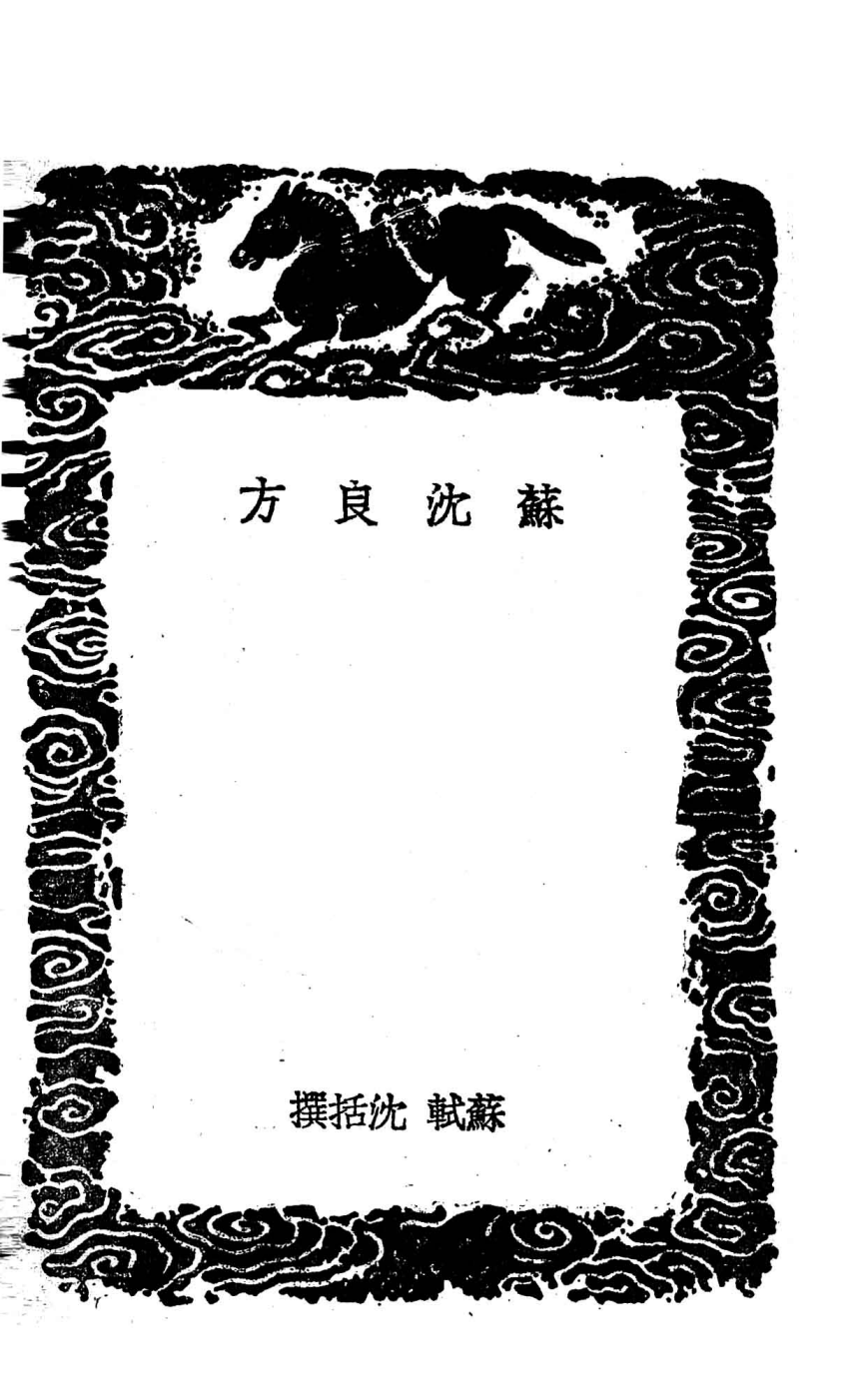


蘇沈良方
舍備要方





蘇 沈 良 方

蘇 軾 沈 括 撰

叢書集成初編

(補印本)

