

中医必读百部名著

方剂卷

• 苏沈良方
• 普济本事方
• 三因极一病证方论



中华中医药学会 编

华夏出版社



中华中医药学会／编

主编／李俊德 高文柱

中医必读百部名著

方剂卷

• 苏沈良方

• 普济本事方

• 三因极一病证方

本册主编／伊广谦

华夏出版社

图书在版编目(CIP)数据

中医必读百部名著·方剂卷/伊广谦主编. -北京:华夏出版社,2008.6

ISBN 978-7-5080-4778-2

I. 中… II. 伊… III. ①中国医药学-古籍-汇编②方剂学-古籍-汇编

IV. R2-52

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 075144 号

华夏出版社出版发行

(北京东直门外香河园北里4号 邮编:100028)

新华书店经销

北京中科印刷有限公司印刷

三河市万龙印装有限公司装订

787×1092 1/16开本 20.75印张 546千字 插页1

2008年6月北京第1版 2008年6月北京第1次印刷

定价:40.00元

本版图书凡印刷装订错误可及时向我社发行部调换

《中医必读百部名著》编委会

顾问	邓铁涛	路志正	马继兴	张灿理
主任	王国强	余靖		
执行主任	房书亭			
主编	李俊德	高文柱		
副主编	张伟	曹正逵	温长路	
编委	王均宁	王奕	王振国	牛兵占
	牛淑平	田代华	田思胜	朱桂
	伊广谦	庄乾竹	刘平	刘山永
	刘更生	刘掌印	孙永章	孙中堂
	纪立金	许敬生	严季澜	吴启富
	沈澍农	张效霞	张瑞贤	张子明
	和中浚	祝庆俊	欧阳兵	胡晓峰
	郭君双	黄龙祥	常章富	蒋力生
	董尚朴	焦振廉		

(以上名单以姓氏笔画为序)

《中医必读百部名著》序

“读万卷书，行万里路，与天下名士游”，是古人对治学之道的高度总结。读书与实践，更是人们获取知识的两大法宝。历代医家为我们留下了大量的医学名著，这些名著既是历代医家智慧的结晶，也是历代中医药学术经验的积淀和理论的升华。源远流长的中医药学术、根基深厚的中医药理论体系，蕴藏于历代医药典籍之中。博览群书，精研覃思，从中汲取前人的宝贵经验和学术精华，是造就自身良好学术素质的必由之路。

纵观古往今来的名医巨匠，无不是通过熟谙典籍、躬身实践而登上中医药学术高峰的。医圣张仲景“勤求古训，博采众方”，是在书的催化中，锤炼为万代永传之宗师的；药圣李时珍“岁历三十稔，书考八百家”，是在书的滋养中，磨砺为千秋不朽之巨匠的。可以说，凡有成就的名医和学者，尽管他们各自的成长道路不同，或家传，或师承，或自学，但“学经典，读名著”是不可或缺的。历史已经证明，认真继承中医经典理论与临床诊疗经验，是每位医家成功的门径。不读书，就谈不上扎实的继承；无继承，学术的发展就将成为无源之水、无本之木，更无从奢谈创新和进步。

经典著作不仅是理论家的治学根底，更是临床家的活水源头。诚如徐灵胎所言：“一切道术，必有本源。未有目不睹汉唐以前之书，徒记时尚之药数种，而可为医者。”历代名医都把读熟、背熟经典名著作为治医、行医的一项基本功。已故名医岳美中先生亦曾颇有体会地说道：“对《金匱要略》、《伤寒论》，如果能做到不加思索，张口即来，到临床应用时，就成了有源头的活水。不但能触机即发，左右逢源，还会熟能生巧，别会有会心。否则，读时明白了，一遇到障碍又记不起，临证时就难以得心应手。”“学医必须读书”，早已成为医家之共识。

实践告诉我们，中医人才的培养，离不开读书、临证、师承这三大要素。读书是认识中医、接受中医学术的重要源泉。临证是体验中医、运用中医学知识实现防病治病的基本途径。师承是按照中医学自身规律传承和发展中医学术的学科特色。这三大要素，互相关联，各有侧重，不可偏废。但三者之中，读书是最基本的路径。只有多读书，才能加深对中医药学的认识，才能增强对其内涵的领会，才能提高理论水平与实践能力。如果读书太少，面对博大精深的中医药学则难以登堂窥奥，临证则辨证不精、用方不活，仅能知常，而难达变，要想提高学术水平和临床疗效是很难的。

鉴于此，中华中医药学会在华夏出版社的密切配合下，决定在全国范围内组织发起“学经典，读名著”的大型读书活动，旨在培养、发现并推出一大批优秀中医药人才，以更好地促进中医药学术的继承与发展。这是一个很好的举措，我完全赞同并大力支持，国家中医药管理局将会积极推动这项活动的开展。希望全国中医药行业共同关注医学名著的阅读，分享阅读的收获

