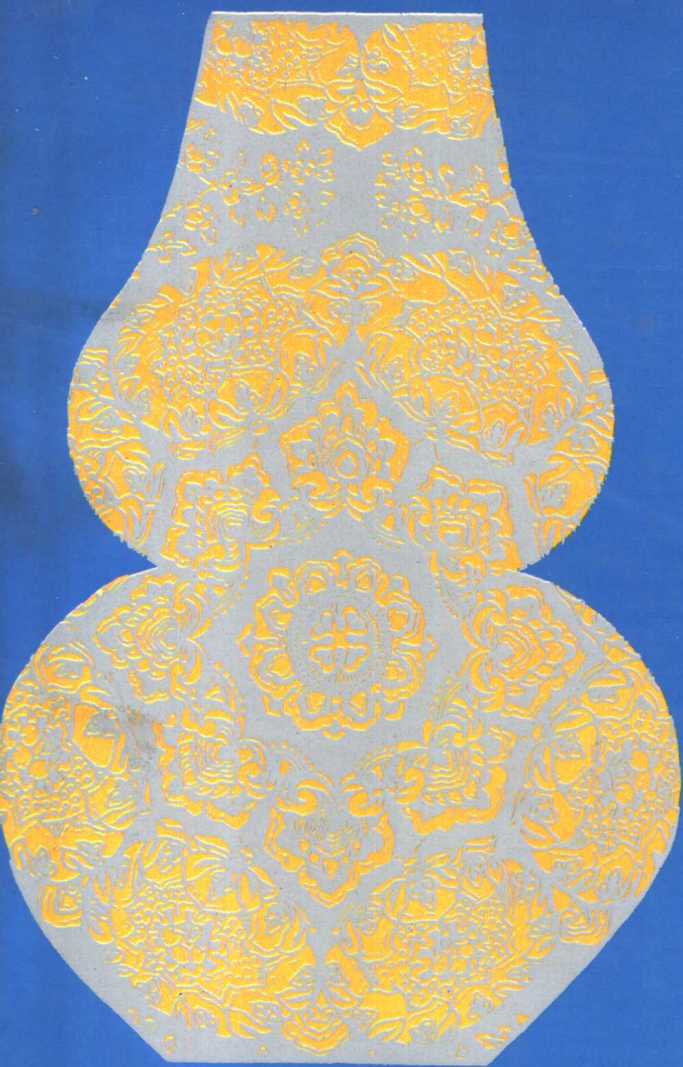


千金翼方 论译

原著：〔唐〕孙思邈
钱超尘 主编
本书译注组 译注



学苑出版社

千金翼方诠译

钱超尘 主编
本书译注组 译注

学苑出版社

(京) 新登字 151 号

图书在版编目 (CIP) 数据

千金翼方诠译/(唐)孙思邈著;钱超尘主编;《千金翼方诠译》译注组译注. — 北京:学苑出版社,1995.3
ISBN 7-5077-1012-2

I. 千… II. ①孙… ②钱… ③千… III. 方书-唐代 IV
.R289.342

千金翼方诠译

主 编:钱超尘

译 注:本书译注组

责任编辑:丽 华 郑 远

出版发行:学苑出版社 邮政编码:100036

社 址:北京市海淀区万寿路西街11号

印 刷:北京银祥福利印刷厂印刷

经 销:各地新华书店

开 本:850×1168 1/32

印 张:60.25

版 次:1995年3月北京第1版第1次

ISBN 7-5077-1012-2/R·172

本册定价:89.50元(平装)99.50元(精装)

109.50元(豪华装)