蘇沈良方及其他一種

一九三九年十二月初版
一九六〇年一月補印

商務印書館出版

上海市印刷六廠印刷

四庫全書提要

蘇沈良方。宋蘇軾沈括二人所集方書也。括博學善文。史稱其於醫藥卜筮無所不通。皆有所論著。其見於宋藝文志者。有靈苑方二十卷。良方十卷。而別出蘇沈良方十五卷。注云沈括蘇軾所著。今考陳振孫書錄解題。有蘇沈良方。而無沈存中良方。尤袤遂初堂書目亦同。晁公武讀書志則二書並列。而于沈存中良方下云。或以蘇子瞻論醫藥雜說附之。蘇沈良方下亦云。括集得效方。成一書。後人附益以蘇軾醫藥雜說。所言二書體例。約略相似。而永樂大典又載有蘇沈良方原序一篇。亦括一人所作。且自言予所著良方云云。當卽存中良方之序。疑此書卽括原本。後人以蘇軾所編方書附入其間。而別題此名者耳。案明晁璠寶文堂書目有蘇沈二內翰良方一部。是正嘉以前傳本未絕。其後不知何時散佚。今據永樂大典所載。掇拾編次。釐爲八卷。宋世士大夫類通醫理。而軾與括尤博洽多聞。其所徵引。于病證治驗。皆詳著其狀。確鑿可據。其中如蘇合香丸。至寶丹。礞石丸。椒朴丸等類。已爲世所常用。至今神效。卽有奇祕之方。世不恆見者。亦無不精妙絕倫。足資利濟。洵爲有用之書。固不僅以其人傳也。

原序

予嘗論治病有五難。辨疾、治疾、飲藥、處方、別藥。此五也。今之視疾者。惟候氣口六脈而已。古之人視疾。必審其聲音、顏色、舉動、膚理、情性、嗜好。問其所爲。攷其所行。已得其大半。而又徧診人迎氣口十二動脈。疾發于五藏。則五色爲之應。五聲爲之變。五味爲之偏。十二脈爲之動。求之如此其詳。然而猶懼失之。此辨疾之難一也。今之治疾者。以一二藥書其服餌之節。授之而已。古之治疾者。先知陰陽運歷之變。故山林川澤之竅發。而又視其人老少肥瘠。貴賤居養。性術好惡。憂喜勞逸。順其所宜。違其所不宜。或藥或火。或刺或砭。或湯或液。矯易其故常。揅摩其性理。擣而索之。投幾順變。間不容髮。而又調其衣服。理其飲食。異其居處。因其情變。或治以天。或治以人。五運六氣。冬寒夏暑。暘雨電雹。鬼靈厭蠱。甘苦寒溫之節。後先勝復之用。此天理也。盛衰強弱。五臟異稟。循其所同。管其所偏。不以此形彼。亦不以一人例衆人。此人事也。言不能傳之于書。亦不能喻之于口。其精過于承蜩。其察甚于刻棘。目不捨色。耳不捨聲。手不釋脈。猶懼其差也。授藥遂去。而希其十全。不其難哉。此治疾之難二也。古之飲藥者。煮煉有節。飲啜有宜。藥有可以久煮。有不可以久煮者。有宜熾火。有宜溫火者。此煮煉之節也。宜溫宜寒。或緩或速。或乘飲食喜怒。而飲食喜怒爲用者。有違飲食喜怒。而飲食喜怒爲敵者。此飲啜之宜也。而水泉有美惡。操藥之人有勤惰。如此而責藥之不效者。非藥之罪也。此服藥之難三也。藥之單用爲易知。藥之複用爲難知。世之處方者。以

