）

馬祖泉水。味甘。主消渴大熱。養氣和中。蕩去胃中宿垢痰涎。補益心經神衰血耗。

谷簾泉（在星子縣西三十五里、瀑廣如簾、布岩而下者、三十餘派、陸羽茶經品爲第一、味極甘美而馨、）

谷簾泉水。味甘、主潤肺清心、補中益氣、安和四體、統理百骸、止渴生津、滌煩消垢。久飲之、悅顏色、烏髭鬚、黑髮鬂。延年辟穀。陸鴻漸品爲第一

瀑布泉在星子縣西十五里匡廬山開先寺之側、桑喬山疏云、瀑布源出漢陽、方冬泉脉微弱、循崖而流、涓涓然如一綫、春夏汎濫直落霄漢間、如垂匹練、日光灼之、燦爛作黃金色、倏爲驚風所掣、則中斷不下、久之忽飄入雲際、如飛毬捲雪、迸珠散玉、頃刻萬狀、殆難以名言也、廬山之南、瀑布以十數、皆待積雨方見、惟開先之瀑不窮、掛流三四百丈、望之如懸索、水所注處、石悉成井、深幽不可測、

瀑布泉水。味甘、主補精神、益臟腑、潤燥止渴、降氣消痰、清利頭目、澤滑肌膚。久久飲之、返老還童、變白爲黑。

溫泉在建昌縣黃龍山下、其水四時常煖、以生物投之即熟、白居易詩、一眼湯泉流向東、浸泥澆艸煖無窮、驪山溫水因何事、流入金鋪玉甃中、

溫泉水。煖脾胃、和血脉。不宜常飲。止可洗浴、治諸瘡疥。

神泉在九江府南二十五里錦繡峰下、道士皇甫坦劚菴側、應手出泉、味甚甘冽、

神泉水。味甘、主消渴、身熱煩滿、口渴、利胸膈、化痰涎、久飲明目輕身。

甘泉（在德化縣南、甘泉驛之傍、泉極甘冷、飲之有餘香、）

甘泉水。味甘。主清心補脾。潤燥滋化源。益腎強陰。固虛理羸弱。

天池水（在九江府西南五十里山谷中、四時湛碧、澄泓不竭）

天池水。味甘。主潤肺經火燥。滋腸胃焦枯。治老人痰欬虛嗽。

烏石泉（在德安縣北八里烏石山之半、味甚甘冽、行者利之、）

烏石泉水。味甘。主和中降火。解暑消煩明耳目。利胸胃。

黃漿泉（在彭澤縣東南四十里黃漿山之頂、泉水瑩潔、隆冬不涸、宋黃鵬舉詩云、清泉徹底瑩無泥。喚作黃漿恐未宜。若見洞仙還寄語、佳名當換碧琉璃）

黃漿泉水。味甘。主清心潤肺。解暑消酒。令人身輕不饑。肌肉悅澤。明目益精。利小便。除淋閟。溼熱黃疸小腹滿痛。

玉壺泉（在彭澤縣南四十里石壁山、下有玉壺洞、泉流不竭、味極甘冽、宋時縣僚、祈雨山中、見石壁有題詩云、洞前流水碧如苔、洞口桃花撲面開、轉頭望斷意不斷、長嘯一聲須再來、墨迹未乾、亟追之不得）

玉壺泉水。味甘。主補五臟。安精神。益氣除熱。解渴消

暑去酒積、

生生泉（在廣信府城察院堂西、皇明餘姚翁大立記云、嘉靖丙午、予以刑部郎中、審錄江西、踰年五月至廣信、即御史臺居之、將復命、從史皆病疫、臺中有怪物、狀類狗而大、每夜分即來、來即飡廚具去、繚垣無竇、扃戶皆怫啓也、時信城大疫、民間鳴金伐鼓驅疫鬼聲徹昏曉、從史聞之、皆恐恐畏死、泣且告予、予乃肅衣冠、藏燈密室待之、夜分果來、命隸人遮擊、擊數百乃死、疫者稍解、忽夢神人語曰、君從者病、惟天乙生能治之、明日且至、明日爲六月朔也、予蚤起戒門者曰、有稱天乙生者至、毋留門、日晡無報至者、予循除散步、且疑且思、忽堂之西偏有地津津然、以物發視、至尺許、清泉湧出、寳從乾方來、若噴沬狀、飲之寒且甘、予喜曰、天乙生水、神人告我哉、遂命疫者、人飲數甌即愈、旣而城中疫者羣飲之、無不愈、乃命工採石、甃爲井、而名曰生生）

