

攝生眾妙方

攝生眾妙方卷之十一

明四明張時徹維靜集

子嗣門

總論

盡萬物而觀之山無不草木地無不黍稷人無不生育
要之得其養耳得其養則礪者肥瘠者以沃草木何懼
乎不蕃黍稷何懼乎不秀夫人亦由是也苟形質強壯
而嗜慾無節久之不免虛衰賦稟怯薄而攝養有道終
焉亦能完實不特少健而老衰早壯而晚憊滋培保護

之間固可以挽秋冬而復春夏也昔者名醫羅天益云
戊午春桃李始華雨雪厚寸一園叟令舉家擊樹墮雪
焚草於下是年他果蕭然而此園大熟然則天地之氣
尙可以力轉移於人之身豈無所用其術哉橋乃不慙
愚昧積以平日所聞縉紳方士之說質諸古今名家論
議著爲調理精血直指真源男女服藥三論陰陽虛實
四圖合用方法三十五道附錄經驗祕方號曰廣嗣要
語精切曉明纖芥弗隱信此以行將見天下無不父之
男無不可母之女而螽斯之應比屋皆然矣

調理精血論

求嗣之要在乎男精女血充滿而無病也苟或病焉必資明醫而證調之夫精者血也水也陰也蓋以有形言之也有形而能射者則又爲氣爲火爲陽所使然也論曰孤陽不生獨陰不成無陰則陽無所附無陽則陰無所依是精兼氣血兼水火兼陰陽總屬腎與命門二脈以沈靜爲平若見命門脈微細或絕陽事痿弱是爲陽虛法當補陽若見命門脈洪大鼓擊陽事堅舉是爲相火妄動法當滋陰制火啟玄子云壯水之主以制陽光

正此謂也若見腎脈洪大或數遺精尿血是爲陰虛法當補陰若見腎脈虛微太甚別無相火爲病法當陰陽雙補之夫經者血也水也陰也假火色而爲赤也兼氣而行依陽以運亦若精之兼氣血兼水火兼陰陽者也其候以一月爲期上應月之盈缺故名月水應其期則平失其期則病先期者血熱也過期者血虛也過期而色淡者有痰也或曰虛也經行而成塊者血之凝也或曰風冷乘之也將行而作疼者氣之滯也行後而疼者氣血俱虛也經水紫黑色者氣血俱熱也雖然又當察

其時之寒暄脈之遲數證之冷熱平而調之以復常候不可一途而取夫男女精血既充別無他疾惟守投虛之法是爲知要

直指真源論

結胎者男女精血也男屬陽而象乾乾道資始女屬陰而象坤坤道資生陽主動故能施與陰主靜故能承受夫動靜相參陰陽相會必有其時乃成胎孕凡經盡一曰至三日新血未盛精勝其血血開裏精精入爲骨男胎成矣四日至六日新血漸長血勝其精精開裏血血

入居本女胎成矣六日至十日鮮有成者縱成亦皆女胎欲求子者全在經盡三日以裏交合如俛首拾芥萬舉萬當斯時男女無暴怒毋醉飽毋食炙燂辛熱毋用他術贊益陰陽和平精血調暢交而必孕孕而必育育而爲子堅壯強壽至真切要在此數語受娠之後宜令鎮靜血氣安和則胎孕長養又須內遠七情外薄五味大冷大熱之物皆在所禁苟無胎痛胎動漏血瀉痢及風寒外邪不可輕易服藥亦不得交合陰陽觸動慾火未產則胎動不常旣產則胎毒不已降生之後攝養一

如胎前蓋母食熱則乳熱母食寒則乳寒母食膏粱熨
烈之物則乳毒有是數者子受其害矣求嗣之道誠不
出此然源頭一節尤當研究男子十六而精通必三十
而娶女子十四而天癸至必二十而嫁皆欲陰陽二氣
完實或精未通而御女經始至而近男未完而傷未實
而動根本既薄枝葉必衰嗣續豈能蕃衍先儒嘗言寡
慾則有子蓋寡慾則不妄交合積氣儲精待時而動故
能有子愚謂不止此爲寡慾凡心有所動卽是慾心主
血而藏神屬手少陰腎主精而藏志屬足少陰心神外

馳則腎志內亂其於交會之際殊無靜一清寧之氣所泄之物同歸腐濁而已安能發育長養於其間哉書曰人心惟危道心惟微夫能精一道心俾常爲一身之主則邪思妄念自爾退聽慾寡而神益完不惟多子抑亦多壽蓋養生尤貴於寡慾故也

