# 中華大典

# 醫藥衛生典

## 衛生學分典

中華大典

# 醫藥衛生典

巴蜀書社

**圖書在版編目（CIP）數據**

中華大典·醫藥衛生典·衛生學分典·通論總部、環境衛生總部、人物總部/呂光榮，吳永貴，周青主編. —成都：巴蜀書社，2015.12

ISBN 978-7-5531-0656-4

Ⅰ. ①中… Ⅱ. ①呂…②吳…③周… Ⅲ. ①百科全書—中國 ②衛生學 Ⅳ. ①Z227 ②R1

中國版本圖書館 CIP 數據核字（2015）第 312265 號

# 中華大典·醫藥衛生典·衛生學分典

## 通論總部　環境衛生總部　人物總部

**編纂**：《中華大典》工作委員會
《中華大典》編纂委員會

**出品人**：林　建

**總編輯**：侯安國

**責任編輯**：徐慶豐　白亞輝　康麗華　陳憲良

**出版**：巴蜀書社
（四川省成都市槐樹街二號　郵政編碼　六一〇〇三一）

**印刷**：成都東江印務有限公司
（四川省成都市溫江區湧泉街道辦事處共耕工業園 H-12
電話：〇二八-八二六〇一五五一　郵政編碼　六一一一三〇）

**經銷**：新華書店

成品尺寸：一八五毫米×二六〇毫米　印張：五二·五　字數：一七五〇千

二〇一五年十二月第一版　二〇一五年十二月第一次印刷

**定價：伍佰圓**

本書如有印裝質量問題請與工廠聯繫調換

書號：ISBN 978-7-5531-0656-4

中華人民共和國國務院批准的重大文化出版工程

國家文化發展規劃綱要的重點出版工程項目

新聞出版總署列爲『十一五』國家重大工程出版規劃之首

國家出版基金重點支持項目

# 《中華大典》工作委員會

主　任：柳斌傑

　　金人慶

副主任：李　彥　于永湛　鄔書林　張少春　李衛紅

　　周和平　陳金泉　李靜海

委　員：張小影　伍　傑　朱新均　吳尚之　孫　明　王家新

　　徐維凡　劉小琴　毛群安　遲　計　曹清堯　彭常新

　　王志勇　潘教峰　姜文明　王　正　石立英　安平秋

　　陳祖武　詹福瑞　戴龍基　宋煥起　孫　顯　陳　昕

　　魏同賢　王建輝　朱建綱　高紀言　莫世行　段志洪

　　李　維　何學惠　甄樹聲　馮俊科　譚　躍　羅小衛

　　王兆成

# 《中華大典》編纂委員會

總主編：任繼愈

副主編：席澤宗　程千帆　戴　逸　吳文俊　柯　俊　傅熹年

編　委：卞孝萱　任繼愈　李明富　余瀛鰲　林仲湘　郁賢皓

馬繼興　袁世碩　席澤宗　陳美東　黃永年　章培恒

張永言　張晉藩　葛劍雄　董治安　程千帆　傅世垣

曾棗莊　龐　朴　趙振鐸　劉家和　潘吉星　錢伯城

戴　逸　楊寄林　穆祥桐　吳文俊　金正耀　戴念祖

柯　俊　金維諾　白化文　汪子春　周少川　孫培青

朱祖延　傅熹年　李　申　郭書春　熊月之　柴劍虹

吳子勇　寧　可　江曉原　鄭國光　吳征鎰　尹偉倫

魏明孔

# 《中華大典》前言

《中華大典》是運用我國歷代漢文古籍編纂的一部大型工具書。其目的是爲學術界及願意了解中國古代珍貴文化典籍的人士提供準確詳實、便於檢索的漢文古籍分類資料。

中國是世界文明古國之一，幾千年來纂寫和聚集的文化典籍浩如烟海。我國歷代都有編纂類書的優良傳統，具有代表性的《永樂大典》等大多已佚失，現存《古今圖書集成》編就距今也已數百年。爲了適應今天和以後研究和檢索的需要，一九八八年海内外三百多位專家學者和各古籍出版社同仁倡議，在已有類書的基礎上，用現代科學方法編纂一部新的類書《中華大典》。

國務院在關於編纂《中華大典》問題的批覆中指出，編纂《中華大典》『是我國建國以來最大的一項文化出版工程』。本書所收漢文古籍上起先秦，下迄清末，約三萬種，達七億多字，分爲二十四個典，近百個分典，内容廣博，規模宏大，前所未有。

《中華大典》的編纂工作堅持科學態度和百花齊放、百家争鳴方針。儘量採用古精校精刻本，優先採用我國建國後文獻學和考古學的優秀成果。對傳統文化中重要的不同學派的資料，兼收並蓄。運用現代圖書分類的方法，對搜集到的資料，精選、精編，力求便於檢索、準確可信。

這項工作從開始起就受到中共中央、國務院和有關部門的重視和支持。國家主席江澤民、國務院總理李鵬分别爲《中華大典》題詞。江澤民的題詞是：『同心同德，群策群力，認真編好中華大典，

爲建設有中國特色的社會主義服務。』李鵬的題詞是：『繼承和弘揚民族優秀傳統文化。』全國政協主席李瑞環、國務委員李鐵映也作了重要指示，要求抓緊辦理。一九九〇年五月，國務院批准《中華大典》爲國家重點古籍整理項目。一九九二年九月，正式成立了《中華大典》工作委員會和《中華大典》編纂委員會，召開了《中華大典》工作、編纂會議。自此，《中華大典》的編纂工作由試點轉入正式啓動，逐步鋪開。

編纂《中華大典》，學術性很强，工作量很大，工程十分艱巨，全賴廣大專家學者和全國各有關高等院校、科研院所、圖書館、出版單位的鼎力支持與積極參與。大家本着弘揚中華民族優秀文化的心願，發揚奉獻精神，克服各種困難，團結協作，給這部巨大類書的出版提供了根本保證。在此謹表示誠摯的謝意。

對本書的批評與建議，我們將十分歡迎。

**《中華大典》編纂委員會**

一九九七年四月

二〇〇六年十一月修訂

# 《中華大典》編纂通則

一、性質：《中華大典》（以下簡稱《大典》）是對漢文古籍（含已翻譯成漢文的少數民族古籍）進行全面的、系統的、科學的分類整理和彙編總結的新型類書，是在繼承歷代類書優良傳統、考慮漢文古籍固有特點的基礎上，借鑑和參照近代編纂百科全書的經驗和方法編纂而成。編纂《大典》的目的，是爲學術界及願意了解中國古代珍貴文化典籍的人士提供各種分門別類的、準確詳細的古代漢文專題資料。

二、規模和體例：《大典》所收古籍的時限，上自先秦，下迄辛亥革命。全書共收各類漢文古籍三萬餘種，七億多字。全書體例，着重汲取清代《古今圖書集成》所採用的經目和緯目相交織這一統一框架結構的模式，同時參照現代科學的學科、目録分類方法，並根據各類學科内容的實際情況，一般將每一大類學科輯爲一典，也有將幾個相關學科共輯爲一典的。對各典名稱，均以現代學科命名，對於所收入的各種古籍資料，亦儘可能納入現代科學分類體系之中。

三、經目：《大典》共分二十四個典，即哲學典、宗教典、政治典、軍事典、經濟典、法律典、教育典、語言文字典、文學典、藝術典、歷史典、歷史地理典、民俗典、數學典、物理化學典、天文典、地學典、生物學典、醫藥衛生典、農業典、林業典、工業典、交通運輸典、文獻目録典。典以下以分典、總部、部、分部分級，分部之下的標目根據各學科特點由各典自行擬定。

四、緯目：共設置九項緯目，用以包容各級經目的具體内容：

①題解：對有關學科的名稱、概念、含義、特點等作總體介紹的資料。

②論説：有關理論部分的資料。

③綜述：有關學科或事物的系統性資料，凡有關學科或事物的性狀、制度、範疇、特點及學科地位、發展情況等具體内容均編入此緯目中。

④傳記：有關人物的傳記資料。

⑤紀事：有關學科或事物的具體活動或事例的資料。

⑥著録：重要人物或文獻的有關著作資料，如專集介紹、序跋、藏書題記，以及有關著作的成書經過、版本源流等。

⑦藝文：有關屬於文學欣賞性的散文或韵文。

⑧雜録：凡未收入以上各緯目，而又有較高參考價值的資料，均入雜録。

⑨圖表：根據有關經目的内容需要，圖與表附於相關專題之下，或集中彙總於某級經目之後。

《大典》以内容分類安排各級緯目，各級緯目的正文，一般以原書爲單位，按時代順序排列。每一條資料前標明出處，包括書名或作者名、篇名或卷次，以利讀者核對原書。

五、書目：每分典後附有該分典所收書之書目，書目包括書名、作者、時（年）代、版本等内容。時代以成書時代爲準，成書時代不詳者，以作者主要活動時代爲準，並遵從歷史習慣。

六、版本：《大典》在選用版本時儘量採用古人的精校精刻本，亦採用部分學術界通用的近、現代整理圈點本及現代學者校點整理本。

七、校點：爲儘可能保存古籍原貌，《大典》衹對底本中明顯的脱、訛、衍、倒進行勘正。古本中的避諱字一般不作改動，衹對缺筆字補足筆畫。後人刻書時避當朝人諱而改動的字，據古本改回。《大典》採用新式標點法。

《中華大典》編纂委員會

一九九六年八月

二〇〇六年十一月修訂

# 《中華大典・醫藥衛生典》編纂委員會

顧　問：馬繼興　鄭孝昌

主　編：傅世垣　李明富　余瀛鰲　趙立勛　曹洪欣

副主編：鄭金生　黃英志　陳貴廷　呂光榮　張志斌

秘書長：鄭金生　李　戎

學術秘書：李繼明　萬　芳　吳　勇　劉楚玉

編　委：（以姓氏筆畫爲序）

王大淳　王文科　王再謨　王咏芳　王咪咪　王華秀

王樹芬　孔慶璽　艾儒棣　吕光榮　朱建平　李　戎

李明富　李繼明　吳　勇　吳家駿　宋　興　余瀛鰲

林森榮　范永升　和中浚　段光周　陳貴廷　黃英志

梁繁榮　張早華　張瑞賢　萬　芳　董德容　傅元謀

傅世垣　曾一林　賈德蓉　楊　宇　楊榮輝　趙立勛

廖品正　鄭金生　蕭永芝　劉楚玉　潘桂娟　謝克慶

羅永芬　嚴石林

# 《中華大典·醫藥衛生典》序

《中華大典·醫藥衛生典》是《中華大典》的重要組成部分，也是先期開展工作的試點之一，它包括《醫學分典》、《藥學分典》和《衛生學分典》，由成都中醫藥大學、中國中醫研究院和雲南中醫學院分工合作編纂。中宣部、文化部、國家教委、新聞出版署等十餘部委聯合組成的《中華大典》試點工作領導小組決定：先行試編《醫學分典》，在取得經驗的基礎上，再編纂其餘兩個分典。

一九八九年一月廿一日，《醫學分典》編委會在成都中醫藥大學成立，標誌着試點工作正式啓動。經過四年的試點、實踐，取得了較爲豐富的經驗，初步確定了《醫藥衛生典》的基本框架，擬訂了《醫藥衛生典》的《工作細則》、《共用書目表》和《醫學分典》的《編纂方案》、《書目表》等有關文件與資料，以及編寫出了《醫學通論總部》、《内科總部》、《兒科總部》的樣稿。從而爲《醫學分典》乃至《醫藥衛生典》編纂工作的順利開展提供了重要的前提條件。

在《醫學分典》試點工作取得經驗的基礎上，一九九三年九月，《醫藥衛生典》編委會在中國中醫研究院正式成立，《醫藥衛生典》的編纂自此全面啓動。

在中國醫學史上，也曾有過大型醫藥學類書的編纂，較早者如晉代的《雜藥方》，最大者如隋代的《四海類聚方》，較近者則當推清代《古今圖書集成》中的《醫部全録》。但清代以前的類書多已亡佚，僅存者也有資料不全、查找不便或錯訛等問題。工具書的編纂歷來是『前修未密，後出轉精』，

《醫藥衛生典》收編先秦至清末期間醫藥衛生及經史百家典籍中重要的醫藥衛生文獻資料，共約五千萬字，通過經緯交織的編纂方法，將我國古代人民對醫藥衛生的認識及防病治病的科學成果，按現代學科與專題予以分類編纂。它不僅展示了中醫藥學術的豐富內涵，也有助於廣大讀者把握中醫藥學術形成、發展的源流與脈絡。出版後，將成爲國內外醫藥衛生工作者和其他相關學科學者了解中醫藥科學知識的一個重要信息源、資料庫。

《醫藥衛生典》具有以下特點：

第一，它不僅是中醫藥界組織編纂的一部大型工具書，而且是國家中央政府『盛世修典』的一個重要組成部分。又被選作試點工程，充分體現出了黨和國家對醫藥衛生事業的關懷與重視。

第二，涵蓋面廣，內容豐富，規模空前。本典不僅博採醫藥衛生界所熟知的醫學、藥學以及衛生學等有關學科內容，還包括一般人不太了解，但已爲學術界和管理層所認識到並被視作優勢之一的『中醫藥文化』等方面的內容。資料來源廣涉經史百家文獻與出土簡帛文獻、域內傳世文獻與流失海外的文獻等多個層面；在時空上跨越先秦以迄清末；在數量上查閱文獻達一萬三千餘種，引用典籍七千種以上。如此的涵蓋面和容量規模，不僅明顯超越歷史上已有的中醫藥類書，也爲當前同類中醫藥出版物所不及。

第三，在編纂方法上具有高度的科學性和完整的系統性。本典按照現代學科分類方法，並結合我國類書編纂的優良傳統，分爲若干分典、總部、部、分部等各級經目，經目之下又設多個緯目。這樣經緯交織，系統完整，將數千萬字的資料科學有序地盡收一書，這在歷史上是罕見的。

第四，具有廣泛的實用性。由於本典搜裒歷代百家資料，又有多種目録、索引、書目表等供查

檢，並在系統全面輯編文獻資料的基礎上做了一番去粗取精的工作，故對於專業人員和其他學科中需了解醫藥衛生資料的學者都具有很高的研究價值和參考價值。

第五，具有類書編纂的高水平和權威性。《中華大典》是經國務院批准，並由中央有關部委負責組織實施的國家重點古籍整理項目。本典由國內一大批著名專家和中青年學者參與編纂，歷時十一年，取得了豐富的經驗。在編纂中注意汲取古代類書輾轉傳鈔、校勘粗疏、出處不詳的教訓，總結歷代類書編纂的利弊得失，充分吸收近二百年來在古籍整理和考古研究方面的新成果，儘可能選用可靠的、經過專家校勘的善本，層層嚴把質量關，從而保證了本典的學術水平與權威性。

中國醫藥學是一個偉大的寶庫，是中國人民長期同疾病作鬥争的經驗總結，它不僅包含着對疾病診療以及衛生保健與康復的豐富經驗，而且形成了獨特的理論體系。在西方醫學未傳入中國之前，它爲中國人民的繁衍昌盛作出了卓越貢獻，就是到了現代醫學高度發達的今天，仍是中國醫藥衛生事業的重要組成部分，並越來越爲全世界所矚目。這是我們力圖編好本典的基點。在長達十一年的編纂工作中，我們抱着嚴謹認真的科學態度，發揚奉獻精神，團結合作，克服了許多困難，付出了辛勤勞動，有的同志病逝在工作崗位上。整個編纂工作，在黨中央、國務院的親切關懷下，在《中華大典》工委會、編委會和國家中醫藥管理局的指導下進行，四川省黨政領導部門和國家圖書館等全國很多單位給予有力的支持，我們在此表示衷心的感謝，並歡迎海內外廣大讀者對我們的不足之處提出寶貴意見和建議。

**《中華大典·醫藥衛生典》編纂委員會**

一九九九年七月十八日

# 《中華大典·醫藥衛生典》凡例

一、《醫藥衛生典》是《中華大典》的組成部分之一，收録一九一一年以前中國古籍文獻中有關傳統中醫、中藥及衛生保健方面的資料，其中包括日本、朝鮮等鄰近國家刊刻或撰著的部分中醫藥文獻。

二、根據《中華大典》『經緯交織』的編纂特點和體例規定，典是一級經目，分典是二級經目，總部、部、分部則分别爲三、四、五級經目。《醫藥衛生典》包括《醫學分典》、《藥學分典》和《衛生學分典》三個二級經目，分典下設總部、部、分部等經目，或於分部之下更設專題。各級經目依據學科發展的歷史狀況而設，不求整齊劃一。三個分典下的總部設置情況分别爲：《醫學分典》下設《醫學通論總部》、《基礎理論總部》、《診法總部》、《温病總部》、《針灸總部》、《推拿總部》、《内科總部》、《外科總部》、《骨科總部》、《婦科總部》、《兒科總部》、《眼科總部》、《耳鼻咽喉口齒總部》、《典制總部》、《醫家總部》、《辭章雜記總部》。《藥學分典》下設《藥物圖録總部》、《藥學通論總部》、《人物典制總部》、《藥材總部》、《藥性理論總部》、《藥物總部》。《衛生學分典》下設《通論總部》、《環境衛生總部》、《人體衛生總部》、《氣功總部》、《食養食治總部》、《人物總部》。

三、依據《中華大典》體例要求，本典各級經目下設有題解、論説、綜述、紀事、著録、藝文、圖表、雜録八個緯目。題解：爲對同級經目的名稱、含義、概念、特點等作總體性、概括性介紹的

資料。論説：爲經目中有關理論部分的資料。綜述：爲經目性狀、特點、地位、實際應用發展情況等具體内容方面的資料。紀事：爲有關具體活動和事例的資料。著錄：爲相關重要著作、文獻的評價、成書經過、版本源流諸方面的資料。藝文：爲以文學欣賞性爲主的相關資料，主要收詩賦等韻文，也收少量散文。圖表：爲文獻中表示各種情況、注明各種數字的圖和表的彙集。雜錄：未收入以上緯目，而又具有一定參考價值，或其科學性有待進一步研究的資料。

各級經目下之緯目的設置，視所據有資料的情況，有則設之，無則不設。各緯目之下按時代先後排列資料，時代的確定以成書年代爲準，難以考實者就近排列，或遵從歷史習慣。

四、所引資料先標明出處，出處標署以書名和篇名爲主，如無篇名或標署篇名不便者則標署卷次。原書卷帙浩繁者，除標署書名和篇名外，有的復標卷次。同名異書者，加標作者名，以便檢索。

五、所引資料若在一段之中有略去不用者，則以【略】代之，所略内容如果位於段首或段尾，則不加標識，以免繁瑣。

六、本書用字儘量保持版本原樣，對異體字未作總體統一，原則上在同段文章中進行規範。通假字、古今字一般不改，衹在同一段中加以統一，規範原則一般是就多不就少。

七、本書注文的編排遵從歷史習慣採用兩種方法：一是隨文夾注，主要用於針對字、詞的短注；《素問》、《太素》等醫經之王冰注、林億等新校正、楊上善注等作隨文夾注處理。二是低正文一格的注文排法，主要用於對正文的發揮闡釋等文字。

八、作者自注不出注家名，注家不清楚者，不出注家名。《太素》楊上善注遵從歷史習慣不出注家名。其餘注家可考證者一律出注家名。

九、本書所採用的圓括號（ ）用於處理訛字和衍字。六角括號〔 〕的用法有二：一爲標署正字和增補的脱字，二是在注文前標署注家名。（書中收錄有少量簡帛文獻，其隸定字用六角括號，通假的本字、古今字的今字用圓括號，爲特例。）

一〇、在標點使用上，遵從《中華大典》通則的規定，多用逗號和句號，儘量少用或不用其他符號。

一一、遵從《中華大典》通則的規定，對古籍的卷次，用一、二、三、四、五、六、七、八、九、〇標示，不用十、百、千、萬。

一二、各總部卷末，附載資料引用書目。書目包括書名、作者（編者）、時（年）代、版本等內容。

**《中華大典·醫藥衛生典》編纂委員會**

一九九八年十二月八日

二〇一五年七月修訂

# 中華大典・醫藥衛生典

# 衛生學分典

# 《中華大典·醫藥衛生典·衛生學分典》編委會


**主　編：** 曹洪欣　陳貴廷　張志斌　呂光榮　鄭　進

**副主編：**（按姓氏筆畫排列）

王燕平　吳永貴　吳家駿　邱　勇　周　青　張早華

潘桂娟　鄭金生

**編　委：**（按姓氏筆畫排列）

于大猛　王　寅　付幼榮　呂　允　朱占瑞　馬逢升

梁昆生　常傲冰　張效霞　張偉娜　張愛軍　葉　子

程　英　彭　泉　楊金洪　楊鶴清　蔣力生　劉　虹

樊樹英　嚴康維

**學術秘書：** 李　强　劉楚玉

# 《中華大典·醫藥衛生典·衛生學分典》編纂說明

《中華大典·醫藥衛生典·衛生學分典》（以下簡稱《衛生學分典》）是組成《中華大典·醫藥衛生典》的三個分典之一。本分典在系統收集相關資料的基礎上，力圖全面客觀地反映中國古代衛生學的豐富內容。

《衛生學分典》下分六個總部，即《通論總部》、《人物總部》、《環境衛生總部》、《人體衛生總部》、《食養食治總部》、《氣功總部》。《通論總部》主要反映古代醫家關於衛生保健的一般性論述。《人物總部》主要反映古代在衛生學方面有影響的人物。《環境衛生總部》主要反映古代關於保護及建立有益健康的居住與生活環境，以及避免不良環境的資料。《人體衛生總部》主要反映古代與個人衛生保健及各種個人生活習慣對健康良莠影響的相關資料。《食養食治總部》主要反映古代以食藥兩用的材料進行保健養生與用藥膳進行疾病調治的相關資料。《氣功總部》主要反映古代以行氣調息方法進行養生保健的相關資料。

根據《中華大典》全書的性質，《衛生學分典》旨在爲學術界及願意瞭解中國古代衛生學典籍的人士提供準確翔實、便於檢索的漢文衛生學古籍的分類資料。爲了達到這一目的，本分典編纂人員從一九一一年以前記載衛生學狀況的各類文獻中廣泛收集資料。在近二十年中，爲了最大限度收集齊全古代衛生学資料，本分典《食養食治總部》主編及部分成員參與了《中醫養生大

成》（古代養生學相關書籍的大型校點叢書）的編纂，又參與了從海外復製回歸中國失傳古醫藥典籍的兩個大型國家級課題，爲收集國内外相關資料打下了良好的基礎。本分典主要資料來源有以下幾個方面：

養生學專著：在全面調查上現存歷代養生相關著作，約有近五百種，大致可以分爲三類，其中『養生通論著作』三百種，『導引氣功』一百五十餘種，『煉丹』約四十種。這些著作中，的確有一部分内容屬於糟粕，並且也有一部分與道教雜糅在一起的内容。爲了保證入選的内容確屬中醫衛生學範圍，本分典不收錄以下類内容：一、以長生不老爲主旨的煉丹（含内丹、外丹）内容；二、渲染房中技巧、追求淫樂、采陰補陽的房中内容；三、其他以養生爲名、事涉邪術的各種内容；四、屬於全盤抄襲的養生類書籍的内容；五、以技擊爲主的武術内容。

本草類專著：中國古代醫藥學素有藥食同源之說，在現存近三百種古代本草專著中，大多設有『穀類』、『菜類』、『果類』、『鱗部』、『禽部』、『獸部』等，均屬於食物範疇。在充分調研的基礎上，爲了不與《中華大典·醫藥衛生典·藥學分典》有過多的重複，本書所選古籍以食物本草爲主，排除一般本草類著作。

醫學書籍：在普查四千多種古代非衛生類的古醫籍基礎上（含海外復製回歸的中國散佚相關醫書百餘種），從中摘錄零散的衛生學篇節，或具體的保健養生資料，匯入本分典相關總部之中。

其他類文獻：包括從相關學科（如農學、博物學等）、相關書籍（如佛經道藏、古代筆記小說類書籍、文史書籍、飲食類書籍等）中搜羅的古代衛生學資料。

爲盡量避免重複，凡完全照引前人資料者，概不收錄。故同一性質的資料，若未見有較晚書籍之

名，大多因文字重複而被略去，而非遺漏。

《衛生學分典》的編纂在已出版的類書中尚屬首次，工程浩大，經驗不足，肯定會存在某些缺點錯誤，歡迎讀者批評指正。

《中華大典·醫藥衛生典·衛生學分典》編委會

二〇一四年四月

# 目錄


**衛生數理部**

陰陽分部……七
題解……七
論說……八
綜述……三五
氣化分部……四四
題解……四四
論說……四六
綜述……一一七
著錄……一六六
藝文……一六七
五行分部……一八三
題解……一八三
論說……一八五
綜述……二一三
著錄……二四二
藝文……二四四
雜錄……二四四

**衛生本原部**

論說……二五七
綜述……三四三

# 通論總部

主　編：呂光榮
副主編：邱　勇　楊鶴清
編　委：
呂　允　馬逢升　羅　燕　郝敬紅
趙　榮　韓豔麗　呂　中　馬鳳麗
常傲冰　殷　蕾　楊　梅　黃茂槐
李志宏　邱文超　隋婷婷