生生泉水。味甘。主傷寒、寒熱。頭目疼、骨節痛、煩渴、太熱。疫厲時行。四時不正之氣著人成病。及瘧痢霍亂。瘀厥迷悶。

巖山泉（在廣信府北巖山石甃中、味甘而冽、）

巖山泉水。味甘。主潤肺經火燥。止口渴。解暑熱。消酒積。

一滴泉（在廣信府西南數里南岩石穴中、朱晦翁詩、南岩兜率境、形勝自天成、崖雨前楹下、山雲後殿生、泉堪清病目、井可濯塵纓、五級峰頭立、何須步玉京、）

一滴泉水。味甘。主消宿酒。除煩渴。治頭風顛倒昏眩耳鳴目痛

天井水（在廣信府銅山之頂、井廣丈餘、上有倒縣石、可四五丈、如蓮花覆蓋、其水碧色、莫測淺深、春夏不增減、天欲雨井中即有自霧上騰）

天井水。味甘。主潤肺渴。生津液。涼心腎。治血枯。除熱煩狂悶不安。

氷壺泉（在鉛山縣南六十步敎場山下、泉水清冽、）

氷壺泉水。味甘。主清心胸。退實熱。益氣除煩滿。明目利小便。

石井水（在鉛山縣東北四里資聖院之後、週迴六丈、深二三丈、有岩去水二丈、三面回抱、瞰于井上、石文隱起、錯鏤垂下、如蓮花倒生、縣多膽水味澀、此水獨甘、其流晝夜涓涓不息、）

石井水。味甘。主明目。利耳竅。清心益腎。潤肺生津液除熱止欬。

石龍泉（在撫州府西南三十里、泉上有石如龍形、頭尾鱗甲皆具、泉水澄澈甘美、謝竹友有揭來龍泉上、杖屨隨沙鷗之句、）

石龍泉水。味甘。主益肝明目止目淚除風榮養陰血黑髮烏鬚。

馬蹄泉水（在撫州府西四十里、龍會山、有四穴如馬蹄、水清冽、）

馬蹄泉水。味甘。主清胸膈。滌胃腑。利小便。治淋瀝。止渴除熱。

崇仁泉（在崇仁縣西四十里崇仁山絕頂、泉水冬夏不竭、吳曾詩云、有泉日日來、但覺聲涓涓、縈紆若虵走、往注山腹田、）

崇仁泉水。味甘。主利頭目。潤心肺。定喘急。消痰涎。蕩去膈中垢膩。

伯清泉（在金谿縣東二里、泉出石穴中、味甘而冽、）

伯清泉水。味甘。主滋潤肺經燥熱。清涼臟腑燔熾。主津止渴。禱髓塡精。

石眼泉（在金谿縣東二里、水從石罅流出、味極清甘、冬夏如一、）

石眼泉水。味甘。主除勞熱欬嗽涕唾稠粘。肺癰肺痿。雲門中府隱隱作痛。

月竇泉（在金谿縣南四里翠雲山、有岩洞正圓如月、泉出其中、味特甘美、陸梭山詩云玉兔爰作泉、飲之化爲石、規圓立山趾、萬古終不息、應厭舊經躔、盈虛多闕夕、自從寄茲蹤、表表無晦蝕、光彩雖輪埋、體素得不易、神物豈終潛、早晚照九域、）

月竇泉水。味甘。主滋陰益血。潤肺生津。解暑除煩。消痰止渴。

躍馬泉（在金谿縣翠雲山、泉水涓涓、清甘味勝、曾艇齋詩云、山靈從何來、崩騰躍萬馬、初疑夫差軍、水犀光照夜、又疑鬭與戰、聲撼武安瓦、森然毛骨竦、舌拄不能下、對此神驂姿、可以一戰霸、）

