

我国最早的

医学理论

经典著作

《黄帝内经》

提出了

中医“治未病”

这一原创理念

中医养生

理论与实践

由此而发展起来

中医养生

体现出了

东方文明

动静结合的

哲学思想

人与自然

和谐的

整体理念

还创立了

独特而多样的

保健技术与方法

越来越受

世界瞩目

现代国内首次全本校点出版

东坡养生集

张志斌◎主编

〔宋〕苏轼 原撰 / 〔明〕王如锡 编 / 吴文清 张志斌 校点

中医养生
名著精选



海峡出版发行集团

THE STRAITS PUBLISHING & DISTRIBUTING GROUP

福建科学技术出版社

FUJIAN SCIENCE & TECHNOLOGY PUBLISHING HOUSE



东坡养生集

张志斌◎主编

〔宋〕苏轼 原撰 / 〔明〕王如锡 编 / 吴文清 张志斌 校点



中医养生
名著精选



海峡出版发行集团 | 福建科学技术出版社

THE STRAITS PUBLISHING & DISTRIBUTING GROUP | FUJIAN SCIENCE & TECHNOLOGY PUBLISHING HOUSE

图书在版编目(CIP)数据

东坡养生集 / (宋)苏轼撰 ; (明)王如锡编 ; 吴文清, 张志斌校点. —福州 : 福建科学技术出版社, 2013.9

(中医养生名著精选 / 张志斌主编)

ISBN 978-7-5335-4293-1

I. ①东… II. ①苏… ②王… ③吴… ④张… III. ①苏轼(1036~1101)—养生(中医) IV. ①R212

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2013)第 101345 号

- | | |
|------|------------------------|
| 书 名 | 东坡养生集
中医养生名著精选 |
| 主 编 | 张志斌 |
| 撰 者 | 〔宋〕苏轼 |
| 编 者 | 〔明〕王如锡 |
| 校 点 | 吴文清 张志斌 |
| 出版发行 | 海峡出版发行集团
福建科学技术出版社 |
| 社 址 | 福州市东水路 76 号(邮编 350001) |
| 网 址 | www.fjstp.com |
| 经 销 | 福建新华发行(集团)有限责任公司 |
| 印 刷 | 福州华悦印务有限公司 |
| 开 本 | 700 毫米×1000 毫米 1/16 |
| 印 张 | 22.5 |
| 字 数 | 401 千字 |
| 版 次 | 2013 年 9 月第 1 版 |
| 印 次 | 2013 年 9 月第 1 次印刷 |
| 书 号 | ISBN 978-7-5335-4293-1 |
| 定 价 | 39.80 元 |

书中如有印装质量问题,可直接向本社调换

中医养生名著精选

张志斌 主编

◎ 养生类纂

〔宋〕周守忠 纂辑

〔明〕胡文焕 校阅

张志斌 叶 子 范逸品 校点

◎ 三元参赞延寿书

〔元〕李鹏飞 编

〔明〕胡文焕 校

张志斌 张心悦 李 强 校点

◎ 寿亲养老新书

〔宋〕陈 直 原著

〔元〕邹 铉 增补

叶 子 张志斌 张心悦 校点

◎ 东坡养生集

〔宋〕苏 轼 原撰

〔明〕王如锡 编

吴文清 张志斌 校点

◎ 老老恒言

〔清〕曹庭栋 撰

王淑民 校点

前言

1996年，世界卫生组织在《迎接21世纪的挑战》的报告中指出：“21世纪的医学，不应继续以疾病为主要研究对象，而应以人类健康作为医学研究的主要方向。”进入21世纪的第二个十年，医学朝向健康的观念越来越深入人心。我国最早的医学理论经典著作《黄帝内经》提出了中医“治未病”这一原创理念，中医养生理论与实践由此而发展起来，并体现出东方文明动静结合的哲学思想、人与自然和谐的整体理念，还创立了独特而多样的保健技术与方法，从而越来越受世界瞩目。