# 《通論總部》 提要

一、《通論總部》為《中華大典・醫藥衛生典・衛生學分典》總部之一，內容涉及臟腑、經絡、精氣神及陰陽、五行、氣化學說。為衛生學文獻資料系統整理研究，具有重要學術地位。

二、《通論總部》資料收集廣泛，從周秦以來，至歷代各家，凡臟腑、經絡、精氣神及陰陽、五行、氣化學說等內容盡在收錄之中，其中氣化學說為首次進行。取其精華，去其繁雜。可為整理自然、社會學科（其他學科，如政治、天文等，應用氣化學說論述事物演化規律最多。）提供示範。

三、《通論總部》按《中華大典》編纂通則、《中華大典・醫藥衛生典》凡例規定執行。具體為題解、論說、綜述、雜錄、紀事、藝文等，條分縷析，一以貫之。

四、《通論總部》分為兩部。一是衛生本原部，舉凡衛生、養生、攝生、尊生、貴生、達生、保生、治生、頤生、重生、本生及修身、養性、安神、省言、正心、去欲等盡在其中；二是衛生數理部，內容包括醫學數學基礎，理學：陰陽、五行、氣化學說（含五運六氣）的內容。內容豐富，全面系統。

五、通論，即通論中醫基礎理論，定義中醫是數理醫學。以數學加一倍法，合二為一；減一倍法，一分為二為基礎，通論人與自然，春生夏長，秋收冬藏，臟象、經絡、精氣神，通論人與社會，精神、飲食、環境衛生，而為醫學基礎理論，指導衛生診斷辨證法則，提出方藥、針灸推拿、氣功導引等具體衛生方法。《通論總部》建立中醫學理論、技術、應用學術體系，為醫學繼承發展奠定基礎。

# 目錄


**衛生數理部**

陰陽分部……七
題解……七
論說……八
綜述……三五
氣化分部……四四
題解……四四
論說……四六
綜述……一一七
著錄……一六六
藝文……一六七
五行分部……一八三
題解……一八三
論說……一八五
綜述……二三三
著錄……二四二
藝文……二四四
雜錄……二四四

**衛生本原部**

論說……二五七
綜述……三四三

# 通論總部

## 衛生數理部

## 陰陽分部

### 題解

**《管子・乘馬》** 春秋冬夏，陰陽之推移也。時之短長，陰陽之利用也。日夜之易，陰陽之化也。然則陰陽正矣，雖不正，有餘不可損，不足不可益也，天地莫之能損益也。

**《國語・周語上》** 夫天地之氣，不失其序；若過其序，民亂之也。

**《周易大傳・繫辭》** 一陰一陽之謂道。

**《鬼谷子・捭闔》** 捭闔之道，以陰陽試之，故與陽言者依崇高，與陰言者依卑小。以下求小，以高求大。由此言之，無所不出，無所不入，無所不可。可以說人，可以說家，可以說國，可以說天下。以陰陽之道，而說人之法也。

**《莊子・知北遊》** 陰陽四時運行，各得其序。惛然若亡而存，油然不形而神，萬物畜而不知。此之謂本根，可以觀於天矣。

**《靈樞・外揣》** 昭昭之明不可蔽，其不可蔽，不失陰陽也。合而察之，切而驗之，見而得之，若清水明鏡之不失其形也。五音不彰，五色不明，五臟波蕩，若是則內外相襲，若鼓之應桴，響之應聲，影之似形。故遠者，司外揣內，近者，司內揣外，是謂陰陽之極，天地之蓋。

**《素問・四氣調神大論》** 夫四時陰陽者，萬物之根本也，所以聖人春夏養陽，秋冬養陰，以從其根，故與萬物沉浮於生長之門。逆其根，則伐其本，壞其真矣。故陰陽四時者，萬物之終始也，死生之本也，逆之則災害生，從之則苛疾不起，是謂得道。道者，聖人行之，愚者佩之。從陰陽則生，逆之則死，從之則治，逆之則亂。反順爲逆，是謂內格。是故聖人不治已病治未病，不治已亂治未亂，此之謂也。夫病已成而後藥之，亂已成而後治之，譬猶渴而穿井，鬥而鑄錐，不亦晚乎！

**《素問・生氣通天論》** 夫自古通天者，生之本，本於陰陽。天地之間，六合之內，其氣九州、九竅、五臟十二節，皆通乎天氣。

**《素問・陰陽應象大論》** 陰陽者，天地之道也，萬物之綱紀，變化之父母，生殺之本始，神明之府也。

**《素問・陰陽別論》** 謹熟陰陽，無與衆謀。

**《素問・寶命全形論》** 帝曰：人生有形，不離陰陽。天地合氣，別爲九野，分爲四時，月有小大，日有短長。萬物並至，不可勝量。虛實呿吟，敢問其方？岐伯曰：木得金而伐，火得水而滅，土得木而達，金得火而缺，水得土而絕，萬物盡然，不可勝竭。

**《汲冢周書・時訓解》** 草木不黃落，是謂愆陽。水不冰，是謂陰負。水泉不動，陰不承陽。

**《論六家要旨》** 陰陽之術，大祥而衆忌諱，使人拘而多所畏；然其序四時之大順，不可失也。

**《淮南子・天文訓》** 天地以設，分而爲陰陽，陽生於陰，陰生於陽。陰陽相錯，四維乃通。

**《淮南子・墜形訓》** 至陰生牝，至陽生牡。

**《淮南子・本經訓》** 陰陽者，承天地之和，形萬殊之體，含氣化物，以成埒類，贏縮卷舒，淪於不測，終始虛滿，轉於無原。

**《春秋繁露・天地陰陽》** 天意難見也，其道難理。是故明陽陰、入出、實虛之處，所以觀天之志。

**《董仲舒集・賢良策》** 大道之大者在陰陽，陽爲德，陰爲刑。刑主殺而德主生。是故陽常居大夏，而以生育長養爲事；陰常居大冬，而積於空虛不用之處。以此見天之任德不任刑也。天使陽出布施於上而主歲功，使陰入伏於下而時出佐陽。陽不得陰之助亦不能獨成歲終，陽以成歲爲名，此天意也。

**《策秀才文》** 問曰：夫五行迭代，陰陽相須，二儀所以陶育，四時所以化生，《易》稱在天成象，在地成形。形象之作，相須之道也。若陰陽不調，則大數不得不否。一氣偏廢，則萬物不得獨成。此應同之至驗，不偏之明證也。今有溫泉而無寒火，其故何也？思聞辨之，以釋不同之理。

**《後漢書・律曆志》** 陽以圓爲形，其性動。陰以方爲節，其性靜。動者數三，靜者數二。以陽生陰倍之，以陰生陽，四之，皆三而一。陽生陰曰下生，陰生陽曰上生。

**《張子正蒙・太和篇》** 造化所成，無一物相肖者，以是知萬物雖多，其實一物。無無陰陽者，以是知天地變化二端而已。

**《三因方・紀用備論》** 夫陰陽運五氣，行乎天地之間，則神明爲之紀，故有德化政令變眚之異；物類稟五行，孕於八方之內，則生靈賴其資，故有功能氣味性用之殊。苟氣運之失常，非藥石則不療，所謂功奪造化，恩備裁成者，無逾於藥石也。故敷和彰顯，滌蒸清潔淒者，五氣之德也；安魂育神，益氣定魄，守志者，百藥之功也；生榮蕃茂，豐備緊斂，清謐者，五氣之化也；通潤悅懌，輕身潤澤，益精者，百藥之能也；舒啟、明曜、安靜、勁切、凝肅者，五氣之政也。

## 論說

**《周易・繫辭上》** 天尊地卑，乾坤定矣。卑高以陳，貴賤位矣。動靜有常，剛柔斷矣。方以類聚，物以羣分，吉凶生矣。在天成象，在地成形，變化見矣。是故剛柔相摩，八卦相盪。鼓之以雷霆，潤之以風雨。日月運行，一寒一暑。乾道成男，坤道成女。乾知大始，坤作成物。乾以易知，坤以簡能。易則易知，簡則易從。易知則有親，易從則有功。有親則可久，有功則可大。可久則賢人之德，可大則賢人之業。

易簡，而天下之理得矣。天下之理得，而成位乎其中矣。

聖人設卦觀象，繫辭焉而明吉凶。剛柔相推而生變化。是故，吉凶者，失得之象也。悔吝者，憂虞之象也。變化者，進退之象也。剛柔者，晝夜之象也。六爻之動，三極之道也。是故，君子所居而安者，《易》之序也。所樂而玩者，爻之辭也。是也，君子居則觀其象而玩其辭，動則觀其變而玩其占，是以自天祐之，吉无不利。

彖者，言乎象者也。爻者，言乎變者也。吉凶者，言乎其失得也。悔吝者，言乎其小疵也。无咎者，善補過者也。是故列貴賤者存乎位，齊小大者存乎卦，辯吉凶者存乎辭，憂悔吝者存乎介，震无咎者存乎悔。是故卦有小大，辭有險易。辭也者，各指其所之。《易》與天地準，故能彌綸天地之道。仰以觀於天文，俯以察於地理，是故知幽明之故。原始反終，故知死生之說。精氣爲物，遊魂爲變，是故知鬼神之情狀。與天地相似，故不違。知周乎萬物而道濟天下，故不過。旁行而不流，樂天知命，故不憂。安土敦乎仁，故能愛。

範圍天地之化而不過，曲成萬物而不遺，通乎晝夜之道而知，故神無方而《易》無體。一陰一陽之謂道。繼之者善也，成之者性也。仁者見之謂之仁，知者見之謂之知。百姓日用而不知，故君子之道鮮矣。

顯諸仁，藏諸用，鼓萬物而不與聖人同憂，盛德大業至矣哉！富有之謂大業，日新之謂盛德。生生之謂《易》。成象之謂乾，效法之謂坤，極數知來之謂占，通變之謂事。陰陽不測之謂神。夫《易》，廣矣大矣。以言乎遠則不禦，以言乎邇則靜而正，以言乎天地之間則備矣。夫乾，其靜也專，其動也直，是以大生焉。夫坤，其靜也翕，其動也闢，是以廣生焉。廣大配天地，變通配四時，陰陽之義配日月，易簡之善配至德。子曰：《易》其至矣乎！夫《易》，聖人所以崇德而廣業也。知崇禮卑，崇效天，卑法地。天地設位，而易行乎其中矣。成性存存，道義之門。

聖人有以見天下之賾，而擬諸其形容，象其物宜，是故謂之象。聖人有以見天下之動，而觀其會通，以行其典禮，繫辭焉，以斷其吉凶，是故謂之爻。言天下之至賾而不可惡也，言天下之至動而不可亂也。擬之而後言，議之而後動，擬議以成其變化。鳴鶴在陰，其子和之，我有好爵，吾與爾靡之。

子曰：君子居其室，出其言善，則千里之外應之，況其邇者乎？居其室，出其言不善，則千里之外違之，況其邇者乎？言出乎身，加乎民，行發乎邇，見乎遠。言行，君子之樞機。樞機之發，榮辱之主也。言行，君子之所以動天地也，可不慎乎？同人先號咷而後笑。子曰：君子之道，或出或處，或默或語，二人同心，其利斷金。同心之言，其臭如蘭。

初六，藉用白茅，無咎。子曰：苟錯諸地而可矣，藉之用茅，何咎之有？慎之至也。夫茅之爲物薄，而用可重也。慎斯術也以往，其無所失矣。勞謙，君子，有終吉。子曰：勞而不伐，有功而不德，厚之至也。語以其功，下人者也。德言盛，禮言恭。謙也者，致恭以存其位者也。亢龍有悔，子曰：貴而無位，高而無民，賢人在下位而無輔，是以動而有悔也，不出戶庭，無咎。子曰：亂之所生也，則言語以爲階，君不密則失臣，臣不密則失身，幾事不密則害成，是以君子愼密而不出也。子曰：作《易》者其知盜乎？《易》曰：負且乘，致寇至。負也者，小人之事也；乘也者，君子之器也。小人而乘君子之器，盜思奪之矣。上慢下暴，盜思伐之矣。慢藏誨盜，冶容誨淫。《易》曰：負且乘致寇至，盜之招也。乾之策大衍之數五十，其用四十有九。分而爲二以象兩，掛一以象三。揲之以四，以象四時，歸奇於扐以象閏。五歲再閏，故再扐而後掛。【略】天一地二，天三地四，天五地六，天七地八，天九地十。天數五，地數五，五位相得而各有合，天數二十有五，地數三十。凡天地之數，五十有五，此所以成變化而行鬼神也。二百一十有六，坤之策百四十有四，凡三百有六十，當期之日。二篇之策，萬有一千五百二十，當萬物之數也。是故四營而成易，十有八變而成卦。八卦而小成，引而伸之，觸類而長之，天下之能事畢矣。顯道神德行，是故可與酬酢，可與祐神矣。

子曰：知變化之道者，其知神之所爲乎？《易》有聖人之道四焉：以言者尚其辭，以動者尚其變，以制器者尚其象，以卜筮者尚其占。是以君子將有爲也，將有行也，問焉而以言，其受命也如嚮，無有遠近幽深，遂知來物。非天下之至精，其孰能與於此？參伍以變，錯綜其數，通其變，遂成天地之文；極其數，遂定天下之象。非天下之至變，其孰能與於此？《易》無思也，無爲也。寂然不動，感而遂通天下之故。非天上之至神，其孰能與於此？

夫《易》，聖人之所以極深而研幾也。唯深也，故能通天下之志。唯幾也，故能成天下之務。唯神也，故不疾而速，不行而至。子曰：《易》有聖人之道四焉者，此之謂也。

子曰：夫《易》，何爲者也？夫《易》開物成務，冒天下之道，如斯而已者也。是故，聖人以通天下之志，以定天下之業，以斷天下之疑。是故，蓍之德圓而神，卦之德方以知，六爻之義易以貢。聖人以此洗心退藏於密，吉凶與民同患。神以知來，知以藏往，其孰能與於此哉？古之聰明叡知，神武而不殺者夫！是以明於天之道，而察於民之故，是興神物以前民用。聖人以此齋戒，以神明其德夫！是故，闔戶謂之坤，闢戶謂之乾，一闔一闢謂之變，往來不窮謂之通。見乃謂之象，形乃謂之器，制而用之謂之法。利用出入，民咸用之謂之神。是故，《易》有大極，是生兩儀，兩儀生四象，四象生八卦。八卦定吉凶，吉凶生大業。是故，法象莫大乎天地，變通莫大乎四時，縣象著明，莫大乎日月。崇高莫大乎富貴，備物致用，立成器以爲天下利，莫大乎聖人。探賾索隱，鉤深致遠，以定天下之吉凶，成天下之亹亹者，莫大乎蓍龜。是故，天生神物，聖人則之。天地變化，聖人效之。天垂象，見吉凶，聖人象之。河出圖，洛出書，聖人則之。《易》有四象，所以示也。繫辭焉，所以告也。定之以吉凶，所以斷也。《易》曰：自天祐之，吉，無不利。子曰：祐者，助也。天之所助者順也。人之所助者，信也。履信思乎順，又以尚賢，也，是以：自天祐之，吉無不利也。

子曰：書不盡言，言不盡意。然則聖人之意，其不可見乎？子曰：聖人立象以盡意，設卦以盡情僞，繫辭焉以盡其言，變而通之以盡利，鼓之舞之以盡神。乾坤，其易之緼邪？乾坤成列，而易立乎其中矣。乾坤毀，則無以見易。易不可見，則乾坤或幾乎息矣。是故，形而上者謂之道，形而下者謂之器，化而裁之謂之變，推而行之謂之通，舉而錯之天下之民謂之事業。是故，夫象，聖人有以見天下之賾，而擬諸其形容，象其物宜，是故謂之象。聖人有以見天下之動，而觀其會通，以行其典禮，繫辭焉以斷其吉凶，是故謂之爻。極天下之賾者存乎卦，鼓天下之動者存乎辭。化而裁之存乎變，推而行之存乎通，神而明之存乎其人，默而成之，不言而信，存乎德行。

**《周易·繫辭下》** 八卦成列，象在其中矣。因而重之，爻在其中矣。剛柔相推，變在其中矣。繫辭焉而命之，動在其中矣。吉凶悔吝者，生乎動者也。剛柔者，立本者也。變通者，趣時者也。吉凶者，貞勝者也。天地之道，貞觀者也。日月之道，貞明者也。天下之動，貞夫一者也。夫乾，確然示人易矣。夫坤，隤然示人簡矣。爻也者，效此者也。象也者，像此者也。爻象動乎內。吉凶見乎外，功業見乎變，聖人之情見乎辭。天地之大德曰生，聖人之大寶曰位。何以守位曰仁，何以聚人曰財，理財正辭，禁民爲非曰義。

古者包犧氏之王天下也，仰則觀象於天，俯則觀法於地，觀鳥獸之文，與地之宜，近取諸身，遠取諸物，於是始作八卦，以通神明之德，以類萬物之情。作結繩而爲網罟，以佃以漁，蓋取諸離。包犧氏沒，神農氏作，斲木爲耜，揉木爲耒，耒耨之利，以教天下，蓋取諸益。日中爲市，至天下之民，聚天下之貨，交易而退，各得其所，蓋取諸噬嗑。神農氏沒，黃帝、堯舜氏作，通其變，使民不倦，神而化之，使民宜之。《易》窮則變，變則通，通則久。是以，自天祐之，吉無不利。黃帝堯舜垂衣裳而天下治，蓋取諸乾、坤。刳木爲舟，剡木爲楫，舟楫之利，以濟不通，致遠以利天下，蓋取諸渙。服牛乘馬，引重致遠，以利天下，蓋取諸隨。重門擊柝，以待暴客，蓋取諸豫。斷木爲杵，掘地爲臼，臼杵之利，萬民以濟，蓋取諸小過。弦木爲弧，剡木爲矢，弧矢之利，以威天下，蓋取諸睽。上古穴居而野處，後世聖人易之以宮室，上棟下宇，以待風雨，蓋取諸大壯。古之葬者，厚衣之以薪，葬之中野，不封不樹，喪期無數，後世聖人易之以棺槨，蓋取諸大過。上古結繩而治，後世聖人易之以書契，百官以治，萬民以察，蓋取諸夬。是故，易者象也。象也者像也。彖者，材也。爻也者，效天下之動者也。是故，吉凶生而悔吝著也。陽卦多陰，陰卦多陽。其故何也？陽卦奇，陰卦耦。其德行何也？陽一君而二民，君子之道也。陰二君而一民，小人之道也。

《易》曰：憧憧往來，朋從爾思。子曰：天下何思何慮？天下同歸而殊塗，一致而百慮，天下何思何慮？日往則月來，月往則日來，日月相推而明生焉。寒往則暑來，暑往則寒來，寒暑相推而歲成焉。往者屈也，來者信也，屈信相感而利生焉。尺蠖之屈，以求信也。龍蛇之蟄，以存身也。精義入神，以致用也。利用安身，以崇德也。過此以往，未之或知也。窮神知化德之盛也。

《易》曰：困於石，據於蒺藜，入於其宮不見其妻，凶。子曰：非所困而困焉，名必辱。非所據而據焉，身必危。既辱且危，死期將至，妻其可得見邪？《易》曰：公用射隼於高墉之上，獲之，無不利。子曰：隼者，禽也。弓矢者，器也。射之者，人也。君子藏器於身，待時而動，何不利之有？動而不括，是以出而有獲，語成器而動者也。子曰：小人不恥不仁，不畏不義，不見利不勸，不威不懲。小懲而大誡，此小人之福也。《易》曰：屨校滅趾，無咎。此之謂也。善不積，不足以成名。惡不積，不足以滅身。小人以小善爲無益而弗爲也，以小惡爲無傷而弗去也。故惡積而不可掩，罪大而不可解。《易》曰：何校滅耳，凶。子曰：危者，安其位者也。亡者，保其存者也。亂者，有其治者也。是故，君子安而不忘危，存而不忘亡，治而不忘亂，是以身安而國家可保也。《易》曰：其亡其亡，繫於苞桑。子曰：德薄而位尊，知小而謀大，力小而任重，鮮不及矣。《易》曰：鼎折足，覆公餗，其形渥，凶。言不勝其任也。子曰：知幾其神乎？君子上交不諂，下交不瀆，其知幾乎？幾者，動之微，吉之先見者也。

君子見幾而作，不俟終日。《易》曰：介於石，不終日，貞吉。介如石焉，寧用終日？斷可識矣！君子知微知彰，知柔知剛，萬夫之望。子曰：顏氏之子，其殆庶幾乎？有不善，未嘗不知；知之，未嘗復行也。《易》曰：不遠復，無祇悔，元吉。天地絪縕，萬物化醇。男女構精，萬物化生。《易》曰：三人行則損一人，一人行則得其友。言致一也。子曰：君子安其身而後動，易其心而後語，定其交而後求。君子脩此三者，故全也。危以動，則民不與也。懼以語，則民不應也。無交而求，則民不與也。莫之與，則傷之者至矣。《易》曰：莫益之，或擊之，立心勿恒，凶。

子曰：乾坤其《易》之門邪？乾，陽物也。坤，陰物也。陰陽合德而剛柔有體，以體天地之撰，以通神明之德。其稱名也，雜而不越。於稽其類，其衰世之意邪？夫《易》，彰往而察來，而微顯闡幽。開而當名，辨物正言，斷辭則備矣。其稱名也小，其取類也大，其旨遠，其辭文，其言曲而中，其事肆而隱。因貳以濟民行，以明失得之報。《易》之興也，其於中古乎？作《易》者，其有憂患乎？是故履，德之基也。謙，德之柄也。復，德之本也。恒，德之固也。損，德之脩也。益，德之裕也。困，德之辯也。井，德之地也。巽，德之制也。履，和而至。謙，尊而光。復，小而辯於物。恒，雜而不厭。損，先難而後易。益，長裕而不設。困，窮而通。井，居其所而遷。巽，稱而隱。履以和行，謙以制禮，復，以自知，恒，以一德，損，以遠害，益，以興利，困，以寡怨，井，以辯義，巽，以行權。

《易》之爲書也，不可遠。爲道也屢遷，變動不居，周流六虛。上下無常，剛柔相易，不可爲典要，唯變所適。其出入以度外內，使知懼。文明於憂患與故，無有師保，如臨父母。初率其辭，而揆其方，既有典常，苟非其人，道不虛行。

《易》之爲書也，原始要終，以爲質也。六爻相雜，唯其時物也。其初難知，其上易知，本末也。初辭擬之，卒成之終。若夫雜物撰德，辯是與非，則非其中爻不備。噫！亦要存亡吉凶，則居可知矣。知者觀其彖辭，則思過半矣。二與四，同功而異位，其善不同。二多譽，四多懼，近也。柔之爲道，不利遠者。其要無咎，其用柔中也。三與五，同功而異位。三多凶，五多功，貴賤之等也。其柔危，其剛勝邪？《易》之爲書也，廣大悉備。有天道焉，有人道焉，有地道焉。兼三才而兩之，故六。六者非它也，三才之道也。道有變動，故曰爻。爻有等，故曰物。物相雜，故曰文。文不當，故吉凶生焉。《易》之興也，其當殷之末世，周之盛德邪？當文王與紂之事邪？是故其辭危。危者使平，易者使傾。其道甚大，百物不廢。懼以終始，其要無咎，此之謂《易》之道也。

夫乾，天下之至健也，德行恒易以知險。夫坤，天下之至順也。德行恒簡以知阻。能說諸心，能研諸侯之慮，定天下之吉凶，成天下之亹亹者。是故變化云爲，吉事有祥。象事知器，占事知來。天地設位，聖人成能。人謀鬼謀，百姓與能。八卦以象告，爻彖以情言。剛柔雜居，而吉凶可見矣。變動以利言，吉凶以情遷。是故愛惡相攻而吉凶生，遠近相取而悔吝生，情僞相感而利害生。凡《易》之情，近而不相得，則凶。或害之，悔且吝。將叛者其辭慙，中心疑者其辭枝，吉人之辭寡，躁人之辭多，誣善之人其辭游，失其守者其辭屈。

**《周易・說卦》** 昔者聖人之作《易》也，幽贊於神明而生蓍，參天兩地而倚數，觀變於陰陽而立卦，發揮於剛柔而生爻，和順於道德而理於義，窮理盡性以至於命。

昔者聖人之作《易》也，將以順性命之理，是以立天之道曰陰與陽，立地之道曰柔與剛，立人之道曰仁與義。兼三才而兩之，故《易》六畫而成卦。分陰分陽，迭用柔剛，故《易》六位而成章。

天地定位，山澤通氣。雷風相薄，水火不相射。八卦相錯，數往者順，知來者逆，是故《易》逆數也。

雷以動之，風以散之，雨以潤之，日以烜之，艮以止之，兌以說之。乾以君之，坤以藏之。

帝出乎震，齊乎巽，相見乎離，致役乎坤，說言乎兌，戰乎乾，勞乎坎，成言乎艮。萬物出乎震，震，東方也。齊乎巽，巽，東南也。齊也者，言萬物之絜齊也。離也者，明也，萬物皆相見，南方之卦也。聖人南面而聽天下，向明而治，蓋取諸此也。坤也者，地也，萬物皆致養焉，故曰：致役乎坤。兌，正秋也，萬物之所說也，故曰說，言乎兌。戰乎乾，乾，西北之卦也，言陰陽相薄也。坎者，水也，正北方之卦也，勞卦也，萬物之所歸也，故曰勞乎坎。艮，東北之卦也，萬物之所成，終而所成始也，故曰成言乎艮。