和快乐。

中医典籍，浩如烟海，学会为了组织这次读书活动，按照名老中医推荐、参编人员精选、有关专家把关、藏书部门和出版社提供服务的原则和程序，从历代流传广、社会影响大、临床实用价值高的古医籍善本中确定百部左右，编成这套《中医必读百部名著》丛书。考虑到读者阅读方便，尽量采取合并同类、合理集成的形式，把百种古籍分为医经、伤寒、金匱、温病、方剂、本草、诊法、针灸、推拿按摩、养生、医案、医论医话、通用临床及临床各科若干个类别，部帙较大的图书，则单独成册。每书均采取书前写导读，随文做注释，分章（节）加按语的体例，帮助读者尽快了解内容、掌握重点，并解决阅读上的困难。导读主要介绍作者生平、成书年代、主要内容、学术价值及影响、本次校注整理的原则和方法等。其中重点内容是古籍的学术价值及影响，特别是对中医理论与临床的指导作用；还刻意引证了古今名医对该书的评价，以现身说法的形式把读者带进书中来。对原文的整理以点校为主，注释简明扼要，减少过多过繁的考证。按语则紧扣各书的内容，以自然章节、门类为单位，通过简洁的文字表述，把学术亮点突出出来，对读者真正起到辅导作用。从整体水平上看，这次出版的每类书籍既是该领域历代医籍的精萃，又是该学科学术构成的主流，具有较高的实用价值和永久的收藏价值。

中医之计人为本，人才之计书在先。希望中医药院校广大师生、科研机构研究人员、医疗机构从业人员，根据本丛书所收书目，结合自身实际情况，选择、制定自己的读书计划，在读书过程中汲取历代医学之精华，发皇古义，融会新知，为弘扬华夏传统文化，为振兴祖国中医药学而努力提高每一个中医药工作者的学术素养。

“书到用时方恨少”。让《中医必读百部名著》陪伴我们的一生，让阅读成为我们的生活方式，让读书成为指导和提高中医药实践能力的源泉！

中华人民共和国卫生部副部长

国家中医药管理局局长

王陇德

2007年4月23日

苏
沈
良
方

宋·

苏轼

沈括

著

点校





导 读

《苏沈良方》，又名《苏沈内翰良方》。十卷。系宋末时人将宋代著名文学家苏轼所撰医药杂话和著名科学家沈括所辑《良方》的内容合编而成。

一、关于作者

苏轼(1037~1101)，字子瞻，一字和仲，号东坡居士，眉州眉山(今属四川)人。嘉祐二年(1057)进士。神宗时曾任祠部员外郎，知密州、徐州、湖州，曾被贬谪黄州。哲宗时，任翰林学士，出知杭州、颖州，官至礼部尚书，后又遭贬谪惠州、儋州，所谓“频得言谴，而放逐危难者屡焉”。为“唐宋八大家”之一，以诗文书画名世，久享盛誉。于宦游和贬谪各地之际，关心民瘼，留心医药，喜结交医士，探求养生之道。如在黄州时，与当地名医庞安时时相往还，交游甚密，誉为医林美谈。又如结识蜀中眉山异人巢谷，得获秘方圣散子方，笔录于书，大力揄扬，引致后世争论。本书所收，即苏轼平生所撰有关医药养生的杂话与医方。

沈括(1031~1095)，字存中，钱塘(今浙江杭州)人。宋代著名科学家。仁宗嘉祐末(1063)进士。官至翰林学士。后知延州(今陕西延安)。元丰五年(1082)被贬。晚年居润州，筑梦溪园(今江苏镇江东郊)，以著述自娱。撰有《梦溪笔谈》二十六卷，《补笔谈》三卷，《续笔谈》十一卷。沈括在地质、算学、天文、历法、生物、音律及医药方面，均有高深造诣和卓越建树，向以“博闻精见，格物游艺，旁通医药”(见本书无名氏序)著称，在中国科技史上占有重要地位和广泛影响。他自述“予治方最久，有方之良者，辄为疏之”。对待医方态度严谨，“予所谓良方者，必目睹其验，始著于篇”；而耳闻者，则“不预也”。林灵素在本书序中亦谓，沈括“凡所至之处，莫不询究，或医师，或里巷，或小人，以至士大夫之家，无不访求，及一药一术，皆至诚恳，切而得之”。所集录医方，“必详著其状于方尾”，以供“疾有相似者，庶几偶值云尔”。

从上述可以看出，本书的两位作者，在各自的领域中都是顶尖级的人物，但也均非专业从事医药者。他们出于拯危济困的人文关怀，以其执著和热心，为后人搜集并提供了这样一部别开生面的医方著作。

