

重刊泰定養生主論序



醫仁術也其言五運六氣可以使民養生而免札瘡夭折之患先聖王贊助之一道也君子仁天下苟可利物者爲之弗恡而獨廢於醫乎後世長民者務深文慘刻於醫道漫不之省是無意於民不仁殆有甚焉非用心至仁如閩藩少叅冒公者其何能是耶公維揚人也少

進士高第累官兵部正郎才名拔出

乎同列爲

上知眷文學醞藉考試南宮貢士知武舉
皆著聞而尤留意於醫凡諸方書日事
旁索而購致之得泰定養生論一編蓋
出元人手也匿民間久之公旣得輒用
蒐獵知其利於民謀鋟梓未果是歲以
公務留衢頗以醫相聞遂緘屬校理而
序述以傳余家舊基小醫自先君尚志翁
典科三世矣余不類蚤以易試于鄉累

不偶退而易業以爲不能行道濟時當
醫以利世殫弊心神究竟數載僅闕門
戶厥今耄矣精力弗逮重辱嘉命紬而
讀之細加叅詳庶幾有得迺竊嘆曰公
之一念大造茂育之心也醫始於軒岐
內經歷漢魏來方書不傳近時立言惟
仲景東垣河間丹溪四家最著爲內經
羽翼又其各暢一義難備急用孰若此
編兼總條貫辯覈標不著論則主乎內

經纂方則括乎四家而又鉤隱擿漏以
參錯傳益之簡而當簡而切使窮鄉下
邑乏各醫之所人人相何之猝有恙者對
證檢方按方施藥不必遠秦楚之路而
良醫在篋笥矣無復亡於倉卒不濟者
利澤之仁不亦博乎夫公敷歷滋久尋
且當路以吾道砭劑形生爬創痍起廢
痼而賴以全活者多矣奚假此爲然而
政施於一時不能流云日世道濟於所及

不能徧幽遐是書果行播千古之芳馨
周九垓於無外所活而仁之者未可逆
數其仁之大小遠近又何如耶抑古人
有言治國如治病况今天下之病久矣
凡爲吏者獲公奇方以療之亦豈非公
之仁哉因忘固陋僭弁數語俾觀者不
待句檢而生識此編之妙與夫公之所
存

正德四年歲在己巳孟冬吉日浙開化

七十七翁指卷徐繁謹序

泰定養生主論序

贊

物生於天而養於天然天不能司其養
非天不司養也人為嗜欲所勝聲色之
蠱寵榮勢利之徇雨暘燠寒之觸冒戾
薄情炎于中形索于外至是而養於天
者天始不能司養於天者天不司則其
生於天者亦戕矣聖人憂其戕也而醫
道行焉內經數萬言或防於未然或抹
於已然無非補天養也後賢有作敷暢

演繹而其書益汗牛充棟於世洞虛王
中陽制行高見道明壯歲屏世累隱吳
之虞山居環堵三十年目瞳炯然身不
踐塵間著書若干卷采莊周氏宇泰定
者發乎天光及養生主之語題曰泰定
養生主論自婚孕幼壯以至於老期節
宣各有宜順者以安違者以疾也自運
氣標本脉症方劑以至病家之當務醫
者之所存罔不究極論列派析縷分其

用心亦仁矣嗚呼生者人之至願也生
我者天而養生者我也知養生之在我
則知養生主之說不知養之在我恣情
縱慾迷而不返者天且不能司於是書
也何有至元後戊寅長至日從仕郎江
浙等處行中書省照磨段天祐序

中陽立是清淨幽居將二十載以靜待
動備見正邪其爲枉病枉死盲醫瞎灸
莫知所由故澄心適興信筆而書或一
日得數千言或迤邐連月不欲措一辭
中間論不避嫌語其害生者方不貴多
載其必效者今年六月峻絕人事謾編
成卷一家之說未能盡善故泄二教之
機與引九流之緒餘踈謬之辭固不足
取信於人盡其在我庶可杜門然則是

書之於世也如郵亭之於岐路而示人
曰此去則有虎狼出沒彼去則爲驛程
大道征人感念曰此蹊徑也憧憧往來
者莫非行役乎彼大道也行役幾希而
我獨進之耶或者一旦遇害則征人唯
曰命矣夫彼之大道又烏知其爲果無
狼虎乎余故知世人之情聞鵲聲則衆
喜之如有所得殊不知鵲亦能噪凶聞
鴉聲則衆惡之如有所失殊不知鴉能

使人避凶而亦能報吉故鴉純吉而鵲
半凶而終不惡鵲終不喜鴉嗚呼凶乎
吉乎喜乎惡乎事在於彼不在此而鵲
不得不噪鴉不得不報唯人自裁之雖
欲勿用養生其舍諸故首以原心爲發
明之始次序婚合孕育嬰幼童壯衰老
宣攝避忌以禦未然之病次論運氣標
本陰陽虛實脈病證治以爲全生去病
之法然後類方對證以爲規矩之用備

述痰證一條以爲方書補闕拾遺之式
更類雜治活法常驗之方並無毫髮苟
簡穿鑿之妄倉卒乏醫之處雖不能明
脉問疾用藥井井有條外選肘後秘寶
諸家備急數門續抄古今明訓二道自
省一篇以爲閑邪存誠之要用質高明
非敢固望人人共爲枯槁幽棲然後盡
善但於一切據方用藥之時知有所主
之心耳或曰吉人之辭寡而子之辭無

乃喋喋乎余曰吾聞晉書云平蜀之後
其將問蜀士曰孔明明言句何其瑣碎士
曰簡辭惟聖與聖則可彼師旅之衆故
當詳喻於是余之反復而言正欲人人
共曉之也始作於秦定改元又莊子云
宇泰定者發乎天光故命曰秦定養生
主論莊子亦有養生主篇養生而有主
則不惑於二三說也逸人洞虛子王中
陽自序

