

海外回歸中醫古籍善本集粹

(18)

主編

鍾

曹洪欣

副主編

鄭金生

樊長華



海外回歸中醫古籍善本集粹 (18)

中醫古籍出版社

主編 曹洪欣

副主編 鄭金生 柳長華 編委 萬芳 王咪咪 蕭永芝

顧問 馬繼興 真柳誠(日) 黃龍祥



南京中医药大学图书馆版权所有

責任編輯 伊廣謙

图书在版编目 (CIP) 数据

海外回归中医古籍善本集粹 / 曹洪欣编. — 北京: 中医古籍出版社,
2005.11

ISBN 7-80174-361-X

I. 海… II. 曹… III. 中医典籍-选集 IV. R2-52

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 116845 号

海外回歸中醫古籍善本集粹 (18)

(備全古今) 十便良方

出版 中醫古籍出版社出版發行

(北京東直門內南小街 16 號 100700)

發行 全國各地新華書店經銷

印刷 北京市北中印刷廠印刷

開本 787×1092 毫米 1 / 16

印張 63.875

版次 2005 年 11 月第一版

印次 2005 年 11 月第一次印刷

印數 001~300

書號 ISBN 7-80174-361-X / R·360

本書定價 198.00 圓

總定價 (共 24 冊) 4752.00 圓

前言

中國中醫研究院成立已經度過了五十個春秋。五十年來，作為中醫藥研究的國家隊，在整理發掘中醫藥學偉大寶庫方面，始終發揮着骨幹帶頭作用。廣大科研人員以繼承發揚祖國醫藥學為己任，取得了許多優秀的科研成果。

在我院科研隊伍中，活躍着一支精幹有素、樂於奉獻的醫史文獻研究團隊——這就是中國醫史文獻研究所的科研人員。幾十年來，他們在整理發掘中醫藥文獻方面取得了許多驕人的業績。其中值得稱贊的是將古代散失於國外的許多珍貴中醫古籍全部複製回歸，填補了中醫文獻整理研究的一塊空白，接續了中醫歷史研究的某些斷層。這一浩大工程得到了國家科技部、國家中醫藥管理局、日本國際交流基金亞洲中心以及本院歷屆各級領導的支持，在老一代學科帶頭人馬繼興研究員和現任學科帶頭人鄭金生研究員的帶領下，經過六年的不懈努力，終於將現知國內失傳、流落海外的中醫珍善本古籍全部複製，迎回故里。

這批珍貴的中醫文獻中，包括一百六十餘種國內失傳的中醫古籍書種，以及二百餘種國內失傳的中醫珍善版本。這些回歸的中醫善本古籍已經通過校點、影印等方式整理出版了六十九種。其中的成果之一《海外回歸中醫善本古籍叢書》獲得了二零零三年第四屆全國古籍整理優秀圖書二等獎，二零零四年中華中醫藥學會科學技術獎·著作獎一等獎。其學

術價值和整理水平得到了行業內的認可和高度的評價。但是，已經整理出版的海外回歸中醫善本古籍還只是其中的一小部分，還有很多已複製回歸的國內失傳中醫書種和珍善版本有待搶救整理。

中醫藥古籍是中華民族的寶貴遺產，內含中醫藥數千年發展的全部信息。然而由於諸多歷史原因，其中有的國內失傳，流落海外，有的國內藏本因年代久遠、蠹殘蟲蝕，面臨再度失傳的危機，故亟待搶救保護、整理研究，並加以出版，以廣流傳，為當代中醫藥發展服務。為此，中國中醫研究院設『中醫古籍搶救工程』研究專項，並得到上級支持。繼續整理出版《海外回歸中醫古籍善本集粹》叢書就是『中醫古籍搶救工程』的重要組成部分之一。

在中國中醫研究院的統一領導下，我們組成了強有力的整理研究與出版隊伍，制定了周密的出版計劃。本次入選《海外回歸中醫古籍善本集粹》叢書的中醫古籍二十一種，其中宋版四種、元版三種，珍稀日本影宋抄本五種、朝鮮古活字及刻本三種，其餘均為珍善明、清初刻本及日本寫本。本叢書所選書種多為中醫名著，以版本精良為特色，具有很高的學術和版本價值。例如其中的宋版《和劑局方》為著名的吳（瑭）直閣增補本，元版《傷寒百問經絡圖》經研究源出宋·朱肱《活人書》的早期傳本。南宋《幼幼新書》為日本著名醫家多紀元堅手校本，最能反映原書面貌。此外我們在這套叢書中，出版了《諸病源候論》、《外臺秘要》、《太平聖惠方》等名著的精美日本江戶影宋抄本，為國內中醫文獻