在系统调查研究中医养生类古籍，出版大型养生著作《中医养生大成·第一部》（养生通论）的基础上，我们精选了其中最具影响力的5种养生古籍，即《养生类纂》、《三元参赞延寿书》、《寿亲养老新书》、《东坡养生集》、《老老恒言》，加以整理校点，分册出版。

一、《养生类纂》

这是一部宋代综合性养生著作，作者周守忠。此书乃周氏收集136种各类著作中的养生内容，分类汇编而成，故名《养生类纂》。参考文献广泛，且清晰准确地给出文献出处是此书最大的特点。

此书体现了中医养生不同于道家养生的关键之处，即不求长生不老，目的只在于“精神安乎形而年寿长焉”。而所谓“长”者，只是指尽其天年。其养生的措施，主要包括三个方面，即养神、惜气、防疾。

养神者，指节制嗜欲、修身养性，做到“外则意不逐物移，内则意不随心乱”，“尊势不能动，乐道而忘贫”，“厚利不能倾，容身以怡情”，使神自宁而养神矣。惜气者，指不能过用。古人认为“病起过用”，因此必须懂得劳逸适度。而所谓“过用”，是指超越承受能力的使用，如才所不逮而困思之，力所不胜而强举之，情绪过激，欲念过当，等等。这些都可能造成身体损伤。然而，防止过用不等于不动。“人体欲得劳动，但不当使极”，以“不伤为本”。“闲心劳形”，才是养生之方。防疾者，指生活要有规律，注意日常调摄，包括适寒温、避邪气、节饮食、慎起居、勤沐浴等多方面的措施。

二、《三元参赞延寿书》

这是一部元代的综合性养生著作，作者李鹏飞，内容涵盖精神道德修养在内的生活各个方面。其书名的意思是：天地人三元相参，赞化育之功，而成延寿之书。

书中将人之寿命分为天元、地元、人元。“天元之寿”为“精神不耗者得之”。讨论与人欲生殖相关的内容，提出了欲不可绝、欲不可早、欲不可纵、欲不可强、欲有所忌、欲有所避等关于调节健康性生活的高明主张，这些主张可谓是此书最为引人注目的精彩部分。同时，书中还提出了生病、大醉、忍尿、忿怒或恐惧等不良情绪状态下，以及妇女月经期等情况要避免性生活。“地元之寿”为“起居有常者得之”。讨论人们日常生活中的情绪与起居，包括调情绪、慎起居、顺天时三个方面。主要观点是节护精气、顺应四时气候变化，强调保持平和的心境、平稳的生活状态，以及良好的卫生习惯。“人元之寿”为“饮食有度者得之”。主要讨论饮食养生，提出很多值得参照的饮食养生方法，如“有饥即食，食勿全饱”，“当候已饥而进食，……无待饥甚而后食”，“觉微渴而省饮，饮不欲太频”，“色恶不食，臭恶不食”，“人之当食，须去烦恼”，等等。书中李氏还将食物及最为常用的部分药物分为果实、米谷、菜蔬、飞禽、走兽、鱼类、虫类七大类来分析，讨论各种食物的利弊，而着重于避害。

三、《寿亲养老新书》

这是一部专门论述老年养生的重要著作，与我国古代其他养生著作有着明显的不同之处。他书大多强调老人自养，而此书在强调老年人自养的同时，还强调子女晚辈必须孝敬老人。

此书从儒家孝道出发，充分论述了身为人子，在赡养、关爱老人方面所应尽到的责任。“奉亲之道，亦不在日用三牲，但能承顺父母颜色，尽其孝心”，从精神上、生活细节上给老人以关爱。老年人自身则要特别注意调养精神，心神安定则不易得病。同时，书中还提出了心要静，形要动，不能因为老了就懒散，可量力而行，进行适当的锻炼。在此基础上，再结合饮食摄养。老年人饮食应以清淡温软为主，注意节制，用餐时应细嚼慢咽，食后可适当揉腹散步，以助消食。若有不适，则食疗为先，药治为后，并给出粥、饼、羹、煎、饮、酒等多种食养食治方。