一藥爲不足。又以衆藥益之。殊不知藥之有相使者。相反者。有相合而性易者。方書雖有使佐畏惡之性。而古人所未言。人情所不測者。庸可盡哉。如酒于人。有飲之踰石而不亂者。有濡吻則顛眩者。漆之于人。有終日搏漉而無害者。有觸之則瘡爛者。焉知藥之于人。無似此之異者。此稟賦之異也。南人食豬魚以生。北人食豬魚以病。此風氣之異也。水銀得硫黃而赤如丹。得礬石而白如雪。人之欲酸者。無過于醋矣。以醋爲未足。又益之以橙。二酸相濟。宜其甚酸。而反甘。巴荳善利也。以巴荳之利爲未足。而又益之以大黃。則其利反折。蟹與柿。嘗食之而無害也。二物相遇。不旋踵而嘔。此色爲易見。味爲易知。而嘔利爲大變。故人人知之。至于相合而犯他藏。致他疾者。庸可易知耶。如乳石之忌參朮。觸者多死。至于五石散。則皆用參朮。此古人處方之妙。而世或未喻也。此處方之難四也。醫誠藝也。方誠善也。用之中節也。而藥或非良。奈何哉。橘過江而爲枳。麥得濕而爲蛾。雞踰嶺而黑。鸚鵡踰嶺而白。月虧而蚌蛤消。露下而蚊喙坼。此形器之易知者也。性豈獨不然乎。予觀越人藝茶畦稻。一溝一隴之異。遠不能數步。則色味頓殊。況藥之所生。秦越燕楚之相遠。而又有山澤膏瘠燥濕之異稟。豈能物物盡其所宜。又素問說陽明在天。則花實戕氣。少陽在泉。則金石失理。如此之論。採掇者固未嘗晰也。抑又取之有早晚。藏之有焙炙。風雨燥濕。動有槁暴。今之處藥。或有惡火者。必日之而後咀。然安知採藏之家。不常烘煜哉。又不能必此辨藥之難五也。此五者大概而已。其微至于言不能宣。其詳至于書不能載。豈庸庸之人。而可以易言醫哉。予治方最久。有方之良者。輒爲疏之。世之爲方者。稱其治效常喜過實。千金肘後之類。尤多溢言。使人不復敢信。予

所謂良方者。必目覩其驗。始著于篇。聞不預也。然人之疾。如向所謂五難者。方豈能必良哉。一覩其驗。卽謂之良。殆不異乎刻舟以求遺劍者。予所以詳著其狀于方尾。疾有相似者。庶幾偶值云爾。篇無次序。隨得隨註。隨以與人。拯道貴速。故不暇待完也。沈括序。