千金翼方论译

钱超尘 主编

编委：（按姓氏笔画排列）

马志才 王云阁 王建生

王晓兰 石学文 刘文龙

李国坤 林 殷 张春荣

钟赣生 贾太谊 钱超尘

前 言

宋叶梦得《避暑录话》云，孙思邈撰《千金要方》三十年后，复撰《千金翼方》。孙思邈《千金翼方》卷26《取孔穴法第一》云：“吾十有八，而志学于医，今年过百岁，研综经方”，是《千金翼方》乃孙氏晚年所撰也。孙氏卒于唐高宗永淳元年（公元682年），《千金翼方》当撰于唐高宗时期。《新唐书·艺文志》曾加著录，唐代传抄以行，北宋林亿等校勘之。林亿《校正千金翼方表》云：“迨及唐世，孙思邈出，诚一代之良医也。其行事见诸史传，撰《千金方》三十卷，辩论精博，囊括众家，高出于前辈。犹虑或有所遗，又撰《千金翼方》以辅之。一家之书可谓大备矣。其书之传于今，讹舛尤甚，虽洪儒硕学，不能辨之。”林亿等校正之《千金翼方》，最称佳本，元大德十一年（公元1307年）梅溪书院曾据北宋刻本重刻，文字端好，行款清晰，讹误极少，颇为佳善。明万历三十三年（公元1605年）王肯堂亦加校刻，清乾隆二十八年（公元1763年）华希閏据王肯堂本复加刊刻，通称保元堂本。王肯堂本、保元堂本远不及元大德梅溪书院本佳善，然此本中土久佚，而日本有之。清光绪戊寅（公元1878年）独山莫绳孙将日本据元大德本摹刻之本原版购归，国内始有元大德之摹刻本。1955年人民卫生出版社影印发行。本书以人民卫生出版社影印之元大德摹刻本为底本标点之、注释之、语译之，名之曰《千金翼方诠译》。诠者，释也。

孙思邈著作宏富，流传至今之可考信者，惟《千金要方》《千金翼方》二书。《要方》流传颇广，研治者亦多，且收于《道藏》中。《翼方》之研治者盖寡，故读者所见，惟人民卫生出版社之影印本而已。然此书仅有断句，而无标点，且异体字甚多，不便初学。

《千金翼方诠译》包括以下内容：

1. 注释。包括词语、病名、地名、难字等注释。难字既注汉语拼音，又注直音。

2. 校勘。《千金翼方》惟元大德梅溪书院本最善，王肯堂本、华希閟保元堂本仅可作参校之本。全书除卷九、卷十两卷以《伤寒论》十二个不同传本详密校勘外，其余二十八卷以注释为主。何以对卷九、卷十情有独钟而详加校勘呢？因为此两卷是《伤寒论》之全本，本书称之为《唐本伤寒论》，它犹如沟通宋本《伤寒论》与六朝《伤寒论》诸多传本之金桥，此两卷在中医学术史上具有极高之价值，而此两卷除清王朴庄曾略加校勘外（见《世补斋医书后集》），一千余年来，尚未闻有学者详加校勘者，故此两卷以“穷尽性”校勘法详校之。

3. 语译。《千金翼方》三十卷，通体观之，文字虽较平易，但亦有艰深词语，虽有注释，犹不若语译之畅达易览。语译以直译为主，在照字照句语译难以连贯晓畅时，才增加少许词句，但所增词句，仍以准确表达原意为准则。少数原文词语浅显阅读无困难者，语译从略。

4. 后记。本书虽意在普及，但亦同时注意学术之研究。“后记”以较长篇幅研考孙思邈之生平著作与学术思想，可供有志于研究《千金要方》《千金翼方》及《伤寒论》者之阅读。

5. 撰者简介。书末附有译注者学术情况简介。以姓氏笔画为序，逐一简介每位撰者学术简况，及译注卷次，以不埋没每位撰者之辛劳。

本书乃首次对《千金翼方》之诠释、校勘、语译，无所参阅，空所依傍，虽殚精竭虑，精心为之，然错误缺点，时或难免，仰望贤达，时垂教焉。

钱超尘 于北京中医药大学

校正《千金翼方》表

臣闻医方之学，其来远矣。上古神农播谷尝药^{〔一〕}，以养其生。黄帝岐伯，君臣问对，垂于不刊^{〔二〕}，为万世法。中古有长桑、扁鹊^{〔三〕}，汉有阳庆、仓公、张机、华佗^{〔四〕}，晋宋如王叔和、葛稚川、皇甫谧、范汪、胡洽、深师、陶景之流^{〔五〕}，凡数十家，皆师祖农黄，著为经方^{〔六〕}。迨及唐世，孙思邈出^{〔七〕}，诚一代之良医也，其行事见诸史传^{〔八〕}。撰《千金方》三十卷，辨论精博^{〔九〕}，囊括众家，高出于前辈。犹虑或有所遗，又撰《千金翼方》以辅之。一家之书，可谓大备矣。其书之传于今，讹舛尤甚，虽洪儒硕学，不能辨之。