四、《东坡养生集》

这部书是明末文人王如锡汇集宋代文豪苏轼诗文杂著中有关闲适颐养的内容而成，内容与文体丰富多样，充分体现了苏轼以养心神、怡情志为重点的养生思想与豁达乐观的人生态度。

苏氏强调：“夫人之动，以静为主。神以静舍，心以静充，志以静宁，虑以静明。”说的是要保持自己心灵的宁静，坚持自己的志向，不因宠辱穷达而受到干扰。苏轼一生，仕途坎坷，颠沛流离，但是他始终保持豁达乐观的人生态度，能随遇而安。苏轼养生思想的核心是“和”、“安”二言。“和”是指人与外界环境的和谐，顺应外界环境的变化；“安”是指人之内心精神的稳定，不随外物而变。苏轼养生的具体方法十分简单，“不过慎起居饮食、节声色而已”。苏轼主张“已饥方食，未饱先止”，以安分养福，宽胃养气，省费养财。同时，苏轼还主张形动神静，动静结合；建议安步当车，晚食当肉，无罪当贵，清静自娱。他的这些养生观点，对于当下人们的现实生活都是很有指导意义的。

五、《老老恒言》

这也是一部老年养生专著。作者曹庭栋是清代著名的文学家、琴学家、书画家。曹氏平时在做学问之余，经常弹琴养心，书画怡情；因此，他在老年养生方面十分注意精神修养，强调怡情养性。

失眠是老年人易患的病证，曹氏认为睡眠当以清心为要。他根据自己的就寝体会，总结了治疗老年人失眠的多种方法。用于就寝之前者，有“夜坐”与“行步”；用于就寝之后者，有“操”与“纵”。他还指出，老年人身体功能减退，精力有限，应该以“养静为摄生首务”。要清心寡欲，少视听，寡言笑，节俭度日，间习吐纳导引之法，使身体气血通畅，这才是“却病良方”。老年人因肝血渐衰，性情往往会发生一些变化，特别要注意戒躁戒怒。老年人脏腑功能日渐衰退，调理脾胃首先要饮食有节，因此提倡老年人以少食为宜。菜品少盐使淡，五味要适度，品种宜简单，才能适口适胃。曹氏主张老年人无论是保养，还是偶染小恙，均不可轻易服药，只要加意调停饮食，“微病自可勿药有喜”。

综观以上五书，均是中医养生史上具有相对重要地位的各个时代养生通论之代表作，而且各书之特色鲜明。《养生类纂》成书于宋代，第一次将此前分散于各类著作中的养生相关内容汇集到一起，分类编纂，一改此前养生类内容零星分散的状态，形成一部专著。《养生类纂》所收内容涉及136种书籍，并严格标注文献出处。无论是从养生理论方面，还是从分类编排方式方面，都对后世产生极其深远的影响。《三元参赞延寿书》成书于元代，是一部著述与类编相结合的养生著作。作者李鹏飞很有可能见过并参考了《养生类纂》，两书的编排特色有些类似，内容也有所借鉴。如其书之“天元”、“地元”、“人元”之说，有可能是借鉴了周氏之“天文”、“地理”与“人事”的三部编排法。但是两书比较，此书分类编排明显更为清晰严谨，选材也更具鉴别眼光。比如，在古代较受重视的“服饵”，则完全被作者弃除，这是一个了不起的进步。《寿亲养老新书》由宋元两代著名养生学家共同完成。其卷一为宋代陈直所撰《养老奉亲书》原文，这应该是现在所知我国最早的老年养生专著。而后三卷为元代邹铉增补。此书将老年养