的研究提供了許多新版本資源。像本叢書這樣一次推出衆多含宋、元版的珍稀中醫善本古籍，爲建國以來中醫圖書出版史上的罕見之舉，相信會引起中醫學術界的熱切關注。

在從海外複製回歸中醫善本古籍以及整理研究的過程中，我們得到了中外許多單位和專家的大力支持。日本國立公文書館內閣文庫、日本宮內廳書陵部惠予複製所藏中醫珍善古籍、并准予影印出版，謹此深表謝忱。日本醫史文獻專家眞柳誠教授始終熱心支持我們的海外回歸國內失傳中醫古籍的工作，并給本叢書的出版提供了許多無私的幫助。本院資深研究員馬繼興先生對中醫古籍的整理研究工作傾注了畢生心血，黃龍祥研究員對本叢書的書種遴選提出了許多寶貴的意見，在此一併表示感謝。

中醫古籍的搶救整理工作任重而道遠，我們的工作還只剛剛起步。但我相信，在黨的中醫政策英明指引下，在國家各有關部門的支持下，我院必將更加充分地發揮建院五十年形成的人才和科研實力的整體優勢，爲中醫古籍的搶救發掘、整理研究事業不斷做出新的貢獻！

曹洪欣

二零零五年十月十八日

海外回歸中醫古籍善本集粹

備全古今十便良方

宋·郭坦

本書據日本國獨立行政法人
國立公文書館藏本影印

影印說明

《十便良方》四十卷，南宋著名醫方書，成書於慶元元年（1195）。其作者郭坦（履道）病廢二十年，以折肱之親歷，留心醫藥，編成此書。該書今存世者，只有一種宋刻殘本、數種日本殘抄本。今影印所據底本，是藏於日本公文書館內閣文庫的江戶初影宋抄本，也是當今所存卷數最多（三十一卷）的抄本。鑒於近代以來該書從未影印及校點，故先選擇日本影宋抄本予以影印。

一、《十便良方》今存兩類傳本

《十便良方》最早見於南宋·陳衍《寶慶本草折衷·群賢著述年辰》（1248）記載，其中提到其書乃受孫紹遠（稽仲）《大衍方》的影響。此後明、清書目多有著錄（詳見日·岡西爲人《宋以前醫籍考》）。岡西爲人指出，《十便良方》『傳於後世者有二種』，一乃傳於中國之宋刊殘本《新編近時十便良方》，一乃傳於日本之影宋抄本《備全古今十便良方》。

南宋·陳衍所見是有『青山宋德之序』的刻本。今存有『青山宋德之序』的刻本均爲日本抄本。《經籍訪古志·補遺》著錄的楓山秘府藏《備全古今十便良方》系影宋舊鈔本。原本四十卷，缺九卷（卷十三、二十一），存三十一卷。今日日本公文書館內閣文庫藏此系列的抄本。該抄本首爲慶元二年（1196）宋德之序，序後牌記『武夷□氏鋟木於安樂堂』。其後爲

『十便良方總類』、『備全古今十便良方目錄』。目錄後附『今具六十四藥總目』、『十便良方須知』（即凡例）。正文每半葉十二行，行二十二字。今據內閣文庫藏抄本影印。

該本在中國、日本還存有幾種同源的日本抄本。中國國家圖書館所藏日本抄本，明顯與日本公文書館內閣文庫抄本屬於同一系列的抄本。其抄寫字體不同，但行數及每行字數、殘缺的書葉均同。該本今僅存卷一至十二，卷二十二，卷三十一至四十，共計二十三卷。這些日本抄本的共同特點是書名為《備全古今十便良方》，有宋德之序，存『十便良方須知』。