神也者，妙萬物而爲言者也。動萬物者，莫疾乎雷。橈萬物者，莫疾乎風。燥萬物者，莫熯乎火。說萬物者，莫說乎澤。潤萬物者，莫潤乎水。終萬物始萬物者，莫盛乎艮。故水火相逮，雷風不相悖。山澤通氣，然後能變化，即成萬物也。

乾，健也。坤，順也。震，動也。巽，入也。坎，陷也。離，麗也。艮，止也。兌，說也。

乾爲馬，坤爲牛，震爲龍，巽爲雞，坎爲豕，離爲雉，艮爲狗。兌爲羊。

乾爲首，坤爲腹，震爲足，巽爲股，坎爲耳，離爲目，艮爲手，兌爲口。

乾，天也，故稱乎父。坤，地也，故稱乎母。震一索而得男，故謂之長男。巽一索而得女，故謂之長女。坎再索而得男，故謂之中男。離再索而得女，故謂之中女。艮三索而得男，故謂之少男。兌三索而得女，故謂之少女。

乾爲天，爲圜，爲君，爲父，爲玉，爲金，爲寒，爲冰，爲大赤，爲良馬，爲老馬，爲瘠馬，爲駁馬，爲木果。

坤爲地，爲母，爲布，爲釜，爲吝嗇，爲均，爲子母牛，爲大輿，爲文，爲衆，爲柄。其於地也爲黑。

震爲雷，爲龍，爲玄黃，爲敷，爲大塗，爲長子，爲決躁，爲蒼筤竹，爲萑葦。其於馬也，爲善鳴，爲馬足，爲作足，爲的顙。其於稼也爲反生。其究爲健，爲蕃鮮。

巽爲木，爲風，爲長女，爲繩直，爲工，爲白，爲長，爲高，爲進退，爲不果，爲臭。其於人也，爲寡髮，爲廣顙，爲多白眼，爲近利市三倍，其究爲躁卦。

坎爲水，爲溝瀆，爲隱伏，爲矯輮，爲弓輪。其於人也，爲加憂，爲心病，爲耳痛，爲血卦，爲赤。其於馬也，爲美脊，爲亟心，爲下首，爲薄蹄，爲曳。其於輿也，爲多眚，爲通，爲月，爲盜。其於木也，爲堅多心。

離爲火，爲日，爲電，爲中女，爲甲胄，爲戈兵。其於人也，爲大腹，爲乾

卦，爲鱉，爲蟹，爲蠃，爲蚌，爲龜。其於木也，爲科上槁。

艮爲山，爲徑路，爲小石，爲門闕，爲果蓏，爲閽寺，爲指，爲狗，爲鼠，爲黔喙之屬。其於木也，爲堅多節。

兌爲澤，爲少女，爲巫，爲口舌，爲毀折，爲附決。其於地也，爲剛鹵，爲妾，爲羊。

**《鬼谷子・捭闔》** 粤若稽古，聖人之在天地間也，爲衆生之先。觀陰陽之開闔以命物，知存亡之門戶，籌策萬類之始終，達人心之理，見變化之朕焉，而守司其門戶。故聖人之在天下也。自古至今，其道一也。變化無窮，各有所歸。或陰或陽，或柔或剛，或開或閉，或弛或張。是故聖人一守司其門戶，審察其所先後，廣權量能，較其伎巧短長。夫賢不肖、智愚、勇怯、仁義有差，乃可捭，乃可闔，乃可進，乃可退，乃可賤，乃可貴，無爲以牧之。審定有無，與其虛實，隨其嗜慾，以見其志意，微排其所言，而捭反之，以求其實。貴得其指，闔而捭之，以求其利。或開而示之，或闔而捭之。開而示之者，同其情也；闔之閉之者，異其誠也。可與不可，審明其計謀，以原其同異。離合有守，先從其志。即欲捭之貴周，即欲闔之貴密，周密之貴微，而與道相追。捭之者，料其情也。闔之者，結其誠也。皆見其權衡輕重，乃爲之度數，聖人因而爲之慮。其不中權衡度數，聖人因而自爲之慮。故捭者，或捭而出之，或捭而內之。闔者，或闔而取之，或闔而去之。捭闔者，天地之道。捭闔者，以變動陰陽四時，開閉以化萬物。縱橫反出，反覆、反忤，必由此矣。捭闔者，道之大化，說之變也，必豫審其變化。口者，心之門戶也。心者，神之主也，志意、喜欲、思慮、智謀，此皆由門戶出入，故關之以捭闔，制之以出入。捭之者，開也，言也，陽也。闔之者，閉也，默也，陰也。陰陽其和，終始其義。故言：長生、安樂、富貴、尊榮、顯名、愛好、財利、得意、喜欲爲陽，曰：始。故言：死亡、憂患、貧賤、苦辱、棄損、亡利、失意、有害刑戮、誅罰爲陰，曰終。諸言法陽之類者，皆曰：始，言善以始其事。諸言法陰之類者，皆曰：終，言惡以終爲謀。捭闔之道，以陰陽試之，故與陽言者，依崇高；與陰言者，依卑小。以下求小，以高求大。由此言之，無所不出，無所不入，無所不可。可以說人，可以說家，可以說國，可以說天下。爲小無內，爲大無外，益損、去就、倍反，皆以陰陽御其事。陽動而行，陰動而藏。陽動而出，陰隨而入。陽還終始，陰極反陽。以陽動者，德相生也。以陰靜者，形相成也。以陽求陰，苞以德也。以陰結陽，施以力也。陰陽相求，由捭闔也。此天地陰陽之道，而說人之法也。爲萬事之先，是謂圓方之門戶。

**《素問・陰陽應象大論》** 黃帝曰：陰陽者，天地之道也，萬物之綱紀，變化之父母，生殺之本始，神明之府也，治病必求於本。故積陽爲天，積陰爲地。陰靜陽躁，陽生陰長，陽殺陰藏。陽化氣，陰成形。寒極生熱，熱極生寒。寒氣生濁，熱氣生清。清氣在下，則生飧泄；濁氣在上，則生膜脹。此陰陽反作，病之逆從也。

故清陽爲天，濁陰爲地；地氣上爲雲，天氣下爲雨；雨出地氣，雲出天氣。故清陽出上竅，濁陰出下竅；清陽發腠理，濁陰走五藏；

清陽實四支，濁陰歸六府。水爲陰，火爲陽，陽爲氣，陰爲味。味歸形，形歸氣，氣歸精，精歸化，精食氣，形食味，化生精，氣生形。味傷形，氣傷精，精化爲氣，氣傷於味。

陰味出下竅，陽氣出上竅。

味厚者爲陰，薄爲陰之陽。氣厚者爲陰，薄爲陽之陰。味厚則泄，薄則通。氣薄則發泄，厚則發熱。壯火之氣衰，少火之氣壯。壯火食氣，氣食少火。壯火散氣，少火生氣。氣味，辛甘發散爲陽，酸苦涌泄爲陰。陰勝則陽病，陽勝則陰病。陽勝則熱，陰勝則寒。

重寒則熱，重熱則寒。寒傷形，熱傷氣。氣傷痛，形傷腫。故先痛而後腫者，氣傷形也；先腫而後痛者，形傷氣也。風勝則動，熱勝則腫，燥勝則乾，寒勝則浮，濕勝則濡瀉。天有四時五行，以生長收藏，以生寒暑燥濕風。人有五藏，化五氣，以生喜怒悲憂恐。故喜怒傷氣。寒暑傷形。暴怒傷陰，暴喜傷陽，厥氣上行，滿脈去形。喜怒不節，寒暑過度，生乃不固。

故重陰必陽，重陽必陰。故曰：冬傷於寒，春必溫病；春傷於風，夏生飧泄；夏傷於暑，秋必痎瘧；秋傷於濕，冬生欬嗽。帝曰：余聞上古聖人，論理人形，列別藏府，端絡經脈，會通六合，各從其經，氣穴所發，各有處名，谿谷屬骨，皆有所起，分部逆從，各有條理，四時陰陽，盡有經紀，外內之應，皆有表裏，其信然乎？岐伯對曰：東方生風，風生木，木生酸，酸生肝，肝生筋，筋生心，肝主目。其在天爲玄，在人爲道，在地爲化。化生五味，道生智，玄生神，神在天爲風，在地爲木，在體爲筋，在藏爲肝，在色爲蒼，在音爲角，在聲爲呼，在變動爲握，在竅爲目，在味爲酸，在志爲怒。怒傷肝，悲

勝怒；風傷筋，燥勝風；酸傷筋，辛勝酸。南方生熱，熱生火，火生苦，苦生心，心生血，血生脾，心主舌。其在天爲熱，在地爲火，在體爲脈，在藏爲心，在色爲赤，在音爲徵，在聲爲笑，在變動爲憂，在竅爲舌，在味爲苦，在志爲喜。喜傷心，恐勝喜；熱傷氣，寒勝熱；苦傷氣，鹹勝苦。中央生濕，濕生土，土生甘，甘生脾，脾生肉，肉生肺，脾主口。其在天爲濕，在地爲土，在體爲肉，在藏爲脾，在色爲黅，在音爲宮，在聲爲歌，在變動爲噦，在竅爲口，在味爲甘，在志爲思。思傷脾，怒勝思；濕傷肉，風勝濕；甘傷肉，酸勝甘。西方生燥，燥生金，金生辛，辛生肺，肺生皮毛，皮毛生腎，肺主鼻。其在天爲燥，在地爲金，在體爲皮毛，在藏爲肺，在色爲白，在音爲商，在聲爲哭，在變動爲欬，在竅爲鼻，在味爲辛，在志爲憂。憂傷肺，喜勝憂；熱傷皮毛，寒勝熱；辛傷皮毛，苦勝辛。北方生寒，寒生水，水生鹹，鹹生腎，腎生骨髓，髓生肝，腎主耳。其在天爲寒，在地爲水，在體爲骨，在藏爲腎，在色爲黑，在音爲羽，在聲爲呻，在變動爲慄，在竅爲耳，在味爲鹹，在志爲恐。恐傷腎，思勝恐；寒傷血，燥勝寒；鹹傷血，甘勝鹹。故曰：天地者，萬物之上下也；陰陽者，血氣之男女也；左右者，陰陽之道路也；水火者，陰陽之徵兆也；陰陽者，萬物之能始也。故曰：陰在內，陽之守也；陽在外，陰之使也。帝曰：法陰陽奈何？岐伯曰：陽勝則身熱，腠理閉，喘麤爲之俛仰，汗不出而熱，齒乾以煩冤腹滿死，能冬不能夏。陰勝則身寒汗出，身常清，數慄而寒，寒則厥，厥則腹滿死，能夏不能冬。此陰陽更勝之變，病之形能也。帝曰：調此二者奈何？岐伯曰：能知七損八益，則二者可調，不知用此，則早衰之節也。年四十，而陰氣自半也，起居衰矣。年五十，體重，耳目不聰明矣。年六十，陰痿，氣大衰，九竅不利，下虛上實，涕泣俱出矣。故曰：知之則強，不知則老，故同出而名異耳。智者察同，愚者察異，愚者不足，智者有餘，有餘則耳目聰明，身體輕強，老者復壯，壯者益治。是以聖人爲無爲之事，樂恬憺之能，從欲快志於虛無之守，故壽命無窮，與天地終，此聖人之治身也。天不足西北，故西北方陰也，而人右耳目不如左明也。地不滿東南，故東南方陽也，而人左手足不如右強也。帝曰：何以然？岐伯曰：東方陽也，陽者其精並於上，並於上則上明而下虛，故使耳目聰明而手足不便也。西方陰也，陰者其精並於下，並於下則下盛而上虛，故其耳目不聰明而手足便也。故俱感於邪，其在上則右甚，在下則左甚，此天地陰陽所不能全也，故邪居之。故天有精，地有形，天有八紀，地有五里，故能爲萬物之父母。清陽上天，濁陰歸地，是故天地之動靜，神明爲之綱紀，故能以生長收藏，終而復始。惟賢人上配天以養頭，下象地以養足，中傍人事以養五藏。天氣通於肺，地氣通於嗌，風氣通於肝，雷氣通於心，谷氣通於脾，雨氣通於腎，六經爲川，腸胃爲海，九竅爲水注之氣。以天地爲之陰陽，陽之汗，以天地之雨名之；陽之氣，以天地之疾風名之。暴氣象雷，逆氣象陽。故治不法天之紀，不用地之理，則災害至矣。故邪風之至，疾如風雨，故善治者治皮毛，其次治肌膚，其次治筋脈，其次治六府，其次治五藏。治五藏者，半死半生也。故天之邪氣，感則害人五藏；水穀之寒熱，感則害於六府；地之濕氣，感則害皮肉筋脈。故善用鍼者，從陰引陽，從陽引陰，以右治左，以左治右，以我知彼，以表知裏，以觀過與不及之理，見微得過，用之不殆。善診者，察色按脈，先別陰陽；審清濁，而知部分；視喘息，聽音聲，而知所苦；觀權衡規矩，而知病所主。

按尺寸，觀浮沈滑濇，而知病所生；以治無過，以診則不失矣。故曰：病之始起也，可刺而已；其盛，可待衰而已。故因其輕而揚之，因其重而減之，因其衰而彰之。形不足者，溫之以氣；精不足者，補之以味。其高者，因而越之；其下者，引而竭之；中滿者，寫之於內；其有邪者，漬形以爲汗；其在皮者，汗而發之；其慓悍者，按而收之；其實者，散而寫之。審其陰陽，以別柔剛，陽病治陰，陰病治陽，定其血氣，各守其鄉，血實宜決之，氣虛宜掣引之。

**《素問・陰陽離合論》** 黃帝問曰：余聞天爲陽，地爲陰，日爲陽，月爲陰，大小月三百六十日成一歲，人亦應之。今三陰三陽，不應陰陽，其故何也？岐伯對曰：陰陽者，數之可十，推之可百，數之可千，推之可萬，萬之大不可勝數，然其要一也。天覆地載，萬物方生，未出地者，命曰陰處，名曰陰中之陰；則出地者，命曰陰中之陽。陽予之正，陰爲之主。故生因春，長因夏，收因秋，藏因冬，失常則天地四塞。陰陽之變，其在人者，亦數之可數。帝曰：願聞三陰三陽之離合也。岐伯曰：聖人南面而立，前曰廣明，後曰太衝，太衝之地，名曰少陰，少陰之上，名曰太陽，大陽根起於至陰，結於命門，名曰陰中之陽。中身而上，名曰廣明，廣明之下，名曰太陰，太陰之前，名曰陽明，陽明根起於厲兌，名曰陰中之陽。厥陰之表，名曰少陽，少陽根起於

竅陰，名曰陰中之少陽。是故三陽之離合也，太陽爲開，陽明爲闔，少陽爲樞。三經者，不得相失也，搏而勿浮，命曰一陽。帝曰：願聞三陰，岐伯曰：外者爲陽，內者爲陰，然則中爲陰，其衝在下，名曰太陰，太陰根起於隱白，名曰陰中之陰。太陰之後，名曰少陰，少陰根起於涌泉，名曰陰中之少陰。少陰之前，名曰厥陰，厥陰根起於大敦，陰之絕陽，名曰陽之絕陰。是故三陰之離合也，太陰爲開，厥陰爲闔，少陰爲樞。三經者，不得相失也，搏而勿沈，名曰一陰。陰陽䨴䨴，積傳爲一周，氣裏形表而爲相成也。

**《素問・陰陽別論》** 黃帝問曰：人有四經十二從，何謂？岐伯對曰：四經應四時，十二從應十二月，十二月應十二脉。

脉有陰陽，知陽者知陰，知陰者知陽。凡陽有五，五五二十五陽。所謂陰者，真藏也，見別爲敗，敗必死也。所謂陽者，胃脘之陽也。別於陽者，知病處也；別於陰者，知死生之期。三陽在頭，三陰在手，所謂一也。別於陽者，知病忌時；別於陰者，知死生之期。謹熟陰陽，無與衆謀。所謂陰陽者，去者爲陰，至者爲陽；靜者爲陰，動者爲陽；遲者爲陰，數者爲陽。凡持真脈之藏脈者，肝至懸絕急，十八日死；心至懸絕，九日死；肺至懸絕，十二日死；腎至懸絕，七日死；脾至懸絕，四日死。曰：二陽之病發心脾，有不得隱曲，女子不月；其傳爲風消，其傳爲息賁者，死不治。曰：三陽爲病發寒熱，下爲癰腫，及爲痿厥腨痟；其傳爲索澤，其傳爲頹疝。曰：一陽發病，少氣善欬善泄；其傳爲心掣，其傳爲隔。二陽一陰發病，主驚駭背痛，善噫善欠，名曰風厥。二陰一陽發病，善脹心滿善氣。三陽三陰發病，爲偏枯痿易，四支不舉。鼓一陽曰鈎，鼓一陰曰毛，鼓陽勝急曰絃，鼓陽至而絕曰石，陰陽相過曰溜。陰爭於內，陽擾於外，魄汗未藏，四逆而起，起則熏肺，使人喘鳴。陰之所生，和本曰和。是故剛與剛，陽氣破散，陰氣乃消亡。淖則剛柔不和，經氣乃絕。死陰之屬，不過三日而死；生陽之屬，不過四日而死。所謂生陽死陰者，肝之心謂之生陽，心之肺謂之死陰，肺之腎謂之重陰，腎之脾謂之辟陰，死不治。結陽者，腫四支。結陰者，便血一升，再結二升，三結三升陰陽結斜，多陰少陽曰石水，少腹腫。二陽結謂之消，三陽結謂之隔，三陰結謂之水，一陰一陽結謂之喉痺。陰搏陽別謂之有子。陰陽虛腸辟死。陽加於陰謂之汗。陰虛陽搏謂之崩。三陰俱搏，十三日夜半死。二陰俱搏，十三日夕時死。一陰俱搏，十日死。三陽俱搏且鼓，三日死。三陰三陽俱搏，心腹滿。發盡不得隱曲，五日死。二陽俱搏，其病溫，死不治，不過十日死。

**《淮南子・天文訓》** 天地之襲精爲陰陽，陰陽之專精爲四時，四時之散精爲萬物。積陽之熱氣生火，火氣之精者爲日；積陰之寒氣爲水，水氣之精者爲月。日月之淫爲精者，爲星辰。【略】

天道曰圓，地道曰方。方者主幽，圓者主明。明者吐氣者也，是故火日外景，幽者含氣者也，是故水曰內景。吐氣者施，含氣者化，是故陽施陰化。天之偏氣，怒者爲風；地之含氣，和者爲雨。陰陽相薄，感而爲雷，激而爲霆，亂而爲霧。陽氣勝則散而爲雨露，陰氣勝則凝而爲霜雪。毛羽者，飛行之類也，故屬於陽；介鱗者，蟄伏之類也，故屬於陰。日者，陰之主也，是故春夏則群獸除，日至而麋鹿解；月者，陰之宗也，是以月虛而魚腦減，月死而蠃蛖膲。【略】

陰氣極，陽氣萌，故曰冬至爲德。【略】陽氣極，陰氣萌，故曰夏至爲刑。陰氣極，則北至北極，下至黃泉，故不可以鑿地穿井，萬物閉藏，蟄蟲首穴，故曰德在室。陽氣極，則南至南極，上至朱天，故不可以夷丘上屋，萬物番息，五穀兆長，故曰德在野。日冬至則水從之，日夏至則火從之。故五月火正而水漏，十一月水正而陰勝。陽氣爲火，陰氣爲水。水勝，故夏至濕；火勝，故冬至燥。

天不發其陰，則萬物不生；地不發其陽，則萬物不成。【略】夏日至則陰乘陽，是以萬物就而死；冬日至則陽乘陰，是以萬物仰而生。晝者陽之分，夜者陰之分，是以陽氣勝則日修而夜短，陰氣勝則日短而夜修。【略】道曰規始於一，一而不生，故分而爲陰陽，陰陽合和而萬物生。【略】

天地以設，分而爲陰陽，陽生於陰，陰生於陽。陰陽相錯，四維乃通。

**《雨雹對》** 元光元年二月，京師雨雹，鮑敞問董仲舒曰：雹何物也，何氣而生之？仲舒曰：陰氣脅陽氣。天地之氣，陰陽相半，和氣周迴，朝夕不息。陽德用事，則和氣皆陽，建巳之月是也，故謂之正陽之月。陰德用事，則和氣皆陰，建亥之月是也，故謂之正陰之月。十月陰雖用事，而陰不孤立，此月純陰，疑於無陽，故謂之陽月，詩人所謂日月陽正者也，四月陽雖用事，而陽不獨存，此月純陽，疑於無陰，故亦謂之陰月。自十月已後，陽氣始生於地下，漸冉流散，故言息也，陰氣轉收，故言消也。日夜滋生，遂至四月純陽

用事，自四月已後，陰氣始生於天上，漸冉流散，故云息也，陽氣轉收，故言消也。日夜滋生，遂至十月純陰用事。二月、八月，陰陽正等，無多少也。以此推移，無有差慝，運動抑揚，更相動薄，則薰高歊蒸，而風雨雲霧，雷電雪雹生焉。氣上薄爲雨，下薄爲霧，風其噫也，雲其氣也，雷其相擊之聲也，電其相擊之光也。二氣之初蒸也，若有若無，若實若虛，若方若圓，攢聚相合，其體稍重，故雨乘虛而墜。風多則合速，故雨大而疎；風少則合遲，故雨細而密。其寒月則雨凝於上，體尚輕微，而因風相襲，故成雪焉。寒有高下，上煖下寒，則上合爲大雨，下凝爲冰霰雪是也。雹霰之流也，陰氣暴上，雨則凝結成雹焉。太平之世，則風不鳴條，開甲散萌而已；雨不破塊，潤葉津莖而已；雷不驚人，號令啓發而已；電不眩目，宣示光耀而已；霧不塞望，浸淫被泊而已；雪不卦條，凌殄毒害而已。雲則五色而爲慶，三色而成禽；露則結味而成甘，結潤而成膏。此聖人之在上，則陰陽和風雨時也。政多紕繆，則陰陽不調，風發屋，雨溢河，雪至牛目，雹殺驢馬，此皆陰陽相蕩而爲祲沴之妖也。敞曰：四月無陰，十月無陽，何以明陰不孤立，陽不獨存耶？仲舒曰：陰陽雖異，而所資一氣也。陽用事，此則氣爲陽陰用事，此則氣爲陰。陰陽之時難異，二體常存。猶如一鼎之水而未加火，純陰也；加火極熱，純陽也。純陽則無陰氣，息火木寒則更陰矣；純陰則無陽氣，加火水熱則更陽矣。然則建巳之月爲純陽，不容都無復陰也，但是陽家用事，陽氣之極耳。薺麥枯由陰殺也，建亥之月爲純陰，不容都無復陽也，但是陰家用事，陰氣之極耳。薺麥始生由陽升也，其尤者葶藶死於盛夏，款冬花於嚴寒。水極陰而有溫泉，火至陽而有涼焰。故知陰不得無陽，陽不容都無陰也。敞曰：冬雨必暖，夏雨必涼，何也？曰：冬氣多寒，陽氣自上躋，故人得其暖，而下蒸成雪矣。夏氣多暖，陰氣自下升，故人得其涼，而上蒸成雨矣。敞曰：雨既陰陽相蒸，四月純陽，十月純陰，斯則無二氣相薄，則不雨乎？曰：然純陽、純陰，雖在四月、十月，但月中之一日耳。敞曰：月中何日？曰：純陽用事未夏至一日，純陰用事未冬至一日。朔旦、夏至、冬至，其正氣也。敞曰：然則未至一日，其不雨乎？曰：然，頗有之則妖也。和氣之中，自生災沴，能使陰陽改節，暖涼失度。敞曰：災沴之氣，其常存耶？曰：無也，時生耳，猶乎人四支五臟中，也有時及其病也，四支五臟皆病也。敞遷延負牆，俯揖而退。

