

成方切用

吳氏醫學述第四種成方切用目錄

卷十二上

眼目門

正方一十九
附方六

人參益胃湯

雞子黃連膏

羊肝丸

濟生羊肝
丸本事

方圓明膏

兔矢湯

滋陰地黃丸

消風養血

湯金露散

補陽湯

益陰腎氣丸

方見補
門駐

景丸

加味駐
景丸

定志丸

張子和
定志丸

地芝丸

真人明目

丸防風飲子

神效明目
丸又法

二百味草花膏

飛絲

芒塵入目方

明目六事方

目疾者戒沐頭宜

成方切用

卷五十一

濯足

益氣聰明湯

見補養門

吳氏醫學述第四種

武原吳儀洛遵程輯

門人

周蘭九生庭
殷豫龍浩如同較

成方切用

眼目門

目雖爲肝竅而五臟六腑之精氣皆上注于目而爲之精精之竅爲眼。骨

之精爲瞳子。筋之精爲黑眼。血之精爲絡。氣之精爲白。眼。肉之精爲約束。裏。瞖。筋。骨。氣。血之精而與脈并爲系。上屬于腦。後出于項中。此則眼具五臟六腑也。故其證多而方亦廣。茲僅錄數方以備採用。其疏風燥溼瀉火養血之劑散見于各門可以通用。目有五輪。白睛爲氣輪。屬肺金。故獨堅。青睛爲風輪。屬肝木。內包膏汁。涵養瞳神。目角大小皆爲血。

輪。大背屬心。君火。大背赤者爲實火。小背屬心。包相火。小背赤者爲虛火。兩脾爲肉輪。屬脾土。土藏萬物。故包四輪。開動爲陽。爲應用。閉靜爲陰。則睡矣。目中有神。膏。此由膽中參酒精汁。積而成者。能涵養瞳神。有神。水。先天真氣所化。潤澤之水也。有神。光。原於命門。通於膽。發于心。是火之用也。有真血。肝中升運。滋目經絡之血也。有真氣。目之經絡中。往來生用之氣。先天之元陽也。有真精。先後天元氣所化精汁。起于腎。施于膽。而及瞳神也。目有堅殼數重。真血滋神水。神水包神膏。膏中一點青瑩。乃膽腎所聚之精華。唯此一點。鑒照萬物。空濶無窮。爲水輪。屬腎水。人之邪正。壽夭貴賤。皆可鑒目而得之。

人參益胃湯

治勞役飲食不節內障目病

內障者。睛

裏昏暗。與不病之眼無異。惟瞳神內有隱隱青白者。東垣曰。五臟六腑之精氣。皆稟受於脾。

胃而上貫于目。脾者諸陰之首也。目者氣血之宗也。故脾虛則五臟之精氣皆失所司。不能歸明于目矣。心者君火也。主神宜靜而安。相火代役運動。勢乃妄行。及因邪氣所并。而損其血脈。故諸病生焉。醫者不理脾胃。及養血安神。治標不治本。不明正理也。

黃耆

人參

甘草

炙八錢

白芍藥

黃檗

酒炒四次

三錢 蔓荊子

二錢

每四錢日二服

參耆甘草大補中氣以強脾胃。蔓荊升清陽而

通九竅。白芍入厥陰而和營血。

日得血而能視。

黃檗除

溼熱而瀉相火。

火。可於參耆中微加連檗。若氣

虛無火。連藥等涼劑。不可施矣。使精氣足而清陽升。則藏腑和而障翳退矣。

雞子黃連膏

治火眼暴赤疼痛熱在膚膜洩而

易解者用此點之即可愈

若熱由內發。火在陰分者。不宜外用涼藥

非。惟不能去內熱。且以閉火邪也。

用雞子一枚開一小孔單取其清盛以磁碗用

黃連一錢研爲末摻於雞子清上以筯徹底連

打沫得數百使成浮沫約得半盞許卽其度矣

安頓少頃用筯撥開浮沫傾出清汁用點眼背

勿得緊閉眼胞擠出其藥必熱淚擁出數次卽愈
內加冰片少許尤妙 若雞子小而清少者加水二三匙同打亦可

羊肝丸

類苑

治目疾內障

倪仲賢曰經曰心者五

又爲肝竅腎主骨骨之精爲神水故肝木不平
內挾心火爲勢妄行火炎不制神水受傷上爲
內障此五臟病也諸脈皆屬於目相火者心包
絡也主百脈上榮于目火盛則百脈沸騰上爲
內障此虛陽病也勝眈小腸三焦膽脈俱循于
目其精氣亦上注爲目之精四府一衰則精氣
盡敗邪火乘之上爲內障此六府病也神水黑
眼皆法於陰白眼赤脈皆法於陽陰齊陽作故
能爲視陰微不立陽盛則搖經曰壯火食氣壯
火散氣上爲內障此弱陰病也四者皆爲陰弱

易方七月
卷三
三

不能配陽也。

夜明砂

淘淨

蟬蛻

木賊

去節

當歸

一兩

酒洗

以羊肝

四兩水煮搗爛和丸

蚊食血之蟲。夜明砂皆蚊眼也。故能散目中惡

血而明目。

蠅蠅食蚊而眼不化。其矢爲夜明砂。

木賊輕揚而善磨

木。故能平肝散熱而去障。蟬性善蛻。故能退翳。

當歸能入厥陰養血而和肝。用羊肝者。羊性屬

火。取其氣血之屬。能補氣血。引諸藥入肝。以成

功也。

羊肝丸之方頗多。茲量錄其一二。

濟生羊肝丸黃連一兩羯羊肝一具去筋膜生

用搗爛和丸本事方煮爛搗用治肝經有熱目

赤睛痛及內障青盲目全善曰誠哉河間之言

知味手足不能運動者皆由玄府閉塞而神氣

出入升降之道路不通利也故先賢治目昏花

如羊肝丸用羊肝引黃連等藥入肝解肝中諸

鬱蓋肝主目肝鬱解則目之玄府通利而明矣

黃連之類解熱鬱也椒目之類解淫鬱也羌蔚

之類解氣鬱也芎歸之類解血鬱也木賊之類

解積鬱也羌活之類解經鬱也慈石之類解頭

目鬱也凡此諸劑皆治氣血鬱結目昏之法河間之

言信不誣矣至于東垣丹溪用參耆補氣血亦

能明者蓋目主氣血盛則玄府得利出入升降

而明虛則玄府無以出入升降而昏此則必用

參耆四物等劑助氣血運行而明也。

圓明膏

東垣

治內障生翳及瞳子散大因勞心過

度飲食失節。

柴胡

麻黃

黃連

生地

錢五

訶子

溼紙分
裹煨粉

甘草

錢二

歸身

錢三

以水二碗

先煮麻黃至一碗

去沫入後藥同熬至滴水不散去渣入蜜少許

再熬點之

再熬點之

柴胡麻黃發表散邪當歸生地和肝養血黃連

清肝火甘草和中州瞳子散大故加訶子以收

清肝火甘草和中州瞳子散大故加訶子以收

清肝火甘草和中州瞳子散大故加訶子以收

清肝火甘草和中州瞳子散大故加訶子以收

清肝火甘草和中州瞳子散大故加訶子以收

清肝火甘草和中州瞳子散大故加訶子以收

清肝火甘草和中州瞳子散大故加訶子以收

清肝火甘草和中州瞳子散大故加訶子以收

清肝火甘草和中州瞳子散大故加訶子以收

清肝火甘草和中州瞳子散大故加訶子以收

之也

兔矢湯

治瘡疹入眼及昏暗障翳

兔矢

錢二

茶清調或吞服須待瘡疹瘥後服之

兔者明月之精得金之氣其矢名明月砂能解

毒殺蟲故專能明目又可兼治勞瘵也

滋陰地黃丸

一名熟地黃丸東垣

治血弱氣虛不能養心

心火旺盛肝木自實瞳子散大視物不清

肝爲心母

子能令母實故心火旺則肝木作實肝主風心主火瞳子散大風火動搖之徵也水不能制火則清和之氣乖亂而精液隨之走散矣精液走則光華失故視物不清也○綱目曰心脈挾目

兔矢湯

滋陰地黃丸

五

系肝脈連目系手足少陽之脈絡于目外小眇風熱從此道上攻頭目致徧頭痛腫瞳子散大視物昏花血虛陰弱故也宜涼血養血收火散火而除風熱。

熟地

兩生

地一方七錢半

柴胡

錢八

黃芩

酒炒

當歸

酒洗

黃連

酒炒

五味子

地骨皮

天門冬

枳

殼炒

甘草

炙

人參

錢二

蜜丸

茶清下日二服忌

食辛熱之物助火寒冷之物損胃使藥不上行

熟地當歸養血生地地骨涼血黃芩瀉肺火黃

連瀉肝火天冬清肺而滋腎柴胡散肝而升陽

五味收耗而斂散人參甘草以益氣補中枳殼

消風養血湯

治目赤腫痛

風熱傷血則赤。風熱
作實則腫。風熱攻注。

風養血湯 治目赤腫痛 風熱傷血則赤風熱作實則腫風熱攻注
則痛。目外向面者爲外背在內近鼻者爲內背。上爲外眥下爲內眥。目痛赤腫從上下者爲太陽證。宜溫之散之。從下上者爲陽明證。宜寒之。下之。從外走內者爲少陽證。宜和解之。

