

已 344

921

養生三要

序

天地以陰陽二氣化育萬物萬物之中人為
最貴推蒼蒼者好生之心非不欲舉一世之
人一一躋之仁壽之域顧有時不無遺憾者
寒暑之偏散為沴厲秉賦之異分為強弱彼
蒼雖極慈愛能舉一世之人置之於覆幬之
內而必不能使一世之人同歸於仁壽之途
於是乎救弊補偏有需國手扶羸起瘠端賴

仁人此不為良相即為良醫古聖賢念切痼
療所以弭陰陽造化之缺陷也然則良相良
醫有以異乎曰無以異也良相本陰陽之調
變以一身握萬理之原良醫助天地之生成
以一手活萬人之命其事雖殊其功則一則
信乎醫道之通於治道而不可與尋常雜學
等量而齊觀也顧吾觀於世之業醫者而有
慨焉上古之世醫學肇於黃農之二人者古

聖人也商周以後名賢輩出自扁鵲和緩仲
景元化之屬下而至於國朝喻氏柯氏葉
氏吳氏之倫或極深研幾或著書立說其用
互異而其救危濟急之本旨則彼此無不相
同奈何延至於今世風日降嗜利誤人之徒
無論矣他如一知半解妄自懸壺淺見寡聞
漫思問世譎學者失之膚淺矜才者失之鹵
莽數者之弊造孽惟均方諸古聖賢之用心

相懸真如天壤矣嗚呼世有古今道有升降
欲於袞袞之中求良相固不可以旦夕幾欲
於庸庸之內覓良醫又豈可以屈指數哉江
都昌齡袁先生篤學力行之君子也幼有至
性以孝友聞於鄉里弱冠後勤學好問手不
釋卷湛深經術旁通諸子百家其於醫學一
途尤能實有心得生平診治病症一以古人
為法而神明變化師古而不泥古故偶一試

用輒能著手成春蓋他人之治醫名為濟世
寔則牟利利之為物能令智昏昌齡先生則
異是其一生之學問莫不原本於性情才大
如海而心細於髮一夫不治若已推而納之
溝中惟其以伊尹之心為心故能以岐黃之
學為學於何知之於其所輯醫門集要一書
而知之也今夫醫之為用所以拯救民命者
也醫學家之著書所以垂示後學者也或者

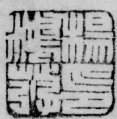
不察而藉此以為矜竒炫異之資於是書籍
愈多理論愈雜一或不慎流弊潛滋以天士
之慧悟而不免有指摘之端以丹溪東垣之
深邃而不免有溫涼偏倚之誚名賢如此何
論其他今觀先生所輯之書莫不鉤元提要
薈萃斯編所引醫師箴言諸條婆心苦口尤
為切中時病足為庸膚躁妄之輩痛下鍼砭
晴窗抽暇朗誦數周乃益知先生能以聖賢

之心為心宜其後福綿長直流被於孝子賢
孫而方興未艾也哲嗣樹珊卜居鎮城之西
精通數理冠絕儕輩發於河洛象數之學間
亦涉獵一二偶有疑義馳函相質輒蒙條晰
纓示弗稍吝教直諒多聞之友惟樹珊足以
當之茲蒙以尊甫所輯是編走訪見示屬
為弁言用付梨棗展卷之下如覩異珍既敬
仰先生殷殷救世之誠復以友誼所關諄

諳相屬孝思不匱溢於言表義不可以不文
辭爰撰斯序用副雅望以表先生利濟之心
且以為天下後世精研醫學者勉也

宣統二年庚戌二月中浣

賜進士出身晉封中憲大夫勅授承德郎吏
部主事加四級愚姪丹徒楊鴻發頓首拜撰



讀養生三要敬題

家學淵源有自來
父書能守嗣
君才一編珍
重傳梨棗
會見人
閒壽域開

昌黎撰述能提要
莊子南華論
養生陳義過高
知者鮮
此篇詞
旨極分明

喚醒癡迷釀太齷婆心苦口費
拶羅誰知人世生生理都被先
生指點過
奚須茹朮更餐芝吐納長生亦
大癡度與金鍼休膜視從前難
遇此良醫

世愚姪蘇澗寬拜藁



袁昌齡先生傳

君姓袁諱開昌字昌齡廣陵良醫也性端凝寡言
笑不慕榮利好讀書不間寒暑嘗曰范文正公有
言不爲良相當爲良醫人生不能致君澤民無已
其以醫濟世乎遂潛心岐黃家言見醫書輒節用
購置或假借抄寫久之醫學日進而通於神鄰有
煩服紅礬咸謀救無術君命服鴨血慶更生咸蕭
還衢疽發背勢將陷羣醫束手君投以補劑乃隆
然起復以火鍼刺之匝月愈吾郡有軍官某患禿
瘡髮盡落僉悞爲楊梅君曰此氣虛攻毒藥不可

服命服參芪髮竟復生又有胥姓婦病黃腫醫悉謂臞脹經數醫不瘳君按其脈曰孕也若何誤攻之乃授以扶胃安胎藥不三月生女一君醫之精類如此光緒乙未夏秋間時疫行死者眾君製藥濟貧民頗多全活噫君立願爲良醫以濟世今醫痊實繁君真可謂良醫而亦副其濟世之願矣生平喜閱醫宗金鑑謂其中正無偏故治疾悉遵古法而奏效亦因此君於醫眼科外科爲最精而治外症善用火鍼醫外精卜筮多奇中願不以此名家故居廣陵己丑春因愛吾郡江山遂徙居焉子

阜得君卜筮術名甚噪然亦知醫君晚輯醫門集
要八卷年五十五卒於吾郡

論曰語曰上醫醫國中醫醫人土君子不能出而
醫國僅僅醫人其心亦大可哀矣顧君之精於醫
祇在悉遵古法而中正無偏遂乃生死人而肉白
骨夫醫人且然況醫國乎今者歐風東漸喜新好
異之徒棄互古固有之綱常而習夷狄之邪說其
卽君鄰婦之服紅罽也而內患外難紛起迭乘又
卽君戚之疽發背也顧患難旣迫而政治愈亂更
卽誤以治楊梅者治禿瘡治臃脹者治孕婦也而

其源則在不遵古法好奇邪而惡中正安得君以
醫人者起而醫國乎而君僅以醫人傳不得爲良
相徒爲良醫也悲夫

丹徒後學李丙榮拜譔

養生三要目錄

衛生精義

善養延年

古今異壽之理

慈儉和靜四字可以延年

眠食二者爲養生之要務

陸清獻公不藥之益壽丸

衰老病死妻子不能代

治身養性務謹其細

養生以不傷爲本

風寒暑溼及酒食生冷均能致疾

殉利殉名

勿以有涯隨無涯

三毋三寡

無價之藥

治心

除妄

受形

本氣

津潤