

折肱漫錄

江苏科学技术出版社

明·黄承昊著述

錄

明·黄承昊著述

江苏科学技术出版社

中国古史研究

折肱漫录

明·黄承昊著述
陈趾麟点注

江苏科学技术出版社

折 肱 漫 录

明·黄承昊著述 陈趾麟点注

出版：江苏科学技术出版社

发行：江苏省新华书店

印刷：盐城市印刷厂

开本787×1092毫米 1/32 印张 3.375 字数 48,300

1987年10月第1版 1987年10月第1次印刷

印数 1—4,570册

ISBN 7-5345-0166-0/R·30

书号：14190·276 定价：0.78元

责任编辑 王义烈

出版说明

中医古籍之多，真可谓“汗牛充栋”，解放前后虽迭有刻印或出版，仍不过是一鳞半爪。而且已出版者多为名著长篇，这自然也是需要的，但短篇小作同样饱蘸着前辈医者们的心血，其中不少也闪烁着中医理论和临床经验的光辉。因此，我们企望做点补足工作，特选择此中未曾付梓的有价值的手抄本，或者虽有过流传但未经整理或难以买到的本子，编成中医古籍小丛书，陆续出版。

整理工作中，为了普及的需要，我们对原著作了一些点、校、注的工作，内容则不作删改，意思维持原貌，供读者参考。

本丛书特邀请南京中医学院王新华老师主持编辑工作。

一九八一年四月

本丛书已出版的有:

- | | |
|---------------|---------------|
| 质疑录(明·张景岳) | 研经言(清·莫枚士) |
| 理虚元鉴(明·绮石) | 伤寒论类方(清·徐灵胎) |
| 医醇膳义(清·费伯雄) | 形色外诊简摩(清·周学海) |
| 倡山堂类辨(清·张志聪) | 医医病书(清·吴鞠通) |
| 内外伤辨(金·李杲) | 医经溯洄集(元·王履) |
| 医家心法(清·高鼓峰) | 慎疾刍言(清·徐灵胎) |
| 医学真传(清·高世栻) | 医经秘旨(明·盛寅) |
| 古今名医方论(清·罗美) | 推求师意(明·戴思恭) |
| 尤氏喉科(清·尤存隐) | 明医杂著(明·王纶) |
| 读医随笔(清·周学海) | 诊家正眼(明·李中梓) |
| 医原(清·石寿棠) | 金镜内台方议(明·许宏) |
| 医学读书记(清·尤怡) | 内科摘要(明·薛己) |
| 随息居饮食谱(清·王士雄) | 素问玄机原病式 |
| 王氏医存(清·王燕昌) | (金·刘完素) |
| 小儿药证直诀(宋·钱乙) | 中藏经(汉·华佗) |
| 沈氏女科辑要(清·沈又彭) | 难经经释(清·徐灵胎) |
| 医旨绪余(明·孙一奎) | 阴证略例(元·王好古) |
| 疡科心得集(清·高锦庭) | 针灸问对(明·汪机) |
| 先醒斋医学广笔记 | 慎柔五书(明·胡慎柔) |
| (明·缪希雍) | 此事难知(元·王好古) |
| 眼科阐微(清·马云从) | 雷公炮炙论(刘宋·雷敦) |
| 琉球百问(清·曹仁伯) | 杂病源(清·徐灵胎) |
| 知医必辨(清·李冠仙) | 疫疹一得(清·余霖) |
| 医学求是(清·吴达) | 格致余论(元·朱丹溪) |
| 何氏虚劳心传(清·何炫) | 外科精义(元·齐德文) |
| 医方考(明·吴昆) | 韩氏医通(明·韩懋) |

前 言

《折肱漫录》七卷，明·黄承昊撰著。承昊，字履素，号闇斋，秀水县（今浙江嘉兴）人。万历丙辰（1616年）进士，官至福建按察使。因其幼时秉质素弱，“方书所载之症，十患四五；本草所载之药，十尝四五”，但少不知医，常为药误，所以矢志医药。中年曾把薛己的著作，加以评注阐发，编成《医宗撮精》一书。晚年又将积累的资料，取“三折肱成良医”之义，著成《折肱漫录》一书。至清·程永培氏将此书收入《六醴斋医书十种》，于是流传于世。