荆芥

蔓荊子

菊花

白芷

麻黃

防風

桃仁

尖去皮

紅花

炒酒
川

考
分五

當歸

洗酒
白

方
妙酒

草

決明

石決明

甘草

錢一

荆芥防風麻黃白芷甘菊蔓荆輕浮上升並能

消風散熱桃仁紅花川芎歸芍辛散酸收並能

養血去瘀。兩決明皆除肝經風熱。專治目疾。瘀去血活。則腫消。風散熱除。則痛止。又目爲肝竅。搜風養血。皆以和肝。加甘草者。亦以緩肝而止痛也。保命集云。目病在府。則爲表。當除風散熱。在藏。則爲裏。當養血安神。暴發者爲表。易療。久病者爲裏。難治。

金露散

治目赤腫痛翳障諸疾。

天竺黃

新香者

海螵蛸

不必浸洗

月石

二兩

硃砂

飛

石

片子者佳。煨童便。滓七次飛淨。八錢。

爲極細末。磁瓶收貯。每

用時。旋取數分。研入冰片少許。諸目疾皆妙。

若治外內皆障取一錢許加珍珠八釐須放豆

熟膽替三釐若爛弦風眼每一錢加銅綠飛

丹各八釐如赤眼腫痛每一錢加乳香沒藥

各五釐

補陽湯治青白目翳陽不勝其陰則生目翳所

乃陰埃障日之象也

人參黃耆炙白朮炒茯苓甘草陳皮

柴胡羌活獨活防風知母炒當歸酒洗

生地酒洗熟地白芍酒炒澤瀉肉桂去皮

未方切用月
卷上上補陽湯
益壽膏氣丸
七

參朮苓草黃耆陳皮甘溫益氣之品也。固所以
補陽。羌獨柴防辛溫散翳之品也。亦所以升陽。
二地歸芍知母澤瀉乃陰分之藥。亦所以濟夫
羌防柴獨使不散其真陽爾。用肉桂者取其辛
熱。熱者火之象。可以散陰翳。辛者金之味。可以
平肝木。蓋眼者肝木之竅也。

益陰腎氣丸

東垣

治腎虛目暗不明

方見卷二上補養門六味地黃丸附方

精生氣氣生神。故腎精一虛則陽光獨治。陽光

獨治則壯火食氣無以生神。令人目暗不明。壯水之主以制陽光。故用生熟地黃歸梢五味山萸澤瀉丹皮味厚之屬以滋陰養腎。滋陰則火自降養腎則精自生。山藥所以益脾而培萬物之母。茯神所以養神而生明照之精。柴胡所以升陽而致神明之氣于睛明之窠也。孫思邈云。中年之後有目疾者。宜補不宜瀉。可謂開萬世之矇矣。東垣此方其近之。

駐景丸

治肝腎陰虛兩目昏暗

目為肝竅。瞳子神光屬腎。故肝

腎陰虛則目昏暗也。

人二七
枸杞子

車前子

熟地黃

五兩

菟絲子

八兩酒浸

蜜丸酒下

熟地枸杞補肝滋腎菟絲益精強陰車前利水

而瀉肝腎邪熱也

車前子清肝明目利小便而

爲得力張子和曰目赤腫是厥陰肝經風熱利小便能去肝經風熱

加當歸五兩和氣血以益肝脾

肝藏血脾統血目得血而能視

五味二兩斂耗散而助金水

能助脾金滋腎水收斂神散大

椒一兩補火以逐下焦寒滯名加味駐景丸

定志丸

局方

治目不能遠視能近視者

海藏曰目能近視者

其有水。不能遠視。責其無火。法當補心。

常服益心強志。能療健忘。

遠志

菖蒲

二人參

茯苓

兩

蜜丸

硃砂爲

衣。張子和方無菖蒲。

加茯神。

柏子仁。

酸棗仁。

亦

名定志丸。

酒糊丸。

姜湯下。

安魂定驚。

人參補心氣。

菖蒲開心竅。

茯苓能交心氣于腎。

遠志能通腎氣于心。

硃砂色赤清肝鎮心。

心屬

離火。

火旺則光能及遠也。

地芝丸。

東垣

治目能遠視。

不能近視。

海藏曰。目能

火。不能近視。責其

無水。法當補腎。

真入明目丸。

七

月目

七

七

七

七

七

生地黃

天冬

四兩

枳殼

甘菊花

二兩

蜜九茶

清或酒下

茶者欲火熱之下降。酒者欲藥力之上行。

生地涼血生血天冬潤肺滋腎枳殼寬腸去滯

甘菊降火除風

真人明目丸

治腎水虛竭肝有風熱目昏多淚

腎主目之瞳子。腎水虛竭則目昏。肝之液爲淚。肝有風熱則淚出。

熟地黃

生地黃

川椒

去目及閉口者微炒

蜜丸桐

子大每服五十丸空心鹽飲吞下

熟地所以補腎生地所以涼肝川椒味辛而熱

可以療肝腎之痺氣。

濕熱着而不散之氣。

又于空心以鹽

飲吞之。宜其直達肝腎矣。病在標而治其本。可

謂神于病情者。所以爲真人之方與。

江陵傅氏目昏多淚。

家貧鬻紙爲業。性喜雲水。見必邀迎。一日有客方巾布袍過之。授以此方服之。不一月目明。夜

能視物。

防風飲子

治倒睫拳毛。

倒睫拳毛。由目急皮縮之故也。蓋伏熱內攻。陰

氣外行。當去其內熱。併火邪。使眼皮緩。則眼毛立出矣。

黃連

炒

甘草

炙

人參

錢一

當歸

錢半

葛根

防風

五

細辛

蔓荊子

三分

服後

避風寒

溼熱。

參甘以補其氣。當歸以濡其血。黃連以清其火。防葛以散其風熱。細辛入少陰而潤腎。蔓荊走頭面而升陽。

除人參當歸黃連加黃耆名神効明目湯。東垣治

前證兼赤爛昏痛冷淚多眵。眵音鴟眼脂

又法摘去拳毛以虱血點數次卽愈。

二百味草花膏

趙謙

治目赤流淚或痛或痒晝不

能視夜惡燈光

血熱則目赤所熱則多淚熱微則痒熱甚則痛赤腫昏眵故晝

不能視陽勝故夜惡燈光

入蜜膽中蒸熟候乾細研爲

籠套住懸屋簷下待霜出掃取點眼

羊膽苦寒。益膽瀉熱。蜂蜜甘潤。補中緩肝。

百味草花膏者以羊食百草蜂採百花也

日時
肝珍

開竅于目。膽汁減則目暗。目者肝之外候。膽之精華也。故諸膽皆治目疾。點服說云。病有內外。治各不同。內疾既發。非服不除。外疾既成。非點不退。內疾始盛。滯流不如塞源。伐株不如去根。不服藥而除者。未之見也。外障既成。如物汚須濯。鏡垢須磨。不點而去者。未之有也。若內障不服而外點。反激其火。動其血氣。無益反損。若外障已成。雖服藥不發不長。而所結不除。當內外

成方切用

卷三

夾攻。方盡其妙。

飛絲芒塵入目方

陳墨 濃磨點之

明目六事方

損讀書 減思慮 專內觀 簡外事 早起

晚 夜眠早

晉范甯常苦目疾就張湛求方湛書此六事仍尾之曰右方宋陽子少得其術以授魯東門伯次授左邱明遂世世相傳以及卜子夏晉左太

冲凡此諸賢並有目疾得此方之用熬以視火
下以氣篩蘊於胸中七日然後納諸方寸脩之
一時近可數其目睫遠可察夫簾垂長服不已
洞見牆壁之外非但明目乃亦延年許學士評
之曰審如是而行之非可謂之嘲謔真明目之
奇方也

目疾者戒沐頭宜濯足

此二句者先賢之格言也太極之道動而生陽
靜而生陰沐頭則上動矣必生陽而損目况夫

溼氣難乾。乘風而梳拂不已。則風溼襲于首。而併於目。甚者至於喪明。此沐頭之宜戒也。然何以宜濯足也。足太陽之經。根于足之小指端。上貫于睛明。足少陽之經。根于足大指岐骨間。上貫于瞳子。足陽明之經。根于足中指內間。上貫于承泣。易曰水流溼。火就燥。若以溫水濯其兩足。則頭目間之熱邪。亦能引之而下。況夫溫濯之餘。腠理疏泄。又足以瀉經中之邪。是亦去病之一助也。故曰宜濯足。