考察《苏沈良方》内容，也可知其确系出于苏轼、沈括二人之手。如书中多处提到苏轼在贬谪海南时所见药物：苍耳，“海南无药，惟此药生舍下，多于茨棘，迁客之幸也。”益智花，“海南产”，“今日见儋耳圃儒黎子云，言候之审矣。”苍术，“黄州山中，苍术至多，就野人买，云一斤数钱耳。”至如沈括所撰集者，如论鸡舌香云：“予集《灵苑方》，论鸡舌香，以为丁香母，盖出陈氏《拾遗》。”《灵苑方》，即出于沈括之手，全书惜已佚失不传。又论胡麻，谓：“胡麻，直是今油麻，更无他说，予已于《灵苑方》论之。”卷三顺元散下有一段文字：“上予叔祖钱氏时得此方，卖于民家，故吴氏至今谓之沈氏五积散。”都是出于沈括之手的明证。

二、《苏沈良方》的内容

作为方书，《苏沈良方》的主要内容自然是医方和与医方相关者。但《苏沈良方》是一部很独特的别具一格的方书，即书中还收录了大量的药物学知识，以及针灸、医案等内容。

(一) 药物

书中记述了苍耳、菊、苍术、地骨皮、淡竹、细辛、甘草、胡麻、赤箭(天麻)、薰陆香(乳香)、山豆根、青蒿、漏芦、麻子等较为常用的药物的形态、功用或鉴别等。可贵的是,作者特别注意一些地方性的草药,如苏轼记述了他在海南看到的海漆:“吾谪海南,以五月出陆、藤州,自藤至儋,野花夹道,如芍药而小,红鲜可爱,朴嫩丛生,土人云倒黏子花也。”记益智花,“海南产益智花,实皆长穗,而分为三节”,“其为药也,治止水而有益于智。”并记述了一些较为冷僻少用的药物,如“王屋山异草”墓头回、地菰即天名精、南天烛、太阴元精、赭魁、石龙芮等,足以开阔医者的视野。以及一些食用植物,如元修菜,“蜀中有菜,如豌豆而小,食之甚善”,“若以少酒晒而蒸之,则甚益人,而不为害”。岷山之下的蹲鸱,即芋,“凶年以蹲鸱为粮,不复疫疠”。进而说明,“芋当去皮,湿纸包煨之,火过熟,乃热啖之,则松而腻,能益气充饥”。此外,作者还兼而论及药物配伍的君臣佐使,剂型之汤丸散,生药的采集时节,甚至还收录了苏轼所撰的《药歌》(见卷八)。特别值得指出的是,在本书卷六所述秋石方、阴炼法、阳炼法诸节,记述了从大量人尿中提取秋石之法,被一些学者认为是人工提取性激素的最早记录,在科技史上有重要意义。他如辨析流水与止水,橘与柚,鹿茸与麋茸,文蛤、海蛤与魁等的异同,皆可见其考订明细,而有裨实用。

(二) 医方

本书篇幅虽然不多,但医方内容相当丰富。所涉及的疾病种类,包括内伤杂病、外感热病、外科疮疡、妇人小儿、眼鼻口齿诸疾。即以风病而言,即有风气、肝风、偏风瘫痪、手足不遂、鹤膝风、腰膝风缩、风毒攻眼久成内外障、诸风上攻头目、筋脉抽掣、肾脏风之分,以及风邪诸痛、狂言妄走、精神恍惚、思虑迷乱、乍歌乍哭、饮食无常、痰发仆地、吐沫戴目、魂魄不守等。今天看来,分类尚不够明晰,有嫌粗疏,但也可以看出对疾病证候观察的认真和细致。于内科疾病,举凡中风、伤寒、暑喝、疟疾、胸痹、五积、泄泻、气滞、霍乱吐泻、消渴、眩晕、咳嗽、水气肿满、小便不通、梦遗、寸白虫等,已大体完备。使用的剂型,包括汤、丸、散、膏、药茶、药酒等多种。治疗方法或给药方式也灵活多变,具见巧思。如“治久嗽,冷痰咳嗽,及多年劳嗽,眼药无效”所用的“火角法”：“先熔蜡令汁,下药末(雄黄、雌黄),搅匀候凝,刮下。用纸三五段,每段阔五寸,长一尺,蜡熔药,涂其一面令厚。以竹箭卷成筒子,令有药在里,干令相着,乃拔去箭。临卧,熨斗内盛火,燃筒子一头,令有烟,乃就筒子长引气,吸取烟,陈火饮送下。”这种给药方法,改内服为吸烟,既便捷又可减轻毒性。据云:“十年以上嗽甚,咳声不绝,胸中常有冷痰,服药寒温补泻保(均)无效者,日一为之,不过五七日,良愈。”沈氏的父亲“病痰嗽,胃中常如冰雪;三年而伯父继感嗽,又六年羸瘵殆困,百方治之皆莫愈,因此二三为之,皆瘥。”多年痼疾,一朝得获良效。凡此之类良方奇法,书中累见不鲜。应当指出,由于明清以来,《良方》“传世已稀”,书中大量有效验方未能广为人知,因而也未能推广使用,令人惋惜。

