

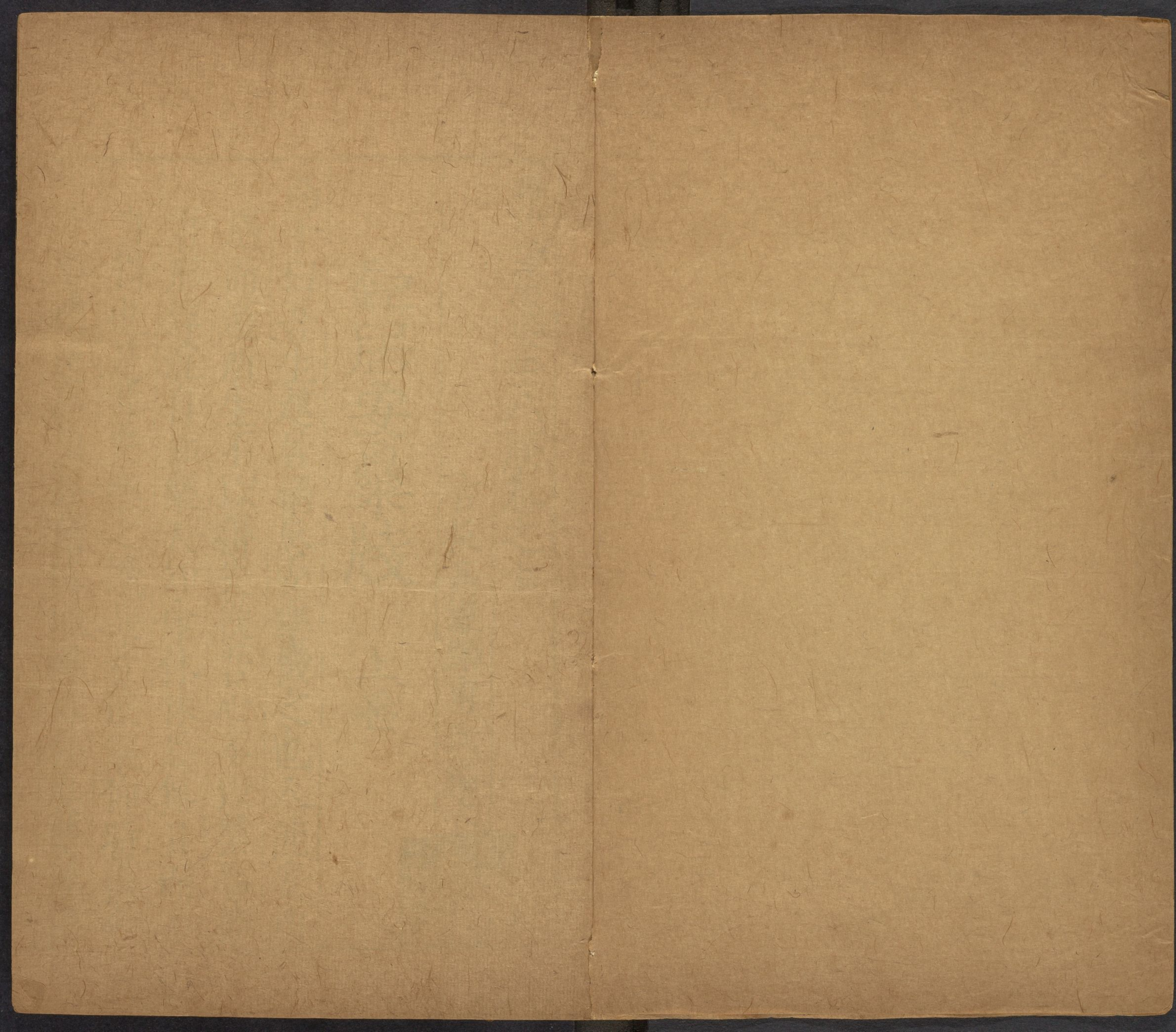
尊
生
八
牋

CHINESE-JAPANESE COLLECTION
HARVARD COLLEGE LIBRARY
FROM HARVARD-YENCHING
MAY 14 1932

4
T
CHL 7312/0233

四
本

起
居
安
樂
牋



雅尚齋遵生八牋卷之七

古杭高濂深甫



起居安臬牋

上卷

高子曰吾生起居禍患安樂機之也人能安所
遇而遵所生不以得失役吾心不以榮辱勞
吾形浮沉自如樂天知命休休焉無日而不
自得也是非安樂之機哉若彼偃仰時尚奔
走要塗逸夢想於燕韓馳神魂於吳楚遂使

當食忘味當卧忘寢不知養生有方日用有
忌毒形盡心枕戈蹈刃禍患之機乘之矣可
不知所戒哉余故曰知恬逸自足者爲得安
樂本審居室安處者爲得安樂窩保晨昏怡
養者爲得安樂法閑溪山逸遊者爲得安樂
歡識三才避忌者爲得安樂戒嚴賓朋交接
者爲得安樂助加之內養得術丹藥効靈耄
耄期願坐躋上壽又何難哉錄古成說間附
己意爲編牋曰起居安樂

恬逸自足條

序古名論

羅雀林曰唐子西詩云山靜似太古日長如小
年余家深山之中每春夏之交蒼蘚盈堦落
花滿徑門無剝啄松影參差禽聲上下午睡
初足旋汲山泉拾松枝煮茗茗啜之隨意讀
周易國風左氏傳離騷太史公書及陶杜詩
韓蘇文數篇從容步山徑撫松竹與麝犢共
偃息於長林豐草間坐弄流泉漱齒濯足既

歸竹牕下則山妻稚子作筍蕨供麥飯欣然
 一飽弄筆牕間隨大小作數十字展所藏法
 帖筆蹟盡卷縱觀之興到則吟小詩或草王
 露一兩段再烹茗一杯出步溪邊邂逅園
 翁溪友問桑麻說秔稻量晴校雨探節數時
 相與劇談一餉歸而倚杖柴門之下則夕陽
 在山紫綠萬狀變幻頃刻恍可人目牛背笛
 聲兩兩來歸而月印前溪矣味子西此句可
 謂妙絕然此句妙矣識其妙者蓋少彼牽黃

臂蒼馳獵於聲利之場者但見滾滾馬頭塵
 匆匆駒隙影耳烏知此句之妙哉人能真知
 此妙則東坡所謂無事此靜坐一日是兩日
 若活七十年便是百四十所得不已多乎
 延叔堅曰吾昧爽櫛梳坐於客堂朝則誦義文
 之易虞夏之書歷公口之典禮覽仲尼之春
 秋夕則逍遙內階詠詩南軒百家衆氏投閒
 而作洋洋乎其盈耳煥爛乎其溢目紛紛欣
 兮其獨樂也當此之時不知天之為蓋地之

爲輿不知世之有人已之有軀雖漸離擊筑
傍若無人高鳳讀書不知暴雨方之於吾未
是况也

仲長統曰凡遊帝王之門者欲以立身揚名耳
而名不常存人生易滅優游偃仰可以自娛
欲一居清曠以樂其志論之曰使居有良田
廣宅背山臨流溝池環市竹木周布場圃築
前果園樹後舟車足以代步涉之難使令足
以息四體之役養親有兼珍之膳妻孥無苦

身之勞良朋萃至則陳酒肴以娛之嘉時
日則烹羔豚以奉之躊躇畦苑遊戲平林濯
清泉追涼風釣遊鯉弋高鴻風於舞雩之下
詠歸高堂之上安神閨房思老氏之玄虛呼
吸精和求至人之彷彿與達者數子論道講
書俯仰二儀錯綜人物彈南風之雅操發清
商之妙曲逍遙一世之上睥睨天地之間不
受當時之責永保性命之期如是則可以凌
霄漢出宇宙之外矣豈羨夫入帝王之門哉

秦子敕曰昔堯優許由非不弘也洗其兩耳楚
聘莊周非不廣也執竿不顧得曝背隴畝之
中誦顏氏之簞瓢詠原憲之蓬戶時翱翔於
林澤與沮溺為等儔聽玄猿之悲吟察鶴鳴
於九臯身安為樂無憂為福處空虛之名居
不靈之龜知我者希則我貴矣斯乃得志之
秋何困苦之戚也邪

王右軍既去官與東上人士營山水弋釣之娛
又與道士許邁共脩服食徧採名藥不遠千

里游東土中諸郡名山泛滄海歎曰我卒當

以樂死

陶元亮曰少學琴書偶愛閑靜開卷有得便欣
然忘食見樹交蔭時鳥變聲亦復歡然有喜
常言五六月中北牕下卧遇涼風暫至自謂
羲皇上人

陶弘景愛山水每經澗谷必坐卧其間吟咏盤
桓不能已已謂門人曰吾見朱門廣廈雖識
其華樂而無欲往之心望高巖瞰大澤雖知

此難立恒欲就之且永明中求祿得輒差舛
若不爾豈得爲今日之事豈惟身有仙相亦
緣勢使之然

蕭大園曰留侯追踪於赤松陶朱成術於辛文
良有况乎智不逸群行不高物而欲辛苦一
生何其僻也豈如知足知止蕭然無累北山
之北棄絕人間南山之南超踰世網面脩原
而帶流水倚郊甸而枕平臯築鳩舍於叢林
構環堵於幽薄近瞻烟霧遠睇風雲藉織草

以蔭長松結幽蘭而援芳桂仰翺禽於百仞
俯泳鱗於千尋果園在後開牕以卧花卉蔬
圃居前坐簷而看灌畝二頃以供饘粥十畝
以給絲麻侍兒三五可充絰織家僮數四足
代耕耘沽酪牧羊協潘生之志畜鷄種黍應
莊叟之言獲菽尋汜氏之書露葵徵尹君之
錄烹羔豚而介春酒迎伏臘而俟歲時披良
書探至蹟歌纂纂唱鳴鳴可以娛神可以散
慮有朋自遠揚摧古今田畷相過劇談稼穡

斯亦足矣樂不可支未保性命何畏憂責
王摩詰雅喜奉佛居常蔬食不茹葷血得宋之
問藍田別墅在輞口輞水周於舍下竹洲花
塢與道友裴迪浮舟往來彈琴賦詩嘯詠終
日在京師日飯數十名僧以玄譚爲樂齋中
無所有唯茶鐺酒臼經案繩牀而已

樂天云洛城內外六七十里間凡觀寺丘墅有
泉石花竹者靡不游人家有美酒鳴琴者靡
不過有圖書歌舞者靡不觀自居守洛川洎

布衣家以宴遊召者亦時時往每良辰美景
或雪朝月夕好事者相過必爲之先拂酒壘
次開篋詩酒酬乃自援琴操宮聲弄秋思一
遍

樂天廬山草堂記云堂中設木榻四素屏二漆
琴一張儒道佛書各數卷樂天既來爲主仰
觀山俯聽泉傍睨竹樹雲石自辰及酉應接
不暇俄而物誘氣隨外適內和一宿體寧再
宿心恬三宿後頽然嗒然不知其然而然矣

醉吟先生宦遊三十載將退居洛下所居有池五六畝竹數千竿喬木數千株臺榭舟船具體而微與嵩山僧如滿爲空門友平泉客韋楚爲山水友彭城劉夢得爲詩友皇甫朗之爲酒友每一相遇欣然忘歸

蘇子美答韓持國曰比伏臘稍足居室稍寬無應接奔走之勞耳目清曠不設機關以待人心安閒而體舒放三商而眠高春而起靜院明牕羅列圖史琴樽以自娛有興則汎小舟

出盤間二門吟嘯覽古於江山之間渚茶野釀足以消憂尊鱸稻鱸足以適口又多高僧隱君子佛廟絕勝家有林園珍花奇石曲池高臺魚鳥留連不覺日暮

阮孝緒著高隱傳言行超逸名氏勿傳爲上品始終不耗名姓可錄爲中品掛冠人世棲心塵表爲下品

歸去來兮田園將蕪胡不歸旣自以心爲形役奚惆悵而獨悲悟已往之不諫知來者之可

追寔迷途其未遠覺今是而昨非舟遥遥以
輕颺風飄飄而吹衣問征夫以前路悵晨光
之熹微日欲暮也乃瞻衡宇載欣載奔僮僕歡迎
稚子候門三逕就荒松菊猶存携幼入室有
酒盈罇引壺觴以自酌眄庭柯以怡顏倚南
牕以寄傲審容膝之易安園日涉以成趣門
雖設而常關策扶老以流憩時矯首而遐觀
雲無心以出岫鳥倦飛而知還景翳翳以將
入撫孤松而盤桓歸去來兮請息交以絕游

世與我而相違復駕言兮焉求悅親戚之情
話樂琴書以消憂農人告余以春及將有事
於西疇或命中車或棹孤舟既窈窕以尋壑
亦崎嶇而經丘木欣欣以向榮泉涓涓而始
流善萬物之得時感吾生之行休已矣乎寓
形宇內復幾時曷不委心任去留胡爲乎遑
遑欲何之富貴非吾願帝鄉不可期懷良
辰以孤往或植杖而耘耔登東臯以舒嘯臨
清流而賦詩聊乘化以歸盡樂天命復奚疑

太醫孫景初自號四休居士山谷問其說四休
答曰蠶茶淡飯飽卽休補破遮寒煖卽休三
一平四滿過卽休不貪不妬老卽休山谷曰此
安樂法也少欲者不伐之家也知足者極樂
之國也四休家有三畝園花木鬱鬱客來煮
茗談上都貴游人間可喜事或茗寒酒冷賓
主相忘其居與余相望暇則步草徑相尋作
小詩遺家僮歌之以侑酒茗詩曰大醫診得
人間病安樂延年萬事休又曰無求不着着

人面有酒可以留人嬉欲知四休安樂法
取山谷老人詩

山谷四印云我提養生之四印居家所有更贈
君百戰百勝不如一忍萬言萬當不如一默
無可揀擇眼界平不藏秋毫心地直我肱三
折得此醫自覺兩踵生光輝蒲團日靜鳥吟
時爐薰一炷試觀之四休四印老少富貧無
量無邊普同供養

倪正父鋤經堂述五事靜坐第一觀書第二看

山水花木第三與良朋講論第四教子弟讀書第五

齊齋十樂云讀義理書學法帖字澄心靜坐益友清談小酌半醺澆花種竹聽琴玩鶴焚香煎茶登城觀山寓意奕棋十者之外雖有他樂吾不易矣

邵康節吟曰年老逢春雨乍晴雨晴况復近清明
明天低宮殿初長日風煖林園未轉鶯花似錦時
高閣望草如茵處小車行東君見賜何

多也况復人間久太平又云堯夫非是愛吟詩
詩詩是堯夫志喜時明著衣冠爲士子高談仁義作男兒
敢於世上明開眼肯向人間浪皺眉六十七年無事日
堯夫非是愛吟詩擊壤集一編老人怡神悅目時可吟
玩公喜飲酒命之曰太和湯飲不過多不喜太醉其詩
曰飲未微醺口先吟哦吟哦不足遂及浩歌所寢之室
名安樂窩冬暖夏涼遇有睡思則就枕其詩曰墻高於
肩室太如斗布被煖餘

藜藿飽後氣吐胸中充塞宇宙聞人說人之
善就而和之又從而喜之語曰樂見善人樂
聞善事樂道善言樂行善意晚教二子以六
經家素業儒口未嘗不道儒言身未嘗不蹈
儒行其詩曰羲軒之書未嘗去手堯舜之談
未嘗離口當中和天同樂易友吟自在詩飲
歡喜酒百年昇平不爲不偶七十康強不爲
不壽老境從容孰有如康節者乎

陶彭澤性嗜酒家貧不能常得親舊知其如此
直酒招之造飲輒醉而退曾不恡情去留
衆堵蕭然不救風日短葛穿結簞瓢屢空晏
如也

陶弘景書曰偃蹇園巷從容郊邑守一介之志
非敢蔑榮嗤俗自致雲霞蓋任性靈而直往
保無用以得閑壠薪井汲樂有餘歡切松煑
朮此外何務

謝靈運逸民賦曰有酒則舞無酒則醒不明不
晦不昧不類蕭條秋首兀我春中弄琴明月

酌酒和風禦清風以遠路拂白雲而峻舉指
寰中以爲期望繫外而延佇又曰推天地於
一物橫四海於寸心超塵埃以貞觀何落落
此心曾

徐勉曰冬日之陽夏日之陰良辰美景負杖躡
履逍遙自樂臨池觀魚披林聽鳥濁酒一盃
彈琴一曲求數刻之樂庶幾居常以待終
謝諫不妄交接門無雜賓有時獨醉曰入吾室
者但有清風對吾飲者惟有皓月耳