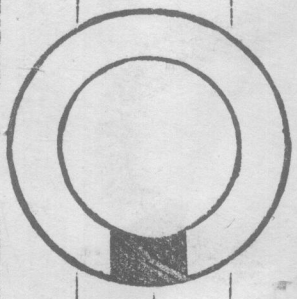
男女服藥論

男子以陽用事從乎火而主動動則諸陽生女子以陰用事從乎水而主靜靜則眾陰集故治男子無過溫熱以助其陽治女子無過寒涼以益其陰古人黃蘗知母

之藥每用於男子而乾薑艾葉之劑恒施於婦人男女
陰陽自然之體固有不得而同者至於七情內傷六淫
外侵發爲諸病治熱以寒制寒以熱隨症推移安能執
此但男女嗣續稍遲雖無疾病當加調護男子陽動之
體惟慮合而易失未獲中其肯綮女人陰靜之質多苦
交而弗孕遂其生成由是培養之術若不可廢在男子
則用思仙丹收固真陰以爲持久之計在女子則
用啟榮丸鼓作微陽以爲發育之基竊觀古今種子諸
方不偏於寒卽偏於熱務張其功以矜世不析其理以

示人往往服之反致求全之毀故述二方以爲世之求嗣者助焉

實陽能入虛陰之圖



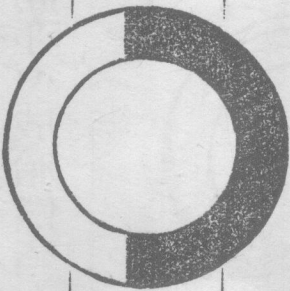
成胎

實陽能入虛陰謂男子陽精充實適值女人經後血海虛靜子宮正開與之交合是謂投虛一舉而成胎矣
經盡一日交會者成男二日者成女三日成男四日成

女五日成男六日成女取奇陽偶陰之義過六日無用
矣 大抵前三日新血未盛精勝其血血開裏精必成
男胎後三日新血漸長血勝其精精開裏血多成女胎
交合得夜半後生氣時有子皆男而壽

實陰不能受陽之圖

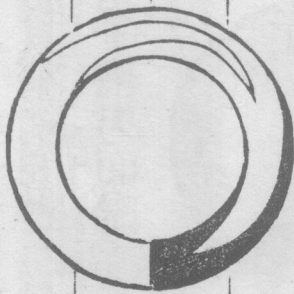
妄施



實陰不能受陽謂女人經盡六日之後新血方盛血海

指生男女方
充滿若與交合以實投實多不成胎 又有婦人素稟
怯弱雖經後旬日血海未滿亦復成胎然皆女子亦血
勝其精故也

微陽不能射陰之圖



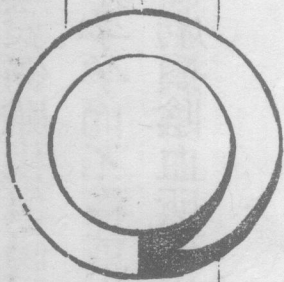
治男

微陽不能射陰謂男子陽精微薄雖遇女人血海虛靜
之曰流而不射多不成胎蓋因平時嗜慾不節施泄太

多所致法當補益精元兼用工夫存養無令妄動候陽
精充實方授投虛之法一舉而成矣 兩尺脈六或數
小便常赤未交易興既交易泄或自遺夢遺真精不固
治在補陰 兩尺脈微或遲小便常清陽事不舉勉力
入房未竟先痿或所泄清冷微薄治在補陽

弱陰不能攝陽之圖

治女



弱陰不能攝陽謂女人陰血衰弱雖投真陽強盛之精不能攝入子宮是以交而不孕孕而不育或因病後產後經後將理失宜勞動過節虧損陰血所致治宜調經養血

調元

陽虛右尺命門脈微細陽痿精清還少丹巨勝子丸
陰虛左尺腎脈洪大或數遺精尿血淋澀等症丹溪大補陰丸補陰丸加味虎潛丸 相火妄動陽事數舉右尺命門脈洪大此爲水不勝火與陰虛同治法補陰則

火自降也陰陽俱虛兩尺脈微弱無力真精清薄八味丸補天丸

調經

先期者血熱四物加芩蓮之類 過期者血虛四物加參芪白朮陳皮之類 過期而色淡者有痰二陳加芎歸之類 經水紫黑色及有塊者血熱四物加芩連香附之類 若見腎肝脈遲微小腹冷痛者屬寒四物加炒乾薑之類 將行而作疼者血實氣滯四物加醋炒莪朮玄胡索木香煨熱加黃連柴胡或四物加桃仁紅

花香附之類 行後而作疼者氣血俱虛八物湯 經
行不止四物加阿膠地榆荆芥穗之類

安胎

胎痛乃血少四物加童便製香附其爲末紫蘇湯調下
有所激觸而痛者芎歸湯探之 胎動屬火四物加條
芩之類 胎動不安及下血集驗方秦朮湯 胎動下
血或因房室不節有所觸動四物加膠艾條芩白朮之
類 妊娠惡阻肥人有痰瘦人有熱胃氣不安人參橘
皮湯保生湯集驗青竹茹湯懷胎不問幾個月日但覺