本书原包括养神、养形、医药三大门类。程氏认为养神篇内容颇杂，故未刊入。通观全书，大部分为作者一生治病服药与生活调摄的亲身阅历，分有医理论述，医案和医话等形式。

医药篇中，首先冠以总论，阐发“人以胃气为本”的论点，并反复说明“滋化源，固胃气”的重要性。其次对卒中、遗精、痿痹、肺痈等20多个病症，引用有关医家论说，以亲身所历的事例，介绍休养、治疗的经验与教

训。再次对50多种常用药物的品种优劣、主要功用与反应等，加以评述。

养形篇中，对五谷、瓜果、菜蔬、饮料、蛋禽、肉类、水产等近百种食物的功用和食用宜忌，以及四时生活起居，养身、养性的戒忌，按摩、导引等养生治病方法均一一进行了介绍。

总之，本书对东垣学说颇多推崇，对养生防病、服药宜忌、病后调养等方面多有独到见解，尤其在老年医学方面对读者很有启发。

本书初刊于明·崇祯乙亥(1635年)，续篇再刊，约成于1649年。这次出版，是以清·乾隆59年(1794)程永培《六醴斋医书十种》修敬堂藏板为蓝本。对书中明显的错别字，则径予订正，并加注说明。全文加用新式标点符号，并增补目录。对较难懂的语词等，适当加以注释，以利阅读。

陈趾麟

于海安县中医院

1984年11月

序 一

狄怀英、司马君实^①，为唐宋第一流人物，各究心轩岐之道。怀英以神针活人儿奇疾，却其馈谢千缕，曰：我以行志，非售术者；君实罢官居洛，日抄集经验方书，遇病人辄书方示之。两公俱疗宇宙痿痹之人，苏黔黎^②瞑眩之手；大小由之，其为康济一尔！余年兄黄闇斋先生，岐嶷善病^③，最谨卫生。虽曰亲医，而斟酌至当，则审以虚衷，揆之定理，不敢一徇成案，执臆见为悞。故自诸生以下，惟攻苦为镂心剔腑之文，取科甲、肩仕任，出入讽议，中外扬历，为大谏参藩，所在于国事民瘼。握其对病之药石，匡危起痼，不遗余力，而气体不衰，精神加旺，其得于执玉捧盈^④，维持调护者精矣。乃殷然思嘉惠同人，偕臻康强而勤职业也。疏其从来医药所宜，胸怀所见，付剞劂曰《折肱漫录》。余于卧疴

①狄怀英、司马君实：狄仁杰，字怀英，唐，并州太原人，死后追封梁国公。曾任丞相，善医，尤长针术。司马光，字君实，北宋，陕州夏县人，宝元元年进士。②苏黔黎：苏，同“甦”。黔黎，指百姓。③岐嶷善病：幼年聪慧而多病。④执玉捧盈：比喻谨慎小心。

间阅之，大指谓人之致疾，无不起于元气单虚，寒暑之外侵，饮食之内停，蔑不因此。养生之家但当保护其真元，专扶其根本，正气固则邪气自除，必不可求速效而轻用表散之剂，漫加削伐之品，以致噬脐。每篇之中，叮咛戒慎，不啻数反复焉。旨哉言乎！何独养生之家，盱衡治道^①亦犹是也。当运会尪羸，民生憔悴，譬之病久虚弱。善医国者，宜一切与民务休息无为，宽疏节目，待其元气之自回。若纷然攻砭，即或取快暂时，久之或杂病蜂起，所攻治在此，而意外疾生在彼。故无论治身治天下，皆当虚心守一，不可持以躁心。鞅之相秦^②，参之相汉^③，其明证矣。秦越人视疾，隔垣洞见五脏，而后敢以五分之熨，八减之剂^④投之，无不如意。降此则药草不能自言，脏腑无所吁诉，谨守营卫，必不敢轻尝试者。闇斋此论中，多情深极致之言，匪徒可保

