

中医珍本丛书

黄帝内经

清·曹无极撰

集步仙書

中医古籍出版社

封面题字：汪今异

中医珍本丛书
万 育 仙 书

清·曹无极撰

中医古籍出版社出版

（北京东直门内北新仓18号）

中国中医研究院印刷厂印刷

北京市新华书店发行

开本：850×1168毫米 1/32 印张：11 插页 2

印数：1——1100

1986年7月影印第1版第1次印刷

统一书号：14249·0080 定价：5.55元

据中国中医研究院图
书馆藏明天爵堂刊本
影印原书版框高一八
〇毫米宽一一二毫米

前 言

曹无极，字若水，明末清初医家，祖贯金沙。积多年摄生治疾之经验，著《万育仙书》一册，分上、下两卷，上卷育儿，下卷养生。

古称幼科为哑科，因襁褓婴儿，言语未通，疾病不能自达，故医家诊病，重在望诊。该书上卷首列观手面五指、望虎口三关、察面部五位气色诸项，以辨病之深浅、症之顺逆。所举极详，仅三关指纹形色，就有流珠形、环珠形、蛇形、针形、鱼刺形等十六种之多；并将面部分为五个部位，一一与五脏对应，「五脏之色，形于面部，层见层出，随症变形」，提出了既有理论，又有实践的诊断依据。

幼儿气血未充，形体稚嫩，不任风寒，尚若养育合理，则可

却病全形，以免刀圭。曹氏在书中介绍的洗浴、剃头、服食等具体而行之有效的护养方法，如「天气和暖，宜抱出日中嬉戏」，「菊花为枕，则清头目」等，至今仍值得年轻父母借鉴。

小儿脾胃孱弱，汤液难下。因此曹氏治小儿诸疾，善用按摩，其按摩、推拿手法，不仅汗、吐、下、和、温、清、补、消八法兼备，而且注重在四肢部位辨证取穴。所用手法轻柔平和，小儿宜于接受，可获不药而愈之效。

曹氏所论养生，虽多出自道家摄生之功法，但其摒弃了炼丹、神仙方术等虚妄之说，而注重气功、导引的治疗作用。下卷有七十六幅图，重点介绍了八段锦坐功捷径和四时坐功却病、诸仙导引却病、五禽戏等练功方法。并剖析了调息、吐纳、叩齿、嚙津等常用功法之要领及功效。治疾与养生相结合，药物与气功

相结合是曹氏养生学说的特点。全卷图文并茂，形象生动，易学易记。所授功法、简便实用，有病却病，无病养寿。

该书由明代天爵堂陆嘉谷参阅并刊刻传布，因年代久远，字迹模糊之处甚多，但鉴于版本珍稀，又有较高学术价值，为使读者得见古籍原貌，故遵原样影印，以资借鉴。又因原书目录与正文不符，为方便读者，此次出版重新编排了目录。

中医古籍出版社

一九八六年五月

出版说明

中医古籍，卷帙浩繁，有待于系统整理研究。其中尚有不少孤本、秘本，尤须及早印布，以广流传。随着医疗保健事业的发展，中医学日益受到国际学术界的密切注视，广大读者对于中医古籍的整理出版呼声日高，期望甚切。为了进一步发掘中医药伟大宝库，满足不断增长的中医临床、教学和科研工作的需要，我社将陆续辑印以《中医珍本丛书》为题的系列医书，主要收入近代未行于世的有价值的中医孤、善本古籍，包括中医理论和临证各科，以及本草、方剂、医史、医案、医话等方面论著。为便于广大医务工作者及研究人员参考原著，本丛书将一律保存原貌，影印出版，酌加前言或内容提要，以期达到承先启后、古为今用的目的。

目 录

万育仙书跋……………一

原书目录……………五

上卷 按摩目……………九

小儿护养诸法（编者加）…九

面形图……………十五

三关纹形识病图（编者加）…十七

手足穴图……………三五

按摩手诀图（编者加）…四五

小儿无患歌……………六一

相小儿夭寿歌……………六二

看虎口三关纹色要诀……………六二

识病歌……………六四

八段锦……………六六

五脏各有所属……………六九

五脏各有一症……………七〇

命门部位歌……………七二

面部五位气色……………七三

察色验病生死诀……………七四

十五死候歌·····	七五
又歌·····	七六
五脏形色正变论·····	七六
察面部气色主病·····	七七
纹形识病·····	八四
纹形歌诀·····	八七
五脏六腑病证·····	八九
掌面穴道主治·····	九四
掌背穴道主治·····	九九
手肘面穴道·····	一〇一

手肘背穴·····	一〇二
脚上穴·····	一〇三
头面穴·····	一〇四
手六筋·····	一〇五
马郎手掌歌·····	一〇八
又歌·····	一一五
按摩症候诀·····	一一六
诸名色手法治病诀·····	一二一
手诀·····	一二二
拿法·····	一三〇

汗法·····	一三二	背上穴·····	一四三
吐法·····	一三三	脚上穴道·····	一四三
下法·····	一三四	惊有四症八候·····	一四四
止法·····	一三五	急慢二惊辨·····	一四五
泻法·····	一三五	三十二惊病形治法·····	一四七
掐惊起止穴诀·····	一三六	三关纹色歌·····	一六九
如常推拿法·····	一三七	诊脉歌·····	一六九
主病经络拏法·····	一四一	小儿初生诸病·····	一七一
面上穴道·····	一四二	小儿杂症治法·····	一八〇
手上穴道·····	一四二	下卷 导引目·····	一八九

八段锦坐功图诀……………一八九

按摩导引诀……………一九二

八段锦坐功……………一九四

八段锦坐功图势(编者加)

……………一九五

四时坐功却病图……………二〇三

诸仙导引图……………二二七

五禽图……………三二六

左右睡功图……………三三六

附：丛书目次

萬育仙書跋

人之有榮衛充周。猶天地之有陰陽二氣也。
人之有臟腑虛旺。猶天地之有五行生剋也。
人之有幼少壯老。猶理毛髮。猶天地之有四
時行百物生也。漢儒謂天地清濁之氣。一升
一降。每晝夜一合。故能生萬物而不窮。人能

林之則清泚靈妙。其相生又烏有已哉。特其
真炁間隔。膝理漸疎。邪氣中之為患。漸甚。是
故前輩於周身關節。鼓舞磅礴。不令一息凝
滯。此以法兩間之健順。補人工於後天也。曾
子若水先生。身雖力行。內堂外激。其信心間
悟。處必證異人異書。湛潛印證。筆之簡端。著

有以冊。此萬百仙書上下二卷。所為作也。鑒
讀之。其文詳而要。約而核。誠壽世之良幾。濟
人之短淺。其功遠在不可思議之間矣。先生
祖貫金沙。嘗游寓於先人牧廬。天壽。年
丙夜聚譚。多為商較。知其傳習最真。訂正最
確。因裝其篋。付而梓之。廣為傳布。並願讀是

書者。念父。學生。我。之。事。取。天。地。生。物。之。功。愛
護。以。身。珍。重。道。術。無。負。先。生。一。片。婆。心。也。

天爵堂主人。魏三陸嘉穀敬跋

新刊萬育仙書目次

上卷

按摩目

正面圖

手足穴圖

按摩手訣圖

察三關紋色議病訣

五臟所屬病列

察面部氣色凶吉

脊指紋形主病

十二經類用穴

詳註掌面穴

詳註掌背穴