

折肱漫錄

折肱漫錄卷之二

構李黃承昊履素撰

古吳程永培瘦樵校

醫藥篇二

遺精

痿痺

感冒

鬱

瘧

雜治

夢遺之症其因不同治亦罕效此病患之者甚多
非必盡因於色慾過度以致滑泄大半起於心腎
不交凡人用心太過則火亢而上火亢則水不升
而心腎不交矣士子讀書過勞功名心急者多有

此病其心一散則火降水升既濟而病將自愈凡
病起於心大部非藥石之所能療先大夫少年極
苦此病蓋用功過苦名心太急所致每臨塲則愈
頻陽事少着物卽遺苦無可奈將牀席俱穿一大
孔以臥使其無着是科發解武林居停邀其親戚
女客飲喜酒相率觀解元公書室則牀席有大孔
皆莫解其故以爲笑談一自發解後夢泄便希及
登第後則愈希矣予少年亦苦此迨登第後頗希

漸老愈減於是益信此病關心不可獨責於腎而心病非藥石所能療故治遺少良方也

不夢而遺謂之遺精予年三十二曾患之龜頭時有精微微流出晝夜常然予初時驚懼特甚人身中幾許精血而堪此涓涓不絕乎醫之高明者慰予無害但毋服澁藥予病以悞服附子得之知是火症勸予涼補而勿熱補仍服六味丸加沙苑蒺藜兔絲子及炒黃柏少許等藥將此病付之度外

莫實諸懷如常將理凡兩年而始全愈龍骨牡蠣等藥從未入口蓋人身中惟氣血周流斯快暢豈可澁之使滯雖得暫効貽害實深患者審之予初有懼心及兩年間應酬如常絕無倦態豈此精與交媾之元精不同故無大害耶

肌肉蠕動方書亦指爲風薛立齋獨主氣血虛熱不作風治此論高出等夷予向患指麻時亦見此症但補氣血不治其風故不受其害

予四十七歲忽患小指麻軟時作時止每夏愈而冬甚素聞指麻當防中風固講求預防之法有言宜祛風化痰者其說大謬有言宜順氣活血者謂氣行則痰自消血活則風自滅其言近是及讀薛氏醫案治蔣州判中滿吐痰頭暈指麻先生云中滿者脾氣虧損也痰盛者脾氣不能運也頭暈者脾氣不能升也指麻者脾氣不能周也遂以補中益氣湯加茯苓半夏以補脾土用八味地黃丸以

補土母而愈後惑於乾坤生意方云凡人手指麻軟三年後有中風之疾可服搜風天麻二丸以預防之乃朝餌暮服以致大便不禁飲食不進而歿夫預防之理當養氣血節飲食戒七情遠裨幙可也若服前丸以預防適所以招風取中也予讀之快然遂確守先生之法蓋於今十有三年矣

予既信服立齋之書又遇海昌名醫陳月坡診予指麻之症議與薛合將補中益氣湯加減令予作

丸服之醫家守古方皆謂湯不可丸丸不可湯獨
月坡以湯爲丸殊是創見予遵而服之其力大勝
於湯予病後弗能勝勞服前湯未効自服此丸遂
覺勞而不病然則古人所立湯丸之方亦不必守
膠柱之見也

立齋謂指麻是脾氣不能周真確論惟脾氣不周
又不加意調攝以致虛而愈虛故忽有中風之症
若認指因風而得麻而預餌祛風之藥以防之真

所謂招風取中矣蓋搜風等丸多戕賊脾胃之藥
斷不可輕服凡人脾氣不傷雖病可療若脾元一
敗盧扁却走乾坤生意等書悞人不淺故非明理
之儒醫書不可亂讀

凡臂痛指麻等症粗工無不以風治至於口斜語
澁痰湧更無不確信以爲風者薛立齋治法獨推
本於脾而必以補脾肺之藥奏效斯真元元本本
之論不可爲粗工道者

立齋治高僉憲兩腿痿軟無力勞則作痛如刺人
皆以爲風立齋曰此肝腎陰虛火盛所致痿軟者
眞病之形作痛者邪火之象用壯水益腎之藥而
愈前症往往認爲風輒用發散而促其死者多矣
予已酉夏應試南都與姊丈吳公甫聯社課執見
公甫步履微有不便云苦腿痛精神固無恙也聽
庸醫之言以爲風濕遂專服祛風燥濕之劑形容
日槁八月間見咯血之症肌肉盡削至冬而歿卽

此驗之則腿足酸疼不可槩作風治也益明矣腿足皆足三陰部位多係肝腎陰虛法宜滋補顧反服風藥以耗之寧不速其死

王節齋云凡中風偏枯麻木症之痰必用南星半夏立齋云先用前藥清其痰卽用六君子之類扶胃氣痰自不生若槩用風藥耗其陽氣而絕陰血之源適足以成其風益其病耳

時師治人感冒不論形氣虛實輒忌人參不知古

人論虛人感冒不任發表者服補中益氣湯夫參
且忌之而今服芪朮有不驚而咋舌者乎予初病
外感憚不敢服參名醫朱心閣始教我助正疎邪
不妨並劑及覽方書亦有觸發遂敢補散兼施頗
覺相宜後至黃芪與防風並用亦未見壅閉外邪
大槩醫家立論不同止有二說一則謂外感之候
必須先散而後補停食之候必須先消而後補一
則謂攻補可以兼行兩說每致枘鑿予初亦不能

無惑乃後屢以身試始悟氣體壯實者可以散之
消之而後補若氣體虛弱之人必先扶其正而後
可以攻其邪一補一攻邪氣乃去倘泥於先攻後
補之言則邪氣未卽去而元氣已先傷矣可不戒
哉