此外，中國大陸數百年來一直流傳一種宋刻殘本。該本見於明清多種書志著錄。其中以《百宋一廬書錄》、《百宋一廬賦注》、《鐵琴銅劍樓藏書目》等書目記載尤詳。《百宋一廬書錄》載曰：『《十便良方》四冊，序鈔目刻，全書共四十卷，今存者十一至十七，廿一至廿三爾。廬得四分之一，然亦罕秘之至。』該書及《鐵琴銅劍樓藏書目》還摘引了該本中的汾陽博濟堂序中的部分內容。此本曾歸清·瞿鏞收藏，故瞿氏《鐵琴銅劍樓藏書目》中的介紹最為詳細。後此本歸北京圖書館（今更名國家圖書館）。岡西為人據書目記載，斷定此宋本與日本影宋抄本為同一書。但其畢竟未曾親見此書，故云『所謂博濟堂者，疑即郭坦之室名』。其實只要看了宋刻殘本之後，即可知博濟堂即郭坦之室名，毋庸置疑。

筆者檢視國家圖書館所藏宋本，書名作《新編近時十便良方》。目錄云四十卷，實際僅存十卷（卷十一至十七，二十一至二十三）。四周單邊，白口，上黑魚尾。版心書『良方』及卷之序號。每半葉十三行，行二十二字。該本首為『慶元乙卯十月二十四日汾陽博濟堂』自

序，次爲『新編古今方論總目』。總目下有四印：『汪士鐘藏』、『鐵琴銅劍樓』、『瞿秉沂印』、『良士眼福』。總目後列舉所引方書共六十六種。牌記爲『萬卷堂作十三行大字／刊行庶便檢用請詳鑒』。其後爲『十便良方總類』（各卷總目）、『新編近時十便良方目錄』（各卷細目）。從印鑒可知，該本即瞿鏞鐵琴銅劍樓原藏本。國家圖書館鑒定爲宋萬卷樓刻本。

將此宋本與前日本影宋本相比較，兩者卷帙與正文內容均同，乃同一書。不同之處爲：該本書名《新編近時十便良方》；無宋德之序，有慶元乙卯（1195）汾陽博濟堂序；無『十便良方須知』，有『新編古今方論總目』。該本今存卷數較日本抄本少二十一卷，但在殘存的十卷中，有日本抄本所無的卷十三至十七、卷二十一（共計六卷）。若將此本與日本抄本所存卷數相加，則《十便良方》今實存三十七卷，僅有三卷（卷十八至二十）殘脫。

上述宋刻殘本與日本影宋殘抄本，是《十便良方》今存兩大類傳本。這兩類傳本可以互補，從而爲全面考察該書提供方便。

二、《十便良方》的作者與成書

以往人們了解《十便良方》的作者與成書，全憑日本影宋抄本的宋德之序。其實宋刻殘本中保留了作者的自序。因其自序沒有署名，只說『汾陽博濟堂書』，故瞿鏞《鐵琴銅劍樓藏書目錄》謂該書不著撰人。今綜合此二序，可以對作者及成書有一個比較完整的了解。

《十便良方》宋德之序中介紹了他與作者交往的過程。其中提到與郭君履道談論醫藥，『始知君精於方藥，非時流比也』。序末宋德之明確指出：『君汾陽人，坦其名，履道其

字。』可知作者郭坦，字履道，汾陽（今屬山西）人。

關於郭氏著書，宋序中記載：『一日君相過，言曰：坦病廢二十年，以耳（《醫籍考》引作『其』，均當爲『身』之誤——筆者注）試藥，以證考方，知世良方誠能去疾，特士大夫知醫者鮮耳。故知方者不畏多疾，而畏病者率不喜方。使人得良方，家儲善藥，雖挈屬遠游，奮身勇往僻處窮鄉，可無疾之憂矣。因出所集方四十卷示余，曰：《神農本草》上中下藥，應天地人，止三百六十種，後醫增入有名未用，冗濫猥雜。而世醫常用，亦不過六十四種，以六十四藥，盡四百四病，如易爻流轉，運用不窮，且簡節本草諸家所箋六十四藥於首，凡養性堤疾，擇材製劑之法，莫不具在，間（簡）編畫然，諸方盡廢。余得之喜。勸君爲廣之，逾年而書數至，求余爲序。』

從宋序可知，郭坦『病廢二十年，以身試藥，以證考方』，集得該書四十卷。郭氏的一個觀點是：世醫常用藥物不過六十四種，所以他把這六十四藥物的內容放在全書之首。宋德之作序之年在慶元二年（1196），因此郭氏編書肯定在此之前。