蘇沈良方目錄

卷一

鍊丹砂法

陽丹訣

記松丹砂說

穀子煎法

陰丹訣

服茯苓說

秋石方

卷二

治風氣四神丹

左經丸

烏荊丸

養肝散

辰砂散

四生散

四味天麻煎方

燒肝散

天麻煎丸

烏頭煎丸

諸風上攻頭痛方

木香散

伊祁丸

服威靈仙法

通關散

側子散

卷三

聖散子方

小柴胡湯

麻黃丸

治暑喝悶絕方

木香丸

枳殼湯

加減理中丸

五積散

順元散

紫金丹

七棗散

葱熨法

金液丹

卷四

治消渴方

木香散

礞砂煎丸

附桂圓方

黑神丸

神保丸

小建中湯

進食散

壓氣散

訶子丸

椒朴丸

無礙丸

陰陽二聖散

烏頭散

茱萸丸

治噎方

槐花散

紫粉丸

軟紅丸

酒磨丸

卷五

桂香散

引氣丹

沈麝丸

礞石丸

謁丸

神聖香薷散

治腹中氣塊方

明月丹

何首烏散

羌活散

藥珠丹

卷六

四神散

龍膽丸

治諸目疾法

治眼齒論

硫黃丸

刺薊散

灸牙疼法

逐氣散

倉卒散

梔子湯

火角法

經效阿膠方

治肺喘方

至寶丹

千緡湯

治內障眼方

點眼熊膽膏

狸鳩丸

葫蘆巴散

治鼻衄不止欲絕方

服松脂法

二薑散

斷弓弦散

蘇合香丸

九寶散

灸咳逆法

硃砂膏

白雪丸

還睛神明酒

礬實散

偏頭痛方

治鼻衄

綠雲膏

水氣腫滿法

川棟散

治小便數方

治小便不通方

茯苓散

香薷散

暴下方

治瀉痢方

四神散

芍藥散

療痢血方

樗根散

健脾散

瀉痢腹痛方

治腸痔下血法

療寸白蟲方

卷七

小還丹

柞葉湯附傳藥方

療腫毒癰疽法

白膏

治癰疽方

治癰疽久不合方

雲母膏

治疽發背方

小硃散附塗藥方

治瘡癰不遠方

柴胡湯二方

祛風丸

地骨散

治癰方

治遠年膿瘡方

火府丹

療久瘡方

治瘡疥方

治陰瘡方二

治癰方

繫瘤法

治甲疽方

續骨丸

神授散

筋斷須續法

治骨鯁簽刺喉中法

治諸鯁方

火燒瘡方

毒蛇傷方

卷八

朱貢琥珀散

麥煎散

白朮散

肉桂散

大黃散

澤蘭散

治襌中小兒臍風撮口法

黑神丸

青金丹

桔梗散

小黑膏

治痘瘡法

治小兒豌豆瘡方

辰砂丸

走馬牙疳方

麝香散

牛黃煎

吳婆散

寒水石散

小硃砂丸

妙香丸

治小兒臍久不乾

治小兒熱嗽

治小兒疳肥瘡

蘇沈良方卷一

宋 蘇軾 沈括 著

鍊丹砂法 王倪丹砂無所不主。尤補生益精血、愈痰疾、壯筋骨、久服不死。王倪者，丞相遵十二代孫。文明九年，爲滄州無棣令，有桑門善相人，知其死期，無不驗。見倪曰：「公死明年正月乙卯。」倪以爲妄，囚之。復令驗邑人，其言死者數輩皆信。倪乃出桑門禮謝之，曰：「爲死計，忽有人不言姓名，謂倪曰：『知公憂死，我有藥可以不死。』公能從我授乎？」倪再拜稱幸，乃出鍊丹砂法授之。倪餌之，過明年正月，乃復召桑門視之。桑門駭曰：「公必遇神藥，面有異色，且不死。」開元元年，倪妻之弟亦遇異人，授以杏丹法，曰：「吾聞王倪能鍊丹砂，願以此易之。」倪以杏丹賜其子弁，而倪與授杏丹者，後皆仙去。刺史李休光表聞，賜其第爲道觀。開元十二年，上東封太山，拜弁左散騎常侍，隱遁不知所終。此舊傳也。

光明辰砂二十兩

甘草

遠志去心

檳榔

訶藜

勒皮各二大兩 聖濟各二大兩 聖濟各二大兩 聖濟各二大兩

紫肉桂八大兩 桂一半 留煮丹砂時拍碎

再復

右甘草等四味，剉以水二大斗。【案】此下疑有脫字。

後用細布囊盛丹砂，懸于釜中，著水和藥，炭火煮之。第一

日兼夜用陰火，水紋動。第二日兼夜用陽火，魚眼沸。第三日兼夜用木火，動花沫沸。第四日兼夜用火，汩汩沸。第五日兼夜用土火，微微沸。第六日兼夜用金火，乍緩乍急沸。第七日兼夜用水火，緩調調沸。先期泥二釜，常煖水周，添水煮藥。釜水涸，卽添煖水，常令不減二斗。七日滿，卽出丹砂于銀