(三) 针灸

书中还收录了若干有关针灸的内容。如卷一,作者就简述了尺寸取穴(中指同身寸)法、艾炷大小法、取艾法等针灸基本知识。散在各卷中,还有不少运用灸法治疗各类疾病的记载。如“灸二十二种骨蒸法”,即系据毗陵郡石刻,并取诸本参校,订正《外台秘要》所载崔相家传方,及王宝臣经验方,详述取穴法,及二十二种骨蒸证候。又如“灸咳逆法”,记沈括在为鄜延经略使时,治一病人已濒气绝(已属殍),“一灸遂瘥”。其法:“乳下一指许,正与乳相直,骨间陷中。妇人即屈乳头度之,乳头齐处是穴。艾灸如小豆许,灸三壮。男灸左,女灸右,只一处。火到疾即瘥。若不瘥则多不救。”这是沈氏亲历的治疗验案。一般学习针灸者,多搜求针灸专书中之治疗方法,而于方书,每多忽之。《良方》中沈氏之记载,均非耳食之言,每出于亲历亲验,值得深入挖掘研究。



三、《苏沈良方》的特点

(一) 旁搜远绍,集思广益

苏沈二氏,并非医家,但其历数十年,旁搜远绍,集思广益,终而有成。所辑录的医方和医治经验,主要来自以下几个方面。

一是宦游期间,民间访求所得。如苏轼在海南,向“土人”询知海漆即倒黏了花,在黄州就“野人”买得苍术;沈括在鄜延,在河北(察访使任内),都注意访求和记录民间验方。还有采自僧人的验方,如卷二左经丸,记“予邻里胡生者,一女子膝腕软不能行立已数年。生因游净因佛寺,与僧言,有一僧云能治,出囊中丸十枚,以四枚与生,四服此可瘥。生如其言与服,女子遂能立”。

二是得自家乡和友人。如苏轼所记家乡“蜀中有菜”之元修菜,“岷山之下”的蹲鸱(芋);苏轼所记王屋山所产之墓头回,即系友人“蹇葆光托吴远游寄来”;沈括所记治疗肾脏风之四生散,得自其任河北察访使时之郎官邱革,传诸孙和甫学士,从孙处转“知透水丹亦疗肾风”,又笔录之。宋代士大夫阶层热心医药,收罗记录验方者大有人在,形成氛围。这也是宋代医学史的一个特点。

三是参考前人文献。书中提到的前代著作有数十种,医书著名者如《伤寒论》、《本草经注》、《药性论》、《本草拾遗》、《外台秘要》、《千金方》、《千金翼方》、《传信方》、《博济方》、《广济方》等。作者虽然参考了大量文献,但从中引录的医方却很少,所以本书是许多医方的原初载体。而其引录的医方,更着重在记录应用该方的治验。如卷八引《博济方》治水气之逐气散,就附上治验:“省郎王中病水气,四体悉满,不能坐卧,夜倚壁而立,服一剂顿愈。”书中引录的前人医方,都注重选取药味少而取效快捷者。如逐气散仅用白商陆根一味,加黄颡鱼三尾,大蒜三瓣,绿豆一合同煮。同时,作者不仅注意医籍记载,或口耳相传,还注意到散在田野山林的医方刻碑。如卷三所记治瘴木香丸:“此丸本治岚瘴及温疟,大效。李校理敦裕尝为传,刻石于大庾岭,蒙效者不可胜数。于伯氏任闽中,常拥兵捕山寇,过漳浦,军人皆感疟,用此治之,应时患愈。予在江南,时值岁发疟,以此药济人,其效如神。”

四是自身经验。这方面的经验,沈括较多。如卷四所记之神保丸,沈括自谓系“三十年前客金陵,医人王琪传此方。琪云:诸气,惟膀胱气胁下痛最难治,独此丸辄能去之”。至熙宁(1068~1077)中,沈括自己“病项筋痛,诸医皆以为风,治之数月不瘥,乃流入背脊。久之右注肋,挛痛甚苦。忆琪语,方向已编入《灵苑》,取读之,有此一验。乃合服之,一投而瘥。后再发,又一投而瘥”。这是自治自病的验案。又如卷五之至宝丹,原载于《灵苑方》,系池州医郑感,在庆历(1041~1048)中为沈括所处之方,“以屡效”而收录。这是他人所医,自身体验的医方。卷八治疗梦中遗泄的茯苓散,沈氏多次应用有效,后又“累以拯人,皆良验”,则是施医于他人了。《苏沈良方》中,就是这样汇聚了众多人的经验。

