



攝生衆妙方卷之二

四明芝園主人集

補養門

益都堯岡山人校

大造丸

紫河車

一具用男子初胎者佳米泔水洗淨瓦上焙乾為末

敗龜板

者良

童便浸七日

黃栢

去粗皮一兩五錢炒

杜仲

絲一兩

五錢牛膝

去苗酒浸晒乾

生地黃

四兩入砂仁末

塊重二兩稀絹袋盛入磁罐內好酒煮乾添酒七次去茯苓砂仁不用只將地黃一味研為餅

天門冬

去心一錢

麥門冬

去心一錢

右各為末連地黃餅子石臼搗極勻酒米糊為

丸如梧桐子大空心臨卧白湯鹽湯姜湯任下

冬月用好酒尤妙夏月加五味子五錢婦人服  
加當歸二兩去龜板男子遺精婦人帶下並加  
牡礪一兩五錢一云男子亦加當歸

二至丸

熟地黄

三兩肥大沉水者佳酒和九蒸九暴竹刀切碎

生地黄

二兩肥大者酒

浸洗過晒乾

兔絲子

一兩酒浸一宿

山菜

早為末

黃

鮮紅者用六兩水泡去核取淨肉二兩

肉蓯蓉

割一兩刷去浮甲

無灰酒浸一日

敗龜板

三兩酒浸

人參

搗碎一夜酥

肥白人用一兩蒼黑瘦健人止用五錢

黃耆

一兩去皮

微黃色肉

黃栢

三兩堅厚鮮黃者酒浸春秋半夏一日冬三日用炒至褐

牛膝

一兩

長大柔潤者酒浸一宿洗用

枸杞子

一兩甘

破故紙

一兩黃

味子

一兩肥大者佳

白朮

三兩無油者麥麩炒

白芍藥

一兩酒浸一時去皮

炒當歸

二兩大有力酒洗

虎脛骨

一兩酥土

仲一兩酒浸炒去

絲山藥

一兩白而無皮手可粉者

知母

二兩肥者酒浸一宿炒

陳皮

薄而陳者水泡去白

白茯苓

一兩堅白去皮赤筋

右方共藥二十二味名二至丸取冬至一陽生

夏至一陰生之義其効如神如法製造為末取

分兩淨數煉蜜為丸如梧桐子大每服八十九

或百丸無灰酒及鹽湯不拘時送下

生精健脾二至丸 補血氣壯筋骨理脾胃却百疾

養壽生子

當歸身去蘆酒浸洗 川芎兩一 白芍藥酒浸洗晒

熟地黃肥壯沉實者酒 人參去蘆堅實 白茯苓

潔白堅實者白朮 淨一兩 山茱萸鮮紅肉厚者酒

兩一 枸杞子鮮紅潤小 山茱萸鮮紅肉厚者酒

兩兔絲子 搗成餅晒乾一兩 瑣陽酥炙 杜仲去

皮細切生薑汁拌肉苁蓉 細切晒乾一兩 乾山藥

戟天連珠者酒浸去 遠志甘草水浸去 兩蓮藥 佳一兩 牛膝去蘆酒浸 遼五味五

右各精製如法品各為細末煉蜜入人乳半碗

為丸如梧桐子大每服五七十九空心淡鹽湯送下

丹溪加味虎潛丸

人參 黃芪 芍藥 黃蘗堅厚金色 當歸酒

山藥各一 瑣陽比從蓉乾而色 茸州枸杞 虎

脛骨酒浸一宿 龜板同上 兔絲子酒浸炒各五

浸再蒸三五破故紙 炒杜仲 絲五味子 各七

牛膝酒洗 熟地黃兩四 右為末煉蜜和豬脊髓丸如梧桐子大每服百

丸温酒或鹽湯下

滋陰大補丸 即還少丹無楮實而分兩不同

牛膝 酒浸 山藥 各一兩 杜仲 酒和薑汁浸炒斷絲 巴戟 去心

茱萸 鮮紅者去核 肉蓯蓉 酒浸新瓦焙乾 五味子 白茯苓

芩 去皮 茴香 炒 遠志 甘草同煮去心各一兩 石菖蒲 枸杞

子 各五錢 熟地黃 一兩

右為末紅棗煮取肉和煉蜜為丸如梧桐子大每服八十九淡鹽湯或酒空心下與上虎潛丸相間服之佳所謂補陰和陽生血益精潤肌膚強筋骨性味清而不寒溫而不熱非達造化精微者未足與議於斯 已上二方乃草劉氏所定者

加味補陰丸

甘州枸杞 鹽酒炒 知母 鹽酒炒 黃柏 鹽酒炒

生地黃 酒洗 熟地黃 酒洗過姜汁炒 天門冬 去心

麥門冬 去心 乾山藥 微炒 杜仲 姜汁炒 牛膝

去蘆酒 當歸 去蘆酒 山茱萸 去核 瑣陽 酥炙

大便軟者 原方有兔絲子 酒浸一宿炒 人參 去蘆

錢七

右依前法製過為細末用好白朮與前藥末相等為咀用銅鍋熬先以水六大碗熬至一碗取出聽用再以水五碗熬至一碗取出聽用再以

水四碗熬至一碗通前共水連渣以靜袋濾過  
文武火熬成膏和前藥末為丸如梧桐子大每  
服五七十九空心淡鹽湯送下忌食白蘿蔔諸  
血

### 神仙既濟丹

人參二兩 白茯苓二兩 當歸一兩 乾山藥五錢  
山菜萸肉一兩 川牛膝一兩 栝子仁一兩  
生地黃一兩 杜仲一兩 枸杞子一兩  
龍骨末一兩 兔絲子二兩 五味一兩  
遠志一兩 石菖蒲一兩 天門冬一兩 麥門一兩