歌者袁絢嘗從子瞻與客遊金山適中秋天字
四壁一碧無際加江流傾湧月色如畫遂共
登金山妙高臺侑絢歌其水調頭歌曰明月
幾時有把酒問青天歌罷公自起舞

伯倫肆意放蕩以宇宙爲狹常乘鹿車攜一壺
酒使人荷鍤隨之云死便掘地以埋土木形
骸遨遊一世

謝幾卿性通脫遇樂遊宴不得醉而還因詣道
邊酒壚停車褰幔與車前三騶對飲觀者如

八片卷七
堵幾鄉自若

陳暄嗜酒沈湎兄子秀憂之致書諷諫暄荅云
昔周伯仁渡江惟三日醒吾不以爲少鄭康
成一飲三百杯吾不以爲多吾嘗壁酒猶水
也可以濟舟亦可以覆舟故江諮議有言酒
猶兵也兵可千日而不用不可一日而不備
酒可千日而不飲不可一飲而不醉美哉江
公可與共論酒矣何水曹眼不識杯鍾吾口
不離瓢杓汝寧與何同日而醒與吾同日而
醉乎政言其醒可及其醉不可及也速營糟
丘吾將老焉爾無多言非爾所及

司空圖預爲壽藏故人來者引之壙中賦詩對
酌人或難之圖曰達人大觀幽顯一致非止
暫遊此中公何不廣哉布衣鳩杖出則以女
家人鸞臺自隨歲時村社會集圖必造之與
野老同席曾無傲色

韓熙載肆情坦率不持名檢伎樂殆以百數所
得月俸盡散諸姬熙載敝衣芒屨作瞽者持

獨絃琴俾舒雅執板挽之隨房乞食爲樂
子瞻在儋耳因試筆嘗自書云吾始至南海環
視天水無際淒然傷之曰何時得出此島邪
已而思之天地在積水中九州在大瀛海中
中國在少海中有生孰不在島者覆盆水於
地芥浮於水蟻附於芥茫然不知所濟少焉
水涸蟻卽逕去見其類出涕曰幾不復與子
相見豈知俯仰之間有方軌八達之路乎念
此可爲一笑

絕交書云但願守陋巷教養子孫時與親舊
濶陳說平生濁酒一盃彈琴一曲志願畢矣
又云聞道士遺言餌术黃精令人壽永意甚信
之遊山澤觀魚鳥心甚樂之一行作吏此事
俱廢安能捨其所樂而從其所懼哉

王逸少曰夫人之相與俯仰一世或取諸懷抱
悟言一室之內或因寄所托放浪形骸之外
雖取舍萬殊靜躁不同當其欣於所遇暫得
於已快然自足不知老之將至及其所之既

倦情隨事遷感慨係之矣悲夫

閒遊贊曰蔭映巖流之際偃息琴書之側寄心
松竹取樂魚鳥則澹泊之願於是畢矣

韓退之曰窮居而閑處升高而望遠坐茂樹以
終日濯清泉以自潔採於山美可茹釣於水
鮮可食起居無時惟適之安與其有譽於前
孰若無毀於後與其有樂於身孰若無憂於
心窮居荒涼草樹茂密出無驢馬因與人絕
一室之內有以自娛

澄懷錄曰長松怪石去墟落不下一二十里自
徑緣崖涉水於草莽間數四左右兩三家相
望鷄犬之聲相聞竹籬茅舍蕪處其間蘭菊
藝之臨水時種梅柳霜月春風自有餘思兒
童婢僕皆布衣短褐以給薪水釀村酒而飲
之案有雜書莊周太玄楚詞黃庭陰符楞嚴
圓覺數十卷而已杖藜躡屐往來窮谷大川
聽流水看激湍鑒澄潭步危橋坐茂林探幽
壑升高峯顧無樂而死乎

雜志曰居閑勝於居官其事不二其最便者尤
於暑月見之自早燒香食罷便可搔首祕祖
帶鞞從事簾牀竹几高枕北牕清風時來反
患太涼挾策就枕困來熟睡晚涼浴罷杖履
逍遙臨池觀月乘高取風採蓮剥芡剖瓜雪
藕白醪三杯取醉而適其爲樂殆未可以一
二數也

曾南豐曰宅有桑麻田有杭稌而渚有蒲蓮弋
于高以追鳧鴈之上下緝於深而遂鱸鮓之
潛泳吾所以衣食其力而無媿於心也息有
喬木之繁蔭藉有豐草之幽香登山而凌雲
覽天地之奇變弄泉而乘月遺氛埃之溷濁
此吾取其怠倦而樂於自遂也

東坡云歲行盡矣風雨凄然紙牕竹屋燈火青
熒時於此有少趣

誠齋曰鳥啼花落欣然有會于心遣小奴挈壺
尊沽白酒嚼一梨花磁琖急取詩卷快讀一
過以嚙之蕭然不知在塵埃間也

又曰因葺舊廬疏渠引泉周以花木日哦其間
故人過逢瀹茗奕棋杯酒淋漓殆非塵中有
也

水心曰上下山水穿幽透深棄日留夜拾其勝
會向人鋪說無異好聲美色

又曰松竹迷道庭花合圍著山人衣曳杖筴書
行吟賓送日月於林樾中九故疇新畝廩假
進退抱膝長嘯婚嫁有無皆落莫恍惚若夢
中事聞名勝士欣然迎至共食淡麪爲語儒

佛二氏所以合見性命真處如水中鹽味
非有非無

李太白詩清風明月不用一錢買赤壁賦曰惟
江上之清風與山間之明月耳得之而聲目

遇之而成色取之無禁用之不竭是造物之

無盡藏也東坡之意蓋自太白詩句中來夫

風月不用錢買而取之無禁太白東坡之言

信矣然而能知清風明月爲可樂者世無幾

人清風明月一歲之間亦無幾日就使人知

此樂或爲俗事相奪或爲病苦障礙欲享之
有不能者有閑居無事遇此清風明月不用
錢買又無人禁而不知此樂者是自生障礙
也

陶潛性真率貴賤造之者有酒輒設潛若先醉
便語客曰我醉欲眠君且去

劉合度性虛遠有氣調風流跌宕名高一時嘗
云不須名位所須衣食不用身後之譽惟重
目前所見

梁忠烈世子性愛林泉特好散逸論曰吾嘗
爲魚因化爲鳥方其夢也何樂如之及其覺
也何憂斯類良由吾之不及魚鳥遠矣故魚
鳥飛浮任其志性吾之進退長在掌握舉首
懼觸搖足恐墮使吾終得與魚鳥同遊則去
世如脫屣耳

裴中立不信數術每語人曰雞猪魚蒜逢着則
吃生老病死時至則行

高子漫談

高子曰古云得一日閑方是福做千年調笑人
癡又云人生無百年長懷千歲憂是爲碌碌
于風塵勞勞于夢寐者言耳吾生七尺豈不
欲以所志于雲霄挾劍寒星斗耶命之所在
造化主宰之所在也孰與造化競哉旣不得
于造化當安命于生成靜觀物我認取性靈
放情宇宙之外自足懷抱之中狎玩魚鳥左
右琴書外此何有于我若彼潛形追鹿豕
浪遊樂志共烟霞沉醉潔身者乃負甌而逃
抱道者以圖形爲耻豈果不以華彩爲榮其
以寂寞爲樂哉是皆不得於造化意富貴之
畏人不如貧賤之肆志故能棄衆人之所取
取衆人之所棄耳味無味於虛無之淵忘無
忘於玄冥之府身居塵俗志橫兩間居在山
林而神浮八極何能使生爲我酷形爲我毒
身爲我桎梏乃踽踽涼涼爲造物哂哉樂恬
逸者當與把臂作聲咳語

高子自足論

高子曰居廟堂者當足於功名處山林者當足於道德若赤松之遊五湖之泛是以功名自足彭澤琴書孤山梅鶴是以道德自足者也知足者雖富貴不艷於當時芳聲必振於千古否則不辱於生前必灾禍於沒世故足之於人足則無日而不自足不足則無時而能足也又若迫於饑寒困於利達者謂人可以勝天乃營營於飽煖聲華孰知此命也非人也命不足于人人何能足我也故子房之高

蹈遐舉功蓋千古少伯之滅跡清踪名鑄人間淵明嗜酒人未病其沉酣和靜栽梅世共稱其閒雅是皆取足於一身無意於持滿能以功名道德爲止足故芳躅共宇宙周旋高風同天地終始耳人能受一命榮竊升斗祿便當謂足於功名弊裘短褐糲食菜羹便當謂足於衣食竹籬茅舍葦簑蓬牕便當謂足於安居籐杖芒鞋蹇驢短棹便當謂足於騎乘有山可樵有水可漁便當謂足於庄田殘

卷盈床圖書四壁便當謂足於珍寶門無剥
啄心有餘閑便當謂足於榮華布衾六尺高
枕三竿便當謂足於安享看花酌酒對月高
歌便當謂足於歡娛詩書充腹詞賦盈編便
當謂足於豐贍是謂之知足常足無意於求
足未足者也足果可以力致俸求哉我故曰
能自足於窮通者是得浮雲富貴之夷猶能
自足於取捨者是得江風山月之受用能自
足於眼界者是得天空海濶之襟懷能自足

於貧困者是得簞瓢陋巷之恬澹能自足於
辭受者是得茹芝採蕨之清高能自足於燕
閑者是得衡門泌水之靜逸能自足於行藏
者是得歸雲倦鳥之舒徐能自足於唱酬者
是得一咏一觴之曠達能自足於居處者是
得五柳三徑之幽閑能自足於嬉遊者是得
浴沂舞雩之瀟洒若此數者隨在皆安無日
不足人我無兢身世兩忘自有無窮妙處打
破多少塵勞柰何捨心地有餘之足而抱意

外無妄之貪果何得哉似亦愚矣觀彼進功名於百尺棄道德於方寸日汲汲於未足如金張貴逞終蹈身灾石鄧財雄卒罹族滅君子可不以水月鏡花為幻好謙惡盈為戒哉又若鄙陋者原石火頃炎冰山乍結即便心思吞象目無全牛務快甲第雲連金珠山積舉世莫與之比慾猶未滿此正所謂不知足者也吾知棘林之駝黏壁之蝸是皆此輩耳其與留有餘不盡以還造化者何如哉

居安處條

序古名論

天隱子曰吾謂安處者非華堂邃宇重裊廣榻之謂也在乎南面而坐東首而寢陰陽適中明暗相半屋無高高則陽盛而明多屋無卑卑則陰盛而暗多故明多則傷魄暗多則傷魂人之魂陽而魄陰苟傷明暗則疾病生焉此所謂居處之室尚使之然况天地之氣有亢陽之攻肌淫陰之侵體豈可不防慎哉脩

養之漸倘不法此非安處之道術曰吾所居
室四邊皆窓戶遇風卽闔風息卽開吾所居
座前簾後屏太明卽下簾以和其內映太暗
則捲簾以通其外耀內以安心外以安目心
目皆安則身安矣明暗尚然况太多事慮太
多情欲豈能安其內外哉

高太素隱商山起六館曰春雪未融館清夏晚
雲館中秋午月館冬日方出館暑簟清風館
夜階急雨館各製一銘

神隱曰草堂之中竹牕之下必置一榻時或困
倦偃仰自如日間牕下一眠甚是清爽時夢
乘白鶴遊于太空俯視塵壤有如蟻壘自爲
莊子夢爲蝴蝶入於桃溪當與子休相類又
曰草堂之中或草亭僻室製爲琴室地下埋
一大缸缸中懸一銅鐘上以石墁或用板鋪
上置琴磚或木几彈琴其聲空朗清亮自有
物外氣度

東坡守汝陰作亭以帷幕爲之世所未有其製

若亭四圍柱架穿插成之裝起則以帷幕圍
之拆束則揭而他往其銘畧云乃作新亭簷
楹藥梁鑿柄交設合散靡常不油仰承清幄
四張我所欲往十夫可將與水升降除地布
牀又云豈獨臨水無適不減春朝花郊秋夕
月場無脛而趨無翼而翔敞又改爲其費易
償榜曰擇勝名實允當又觀子由繼作四言
詩內云視身如傳苟完不求山磐水嬉習氣
未瘳風有翠幄雨有赤油匪車匪舟亦可相
攸則晴用布帷雨用油幕可知

唐子西云有軒數間松竹迷道庭花合圍直室
屋之後人事之所不及賓遊之所不至徃徃
獨坐於此解衣盤礴箕踞胡床之上含毫賦
詩曝背閱書以釋忽忽之氣自妙

山家清事云擇故山濱水地環籬植荆間栽以
竹餘丈植芙蓉三百六十八芙蓉二丈環以
松梅入此餘三丈重籬外芋栗羊棗桃李內
植梅結屋前茅後瓦入閣名尊經藏古今書

左塾訓子右道院迎賓進舍三寢一讀書一
治藥一後舍二其一儲酒穀列山具農具一
安僕役庖湏婢一童一園丁二前鶴屋養鶴
後犬一二足驢四蹄牛四角客至具蔬食酒
核暇則讀書課農圃毋苦吟以安天年

潘岳閑居賦曰太母在堂覽止足之分廣浮雲
之志築室種木逍遙自得池沼足以漁釣春
稅足以代耕灌園鬻蔬供朝夕之膳收羊酤
酪俟伏臘之資凜秋暑退熙春寒徃微雨新

晴六合清朗太君升輕軒御板輿遠覽王綰
近周家園席長筵列子孫柳垂陰車結軌或
宴于林或禊于汜昆弟班白兒童稚齒稱萬
壽以獻觴或一懼而一喜壽觴舉慈顏和浮
杯樂飲絲竹駢羅頓足起舞抗音高歌人生
安樂孰知其他

王子猷嘗暫寄人空宅便命種竹或曰暫住何
煩爾主王嘯咏良久指竹曰何可一日無此
君

柳子厚曰把荷鍾決溪泉爲圃以給茹其隙則
浚池溝藝樹木行歌坐釣望青天白雲以此
爲適亦是老死亡戚戚者

孫公仲益曰新宅落成市聲不入耳俗軌不至
門客至共坐青山當戶流水在左輒談世事
便當以大白浮之

懿代崇佛法迎佛骨至起不思議堂以奉之
杜祁公別墅起蔭葡萄館室形亦六器用亦六角
以象蒼花之六出焉

陶學士曰余嘗命渡淮入廣陵界維舟野次縱
步至一村園有碧蘆方數畝中隱小室榜曰
秋聲館時甚愛之不知誰家別墅意主人亦
雅士也

宜春城中有堆阜郡人謂之袁臺地屬李致致
有文馳聲衆爲築室於袁臺取登東山而小
魯之義榜爲小魯軒

宣城何子華有古橙四株而橙建堂榜曰剖金
霜降橙熟開尊潔饌與衆共之

陳犀罷司農少卿省女兄于姑蘇遶上元夜觀
燈車馬喧騰目奪神醉嘆曰涉冰霜泛烟水
乍見此高明世界遂覺神朗頓還舊館
武陵儒者苗彤事園池以役賓客建野春亭內
中雜植山野草花五色錯雜

李愚語人曰予夙夜在公不曾漫遊華胥國意
欲於洛陽買水竹處作蝶庵謝事居之庵中
當以莊周爲開山第一祖陳搏配食若忙者
難爲主籍供職

王震爲國子轉士好觀雨中浮漚踈稠出沒每
雨就四階挾擁處寓目而心醉焉張麟瑞戲
之曰公宜以此亭名曰醉漚

居處建置

焜閣 南方暑雨時藥物圖書皮毛之物皆爲
徽溽壞盡今造閣去地一丈有多閣中循壁
爲厨二三層壁間以板弭之前後開牕梁上
懸長笕物可懸者懸於笕中餘置格上天日
晴明則大間牕戶令納風日爽氣陰晦則密

