

食
抄
本
州

古
子
題
卷

十
九

食物本草卷之十七目錄

草部一

二類

山草類

十八種

人參

黃精

黃耆

白朮

薺芎

桔梗

長松

地榆

萎蕤

肉蓯蓉

赤箭

白茅



石蒜

白蘼

柴胡

前胡

防風

土常山

隱草類

二十五種

白蒿

茵陳蒿

青蒿

牡蒿

蘼蒿

夏枯草

青葙

紅藍花

苦芙

惡實

藁耳

鬼草

何首烏

土茯苓

番紅花

臙脂

大小薊

木通

通草

白英

蘿藦

木蓮

千歲藥

豨薟

藟荷

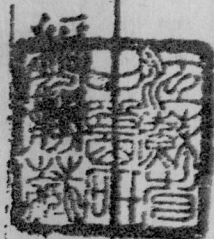
食物本草卷之十七目錄



食物本草卷之十七

元 東垣李 果

明 瀕湖李時珍 叅訂



草部

一

山草類

人參

生上黨山谷及遼東二月四月八月上旬
米根竹刀同曝乾無令見風根如人形者

有神。陶弘景曰上黨在冀州西南今來者
形長而黃狀如防風多潤實而甘其草一莖
直上四五相對生花紫色高麗人作人參讚
云三極五葉背陽向陰欲來求我根樹相象

假音假樹似桐甚大樹蔭覆處則參便多生
春時生苗多於深山背陰近假漆下濕潤處
初生小者三四寸許一桮五葉四五年後生
兩桮五葉未有花莖至十年後生三桮年深
者生四桮各五葉三月四月有花細小如粟
莖如絲紫白色秋後結子或七八枚如大豆
生青熟紅自落根如人形者神高麗百濟潞
州太行紫團山皆產今心州遼州澤州箕州
平州易州檀州幽州媯州并州並出人參蓋
其山與太行綿亘相接故也新羅國亦年常
貢獻但都不及上黨者相傳欲試上黨參但
使二人同丸一含人參一空口度走三五里
許其不含人參者必大喘含者氣息自如乃
真上黨參也○寇宗奭曰上黨者根頗纖長
根下垂有及尺餘者或十岐者其價與銀等
頗爲難得土人得一窠則置板上以新絲絨
飾之○李時珍曰上黨今潞州也民以人參
爲地方害不復采取今所用者皆是遼參其

高麗百濟新羅三國今皆屬於朝鮮矣其參猶來中國互市亦可收子於十月下種如種萊法秋冬采者堅實春夏采者虛軟非地產有虛實也遼多連皮者黃潤色如防風去皮者堅白如粉偽者皆以沙參薺芫桔梗采根造作亂之沙參體虛無心而味淡桔梗體實有心而味苦人參亦似之但味甘微帶苦自餘味俗名金井玉關也其似人形者謂之孩兒參尤多假贗宋蘇頌圖經所繪潞州者三桠五葉真人參也其潞州者乃沙參之苗葉心州兖州者皆薺芫之苗葉誤用之不惟無功反致乖戾不可不察

人參味甘微寒無毒主補五臟安精神定魂魄止驚悸除邪氣明目開心益智久服輕身延年又治五勞七傷虛損痰弱保中守神消痰治肺痿虛而多

夢紛紜。肺脾元氣不足。短氣少氣。止渴生津液。○

月池翁曰。人參生用氣涼。熟用氣溫。味甘補陽。微

苦補陰。氣主生物本乎天。味主成物本乎地。氣味

生成。陰陽之造化也。涼者。高秋清肅之氣。天之陰

也。其性降。溫者。陽春生發之氣。天之陽也。其性升

甘者。溼土化成之味。地之陽也。其性浮。微苦者。火

土相生之味。地之陰也。其性沈。人參氣味俱薄。氣

之薄者。生降熟升。味之薄者。生升熟降。如土虛火

旺之病。則宜生參。涼薄之氣。以瀉火而補土。是純



用其氣也。脾虛肺怯之病。則宜熟參。甘溫之味。以
補土而生金。是純用其味也。東垣以相火乘脾。身
熱而煩。氣高而喘。頭痛而渴。脉洪而大者。用黃蘗
佐人參。孫真人治夏月熱傷元氣。人汗大泄。欲成
痿厥。用生脉散。以瀉熱火而救金水。君以人參之
甘寒。瀉火而補元氣。臣以麥門冬之苦甘寒。清金
而滋水源。佐以五味子之酸溫。生腎津而收耗氣。
此皆補天元之真氣。非補熱火也。白飛霞云。人參
煉膏服。回元氣於無何有之鄉。凡病後氣虛。及氣



虛嗽者、竝宜之、有火者、合天門冬膏服之。

○附方

治聞雷卽昏。一小兒七歲聞雷卽昏倒不知人事。此氣怯也。以人參膏與服盡一斤。自後聞雷自若矣。

治離魂異疾。一人臥。自覺身外有身。一樣無別甚。屬怪誕。蓋人臥則魂歸於肝。此由肝虛邪襲。魂不歸舍。病名曰離魂。用人參龍齒各一錢。赤茯苓八分。水一盞。煎半盞。調飛過朱砂末一錢。每夜睡時