**《中藏經・陰陽大要調神》** 天者陽之宗，地者陰之屬。陽者生之本，陰者死之基。天地之間，陰陽輔佐者人也，得其陽者生，得其陰者死。陽中之陽爲高真，陰中之陰爲幽鬼。故鍾於陽者長，鍾於陰者短。多熱者陽之主，多寒者陰之根。陽務其上，陰務其下。陽行也速，陰行也緩。陽之體輕，陰之體重。陰陽平，則天地和而人氣寧。陰陽逆，則天地否而人氣厥。故天地得其陽則炎熾，得其陰則寒凜。陽始於子前，末於午後。陰始於午後，末於子前。陰陽盛衰，各在其時，更始更末，無有休息。人能從之，亦智也。《金匱》曰：秋首養陽，春首養陰。陽勿外閉，陰勿外侵。火出於木，水生於金，水火通濟，上下相尋。人能循此，永不湮沈，此之謂也。嗚呼！凡愚豈知是理，舉止失宜，自致其罹。外以風寒暑濕，內以飢飽勞役，爲敗欺殘，正體消亡，正神縛絆。其身死生告陳。殊不知，脈有五死，氣有五生，陰家脈重，陽家脈輕。陽病陰脈則不永，陰病陽脈則不成。陽候多語，陰症無聲。多語者易濟，無聲者難榮。陽病則旦靜，陰病則夜寧。陰陽運動，得時而行。陽虛則暮亂，陰虛則朝爭。朝暮交錯，其氣厥橫。死生致理，陰陽中明。陰氣下而不上曰斷絡，陽氣上而不下曰絕經。陰中之邪曰濁，陽中之邪曰清。火來坎戶，水到離扃，陰陽相應，方乃和平。陰不足，則濟之以水母。陽不足，則助之以火精。陰陽濟等，各有攀陵。上通三寸曰陽之神路，下通三寸曰陰之鬼程。陰常宜損，陽常宜盈。居之中者，陰陽勻停。是以陽中之陽，天仙賜號。陰中之陰，下鬼持名。順陰者多消滅，順陽者多長生。逢斯妙趣，無所不靈。

**《皇極經世書・觀物內篇》** 物之大者，無若天地，然而亦有所盡也。

乾，陽物也。坤，陰物也。乾坤謂之物，則天地亦物也。

天地，有物之大者耳。

天之大，陰陽盡之矣。地之大，剛柔盡之矣。

立天之道，曰陰與陽。立地之道，曰柔與剛。天地之道，不過陰陽、柔剛而已。

陰陽盡而四時成焉，剛柔盡而四維成焉。

陰陽消長而爲寒暑，一寒一暑而四時成焉。

又

天，生於動者也。地，生於靜者也。一動一靜交，而天地之道盡之矣。

動之始則陽生焉，動之極則陰生焉，一陰一陽交，而天之用盡之矣。靜之始則柔生焉，靜之極則剛生焉，一剛一柔交，而地之用盡之矣。動之大者，謂之太陽；動之小者，謂之少陽。靜之大者，謂之太陰；靜之小者，謂之少陰。

太陽爲日。

日者，至陽之精也。故太陽爲日，在地則爲火。

太陰爲月。

月者，至陰之精，得日氣而有光。故太陰爲月，在地則爲水。

少陽爲星，星者，日之餘，有光而現，故少陽爲星。在地則爲石。

少陰爲辰，日月星辰交，而天之體盡之矣。

辰者天之土，不見而屬陰，故少陰爲辰，在地則爲土。

太柔爲水，太剛爲火，少柔爲土，少剛爲石。水、火、土、石交，而地之體盡之矣。

**《皇極經世書・觀物外篇》**　太極既分，兩儀立矣。陽下交於陰，陰上交於陽，四象生矣。

一氣分而爲陰陽，判得陽之多者爲天，判得陰之多者爲地，是故陰陽半而形質具焉。陰陽偏，而性情分焉。形質又分，則多陽者爲剛也，多陰者爲柔也。性情又分，則多陽者陽之極也，多陰者陰之極也。

無極之前，陰合陽也；有象之後，陽分陰也。陰爲陽之母，陽爲陰之父。故母孕長男而爲復，父生長女而爲姤，是以陽始於復，陰始於姤也。

性非體不成，體非性不生。陽以陰爲體，陰以陽爲體。動者，性也；靜者，體也。在天則陽動而陰靜，在地則陽靜而陰動。性得體而靜，體隨性而動，是以陽舒而陰疾也。

陽不能獨立，必得陰而後立，故陽以陰爲基；陰不能自見，必待陽而後見，故陰以陽爲唱。陽知其始而享其成，陰効其法而終其勞。

陽能知而陰不能知，陽能見而陰不能見也。能知能見者，爲有。故陽性有而陰性無也。陽有所不偏而陰無所不偏也，陽有去而陰常居也。無不偏而常居者爲實，故陽體虛而陰體實也。

自下而上謂之升，自上而下謂之降。升者，生也。降者，消也。故陽生於下而陰生於上，是以萬物皆反生，陰生陽陽生陰，陰復生陰。是以循環而無窮也。

陽交於陰而生蹄角之類也，剛交於柔而生根荄之類也；陰交於陽而生羽翼之類也，柔交於剛而生枝幹之類也。

葉，陰也。華實，陽也。枝葉軟而根幹堅也。

體必交而後生，故陽與剛交而生心肺，陽與柔交而生肝膽，柔與陰交而生腎與膀胱，剛與陰交而生脾胃。心目生膽、生耳，脾生鼻，腎生口，肺生骨，肝生肉，胃生髓，膀胱生血。

陽消則生陰，故日下而月西出也。陰盛則敵陽，故日堅而月東出也。

月，晝可見也，故爲陽中之陰；星夜可見也，故爲陰中之陽。

天以剛爲德，故柔者不見；地以柔爲體，故剛者不生。是以震巽，天之陽也，地陰也，有陽而陰效之，故至陰者辰也，至陽者日也，皆在乎天，而地則水火而已。是以地上皆有質之物，陰伏陽而形質生，陽伏陰而性情生。是以陽生陰，陰生陽，陽剋陰，陰剋陽。陽之不可伏者不見於地，陰之不可剋者不見於天。伏陽之少者，其體必柔，是以畏陽而爲陽所用；伏陰之多者，其體必剛，是以禦陽而爲陰所用。故水火動而隨陽，土石靜而隨陰也。

陽生陰，故水先成。陰生陽，故火後成。陰陽相生也，體性相須也，是以陽去則陰竭，陰盡則陽滅。

陽得陰而爲雨，陰得陽而爲風；剛得柔而爲雲，柔得剛而爲雷。無陰則不能爲雨，無陽則不能爲雷。雨，柔也而屬陰，陰不能獨立，故待陽而後興。雷，剛也，屬體，體不能自用，必待陽而後發也。

天之陽在南，而陰在北。地之陰在南，而陽在北。人之陽在上而陰在下，既交則陽下而陰上。

陽數一，衍之爲十，十干之類是也。陰數二，衍之爲十二，十二支、十二月之類是也。

陽之類圓，成形則方；陰之類方，成形則圓。

冬至之子，中陰之極；春分之卯，中陽之中；夏至之午，中陽之極；秋分之酉，中陰之中。凡三百六十中，分之則一百八十，此二至二分，相去之數也。

陽中有陰，陰中有陽，天之道也。陽中之陽，日也，暑之道也。陽中之陰，月也，以其陽之類，故能見於晝。陰中之陽，星也，所以見於夜。陰中之陰，辰也，天壤也。

干者，幹之義，陽也。支者，枝之義，陰也。干十而支十二，是陽數中有陰，陰數中有陽也。

水之物無異乎陸之物，各有寒熱之性，大較則陸，爲陽中之陰，而水爲陰中之陽。

馬牛皆陰類，細分之則馬爲陽，而牛爲陰。

夫四象若錯綜而用之，日月天之陰陽，水火地之陰陽，星辰天之剛柔，土石地之剛柔。

陽主舒長，陰主慘急，日入盈度陰，從於陽；月入縮度陽，從於陰。

陽主闢而出，陰主翕而入。

陰對陽爲二，然陽來則生，陽去則死。天地萬物生死主於陽，則歸之於一也。

水之族以陰爲主，陽次之；陸之類以陽爲主，陰次之。故水類出水則死，風類入水則死。然有出入之類者，龜蟹鵝鳧之類是也。

在人則乾道成男，坤道成女；在物則乾道成陽，坤道成陰。

乾，奇也，陽也，健也，故天下之健莫如天。坤，耦也，陰也，順也，故天下之順莫如地，所以順天也。震，起也，一陽起也，起動也，故天下之動莫如雷。坎，陷也，一陽陷於二陰，陷下也，故天下之下莫如水。艮，止也，一陽於是而止也，故天下之止莫如山。巽，入也，一陰入二陽之下，故天下之入莫如風。離，麗也，一陰離於二陽，其卦錯然成文而華麗也，天下之麗莫如火，故又爲附麗之麗。兌，說也，一陰出於外而說於物，故天下之說莫如澤。

火，內暗而外明，故離陽在外，火之用用外也。水，外暗而內明，故坎陽在內，水之用用內也。

春陽得權，故多旱。秋陰得權，故多雨。

有溫泉而無寒火，陰能從陽，而陽不能從陰也。

人爲萬物之靈，寄類於走。走，陰也，故百有二十。

雨生於水，露生於土，雷生於石，電生於火。電與風同爲陽之極，故有電必有風。

**《張子正蒙・參兩篇》** 陰陽之精，互藏其宅，則各得其所安。故日月之形，萬古不變。若陰陽之氣則循環迭至，聚散相盪，升降相求，絪縕相揉。蓋相兼相制，欲一之而不能，此其所以屈伸無方，運行不息，莫或使之。不曰性命之理，謂之何哉？

陽之德主於遂，陰之德主於閉。

陰性凝聚，陽性發散。陰聚之，陽必散之，其勢均散。陽爲陰累，則相持爲雨而降；陰爲陽得，則飄揚爲雲而升。故雲物班布太虛者，陰爲風驅，斂聚而未散者也。凡陰氣凝聚，陽在內者，不得出，則奮擊而爲雷霆；陽在外者，不得入，則周旋不舍而爲風。其聚有遠近，虛實，故雷風有小大暴緩。和而散，則爲霜雪雨露；不和而散，則爲戾氣噎霾。陰常散緩，受交於陽，則風雨調，寒暑正。

天象者，陽中之陰。風霆者，陰中之陽。

冰者，陰凝而陽未勝也；火者，陽麗而陰未盡也。火之炎，人之蒸，有影無形，能散而不能受。光者，其氣陽也，陽陷於陰爲水，附於陰爲火。

**《素問病機氣宜保命集・陰陽論》** 論曰：天地者，陰陽之本也。陰陽者，天地之道也，萬物之綱紀，變化之父母，生殺之本始，神明之府也。故陰陽不測謂之神，神用無方謂之聖。倘不知此，謂天自運乎，地自處乎，豈足以語造化之全功哉。大哉乾元，萬物資始。至哉坤元，萬物資生。所以天爲陽，地爲陰；水爲陰，火爲陽。陰陽者，男女之血氣；水火者，陰陽之徵兆。惟水火既濟，血氣變革，然後剛柔有體，而形質立焉。經所謂天覆地載，萬物悉備，莫貴乎人。人稟天地之氣生，四時之法成。故人生於地，懸命於天，人生有形，不離陰陽。蓋人居天之下地之上氣交之中。不明陰陽而望延年，未之有也。何則？蒼天之氣，不得無常也。氣之不襲，是謂非常，非常則變矣。

王注曰：且蒼天布氣，尚不越於五行，人在氣中，豈不應於天道？《左傳》曰：違天不祥。《繫辭》云：一陰一陽之謂道。《老子》曰：萬物負陰而抱陽。故偏陰偏陽謂之疾。又經曰：言一身之中，外爲陽，內爲陰，氣爲陽，血爲陰，背爲陽，腹爲陰，腑爲陽，臟爲陰，肝、心、脾、肺、腎五臟皆爲陰，胆、胃、大腸、小腸、膀胱、三焦、六腑皆爲陽。蓋陽中有陰，陰中有陽，豈偏枯而爲道哉。經所謂治病必求其本者，是明陰最之大體，水火之高下，盛衰之補瀉，遠近之大小，陰陽之變通。又經曰：如是惟達道，人可知也。

**《朱子全書・陰陽》** 天地統是一箇大陰陽，一年又有一年之陰陽，一月又有一月之陰陽，一日一時皆然。

陰陽五行之理須常常看得在目前，則自然牢固矣。五行相爲陰陽，又各自爲陰陽。

得五行之秀者爲人，只說五行，而不言陰陽者，蓋做這人須是五行方做得成。然陰陽便在五行中，所以周子云：五行，一陰陽也，舍五行，無別討陰陽處。如甲乙屬木，甲便是陽，乙便是陰。丙丁屬火，丙便是陽，丁便是陰。不須更說陰陽，而陰陽在其中矣。或曰：如言四時而不言寒暑耳。曰：然。

陽無驟生之理，如冬至前半月中氣是小雪，陽已生三十分之一分。到得冬至前幾日，須已生到二十七八分，到是日方始成一晝。不是昨日全無，今日一旦便都復了。大抵剝盡處便生。莊子云：造化密移疇覺之哉！這語自說得好。又如《列子》亦謂：運轉無已，天地密移，疇覺之哉。凡一氣不頓進，一形不頓虧，亦不覺其成，不覺其虧。蓋陰陽浸消盛，人之一身自少至老，亦莫不然。

天地間只有一箇陰陽，故程先生云：只有一箇感與應。所謂陰與陽無處不是，且如前後，前便是陽，後便是陰。又如左右，左便是陽，右便是陰。如上下，上而一截便是陽，下面一截便是陰。問：先生，《易》說中謂伏羲作，《易》驗陰陽，消息兩端而已。此語最盡。曰：陰陽雖是兩箇字，然卻只是一氣之消息，一進一退，一消一長。進處便是陽，退處便是陰，長處便是陽，消處便是陰。只是這一氣之消長，做出古今天地間無限事來，所以陰陽做一箇說亦得，做兩箇說亦得。

又問：氣之發散者爲陽，收斂者爲陰否？曰：也是如此，如鼻氣之出入，出者爲陽，收回者爲陰。入息如螺螄出殼了縮入相似，是收入那出不盡底，若只管出去，不收便死矣。問：出入息，畢竟出去時漸漸消，到得出盡時便死否？曰：固是如此，然那氣又只管生。

天地間一陰一陽，如環無端，便是相勝底道理。《陰符經》說：天地之道浸，故陰陽勝。浸字最下得妙，天地間不陡頓恁地陰陽勝。

大抵言語兩端處皆有陰陽，如開物成務。開物是陽，成務是陰。如致知力行，致知是陽，力行是陰。周子之書屢發此意，推之可見。

橫渠言：游氣紛擾，合而成質者，生人物之萬殊，其陰陽兩端，循環不已者，立天地之大義，說得似稍支離，只合云：陰陽五行，循環錯綜，升降往來，所以生人物之萬殊，立天地之大義。

問：動而生陽，靜而生陰，注太極者本然之妙。動靜者，所乘之機，太極只是理，理不可以動靜言。惟動而生陽，靜而生陰，理寓於氣，不能無動靜所乘之機，乘如乘載之乘。其動靜者，乃乘載在氣上，不覺動了靜，靜了又動。曰：然。又問：動靜無端，陰陽無始，那箇動又從上面靜生下，上面靜，又是上面動生來。今姑把這箇說起。曰：然。

問：太極動而生陽，是陽先動也。今解云：必體立而用得以行如何？曰：自首先有，下言靜而生陰，只是說相生無窮耳。

統言陰陽，只是兩端。而陰中自分陰陽，陽中亦有陰陽。乾道成男，坤道成女。男雖屬陽而不可謂其無陰，女雖屬陰亦不可謂其無陽。人身氣屬陽，而氣有陰陽。血屬陰，而血有陰陽。

問：陰陽動靜以大體言，則春夏是動屬陽，秋冬是靜屬陰。就一日言之，晝陽而動，夜陰而靜。就一時一刻言之，無時而不動靜，無時而無陰陽。曰：陰陽無處無之，橫看豎看皆可見。橫看則左陽而右陰，豎看則上陽而下陰。仰手則爲陽，覆手則爲陰。向明處爲陽，背明處爲陰。《正蒙》云：陰陽之氣，循環迭至，聚散相盪，升降相求，絪縕相揉，相兼相制，欲一之不能，蓋謂是也厚之。問：陽變陰合如何是合？曰：陽行而陰隨之。

陰陽有相對而言者，如東陽西陰，南陽北陰是也。有錯綜而言者，如晝夜寒暑，一箇橫，一箇直是也。伊川言：易，變易也，只說得相對底陰陽流轉而已，不說錯綜底陰陽交互之理，言《易》須兼此二意。

陰陽只是一氣，陰氣流行即爲陽，陽氣凝聚即爲陰，非直有二物相對也。此理甚明。周先生於太極圖中已言之矣。

謂一陰一陽之謂道，已涉形器五性，爲形而下者，恐皆未然。陰陽固是形而下者，然所以一陰一陽者，乃理也，形而上者也。五事固是形而下者，然五常之性則理也，形而上者也。

盈天地之間所以爲造化者，陰陽二氣之終始盛衰而已。陽生於北，長於東，而盛於南。陰始於南，中於西，而終於北。故陽常居左，而以生育長養爲功，其類則爲剛，爲明，爲公，爲義，而凡君子之道屬焉。陰常居右，而以夷傷，慘殺爲事，其類則爲柔，爲暗，爲私，爲利，而凡小人之道屬焉。聖人作《易》：畫卦《繫辭》於其進退消長之際，所以示人者深矣。

陰陽之氣相勝而不能相無，其爲善惡之象則異乎此。蓋以氣言則動靜無端，陰陽無始，其本固並立而無先後之序，善惡之分也。若以善惡之象而言，則人之性本獨有善而無惡，其爲學亦欲去惡而全善，不復得以不能相無者而爲言矣。今以陰陽爲善惡之象，而又曰不能相無，故必曰小人日爲不善，而善心未嘗不間見，以爲陰不能無陽之證。然則曷不曰：君子日爲善而惡心亦未嘗不間見，以爲陽不能無陰之證耶！蓋亦知其無是理矣。且又曰：克盡己私，純是義理，亦不離乎陰陽之正，則善固可以無惡矣。所謂不能相無者，又安在耶？大凡義理精微之際，合散交錯，其變無窮，而不相違悖，且以陰陽善惡論之，則陰陽之正皆善也，其疹皆惡也。以象類言，則陽善而陰惡；以動靜言，則陽客而陰主。此類甚多，要當大其心以觀之，不可以一說拘也。

陰陽盈天地之間，其消息闔闢，終始萬物，觸目之間，有形無形，無非是也。而蘇氏以爲象立而陰陽隱，凡可見者，皆物也，非陰陽也，失其理矣。達陰陽之本者，固不指生物而謂之陰陽，亦不別求陰陽於物象見聞之外也。

一陰一陽，往來不息，舉道之全體而言，莫著於此者矣。而以爲借陰陽以喻道之似，則是道與陰陽各爲一物，借此而況彼也。陰陽之端，動靜之機而已。動極而靜，靜極而動，故陰中有陽，陽中有陰，未有獨立而孤居者。此一陰一陽所以爲道也。今曰：一陰一陽者，陰陽未交而物未生，廓然無一物，不可謂之無有者，道之似也。然則道果何物乎？此皆不知道之所以爲道，而欲以虛無寂滅之學揣摸而言之，故其說如此。

夫謂溫厚之氣盛於東南，嚴凝之氣盛於西北者，禮家之說也。謂陽生於子於卦爲復，陰生於午於卦爲姤者，曆家之說也。謂巽位東南，乾位西北者，說卦之說也。此三家者，各爲一說，而禮家、曆家之言，猶可相通。至於說卦，則其卦位自爲一說，而與彼二者不相謀矣。今來教乃欲合而一之，而其間又有一說之中自相乖戾者，此某所以不能無疑也。夫謂東南以一陰已生，而爲陰柔之位，西北以一陽已生，而爲陽剛之位，則是陽之盛於春夏者，不得爲陽；陰之盛於秋冬者，不得爲陰，而反以其始生之微者爲主也。謂一陰生於東南，一陽生於西北，則是陰不生於正南午位之遇則淫於東，陽不生於正北子位之復而旅於西也。謂巽以一陰之生而位乎東南，則乾者豈一陽之生而位於西北乎？況說卦之本文，於巽則但取其潔齊，於乾則但取其戰而已，而未嘗有一陰一陽始生之說也。凡此崎嶇反復，終不可通，不若直以陽剛爲仁，陰柔爲義之明白而簡易也。蓋如此則發生爲仁、肅殺、爲義三家之說，皆無所牾。肅殺雖似乎剛，然實天地收斂退藏之氣，自不妨其爲陰柔也論十二卦，則陽始於子而終於巳；陰始於午而終於亥。論四時之氣，則陽始於寅而終於未，陰始於申而終於丑。此一說者，雖若小差，而所爭不過二位。蓋子位一陽雖生，而未出乎地。至寅位泰卦，則三陽之生方出地上，而溫厚之氣從此始焉。巳位乾卦，六陽雖極而溫厚之氣未終，故午位一陰雖生，而未害於陽，必至未位遯卦，而後溫厚之氣始盡也。其午位陰已生，而嚴凝之氣及申方始，亥位六陰雖極，而嚴凝之氣至丑方盡。義亦倣此。蓋地中之氣難見，而地上之氣易識。故周人以建子爲正，雖得天統，而孔子之論爲邦，乃以夏時爲正，蓋取其陰陽始終之著明也。按圖以推其說可見。

**《朱子語類·論陰陽》** 游氣陰陽，陰陽即氣也。豈陰陽之外又復有游氣？所謂游氣者，指其所以賦與萬物，一物各得一箇性命，便有一箇形質，皆此氣合而成之也。雖是如此，而所謂陰陽兩端成片段滾將出來者，固自若也，亦猶論太極物物皆有之，而太極之體未嘗不存也。

陰陽循環如磨，游氣紛擾如磨中出者。《易》曰：陰陽相摩，八卦相盪，鼓之以雷霆，潤之以風雨，日月運行，一寒一暑，此陰陽之循環也。乾道成男，坤道成女，此游氣之紛擾也。

問：游氣陰陽。曰：游是散殊，比如一箇水車一上一下，兩邊只管滾轉，這便是循環不已。立天地之大義底一上一下，只管滾轉，中間帶得水灌溉得所在便是。生人物之萬殊，天地之間一氣只管運轉，不知不覺生出一個人，不知不覺又生出一箇物，即他這箇斡轉，便是生物時節。

問：游氣莫便是陰陽？橫渠如此說似開了。曰：此固是一物，但渠所說游氣紛擾，合而成質，恰是指陰陽交會言之，陰陽兩端循環不已，卻是指那分開底說。蓋陰陽只管混了闢，闢了混，故周子云：混兮闢兮，其無窮兮。橫渠言游氣紛擾，季通云：卻不是說，混沌未分乃是言陰陽錯綜相混、交感而生物。如言天地氤氳其下，言陰陽兩端，卻是方言分別底，上句是體，下句是用也。游氣紛擾，是陰陽二氣之緒餘循環不已，是生生不窮之意。

問：陰陽游氣之辨？曰：游氣是生物底陰陽。譬如扇子，扇出風便是游氣。問：游氣陰陽。曰：游氣是出而成質。曰：只是陰陽氣？曰：然便當初不道合而成質，卻似有兩般。

**《東垣試效方・標本陰陽論》**　天陽無圓，氣上外升。生浮晝動，輕燥六腑。

地陰有方，血下內降。殺沉夜靜，重濕五臟。

夫治病者，當知標本。以身論之，則外爲標，內爲本；陽爲標，陰爲本。故六腑屬陽爲標，五臟屬陰爲本，此臟腑之標本也。又五臟六腑在內爲本，各臟腑之經絡在外爲標，此臟腑經絡之標本也。更人身之臟腑、陰陽、氣血、經絡，各有標本也。以病論之，先受病爲本，後傳流病爲標。凡治病者，必先治其本，後治其標。若先治其標，後治其本，邪氣滋甚，其病益蓄；若先治其本，後治其標，雖病有十數，證皆去矣。謂如先生輕病，後滋生重病，亦先治輕病，後治重病，如是則邪氣乃伏，蓋先治本故也。若有中滿，無問標本，先治中滿，謂其急也。若中滿後有大小便不利，亦無問標本，先利大小便，次治中滿，謂尤急也。除大小便不利及中滿三者之外，皆治其本，不可不慎也。從前來者爲實邪，從後來者爲虛邪，此子能令母實，母能令子虛是也。治法云：虛則補其母，實則瀉其子。假令肝受心火之邪，是從前來者，爲實邪，當瀉其子火也。然非直瀉其火，十二經中各有金、木、水、火、土，當木之分，瀉其火也。故《標本論》云：本而標之，先治其本，後治其標。既肝受火邪，先於肝經五穴中瀉滎心行間穴是也；後治其標者，於心經五穴內瀉滎火，少府穴是也。以藥論之，入肝經藥爲之引，用瀉心火藥爲君，是治實邪之病也。假令肝受腎邪，是從後來者，爲虛邪，虛則當補其母，故《標本論》云：標而本之，先治其標，後治其本。即受水邪，當先於腎經湧泉穴中補水，是先治其標；後於肝經曲泉穴中瀉水，是後治其本。此先治其標者，推其至理，亦是先本也。以藥論之，入腎經藥爲引，用補肝經藥爲君是也。

**《內外傷辨惑論・辨陰證陽證》**　曰甚哉！陰陽之證，不可不詳也。遍觀《內經》中所說，變化百病，其源皆由喜怒過度，飲食失節，寒溫不適，勞役所傷而然。夫元氣、穀氣、榮氣、清氣、衛氣、生發諸陽上升之氣，此六者，皆飲食入胃，穀氣上行，胃氣之異名，其實一也。既脾胃有傷，則中氣不足，中氣不足，則六腑陽氣皆絕於外，故經言五臟之氣已絕於外者，是六腑之元氣病也。氣傷臟乃病，臟病則形乃應，是五臟六腑真氣皆不足也。惟陰火獨旺，上乘陽分，故榮衛失守，諸病生焉。其中變化，皆由中氣不足，乃能生發耳。後有脾胃以受勞役之疾，飲食又複失節，耽病日久，事息心安，飽食太甚，病乃大作。