凡人感風寒醫家必云不治邪將入內須及其在
表而散之殊不知然乎遇體中不快或時發熱未
審是外感是勞傷將補藥表藥一槩停止惟避風

靜養禁葷啖粥以守之恒得漸愈蓋外感勞傷病
形相似悞藥有大害卽曾悞服紫蘇湯數口體便
狼狽每至夜分後卽自汗大費調理不可不慎
外感肩背拘急勞傷亦然不可悞認其餘方書辨
之甚詳

人感風寒兩背必覺拘束不快及服表散藥汗之
而拘束猶故此榮衛傷而血氣不充故也若外邪
猶未盡而再表之則受虛虛之禍矣

立齋云凡感冒咳嗽若誤行發汗過多喘促呼吸不利吐痰不止必患肺癰今人但遇傷風咳嗽卽服疎散之劑請以此語爲鑒

凡惡風寒流涕及寒噤噴嚏等症只宜茹素避風好自調理不可輕服散風之藥薛氏醫案中載悞服疎風藥致體麻痰壅狀類中風治以益氣湯加門冬五味而愈可不慎歟予脞理素虛自幼畏風風寒一襲涕嚏隨至甚則發熱汗津津不止少

時不知醫理謂必先散其風而後服參芪以實之
豈知愈散愈虛外感益易四十歲以後方悟此理
遂以補中益氣湯丸爲常服之藥若值外感但在
服益氣湯而疎散之藥禁不入口茹素避風以守
之數日自愈而元氣不傷要知腠理疎豁之人卽
感冒亦不可輕易發表慎之慎之

立齋論咳嗽云肺氣虛則腠理不密風邪易入治
法當解表兼實肺氣肺有火則腠理不閉風邪外

乘治法當解表兼清肺火邪退卽止若數行解散則重亡津液邪蘊而爲肺疽肺痿矣

又云夏月尤當服六味丸壯水以鎮陽光

凡痰火症時師必禁用熟地以其膩也多用橘紅貝母天花粉等藥以消痰及涼藥以降火常觀先賢用六味丸稍加別藥以治痰而奏効蓋痰因火動補其陰則火降而痰自消若專治其痰脾胃先傷而痰終難治矣況又有腎虛而水泛爲痰者尤

宜服六味丸。予常患痰症，不輟六味丸，未見臍膈助痰，而屢以得効。

立齋治痰，每言腎虛水泛爲痰法，當補腎。予壬申秋咳嗽多痰，自知因於色，遵先生法，恪服六味丸，更不治痰嗽。月餘竟愈。時師治痰最忌熱地，以爲臍膈是烏知箇中妙理哉。

歸脾湯治脾而開鬱，逍遙散治肝而疎鬱。治鬱此爲妙劑，他藥恐耗散元氣，宜慎用之。

立齋云大凡久瘧乃屬元氣虛寒蓋氣虛則寒血
虛則熱胃虛則惡寒脾虛則發熱陰火下流則寒
熱交作或吐涎不食泄瀉腹痛手足厥冷寒戰如
慄若誤投以清脾截瘧二飲多致不起按山瘧久
不止者多成壞症想不遵此治法而醫藥亂投之
故予表兄沈鴻生孝廉精神素王自閩游歸患山
瘧幾一載元氣都耗後瘧雖止而面黑眼黃見者
驚異如是又二載卒以鼓脹亡先生指久瘧爲元

氣虛寒信爲確論

立齋截瘧法以參朮各一兩生薑四兩煨熟煎服
卽止或以大劑補中益氣湯加煨薑尤効生薑一
味亦効

立齋治瘧與時師迥異時師大都用黃芩柴胡之
類謂必先散其邪而後用補劑予少時曾患此雖
不敢服清脾截瘧等藥而所服皆柴胡黃芩之劑
十四五伐方得止亦甚狼狽矣此病最忌生冷葷

腥使滋味澹泊邪氣自衰予病時守戒甚嚴瘡止
後茹素者半月饑極乃革以是脾胃頓開飲食較
未病前倍增精神始王

立齋治好飲酒而致脾虛濕熱者用六君子加葛
根神麴山梔益葛根葛花能解散酒神麴能消酒
積山梔能瀉火然葛根葛花解肌疎腠理神麴伐
脾敗血山梔性寒體弱人亦宜審用王宇泰先生
準繩中載有飲酒發熱人治以補劑加乾葛猶不

禁其散而極言治酒病者無如枝矩子之妙此物
一名枳椇一名木密俗乎癩漢指頭北人名曰爛
瓜江南謂之白石樹杭州貨賣名密屈立詩所謂
南山有枸是也樹形似白楊其子着枝端如小指
長數寸屈曲相連春生秋熟經霜後取食如飴美
以此木作屋柱令一室之酒味皆淡薄趙以德治
酒人發熱用枝矩子而愈卽此也又曰此物蘇州
亦有呼爲密六曲徽州最多呼爲金鈎子九月有

折肱漫錄

卷之二

十一

之予留意徧訪尙未得見也

立齋云凡傷酒泄瀉之症若濕熱壅滯當用葛花解醒湯分消其濕濕既去而瀉未已須用六君子加神麴實脾土化酒積此雖爲酒而作實因脾土虛弱不可專主濕熱

古方治目赤多用疏散寒涼之藥本體虛弱人不
宜服此予乙亥春患目竟不服藥俟其勢稍殺卽
服四物湯加甘菊決明等養血之藥三七方愈雖

無速効而氣血不傷

予少時神氣不足患目每用目稍過輒酸澁無光者累日博攷方書多云六味地黃丸可治目予連服二三料目疾轉甚改服別方補腎養氣血之藥始得稍愈後讀醫學鈞元有目病不宜服六味丸辨謂澤瀉茯苓滲水山茱萸不宜於目言之甚詳以予驗之此論良是予從今思之目病有屬血虛亦有屬氣虛者予血固不足氣則尤虛薛立齋治

