

發雪居重訂遵生八牋卷之五

景陵鍾

惺伯敬較閱

卯啻詔囑牋

牋

秋三月調攝總類

禮記西方曰秋。秋者愁也。愁之以時察守義也。
太元經曰。秋者。物皆成象而聚也。管子曰。秋
者陰氣始下。故萬物收。淮南子曰。秋爲矩。矩
者所以方萬物也。漢律志曰。少陰者。西方也。

西者遷也。陰氣遷落。萬物變也。當審時節。宜調攝以衛其生。

子由欽乃成熟

立秋金相。秋分金旺。立冬金休。冬至金廢。立春金囚。春分金死。立夏金歿。夏至金胎。言金孕于火土之中也。

臞仙月占主疾

七月甲子日忌雷。主多暴疾。晦日忌風。主多癰。
八月秋分後。忌多霜。主病。
九月忌行夏令。主多飢噉。

煉月氣數主屬山圖



秋曰三秋、九秋、白藏
 氣白而藏萬物也
 素秋、素商、高商
 天曰旻天、零也、之淵
 風曰商風、商飈、素風
 凄風、高風、涼風、悲風
 清風、激風
 景曰朗景、澄景、清景
 時曰凄辰、霜辰
 節曰素節、商節
 草曰衰草、白草
 不曰踈木、哀林、霜林
 霜林、踈林

肺神圖

神名皓華，字虛成。

肺之狀爲虎，主藏

魄，象如懸磬，色如

緋，映紅，生心上，對

胃，有六葉，脈出于

少商。

少商，右手大指

寸內側，土甲二

分，許省之中。



肺臟秋旺論

肺屬西方金，爲白帝神，形如白虎，象如懸磬，色如縞，映紅居五臟之上，對胃，若覆蓋然，如爲華蓋。肺者教也，言其氣教鬱也。重三劬三兩六葉兩耳，總計八葉。肺爲脾子，爲腎母。下有七魄，如嬰兒，名尸狗、伏尸、雀陰、吞賊、非毒、除穢、辟臭，乃七名也。夜臥及平旦時，叩齒三十六通，呼肺神。及七魄名，以安五臟。鼻爲之宮，左爲庚，右爲辛。在氣爲咳，在液爲涕，在形爲皮毛也。上通氣至

腦戶。下通氣至脾中。是以諸氣屬肺。故肺爲呼吸之根。源爲傳送之宮殿也。肺之脈出于少商。又爲魄門。久臥傷氣。腎邪入肺。則多涕。肺生于右。爲喘咳。大腸爲肺之府。大腸與肺合。爲傳瀉行導之府。鼻爲肺之宮。肺氣通則鼻知香臭。肺合于皮。其榮毛也。皮枯而毛落者。肺先死也。肺納金。金受炁于寅。生于巳。旺于酉。病于亥。死于午。墓于丑。爲秋日。爲庚辛。爲申酉。其聲商。其色白。其味辛。其臭腥。心邪入肺。則惡腥也。其性義。

其情怒。肺之外應五嶽。上通太白之精。于秋之
王日。存太白之炁。入于肺。以助肺神。肺風者。鼻
卽塞也。容色枯者。肺乾也。鼻痒者。肺有虫也。多
恐懼者。魄離于肺也。身體黧黑者。肺炁微也。多
怒氣者。肺盛也。下而寒者。肺勞也。肺勞則多睡。
好食辛辣者。肺不足也。腸鳴者。肺炁壅也。肺邪
自入者。則好吸。故人之顏色瑩白者。則肺無病
也。肺有疾。用咽以抽之。無故而咽不祥也。秋三
月金旺。主殺萬物枯損。故安其魄。而存其形者。

當含仁育物。施惠歟。容藏陽分形。萬物收殺。雀
臥鷄起。斬伐草木。以順殺氣。長肺之剛。則邪炁
不侵。逆之則五臟乖。而百病作矣。

相肺臟病法

肺病熱右頰赤。肺病色白而毛稿。喘咳炁逆。臂
背四肢煩痛。或夢笑人交合。或見花旛衣甲。日
月雲鶴貴人相臨。肺虛則炁短。不能調息。肺燥
則喉乾。肺風則多汗。畏風吹如炁喘。旦善暮甚。
病炁上逆。急食苦以泄之。又曰宜酸以收之。可