泰定養生主論目錄

卷之一

養生主論

論婚合

論孕育

卷之二

論嬰幼

論童莊

論衰老

卷之三

素問節要叙論

論病家

論醫家

卷之四

正訛

公論

卷之五

論運氣

論標本

卷之六

論陰陽

論虛實

論脉

論病

卷之七

論證

論治

病機司屬六氣本標證治通例

卷之八

類方叙畧

婚合門

戊巳圓

補虛進食

腎氣圓

治男子虛損

如聖丹

治赤白帶下

當歸散

治月水來時疼痛

蠶沙散

治血崩山崩

雙和散

治病後氣血俱虛

鼈甲地骨皮飲

治男子婦人骨蒸寒熱傳屍勞病即草鼈甲

孕靈圓

治無子

坐宣散

治子宮不潔帶下雜色無子

增損四物湯

滋血駐顏

猴鼠糞湯

治男女子病新差女感合而病

燒棍散 治女病新恙感而病

三分湯 治婦人室女月水

滋血湯 治崩漏 分心氣飲 治男子婦人

孕育門

安胎飲 治胎動 膠艾湯 治胎動

榆白皮散 治胎前下漏

滑胎枳殼散 治胎前下漏 黃芩白朮散 治懷胎

三物湯 治懷孕

枳殼檳榔圓 治男婦癥瘕癖塊

百花散 治孕婦 護胎法

獨服散 治孕婦 靈根湯 治孕婦

小柴胡湯 治孕婦 佛手散 治胎死口

局方催生靈驗神符 常用

蒲醋膏 治新產後 欽陰法 治產後玉

烏金散 治產後 產後一十八證病形歌

入藥醋煮大黃膏并治諸血證

卷之九

嬰幼門

小兒變蒸 小兒唇口形狀

乳哺法 養子十法

保養嬰幼法

不宜服涼藥七證

不宜服熱藥七證

疹痘瘡三者形候

痘瘡不用服藥例

痘瘡合用服藥例

嬰幼痘瘡輕者六證

嬰幼痘瘡重變輕者六件

痘瘡急服藥三證

嬰幼痘瘡五種不治證

痘瘡未出已出之間救裏證

痘瘡不起發救表證

表裏俱有證

痘瘡將出已出瀉渴等證

痘瘡始出一日至十日表裏無病例

痘瘡禁食生冷例

痘瘡發熱未見是否例

痘瘡曾經瀉後失津諸證難治例

痘瘡四五日不大便治法

痘瘡六七日後身壯熱不大便證

痘瘡二三日大小不等例

痘瘡四五日形候例

痘瘡六七日惡候俱全例

痘瘡八九日輕重形候例

痘瘡十日十一日當壓諸證

痘瘡十二日十三日瘡痂凹凸眼内生瘡

痘瘡既靨壯熱證

痘瘡靨後口瘡咽痛等證

風熱咳嗽咽膈不利證

涕唾稠粘身熱鼻乾證

痰實壯熱大便堅實證

前後已曾誤飲食水密鍼腫痒蝕等證

身熱小渴證

身熱大渴證

木香散性味主證

腹脹等九證渴證例

異攻散性味主證

卷之十

嬰幼門

土黃散 治赤流丹毒

葛根白朮散 治一色赤白丹毒

長生圓 治七種寒證 五和湯 治七種熱證

惺惺散 治嬰幼表邪 五和膏 治七種燥痒

凹凸癍痕治法韶粉散

痘瘡靨後痒蝕瘡治法

雄黃散治牙疳

綿爾散治牙疳

升麻葛根湯治痘疹

十一味木香散治痘疹

十二味異攻散治痘疹

七味肉豆蔻圓治痘疹

人參麥門冬散治痘疹

柴胡麥門冬散治痘疹

消毒散治痘疹

桔梗甘草防風湯治痘疹

人參清膈散治諸熱

射干厚粘子治痘疹

前胡枳殼湯治風熱

人參白朮散治痘疹

穀精草散治痘疹

葛根麥門冬散治痘疹

生地黄散治痘疹

小兒痘疹論例

又惺惺散治時行喘

宜服六味人參散證

宜服十一味木香散性味例

痘疹雖屬忌熱湯洗浴法

烏豆麥門冬湯治痘疹

痘疹出後忌燒香法

延壽丹 治小兒急慢驚風一切惡候 桃花散 治嬰幼百日內

合願散 治嬰幼 天竺黃散 治小兒驚熱痰多

又天竺黃散 治小兒 秦艽散 治小兒發熱

蘆薈散 治小兒 五靈散 治馬疔

消腫散 治小兒 泥金膏 治一切無名腫毒

卷之十一

童壯門

分氣補心湯 治男女事不遂

分心氣飲 治七情方 白散子 治男女上

款冬花飲 治童男室女骨蒸勞瘦煩熱

青蒿煎 治男女一切惡勞 地骨皮散 治一切骨蒸盜汗

紫苑圓 治男女百種 酸棗仁湯 治多睡及不睡

孔子枕 治學問易忘

益智散 開心

北平太守八味散 補益精神

鼈甲湯 治氣受寢不安

別離散 治男女 土瓜圓 治諸臟寒積

治童壯下元不固遺精

治童壯女血氣太過三法

衰老門

熟地黄圓治肝腎俱虛精血不足

治肝虛明目方

治風毒眼醫

七氣圓治一切氣

七氣湯治諸般

麻豆散治衰老

五子散治衰老

乾薑散燥胃

消食斷下圓治寒泄

百效圓治癩冷

檢花散解毒利

家菊散治諸般

荆芥散治一切風冷

竹葉黃芩湯治精極實

丹參圓治四肢

又治腰痛方

不換金摩安囊治遍身

琥珀圓治小便

又方車前草法

又方治淋瀝

又方治胞轉

又方治轉胞

又方阿膠湯

治血淋礮痛

又方治血淋

又方白朮湯

又方大豆葉湯

治遺尿小便難

治遺尿不覺

治遺尿灸法

實腸散治虛氣

又方治滑泄

又方治腎泄

卷之十二

傷寒

六經證定例

太陽證

陽明證

少陽證

太陰證

少陰證

厥陰證

六經類證治法

太陽傷寒

麻黃湯證

太陽傷寒

桂枝湯證

太陽傷寒

大青龙湯證

太陽傷寒

大青龙湯證

陽明證

麻黃湯

陽明證

桂枝湯

陽明證

麻黃

陽明證

大柴胡湯

少陽證

小柴胡湯

少陽證

小柴胡湯

三陽合病證

太陽合陽明四法

脾約圓證

升麻葛根湯證

白虎湯證

調胃承氣湯證

太陽合少陽一方

小柴胡湯

少陽合陽明一方

調胃承氣湯

三陽合病下利

太陽陽明合病下利一法

葛根湯

太陽少陽合病下利一法

養生主論
黃芩湯

少陽陽明合病下利三法

小承氣湯

四逆湯

理中圓

少陽證二法

小承氣湯

大承氣湯

麻黃細辛附子湯

四逆湯

又四逆湯

甘草乾薑湯

猪膚湯

厥陰證六法

桂枝麻黃各半湯

承氣湯

大承氣湯

茯苓桂枝白朮湯

烏梅圓

或用理中圓

陰證陽證陰毒陽毒陰陽二厥辯

陽毒證三法

升麻湯

玄參升麻湯

水漬法

陰毒證三法

陰毒甘草湯

著艾法

熨葱湯

又續添手握法

陽厥證二法

大柴胡湯

小承氣湯

大承氣湯

陰厥證四法

四逆湯

理中湯

通脈四逆湯

當歸四逆加棗薑生薑湯

略論小柴胡湯

略論五積散

卷之十三

五運時行以病證治

六壬年方一道

蒼朮湯

六戊年方一道

麥門冬湯

六甲年方一道

附子山茱萸湯

六庚年方一道

牛膝木瓜湯

六丙年方一道

川連茯苓湯

六丁年方一道

菖蓉牛膝湯

六癸年方一道

黃耆茯苓湯

六巳年方一道

白朮厚朴湯

六乙年方一道

紫苑湯

六辛年方一道

五味子湯

六氣特行

證治

辰戌之歲方

靜順湯

卯酉之歲方

審平湯

寅申之歲方

升明湯

丑未之歲方

備化湯

子午之歲方

正陽湯

巳亥之歲方

敷和湯

卷之十四

痰證

痰證叙引

袞痰圓歌括

袞痰圓服法

痰論

痰形

痰味

痰證或問

痰忌

藥無所忌

卷之十五

雜治活法

敗毒散治法

四時益痰

斗門散治法

小便不通

豁痰湯治法

加減略例

杖毒治法

龍腦膏治法

合用略例

黃連解毒圓治法

合用略例

還魂散治法

五噎略例

婦人失心治法

智迷略例

卷之十六

歷用得效各方

驅瘡湯治諸瘡疾

通神圓治一切瘡疾

金黃散治血毒

桃仁法治痰瘰

治蛇虎病狗毒蟲所傷

通關散治一切眼目斜視

愈風散治一切風病疾

鶴虱圓治大風

大戟圓治一切風水疾等證

治一切氣腫

桃溪方氣寶圓治一切氣腫

扇方小七香圓治腫證

神效五食湯圓治水腫滿等證

葶藶木香散治濕熱腫脹泄瀉不通

朝貴秘授神效紫金圓治諸寒濕風毒筋骨疼痛

控翠證苗香練實圓治小腸寒氣

治外腎腫大三法

麒麟竭膏治一切癰疽疔毒

地扁竹散治背脊痛

長生小金丹

宋理宗御書賜寧海錢主簿之祖錢對本授孫君章孫的傳丹

房治不思然食神效

九似圓

杭州李國醫家傳方後受李才卿李傳丹房治暑證神效

驅邪散

衡州歐大承方丹房得長沙岳州府家傳治壞證等神效

古今明訓二道

中行寅罪大祝

毗陵石刻劉漫塘先生尊天敬神文

自省一篇

原術

泰定養生主論目錄終



泰定養生主論卷之一

逸人洞虛子撰

養生主論



甚哉墳素之書以心為身中君主之官神明出焉以此養生則壽沒齒不死主不明則道閉塞而不通形乃大傷以此養生則殃故莊子有養生主篇蓋有心者必有身故人我交相勝而物欲蔽其明也昔者太王之去國也召其耆老而告之曰君子不以其所以養人者害人故逾梁山而居岐山之下養生之為道莫大於此而身外瑣瑣又何足以累吾之靈府哉是

則人心之病如面不同混厚之辭難爲通治故述方
內之道以正其心方外之道以廣其志百氏之言以
返其流游談之論以攻其蔽或因激怒而憤排或因
隨喜而投機使其各有所入則庶不溺於常見也試
請論之夫一心萬慮其義有三有天理有人情有五
行仁者夢松柏義者夢金革此五行之所役也甚饑
夢取甚飽夢與非人情之便然乎夫天理者何一言
以蔽之曰上帝臨汝毋貳爾心故由仁義行非行仁
義也不獲已者如達磨大師云外息諸緣內心無喘
莊子云宇泰定者發乎天光故黃帝赤水求玄珠非

罔象無由得之此道甚易人自爲難從淺而言唯息
奔競黜聰明涵智慧而已是故余常有言曰世人不
必聰明不必愚魯是必愚魯者下愚也是必聰明者
上智也其餘察察皆繫禍福之門故嵇康從孫登三
年登未嘗出一言康欲辭去登乃曰子識火乎火生
而有光而不用其光果在於用光人生而有才而不
用其才果在於用才故用光在乎得薪所以保其耀
用才在乎識真所以全其年今子才多識寡難乎免
於今之世矣子無求乎康不能用果遭非命乃作幽
憤詩曰昔慚柳下今愧孫登如莊子寓言祖習老列

以下引證
俱用異
端佛經

證引孔顏爲仁義而顯仁義出世間而居世間固非
明倫蒞政之言實出諸子百家之表下學者竊其文
華而爲筆力誦其汗澆而爲高談中才以上者紬繹
之如人之美食美器可以玩可以味能虛心能實腹
上達者觀之則如程孔且擊而已矣故太乙真人破
迷歌云道傍逢一魚猶能掉紅尾子若欲救之急須
送於水道傍逢一人性命將淪委子若欲救之急須
與道理黃帝陰符經云上有神仙抱一之道中有富
國安民之法下有強兵戰勝之術故以身爲國以心
爲君精氣爲民抱一守中心不妄用故精氣氣佳則