冬一兩 熟地黃一兩  
右件共為細末煉蜜丸如梧桐子大每服八十  
丸空心淡鹽湯送下

神仙延壽丹 又名延齡丹 能養血黑鬚髮延年

益壽宜清晨服

天門冬二兩 遠志二兩 山藥二兩 巴戟二兩 赤

石脂一兩 車前子一兩 石菖蒲一兩 栝子仁一兩

澤瀉一兩 川椒一兩 熟地黃一兩 生地黃一兩 枸

杞子一兩 白茯苓一兩 覆盆子一兩 杜仲一兩 兔絲

子一兩 肉蓯蓉四兩 川當歸一兩 川牛膝一兩 地

骨皮一兩 五味子一兩 山茱萸一兩 人參一兩

右藥二十四味共為細末煉蜜為丸如梧桐子

大每服二三十九溫酒或鹽湯送下服至百日

後顏色永無衰朽髮白反黑雖是八十老人陰

陽強健目視十里氣力不衰常行遠地不乏

### 枸杞子丸

枸杞子八兩 生地黃二兩 熟地黃二兩 天門冬二兩

去心 麥門冬二兩 當歸二兩 白芍藥二兩

去心 人參一兩 黃柏一兩 鐵一兩

右除枸杞子生熟地黃天麥門冬搗膏外餘各

為細末同前藥搗勻米糊為丸如梧桐子大每服五七十九空心淡鹽湯下

### 延壽方

昔日西川有一大夫名陳轉運到于青城山下

見一婦人在高山上望南行走如飛約年三十

餘歲手執棒一條趕一百歲老兒轉運問婦人

曰因何打老兒婦人答曰是女之孫吾乃五百

餘歲老兒一百一十歲是老兒不肯修煉服藥

所以打之轉運下馬跪拜曰願求此方傳留救

濟世人因名為打老兒丸能治五勞七傷陽氣

不舉真氣衰弱精神短少不能行走小便無度

眼目昏花腰膝疼痛兩脚麻冷不能行立

石菖蒲雷公云味辛温去鬚毛銅刀刮去皮節嫩桑枝條相伴蒸出晒乾去桑條用不

可犯鐵器雷公云味若酸平凡要使用去川牛膝雷公云味若酸平凡要使用去

鹿出酒浸一宿若無黃精汁雷公云味若酸平凡要使用去乾山藥蒸出曝

浸三日出細判焙乾可用巴戟雷公云味

志雷公云味苦温凡使去心用巴戟雷公云味

凡使去心枸杞子湯浸一宿待稍軟漉出却用

酒浸一伏時漉出用菊花同焙令黃去菊花用

布拭續斷雷公云味辛苦微温凡使去向

乾用續斷雷公云味辛苦微温凡使去向

子雷公云味酸温凡用以銅刀劈作兩片用蜜

用茯苓雷公云味乾平凡用去皮心神了搗令

若誤服之令人眼中童子并楮實子雷公云味

黑睛點小兼音目甚忌之楮實子雷公云味

水浸三日將物攪沉者用浮者去之然後漉出

晒乾却用酒浸一伏時漉出蒸從已至亥出焙

乾杜仲去皮酥蜜山茱萸雷公云凡使勿用雀

是核入稜不入藥用使朱萸源去内核每修事

去核了一斤取肉皮用只何四兩已未緩火焙

秘方用能壯元氣熟地黃雷公云採生地黃去

蒸之攤令氣歇拌酒再蒸又出令乾勿令犯

銅鐵器令人消并白髮男損榮女損衛也

茯苓雷公云凡使先須用清酒浸一宿至明以

重如竹絲草樣是此偏隔人心前氣不散令人

上氣不出凡使用先須浸并剉草了却蒸從午

至酉出又用枸杞子去旁小茴香酒浸一宿漉

酥炙得所枸杞子去旁小茴香酒浸一宿漉

右將前藥製度棟淨為細末各等分酒打麪糊

為丸如梧桐子大每服三十九丸空心温酒送下  
或滾白湯亦可服五日便覺身輕服至十日精  
神快樂服至二十日語言輕响手足汗出服一  
年頭白再黑行走如飛久遠服之百病消除容  
顏頓如童子一般如平地升仙若曰君子不信  
便將白犬服藥一百日變成黑犬是其藥之驗  
也

### 八寶丹

**何首烏** 赤白各一斤用竹刀刮去粗皮米泔水  
浸一宿用黑豆二斗每次用豆三升三  
合三勺用水泡漲將豆鋪一層何首烏一層重  
疊鋪足用砂鍋蒸之豆熟為節將豆屏去何首  
烏晒乾如此九

**赤茯苓** 一斤用竹刀刮去粗皮  
入水內其觔膜浮在水面者撈而棄之沉在盆  
底者留用如此三次濕圍為塊就用黑牛乳五  
碗放砂鍋內慢火煮之候乳盡入

**白茯苓** 一斤  
茯苓內為度仍研為細末聽用  
同上亦濕圍為塊就用乳五碗放砂鍋內煮  
之候乳盡入茯苓內為度仍研為細末聽用

**川牛膝** 八兩去蘆酒浸一日使何首烏蒸七次  
晒乾研破故紙四兩用黑芝蔴炒以芝蔴  
末聽用

**懷山藥** 四兩研  
乾為末聽用  
聽兔絲子八兩酒浸生芽研為  
泥晒乾為末聽用

以上俱不犯鐵器煉蜜為丸先丸如大彈子大  
者一百五十九丸每日三丸清晨酒浸一丸午姜

湯一九晚鹽湯一九餘為梧桐子大每日清晨  
五七十九酒與鹽湯任下烏鬚延壽極有效驗

延年益壽不老丹

生地黄 二兩酒洗一宿取出晒乾 熟地黄 三兩酒洗淨晒乾 地骨皮

五兩酒洗 天門冬 三兩酒浸一取出去心晒乾一二時 人參 三兩好者

方麥門冬 三兩酒浸一取出去心晒乾一二時 白茯苓 五兩去粗皮切作片

酒洗過 何首烏 半斤鮮者用竹刀刮去皮切作片乾者用米泔水浸軟刮去皮

取出晒乾 量着水於上加竹筴放此藥後覆蓋蒸一二時

共為細末煉蜜為丸如梧桐子大每服三五十

丸用酒送下清晨服之此藥千益百補服之或

十日或一月自己已知為另等人也常服功效難

言得此藥者不可以為容易而輕傳實呂祖之

初梯也

延齡聚寶丹 一名保命丹

何首烏 四兩去皮赤白為雌雄 生地黄 八兩酒洗用鮮肥嫩者 白茯苓

苓 四兩鮮嫩去黑皮熟地黃 四兩鮮肥者宋方用八兩酒蒸 天門冬 二兩

去蓮花蕊 四兩 麥門冬 二兩去心 石菖蒲 二兩九節 槐角

子 四兩炒黃色十日 乾菊花 四兩用花頭 桑椹子 四兩紫者

方熟宋方 蒼耳子 二兩炒搗去刺 五加皮 二兩真正者 肉苁蓉

蓉 二兩黃酒洗宋 甘草 一兩如粉黃精二兩鮮者茅

山蒼木 二兩半米泔浸一 天麻 二兩如牛角尖者 防風

二兩 甘州枸杞子 二兩去 人參 二兩去蘆 白木 二兩極白

者可用油 牛膝 二兩肥者 細辛 二兩洗淨 杜仲 二兩姜汁

浸一宿 當歸 二兩鮮嫩者 沙苑白蒺藜 一兩炒

宋方

右二十七味味味照方擇淨秤定分兩務要真

正藥材切為粗片裝入生絹袋用無灰高酒用

好磁礮約盛九升酒者將藥袋入礮春浸十日

夏秋浸七日冬浸十四日取出藥袋控乾晒

為末入煉蜜為丸如梧桐子大清晨淡鹽湯下

將藥酒每日空心午間晚睡各服三五鍾忌生

冷葱蒜魚腥白蘿蔔

補虛方 治氣血不足腰膝疼痛虛損之症

何首烏 去白者為雌赤者為雄各半斤用竹刀割

一層放此鋪上再以黑豆加之砂鍋內以滾 水蒸上以米半酒盞待飯熟為度取出晒乾

州枸杞子 四兩 生地黃 四兩 川牛膝 四兩 熟地黃 四兩

酒浸蒸過不犯鐵器

右同為細末煉蜜丸如梧桐子大每服七十九

白滾湯加鹽少許送下冬月鹽酒亦可

何首烏丸

八月採赤白各半極大者佳竹刀削去皮切碎  
用米泔水浸一宿漉出晒乾以人乳汁拌晒三  
度候乾用木臼舂為末羅細以北紅棗蜜雲者  
佳於砂鍋內煮熟去皮核取肉和藥末十斤為  
丸焙燥以磁器盛之初服二十九每十日加十  
丸至百丸止空心鹽酒鹽湯任下忌諸血蘿蔔

又方 喬白巖服

何首烏

三片用銅刀或  
竹刀切作片

牛膝

去苗剉  
一片

右二藥以黑豆一斗淘洗淨用甌一具先以豆

薄鋪甌底後薄鋪何首烏又鋪豆又鋪牛膝重  
重鋪盡安於釜上蒸之令豆熟為度去豆取藥  
暴乾又換豆蒸之如此三次去豆取藥為末蒸  
棗肉為丸如梧桐子大每服三五十九食前溫  
酒下忌蘿蔔葱蒜何首烏乾者米泔水浸稍軟  
切之

又方

何首烏就產處以竹木為鋤取得之以竹刀刮  
去皮切碎米泔水浸一宿晒乾為末和紅棗肉  
搗千杵為丸如梧桐子大每服百丸空心不拘

鹽湯好酒任下

又方 鄭巖山中丞所服

白何首烏色如赤茯苓 無純白者去粗皮陰  
乾忌鐵以石臼杵末 赤何首烏去粗皮製如  
前作末各八兩每日侵早用無灰酒調服三錢  
服藥後用擦牙散

香附子

四兩 斗子青鹽一兩

共一處以手蘸擦牙白滾湯嗽嚥下

### 延壽丹

赤白何首烏竹刀刮去皮各淨一斤切片 川

牛膝去蘆剉碎淨半斤用黑豆三升并何首烏  
以木甑一處蒸之去黑豆取牛膝去心共搗成  
泥晒乾研細用 赤茯苓去粗皮切片淨一斤  
用牛乳五升文武火煮乾晒用之 白茯苓去  
粗皮切片淨一斤用人乳五升文武火煮乾晒  
用之煮用金銀器如無磁器亦可 兔絲子半  
斤酒煮成泥塊研開晒乾為末用之 破故紙  
半斤炒香熟為末用之