概其外傷風寒，六淫客邪，皆有餘之病，當瀉不當補；飲食失節，中氣不足之病，當補不當瀉。舉世醫者，皆以飲食失節，勞役所傷，中氣不足，當補之證，認作外感風寒有餘客邪之病，重瀉其表，使榮衛之氣外絕，其死只在旬日之間。所謂差之毫釐，謬以千里，可不詳辨乎？！

按《陰陽應象大論》云：天之邪氣，感則害人五臟。是八益之邪，乃風邪傷人筋骨。風從上受之，風傷筋，寒傷骨，蓋有形質之物受病也，係在下焦，肝腎是也。肝腎者，地之氣。《難經》解云：肝腎之氣，已絕於內，以其肝主筋，腎主骨，故風邪感則筋骨疼痛，筋骨之絕，則肝腎之本亦絕矣，乃有餘之證也。又云：水穀之寒熱，感則害人六腑。是七損之病，乃內傷飲食也。《黃帝針經》解云：適飲食不節，勞役所傷，濕從下受之。謂脾胃之氣不足，而反下行，極則沖脈之火逆而上，是無形質之元氣受病也，系在上焦，心肺是也。心肺者，天之氣。故《難經》解云：心肺之氣已絕於外，以其心主榮，肺主衛。榮者血也，脈者血之府，神之所居也；衛者，元氣七神之別名，衛護周身，在於皮毛之間也。肺絕則皮毛先絕，神無所根據，故內傷飲食，則亦惡風寒，是榮衛失守，皮膚間無陽以滋養，不能任風寒也。

皮毛之絕，則心肺之本亦絕矣，蓋胃氣不升，元氣不生，無滋養心肺，乃不足之證也。

計受病之人，飲食失節，榮役所傷，因而飽食內傷者極多，外傷者間而有之，世俗不知，往往將元氣不足之證，便作外傷風寒表實之證，而反瀉心肺，是重絕其表也，安得不死乎？古人所謂實實虛虛，醫殺之耳！若曰不然，請以衆人之耳聞目見者證之。

向者壬辰改元，京師戒嚴，迨三月下旬，受敵者凡半月，解圍之後，都人之不受病者，萬無一二，既病而死者，繼踵而不絕。都門十有二所，每日各門所送，多者二千，少者不下一千，似此者幾三月，此百萬人豈俱感風寒外傷者耶？大抵人在圍城中，飲食不節，及勞役所傷，不待言而知。由其朝飢暮飽，起居不時，寒溫失所，動經三兩月，胃氣虧之久矣，一旦飽食大過，感而傷人，而又調治失宜，其死也無疑矣。非惟大梁爲然，遠在貞祐、興定間，如東平，如太原，如鳳翔，解圍之後，病傷而死，無不然者。余在大梁，凡所親見，有表發者，有以巴豆推之者，有以承氣湯下之者，俄而變結胸，發黃，又以陷

胸湯、丸及茵陳湯下之，無不死者。蓋初非傷寒，以調治差誤，變而似真傷寒之證，皆藥之罪也。往者不可追，來者猶可及，輒以平生已試之效，著《內外傷辨惑論》一篇，推明前哲之餘論，歷舉近世之變故，庶幾同志者，審其或中，觸類而長之，免後人橫夭耳！僭易之罪，將何所逃乎？

**《脾胃論・天地陰陽生殺之理在升降浮沉之間論》**《陰陽應象論》云：天以陽生陰長，地以陽殺陰藏。然歲以春爲首，正，正也；寅，引也。少陽之氣始於泉下，引陰升而在天地人之上。即天之分，百穀草木皆甲拆於此時也。至立夏少陰之火熾於太虛，則草木盛茂，垂枝布葉，乃陽之用，陰之體，此所謂天以陽生陰長。經言歲半以前天氣主之，在乎升浮也。至秋而太陰之運初自天而下逐，陰降而徹地，則金振燥令，風厲霜飛，品物咸殞，其枝獨在，若乎毫毛。至冬則少陰之氣復伏於泉下，水冰地坼，萬類周密，陰之用，陽之體也，此所謂地以陽殺陰藏。經言歲半已後，地氣主之，在乎降沉也。至於春氣溫和，夏氣暑熱，秋氣清涼，冬氣冷冽，此則正氣之序也。故曰：履端於始，序則不愆。升已而降，降已而升，如環無端，運化萬物，其實一氣也。設或陰陽錯綜勝復之變，自此而起，萬物之中人一也。呼吸升降，倣象天地，準繩陰陽。蓋胃爲水穀之海，飲食入胃，而精氣先輸脾歸肺，上行春夏之令，以滋養周身，乃清氣爲天者也。升已而下輸膀胱，行秋冬之令，爲傳化糟粕，轉味而出。乃濁陰爲地者也。若夫順四時之氣，起居有時，以避寒暑，飲食有節，及不暴喜怒以順神志，常欲四時均平，而無偏勝則安。不然，損傷脾胃，真氣下溜，或下泄而久不能升，是有秋冬而無春夏，乃生長之用，陷於殞殺之氣，而百病皆起，或久升而不降亦病焉。於此求之，則知履端之義矣。

**《脾胃論・陰陽壽夭論》**《五常政大論》云：陰精所奉其人壽，陽精所降其人夭。夫陰精所奉者，上奉於陽，謂春夏生長之氣也；陽精所降下降於陰，謂秋冬收藏之氣也。且如地之伏陰，其精遇春而變動，升騰於上，即曰生發之氣；升極而浮，即曰蕃秀之氣。此天氣右遷於天，乃天之清陽也，陽主生，故壽。天之元陽，其精遇秋而退，降墜於下，乃爲收斂殞殺之氣；降極而沈，是爲閉藏之氣，此五運左遷入地，乃地之濁陰也，陰主殺，故夭。根於外者名曰氣化，氣止則化絕；根於內者名曰神機，神去則機息。皆不升而降也。地氣者人之脾胃也，脾主五臟之氣，腎主五臟之精，皆上奉於天，二者俱主生化以奉升浮，是知春生夏長皆從胃中出也。故動止飲食各得其所，必清必淨。不令損胃之元氣，下乘腎肝，及行秋冬殞殺之令，則亦合於天數耳。

**《格致餘論・夏月伏陰在內論》** 天地以一元之氣化生萬物。根於中者，曰神機；根於外者，曰氣血，萬物同此一氣。人靈於物，形與天地參而爲三者，以其得氣之正而通也。故氣升亦升，氣浮亦浮，氣降亦降，氣沉亦沉。人與天地同一橐籥。子月一陽生，陽初動也；寅月三陽生，陽初出於地也。此氣之升也。巳月六陽生，陽盡出於上矣，此氣之浮也。人之腹屬地氣，於此時浮於肌表，散於皮毛，腹中虛矣。經曰：夏月經滿，地氣溢滿，入經絡受血，皮膚充實。長夏氣在肌肉，所以表實，表實者裏必虛。世言夏月伏陰在內，此陰字有虛之義，若作陰冷看，其誤甚矣。或曰：以手捫腹，明知其冷，非冷而何？前人治暑病有玉龍丸、大順散、桂苓丸、單煮良薑與縮脾飲用草果等，皆行溫熱之劑，何吾子不思之甚也？予曰：春夏養陽，王太僕謂春食涼夏食寒，所以養陽也。其意可見矣！若夫涼臺水館，大扇風車，陰水寒泉，果冰雪涼之傷，自內及外，不用溫熱，病何由安？詳玩其意，實非爲內伏陰而用之也。前哲又謂升降浮沉則順之，寒熱溫涼則逆之。若於夏月火令之時，妄投溫熱，寧免實實虛虛之患乎？或曰：巳月純陽於理或通，五月一陰、六月二陰，非陰冷而何？予曰：此陰之初動於地下也。四陽浮於地上，燔灼焚燎，流金爍石，何陰冷之有？孫真人製生脈散，令人夏月服之，非虛而何？

**《格致餘論・陽有餘陰不足論》** 人受天地之氣以生，天之陽氣爲陽，地之陰氣爲血，故氣常有餘，血常不足。何以言之？天地爲萬物父母。天大也爲陽，而運於地之外；地居天之中爲陰，天之大氣舉之。日實也，亦屬陽，而運於月之外；月缺也，屬陰，稟日之光以爲明者也。人身之陰氣，其消長視月之盈缺。故人之生也，男子十六歲而精通，女子十四歲而經行。是有形之後，猶有待於乳哺水穀以養，陰氣始成而可與陽氣爲配，以能成人，而爲人之父母。古人必近三十、二十而後嫁娶，可見陰之難於成，而古人之善於攝養也。《禮記》注曰：惟五十然後養陰者有以加。《內經》曰：年至四十，陰氣自半，而起居衰矣。又曰：男子六十四歲而精絕，女子四十九歲而經斷。夫以陰氣之成，止供給得三十年之視聽言動，已先虧矣。人之情欲無涯，此難成易虧之陰氣，若之何而可以供給也？經曰：陽者，天氣也，主外；陰者，地氣也，主內。故陽道實，陰道虛。又曰：至陰虛天氣絕，至陽

盛地氣不足。觀虛與盛之所在，非吾之過論。主閉藏者，腎也；司疎泄者，肝也。二臟皆有相火，而其系上屬於心。心，君火也，爲物所感則易動，心動則相火亦動，動則精自走，相火翕然而起，雖不交會，亦暗流而疎泄矣。所以聖賢只是教人收心、養心，其旨深矣。天地以五行更迭，衰旺而成四時，人之五臟六腑亦應之而衰旺。四月屬巳，五月屬午，爲火太旺，火爲肺金之夫，火旺則金衰。六月屬未，爲土大旺，土爲水之夫，土旺則水衰，況腎水常藉肺金爲母，以補助其不足，故《内經》諄諄於資其化源也。古人於夏必獨宿而淡味，兢兢業業於愛護也。保養金水二臟，正嫌火土之旺爾。《内經》曰：冬不藏精者，春必溫病。十月屬亥，十一月屬子，正火氣潛伏閉藏，以養其本然之真，而爲來春發生升動之本。若於此時恣嗜慾以戕賊，至春升之際，下無根本，陽氣輕浮，必有溫熱之病。夫夏月火土之旺，冬月火氣之伏，此論一年之虛耳。若上弦前下弦後，月廓月空亦爲一月之虛，大風大霧，虹霓飛電，暴寒暴熱，日月薄蝕，憂愁忿怒，驚恐悲哀，醉飽勞倦，謀慮勤動，又皆爲一日之虛。若病患初退，瘡痍正作，尤不止於一日之虛。今因多有春末夏初，患頭痛腳輭，食少體熱，仲景謂春夏劇秋冬差，而脈弦大者，正世俗所謂注夏病。若犯此四者之虛，似難免此。夫當壯年便有老態，仰事俯育一切隳壞，興言至此，深可驚懼。古人謂不見所欲，使心不亂。夫以溫柔之盛於體，聲音之盛於耳，顏色之盛於目，馨香之盛於鼻，誰是鐵漢心？不爲之動也？善攝生者，於此五箇月出居於外。苟值一月之虛，亦宜暫遠帷幕，各自珍重，保全天和，期無負敬身之教，幸甚！

**《慎言・乾運》** 乾運之度，七政之躔，有常次也。故天之象數可得而推。風霆流行，變異突出，無機兆也，故天之神用不可得而測。

陰不離於陽，陽不離於陰曰道。故陰陽之合，有賓主偏勝之義。而偏勝者恒主之，無非道之形體也。日陽精，星陽餘，風陽激，雷陽奮，電陽洩，雲陽乘；月陰精，辰陰餘，雨陰施，雪如之，露陰結，霜如之，皆性之不得已而然也。故造化之道，陽不足，陰有餘，而陰恒宗陽，陽一陰二，而陰恒含陽。

四時寒暑，其幾由日之進退，氣不得而專焉。日南至寒甚，北至而暑甚，所積既深，不可驟變也。日出而蒼涼，夜陰之積未遽消，光不甚於旁達也。日中而暄熱，晝陽之積盛，光復熾於下射也。陰雨之氣，雖夏亦寒；晴明之日，雖冬亦熱，此不可以時拘者也。向陽多暖，背陰多寒；洼下春先，高峻雪積，此不可以南北大分拘者也。雖然，亦由日之氣得行與否耳，斯皆變也，非常也。

風揚塵土於下，濛雨自上而降，遇結而爲霾。風之微不足以散雨，雨之微不足以斂塵，陰陽緩弱之氣也夫。

雹之始雨也，感於陰氣之冽，故旋轉凝結以漸而大爾。其陰陽之濁而不和者與？謂蜥蜴所爲者，得乎哉？

陰遏乎陽，畜之極轉而爲風。大遏則大吹，小遏則小吹，夏無巨風者，陽盛之極，陰不能以遏之也。陽伏於陰，發之暴聲而爲雷，其聲緩者厥伏淺，其聲迅者厥伏固。冬而雷收其聲者，陰盛之極，陽不得以發之也。時有之者，變也，非常也。

雪之始雨也，下遇寒氣乃結。花必六出，何也？氣種之自然也。草木枝幹花葉，人耳、目、口、鼻，物蹄角羽毛，故爲而然耶？氣各正其性命，不得已而然爾。應陰數有諸？曰：傳會之擬矣，執主宰爲之。花萼亦有然者矣。四出、五出、六出，同時而成，又奚應哉！

人之世也，近天地之世也久。是故先者，罔以審而稽也，後者，難以俟而證也，惟跡與理，可以會通矣。山石之欹側，古地之曾傾墜也。山有壑谷，水道之蕩而日下也；地有平曠，水土之漫演也。高峻者日以剝，下平者日以益。江河日趨而下，咸勢之不得已也夫。

三垣十二舍經星，終古不移，天亦有定體矣。曰浮氣載之，寧無一之變動也乎？

星之隕也，光氣之溢也，本質未始窮也，隕而即滅也。天之闢至於今，經緯之象盡矣。隕而散滅者，光氣之微者也。墮而爲石，感地氣而凝也，陰陽妙合之義也。上下飛流不齊者，隕之機各發於所向也，如迸激而噴也。

地氣夜則鬱達，故遇物則凝。清則氛氳，爲霜、爲露。濁則烟霧，爲濛、爲木稼。日高而散風冽而不凝者，陰化於陽之義也。

月食日，形體掩之也。日食月闇，虛射之也。日光正灼，積暈成蔽，故曰闇虛。觀夫燈燭上射，黑焰蔽光不照，足以知之。

天亦有定體，遠不可測也。觀恒星河漢，終古不移，可以驗之。七曜麗天而非附天也，故自爲運行，其動也，乘天之機也。雖遲速不齊，皆順天。

日中闇黑，非地影也。質有查滓，不受日光者爾。月行九道，勢有高下

東西。果由地形，則人之視之，如鏡受物，影當變易。今隨在無殊，是由月體而匪外入也。

天乘夫氣機，故運而有常；地竅於山川，故浮而不墜。碓之轉於水，機在外也；匏之浮於水，空在內也。地，天內之物，無可倚之道。故曰：天以機動，地以竅浮。

天體近極者高，遠極者下。黃道橫斜交絡，故日行近極，則光之被於人者久，故晝長夜短，而氣暑；遠極則光之被於人者不久，故晝短夜長而氣寒。行兩極之中，則晝夜均而氣清和。何也？日大火也，近人則暑，而遠人則寒也。是故陰陽過盛，四時寒暑，咸日之進退主之。謂氣自有升降，何待日遠近乃成寒暑。謂地有四遊，何人去極，無有高下。

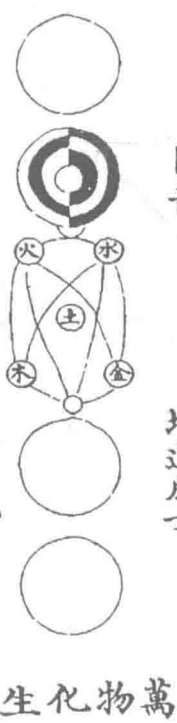
兩儀未判，太虛固氣也。天地既生，中虛亦氣也。是天地萬物，不越乎氣機聚散而已。是故太虛無形，氣之本體，清通而不可爲象也。太和氤氳，萬物化醇，生生而不容以息也。其性命之本原乎！

天之運無已，故無度數，以日行所歷之數爲之，日行三百六十五日有餘與天會，故天之度有三百六十五度四分度之一也。是日與度會爲一日，與月會爲一月，與天會爲一歲。月之晦、朔、弦、望，歷於日之義也。月會日而明盡，故曰晦；初離日而光蘇，故曰朔；月與日相去四分天之一，如弓之張，故曰弦；月與日相去四分天之二，相對，故曰望。

向月熟摩其蛤，則水生，謂之方諸。向日熟摩其鑑，則火生，謂之夫遂。相去甚遠，而相感甚速，精之至也。

本乎天者親上，謂氣之屬，云、霧、煙、火之類，其氣必騰上是也。本乎地者親下，謂質之屬，土、石、水、金之類，其質必下沉是也。

**《醫旨緒餘・太極圖抄引》** 生生子曰：天地萬物本爲一體，所謂一體者，太極之理在焉。故朱子曰：太極中是天地萬物之理，在天地統體一太極，在萬物萬物各具一太極。即陰陽而在陰陽，即五行而在五行，即萬物而在萬物。夫五行異質，四時異氣，皆不能外乎陰陽。陰陽異位，動靜異時，皆不能離乎太極。人在大氣中，亦萬物中一物爾，故亦具此太極之理也。惟具此太極之理，則日用動靜之間，皆當至夫中和，而不可須臾離也。醫之爲教，正示人節宣天地之氣，而使之無過不及。攻是業者，不能尋繹太極之妙，豈知本之學哉！故具太極圖抄於首簡。



太極圖

太極圖說

山陽度氏曰：上之一圈者，太極本然之妙也。及其動靜既分，陰陽既形，而其所謂上之一圈者，常在乎其中，蓋本然之妙，未始相離也。至於陰陽變合而生五行，水、火、木、金、土，各具一圈者，所謂分而言之，一物一太極也。水而木，木而火，火而土，土而金，復會於一圈者，所謂合而言之，五行一太極也。然其指五行之合也，總水火木金而不及土者，蓋土行四氣，舉是四者以該之，兩儀生四象之義也。其下一圈，爲乾男坤女者，所謂男女一太極也。以見太極之妙，流行於天地之間者，無乎不在，而無物不然也。

《中和集》曰：上之一圈者，釋曰：圓覺。道曰：金丹。儒曰：太極所謂無極而太極者，不可極而極之謂也。釋氏云：如如不動，了了常知。《易・繫》云：寂然不動，感而遂通。《丹書》云：身心不動，以後復有無極真機，言太極之妙本也。是知三教所尚者，靜定也。周子所謂主於靜者是也。蓋人心靜定，未感物時，湛然天理，即太極之妙也。一感於物，便有偏倚，即太極之變也。苟靜定之時，謹其所存，則天理常明，虛靈不味，動時自有主宰，一切事物之來，俱可應也。靜定工夫純熟，不期然而自然，至此無極之真復矣，太極之妙應明矣，天地萬物之理悉備於我矣。

**《醫旨緒餘・不知〈易〉者不足以言太醫論》** 生生子曰：天地間非氣不運，非理不宰，理氣相合而不相離者也，何也？陰陽氣也，一氣屈伸而爲陰陽。動靜理也，理者太極也，本然之妙也，所以紀綱造化，根柢人物，流行古今，不言之蘊也。是故在造化，則有消息盈虛，在人身則有虛實順逆。有消息盈虛，則有範圍之道。有虛實順逆，則有調劑之宜。斯理也，難言也。包犧氏

畫之，文王彖之，姬公爻之，尼父贊而翼之，黃帝問而岐伯陳之，越人難而詁釋之，一也。但經於四聖則爲《易》，立論於岐黃則爲《靈》、《素》，辨難於越人則爲《難經》，書有二而理一也。知理無二，則知《易》以道陰陽，而《素問》，而《靈樞》，而《難經》，皆非外陰陽而爲教也。《易》理明，則可以範圍天地，曲成民物，通知乎晝夜。《靈》《素》《難經》明，則可以節宣化機，拯理民物，調燮札瘥疵癘而登太和。故深於《易》者，必善於醫，精於醫者，必由通於《易》。術業有專攻，而理無二致也。斯理也，難言也，非獨秉之智不能言也。如唐祖師孫思邈者，其洞徹理氣合一之旨者歟，其深於《易》而精於醫者歟，其具獨秉之智者歟。故曰：不知《易》者，不足以言太醫。惟會理之精，故立論之確，即通之萬世而無弊也。彼知醫而不知《易》者，拘方之學，一隅之見也。以小道視醫，以卜筮視《易》者，亦蠡測之識，窺豹之觀也，惡足以語此。

問三才所同者，於人身何以見之？

生生子曰：人之與天地萬物同者，同此理氣也。朱子曰：人之與物本天地之一氣，同天地之一體也。故能與天地並立，而爲三才。《皇極經世》曰：天有四時，人有四支，四支各有脈也。一脈三部，一部三候，以應天數。神統於心，氣統於腎，形統於首，形氣交而神主其中。三才之道也。《櫻寧生卮言》曰：天地非大氣鼓鞴，則寒暑不能以時，潮汐不能以訊，霜露冰雪不能以其候，人身非此氣鼓鞴，則津液不得行，呼吸不得息，血脈不得流通，糟粕不得傳送也。《內經・陰陽應象大論》曰：天氣通於肺，地氣通於嗌，風氣通於肝，雷氣通於心，穀氣通於脾，雨氣通於腎。六經爲川瀆胃，爲海九竅，爲水注之氣。卮言曰：人首尊而足卑，天地奠位也。脾肺相爲母子，山澤通氣也。肝膽主怒與動，雷風之相薄也。

命門圖說

生生子曰：天人一致之理，不外乎陰陽五行。蓋人以氣化而成形者，即陰陽而言之。夫二五之精，妙合而凝，男女未判，而先生此二腎，如豆子菓實，出土時兩瓣分開，而中間所生之根蒂，內含一點真氣，以爲生生不息之機。命曰動氣，又曰原氣，稟於有生之初，從無而有。此原氣者，即太極之本體也。名動氣者，蓋動則生，亦陽之動也，此太極之用所以行也。兩腎，靜物也，靜則化，亦陰之靜也。此太極之體所以立也。動靜無間，陽變陰合，而生水火木金土也。其斯命門之謂歟。



## 此中間動氣即太極也

《素問》曰：腎藏骨髓之氣。又曰：北方黑色，入通於腎，開竅於二陰，藏精於腎。《難經》曰：男子以藏精，非此中可盡藏精也。蓋腦者，髓之海，腎竅貫脊通腦，故云。

生生子曰：三十六難言腎有兩臟，其左爲腎，右爲命門。命門者，諸精神之所舍，男子以藏精，女子以繫胞，故知腎有二也。三十九難言：五臟亦有六臟者，謂腎有兩臟也。其左爲腎，右爲命門。命門者，精神之所舍也。男子以藏精，女子以繫胞，其氣與腎通。細考《靈》《素》，兩腎未嘗有分言者，然則分之者，自秦越人始也。追越人兩呼命門，爲精神之舍，原氣之繫，男子藏精，女子繫胞者，豈漫語哉？是極歸重於腎爲言。謂腎間原氣，人之生命，故不可不重也。《黃庭經》曰：腎氣經於上焦，營於中焦，衛於下焦。《中和集》曰：闔闢呼吸，即玄牝之門，天地之根。所謂闔闢者，非口鼻呼吸，乃真息也。越人亦曰：腎間動氣者，人之生命，五臟六腑之本，十二經脈之根，呼吸之門，三焦之原。命門之義，蓋本於此，猶儒之太極，道之玄牝也。觀銅人圖命門穴不在右腎，而在兩腎俞之中可見也。《難經》雖有命門之說，並無左右水火之分，何後人妄臆指命門屬相火耶！顧《靈》《素》三陰三陽，手足十二經配合，皆有定偶，以象十二時，十二月，十二律之意，今又以命門爲屬火，則當統之於何經？十二經既無所統，則兩腎皆屬少陰水可知。《黃庭經》曰：兩部腎水對生門，左腎爲壬，右腎爲癸。生門者，臍也。或曰：然則《脈訣》何謂命門配三焦，屬相火也。余曰：此高陽生之悞，戴同父辯之已詳。三焦是手少陽經，配手厥陰經爲表裏，乃手經配手經，火配火爲定偶也，豈有手配足，水配水之理哉？滑伯仁《難經本義》註曰：命門其氣與腎通，則亦不離乎腎，其習坎之謂歟。坎者，水也。易謂上下二坎相重，陰而又陰，故曰習坎。手心主爲火之閏位，命門即水之同氣歟。命門不得爲相火，三焦不與命門配，亦明矣。虞庶亦云：諸家言命門爲相火，與三焦表裏，按《難經》只有手心主與三焦爲表裏，無命門三焦表裏之說。據此，則知諸家所以紛紛不決者，蓋有惑於《金匱真言篇》王註，引《正理論》謂三焦者，有名無形，上合手