(二) 药必求少,效务求验

《苏沈良方》中收录的医方,绝大多数药味不多。有的则是单味药方,如健身服食用的感灵仙、茯苓方;欧阳文忠公(欧阳修)暴下方,亦仅用车前子一味为末,米饮下二钱匕。还是欧阳修,于元祐二年(1087)患泻痢腹痛,“百药不效”,作者传以“(唐)宪宗赐马总治泻痢腹痛方”而愈,其方系“以生姜和皮,切碎如粟米,用一大盏,并草茶,相对煎服”。这些方子,皆药味少而又寻求方便。

有意思的是,书中四味药的医方甚多,如治风气四神丹(熟干地黄、元参、当归、羌活)、四味天麻煎方(天麻、乌头、地榆、元参)、四生散(白附子、肾形沙苑蒺藜、羌活、黄芪)活血气心腹痛四神丹(当归、芍药、川芎、干姜)、治痢四神散(干姜、黄连、当归、黄柏)等。还有一些方剂虽非以四名方,但也是仅四味药而已,如煮肝散(紫苑、桔梗、苍术、芍药)、顺元散(乌头、附子、天南星、木香)、椒朴丸(汉椒、厚朴、茴香、青盐)、小黑膏(天南星、乌头、薄荷、元参)等。

苏轼、沈括在各地留心医药,也注意地方草药的应用。所用除上述海漆、益智花等,还有护火草,见卷九“治瘾疹久不瘥,每发先心腹痛,痰啞,麻痹,筋脉不仁”之小朱散,并注明:“护火草,大叶者,又名景天。”又如卷五治肺喘用蒲葎叶:“蒲葎叶,微似海棠叶,尤柔厚,背白似熟羊皮,终冬不凋;花正如丁香;蒂极细如丝,倒悬之,风吹则摇摇然;冬末生花,至春乃敷实,一如山茱萸,味酸可啖。与麦齐熟,其木甚大。吴人名半舍,江南名棠,京师名曰纸钱棠球,襄汉名黄婆奶。”描摹其形态,栩栩如生,犹恐不及,又历数各地异名,以便识别,可见作者苦心。

还有一些医方,可以明显看出是民间验方。如卷七“治鼻衄不可止绝”,用随处可见,随手可取之茅花。若无茅花,以茅根代之。方后所附治案,即记述一妇“衄血垂尽”,有知医客人“急令掇茅花一大把,煎浓汁一碗”,“一服即瘥”。再如卷九“系瘤法”：“取稻上花蜘蛛十余个,置桃李枝上,候垂丝下,取东边者捻为线,系定瘤子,七日候换,瘤子自落。”这类蛛丝系脱赘疣的方法,绝似清代《串雅内编》上的民间方。不管是出于达官贵人,文人雅士,还是走方医生,草泽细民,倘若其方确有效验,《苏沈良方》的作者可谓是“有方无类”,我自取之。

(三)方述本事,类同医案

书中辑录的医方,作者皆一一述其来源“本事”。按唐代孟诜有《本事诗》,分条记述诗人作诗的事实原委,并录所作之诗。仿其体例,宋代许叔微亦撰有《类证普济本事方》,简称《本事方》,所载医方,一一记述“本事”,即获方事实原委。《本事方》成书在《沈氏良方》之后,附记“本事”的编写方法应是《沈氏良方》在前,不过未以“本事”名书而已。在《苏沈良方》中,我们可以看到,几乎在每一个医方后面,作者都详细地记述了该方的所有人,和用方的治疗效果。这些“本事”完全可以视为医案,从中也可以看到作者录方的严谨求实的负责态度。如卷四椒朴丸下云:“予中表许君,病脾逾年,通身黄肿,不能起,全不嗜食。其甥为本道转运使,日遣良医治之,都不效。有傅主簿传此方,服十许日渐安,自尔常服,肌肤充硕,嗜饮,美食兼入,面色红润。年六十余,日行数十里,强力如少年。”这段文字,相当完整地记述了病人的姓氏(许姓)、年龄(年六十余)、症状(通身黄肿,不能起,全不嗜食)、既往治疗情况(其甥为本道转运使,日遣良医治之,都不效)、经治过程(服十许日渐安,自尔常服)、治疗效果(肌肤充硕,面色红润,日行数十里,强力如少年),乃至辅助治疗(美食兼入)等。这实际就是一则医案,而且是一则比较完整的医案。所以在某种意义上,本书相当部分的内容,可以视为医案。尤其可贵的是,也几乎是每一首医方,都记下了传方人的时代和姓名。如本方的传方人即是北宋时的“傅主簿”,惜乎未留全名。而卷四暴下方和卷八疗痢血方,则留下了传方人陈应之全名。