右六味皆不犯鐵器製出共為末拌勻加生地  
黃熟地黃各一斤熟地酒浸蒸九次生地酒浸

研爛煉蜜熟滴水珠退火毒三日和前藥為丸  
如彈子大每服一九每日進服三次

烏鬚固本丸

何首烏 半斤米泔水浸三宿竹刀刮去粗皮切

片黑豆五升同何首烏滾水泡一時蒸  
熟去 黃精四兩用黑豆二升同  
生 地黃酒浸熟

地黃 酒浸 天門冬 去心 麥門冬 去心 白茯苓 兩

赤茯苓 去心 片木 兩 人參 兩 五加皮 兩 巨勝

子 兩 栢子仁 兩 核桃仁 兩 松子仁 兩 西枸杞 兩

右為細末煉蜜為丸如梧桐子大每服七八十  
丸空心溫酒鹽湯任下

七寶美髯丹 一名七珍至寶丹 功效甚大不能

細錄與延壽丹差二味

何首烏 亦白各一斤水潤用竹 牛膝 半斤同何

豆五升鋪木甌底上鋪藥 枸杞子 半斤酒浸洗

砂鍋蒸爛去豆共搗成泥 當歸 半斤酒浸全用

茯苓 牛乳浸俱一宿晒乾 破故紙 半斤炒黃

兔絲子 半斤酒浸三日 破故紙 色為末

右七味各不犯鐵器煉蜜為丸如彈子大日進  
三九空心酒午後姜湯臨睡鹽湯下 方用

烏梅肉不用破故紙各藥為末以人乳五斤牛

乳五斤和藥入磁瓶重湯煮之稍乾入煉蜜一

斤為丸

慶世丹

何首烏用赤白者四兩生熟地黃各二兩菊花園中者二兩車

前子二兩地骨皮淨二兩去粗皮用近骨者茯神白者二兩遠志二兩

用料子水石菖蒲二兩九節者米泔水浸一宿川牛膝二兩

肉蓯蓉二兩酒洗去鱗山藥二兩巴戟天二兩酒炒去心肆州枸

杞子二兩酒浸

右各為末春夏用酒糊為丸秋冬煉蜜為丸每

服百丸清晨滾白湯送下淡鹽酒任下或加

子仁酸棗仁各一兩

三壽丸

人參六兩破故紙六兩炒香熟何首烏一斤秦當歸

六兩五加皮六兩川牛膝六兩生地黃六兩枸杞子六兩

右各為末煉蜜丸如梧桐子大每服五十九白

湯送下

還少乳烏丸

何首烏二兩枸杞子一兩牛膝一兩茯苓一兩黃精一兩

甘桑椹一兩天門冬一兩去心麥門冬一兩去心生地黃四兩

酒浸熟地黃一兩

右各味俱不犯鐵器共為細末煉蜜為丸如梧

桐子大溫水或鹽湯每服一百丸日進三次  
製何首烏先用柳甌砂鍋黑豆紅棗相間蒸熟  
晒乾如半斤用人乳浸過晒乾再浸再晒一斤  
製成約有半斤方可入前藥用也

延齡益壽丹

此季全真傳與政和縣蔡學官能存

精固氣通達二十四經脉三百六十骨節滿注  
一身毛竅使腎水滿而養精精能養氣氣能滿  
而養神神能滿而養身服之半月精滿氣盈元  
氣壯勝武火下降相火自滅陽消陰長滋益腎  
水能補丹田滑澤皮膚百戰百勝男人精冷

陽而補興婦人胎寒絕陰而補孕服之一月白  
髮返黑面如童顏此道不可述盡

何首烏

四兩竹刀去皮切片用黑豆九蒸九晒後用人乳拌一次當歸一兩酒洗

淨知母

二兩酒炒去毛川芎一兩杜仲去粗姜汁炒白茯苓

苓一兩青鹽一兩洗茯苓一兩去遠志一兩去蘆

水浸半日川椒一兩留紅皮去白肉牛膝酒洗硃砂一兩碎打零

炒蜜一斤煉過鏡姜汁二兩黃藥二兩去皮酒破

故紙酒洗小茴香去土鹽水天門冬去心麥門冬

去心一兩核桃肉四兩去旱蓮四兩水石菖蒲鹽洗

一兩酒洗熟地黃一兩石乳去油川巴戟

酒洗淨。山精用米泔水三兩碗浸半日竹刀刮  
一兩去粗皮四兩爛者不要要選好的  
切碎搗爛放砂鍋內水三碗煎至鍋內汁乾取  
出砂鍋內浸要換米泔水一二次然後酒煎成  
膏同旱蓮汁姜汁拌諸藥末

右二十七味煉蜜為丸如梧桐子大每服七十  
丸早晚鹽湯酒任下不飲酒滾白湯下一月見

効

神仙訓老丸 益元補陰黑鬚髮堅齒童顏不老

何首烏雌雄一斤 山茱萸 兔絲子 當歸酒洗 白茯苓

地骨皮 甘州枸杞子去核 川芎 天門冬

去心 麥門冬去心 淮生地黃 淮熟地黃 川牛膝

酒洗遠志 甘菊花 山藥 甘草炙 肉蓯蓉酒浸

洗杜仲酒炒 酸棗仁 補骨脂 生黑豆末

桑椹子以上各四兩

右為末煉蜜丸如梧桐子大每服六七十九空

心溫酒送下

八仙添壽丹 此藥能烏鬚髮壯神強筋骨調榮衛

久服延年

何首烏六兩用竹刀切片用瓦甑蒸蒸時用黑

乾如此九次豆爛川牛膝六兩 山茱萸肉 栝子

仁 知母 黃檗 當歸各四兩 敗龜板酥炙

右同為極細末煉蜜丸如梧桐子大每服空心  
酒送下三十九七日後添十九至七十九止忌  
燒酒蘿蔔辛辣之物

### 秋石五精丸

秋石 一兩童男女潔淨無體氣者沐浴更衣各  
聚一室用精潔飲食及鹽湯與之忌葱蒜  
韭牛肉不潔之物椒茶不用尤妙聚便各盈缸  
然後男女童便各另熬成秋石各另用另盛  
罐鹽泥固濟鐵線固定打一火炷香為度連換  
鐵線打七火然後男女秋石秤勻和成一處如  
成塊研開用龍水將紙七層濾過用鍋仍熬成  
秋石其色雪白初生男胎潔淨婦人香濃乳汁  
和成日晒夜露但乾即添乳汁待日精月華  
取足四十九日後入藥用五精丸方見効  
蓮  
肉 五錢真川 小茴香 錢五 白茯苓 兩一  
椒方佳

右為丸用人乳汁吞下初生男胎者

仙傳斑龍丸 歌曰尾閭不禁滄海竭九轉神丹都

漫說惟有斑龍頂上珠能補玉堂關下穴此藥

理百病養五臟補精髓壯筋骨益心志安魂魄

令人注顏輕身延年益壽

鹿霜 鹿膠 兔絲子 酒浸二日蒸 栢子仁 去殼  
焙乾為末

另熟地黃 酒浸三日蒸焙 乾為末各十兩

右為細末先將鹿膠用無灰酒於磁器內慢火

化開却將膠酒煮糊和藥杵二千下丸如梧桐

子大每服五十九空心鹽湯送下或酒亦可有

加減者於前人立方之意恐有不宜

煮鹿角膠霜法用新糜鹿角三對各長二寸截斷長流水浸三日刷去垢每一斤用淨楮實子一兩桑白皮黃蠟各二兩砂鍋河水慢火魚眼湯桑柴煮三晝夜不可斷火常添熱水不可添冷水毋令露角三日取出角竹刀削去黑皮晒乾碾為末即為鹿角霜將煮鹿角汁濾去滓慢火熬膠傾磁器內候冷凝陰乾為膠