生问题作为一个专题来讨论，并与儒家孝道相联系，具有中华民族文化的特色，后世响应者很多，逐渐使之形成一个专门的学问。《东坡养生集》为明末文人王如锡广搜众刻，汇集宋代文豪苏轼诗文杂著中有关闲适颐养的内容而成。此书以明人的眼光来审视宋人的养生观点，以文人的角度来讨论医家养生之事，呈现出时代穿越与领域跨越的精彩。由于苏轼豪放独特的人格魅力、豁达乐观的处世态度，以及妙笔生花的文字修养，使一部养生著作显出无穷的阅读趣味。现全书校点出版，在全国尚属首次。《老老恒言》成书于清代，作者曹庭栋撰写此书时，已经是一位75岁的老人了，他说：“今吾年七十有五，又忽忽不觉老之及吾，宜有望于老吾者之使吾克遂其老也。”因此，他特别能够抓住老年人的心理和生理特点来阐述日常起居寝食的养生方法。

虽然，养生学科在中国古代的发展历史十分悠久，著作很多，但鱼龙混杂，读者选择起来比较困难，希望我们这套小丛书能为喜欢养生的朋友提供帮助。

张志斌

导 读

《东坡养生集》为明末文人王如锡广搜众刻，汇集宋代文豪苏轼诗文杂著中有关闲适颐养的内容而成。以养心神、怡情志为重点内容，趣味性、实用性都很强。但由于此书整理方面有较大的难度，至今尚无全校本问世。我们本次将全书整理点校出版，希望能对读者有所帮助。

一、作者与成书

此书的原作者为苏轼。苏轼（1037～1101年），字子瞻，号东坡居士，眉州眉山（今四川眉山）人。北宋文学家、书画家。北宋嘉祐进士。神宗时曾任祠部员外郎，因反对王安石新法而求外职，任杭州通判，知徐州、湖州。后因作诗“谤讪朝廷”罪，贬谪黄州（湖北，长江以北），筑室于东坡。哲宗立，召为礼部侍郎。司马光尽废新法，但苏轼主张渐改。不久除翰林学士兼侍读，后以龙图阁学士出知杭州，曾筑苏公堤于西湖。元祐六年（1091年），召为翰林承旨。未几，出知颍州（今安徽阜阳）、扬州等。元祐八年，出知定州。绍圣初（1094年），因论掌内外制时，所作诰命讥斥先朝，贬谪惠州（今广东惠州）。徽宗立，徙永州（今湖南零陵），第二年（1101年）病死常州。南宋时追谥“文忠”，与父洵、弟辙合称“三苏”，均极有文学成就，又尤以苏轼为最。苏轼学问渊博，并热心医事，著有《苏沈内翰良方》、《圣散子方》等。苏轼一生著述甚多，其中有许多诗文涉及养生。

王如锡，字武工，江宁（今江苏省南京市）人，生活于明代后期。

其生平事迹及生卒年均无考，各种志、史均无载。据目前所见资料，惟以《东坡养生集》留芳于世，其他未见相关的任何资料。

据王如锡《自序》云：“余少多病，从事举子，辄有物以败之，及谈神仙吐纳之术，恍然有会于余中。”说明他从小亦曾习举子业，但终因体弱多病，不耐寒窗之劳，而举业无成。《盛宾序》称：“武工简远沉静，有颖滨之致，于世无所嗜，独嗜书，尤嗜读公书。”《王思任序》称：“白下王武工，甘贫高寄，博古清真，心碗琉璃，神车碧落，喜读公书。”可见王如锡乃一介布衣，并无官职。然而，他喜读书，好养生之道，尤好读苏轼之书，对于苏轼“翛然自得，超然境遇之中，飘然埃壒之外者，乃能历生死患难而不惊，杂谐谑嬉游而不乱”的人生态度非常崇敬，认为这是养生者的最高境界。于是，广搜众刻，“自诗文巨帙至简尺填词，以及小言别集，凡有关于养生者，悉采焉”，汇集苏轼诗文杂著中有关于闲适颐养的内容，辑成《东坡养生集》十二卷。书成于明崇祯八年（1635年）。