而“本事”尤为重视疗效的记述。如卷四诃子丸,记患者“食饱胀满,及气膨胸腹,只一服,如人手按下,极有验也”。卷八治小便不通方,取琥珀研成粉,每服二钱,煎萱草根浓汁调下,空心服。作者“友人,曾小肠秘甚成淋,每旋只一二滴,痛楚至甚,用恶药逐之,皆不通。王郇公与此药,一服遂通”。都是疗效卓著的验案,当然这也是本书作者所希望和追求的效果。同时书中也记载有作者亲历的教训,如卷二四生散下,附记“目赤不可浴”的禁忌,记作者“在河北病目时,曾治浴具”,洛阳守阎君受与转运判官李长卿,俱云“目赤不可浴”,但“予不信,卒浴,浴毕,目赤遂大作”。其原因在于“驱体中热并集头目,目必甚”。并记:“矩鹿陈彦升学生以病目废于家,问其目病之因,云顷年病目赤,饮酒归过,同舍林亿邀同太学浴。彦升旧知赤目不可浴,坚拒之不得,俛俛一浴,浴已几失明。后治之十余年,竟不瘥。”这实在是一则极好的关于“目赤不可浴”的医话。

《苏沈良方》中有特色之处甚多,如关于宋代应用苏合香的风气,当肇始于宋真宗。沈括在卷五苏合香丸条下云:“真宗朝,尝出苏合香酒赐近臣,又赐苏合香丸,自此方盛行于世。”沈括在《梦溪笔谈》中更具体提到宋真宗赏赐王文正太尉苏合香酒,“令空腹饮之,可以和气血,辟外邪。文正



饮之,大觉安健”,“自此臣庶之家皆仿为之”(见《梦溪笔谈》卷九)。《良方》中并追溯苏合香丸“本出《广济方》,谓之白术丸,后人编入《外台》《千金方》”。为医药学史研究提供了珍贵的资料。

当然书中也有引起后世争议的内容,这就是卷三关于圣散子方那部分。按圣散子方系苏轼在谪居黄州时得自四川眉山人巢谷,其时黄州连年流行时疫,苏轼合药散发,“活人不可胜数”。苏将此方传诸黄州名医庞安时,庞将圣散子方附刻于其所著《伤寒总病论》。由于苏轼的大力揄扬,圣散子方名噪一时,广泛应用。但在南宋时,人们照搬圣散子方,治疗“永嘉瘟疫,被害者不可胜数”,圣散子遭到非议和猛烈抨击。明代俞弁在《续医说》中甚至说,“一方之不善,则其祸有不可胜言者矣!”这也可能是后来《苏沈良方》长时期“流传已稀”的原因之一。此事的关键,不在方之“善”与“不善”,而在医家之用是否“善用”。苏轼用圣散子方在黄州“活人不可胜数”,证明此方并非全无处。俞弁的批评显然有失偏颇,更不能把后人不加辨证,生搬圣散子方造成的损害全部加在《苏沈良方》头上。还是《四库全书总目提要》在评论《苏沈良方》时说得比较公正:“方药之事,术家能习其技而不能知其所以然,儒者能明其理而又往往未经试验。此书以经效之方,而集于博通物理者之手,固宜非他方所能及矣!”

四、本次校勘整理的原则

按《苏沈良方》,据《宋史·艺文志》,著录为《沈氏良方》十卷,《苏沈良方》十五卷。清代纂辑《四库全书》,收录《苏沈良方》,为八卷,系从《永乐大典》辑佚而成。故清·程永培推测,盖“在当时已散佚不全”。现存《苏沈良方》版本,主要有以下数种:

1. 明·嘉靖刻本十卷;
2. 清·乾隆四十七年(1782)四库全书本,八卷;
3. 清·乾隆四十一年(1776)武英殿活字体,八卷;
4. 清·乾隆五十九年(1794)修敬堂刻《六醴斋医书》本,十卷;
5. 清·道光二十六年(1846)大兴施禹泉刻本,十卷。

以上版本,经考察,比较完整而适宜整理的是《六醴斋医书》本。该书前有沈括序、林灵素序、无名氏序和程永培跋。这次整理,据为底本,并参考其他版本整理,同时参考了中华书局1986年出版的《苏轼文集》中的有关医药杂说部分。