### 鹿血丸

黃栢去皮鹽酒炒二兩 知母去毛酒炒二兩 山茱萸去核二兩 枸杞

子二兩 天門冬去心二兩 麥門冬去心二兩 熟地黃五錢

酒洗二兩 生地黃酒洗二兩 人參二兩 龜板酥炙三兩 白茯苓

去皮二兩 川草薢二兩 山藥二兩 五味子去梗一兩 當歸

身酒洗二兩 澤瀉去毛二兩 牡丹皮一兩 牛膝去蘆酒洗二兩

右為細末即殺鹿取血加酒二三盞就入藥末內和成丸如梧桐子大每服九十九丸漸加至百丸至百五十九丸空心用滾水送下

### 鹿肝丸

熟地黃酒洗二兩 生地黃酒洗二兩 當歸身酒洗二兩 枸杞子

二兩 甘菊花一兩 天門冬去心二兩 冬青子二兩 白蒺藜去刺

炒一兩 玄參 一兩 川芎 一兩 白芍藥 兩 五錢 黃

連 酒洗一錢 槐角 炒用子 一兩 羌蔚 炒一兩

右共為細末用鹿肝去膜搗爛和丸如梧桐子  
大每服八九十九臨睡時或下午食後稍遠用  
滾白水送下

### 斑龍二至丸

鹿角 鋸成寸段長流水浸七日入砂鍋內用桑  
柴火煮七晝夜取出外去粗皮內去血穢

研為細末 麋角 淨末一斤 黃栢 酒炒老黃色為  
末淨一斤 知母 去皮鹽酒炒老黃

半斤 熟地黃 酒浸一宿晒乾 天門冬 酒浸去心  
晒乾為末

淨四兩 麥門冬 酒浸去心晒乾 何首烏 去皮用人  
乳拌勻九

蒸九晒為末淨二兩 當歸 全用酒洗晒乾 白茯  
苓 去皮為末用水淘

右末共為一處拌勻煉蜜為丸如梧桐子大每  
服五十九空 心黃酒送下或鹽湯亦可

### 鹿角霜丸

黃栢 八兩 去粗皮用人乳拌勻晒乾又如此三  
減 鹿角霜 兩 天門冬 去皮 麥門冬 各二 人參 一

或二 生地黃 置水中大浮酒 熟地黃 酒浸一宿

兩 右為細末煉蜜丸如梧桐子大每服六七十丸

兩 或二 生地黃 置水中大浮酒 熟地黃 酒浸一宿

加至百丸空心用淡鹽湯送下或酒亦佳

太極丸 人五臟配天五行一有不和則為疾藥有

五味各主五臟可使調和故曰太極

知母屬金主清潤肺金皆以降火佐黃栢為金

二兩水相生之理去毛酒浸一宿畧炮為淨末黃栢屬水主滋腎水苦以堅精去皮鹽酒

四錢破故紙屬火主收斂神氣明能使心包之火與

以治脫也用新瓦炒胡椒仁屬木主潤血氣

香為淨末二兩八錢胡椒仁屬木主潤血氣

油以潤之佐故紙有木火相生之妙古書云黃

栢無知母破故紙無胡椒仁猶水母之無鰓也

去黃皮待各藥成末將此三兩砂仁屬土主醒

二錢研為無渣和入諸藥內砂仁屬土主醒

諸藥歸補田香而能竅和合五臟沖和之氣

如天地以土為沖氣也去殼先將五錢用花柳

錢一兩炒去椒不用又用五

右五味各製如法足數拌勻煉蜜為丸如梧桐

子大每早夜用白湯或茶酒隨意送下服至三

年効不可言服至終身地行仙矣

坎離丸 此藥取天一生水地二生火之意藥輕而

用功大久服而取效速先賢王道之藥無出於

此大能生精益血并水降火

當歸全用好酒浸洗白芍藥溫水洗到碎用好

赤川芎大者小者不用清水厚黃栢去皮八兩

浸二兩鹽水浸二兩人乳知母去毛四製與熟

浸二兩蜜浸俱晒乾炒赤知母製黃栢同

地黃

入兩淮慶昔佳四兩用砂仁四兩用白茯苓同入絹袋入好酒二壺煮乾去砂仁茯苓二味只用地黃

右八味脩製和合一處平開三四分厚夜露日

晒三日三夜收天地之精印月之華研細末用

正冬蜜一斤八兩加水半碗共煉至滴水成珠

再加清水一碗煎滾和前藥丸如梧桐子大每

服八九十九空心鹽湯送下冬用溫酒送下

加味坎離丸 夫心屬火腎屬水水火升降五臟俱

實百病不生世人或因酒色過度勞心費力精

耗神衰心血少而火不能下降腎氣衰而水不

能上升脾土無所滋養漸至飲食少進頭目昏

花耳作蟬聲脚力酸軟肌膚黃瘦遍身疼痛吐

痰咳嗽胃脫停積遺盜汗泄瀉手足厥冷此

方下滋腎水上降心火中補脾土除風添精補

髓強陰壯陽殺九虫通九竅補五臟益精氣止

夢遺身輕體健延年增壽久服有效

人參二兩五味子去梗麥門冬三兩牛膝酒浸黃芪

蜜炙兔絲子酒浸成餅小茴香鹽炒當歸酒浸

白茯苓去皮木香川椒黃柏酒浸炒

天門冬去心肉蓯蓉酒浸山茱萸去核杜仲炒斷

去絲巴戟去皮酒

右為細末秋冬酒糊為丸春夏蜜為丸如梧桐

子大每服五七十九丸空心鹽湯好酒任下

六味地黃丸

乾山藥 山茱萸各四錢 澤瀉二錢 牡丹皮 白茯苓

苓各三錢 熟地黃八錢

右為細末煉蜜丸如梧桐子大每服五十九清

湯空心下

人參固本丸

此方雖人所常知而中

天門冬 麥門冬 生地黃 熟地黃 人參

右為細末煉蜜丸如梧桐子大鹽湯或酒空心

服五十九

還童丹 專治腎水不足鬚髮蒼白眼目昏花腰腿

疼痛固精壯陽大有神効

熟地黃酒拌蒸時杵 牛膝去蘆酒 黃耆破開

拌透炙 五味子去核 覆盆子四兩 地骨皮去 白朮

苓去皮 白茯苓淨炒 桃仁去皮尖 胡桃仁溫水浸

兩 兔絲子五兩先用 水洗淨 餅焙乾 為末

右除胡桃仁桃仁熟地黃搗成膏餘藥同為細

末和入前藥再入煉蜜共杵勻丸如梧桐子大

每服五七十九晨晚好酒進服或間用益湯下  
忌葱蒜蘿蔔 若五十以前人服可減胡桃仁  
二兩恐其太滑大便燥不必減也

長生保命丹 昔天師府龍虎山有一道士服此藥

一百二十歲往蜀中白日升天留下此方救濟

世人此藥能返老還童一切疾病皆除服至五

十日諸病皆無百日能記萬古言容貌紅澤髮

髮白者復黑二三年骨髓堅實四五年行步如

飛鬼神俱伏凡合此藥擇吉日勿令婦人雞犬

見之

