



序

人受天地之氣以生卽育
百物以養其生百物之名
不析則悞取性不識則悞
食悞者在幾微之間而人

之死生壽夭係焉神農有
憂之遂制頹鞭鞭草木而
嘗之一日而遇七十二毒

爰著本草三卷用以濟世
此本草之權輿也厥後葛

洪陶弘景諸公後先綴緝
增以註釋神聖羣僊互相
發明大暢厥旨明李時珍
集諸家之長撰爲本草綱
目復於綱目內擇其切於

日用者另爲一編曰食物
本草美備精詳有功於世
不小子年來二豎爲崇切
知病由口入故於日用飲
食間殊切戒嚴但苦綱目

太繁而他本太簡因廣輯
羣書除近時坊刻十餘種
外博求往古如淮南王崔
浩之食經竺暄之膳飴養
療遜思邈之古今食治孟

月三
說之食療陳良士之食性
筭殷之食經心鑑婁居中
之食經通說陳直之奉親
養老吳瑞之日用本草汪
穎之食物八類寧原之食

鑑周憲王之救荒本草一
一窮蒐摘其精要益以見
聞著爲是編末後附以日
用家鈔脉學秘傳俾世之
讀是書者人人可以鑑物

窮理庶不致名不析而悞
取性不識而悞食以戕其
生矣堯天舜日之民盡登
於仁壽之域不才放廢終
老山林所恃操三寸不律

黼黻太平者惟此而已

西湖沈李龍雲將氏題於
欲靜樓

寄

康熙辛未孟春梓於金陵

之抱青閣



食物本草會纂

凡列

一人爲萬物之靈原資萬物以養其生凡天壤間食物有關日用者細分品類無不備載使讀之者知有物必有則庶不負天生蒸民之意其無關於日用及怪誕罕見者槩從簡畧

一本草一書自神農首著至今不下數十百種廣爲蒐輯自不待言獨烹飪一事往往庖丁婦豎具有

隻見茲集不恥下問委曲諮詢凡親試經驗者一

一附入用滋悅口亦耕當問奴織當問婢之意也

一食物有氣味主治功用禁忌諸端茲先詳臭味用

口次詳主治用口次詳附方用○間附禁忌悉仍

原本以表先王軫念民瘼利人濟物之至意

一近來坊刻除太繁太簡槩不具論惟施山公所輯

得綱目之旨要但山公所著不載火部果部不載

葡萄介部不載玳瑁牡蠣海蝨吐鐵殊為缺陷至

如火部之烟草水族之江瑤柱諸書多未及載茲特盡爲補入以佐諸刻之不逮

一每類名題之下俱用細書備載諸家註釋及生物原始使食之者飲水知源悉其典故至採用諸書有仍其名氏者有恐篇帙太繁槩從刪節者大約廣蒐博採務求詳盡取要刪繁言歸雅飭耳

一天地生物之奇有似是而非良毒大異者有時地稍殊美惡迥別者變幻無方攸關民命不憚細爲

詳晰其一事一物新奇典雅堪佐詩文採用者旁
加圈點以備文人不時之需

一同一時也同一物也有彼治之異常可口此治之
醜惡不堪物類相感失其調制故也茲特將治物
秘方另爲一帙附於日用家鈔卷內以備詳察

一是書之作原以備四民之日用非爲醫林而設但
恐行旌旅次僻野窮鄉謫劣庸醫悞人不少特將
藥性脉理一一附載亦明哲保身之要務也

一著書立言往往令讀之者欲睡欲卧非衆論繁蕪
罔所拆衷卽詞旨沉晦無可咀嚼故也茲集考核
精詳言簡而暢不特以正性命兼可以悅心目頗
費匠心幸毋忽視

西湖沈李龍雲將氏謹識



西陽太守李斯遂後世

費司公帝我感願

故者言信而無不辭以玉封命兼百

國天將次其精旨武靈燕西

一