兩目紫澁不能瞻視以爲元氣下陷用補中益氣湯倍加參芪而愈予悔往時不多服前湯而專事於補腎養血以致久不痊治四十後以指麻多服前湯原無意於治目而目光漸充始信往時之誤予幼時患風弦爛眼甚受其累百藥罔効遇一陳姓醫士於長安邸授予白朮藥令敷於眼背患處隨敷隨愈取効如神不肯傳方予畧訪之云有吐蛔在內吐蛔者小兒口中吐出蛔虫收乾候用其

中想更有製就蘆甘石配之者真奇方也

立齋引東垣先生之言曰五臟六腑之精氣皆稟受於脾上貫於目脾者諸陰之首也目者血脉之宗也故脾虛則五臟之精氣皆失所司不能歸明於目矣心者君火也主人之神宜靜而安相火代行其令相火者包絡也主百脉皆榮於目若勞役過動勢乃妄行又因邪氣所并而損血脉故目病生焉凡醫者不理脾胃及養血安神治標而不治

本是不明正理也若槩用辛涼苦寒之劑損傷真氣將促成內障矣

予中年患痔點洗都不効惟白蘿蔔煎湯頻洗差佳近讀瑯嬛集中載經霜冬瓜皮同朴硝煎洗翻花痔立愈又法以白蘿蔔代冬瓜亦效冬瓜未之試蘿蔔已驗矣

予座師茅五芝先生長公茅子京偶於醫間患一毒地非要害直易視之子京素知醫恐痛傷元氣

輒服人參其毒愈甚發寒熱乃始延醫又遇粗工
潰後胸滿應服參芪反不能多服竟致不能收口
而沒蓋癰疽初起先宜瀉毒而後議補若補之大
早遂有此禍可鑒也

凡臃腫結核等症世人多視爲外科之症而付之
瘍醫立齋以爲此屬腎水虧損肝火血燥筋攣法
當滋腎水生肝血用六味九益氣湯治之其有胸
脇等處大如升斗或破而如菌如榴不問大小俱

折肱漫錄

卷之二

四

心導樓

治以前法

立齋論瘰癧乃脾經血燥當清肝火滋腎水不宜
令外科竟作瘰治多成壞症

予年三十時臂生一小瘤根細如線而頭如豆大
越十年而漸大如荔有妨跨馬予有鑒於決瘤之
說不敢醫常嘆曰吾年若六七十此瘤當如碗大
必妨行坐矣奈何旣而嘆曰吾若得至六七十卽
礙行坐亦何妨遂安意養之及四十七歲時偶擦

傷痛皮水滲出不止予懼其成漏乃延潘慧峯商
之潘云欲去此瘤甚易欲塞此漏甚難瘤去則漏
自滿矣予不得已聽其治潘以藥塗瘤甚痛其肉
盡黑少頃血出津津予甚懼且悔不復求治但求
止血之藥越宿則黑肉已堅如石片數日脫去其
根尚存如豆水出仍不止予復商之潘潘云不去
其根漏仍不可塞也又以前藥點之痛甚肉黑如
初次日復點凡三次內服托裏散每劑用黃芪五

折肱漫錄

卷之二

五

心道樓

錢凡旬日堅肉脫去則根已平仍服托裡散外用
長肌收口藥絕慾息勞以漸收滿肌肉完好予之
服藥守禁固勤且慎而潘君亦可謂妙手矣

予窗友賀立庵方伯常言其伯父賀岳精於醫刻
有醫經大旨曾治一孕婦將坐草患小便不通百
藥不効愈飲愈飽束手待斃賀君診之曰此乃脾
氣虛弱不能勝胞故胞下墜壓塞膀胱以致水道
不通大健其脾則胞舉而小便自通矣以白朮二

兩土炒加炒砂仁數錢別加一二輔佐之藥服一劑小便立通其神如此予常記此言于懷中壬寅歲予內人有姪臨月竟同此症醫藥無功危甚予以此法告於醫者喜醫者虛心如賀法治之立効遂舉長子寅錫予若不聞此言母子均殆矣

予家有女流患便癰兩拘腫痛不能起瘍醫用散毒藥十餘劑以圍藥逼之出膿腫痛愈甚予查薛立齋外科樞要此症皆因鬱怒傷肝得之治用加

味歸脾湯加味逍遙散間服遂遵而服之不三劑而腫痛減半六劑而起藥能中病神効有如此者予孫孟溥出痘起發貫漿俱如法惟回漿太早九朝左臂發一痘毒醫家通用清熱解毒之藥不四劑而寒戰咬牙之症作矣醫家泥於痘毒不敢用參朮止用歸芪而尚欲兼解毒予謂痘後氣血俱虛復以寒藥傷脾故見斯症陽氣已虛甚卽有歸芪亦何能濟而況尙兼清解乎必無幸矣於是詳

攷立齋保嬰撮要寒戰咬牙門用十全大補湯卽
痘毒門初發時只用仙方活命飲一二劑旋用托
裏散助其元氣則未成可消已成可潰設使氣血
不充則不膿不潰難以收拾予於是斷以已意服
十全湯三劑而寒戰止再數劑而咬牙定乃延瘍
醫妙手外治其毒內服參芪歸朮不輟凡匝月而
全愈當寒戰症作臂腫方掀用藥頗多疑慮人參
且不敢多用而況白朮至於桂更不敢用至三分