仁宗皇帝诏儒臣校正医书^{〔十〕}，臣等今校定《千金翼方》。谓乎物之繁，必先得其要，故首之以《药录纂要》；凡治病者，宜别药之性味，故次之以《本草》；人之生育，由母无疾，故次之以《妇人》；疾病之急，无急于伤寒，故次之以《伤寒》；然后养其少小，故次之以《小儿》；人身既立，必知所以自养，故次之以《养性》；养性者，莫善于养气，故次之以《辟谷》；气之盈乃可安闲，故次之以《退居》；退居者当事补养，故次之以《补益》；若补养失宜，则风疾乃作，故次之以《中风》；风者，百病之长，邪气缘而毕至，故次之以《杂病》；又次之以《万病》；愈诸疾者，必资乎大药，故次之以《飞炼》；乳石性坚，久服生热，故次之以《疮痍》；众多之疾，源乎脉证，故次之以《色脉》；色脉既明，乃通腧穴，故次之以《针灸》，而《禁经》终焉。总三十卷，目录一卷。

臣以为，晋有人欲刊正《周易》及诸药方，与祖诩论。祖云：“辨释经典，纵有异同，不足以伤风教；至于汤药，小小不达，则后人受弊不少。是医方不可以轻议也。”臣等不敢肆臆见，妄加涂

窳。取自神农以来书行于世者而质之，有所未至，以俟来者。书成缮写，将预圣览。恭惟皇帝陛下天纵深仁，孝述前烈^{〔一〕}，刊行方论，拯治生类，俾天下家藏其书，人知其学，皆得为忠孝，亦皇风之高致焉。

太子右赞善大夫臣高保衡、尚书都官员外郎臣孙奇、太常少卿充秘阁校理臣林亿等谨上。

【校注】

〔一〕上古神农播谷尝药 神农教民播种五谷亲尝百药，见西汉《淮南子》卷十九《修务训》：“古者民茹草饮水，采树木之实，食螺蚌之肉，时多疾病毒伤之害。于是神农乃始教民播种百谷，相土地，宜燥湿肥烧高下，尝百草之滋味，水泉之甘苦，令民知所避就。当此之时，一日而遇七十毒。”

〔二〕不刊 不删掉。刊，删落。

〔三〕长桑扁鹊 长桑君古贤者与医家，身怀秘方，传与秦越人。秦越人又名扁鹊，古名医，事见《史记·扁鹊传》。

〔四〕阳庆、仓公、张机、华佗 阳庆，战国末期齐国临淄元里人，精医术，传与仓公。仓公名淳于意，西汉初齐国临淄人，尽得公乘阳庆之术，事载《史记·仓公传》。张机即张仲景。华佗，见《三国志》之《方技传》。

〔五〕“王叔和”至“陶景之流” 王叔和名熙字叔和。王叔和名熙，见《千金要方》卷二十六《序论第一》及《太平御览》卷720，曾为魏太医令，卒于西晋，故通称晋王叔和。葛稚川即葛洪（281—341），名洪字稚川，东晋医药学家，著有《抱朴子》内外篇、《肘后方》，至今流传。皇甫谧（214—289），字士安，自号玄晏先生，著有《甲乙经》等书。范汪，晋代医家，字玄平，又称范东阳，著有《范东阳方》，又称《范汪方》，此书已佚，部分内容散见于《外台秘要》《医心方》中，有辑佚价值。胡洽，南北朝时北齐医家，原名胡道洽，广陵（今江苏江都）人，著有《百病方》，已佚。深师，南北朝宋齐间医家，善疗脚气，今其书不存。陶景，即陶弘景（456—536），南北朝时齐梁医药学家，将《神农本草经》与《名医别录》分类合编成《本草经集注》，已佚。为与“范汪、胡洽、深师”配成相同字数，故删“弘”字。林亿等《伤寒论序》亦有“如葛洪、陶景”之句，此乃古人行文陋习，不足为法。

〔六〕经方 《汉书艺文志》将中医与方药大别为二类，中医理论谓之“医经”，中医方剂谓之“经方”，凡十一家274卷，除《内经》外，余皆亡佚。此序文称“著为经方”，可知皆方剂之书。