厭極可

惡之至

如物阜民繁然後陰虎陽龍烹煉三魂而戰退百邪
丹田有寶四大輕安脩之不已內功外行乃證真仙
再歷真空果位無脩可脩則與佛同體故名萬法之
尊心之靈妙有若是者上爲三界諸天之祖下爲六
道四生之源然則何爲然而霄壤之間乎所謂天理
也人情也五行也五行人情交戰於物欲之私者小
人也故有刑災異類之差人情天理相與於顯微之
機者君子也故無寵辱若驚之患若夫仰鑽瞻忽之
道顏子心齋日至孟子浩然難言必也還源之士超
出乎理路之表者強名曰佛亦名大覺金仙此非一

曲之士之所知再請敷露夫天地之道因地之利謹
身節用以養父母此孔子已嘗許為庶人之孝也既
孝矣又何加焉故當體認喜怒哀樂未發之先毫髮
無間之地此即心君之寶相號曰本來面目以是了
了常知言之不可及故神而明之存乎其人倘居上
而驕為下而亂在醜而爭思無不邪言必縱欲竊仲
尼之冠佩掩盜蹠之忍殘荷僥倖而免於刑戮則於
災危昏夢之間游菟為變之際意光業鏡心事閻王
不待六審三推自然依款承伏故沉而為地獄餓鬼
從而為胎卵濕化惡趣將盡次第因緣再託人身而

又私計人我戕賊天真報緣既盡新業已成復入輪
迴備償宿債不失人身則幸矣余嘗有詩曰天地鎔
金作一爐鼎鍾盃鑑總由吾他年要識方圓器各自
而今現造模其有志趣不凡者因而步入道環則朝
市山林空手把鋤頭步行騎水牛而遊戲三昧也

論婚合

蓋聞人法天天法道道法自然故自然生一氣一氣
生二儀二儀生五行五行生萬彙故知物無巨細而
自然在其中矣上古之俗淳淳全全妙合自然男子
三十而婚女子二十而嫁故精滿血盈純乎本始是

此論以居外

信在故未能

窮其原

爲父稟母受而有天命之初也故孕育成人而安且
壽然而一歲之中天運推移地氣順布其或土勝則
木復以救水而裸蟲不育人爲裸蟲之長則安危成
壞無非自然也反此而論道者是誣造化也建平孝
王無子遂擇良家未笄女人御又無子問澄曰求男
有道乎澄對曰夫合男女必當其年男雖十六而精
通必三十而娶女雖十四而天癸至必二十而嫁皆
俟其陰陽克實而交合則孕孕而育育而爲子堅壯
強壽今未笄之女天癸始至已近男子陰陽早洩未
完而傷未實而動是以交而不孕孕而不育育而不

壽凡元氣孕毓始於子自子推之男左旋積歲三十
而至巳男左旋十月而生於寅女右旋十月而生於
申申爲三陰寅爲二陽故男女之形定於此矣是故
聖人體道立教脩身存神而男女配合以時是爲悠
遠之計安樂之元也三十之男縱有踈逸而二十之
女自有閨門之禁何遲之有哉吁世短人浮惟圖眼
底以病男羸女爲不了而畢姻則不唯有無後之憂
而恐有子夏之戚也亦有以吉日之迫而以病新產
者結婚則又不惟有勞瘵之疾而又恐遺累世之患
矣夫病蛾無能繭之蠶破蓋無結實之菓况少年子

女三關情逸五神搖蕩房中分外業種成胎或侏儒不振或巨首瞎盲雖具人形而實無聰慧其次學道行姪執法無戒咤鬼驅神產女生男望之不似余實見之每為憐憫不孝之罪此莫大焉天地之委形為人倫之大本故揭此數端以警同志養生者觸類而長則又不止於此也孫真人云交合之法當避丙丁日及弦望晦朔大風大雨大霧大寒大暑雷電霹靂天地晦暝日月薄蝕虹霓地震不然則損人神不吉損男百倍有子必癩癡頑愚瘖瘂顛瞶攣跛盲眇多病短壽不孝不仁又避日月星辰火光之下神廟佛

此說善惡人
託胎已入迴
輪妄誕

寺之中井竈園廁之側塚墓屍柩之旁悉皆不可交合有法則有福德大智善人降託胎中仍令父母性行調順所作和合家道日隆祥瑞競集不然則有薄福愚癡惡人來託胎中仍令父母性行凶險所作不成家道日貧破巷房室雖生長成人家國滅亡若欲求子者但待婦人月經絕後一日三日五日擇其旺相及月宿在貴宿日以生氣時夜半後施洩有子皆男必壽而賢明高壽也以月經絕後二日四日六日施洩有子皆女過六日後勿得施洩既不得子亦不成人更具交合旺相日辰于後

以下論日忌
入昇端惟
有祀日宜
避而守之

旺相日

春甲乙

夏丙丁

秋庚辛

冬壬癸

月宿日

正月一六九十一十二二十四二十一二十四

二十九

二月四七八九十二二十四十九廿五二十七

日

三月一二五六七八十七二十二二十五日

四月三四五六八十五十八二十二二十八

月

五月一二三四五六十二十五二十二二十五二

十八二十九三十

六月一三十三三十八二十三三二十六二十七

二十八二十九

七月一八十一十六二十一二十四二十五二

十六二十七二十九

八月五八十三十八二十一二十二二十三

二十四二十五二十六

九月三六十一十六十九二十二二十一二十二

二十四

十月一四九十四十五七十八十九二十二三十三二十九

六月一六十一十四十五十六十七十九二十
六二十九

十二月四九十二三十三十四十五十七二十四

若春甲寅乙卯 夏丙午丁巳

秋庚申辛酉 冬壬子癸亥

與上件月宿日合者尤益

黃帝雜禁忌法日人有所怒血氣未定因以交合令人發癰疽又不可忍小便交合使人淋瀝莖中痛而

失血色及遠行疲乏入房為五勞虛損少子

論孕育

此論尚有合
理可取然夫
稟異端要
宜去而不可信

觀夫古人制字良有以也以婦人有身為有孕孕之為字謂乃子也子既形於內而父可得而媾之乎此亦禮也又曰姪娠夫姪者任也娠者辰也女當之則宜禁任保護而毋致憂星惡日以犯之精血既凝之時月經不至之後子宮已閉血已榮胎則當異寢始終無犯則胎壯而安起居運動不失其常則易產而少病所以世無一者因...而反風馬牛之不一若也馬牛除乘...場損墮外且無

再感之傷人而無... 况學婦嫉妬叫號
過喜過怒久行久立... 崩漏下血上衝等證
輕則病苦之憂重則性命之危若久坐久臥及矮女
懷妊胎不能轉側臨產難產甚至子死腹中或胎衣
不下胎禁云食鷓鴣子多則令子失音食蟬多則令
子橫生食鳧多則令子倒生其餘所食不便更不抄
入但食煎煨燒炙辛酸厚味醴醇過多則令子胎毒
惡疾風熱搐搦瘡疽焮腫丹癩癰癰等病臨月交合
則令子頭戴白被而出則有妳疔肥瘡白禿異證怪
疾大槩無犯則胎氣真純忽有靈光入夢或有瑞氣

又入耳端

矣

相憑而生聖賢君子是以古今史傳分明且以近代
言之則五祖山誠禪師慕蘇老泉而為東坡學士武
夷丹士投真漆匠之家而產西山先生嵩道者受史
衛王之供而出嵩之丞相凡投胎奪舍之靈常有神
童茂異之士故文王設胎教之法使孕婦常觀良金
美玉瑚璉簠簋之器山川名畫之祥而遊目適懷又
聽講誦經史傳集而使秀氣入胎欲其生而知之是
乃仁術也若無真靜志思相棄則徒為矯揉不若朴
素直常母聞惡聲毋見惡事如持滿執盈以吉合吉
為善佛氏有胎骨經道教有三浩九氣司命監生等

厭極

文鄭重尊貴不可勝言及醫書種種禁忌愛護之嚴
唯有力之家可以奉行故不抄入大抵少艾初生臨
月切勿令姦薄侍女市媼尼師告之以利害恐之以
異端使其致期畏忍搐縮開闔參差而氣血乖張家
人無措常以老成長上主管之仍使溫厚老嫗三二
人與之劇談給之以容易則使其安帖無憂俟子胞
下垂玉戶流津蹉跎再四方至草上則如瓜熟蒂落
而脫然分解矣既產畢不可卽使仰臥且半靠高枕
使其氣順血盡方可翻復偃臥頻進䟽通溫平活血
之藥蕩滌清利爲妙庶無敗物停留日後爲患所以
世俗不諳斯義於是婦人血病十常八九不爲苦病
而且濁敗子宮至絕孕故產病一十八證果有不因
停滯而然也方類于後



泰定養生主論卷之二

逸人洞虛子撰

論嬰幼

嬰兒物生車籃襁褓各隨風俗大槩厥初下地之時
 勿待其出聲急以帛裹指展去舌上青泥惡血用手
 一遲啼聲一出即入腹中斯為患矣如下地少頃不
 能出聲者急以溫水一口許灌之即能啼也久不出
 聲者以其臍帶倒捋元氣入腹仍以口頻頻進氣於
 兒口中則自能啼也衣洗後斷臍則不傷水生病臍
 帶留長一寸長則傷臍短則傷臍捋汁不盡則寒濕