者予嘆曰予生平服立齋之書立齋不悞我豈獨悞此孩乎卽悞寧悞於立齋遂決意用大劑參朮加桂至五六分不惟寒戰咬牙之症得痊而臂毒亦旋愈立齋之治幼科其妙亦如此

余媳申氏多鬱怒忽患不月腹漸大疑有妊醫者視之亦以爲妊也十餘月而弗產諸症動見乃始疑之醫者亦以爲畜血之症時有欲下之者衆議以爲體弱不能勝止可暗消於是久用行血調血

之藥而不敢用下血之藥竟弗效厥後醫藥雜投
遂至不起余一日偶閱震澤紀聞載盛啟東汧東
宮妃一案大爲悔悼永樂中東宮妃張氏經不通
者十閱月衆醫以爲胎也而脹愈甚上命太醫院
盛啟東診之一一如見妃喜甚及出而疏方皆破
血之劑東宮大怒曰早晚望誕育而用此方其可
乎寘之數日病益劇乃復召診啟東仍疏前方東
宮用其藥而禁其家人家人惶怖以爲不免越三日

歸紅棍前呼賞賜甚盛蓋妃服藥下血數斗而疾
平也予媳病正與此符當十月外既確知非姪卽
宜大膽下之當可得生惜醫家無此膽不亦傷乎
予倩孫培之得胡與辰金鈎丸有一比邱患山瘡
久不止與一丸服之減半再與一丸頓止蓋山瘡
屬元氣虛寒金鈎丸能助陽氣故兩丸而竟愈也
予家有庖丁王姓者生平多慾年四十患腳痛徃
針于莒上予謂此足三陰虛針無益也數年後患

痰喘胸中痛晝夜不能眠予謂此腎虛氣不歸源
峻補其下則氣自降適名醫陳月坡來診其持論
與予畧同奈病者服陳藥嫌其作悶別等粗工治
之大服降氣寬中之劑服後覺寬寬後復發病者
尙以暫寬爲効信服之以至于死良可嘆也大凡
此等病服藥初覺悶久當漸寬漸愈愚者嫌悶而
別求寬藥死者比比而是如脾虛者亦然初服朮
必作悶久則自寬破氣消導之藥服之覺寬久乃

愈悶以至不可救病者不可不知

折肱漫錄卷之二

折肱漫錄卷之三

樵李黃承昊履素撰

古吳程永培瘦樵校

醫藥篇三

品藥

人參固補氣亦能補血蓋補氣而血自生陰生於陽甘能生血也王節齋謂勞疾陰虛服人參過多者不治恐是一偏之論蓋節齋方論用人參最少與時師動必用參者其弊相等惟肺受火邪實熱與

夫陰虛勞極而喘急者則忌用耳予幼時參價甚賤十五六歲時亦時服參憶一兩止價三錢耳後日漸騰貴不數年價卽與銀等迨後價益高甚至三兩東事敗後參之騰湧無足怪前此何以頓貴耶蓋前此醫者多不敢輕用參每等於附子用者少故價賤後來服參如果無人不用且世俗日益奢參之價勢不得不日高乃世變使然亦可慨也乾地黃性寒而鮮地黃尤寒不宜單服恐傷脾胃

鮮地黃搗取自然汁不見水煎膏貯磁瓶經年不壞懷慶土疎而田多山泉故質大而味厚予曾陪巡懷慶用意覓大地黃不可得土人云上等地黃一出卽爲客人販往蘇州本地止存次等者諺云出處不如聚處信然

黃芪之功不下人參但性太綿密能閉腠理有邪者禁服不如人參之補而能宣耳然補益之功似出人參之上我郡岐黃家多不敢用芪惟恐悞補

邪氣王宇泰先生用芪最多予少病時因服芪不多終不能勝勞而汗症莫療四十歲後大服補中益氣湯計一歲服四五斤然後能勝勞而汗症漸減往時多服參而無濟後來兼服芪而始効予故駕其功于人參外科毒潰後用生芪補托予醫後生一瘤醫用藥點去幾成漏每日加芪五錢于諸藥內服之竟得收功

王節齋云藥之氣味不同如五味子之味厚故東

垣方少者五六粒多者十數粒今世醫或用二三錢深以爲非吾地時師悉遵此法獨王宇泰先生及繆慕臺用藥五味子甚多王先生治夢遺單煎五味子膏一味考元和紀用經五味子散止一味近來兒曹苦夢遺以五味子一味爲丸服之良效又種子方以五味子肉蓯蓉各等分丸服則京垣之言似亦不必拘也

白芍藥爲助脾瀉肝之要藥治瀉補脾方中多用

之薛立齋獨言有損於脾罕用此藥想以其性寒耶養生家審之

凡汗症人桔梗薄荷亦不宜輕服紫蘇人忽視之其發散更甚鮮者其力尤猛非真有感冒不可混食本草發明云若下元虛及怒氣上升不可服桔梗升麻

砂仁能下氣凡中氣虛人不可服

石菖蒲能通心氣養心丹中多用之然心氣不足

者少用以能散氣也

腎藏志故補腎藥中用遠志

菊花清香妙品又能益血祛風點茶釀酒俱快事
同地黃釀酒能黑髮作枕治頭風明目葉亦明目
香不減花人不多用之何耶

肉蓯蓉五味子各等分加蜜丸助陽種子友人言
有奇効予未之試

澤瀉一味有醫多用之十劑而五者薛立齋每言

淡滲之藥不宜輕用惟泄瀉水火不分時暫用一二劑以分利既分卽不可滲洩恐導損陽氣變成脹滿之症治者審之

大黃極不宜輕用因大黃妄下而致殞者予目中蓋屢見矣卽痢之初起大槩宜早下然亦須審形症是強是弱而後斟酌用藥方書中原有老弱不可下之說慎勿可輕

仙茅助陽原非常用之藥有人極贊其功效予宦

南安攜十餘觔歸以遺友應大室方伯不受復予
東云此藥有毒能殺人予遂不敢以相遺尚容再
攷

附子信不宜輕用予少患下元氣虛悞服寒藥以
致夜半氣脫虛汗大洩不止飄飄似將絕者心中
惶懼煎參附湯服之用熟附至錢餘病雖少定而
火症大發旋患遺精兩載方愈近年曾因中氣悞
服剋伐之藥以致頓虛參朮芪等藥服之竟不應