躍馬泉水。味甘、主除嘔吐霍亂、利下裏急。窘迫不快寒熱鬼瘧。

試茗泉（在金谿縣翠雲山、味清冽而甘、頗爲諸泉之勝、王安石詩云、此泉地何偏、陸羽未曾閱、坻沙光散射、竇乳甘潛洩、靈山不可見、嘉卉何由掇、但有夢中人、相隨掬明月、）

試茗泉水。味甘。主清心家火熱、消膈上稠痰。止渴解酒、祛炎潤肺。

玉斧泉（在金谿縣南塗黃嶺下、宋提刑鄒極罷別墅于其傍、時有道人、自稱姓呂、求飯索酒、飲酣假枕、公以珊瑚枕與之、戲擲地而碎、袖往井中浣濯復完、隨于井上書玉斧泉三字、人于井上頓足則起二泡、合成呂字、又傳洞賓于郝壁間、畫一圓圈、徑不滿寸、樓閣女樂皆具焉、洞賓躍入圖、亦漸褪、夫人急以衣裾印之、遂成一圖、子孫世藏于家、）

玉斧泉水。味甘。主潤肺止渴。除熱保神。久飲。辟穀不飢延年。

鼇頭泉（在金谿縣治前鼇頭山、其山下瞰溪流、如靈鼇赴海之狀、泉當山之腰、涓流不竭、味甘而冽、）

鼇頭泉水。味甘。主清心益胃利五臟。調諸氣。降各經

火邪。

玉女盆水（在建昌府東十里芙蓉山之頂上有磐石、週迴十數尺、盆深僅咫泉湧味甘、寒、暑不竭、）

玉女盆水。味甘。主補五臟六腑益精神血脈。潤燥生津。利痰治欬。

丹泉（在建昌府西三谷石穴內、丹砂中流出、）

丹泉水。味甘。主鎮心神。除驚狂。涼煩熱。悅顏耐老。久飲。返邁成童。

神功泉（在建昌府麻姑山三峽橋、泉出石隙中、味極甘冽、取以釀酒即麻姑酒也、故老相傳、先年泉出如酒、色微紅、飲之醉人、想爲諸仙丹液、後人以穢器取之、色變味淡、然比他水尤勝絕、）

神功泉水。味甘。主補五臟六腑。榮養肌肉血脈。生精神。治五勞七傷。久飲。輕身不老。延年辟穀役使鬼神。飛行羽化。

乳泉（在廣昌縣西北七十里聖栖岩、泉水甘冽宜于烹瀹、古詩云、妙哉雙古乳、玉液清涓涓、攀蘿躡石磴、一飲消煩煎、）

乳泉水。味甘。主潤肺除熱。生津止渴。益精神。通脉絡利耳目。悅顏色。

靈泉在廣昌縣東北二十里寶陀岩、疫者得桮勺輒愈、國朝冡宰何文淵詩云、仙人西方來、手持白玉斧、劈開蒼石岩、雲煙互吞吐、高空千餘丈、深闊五十步、四時總是秋、六月不知暑、清泉繞石澗、香風繞牕戶、雲移樹影斜、花落雞唱午、龍歸月正圓、犬吠天欲曙、山搖覺撞鐘、林響初擊鼓、天台與蓬島、未必能勝此、來遊住三日、酷愛神仙府、題詩鐫石壁、記我爲岩主、

靈泉水。味甘。主清心火。除肝經風熱。明目。退翳。治溫疫頭疼大熱。

佛面泉在廣昌縣[illegible]里、從石壁中湧出潔白如乳泡沫皆肖佛面、

佛面泉水。味甘。主清肺除熱。益五臟。消宿酒解暑毒津液。消煩渴。

鳴玉泉在金谿縣翠雲山、泉聲淙淙如鳴珮璫北列謝邁詩云、山路秋陽何赫赫、山亭淒涼多秋色、豈惟醉耳玉琮琤、照眼寒光如練白、舊聞瀑布垂雲間、恍疑銀河墮天闕、西望香爐不得往、箇中元有小廬山、