〔七〕孙思邈（581—682） 唐初著名医药学家，《旧唐书》《新唐书》皆有传。

〔八〕其行事见诸史传 谓孙思邈之事绩见于新、旧《唐书》本传。

〔九〕辨论精博 辨析论述精确广博。

〔十〕仁宗皇帝诏儒臣校正医书 北宋仁宗（赵祯）、英宗（赵曙）两朝对医书进行大规模整理，把北宋以前许多重要医籍逐一校定，刻板颁行，为医家确定范本，嘉惠医业无穷。南宋王应麟《玉海》卷六十三云：“开宝修本草，兴国中纂圣惠方，皇佑（案，皇佑为宋仁宗朝年号）择取精者为简要集众方。嘉佑（按，仁宗朝年号）间命掌禹锡等校正医书，置局编修院，后徙太学十余年。补注本草，修图经，而外台秘要、千金翼方、金匱要略，悉从事印，天下皆知学古方书。”南宋陈振孙《直斋书录解題》卷十三《外台秘要》条云：“唐郾郡太守王焘撰，自为序，天宝十一载也。其书博采诸家方论，如《肘后》《千金》，世尚多有之。至于《小品》、深师、崔氏、许仁则、张文仲之类，今无传者，犹间见于此书。凡医书之行于世，皆仁庙朝所校定也。按《会要》：嘉佑二年，置校正医书局于编修院，以直集贤院掌禹锡、林亿校理，张洞校勘，苏颂等并为校正。后又命孙奇、高保衡、孙兆同校正。每一书毕，即奏上，亿等皆为之序，下国子监板行。并补注本草、修图经、《千金翼方》、《金匱要略》、《伤寒论》，悉从事印，天下皆知学古方书。呜呼！圣朝仁民之意溥矣。”

〔十一〕孝述前烈 记述前代的事业。烈，业。

【语译】我听说医药之学，历史已很悠久。上古神农氏教民播种五谷，亲尝百药，用五谷百药保养身体。黄帝岐伯君臣问答，传于永久，为万世大法。中古有长桑君、扁鹊，西汉有公乘阳庆、仓公淳于意，汉末有张仲景、华佗，晋和南北朝有王叔和、葛洪、皇甫谧、范汪、胡洽、深师、陶弘景等医药学家，共数十人，他们都以神农为师，撰写经方之作。到了唐代，有孙思邈氏，确实是一代良医，他的事绩载于《唐书》中。孙思邈写成《千金要方》三十卷，辨析论述精审博大，包括众家之学，远远高于前代诸医。但是他考虑《千金要方》所载内容可能有所遗漏，于是又写了《千金翼方》三十卷作为对《千金要方》的辅翼。这样，孙思邈的著作，可以称得上完备了。《千金翼方》流传到今天，错讹尤其严重，虽然有许多大学者，也不能辨析其中的讹误。

仁宗皇帝命令儒臣校正医书，我们现在就校定《千金翼方》。事物是复杂的，必须首先抓住它的要领，所以把《药录纂要》篇作为本书的开头；凡是治病，应该辨别药物的性味，所以其次写的是《本草》篇；人的诞生和发育，要凭借母亲的安康，所以接着写《妇人》篇；疾病的危急，没有比伤寒更为紧急的了，所以下面写《伤寒》篇；治好伤寒，才能养育少小，所以接着写《小儿》篇；人既长成，必须知道如何自我保养，所以下面写《养性》篇；养性首先要养气，养气首先要会避谷，所以下面写《避谷》篇；正气充盈才能

心安体闲，所以接着写《退居》篇；退居的人应当进行补养，所以接下来是《补益》篇；若是补养失宜，就会产生风邪之疾，所以接下来的是《中风》篇；风是百病之长，邪气沿着风邪侵入人体，所以下面写的是《杂病》篇，《杂病》篇下面是《万病》篇；治愈各种疾病，必须借助各种大药，所以接写《飞炼》篇；钟乳石性质坚硬，久服生热，所以接下来的是《疮痈》篇；诊候众多疾病，要从脉象和证候上寻找根源，所以接下来的是《色脉》篇；颜色与脉象既明，才能明白腧穴，所以接着写《针灸》篇，而把《禁经》篇作为结束。全书总共三十卷，目录一卷。