①盱（xū）衡治道：观察形势，治理国家。

②鞅之相秦：商鞅

（yǎng，又读yàng），战国卫人，姓公孙，名鞅，以封于商，也称商鞅、商君。仕魏，为魏相公孙痤家臣。痤死入秦，历任左庶长，大良造。相秦19年，辅助秦孝公变法。

③参之相汉：曹参（cān），汉初沛县人。秦末曾为沛县狱吏，佐刘邦灭项羽，封平阳侯。惠帝时，继肖何为相，一遵肖何所规。

④五分之熨，八减之剂：扁鹊过虢（guó）国，为虢太子治“尸厥”症，使弟子阳厉针砭石，以取外三阳五会（按：即百会穴）。有间，太子苏。乃使子豹为五分之熨，以八减之剂和煮之（按：八减剂，古方名，今已失传），以更熨两胁下，太子坐起，更适阴阳，但服汤二剂而复故。

护色身^①，并可滋培慧命^②。其存心济物，与怀英、君实，今古同符。所称卫生之明镜，医国之良规，非耶？兹圣明^③愿治方殷，亟求启沃^④，是录以献。股肱惟人可也，无徒云折肱矣！

丁丑孟夏望日年眷弟金丽兼拜书

①色身：佛教语，指人的身体。 ②慧命：僧人的尊称。此处借指医生。

③圣明：封建时代称颂皇帝，或临朝对皇后、皇太后的套词。 ④启沃：竭诚忠告。

序 二

今之求医者，率择齿危之老，或且乘青雀^①，曳罗縠^②，苍头庐儿^③，美衣刺肥，曰是所谓名医者也。不^④则，矜世传，哆禁方，目不识六七，写杜仲为土中，书枳壳为只壳，而病者亦礼而进之，曰是所谓专医者也。嗟乎！儒之于世务，概不能竟其施。而独于医则尤相衲凿，曰吾儒人也而谈医，病者必唾其面。嗟乎！此岂天挤冯生，而难为俗人道耶？予尝考医之起于名儒者：伊尹汤液^⑤，最为老师；以至汉奉张机，尝为太守；魏称华佗，亦擢孝廉；皇甫谧序重三都，著经《甲乙》；殷中军清言能品，颇善经方；而陶宏景有《别录》之书；梁简文著《劝医》之论。若此之伦，更仆难数。盖以搢绅先生之徒，学缘博而获中，识因微而造巧。故其所诣，必非粗

①乘青雀：青雀，鸟名。贵人船前作青雀像，以显示富贵。 ②曳(yè夜)罗縠(hú斛)：牵引着绢绉类丝织品。 ③苍头庐儿：古代私家奴隶称“苍头”，官府苍头呼“庐儿”。 ④不(fǒu，又读fōu)：同“否”。 ⑤伊尹汤液：伊尹，商代人。相传为汤王的厨师，后任宰相。由于他经常接触食物，熟知食物的疗病作用，进而又总结了民间用食物和药物治疗病的经验，再经后人不断总结，发展为汤剂。因有汤剂始自伊尹的传说。

工所敢望。而奈何以儒之敏赡颖灼，为反足累于医乎？即近世节斋^①、念西^②诸先生，亦未尝不由甲科高第，治灵兰家言，而卒以起沉痾，擅神明之誉，遂乃著书满家，训流来叶。彼群者医者，持一布鼓作苍蝇声，蹩蹩何地耶？予自业医以来，得闇斋先生《折肱》一篇，伏而读之，知其覃精桐跗之元，钩智阳里之秘。且于昔之易州东垣，今之天明新甫，同尚资调，往辙有合。而又以身所历跲者著为劝戒，嘘枯吹生，明道解惑。此书之成，实苍生之厚幸也！且先生擢擢治行^③，扬厉中外；回翔台阁，笔不胜书；而及天步榛芜^④，则又杜门广武^⑤，息驾彭泽^⑥，有励俗长往之志。予尝欲执弟子礼请见先生，尽发其所藏，今年乃得与次君复仲定交，而先生亡矣。呜呼！予之为儒，欲师大樽先生，而大樽就殒；及其为医，欲师闇斋先生，而闇斋先生继亡。天使予沉沦转徙于四民杂流之中，而所至旋夺其师，吾将安放，何其痛也！况能与名医专医，争一日之慕用乎哉！