入腹仍作臍風衣勿新綿暖則生風其歛臍之法寬
急則中常於無風處揭開看覷未愈燒絳帛灰敷之
一月外臍上有汁并腫者輕則當歸末同韶粉和傳
炙絮熨之重則炙數壯初斷臍了細畢用甘草一小
寸煮汁一合許用綿蘸與兒吮約服一蜺殼許得吐
出去胸中惡物妙未則再與吮之半日內三五次服
盡藥汁一合得吐出惡水則兒神氣爽無病一合服
盡不吐則胸中無惡物也當先以菜葉包明淨生硃
於飯內蒸菜熟為度研極細末當以一豆許蜜和令
抹入口服之日一次三日止服多則傷也凡冬夏浴

兒久易傷寒熱癩病等證不浴亦不可但初浴時以
猪膽汁一箇入湯温浴之則不生瘡疥次用桃李梅
根或枝各二兩許咬咀煎湯浴之則去不祥富室能
以金一斤虎頭骨一箇煎湯浴之則厭驚辟惡妙兒
初落地浴罷臍帶了畢卽看口中舌下并腭上兩頰
但有白泡相連去處卽便用指摘出惡汁無令嚥下
為病則無重舌語病此其大畧凡嬰兒六十日後瞳
人將成而能應和人情自此為有識之初便當誘其
正性父母尊長漸漸令其別之母勿令其側目視父
父勿教其指抵其母親族長幼隣里侍妾皆不可訓

其手舞足蹈無禮罵人時聞聊發一咲則為日後不
禁之端高舉放手閃避猛出扶起放倒兒雖強咲而
面無人色乖張惡性自此萬端驚氣入心觸機而發
乳母嗜噉厚味酒醪燒炙煎博兒亦愛食其酸菓菘
異味是以有驚疳積癖吐瀉之疾唯恐兒啼恣其所
以及其成病又不忍忌其所好猶不忍餌以辛苦之
藥借使病危則鍼刺火灸莫甚於此况或不料愛亦
徒然大抵愛子之偏盡出於母其說有四正室則姑
息其嫡妾寵輩各私其庶有父愛長子母憐幼嬰纔
有所偏則所聞不正偏食至病偏愛無尊習以性成

戕賊患害其出乎此余自思襁褓之時酷嗜食甜一
日得飴喜而欲食中有蚯蚓引頸而出自此不敢見
飴直至長大方悟長上為之然食之亦疑矣夜卧聞
鍾聲則長上必教令則卧今雖為無礙則亦不能不
上心幼習之義善惡之種也可不警之哉余聞田田
大師經云其國有伏法重囚對主者曰吾死無詞但
今吾母一見死而無憾即令見之囚曰我生時食母
乳我今死也亦欲食母乳全我始終既食其乳即嚙
死其母官責其故囚曰我今死於不法是母教我也
我未會言語時母即教我罵人及其能行也教我瞞

人我取得物歸家則愛我喜我我積漸至於今日所以恨之也蓋此等習氣乃閭閻之風天下之通患也大抵庠序之教禮義節文之誨幼稚初學道字未真須自千文蒙求調其句讀俟其舌便語通始可學孝經令其熟知孝行然後學論語必試其日課使其備曉綱常大體外則師友教授內則父兄訓習令其耳聞心解觀其資質強弱利鈍然後授以科業抑揚其性縱不成才則亦不至失身於分外也今也家庭妄誕加以怙惜使其先有所恃而藐視其師且不自本至末而學即欲多讀詩書廣聞小傳以為兒能善言

不記惡事染心遂致助桀為虐文過飾非而恕已責人聰明自負更無以為制之者構長篇賦短策朝誚為能精神錯謬不能自持一旦染患則痾疾逢蠱起原其所自則過在其親蓋幼稚無知而善惡繫乎有識之初故正大先入其心者他日縱有囂猾狡狠則亦畏首畏尾而回向之地矣是故嬰幼攝養其習其父母之習也大槩治法除顛顛驚疳疔痘各類其次外諸余服餌並為通法

論童壯

未弱冠為童過三十為壯夫善天貧富天也去就邪

正人也。共叔段以母偏愛而失身於不法。孟母三遷而孟子終為亞聖。今夫少者甜處着背穩處着脚不趨過庭之訓。復厭舞雩之風。護師佞親。左右矚亡。蕭墻夾壁。沽酒市脯。困極告醫。惟務速效。怨天尤人。莫知反躬。孟子曰：學問之道無他，在乎收其放心而已。心神守舍，則飢渴寒溫之外自不多事也。孔子曰：人之少也，血氣未定，戒之在色。古法以男三十而婚，女二十而嫁。又當觀其血色強弱而抑揚之，察其稟性淳漓而權變之，則無曠。夫怨女過時之瘵也。孔子曰：及其壯也，血氣方剛，戒之在鬪。夫鬪者非特鬪狠相

持為鬪，胸中纔有勝心，即自傷和學未明而傲。養未成而驕，志不行則鬱而病矣。自暴自棄，言不及義而狂矣。孟子曰：由仁義行，非行仁義也。如欲行仁義以求安樂者，吾見其為不安樂也。少壯攝養之道，棄此大道而別求傍蹊曲徑，以資分外者，必致廢事蕩家而怪誕無耻也。大抵血氣盛旺之時，難以制抑。凡事當先知心是吾之靈明主人，一切好欲欺侮凌奪肆恣，皆是血氣所使，倘犯刑名災害，則是靈明主人自受苦辱也。常作此想者，自然漸成調伏。古今循性養命之術，恐名利之士難行，並不抄入。凡除夏日之外

五日一沐十日一浴若頻浴則外覺調暢而內實散
氣泄真也年二十者必不得已則四日一施泄三十
者八日一施泄四十者十六日一施泄其人弱者更
宜慎之母恣生樂以貽父母之憂而自取枉天之禍
而雷同衆人也能保始終者卻疾延年老當益壯則
名曰地行仙雖有貧富之異而榮衛冲融四時若春
比之抱病而富且貴則已爲膏壤之間矣况能進進
不已則非常人所可知也但於名利場中得失任命
知止知足則漸入道鄉也道者非特寂寥枯槁之謂
也如所謂素富貴則行此道於富貴素貧賤則行此

此与世周旋之謂
不必求已灵敏
以修实注也

道於貧賤耳關尹子曰圓爾道方爾德平爾行銳爾
事孔子曰志於道據於德依於仁游於藝故内外二
聖之言未嘗不契盖藝爲應世之術故能銳利乃事
仁爲泛愛之常故曰平爾行德方則不移其有所得
於心有所據於事道圓則通而不執故無所不容而
德行廣大志無不在也何嘗盡廢諸事而然後謂之
攝養哉特消息否泰而行之藏之量其才能而負之
荷之以不流於物故謂之攝以安其分故謂之養抱
朴子云若才不逮而強思力不勝而強舉深憂重患
悲哀憔悴喜樂過度汲汲所欲戚戚所患談笑不節

與六擾夫時挽弓引弩沉醉嘔吐飽食卽卧跳走喘乏
懽呼哭泣皆爲過傷此古人所戒之節文况夫風前
月下竹徑花邊俯仰傷懷杯餘踈散或進退惟谷而
干祿或衝烟冒瘴以求榮呼吸雜邪停留寵辱飲食
異味荏苒暴患各有治條當斯之時卽回光返照少
駐元神以行藥力毋復縱聰明以凌爍粗工而自取
多事也嗚乎三皇大聖日總萬機而又能拳拳於天
下民瘼下禮折節於方外士而講道論醫以廣其傳
今之學者一身未知所以自治而以人治之則孰爲
多乎而况又欲爲治人者難矣哉余嘗作返朴論其

辭有云儵與忽欲報混沌之德而相與謀曰人皆有
七竅以爲食息而混沌獨無嘗試鑿之日鑿一竅七
日而混沌死有客對余曰吾有術以起混沌之死但
一年修一竅七年而混沌復生余曰固哉之學也何
以爲誇尚乎吾能以一法回混沌之生而息息與之
俱生故視斯明聽斯聰言斯辯而余未嘗以有視聽
與言而人亦未嘗以余爲聰明與辯故不補其鑿而
混沌自全夫是之謂聰明與辯高明之士能於此處
具眼則養生必有主也今採之方並類其次

論衰老

少壯既徃歲不我與孔子曰及其老也血氣既衰戒
之在得蓋因馬念車因車念蓋未得之慮得之既得
之慮失之趨趨囁嚅而不決寤寐驚悸而不安夫二
五之精妙合而凝兩腎中間白膜之內一點動氣大
如筋頭鼓舞變化開闔週身薰蒸三焦消化水穀外
禦六淫內當萬慮晝夜無停八面受攻由是神隨物
化氣逐神消榮衛告衰七竅反常啼號無淚咲如雨
流鼻不壅而出涕耳無聲而蟬鳴喫食口乾寐則涎
溢溲不利而自遺便不通而或泄由是真陰妄行脉
絡踈澁晝則對人瞌睡夜則獨卧惺惺故使之導引

按摩以通徹滯固漱津嚥液以灌溉焦枯若扣齒集
神而不能斂念一曝十寒而徒延歲月雖云老者非
肉不飽肥則生風非人不暖暖則多姪僥倖補藥者
如油盡添油燈焰高而速滅老子云以其厚生所以
傷生也况有明脩禮貌暗伏姦雄麩藥腐其腸胃脂
粉惑其清真孤陽獨盛水穀易消自恃飲噉過人恣
造欺天之罪宿緣既盡惡報臨頭其或厭飫沉酣身
居勤儉志益貪婪方聚長毛之龜忽作女子之夢宋
齊丘化書云慳貪者化為狗暴勇者化為虎雖然身
未遷謝業已成行矣先賢詩云克己工夫未肯加吝