地骨皮去梗酒浸二兩牛膝去蘆酒浸二兩甘菊花二兩枸杞

酒浸石菖蒲竹刀切晒乾二兩遠志去心酒浸二兩生地黄鐵

器二兩

右為細末煉蜜丸如梧桐子大每服五六十丸

溫酒送下

### 兔絲子丸

兔絲子色鮮明者先以水洗淨晒乾再用好酒浸一宿砂器內酒煮搗爛作小餅晒乾

又搗為末白茯苓去皮取中乾山藥刮去皮取潔白

堅實者石蓮肉去心即蓮肉也八兩

右四味為細末以好酒和搗令勻丸如梧桐子

大每服六十九淡鹽湯空心送下 古方用酒  
煑山藥糊為丸但山藥生則滑熱則滯惟酒搗  
和使其能升能降有清上補下之功

還少丹 養血消痰烏鬚黑髮男女可以服之

蓮花蕊 生地黃 熟地黃懷慶者佳 五加皮海州者佳

槐角子各三兩 沒實子六箇三陰三陽有孔陰無孔陽

右藥木杵石臼搗碎將絹縫袋一箇長八寸寬

六寸裝藥用無灰好酒十斤入不津磁罈同浸

春冬一月夏十日秋二十日滿日取藥晒乾仍

用木杵石臼搗為細末煉蜜為餅又以薄荷為

末一層餅放一層末每飯後取數餅噙化其酒

任意飲之以醉為度酒須連日飲盡若久收恐

味變也酒藥盡而鬚髮黑矣若久黑再照前製

作二三料可矣多不過四料若餅子難噙化可

作丸子以酒嚥之

二八通玄丹 厚腸胃瀉大腸火益氣補虛久服能

令人肌膚潤鬚髮黑真玄妙也

雅州黃連八兩 當歸身五錢 白芍藥五錢 生地黃五錢 烏

梅肉五錢

右各為細末用好猪肚一個洗淨將前藥入猪

肚內上下用鮮韭鋪蓋蒸六個時辰用銀簪插入肚內取出黃色為度連藥搗爛為丸如梧桐子大每服八十九丸食前用白沸湯下

秘傳十子丸 天仙呂祖傳世度人能治百病修製

丸成齋戒沐浴焚香先獻天地祖宗擇六庚開成吉日方許人服每服五六十丸淡鹽湯空心送下以乾物壓之服至百日功效無窮能添精補髓不老不死專主男子永精不堅女人血鉛不足調和陰陽生育男女神效立應又治五勞七傷心神恍惚遺鬼交五疇七疝諸般損疾

女人血鉛不足去栢子易香附子加當歸川芎生熟地黃各四兩男子酒色過度精不生育加鹿角霜八兩連珠巴戟肉山茱萸生地黃黃栢枳殼何首烏蒸七次各四兩或二兩共十子均為細末煉蜜丸如梧桐子大服之三生有幸者得傳此方真濟世養身至寶勿妄傳非人

覆盆子 枸杞子 槐角子 和何首烏蒸七次 桑堪子

冬青子 共蒸各八兩 沒石子 蛇床子 兔絲子

酒蒸 五味子 炒 栢子仁 各四兩先搗爛入

右為末如減如總論內修製丸服

十補丸 一補神二補精三補氣四補脾五補血六

補肉七補丹田八補髓九補大腹十補小腹

黃耆蜜炒熟地黃酒浸九次白茯苓 山藥 枸

杞子 肉蓯蓉去皮牛膝去蘆香附子各一兩

右為細末醋煮蒸餅糊丸如梧桐子大每服五

十丸空心温酒下盐湯亦可 年五十以下者

用枳殼以上者用香附子麩炒去毛

十珍湯 服之宜子

人參 白朮 當歸酒浸黃芪蜜炙肉蓯蓉酒洗各一錢

白茯苓 白芍藥 熟地黃 麥門冬去心各八分

陳皮 半夏姜汁浸水肉桂去皮五味子 砂仁

川芎各七分木香 甘草炙龍骨炙牡蠣煨各五分

右咬咀用水二鍾姜三片棗三個煎至八分早

服渣再煎至晚服

補損百驗丹 專治諸虛遺精白濁血少無精神四

肢倦怠脾胃不佳大腸不實虛寒虛眩頭眩目

花等症

兔絲子 一斤揀淨以無灰臈酒浸一日一夜次

蒸晒九次然後在生地黄半斤無灰煮酒浸三

星月下碾為細末 放在磁鉢內 搗至極爛用

右二味和為細丸空心食前用無灰酒每服八  
九十九丸或米湯淡鹽湯下亦可

春真人保命丹 治五勞七傷虛損無力四肢困  
倦脚手頑麻血氣耗散面黃肌瘦陽事不升虛  
暈惡心飲食減少

茯苓 天門冬 山藥 熟地黃 枸杞子

何首烏各四兩 乾姜二兩 大茴香炒一兩 青鹽許少 鹿角

膠四兩 蓮實半斤 破古紙四兩 淨沒石子十個 胡桃

仁半斤 新小米一升 同茯苓牛乳煮粥曬乾 旱蓮草曬乾 麥

門冬四兩

右為細末空心白湯調勻二三匙日進二服不

拘老少男女皆效

松梅丸 饑腸健體

松脂一斤煉熟者 懷慶地黃十兩 烏梅六兩

右丸空心米飲鹽湯任下 此方得之南吏部

林尚書大人者自云西域異人見惠服無虛日

且諸士夫服餌最能加飲食致身肥健小便清

大便潤及精神不倦本草云松脂味苦甘溫無

毒安五臟除熱去胃中伏火咽乾消渴久服輕

身不老聰耳明目固齒潤肺辟邪氣去歷節風

癘風酸痛不可忍須得明淨者十餘斤先以長  
流水入砂鍋內桑柴火煮拔三次再淋桑灰汁  
仍煮七八次扯拔又用好酒煮二次完則以長  
流水煮過一次扯拔色白味不苦澁為度陰乾  
入石臼內木杵搗取淨末依方配合再搗一日  
作丸須要日乾乃佳 熟地黃味甘無毒填骨  
髓補五臟不足及男女勞傷通血脉益氣力利  
耳目一名地髓久服輕身不老黑髮增壽服此  
味須忌三白禁銅鐵器取沉水者佳晒乾秤用  
以清酒洗淨木甌砂鍋蒸半日入臼搗用 烏

梅肉味酸平無毒能下氣除熱安心神療肢體  
痛生津液及好睡口乾去痺消痰治骨蒸虛勞  
羸瘦解煩毒故東垣有言凡酸味最補元氣謂  
其有收之義耳取潤大者三五斤以溫酒洗甌  
內蒸熟去核取肉搗和前二味成丸

### 四聖不老丹

好松脂

透明者一斤四兩以無灰酒砂鍋內桑

柴火煮數沸竹杖攪稠粘住火以磁瓶  
盛水傾入水內結塊又復以酒煮之九遍一日  
煮訖次日亦如是如此者三日通計二十七遍  
其脂瑩然如玉嘗之不苦不澁乃止為細末淨  
用十二兩凡煮脂不宜酒少則易乾焦煮之  
三分之二就 白茯苓 去皮為細末 黃菊花 家種  
可傾入水 淨用八兩