吳氏醫學述第四種成方切用目錄

卷十二下

救急門

正方三十三
附方二十三

六君子加天麻方

四君子加薑汁竹瀝方 獨

參湯

五磨飲

方見治
氣門

火醋薰鼻法

禮拜法

附子理中湯

方見祛
寒門

生脈散加香薷方

脫陽脫

陰

縊死

溺死

魘死

中惡

蟲毒
鹽瀉毒

祝毒
諸菌

草毒及蟲
蟻入腹

服鉛粉

蛇蟲犬咬傷

蛇傷三方
蜈傷二方

壁

虎咬

蝎子螫

湯泡傷

又刀斧傷

骨哽

魚骨

戒方切用

卷十二下

目錄

一

難骨哽

誤吞銅鐵金銀

吞髮繞喉不出

頰車

開不能合

呃逆不止

舌脹滿口

乳蛾喉痺

又法

霍亂攪腸沙

鼻衄不止

又方

蟲入耳

中

跌打損傷

產婦血運

產後子陽不收

吳氏醫學述第四種

武原吳儀洛遵程輯

門人

周蘭九生庭
周夢魁應元同較

成方切用

救急門

凡人以疾病死而得終其天年者雖

之遭大如縊溺砒蠱蛇犬之傷小如骨哽刀
斧湯火之害此等死者則非正命矣。君子順
受其正。胡然而以非命歸耶。茲採數方以備
急用。而臨用之際。其要在隨證制宜。以施活
人。手眼。方爲
應變之才爾。

六君子

方見卷一上治氣加天麻方

治暴死然

而倒不省人事。口噤吐沫。風燥則筋急。故命口噤吐沫。洵之身體溫暖。風爲陽邪。故脈來虛大。而正氣也。

脈虛而以辛散之劑驅風。則懨懨之氣必絕。非其治也。故用參朮苓草之甘溫者。急固其氣。復用半夏陳皮之辛利者。以平其沫。天麻之加。定風邪爾。

四君子

方見卷一。上治氣門。

加薑汁竹瀝方

治暴死有痰

聲者名曰痰厥

若痰聲漉漉。氣息漸至。而聲者名曰痰厥。其者是氣已脫也。不治。

痰厥者。頑痰塞其清陽呼吸之道也。痰既塞之。氣欲通之。故令喉中有聲。經曰。壯者氣行則愈。怯者著而成病。故用參朮苓草之溫補者以壯氣。佐之竹瀝薑汁以行痰。

獨參湯

行立之間。暴眩仆絕。喉無痰聲。身無邪

熱者。陰虛陽暴絕也。此方主之。

人參二兩

去蘆煎

陰陽之在人身。互爲其根。而不可離者也。若陰道虧乏。則孤陽無所依附。亦自飛越。故令人暴

月十七日
卷三
二
仆眩絕。過不在痰。故無痰聲。病不因感。故無體熱。斯時也。有形之陰血不能急生。無形之呼吸所宜急固。況夫陰生於陽。又太極之妙乎。故以獨參主之。取其爲固元益氣之聖品爾。

五磨飲子

治暴怒暴死。名曰氣厥。

宜扶正坐。使氣順卽稍安。

再用皂角末吹鼻令嚏。

方見卷一。上治氣門。四磨飲附方。

怒則氣上。氣上則上焦氣實而不行。下焦氣逆而不吸。故令暴死。氣上宜降之。故用沉香、檳榔。

氣逆宜順之故用木香烏藥佐以枳實破其滯也。磨以白酒和其陰也。若挾虛者用四磨飲。
火醋薰鼻法

凡感臭穢瘴毒暴絕者名曰中惡不治卽死宜燒炭火一杓以醋沃之令患人鼻受醋氣則可復甦。旣甦以薰香正氣散主之。方見卷五上和解門

禮拜法

凡遇屍喪翫古廟入無人所居之室及造天地鬼神壇場歸來暴絕面赤無語者名曰尸疰亦

日鬼莊卽中崇之謂也。進藥便死。宜移患人東首。使主人焚香。北面禮拜之。更行火醋薰鼻法。則可復甦。否者七竅迸血而死。

附子理中湯

腹痛。額頭黎黑。手足收引。脈來沉

下。無氣以息者。中寒暴死也。

腹痛病因。固有數種。但額頭黎黑。手

足收引。脈來沉下。則中寒之驗也。所以無氣以息者。呼出主陽。吸入主陰。三陰受其真寒。則病不能吸。吸亡則呼不能。此方主之。白通湯。薑附獨存矣。故令人暴死。

湯等方。俱可酌用。

方見卷六下法寒門理中湯附方

寒者溫之。故用附子乾薑。乃人參白朮甘草。所以生其呼吸之氣也。進藥後更著艾灸其關元。此內外交治之法。是證也有死。一日夜而治之。復甦者。幸勿因其危而輕棄之。凡冬月凍死。有盛囊中。熨其心頭。冷卽易之。若遽以火烘。冷與火爭。必死。浴以熱湯亦死。或用薑汁熱酒各半溫服。

生脈散

方見卷七
上消暑門

加香薷方

人本陰虛復暑途

饑困勞倦。暴仆昏絕者。此方主之。

人本陰虛。則陽獨治。復遇

暑途。則陽易亢。加之饑困勞倦。則陰益虧。所以暴仆昏絕者。一則陰虛而孤。陽欲脫。一則暑邪

乘虛而犯神
明之府也

用人參益元而固脫香薷辟邪而卻暑麥冬之
清所以扶其不勝之肺五味之酸所以斂其欲
脫之真凡人平素體氣不虧暑月道中中熱卒
死以路上熱土圍臍令人尿其中中即活
薑湯童便皆可灌之或用熱土大蒜等分搗水
灌之或置日中或令近火以熱湯灌之即活切
勿飲以冷水及臥冷地正
如凍死人若遠近火即死

凡男婦交感而死在男子名曰脫陽在女子名曰
脫陰男子雖死陽事猶然不萎女子雖死陰戶
猶然不閉俱不治若男女不曾離能緊緊抱住
以口接氣暖氣呼通間有得

生者但臨時慌忙焉
知料理所以多死

亦有夢中脫死者其陽必

舉其陰必泄尸容有喜色爲可辨也皆在不救

縊死

切不可割斷繩索急用手褰衣物緊塞穀

道抱起解繩安放平正揪髮向上揉其項痕捻

圓喉管腳踹兩肩以兩管吹氣入耳內或刺鷄

冠熱血滴口中男用雌女用雄鼻卽氣轉再屈

伸其手足將手摩之若氣不接將腰打三四拳

或以皂角末搐鼻

雖旦至暮身冷猶可活

溺死

急倒提出水用牛一頭令橫臥以腹合牛

成方切用

救急

卷五

五

五

背上牽牛徐行令吐出腹中之水以老薑擦牙
卽活口噤者攪開橫一筋于牙間使水得出如
無牛以鍋覆地將溺人臍對鍋臍俯臥以手托
其頭水出卽活或俯臥橈上腳後稍高鹽擦臍
中待其水自流出或用皂角末綿裹納下部出
水卽活切忌火烘逼寒入內以致不救

魘死 如原有燈卽得切忌火照但痛咬其腳跟
或咬大拇指而唾其面或以皂角末吹入鼻中
得嚏卽醒

中毒

凡中蠱毒。令嘗白礬。不瀉。食黑豆。不腥。卽是中毒。可濃煎石榴皮汁飲之。或熱茶化胆礬五分。探吐出惡毒。或米飲調真鬱金末三錢。令下。凡中砒霜毒。急飲以人溺。及人糞汁。或搗烏柏樹根葉汁。或藍汁。令服。或刺羊血熱服。中鹽鹵毒。縱飲生豆腐漿解之。中諸菌草毒。及蟲螟入腹。黃土和水飲下之。綠豆湯。甘草湯。能解百毒。