我们认为，晋朝有人想校正刊行《周易》及药方，与祖纳谈论此事，祖纳说：“辨析解释经典，纵然与别人所说不同，也不足以损伤风俗教化，至于汤药，如果解释有一点点不正确，后人受害就会不少。因此医药方剂是不可以轻易加以议论的。”我们不敢随便讲说主观之见，也不敢胡乱涂抹窜改。我们取自神农以来流行于世的医书与此书相对证，对于未达之处，只能等待后来者解释。此书已经校定完成缮写完毕，将送呈皇帝审阅。当今皇帝有天纵之才和深厚的仁慈之心，记述前贤的事业，把医书雕版刊行，拯救万民，使天下百姓之家得以收藏医书，人人知道学习医书，都能忠君孝亲，这正是皇帝的高尚理想。

太子右赞善大夫臣高保衡、尚书都官员外郎臣孙奇、太常少卿充秘阁校理臣林亿等谨上。

《千金翼方》序 唐逸士孙思邈撰

原夫神医秘术，至蹟参于道枢^{〔一〕}；宝饵凝灵^{〔二〕}，宏功浹于真畛^{〔三〕}。知关篇玄牝^{〔四〕}，著历之效已深。譬策天机，全生之德为大。稽炎农于纪箴^{〔五〕}，资太一而反营魂^{〔六〕}。镜轩后于遗篇^{〔七〕}，事歧伯而宣药力。故能尝味之绩，郁腾天壤，诊体之教，播在神寰，医道由是滥觞^{〔八〕}。时义肇基于此，亦有志其大者。高密问紫文之术，先其远者，伯阳流玉册之经^{〔九〕}，拟斯寿于乾坤。岂伊难老，俦厥龄于龟鹤，詎可蠲痼，兹乃大道之真以持身，抑斯之谓也。若其业济含灵命悬兹乎^{〔十〕}，则有越人彻视于腑脏^{〔十一〕}，秦和洞达于膏肓^{〔十二〕}，仲景候色而验眉^{〔十三〕}，元化剖肠而湔胃^{〔十四〕}，斯皆方轨叠迹^{〔十五〕}，思韞入神之妙，极变探幽，精超绝代之巧。晋宋方技既其无继，齐梁医术曾何足云。若夫医道之为言，实惟意也。固以神存心手之际，意析毫芒之里。当其情之所得，口不能言；数之所在，言不能喻。然则三部九候，乃经络之枢机，气少神余，亦针刺之钩轴。况乎良医，则贵察声色，神工则深究萌芽，心考锱铢，安假悬衡之验，敏同机骇，曾无挂发之淹^{〔十六〕}。非天下之至精，其孰能与于此？是故先王镂之于玉版，往圣藏之以金匱，岂不以营叠至道、括囊真蹟者欤？

余幼智蔑闻，老成无已。才非公干^{〔十七〕}，夙婴沉疾^{〔十八〕}；德异士安^{〔十九〕}，早缠痼瘵^{〔二十〕}。所以志学之岁^{〔二十一〕}，驰百金而徇经方；毫及之年，竟三余而勤药饵^{〔二十二〕}。酌华公之录帙^{〔二十三〕}，异术同窥；采葛生之《玉函》^{〔二十四〕}，奇方毕综。每以为生者，两仪之大德^{〔二十五〕}；人者，五行之秀气，气化则人育。伊人禀气而存，德合则生成，是生曰德而立。既知生不再于我，人处物为灵，可幸蕴灵心阙顾我

性源者。由检押神秘^{〔二六〕}，幽求古今，撰方一部，号曰《千金》，可以济物摄生，可以穷微尽性。犹恐岱山临目，必昧秋毫之端；雷霆在耳，或遗玉石之响，所以更撰方翼三十卷，共成一家之学。譬税輶之相济^{〔二七〕}，运转无涯；等羽翼之交飞，转摇不测^{〔二八〕}，矧夫易道深矣^{〔二九〕}。孔宣系十翼之辞^{〔三〇〕}，玄文奥矣。陆绩增玄翼之说^{〔三一〕}，或沿斯义。述此方名矣，貽厥子孙^{〔三二〕}，永为家训。虽未能譬言中庶^{〔三三〕}，比润上池^{〔三四〕}，亦足以慕远测深，稽门叩键者哉！倘经目于君子，庶知余之所志焉。

【校注】

〔一〕至蹟参于道枢 事物的规律从道家中参悟。至蹟，此指事物的规律。道枢，道家之机枢，道家的关键。

〔二〕宝饵凝灵 宝药凝聚着灵性。

〔三〕真畛 犹言道家的领域。畛（zhěn），界限，领域。

〔四〕关篇玄牝 插门的横木叫关篇，引申为约束。玄牝，道家指衍生孳育万物的本源。《老子》：“谷神不死，是谓玄牝。玄牝之门，是谓天地之根。”原文作“玄牡”，“牡”系讹字，今改为“牝”。