心主，下合右腎。遂有命門三焦表裏之說。夫人身之臟腑，一陰一陽，自有定偶，豈有一經兩配之理哉！夫所謂上合手心主者，正言其爲表裏。下合右腎者，則以三焦爲原氣之別使而言之爾。知此則知命門與腎通，三焦無兩配，而諸家之說不辯而自明矣。或曰：如子所云，則命門屬水歟？予曰：右腎屬水也，命門乃兩腎中間之動氣，非水非火，乃造化之樞紐，陰陽之根蒂，即先天之太極。五行由此而生，臟腑以繼而成。若謂屬水屬火，屬臟屬腑，乃是有形質之物，則外當有經絡動脈，而形於診，《靈》《素》亦必著之於經也。或曰：然則越人不以原氣言命門，而曰右腎爲命門何也，予曰：此越人妙處，乃不言之言也，言右腎則原氣在其中矣。蓋人身之所貴者，莫非氣血，以左血右氣也。觀《黃帝陰符經》曰：人腎屬於水，先生左腎，象北方大淵之源。次生右腎，內有真精，主五行之正氣。越人故曰：原氣之所繫，信有核歟。或曰：《靈》《素》命門有據乎？予曰：《陰陽離合篇》有太陽根起於至陰，結於命門。至陰，穴名。在足小指外側啓玄子註曰：命門者，藏精光照之所，則兩目也。《靈樞》亦曰：命門者，目也。蓋太陽乃腎之表，目者宗脈精華之所聚。故特以精華之所聚處，而名之爲命門也。右釋命門。

**《圖書編·總論人身陰陽合體》** 吾人之生，原陰陽兩端合體而成。其一則父母精氣妙凝有質，所謂精氣爲物者也；其一則宿世靈魂，知識變化，所謂游魂爲變者也。精氣之質涵靈魂而能運動，是則吾人之身也，顯現易見而屬之於陽。游魂之靈依精氣而露知識，是則吾人之心也，晦藏難見而屬之於陰。交媾之時一齊俱到，胎完十月出生。世間其赤子之初，則陽盛而陰微，心思雖不無，而專以形用也。故常欣笑而若陽和，亦常開爽而同朝日，又常活潑而類輕風，此陽之一端，見於有生之後者然也。及年少長，則陰盛而陽微，雖形體如故，而運用則專心思矣。故愁慼而欣笑漸減，迷蒙而開爽益稀，滯泥而活潑非舊，此陰之一端，見於有生之後者然也。人能以吾之形體而妙用其心，知簡淡而詳明，流動而中適，則接應在於現前，感通得諸當下，生也而可望以入聖，歿也而可望以還虛，其人將與造化爲徒焉，已矣。若人以己之心，思而展轉於軀殼，想度而遲疑，曉了而虛泛，則理每從於見，得幾我涉於力？爲生也而難望以入聖，歿也而難冀以還虛。其人將與凡塵爲徒焉，已矣。或曰：如君之論，是以身爲陽而在所先，以心爲陰而在所後，乃古聖賢則謂身止是形，心乃是神。形不可與神並，況可以先之乎？曰：子惡知所謂神哉？夫神也者，妙萬物而爲言者也，亦超萬物而爲言者也。陰之與陽，是曰兩端。兩端，即兩物也。精氣載心而爲身。是身也，固身也，固耳、目、口、鼻，四肢百骸，而具備焉者也。靈知宰身而爲心。是心也亦身也，亦耳、目、口、鼻，四肢百骸，而具脩焉者也。精氣之身顯於晝之所爲，心知之身形於夜之所夢。然夢中之身，即日中之身，但以屬陰，故其氣弱，其象微，雖弱且微而較之日中之舉止，毫髮則無殊也。日中之身，即夢中之身，但以屬陽，故其氣健，其體充，雖健且充而較之夢中舉止，毫髮亦無殊也。是分之固，陰陽互異，合之則一神所爲。所以屬陰者則曰陰神，屬陽者則曰陽神。是神也者，渾融乎陰陽之內，交際乎身心之間，而充溢瀰漫乎宇宙乾坤之外。所謂無在而無不在者也。惟聖人與之合德，故身不徒身而心以靈乎其身，心不徒心而身以妙乎其心。是謂陰陽不測而爲聖，不可知之神人矣。或者憬然悟曰：孔夫子之從心所欲不踰矩，孟夫子之存心養性以事天。是誠陰陽合德。而神之乎其爲心也哉！亦神之乎其爲身也哉！

易曰乾爲首坤爲腹

邵子曰：神者人之主，將寐在脾，熟寐在腎，將寤在肝，正寤在心。

又曰：天之神棲於日，人之神發於目。寤則棲心，寐則棲腎，所以象晝夜之道也。

先天乾上坤下圖

後天離南坎北圖

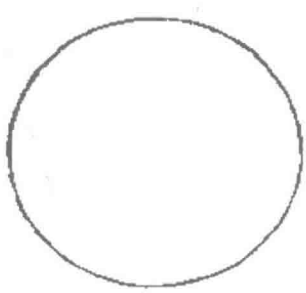
愚謂：人之一身，首乾腹坤，而心居其中，其位猶三才也。氣統於腎，形統於首，一上一下，本不相交，所以使之者神交也。神運乎中則上下渾融，與天地同流，此非三才之道歟！夫神守於腎則靜而藏伏，坤之道也。守於首則動而運行，乾之道也。藏伏則妙合而凝之，行則周流不息。妙合而凝，周流不息者，乾坤合德也。以身外比大空，以心腎比天地，以氣液比陰陽，以子午比冬夏。子時乃曰坎卦，腎中氣生。午時乃曰離卦，氣到心。腎氣與心氣相合，而太極生液。所以生液者，以氣自腎中來，氣中有真水，真水無形，離卦到心氣，則太極生液。如此離卦心中液生，坎卦液到腎，液與腎水相合，而太極復生於氣。所以生氣者，以液自心中來，液中有真氣，真氣無形，坎卦到腎接著水，則太極而生氣。如此可以比陰陽升降，至太極而相生，所生蓋陽中藏水，陰中藏氣也。

《易》曰：至哉，坤元！萬物資生，乃順承天。《契》云：恒順地理，承天布宣。謂人之元氣藏於腹，猶萬物於坤神入地中，猶天氣降而至於地。氣與神合，猶地道之承天，天地以此而生物，吾身以此而運用。《太玄經》云：藏心於淵，美厥靈根。於此同旨。邵康節曰：神統於心，氣統於腎。形統於首，形氣交而神主乎其中，三才之道也。

按《素問》曰：丈夫八歲，腎氣實，髮長齒更。二八，腎氣盛，天癸至，精氣溢寫，陰陽和，故能有子，三八，腎氣平均，筋骨致強，故真牙生而長極。四八，筋骨隆盛，肌肉滿壯。五八腎氣衰，髮墮齒槁。六八，陽氣衰竭於上，面焦，髮鬢頒白。七八，肝氣衰，筋不能動，天癸竭，精少，腎藏衰，形體皆極。八八，則齒髮去。又云：上古之人，其知道者，法於陰陽，和於術數，食飲有節，起居有常，不妄作勞，故能形與神俱，而盡終其年，度百歲乃去。今時之人不然也，以酒爲漿，以妄爲常，用道得終，謂之常。醉以入房，以欲竭其精，以耗散其真，不知持滿，不時御神，務快其心，溺於生樂，起居無節，故半百而衰也。愚謂人至於老，則多忘神昏故也，動則疲倦氣衰故也。養身之道，以神氣爲本，神昏氣衰，則以何者爲本哉？

**《圖書編・陰陽五行八卦》**陰陽五行，氣而已矣。雖各一其名義，各一其象數，各一其方位，而一氣周流變動，本無端倪。然陰陽五行自不可亂，猶定盤之針，雖盤隨方位轉移，而針之指南者不易也。於此了然洞徹，胸中有活子焉，則支幹卦爻隨其布列，造化由之以斡旋矣。諸術家各作一說，確信不疑，未免膠柱刻舟，捫盂以爲見日也。又有會通諸術，凡古人畫一圖，創一說者，皆兼收以統其全，殆如萃盤示兒，色色具備，欲嬰見盡取之，以爲終身福慶之驗也，有是理哉？彼天陽而地陰也，日陽而月陰也，春夏陽而秋冬陰，東南陽而西北陰也。然晝則天地皆屬陽，夜則天地皆屬陰。春夏則天地日月皆陽，秋冬則天地日月皆陰。東南則四時皆陽，西北四時皆陰。譬之手焉，左陽右陰，不可易也。而左右仰皆陽，覆皆陰，仰覆熱皆陽，寒皆陰。陰陽惡可執一論耶？然卒不可以女爲陽，男爲陰也明矣。是故天干陽也，地支陰也。甲、丙、戊、庚、壬非干之陽，乙、丁、己、辛、癸非干之陰乎？子、寅、辰、午、申、戌非支之陽，丑、卯、巳、未、酉、亥非支之陰乎？所以論支干之分，不過甲陽、乙陰，子陽、丑陰，如律呂陽宣陰助之義耳。然有謂甲、乙、壬、癸，子、寅、午、申俱陽，丙、丁、庚、辛、丑、卯、巳、未、酉、亥俱陰，執此爲淨陰、淨陽何歟？八卦乾、兌、離、震爲陽，巽、坎、艮、坤爲陰，言先天也；乾、坎、艮、震爲陽，巽、離、坤、兌爲陰，言後天也。論淨陰陽者，又以乾、坤、坎、離爲陽，艮、巽、震、兌爲陰，何歟？

**《類經圖翼・運氣・太極圖論》**



太虛圖

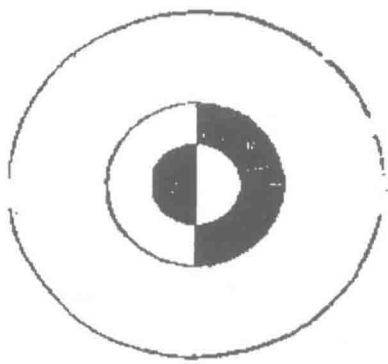
太虛者，太極也。太極本無極，故曰太虛。天元紀大論曰：太虛寥廓，肇基化元。此之謂也。

太極圖論

太極者，天地萬物之始也。《太始天元冊文》曰：太虛寥廓，肇基化元。老子曰：無名天地之始，有名天地之母。孔子曰：《易》有太極，是生兩

儀。邵子曰：若論先天一事無，後天方要著工夫。由是觀之，則太虛之初，廓然無象。自無而有，生化肇焉。化生於一，是名太極。太極動靜而陰陽分，故天地只此動靜，動靜便是陰陽，陰陽便是太極，此外更無餘事。朱子曰：太極分開，只是兩個陰陽。陰氣流行則爲陽，陽氣凝聚則爲陰，消長進退，千變萬化，做出天地間無限事來。以故無往而非陰陽，亦無往而非太極。夫太極者，理而已矣。朱子曰：象數未形理已具。又曰：未有天地之先，畢竟先有此理。先儒曰：天下無理外之氣，亦無氣外之理。故理不可以離氣，氣不可以外理。理在氣亦在，氣行理亦行。夫既有此氣，則不能無清濁而兩儀以判；既有清濁，則不能無老少而四象以分。故清陽爲天，濁陰爲地。動靜有機，陰陽有變。由此而五行分焉，氣候行焉，神鬼靈焉，方隅位焉。《河洛》布生成之定數，卦氣存奇偶之化幾。有死有生，造化之流行不息；有升有降，氣運之消長無端。體象有常者可知，變化無窮者莫測。因而大以成大，小以成小，大之而立天地，小之而悉秋毫，渾然太極之理，無乎不在。所以萬物之氣皆天地，合之而爲一天地；天地之氣即萬物，散之而爲萬天地。故不知一，不足以知萬；不知萬，不足以言醫。理氣、陰陽之學，實醫道開卷第一義，學者首當究心焉。

**《類經圖翼・運氣・陰陽體象》**



陰陽圖

《陰陽應象大論》曰：陰陽者，天地之道也，萬物之紀綱，變化之父母，生殺之本始，神明之府也。

陰陽體象

體象之道，自無而有者也。無者先天之氣，有者後天之形。邵子曰：天依形，地附氣；氣以造形，形以寓氣。是以開物者爲先天，成物者爲後天；無極而太極者先天，太極而陰陽者後天；數之生者先天，數之成者後天；無聲無臭者先天，有體有象者後天。先天者太極之一氣，後天者兩儀之陰陽。陰陽分而天地立，是爲體象之祖，而物之最大者也。由兩儀而四象，由四象而五行。程子曰：四象者，陰陽剛柔也。陰陽生天剛，柔生地。朱子曰：天之四象，日月星辰是也；地之四象，水火土石是也。邵子曰：天生於動，地生於靜。動之始則陽生，動之極則陰生；靜之始則柔生，靜之極則剛生。陰陽之中，又有陰陽，故有太陰太陽，少陰少陽；剛柔之中，又有剛柔，故有太剛太柔，少剛少柔。太陽爲日，太陰爲月，少陽爲星，少陰爲辰，日月星辰交而天體盡。太柔爲水，太剛爲火，少柔爲土，少剛爲石，水火土石交而地體盡。又曰：物之大者，莫若天地。天之大，陰陽盡之；地之大，剛柔盡之。陰陽盡而四時成，剛柔盡而四維成。四象既分，五行以出，而爲水火木金土。五行之中，復有五行。陰根於陽，陽根於陰，陰陽相合，萬象乃生。本乎陽者親上，本乎陰者親下。在天爲風雲雷雨，在地爲河海山川，在方隅爲東南西北，在氣候爲春夏秋冬。東有應木之蒼龍，西有屬金之白虎。南方赤烏，得火氣而飛升；北陸玄龜，得水性而潛地。人稟三才之中氣，爲萬物之最靈，目能收萬物之色，耳能收萬物之聲，鼻能收萬物之氣，口能收萬物之味。故二五之氣，無乎不具；萬有之技，無乎不能。天之四象，人有耳、目、口、鼻以應之；地之四象，人有氣、血、骨、肉以應之。三百六十骨節，以應周天之度數；一萬三千五百息，以通晝夜之潮汐。故邵子曰：頭圓象天，足方履地，面南背北，左東右西，直立兩間之中，正居子午之位。又曰：天有四時，地有四方，人有四肢。指節可以觀天，掌文可以察地。得氣之清而正者，爲聖爲賢；得氣之偏而濁者，爲愚爲不肖。近東南者多柔而仁，近西北者多剛而義。夷狄亦人而暴悍無禮，以地有偏正，氣有純駁，稟賦所使，不期而然。故左氏以民之善惡，本乎六氣，謂陽稟多者剛而烈，陰稟多者懦而柔。躁戾者陽中之惡，狡險者陰中之乘。是以水性主動而偏則流，火性主急而偏則烈，木性多和而偏則柔，金性多剛而偏則狠，土性多靜而偏

則愚。至若禽獸草木，動植飛潛，無情有性，莫不皆然。禽獸橫生，草木倒生。橫生者首東尾西，倒生者枝天根地。亦皆有五氣之殊，四方之異。以動者而言，得木氣則角而仁柔，得金氣則齒而剛利，火性者飛而親上，水性者潛而就下，土性者靜而喜藏。西北之蟲，鱗甲而多蟄；東南之蟲，羽毛而常騰。以植者而言，得東氣者多長而秀，得南氣者多茂而鬱，斯二者春夏榮而秋冬落。得西氣者多強而勁，得北氣者多堅而曲，斯二者春夏落而秋冬榮。凡萬物化生，總由二氣。得乾道者，於人爲男，於物爲牡；得坤道者，於人爲女，於物爲牝。乾類屬陽者多動，坤類屬陰者多靜。方隅歲月，氣有不同，萬物適值其氣，隨所受而成其性。氣得中和，則天爲至粹，地爲至精，人爲至德，飛爲鸞鳳，走爲麒麟，介爲龜龍，草爲芝蘭，木爲松柏，石爲金玉。氣得偏駁，則天有至眚，地有至幽，人有至戾，飛有鴟梟，走有狼虎，介有虺蜴，草有毒吻，木有枳棘，石有礧礫，孰匪陰陽之體象？再自其形迹之有無而言，則晝夜旦暮，朔晦望弦，陰晴寒熱，大小方圓，高下升降，左右後先，夫婦男女，言動語默，呼吸表裏，浮沉出入，俯仰向背。血氣藏府，輕重麤細，前後頭尾，皆體象之有形者也。又如動靜幽顯，盈虛消息，聲音律呂，志意善惡，曰鬼曰神，曰魂曰魄，曰變曰化，曰微曰極，皆體象之無形者也。然有此必有彼，有對必有待。物各有父母，分牡牝於蜉蝣；物各一太極，包兩儀於子粒。如蚊蝝至微，能通血氣；蟲晴最眇，亦辨西東。用是而推，則至廣至極，至微至精，隨氣而聚，觸幾而生，大不可量，小不可測。何莫非陰陽之至德，化工之精妙，亦豈可以造化而形容者歟！至若奇偶相銜，互藏其宅；一二同根，神化莫測。天爲陽矣，而半體居於地下；地爲陰矣，而五岳挿於天中。高者爲陽，而至高之地冬氣常在；下者爲陰，而污下之地春氣常存。水本陰也，而溫谷之泉能熱；火本陽也，而蕭丘之焰則寒。陰者宜暗，水則外暗而內明；陽體宜明，火則外明而內暗。聲於東而應於西，形乎此而影乎彼。浴天光於不府，涵地影於月宮。陽居盛暑，而五月靡草死；陰極嚴寒，而仲冬薺麥生。此其變化之道，寧有紀極哉？第陰無陽不生，陽無陰不成，而陰陽之氣，本同一體。《易》曰：大哉乾元！萬物資始；至哉坤元！萬物資生。夫始者天地之立心，生者天地之作用。惟其以無心之心，而成不用之用，此所以根出於一，而化則無窮。故有是象則有是理，有是理則有是用。孰非吾道格致之學，所當默識心通者哉？余嘗聞之滑伯仁云：至微者理也，至著者象也，體用一原，顯微無間，得其理，則象可得而推矣。使能啓原而達流，因此而識彼，則萬化之幾，既在吾心，而左右逢原，頭頭是道矣。孰謂陰陽體象之理爲迂遠，而可置這無論哉？

**《信古餘論・論陰陽》**　一陰一陽之爲道。陰陽者，氣機之流行，因闔闢相生而神化之用顯，於是故名爲道。蓋盈虛消息，屈伸往來，萬物以之生成，萬事以之變化，象數之所設，吉凶之所生，非道而何？

造化消息即爲陰陽。靜極動極，是造化屈伸之候，不可太過。而必返者，此天理所以貴於得中，而人事亦最忌太過，蓋理與氣與數之所必窮也。

圖中陰陽，即是那上一圈太極的動靜。動靜有常理，這便是太極本然之妙，惟太極之理原如此，故動靜不以違之。所謂太極離不得陰陽者，蓋總陰陽動靜一定而不可易之理，便是太極之所由名。若以太極爲一事，而謂不離於陰陽，如相附然，恐誤尋索而反失之也。

陽即陰之動者，陰即陽之靜者。動則爲陽，靜則爲陰。陰由動極而靜，是陰根陽也；陽由靜極而動，是陽根陰也。動之始終與靜之始終常相環，合而無間斷分離，是陰陽無一息獨行之時，所謂交感互藏者，皆此理也。

靜而生陰，動而生陽，由微而盛，皆以漸至，無絕然爲陰爲陽時也；動極而靜，靜極復動，纔消即息，間不容髮，無絕然無陰無陽時也。其間絪縕參和，交感變化，潛易於一氣之內，而不失其往來之常。此陰陽不測之神莫知其所以然而然者。

太極動而生陽，靜而生陰，據陰陽則析爲兩儀，本動靜則總爲一體。

動靜是太極，陰陽則動靜之名。太極之動便是陽，太極之靜便是陰。

太極圖陽動陰靜，正中一點，陰陽皆從此生，略生出便分屬陰陽，其中未分之體有何偏倚？

濂溪《陽動陰靜圖》以《易》離、坎卦察之，便自可明。陽極於外，而中之初凝者，已爲羣陰之本；陰極於外，而內之微動者，已爲諸陽之根。然二氣之動靜即一氣之所流行，而陽所變化，陰便凝合，循環之中，又各以生長分數而別爲五行之性。要之稟於氣不越乎陰陽，定於質不越乎剛柔。此天地之所以成化，人物之所以有生，仁義道德之所由立，修身治世之所由準也。動而生陽，靜而生陰。對待也，動極而靜，靜極復動；流行也，一動一靜，互爲其根。流行也，分陰分陽，兩儀立焉；對待也，即流行而有對待，即對待而

爲流行。陰陽之神機，太極之妙用也。

靜以斂藏而言體，動以發散而言用。由靜而動，動終復於靜，則靜者若爲主矣。然而《太極圖說》有先言陽動，蓋非動無以見靜之端倪，因動而識其在靜時者，即是動之未發者也。

陰陽之所以爲陰陽若何，人莫得而知，只運時賦物，便昭然示人，所謂微之顯也。《易》曰：神也者，妙萬物而爲言者也。萬物是顯，妙萬物者便是微。

生物中是陽氣，然非陰合，不能成形。陰合者，合陽氣而物成也。故曰：乾知大始，坤作成物。

非陽不能變化，陽只是發生之氣；非陰不能收合，陰乃神氣聚而爲精。精氣既聚，形生神發，此人物有生之始，所謂天地之塞吾其體者。

薛文清公言：陰陽無頓絕之理，至陰之中陽已生，純坤初爻有陽是也；至陽之中陰已生，純乾初爻有陰是也。予觀星命家序五形生旺，丙火生寅，而托胎於子；壬水生申，而托胎於午，其說正同。蓋天地間本是一氣，而動靜相生，寧待既絕而後復續。晦翁答袁機仲書云：剝卦上九之陽方盡，而變爲純坤之時，坤卦下爻已有陽氣生於其中矣。但一日之內，一晝之中，方長得三十分之一，必積至一月，然後始滿一畫而爲復，方是一陽之生耳。夫之一陰爲乾，爲姤，義亦同。此蓋論其始生之微，固已可名於陰陽，然便以此爲陰陽之限，則其方盛者未替，而所占不啻卦內六分之五；方生者甚微，而所占未及卦內六分之一。所以未可截自此處而分陰陽也。此論更甚精密矣。

陰靜陽動論者，每難後先。惟程子曰：不專一則不能直遂，不翕聚則不能發散，非妙達造化，莫能言此。夫以吸爲呼，以核爲荄；平旦之氣，精於夜寐；火炮之發，烈於包藏。凡此皆陰先陽後之義，物理昭然也。但太極動靜，鴻鈞轉化，綿綿不窮。要之陰靜者，前動之已極不得不止，而後動之基，爲將來發舒者，乃由此。試論臥起，臥雖息前日之所耗，實養後日之將用。所耗者已屈而虛，將用者方伸而實。第就實而論，則陰靜爲先，陽動爲後，理益明矣，但欲執爲二氣之終始則不可耳。夫一動一靜氣之闔闢，不絕不紊是造化之神機，即所謂道。道固不離乎氣，氣亦初非有二體也。

陽方進未能即盛，纔退又已漸衰。然則全盛之時幾何？聖人所以力扶而時保也。

陰陽理而後和，天道、人事俱昭然可驗，陰陽理則天地之心正，陰陽和則天地之氣順。位育之事，初無兩端。

陰陽之消息，其相接處，試以月魂魄言之便可見。纔滿便虧，纔盡便生，間不容髮；既盈後月光方盛，人不見其虧，而少差絲髮，便是初虧；虧盡後，月魄正晦，人不見其生，而少差絲髮，便是初生。陰陽流行，循環相禪，不容少有間斷，其理正如是。

器物成爲陰用爲陽。成主靜，靜者，一陰道凝也。用主動，動者，廣陽道通也。成而後有用，殆亦陰先陽後之義與。

**《醫貫・陰陽論》** 陰陽之理，變化無窮，不可盡述，姑舉其要者言之。夫言陰陽者，或指天地，或指氣血，或指乾坤，此對待之理。其實陽統乎陰，天包乎地，血隨乎氣。故聖人作易，於乾則曰大哉乾元，乃統天。於坤則曰至哉坤元，乃順承天。古人善體易義。治血必先理氣，血脫益氣，故有補血不用四物湯之論。如血虛發熱，立補血湯一方，以黃芪二兩爲君，當歸四錢爲臣，氣藥多而血藥少。使陽生陰長。又如失血暴甚欲絕者，以獨參湯一兩頓煎服。純用氣藥，斯時也。有形之血，不能速生，幾微之氣，所當急固。使無形生出有形，蓋陰陽之妙，原根於無也。故曰：無名天地之始。生死消長，陰陽之常度。豈人所能損益哉！聖人裁成天地之化，輔相天地之宜，每寓扶陽抑陰之微權，方復而先憂七日之來。未濟而預有衣袽之備，防未然而治未病也。然生而老，老而病，病而死，人所不能免。但其間有壽夭長短之差，此岐黃之道所由始。神農嘗藥，按陰陽而分寒、熱、溫、涼、辛、甘、酸、苦、鹹之辨。凡辛甘者屬陽，溫熱者屬陽。寒涼者屬陰，酸苦者屬陰。陽主生，陰主殺，司命者欲人遠殺而就生，甘溫者用之。辛熱者用之，使其躋乎春風生長之域，一應苦寒者俱不用，不特苦寒不用，至於涼者亦少用，蓋涼者秋氣也。萬物逢秋氣不長矣，或時當夏令，暑邪侵入，或過食炙煿辛熱而成疾者，暫以苦寒一用中，病即止。終非濟生之品，世之慣用寒涼者，聞餘言則而矣。幸思而試之，其利溥哉！若非尊生之士，不須服食，不須導引，不須吐納，能大明生死，幾於道矣。生之門，死之戶，不生則不死，上根頓悟無生。其次莫若寡慾，未必長生，亦可卻病。反而求之，人之死，由於生，人之病，由於慾。上工治未病，下工治已病，已病矣。繹其致病之根，由於不謹，急遠房幃，絕