折肱漫錄

卷之三

五

心驚樓

遂於補中益氣湯內加熟附子三分服一劑便覺腰熱之病復發後患鼻衄左鼻管中時時有乾血在內調養一年餘方得愈附子之氣烈乃爾若加於地黃丸內則有衆養陰之藥和之便不覺其熱矣

予常閱本草成都節度張益州進蒂菴丸表頌其功用之妙不可殫述及閱繆慕臺本草經疏言凡病人患麻痺骨節疼腰膝無力由於脾腎兩虛陰

血不足非因風濕所中而得者不宜服此予深服
其言蓋蓂莢之性輕揚而香治風治濕信有神功
斷非補益之藥若悞信而久服必損神氣

向讀本草贊蓂莢丸之妙久服可以輕身延年予
初患指麻人咸謂宜服此丸予以爲雖祛風而無
傷元氣制之與補劑兼服然心疑之天下無祛風
而不傷元氣之理友人徐顯甫在燕亦患指麻單
服前丸一月餘精神大減步履俱艱遂改服補藥

一月餘步履始得如故乃知此藥亦是耗損元氣之物本草之言未足信也

本草云人知蘭花之香不知蘭葉之妙散陳鬱之氣治消渴利水道益氣生津潤膚逐痺如此妙藥而人多棄之不用可惜也蘭乃幽蘭

忍冬花摘鮮者釀酒清香可愛此藥久服可免癰疽等症香而有益不服亦愚矣

枳實性烈而速下有推墻倒壁之力若中氣不足

者雖兼補劑亦不可用方書極言枳朮丸之妙予服之閱月脾胃久傷終身受害慎之慎之

厚朴性亦猛厲虛弱之人宜審用本草言悞服脫人元氣予中氣素弱每因腹痛悞用少許卽覺中氣衰憊無不立見有時加於六君子湯中亦覺大傷中氣要知此藥非純善之物卽參朮同用亦不能勝也

藿香須自種乃真

吳茱萸辛熱氣猛下氣甚速要知茱萸醬雖快口亦不宜常服者

蘇合香甘溫而性走竄能散氣故蠟丸不宜輕服竹葉竹瀝皆取淡竹者爲佳世多不辨混取雜竹而用之安能對症療疾又淡竹草開翠花者俗亦名淡竹葉鄉人不識藥性有妄認以爲是者益謬矣

橘皮下氣脾虛人不宜常食予常於中氣虛時偶

服一二片卽覺氣虛不堪以是知亦所宜忌

龍眼肉本草言其能補心脾功與人參並若患心血少以龍眼煎膏收貯任意酒飲之予少時思慮傷神後來每遇勞心輒覺心中枯燥幾有心火自焚之象服此膏屢効

山查消肉食亦疏肝氣亦去食積痰然有積滯者宜食無滯不可用棠毬大於山查其消食亦同每見人造查膏及查丁以爲食用之供脾弱人不宜

混食傷脾予中氣素弱每傷肉食用六君子湯加
山查煎服不覺其消有時而暢或胸中無食滯而
悞服前劑卽覺中氣頓虛乃知此藥亦非和緩之
劑故參朮不能勝其消尅也

人陰毛中生蟲名八角子貼伏毛根最癢惱人相
傳此蟲不醫延及頸髮眉毛其人當死治法以生
銀杏搗爛敷合毛上隔宿其虱盡死予少年曾患
此用此法神効有友爲予言生此虱者運會將否

之兆予患此之後抱病十餘年備嘗苦楚其言果驗

胡麻最有補益古人稱爲仙人飯配別藥名胡麻丸又方獨製一味爲胡麻餅用熬色胡麻擇淨淘洗攤於蒸籠內以滾湯從上澆之此藥油最多蒸籠下如絲流掛久而不止俟掛盡上鍋蒸之蒸熟曬乾又如前法入蒸籠內以滾湯澆之又蒸又曬九度乃止牽搗爲末煉蜜爲餅饑時可以當飯用

酒下之頗香甜可食久服明目延年但苦油多不宜於溏泄者亦不宜以茶湯下之予游宦常攜此以充飢代飯

神麴能消麴穀等宿食人皆視爲和易之藥殊不知性亦尅伐能墜胎予常悞服中氣頓虛故知亦不宜輕用者

大麥芽能消食如神麴但能消腎水不宜多用

吳中所造豆豉味美而不可入藥本草所載淡豆

豉出江西予宦湖西始嘗此味泰和產者良其味
亦有韻可下酒粗人不識也

予家有僕婦患小便不通之症時師藥以九節湯
腹漸滿而終不通幾殆矣有草澤醫人以白蘿蔔
子炒香白湯吞下數錢小便立通此予親見之者
薄荷性涼能散熱紫蘇性溫能散寒皆散氣之劑
世人不識藥理暑月每點薄荷湯代茶紫蘇以作
餅作蔬忽爲食物不知多食大損人氣

香薷乃散陽氣導真陰之劑真中暑方可用今人畏暑輒浸冷而快服之適所以招暑而取病耳若元氣素虛及房勞過度者尤不宜服立齋云人有患暑症沒而手足指甲或肢體青黯者皆不究其因不溫補其內而泛用香薷之類所悞也

丹砂雄黃乃金石之藥非水飛極細者不可服服亦不宜多

元明粉性涼消痰予曾聽方士煉服亦未見效本

草發明云仙經雖備述其功浩大若臟腑虛寒脾胃氣弱不可服此爲格言

六一散非盛暑中奔走極熱不宜服能損脾胃蓋此藥乃利竅滲濕熱之劑悞服之則愈耗津液矣
爐甘石煨過治風弦爛眼甚効

亂髮煨成血餘入藥最能補血胎髮更効

麋鹿是二物麋乃鹿之大者麋茸性熱補陽鹿茸性溫補陰麋角冬至解鹿角夏至解大有分辨今

人槩指爲鹿茸鹿角而混用之何耶世上通行鹿膠不甚効須加毛角數枝方有力

鹿角膠人皆以透明者爲佳殊不知毛角制就者其色黑暗品之優劣全不係明暗也聞善製此膠者將角入竹籃內置長流水中任其流滌候淨盡煎之則毫無渣滓照之色如琥珀可愛然渣滓滌盡血氣亦無存矣亦何益於治病徒爲觀美則可耳