陰德即功也

確菴

驕封閉縮如蝸。試於靜夜深思省。剖破藩籬即大家。先賢戒曰。積金以遺子孫。子孫未必能保。積書以遺子孫。子孫未必能讀。不如多積陰德。於冥冥之中。以為子孫無窮之計。龐居士詩云。北宅南莊不足誇。好兒好女眼前花。忽朝身沒一坏土。又屬張三李四家。張紫陽詩云。人生雖有百年期。壽夭窮通莫預知。昨日街頭方走馬。今朝棺內已眠屍。妻財遺下非君有。罪業將行難自欺。大藥不求爭得遇。遇之不鍊更迷癡。蓋年老養生之道。不貴求奇。先當以前賢破幻之詩。洗滌胸中憂結。而名利不苟求。喜怒不安發聲色。不

引證成語
詩句堪取

因循滋味不耽嗜。神慮不邪思。無益之書莫讀。不急之務莫勞。三綱五常現成規模。貧富安危且據見定。邵康節云。美酒飲教微醉後。好花須看半開時。又云。爽口物多終作疾。快心事過必為殃。與其病後求良藥。孰若病前能自防。又詩云。慮少憂自少。言稀過亦稀。簾垂知日末。柳靜覺風微。但看花開謝。不言人是非。何須尋洞府。度世也應遲。龐居士云。但願空諸所有。慎勿實諸所無。余亦有詩云。世人用盡機關。祇為貪生怕死。我有安樂法。明直須顛倒。於此晉有祁孔賓。夜間讀書。忽聞窓外云。祁孔賓隱去來。脩飾人間。

養生主論卷三
事甚苦不堪借所得未毫銖所喪如山嵯峴文元公
法藏碎金云衆所好者虛名客氣尤具羨財予所好
者天機道眼法要度明又云觀身無物從幻化緣生
觀心無物從顛倒想生又云身有安全敗壞者事之
報也卽世而可見性有超升淪墜者行之報也異世
而不知譬如形聲之有影響必然之理也又云人有
疾苦或多偶爾非因所作無如之何歷觀幻化之軀
而有甚於此者能推此理足以自寬又云仕宦之間
暗觸禍機祗席之上密涉畏途輪迴之中枉入諸趣
古人云心死形方活心強身卽亡金剛經云云何降

伏其心川老子頌云你喜我不喜君悲我不喜鴈飛
思塞北鷓鴣憶舊巢歸秋月春花無限意箇中只許自
家知虛靜天師云靈臺皎潔似水壺只許元神裏面
居若向此中留一物平生便是不清虛老子云虛其
心實其腹是皆融智慧黜聰明而宅天和以卻百邪
者也豈比夫三千六百傍門小法加之於萬境煎熬
之心而頭上安頭又以金石草木剛烈之劑餌之於
喪津枯涸之體而求補益哉歷觀前人以不仁成家
以仁而保家者有之矣如以不仁而得復以不仁而
守者禍不旋踵也晉書傳云石季龍僭稱帝號發近

郡男女十六萬車士萬乘運土築華林園揚州送黃
鵠雛五頸長一丈聲聞十餘里泛舟於玄武池命子
石宣祈於山川因而游獵乘大輅羽葆華蓋建天子
旌旗十有六軍戎卒十八萬出自金明門季龍從其
後宮升凌霄觀望之嘆曰我家父子如是自非天崩
地陷當復何愁但抱子弄孫日為樂耳宣所過三州
十五郡資儲靡有孑遺季龍復命子石韜亦如之出
自并州游于秦晉宣素惡韜龍是行也嫉之彌甚於
是相圖之計起矣俄而宣使刺客殺韜于佛舍又欲
謀不軌事發季龍殺之季龍既死其後殲焉嗚呼季

又講入佛真者
即唐銅教文

龍之富貴而不足恃而今之碌碌者十百之帑又奚
足以作威福而造業因哉余雖枯槁幽棲而衣冠出
處未嘗用餽餽故事以孔子之性與天道不可得而
聞也故託佛以言性耳佛云一切山河大地皆從如
來性中流出然則佛之一字乃一切有情之覺靈也
實為大羅空劫先天之祖氣即元始天尊是也人人
皆抱此靈而不自覺故佛經云一切眾生本來成佛
以不覺故名曰眾生以覺故名曰佛今之地獄變相
乃唐太宗以入冥境界命宰相關立本圖畫以示世
人余少年滑稽之時未嘗不在安樂之下一日在外

因病困極恍惚所是與吾家骨肉所夢同日境界因緣無有少異遂絕口不敢戲笑常讀史傳語錄文字始知近代以來王公卿士於佛言而獲大安樂者不可枚舉故韓昌黎排之最甚而終得法於大顛歐陽文忠公惡之如讎敵而自號爲六一居士豈非自有所得而翻然而改者歟悲夫世人不明佛心而溺於佛事故梁武帝之禍侯景至而不知秦始皇欲仙徐福去而不返况夫瑣瑣小事而能勝其業障乎夫業障之心以酒爲漿以妄爲常念念遷謝晝夜呼吸共一萬三千五百息一息脉行三寸元氣週身脉行八

百一十丈寒來暑往知誘物迷神明流之遠矣養生之士以此爲主則是認賊爲子豈不謬哉故岐伯曰出入廢則神機化滅升降息則氣立孤危易云精氣爲物游魂爲變是也昔有二人就余以辯生死事大者一曰人之有生也賦性於天養命於地百年之身仁義而已及其終也清魂歸天濁魄歸地夫復何疑一曰人之生也以貴爲顯以得爲強以妄爲常蟲穢之倉愁慮之囊或爲之讓或爲之攘均爲孽孽一名殘忍一名忠良拘之則痛自外寇縱之則血氣內戕欲持其要莫知所長業識茫茫一息不來烏知其何

往余各以一詩遣之其一曰原始要終理不訛四非
莊敬怕蹉跎平生不踐中庸地一曲陽關沒奈何其
二曰超凡一句絕商量說破教君也斷勝一切順違
生死事莫令厭戀作心王有人能如此便見養生主
也大抵桑榆之景勞逸不同蓋勞心者甚於勞力者
耳善為心王者勞亦如是逸亦如是如魚飲水冷暖
自知也人年五十者精力將衰大法當二十日一次
施泄六十者當閉固勿泄也如不能持者一月一次
施泄過此比皆常情也不足為法凡肥盛強密者自壯
至老衣食與藥並用踈爽肉雖多不使勝食氣果宜
棗柿藕菜宜韭與蘿服飲食飢時先進熱物然後並
宜溫涼及時勿恣食粘滑燒炙煎燂辛辣燥熱之味
防有內鬱風痰外發癰疽之證雖清瘦而素稟強實
兼有痰證者與此同法清癯虛弱者自壯至老衣服
與藥皆宜溫厚性寒傷胃腥膾鱸炙生冷油膩並宜
少食如肥而素稟滑泄虛寒易感者與此同法其餘
扶衰潤槁之方各類于後

泰定養生主論卷之三

素問節要叙論

墳素之書聖聖相傳歷代所尚輔教濟生其道大明於天下學者厭於研窮方書克塞乎世間好事者溺於苟且於是目擊無端之蔽獨夜蕭蕭愈昏愈昭而心口相喻曰雖醜雞蟻蠓之微亦能聚形接翅於大空之中而鼓舞造化之妙况我齒髮之屬而無寸補於天地之間得無愧乎故推管見以陳其畧誠非專

張逸人洞虛子撰

門之學是必行不由逕復難素照對或有未盡之義各入全文一段譬如偃草之風雖不能使萬籟俱鳴或可蕩滌乖穢而道達靈氛耳倘能階麓以入細則岐黃之奧期日可得也養生之家不可不知如從事於斯者遠取諸物近取諸身博覽群書約歸於理朝於是夕於是精思熟察慈應廣惠疑證勿鑿重病勿避進不以私退不以慚終身期於古人並駕而無耻惡衣惡食冠冕倘來來則受得時行道普施群靈不亦大丈夫乎若夫不下克己工夫先競開籃勝負胸中茅塞口耳聰明鋪贖岐黃之風網羅龍瞽之利

及乎對證生疑則慰之以開胃補虛偷安苟幸取媚人情實實既爾病勢漸危患家感其過從而沒齒無恨醫者自以為穩而反有德色常態如此識者為之慘然或素無受授之資剽竊單方輕行峻劑不顧虛虛蓋虛虛實實損不足益有餘正犯醫經之條歎冒昧既久遂成忍人或怪形異服行頭擊帳雖小夫賤隸皆得為之醫醫之為道從此下矣由是士大夫耻言醫術士大夫耻之余亦耻之也嘗聞士大夫以一物不知為耻而不敢醫則不亦耻乎捨至親者身而榮至疎者名及罹痼疾則頓委於庸人之手悲夫趨

