

攝生必要卷四



石渠閣精訂攝生秘剖卷四

新安洪基九有參訂

龜鹿二仙膏

治虛損精極者。夢泄遺精。瘦削少
氣。目視不明等證。久服大補精髓。
益氣養神。

鹿角 二斤

龜板 一斤

枸杞子 六兩

人參 三兩

右將鹿角截碎。龜板打碎。長流水
浸三日。刮去垢。用砂鍋河水慢火
魚眼湯。桑柴煮三晝夜。不可斷火。
道深煎水。不可添冷火。三日取出。

晒乾碾爲末另用河水將末并枸
杞人參又煮一晝夜聽去渣再慢
火熬成膏初服一錢五分漸加至
二錢空心酒服

精氣神人身之三寶也經曰精生氣
氣生神是以精極則無以生氣以致

瘦削少氣氣弱則無以生神以致目
昏不明鹿得天地之陽氣最全善通
督脉足於精者故能多活而壽龜得
天地之陰氣最厚善通任脉足於氣
者故能伏息而壽其角與板又其身
聚精氣神之最勝者取而爲膏以補

之所謂補以類也。且二物氣血之屬。又得造化之玄微。異類有情。竹破竹補之法也。人參爲陽補氣中之怯。枸杞爲陰清神中之火。是膏一陰一陽。無偏攻之憂。入氣入血。有和平之美。繇是精日生而氣日旺。氣日旺而神

日昌庶幾享龜鹿之年矣故曰二仙
瓊玉膏

治乾咳神效

生地 一斤

白茯苓 三兩 研極細末

人參 一兩 五錢 白蜜 八兩

右以地黃將河水熬淨去渣入白

蜜再熬稠方下參苓朮和勻入磁
瓶用綿緞十數層加箆封瓶口

入砂鍋內以長流水淹沒瓶頸用

桑柴火煮三晝夜取出換油紙紮

口以蠟封固懸井中一日取起仍

煮半日白湯服

乾咳者有聲無痰之名也。火乘於肺
喉壅涇涇而塞故令有聲。病原於脾
者有痰。病不繇於脾故無痰也。易曰
燥萬物者莫熒乎火。相火一熒則五
液皆涸。此乾咳之繇也。故丹溪以地
黃爲君。令水盛而火自息也。按其肺

者益其氣故用人參以鼓生發之元
虛則補其母故用茯苓以培萬物之
本白蜜爲百花之精味甘歸脾性潤
悅肺且緩燥急之火四者皆溫良和
厚之品誠堪保重郭機曰起吾沉痾
珍賽瓊瑤故有瓊王之各示人知所

珍也。

十珍膏

主滋陰降火養血清肝

懷生地一斤酒洗

當歸身三兩酒洗

白芍藥炒

知母鹽酒拌炒

牡丹皮童便浸炒

地骨皮炒

天門冬去心

麥門冬

去心各

人參去蘆

生甘草

各五錢

右十味用卷二斗煎一斗去渣熬

煉成膏隨意服。

夫陰虛者未有水火動苦寒直泄之藥惟病端初起元氣未虛勢方蘊隆

脈鼓而數者。暫取治標。稍久。涉虛。便不可服。王太僕曰。治熱未已。而中寒更起。且足大陰傷。而絕肺金。孕育之原矣。斯以地黃爲君。知母爲佐。壯天一之水。以制丙丁。不與之直爭也。當歸芍藥。以沃厥陰。腎肝同治之法也。

水衰則火旺。是以二皮爲鈔，制火盛。則金衰。是以二冬爲屏，隨人參補。坐位之母。甘草生用。所以奉命承使。奔走贊成者也。

二冬膏

清心潤肺降火消痰

天門冬

去心
一斤

麥門冬

去心
一斤

右二冬入砂鍋水煎取汁再將渣
水煎以無味爲度入蜜熬成膏空
心白湯下二三匙

人之一身陰常不足陽常有餘况保
養者少作喪者多真陰旣虧邪火必

旺火旺則陰愈消而虛損痰咳煩渴
熱燥等證作矣故宜常滋其陰使陰
與陽齊則水能制火而水升火降斯
無病矣是膏用天冬清金降火益水
之源故能下通腎氣以滋陰且仙書
極贊其禦寒辟穀御女延齡其於養

生誠爲珍品。蓋腎主津液，燥則凝而爲痰，得潤劑則脂不燥而痰自化，亦治本之法也。更以麥冬氣薄主升，味厚爲陰，有清心潤肺之功，堪與天冬相並而施膏澤以濡其枯槁焉。

杞圓膏