

52
52

新文豐出版公司印行

新刊
京本
活人心方
醫學源流

神仙服餌
短要方

明・涵虛子等撰

新刊 京本活人心方
醫學源流
神機要方

新文豐出版公司印行

中華民國七十六年十二月台一版

版權



所有

新刊
京本活人心方
醫學源流
·
神仙服餌
短要方

精裝一冊基價一〇・〇元

撰著者 涵虛子 等

發行人 高本 釗

發行所 及新文豐出版公司

公司：臺北市雙園街九十六號
電話：三〇六〇七五七・三〇八八六二四
門市部：臺北市羅斯福路一段二十號八樓
電話：三五一五二九三・三四一五二九四
台北郵政三六四三信箱
登記證：局版臺業字第一〇六四九號
郵證劃撥：〇一〇〇四四二一六號

明・涵虛子撰

新刊京本活人心方

新刊京本活人心方二卷，明涵虛子撰，朝鮮刊本。

凡治病有二：至人治於未病之先，曰治心，曰修養；醫家治於已病之後，曰藥餌，曰砭熨。雖治法有二，而其病源則一，皆因心而生也。本書述此二者，編爲上下二卷，曰活人心，合於治疾先治心之義也。

首載臞仙活人心序，次目錄，卷上記補養飲食，卷下則錄玉笈二十六方、加減靈秘十八方，另附方二首，末則有竹溪山人題記一則。用此一書，可致醫道，可臻壽域，可成仙道，實爲道家養生之寶典也。

自
立
文
昌
千
載
永
懷



自
立
文
昌
千
載
永
懷

出版說明

醫也仁術，其言五運六氣，所以除疾疢而保性命，醫書之流傳，益可恢宏其仁，是乃利物濟民之寶也。而天地之間，固粗糙易得，精緻難求；自古而今，醫家之書不知凡幾，其精者鮮矣，字句差之毫釐，湯藥小小不達，則後人受弊之深，豈惟千里計哉？故本公司一向殫力於此，不敢稍忽，已精心發行之中醫名著達數百種，並皆少見之珍本，嘉惠杏林，良有以也。

此次由香港陳純仁中醫師大力推薦，提供精選故宮珍藏之古代善本醫書書目，承國立故宮博物院惠借影印刊行，凡三十四種，計精裝五十二冊。搜羅繁富，上自炎昊，下逮里巷，且板本皆爲罕見不傳之秘本、善本，年代蓋不出唐宋元明。要能會其真意，斟酌臨時，期於賢哲耆宿有所助益，而醫道可望光大，斯爲天下之大幸焉。

又
本系列珍本醫書之出版流播，特承國立故宮博物院惠助，謹此
致謝

新文豐出版公司 謹啓

中華民國七十六年十月

目錄

新刊京本活人心方

臘仙活人心序	〇〇一	補養飲食	〇四五
原目	〇〇五	下卷	〇五五
上卷	〇〇九	玉笈二十六方	〇五五
中和湯	〇一三	至聖來復丹	〇五五
和氣丸	〇一四	歸神丹	〇五六
養生之法	〇一六	玉樞丹	〇五七
治心	〇二三	辟異錠子	〇六一
導引法（并圖）	〇二五	捉虎丹	〇六二
去病延壽六字法	〇三七	還元丹	〇六四
保養精神	〇四三	九仙奪命丹	〇六五

精天下第二下部藥	〇六六	濟陰丹	〇七七
玉露丸	〇六七	續液膏	〇七八
金鎖丹	〇六八	神授東華益壽膏	〇七九
靈寶丹	〇六九	加減靈秘十八方	〇八三
感應丹	〇六九	防風通聖散	〇八三
玄靈散	〇七〇	小續命湯	〇八九
天漿	〇七一	平胃散	〇九二
玉關金鎖匙	〇七二	理中湯	〇九六
青龍膽	〇七二	甘桔湯	〇九九
一笑散	〇七二	小柴胡湯	一〇一
神功散	〇七三	不換金正氣散	一〇五
神靈丹	〇七四	十神湯	一〇七
南極延生湯	〇七四	生料五積散	一〇九
丹房奇術	〇七五	二陳湯	一一一
魚刺并骨鯁在喉者	〇七五	參蘇散	一一四
四炒枳殼瓦	〇七六	香蘇散	一一五