趙嘒嘒之榮樹塞反站之僭君子是謂斗筭未聞以醫而害名者也與其託興於婉辭綺語之間游戲於翰墨博奕之事則未若留心斯道以事君親若不明其梗槩而命醫者曰吾抱某病當服某藥是教玉人雕斲也苟聽其命則合合則未免為奴顏婢膝之悞不合則取短舍長而有道者飄然矣余曩因多病漸染成習故稔知憂患情况頗究醫學淺深岐伯曰病為本工為標故首論病家次論醫家欲病者安養醫者安行各祇乃事次正訛公論則取其是去其非而通治異治可用不可用其理自明然後運氣標本陰

陽虛實脈病證治次第十卷蓋六氣如醫者之司屬也標本如事之先後也陰陽如事之彼此也虛實如事之可否也診脈乃醫者之審委也故百病所屬之氣如網之在綱對病處方則如綱之於網而理明證定治乃無誤矣不然則如東坡跋楞伽經云譬如里俗醫師不由經論直授方藥以療病非不或中至於遇病輒應懸斷死生則與知經學古者不同日而語也其是之謂歟

論病家

原夫天地之靈為陰陽之神而人心之靈為血肉之

神也其體不同而其神不異故人心也與天地合其德與日月合其明以口體所累則或勞心或勞力而爲治人事人之所役也致昧其德與明也血肉之軀安得無病夫鳥獸亦血肉也巢居穴處飽而後已則未聞其有病而馬牛鷹鷄亦鳥獸也以其轡繫在人乃亦有病焉然而人之情也可謂甚矣鳥獸習其習而病况其傾天下之色不足止其欲徧天下之財不足愈其貪名韁利鎖麩藥輕肥富貴者過之貧賤者不及其情可勝言哉及其病也嗜好不能瘳其疾情慮不能使其安故當遷善改過息榮返神則藥餌

易效重病卽輕而輕病卽愈也人之百病其義有五
一曰稟受之病與生俱生者是也二曰果報之病伯
牛之癩袁盎之瘡者是也三曰六淫之病風寒暑濕
燥火外邪所侵者是也四曰七情之病喜怒哀樂憂
恐思者是也五曰金瘡顛撲外傷者是也外傷等證
顯而易曉其所謂七情者責當在誰六淫則亦以此
而召之耳况其果報之病前生今世莫非我乎若覺
之早也故袁盎遇鷄足山尊者而釋其寃西施山居
癩愈而成九女之容不然則醫如扁鵲之才亦望齊
侯之疾而却走矣其與生俱生之病亦父母之源

流也其可盡除之乎今之宦門巨室務要便佞藥須
香其事必如意稍聞逆耳之言則必遷怒於人故仲
景傷寒論序云方今居世之士但競逐榮勢企踵權
豪孜孜汲汲惟名是務崇飾其末而棄其本華其外
而悴其內皮之不存毛將安附焉卒然遭邪風之氣
嬰非常之疾患及禍至而方震慄降志屈節欽望巫
祝告窮歸天束手受敗賞百年之壽命持至貴之重
器委付凡醫恣其所措叫嗟嗚呼厥身已斃神明既
遷變為異物幽潛重泉徒為啼泣痛夫舉世昏迷莫
能覺悟不惜其命若是輕生彼何榮勢之云哉而進

不能愛人知人退不能愛身知己遇災值禍身居厄
地蒙蒙昧昧蠢若游魂忘軀徇物危若冰谷至於是
也孫真人曰嵇康云穰歲多病饑歲少疾信哉不虛
是以關中土地俗好儉嗇厨餼殺饒不過菹醬而已
其人少病而壽江南嶺表其處饒足海陸鮭魚殺無
所不備土俗多疾而人早夭北方士子游宦至彼遇
其豐贍以為福祐所臻是以尊卑長幼恣口食噉夜
長醉飽四體熱悶赤露眠卧宿食不消未逾朞月大
小皆病或患霍亂脚氣脹滿或寒熱瘧疾惡核丁腫
或癰疽痔漏或偏風攣腿不知醫療以至於死凡如

此者比肩皆是惟云不服水土者不知得病之由靜
言思之可太息者也是故醫書云富貴之人從生
至長無敢逆其意者及其病也亦然故曰難治况夫
閭閻之家不諳服餌投藥米幾或證當傳變或藥病
相攻便言有隔卽從事乎異端不根之說而中道而
廢明明易治之病翻成不救之危大抵暴病不可在
苒沉痾不可速瘳欲速則更醫必驟醫衆其論必繁
在苒則邪氣入深用藥未必卽差故可以急則急可
以緩則緩至誠待士則賢者進而不肖者退也至乏
醫之處必也擇其謹愿者從其所長而用之若求奇

信勝則市井之風起矣且醫人臧否各有聲迹觀其
所由察其所安則人焉瘦哉蓋昧理之士劑繁而語
雜明理之士劑簡而論詳昧理之士自求進退則慚
明理之士不奔趨敬而直入門不問證切脉便知源
然後問之聞之望之參之六經內外無差投藥卽有
寸進故知其可用也然進之效亦有說焉藥病相投
時間似愈病勢進退當論後先若事游談泛論竊聽
旁人廣引方書誣合轉變舉措詭譎情懷鹵莽暴病
難愈久患轉增者故知其不可用也然而轉增之病
亦有說焉如藥病相攻則時間反倒不日病痊又在

人消息且富貴之人有病則薦醫者多而進者雜主
病之人悅同好局見聞去取不公則病者之不幸也
孫真人云大家有病用醫切不可令真偽一處藥味
中間防有差迭可不慎乎

論醫家

孔子曰學也祿在其中矣人之託身從事業雖不同
貴賤温飽皆可謂之祿未有求祿而不學者也况醫
者之學藝兼丸流其學豈有窮極哉世俗云學醫費
人命雖出戲談不可不戒孔子曰知之為知之不知
為不知是知也故當臨病用藥則度吾所長而為之

難明之證則退而思之幸而得之則當勇於義不
冒昧強為網羅世利聖人之道贊成化育豈為區
細人作無厭之計哉故曰醫者人之司命任大責
之職也凡當臨病之際不見其貴賤親疎但自知
病證治義然後取尚嫌有心况可作色用情需以
帛帳彩乎一懷利心則進退惑亂也求醫之急
解倒懸一時輕諾未免寡信孰若止吾之心術
之定見其道之大行也則心亦如是其道之不行
則心亦如是榮枯得失定以天緣公伯寮其如命
古者稱醫為師今也視醫如戲孔子所謂夫人必

侮然後人侮之又曰棖也慾焉得剛是故人能剛於慾者必不爲此俗態也經目之事既驗紀錄之文已明孫真人惠及昆蟲休官學道而隱顯神仙聶從之醫逢媿婦誠意存仁而子孫仕宦或因醫行媿或謀傷胎孕鬼神之禍定業難逃仲景書云陰陽虛實之交錯發汗吐下之相反醫術淺狹爲治乃誤使病者殞歿自爲其分至今冤冤塞於冥路死屍盈於曠野仁者鑑此豈不痛歟又曰智者之舉措也常審以慎愚者之動作也必果而速安危之變豈可詭哉此古人之告戒至切者學者甚勿忽之嘗見醫者診脈不

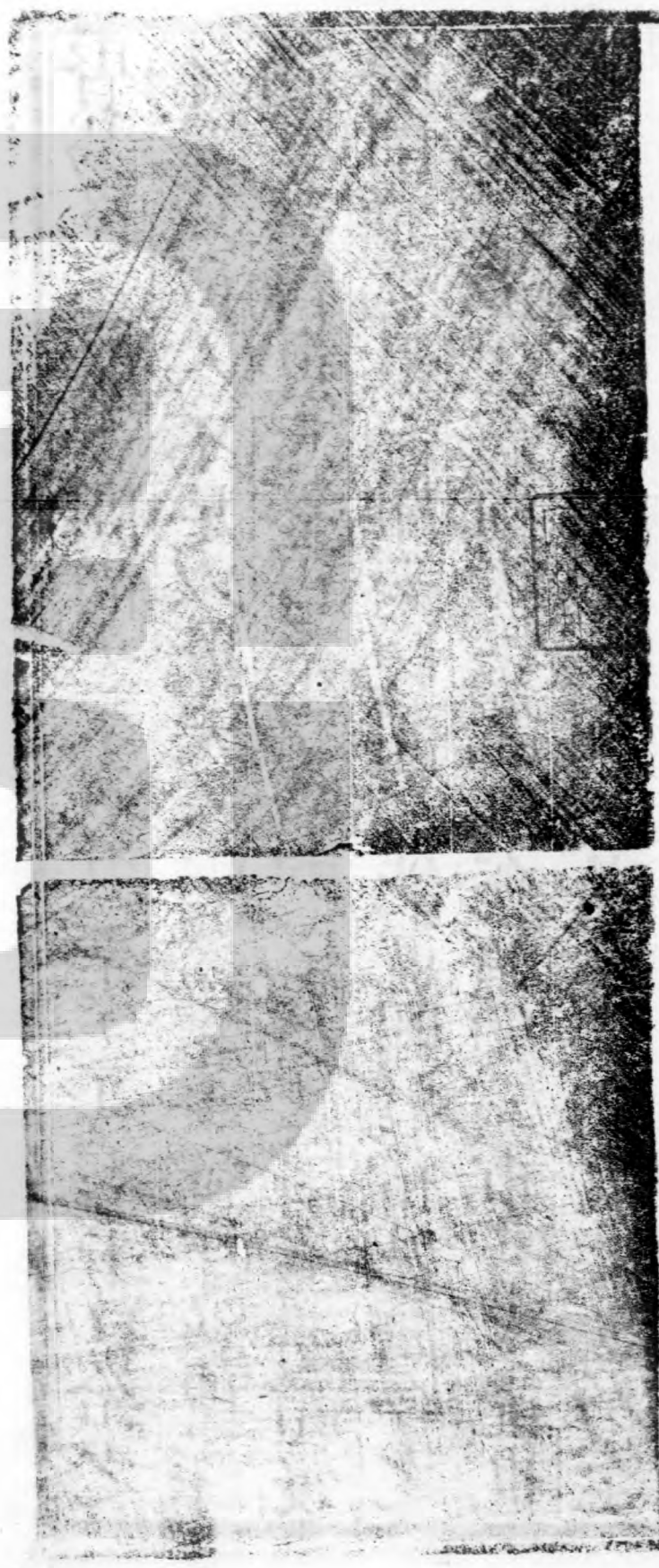
識寸關放手妄言虛實不問得病之由今經幾日是表是裏曾無傳染只據所見便言某證證且未的不顧汗下次第或病人勞復便毀前醫爲誤甚至子談父過者有之弟掩兄長者有之及其治療本無所長原其所以則志在於利前人有言曰醫人乘急取財者甚於盜賊且莊子曰盜賊亦有仁義禮智信今也廢其天倫而公攘奪榮利則不若盜賊矣是可忍也孰不可忍也以余觀之欲得榮利甚不爲難學而思之安而行之天爵厚薄甘吾分而自然足矣嘗聞蜀人通真子註叔和脈經已行於世而其道未行遂歷