服鉛粉

以麻油調蜂蜜。加飴糖與服。

蛇蟲犬咬傷

凡惡蛇傷急于傷處上下紮縛使

毒不散走隨浸糞缸內食蒜飲酒令飽使毒不

攻心或礬石甘草等分冷水服二三錢更搗蒜

敷患處加艾圓灸之

此法兼治百蟲毒瘡

又方五靈脂一

兩雄黃五錢爲末酒調服滓敷患處又方貝母

爲末酒調盡醉飲之頃久酒自傷處爲水流出

候水盡以藥渣敷瘡上垂死可活

凡蜈蚣傷

取大蜘蛛放傷處吸去其毒

急投蜘蛛于水中令吐毒以全其命

又方鹽水洗淨鷄糞塗之壁虎咬用桑柴灰

水煎數沸，濾濃汁，調白礬末塗之。蝎子螫用

白礬半夏等分，醋調塗之。

外臺曰：凡遇一切毒螫之物，切不可起惡

念向之，亦不得殺之。若輒殺之，後必遭螫，慎之。

凡瘋狗咬傷，用番木

鱉半個，碎切，斑蝥七個，去頭翅足，若過一日，加

一個，糯米一撮，慢火炒脆，去斑蝥，取米研末，好

酒調服，取下惡物。多日凶者，頭上有紅髮三根，

拔去之。若仍凶，腹內有狗聲者，再加木鱉一個，

斑蝥廿一枚，如前製法與服。

服後以黃連甘草湯解之。

三月

不可聽鑼鼓聲，再發則難治，終身不得食羊犬

肉稍輕者。急于無風處。捏去惡血。孔乾者。針刺出血。用小便。或鹽湯洗淨。搗葱貼上。若常犬咬者。淨洗血水。用虎骨煨研敷患處。或爛嚼杏仁敷之。

湯泡傷 鷄子清調大黃末塗之。炒黃檗末亦可。
一法以冷燒酒澆淋甚妙。

刀斧傷 海螵蛸末傅之。血立止。古墻石灰爲末。亦可。金瘡血出不止。用原蠶蛾炒爲末敷之。
骨哽 凡魚骨哽。食橄欖卽下。如無鮮者。用橄欖。

核磨水飲之。

楓櫬木作舟楫。魚觸着卽死。物之相畏。有如此者。

又猫涎

亦能下魚骨哽。

凡鷄骨哽。用野苧根搗爛。如

龍眼大。鷄湯化下。如魚骨哽。魚湯化下。

諸骨

哽。用犬弔一足取其涎。徐徐嚥下。或用礪砂井

花水洗化下。或醋煎威靈仙嚥下。

或加砂糖。凡治哽之法。可

以類推。如鷄鵲獺掌。治魚骨哽。慈石治針哽。髮灰治髮哽。虎犬治骨哽。亦各從其類也。

誤吞銅鐵金銀

但多食肥肉。自隨大便而出。吞

針者。煮蠶豆同韭菜食。針菜自從大便下而出。

誤吞銅者。食葶薺茨菰卽化。

吞髮繞喉不出。取自亂髮燒灰。白湯調下一錢。
頰車開不能合。醉之。睡中用皂角末吹其鼻。嚏。

透自合。

呃逆不止。用紙撚刺鼻中。得嚏卽止。

舌脹滿口。以生蒲黃末塗之。或加乾薑末。

乳蛾喉痺。凡乳蛾水漿不入。先用皂角末點破。

再取杜牛膝汁和醋含嚥。又法。艾葉搗汁。口含。

良久。腫自消。冬月無葉。掘根用之。又喉閉者。取山豆根汁。

含嚥。卽開。有藥不能進者。急取病人兩臂。捋數。

十次使血聚大指上以髮繩扎住拇指針刺指
甲縫邊出血指甲縫邊乃少商井穴如放沙一般左右手
皆然其喉卽寬

霍亂攪腸沙以針刺手指近甲處一分半許出
血卽安仍先自兩臂捋下令惡血聚于指頭後
刺之

鼻衄不止亂髮燒灰存性細研水服併吹入鼻
中又方白及末新汲水調下又法紙數十層水
浸溼安頂中以火熨之紙乾立止又法用線扎

中指中節左孔出血扎左指右孔出血扎右指
兩孔出血則俱扎之又法以大蒜搗餅貼足心

蟲入耳中

以猫尿滴耳中蟲卽出

以生薑擦猫鼻猫卽尿

跌打損傷

韭汁和童便飲散其瘀血骨折者蜜

和葱白搗勻厚封酒調白及末二錢服

產婦血暈

猝時昏運藥有未及牀前燒炭沃醋

或以醋塗口鼻令酸氣入神收卽醒或用破舊

漆器或乾漆燒煙薰之使鼻受其氣

產後血既大行氣隨

脫去。察其面白。眼閉口開。手冷脈微。氣脫證也。速用人參一二兩急煎濃湯灌之。凡產後血

運。本屬氣虛。而血壅痰盛。亦有之。如果形氣脈
氣俱有餘。胸腹脹痛上衝。血逆證也。宜用失笑
散。若痰盛氣粗。宜二陳湯。如無脹痛氣粗之類。
悉屬氣虛。宜大劑芳歸湯。八珍湯之類。主之。
產後子腸不收。醋三分。冷水七分。和喫其面一
喫。一縮。三喫。卽收。又法。草麻仁一兩。搗膏塗頂
心。收卽去之。又法。皂角末吹鼻中。嚏作立上。

吳氏醫學述第四種成方切用目錄

卷末

勿藥元詮

正論二十六
附論四十八

上古天真論

老子論
又老子論
廣成子

又上古天真論

昇論又上古天真論

白樂天論
張虛靜論
方揚論
淮南子論
曹真人

金丹大要論

莽祕圖論
李東垣省言錄
疏五

胎息銘

張紫陽論
經脈篇
陰

過論龍虎經

釋氏戒慾論

陽應象大論

又上古天真論

又上古天真論

四氣調神論
真氏
又四氣調神

論陰陽應象大

又四氣調神論
藏器法時論
又

藏器法時論

又藏

又四氣調神論扁鵲論

論悟真篇

老子論

晉道成養生養性論

論調氣篇

古歌

蘇氏養生訣李氏十六字訣

論調息

莊子南華經

王龍

論調息

李東垣論

調息之法勞心勞力

以保元氣

讀書家宜習養

小週天道經六字

生法

醫家尤須愛養精力

金丹秘訣

訣金一

按摩導引諸法

羅先生論

養生宜節飲食

瘧疾尤

脾胃爲養生之本

不可

痰飲痞積等證

宜灼艾

服

素有溼熱飲食宜

清勝

蟲毒酒癖諸病初愈

臥病常存退步心

僧論

鄺子

病中不可偏信師巫問疾來者勿得

元心疾

病中不可偏信師巫

問疾來者勿得

與之相接 病加於小愈 素不服藥不爲無見

吳氏醫學述第四種

同邑殷豫龍

武原吳儀洛遵程輯

門人

洛溪周蘭九

同較

雲間周夢魁

峽川倪希賢

成方切用

勿藥元詮

攝生尚元。非崇異也。生身以養壽

在我。不在天。昧用者天。善用者延。故人
所生。神依于形。形依於氣。氣存則榮。氣敗則
滅。形氣相須。全在攝養。設早使氣衰而形無
所依。神無所主。致殂謝爲命盡。豈知命者哉。

夫胎息爲大道根源導引乃宣暢要術人能
養氣以保神氣清則神爽運體以卻病體活
則病離規三元養壽之方絕三尸九蟲之害
內究中黃妙旨外契大道元言則陰陽運用
皆在人之掌握豈特遐齡可保卽元妙上乘
罔不由茲始矣噫願人之精進何如爾

素問上古天真論曰上古之人其知道者法於陰

陽和於術數

上古太古也道造化之名也老子曰

而不改周行而不殆可以爲天下母吾不知其名
字之曰道者是也法取法也和調也術數脩身養
性之法也言旣法陰陽而又濟之以術藝蓋陰陽
之道逆之則災害生從之則苛疾不起以知道者
必法則之如下飲食有節起居有常不妄作勞故
文所云者是也