此书现存有三种版本。其一，为明崇祯序刊本（后简称“崇祯刊本”），卷首署为“江左王如锡编”，藏于北京大学图书馆，成书于明崇祯八年乙亥（1635）。其二，为清书林陈道生梓本（后简称“陈道生本”），藏于中国科学院国家科学图书馆。其三，为清康熙甲辰序刊敦本堂藏板本（后简称“敦本堂本”），藏于中国科学院国家科学图书馆。现存的三个版本，可分为两个系列。一为以崇祯刊本为代表的明版系列，一为以陈道生本为代表的清版系列。两个系列的差别为评注文字有较大的不同，崇祯刊本为王如锡所评，陈道生本为丘象升之删改重注。两个系列的鉴别为有无丘象升康熙序（以陈道生本为代表的清版系列有丘象升康熙序）。而清版系列两种含丘象升康熙序的版本，均为丘象升在原王如锡所集之《东坡养生集》刊本基础上，修改增删其评注文字而成，均晚于崇祯刊本。故本次校点以崇祯刊本为底本，以陈道生本作为校本。王思任序虽然作于明崇祯年间，但初见于陈道生本，且惟见于陈道生本。为了便于读者参考，将王思任序与丘象升序均附于本书王如锡序后。

二、结构特点及各卷主要内容

此书是王如锡收集苏轼的诗词、歌赋、铭赞、序跋、别集、杂记、杂著等各种文体，分类编纂，分为12类，分别为饮食、方药、居止、游览、服御、翰墨、达观、妙理、调摄、利济、述古、志异。全书的内容非常有特色，能完整反映苏轼以养心神、怡情志为重点的养生思想与豁达乐观的人生态度。但由于苏氏原作内容与文体都非常丰富多样，王氏分类工作实属不易。因此，从养生的角度来看，编排稍嫌零乱，需要细读。

第一卷《饮食》，汇集苏氏关于饮食养生的观点与论述，并记载豆粥、姜粥、二红饭、羊脊骨、烧猪、煨芋、芥羹、玉糝羹、真一酒歌、蜜酒歌、天门冬酒等各种美食美酒，体现了他追求自然之味以食养生的观点。

第二卷《方药》，汇集了苏氏对于医药有关的知识与论述，并记载了松脂、地黄、茯苓、苍耳、益智、苍术、皂耳霜等药物，以及辨漆叶青黏散、四神丹、天麻煎、偏头疼方、治内障眼、泄痢腹痛方、枳椇汤等处方。值得注意的是，苏轼在此卷对“以意用药”提出异议。

第三卷《居止》，与前二卷略有不同，并非是苏氏关于生活起居宜忌的论述，而只是一些与友人的往来信件及散文诗作，往往是苏氏向亲友报告本人的近况或所见所闻，反映了苏氏对周围自然环境的敏锐感悟，及其在居无定处之多舛一生中乐观的人生态度。

第四卷《游览》，与一般所说的养生理论稍有距离，汇集了苏氏各种游记诗文，反映他对自然或人文景观的鉴赏与感悟。苏氏在写景之余，常会论及自己的人生观、世界观，以及居家处所的评议。

第五卷《服御》，谈的大多是笔、墨、纸、砚文房用品，以及琴笙、刀剑、奇石、古镜、屏风、巾冠等等风雅之物，与一般所说的养生保健似乎关系不大。其对文物古玩的收藏主张适可为止，认为过当则有“磨人”之嫌。

第六卷《翰墨》，汇集的是关于书画收藏鉴赏的诗文及与友人谈诗论文的信件，从中也能反映出苏轼对于书画诗文怡情养性作用的态度。他还谈到，对于陶冶情志来说，最为有益的是读书，认为任何学问，