閉以柱雨濕中設小爐長令火氣溫鬱又法
閣中設床二三床下敢新甬窰炭實之乃置
畫片床上水不蠱壞不須設火其炭至秋供
燒明年復換新炭床上切不可卧卧者病瘖
屢有驗也蓋火氣所爍故耳

清閔閣雲林堂閣尤勝客非佳流不得入堂前
植碧梧四令人指拭其皮每梧墜葉輒令童
子以針綴袂頭亟挑去之不使點汚如亭亭
綠玉苔鮮盈庭不容人踐綠褥可愛左右列

以松桂蘭竹之屬敷紆篔簹繞其外則高木修
篁蔚然深秀周列奇石東設古玉噐西設古
鼎尊壘法書名畫每雨止風收杖履自隨道
遙容與詠歌以娛望之者識其為世外人也
觀雪菴 長九尺濶八尺高七尺以輕木為格
紙布糊之以障三面上以一格覆頂面前施
幃幔捲舒如帳中可四坐不妨設火食具隨
處移行背風張之對雪瞻眺比之氈帳似更
清逸施之就花就山水雅勝之地無不可也

謂之行窩

松軒 宜擇苑囿中向明爽塏之地構立不用
高峻惟貴清幽八窓玲瓏左右植以青松數
株須擇枝幹蒼古屈曲如畫有馬遠盛子昭
郭熙狀態甚妙中立奇石得石形瘦削穿透
多孔頭大腰細袅娜有態者立之松間下植
吉祥蒲草鹿葱等花更置建蘭一二盆清勝
雅觀外有隙地種竹數竿種梅一二以助其
清共作歲寒友想臨軒外觀恍若在畫圖中

矣

高子書齋說

高子曰書齋宜明靜不可太廠明淨可爽心神
宏敞則傷目力窓外四壁薜蘿蒲牆中列松
檜盆景或建蘭一二遶砌種以翠芸草令遍
茂則青芴鬱然傍置洗硯池一更設盆池近
牕處蓄金鯽五七頭以觀天機活潑齋中長
卓一古硯一舊古銅水注一舊窰筆格一班
竹筆筒一舊窰筆洗一糊斗一水中丞一銅

石鎮紙一左置榻床一榻下滾脚凳一床頭
小几一上置古銅花尊或哥窑定瓶一花時
則插花盈瓶以集香氣閑時置蒲石于上收
朝露以清目或置鼎爐一用燒印篆清香冬
置煖硯爐一壁間掛古琴一中置几一如吳
中雲林几式佳壁間懸畫一書室中畫惟二
品山水爲上花木次之禽鳥人物不與也或
奉名畫山水雲霞中神佛像亦可名賢字幅
以詩句清雅者可共事上奉烏思藏鈔金佛

一或倭漆龕或花梨木龕以居之否用小石
一盆一或靈壁應石將樂石昆山石大不過五
六寸而天然竒恠透漏瘦削無斧鑿痕者爲
佳次則燕石鍾乳石白石土瑪瑙石亦有可
觀者盆用白定官哥青東磁均州窑爲上而
時窰次之几外爐一花瓶一匙筋瓶一香盒
一四者等差遠甚惟博雅者擇之然而爐製
惟汝爐鼎爐戟耳彝爐三者爲佳大以腹橫
三寸極矣瓶用膽瓶花觚爲最次用宋磁鷺

頸瓶餘不堪供壁間當可處懸壁瓶一四時
插花坐列吳興竹凳六禪椅一拂塵搔背棕
筵各一竹鐵如意一右列書架一上置周易
古占詩經傍註離騷經左傳林註自微二編
近思錄古詩紀百家唐詩王李詩黃鶴補註
杜詩說海三才廣記經史海篇直音古今韻
釋等書釋則金剛鈔義楞嚴會解圓覺註疏
華嚴合論法華玄解楞伽註疏五燈會元佛
氏通載釋氏通鑑弘明集六度集蓮宗寶鑑

傳燈錄道則道德經新註指歸西升經句解
文始經外旨冲虛經四解南華經義海纂微
仙家四書真仙通鑑參同分章釋疑陰符集
解黃庭經解金丹正理大全脩真十書悟真
等編醫則黃帝素問六氣玄珠密語難經脉
訣華陀內照巢氏病源證類本草食物本草
聖濟方普濟方外臺秘要甲乙經朱氏集驗
方三因方永類鈴方玉機微義醫壘元戎醫
學綱目千金方丹溪諸書閑散則草堂詩餘

正續花間集歷代詞府中興詞選法帖真則
鍾元常季直表黃庭經蘭亭記隸則夏承碑
石本隸韻行則李北海陰符經雲麾將軍碑
一聖教序草則十七帖草書要領懷素絹書千
一文孫過庭書譜此皆山人適志備覽書室中
一所當置者畫卷舊人山水人物花鳥或名賢
墨跡各若干軸用以充架齋中來日據席長
夜篝燈無事擾心閱此自樂逍遙餘歲以終
一天年此真受用清福無虛高齋者得觀此妙

茆亭 以白茆覆之四構爲亭或以棕片覆者
更久其下四柱得山中帶皮老棕本四條爲
之不惟淳朴雅觀且亦耐久外護闌竹一二
條結於蒼松翠蓋之下脩竹茂林之中雅稱
清賞

檜栢亭 植四老栢以爲之製用花匠竹索結
束爲頂成亭惟一簷者爲佳圓製亦雅若六
角二簷者俗甚桂樹可結羅漢松亦可若用
薔薇結爲高塔花時可觀若以爲亭除花開

後荆刺低垂焦葉蝨蟲撩衣刺面殊厭經目
無論玩賞

園室 臞仙曰園室之製人各不同予所志者
取法於天地範圍之理上圓下方經一丈有
二中隔前後二間前間開日月圓竅於東西
以通日月之光後間於頂上孔開牕撐放以
取天門靈氣良上塞戶令不通達以閉鬼戶
之意此余所製也

九徑 江梅 海棠 桃 李 橘 杏 紅

梅 碧桃 芙蓉 九種花木各種一徑令

曰三三徑詩曰三徑初開是蔣卿再開三徑

是淵明誠齋奄有三三徑一徑花開一徑行

茶寮 側室一斗相傍書齋內設茶竈一茶盞

六茶注二餘一以注熟水茶白一拂刷淨布

各一炭箱一火鉗一火筋一火扇一火斗一

可燒茶槃一茶橐二當教童子專主茶役以

香餅餅供長日清談寒宵兀坐煎法另具

藥室 用靜屋一間不聞鷄犬之處中設供案

一以供先聖藥王分置大板卓一光面堅厚
可以和藥大鐵碾一石磨一小碾一乳鉢大
小二音堊筒一用以搗珠末不飛椿白一大
小中稀篩各一大小密絹篩各一棕掃帚一
淨布一銅鑊一火扇一火鈴一大小盤秤各
一藥櫃一藥廂一葫蘆瓶確此藥家取用無
筭當多蓄以備用凡在藥物所需俱當置之
藥室平時密鎖以杜不虞此又君子所先

高子花榭詮評

高子曰歐陽公示謝道人種花詩云深紅淺自
宜相間先後仍須次第栽我欲四時携酒賞
莫教一日不花開余意山人家得地不廣開
徑怡閑若以常品花卉植居其半何足取也
四時所植余爲詮評牡丹譜類數多佳本遇
目亦少大紅如山茶石榴色者寓形於圖畫
有之托根于土壤未見他如狀元紅慶雲紅
王家紅小桃紅雲容露濕飛燕新粧茄紫香
紫臙脂樓潑墨紫國色烟籠玉環沉醉尺素

白剪絨水晶簾捲月露生香御衣黃舞青霓
 一捻紅綠蝴蝶玳瑁闌開朝霞散彩數種之
 外無地多栽芍藥在廣陵之譜三十有奇而
 余所見亦惟數種金帶圍瑞蓮紅冠群芳表
 紫塗朱容閑紅拂千葉白玉逍遙舞霓白玉
 盤盃膩雲軟玉色艷綠珠粉綉球紫綉球俗
 麻葉粉團歡團霞臉次第粧新碧桃單瓣白朶瀟
 灑霜姿後先態雅垂絲海棠鐵梗海棠西府
 海棠木瓜海棠白海棠含烟照水風韻撩人

玉蘭花辛夷花素艷清香芳鮮奪目千瓣粉

桃俗名二色桃緋桃俗名蘇州朶花瓣如剪絨非

惡大紅單瓣桃玄都異種未識劉郎千瓣大

紅重臺石榴千瓣白榴千瓣粉紅榴千瓣鶯

黃榴單瓣白粉二色榴西域別枝堪驚博望

紫薇粉紅薇白薇紫禁漏長卧延涼月金桂

月桂四時開廣寒高冷雲外香風照水梅花

朶朶下垂綠萼梅玉蝶梅磬口臘梅黃色如蜜紫

少大曾於洪宣公山亭見之其香撲人月瘦
今云臘梅者皆荷花瓣也僅免狗英

烟橫騰吟孤嶼粉紅由茶千瓣白山茶大紅

滇茶大如茶盞瑪瑙山茶紅黃白三色數作

種出雲南紅寶珠鶴頂山茶中心如饅叢簇可愛

雪釀沉醉中山大紅槿千瓣白槿殘秋幾朵

林外孤芳茶梅花小朵粉紅黃心開在十一

玩茗花香清插瓶可久可玩冷月一枝齋頭清供我之

所見調亦可同倘人我好惡不侔用捨惟人

自取若彼草花百種橫占郊原茲為品題分

為三乘花之丰采不一况栽成佔地無多種

一種剪裁當與無收並蓄更開十徑醉賞四時

高子草花三品說

高子曰上乘高品若幽蘭建蘭蕙蘭朱蘭白山

丹黃山丹剪秋羅二色鷄冠一花中分紫白

黃蓮千瓣茉莉紅芍千瓣白芍玫瑰秋海棠

白色月季花大紅佛桑臺蓮花開落盡蓮房

瓣夾竹桃花單瓣水仙花黃萱花黃薔薇菊

之紫牡丹白牡丹紫芍藥銀芍藥金芍藥蜜

芍藥金寶相魚子蘭菖蒲花夜合花

已上數種色態幽閑丰標雅淡可堪盆架高
齋日共琴書清賞者也中乘妙品若百合花

五色戎葵

此宜多種余家一畝中收取花及朵
一二百枝比類形色不同共有五

十多種能作變
態無定本也

白鷄冠矮鷄冠酒金鳳仙花

四面蓮迎春花金雀素馨山礬紅山丹白花

蓀紫花蓀吉祥草花福建小梔子花黃蝴蝶

鹿芴剪春羅夏羅番山丹水木樨開陽花石

竹五色罌粟黃白杜鵑黃玫瑰黃白紫三色

佛桑金沙羅金寶相麗春

紫心白木香

黃木香茶蘼間間紅十姊妹鈴兒花凌霄

美人蝴蝶滿園春含笑花紫花兒紫白玉簪

錦被堆雙鴛菊老少年鴈來紅十樣錦秋葵

醉芙蓉大紅芙蓉玉芙蓉各種菊花并菊花

金邊丁香紫白丁香萱花千瓣水仙紫白大

紅各種鳳仙金鉢盂錦帶花錦茄花拒霜花

金莖花紅荳蔻花火石榴指甲花石巖花牽牛

花淡竹花蕒葵花木清花真珠花木瓜花滴

露花紫羅襪紅麥番椒菜豆花

已上數種香色間繁丰采各半要皆欄檻春
風共逞四時粧點者也下乘具品如金絲桃
鼓子花秋牡丹纏枝牡丹四季小白花又名
接骨草史君子花金萱花金錢花紅白郁李
花繅絲花蒿芭花掃帚鷄冠花菊之滿天星
枸杞花虎茨花茨菇花金燈銀燈羊躑躅金
蓮千瓣銀蓮金燈籠各種藥花黃花兒散水
花槿樹花白萱花萬年青花孩兒菊花纏枝
蓮白蘋花紅蓼花石蟬花

已上數種鉛華粗具姿度未閑置之籬落池
頭可填花林踈缺者也已上種種是皆造物
化機撩人春色分布寰宇吾當盡植林園以
快一時心目無愧歐公詩教可也

高子盆景說

高子曰盆樹之尚天下有五地最盛南都蘇淞
二郡浙之杭州福之浦城人多愛之論值以
錢萬計則其好可知但盆景以几卓可置者
爲佳其大者列之庭榭中物姑置勿論如最

古雅者品以天目松爲第一惟杭城有之高
可盈尺其本如臂針毛短簇結爲馬遠之歌
斜詰曲郭熙之露頂攫拿劉松年之腰亞層
疊盛子昭之拖拽軒翥等狀哉以佳器槎牙
可觀他樹鱗結無出此製更有松本一根二
梗三梗者或栽三五窠結爲山林排匝高下
參差更多幽趣林下安置透漏窈窕崑石應
石燕石臘石將樂石靈壁石石筍安放得體
時對獨本者若坐岡陵之巔與孤松盤桓對

雙本者似入松林深處令人六月忘暑除此
五地所產多同惟福之種類更夥若石梅一
種乃天生形質如石燕石鱗之類石木發枝
含花吐葉歷世不敗中有美者竒怪莫狀此
可與杭之天目松爲匹更以福之水竹副之
可充几上三友水竹高五六寸許極則盈尺
細葉老幹瀟疎可人盆上數竿便生渭川之
想亦盆景中之高品也次則枸杞之態多古
雪中紅子扶疎時有雪壓珊瑚之號本大如

拳不露做手又如檜栢耐苦且易蟠結亦有
老本蒼柯針葉青鬱束縛盡解若天生然不
讓他本自多山林風致他如虎茨余見一百
兵家有二盆本狀笛管其葉十數重疊每盆
約有一二十株爲林此真元人物也後爲俗
人所敗又見僧家元盆竒古作狀寶玩令人
忘餐竟敗豪右美人蕉盈尺上盆蕉傍立石
非他樹可比此須擇異常之石方愜心賞他
如榆椿山冬青山黃楊雀梅楊婆奶六月雪

鐵梗海棠櫻桃西河柳金羅漢松娑羅松
剔牙松細葉黃楊玉蝶梅紅梅綠萼梅瑞香
桃絳桃紫薇結杏川鶻李杏銀杏江西細竹
素馨小金橘牛奶橘冬時纍纍朱實至春不
凋小茶梅海桐纓絡栢樹海棠老本黃楊已
上皆可上盆但木本竒古出自生成爲難得
耳又如深山之中天生怪樹種落巖竇年深
木本雖大樹則婆娑曾見數本名不可識似
更難得又如菖蒲之種有六金錢牛頂臺蒲

劍春虎鬚香苗看蒲之法妙在勿令見泥與
 肥為上勿澆井水使葉上有白星壞苗不令
 日曝勿冒霜雪勿見醉人油手數事為最種
 之昆石水浮石中欲其苗之蒼翠蕃衍非歲
 月不可往見友人家有蒲石一圓盛以水底
 其大盈尺儼若青壁其背乃先時拳在種蒲
 日就生意根窠蟠結密若羅織石竟不露又
 無延蔓真國初物也後為腥手摩弄缺其一
 面令人悵然大率蒲草易看盆古為難若定

之五色劃花白定綉花劃花方圓盆以雲板
 脚為美更有八角元盆六角環盆定樣最多
 柰無長盆官窰哥窰元者居多繚環者亦有
 方則不多見矣如青東磁均州窰元者居多
 長盆亦少方盆菱花葵花製佳惟可種蒲先
 年蔣石匠鑿青紫石盆有匾長者有四方者
 有長方四入角者其鑿法精妙允為一代高
 手傳流亦少人多不知又若廣中白石紫石
 方盆其製不一雅稱養在種蒲卑以應石置

之殊少風致亦有可種樹者又如舊龍泉官
窰盈三二尺大盆有底冲全者種蒲可愛若
我朝景陵茂陵所製青花白地官窰方圓盆
底質細青翠又爲殿中各筆圖畫非窰匠描
寫曾見二盆上蘆鴈不下絹素但盆惟種蒲
者多種樹者少也惟定有盈尺方盆青東磁
間或有之均州龍泉有之皆方而高深可以
種樹若求長樣可列樹石雙行者絕少曾見
宣窰粉色裂紋長盆中分樹水二漕製甚可