整理本采用现代标点。原书中的繁体字,均改为规范简化字。凡原书中由于误刻所致的明显错字,均予径改。对于俗写字、异体字、古今字,亦统改为规范简化字。

整理本中有不当之处,敬请读者指正。

伊广谦

2008年6月



原序

予尝论治病有五难，辨疾，治疾，饮药，处方，别药，此五也。今之视疾者，惟候气口六脉而已。古之人视疾，必察其声音、颜色、举动、肤理、性情、嗜好，问其所为，考其所行，已得其大半；而又遍诊人迎、气口、十二动脉。疾发于五脏，则五色为之应，五声为之变，五味为之偏，十二脉为之动。求之如此其详，然而犹惧失之。此辨疾之难，一也。今之治疾者，以一二药书，其服饵之节，授之而已。古以治疾者，先知阴阳运历之变故，山林川泽之穹发，而又视其人老少肥瘠，贵贱居养，性术好恶，忧喜劳逸，顺其所宜，违其所不宜，或药或火，或刺或砭，或汤或液，矫易其故常，揅摩其性理，搗而索之，投几顺变，间不容发。而又调其衣服，理其饮食，异其居处，因其情变，或治以天，或治以人。五运六气，冬寒夏暑，暘雨电雹，鬼灵魔蛊，甘苦寒温之节，后先胜负之用，此天理也。盛衰强弱，五脏异禀，循其所同，察其所偏，不以此形彼，亦不以一人例众人，此人事也。言不能传之于书，亦不能喻之于口。其精过于承蜩，其察甚于刻棘，目不舍色，耳不舍声，手不释脉，忧惧其差也。授药遂去，而希其十全，不亦难哉！此治疾之难，二也。古之饮药者，煮炼有节，饮啜有宜。药有可以久煮，有不可以久煮者，有宜炽火，有宜温火者，此煮炼之节也。宜温宜寒，或缓或速，或乘饮食喜怒，而饮食喜怒为用者；有违饮食喜怒，而饮食喜怒为敌者。此饮啜之宜也。而水泉有美恶，操药之人有勤惰。如此而责药之不效者，非药之罪也。此服药之难，三也。药之单用为易知，药之复用为难知。世之处方者，以一药为不足，又以众药益之。殊不知药之有相使者，相反者，有相合而性易者。方书虽有使佐畏恶之性，而古人所未言，人情所不测者，庸可尽哉！如酒于人，有饮之逾石而不乱者，有濡吻则颠眩者；漆之于人，有终日博漉而无害者，有触之则疮烂者。焉知药之于人，无如此之异者。此禀赋之异也。南人食猪鱼以生，北人食猪鱼以病，此风气之异也。水银得硫黄而赤如丹，得矾石而白如雪。人之欲酸者，无过于醋矣；以醋为未足，又益之以橙，二酸相济，宜其甚酸而反甘。巴豆善利也，以巴豆之利为未足，而又益之以大黄，则其利反折。蟹与柿，尝食之而无害也，二物相遇，不旋踵而呕。此色为易见，味为易知，而呕利为大变，故人人知之。至于相合而知他藏，致他疾者，庸可易知耶？如乳石之忌参朮，触者多死；至于五石散，则皆用参朮，此古人处方之妙，而世或未喻也。此处方之难，四也。医诚艺也，方诚善也，用之中节也，而药或非良，奈何哉！橘过江而为枳，麦得湿而为蛾，鸡逾岭而黑，鸬鹚逾岭而白，月亏而蚌蛤消，露下而蚊喙坼，此形器之易知者也。性岂独不然乎？予观越人艺茶畦稻，一沟一陇之异，远不能数步，则色味顿殊，况药之所生，秦、越、燕、楚之相远，而又有山泽、膏脊、燥湿之异禀，岂能物物尽其所宜。又《素问》说：阳明在天，则花实戕气；少阴在泉，则金石失理。如此之论，采掇者固未尝晰也。抑又取之有早晚，藏之有焙煨；风雨燥湿，动有槁暴。今之处药，或有恶火者，必日之而后咀，然安知采藏之家，不常烘煜哉？又不能必。此辨药之难，五也。此五者，大概而已。其微至于言不能宣，其详至于书不能载，岂庸庸之人，而可以易言医哉？予治方最久，有方之良者，辄为疏之。世之为方者，称其治效，尝喜过实。《千金》、《肘后》之类，犹多溢言，使人不敢复信。予所谓良方者，必目睹其验，始著于篇，闻不预也。然人之疾，如向所谓五难者，方岂能必良哉？一赌其验，即谓之良，殆不异乎刻舟以求遗剑者！予所以详著其状于方尾，疾有相似者，庶几偶值云尔。篇无次序，随得随注，随以兴人。拯道贵速，故不暇待完也。