宋刻本汾陽博濟堂序之首云：『僕妄意不徒然於世者也，不幸以疾廢，中常惕然，以爲日蠹米粟，與草木俱腐矣。』此序自稱『不幸以疾廢』，與宋序中所說郭氏病廢是一致的。故博濟堂序實爲郭氏自序，殆無疑問。汾陽即郭氏籍貫，博濟乃其堂號。

郭坦並沒有因廢疾而沉淪。他希望『因己之所利而可以利人者，當爲之盡心』。因此留心醫藥，思有所作爲。紹熙辛亥（1191），郭氏得東南漕史孫稽仲編《大衍方》，深受啓發，

惜其太簡略。於是模仿《大衍方》之法，遍搜方論，『摘其簡要至切、迅而不暴，與時運相宜者』，以補《大衍方》之不足。

考《大衍方》乃紹熙中東南漕使孫紹遠（字稽仲，谷橋人）所著。該書將常用藥物七種（象大衍變通無窮之數）的治效之要集中冠於卷首。『凡同類之藥，各附於本條之後。外有姜、棗、蜜、蠟所至皆有之物，又不在肆拾玖之數』（見宋·陳衍《寶慶本草折衷》卷二十）。郭氏書則將《大衍方》書前的四十九種藥擴大為六十四種，象『易爻流轉，運用不窮』。

郭氏博濟堂自序中，還詳細介紹了《十便良方》書名『十便』的意義所在。所謂『十便』，就是指該書所集醫藥內容能帶來的十種便利，這十種便利『皆世之所忽而弗思者也』，即人們所忽視、平素不曾想到的一些方便之處。該書突出六十四種藥材的作用，收方簡便，其便利有十，《鐵琴銅劍樓藏書目》略載其文，今全錄『十便』於下：

『此編天下之病皆有，方所需藥材止於六十四種，易於儲蓄，一便也；

世所常用而人所共識，無難致之物，二便也；

各市少許置藥籠中，不妨行李帶挈，三便也；

古今方論，安能一一討尋？今惟取必效精髓之方，本草性味之說，疾病所起之源，辨驗藥材之法，炮炙制度之宜，諸家衛生之術，盡萃此書，不勞遍閱，四便也；

凡有病即有方，有方即有藥，不致倉皇失措，五便也；

治疾如救焚，其可緩哉？此書用藥簡當而和劑不勞，六便也；

或宦游邊州僻縣，地少醫藥，緩急有以支梧，七便也；

大商行旅，野宿舟居，忽有不虞之證，不致坐受其困，八便也；

居處村落及深山窮谷之家，去城市頗遠，即得應用，九便也；

天下貧者衆而富者寡，仁人君子於困窮而疾病者，常動心焉。或欲探囊施予，且無方藥不備之嘆，十便也。』

作者自序之末云：『僕何人斯？其敢妄謂此書絕人之憂患乎？誠以折肱之類而留意之久，深信方藥之不我欺。敬以區區之見，布於大方。拘謏之誚，簡要之稱，知我罪我，則亦毋隱乎耳。』由此可見，作爲一個病廢之人，能以『折肱』體驗編撰醫書，難能可貴。其作序之年在慶元己卯（1195），比宋德之序早一年，因此其成書之年當以1195年爲準。

三、《十便良方》的內容與價值

《十便良方》四十卷，內容非常廣泛。該書雖爲醫方書，但用了六卷的篇幅介紹藥物。其中常用中藥六十四種的功效占了三卷（題曰『六十四藥本草節要』）。此三卷中，若干藥物的類似品則附在該藥之後，如丹砂之後附水銀之類，故實際使用的并不限於六十四藥。此六十四藥之外，又有『所在皆有之藥本草節要』三卷。此三卷主要收錄日常易得之藥，尤其是食物藥居多。以上六卷實際上是藥物介紹。各藥之下的功效介紹主要節錄自《大觀經史證類本草》。

第七卷專門介紹藥物鑒別和炮製的方法，很有特色。其中『辨驗藥材美惡之訣』用極為簡略的語言，介紹各藥優劣真偽的鑒別特徵。如『甘草要橫紋有粉者佳』、『凡菟絲子，須細而圓者是，若細而偏者乃是莨蕩子，不可服。服之令人發狂』。書中涉及的六十四種主要藥物的炮製法也集中在此卷介紹。