愛近日燒有白色方圓長盆甚多無俟他求
矣其比路青綠泥窰俗惡不堪經眼更有燒
成鬼子蟾蜍劉海荔枝党仙中開一孔種蒲
此皆兒女子戲物豈容汚我仙靈見之當破
其坦腹爲菖蒲脫災山齋有崑石蒲草一其
載以白定劃花水底大盈一尺三四下製川
石數十子紅白交錯青綠相間日汲清泉養
之自謂齋中一寶

擬花榮辱評

高子曰花之遭遇榮辱卽一春之間同其天時
 而所遇迥別故余述花雅稱爲榮凡二十有
 二其一輕陰蔽日二淡日蒸香三薄寒護蕊
 四細雨逞嬌五淡烟籠罩六皎月篩陰七夕
 陽弄影八開值晴明九傍水弄妍十朱闌遮
 護十一名園閑靜十二高齋清供十三插以
 古瓶十四嬌歌艷賞十五把酒傾歡十六晚
 霞映彩十七翠竹爲隣十八佳客品題十九
 主人賞愛二十奴僕衛護二十一美人助粧

二十二門無剝啄此皆花之得意春風及時
 逞艷不惟花得主榮主亦對花無愧可謂人
 與花同春矣其嫉憎爲辱亦二十有二一狂
 風摧慘二淫雨無度三烈日銷燂四嚴寒閉
 塞五種落俗家六惡鳥翻啣七鷲遭春雪八
 惡詩題咏九內厭賞客十兒童扳折十一主
 人多事十二奴僕懶澆十三籐草纏攪十四
 本瘦不榮十五搓捻憔悴十六臺榭荒涼十
 七醉客嘔穢十八藥罈作瓶十九分枝剖根

二十虫食不治二十一蛛網聯絡二十二麝
 臍薰觸此皆花之空度青陽芳華憔悴不惟
 花之寥落主庭主亦對花增愧矣花之遭遇
 一春是非人之所生一世同邪

家居種樹宜忌

地理心書曰人居止種樹惟栽竹四畔青翠
 鬱然不惟生旺自無俗氣東種桃柳西種柘
 榆南種梅棗北種柰杏為吉又云宅東不宜
 種杏宅南北不宜種李宅西不宜種柳中門

種槐三世昌盛屋後種榆百鬼退藏庭前勿
 種桐妨礙主人翁屋內不可多種芭蕉久而
 招崇堂前宜種石榴多嗣犬吉中庭不宜種
 樹取陰栽花作闌惹淫招損陰陽忌云庭心
 樹木各閑困長植庭心主禍殃大樹近軒多
 致疾門庭雙棗喜加祥門前青草多愁怨門
 外垂楊更有妨宅內種桑并種槿種桃終是
 不安康

選擇黃曆臺曆二說

高子曰家居選擇似不可緩然而日者成書頗煩無俟余為撮要惟奇門演禽二書最為上筮緊要每有異驗余深知之惜乎浩濶無容舉畧今之黃曆臺曆內有二事人不多識特揭以明之

黃曆每月下有某日日傳姬訾之次當用甲丙庚壬時此為四大吉時也百凡用之至吉但十二時中曾無甲時丙時其說云何姬訾者正月亥將也為之月將其十二將俱逆行自

亥始正月雖過一二十日其將未交惟看曆上正月下某日日傳姬訾之次方作正月論已先之日俱作十二月將筭交月之後每日用時甲取寅卯二時之中各半用之是吉時也丙取巳午之中庚取申酉壬取亥子是也又如二月戌將降婁當用艮巽坤乾四時艮取丑寅二時之中各半巽取辰巳坤取未申乾取戌亥是也三月酉將大梁過傳當用癸乙丁辛四時癸取子丑乙取卯辰丁取午未

辛取酉戌是也四月申將實沉將換而用時
又以甲丙庚壬三項實輪無變法也五月未
將鶉首六月午將鶉火七月巳將鶉尾八月
辰將壽星九月卯將大火十月寅將析木十
一月丑將星紀十二月子將玄枵每月惟以
黃曆月建下考之須記雖過二月還用正月
將選擇是最緊要

又如京師臺曆每日下有義字專字伐字制字
寶字其五字何也此為奇門選日訣也假如

甲子日子水生甲木下生上也為義乙丑日
乙木克丑上上克下也為制戊辰日上下無
犯為專庚午日午火克庚金下克上也為伐
丁丑日丁火生丑上上生下也為寶故用日
當以五字消息用之大率寶義為上吉專為
平制伐為凶也特述以備參考
居處生旺吉凶宜忌

保生要錄曰人之家室上厚水深居之不疾故
人居處隨其方所皆欲土厚水深心土欲堅潤

而黃水欲其美而清常坐之處極人四面周
密勿令少有細隙致風得入壁間風峻人不
易知其傷人最重初時不覺久能中人夫風
者天地之氣也能生成萬物亦能損人有正
有邪故耳初入腠理漸至肌膚內傳經脉達
於臟腑傳變既深為患不小故云避風如避
箭盛暑所居兩頭通屋街堂夾道風回涼爽
其為害尤甚養生者當更慎之

黃帝宅經曰陽宅即有陽氣抱陰陰宅即有陰

氣抱陽陰陽之宅者即龍也陽宅龍頭在亥

尾在巳陰宅龍頭在巳尾在亥其狀在龍者

青各有命坐凡從巽向乾從午向子從坤向

艮從酉向卯從戌向辰移轉為陽已上移轉

住不計遠近從乾向巽從子向午從艮向坤

從卯向西從辰向戌移轉為陰已上移轉故

福德之方動依天道天德月德生氣到其位

即修令清潔潤厚即一家獲安榮華富貴天

福德者宅之財命也財命再入陰入陽是名

無氣三度重入陰陽謂之無魂四入謂之無魄魂魄既無即家破逃散子孫絕滅也連猶不止

即絕門滅嗣此之謂也若一陰陽往來即合天道自然

吉昌之象也

又云其宅乃窮急翻故宮宜拆形禍方舍却益

福德方也翻宅平牆可以銷殃宅之行年不利或日舌疾

病等事即宜翻刑禍之方添益福德改移牆壁即災消禍滅致大吉昌也

又云刑禍之方缺復荒福德之方連接長吉也

刑禍之方牆宜薄屋宜低荒蕪無事福德方及牆屋宜連接高起壯實也刑禍之

方縮復縮猶恐災殃凶相逐福德之方拓復

拓子子孫孫受榮樂刑禍之方戒侵拓也不得大縮縮即氣不足不

足則損財祿不吉福德之方宜戒侵拓亦不得太過太過即成福會至微不消厚福所臨也凡事足太過所侵拓之

數過于本宅名曰太過

又云宅中姓上吉利地不得破損與污穢西北

天門緊要方勿安糞土與牛廝又云宅有五

虛令人貧耗五實令人富昌宅大人少一虛

門面大內窄小二虛墻院不完整三虛井竈

不一處四虛宅地多屋少庭院廣濶五虛宅

小人多一實宅大門小二實墻院週完三實宅地相停四實宅水溝東南流五實又云勿以接木為柱及自死樹為柱皆不祥

又云宅乃漸昌勿棄室堂不得因富就改造也不衰莫移

是為受殃舍居就廣未必有歡計口半造必

得壽考言宅不

宜廣也

每年逐月有生氣死氣之位修生氣者福德來

集言月生炁與天道月德合其吉路也犯死

氣之方者立見禍殃

逐月生死二炁所主方位

正月 生炁在子癸 死炁在午丁 二月 生炁在丑艮 死炁在未坤

三月 生炁在寅甲 死炁在申庚 四月 生炁在卯乙 死炁在酉辛

五月 生炁在辰巽 死炁在戌乾 六月 生炁在巳丙 死炁在亥壬

七月 生炁在午丁 死炁在子癸 八月 生炁在未坤 死炁在丑艮

九月 生炁在申庚 死炁在寅甲 十月 生炁在酉辛 死炁在卯乙

十一月 生炁在戌乾 死炁在辰巽 十二月 生炁在亥壬 死炁在巳丙

逐月土炁所冲方位

宅經曰凡脩築垣墻連造宅奔上炁所冲之方

人家即有災殃宜依法禳之吉

正月土炁冲丁未方二月冲坤三月冲壬亥

四月冲辛戌五月冲乾六月冲寅甲七月冲

癸丑八月冲艮九月冲丙巳十月冲辰乙十

一月冲巽十二月冲甲庚巳上當細看之犯

必有災

天道吉方

此說人多不知故表出于此

子午年 坤艮

寅申年 乙辛

丑未年 甲庚

卯酉年 乾巽

辰戌年 丙壬

巳亥年 丁癸

人道吉方

子午年 乾巽

丑未年 丙壬

寅申年 丁癸

卯酉年 坤艮

辰戌年 甲庚

巳亥年 乙辛

利道吉方

子午卯酉年 乙卯

寅申丑未年 丙壬

辰戌巳亥年 甲庚

月天道方

正七月 乙辛

二八月 乾巽

三九月 丙壬

四十月 丁癸

五十一月 坤艮

六十二月 甲庚

月人道方

正七月 丁癸

二八月 坤艮

三九月 丙壬

四十月 丁癸

五十一月 坤艮

六十二月 甲庚

月生氣方

正月 子

二月 丑

三月 寅

四月 卯

五月 辰

六月 巳

七月 午

八月 未

九月 申

十月 酉

十一月 戌

十二月 亥

起造工匠魘鎮解法

仙曰凡梓人造房瓦人覆瓦石人甃砌五墨繪佈皆有魘鎮咒詛其建造之初必先祭

方隅土木等神其祭文曰茲者建造屋宇其

木泥石繪畫之人所有魘鎮咒詛不出百日

乃使自受其殃預先盟於群靈則災禍無干

於我使彼自受而我家宅寧矣造船者亦如

此例梓人最忌倒用木植必取生氣根下而

稍上其魘者倒用之使人家不能長進作事

顛倒解法以斧頭擊其木曰倒好倒好住此

宅內世世溫飽

又若造前樑臨上乃移為後樑魘曰前樑調後

樑必定先死娘卯眼內放竹楔者魘曰狗卯
放竹不動自哭使人家屋內常有哭聲有刻
人像書咒于身以釘釘於屋上釘眼令瞎釘
耳令聾釘口令啞釘心令有心疾釘門使房
主不得在家令出門釘之終不得安居屋內
如釘床以竹釘十字釘之或畫人形紙符于
內使卧床之人疾病不安此梓人魘鎮之大
畧解之之法其屋既成用水一盆使家人各
執柳枝蘸水繞屋洒之咒曰木郎木郎遠去

他方作者自受爲者自當所有魘鎮與我無
妨急急一如太上律令勅則無患矣

如瓦匠魘有合眷中放上人船傘之類或壁中
置一匙一筋曰只許住一時其家便破如斃
砌門限堦基之下用荷葉包飯於下以筋十
字安在上令有嘔噎之疾有砌竈用木刻人
以寃刀朝其寢或向廳堂使其刀兵相殺石
匠鑿人形置礫上又畫匠形梁俱有魘咒說
破不妨凡木匠魘人必插木筏在首不令插

之即不靈矣

終

雅尚齋遵生八牋卷之八

古杭高濂深甫氏編次



起居安樂牋 下卷

晨昏怡養條

序古名論

書字脩行法心閑手懶則觀法帖以其可作可
止也手心俱閑則寫字作詩文以其可以無
濟也心手俱懶則坐睡以其不强役于神也

心不甚定宜看詩及雜短故事以其易于見
意不滯於久也心閑無事宜看長篇文字或
經註或史傳或古人文集此甚宜於風雨之
際及寒夜也又曰手冗心閑則思心冗手閑
則卧心手俱閑則著作書字心手俱冗則思
早畢其事以寧吾神

胡昭曰目不欲視不正之色耳不欲聽污穢之
聲鼻不欲向羶腥之氣口不欲嘗毒辣之味
心不欲謀欺詐之事反此辱身損壽

青牛道士曰勿過樂樂人不壽但莫強為力所
不能舉物從朝至暮常有所為使外體不息
覺勞即止止復為之此與道引無異耳

枕中方曰怡養之道勿久行久坐久卧及言不
強飲食亦忘憂苦愁哀饑即食渴乃飲食止
行百步夜勿食多凡食後行走約過三里之
數乃寢

崔寔箴曰動不肆勤靜不宴逸有疾歸天醫無
能恤太上防疾其次萌芽腠理不蠲骨髓柰

何

搜神記曰天清地寧人物營營名利犇迫喜怒
交爭思永厥壽彌喪其生何不寡欲端守爾
精

家語曰人有三死而非其命也乃自取也夫寢
處不時飲食不節勞逸過度三者疾共殺之
通天論曰氣味辛甘發散為陽酸苦涌泄為陰
是以一身之中陰陽運用五行相生莫不由
於飲食也若少年之人真元氣壯失於饑飽

傷于生冷以根本強盛未易為患其高年之
人真氣耗竭五臟衰弱全在飲食以生氣血
若生冷無節饑飽失宜調停無度動成疾患
但人之疾病未有不因八邪而感八邪者風
寒暑濕饑飽勞逸也居常之食大抵宜在溫
熱熟軟忌是粘硬生冷每朝宜進平補下元
藥一服女人平補血海藥無燥熱者方可以
猪羊腎作米粥一盃以壓之諸品粥皆可食
後行走一二百步令運動消散飲食不可頓

飽頻頻而食使脾胃易化穀氣長存恐頓飽
傷脾不能消納遂成疾病無疾不宜服藥只
宜調停飲食自然無患矣

養老新書曰人爲萬物中一物也不能逃天地
之數若天癸數窮則精血耗竭神氣浮弱返
同小兒全藉將護以助衰晚若遇水火兵寇
非橫驚怖之事必先扶持老人於安處避之
不可喧忙驚動高年之人一遭大驚便致胃
味因生餘疾凡喪葬凶禍不可令弔疾病危

困不可令問悲哀憂愁之事不可令人報知
穢污臭敗不可令食粘硬毒物不可令餐弊
漏卑濕不可令居卒風暴雨不可令冒煩暑
燥熱不可令中動作行步不可令勞暮夜之
食不可令飽陰霧晦暝不可令饑假借鞍馬
不可令乘偏僻藥餌不可令服廢宅歌宇不
可令入墳園塚墓不可令遊危險之地不可
令行澗淵之水不可令渡闇昧之室不可令
孤凶禍遠報不可令知輕盈女婢不可令親

家緣冗事不可令營若此事類頗多不克備
舉但人子悉意深慮過為之防稍不便於老
人者皆宜忌之以保長年常宜遊息精藍崇
尚佛教使裨識趣向一歸善道此養老之奇
術也

癸辛志曰飽食緩行初睡覺一甌新茗侍兒煎

脫巾斜倚籐床坐風送水聲來耳邊裴晉公詩也

細書妨老讀長筆愜昏眠取快且一息拋書

還少年半由翁詩也相對蒲團睡味長主人與客

兩相忘須臾客去主人睡一枕西窗半夕陽

陸放翁詩也讀書已覺眉稜重就枕方歡骨節和

睡去不知天早晚西窗殘日已無多僧有規詩也

老讀文書與易闡須知塵冗不如閑竹床瓦

枕虛堂上卧看江南雨後山呂榮陽詩也紙屏石

枕竹方床手倦拋書午夢長睡起莞然成獨

笑數聲漁笛在滄浪蔡持正詩也余習懶成僻每

遇暑晝必須偃息客有嘲孝先者即哦此以

自解但苦枕熱展轉數四後見前輩言荆公

嗜睡夏月當用方枕睡久氣蒸枕熱則轉一方冷處此非真知睡味未易語此也

孝先曰花竹幽窓午夢長此中與世暫相忘華山處士如容見不覓仙方覓睡方睡亦有方希夷意謂息魂離神不動也遺教經云乃有煩惱毒蛇睡在汝心毒蛇既出乃可安眠之謂近世西山蔡季通有睡訣云睡側而屈睡覺而伸早晚以時先睡心後睡眼晦翁以爲此古今未發之妙

高子怡養立成

高子曰恬養一日之法鷄鳴後醒睡卽以兩手呵氣一二口以出夜間積毒合掌承之搓熱擦摩兩鼻傍及拂熨兩目五七遍更將兩耳揉捏扯拽捲向前後五七遍以兩手抱腦後用中食二指彈擊腦後各二十四左右聳身舒臂作開弓勢遞互五七遍後以兩股伸縮五七遍叩齒漱津滿口作三嚥少息因四時氣候寒溫酌量衣服起服白滾湯三五口名