鳴玉泉水。味甘。主涼心膈。益肌肉。保肺氣。去面上䵟䵳。好顏色。

黃蜂泉在金谿縣西三十里、寬不盈畝、而泉脉星燦、多于蜂房、味甘宜飲、

黃蜂泉水。味甘。主益脾胃。養肝血。止嘔逆。明目。去目中障翳。

府治泉（在吉安府治垣壁中石隙流出其源來自安福、味極甘美、宜于烹瀹、爲郡中第一、元時監郡者、增培府治基址、泉遂涸焉、國初莫已知爲守、夷平之、泉湧如噴珠、）

府治泉水。味甘。主補益精神。滋榮臟腑。除燥熱。止煩渴。

東坡井水（在廬陵縣米巷、相傳東坡遊清都曰、此地好開井、市人隨指處浚鑿、得泉甚甘冽、）

東坡井水。味甘。主清胸膈涼三焦。降有餘之火邪。滋不足之眞水。

觀山泉（在泰和縣觀山、從石穴中湧出、冬夏不竭、味甚甘冷、黃魯直有觀山千尺夜泉寒之句、）

觀山泉水。味甘。主清肺除熱。利竅通淋。開心益智。止渴生津液。

玉溪泉（在泰和縣西五十里、傳擔山經頂、凡四十八竅而合爲一者、又名六八泉、味極清冽、）

玉溪泉水。味甘。治傷寒瘟疫大熱。口渴煩悶。胸膈痞滿噫氣吞酸。

聖嶺泉（在永豐南二十里聖嶺之巔、深闊丈餘、大旱不涸、每風雨晦冥、見有金鴨出沒其中、）

聖嶺泉水。味甘。主五臟邪氣。腸胃痼熱。心胷浮熱。消渴。利小便。

醴泉（在永豐縣南百六十里、宋楊仙師所居之地、土人艱于行汲、師以拄杖卓地、水湧出如醴、）

醴泉水。味甘。主補中益氣。安和臟腑。悅顏。耐老。延年不飢。

龍洞泉（在龍泉縣西北五十里蓬萊嶺、泉水直垂百仞、味極甘冽、）

洞泉水。味甘。主治中風。風邪。頭目腦角痛。手足拘心。不能動。

聰明泉（在永新縣二十里外義山下、水出石中、甘冽宜茗、宋劉沆詩云、義山之下有靈泉、泉號聰明自古傳、四百年中三出相、不才何幸繼前賢、）

聰明泉水。味甘。主補元氣。滋腎陰。開達心孔。益人智慧。

漿山泉（在永寧縣西三十里、漿山之頂、味甚甘冽、）

漿山泉水。味甘。主和脾胃。補不足。除熱。止渴。利肺。寧志。扶衰養老。

仙井水（在永寧縣南鄭溪、相傳此地苦無井、是呂仙經此、取椀覆米于地、指日七日後當得泉、如期啓椀上陷而水湧、味甚甘、）

仙井水。味甘。主消煩熱。益精神。多睡而能醒。少睡而能寐。

醴乳泉（在新喻縣西三十里、黃山谷嘗過此、飲而甘之曰、惜張又新陸鴻漸輩不及知也、因題其傍石柱曰醴乳、）

醴乳泉水。味甘。主補益精神。滋充百脉。安五臟。利三焦。

白乳泉（在峽江縣南四十里玉笥山、）

白乳泉水。主養老人。血液衰。大便秘澀。上冲胃脘。食不納。

宜春泉（在宜春縣側、從地湧出、夏涼冬溫、澄碧如鑑、瑩媚如春、味極甘冽、飲之宜人、故以名縣、）

宜春泉水。味甘。主和脾胃。潤三焦。益五臟。悅顏色。延年耐老。清熱止口渴。明目利小便。滑澤肌膚。返白還黑。

磐石泉（在宜春縣江心、有石如枰、大可五尺、平坦可憩、遊者每至此、酌水爲樂、宋黃叔萬詩云、離火自天爍、溫泉山地生、我來須曉汲、聊用濯塵纓、）

磐石泉水。味甘。主消煩渴。清暑熱。潤肺生津。蠲痰止欬。

神泉（在分宜縣南二里鈐岡、泉水可以愈疾、唐張景修有江抱羅村盤玉帶、池開石井湧銀濤之句、）

神泉水。味甘。主辟癘氣。治傷寒、時疫噎膈反胃。霍亂吐逆。

廉泉（在贛縣東南隅光孝寺、宋元嘉中、一夕忽湧地爲泉、時以歸功太守、故名、蘇子瞻詩云、水性故自清、不清或撓之、君看此廉泉、五色爛摩尼、廉者爲我廉、何以此名爲、又云、贛水雨已湧、廉泉春未流、同烹貢茗雪、一洗瘴茅秋、）

廉泉水。味甘。主清涼藏腑。蕩滌垢膩。止口渴。祛炎暑消煩煎。

甘酸泉（在雩都縣東紫陽觀內、泉水甘酸、間日一易味、甘日汲以釀酒、特美、宋洪邁四言詩云、毖彼甘泉、出自東方、發源雩山、鍾于紫陽、水清玉潔、源深流長、君子至止、鑑亦有光、挹之不竭、漱玉流芳、）