都必须从读书开始。

第七卷《达观》，内容最为丰富多样，汇集了苏轼议论人生、治学、仕途、处世等方面的诗文书信。反映了他坚定的人生志向、坦荡豁达的处世态度与宠辱不惊的政治抱负。他认为人生中更多遇到的可能是“劳心以耗神，盛气以忤物，未老而衰病，无恶而得罪”，但都必须以恬淡的心态坦然面对。

第八卷《妙理》，借用各种景致或事件，阐发一些与养生相关的人生哲理。他认为，君子对于“善”与“不善”的好恶是一种自觉，不必遇事再来思考商议如何避就。“临义而思利，则义必不果；临战而思生，则战必不力”。就在这一卷中，苏轼提出他的养生核心理念：“余问养生于吴子，得二言焉。曰和，曰安。”

第九卷《调摄》，汇集了苏轼关于生活起居养生必须注意的问题及关于保健与防病治病的主张。其中有一部分以《修身》、《续〈养生论〉》、《养生诀》、《养生偈》、《守气诀》、《导引》等专门养生的相关文题直接展开的论述，但更多是在与亲友书信中提出的相关主张。苏轼认为，养生并非难事，也不复杂，“大约安心调气，节食少欲，思过半矣，余不足言。”因此，他在谪居期间，主要养生方法有“三适”：旦起理发、午窗坐睡、夜卧濯足。要说养生之难者，他认为“皆不足道，难在去欲”，故养生之人于此当多加注意。至于导引之法，其说虽多，但苏轼日常所行之法，惟有静坐调气与按摩涌泉二法。

第十卷《利济》，汇集了苏轼关于赈灾、慈善、治吏、水利、杂役等参政议政的意见，本来与养生的关系不大，但苏轼以知医自居，或以医理譬治理，以养生譬养民，道出了一些与医药保健相关的道理与主张。

第十一卷《述古》，此卷所载诗文，乃苏轼借古代的人物事件而阐发本人对于治国治民及为人处世的态度。其间，也借用古人的智慧，提出一些很著名的养生主张。如在本卷《颜蠹巧贫》中，提到的“晚食以当肉，安步以当车，无罪以当贵，清静真正以自娱”，苏轼非常欣赏这种无视权贵、追求内心宁静的人生态度。

第十二卷《志异》，记录了一些奇闻逸事，传说故事。虽然苏轼间有评论，但此卷内容与养生理论关系不大，只是反映了苏轼对事物的

见解与看法。

三、学术思想

学术思想在上述各卷主要内容中已经有所提及，现再将其加以归纳整理如下。

（一）一静存性，充心宁志

保持自己心灵的宁静，坚持自己志向，不因宠辱贫达而受到影响，这可能是苏轼之所以能够在仕途坎坷、颠沛流离的一生中，保持豁达乐观、随遇而安的根本原因。他认为：“夫人之动，以静为主。神以静舍，心以静充，志以静宁，虑以静明。其静有道，得己则静，逐物则动。”所以，“静以存性，不可不念也。能得吾性，不失其在己，则何往而不适哉！”事实上，淡泊宁静，是中医养生中历来最为坚持的原则，《黄帝内经·素问》中就强调：“恬淡虚无，真气从之，精神内守，病安从来。”

（二）二言养生，曰和曰安

苏轼说：“余问养生于吴子，得二言焉。曰和，曰安。”因此，“和”、“安”二字，可谓东坡养生思想的核心。那么什么是“和”？是指人与外界环境的和谐，顺应外物的变化。“折胶流金，而物不以为病，其变者微也……微之至，和之极也。”也就是说，寒暑之变，日夜更换，外界变化对人的影响越小，则越和谐。什么是“安”？是指人之内心精神的稳定、安宁，不随外物而反复变化。如乘舟遇大风，任其“反逆眩乱不可止，而吾饮食起居如他日”，强调的是人的定力。正所谓“安则物之感我者轻，和则我之应物者顺。外轻内顺，而生理备矣”。