又入世流唐德
孔傳

湖漢江浙亦未有目之者及至淮之邵伯鎮旅于僧舍亦然無聞於人又將顧而之他主僧聞之曰子若不設肆人誰之知市有寺屋吾給子器具請試爲之既而醫道大行妻子具而家產豐一日主僧將化召其來前密語曰子前生在此鋪街鑿井今享此報更宜積德他生後世又非今日之比也言訖而化是知學者未有不遇無學者遇之無術以濟人則誤傷惡行之報緣盡當償古語有云醫不三世勿服其藥蓋讀伏羲神農黃帝之書非獨三世爲醫也傳業之子不可恃爲家學而守死寡聞悞已不妨人命爲重賢

賢易色不耻下問尚恐不及况是已非人乎口給之才足以欺人不足以欺天蓋實學在乎貫穿該博深涵厚蓄得魚忘筌得兔忘蹄則自然其用不繁而履踐閑雅也歌誦難素記問之能也圓散精妙脩合之能也湯液生熟煎煮之能也套類加減市貨之能也廣收博聚料劑之能也輕財尚義濟利之能也乃至於博覽群書深明本草皆醫之事非醫之道夫何故蓋天下紛紛之事理一而已明諸理而學醫則思過半矣天下昏昏之情因果而已明諸心而行醫則其過蓋鮮矣

泰定養生主論卷之二



泰定養生主論卷之四

正訛

方書云夏月陰氣在內原夫聖人以天地為法象明
人身之安危天地之氣一歲十二卦一卦六爻共七
十二爻半陰半陽以候三百六十日康節云天根月
窟閑來往三十六宮俱是春蓋陰消陽長暑往寒來
故十一月復卦坤下陽生泉泉即温至於正月三陽
陽氣平地故云內陽而外陰及乎四月六陽將盡陰

逸人洞
虛
撰

氣下生則井底寒泉至者七月三陰平地故曰外陰而內陽也天地之氣相去八萬四千里日月週天動經一歲故陰氣在內有三月之爻康節云一物各具一乾坤是則人於天地具體而微心腎之氣相去僅八寸四分元氣週身盤旋百刻故以子爲一陽生午爲一陰生七十二爻半陰半陽盈虛消長比之天地之氣特倏忽耳且盛夏之井可以結冰人而如之則當身半已下三月無陽也其何以爲榮衛乎夫一年卦氣自五月行陰符至七月則爲天地否卦其象內陰而外陽人居大地之上與金流石爍均受其熱自

非吾氣衛血榮則立爲焦腐矣所以不焦腐者可見吾身之天地與其天地義同而體異乎是以善攝生者吾之天地陰陽無愆則榮衛週密而六淫無自入也不善攝生者六淫之邪相侵而醫藥之道作矣古方治伏暑中暍用白朮五苓柴胡益元以墜滲清利其熱毒也近世好事者穿鑿古入糟粕不明天人小夫例謂盛夏陰氣在內不用寒涼又醫書云春主發生陽氣在上可行湯法蕩者以也冬主閉藏陽氣在內可行蕩法蕩者瀉也蓋人之血氣本無寒暑因天地之寒暑而爲舒

酒家溢飲則雖窮

冬亦嘔噦終宵傷寒家稱爲大厥則雖盛夏必用硝黃矣且傷寒內熱者必須寒涼今夫夏月安居之人小便充其亦溢也故養生家法春夏養陽秋冬養陰王太僕註曰春食涼夏食寒秋食溫冬食熱所以調平天人之氣也若耽食沉寒浮涼恣食水鮮腥膾或挑商走販篙子車夫弁馳急務之人乘饑飲水食寒傷脾泄瀉霍亂轉筋四肢厥逆嘔吐清水始用薑桂木附之藥方今世俗平居盛夏例以五苓大順合服之是所謂引賊歸家者也蓋燥熱相從物之性也以其治暑不亦謬乎以此觀之則執經不通者雖不誤

醫亦能誤事據方之士雖或悞中多致誤傷仲景傷寒論一百一十二方小柴胡湯居其一也專主少陽一證而於三百九十七法中凡六十餘法用之清裏解表第一藥也則活人書中戒曰近世多行小柴胡其性差寒厥意慮人妄投於六脉遲細表裏無熱者遂使後人是非然而或因好事者增於其書亦未可知養胃湯辛甘燥熱之劑專主內傷生冷外感風寒之暴證三日已前則可以發表溫中近世士夫庸醫不問日數傳染是表是裏始終服之遂成陽毒而不救或熱厥入深在再成瘵者有之醫書云諸痛爲寒

蓋太陽寒水本寒而標熱至於腹痛桂枝加大黃則其可執如諸痛爲寒乎故經云有治其本而得者有治其標而得者故標本先後緩急之活法也近歲夏秋之間酷暑鬱燥人多伏熱痰涎流注脾胃遂爲腹痛方書不載醫者不通便謂感寒遽用烏附薑桂抱薪救火立爲燥卒矣蓋寒熱之義在乎標本經不盡言人不盡義執經爲證紅紫亂朱醫書云寒熱往來頭疼乾嘔胸膈閉腹脇痛小柴胡湯主之或者不拘春夏曾無飲食之傷類云停食感寒卽用薑附治之至於日月之久更醫數四仍曰停食感寒往往如是

故壞證頗多亦有以結核爲癰癰者指風毒爲脚氣者方書云上盛下虛者是必心腎不交火炎水濫神情煩潰房事陰痿者是也近年不問壯年煩壅或老而氣血未衰纔見痰多耳鳴不解中脘關格卽服僭燥丹藥名曰鎮墜久則陽亢陰消果爲下虛矣醫書以脾爲中州胃乃水穀之海變化五味薰蒸肺經肺氣氤氳週流百脉接續命蒂爲日生之元故平居七日不食則元和逝矣人之有疾則脾不轉輸故不食而不飢但治其病胃氣自回故仲景三百九十七法不言開胃補虛蓋虛其熱復也惟虛寒脫泄病後食

不復常者可以燥脾今之病家貪主醫人把穩急於
開胃故經云舊病未去新病又來藥作崇也標本者
醫道之法則也多見醫者指人之肥瘦為標本若然
則是臆本矣是何言歟今人名為痢者古方謂之滯
下滯者乃不利之義也今之痢字古方無之蓋利者
不滯之謂傷寒法中之瀉證也義既不明則用藥大
有徑庭矣况道聽途說無非臆論謂某人久痢百藥
不效忽日思某物喫一餐而愈後人效之多致強為
殊不知其滯下之積將盡腸胃之氣已清脾元頓回
而一旦思食故食之而愈也世人云回痰勝服藥莊

子云既以為物欲服歸根不亦難乎蓋痰以敗津所
結嚥入脾胃不復為津矣但毋令遠唾傷氣可也大
凡世俗之傳差誤用藥之士難明蓋傷寒者三日已
前無汗惡寒不惡風傷風者三日已前有汗惡風不
惡寒若不傳經則數日亦然已傳入內者肌膚不熱
亦不惡風寒也壯熱者表裏實熱寒熱者或先寒後
熱或先熱後寒寒熱往來者寒熱間作晝夜無定發
熱者始終無寒有時作熱潮熱者日晡一作依時而
至內熱者小便赤澀舌上白胎表熱者大小便如常
亦不煩渴鬱熱者五內怫勃而不暢骨熱者坐卧如