甘酸泉水。主養脾胃。充肌肉。益肝膽。榮筋脉爪甲、黑鬚髮。取以釀酒、最佳。

葛仙泉（在興國縣西北二里、治平觀外、井深三十餘尺、底有亘石、泉從竅中湧出、味特甘美殊勝、）

葛仙泉水。味甘。主益精神。補五藏。滋榮血脉。却疾延年。

玉珠泉水。味甘。主潤肺消煩熱滋陰退虛火。生津液。

玉珠泉（在興國縣東十五里靈山之麓、其味清洌、冬、夏如一、）

解暑渴。

仁峰泉（在會昌縣西百里仁峯石室內、冬、夏不涸、飲之可以愈疾、）

仁峰泉水。味甘。主治風邪中人。偏枯癱瘓。口眼喎邪。四肢不舉。傷寒時氣。瘧痢吐下。

陸公泉（在瑞金縣西南一里、宋大觀中、縣尹陸蘊、搜尋勝跡、得唐人陸藻軒前山色依然綠、溜下泉聲漱玉寒之句、因于石竇間浚得此水、故以其姓名泉也、）

陸公泉水。味甘。主涼三焦火熱。潤肺經燥涸。生津液。止煩渴。

飛錫泉（在瑞金縣北二十五里靈應山、寺初艱于汲水、有禪僧飛錫東行、泉如雲湧、）

飛錫泉水。味甘。主補元氣。明耳目。益精髓。壯筋骨。澤肌膚。悅顏色。

石龜泉（在南安府城西北隈寶界寺法堂之後、初掘井及泉、下有石龜、水從龜自而出、烹瀹最佳、）

石龜泉水。味甘。主滋腎益陰。明目補精。消煩熱。退虛火。

上徙泉（在南安府東南二里、東山、苦于汲、有僧性定者、以符咒之曰、泉且上來、與老僧

（徙鉢、逾時、香積傍石竇出泉甚甘冽、）

上徙泉水。味甘。主和氣血。充腸胃。調脉絡。止渴生津。消煩清暑。

點石泉（在南安府庾嶺上、唐六祖大鑒禪師、自黃梅傳衣鉢回曹溪、五百僧爭之、追至大庾嶺、久立告渴、祖拈錫杖點石、泉湧清冷甘美、衆駭而退、）

點石泉水。味甘。主清心潤肺。利六府。明耳目。止渴生液。

九眼泉（在南安府治之東、相去七十步、井深而水冽、石其底、如盤而九竅、涓涓無已、春夏不窮、）

九眼泉水。味甘。主消痰涎。定喘急。去垢膩。滌邪穢。清熱解暑。

玉字井水（在大庾縣東南隅、玉字街、味甚甘美、）

玉字井水。味甘。主除熱明目。清痰抑火。解酒毒。止消渴。

○巴蜀諸泉

三昧泉（在彭縣西三十里至德山、泉自石竇噴洌、方大如斗、不竭不溢、相傳即知玄國師洗人面瘡之處、至今疾者澆之多效、○附水懺序、昔唐懿宗朝、有悟達國師知玄者、未顯時、嘗與一僧邂逅於京師、忘其所寓之地、其僧乃患迦摩羅疾、衆皆惡之、獨知玄與之