者去梗蒂淨八兩栢子仁去殼紙裏搥

右四味如法製末煉蜜為丸如梧桐子大每服

七十二丸清晨好酒送下修合時必擇天醫黃

道吉星毋得婦人鷄犬見之服藥亦擇吉日服

之此方雲陽王都憲五一翁所傳云渠方伯

陝西時授之一總戎總戎年九十餘自幼服此

精力倍加胃氣強健飲食日增壽故彌長秘而

不傳翁懇得之如法服之不間寒暑今年八十

有六矣行步不筇不人而談論疊疊飲酒可百

盞飯碗許而羞饌果核盡其廣遍嘗之不輟口

且室御數女皆能有子人以仙稱之

青娥丸 能滋腎水壯陽益髓骨治腰膝足疼痛

補骨脂即破故紙四川合州者洗淨草薢真正者四

兩切片分作四分用一兩鹽水一兩童便一杜

兩米泔水一兩無灰好酒各浸一宿曬乾仲

姜汁炒去胡桃肉湯泡去皮八兩黃栢蜜炒四兩知母蜜

三兩牛膝酒洗去右為細末春夏用糊秋冬用蜜其糊用糯米一

碗煮粥將胡桃仁搗爛為膏和勻石臼椿千餘

下為丸如梧桐子大每服五十九至八十九空

心鹽湯或鹽酒送下以乾物壓之

三味補陰丸 治酒色過傷少陰

龜板半斤 酥炙 黃柏一斤 酒炒 知母半斤 酒炒

右煉蜜為丸如梧桐子大每服四十九空心酒送下或鹽湯亦可

駐景丸 又名補腎丸

車前子一兩 酒洗 當歸五錢 酒洗 熟地黃二兩 楮實一兩 川椒炒去

黑子一兩 五倍子炒一兩 枸杞子去核一兩 兔絲子酒浸洗一兩

右為末煉蜜丸如梧桐子大每服三十九清茶或酒空心服下

白砂丹

熟地黃二兩 白茯苓二兩 大川烏一兩 乾山藥二兩 蒼朮二兩

二兩米泔浸 大茴香二兩 與大川烏頭炒 粉草二兩 即甘草 川椒四兩

日夫

右八味為細末酒糊為丸如梧桐子大每服三十丸空心溫酒送下鹽湯亦可服後五日唇口紅潤手足溫煖面有光澤半月之後聲清目明夜思飲食香入腦中

封髓丹 降心火益腎水

黃柏三兩 宿砂一兩 錢 甘草一兩

右為細末稀糊為丸如梧桐子大每服五十九

用肉蓯蓉半兩切碎用酒一大鍾浸一宿次日  
早空心煎三五沸去渣以清酒送下

烏龍丸 四川何總兵常服

九香虫 一兩半 生半熟 車前子 四錢 微炒 陳皮 四錢 白木 五錢 杜仲 八錢 酥炙

仲 八錢 酥炙

右為細末煉蜜丸如梧桐子大每服一錢五分

鹽白湯或鹽酒送下空心服臨卧仍服一次尤

妙此方有大奇效能理膈間之滯氣助肝腎之

虧損久服延年妙在九香虫一物其虫一名黑

兜子如小指頂大產在貴州赤水衛河中至冬

伏於石下取之其地方居人多有收者此虫驚  
蟄後即飛出不可用

少陽丹

蒼朮 乃天之精也 用米泔水浸半日 刮地骨皮

去黑粗皮 乾搗羅為細末 一斤

乃地之精也 即狗把子根 掘出去 苗以溫水洗

淨用槌打扁去心 收嫩皮 晒乾 搗羅為細末 一斤

斤 桑葚 乃人之精也 用黑熟者 二十斤 入磁盆

用不 右前二味藥末投入葇汁內調勻傾磁罐內用

細絹蒙口閣放在淨棚上晝採日精夜採月華  
專待日月自然煎乾為度再搗羅為細末煉蜜

九如梧桐子大每服三十九丸漸至五十九丸用無  
灰好酒或淡鹽湯送下日進三服一年髮白返  
黑三年面如童子壽與天齊 此藥若總合恐  
陰兩損壞必須旋合旋晒一二日就乾採日精  
月華四十九日從新為末如法丸用縱使總合  
亦須十數大盆分晒免雨壞

秘傳先天丸

乾先天 一兩即女子首經 紫河車 四具即頭生男胞衣用米泔水洗淨新瓦  
上焙乾 甘州枸杞子 四兩野枸杞葉一斤洗淨乾熟地  
為末 黃 四兩酒拌蒸 生地黃 四兩先酒洗後用稠豆 金雀  
花 四兩 赤石脂 一兩 紅花 二兩 白茯苓 半兩 浸透  
浸酒乾九 真乳香 一兩 仙鶴骨 一付 辰砂 一兩 明  
子者另 綠毛龜 九箇釜底用活鯉魚同水以  
研極細 川牛膝 四兩 酒 嫩鹿茸 二兩 石菖蒲 二兩  
甲酥 者佳 真秋石 二兩 乾乳 三伏時用大磁盤一箇將  
晒乾再傾再晒 如此則乾四兩

右十九味俱各淨製分兩為細末用白蜜一斤  
四兩好酒一斤和勻煉過將藥末入內和勻於  
石臼內搗五百餘杵丸如豌豆大每服五六十  
丸空心淡鹽湯或溫酒任下忌蘿蔔諸血

紅鉛接命神方 海上異人傳

用無病室女月潮首行者為最次二次三者為中次四五為下然亦可用取法以黑鉛打一具形如黃衣冠子樣俟月信動時即以此具令老媪置陰戶上以絹幅兜住接具取起頓磁器中再用前具再取約一二鍾許澄沉底紅如硃砂此為母氣真元也其面有黃色浮起此為發水也即用綿紙輕輕拖滌去却用極細白淨好白茯苓為末用熱水浮去木札取沉底者晒乾搗入紅鉛中如和麵然多寡軟硬以意消息打碎

薄薄餅子陰乾待用不可犯鐵器既乾研成細末以麻黃一大把挫煎成極濃膏子用綿布一塊紐濾去渣滓入前末中以成丸為度丸如棗豆大以好老坑辰砂細末為衣用銀藥罐盛之收存以黃蠟封口每服五十九或七八十九服後靜坐無風處所畧有微汗驗藥性流行充溢四肢經絡皮毛之間如服後發熱作渴此元氣虛藥性到也須服乳汁數盞以止之服藥後三日內蔬食不可喫油膩之物此藥一年進二三次或越三五年又進二三次立見氣力煥發精

神異常草木之藥千百服不如此藥一二服也  
蓋人自十六歲以往精氣漸減不但男女之慾  
足以損敗一與事應則視聽言動皆耗散神氣  
之原故禪氏面壁僊家坐關築基煉已苦行以  
防耗此神氣便是長生之術天嘗傾西北地不  
滿東南女媧煉石以補之天且弗能免而况於  
人可無補培之法乎補培之法又未有神妙如  
此方者此藥採之人身本來面目非若金石草  
木有偏勝之害一補益之功及其至風寒暑濕  
之氣俱不能侵何異於煉石之手也妙奪造化

非天下之至神其孰能與於此哉養身君子留  
心試之 少坡山人朱誥書

接命丹 治男婦氣血衰弱痰火上升虛損之症左  
癱右瘓中風不語手足臂體疼痛動履不便飲  
食少進甚効

以人乳二酒盞香甜白者為佳以好梨椿汁一  
酒盞傾放銀錠中或錫器內入湯鍋內頓滾熱  
有黃沫起開青路為度每日五更後一服能消  
痰補諸虛生血延壽乃以人補人其効無加其  
中風不語半身不遂曾照此方治驗

又方 用人乳二酒盞加無灰好酒八分盞以銀  
錠錫器頓滾每日照前服尤佳

水芝丸 補虛益損

蓮實去皮不拘多少酒浸一宿入大猪肚內用  
水煮熟取出焙乾為末酒煮糊和丸如梧桐子  
大每服五七十九食前用溫酒送下

女真丹

冬青子本草謂之女真實去梗葉酒浸一晝夜  
粗布袋擦去皮晒乾為末待有旱蓮蓬草出多  
取數石搗汁熬濃丸前末如梧桐子大小則以

蜜煉過加入其功不旬日使智力加數倍又能  
變白髮為黑強腰膝強陰不走初服後便能使  
老者無夜起之功每夜酒送百丸

固本酒

生地黃兩二熟地黃兩二天門冬兩二麥門冬兩二白茯苓

苓兩二人參兩一

用磁瓶盛好酒十大壺將前藥切碎投入瓶內  
浸二三日用文武火煮一二時以酒黑色為度  
如上熟去人參五錢如下虛或寒將葶子炒黃  
色為細末空心服三五盞每盞用銅鍋炒葶末

一錢飲之婦人下虛寒久飲能生子用核桃連皮做引子食之此藥甚平和治癆疾補虛弱烏鬚髮久服面如童子忌蘿蔔葱蒜食之與地黃相反令人易白髮肉麪不忌亦忌豆飯

### 仙人飯

黃精耐老不饑其法可將甕字去底釜上安頓得所盛黃精令滿密蓋蒸之候氣溜即暴之如此九蒸九暴凡生時有一石熟有三四斗方好蒸之不熟則刺人咽喉既熟曝乾食之其美補中益氣安五臟潤心肺輕身延年饑歲可以與老小休糧食療饑根葉花實皆可食之但相對者是不對者名扁精不可食