阿井之水相傳是濟水其色綠其性急而沉其體較他水頗重予曾至其井取試之蓋濟性清而下故阿膠能益肺降火膠必得烏驢皮煎者兼補腎臟斯爲合法然世間阿膠皆雜驢皮所煎非親製不可得也

羚羊角相傳明日益肝予因目病服之殊無効敗龜板取其白死者血肉盡滲甲中氣性全具故佳耳予聞之王宇泰先生云龜性最戀軀殼故死

後其甲尚靈可占吉凶有人久服龜板腹中滋生小龜無數以此病死確有証驗故王先生用藥多不用龜板

鍊服紅鉛實爲有益予之得延精力於此非淺予往時病丹田氣怯不能言百藥不効遇一醫家以五炁丹授予纔兩三服卽覺氣充能言其効如此是後自畜鼎器廣收紅鉛製服較之草根樹皮功真倍蓰焉衣巷蓋邇元之五炁丹名聞海內予曾

服之果効李鴻臚進光廟之丹予亦曾嘗有友張中吳以紅鉛製爲一粒丹用乳調勻灌於鼻內男左女右以鼻孔向上仰承之名爲進大藥密室中避風避勞或三七或二七日淡味將理斷慾百日果有奇効能回陽助元予曾兩試之

予生平亦甚得紫河車之力炙乾河車不佳性熱動火取鮮者長流水洗去惡血其淡紅水不必盡去再用酒漉一遍漚去酒入磁瓶封固重湯煮之

一晝夜熟爛爲度配以藥末搗爲丸如藥末多仍加蜜其藥方視人症候所宜大約入補陰藥中最合有人謂河車性熱有火人不宜服此說最悞人河車乃是補血補陰之物何常性熱但以其力重故似助火耳配藥緩服之何能助火胞上紫筋有謂宜盡挑去者非是此乃自然之血筋非惡血比挑去則損功力

秋石入藥必須水鍊者佳古人取秋露鍊成故名

秋石今露不可多得惟以清水鍊之若火鍊者則精華已去徒存鹽質恐未必能補陰且鹽濕亦難以入藥古方所指秋石決指水鍊者而言

附子加于八味丸中有地黃等陰藥佐之便不覺其熱加于補中益氣湯中其性便熱予曾加三分服一劑鼻衄頓發數載受其患

古方用何首烏以赤白各等分用今以得何首烏一時難兼二種勉強成丸服之亦効近來吾鄉多

不可得大者若重二觔便爲奇貨出山西者最大
六七觔者甚多予宦于虔州覓此藥亦有重三四
觔者但人言此藥出越中者良他地所產服之多
不効予虔州所得以製七寶丹功力果遜人言或
者其然

七寶丹古方服之甚有益加杜仲四兩名八珍丹
人稱其更佳此藥若得大何首烏重三四觔者更
得赤白相配恰合則功力當更有大焉

折肱漫錄卷之四

橋李黃承吳履素撰

古吳程永培瘦樵校

養形篇上

人身中精氣雖分陰陽然真陰真陽原有互根之妙相生之理天下未有真陽固密而陰精不足之人亦未有陰精充滿而元陽不壯者但燥熱之陽乃能傷陰沉寒之陰乃能傷陽經固有少火壯火

之別則陰可類推矣至若飲食藥物之陰陽積寒積熱必能傷氣傷精又不可不慎陰陽均不可偏然凡人調攝則助陽必兼助陰陽辟則火也陰辟則油也火有氣有形而無質油則純以質用矣氣非形質則無所附麗厚其形質元氣乃充故如螢者此火燎原者亦此火火原無衰旺因所附以爲衰旺吾人日用飲食總是補之以味總是補其精精補則氣自足若舍形下之器別無形上之道

補虛助弱用藥槩須溫和久服自能奏功乃無留
害如知母黃柏之屬太寒傷氣桂附之屬太熱傷
精卽有陰虛勞瘵亦宜投以清和之劑若折以苦
寒火未必退脾家元氣先傷卽有陽虛怯弱亦宜
佐以溫養之方若助以辛熱少火未生壯火先灼
養生者慎之

人身如天地和煦則春慘鬱則秋春氣融融故能
生物秋氣肅肅故能殺物明乎生殺之機者可與

論養生

心爲一身之宰脾爲萬物之母養心養脾攝生最要

王節齋云涼風寒露霧濕氣體弱者常須避之汗出及脫衣去襪之時莫當風取涼最易感冒惱怒尤忌之酒後亦忌當風取涼脫巾襪後使用手多磨擦令毛竅閉爲妙法子生平確守此忌蓋氣血本虛之人又以不慎招外邪再傷其氣血大非所

宜耳

予病時俗人相慰云常病大仙子時笑以爲迂後見強壯者忽登鬼錄而多病者或得綿延始信恒言却有至理蓋無病者以有所恃而縱恣常病者以有所懼而冰兢故得失相反如此予當年筮病得否之九五曰其亡其亡繫于苞桑意正與此合慎之時義大矣哉

頻浴亦非病者所宜能耗元氣

子生平有滿奮之畏然有時衝風行路雖大風不
感有時坐臥間居偶微風竟病子深維其故蓋行
路時精神勇往向前我氣勝故風不能入坐臥時
精神懶散則腠理疎故風得襲之耳風中尤不可
睡睡卽腠理開邪最易入也