〔五〕纪箴 即记录，指文字记载。

〔六〕资太一而反营魂 太一，元气。《礼记·礼运》疏：“太一者，谓天地未分混沌之元气。”反，后来写作“返”。营魂，魂魄，心灵。《后汉书》卷十六《寇恂传》附《寇荣》上书：“惧独含恨以葬江鱼之腹，无以自别于世，不胜孤死首丘之情，营魂识路之怀。”又名营魄。《老子》：“载营魄抱一，能无离乎？”河上公注：“营魄，魂魄也。”屈原《远游》：“载营魄而登霞兮，掩浮云而上征。”注：“抱我灵魂而上升也。”

〔七〕轩后 轩辕黄帝。古史传说姓公孙，居于轩辕之丘，故名轩辕。

〔八〕滥觞 开始。

〔九〕高密问紫文之术伯阳流玉册之经 高密指郑玄（127—200），东汉高密人，字康成，精《京氏易》等。紫文，亦称紫书，谓道家之经典。老子字伯阳，见《史记·老子传》。玉册，此指《道德经》。

〔十〕含灵 指百姓。

〔十一〕越人彻视于腑脏 秦越人能看透人的脏腑。《史记·扁鹊传》：“（长桑君）乃悉取其禁方书与扁鹊。忽然不见，殆非人也。扁鹊以其言饮药三十日，视见垣一方人，以此视病，尽见五脏症结，特以诊脉为名耳。”

〔十二〕秦和洞达于膏肓 《左传·成公·十年》：“公疾病，求医于秦。秦伯使医缓为之。未至，公梦疾为二竖子，曰：彼，良医也。惧伤我，焉逃之？其一曰：居肓

之上，膏之下，若我何？医至，曰：疾不可为也。在育之上，膏之下；攻之不可，达之不及，药不至焉，不可为也。”医和秦国人，故称秦和。案，“和”与“缓”两字双声对转，“医和”与“医缓”实为一人。《左传·昭公·元年》之“医和”即《左传·成公·十年》之“医缓”。故孙思邈称洞视膏育者为秦国医和，而《左传·成公·十年》谓为医缓，尤可见医缓即医和。

〔十三〕仲景候色而验眉 皇甫谧《甲乙经序》：“仲景见侍中仲宣，时年二十余，谓曰：君有病，四十当眉落，眉落半年而死。令服五石汤可免。仲宣嫌其言忤，受汤勿服。居三日，见仲宣，谓曰：服汤否？曰：已服。仲景曰：色候固非服汤之诊，君何轻命也？仲宣犹不言。后二十年果眉落，后一百八十七日而死。”

〔十四〕元华刳肠而涌胃 华佗字元化。《三国志·魏书·方技传》云：“若病结积在内，针药所不能及，当须刳割者，便饮其麻沸散，须臾便如醉死，无所知，因破取。病若在肠中，便断肠涌洗，缝腹膏摩，四五日差，不痛，人亦不自寤，一月之间，便平复矣。”

〔十五〕方轨叠迹 两车并行曰方轨，车辙重叠曰叠迹。

〔十六〕挂发 《灵枢·九针十二原》：“知机之道者，不可挂以发。”挂发，极言迅捷危急。

〔十七〕公干 汉末作家建安七子之一刘桢字公干。曹植《与杨德祖书》：“伟长擅名于青土，公干振藻于海隅。”

〔十八〕凤婴沉疾 很早就被大病缠绕。婴，缠绕。

〔十九〕德异士安 皇甫谧字士安。

〔二十〕尪瘵(wāng zhài) 胫、背、胸弯曲之病。瘵，病。尪瘵即骨骼弯曲之病。

〔二一〕志学 十五岁曰志学之年。《论语·为政》：“吾十有五而志于学。”后因以十五为志学之年。

〔二二〕三余 空闲时间。《三国志·魏王肃传》：“颇传于世”注引《魏略》云：“（董）遇言当以三余。或问三余之意。遇言：冬者岁之余，夜者日之余，阴雨者时之余也。”后以三余泛指空闲时间。