太和湯次服平和補脾健胃藥數十丸少頃
進薄粥一二甌以蔬菜壓之勿過食辛辣及
生硬之物起步房中以手鼓腹行五六十步
或徃理佛焚香誦經念佛作西方功德或課
兒童學業或理家政就事歡然勿以小過動
氣不得嗔叫用力杖入園林令園丁種植蔬
菜開墾溝畦芟草灌花結縛延蔓斫伐橫枝
毋滋冗雜時卽採花插瓶以供書齋清玩歸
室寧息閉目兀坐定神頃就午餐量腹而入

毋以食爽過多毋求厚味香燥之物以燥三
內食畢飲清茶一二盃卽以茶漱齒凡三吐
之去牙縫積食作氣起復鼓腹行百餘步而
止或就書室作書室中脩行事或接客談玄
說閑散話毋論是非毋談權勢毋涉公門毋
貪貨利或共客享粉糕麪食一二物啜清茗
一盃忌食水團粽子油煤堅滯膩滑等食起
送客行或共步三二百步歸或晝眠起或行
吟古詩以宣暢育次幽情能琴者撫琴一二

操時自酌量身服寒煖卽爲加減毋得忍寒
不就增服於焉杖履門庭林薄使血脉流通
一時乎晚餐量腹饑飽或飲酒十數杯勿令大
醉以和百脉篝燈冬月看詩或說家一二鼓
始就寢主人晏卧可理家庭火盜生發睡時
當服消痰導滯利膈和中藥一劑心頭勿想
過去未來人我惡事惟以一善爲念令人不
生惡夢時或心神不寧常多夢魘當以硃砂
三錢作紅絹袋盛之置髮頂內或以麝臍毛

殼置枕內魘之或臨卧時口誦婆刪婆演帝
二十一遍絕夢魘更驗想此爲主夜之神諱
也房中暗燈上置茶湯令煖以供不時之需
榻前時焚蒼朮諸香勿令穢汚以辟不祥夏
月不可用水展席冬月不可以火焙衣二事
甚快一時後日疾作不淺老人衰邁冬月畏
寒可以錫造湯婆注熱水用布囊包以避濕
先時擁被團簇臨睡甚煖又可溫足且遠火
氣此吾人一日安樂之法無事外求之道况

無難爲人能行之其爲受福實無盡藏也是
非養壽延年之近者歟毋以近而忽之道不
在遠此之謂耳

怡養動用事具

一宜床 式如常製涼床少濶一尺長五寸方
柱四立覆頂當做成一扇濶板不令有縫三
面矮屏高一尺二寸作欄以布漆畫梅或菊
粉洒金亦可下用密穿棕簟夏月內張無漏
帳四通涼風使屏少護汗體且蚊蚋蚤蟻無

隙可入冬月三面并前兩頭作木格七扇糊
以布骨紙面先分格數鑿孔裝紙格以禦
寒氣更以冬帳閉之帳中懸一鑽空葫蘆口
上用木車頂蓋鑽眼挿香八葫蘆中俾香氣
四出床內後柱上釘銅鈎二用掛壁瓶四時
插花人作花伴清芬滿床卧之神爽意快冬
夏兩可名曰二宜較彼雕鑿珣嵌金碧輝映
者覺此可久

無漏帳 帳製幔天罩床此通式也孰知夏月

蚊蚋緣下而上雖閉如無余所製帳有底罩
帳之下如綴頂式以粗布爲之紉其三面前
餘半幅下垂張於床內上下四方無隙可漏
何物得侵夏月以青紵爲之吳中搗紗甚妙
冬月以白厚布或厚絹爲之上寫蝴蝶飛舞
種種意態儼存蝶夢餘趣或用紙帳作梅花
似更清雅

竹榻以斑竹爲之三面有屏無柱置之高齋
可足進倦息榻上宜置靠几或布作扶手

協坐靠墩夏月上鋪竹簟冬用蒲席榻前置
一竹踏以便上床安履或以花梨花楠柏木
大理石鑲種種俱雅在主人所好用之

石枕 枕製不一卽石枕雖宋磁白定居多有
尸枕亦舊窳者長可一尺古墓中得之甚不
可用有特燒爲枕者長可二尺五寸濶六七
寸者有東青磁錦上花者有劃花定者有孩
兒捧荷偃卧用荷捲葉爲枕者此製精絕皆
余所目擊南方一時不可得也有用磁石爲

枕如無大塊以碎者琢成枕面下以木鑲成
枕最能明目益睛至老可讀細書有菊枕以
甘菊作囊盛之置皮枕涼枕之上覆以枕席
睡者妙甚

女廉藥枕神方

藥枕 用五月五日七月七日取山林栢木鋸
板作枕長一尺三寸高四寸以栢心赤者為
之蓋厚四五分工製精密勿令走氣又可啟
閉蓋上鑽如粟米大孔三行行四十孔凡一

百二十孔內實藥物二十四品以按二十四

氣計用飛廉 蕙以仁 欵冬花 肉蓯蓉

川芎 當歸 白芷 辛夷 白朮 藁本

木蘭 蜀椒 官桂 杜蘅 栢實 秦椒

乾薑 防風 人參 桔梗 白薇 荊實

藤蕪 白蘅 各五 外加毒者八味以應

八風 烏頭 附子 藜蘆 皂角 茵草

礬石 半夏 細辛 右總三十二物各五

錢咬咀為末和入枕匣裝實外用布囊縫好

枕過百日面有光澤一年體中風疾一切皆愈而且身香四年髮白變黑齒落更生耳目聰明神方秘驗此方乃女廉以傳玉青王青傳於廣成子聖聖相傳不可輕忽常以密袱包蓋勿令出氣

蒲花褥 九月採蒲略蒸不然生虫曬燥取花如柳絮者爲卧褥或坐褥皆用粗布作囊乘之裝滿以杖鞭擊令勻厚五六寸許外以褥面套囊虛軟温煥他物無比春時後去褥面出囊炕燥收起歲歲可用

隱囊 榻上置二墩以布青白鬪花爲之高一尺許內以綿花裝實縫完傍繫二帶以作提手榻上睡起以兩肘倚墩小坐似覺安逸古之製也

靠背 以雜木爲框中穿細籐如鏡架然高可二尺濶一尺八寸下作機局以準高低置之榻上坐起靠背偃仰適體甚可人意
靠几 以水磨爲之高六寸長二尺濶一尺有

多置之榻上側坐靠肘或置薰爐香合書卷
最便三物吳中之式雅甚又且造中

蘆花被 深秋採蘆花裝入布被中以玉色或
蘭花布爲之仍以蝴蝶畫被覆蓋當與莊生
同夢且八九月初寒覆之不甚傷煖北方無
用不過取其清耳

紙帳 用籐皮繭紙纏於木上以索纏緊勒作
皺紋不用糊以線折縫之頂不用紙以稀
布爲頂取其透氣或畫以梅花或畫以蝴蝶

自是分外清致

歌床 高尺二寸長六尺五寸用籐竹編之勿
用板輕則童子易擡上置倚圈靠背如鏡架
後有撐放活動以造高低如醉卧偃仰觀書
并花下卧賞俱妙

短榻 高九寸方圓四尺六寸三面靠背後背
少高如傍置之佛堂書齋閑處可以坐禪習
靜其僧道談玄甚便斜倚又曰彌勒榻

籐墩 蒲墩止宜於冬月三時當置籐墩如畫

上者甚有雅趣否則近日吳興所製板面竹
凳堅實可坐又如八角水磨小凳三角凳俱
入清齋吳中漆嵌花珣圓凳當置之金屋爲
阿嬌持觴介主之用

書枕 懼仙製用紙三大卷狀如碗品字相疊
束縛成枕頭枕上卷每卷綴以朱籤牙牌下
垂一日太清天錄一日南極壽書一日蓬萊
仙籍用以枕於書窓之下便作一夢清雅

袖爐 焚香携爐當製有蓋透香如倭人所製
滑空罩蓋漆鼓薰爐似便清齋焚香炙手蓋
衣作烹茶對客常談之具今有新鑄紫銅有
罩蓋方圓爐式甚佳以之爲袖爐雅稱清賞
蒲石盆 書齋蒲石之供夜則可收燈烟曉取
垂露潤眼此爲至清具也須擇美石上種蒲
草得有舊石種蒲年遠青菴鬱然者妙絕盛
以官哥均州定窰方圓盆中養以河水天落
水時令出見天日夜受風露則草石長青若
置之書齋塵積蒲葉山石則憔悴弊矣須常

念之

仙椅 矐仙云默坐凝神運用須要坐椅寬舒
可以盤足後靠椅製後高扣坐身作荷葉狀
者爲靠腦前作伏手上作托頰亦狀蓮葉坐
久思倦前向則以手伏伏手之上頰托托頰
之中向後則以腦枕靠腦使筋骨舒暢血氣
流行

隱几 以怪樹天生屈曲若環帶之半者爲之
有橫生三了作足爲奇否則裝足作几寘之

榻上倚手頓頰可卧書云隱几而卧者此也
余見友人吳破瓢一几樹形皺皮花細屈曲
竒怪三足天然摩弄瑩滑宛若黃玉此老携
以遨遊珍惜若寶此誠希有物也今以美木
取曲爲之水摩先瑩亦可擬隱此式知者甚
少廟中三清聖像環身有若圍帶卽此几也
似得古製近日塑像去其半矣

梅花紙帳 卽榻床外立四柱各柱掛以銅甌
插梅數枝後設木板約二尺自地及頂欲靠

以清坐左右設橫木可以掛衣角安斑竹書
貯一藏畫三四掛白塵拂一上作一頂用白
楮作帳罩之前安踏床左設小香几置香鼎
燃紫藤香榻用布衾菊枕蒲褥乃相稱道人
還了鴛鴦債紙帳梅花醉夢間之意古云千
朝服藥不如一夜獨宿倘未能了雨雲業能
不愧此鐵石心當亟移去寒枝毋令冷眼偷
笑

滾凳 湧泉二穴人之精氣所生之地養生家
時常欲令人摩擦今置木凳長二尺濶六寸
高如常四程鑲成中分一檔內二空中車圓
木二根兩頭留軸轉動凳中鑿竅活裝以脚
踹軸滾動往來脚底令湧泉穴受擦無煩童
子終日為之便甚

蒲墩 以蒲草為之高一尺二寸四面編束細
密且甚堅實內用木車坐板以柱托頂久坐
不壞蒲團大經三尺者席地快甚吳中置者
精妙可用

如意 古人以鐵爲之防不測也時或用以指
畫向往後有雕竹爲之近得天生樹枝摩作
如意精巧入神復得竹鞭樹枝屈紆如豆肖
一生而柄亦天成不事琢磨無一毫斧鑿痕執
之光瑩如玉其堅比鐵惜不多得

竹鉢 鉢盂持以飲食道家方物舊有瘦木爲
瓢內則灰漆近製取深山巨竹車旋爲鉢光
潔照人土刻銘字填以大青真物外高品

禪椅 禪椅較之長椅高大過半惟水摩者爲

佳斑竹亦可其製惟背上枕首橫木濶厚始
有受用

禪衣 瑣哈喇絨爲之外紅裏黃其形似胡羊
毛片綫下垂用布織爲躡其用耐久來自
西域價亦甚高惟都中有之似不易得今以
紅褐爲外黃紬爲裏中絮繭綿坐以圍身亦
甚溫暖不俗

佛堂 內供釋伽三身或一佛二菩薩像或供
觀音烏思藏鏤金之佛價雖高大其金鏤甚

厚且慈容端整結束得真印結跏趺妙相具
足宛如現身人能供理亦增善念案頭以舊
磁淨瓶獻花淨碗酌水列此清供書焚印香
夜燃石燈稽首焚脩當得無量莊嚴功德
禪燈 高麗石者爲佳角者絕不可用有日月
二石惟月燈在在有之日燈百無一二月燈
灼以油火其光白瑩真如初月出海其日燈
得火內照一室皆紅曉日東升不是過也有
小者尤更可愛價亦倍高

鐘磬 得古銅漢鐘聲清韻遠舊靈壁石磬色
黑性堅者各一懸之佛堂焚香敲擊以清俗
耳故詩有云數聲鐘磬是非外一箇閑人天
地聞是真有得於閑者老人身閑當以此聲
爲快心悅耳

念珠 以菩提子爲上近有檢勻細子琢磨如
玉持念輕便甚可人意有玉製者有龍充造
者云是龍鼻骨磨成色黑嗅之微有腥香有
以檀香車入菩提子中孔著眼引繩謂之灌

香 世廟初惟京師一人能之價定一分一
子爲格余曾得之果絕技也又見宋人以玉
碾骷髏鑽通六竅貫線作記有紅色瑪瑙者
亦如此製又見西方細膩紅者內作銅管外
作佛字管外用硃砂調塑爲珠繩引銅心往
來若珊瑚然又西番硝子燒珠質青每粒四
面白菊黃心花朵其精巧獨擅取天然者有
大金剛子小金剛子小者貴甚草子用久如
漆瑪瑙琥珀金珀水晶人頂骨以傍宗眼血

實色紅者爲佳枯黑爲下 珊瑚惡甚車碾柳
子珠作匾樣紫檀烏木棕竹車者亦雅珠上
記念有宋做王降魔杵五供養天生小葫蘆
一寸長者爲奇鷲眼錢海巴五臺靈光石白
定窰燒豆大葫蘆玉製界刀斧子鰲魚轉輪
子皆掛吊珠上作記念千萬數也宣德成化
時有番僧入貢進獻小輪子如榧狀外塑花
巧色具紅黃中藏小經一卷製成用作念珠
記總此最相宜先年極多今不可得矣又見

番僧携至佩經或皮袋或漆匣上有番篆花
樣文字四方三寸厚寸許匣外兩傍爲耳繫
繩佩服余曾開匣視之經文朱書其細密精
巧中華不及此真梵王物也當佩服持珠作
人間有髮僧坐卧西風黃葉中捧念西方大
聖較之奔逐利名哀哀寒暑者自覺我輩閑
靜