能形與神俱而盡終其天年度百歲乃去

節飲食有節則腸

作勞則血氣
年者天畀之

今時之人不然也以酒

爲漿以妄爲常醉以入房以欲竭其精以耗散其

真多欲不節則精竭精竭則真氣隨之而散蓋精

能生氣氣能生神生者必資其精精盈則氣盛氣盛則神全神氣堅

強老而益壯皆本乎精也廣成子曰必靜必清無

勞女形無搖女精乃可以長生正此之謂不知持滿不特御神保精如

恐其傾覆四時調神以務快其心逆於生樂起居

無節故半百而衰也生樂也起居無節半百而衰

皆以斲喪精神事事違道故不能如上言之盡其天年也老子曰生之徒十有三死之徒十有三民

之生動之死地。亦十有三。○又曰夫上古之攷下

也皆謂之虛邪賊風避之有時。此下二節。上古聖

道。虛邪賊風。謂風從衝後來者。主殺害萬物。故避

之。有時。止治外之道也。○一切四時

氣。是謂賊風邪。夫言扶恬憺虛無真氣從之。精神內守。病

安從來。恬。安靜也。憺。朴素也。虛。湛然無物也。無。宵

者。漠然無所動於中也。所以真氣無不從。精神無

不守。又何病之足慮哉。此治內之道也。○按效法

聖賢。則在明哲之所。必不容已者。欲得其門。當自

養心保身始。故但能于動中藏靜。性裏偷閒。致遠

鉤深。庶乎近矣。譚景昇曰。明鏡無心。無物不照。吳

天無心。萬象自馳。行師無狀。敵不敢欺。至人無心。

元精自歸。恬音。是以志聞而少欲。心安而不懼。

甜。憺音。淡。官音。杏。

形勞而不倦

內機息。故少欲。外紛靜。故心安。物我兩亡。起居皆適。雖形勞而神自逸也。

氣從以順

各從其欲。皆得所願。順氣得所。則財必從。

從欲以不妄。

故美其食

甘也。精麤皆任其服。便也。樂

其俗

與天和者。樂天之時。與人和者。樂人之俗也。

高下不相慕其民故

曰朴

高忘其貴。下忘其分。兩無所慕。皆歸于朴。知止所以不殆也。

是以嗜欲不

能勞其目

淫邪不能惑其心

嗜欲人欲也。目者精神之所注也。目不妄

視則嗜欲不能勞心神。既朴而與元同。則淫邪不能惑。

愚智賢不肖不懼于

物。故合於道

無論愚智賢不肖。但有養於中。則無懼於物。故皆合養生之道矣。

所

以能年皆度百歲而動作不衰者以其德全不危

也。執道者德全。德全者形全。形全者聖人之道也。又何危焉。○黃帝曰：余聞上

古有真人者，提挈天地，把握陰陽，此下帝述所聞

者，不假脩爲，天真俱全。天地陰陽，呼吸精氣，獨立

守神，肌肉若一。通乎清，有道獨存，故能獨立。神不

外馳。故曰：守神。神守于中，形全于外，身心皆合于

道。故曰：肌肉若一。卽首篇形與神俱之義。言不壞

也。按精氣神乃人身之三寶也。今將先賢及道

家得理諸論，採附于左，以助參悟。○白樂天曰：王

喬亦松，吸陰陽之氣，食天地之精，呼而出去，吸而

入新。方楊曰：凡亡于中者，求有不取，足于外者也。

故善養物者，守根。善養生者，守息。此言養氣當從

呼吸也。○曹真人曰：神是性，今然足命。神不外馳，

炁自定。張虛靜曰：神若出，便收來。神返身中，炁自

回。此言守神以養氣也。○淮南子曰：事其神者，神

去之。休其神者。神居之。此言靜可養神也。金丹
大要曰。炁聚則精盈。精盈則氣盛。此言精氣之互
根也。○ 辨秘圖曰。坎爲水。爲月。在人爲腎。腎藏精
精。中有正陽之氣。炎升於上。離爲火。爲日。在人爲
心。心生血。血中有真一之液。流降於下。此言坎離
之交媾也。○ 呂純陽曰。精養靈根。氣養神。此真之
外更無真。此言脩真之要在於精氣神也。○ 胎息
經曰。胎從伏氣中結。氣從存胎中息。氣入身來爲
之生。神去離形爲之死。知神氣可以長生。固守虛
無。以養神氣。神行卽氣行。神住卽氣住。若欲長生
神氣。須注心不動念。無來無去。不出不入。自然長
住。勤而行之。是真道路。胎息銘曰。三十六咽。一咽
爲先。吐唯細細。納唯綿綿。坐臥亦爾。行立坦然。服
於喧雜。忌以腥羶。假名胎息。實曰內丹。非只治病
決定延年。久久行之。名列上仙。此言養生之道在
乎存神養氣也。○ 張紫陽曰。心能役神。神亦役心。
眼者神遊之宅。神遊于眼。而役于心。心欲求靜。必
先制眼。抑之于眼。使歸于心。則心靜而神亦靜矣。

此言存神在心。而靜心在目也。又曰神有元神。氣有元氣。精得無元精乎。蓋精依氣生。精實而氣融。元精失則元氣不生。元陽不見。元神見則元氣生。元氣生則元精產。此言元精元氣元神者。求精氣神于化生之初也。李東垣省言箴曰。氣乃神之祖。精乃氣之子。氣者精神之根蒂也。大矣哉。後氣以成精。積精以全神。必清必靜。御之以道。可以爲天人矣。有道者能之。余何人哉。切宜省言而已。此言養身之道。以養氣爲本也。按諸論無非精氣神之理。夫生化之道。以氣爲本。故第五過論曰。氣內爲寶。此誠最重之辭。醫家最切之旨也。唯是氣義有二。曰先天氣。後天氣。先天氣者。真一之氣。氣化于虛。因氣化形。此氣自虛無中來。後天氣者。血氣之氣。氣化于穀。因形化氣。此氣自調攝中來。此形字卽精字也。蓋精爲天一所生。有形之祖。龍虎經曰。水能生萬物。聖人獨知之。經脈篇曰。人始生。先成精。精成而腦髓生。陰陽應象大論曰。精化爲氣。故先天之氣。氣化爲精。後天之氣。精化爲氣。精

之與氣。本自互生。精氣既足。神自王矣。雖神由精氣而生。然所以統馭精氣而爲運用之主者。則又在吾心之神。三者合一。可言道矣。今之人。但知禁慾。卽爲養生。殊不知心有妄動。氣隨心散。氣散不聚。精逐氣亡。釋氏有戒慾者。曰斷陰。不如斷心。心爲功曹。若止功曹。從者都息。邪心不止。斷陰何益。此言深得制慾之要。亦足爲入門之一助也。

故能壽敝天地而無有終

時此其道生。

生。原天地之始。先天地而化。要天地而

之終。形去而心在。氣散而神存。中古之時。有至人

者。淳德全道。

至極也。淳厚也。至極之

於四時。

和合也。調順也。至人動。去世離俗。積精全

神。

心遠世。紛身離俗。染聚游行天地之間。視聽八

荒之外。

至道之人。動以天行。故神遊宇宙。明察無外。故聞見八荒。

此蓋益其壽

命而强者也。亦歸於真人。

真人則壽蔽於天地。至人則益其壽命而強。未

可同日而語矣。故曰亦者。有間之辭。

○其次有聖人者。處天地之和

從八風之理。

次真人至人者。謂之聖人。聖人。聖大而化也。聖人之道。與天地合德。日月合明。

四時合序。鬼神合吉凶。所以能處天地。適嗜欲於

之和氣。順八風之正理。而邪弗能傷也。適嗜欲於

世俗之間。無恚嗔之心。

適安便也。恚怒也。嗔惡也。適其嗜欲。同於世俗。隨遇

泰然。無有恚嗔。○嗜音示志。音畏。嗔音真。切。

行不欲離于世。被服章人。

行事同。世俗故被服章衣冠而處。舉不欲觀於

舉。固諷曰。天命有德。五服五章。被服章衣冠而處。舉不欲觀於

俗外。不勞形於事。內無思想之患。

觀者。効尤之謂。聖人行事。雖同

於世而舉動則不欲觀於俗以視於俗則以恬愉
外而勞形內而一想不觀則無此患矣

為務以自得為功形體不憊精神不散亦可以百

數恬靜也愉悅也敝壞也。不勞形則身安內無
數思想則心靜恬愉自得適口而動內外俱有美

則外而形體不敝內而精神不散故○其次有賢

人者法則天地次聖人者謂之賢人賢善也才德

圓地方天高地厚天覆地載天動地靜乾為天乾

者健也坤為地坤者順也君子之自強不息安時

處順能覆能載能包能容可方可道象似日月也似

肖也日為陽精月為陰精月以夜見日以晝明日中則昃月盈則虧賢人象其照臨辨列星

辰火土為星之緯經有度數之常緯有進退之變

辰火土為星之緯經有度數之常緯有進退之變

日月所會謂之辰。辰有十二。謂之次。會當逆從陰陽。逆反也。從順也。陽主生。陰主死。陽主長。陰主消。陽主升。陰主降。升者其數順。降者其數逆。然易中有陰。陰中有陽也。賢人分別四時。人則因其節。則寒其支干而逆從之。序將從上古合同於道。亦可使益壽而有極時。人將從上古。由教以入道。亦可使益壽。但終有極盡之時耳。嗚呼。人操必化之術。託不停之運。鳥飛更走。誰其免之。獨怪夫貪得者忘殆。自棄者失時。時不待人也。若之何。蓋不及耳。回頭而效法乎賢人也。