服十服後真者氣爽。假者卽去矣。

治噤口痢。用人參黃連各一錢。水煎細細呷之。

治消渴飲水。用參爲末。雞子清調服一錢。日三服效。

人參膏。用人參十兩。細切。以活水二十盞。浸透。入銀石器內。桑柴火緩緩煎取十盞。濾汁放過一邊。將滓再下水十盞。煎取五盞。與前汁合煎成膏。瓶收。隨病作湯使。丹溪云。多慾之人。腎氣衰憊。欬嗽不止。用生薑橘皮煎湯化膏服之。浦江鄭君五月

愚痢。又犯房室。忽發昏暈。不知人事。手撒目暗。自

汗如雨。喉中痰鳴如拽鋸聲。小便遺失。脉大無倫。

此陰虧陽絕之症也。醫令急煎大料人參膏。仍灸

氣海穴。

在臍下二寸二分

十八壯。右手能動。再三壯。唇口

微動。遂與膏服一盞。半夜後服三盞。眼能動。盡三

斤。方能言。而索粥。五斤而痢止。十斤而全安。若作

風治。則誤矣。

治產後血運人參一兩。紫蘇半兩。以童尿酒水三

合煎服。

治產後不語人參石菖蒲石蓮肉等分每服五錢
水煎服。

治產後喘急乃血入肺竅危症也。蘇木煎湯調人
參來三錢服之太效。

黃精

一名戊巳芝為服食要藥以其得坤土之
精粹故謂之黃精五符經云黃精獲天地

之浮精故名為戊巳芝是此義也根如嫩薑
俗名野生薑九蒸九曝可以代糧又名米鱗

○蘇頌曰黃精南北皆有以嵩山茅山者為

佳二月生苗高一二尺以來葉以竹葉而短

兩兩相對莖梗柔脆頗似光枝本黃末赤四

月開青白花狀如小豆花結子白如黍粒亦

有無子者根如嫩生薑而黃色二月采根蒸
過曝乾用今遇八月采山中人九蒸九曝作

果賣黃精色而甚甘美其苗初生時人多采
爲菜茹謂之畢菜味極美江南人說黃精苗
葉稍類鉤吻但鉤吻葉頭極尖而根細而蘇
參言鉤吻蔓生恐南北所產之異耳○李時
珍曰黃精野生山中亦可劈根長二寸搯種
之一年後極稠子亦可種其葉似竹而不尖
或兩葉三葉四五葉俱對節而生其根橫行
如蟻藏獠俗采其苗煨熟瀉去其味食之名
筆管菜昔黃帝問天老曰天地所生有食之
令人不死者乎天老曰太陽之草名黃精食
之可以長生太陰之草名鉤吻不可食之入
山立死人信鉤吻殺人不信黃精之益毒不
亦惑乎按定以黃精鉤吻之良毒對待而
言非以其形之相似而說也後世紛紛辨其
形體相類謬矣○餌黃精法取甕子去底釜
內安置得所入黃精令滿密蓋蒸至氣滿即
曝之如此九蒸九曝若生則戟人咽喉服之
久久能見鬼神昇騰天府根葉花實皆可食

之。但以相對者是正。精不對者名偏精也。

黃精。味甘平。無毒。主補中益氣。除風溼。安五臟。久服輕身。延年不飢。補五勞七傷。助筋骨。耐寒暑。益脾胃。潤心肺。單服九蒸九曝。食之。駐顏斷穀。補諸虛。止寒熱。填精髓。下三尸蟲。○李時珍曰。黃精受戊巳之淳氣。爲補黃宮之勝品。土者萬物之母。母得其養。則水火既濟。木金交。而諸邪自去。百病不生矣。神僊芝草經云。黃精寬中益氣。使五臟調良。肌肉充盛。骨髓堅強。其力增倍。多年不老。顏色鮮。



明髮白更黑齒落再生。又能逐下三尸蟲。上尸名彭質。好寢。貨百日下。中尸名彭矯。好五味。六十日下。下尸名彭居。好五色。三十日下。皆爛出也。抱朴子云。黃精服其花。勝其實。服其實。勝其根。但花難得。得其生花十斛。乾之。纔可得五六斗爾。非大有力者。不能辦也。日服三合。服之十年。乃得其益。其斷穀不及朮。朮餌令人肥健。可以負重涉險。但不及黃精甘美易食。凶年可與老少代糧。稽神錄云。臨川士家一婢。逃入深山中。久之。見野艸枝葉可



愛取根食之。久久不飢。夜息大樹下。聞草中動。以爲虎攫。上樹避之。及曉下地。其身歛然。凌空而去。若飛鳥焉。數歲。家人采薪見之。捕之不得。臨絕壁下。網圍之。俄而騰上山頂。或云此婢安有仙骨。不過靈藥服食爾。遂以酒餌置往來之路。果來食。訖遂不能去。擒之。具述其故。指所食之草。卽是黃精也。

○附方

服食法。用黃精根莖。不拘多少。細剉。陰乾。搗末。每