神仙服餌

經驗對金飲子	一八	烏藥順氣散	一二九
加減玄武湯	一一一	四物湯	一三二
五苓散	一二三	附錄：香薷散	一三七
四君子湯	一二五	椒豉丸	一四一
卷一 神仙統論	一四五	採茯苓方	一五六
神仙服草木藥上	一四五	鍊茯苓方	一五六
採松脂方	一四六	延年茯苓散方	一五七
鍊松脂方	一四八	輕身不老茯苓丸方	一六一
絕穀升仙不食方	一五一	卷二 神仙服草木藥下	一六七
服松根方	一五一	吳眞君服椒方	一六七
服松葉方	一五一	張果先生服杏仁方	一六七
服栢實方	一五二	李八伯杏金丹方	一六八
服栢華方	一五三	輕身延年仙朮丸方	一六九
又仙人服栢葉滅穀方	一五四	去風潤肌枸杞散方	一七〇

明目駐顏枸杞煎方	一七〇	益壽延年胡麻散方	一七六
延年返老胡麻丸方	一七一	河上公芡實散	一七六
助氣固精二精丸方	一七一	蒼朮木瓜丸方	一七七
延年補益黃精丸方	一七一	輕身散方	一七七
兔絲子方	一七二	回素散方	一七七
黃精酒方	一七二	祕元丹方	一七八
神枕方	一七二	神應丸方	一七八
七精散方	一七四	消陰保真護命丹方	一七八
四扇散方	一七五	野雲漿方	一七九
長年保命地髓散方	一七五	覽聖丹方	一七九
輕身延年靈仙散方	一七五	益壽地仙丸方	一七九
還年復命松實丸方	一七六	神仙辟穀論及方	一八〇

醫學源流

序	一九一	五帝	二〇五
三皇	一九七	殷	二〇五

周	二〇六	梁	二三八
秦	二〇七	後魏	二四〇
西漢	二一三	後周	二四〇
東漢	二一六	隋	二四一
魏	二一八	唐	二四二
吳	二二〇	五代	二五一
蜀	二二三	宋	二五一
西晉	二二五	金	二七六
東晉	二二九	元	二八一
南宋	二三一	附遺	二八八
齊	二三五	跋	二八九

短要方

諸病加減十方	二九三	諸病通用抄方	三〇〇
識證加減廿一方	二九六		

羅仙活人心序

昔在太昊之先軒岐未曾有大乙氏之王天下
也調養鴻之炁薄啗味寘嗜慾修長生久視之
道其修養之法已有矣巢氏博生咀華以和氣
血藥餌之說已有矣陰康氏時水瀆陰凝民疾
重墜乃制舞以疎氣血導引之術已有矣故人
無夭傷大朴既散民多疾厄厥後軒轅氏作岐
伯氏出而有醫藥之方行焉故至人治於未病
之先醫家治於已病之後治於未病之先者曰
治心曰修養治於已病之後者曰藥餌曰砭燭

雖治之法有二而病之源則一未必不由目心
而生也老子曰心為神主動靜從心心為綱本
心為道宗靜則心君泰然百脉寧謐動則血氣
昏亂百病相攻是以性靜則情逸心動則神疲
守真則志滿逐物則意移意移則神馳神馳則
氣散氣散則病生病生則殞矣雖常俗之語最
合於道妙今述其二家之說自成一家新話編
為上下二卷目之曰活人心謂常存救人之心
欲全人之生同歸於壽域也豈以補苴然之世
醫書各家所編者何啻千本紛然雜具徒多無

補但此書亦雖不多皆能奪命於懸絕雖司命
莫之神也尤為醫者而能察其受病之源而用
之止此一書醫道足矣人能行其修養之術而
用之止此一書仙道成矣何況不壽乎士之於
世不可缺焉前南極冲虛妙道真君臞僊書

活人心方目錄

補養飲食

稻湯

薯蕷酒

地黄酒

戊戌酒

乳粥

地黄粥

鹿角粥

山薯粥

山薯羹

鹿羹

牛羹

糊犬

糟蒸猪肚

玉笈二十六方