爲鄰、時時顧問、畧無厭色、因分袂、其僧感其風義、祝之曰、子向後有難、可往西蜀彭州茶隴相、尋山有二松爲誌、後悟達國師居安國寺、道德昭著、懿宗親臨法席、賜沈香爲法座、恩渥甚厚、自爾忽生人面瘡於膝上、眉目口齒俱備、每以飲食餧之、則開口吞啖、與人無異、徧召名醫、皆拱手默默、因記昔日同住僧之語、竟入山相尋、值天色已晚、彷徨四顧、乃見二松於煙雲間、信期約之不誣、即趨其所、崇樓廣殿、金碧交輝、其僧立於門首、顧接甚歡、因留宿、遂以所苦告之、彼云無傷也、巖下有泉、明旦濯之即愈、詰明童子引至泉所、方掬水間、其人面瘡遂大呼、未可洗、公識達深遠、考究古今、曾讀西漢書袁盎晁錯傳否、曰曾讀、既曾讀之、寧不知袁盎殺晁錯乎、公即袁盎、吾即晁錯也、錯腰斬東市、其寃爲何如哉、累世求報于公、而公十世爲高僧、戒律精嚴、報不得其便、今汝受人主寵遇、過奢名利心起、於德有損、故能害之、今蒙迦諾迦尊者洗我以三昧法水、自此以往、不復與汝爲寃矣、悟達聞之、凜然、兢不任體、連忙掬水洗之、其痛徹髓、絕而復甦、覺來其瘡不見、乃知聖賢溷跡、非凡情所測、再欲瞻敬、回顧寺宇、不可復見、因卓菴其所、遂成招提、迨我宋朝至道中、賜名至德禪寺、悟達當時感其殊異、深思積世之寃、非遇聖人、何由得釋、因述爲懺法、朝夕禮誦、後傳布天下、今之懺文三卷者、乃斯文也、蓋取三昧水洗寃業爲義、命名曰水懺、此悟達感迦諾迦之異應、

正名立義、報本而爲之云耳、

三昧泉。味甘。主治一切痼疾醫藥難痊。寃愆沉著之病、澆洗奇惡諸瘡。

牛跑泉 在灌縣青城山老君觀內、味甚甘美、昔老子與天皇眞人會眞之所、老子所騎

（青牛跑地出泉也、）

牛跑泉水。味甘。主潤燥生津。益精補腎。久飲延年。辟穀不飢、

林泉（在新津縣南里許脩覺寺、左右各有一井、春夏汲東、秋冬汲西、味斯甘冽殊勝、反之便不佳矣、）

林泉水。味甘。主清心火。治肺熱。益胃氣。除煩解暑。利竅通淋。

麗甘泉（在仁壽縣南一里麗甘山下、是十二玉女故迹、以玉女美麗、泉水味甘、合而名其山、）

麗甘泉水。味甘。主補五臟六腑。退三焦火熱。潤喉吻。益智慧。

靈泉（在仁壽縣靈泉院中、一名譚子池、宋進士郭周藩詩述之甚悉、靈泉在山頭、酌之不盈危、試詢陵陽叟、云何譚子池、一叟爲我言、郡有譚叔皮、在唐開元末、生兒名阿宜、墜地解言笑、九歲森髯髭、不食且不飲、超然忘渴飢、十五鋭行走、夐若神駒馳、二十入山林、人莫知所之、父母念不泯、鄉人爲立祠、大曆元年春、此兒忽來歸、頭簪鳳凰冠、身着霓裳衣、每拜洵父母、一吐心中詞、兒乃仙子流、塵市不可羈、鄉人意雖厚、立祠將焉爲、妖魅一朝據、作崇無休期、急爲告鄉人、毀之勿遲遲、祠下多金藏、不知使何時、盡取濟不給、幸勿藏於私、言訖郎辭去、仙袂風披披、於焉撤祠宇、突兀成平夷、果獲千黄金、貧匱得所資、金盡