辛以補之。苦以瀉之。禁食寒。肺惡寒也。肺有病
不聞香臭。鼻生瘰肉。或生瘡疥。皮膚燥痒。炁盛
咳。唾吐膿血。宜服排風散。

排風散

用治皮膚瘡癬疥癩。氣滿咳嗽。涕唾稠嚴。

人參 三錢

丹參 五分

防風 三錢

天雄 三錢

秦艽 三錢

山茱萸 三錢

沙參 二錢

虎骨酥炙 五錢

山藥 五錢

天麻 六錢

羌活 三錢

右爲末、食前米飲調服三錢爲丸亦可。

修養肺臟法

當以秋三月朔望、旭旦向西平坐、鳴天鼓七飲

玉泉三

註云飲玉泉者以舌抵上腭待其津生滿口嗽而嚥之凡三次也

然後瞑目正心思吸兌宮白炁入口七吞之閉

氣七十息此爲調補神氣安息靈魄之要訣也

當勤行之

六氣治肺法

吐納用咽以鼻微長引炁以口咽之勿令耳聞

皆先須調氣令和。然後咽之。肺病甚大。咽三十遍。細咽三十遍。去肺家勞熱。炁壅咳嗽。皮膚燥痒。疥癬惡瘡。四肢勞煩。鼻塞。胃背疼痛。依法咽之。病去卽止。過度則損。咽時用雙手擎天爲之。以導肺經。

肺臟導引法 七八九月行之

可正坐。以兩手據地。縮身曲脊。向上三舉。去肺家風邪積勞。又當反拳。搥背上。左右各三度。去胸臆閉。炁風毒。爲之良久。閉目叩齒而起。

黃帝製護命茯苓丸

黃帝曰秋三月治病如何岐伯曰當服補腎茯苓丸主治腎虛冷五臟內傷頭重足浮皮膚燥痒腰脊疼痛心胃咳逆口乾舌燥痰涎流溢惡夢遺精尿血滴瀝小腹偏急陰囊濕痒喘逆上壅轉側不得心常驚悸目視茫茫飲食無日漸羸瘦醫不能治此方奇効

茯苓 一兩

防風 六錢

白朮 一兩

細辛 三錢

山藥 二兩

澤瀉 四錢

附子

五錢 炮便製

紫菀

五錢

獨活

五錢

芍藥

一兩

丹參

五錢

桂

五錢

乾薑

三錢

牛膝

五錢

山茱萸

肉五錢

黃芪

一兩

苦參

三錢

右爲末、蜜丸如桐子大、先服每七九日再服。

秋季攝生消息論

秋三月、主肅殺、肺炁旺、味屬辛、金能尅木、木屬肝、肝主酸、當秋之時、飲食之味、宜減辛增酸、以養肝氣、肺盛則用咽以泄之、立秋以後、稍宜和

平將攝但凡春秋之際故疾發動之時切須安
養量其自性將養秋間不宜吐并發汗令人消
爍以致臟腑不安惟宜針灸下痢進湯散以助
陽氣又若患積勞五痔消渴等病不宜吃乾飯
炙燂并自死牛肉生鱠鷄猪濁酒陳臭醃醋粘
滑難消之物及生菜瓜果鮓醬之類若風氣冷
病痲癰之人亦不宜近若夏月好吃冷物過多
至秋患赤白痢疾兼瘧疾者宜以童子小便二
升并大腹檳榔五個細剉同便煎取八合下生

薑汁一合和收起。臍雪水一鍾。早朝空心分爲二服。瀉出三兩行。夏月所食冷物。或膀胱有宿水。冷膿。悉爲此藥祛逐。不能爲患。此湯多承炁。雖老人亦可服之。不損元氣。況秋痢。又當其時。此藥又理脚氣。諸炁悉可取効。丈夫瀉後兩三日。以茱白煮粥。加羊腎同煮。空心服之。殊勝補藥。又當清晨睡覺。閉目叩齒二十一。下嚥津。以兩手搓熱。熨眼數多。于秋三月行此。極能明目。又曰。秋季謂之容平。天炁以急。地氣以明。早臥。

早起與雞俱興使志安寧以弼秋形收斂神炁
使秋炁平無外其志使肺炁清此秋炁之應養
收之道也逆之則傷肺冬爲殭泄奉藏者少秋
炁燥宜食麻以潤其燥禁寒飲并穿寒濕內衣
千金方曰三秋服黃芪等丸一二劑則百病不
生

金匱要略曰三秋不可食肺

四時纂要曰立秋後宜服張仲景八味地黃丸
治男女虛弱百疾醫所不療者久服身輕不