嗜慾，庶幾得之。世人服食以圖長生惑矣。甚者日服補藥，以資縱慾，則惑之甚也。

天上地下，陰陽之定位。然地之氣，每交於上，天之氣，每交於下，故地天爲泰，天地爲否，聖人參贊天地，有轉否爲泰之道。如陽氣下陷者，用味薄氣輕之品。若柴胡、升麻之類，舉而揚之，使地道左旋，而升於九天之上。陰氣不降者，用感秋氣肅殺而生。若瞿麥、扁蓄之類，抑而降之，使天道右旋而入於九地之下，此東垣補中益氣湯。萬世無窮之利，不必降也。升清濁自降矣。

春秋晝夜，陰陽之門戶。一歲春夏爲陽，秋冬爲陰。一月朔後爲陽，望後爲陰。一日晝爲陽，夜爲陰。又按十二時而分五藏之陰陽，醫者全憑此，以明得病之根原，而施治療之方術。

春夏秋冬，非令行夏之時，當依周正建子。冬至一陽生，夏至一陰生，此二至最爲緊要。至者極也，陰生陽，絕處逢生，自無而有。陽極生陰，從有而無。陽變陰化之不同也。若春分秋分，不過從其中平分之耳。然其尤重者，獨在冬至。故《易》曰：生王以至日閉關，閉關二字須看得廣。觀《月令》云：是月齋戒，掩身以待陰陽之所定，則不止關市之門矣。

或問：冬至一陽生，當漸向煖如何？爲臘月大寒，水雪反甚。夏至一陰生，當漸向清涼何爲三伏？溽暑，酷熱反熾。無原亦有說乎！曰：此將來者進，成功者退，隱微之際，未易以明也。蓋陽伏於下，逼陰於上，井水氣蒸，而堅冰至也。陰盛於下，逼陽於上，井水寒而雷電合也。令人病，面紅口渴，煩躁喘咳者，誰不曰：火盛之極。抑孰知其爲腎中陰寒所逼乎！以寒涼之藥進而斃者，吾不知其幾矣。

朔望分陰陽者，初一日爲死魄。陰極陽生，初三日而朏，十三日而幾望，十五則盈矣。漸至二十以後，月廓空虛海水東流，人身氣血亦隨之。女人之經水，朞月而滿，滿則溢。陰極而少陽生，始能受孕，故望以前屬陽。

陽病則晝重而夜輕。陽氣與病氣交旺也。陰病則晝輕而夜重，陰氣與病氣交旺也。若夫陽虛病則晝輕，陰虛病則夜輕，陰陽各歸其分也。治之者既定其時，以證其病。若未發之時，當迎而奪之，如孫子之用兵，在山谷則塞淵泉，在水陸則把渡口。若正發之時，當避其銳鋒，若勢已殺，當擊其惰歸。恐曠日持久反生他患也。至於或晝或夜，時作時止，不時而動，是純虛之症。又不拘於晝夜之定候。當廣服補藥，以養其正，如在平川廣漠，當清野千里。又以十二時，分配五藏六府。自子至午，行陽之分，自午至亥，行陰之分。仲景云：少陰之病欲解時，從子至卯。乘此陽道方亨之時而投之，藥易以入。故仲景《傷寒論》中逐時分治，不可不考。

年月日時，皆當各分陰陽，此其大略也。獨甲子運氣《內經》雖備言之，往往不驗，當時大撓作甲子，即以本年本月，本日本時爲始。統紀其數，如此未必直推至上古。甲子年，甲子月，日時爲曆元也，《內經》特明氣運有如許之異，民病亦有如許之別如此。讀《內經》者不可執泥，譬如大明統曆，選擇已定，可信乎不可信乎？

陽一而實，陰二而虛。蓋陰之二，從陽一所分。故曰秉全體，月有盈虧。人之初生，純陽無陰，賴其母厥陰，乳哺，而陰始生，是以男子至二八而精始通。六十四而精已竭。女子至二七而經始，行四十九而經已絕。人身之陰止，供三十年之受用。可見陽常有餘，陰常不足，況縱慾者多，節慾者少，故自幼至老，補陰之功，一日不可缺。此陰字指陰精而言，不是泛言陰血，今之以四物湯補陰者誤也。王節齋曰：水虛成病者，十之八九，火虛成病者，十之二二，微得其意矣。褚侍中云：男子陰已耗，而思色以降其精。則精不出而內敗，小便道澁如淋。陽已痿而復竭之，則大小便牽痛。愈痛則愈便，愈便則愈痛。玩褚王二公之言，則陰中有水有火，水虛者固多，火衰者亦不少。未有精泄已虛，而元陽能獨全者。況陰陽互爲其根，議補陰者，須以陽爲主。蓋無陽則陰無以生也。

男子抱陽而負陰，女子抱陰而負陽。人身劈中分陰陽左右，男子右屬火，而爲氣。左屬水，而爲血。女子右屬水，而左屬火。凡人半肢風者，男子多患左，女子多患右，豈非水不能營耶。

此皆泛言陰陽之理，有根陰根陽之妙，不窮其根，陰陽或幾乎息矣。談陰陽者，具曰氣血是矣。詎知火爲陽氣之根，水爲陰血之根。蓋觀之天地間，日爲火之精，故氣隨之。月爲水之精，故潮隨之。然此陰陽水火，又同出一根，朝朝稟行，夜夜復命，周流而不息，相偶而不離，惟其同出一根，而不相離也。故陰陽又各互爲其根，陽根於陰，陰根於陽，無陽則陰無以生，無陰則陽無以化。從陽而引陰，從陰而引陽，各求其屬，而窮其根也。世人但知氣血爲陰陽，而不知水火爲陰陽之根，能知水火爲陰陽，而誤認心腎爲水火之

真。此道之所以不明不行也。試觀之天上，金木水火土星，見在而日月二曜，所以照臨於天地間者，非真陰真陽乎？人身心肝脾肺腎五行具存，而所以運行於五藏六府之間者，何物乎？有無形之相火，行陽二十五度，無形之腎水，行陰二十五度，而其根則原於先天，太極之真，此所以爲真也。一屬有形，俱爲後天，而非真矣，非根矣。謂之根如木之根，而枝葉所由以生也。既有真陰真陽，何謂假陰假陽？曰：此似是而非，多以誤人，不可不知，如人大熱發躁，口渴舌燥非陽症乎？余視其面色赤，此戴陽也。切其脈尺弱而無力，寸關豁大而無倫，此係陰盛於下，逼陽於上，假陽之症，余以假寒之藥，從其性而折之。頃刻平矣，如人惡寒身不離複衣，手足厥冷非陰症乎，余視其而色滯，切其脈濇，按之細數，而有力。此係假寒之症，寒在皮膚，熱在骨髓，余以辛涼之劑，溫而行之，一汗而愈。凡此皆因真氣之不固，故假者，得以亂其真。假陽者不足，而示之有餘也。假陰者有餘，而示之不足也。既已識其假矣，而無術以投其欲，彼亦扞格而不入。經曰：伏其所主，而先其所因。其始則同，其終則異。可使去邪，而歸於正矣。

有偏陰偏陽者，此氣稟也。太陽之人，雖冬月身不須綿，口常飲水，色慾無度，大便數日一行，芩、連、梔、栢、大黃，芒硝，恬不知怪。

太陰之人，雖暑月不離複衣，飲食稍涼，便覺腹痛泄瀉，參、朮、薑、桂，時不絕口，一有慾事，呻吟不已。此兩等人者，各稟陰陽之一偏者也。與之談醫，各執其性之一偏者也。而目爲全體，常試而漫爲之。雖與之言，必不見信，是則偏之爲害，而誤人多矣。今之爲醫者，鑒其偏之弊，而製爲不寒不熱之方，舉世宗之，以爲醫中王道。豈知人之受病，以偏得之，感於寒則偏於寒，感於熱則偏於熱。以不寒不熱之劑投之，何以補其偏，而救其弊哉！故以寒治熱，以熱治寒，此方士之繩墨也。然而苦寒頻進，而積熱彌熾。辛熱此年，而沉寒益滋者何耶？此不知陰陽之屬也。經曰：諸寒之而熱者取之陰，諸熱之而寒者取之陽，所謂求其屬也，斯理也。惟王太僕能窮之，註云：寒之不寒，是無水也。熱之不熱，是無火也。無水者，壯水之主，以鎮陽光。無火者，益火之原，以消陰翳。啓玄達至理，於繩墨之外，而開萬世醫學之源也。

陰陽者，虛名也。水火者，實體也。寒熱者，天之淫氣也。水火者，人之真元也。淫氣湊疾，可以寒熱藥攻之。真元致病，即以水火之真調之。然不求其屬，投之不入。先天水火，原屬同宮。水以火爲主，火以水爲原。故取之陰者，火中求水，其精不竭。取之陽者，水中求火，其明不熄。斯大寒大熱之病，得其平矣。偏寒偏熱之士，不可與言也。至於高世立言之士，猶認水火爲心腎，無怪乎後人之懵懵也。

**《性理會通・論陰陽》** 程子曰：陰陽之氣有常存而不散者，日月是也。有消長而無窮者，寒暑是也。

老氏言：虛能生氣，非也。陰陽之開闔相因，無有先也，無有後也，可謂今日有陽，而後明日有陰，則亦可謂今日有形，而後明日有影也。

陰陽於天地間，無截然爲陰爲陽之理，須去參錯，然一個升降、生殺之分不可無也。

冬至一陽生，卻須陡寒，正如欲曉而反暗也。陰陽之際，亦不可截然不相接，斷侵過便是道理。天地之間如是者極多。艮之爲義，終萬物，始萬物，此理最妙，須玩索這箇理。

早梅冬至已前發，方一陽未生，然則發生者何也？其榮其枯，此萬物一箇陰陽升降大節也。然逐枝自有一箇榮枯，分限不齊，此各有一乾坤也。各自有箇消長，只是箇消息，惟其消息，此所以不窮。至如松柏亦不是不凋，只是後凋，凋得不覺，怎少得消息。萬夏生長時卻有夏枯者，則冬寒之際有發生之物，何足怪也？

問：張子云：陰陽之精，互藏其宅，然乎？曰：此言甚有味，由人如何看。水離物不得，故水有離之象；火能入物，故火有坎之象。

五峰胡氏曰：觀日月之盈虛，知陰陽之消息；觀陰陽之消息，知聖人之進退。

延平李氏曰：陰陽之精，散而萬物得之。凡麗於天，附於地，列於天地之兩間，聚有類，分有羣，生者、形者、色者莫不分繫於陰陽。

陽以燥爲性，以奇爲數，以剛爲體，其爲氣炎，其爲形圓，浮而明，動而吐，皆物於陽者也。陰以濕爲性，以耦爲數，以柔爲體，其爲氣涼，其爲形方，沈而晦，靜而翕，皆物於陰者也。

朱子曰：陰陽是氣，五行是質。有這質，所以做得物事出來。五行雖是質，他又有五行之氣，做這物事方得。然卻是陰陽二氣截做這五箇，不是陰陽外別有五行，如十干甲乙，甲便是陽，乙便是陰。

陰陽只是一氣，陽之退便是陰之生，不是陽退了又別有箇陰生。

陰陽做一箇看，亦得做兩箇看。亦得做兩箇看，是分陰分陽兩儀立焉。做一箇看只是一箇消長。

陰陽各有清濁偏正。

陰陽之理，有會處，有分處。

陰陽只是一氣，陰氣流行即爲陽，陽氣凝聚即爲陰，非直有二物相對也。

陰陽生殺固無間斷，而亦不容並行。

天地間無兩立之理，非陰勝陽，即陽勝陰。地無物不然，無時不然。

陰陽不可分先後說。

陽氣只是六層，只管上去，上盡後，下面空闕處便是陰。

方其有陽，那裏知道有陰。天地間只是一箇氣，自今年冬至到明年冬至，是他一氣周匝。把來切做兩截時，前面底便是陽，後面底便是陰。又切做四截也如此。便是四時天地間只有六層陽氣，到地面上時，地下便冷了，只是這六位陽長到那第六位時，極了無去處，上面只是漸次消了，上面消了些箇時，下面便生了些箇，那便是陰。這只是個噓吸，噓是陽，吸是陰，喚做一氣，固是如此。然看他日月、男女、牝牡處，方見得無一物無陰陽，如至微之物也有箇背面。若說流行處，卻只是一氣。

陰陽有相對言者，如夫婦、男女、東西、南北是也。有錯綜言者，如晝夜、春夏秋冬、弦望晦朔，一箇間一箇輥去是也。

問：自十一月至正月方三陽，是陽氣自地上而升否？曰：然。只是陽氣既升之後，看看欲絕，便有陰生；陰氣將盡，便有陽生，其已升之氣便散矣。所謂消息之理，其來無窮。又問：雷出地奮豫之後，六陽一半在地上，一半在地下，是天與地平分否？曰：若謂平分，則天卻包著地，在此不必論。

魯齋許氏曰：萬物皆本於陰陽，要去一件，去不得。天依地，地附天，如君臣、父子、夫婦皆然。

臨川吳氏曰：陽本實，陰本虛也。陽爲氣，陰爲精。陽成象，陰成形。陽主用，陰主體，則陽以似虛，陰反似實。是不然天之積氣雖似虛，然其氣急勁如鼓皮，物之大莫能禦，故曰健、曰剛、曰靜專、曰動直，則實莫實於天。地之成形雖似實，然其形疏通如肺，氣升降出入其中，故曰順、曰柔、曰靜翕、曰動闢，則虛莫虛於地。然則陽實陰虛者，正說也；陽虛陰實者，偏說也。

洪範皇極內篇

陽者吐氣，陰者含氣。吐氣者施，含氣者化。陽施陰化，而人道立矣，萬物繁矣。陽薄陰，則繞而爲風。陰囚陽，則奮而爲雷。陽和陰則爲雨、爲露；陰和陽則爲霜、爲雪。陰陽不和，則爲戾氣。

陰陽相爲首尾者耶？是故陽順而陰逆，陽長而陰消，陽進而陰退，順者吉而逆者凶耶？長者盛而消者衰耶？進者利而退者鈍耶？周流不窮，道之體也。失得相形，事之紀也。

陰陽非可一言盡也。以清濁言，則清陽而濁陰。以動靜言，則動陽而靜陰。以升降言，則升陽而降陰。以奇偶言，則奇陽而偶陰。小大、高卑、左右、先後、向背、進退、順逆、醜妍、靡物不爾，無時不然，愈析愈微，愈窮愈細。陰陽之積，互藏其營。陰陽之氣，循環迭至。陰陽之質，縱橫曲直。莫或使之，莫或禦之。

**《續性理會通・何塘陰陽管見》** 造化之道，一陰一陽而已矣。陽動陰靜，陽明陰晦；陽有知，陰無知；陰有形，陽無形；陽無體以陰爲體，陰無用待陽而用；二者相合則物生，相離則物死。微哉！微哉！通於其說則鬼神之幽，人物之著，與夫天文、地理、醫上方技仙佛之蘊，一以貫之而無遺矣。

天爲陽，地爲陰；火爲陽，木爲陰。天，陽之陽也，故神而無形。地，陰之陰也，故形而不神。火，陽之陰也，故可見然後無形也。木，陰之陽也，故能化然終無知也。天變而爲風，地變而爲山，火變而爲雷，水變而爲澤，雨雪霜露皆澤之類也。觀八卦之象，則可知矣。

火，陽也，其盛在天。水，陰也，其盛在地。蓋各從其類也。何以明之？日爲火之精，月爲水之精。日近則爲溫，爲暑，火偏盛也。日遠則爲涼，爲寒，水偏盛也。四時之變於是乎主矣。地雖有火而不能爲溫暑，天雖有水而不能爲寒涼，故曰：其盛各有在也。

或曰：天地水火，恐未足以盡造化之蘊，不如以陰陽統之。予竊以爲：陰陽者，虛名也；天地水火者，實體也。二而一者也。

或曰：《易大傳》謂：立天之道，曰陰與陽。立地之道，曰柔與剛。今謂天爲陽，地爲陰，不亦異乎？曰：乾，陽物也，其象爲天；坤，陰物也，

其象爲地，茲非易道之彰彰者乎？曰：言若是之不同何也？曰：各有指也。火，陽也，雖附於天，而未嘗不行於地；水，陰也，雖附於地，而未嘗不行於天。水火者，天地之二用也。故天有陰陽，地有柔剛，默識而旁通之，則並行而不悖矣。

或曰：周子之太極何如？曰：非吾之所知也。其說謂太極動而生陽，動極而靜，靜而生陰，靜極復動。自今觀之，則天陽之動者也，果何時動極而靜乎？地陰之靜者也，果何時靜極而動乎？天不能生地，水不能生火，無愚智皆知之，迺謂陰陽相生，不亦誤乎？蓋天地、水火，雖渾然而不可離，實燦然而不可亂。先儒但見其不相離，而未察其不可亂也，故立論混而無別。愚竊以爲，陰之與陽，謂之相依則可，謂之相生則不可。

或曰：何謂太極？曰：一陰一陽之謂。道，太極也。周子之論何如？曰：似矣，而實非也。五行一陰陽，陰陽一太極，則固謂太極不外乎陰陽，而陰陽不外乎五行矣。自今論之，水，水也；火，火也；金、木、水、火、土之交變也。土，地也，天安在乎？有地而無天，謂之造化之全可乎？

或曰：天，太極也，故朱子以上天之載釋太極，以天道流行釋陰陽，豈可謂之有地而無天乎？曰：《易》有太極，是生兩儀，兩儀生四象，四象生八卦，八卦之中有乾有坤，則天地皆太極之分體明矣。以天爲太極之全體，而地爲天之分體，豈不誤甚矣哉！太極圖爲性理之首，而其失有如此者，故不可不辨。

或曰：子自謂所論皆出於伏羲之易，其詳如何曰：太極生兩儀，兩儀生四象，四象生八卦，此伏羲易象之本也。乾、離皆生於陽，故謂天火，爲陽。坤、坎皆生於陰，故謂地、水，爲陰。乾變其初九爲初六，則爲巽，故爲風，爲天之變，蓋天下交於陰也。坤變其六三爲九三，則爲艮，故謂山，爲地之變，蓋地上交於陽也。離變其九三爲六三，則爲震，火爲陰伏，則奮擊而爲雷，故謂雷爲火之變。坎變其初六爲九，則爲兌，水與陽交，則相和而爲澤，故謂澤爲水之變。坤、艮、離、震相比，從其類也。乾、兌、坎、巽相遠，無乃以乾爲陽，可下於地之分，坎爲陰之陽，亦能上入於天之分，故兩易其位耶。若以兌爲巽，以巽爲兌，則陰陽之分尤爲明順，然非後學所敢斷也。姑發此意，以俟再來之伏羲正焉。造化之道，合言之則爲太極，分言之則爲陰陽，謂之兩儀，陰陽又分之，則爲太陰、太陽、少陰、少陽，謂之四象。四象又分之，則爲天地、水火、風雷、山澤之象，謂之八卦。天、地、水、火常在故爲體，雷、風、山、澤或有或無故謂之變。此皆在造化之中，而未生物也。其既合，則物生矣。

陰形陽神合則人生，所謂精氣爲物也；離則人死，所謂遊魂爲變也。方其生也，形神爲一，未易察也。及其死也，神則去矣。而去者初無形可見，形雖尚在，然已無所知矣。陽有知而無形，陰有形而無知，豈不昭然而易察哉？

天動而無形，風亦動而無形。天不息，風有時而息，下交於陰，爲陰所滯也。高山之巔風猛，蓋去陰稍遠，不大爲所滯也，雲霄之上風愈猛，蓋將純乎天也。則天變而爲風也，明矣。春夏日近，火氣盛，則雷乃發；秋冬日遠，火氣微則雷乃收。雷，有電火光也，雷所擊有燒痕，火所燎也。然則火變而爲雷也，明矣。若地水之變則有形易見，不待論也。《周易》謂停水爲澤，管見則以水之化而散者爲澤。蓋停水與流水無異，而水之化爲雨、雪、霜、露者，於八卦遂無所歸，且澤有散義，先聖亦有雨澤之說，故不從《周易》所取之象。蓋於造化之道不合，雖文王之象亦不敢從也。

世儒論天道之陰陽，多指四時之變而言。而四時之變，陰陽消長，實指水火而言。而天之本體則運行水火在四時之外，無消長也。地道之柔剛則以形論，地木相結爲火所煅者則剛。而火氣形於地者，人不敢犯，亦謂之剛。至於地水本體至靜而無爲，則謂之柔，此所謂地有柔剛，亦自水火而來也。

周子所謂太極，指神而言。神無所不統，故爲太極。神無形，故謂無極而太極。朱子所註亦得其意，但不言神而言理，故讀者未即悟。朱註上天之載，蓋指神而言也，殊不知太極乃陰陽合而未分者也。陰形、陽神皆在其中。及分爲陰陽，則陰陽爲天火依舊爲神，陰爲地水，依舊爲形。若太極本體止有神而無形，則分後地水之形何從而來哉？由此化生人物，其心性之神，則皆天火之神所爲也；其血肉之形，則皆地水之形所爲也。此理先聖屢有言者，但學者忽而不察耳。蓋有形易見而無形難見，固無怪其然也。

**《續性理會通・王延相陰陽管見辯》**《易》有太極，是生兩儀。兩儀者，陰陽也。太極者，陰陽合一而未分者也。陰有陽無，陰形陽神，固皆在其中矣。故分爲兩儀，則亦不過分其本有者。若謂太虛清通之氣爲太極，則不知地水之陰自何而來也。

柏齋謂神爲陽形爲陰，又謂陽無形陰有形矣。今卻云：分爲兩儀，亦

不過分其本有者。既稱無形，將何以分？止分陰形，是無陽矣。謂分兩儀豈不自相矛盾？使愚終年思之而不得其說。望將陰陽有無分離之實，再爲教之。柏齋又謂：以太虛清通之氣爲太極，不知地水之陰自何而來？嗟乎？此柏齋以氣爲獨陽之誤也。不思元氣之中，萬有俱備。以其氣本言之，有蒸有濕。蒸者能運動爲陽，爲火，濕者常潤靜爲陰，爲水。無濕則蒸，靡附無蒸，則濕不化。始雖清微，鬱則妙合而凝，神乃生焉。故曰：陰陽不測之謂神。是氣者形之種，而形者氣之化，一虛一實皆氣也。神者，形氣之妙用，性之不得已者也。三者一貫之道也。今孰事以神爲陽，以形爲陰，此出自釋氏仙佛之論，誤矣。夫神必藉形氣而有者，無形氣，則神滅矣。縱有之，亦乘夫未散之氣而顯者，如火光之必附於物而後見，無物則火尚何在乎？仲尼之門論陰陽，必以氣論神，必不離陰陽執事。以神爲陽，以形爲陰，愚以異端之見矣。

日陽精，蓋火之精也。星雖火餘，然亦有其體矣。陰止受火光以爲光者，如水與水精之類也，猶月之小者也。風雷雖皆屬陽，然風屬天之陽，雷屬火之陽，亦不可混。至於雲則屬陰水，今獨不可謂之陽也。

陰陽即元氣，其體之始，本自相渾，不可離析，故所生化之物，有陰有陽，亦不能相離，但氣有偏盛，遂爲物主耳。星隕皆火，能焚物，故謂星爲陽。柏齋謂雲爲獨陰矣，愚則陰乘陽耳。其有象可見者，陰也，自地如縷而出，能運動飛揚者，乃陽也。謂水火純陰矣。愚則謂陰挾陽耳，其有質而就下者陰也，其得日光而散爲氣者則陽也。但陰盛於陽，故屬陰類矣。

天陽爲氣，地陰爲形。男女、牝牡，皆陰陽之合也。特以氣類分屬陰陽耳。少男有陽而無陰，少女有陰而無陽也。寒暑、晝夜，管見有論。至於呼吸，則陽氣之行不能直遂，蓋爲陰所滯而相戰耳，此屈伸之道也。凡屬氣者皆陽，凡屬形者皆陰，此數語甚真，然謂已氣則猶有象，不如以神字易之，蓋神即氣之靈尤妙也。

