

欽定四庫全書

子部

外臺秘要方卷三十七



南京中医药大学图书馆版权所有

外臺秘要方

石之精麤不同雖

所患其年代浸深訣錄

域必資靈助此蓋金丹

鏤道術存焉詳其羽化

唐 王燾 撰

志貪補養而法未精妙遂使言多鄙褻義益繁蕪每加披覽實長疑惑既子弟不得親授亦家童莫能曉了存諸左右殆謂闕如余宿上谷神栖心勿藥歲月云久經書粗通知文字之一失乃性命之深誤是以會集今古考量論訣取斷名醫都凡纂要建題篇目并五藏合氣經絡受病八風所中形候論訣兼諸家會同將息妙術及乳石丹與雜石壓理之法錄定倫次即以時代為先後今刪畧舊論纂集新要分成上下二卷可謂價重千

金比肩萬古垂之於後學豁若冰消者乎

薛侍郎服乳石體性論一首

中書侍郎薛曜論曰夫金石之性堅剛而急烈又性清
淨而惡滓穢凡服乳石訖即須以意消息尋檢舊法不
可無備忌也但人性或冷或熱或寬或急皆須量性將
衛不可輕有犯觸凡乳石一服之後常在腸胃若人氣
力衰石氣強即發動若人氣力盛石氣安即強健謹按
古法皆令五十以上始服乳石殊謂不然今驗所見年

少服者得力速兼無病患何以言者年少筋力滿盛飲食飽飲彌益精明壯健終無發理年歲遲暮氣候衰竭食飲失宜此石氣勝人無不發動歷觀得失莫過於此夫人年少縱不喫飲食血氣自強年老力微縱肉精細猶不可健以此言之足明古法疎矣凡人身血脈經行不絕如血脈微有滯處便於其處發瘡或發熱神氣昏悶必欲防之每朝及暮溫一兩盞清酒或可以生薑刮碎和少菜羹飲之令遍體熱薰薰又作熱羹粥飲之使

腸胃通利即石氣流行其初服石一二百日尤宜作此
將息是古法服石不取夏月只取冬月所以然者石有
發動與服時皆背此又殊乖通論今驗服石飲食失時
勞役過度立即發動豈待背時今立見將衛得宜並不
發動復見名醫平章服石之人常作熱將息懍發調適
乃易耳脫若石氣發動暫須宣洩服少冷藥使得轉瀉
若得通暢熱氣併除若常作冷將息脫若石氣發動用
冷藥無由得轉此一曲之說今古存之但欲廣聞見爾

其將息皆須自量本性冷熱為候務取安穩不可拘執
古論捨已從人庶通幽君子以此為意也按本草石鍾
乳味甘溫無毒主欬逆上氣明目益精安五藏通百節
利九竅下乳汁益氣補虛損療脚弱疼冷下焦傷竭強
陰久服延年益壽好顏色不老令人有子不鍊食之令
人淋一名公乳一名蘆石一名夏石生少室山谷及太
山採無時蛇牀子為之使惡牡丹玄石牡蒙畏紫石蓂
草少室猶連嵩山也今第一出始興而江陵及東境名

山石洞亦皆有之唯通中輕薄如鶩翎管碎之如爪甲
中無鴈齒光明者為善長挺乃有一二尺者黃色以苦
酒洗刷則白仙經用之少俗法所重亦甚貴之謹按鍾
乳第一始興其次廣連澧朗柳等州者雖厚而光潤可
愛餌之並佳今硤州清溪房州三澗出者惡本草於始
作亞
興自餘非其土地不可輕服多發淋渴只可擣篩白鍊
衆之合諸草藥酒浸服之耳陶云鍾乳一二尺者謬說
也

李補闕研鍊鍾乳法一首

研鍊鍾乳法

取韶州鍾乳無問厚薄但令顏色明淨光澤者即堪入鍊唯黃赤兩色不任用欲鍊亦不限多少置鍾乳於金銀器中即以大鍋中著水沈金銀器於鍋中用火煎之常令如魚眼沸水減即添若薄乳三日三夜即得若麤肥厚管者即七日七夜候乳色變黃白即熟如疑生更煎滿十日最佳煮訖