〔二三〕酌华之录帙 从华佗的遗著中吸取知识。华公，指华佗。录帙，指华佗遗文。

〔二四〕采葛生之《玉函》 采用葛洪《玉函方》的内容。东晋葛洪除著《抱朴子》外，尚撰有《金匮药方》《玉函方》《神仙服食方》等，后三种均佚。

〔二五〕两仪 天地。

〔二六〕检押 亦作检押。矫正曰检押。汉王充《论衡·对作》：“孔子作春秋……所以检押靡薄之俗者，悉具致密。”

〔二七〕輶軋(níyuè 泥越) 大车车杠(轅)和衡相固着的销子。用于大车的销

予称轂，用于小车的销子称輗。輗輗连用表示事物的关键。《论语·为政》：“大车无輗，小车无輗，其何以行之哉？”

〔二八〕抐(tuān) 摇 盘旋而上曰抐。《庄子·逍遥游》：“鹏之徙于南冥也，水击三千里，抐扶摇而上者九万里。”“摇”指“扶摇”，旋风曰扶摇，简称“摇”。

〔二九〕矧(shěn 沈) 何况。况且。

〔三十〕孔宣系十翼之辞 孔宣指孔子。唐贞观十一年，诏尊孔子为宣父，于山东兖州修宣尼庙。又汉元始元年追谥孔子为褒成宣尼公，后因称孔子为宣尼，如《文选》左太冲《咏史诗之四》：“言论准宣尼，辞赋拟相如。”故知此文之“孔宣”指孔子。十翼，指《周易》的《上彖》、《下彖》、《上象》、《下象》、《系辞上》、《系辞下》、《文言》、《说卦》、《序卦》、《杂卦》称为十翼。传说十翼是孔子所写，系于卦辞之下。按，十翼非成于一人一时，非孔子所撰。

〔三一〕陆绩增玄翼之说 陆绩(187—219)三国时吴国吴郡人，字公纪，博学多识，《三国志·吴志》有传，著有《陆氏易解》。

〔三二〕貽厥子孙 《书·五子之歌》：“有典有则，貽厥子孙”。谓传给子孙。

〔三三〕中庶 指中庶子，官名。周之中庶子掌管诸侯卿大夫之子弟的教育管理，汉之中庶子为太子之属官，职如侍中，得亲近太子。

〔三四〕比海上池 上池指上池之水。《史记·扁鹊传》：“(长桑君)乃出其怀中药予扁鹊：饮是以上池之水三十日，当知物矣。”未沾及地面之水，如草木叶上的露水等谓上池之水。

【语译】探源神医之秘术，必须参阅道家的著作，宝贵的药饵凝结着灵异，它的巨大功效融合在道家的思想之中。欲知万物的关键和衍生万物的本源，史书已经记载很多。天资尽管十分聪敏，保全生命的安康最为重要。考察炎帝神农氏的事绩要借助于历史的载籍，犹如借助先天的元气而具有神魂魄一样。在历史的遗作中考镜轩辕黄帝的事绩，在敬奉歧伯的过程中使药物的作用得到宣发。所以神农氏尝味百药的功绩，可以上达天庭，黄帝歧伯诊视身体安危的教导，广播在神州大地，医道从此就产生了。医道从神农尝味百药、歧伯教民诊病开始，即有记载他们的教导的人存在。比如郑玄曾询问道家秘术，先求其遗文远旨；老子李耳(字伯阳)把《道德经》传于后世，这样才把使民长寿的道理宣布于天下。难道只有老子才能长寿，使他自己的寿命与龟鹤同龄吗？难道只有他才能除掉自己身上的疾病吗？其实老子是用道家的大道来保养自己身体的。称他寿比龟鹤，指的就是以道养生这个道理。至于以医业保全生民的寿命，民命之安危系于医生之手，史书不乏其人。如秦越人能洞视人的五脏六腑，医和洞晓晋侯的疾病已进入膏肓，张仲景看见