蒸鼻塞聲重不惡風寒。身體不熱不痛者。上壅肺實。伏痰氣閉。因風因寒。因天色陰晴交變。濕熱內鬱。或涕唾稠粘而噴嚏。或痰涎壅塞而氣急。發作日久而不愈。則亦能頭疼身痛。自汗惡風寒也。特小便多且頻。元與傷風寒異矣。舉世不明此證。但見鼻塞聲重。俗云傷風。或云感冷。或云風發。古今方書不載其詳。所以學者一例爲人發表。而肺氣愈實。甚至有成水腫者。有成肺癰者也。亦有素稟者。或有因風因寒而然者。但無外證者。並用清中理肺。肺既停痰。日久其氣不能衛護週身。故有流汗如雨。今人妄名虛汗。誤

矣。虛汗乃傷寒病後。虛弱動身汗出。不動身者不出也。此實肺壅而然。亦與傷寒自汗義標同。而本異。不可發汗。重泄真氣也。本草謂石膏者。以體質如猪脂。膏手擘可碎。並有東鍼紋。今之所謂軟石膏者。是也。寒水石者。又名凝水石。水寒而凝。卽爲冰。故其堅白晶潔。狀若明礬。鵬砂之質。或有碎之而粒粒大小。皆四方者。又名方解石。今所謂硬石膏者。是也。又如鷲管石。則似鷲翎管。馬牙硝。則如馬牙。皆名物之義也。集錢氏小兒方者。以未師藥市爲憑。則欠格物矣。雖誤無妨。蓋藥性大同小異。不可不別也。今人謂小便

白濁者為虛寒蓋虛寒漏精則洩多而滑者是也其少而頻澀而痛者膀胱蓄熱而謂之五淋證也世人云因顛倒而中風乃是因中風而顛倒也中古之世多以鍼砭補瀉榮衛近代罕得正傳故圓散之道大行春秋至漢藥論兩水論升唐宋以來始定以大劑不過五錢用水皆以甌盞故藥劑大小甌盞淺深宜自消息當以一盞為十分煎去二三分名曰七八分若令用水二盞煎八分者是該一盞八分則誤矣若煎成一盞中八分者藥性過熱而無效也此皆市貨之風以多為貴服餌之家以少為嫌世人好銜醫者

趨時習以成風縱一齊人傳之則衆楚人咻之矣蓋訛舛之弊實害養生好事者不可謂古人皆賢而今人皆愚且如方中云狐臭者皆因拔腋下之毛為穢氣入肺而然試請驗諸腋氣者曾拔腋毛否且肺以鼻為出入之門百毛孔竅皆為開闔之應而獨於腋毛竅中入之耶又曰石藥須研極細不然則為砂淋石藥極細於脩合之法理所當然蓋沙淋自膀胱與洩同出膀胱者洩囊也其蒂著於小腸幽關之次其尿泌而滲之有出而無入也使真有出有入則清濁混矣相襲之謬愚萬一格物致知者推而廣之則

名正言順而利己利人也

公論

天下之情苦乎似是非而非也聖人之道一以貫之故是是非非爲君子之公論是非非是乃小人之私心明斯二者則庶事成臻斯二者則急務敗夫藥之於病如救頭然俗謬相乘則吾誰適從大抵聖人立言不離金木水火土治病不離溫涼寒熱濕故黃帝問曰醫之治病也一病而治各不同皆愈何也岐伯對曰地勢使然也故東方之域天地之所始生也魚鹽之地海濱傍水其民食魚而嗜鹹皆安其處美其

食魚者使人熱中鹽者勝血故其民皆黑色踈理其病皆爲癰瘍其治宜砭石故砭石者亦從東方來西方者金玉之域沙石之處天地之所收引也其民陵居而多風水土剛強其民不衣而褐薦其民華食而脂肥故邪不能傷形體其病生於內其治宜毒藥故毒藥者亦從西方來北方者天地所閉藏之域也其地高陵居風寒水冽其民樂野處而乳食藏寒生滿病其治宜灸炳故灸炳者亦從北方來南方者天地所長養陽之所盛處也其地下水土弱霧露之所聚也其民嗜酸而食脂故其民皆緻理而赤色其病寧

痺其治宜微鍼故九鍼者亦從南方來中央者其地
平以濕天地所以生萬物也故其民食雜而不勞故
其病多痿厥寒熱其治宜導引按蹻故導引按蹻者
亦從中央出也故聖人雜合以治各得其所宜故岐
伯舉五方之俗發明九州之內高下之宜則一郡之
間郊郭之異也風土寒燠不齊則隨方受氣唯疫癘
時行之有差耳所謂四方之病則處處有之詎可以
辭害義哉蓋道聽塗說疑似之間聖師答問不可戶
曉假令有人於此病癰瘍疔腫者以東方砭石之法
治之如今之火鍼之類是也病七情內疾者以西方

毒藥之法治之如今之羌活大戟甘遂巴豆砒礪烏
附常山等藥是也病寒積中滿者以北方之法治之
如今之灸是也病癱痺者以南方之法治之如今之
鍼刺是也病痿寒熱者以中央之法治之如今之呼
吸按摩搖筋擺骨者是也所以察病人之勞逸疎密
強弱之法也故王太僕註曰西方北方之有冷病則
以熱方溫方之法而治之東方南方之有熱病則以
寒方涼方之法以療之此卽如經云以熱治寒以寒
治熱以涼治溫以溫治涼之義也故岐伯曰假者反
之此之謂也豈有浮薄之俗不學病幾求水濟火之

急需熱散寒之窘動。南北附會聖人所謂天
下之南北執經迷旨誤衆傷生此東家之西為西家
之東何足以知奧義哉且如江南楊豫之分豈無高
陵山谷河北青蘄之野豈無海濱汚下養生之士當
一振耳目之新首觀全文一段而出入方宜異治循
環標本後先據仲景扁鵲之通論則知余非好辯也
試舉一二一日有士人聞一醫者之名則疾首人頰
而怒曰此人可殺余將謂其有大惡行也遂從容扣
之則曰惡其瀉人也再詢其所以且知此醫為人治
傷寒大便七日不通譫妄狂亂法當承氣湯下之或

曰因瀉而死或曰不得瀉而死余卽謂人曰法當下
而下之下之而不愈者不可治也下之而不瀉者於
醫何罪識者皆曰然也又余嘗過一人官之藥肆長
揖就座未久卽愀然謂余曰此人何故但用硝黃余
卽領應之徐徐問曰市貨之藥共有幾品醫官曰不
過日用常行者耳余歷數大小麻仁圓三黃圓涼膈
散碧雪紫雪之類而斯人躍然起座曰此等皆日消
貨也余卽一笑而別所謂硝黃果害人耶則宜市貨
乎藥不害人耶則臨證用藥必有以也何其人我哉
前所謂是非非是小人之私心者是也紫蘇香附氣

藥之不可無者醫書以香附為婦人仙藥而御製熟水為上品沉香熟水次之近代以來不原本草藥性而妄加其過名曰耗氣謂某藥泥血某藥是吐藥某藥泥脾及其自用却稱其德謂本草云能散結氣者能滋榮衛者能治瘧疾者能補虛勞者由是平地風波而致使病者在葺為沉痾札瘵者矣又有一證齧牙之事不可不知昔有一富貴老人中風日久一日託相知數輩力有於余既至彼乃見曰流列坐試問其故則曰十日不得便溲百法無效敢望料理余問服麻仁圓否主者曰連日所服不下二升矣余笑曰

可謂多乎哉利藥雖多內澹而後秘當用下取今作密兌礪阜茨細末於上內後部又令炒鹽研細用翎筒挑鹽末吹入水道中卽時前後皆通溲如墨汁糞似鐵圓仍有薄糞津津然出殊未痛快則中有不悅者余見機而變遂謀脫身次早轎馬疊至哀懇不已故再赴患者以兩手握余兩手於其胸而仰顧余曰某年老身肥不幸中風秘鬱幾死昨以先生之故稍寬三分更乞用情遲則不濟也余令患家於市肆取益元散一小貼入瞿麥穗一捻許煎服未幾衆醫拂袖而去余出於掣肘也豈得已哉次早再招既至見

其內人喜曰夜來服藥後得小溲如墨汁半桶許則大便津津之泄卽止洵行瀉佳藥之功也余疾聲應曰不然不然內有結糞阻之非比水瀉證也遂託故辭之次日不去忽甲醫至曰子之飄然誠爲高尚今早患人小腹腫痛舉室無措未免乙醫譖子用滑石性寒而爲冷氣痛也愴惶無以解紛衆醫慚退余卽對甲醫詭罵乙醫曰愚不可及也夫中風便秘大堅大滿內外如灼五實之證備矣寒從何來此乃日前利藥攻透臟腑夜來小便頓通下部空闊則溘薄藥糞驟然注下其間結糞相雜磊塊聚椽於直腸宛轉

不行致使小腹腫痛也甲醫既退乙醫亦至備如甲醫之言予亦如對甲諷乙之說遂扣其所以則曰如子所論果得結糞三二十塊藥糞數升恬然無事別議招醫不勝悶抑故來相告遂別此段猥瑣卽非是已非人蓋臨病活法方書不載醫者譎譎患家無斷舛訛錯綜之時未有以明決之者故書其畧以爲不測辯惑之端養生者幸勿以爲常論而忽之也

卷之三

三



Large, stylized watermark or seal impression, possibly containing the characters '國' (Country) and '印' (Seal/Stamp).

Faint vertical text visible through the watermark and ink blot, likely bleed-through from the reverse side of the page.