素問四氣調神論曰。春三月。此謂發陳。春。月陽和發動。生有庶物。陳。天地俱生。萬物以榮。萬物一發。其恣容。故曰發陳。天地俱生。萬物以榮。於生發。夜。

臥蚤起。廣步於庭。

廣大也。所以布發生之氣也。

被髮緩形。以使

志生。

緩和緩也。舉動和緩。以應春氣。則神定而志生。是即所以使也。後放此。

生而勿

殺。子而勿奪。

賞而勿罰。

皆所以養發生之德也。故君子於啟蟄不殺。方長不

折。子與同。

此春氣之應。養生之道也。

正所以應春氣者。凡此應春氣者。

逆之則傷肝。夏為寒變。奉長者少。

逆不順也。奉承也。肝屬木。王於

春。春失所養。故肝傷。肝傷則心火失其所生。故當夏令。則火有不足。而寒水侮之。因為寒變。寒變者。

變熱為寒也。春生既逆。夏三月。此謂蕃秀。蕃茂也。陽王已

承生氣而夏長者少矣。極動生以長。蕃茂言極盛也。蕃音煩。天地氣交。萬物華實。

歲氣陰陽盛衰。其交

在夏故曰天是氣交。斯時也。陽氣生長於前。陰氣收成於後。故萬物華實。夜臥蚤起。無

厭於日。

起臥同於春時。不宜藏也。無厭於長日。氣不宜情也。

使志無怒。使華

英成秀。

長夏火土用事。怒則肝氣易逆。脾土易傷。故欲使志無怒。則華英成秀。華英言神氣

也。使氣得泄。若所愛在外。

夏氣宜疏泄。時令發揚。故所愛亦順陽而在外。

此夏氣之應。養長之道也。

凡此應夏氣者。正所以養長氣也。長上聲。

逆之則傷心。秋為痎瘧。奉收者少。

心屬火。王於夏。夏失所養。故傷

心。心傷則暑氣乘之。至秋而金氣收斂。暑邪內鬱。於是陰欲入而陽拒之。故為寒。火欲出而陰束之。

故為熱。金火相爭。故寒熱往來。而為痎瘧。夏長既逆。承長氣而秋收者少矣。痎音皆。

重病。秋三月。此謂容平。

凡物夏長已極。至秋平而定也。故曰

容。天氣以急。地氣以明。

風氣勁疾。日急。蚤臥蚤起。物色清肅。日明。

蚤臥蚤起。

與鷄俱興

早臥以避初寒。蚤起以從新爽。

使志安寧。以緩秋形。

日退陰寒日生。故欲神志安寧。以避肅殺之氣。

收斂神氣。使秋氣平。無外

其志。使肺氣清。

皆所以順秋氣。欲使肺金清淨也。

此秋氣之應。養

收之道也。

凡此應秋氣者。正所以養收氣也。

逆之則傷肺。冬爲積

泄。奉藏者少。

肺屬金。王於秋。秋失所養。故傷肺。肺傷則腎水失其所生。故當冬令而爲

腎虛積泄。積泄者。水穀不分而爲寒泄也。秋收既逆。不收氣而冬藏者少矣。積音孫。

冬三

月。此謂閉藏。

閉藏成冬。陽氣藏伏也。

水冰地坼。無擾乎陽。

也。天地閉塞。故不可煩擾。以泄陽氣。坼音策。

蚤臥晚起。必待日光。

所以避寒也。

使志若伏若匿。若有私意。若已有得。

皆所以法冬令。欲其

自重。無妄動也。

去寒就溫。無泄皮膚。使氣亟奪。

汗皮膚謂

在內。汗之則

寒氣所迫奪。

黃氏曰。冬氣閉藏。

不密。溫煖無

言則來年陽氣無力。五穀不登。人

身亦是如此。靜時紆攝則動時安能中節。故周子

以主靜爲本。程子以主敬爲本。其理一也。○孫

器二

此冬氣之應。養藏之道也。

凡此應冬氣者。正

逆之則傷腎。春爲痿厥。奉生者少。

腎屬水。王於冬。冬失所養。故傷

腎。腎傷則肝木失其所生。肝主筋。故當春令而筋

病爲癢。陽欲藏。故冬不能藏。則陽虛爲厥。冬藏既

逆。春氣而

春生者少矣。

天氣清淨。光明者也。

天氣唯清淨

也。人舉此氣而生。惟清淨亦

藏德不止。故不下也。

聰明而神慧。天人本一致也。藏德不止。故

天德不奪。故曰觀德。天之德其陽德。運而不止。故

能懸象於上。悠久而

不下也。在人之身。能純全其

陽則亦可以長生而不壞修
身之士可以不知所藏德乎
天明則日月不明邪

害空竅

惟天藏德不自爲用故曰往月來寒征暑
來以成陰陽造化之道設使天不藏德自

專其明是大明見則小明滅日月之光隱矣晝夜
寒暑之令廢而陰陽失其和矣此所以大明之德
不可不藏也所喻之意蓋謂人之本元不固發越
於外而空竅疎則邪得乘虛而害之矣空孔同
陽氣者閉塞地氣者冒明邪害空竅九竅不通陽
加於天而冒雲霧不精則上應白露不下之霧
藏乎陽明矣雲霧不應象大論曰地氣上爲雲天
者雨之類陰陽應象大論曰地氣上爲雲天氣下
爲雨雨出地氣雲出天氣若上下否隔此地氣不
升而雲霧不得精於上天氣不降而白露不得應
於下是卽陽氣閉塞而不通地氣上加於天而冒
蔽陽明也人身身中之氣猶雲霧地腹中氣化
則通調水道下輸膀胱若腹中之氣不化則不能

通調水道。下輪膀胱。而失降。下之令。猶之白露不降矣。交通不表。萬物命。故

不施。不施則名木多死。獨陽不生。獨陰不成。若上

息不能表。見於萬物之命。故生化惡氣不發。風雨

不節。白露不下。則菀鬱不榮。惡氣不發。即邪害空

不節。即交通不表也。白露不下。亦上文所云者。菀

菀不榮。抑菀枯。無所榮養也。菀鬱同。菀音稿賊風數至。暴雨數起。天地四時不相保。與道相失

則未央。絕滅。央。中半也。陰陽既失其和。則賊風暴

皆與道相違。故凡稟化生氣數者。數音朔。惟聖人從之。故

皆不得其半。而絕滅矣。數音朔。惟聖人從之。故身無奇病。萬物不失。生氣不竭。從之。謂順陰陽四

病謂無不變。疾瘡癰潰癰厥之類也。萬物不失謂
春時生而勿殺。夏時使華英成秀。秋時緩於秋刑
冬時若八若匿。若已有得一身內猶萬物得所而
無失也。氣不竭謂生長收藏各得其養。其機生
生而不息也。**逆春氣則少陽不生。肝氣內變。**一歲之

為陽。秋冬為陰。春夏主生長。秋冬主收藏。春令屬
木。肝膽應之。藏氣法時論曰。肝主春。足厥陰少陽
主治。故逆春氣則少陽之令不能生發。肝氣被鬱
內變為病。此不言膽而止言肝者。以藏氣為主也。
後放。**逆夏氣則太陽不長。心氣內洞。**夏令屬火。心
藏氣法時論曰。心主夏。手少陰太陽主治。故逆夏
氣則太陽之令不長。而心虛內洞。諸陽之病生矣。
逆秋氣則太陰不收。肺氣焦滿。秋令屬金。肺與大
論曰。肺主秋。手太陰陽明主治。故逆秋氣。**逆冬氣**
則太陰之令不收。而肺熱葉焦為脹滿也。

則少陰不藏腎氣獨沉。

冬令屬水。腎與膀胱應之。藏氣法時論曰。腎主冬。足

少陰太陽主治。故逆冬氣。則少陰之令不藏。而腎

氣獨沉。藏者藏于中。沉者沉于下。腎氣不蓄藏。則

注泄沉寒。夫四時陰陽者。萬物之根本也。各因時

等病生矣。所以聖人春夏養陽。秋冬養陰。以從其根。於陽陽

所以聖人春夏養陽。秋冬養陰。以從其根。

於陽陽

根於陰。陰以陽生。陽以陰長。所以聖人春夏則養

陽。以爲秋冬之地。秋冬則養陰。以爲春夏之地。皆

所以從其根也。今人有春夏不能養陽者。每因風

涼生冷。傷此陽氣。以致秋冬多患瘧渴。此陰勝之

爲病也。有秋冬不能養陰者。每因縱慾過熱。傷此

陰氣。以致春夏多患火證。此陽勝之爲病也。善養

生者。宜切佩之。故與萬物沉浮於生長之門。逆其根則伐

其本。壞其真矣。萬物生長收藏於四時。聖人養陰

其本。壞其真矣。

萬物生長收藏於四時。聖人養陰

若不能養以從其根。則尅伐其本源。敗壞其真元矣。故陰陽四時者。萬物之

終始也。死生之本也。

陰陽之理。陽爲始。陰爲終。四時之序。春爲始。冬爲終。死生之序。陽者生。得其陰者死。合言之。

則陰陽和者生。陰陽離者死。故爲萬物之終始。死

生之本也。逆之則災害生。從之則苛疾不起。是謂得道。

苛病同。深病也。

道者聖人之。愚者佩之。

聖人與道無違。故能行之。愚者

信道不篤。故但佩服而已。夫既佩之。已匪無悟而

人哉。老子曰。上士聞道。勤而行之。中士聞道。若存

若亡。下士聞道。大笑之。不笑不足爲道。正此謂

也。從陰陽則生。逆之則死。從之則治。逆之則亂。反

順爲逆。是謂內格。

順四時陰陽以養身。而生長收。藏各得其道。又何者之不治乎。

或方切用

卷末

四氣調神篇

七

反順者反常也。爲逆者行逆也。內格者內性也。○是

拒格於天道也。言陰陽內外皆相格拒也。

故聖人不治已病治未病不治已亂治未亂此之

謂也。此承前篇而言一句是古語引之以結言。夫

病已成而後藥之亂已成而後治之譬猶渴而穿

井鬪而鑄兵不亦晚乎。鑄兵無濟於戰誠哉晚矣

而病不早爲之計者亦猶是也。觀扁鵲之初見齊

桓侯曰君有疾在腠理不治將深。後五日復見曰

君有疾在血脉不治將深。又五日復見曰君有疾

在腸胃間不治將深。而桓侯俱不能用。再後五日

復見扁鵲望顏而退走曰疾之居腠理也湯熨之

所及也。在血脉鍼石之所及也。在腸胃酒醪之所

及也。其在骨髓雖司命無奈之何矣。後五日桓侯

疾作使人召扁鵲而扁鵲已去。桓侯遂死。夫桓侯

不早用扁鵲之言。及其病深而後名之。是卽渴而穿井。闕而鑄兵也。故在聖人。則當用意於未病。未亂之先。所以災禍不侵。身命可保。今之人。多見病勢已成。猶然隱諱。及至不可爲。則雖以扁鵲之神。亦云無奈之何。而醫非扁鵲。又將若之何哉。嗟夫。禍始於微。危因於易。能預此者。謂之治未病。不能預此者。謂之治已病。知命者其謹於微而已矣。