仙人粥 治氣血不足面色黃腫手足疼痛軟弱行履不便身體羸瘦

用何首烏白者雌赤者雄得一二斤大者為佳不可用鐵器以竹刀刮去粗皮切成片細細如蒸子麵大每日五錢用砂鍋以白水滾爛放白米三合洗淨入內煮粥每日空心服

保真膏 此膏能存精通氣固本堅硬壯筋骨有百戰之功最不泄精無治男女下元虛冷遺精白

濁赤白帶下子宮久冷絕孕風濕肚疼痞塊並  
皆治之

先浸油方法

天門冬 麥門冬 遠志 谷精草 生地黃  
熟地黃 附子 小茴香 大茴香 羌活

木鱉子 獨活各一兩

右俱切成片用香油一斤將藥入內浸三日連  
藥油入鍋熬藥黑色撈去藥滓放磁罐內澄清  
聽用

治藥方法 用大鯽魚一尾去鱗甲腸潔淨次將

雄黃硃砂為末各五錢硫黃末三兩拌勻裝入  
魚肚內以綿紙包裹數層外用麵包放入灰火  
內煨熟取出晾冷擇出三味藥末將魚刺連頭  
去了却將魚肉與藥同搗如泥為丸如棗豆大  
白麵為衣晒乾聽用

喂鷄方法 用白雄烏骨鷄一隻餓三日加與米  
泔水飲之後將鷄盡門縫住却將前藥徐徐喂  
之藥盡急將鷄殺死取出鷄肫內連腸內擇出  
晒乾為細末

熬藥方法

松香

三兩前  
聽用

香油

兩

葱汁

酸醋

各半  
鍾

先將葱汁醋油熬滴水不散成珠後下松香末

熬時漸漸入前藥片時取下晾急下後細藥末

乳香

沒藥

母丁香

炒

乾姜

各五

肉桂

兩川

山甲

五錢拌  
上炒

射香

錢

攪勻熬成膏藥用磁罐盛之每用絹一方攤藥

三錢臨晚用先將葱汁姜搗爛擦臍熱後貼藥

飲好酒一二鍾次加火手熨磨一百度陽事自

然堅壯每藥一個須用一月可換如欲精通須

去此膏累有妙驗妙不可述

### 千金不易比天助陽補精膏

靈龜衰弱最難全

好把玄書仔細看

助老

精神還少貌

常時勤服返童顏

金龜出入

超凡聖

接補殘軀越少年

雖然不到天仙

位却向人間作地仙

解曰此藥專添精補

髓不泄善助元陽滋潤皮膚壯筋骨理腰疼下

元虛損五勞七傷半身不遂或下部虛冷膀胱

病症脚腿酸麻陽事不舉男子貼之行步康健

氣力加添奔走體輕

女人貼之能除赤白帶

下沙淋血崩無不生一瘡癰通二十四道血脉

堅固身體返老還童專治喘戶善遇昇氣不泄  
真精不泄真氣去膏藥方泄則有孕矣此藥百  
無所忌

真香油一斤甘草二兩遠志去心牛膝去苗虎脛骨炙

川續斷去苗熟地黄焙肉蓯蓉去鱗鹿茸炙蛇床

子揀淨天門冬去心生地黄 兔絲子揀淨肉豆蔻

煨麵川練子去核紫稍花去草木鱉子去殼杏仁去皮官

桂皮去大附子去皮谷精草

右吹咀入香油內煎至黑色去渣方下飛過黃  
丹八兩黃香四兩透明柳條不住手攪不散為

度再下雄黃硫黃龍骨赤石脂各二錢火再煮

沸又下沉香蟬酥木香乳香沒藥母丁香陽起

石煨阿芙蓉為末再煮沸濾為末將銅茶匙挑

藥滴水不散為度又下黃蠟五錢將膏子收貯

磁罐盛之封口嚴密入水浸五日去火毒然後

紅絹攤每一個重七錢貼臍上或兩腰腎上每

一個貼六十日方換其効如神不可盡述此方

宜謹藏寧將千金與人靈膏不可輕授此之謂

也

天門冬膏 去積聚風痰補肺療咳嗽失血潤五臟

三虫伏尸除瘟疫輕身益氣令人不饑延年不老

生天門冬不拘多少用滾水泡過去皮心搗爛絞汁以砂鍋盛之用炭文武火煮勿令大沸以十斤為率熬至三斤却入蜜四兩熬成膏滴水不散取出以磁瓶盛之埋地中七日去火毒每早晚用一匙白湯調下若動大便以酒調服

### 茯苓膏

大白茯苓不拘多少為細末用水漂去浮者漂時先令少用水如和麵之狀令藥濕方入水漂

澄取下沉者以淨布紐去水晒乾再為末再漂再晒凡三次復為細末每末一斤拌好白蜜二斤令勻貯長磁瓶內籜皮封口置鍋內桑柴火懸胎煮盡一日抵晚連瓶坐埋五谷內次早倒出以舊在上者裝瓶下舊在下者裝瓶上再煮再入五谷內凡三日夜次早取出培淨土中七日出火毒每早晚用三四匙噙嚼少時以白湯下治痰火殊効

### 瓊玉膏

生地黄四斤 白朮四兩 白茯苓十三兩 人參六兩

右以地黃搗汁和蜜以參朮為末拌入蜜汁  
用瓶貯以紙箬包其口用桑柴火蒸煮三晝夜  
取出再換蠟紙包封十數重沉井底一晝夜取  
起再如前蒸煮一日白湯點服須於鷄犬不聞  
處製之

人參膏 治傷寒汗吐下後及行倒倉法吐下後用  
此補之韓飛霞曰人參煉膏回元氣於無何有  
之鄉王道也又肺虛嗽亦宜人參膏補之如肺  
虛無有火邪者人參膏與天門冬膏對服之妙  
用好人參去蘆或一斤二斤隨意切片入磁鍋

水浮於藥一手背文武火煎乾一半傾真一瓶  
盛之又將渣煎又如前併之於瓶凡煎三次驗  
參渣嚼無味乃止却將三次所煎之汁去渣仍  
入磁鍋內文武火慢慢熬成膏如一斤參只好  
熬得一飯碗足矣及成膏入碗隔甯必有清水  
浮上亦宜去之只留稠膏

### 白朮膏

用上好片朮切開全無一些蒼色者煎法同前  
又方 每白朮一斤人參四兩切碎以沸過熱水  
十五碗浸一宿次日桑柴文武火煎成膏仍成

一斤四兩入煉熟蜜四兩以白沸湯調服

### 當歸地黃膏

當歸一斤生地黃一斤俱用竹刀切碎亦同煎人參膏法

凡煎膏只要用慢性人不疾不徐不令焦與泛溢凡盛膏須用淨磁瓶每三四日在飯鍋上蒸一次使不生白花凡服膏須自以意消息之自覺因言因怒與勞傷氣精神短少言語不接續便服人參膏若覺腸脾胃不和飲食無味便服白朮膏或血少生瘡瘍肌膚燥癢自汗遺精便

多服當歸膏平時二件間用若嫻苦入煉蜜一二匙

### 地黃膏

男婦血虛者用生地黃不拘多少取汁熬成煎生麥門冬不拘多少取汁熬成煎二煎入作一處瀝過入砂鍋內同熬一時四分入蜜一分再熬一時取出納磁罐收之亦照瓊玉膏法服之牛膝膏亦照前煎人參膏法

男子腎虛及腰膝疼痛或痿弱者用之女人血虛及有血病者用之

蒼朮膏 存精固氣通達二十四關脉繫三百六十  
骨節流注一身毛竅使水流而養精精流而養  
氣氣流而養神神流而養身服之半月精滿氣  
盈元陽壯盛能補丹田能滅相火陰消陽長男  
子精冷絕陽婦人胎冷不孕服之一月髮白返  
黑齒落更生顏面如童