（三）三养以持，三疾必去

具体到日常生活中来说，养生很简单，“不过慎起居饮食、节声色而已”。苏轼主张“已饥方食，未饱先止”，他自言：“东坡居士自今已往，早晚饮食，不遍一爵一肉，有尊客则三之，可损不可增。”这样做有三个好处：“一曰安分以养福，二曰宽胃以养气，三曰省费以养财。”只要能保持长此以往，自然对身体有益。对于养生来说，又有三种弊病必须去除。他说：“神仙至术，有不可学者。一忿躁、二阴险、三贪

欲……无此三疾，切谓可学……”

(四) 四戒防疾，四当安身

同时，苏轼养生也主张形动神静，动静结合。他提出养生“四戒”：“出舆入辇，命曰蹶痿之机。洞房清官，命曰寒热之媒。皓齿蛾眉，命曰伐性之斧。甘脆肥浓，命曰腐肠之药。”时刻告诫自己。那么怎么做才是合适的呢？苏轼认为古人颜蠋之“四当”，即“晚食以当肉，安步以当车，无罪以当贵，清静真正以自娱”，正可适用于安身立命。

苏轼这些养生观点，对于今天人们在实际生活中的养生来说，都是很有意义的。当然，此书也有反映时代思想局限之处，如服食等；还有一些繁杂的内容，与养生不一定有密切的关系。因为本次为《东坡养生集》的第一次全文点校出版，为了保持全书的完整性，未予改动，敬请读者自鉴。

校点说明

一、本书尽量选取最佳底本与校本（包括主校本与他校本），并在导读中说明所选的底本、校本及遴选理由。

二、本次校勘采用“以本为主法”与“以善为主法”相结合的“本善兼顾法”，以最佳底本作为校正的依据，参对各种底本与校本的异同，在明显的正误问题上择善从之。

三、凡底本不误而校本有误者，不改不注；底本引文虽有化裁，但文理通顺，意义无实质性改变者，不改不注；底本有误或引文改变原意时，或酌情改正，或仍存其旧，但均加注解；底本中文字不清者，用白丁“□”标示。

四、本书使用规范简化汉字，文字横排，加标点符号。书中使用简化汉字容易产生歧义时，仍使用原繁体字。版式变更造成文字含义变化，依现代排版予以径改，如“右件药”中的“右”字径改为“上”，不再出注。

五、书中药名有与今通行之名用字不同者，为便于当代读者使用，一般改用通行之名，如“黄檗”改作“黄柏”，“莪茂”改作“莪术”，等等。药物异名或能体现时代用药特征的药名则不改，如“延胡”不改作“延胡索”。

六、底本中医名词术语用字与今不同者，一般改用通行或规范之名，如“藏府”改作“脏腑”，“足指”改作“足趾”，等等。尤其是同一书用字（词）不统一或不规范时，均加以统一或规范，不另出注。

但经典医著中的名词术语虽与今通行者不同，仍予保留，如“藏象”不改作“脏象”。另外，古人常将“症”“证”二字混用，为保持古书原貌，均未改动。

七、底本目录与正文有出入时，一般依据其正文予以调整，以保证目录与正文标题一致。如原书目录分卷排列，则全部移聚到文前。

八、当底本中的避讳字、异体字（如“豆”作“荳”、“果”作“菓”等）、俗写字或笔画差错残缺者影响理解原意时，均径改为原字，一般不出注。明显的笔误或误用之字，如“曰”误作“日”、“己”误作“巳”等，也予径改，不出注。

九、原底本中的原文和评注文字分别用宋体和楷体区分。原底本原文的双行小字，今统一改为单行小字。

十、书中疑难冷僻字及重要的特殊术语，酌情予以简要注释。

十一、为保持原书旧貌，书中药物剂量仍采用旧制，个别当今法规已禁用或改用替代品的药物也未做改动，请读者注意甄别。

十二、为保持原书旧貌，书中的观点及理论不作任何删改。由于受时代的局限，书中难免存在不科学的内容，对此以脚注形式注明，或在导读中加以说明，以提醒读者注意。