素問遺篇刺法論曰。所有自來腎有久病者。可以寅時面向南。淨神不亂。思閉氣不息七遍。以引頸。嚥氣順之。如嚥甚硬物。如此七遍。後餌舌下津。令

無數。

凡修煉性命者。嚥氣令腹中鳴。至臍下。子氣見焉。故曰返本還原。久餌之。令深根固。

蒂也。故嚥氣精者。名天池之水。資精氣血。蕩滌五藏。先溉元海。一名離宮之水。一名玉池。一名神水。

不可唾之。但可餌之。以補精血。可益元海也。按
 人生之本。精與氣耳。氣能生精。精亦能生氣。氣聚
 精盈。則神王。氣散精衰。則神去。故修真諸書。無非
 精。明精氣神三字。而三者之用。尤先於氣。故悟真
 篇曰。道自虛無生一氣。便從一氣產陰陽。又古歌
 曰。氣是添年藥。精爲續命芝。世上慢忙兼慢走。不
 知求我更求誰。蓋以天地萬物。皆由氣化。氣存數
 亦存。氣盡數亦盡。所以生者由乎此。所以死者亦
 由乎此。此氣之不可不寶也。能實其氣。則延年之
 道也。故晉道成論長生養性之旨曰。其要在於存
 三。抱元。守一。三者精氣神其名曰三寶。抱元者。抱
 守元陽真氣也。守一者。神靈也。神在心。心有性。屬
 陽。是爲南方丙丁之火。腎者能生元陽。爲真氣。其
 性爲精。是爲北方壬癸之水。水爲命。命繫於陰也。
 此之謂性命。爲三一之道。在於存想。下入丹田。抱
 守元陽。逾三五年。自然神定氣和。功滿行畢。其道
 成矣。諸如此類。道家議論儘多。無非祖述本經精
 氣之說耳。其下手工夫。惟蔣氏調氣篇。蘇氏養生

訣。李真人長生十六字訣。皆得其法。足爲入門之階。如蔣氏調氣篇曰。天地虛空中皆氣。人身虛空處皆氣。故呼出濁氣。身中之氣也。吸入清氣。天地之氣也。人在氣中。如魚遊水中。魚腹中不得水出。人卽死。人腹中不得氣出入。亦死。其理一也。善攝生者。必明調氣之術。當設密室。閉戶安牀。煖席。偃臥。瞑目。先習閉氣。以鼻吸入。漸漸腹滿。及閉之久。不可忍。乃從口細細吐出。不可一呼卽盡。氣定復如前閉之。始而十息。或二十息。不可忍。漸漸多。但能閉至七八十息以上。則臟腑胸膈之間。皆清氣之布濩矣。至于純熟。當其氣閉之時。鼻中惟有短息一寸餘。所閉之氣。在中如火。蒸潤肺宮。一縱則身如委蛇。神在身外。其快其美。有不可言之狀。盡一氣流通表裏上下。徹澤故也。其所閉之氣。漸消。則恍然復舊。此道以多爲貴。以久爲功。但能于日夜間行得一二度。久久耳目聰明。精神完固。體健身輕。百病消滅矣。凡調氣之初。務要體安氣和。無與意氣爭。若不安和且止。俟和乃爲之。久而弗

倦則善矣。閉氣如降龍伏虎。須要達其神理。胸膈
常宜虛空。不宜飽滿。若氣結滯。不得宣流。覺之。便
常用吐法以除之。如咽呵呼嘻。吹六字訣之類。
是也。不然。則泉源壅遏。恐致逆流。瘡瘍中滿之患
作矣。○又如蘇氏養生訣曰。每夜於子時之後。寅
時之前。披衣擁被。面東或南。盤足而坐。叩齒三十
六通。兩手握固。挂腰腹間。先須閉目靜心。掃除妄
念。卽閉口并鼻。不令出氣。謂之閉息。最是道家要
妙。然後內觀五臟。存想心爲炎火。光明洞徹。降下
丹田中。待腹滿氣極。則徐徐出氣。不得令耳聞聲
候。出息勻調。卽以舌攪唇齒內外。漱煉津液。津液
滿口。卽低頭嚙下。令津與氣谷谷然有聲。須用意
精猛。以氣送入丹田中。氣定又依前法爲之。凡九
閉氣。三嚙津而止。然後以兩手擦摩兩腳心。使湧
泉之氣上徹頂門。及臍下腰脊間。皆令熱徹。次以
兩手摩熨眼角耳項。皆令極熱。仍按捏鼻梁左右
五七次。掠頭百餘梳而臥。熟臥至明。○又如李氏
十六字訣云。一吸便提。氣氣歸臍。一提便嚙。水火

相見。注曰。右十六字。仙家名爲十六錠金。乃至簡
至易之妙訣也。無分在官不妨政事。在俗不妨家
務。在士不妨本業。只於二六時中。略得空閒。及行
住坐臥。意一到處。便可行之。口中先須漱及三五
次。舌攪上下腭。仍以舌抵上腭。滿口生津。連津嚥
下。汨然有聲。隨于鼻中吸清氣一口。以意會及心
目。寂地直送至腹臍下一寸三分。丹田。炁海之中。
略存一存。謂之一吸。隨用下部輕輕如忍便狀。以
意力提起。使氣歸臍。連及夾脊雙關腎門。一路提
上。直至後頂玉枕關。透入泥丸頂內。其升而上之
亦不覺氣之上出。謂之一呼。一呼一吸。謂之一息。
炁既上升。隨又似前汨然有聲。嚥下。鼻吸清氣。送
至丹田。稍存一存。又自下部如前輕輕提上。與臍
相接而上。所謂氣氣歸臍。壽與天齊矣。凡嚥時口
中有液愈妙。無液亦要汨然有聲嚥之。如是一嚥
一提。或三五口。或七或九。或十二。或二十四口。要
行卽行。要止卽止。只要不忘作爲正事。不使間斷。
方爲精進。如有痼疾。見効尤速。久久行之。卻病延

年形體不變。百疾不作。自然不饑不渴。安健勝常。行之一年。永絕感冒。病積逆滯。不生癰疽瘡毒等疾。耳聰目明。心力強記。宿疾俱瘳。長生可望。所謂造化吾手。宇宙吾心。功莫能述也。按此三家之法。若依蔣氏。則臥亦可。晝亦可。依蘇氏。則坐亦可。夜亦可。依李氏。則閒亦可。忙亦可。此三說者。惟李氏稍煩。較難爲力。然其中亦有可用者。但不當拘泥耳。故或用此。或用彼。取長舍短。任意爲之。貴得自然。第無勉強。則一身皆道。何滯之有。久而精之。誠不止于卻病已也。又觀之彭祖曰。和氣導氣之道。密室閉戶。安牀煖席。枕高二寸半。正身偃臥。瞑目閉氣。以鴻毛著鼻上不動。經三百息耳。無所聞。目無所見。心無所思。如此。則寒暑不能侵。蜂蠆不能毒。壽百六十歲。鄰于真人。夫豈虛語哉。然總之金丹之術。百數十歲。鄰于真人。夫豈虛語哉。然總之金丹。要在還精採氣。斯言得之矣。此外有云。轉轆轤運河車。到玉關。上泥丸者。皆言提氣也。有云。進用武火。出用文火者。謂進欲其壯。出欲其徐。皆言呼吸。

也。有云赤龍挽水泥。神水滿口。勻者皆言津液也。有想火入臍輪。放火燒遍身者。皆言陽氣欲其自下而升。以溫元海三焦也。再如或曰龍虎。或曰鉛汞。或曰坎離。或曰夫婦。或云導引。或云栽接。跡其宗旨。無非此耳。雖其名目極多。而可以一言蔽之者。則曰出少入多而已。醫道通仙。斯其爲最矣。此一節乃養氣還精之法也。

調息 調息一法。貫徹三教。大之可以入道。小用

亦可養生。故迦文垂教。以目視鼻端。白數出入息。爲止觀初門。莊子南華經曰。至人之息以踵。王龍溪曰。古之至人有息無睡。故大易隨卦曰。君子以嚮晦入晏息。晏息之法。當向晦時耳無

聞目無見。四體無動。心無思慮。如種火相似。先

天元氣元神。停育相抱。真意綿綿。老子曰。綿綿若存。開

閣自然。與虛空同體。故能與虛空同壽也。終日

營擾。精神困憊。夜間靠此一睡。始發一日之用。一點靈光。盡爲後天濁氣所掩。是謂陽陷於陰也。

李東垣曰。夜半收心。靜坐片時。此生發週身元氣大要也。凡勞心勞力之人。須隨時偷

閒調息。以保既耗之元氣。蓋氣根于息。息調則氣調。氣調則身中無不流通。四達而百脈安和。

神清氣泰。雖勞不甚苦人矣。調息之法。端默靜生。謝境澄心。口目俱閉。止于鼻中。徐呼徐吸。任

我自然。勿得作意思爲。着力太重。反使本來不

息之真。望而不利。讀書者必習養生法。能習養生法。不唯于身利。更于心利。其要莫先于少睡少睡則神靈神靈則氣爽氣爽則神清神清則心

自然交利矣。然少睡之工有六。靜而勿躁一也。疎遠房室二也。常收此心于腔子中三也。深夜勿寒勿餒四也。行住坐臥不忘調息五也。每當日晡時神氣昏昏。轉偷溺一憩六也。醫者尤須加意調攝。愛養自家精力。精力不足則倦。倦生厭。厭生躁。厭躁相乘。則審脈辨證處方皆苟率而無誠意矣。思欲救死全生。庸可期乎。今之醫者。鮮克不以奔競爲專務。徒勞苦而不自知大戒也。