盒中蒸其盒中布肉桂一兩拍碎即勻布丹砂又以餘桂一兩覆之即下盒置甑中先布糯米厚三寸乃置盒又以糯米攤覆上亦令上米厚三寸許桑薪火蒸之每五日換米換桂其甑蔽可用完竹子爲之不爾蒸久甑墮下釜中也甑下側開一小孔常煖水用小竹子注添釜中勿令水減第一五日兼夜用春火如常炊飯第二五日兼夜用夏火猛于炊飯第三五日兼夜用秋火似炊飯乍緩乍急第四五日兼夜用冬火緩于炊飯依五行相生用文武火助之藥成即出丹砂以玉搥力士鉢中研之當下礪如麪即可服之以穀子煎丸如桐子大每日食上服一九每日三食服三九非頓服三九鍊成丹砂二十兩爲一月劑二年服盡盡後每十年即鍊服三兩仍取正月一日起服一月使盡既須每十年三兩不可旋合當宜預鍊取一劑藏貯隨時服之其硃砂須是上等丹砂【案】文云二年服盡則各自正月一日起服至三十日止當日服三錢三分有零計十年應鍊服一百兩乃合前二年之數又云盡後每十年即鍊服三兩仍取正月一日起服一月使盡則又是每日止服一分矣多少太相懸絕蓋兩每十年十字疑是一字之誤餘文恐有錯脫又案前方云辰砂二十八兩此云二十兩文亦互異豈多經煮煉重體變輕然耶

穀子煎法 取赤穀子熟時絞汁煎如稠餲可用和丹砂如無穀子穀皮亦得凡服丹砂忌一切魚肉陳宿生冷蒜尤忌生血物及見血穢江陰葛侍郎中年病足幾廢久治不瘥得此服遂愈而輕健過于少時年八十歲飲啖視聽不衰寶此方未嘗傳人予治平中感足病萬端求得之然遊宦竟今未曾得爲之有太醫孫用和亦嘗得此方仁宗時表獻之其大概雖相似然甚粗略非眞方也服茯苓說 茯苓自是仙家上藥但其中有赤筋脈若不能去服久不利人眼或使人眼小當削去皮切

爲方寸塊。銀石器中。清水煮。以酥軟解散爲度。入細布袋中。以冷水揉攪。如作葛粉狀。澄取粉。而筋脈留布袋中。棄去不用。其粉以蜜和。蒸過食之尤佳。胡麻。但取純黑脂麻。九蒸九暴。入水爛研。濾取白汁。銀石器中熬。如作杏酪湯。更入去皮核研爛棗肉。與茯苓粉一處漉和。食之尤有奇效。

陽丹訣 冬至後。齋居。嘗吸鼻液。漱煉令甘。乃嚥下丹田。以三十磁器。皆有蓋。溺其中。已。隨手蓋之。書識其上。自一至三十。置淨室。選謹樸者守之。滿三十日開視。其上當結細砂。如浮蟻狀。或黃或赤。密絹帕濾。取新汲水。淨淘澄無數。以穢氣盡爲度。淨瓷瓶合貯之。夏至後。取細研棗肉。丸如桐子大。空心酒吞下。不限丸數。三五日後取盡。夏至後仍依前法採取。却候冬至後服。此名陽丹陰煉。須清淨絕慾。若不絕慾。真砂不結。

陰丹訣 取首生男子之乳。父母皆無疾恙者。并養其子。善飲食之。日取其乳一升。只半升亦可以。硃砂銀作鼎與匙。如無硃砂。銀山澤銀亦得。慢火熬煉。不住手攪。令如淡金色。可丸。卽丸如桐子大。空心酒吞下。亦不限丸數。此名陰丹陽煉。世人亦知服秋石。然皆非清淨所結。又此陽物也。須復經火。經火之餘。皆其糟粕。與燒鹽無異色。世人亦知服乳。乳陰物。不經火煉。則冷滑而漏精氣也。此陽丹陰煉。陰丹陽煉。蓋道士靈智妙用。沉機捷法。非其人不可輕泄。慎之慎之。

秋石方 凡世之煉秋石者。但得火煉一法而已。此藥須兼用陰陽二石。方爲至藥。今具二法于後。凡火煉秋石者。陽中之陰。故得火而凝。入水則釋然消散。歸于無體。蓋質去。但有味在。此離中之虛也。水

煉秋石。陰中之陽。故得水而凝。遇暴潤千載不變。味去而質留。此坎中之實。二物皆出于心腎二臟。而流于小腸。水火二臟。騰蛇元武正氣。外假天地之水火。凝而爲體。服之。還補太陽相火二臟。上爲養命之本。具方于後。