（泉繼湧、泓若青琉璃、不滿亦不涸、旱潦恆若斯、禱之立有應、翁如塤協篪、由來羽化人、出處同鬱儀、去今數百載、跡在名還垂、）

靈泉水、味甘。主傷寒邪熱、煩燥不安。發狂奔走、踰垣上屋。飲數杯愈。又治目赤疼痛、昏蒙障膜、及肺燥咳渴。

灉陽井水（在德陽縣東關內、晉太康初、許眞君遜爲旌陽令、浴丹於此、其水清冽、暑月飲之最宜、牛倚江崖、漲減不崩、）

灉陽井水、味甘。主消肺渴、滑肌膚、好顏色、祛炎暑、久飲延年駐景。

神泉（在安縣西三十里、泉有十四穴、甘香異常、飲之能瘥瘧痢疾、）

神泉水、味甘。主中風痿痺、筋攣跛急、厲風、手足廢壞、臟脹、吐血、勞瘵、時行目痛、焮赤發腫。

靈液（一名天池、在江油縣天池山、山高九十二丈、池在其巔、周迴二十三步、味極清冽、春夏如一、）

靈液水、味甘。主補肺金不足、腎臟虧乏、陰火上騰、身熱骨細。

甘泉（在石泉縣北二里、極清徹甘美、）

甘泉水、味甘。主清三焦、補五臟、益精氣、除大熱、和中

止渴。

卓錫泉（在閬中縣繖蓋山、高僧羅什住此、初苦無水、僧以杖卬岩、泉水湧出、）

卓錫泉水。味甘。主解暑氣。去丹瘤熱毒。潤肺燥。止口渴。

鼈靈泉（在閬中縣東北十里鼈靈山之頂、味甚清冽、）

鼈靈泉水。味甘。主好色人陰虛腎竭精流不禁白濁遺溺。

君子泉（在巴州東四十里、從岩石中流出、味甚甘冽、）

君子泉水。味甘。飲之令人在朝有忠直之猷。在野有隱逸之志。雖庸衆飲之。亦可少祛俗慮。

報國靈泉（在劒州劒閣之側、唐僖宗巡幸至此、有疾飲之即愈、故名、劒南詩藁有瀝瀝珠璣翠壁間昔年曾得奉龍顏之句、）

報國靈泉水。味甘。主風寒邪氣頭痛煩滿。暑氣侵著成瘧。

蘇公泉（在潼川州東三里普惠寺中、味甘而潔、昔老蘇好飲此水、故名、）

蘇公泉水。味甘。主消煩熱。潤枯槁。生津液。解口渴。升陰降陽。爕理元氣。

飛龍泉（在鹽亭縣負戴山、水色清冷、味極甘冽、有璚漿之美譽、）

飛龍泉水。味甘。主補五臟六腑。益精神。止渴生津。除煩解暑。

破石井水（在安岳縣西、乃一巨石、破而得水、味甚甘冽、）

破石井水。味甘。主清暑邪。解酒毒。及丹疹赤斑一切熱毒。

金釵泉（在江津縣西周溪上砂磧中、淺水一泓周五六尺、有金釵影映于水際、異物志云、在昔天旱、水泉皆涸、有周姓婦孝其姑、姑病渴思得甘泉、其婦徬徨、至周陽山下、遇一叟曰、能與吾釵、則泉可得、婦拔釵授之、墜于地而泉出、）

金釵泉水。味甘。主益老人。滋津液。助血氣。止口渴。消

煩熱。

玉版泉（在銅梁縣南十五里巴岳山上、味甘冽而不窮、相傳昔人斵井得玉版、）

玉版泉水。味甘。主滋養血氣。充調脉絡。止消渴。定痰喘。

孔子泉（在巫山縣東北三百步石穴中流出、清冷甘美、迥異他水、其傍居民童子率能書、王梅溪詩、巫山孔子泉、可飲仍可祈、泉傍人幾家、聰慧多奇兒、）

孔子泉水。味甘。治煩渴心火上炎。久飲。令人開心益智。聰慧能詩書。

噴霧泉（在梁山縣東二十里蟠龍山、山下有二石龍、首尾相蟠、泉出其傍、懸岩二百餘）

（丈、噴薄如霧、張無盡留題云、水味甘腴、偏宜煮茗、非陸羽莫能辨、范石湖以爲天下瀑布第一、古詩有云、人言此地無六月、呼取大斗酌甘潔、一顱令君塵累袪、再顱令君消內熱、昔人極言泉之佳美、已見於辭矣、）

噴霧泉水。味甘。主潤肺燥。抑心火。益精元。榮血脉。止渴生津。消煩退熱。

寒泉（在梁山縣西十里許西龍塡、味甘而冽、）

寒泉水。味甘。主涼臟腑。滋灌三焦。生津液以制亢陽。助眞陰而消煩熱。

甘和泉（在開縣西北里許盛山蓮臺之傍、味甘色白宜茗、）

甘和泉水。味甘。主益脾胃。固眞元。生津液。止口渴。治口淡怔忡。

安樂泉（在叙州府南門外一里、宋黃山谷品其水爲第一。又作泉頌、引云、鎖江安樂泉爲僰道第一、姚君玉取以釀酒、甚清而可口、飮之令人安樂、故爲作頌、姚子雪麯杯色爭玉、得湯郁郁、白雲生谷、清而不薄、厚而不濁、甘而不噦、辛而不螫、）