出金銀椀其鎗內煮乳黃濁水弃之勿令人服服
必損人咽喉傷人肝肺令人頭痛兼復下利不止
其有犯者食猪肉即愈弃此黃水訖更著清水準
前更煮經半日許即出之其水色清不變即止乳
無毒矣即於瓷盆鉢中用玉鎚著水研之其鉢及
鎚須夾白練袋籠口稍長作之使鎚得轉兼通上
下每日著水攪令調勻勿使著鎚鉢即封繫練袋
自作字記勿使人開一即免纖塵入中二免研人

竊喫研覺乾澀即是水盡即便添水常令如稀泔
狀乳細者皆浮在上麤者沈在下復繞鎚鉢四邊
研之不及者即麤細不勻為此每日湏一開或二
開攪刮令勻勿使著鎚即得勻熟免有麤細研至
四五日狀若乳汁研指視之狀如書中白魚膩即
成自然光白便以水洗之不隨水落者即熟若得
水而落者即未成更湏研之以不落為限熟訖澄
取暴乾任將和藥及和酒空腹服佳

千金翼同

曹公草鍾乳丸法二首

主五勞七傷肺損氣急療丈夫衰老陽氣絕手足冷心中少氣髓虛腰疼脚痺體煩口乾不能食服之安五藏補腸胃能息萬病下氣消食長肌和中方唐尚書用之

鍾乳

二兩別研十日

吳茱萸

二分

石斛

菟絲子

各一兩酒浸別擣

右四味擣篩蜜丸如梧子空腹服七九日再服訖行數百步溫酒三合飲之復行二三百步口胃內熱熱如定即食乾飯豆醬過一日食如常須暖將息不用

聞見屍穢等氣亦不用食麤臭陳惡食初服七日內
勿為事過七日後任性然亦不宜傷多服過半劑覺
有效即相續服三劑終身更無所患欲多陽事者加
雄蛾三十枚若失精加菰蓉花三兩佳千金翼同
又鍾乳丸法

成鍊鍾乳

二十分

石斛

蛇牀子

各五分

人參

桂心

各四分

乾薑

三分

椒

三分汗去目并合口者

右七味搥四十八分計一十二兩以鍊白蜜和之擣

三千杵藥成丸如梧子空腹溫無灰清酒下二十五
九日再服如性飲宜加飲少許仍行三數百步即乳
氣溜下任食若能節量甚佳古法云令食乾飯得九
力速如覺熱衝上進一兩口飯行步消息良久任食
若能節食甚佳古法云令食乾飯豆醬不得過多不
可依古法終是節食忌行陽事最要能依此法將慎
補益之功不可具述終妙也

崔尚書乳煎鍾乳餌法二首

療風虛勞損腰脚弱補益充悅強氣力法

鍾乳三兩研如麵以夾綿練袋盛稍寬容急繫頭
內牛乳一大升中煎之三分減一分即好去袋空
飲乳汁不能頓服為再服亦得若再服即待晚間
食消時服之如能頓服即平朝盡服之不吐不利
若稍虛冷人即微下少瀉利亦無所苦明朝又以
一大升牛乳準前煎之依法服餌其鍊袋每煎訖
即以少許冷水濯不然氣不通洩如此三十度以

上四十度以下即力盡其袋中滓和麵飼母鷄取其生子食亦好不然用浸藥酒亦得若有欲服白石英並依此法若患冷人即用酒煎患熱人即用水煎若用水及酒例須減半乃好若用牛乳三分減一分補益虛損無以加之永不發動

千金翼同
忌在別卷

中

服乳粉法

乳小秤一兩分為兩服朝服夜盡無問多少一準

此法一兩為度凡服乳皆湏溫清酒服之常令酒
氣不絕為佳不得使醉吐唯湏少食日食一升許
飯得滿三日不出即乳不隨食下化為度三日外
任意作美食將息其乳多少任人貧富服之師云
服一斤百病自除二斤流及三世三斤臨死之時
顏色不變在土下滿五百年後乃成強壯人

通按
三日

不出謂三日不大便
使乳氣不下泄也

雜餌鍾乳丸散補益法二首