苏沈内翰良方序

沈公内翰，字存中。博古通今，古君子也。留心医书，非所好也，实有补于后世尔。公凡所至之处，莫不询究，或医师，或里巷，或小人，以至士大夫之家，山林隐者，无不求访。及一药一术，皆至诚恳，切而得之，终不以权势财货逼而得之，可见其爱物好生之理也。公集而目之曰良方。如古之良医者，若孙真人，未尝不以慈悲、方便、救护为念也。近世有人，或得一方，小小有效，则其莫得之，此亦为衣食故也。若夫腰金佩玉，出权贵之门，又安敢望其面目乎？余得此方十有余年，恨篋无金帛，而能成就一板，使流传天下后世，疗夫久疾沉痾缠绵之苦者也。岂自言微功有所利也。然此方经验有据，始敢镂行。

永嘉金门羽客林灵素序



苏沈内翰良方序^①

雅日慕苏沈之书，晚晏方获录册，不知谁之缮写，忆自宋梓来也。观其论草物，疏骨蒸，其高出群哲之见者矣。医家以本草为指南，而记药品者，虽源于神农，然渐远渐讹，未必无未尽之说。苟不详核而误用之，几何不益夫病势，而贼夫元真哉！所以辨其方种，著其形味，使不容于毫末乱之。而饵物者，如乘皇舟以渡安流，必无伤生害性之具也。夫真阳之管人身，赫然郁然，其气之热匪邪也，受疾者必有邪奸其间，随脏腑以作难，属经分而为慝。然其所以可深虞而遐虑之者，缓缓迟迟，煎阴沸液，不患不底于其毙，故曰某蒸。曰某蒸，因而灸药，如捕盗者，密搜其所在以系获之，则良民妥妥矣。今之医者，不广索其药味之正，而因其便近者，承乏代无，则对病之功罔奏，徒为伪市滑物者之利焉。观诸此，亦知警于其心者。又医以脉察病，统云劳瘵内热，不斟酌其五内之重轻，不窥测其表里之先后，经使弗施，君剂弗立，何以疗其含茹蓄积之一症耶？观诸此，则亦知悟于其心者。其余执论立方，席卷妇人小儿之诸病而专裁之，又时采延年地仙之方而补益之，可谓竭矣哉。盖坡老仕宋，频得言谴，而放逐危难者屡焉。其以刚亮锐直之资，动里省躬之际，乃正其所也。陆贽不用，阖门修方书之意，犹乎此。盖古人上不得致君于唐虞，则薄其赋役，纾其刑罚，为之视而不伤于眊，为之听而不折于震，布利益生民之政，以挽回酷虐之风，亦其次也。若医术一事，滞者使之通，卧者使之起，瘠者使之充，昏者使之爽，秘者使之开，忧子者，泰父母反侧之心，痛夫者，开妻妾颦蹙之思，鬼门转其足，生宅复其魂，推广仁民之道，端在于是。此抄老之隐抱，而沈括则博闻精见，格物游艺，旁通医药，尤所以足成一家之书也夫。

^① 此序原书未署作者。卷后程永培跋云，此序“文颇拙蹇，不著作者姓名，世俗笔也”。

目录

卷 一

脉 说	(15)
苍耳说	(15)
记 菊	(15)
记海漆	(15)
记益智花	(16)
记食芋	(16)
记王屋山异草	(16)
记元修菜	(16)
记苍术	(16)
记流水止水	(17)
论脏腑	(17)
论君臣	(17)
论汤散丸	(17)
论采药	(17)
论橘柚	(18)
论鹿茸麋茸	(18)
论鸡舌香	(18)
论金罍子	(18)
论地骨皮	(18)
论淡竹	(19)
论细辛	(19)
论甘草	(19)
论胡麻	(19)
论赤箭	(19)
论地菰	(19)
论南烛草木	(19)
论太阴元精	(19)
论稷米	(20)
论苦耽	(20)
论苏合香	(20)
论薰陆香	(20)

论山豆根	(20)
论青蒿	(20)
论文蛤海蛤魁蛤	(20)
论漏芦	(20)
论赭魁	(20)
论龙芮	(20)
论麻子	(20)
灸二十二种骨蒸法	(20)
唐中书侍郎崔知悌序	(21)
取穴法	(21)
用尺寸取穴法	(22)
艾炷大小法	(22)
取艾法	(22)
用火法	(22)
具 方	(22)

卷 二

论风病	(23)
治风气四神丹	(23)
四味天麻煎方	(23)
治偏风木香散	(23)
治筋骨左经丸	(24)
治三十六种风烧肝散	(24)
治鹤膝风伊祁丸	(24)
治风乌荆丸	(25)
天麻煎丸	(25)
服威灵仙法	(25)
治肝痿脚弱煮肝散	(25)
治风毒攻眼内外障乌头煎丸又一方	(25)
治诸中风伤寒通关散	(26)
治风邪诸痢辰砂散	(26)
治诸风上攻头痛方	(26)
治筋脉抽掣疼痛侧子散	(26)