安樂泉水。味甘。主補五臟。安精神。生津液。塡骨髓。久飮令人四體安和。忘憂喜樂

滴乳泉（在瀘州城西眞如寺石崖中流出、味甚甘、黃山谷大書滴乳泉三字、其集中亦云瀘州大雲寺西偏崖石上有甘泉滴瀝而下、一州泉味、皆不及也、）

滴乳泉水。味甘。主補益臟腑。充實三焦。榮血分。滋陰

水。

三泉（在瀘州寶山嵌岩間、昔王大過鑿山濬泉、泉味甘冽、榜以茲名、）

三泉水。味甘。主潤肺寧心。安神益氣。助精髓。生津液。除煩暑。解口渴。

釀泉（在嘉定州城東東岩之半、味甘冽宜釀、蘇子瞻有一時付與東岩酒之句、）

釀泉水。味甘。主悅神怡志。健胃平[illegible]、釀醞用之甘香。妙勝他水數倍。少飲便覺微暈生春。精神健旺。蜀西川佳水也。

醴泉（在眉州城西八里醴泉山八角井中、甘香如醴、）

醴泉水。味甘。主清冷內熱。滋潤燥涸。益精神。和榮衛。止渴生津液。延年養老人。

老翁泉（在眉州蟇頤山東二十里、蘇明允嘉祐集云、十數年前月夜、有一老翁蒼頭白髮、偃息泉上、就之則隱而入于泉、洵槩以石、建亭覆之、而爲之銘曰、山起東北、翼爲南西、涓涓斯泉、溢溢以瀰斂以爲井、可飲萬夫、里無斯人、將此爲誰、山空寂寥、或嘯而嘻、更千萬年、自潔自好、誰其知之、乃訖遇我、惟我與爾、將遂不泯、無竭無濁、以永千祀、梅聖俞寄蘇明允詩、泉上有老人、隱見不可常、蘇子居其間、飲水樂未央、淵中必有魚、與子自徜徉、淵中苟無魚、子特翫滄浪、日月不知老、家有雛鳳凰、百鳥戢羽翼、不滯彼泉傍、）

老翁泉水味甘。主補元氣。益精神。調胃和中。消煩止渴。潤肺燥。蠲痰欬。悅顏色。返老成童。久飲之壽過期頤之外。

天池水（在奉節縣巫山之間、浸可千頃、杜甫詩云、天池馬不到、嵐壁鳥纔通、百頃青雲杪、層波白石中、鬱紆騰秀氣、蕭瑟浸寒空、直對巫山出、兼疑夏禹功、魚龍開闢有、菱芡古今同、飄零神女雨、續斷楚王風、聞道奔雷黑、初看浴日紅、九秋驚雁序、萬里狎漁翁、更是無人處、誅茅任薄躬、）

天池水。味甘。主補五臟六腑。養肝明目。上焦虛熱。眩冒時作。治山嵐邪瘧鬼疰蠱氣。久飲之。延年不飢、輕身羽化

玉泉坎水（在青神縣中岩、黃山谷銘之、有蜀中百泉莫與比甘之句、）

玉坎泉水。味甘。主補胃和中。寧心潤肺。止煩渴。祛炎暑。

虎劈泉（在大邑縣西八十里鳳皇山、唐邦輿道人結菴于此、有虎爲之劈地而泉出、澄潔甘冷、異于他水、）

虎劈泉水、味甘、主邪祟爲　禍鬼疰洗著。心腹痛。乍寒乍熱。山嵐瘴疾。小兒驚啼、癲癇痙痓。大人痛風。周身走注、

甘露井水（在雅州蒙山、山有五頂、其最高者、名上清峯、井居其巔、水極甘冽、飲之可以療疾、）

甘露井水。味甘。主治傷風傷寒。頭痛發熱燥渴。煩悶狂亂。

永泉（在四川邊境松潘衛東南五里金蓬山、國朝正統初、都督李安以劍斫岩而得二水、亦名文武水、）

永泉水。味甘。主清熱潤肺。解暑氣。消酒渴。明目益肝補腎虛。利腰膝。

玻璃泉（在四川邊境疊溪衛城下、岩石空洞、泉一其傍、冬、夏淵然、味、甘而冽、）

玻璃泉水。味甘。主清心抑火。明目去瞖。止欬嗽。消煩渴。

溫泉（在四川邊境越巂衛東百二十里、泉水四時皆煖、可以療疾、）

溫泉水。止可澡浴。治寒溼痹痛。四肢筋攣緩縱。及瘡疥諸癬。不宜飲。

食物本草卷之三

中华古籍保护