

外臺祕要

S25-4

1474

1部1

卯 11

1

共 40 册



正訂唐王燾先生外臺秘要方第三十七卷目錄

乳石論

乳石論序

薛侍郎服乳石體性論一首



李補闕研鍊鍾乳法一首

曹公草鍾乳丸法二首

崔尚書乳煎鍾乳餌法二首

雜餌鍾乳丸散補益法二首

東陵處士鍊乳丸餌并補乳法二首

內缺一首

雜餌鍾乳酒法二首

周處溫段侍郎鍊白石英粉丸等餌法并論紫



石白石英體性及酒法五首

內缺一首

雜煮石英和金銀草藥餌及銀罐煮水飲法三首

同州孟使君餌石法一首

羊肉中蒸石英及石汁焦豬肉兼作薑豉服法

三首

猪肚中煮石英及飼牛乳兼石英和礬石浸酒

服餌法三首

服石後有不可食者有通食而無益人者有益

人利石者藥菜一十條

張文仲論服石法要當違人常性有五垂七急



北京中醫藥大學圖書館版權所有

八不可兼備不虞藥并論二十二條

乳石陰陽體性并草藥觸動形候等論并法

十七首

銓擇薛侍郎等服石後將息補餌法一十五條

飲酒發熱諸候將息補餌論并法一十條

餌寒食五石諸雜石等解散論并法四十九條

癰疽發背證候等論并方五十四首

石王肅先生外臺秘要方第三十七卷

宋朝散大夫守光祿卿直秘閣判登聞鼓院上護軍臣林億等

新安後學程衍道敬通父訂梓

乳石論序

按古先服餌賢明繼踵合和調鍊道術存焉詳其羽化太清則素憑仙骨若以年留壽域必資靈助此蓋金丹乳石之用豈流俗淺近而能知所患其年代浸深訣籙微密世有傳習罕能詳正更加服石之士精麤不同雖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
如余宿尚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各醫
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
法錄定倫次卽以時代爲先後今刪略舊論纂集新要分
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卽須以意消息尋檢舊法不可輕
備忌也但人性或冷或熱或寬或急皆須量性將衛
輕有犯觸凡乳石一服之後常在腸胃若人氣力衰
強卽發動若人氣力盛石氣安卽強健謹按古法皆令
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飫彌益精明
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
古法疎矣凡人身血脉經行不絕如血脉微有滯處便於



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卽石氣流行其初服石
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卽發動豈待背時今歷見將衛
得宜並不發動復見名醫平章服石之人常作熱將息儻
發調適乃易耳脫若石氣發動暫須宣洩服少冷藥便得
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



此為意
一本作
君子所
為屬意

其將息皆須自量本性冷熱為候務取安穩不可拘執
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
通中輕薄如鵝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

通按

硤州一

本作硤

州唐硤

州屬山

南東道

陝州屬

河南道

通按

千金翼

云置金

銀器中

俗法所重亦甚貴之謹按鍾乳第一始興其次廣連體明

柳等州者雖厚而光潤可愛餌之並佳今硤州清溪房州

三澗出者惡本草作亞於始興自餘非其土地不可輕服

淋渴只可擣篩白練裹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
於金銀器中即以大鐺中著水沈金銀器於鐺中用



可鎮心
益氣
用事亦可

火煎之常令如魚眼沸水減卽添若薄乳三日三夜
卽得若麤肥厚管者卽七日七夜候乳色變黃白卽
熟如疑生更煎滿十日最佳煮訖出金銀枕其鉢內
煮乳黃濁水弃之勿令人服服必損人咽喉傷人肺
肺令人頭痛兼復下利不止其有犯者食猪肉卽愈
弃此黃水訖更著清水準前更煮經半日許卽出之
其水色清不變卽止乳無毒矣卽於甕盆鉢中用玉
錘著水研之其鉢及錘須夾白練袋籠口稍長作之
使錘得轉兼通上下每日著水攪令調勻勿使著錘
鉢卽封繫練袋自作字記勿使人開一卽免纖塵入

中二兔研人竊喫研覺乾澀卽是水盡卽更添水常
令如稀滑狀乳細者皆浮在上麤者沈在下復繞鉢
鉢四邊研之不及者卽麤細不勻爲此每日須開
或二開攪刮令勻勿使著鉢卽得勻熟免有麤細研
至四五日狀若乳汁研揩視之狀如書中白魚膩卽
成自然光白便以水洗之不隨水落者卽熟若得水
而落者卽未成更須研之以不落爲限熟訖澄取暴
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經

胃能息萬病下氣消食長肌和中方唐尚書用之

通按

千金翼

石斛作

二兩具

菜莢半

兩

尚德按

半兩即

二分

又按翼

一日作

三日事

字上有

房字

鍾乳

二兩別研十日

吳茱萸

二分

石斛

菟絲子

各二兩

浸別

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

二十四分

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

右七味搗四十八分計一十二兩以鍊白蜜和之擣

千杵藥成丸如梧子空腹溫無灰清酒下二十五丸日

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丸力速如覺

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

鍾乳三兩研如麴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卽好去袋空飲乳

汁不能頓服爲再服亦得若再服卽待晚間食消時

服之如能頓服卽平朝盡服之不吐不利若稍虛冷

人卽微下少澹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卽以少許冷水

濯不然氣不通洩如此三十度以上四十度以下卽

高德按
空字下
平金翼
有腹字



力盡其袋中滓和麴飼母雞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
人卽用酒煎患熱人卽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

乳小秤一兩分爲兩服朝服夜盡無問多少一準此
法一兩爲度凡服乳皆須溫清酒服之常令酒氣不
絕爲佳不得使醉吐唯須少食日食一升許飯得滿
三日不出卽乳不隨食下化爲度三日外任意作美

高德按
千金息
作者二
作三
器作
器留
作卷上

食將息其乳多少在人貧富服之師云服一斤百

自除二斤流及三世三斤臨死之時顏色不變

下滿五百年後乃成強壯人

通按三日不出謂
大便使乳氣不下

雜餌鍾乳丸散補益法二首

千金鍊鍾乳散療虛羸不足六十以上人瘦弱不能食息

百病法能多得常服益佳

鍾乳一斤取白淨光明色好者即任用之非此者不

堪用一味先泥一鐵鐺受四五斗者為竈貯水令滿

去口二寸內乳著金銀鑿器中任有者用之使得泥

之於鐺中令水沒器留一寸餘即得常令如此勿使