聖蠟燭方

槐角子

二斤八月收

白膠香

一斤 硫黃

四兩

先將角子搗爛將膠香化開入角子一同熬

爛次下硫黃用槐條攪用小指大竹筒長七
八寸將三物灌入陰乾去其竹筒每條可點
一二十日

聖燈方

浮萍

六月收

瓦松

六月收

遠志

黃丹

鉛粉

各一兩

爲細末每油一兩入藥一錢點燈

可照一月

印香供佛方并圖

齋室中燒香不可一日無

者其法另具若印香供佛其爲印模有焚一
日者有焚六時者其香料隨造但料重則香

余所製方如左亦內府舊方少損益耳

夢覺菴妙高香方共二十四味按二十四炷用以供佛

沉速四兩黃檀四兩降香四兩木香四兩丁香六兩乳香四兩

檲芸香六兩官桂八兩甘松八兩三賴八兩姜黃六兩玄

參六兩丹皮六兩丁皮六兩辛夷花六兩大黃八兩藁本

八兩獨活八兩藿香八兩茅香八兩白芷六兩荔枝殼八兩

馬蹄香八兩鐵面馬牙香一斤淮產末香一斤入炒

硝一有此二物引火且焚無斷滅之患大小

香印四具圖附如左

長春永壽香印圖

焚香
起處

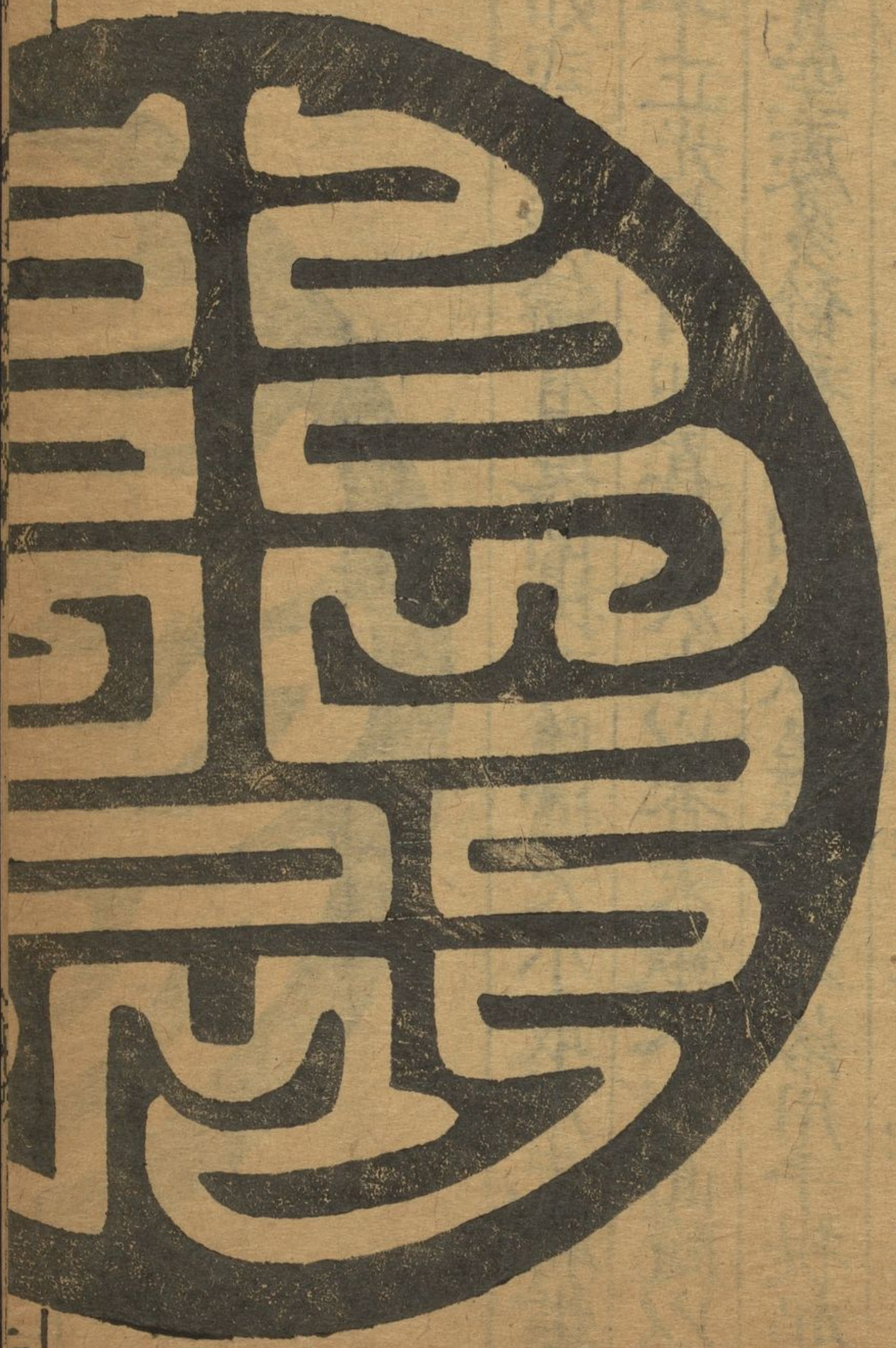


福壽香印圖



壽莫綿長香印圖

起居下



四印如式印傍鑄有邊闌提耳隨爐大小取用先將爐灰築實平正光整將印置於灰上以香末鍤入印面隨以香鍤築實空處多餘香末細細鍤起無少零落用手提起香印香字以落爐中若稍欠缺以香末補之焚燒可以永日小者亦一二時方滅伴經史供佛坐不可少也

焚供天地三神香方

昔有真人燕濟居三公山石窰中苦毒蛇猛獸邪魔干犯遂下山改居華陰縣庵栖息三年忽有三道者投庵借宿至夜談三公山石窰之勝內一人云吾有奇香能救世人苦難焚之道得自然玄妙可昇天界真人得香復入山中坐燒此香毒蛇猛獸悉皆遯默忽一日道者散髮背琴虛空而來將此香方鑿于石壁乘風而去題名三神香能開天門地戶通靈達聖入山可驅



猛獸可免刀兵可免瘟疫久旱可降甘雨渡江
可免風波有火焚燒無火口嚼從空噴於起處
龍神護助靜心修合無不靈驗

沉香 乳香 丁香 白檀 香附 藿香

各二錢 甘松 二錢 遠志 一錢 藁本 三錢 白芷 三錢 玄參

二錢 零陵香 大黃 降真 木香 茅香

白芨 栝香 川芎 三賴 各二錢五分

用甲子日攢和丙子搗末戊子和合庚子印餅

壬子入合收起煉蜜為丸或刻印作餅寒水

石為衣出入帶入葫蘆為妙

臞仙異香

沉香 檀香 各一兩 冰片 麝香 各一錢 棋楠香

羅合 欖子 滴乳香 各五錢

九味為末煉蔗漿合和為餅焚之以助清氣

難消炭 竈中燒柴下火取出罈閉成炭不拘

多少搗為末用塊子石灰化開取濃灰和炭

末加水調成以猫竹一筒劈作兩半合脫成

釘晒乾燒用終日不消

獸炭 細骨炭十觔鐵屎塊十觔用生芙蓉葉
三觔合搗爲末糯米粥和成劑塑作麒麟獅
子之形晒乾每燃一枚三日不滅如不用以
灰掩之

留宿火法 好胡桃一枚燒半紅埋熱灰中三
五日不滅

香椽盤橐 香椽出時山齋最要一事得官哥
二窰大盤或青東磁龍泉盤古銅青綠舊盤
官德暗花白盤蘇麻尼青盤朱砂紅盤青花

盤白盤數種以大爲妙每盆置椽廿四頭或
十二三者方足香味滿室清芬其佛前小几
上置香椽一頭之橐舊有青東磁架龍泉磁
架最多以之架玩可堪清供否則以舊人珠
雕茶橐亦可惟小樣者爲佳

插瓶花法 插梅瓶中置硫一錢以熱湯插之
芙蓉牡丹芍藥蜀葵萱草俱用大滾湯插之
緊塞瓶口則不焦能開插蓮以泥塞摘斷孔
內先入瓶底後方加水養之插梔子將剪斷

處敲碎加鹽些少於瓶加水養之則開茲錄
草草後有備細條目

溪山逸遊條

序古名遊

陶弘景曰山川之美自古共談高峯入雲清流
見底兩岸石壁五色交輝青林翠竹四時備
矣曉霧將歇猿鳥亂鳴夕日欲頽沉鯉競躍
實為欲界之仙都自康樂以來未有語其奇
者

羊祜樂山水每風景佳日必登峴山言詠終日
常語從事曰自有宇宙便有此山由來賢達
勝士登此遠望如我與卿者多矣皆湮沒無
聞使人悲傷如百歲後有知魂魄猶應登此
劉歊隱居求志尤愛山水登危履險必盡幽遐
人莫能及人皆歎其有濟勝之具

李白登華山落鴈峯曰此山最高呼吸之氣想
通帝座恨不携謝眺驚人詩來搔首問青天
耳

象耳山有李白留題曰夜來月下卧醒花影零
亂蒲人襟袖疑如濯魄于水壺中也

柳子厚曰上高山入深林窮廻溪幽泉怪石無
遠不到到則披草而坐傾壺而醉醉則更相
枕以卧意有所極夢亦同趣

張衡賦曰仲春令月時和氣清原隰鬱茂百草
滋榮王睢鼓翼倉庚哀鳴交頸頡鴠關關嚶
嚶於焉逍遙聊以娛情于時曜靈俄景繼以
望舒極盤遊之至樂雖日夕以亡劬

簡文入華林園曰會心處不必在遠翳然林泉
便自有濠濮間想也不覺鳥獸禽魚自來親
人

東坡曰江山風月本無常主閑者便是主人
王摩詰夜登華子岡輞水漣漪與月上下他山
遠火明滅林外深巷寒犬吠聲如嘯村虛夜
春復與踈鐘相間此時獨坐童僕靜默每思
曩昔携手賦詩當待春仲卉木蔓發輕儵出
水白鷗矯翼露濕青臯麥雉朝雉倘能從我

遊乎

韓持國爲守每春到常日設十客之具於西湖
事委僚吏卽造湖上有士大夫過卽邀之坐
蒲九客而止卽與樂飲終日曾存之問曰無
乃有不得已者乎公曰汝少年安知吾老矣
未知復有幾春若待可與飲者而後從之吾
之爲樂無幾而春亦不吾待矣

懼仙曰江上一簑釣爲樂事釣用輪竿竿用紫
竹輪不欲大竿不宜長但絲長則可釣耳豫

章有叢竹其節長又直爲竿最佳竿長七八

尺猷針作鈎所謂一勾掣動滄浪月釣出千

秋萬古心是樂志也意不在魚或于紅蓼灘

頭或在青林古岸或值西風撲面或教飛雪

打頭於是披簑頂笠執竿烟水儼在米芾寒

江獨釣圖中比之嚴陵渭水不亦高哉

又曰河內置一小舟繫於柳根陰處時乎閒暇

執竿把釣放乎中流可謂樂志於水或於雪

霽月明桃紅柳媚之時放舟當溜吹簫笛以

動天籟使孤鶴乘風唳空或扣舷而歌飽餐
風月回舟返棹歸卧松窓逍遙一世之情何
其樂也

許椽好遊山水體便登陟人云許非徒有勝情
實有濟勝之具

王子敬云從山陰道上行山川自相映發使人
應接不暇若秋冬之際尤難爲懷

澄懷錄云每遇勝日有好懷抱袖手吟古人詩
足矣青山秀水眼到即可舒嘯何必居籬落

一下後爲已物

又曰每登高岡步邃谷延留燕坐見懸崖瀑流
古木垂蘿悶閑岑寂之處終日忘返

鋤經堂志曰登高山下觀城市如蟻垤不知其
間幾許人往來奔走如蜂釀蜜如蠅爭血從
高望之真可一笑山之高於城市能幾何已
自如此况真仙在太虛中下視塵土又何翅
蟻垤乎哉

謝臯羽曰天地間雲嵐木石崇丘絕壑足以發

奇潛老多人跡所不到故疇人靜者得與世
相忘而自樂其樂恒專已而不讓至鶉衣蒙
垢土面蓬首獨甘心焉

越人王冕當天大雪赤脚上潛岳峰四顧大呼
曰遍天地皆白玉合成使人心膽澄徹便當
仙去

高子遊說

高子曰時值春陽柔風和景芳樹鳴禽邀朋郊
外踏青載酒湖頭泛棹問柳尋花聽鳥鳴於

茂林看山弄水脩禊事於曲水香堤艷賞紫
陌醉眠杖錢沽酒陶然浴沂舞風裊草坐花
酣矣行歌踏月喜瀾瀾之睡沙羨鷗鳧之浴
浪夕陽在山飲興未足春風滿座不醉無歸
此皆春朝樂事將謂閑學少年時乎夏月則
披襟散髮白眼長歌坐快松楸綠陰舟泛芰
荷清馥賓主兩忘形骸無我碧筒致爽雪藕
生涼喧卑避俗水亭一枕來薰踈懶宜人山
閣千峰送雨白眼徜徉幽歡絕俗蕭騷流暢

此樂何多秋則凭高舒嘯臨水賦詩酒泛黃
花饌供紫鱗停車楓樹林中醉卧白雲堆裏
登樓咏月飄然元亮高閑落帽吟風不減孟
嘉曠達觀濤江渚與奔雪浪雲濤聽鴈汀沙
思入蘆花夜月蕭騷野趣爽朗襟期較之他
時似更閑雅冬月則杖藜曝背觀禾刈於東
疇策蹇冲寒探梅開於南陌雪則眼驚飛玉
取醉村醪霽則足躡層冰騰吟僧閣泛舟載
月興到郊溪醉榻眠雲夢寒玄圃何如湖上
一策可了人間萬事四時遊冶一歲韶華毋
令過眼成空當自偷閑尋樂已矣乎吾生幾
何胡爲哉每懷不足達者悟言于斯有感山
人遊具聊備如左

遊具

竹冠 制惟偃月高士二式爲佳他無取焉間
以紫檀黃楊爲之亦可近取瘦木爲冠以其
形肖微似以此束髮終少風神若帶唐巾漢
巾可以簪花漢巾之製去唐式不遠前摺較

後兩傍少窄三四分頂角少方二製之外皆
非山人家所取但五岳真形圖人當佩帶入
山可拒虎狼尋壑可遠魑魅今以唐巾玉圈
一取作方式篆圖琢成帶之甚雅且圈非徒設
一五岳圖有二三篆法惟道藏經所載似真圖
具後幅

披雲巾 踏雪當制不懼仙雲巾或段或氈爲之
匾巾方頂後用披肩半幅內絮以綿或托以
氈可避風寒不必風領煖帽作富貴態也

道服 不必立異以布爲佳色白爲上如中不
四邊延以緇色布亦可次用茶褐布爲袍緣
以皂布或絹亦可如禪衣非兜羅綿以紅褐
爲之月衣之製鋪地儼如月形穿起則如披
風道服二者用以坐禪策蹇披雪避寒俱不
可少

文履 用白布作履如世俗之鞋用皂絲縹一
條約長一尺三四許折中交屈之以其屈處
綴履頭近底處取起出履頭一二分而爲二

復綴其餘絲於履面上雙交如舊畫圖分其
兩稍綴履口兩邊緣處是爲約於牙底相接
處用一細絲繚周圍綴於縫中是爲縹又以
履口納足處周圍緣以皂絹廣一寸是爲純
又於履後綴一皂帶以繫之如世俗鞋帶是
爲綦如黑履則用皂布爲之而以白或藍爲
約縹純綦是也

道扇 其扇有二有紙糊者有竹編者近日新

安置扇其竹篾以如紙編織細密製度精佳但
不宜漆輕便可携何扇勝此紙糊如此式樣
亦佳但得竹根紫檀妙柄爲美舊有鵝毛扇
卽羽扇也但無能者製度精緻今製似不堪
執

拂塵 古有紅拂塵尾紅拂乃富貴家用物毋
論塵尾似不易得近有以天生竹邊如靈芝
如意形者斲爲拂柄甚雅其拂惟以長棕爲
之不必求奇以白尾爲妙余有萬歲藤一小
枝玲瓏透漏儼肖龍形製爲拂柄可快披拂

八片卷八
起居安樂下
三十三
雲鳥 以蓑草及棕爲之雲頭如芒鞋或以白
布爲鞋青布作高挽雲頭鞋面以青布作條
左右分置每邊橫過六條以象十二月意後
用青雲口以青緣似非塵上中着脚行用當
爲山人濟勝之具

竹杖 惟合竹爲佳有以之字竹方竹老竹鞭
爲之者亦雅近日以荆木如杖形者原其上
有雙枝厚根處雕爲雙芝摩滑如玉亦可人
意得有三代商嵌金銀碧瑱古銅鳩鳥杖頭

須用棕竹爲杖余見有全身鏤金銀者形狀
古甚下有銅管亦三代物也製甚可愛得此
一副老人受用無量外此用萬歲藤藜藿爲
杖形雖奇怪此爲老衲行具恐非山人家扶
老也姑置不取

瘦杯 取木之瘦肖杯者琢磨成杯式惟三種
爲最桃杯蓮杯芝杯余所藏三盃克肖真形
其外種類甚夥且奇要之適用無如三者
瘦瓢 有形如芝者有如瓠者山人家携帶用

以飲泉大不過五六寸而小者半之惟以水磨其中布擦其外光彩如漆明亮燭人雖水濕不變塵污不受廢入精妙鑒賞

斗笠 其製有二一名雲笠以細籐作笠方廣二尺四寸以皂絹蒙之綴簷以遮風日一名葉笠以竹絲爲之上以槲葉細密鋪蓋甚有

道氣二物貴在輕便
葫蘆 有天生一寸小葫蘆最可人意用以綴爲衣紐又可懸于念珠價高不甚多見惟京

師有之若用杖頭掛帶乘車者二三寸葫蘆亦妙其長腰鷺鷥葫蘆可懸藥籃左畔似不可少

藥籃 卽水火籃也製有佳者惟遠紅漆爲佳內實應驗方藥膏藥以便隨處濟人山童携之亦多物外風致近有籐絲編者不佳以大毛竹車旋者太重

棋盤 圍棋確子近日永嘉以籐編爲確製巧用堅雖墮地觸石曾無損裂外以籐編爲籃

携此二確其輕便可愛誠遊具中一妙品也
書室中不宜有此

詩筒葵牋 白樂天與微之常以竹筒貯詩往
來賡唱故和靖詩云帶班猶恐俗和節不妨
山之句既有詩可無吟箋許判司遠以葵箋
見惠綠色而澤入墨覺有精采詢其法乃采
帶露蜀葵葉研汁用布揩抹竹紙上伺少乾
用石壓之許嘗有詩云不采傾陽色那知戀
主心不獨便于山家且知葵藿傾陽之意