蒼朮

十斤米泔浸一宿削去皮確春如泥大鍋  
內文武火煮水二桶約有十餘碗取出冷

定絹濾去渣入  
磁罐內加衆藥人參 生地黃 熟地黃 黃

栢 遠志 各四兩 杜仲 炒 川芎 核桃肉 川椒

破故紙 各四兩 碎青鹽 二兩 碎硃砂 一兩 當歸 四兩 旱

蓮草

取汁  
二碗 蜂蜜 二斤 姜汁 四兩

右各藥共入前蒼朮膏磁罐內封固大鍋水煮  
香二炷為度取出埋地七日每日空心酒一盞  
或白湯服下

金髓煎

用枸杞子不拘多少逐日旋採紅熟者去梗揀  
令潔淨即以無灰酒於淨甕內浸至兩月為度  
用蠟紙封固緊密勿令透氣候日數足撈起石  
盆內研令極爛以細布濾去滓取淨汁同前漬  
藥酒攪勻量銀鍋內所盛多少作數次慢火熬

成膏漬不佳手攪恐粘底不勻候稀稠得所傾  
出磁器貯之勿令泄氣每早晨用温酒半盞化  
開二大茶匙服之夜臥再服至百歲身輕氣壯  
積年不廢可以羽化

### 金櫻膏

經霜後以竹夾子摘取於木臼中轉杵却刺勿  
損之擘為兩片去其子以水淘洗過爛搗入大  
鍋以水煎不得絕火約水耗半取出澄濾過仍  
重煎似稀飭每服取一匙用煖酒一盞調服其  
功不可具載 沈存中云金櫻子即野棠梨止

遺泄取其温且澁世之用者待紅熟取汁熬膏  
大誤也紅熟則却失本性取半黃時採為妙十  
一月十二月採佳本草云療脾洩下痢止小便  
利澁精氣久服令人耐寒輕身

### 水陸二仙丹

鷄頭實 晒乾去皮生用 金櫻子 外去刺內去子

為末盛貯聽用 絹紐去滓用瓦鍋熬成蜂蜜一樣

右每服一二匙調前鷄頭實末二三匙用酒化  
清晨服俱忌鐵器

又方 用芡實蓮花蕊各等分為細末調金櫻子

膏為丸如梧桐子大每服八十九空心酒或鹽湯送下

應驗打老丹

治強壯筋骨滋補丹田安定魂魄温煖下元添精補髓悅色駐顏祛除百病身輕躰健長生不老益壽延年不問男子婦人並宜服之

白茯苓去皮 栢子仁另研 乾山藥 密蒙花  
甘菊花去梗 雲母石火煨 覆盆子 五味子  
山茱萸去核 鍾乳粉另研 蛇床子 生地黃  
蔓荆子去萼 赤石脂另研 金鈴子 熟地黃

天門冬去心 麥門冬去心 枸杞子 白芍藥  
川芎 續斷去蘆 石斛去根 兔絲子酒浸一宿  
桂心 玄參去蘆 菴本去苗 肉苁蓉酒浸一宿  
草撥 紫苑去蘆 遠志去心 牡丹皮 沙參  
丹參去蘆 牛膝去苗 鹿茸去毛酥炙 茴香  
黃耆去蘆 巴戟去心 附子炮去皮臍 澤瀉  
人參去蘆 乾姜炮 天雄炮去無用  
白朮 獨活去蘆 牡蠣煨 烏藥 苦參  
杜仲鹽炒 甘草已上各等分

右為細末煉蜜和搗千餘杵丸如梧桐子大每

服三十九丸不拘時温酒送下日進三服至六十日見効按方云薛侍即使經泥川見一女將一老人撫之因詰其故女子曰乃妾之子也薛問汝年幾何荅曰一百六十七歲昔有伯父隱於華山一日歸見妾夫婦年老無子手足不遂令服此藥至一百日身體輕健氣力加倍手足頓愈變為童顏一年乃有此子薛曰願聞此方女子遂以此授之

固真丸

治諸虛不足常服補益五臟接助真陽潤澤肌

膚滋壯筋骨

川烏鹽炒黃去毒 熟乾地黄焙 秦椒 肉桂去粗皮

茴香酒浸炒 五味子 威靈仙去蘆 仙靈脾去毛

山藥各二兩 附子炮去皮 白茯苓去皮 當歸酒洗焙

牛膝酒浸 石菖蒲酒浸 薤白各半兩

右為細末煉蜜和杵千下丸如梧桐子大每服五十九丸空心温酒搥湯下

無比山藥丸

治諸虛百損五勞七傷肌體消瘦目暗耳鳴常服壯筋骨益腎水

赤石脂煨 茯神去木 山茱萸去核熟乾 地黄酒洗

巴戟去心 牛膝去苗酒浸 澤瀉已上各一兩 杜仲去皮姜汁炒

兔系子酒浸 山藥已上各三兩 五味子揀六兩

肉蓯蓉酒浸四兩

右為細末煉蜜和丸如梧桐子大每服五十九空心用温酒送下

### 太真丸

治先曾損血及脫血肌瘦行步不得手痿血氣枯槁形神不足如滑湯絕不入食守死無法可治者如咽喉窄下食不得只能五七粒漸漸服

令人面色紅潤無血者便生血并津液大便燥者服之自潤實中有虛虛中有實皆可服之

羊肉七斤用精者去筋膜 肉蓯蓉 濕山藥去皮各兩

當歸洗淨去蘆十二兩 天門冬倍軟去心切一斤

右四味置肉內裹定用麻縷纏用上等糯米酒四瓶煮令酒盡再入水二升又煮直候藥肉爛搗如泥再入

### 沉香永壽丸

大補元陽滋益脾胃調順血氣添補精髓不問老壯年少並服之甚有功效不僭不燥大梁郭

文卿尚書常服此藥年過八十精力倍加得其方者服之俱服効

肉蓮 一斤先用酒浸一日後裝入雄猪肚內縫合將浸蓮酒添水煮熟取出晒乾 壯子不用

茅山蒼朮 一斤分作四分一分酒浸一分醋浸春五日夏三秋

七日冬十日焙乾無茅山者以好者刮去粗皮代之 白茯苓 四兩

沉香 熟地黄 木香 各一兩 五味子 小茴香

川練子 炮取 西枸杞 山藥 栢子仁 炒另研

破故紙 用芝蔴同故紙一處炒香去 青鹽 半兩

右為細末用酒煮糊和丸如梧桐子大每服五十丸加至七十九空心温酒或鹽湯送下以乾

物壓之

保命 齡丸 安神養氣補填骨髓起弱扶衰潤澤

肌膚聰明耳目久服烏髭髮固牙齒能夜讀細

字心力不倦

巨勝子 補骨脂 酒浸 酸棗仁 栢子仁 去殼

甘菊花 肉蓯蓉 酒浸 楮實子 天雄 炮去皮

枸杞子 天門冬 去心 五味子 牛膝 酒浸焙

覆盆子 白茯苓 去皮 巴戟 去心 人參 去蘆

兔系子 酒浸一宿 山藥 已上各

肉桂 去粗皮 生乾地黄 半斤細切新

右為細末春夏白沙密秋冬蒸棗肉入胡桃肉  
十枚去皮同藥末於白內搗十餘杵丸如梧桐  
子大每服三十九加至五十九空心用温酒送  
下

### 神仙巨勝子丸

安魂定魄改易容顏通神仙延壽命添髓駐精  
補虛益氣壯筋骨潤肌膚髮白再黑齒落更生  
目視有光心力無倦行步如飛寒暑不侵能除

百病

巨勝子焙一兩 生地黃 熟地黃 何首烏各四兩

枸杞子 兔絲子 五味子 酸棗仁

破故紙炒 栢子仁 覆盆子 雞頭實

廣木香 蓮花藥 巴戟去心 肉蓯蓉酒浸三日

牛膝酒浸 天門冬酒浸 官桂 人參 茯苓去皮

楮實子 韭子 天雄炮去皮臍 蓮肉 川續斷

山藥已上各一兩

右為細末春夏密丸秋冬棗核桃肉十箇搗同  
藥末杵千餘丸如桐子大每服三十九空心酒  
下鹽湯亦可日二夕服去天雄用鹿茸亦得耳  
聾復聰眼昏再明一月元勝六十日白髮黑百

日容改目夜穿針冬單未寒白雞喂則黑矣

攝生衆妙方卷之二終