子中氣爲誤藥所傷遂覺虛弱不能耐饑丁巳歲
隨同邑卿大夫謁上臺談三邑田糧事日肝不了
子受饑一時中氣虛怯倦怠自汗服補中益氣湯

數十劑中氣方稍稍復然自此益不能耐餓子每
出必以乾糧從而對客多不便食予乃製補脾藥
爲大丸日攜之囊中偶值饑不得食卽服數丸腹
便果然子歷宦途幾二十載而脾胃不受病者賴
此藥之功

體弱人每事當知所節節慾節勞節飲食此其大
要子瞻云傷生之事非一而好色者必死人當好
色情濃時特提死之一字敵之可得衰減凡用心

折肱漫錄

卷之四

四

用力及用目用耳一切事稍覺其勞卽便却去以節省之稍息再勞庶不至受病若待病而後調之費力多而取效難矣失饑傷飽脾胃乃傷養生家有言未饑先食稍飽卽止此是保脾胃良法然世途中人安能如此愜適但常存此心便不至於大饑大飽以傷天和矣

醉之爲害不可勝言其於節慾更須戒醉醉後最易犯慾內經言醉以入房養生大忌能致百病蓋

醉裏乾坤另一光景生平謹凜頃刻恣睢尊生一念遂置度外故攝養家切忌縱飲

凡人患膿顆癰子雖曰濕曰熱曰氣血不和畢竟還是氣血有餘故少年人多患此予弱冠前亦然及病以後永無此患想血氣不旺之故也至若癰疽之毒則有所以致之有因心懷鬱結者有因好飲火酒喜炙燂者有因陰血枯涸者不可不慎其因昔王損庵先生曾對子言人參養榮湯若人終

身服之可永免癰疽之患蓋以能調和氣血也忍
冬藤時時釀酒服之亦可以解此

古人言毋以脾胃熱冷物毋以脾胃軟硬物毋以
脾胃熟生物可謂至言

暑月勞役於暑中及炎房逼淺受暑而病者名中暑
暍其避暑納涼於深林大廈之間而病者名中暑
攝養家於三伏之候但居於寬敞稍涼之處使不
至中暍卽已切不可因熱貪涼處於陰寒之地以

爲快暑中勞役非人情所樂此必出於不得已然
名利與此身亦須稍分輕重至於遇涼招疾乃所
自取於人何尤

四時偶遇怪風切須謹避內經所言厲風殆謂此
內經論風之爲害獨詳要知避風亦是攝養家要
事古云避風如避箭避色如避仇真藥石之言也
風固宜防露尤須避風屬陽露屬陰陰氣中人最
易得疾故夏月不宜久坐露下納涼秋來多致患

瘡每日將昏時卽有露氣其氣能直透房櫳故夜臥須閉窗而後睡次日體自舒健

諺云早飯要蚤中飯要飽夜飯要少語語皆格論空腹莫多言最能傷氣中午必須飯飯必滿量而止則神氣自旺晚餐微酣不可過醉亦不可過飽自然神清氣爽

予少年血氣不足十日九病自慮不能老幸延殘喘以迄於今中丞給諫兩兄生平精神大王竟年

不滿六旬蓋予以病萬分加意保攝所以得全其
生兩兄役役世法中藥餌調攝不知爲何事以有
所恃而促其算予病原因於色後來極其節慾腴
理虛不禁風坐臥必於屏風處不敢肆覺饑卽食
覺寒卽衣覺煖卽減覺勞卽息不敢強力以作生
平藥餌無一日輟初未知醫藥頗有誤後識岐黃
妙理大得其益居官甚有碍於調攝上鑒兩兄皆
以勞心政務得疾而殞故未老卽掛冠予之重養

生也蓋如此

晉侯求醫於秦秦伯使醫和視之曰疾不可爲也是謂近女室疾如蠱非鬼非食惑以喪志公曰女不可近乎對曰節之而引樂以爲喻謂五降之後不容彈矣於是乎有煩手淫聲滔堙心耳物亦如之至於煩乃舍也已無以生疾又以六淫配六疾曰陰淫寒疾陽淫熱疾風淫末疾雨淫腹疾晦淫惑疾明淫心疾女陽物而晦時淫則生內熱惑蠱

之疾今君不節不時能無及此要知女色不能絕
必須節之淫則犯兩疾人皆知女爲陰不知其外
陰而內陽元門亦有取坎填離之說故好色最能
傷陰以其熱也凡人獨宿書齋自有一種清明之
氣日與婦人作緣便覺志意昏憤故謂之惑疾子
產聘晉問疾叔向問焉子產謂君子有四時朝以
聽政晝以訪問夕以修令夜以安身於是乎節宣
其氣勿使有所壅閉湫底以露其體今無乃壹之

則生疾矣蓋壹與節相反壹則耽於女色而聽政
訪問諸務俱廢安得無疾然則吾人應酬交際小
勞其身不能以了世法亦所以節宣其氣而養生
調性之道也無論一於好內者之必生疾卽一於
安逸者恐亦非保身之道耳古人之言不可不省
清淨家尊老氏守中之說大都心息相依以神御
氣而守之之處言人人殊有主臍下一寸三分者
有主臍上一寸三分者有主臍內一寸三分者有

主性門腦頂者有主極陰毛際上空穴者總不如
臍上一寸三分之說爲正此是中宮心腎交通處
試一凝神其際便覺渾身和煖此其驗也中州武
弁越効忠年已七十精神強王提戈上陣猶同少
年傳予一法則守眉心此從來無人道及者每凝
神其際卽覺滿口津生此亦可異則此法或秘傳
也此君與流賊戰歿可惜