從卷八至卷三十三，以病為綱，統領諸方。這些疾病主要是一切風疾、傷寒等疾、一切氣疾、脾胃等疾、補虛損等疾、痰飲等疾、積熱等疾、眼目等疾、大小腸等疾、婦人等疾、小兒等疾、瘡腫折傷等疾。這二十六卷的內容是全書的主體。各疾病之前，也間或敘述病原。各病之下，則類聚治療之方。由於作者意在使此書更便利病家，因此在列舉諸方時頗費苦心。

作者把治方分作三種：單方、簡要方、群方。其書明確規定：『自一件至兩件謂之單方，居前；自三件至五件謂之簡要方，居中；自六件至十件或十一二件謂之群方，居後。』也就是說這三種方根據藥物數加以區分，越是簡單的方，越是放在最前面，以便採納運用。像《十便良方》這樣排列諸病方劑的醫書，在歷史上可以說是前無古人，後鮮來者。

作者不僅用藥求簡，而且在某些疾病之下，特別強調有些疾病是可以不藥而愈，告戒病家不要亂服藥物。例如在『傷寒調治法』中，作者沒有像一般醫書那樣搬出張仲景的許多論說，而是用自己的話介紹某些傷寒可以自我痊愈：

『若自得此疾，全不服藥，亦得中醫。存其調穀，七日之外，十差八九。今轉為藥所

誤，十死一生，猶云疏取不盡。若胃氣不敗，不問強弱老幼、病重病輕，無緣死得。今勸病者之家，應於病疾，切在安養胃氣，不得妄亂攻取，必無夭枉之時。」

該書從卷三十四至卷四十均為『雜方』。其中卷三十四為『三部脉訣』，從內容來看，是從《脉經》、《脉訣》中摘錄的一般脉診知識。卷三十五為『養生禁戒』，內容非常豐富，其中須禁戒的內容有：將息、服食、服餌湯藥、服金石藥、過貪飲食、居處服用、語言、飲食、脫著、寢處、避忌陰陽、卧起、寢室、風雨、沐浴、治未病、出入所須等禁戒。這部分內容雖說大多是輯錄前人之書，但能如此分門別類，的確甚便使用。

此外，卷三十六為『丹藥』，卷三十七為『神仙服食』、『酒治』，卷三十八為『食治』。這三卷中，涉及到一些道家煉丹服食的內容，可能是作者個人之好。但其中的『酒治』、『食治』，還是包含有很多切實可行的食物療法知識。

最後二卷中，卷三十九為『鬚、髮、手、面、解毒』，講述一些美容、潤膚等方面的知識，也介紹了日常多遇到的解毒方法。卷四十包括兩部分內容，一是某些急救方法，例如骨鯁、溺死、縊死、魘死等；二是『諸品有益湯方』（正文作『有益諸證名湯』），介紹當時社會上常用的保健湯藥（當時又稱『熟水』、『湯』）。宋代朝野盛行每日服用湯茶藥，使用的都是具有順氣、調氣、安養元氣之藥，製成粉末，每用沸湯點服一錢，成為時尚。其時官定《和劑局方》專門收有此類方劑，所以《十便良方》也不忘記在最後設此一節，類聚當時常用的保健湯藥。

以上是《十便良方》的主要内容。此外該書也收錄了少數符咒之方。其書資料來源，見於卷前的『新編古今方論總目』所列六十六種書名。這些引書有的可能轉引自《證類本草》，也有的是宋代醫書，不見於古今書目所載。例如《琴心居士方》、江陽《衛生方》、胡氏《總效方》、《郭氏家藏方》等。其中《郭氏家藏方》有可能是作者自家的藏方。因此，該書對考察宋代醫藥文獻也具有一定價值。

前已述及，今影印之本是現存《十便良方》卷帙最多的日本影宋抄本。該抄本仍有少數缺葉。又其中卷三十二『十三件單方療丹毒或得壹物差方』中的『十三』誤作『十一』，又該方殘脫若干藥名及用法文字，今據國家圖書館所藏抄本補齊，并在所補文字之旁畫綫以爲標記。本次影印，如能將國家圖書館藏的宋刻殘本配補影印，那是最理想的。但因條件所限，這次只能單獨影印日本抄本，請讀者鑒諒。

鄭金生 蕭永芝