韻牌 余刻詩韻上下二平聲為紙牌式各曰
韻牌每韻一葉總三十葉山遊分韻人取一
葉唸以用韻似甚便覽近有四韻刻已備矣
恐山遊水泛無暇作長篇不韻此余始作意
也

葉牋 余作葉牋三種以臘板研肖葉紋用剪
裁成紅色者肖紅葉綠色者肖焦葉黃色者
肖貝葉皆取輿中羅紋長牋為之此亦山人
寄興岑寂所為若山遊偶得絕句書葉投空

隨風飛颺泛舟付之中流逐水浮沉自有許多幽趣

坐氊 花時席地每用鹿皮爲之人各一張柰何毛脫不久以蒲團棕團坐之甚佳余意挾青氊一條臨水傍花處展地共坐更便卷舒攜帶耳

衣匣 以皮護杉木爲之高五六寸蓋底不用板幔惟布裏皮面軟而可舉長濶如氊包式少長一二寸携於春時內裝綿夾便服以備

風寒驟變夏月裝以夾衣秋與春同冬則絨服煖帽圍項等件匣中更帶搔背竹鈿并鐵如意以便取用

便轎 入山用之如今市中俗云兜轎式也但坐身凉簟兩傍用銅或鐵打成橋梁雙鈎下鑿凉簟兩頭鈎上作眼待劄扛上用銅製二鑿下垂作竅以受銅鈎對眼用劄釘住如懸掛然人坐其上背靠扛上圈圍不惟安適且上山下山如履平地以其機關常平故耳何

有前撲後仰之患扛子得有閩產紫荆木爲之輕細而堅愈重愈力他木俱不勝也

輕舟 用以泛湖棹溪形如刻船長可二丈有餘頭濶四尺內容賓主六人僮僕四人中倉四柱結頂幔以篷簟更用布幕走簷罩之兩傍硃欄欄內以布絹作帳用蔽東西日色無日則懸鈎高捲中置卓凳後倉以藍布作一長幔兩邊走簷前縛中倉柱頭後縛船尾釘兩圈處以蔽童僕風日更着茶爐烟起恍若

圖畫中一孤航也舟惟底平用二畫槳更作卓卓二張一張高一尺六寸長三尺二寸濶二尺四寸作二面折脚活法展則成卓疊則成匣以便攜帶席地用此擡合以供酌酢其小几一張同上疊式高一尺四寸長一尺二寸濶八寸以水磨楠木爲之置之坐外列爐焚香置瓶插花以供清賞

提盒 余所製也高總一尺八寸長一尺二寸入深一尺式如小厨爲外體也下留空方四

寸二分以板闌住作一小倉內裝酒杯六酒
壺一筋子六勸杯二上空作六格如方合底
每格高一寸九分以四格每格裝碟六枚置
菓箴供酒觴又二格每格裝四大碟置鮭菜
供饌筋外總一門裝卸即可闕鎖遠疑提甚
輕便足以供六賓之需

提爐 式如提盒亦余製也高一尺八寸濶一
尺長一尺二寸作三撞下層一格如方匣內
用銅造水火爐身如匣方坐歇匣內中分二

孔左孔炷火置茶壺以供茶右孔注○置一

桶子小鑊有蓋頓湯中煮酒長日午餘此鑊
可煮粥供客傍鑿一小孔出灰進風其壺鑊
迥出爐格上太露不雅外作如下格方匣一
格但不用底以罩之便壺鑊不外見也一虛
一實共二格上加一格置底蓋以裝炭總三
格成一架上可筋闕與提盒作一副也

備具匣二余製以輕木爲之外加皮包厚漆如
拜匣高七寸濶八寸長一尺四寸中作一替

上淺下深置小梳匣一茶盞四散盆一香爐
一香盒一茶盒一匙筯瓶一上替內小硯一
墨一筆二小水注一水洗一圖書小匣一骨
牌匣一骰子枚馬盒一香炭餅盒一途利文
具匣一內藏裁刀錐子挖耳挑牙消息肉叉
修指甲刀銼髮刀等件酒牌一詩韻牌一詩
筒一內藏紅葉各牋以錄詩下藏梳具匣者
以便山宿外用關鎖以啟閉携之山遊似亦
甚備

酒尊

注酒遠遊古有窰器甚佳銅提次之

以錫造者惡甚余意磁者負重銅者有腥不
若蒲蘆作具內用堅漆挾之遠遊似甚輕便
山遊當與已上三物束以二架共作一肩彼
此助我逸興

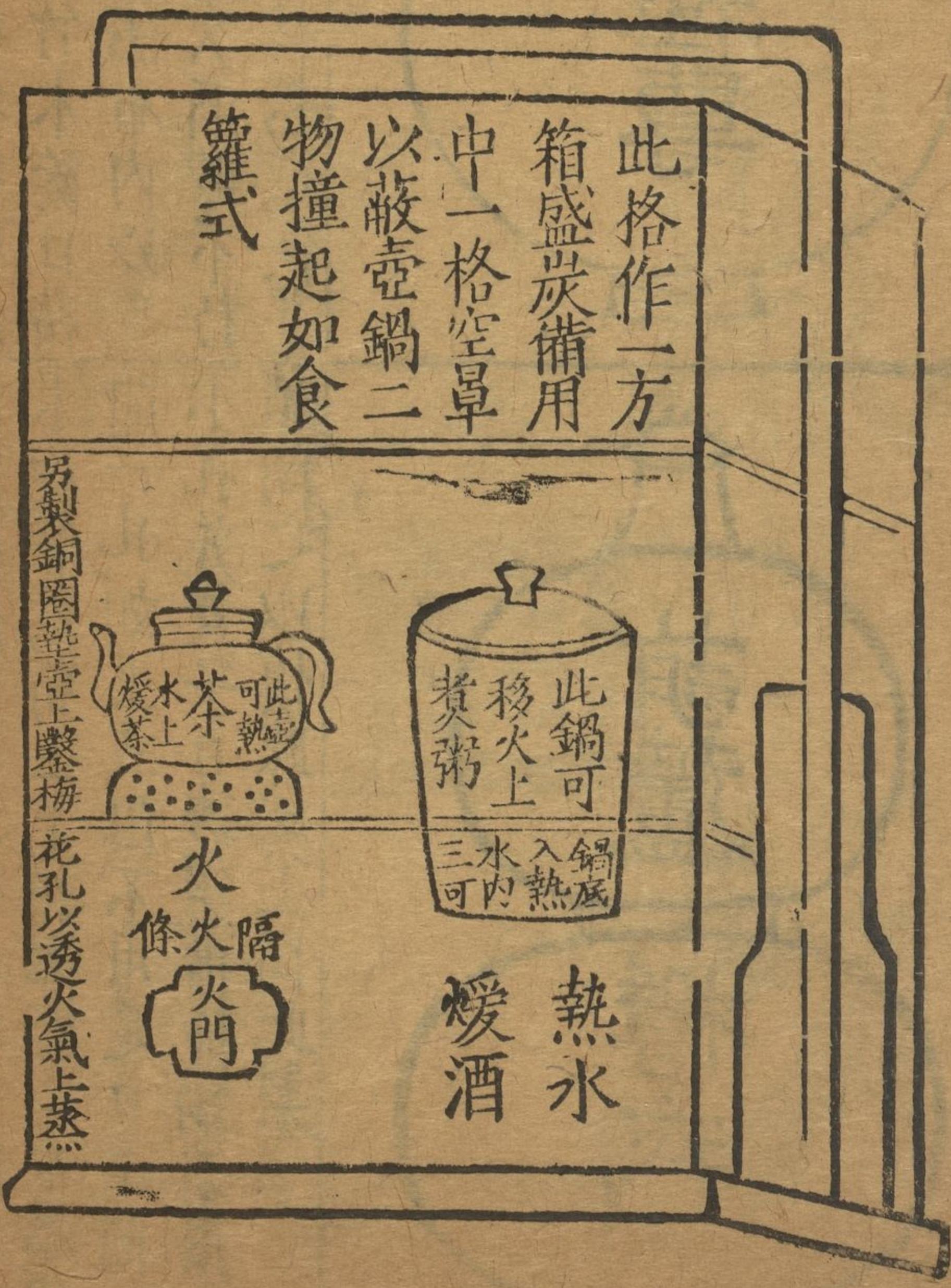
提盒式

提爐式

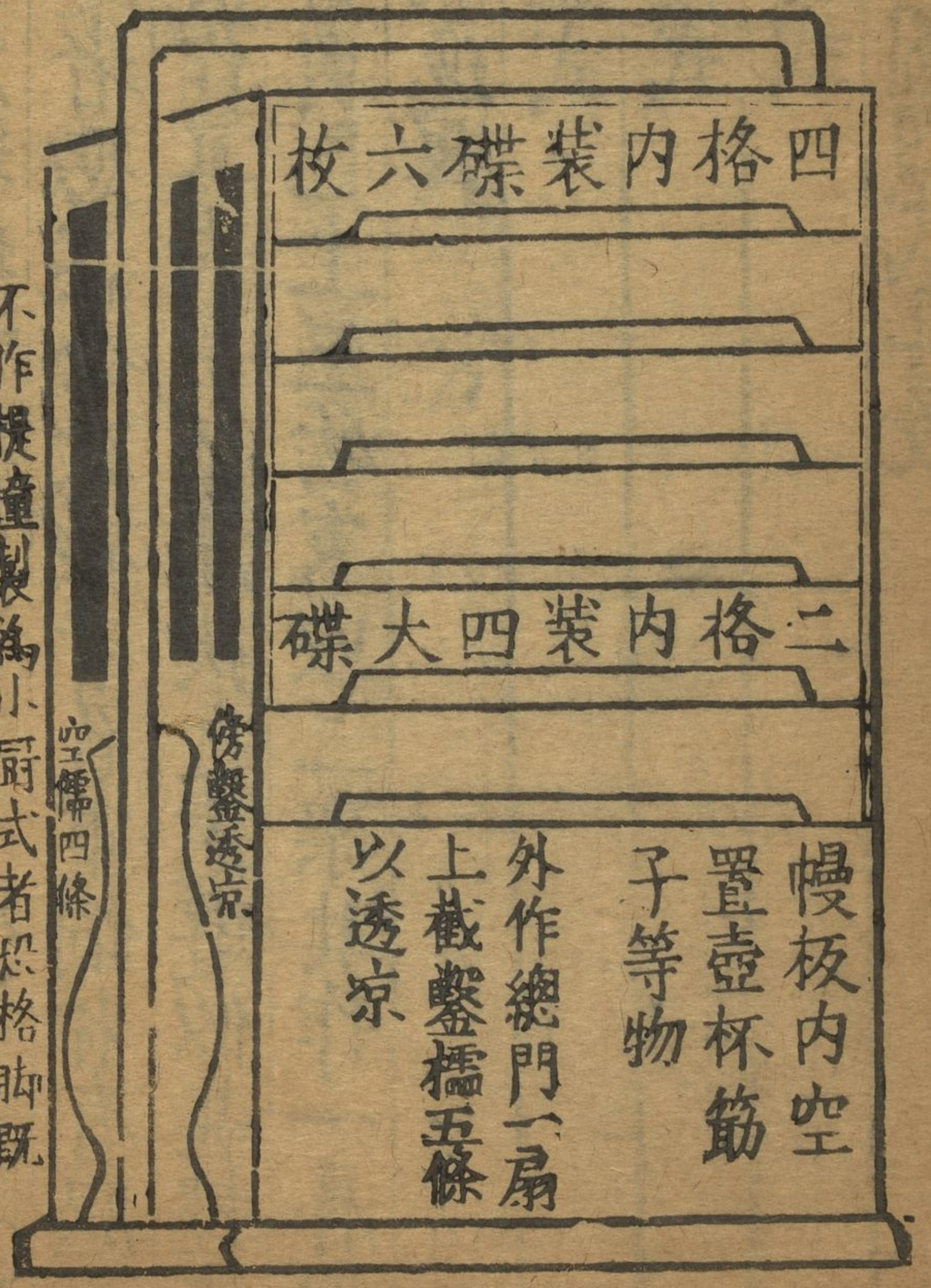
匏樽式

五嶽圖四式具後

提爐圖式



山遊提合圖式



不作提撞製為小厨式者忌格脚既空夏月取涼非厨不足以拘攝故耳

道藏經五岳真形圖

岳華



岳秦



岳崑



岳衡



岳恒



太極樽以匾匏為之豎起上鑿一孔以竹木旋口粘以木足堅以漆布內以生漆灌之凡二次酒貯不朽且免沁漚以絳携遊便甚

葫蘆樽用大小二匏為之中腰以竹木旋管為筍上下相繫堅以布漆頂開一孔如上式但不用足口上開一小孔并蓋子日透穿橫插銅銷用小鎖閉之以慎踈虞上同此製

鏡背五岳形圖



右五嶽圖二式一出道藏一出唐鏡模下不特製為唐巾玉圈用之當以此用黃素朱書裱作小卷長可三四寸飾以軸帶掛之杖頭與葫蘆作伴山人持以逸遊謂非負圖先生輩歟其所當佩說如藏經云

藏經曰五嶽之神分掌世間人物各有攸屬如太山乃天帝之孫群靈之府為五嶽祖主掌人間生死貴賤脩短衡嶽主掌星象分埜水族魚龍嵩嶽主掌土地山川牛羊食啗華嶽主宰金

銀銅鐵飛走蠢動恒嶽主掌江河淮濟四足負荷等事抱朴子曰脩道之士栖隱山谷須得五嶽真形圖以佩之則山中魑魅虎虫一切妖毒皆莫能近漢武帝元封三年七月七日受之西王母流布人間後太初年中李充自稱馮翊人三百歲荷草器負圖遨遊武帝見之封負圖先生故世人能佩此圖渡江海入山谷夜行郊埜偶宿凶房一切邪魔魑魅魍魎水怪山精悉皆隱遁不敢加害家居供奉橫惡不起禎祥未

云故此圖不獨用爲佩軸家居裱成畫圖安奉亦可

三才避忌條

天時諸忌

聖人曰勿怨天又曰君子敬天之威則省其過咎而改之故吾人起居不知三才避忌必犯災害何以能安樂哉故人當勿指天爲証勿怒視日月星辰行住坐卧莫裸體以褻三光勿對三光濡溺勿月下歡淫勿唾流星勿久

視雲漢大風大雨大雷大雪大露不可出行
當靜坐敬畏勿嗔怨風雨勿指虹霓重霧三
日必大雨未雨不可出行雷鳴勿仰卧遠出
觸寒而歸勿面向火勿就吃熟食衣濕汗卽
脫勿開口喝冷大寒大暑勿可出入伏熱者
勿驟飲水衝寒者勿驟飲湯勿瀆寒而寢日
出則出日入則入朝出莫饑暮息莫飽朔不
可泣晦不可歌此天時避忌之要畧也

地道諸忌

坤主厚載萬物生成人賴以生敢不寅畏以契
地靈勿以刀杖怒擲地勿輕掘地深三尺卽
有上氣傷人勿裸卧地上入深山當持明鏡
以行使精魅不敢近入山念儀方二字以却
蛇念儀康二字以却虎念林兵二字以却百
邪入山至山脚先退數十步方上山山精無
犯入山將後衣裾指三指挾於腰蛇虫不敢
近渡江河朱書禹字佩之言寫十字於手心
下船無恐怖深山流出冷水不可飲水有沙

虫處不可浴有水弩虫處不可渡虫射人影
卽死先以物擊水虫散方可渡行熱勿以河
水洗面陂湖水有小影是魚秧勿食井水沸
起者勿食屋漏勿悞食塚井中有毒勿食凡
濁水要急飲入杏仁泥少攪十數次卽可飲
夏月冰勿多食雖貪一時之快久則成疾此
地忌之大略也