王粲的面色就预言他在二十年以后将眉落而亡，华佗能够剖肠洗胃，这些事实连绵相续。他们所以能够如此，是因为他们思维达于神妙境界，掌握疾病变化的规律，探讨到疾病的幽深情形，所以他们才具有精审超卓绝代的技巧。两晋刘宋时代的医术不能继承上代的优良传统，齐梁时代的医术更不足道了。至于所说的“医道”，实际上就是“心意”的意思。当灵感和神妙之思存于心手之际的时候，就能认识到毫芒之疾的内涵。当医生得到病情实况的时候，那种情形是，有口却说不出；得到病情所在的时候，用语言也不能说明白。尽管如此，三部九候，仍然是诊知经络的关键，正气少而神有余，这是进行针刺的良机。至于良医，还重视听声音观颜色，神医则能深刻把握住疾病的萌芽状态，一丝一毫的迟误都不会发生。如果不是天下最精于医道的医生，还有谁能达到这种境界呢？所以先王才把医学理论和方药镂刻在玉版上，过去的圣人才把医学理论和方药内容保藏在金属的柜子里，这岂不是因为他们经营和学习的是最好的理论、保藏的是最真实的治病规律吗？

我从小就智慧低浅，老而无成。我的才能不能与刘祯公干相比，可是却早早染上了重病；我的品德比不上皇甫士安，可是很早就大病缠身。所以我从十五岁开始就学习医药，宁可花费百金也要寻求经方秘术；到了老年，利用余暇勤制药饵以补益身体。我从华佗的遗篇中摘取内容，许多妙术得以看到；我采取葛洪的《玉函方》，使得奇方异法全部得以综合。我常认为活在世界上，是天地的好生之德所赐予，人也同时禀受了五行的秀气。五行的秀气变化结合，人因而得以发育。所以人是禀受了五行之气才生存下来的，天地的好生之德相结合，人才得以生长的，所以说人的生命是天地合德的结果，人才立于世上。人们都知道，人不可能有两次生命。人能处置万物，所以人为万物之灵，他胸中蕴藏着灵慧之心，但是人们缺乏颐养心性的知识，所以我从众多医方中寻求神功秘术，从古今医书中寻求正法，撰成一部书，名叫《千金要方》，此书可以救济生灵摄养性命，可以彻底了解世间微妙之事和保全性命。我恐怕面对着泰山，仍会有秋毫障目；虽有雷霆在耳，也许遗漏玉石之音。所以我又写了《千金翼方》一书三十卷，与《千金要方》合在一起，构成了一家之学。譬如车辆要凭借大大小小的插销才能连接起来，车才能运转得很远很远；鸟的羽毛和翅膀相互配合，才能高飞，盘旋而上，飞到很远很远的地方，更何况《周易》之道是那样深远难测呢？孔子在卦辞之下系以十翼之文，这些文字真深奥啊！三国时代的吴国人陆绩写了《陆氏易解》，补充解释玄妙的十翼内容，有人沿用陆绩解释《周易》的方法，用解《易》的

方法解释医术和方剂名称。我撰写《千金要方》和《千金翼方》是为了传授给子孙，永远作为家训。此书虽未能直达宫廷，犹如中庶子亲近皇太子，或者如同上池之水有益于扁鹊，但是此书却足以敬慕上古贤人和探测古代高深的医道，得到此书就可以找到从医的门径和求得开门之钥匙了。倘若此书被君子们所阅读，就会理解我的意思了。

千金翼方目录

唐逸士孙思邈 撰

卷之一

采药时节	(1)	消渴药品	(27)
药名	(4)	消食药品	(28)
药出州土	(8)	淋闭药品	(28)
用药处方	(21)	利小便药品	(28)
治风药品	(21)	止小便利药品	(28)
湿痹腰脊药品	(22)	明目药品	(28)
挛急痒曳药品	(22)	止泪药品	(29)
身瘙痒药品	(23)	目赤痛药品	(29)
惊痫药品	(23)	益肝胆药品	(29)
鬼魅药品	(23)	补养心气药品	(29)
蛊毒药品	(24)	补养肾气药品	(29)
痰实药品	(24)	补脾药品	(29)
固冷积聚腹痛肠坚药品	(24)	咳逆上气药品	(30)
.....	(24)	下气药品	(30)
腹痛胀满呕吐药品	(25)	霍乱转筋药品	(30)
胸胁满药品	(25)	肠痔药品	(31)
补五脏药品	(25)	鼠漏并痔药品	(31)
益气药品	(26)	三虫药品	(31)
长阴阳益精气药品	(26)	下部蟹 药品	(31)
补骨髓药品	(26)	崩中下血药品	(32)
长肌肉药品	(27)	女人血闭药品	(32)
坚筋骨药品	(27)	女人寒热疝瘕漏下药品	(32)
阴下湿痒药品	(27)		(32)