調息之法不拘時候隨便而坐平直其身縱任其

體不倚不曲解衣緩帶

腰帶不寬則上下氣不流通

務令周

適口中舌攪數遍微微呵出濁氣

不得

鼻中微

微納之或三五遍或一二遍有津嚥下叩齒數

隨息

無息

通舌抵上腭。唇齒相着。兩目垂簾。令臃臃然。漸次調息。不喘不粗。或數息出。或數息入。從一至十。從十至百。數至數千。攝心在數。勿令散亂。如心息相依。雜念不生。則止勿數。任其自然。名曰隨息。與息俱出。復與俱入。隨之不已。一旦自住。出。不入。忽覺此身。從毛孔中。八萬四千。雲蒸雨散。諸病自除。諸障自滅。坐久愈妙。若欲起身。須徐徐舒放手足。勿得遽起。能勤行之。靜中光景。種種奇特。直可明心悟道。靜能生慧不但卻病延

年而已也。

息有四相。呼吸有聲者。風也。守風則散。雖無聲而鼻中澀滯者。喘也。守喘

則結。不聲不滯。出入綿綿。若存若亡。神氣相依。是息相也。息調則心定。真氣往來。自能奔天地之造化。息息歸根。命之蒂也。

小週天

先要止念。身心澄定。面東跏坐。

平坐亦可。但前

膝不可低。腎子不可着物。

呼吸和平。用三昧印。

指無名指。掌加左。上

按于臍下。叩齒三十六遍。以集身神。赤龍攪海。

內外三十六遍。

赤龍。舌也。內外。齒內外也。

雙目隨舌轉運舌。

抵上腭。靜心數息三百六十週。天畢。待神水滿。

漱津數遍。用四字訣。

抵。抵。抵。閉。吸也。抵。提。提。提。鼻。吸。其。

呼。從任脈撮過穀道到尾間以意運送徐徐上

夾脊中關漸漸速些閉目上視鼻吸莫呼撞過

玉枕

骨頸後

將目往前一忍直轉崑崙

頭頂

倒下鵲

橋

也古

分津送下重樓入離宮

也心

至氣海

坎宮丹田

略

定一定復用前法連行三次口中之津分三次

嚥下所謂天河水逆流也靜坐片時將手左右

擦丹田一百八下連臍抱住放手時將衣被圍

住臍輪勿令風入

古云養得丹田煖煖熱此是神仙真妙訣

次將大

指背擦熱拭目十四遍

去心肝火

擦鼻三十六遍

酒

擦耳十四遍

補腎

擦面十四遍

補脾

雙手掩耳鳴天

鼓徐徐將手往上卽朝天揖如是者三徐徐呵

出濁氣四五口收清氣雙手抱肩移筋換骨數

遍擦玉枕關二十四下擦眼一百八下擦足心

各一百八下

道經六字訣呵呼咽

音戲

噓吹

音脫

嘻

每日自子至

巳爲六陽時面東靜坐叩齒三十六通舌攪口

中候水滿時漱鍊數遍分三口咽嚥嚥下

人身之一

水皆鹹惟舌下華池之水甘淡一秤

以意送至

金訣曰嚥下咽嚥響百脈自調勻

丹田微微撮口念呵字。呵出心中濁氣。念時不得有聲。反損心氣。卽閉口。鼻吸清氣以補心。吸時亦不得聞吸聲。但呼出令短。吸入令長。如此六次。再念呼字六遍以治脾。再念呬字六遍以治肺。再念噓字六遍以治肝。再念吹字六遍以治腎。再念嘻字六遍以治三焦客熱。並如前法。謂之三十六小週天也。詩曰春噓明日木扶肝。至夏呼。心火自閑。秋呬。定收金氣潤。冬噓。唯要坎中安。三焦嘻。卽除煩。熱四季長呼。脾化食。切忌出聲。聞兩耳。其功尤勝保神丹。

金丹秘訣曰一擦一拋左右換手九九之功真陽
不走戌亥二時陰旺陽衰之候一手兜外腎一
手擦臍下丹左右換手各八十一半月精固久
而彌佳凡大小便之時咬緊牙齒解畢方開
亦最能固精

髮宜多梳面宜多擦目宜常運耳宜常彈

將兩手
心按兩

耳以指彈腦
名鳴天鼓

舌宜抵腭齒宜數叩津宜數嚥濁

宜常呵清宜常吸背宜常煖胸腹宜常護常摩
穀道宜常撮肢節宜常搖手心足心宜常擦皮

膚宜常乾沐浴

即擦摩也

大小便宜閉口勿言。夜

寢語言大損元氣尤宜戒之。

羅先生曰收拾一片真正精神揀擇一條直捷路

徑安頓一處寬閒地步其好朋友涵泳優游忘

年忘世俾吾心體段與天地爲徒吾心意況其

鳶魚活潑其形雖止七尺而其量實包太虛其

齒雖近壯衰而其真不減童穉每讀一過頓開

無限心胸勝服百劑清涼散也

此下數條無非教人勿藥之意

養生者固宜節食尤宜節飲食傷人所易知飲傷

脾胃者養生家第一要具也不可使之熟生物熱

冷物軟硬物

凡草頭藥汁最能傷脾敗胃斷不可過服胃氣虛者服之必死縱或不死胃氣終難完復且更有草類相似收採不

真誤中殺人之毒於頃刻間而莫之救者矣歷有明驗言

之慘人。

凡胸腹中有痰有飲有積有痞或脹或痛或酸或
憤或吐或瀉一二證時止時作經年不瘥者急
須猛意以圖全愈毋俟他日別病相加掣肘莫
措然治之之法則灼艾先而藥石次蓋灼艾之
功遠踰草根木皮萬萬也

唯陰血虧損者不可再用艾火傷陰。灼

艾後雖節飲食爲首務不可饕餮厚味致傷胃口

素有溼熱之人飲食之間最宜清勝若厚味醖酒

縱肆無節必多痰火癰疽卒中之患須戒之

凡

病痼病酒病痺病初愈時斷不可饕餮服滋補藥蓋此數病以溼熱爲原滋補之藥乃助溼熱之尤者驟爾服之鮮不致害

人當臥病務須常存退步心心能退步則天寬地

曠世情俗味必不致過戀于心可計日而起矣

不則今日當歸芍藥明日甘草人參是以江河

填漏卮雖多無益也先儒有言曰予臥病時常

於胸前多書死字。每書數過。頓覺此心寂然不

動。萬念俱灰。四大幾非我有。又何病之足慮哉。

雖然。此唯可與達者言也。

鄭子元由翰林補外。十餘年矣。不得賜還。

嘗完條無聊。遂成心疾。每疾作。輒昏憤如夢。或

發謔語。有時不作。無異平日。或曰。真空寺老僧

不用符藥。能治心疾。往叩之。老僧曰。貴恙起于

煩惱。生于妄想。夫妄想之來。其幾有三。或追憶

數十年前榮辱恩讐。悲歡離合。及種種閒情。此

是過去妄想也。或事到跟前。可以順應。若乃畏

首畏尾。三番四復。猶豫不決。此是現在妄想也。

或期日後富貴榮華。皆如所願。或期功成名遂

告老歸田。或期子孫登榮。以繼書香。與夫不可

必成。不可必得之事。此是未來妄想也。三者妄

想。忽然而生。忽然而滅。禪家謂之幻心。能照見

其妄。而斬斷念頭。禪家謂之覺心。故曰。不患念

起。唯患覺遲。此心若同太虛。煩惱何處安眠。又曰。貴恙亦原于水火不交。凡溺愛冶容而作色荒。禪家謂之外感之欲。夜深枕上。思得冶容。禪家謂之內生之欲。二者之欲。綢繆染着。皆消耗元精。若能離之。則腎水滋生。可以上交于心。至若思索文字。忘其寢食。禪家謂之理障。經綸職業。不告劬勩。禪家謂之事障。二者之障。雖非人欲。亦損性靈。若能遣之。則心火不致上炎。可以下交于腎。故曰。塵不相緣。根無所偶。返流全一。六慾不行。又曰。苦海無邊。回頭是岸。子元如其言。乃獨處一室。掃空萬緣。靜坐月餘。其病如失。

病中但可安分調攝。不可偏信師巫。殺害生命。不惟損貲造業。更使心志狐疑。溺情鬼窟。而切身珍愛之圖。反置勿問。愚孰甚焉。

凡有問疾來者。勿得與之相接。一人相接。勢必人
人相接。多費語言。以耗神氣。心所契者。又因契
而忘倦。心所憎者。又以憎而生嗔。甚或坐盈一
室。聲起談風。縱不耐煩。又不敢直辭以去。嗟嗟
病人力克幾何。而堪若此。恐不終朝而病已增
劇矣。智者於此。休將性命。徇人情。

病加於小愈者。因小愈而放其心也。天下事。處逆
者恒多易。處順者反多難。病當未愈而求愈。欲
不得。逞志不得肆。凡語言動止。饑飽寒溫。以及

情性喜怒無不小心翼翼自然逆可爲順而愈
矣愈則此心不覺自慰保護漸疎恣口吻也爽
寒溫也多語言也費營慮也近房室也任情性
而煩惱也廣應酬而不自知勞且傷也其病豈
有不加者乎因憶孟夫子生於憂慮死於安樂
之說信不可不書紳而銘座右也

有人素不服藥者不爲無見但須知得病從何來
當從何去便是藥爾如饑則食食卽藥也不饑
則不食不食卽藥也渴則飲飲卽藥也不渴則