西陵后学陆圻景宣氏拜撰

①节斋：王纶，字汝言，号节斋。明·慈溪人。有《本草集要》、《明医杂著》等著作。 ②念西：王肯堂，字宇泰，号执庵，自号念西居士。明·江苏金坛人。著有《证治准绳》、《郁离子》、《医论》、《医辨》、《古今医统正脉全书》等书。 ③擢擢（luò luò）治行：治理政务很分明。 ④天步榛芜：国运多事，如同草木丛杂。 ⑤杜门广武：在广武（今山西代县西）闭门不出。 ⑥息驾彭泽：于彭泽（江西省湖口县东）停车不行。

小 引

古人云：“不为良相，则为良医”，意在济世也。予少年病羸，微缠^①一、二十年，备尝诸苦。少不知医，多误药，苦迺弥甚。当茹荼^②时，苦极而悔，悔极而恨，惛惚忤憺^③，几濒于死。私自矢^④曰：“吾病得愈，吾年得老，必揭此以告同患者，使毋蹈予之覆辙”。有所苦，随笔记之，久而成帙。迨后病得渐瘥，更得致身云路^⑤，碌碌世缘，未暇问此；且念吾年未老，阅历未深，恐识见尚有误以误人，姑笥而藏之。今归田^⑥无事，年已六十矣，阅历深，识见定矣，庶可灾黎以告同患乎！乃搜故箧所存，益以近记，题曰《折肱漫录》，盖取“三折肱成良医”之义^⑦。一曰养神，一曰养形，一曰医药。非身亲历、口所亲尝、目所亲覩，都不敢混载以欺人。盖予生平，凡方书所载之症，十患四五；本草所载之药，亦十尝四五。

①微缠：生活中的各种牵累与病苦。 ②茹荼（tú途）：言其吃苦。 ③惛惚忤憺：昏昏糊糊失意而懊悔。 ④矢：通“誓”。 ⑤云路：旧时用以比喻仕途。 ⑥归田：辞官归乡。 ⑦三折肱成良医：《左传》有三折肱知为良医之句。谓屡折其臂能参考其方之优劣。比喻阅历多、经验丰富。

夫岂勲陈言，拾道听，以侈观览者。予宦虽不甚显，而宦辙所到，必孜孜以利济为事。今梓是编，亦一片婆心所使。上不能为良相，而颇存良相之心；下不能为良医，而略明良医之道云尔！

崇正乙亥菊月肱乐白道人黄承昊题于乐白轩

目 录^①

卷之一

医药篇一.....	1
总论.....	1
卒中.....	10
脾胃.....	12
腹痛.....	18
虚损.....	19

卷之二

医药篇二.....	27
遗精.....	27
痿痹.....	28
感冒.....	31
郁.....	34
疟.....	34
杂治.....	35

①原本无目录，今据内容补。

卷之三

医药篇三	42
品药	42

卷之四

养形篇上	53
------------	----

卷之五

养形篇下	65
------------	----

卷之六

续养形篇上	75
续养形篇下	77

卷之七

续医药篇	82
------------	----

卷之一

医药篇一

总论

《内经》云：“气口独为五脏主”，又曰：“胃为水谷之海，六府之大原也”，故人生以胃气为本。善养生者，毋轻伤胃气；苦寒之药不可多服，致损化源。丹溪发“阳常有余，阴常不足”之论，于虚劳、潮热、盗汗等症，立方以四物汤加知母、黄柏治之。经谓“内热未除，寒中复起”，正犯斯禁。前贤辟之已详。东垣立论，则以人之一身，脾胃为主，而特创补中益气汤以垂后世。至薛立斋绍而述之，动辄以此汤为前矛，遇阴虚之症，则谓阴虚乃足三阴虚，尤当补脾阴为主，亦用此汤以滋化源。化源者何？盖补脾土以生肺金，使金能生水，水足木自平，而心火自降。又佐以六味地黄丸，以温存肝肾。发