陰煉法 小便三五石。夏月雖腐敗亦堪用。分置大盆中。以新水一半以上相和。旋轉擾數百市。放令澄清。撇去清者。留濁脚。又以新水同擾。水多爲妙。又澄去清者。直候無臭氣。澄下秋石如粉。卽止。暴乾刮下。如膩粉。光白粲然可愛。都無臭氣爲度。再研。取用產男之乳和如膏。烈日中暴乾。如此九度。須揀好日色乃和。蓋假太陽真氣也。第九度卽丸如桐子大。暴乾。每服三十九。溫酒下。

陽煉法 小便不計多少。大約兩桶爲一擔。先以清水按好皂角濃汁。以布絞去滓。每小便一擔。入皂角汁一盞。用竹篦急攪。令轉百千遭乃止。直候小便澄清。白濁者皆定底。乃徐徐撇去清者不用。只取濁脚。併作一滿桶。又用竹篦子攪百餘市。更候澄清。又撇去清者不用。十數擔。不過取得濃脚一二斗。其小便須先以布濾過。勿令有滓。取得濃汁。入淨鍋中熬乾。刮下擣碎。再入鍋。以清湯煮令化。乃于笮箕內布紙筋紙兩重。傾入笮箕紙內。滴淋下清汁。再入鍋熬乾。又用湯煮化。再依前法滴淋。如熬乾。色未潔白。更准前滴淋。直候色如霜雪。卽止。乃入固濟沙盒內。歇口火煨成汁。傾出。如藥未成窩。更煨一兩遍。候瑩白玉色。卽止。細研入沙盒內。固濟頂火四兩。養七晝夜。久養火尤善再研。每服二錢。空心溫酒下。或用棗肉爲丸。如桐子大。每服三十九。亦得。空心服陽煉。日午服陰煉。各一服。廣南有一道人。惟與人

煉秋石爲業。謂之還元丹。先大夫曾得瘦疾且嗽。凡九年。萬方不效。服此而愈。郎侍郎簡帥南海。其室病。夜夢神人告之曰。有沈殿中攜一道人。能合丹。可愈汝疾。宜求服之。空中擲下數十粒。曰。此道人丹也。及旦。臥席上得藥十餘粒。正如夢中所見。及先大夫到番禺。郎首問此丹。先大夫乃出丹示之。與夢中所得不殊。其妻服之遂愈。又予族子常病顛眩腹鼓。久之漸加喘滿。凡三年。垂困。亦服此而愈。皆只自火煉者。時予守宣城。亦大病踰年。族子急以書勸服此丹。云實再生人也。予方合煉。適有一道士又傳陰煉法。云須得二法相兼。其藥能洞人骨髓。無所不至。極秘其術。久之。道士方許傳。依法服之又驗。此藥不但治疾。可以常服。有功無毒。予始得之甚艱難。意在救濟人。理不當祕。火煉秋石。世人皆能之。煎煉時。須大作爐鼎。煎煉數日。臭達四鄰。此法極省力。只一小鍋。便可煉。體如金石。永不暴潤。與常法功力不侔。久疾人只數服便效。

記松丹砂。祥符東封。有扈駕軍士。晝臥東嶽真君觀古松下。見松根去地尺餘。有補塞處。偶以所執兵攻刺之。塞者動。有物如流火自塞下出。遙走入地中。軍士以語觀中人。有老道士拊膺曰。吾藏丹砂于是三十年矣。方卜日取之。因掘地數丈不復見。道士悵悵成疾。竟死。其法用硃砂精良者。鑿大松腹。以松氣鍊之。自然成丹。吾老矣。不暇爲此。當以山澤銀爲鼎。有蓋。擇砂之良者二斤。用以松明根節懸胎養之。傍置沙瓶。煎水以補耗。滿百日。取砂玉槌研。七日投入蜜中。通油甕瓶盛。日以銀匕取少許。溫酒攪湯飲之。當有益也。