彼家之術有損無益除非鍊習其心如所云枯木

倚寒巖三冬無煖氣然後可至此地位豈凡夫所可到而顧浪言採藥哉色心一動金水暗消非徒無益而又害之此病家所宜切戒者也

丙申歲有一老人到禾自稱一百二十餘歲卽昔之王鉞先大夫邀往碩寬堂者累月其人狀貌雄偉乃白社日所生皮紅髮白果似高年形像叩之亦無他秘訣惟有撈龜之法未必果佳又極贊茯神香附二味丸方爲延年之藥此方本草綱目中

載之又每戒人勿坐冷石蔥有兩丫者勿食啖飯
以白米爲佳

王聖俞會心言有云伐天和以成就世事辟猶割
肉飾俎刺血染裳然究竟成就亦歸虛幻徒自伐
其天和而已語有之寧可疎慵乖物議莫將性命
當人情此二言可書座右

幽靜之趣最宜於山居然孱弱之軀卽山居亦有
不宜處山中多嵐濕雲霧之氣久處能傷脾氣予

宦延平署在山麓是春患脾泄小便黃澁之症胸膈不舒飲食頓減近年借隱茗上之妙喜亦在山麓所患復如是俱服八味丸補中益氣湯間服清暑益氣湯而痊若多服分利之劑則誤矣

人身中惟心腎不交百病生焉造化至春天氣下降地氣上升是成三陽泰卦而萬物萌生人若心火太炎則天氣不降矣腎氣不盛則地氣不升矣是爲否象精氣何從生心君火也火性炎上故念

一起卽火炎念若滅卽火息吾人有一時無念者
乎此火所以日炎而水所以日涸也若常常止念
靜觀則心氣自降心氣常降則腎氣自漸升而還
泰象矣朱大復先生教人心常放下目亦常向下
上者降則下者自升亦交心腎之法也

臍之內兩腎之中有一竅名命門穴乃生氣之源
吾人生身立命之蒂也常冥心內照使心常在腎
此亦交心腎之法也

每見卵中雛最初生目而後有首以及于身目雖
竅於肝而瞳原屬腎此天一生水之義也人之機
神盡在目故目疾犯色光乃不復此立竿見影不
可不慎

古人分一身之氣爲三焦予親驗之而信予初患
下氣虛覺丹田無物者然繼患中氣虛覺中宮無
物者然或有時中虛而下否有時下虛而中否有
時服消導破氣之藥則中氣頓陷於下覺中虛而

下反實乃知氣有分屬固如斯其有界限也

酒色同爲伐性斧斤戒色固難戒酒尤不易予葆
攝甚嚴却遠帷幙動經歲時獨是斜陽掛樹暝色
入窓思歡伯甚亟非此便覺無聊乃知遠色尤易
斷酒極難郭子云三日不飲酒覺形神不復和若
能少飲養血壯氣未嘗不益人其如相知晤對舉
盞忘懷有不酩酊不休者可奈何予生平頗善攝
生獨苦不能戒酒

人設醴以誘猩猩猩猩明知而故犯人笑其愚吾
儕亦明知過飲傷人而每至酩酊而不覺其異於
猩猩者幾何子竊見多飲酒而少食穀者往往不
壽尤非所宜

凡人形體壯偉不慎酒色多有卒中而殞得
之於勞怒蓋勞則元氣頓虛而虛火暴熾怒屬肝
木經云歲木太過風氣流行風木一類故怒則肝
火熾而風即隨之也又憂懼亦能致此病子姪中

錫在燕適值戒嚴憂惶兼以多愁竟卒中而亡年止四十七耳予患指麻時彼亦患指麻皆以此病爲憂予以慎疾得延彼以不慎不免耳

鬱怒傷肝尤甚蓋鬱則火內遏肝血燥而大風發多致卒中之症故廣識平情養生要務

丹溪先生云腎主閉藏肝主疎泄二藏俱有相火而其系上屬於心心爲君火爲物所感則易於動心動則相火翕然而隨雖不交合其精亦暗耗矣

三
三
故童子未室亦有腎虛之症又精血篇云男子精
未滿而御女以通其精則五臟有不滿之處異日
有難狀之疾治法亦兼用益氣湯六味丸二藥爲
童子者何不安心靜守數年以儲一生受用而甘
虛喪此先天一元真炁耶亦愚甚矣

養生者貴開發其生機生機一發則源源不窮此
謂濬於不涸之府生機有二使此心常自怡適而
不以憂鬱窒其生機一也助養脾土以滋化源則

四藏都有生氣二也若不知此機括雖日服補益
良劑所補曾幾何

丹溪先生云天地以五行更迭衰旺而成四時人
之五臟六腑亦應之而衰旺四月屬巳五月屬午
爲火大旺火爲肺金之夫火旺則金衰六月屬未
土大旺土爲水之夫土旺則水衰況腎水常藉肺
金爲母以補其不足古人於夏月必獨宿而淡味
保養金水二臟經曰冬藏精者春不病溫十月屬

折肱漫錄卷之四

齒

亥十一月屬子正火氣潛藏之候必養其本然之
真而爲來春發生之本若於此時不恣欲以自殘
至春升之際根本壯實何病之可言哉要知冬夏
二季壯年以寡慾老年宜絕慾斯爲攝生之道

內經云腎有久病者可寅時面向南淨神不亂思
閉氣不息七遍以引頸嚙氣順之如嚙甚硬物如
此七遍後餌舌下津納氣自是元門要領後世千
門百竅總不能出此範圍

內經云暑當與汗皆出勿止又云夏月汗不出者
秋成風瘧要知盛暑汗出乃時令使然非泄氣散
液之比常於暑月夜臥閉窗汗出淋漓次日反健
若臥於涼處次日必倦卽此可知故盛暑避於陰
涼之地雖一時快意必至成疾雖然若奔趨名利
酷暑褊蔽以致大汗不止者其泄氣傷生又不可
同日道矣

折肱漫錄卷之四