八事諸忌

入爲萬物之靈有生之所當重者也豈可不以

生我者爲急乃以賊我者爲務也遵主者當
知所重五臟喜香潔惡腥羶食必擇可勿搔
首披髮覆面肝惡風心惡熱肺惡寒脾惡濕
腎惡滲髮不可悞入鮮食甲寅日割指甲甲
午日割脚指甲此爲三尸遊處故以斬除之
不可向北唾犯魁罡唾遠損氣唾多損神汗
出毛孔勿令扇風恐爲風中凡汗之所出本
於五臟飲食飽熱汗出於胃飽甚胃滿故汗
出於胃也驚悸奪精汗出於心驚奪心精神

氣浮越陽內薄之故汗出於心也持重遠行
汗出於腎骨勞氣越腎復過疲故持重遠行
汗出於肝也疾走恐懼汗出於肝暴役於筋
肝氣疲極故疾步恐懼汗出於肝也搖動勞
苦汗出於脾動作用力穀精四布脾化水穀
故汗出於脾也故勞傷汗出成病勿令汗入
飲食食後以紙拭入鼻引嚏數次令人氣通
明目化火勿強忍大小便勿努力大小便夜
間宜開眼出溲行走勿語行遠乘馬勿回顧

傷神凡行遠常存魁星在頭上夜行宜數叩
齒鬼神畏齒聲也夜行及寘卧心中懼者當
存日月光入我明堂中百邪自散勿久行傷
肝勿久立傷骨勿久坐傷肉勿跂床懸脚勿
豎膝坐大樹下不可坐防陰氣傷人坐卧莫
當風冷石不可坐成疝日晒熱石不可坐生
瘡鷄鳴時叩齒三十六遍舌舐上齶待神水
滿口漱而嚥之口誦四海神名三遍止鬼辟
邪令人無疾東海神阿明南海祝良西海巨

乘北海禹强早起食生薑以辟穢氣下床先
左脚吉嗽齒勿用棕刷敗齒夜半勿哭泣勿
對北詈罵勿卒驚呼勿恚怒令神鬼不安勿
大樂使氣飛揚勿多笑傷臟多喜令人亡錯
昏亂食勿語寢勿言勿多念內志恍惚勿多
思則神怠勿思慮傷心勿久卧傷氣勿頭向
北春夏向東秋冬向西夜卧防床頭有隙進
風夜眠勿以脚懸高處勿卧開口以泄直氣
勿以手壓心口令人夢魘勿尸卧勿以筆書

人面爲戲使魂不認尸多致死者勿露卧睡
醒覺熱勿飲水又睡凡夢勿語人勿燃燭照
寢令人神魂不安人卧忽不醒勿急以燈照
之殺人就黑暗處以指甲掐其人中或口咬
大拇指甲處而唾其面勿當風沐浴勿沐髮
未乾卽寢勿冷水洗沐饑勿浴飽忌沐洗頭
不可用冷水成頭風勿沐浴同日沐者洗頭
浴者澡身也有眼疾不可浴午後勿洗頭汗
出勿洗沐浴無常不吉當考之月令沐浴日

吉日起勿開眼洗面盛熱勿以水洗面勿以
大熱湯漱口凡有脚汗勿入水洗凡夏至後
丙下日冬至後庚辛日不宜交合大月十七
日小月十六日此名毀敗日不宜交合大喜
大怒男女熱病未好陰陽等疾未愈并新產
月經未淨俱不可交合勿醉飽入房勿每月
二十八日交合人神在陰帳幕內忌燃燭行
房凡本命甲子庚申不可入房雷電風雨不
可交合此為人事之忌大略耳人能謹而戒
之必獲安樂無諸疾苦再加調和飲食餐服
藥餌百年之壽人皆可至幸毋忽之

賓朋交接條

序古名論

白虎通曰朋友之道有四近則正之遠則稱之
樂則思之患則死之

揚子法言曰朋而不心面朋也友而不心面友
也

家語曰夫內行不脩身之罪也行脩而名不彰

友之罪也故君子入則篤行出則友賢

禮記曰君子之交淡如水小人之交甘若醴君子淡以成小人甘以壞

漢書曰李德公所交皆捨短取長好成人之美時荀爽賈彪雖俱知名而不相能德公並交二子情無適莫世稱其正

胡質曰古人之交也取多知其不貪奔北知其不怯聞流言而不信故可終也

稱衡字正平少與孔文舉作爾汝之交昔衡未二十而文舉已五十餘矣

荀巨伯遠看友人疾值胡賊攻郡友人語伯曰吾且死矣子可去伯曰遠來視予今有難而捨之去豈伯行耶賊既至謂伯曰大軍至此一郡俱空汝何人獨止耶伯曰有友人疾不忍委之寧以已身代友人之命賊聞斯言異之乃相謂曰我輩無義之人而入有義之國乃偃而退一郡獲全

山濤與嵇阮一面契若金蘭山妻韓氏覺濤與

二人異常交問之濤曰當年可以爲友者惟此二人妻曰負羈之妻亦親觀趙狐意欲窺之可乎濤曰可他日二人來勸濤止之宿具酒食妻穿墻視之達旦忘返濤入日二人何如日君子致不如正當以識度耳濤曰伊輩亦以我識度爲勝

晉王越鎮海昌以王安期爲記識參軍雅相知重敕世子毘曰學之所益者淺體之所安者深閑習禮度不如式瞻儀形諷味遺言不如

親承旨音王參軍人倫之表汝其師之

齊太原孫伯翳家貧嘗映雪讀書放情物外棲志丘壑與王令君亮范將軍爲莫逆之交王范旣相二朝欲以吏職相處伯翳曰人生百年有如風燭宜怡神養性琴酒寄情安能棲棲役曳若此嵇康所不堪予亦未能也

梁王繹博覽群書才辨冠世不好聲色愛重名賢與裴子野蕭子雲布衣交白居易與元相國禎友善以詩道著名號元白集內有哭元

相詩云相看掩淚俱無語別有傷心事豈知
想得咸陽原上樹已抽三丈白楊枝

許棠久困名場咸通末馬戴佐大同軍幕棠往
謁之一見如舊識留連數月但詩酒而已未
嘗問所欲忽一日大會賓友命使者以棠家
書授之棠驚愕莫知其來棠啓緘密視久之
乃是言馬戴已潛遣一价恤其家矣其用情
周渥人所不及如此

風土記曰越俗性率朴初與人交有禮封土壇
祭以犬鷄祝曰卿乘車我帶笠他日相逢下
車揖我步行卿乘馬後日相逢卿當下

自昔士之閑居野處者必有同道同志之士相
與往來故有以自樂淵明詩曰昔欲居南村
非爲卜其宅聞多素心人樂與數晨夕又云
鄰曲時來往抗言談往昔奇文共忻賞疑義
相與析則南村之隣豈庸庸之士哉杜少陵
與朱山人詩曰相近竹參差相過人不知幽
花歆浦徑野水細通池歸客村非遠殘尊席

更移看君多道氣從此數追隨李太白與范
居士詩曰忽憶范野人閑園養幽姿又云還
顧三五酌自咏猛虎詞近作十日歡遠爲千
載期風流自簸蕩譎浪偏相宜觀此則朱山
人范居士者可爲非常流矣

周益公嘗訪揚誠齋于南溪之上留詩云揚監
全勝賀監家賜湖豈比賜書華回環自闢三
三徑頃刻能開七七花門外有田供伏臘望
中無處不烟霞却慙下客非摩詰無畫無詩

只謾誇誠齋續賀相歡好事者繪以爲圖誠
齋題曰平叔曾過魏秀才何如老子致元台
蒼松白石青苔徑也不傳呼宰相來誠齋長
嗣東山先生以集英殿脩撰致仕家居年八
十曾雲巢年尤高嘗携茶袖詩訪伯子其詩
云褰衣不待履霜回到得如今也樂哉泓穎
有時供戲劇軒裳無用任塵埃眉頭猶自懷
千恨興到何如酒一盃知道華山方睡覺打
門聊伴茗奴來伯子和詩亦佳其風味不減

前二老也二老相訪高誼如此

古延方士湖州東林沈東老能釀十八仙白酒
一日有客自號回道人長揖於門曰知公白
酒新熟遠來相訪願求一醉公見其風骨秀
偉蹙然起迎徐觀其碧眼有光與之語其聲
清圓於古今治亂老莊浮圖氏之理無所不
通知其非塵埃人也因出酒器十數於席間
曰聞道人之言以鼎先爲壽如何公曰飲
器中鍾鼎爲大

盃盃次之藜花蕉葉最

小請戒侍人次第速斟當爲公自小至大以
飲之笑曰有如顧倩之食箴漸入佳境也又
約周而復始常易器滿斟於前笑曰所謂盃
中酒不空也回公興至卽舉杯命東老鼓琴
回公浩歌以和之又欲以圍棋相娛止奕數
子輒拂去曰秣恐暮終爛斧柯回公自日中
至暮已飲數斗無酒色東老欲有所叩回公
曰聞公自有黃白之術未嘗妄用且篤於孝
義又多陰功此余今日來尋而將以發之也

東老因叩長生輕舉之術回公曰四大假合之身未可離形而頓去東老攝衣起謝有以喻之回公曰此古今所謂第一最上極則處也飲將寤旦甕中所釀止留糟粕而無餘瀝回公曰久不遊浙中今日爲公而來當留詩以贈然吾不學世人用筆乃就劈席上石榴畫字題於庵壁其色微黃而漸加黑其詩曰西隣已富憂不足東老雖貧樂有餘白酒釀來緣好客黃金散盡爲收書已而告別東老

啓関送至舍西大漸明矣握手並行至舍西石橋回公卽先度乘風而去莫知所終

古延名衲成都一僧誦法華經甚專雖經兵亂卒不能害忽一仙僕至云先生請師誦經引行過溪嶺數重烟嵐中一山居僕曰先生老病起晚請誦至寶塔品見報欲一聽之至此果出野服杖藜兩耳垂肩焚香聽經罷入不復出以籐盤竹筋秫飯一盂枸菊數甌無鹽酪美若甘露得襯錢一環僕送出路口問曰

先生何姓名僕於僧掌中書孫思邈三字僧
一駭僕遽失之三日山中尋求竟迷舊路歸
視襯資乃金錢一百文也由茲一飯身輕無
疾天禧中僧一百五十歲後隱不見

李東谷曰君子以文會友以友輔仁友之者友
其德也當親密之時握手論心必使君臣父
子兄弟夫婦之倫粹然一出於正此文友第
一義也夫何世變日薄友道掃地惟酒饌追
隨有無周濟微言相謔術數相勝於規圓便

利諂諛取容此妾婦耳非友也啗以濡沫甘
効奔走此奴隸耳非友也恐少有撻拂而取
踈遠故隨事苟徇而顛親密乘人父子之睚
眦卽導之以不慈不孝乘人兄弟之鬩牆卽
導之以不悌不恭乘人夫婦之反目卽導之
以不琴不瑟謬引古今眩亂是非指鹿爲馬
以烏爲鳶皆此輩也取友又當以此自鑑毋
爲人欺毋過責於此輩遠而敬之以爲友道
戒

又曰故舊不遺則民不偷世俗薄故舊衰友人
平日同筆硯同出處同貧賤同患難相與相
愛不啻骨肉一旦得志視若路人因而多以
忘舊爲憾此特不能理遣耳宜如何若故人
死亡而終身不相接足矣故友道難乎其振
哉

林可山山林交盟口山林交與市朝異礼貴簡
言貴直所尚貴清善必相荐過必相規疾病
必相救藥書啟必直言事初見用刺不拘服

色主人肅入序至稱呼以兄及表不以官講
聞必實言所知所聞事有父母必備刺拜報
謁同自後傳入一揖坐詩文隨所言毋及外
事時政異端飲饌隨所具會次坐序齒不以
貴賤僧道易飲隨量詩隨意坐起自如不許
遜席之使令則供執役請必如期無速客例
有幹實告及歸不必謝允涉忠孝友愛事當
盡心毋慢嫉前輩須接引後學以追古風貴
介公子有志於古道必不驕人以自蒲苟非

其人不在茲約凡我同盟願如金石

高子交友論

高子曰毛詩序云自天子以至庶人未有不須友道以成者也但今之世友道日偷交情日薄見則握手相親背則反舌相詆何人心之不古乃尔此輩自薄非薄我也不知詆我以悅他人他人有心亦防尔詆自己展轉猜忌智巧百出視友道爲路塵宜管鮑陳雷之絕世也吾意初與人交深情厚貌不易洞曉何

術以知其心地之善惡情性之邪正也但以吾心之美惡邪正以交其人彼雖奸險欲伺我隙我無隙可伺彼將柰何彼雖貪婪欲窺我敗我無敗可窺彼將柰何與之談必先以仁義彼之愚我邪我之言勿聽也與之飲必敬以酒食彼之誘我亂我之事勿行也我無私彼將何以行其私我無好彼將何以投吾好自防護密則郭郭堅完外操矛盾何以禍我但今之人自作惡業醜行始欲人協已謀

取必與乃厚人若骨肉雖父母妻子不若也
苟所謀倖成則人必挾我求不遂卽變交好
爲寇仇非金帛貨殖不解也果人禍我抑果
自禍而然耶人心孰不樂爲善但以正感正
以邪感邪邪正分於應感豈果人人皆小人
而世無君子耶道誼之在天下亦未全滅也
但千百中一二耳柰何移君子之道誼而近
全于市人在在有之也此又何說哉近輩有與
勝已者談不問其言之是非嘖：是替聽彼

大言不慙典不若已者談不論其言之可否
嚶嚶是詆愧彼緘言似訥遂使過無從知善
無從進直諒之道三益之友淹沒無聞矣夫
貴者能以直友爲可重則事功日進而望譽
日隆富者能以直友爲可寶則家業日昌而
聲名日著柰何對貴者而言直不惟交踈且
目爲妄人語富者而言直不惟友薄且名爲
惡客求其德賢者而親之耻佞人而遠之者
幾人哉非富貴之高品不能自別也但以直

自居以道自重者是果爲妄人又果爲惡客
乃曲譽取憐求爲富貴交耶借得貴者一顧
盼所榮幾多富者一饑飫所飽幾日靡靡焉
以直道自委甘心效奴隸之恭妾媵之媚以
悅人哉古者貴擇交且交以心匪交以面也
交不能擇友不以心是誠面交矣何能久且
敬哉故君子寧寡交以自全抱德以自重乃
鄙泛交涼求榮趨附以自賤也又若一輩與
富者交惟欲利其利與貴者交惟欲利其勢

使世人不以勢利橫胸中不以智巧媒徑路
則人人聖賢矣又何慕富之德貴之賢乃委
身於白日相從於朱門哉卽其口食自足於
一朝家將何物供厨烟于三次人當以此心
諒人之心勿以世道求古之道則交全而誼
厚矣他如同門同業一貴一貧在貴者當念
其窮勿以路人視故人分所有以周急厚道
也在窮者亦當安其窮勿羨人以怨人希所
有以自足亦厚道也柰何貴者不古而窮者

不明昧此二者何得於友耶舉世皆尔尔果
何人爲丈夫哉交情乃見矣彼山人詞客邁
德弘道賁於丘園抱河岳之靈而飄然浪遊
欲出與寰宇爲友者此正吾人所欲交與遊
願聞其藝而甘心焉者惜乎今之時同調者
罕其人而朱門無容轍遂使諸君冥心物外
介然絕俗高枕岩阿而無意海宇使中原意
氣化作秋雲尚友之心不得圓滿如意是一
恨也彼堪輿諸家欲兆我先知富貴禍福之

機者皆高賢也柰老人無意於榮枯何能從
入起朽骨而辟山靈轉灾年而爲福日汲汲
手逐高賢之足輿力騎哉敢謝所聞而且從
吾之僻也余寡交自少及老無幾人皆余社
友也况性不能附人就事成苟合追復古道
雖拳拳柰何世之涼德徃徃耳吾於友道重
有感於今日安得太執金剛如達摩西來化
度友道使復古敦素頓脫一切業心惡劫共
歡無我無人法界證上菩提此余第一大願

高老
走原安樂口

三



合

合

合