愚嘗驗經星河漢，位次景象，終古不移，謂天有定體，氣則虛浮。虛浮則動蕩，動蕩則有錯亂，安能終古如是？自來儒者謂天爲輕清之氣，恐未然。且天包地外，果爾輕清之氣，何以乘載地水？氣必上浮，安能左右旋轉？漢郗萌曰：天體確然在上，此真至論，智者可以思矣。柏齋惑於釋氏地、水、火、風之說，遂謂風爲天類，以附成天地、水火之論，其實不然。先儒謂風爲天體旋轉蕩激而然，亦或可通。今云：風即天類，誤矣。男女、牝牡，專以體質言。氣爲陽而形爲陰，男女牝牡皆然也。即愚所謂陰陽有偏盛，即盛者恒主之也。柏齋謂男女、牝牡，皆陰陽相合是也。又謂少男有陽而無陰，少女有陰而無陽，豈不自相背馳？寒暑、晝夜以氣言，蓋謂屈伸往來之異，非專陰陽之說，愚於董子陽月陰月辨之詳矣。呼吸者，氣機之不容已者。呼則氣出，出則中虛，虛則受氣，故氣入。吸則氣入，入則中滿，滿則溢氣，故氣出。此乃天然之妙，非人力可強而爲之者。柏齋謂陽爲陰滯而相戰，恐無是景象，當再體驗之何如。柏齋又謂：愚之所言，凡屬氣者皆陽，凡屬形者皆陰，以下數語甚真，此愚推究陰陽之極言之。

雖蔥蒼之象亦陰，飛動之象亦陽，蓋謂二氣相待，而有離其一不得者。況神者生之靈，皆氣所固有者也，無氣則神何從而生？柏齋欲以神字代氣，恐非精當之見。

張子謂太虛無形氣之本體，其聚其散，變化之客形，形生於無形，此與老子有生於無之說何異？其實造化之妙，有者始終有，無者始終無，不可混也。嗚呼？世儒惑於耳目之習熟久矣，又何可以獨得之意強之哉！後世有揚子者，自相信矣。

愚嘗謂天地水火萬物皆從元氣而化，蓋由元氣本體具有此種，故能化出天地、水火萬物。如氣中有蒸而能動者即陽即火，有濕而能靜者即陰即水。道體安得不謂之有？且非濕則蒸無附，非蒸則濕不化，二者相須，而有欲離之不可得者，但變化所得有偏盛，而盛者常主之，其實陰陽未嘗相離也。其在萬物之生，亦未嘗有陰而無陽，有陽而無陰也。觀水火，陰陽，未嘗相離可知矣。故愚謂天地、水火萬物皆生於有無。無也，無空也，其無則空者，即橫渠之所謂客形耳，非元氣本體之妙也。今柏齋謂神爲無，形爲有，且云：有者始終有，無者始終無，所見從頭差異如此，安得強而同之？柏齋又云：後世有揚子云，自能相信。愚亦以爲，俟諸後聖，必能辨之。

**《修真後辨・先後天陰陽》**　先天陰陽，有無是也。後天陰陽，心腎是也。有無陰陽而無形，心腎陰陽而有象。有者，坎中之一陽，爲真陽，爲妙有。無者，離中之一陰，爲真陰，爲真空。陽而曰真，則非假陽可知；陰而曰真，則非假陰可知。有真陰、真陽，則必有假陰、假陽。真陰陽出於先天，在太極中運用；假陰陽出於後天，在一身內存藏。假陰陽，身存則存，身亡

則亡而有壞；真陰陽，出於無形，運於無象而不朽。蓋心腎陰陽，乃父母交媾精血之所化，有氣有質，所以隨身而無。至於先天陰陽，從法身而出，乃虛無一氣所生，有氣無質，所以與天地而長久。此先天後天之別也。然先天陰陽，雖生於先天，一自有身便藏於後天中，所以屬於坎離。坎者，外陰而內陽，其外陰即後天之陰，內陽即先天之陽。離，外陽而內陰，其外陽即後天之陽，內陰即先天之陰，此又先後天之別也。且後天陰陽，只行於一身，順其造化。子時一陽生，腎中有一陽之氣上升，而晝運血脈；午時一陰生，心中有一陰之氣下降，而夜運血脈。陰陽迭運，晝夜旋轉。人自先天埋藏，後天用事。思慮過度以傷神，淫慾取樂而耗精。精神衰敗，暗消其氣，氣盡則死矣。至於先天陰陽，運於虛空，逆其造化。當活子時到，坎中一陽來復，即進陽火而生育法身；當活午時到，離中一陰來姤，即退陰符而溫養法身。乃至法身成就，十月氣足，脫出聖胎。則仙矣。此又先後天之別也。噫！一身後天陰陽，且不能了性了命，彼以男女爲陰陽，而行邪術者，其罪尚可言歟？學者果於先後天陰陽辨的分明，急求真師印證，庶幾有造。倘不識陰陽真假，妄相一言半語，即欲竊奪造化，超凡入聖，焉有是理！學者可不三思乎。

## 綜述

**《千金要方・陰陽表裏虛實》** 弦爲少陽，緩爲陽明，洪爲太陽，三陽也。微爲少陰，遲爲厥陰，沈爲太陰，三陰也。

脈有一陰一陽，一陰二陽，一陰三陽。有一陽一陰，一陽二陰，一陽三陰。如此言之，寸口有六脈俱動耶。然經言如此者，非有六脈俱動也，謂浮、沈、長、短、滑、濇也。凡脈浮、滑、長者，陽也；沈、濇、短者，陰也。所以言一陰一陽者，謂脈來沈而滑也。一陰二陽者，謂脈來沈滑而長也。一陰三陽者，謂脈來浮滑而長，時一沈也。所以言一陽一陰者，謂脈來浮而濇也。一陽二陰者，謂脈來長而沈濇也。一陽三陰者，謂脈來沈濇而短，時一浮也，各以其經所在，言病之逆順也。

脈有陽盛陰虛，陰盛陽虛，何謂也？然浮之損小，沈之實大，故曰陰盛陽虛。沈之損小，浮之實大，故曰陽盛陰虛，是謂陰陽虛實之意也。

凡脈浮大、數動、長滑，陽也。沈濇、弱弦、短微，陰也。陽病見陰脈者逆也，主死。陰病見陽脈者順也，主生。關前爲陽關後爲陰。陽數即吐，陰微即下。陽弦則頭痛，陰弦即腹痛，以依陰陽察病也。又尺脈爲陰，陰脈常沈而遲。寸關爲陽，陽脈但浮而速。有表無裏，邪之所止得鬼病。何謂表裏？寸尺爲表，關爲裏。兩頭有脈，關中絕，不至也。尺脈上不至關爲陰絕，寸脈下不至關爲陽絕。陰絕而陽微，死不治。呼爲表屬腑，吸爲裏屬臟，陽微不能呼，陰微不能吸，呼吸不足，胸中短氣。

弱在反在關，濡反在巔，微在其上，濇反在下，微即陽氣不足，沾熱汗出。濇即無血，厥而且寒。諸腑脈爲陽，主熱。諸臟脈爲陰，主寒。陽微則汗，陰浮自下。《脈經》作陰微。陽數口生瘡，陰數加微必惡寒而煩擾不得眠。陽芤吐血，《脈經》作陽數則吐血。陰芤下血。《脈經》作陰濇即下血。無陽厥，無陰即嘔。寸口脈浮大而疾者，名曰陽中之陽，病苦煩滿身熱，頭痛，腹中熱。寸口浮沈細者，名曰陽中之陰，病苦悲傷不樂，惡聞人聲，少氣，時汗出，陰氣不通，臂不能舉。

尺脈沈細者，名曰陰中之陰，病苦兩脛酸疼，不能久立，陰氣衰，小便餘瀝，陰下濕癢。

尺脈滑而浮大者，名曰陰中之陽，病苦小腹痛滿，不能溺，溺即陰中痛，大便亦然。

尺脈牢而長，關中無有，此爲陰干陽，其人苦兩脛重，小腹引腰痛。

寸口壯大，尺中無有，此爲陽干陰，其人苦腰背痛，陰中傷，足脛寒。

人有三虛三實者，何謂也？然有脈之虛實，有病之虛實，有診之虛實。脈之虛實者，脈來濡者，爲虛，牢者爲實也。病之虛實者，出者爲虛，入者爲實，言者爲虛，不言者爲實，緩者爲虛，急者爲實也。診之虛實者，癢者爲虛，痛者爲實，外痛內快爲外實內虛，內痛外快爲內實外虛，故曰虛實也。

問曰：何謂虛實？答曰：邪氣盛則實，精氣奪則虛。何謂重實？所謂重實者，大熱病氣熱脈滿，是謂重實也。

脈盛皮熱腹脹，前後不通，支悗脅爲五實。

脈細皮寒氣少，泄痢注前後，飲食不入，爲五虛也。

**《華陽集・陰陽不測之謂神論》** 黃帝建立甲子，攷定星曆，於是有天地神人之官。少昊既衰，神人櫟擾，顓頊命羲和以司天地，三苗九黎不復亂逆。

周室既壞，君不告朔。漢道隆興，方定餘閏。世時昭昧，君平、季主、張衡、索紞、陳訓、韓友、卜珝、京房、管輅、郭璞、干寶、樂房、班固云：陰陽抱多忌，以爲無益。嗟乎！古論陰陽，以和神人，以順風雨，以播稼穡，以除災害。後之學者，但張恢誦，不自戒慎，以固親疎之道，不精逆順之理，不達性命之分。而裁衣拜官，沐浴剪爪，徵於曆日，豈不悖哉！左道亂政，先王無赦，往見術者序卜筮之書及諸家秘訣，七曜、九宮、六壬、三五復返，十精飛鳥，天目地耳，計神漢曆，以天赦母，倉爲吉祥，曆以雲漢，密莫爲吉，各生異氣，天竺聿法，復與大衍有差，吾誰歸矣。又以姓配音，以音配墓，以墓配殺，此莊惠以荒唐舛駁之論。且黄帝二十五子，得其姓者十三人，或以地爲姓，或以官爲姓，或以謚爲姓，或以王父字爲姓，士會在虞爲陶唐氏，在夏爲御龍氏，在商爲豕韋氏，在周爲唐杜，在晉爲范宣子，在隨爲隨武子，在秦爲劉氏，女嫁欒厲爲析氏焉。此一人之身改姓三，改氏五。范蠡在陶爲朱公，在齊爲鴟夷子。范睢稱張祿先生，第五倫王伯。二字疑齊鮑水本姓包，京房本姓李，張良之後爲留氏，田橫之後爲王氏。姓有兩字、三字、四字、五字，孰先孰後，孰是孰非。長平同坑，南陽同封時日或同，吉凶或異，行年本命，其事安在？周時玉尺，漢代黄鐘河汾鼎氣，沉埋自久不可仰，則其道多門，行則無盡不如疑也。是故文字非上學，上學神聽原其姓也。集解非宗師，宗師受授扶於理也。端心靜一，神明將至。黄帝遺元珠，罔象得之。漢主心動獲貫。高襄子心動得豫讓。披髮祭野，野人之遺魂，非有陰陽算術之功，涉津無涯，安濟所屆。釋氏五陰輪，爲四生或居人中以爲鬼神，唯代有佛法，獨能究竟。白云依山，出入自得，飛鳥以滅，虚空不礙。清明在躬，志氣如神，陰陽不測，唯佛而已。

**《西山群仙會真記・真陰陽》**《九天秘籙》曰：一陰一陽之謂道，陰陽不測之謂神。物中神而大者，天得一陽以守乾道，地得一陰以守坤道。物中神而明者日得一陽魂以道應，月得一陰魄以道致。故夏至一陰自天來，若無真陰，萬物死也，不能焦枯。冬至一陽自地升，若無真陽，萬物生也，不能滋潤也。日有真陽，陽燧感而火出。月無真陰，故方諸取而水絕。此天地日月，至大至明，真陰真陽，豈人之不若是乎？

《西山記》曰：腎水也，水中生炁，名曰真火。氣中暗藏真一之水，是陰中有陽，陽中有陰也。心火也，火中生液，名曰真水，液中暗藏正陽之炁，是陽中有陰，陰中有陽也。三華者，三陽腎氣，乃陰中之陽，丹中真炁，則真陽中之陽也。心液之炁，乃陽中之陽，不說三陰也，所貴陰盡陽純矣。

《玉皇聖胎訣》言：人常降心火於下田，外境不入，泯絕狂慮，一炁不散，委於炁海，腎炁不能上升，其息漸少。縱出之悠悠然，減省也。故後聖有自然胎息矣。乃達磨胎息至理，言人之炁升，自有走失，莫若内觀諸世界，遊炁自己天宫，超清虚妙境。其法貴乎無漏，一念不生，一意不動。無漏則善果成，不動而真聖見。而面壁九年，氣無毫髮走失，陰靈自外而身有身，東人不悟，乃擲鉢西歸。故聖人曰：真胎息也。及扁鵲解《靈樞》，以冬至之後，真鉛積之一分，狀如戲蘂，而鎮丹田。令人鼻引清炁，閉口不出，以定息二十四數爲火一兩，四十五日火進一十六兩，而鍊就陽胎。又以夏至之後，汞積之三分，狀如抱卵而鎮絳宫，亦以鼻引清炁，閉口不出以定息二十四數爲火一兩，四十五日火進一十六兩，而鍊陰息。以陰息投陽胎，而生真炁。真炁生元神，神形合爲一，與天地齊年。離而爲二，身外有身，而爲羽客仙子，不在塵世，以返三島十洲者也。及葛洪註《胎息》論曰：凡胎息之要，如在母腹中，母呼即呼，母吸即吸。今人不達妙理，縱能閉之，少時隨手出之，喘息不已。非止不能留所閉之息，而又元炁損虚，返爲外來陽炁所奪。若炁急未急之前，外身自可停留少時，勿使大急。未炁急之際，先鼻引清炁一口，續後便以新取之炁，換出舊閉急者之餘炁也。故得奪住其炁，積而神形清爽，可以除癒百病。曲留強住，亦非自然，所以爲下等胎息。真仙上聖，而有三品之論也，鼻引口吐，可以去浮寒，逐客熱，衝結滯，行經絡。若定息，炁血不交，陰陽自媾。若定萬息，炁住神藏，大乘之功，不可言也。補炁之道，此爲上矣。或咽炁救饑渴，行炁以壯肌膚，收炁補下田，養炁以返童顔，運炁以益血脈，雖見小功，終不及胎息之補炁得力，功速且久也。

**《藥類法象・用藥法象》**天有陰陽風、寒、暑、濕、燥、火，三陰三陽之奉上之。

溫、涼、寒、熱，四氣是也。溫熱者，天之陽也。涼寒者，天之陰也，此乃天之陰陽也。

地有陰陽金、木、水、火、土，生、長、化、收應之藏下。

辛、甘、淡、酸、苦、鹹，五味是也。皆象於地，辛、甘、淡者，地之陽也，酸、苦、鹹者，地之陰也，此乃地之陰陽也。

味之薄者，爲陰中之陽。味薄則通，酸、苦、鹹，平是也。味之濃者，爲陰中之陰。味濃則泄，酸、苦、鹹，寒是也。氣之濃者，爲陽中之陽，氣濃則發熱，辛、甘、溫，熱是也。氣之薄者，爲陽中之陰。氣薄則發洩，辛、甘、淡、平、涼，寒是也。輕清成象味薄茶之類，本乎天者親上。重濁成形味濃大黃之類，本乎地者親下。氣味辛甘發散爲陽，酸苦湧泄爲陰。清陽發腠理，清之清者也；清陽實四肢，清之濁者也。濁陰歸六腑，濁之濁者也；濁陰走五臟，濁之清者也。藥性要旨

苦經平升，微寒平亦升，甘辛藥平降，甘寒瀉火，苦寒瀉濕熱，苦甘寒瀉血熱。

**《金丹大要・道本陰陽》** 弟子復進曰：天地之外，有大天地者，弟子謹受教矣。所謂道能成天地之大者矣。而又云：道乃人身中之一物耳，何小大之異也？是道也。果何物也？而靈通變化若是者也。弟子敢問，以釋驚疑。上陽子曰：夫道也，生天也，生地也，成仙佛也。類萬物也。是先天地之道也。夫唯今有天地也，有人也，有萬物也，是復天地之道也。而道也者，乃行乎其中也。吾所謂先天地之道者，其功溥博，其用莫測。天之所秘不可思議，不可妄說，汝亦不庸於妄聽也。曰：何謂也？曰：夫道也者，難言也。曰：願聞教旨。曰：未也，夫上士急於聞而勇於行，中士試於聞而怠於行，下士聞之嗔謗乃生。弟子跪而進曰：天地之間，道惟至大，豈中下之人，能聞能受者。弟子不自揆度而以愚下之庸，不敢輕忽怠慢，願聞至道。上陽子曰：至道之妙，吾嘗釋《道德經》矣。其於道可道章指出稍詳，行將授汝。且道民者，即一陰陽也。子不聞之乎？天地一陰陽也，人一陰陽也，萬物各一陰陽也。日月星辰、風雲、雷雨雪霜、冰電、山川草木、胎卵濕化，莫不各稟一陰陽也，而正也，而偏也。得其道之正者，天地也，人也。是曰：稟陰陽之正氣也。而聖人仙佛也者，蓋善於用陰陽者也。故抱陰而負陽，則沖氣以爲和；入陰而出陽，則有生而無已。故太上以爲善攝生也。子抑不聞之乎？天地之道也。陽極而陰，陰極而陽，故萬物終焉，萬物生焉。人之道也，陰極而已世，故有生死焉；陽極而已世，故有金丹焉。世之生死者，後天地之道也，有盈虛焉，有消息焉。唯金丹也者，即先天地之道也，不爲人也，不爲物也，非順求之，乃逆取之，有生也，無死也，是之謂聖人也，是之謂仙佛也。子獨不知，夫先天地之道，是爲金丹乎？世人非唯不知先天地之道爲金丹，設使聞之也，則非笑毀謗隨之矣。故夫子曰：非聖人者，無法也。天地長且久而猶有壞，未若金丹之超然獨存。非金丹之能自存也，實在乎人用之何如耳。唯其不自存，是以能長存。

**《喻林・造化門》** 天道

鼓之以雷霆，潤之以風雨，日月運行，一寒一暑。《易・繫辭上傳》

雷以動之，風以散之，雨以潤之，日以晅之。《易・說卦傳》

萬物尊天而貴風雨，所以尊天者，爲其莫不受命焉也；所以貴風雨者，爲其不待風而動，待雨而濡也。若使萬物釋天，而更有所受命，釋風而更有所仰動，釋雨而更有所仰濡，則無爲，尊天而貴風雨矣。《管子・版法解》

天者誠，其日德也。日誠出誠入，南北有極，故莫弗以爲法則。天者信，其月刑也，月信死信生，終則有始，故莫弗以爲政。天者明星，其稽也，列星不亂，各以序行，故小大莫弗以章。天者因，時其則也，四時當名，代而不干，故莫弗以爲必然。天者一，法其同也。前後左右，古今自如，故莫弗以爲常。《鶡冠子・王鈇》

天之處高，其聽卑，其目芒，其視察。《賈子・耳痺》

四時者天之吏也，日月者天之使也，星辰者天之期也，虹霓、彗星者天之忌也。《淮南子・天文訓》

天道者無私就也，無私去也。能者有餘，拙者不足。順之者利，逆之者凶，譬如隋侯之珠和氏之璧，得之者富，失之者貧。《淮南子・覽冥訓》

夫至明者其照無疆，至晦者其暗無疆。《春秋繁露・奉本》

夫本末相兼，猶手背之相包。一身和則百節皆適，天道順則本末俱暢。《郭子註莊・天地》

春秋漢合孳曰：強幹弱流，天之道。《李善註文選・兩都賦》

使星司夜，月司時，猶使雞司晨也。《藝文類聚・天部月》

斗極天之中也，言天者必擬之人，故自臍以下人之陰也，自極以北天之陰也。《太平御覽・天部下》

日月若懸璧，五星若編珠。《初學記・天部星註》

天有四時五行，日月相推，寒暑迭代，其轉運也和而爲雨，怒而爲風，散而爲露，亂而爲霧，凝而爲霜雪，立爲蚩蜮，此天地之常數也；若四時失運，寒暑乖違，則五緯盈縮，星辰錯行，日月薄蝕，彗孛流飛，此天地之色診也。《法苑珠林・卷六十三》

## 形氣

天形穹隆如雞子，幕其際，周接四海之表，浮於元氣之上，譬如覆盌，以抑水而不沒者，氣充其中故也。《晉書・天文上》虹霓也，雲霧也，風雨也，四時也，此積氣之成乎天者也；山嶽也，河海也，金石也，水火也，此積形之成乎地者也。知積氣也，知積塊也，奚謂不壞？夫天地，空中之一細物，有中之最巨者。《列子・天瑞》

清陽者，薄靡而爲天；重濁者凝滯而爲地。清妙之合專易，重濁之凝竭難，故天先成而地後定。《淮南子・天文訓》

天地之間，有陰陽之氣常漸人者，若水常漸魚也。所以異於水者，可見與不可見耳，其澹澹一也。然則人之居天地之間，其猶魚之離水一也。《春秋繁露・如天之爲》

山猶人之有骨節也，水猶人之有血脈也。王充《論衡・祀義篇》

地以名山爲輔佐，石爲之骨，川爲之脈，草木爲之毛，土爲之肉，三尺以上爲糞，三尺以下爲地。《博物志》

夫天者統元氣焉，非止蕩蕩蒼蒼之謂也；地者，統元形焉，非止山川丘陵之謂也；人者，統元識焉，非止圓首方足之謂也。《文中子・立命》

宋均曰：渾渾混混，雞卵未分也。《李善註文選・江賦》

元氣周行終始無已，如水之流，不得獨處。《李善註文選・幽通賦》

衆星累累如連貝，江河四海如衣帶。《李善註文選・陸士衡贈顧公真詩》

地常動水止而人不知，譬如閉舟而行不覺舟之運也。《李善註文選・張茂先勵志詩》

日薄星迴穹天，所以紀物；山盈川沖後土，所以播氣。《文選・陸士衡演連珠》

夫地有形而天無體，譬如火焉，煙在上灰在下也。《太平御覽・天部下》

造化權輿，以爲東方之氣風也，故凍非東風不能解，湛非東風不能溢。《埤雅天道門風》

《風經》曰：調暢詳和，天之喜氣也；折揚奔厲，天之怒氣也。《埤雅・天道門風》

仰觀天，形如車蓋，衆星纍纍如連貝。《初學記・天部星註》

土精爲石，石，氣之核也。氣之生石，猶人筋絡之生爪牙也《初學記・地部石》

日處君而盈度，月象臣而虧傍，雲逶迤而上布，星離離以舒光。《初學記・文部文字》

夫土地皆有形名而人莫察焉，有龜龍體，有麟鳳貌，有弓弩勢，有斗升象，有張舒形，有塞閉容，有隱真之安，有累卵之危，有膏腴之利，有墳塉之害。《事類賦・地部地註》

地東西爲緯，南北爲經；山爲積德，川爲積刑；高者爲生，下者爲死；丘陵爲牡，川谷爲牝。《事類賦・地部地註》

天不足西北，地不足東南。西北爲天門，東南爲地戶。天門無上，地戶無下。《玉海・天文・天文書上》

昔者周公問於商高曰：夫天不可階而升，地不可得尺寸而度。請問數安從出？商高曰：數之法出於圓方。《玉海・天文・天文書上》

岐伯曰：言天者求之本，言地者求之位，言人者求之氣交。帝曰：何謂氣交？岐伯曰：上下之位，氣交之中，人之居也。故曰：天樞之上，天氣主之；天樞之下，地氣主；氣交之分，人氣從之，萬物由之。此之謂也。《黃帝內經素問・六微旨大論》

《易》稱天玄，蓋取幽深之名。莊說蒼天，近在遠望之色。於是野人信明，謂旻青如碧。儒士據典，謂乾黑如漆。青黑誠異，乖體是同，儒野雖殊，不知是一。《法苑珠林・卷二》

## 流行

闔戶謂之坤，闢戶謂之乾，一闔一闢謂之變，往來不窮謂之能。《易・繫辭上傳》

烏獸俄呦呦，俄旬旬，俄逃逃；草木俄茁茁，俄停停，俄蕭蕭，天地不能留，聖人不能繫，有運者存焉爾。《關尹子・八籌》鬻熊曰：運轉亡已，天地密移，疇覺之哉？《列子・天瑞》

雜乎芒芴之間，變而有氣，氣變而有形，形變而有生，今又變而之死，是

相與爲春秋冬夏四時行也。《莊子・至樂》

鈞旋轂轉，周而復匝。《淮南子・原道訓》

日出暘谷，入於虞淵，莫知其動，須臾之間，俛人之頸。《淮南子・說林訓》

陽陰之時雖異，二體常存，猶如一鼎之水而未加火純陰也，加火極熱純陽也。純陽則無陰氣，息火水寒則更陰矣；純陰則無陽氣，加火水熱則更陽矣。《春秋繁露・雨雹對》

三統者，天、地、人之始，道之大綱也。五行者，品物之宗也。道以三興，德以五成，故三皇五帝，三王五伯，至道不遠。三、五復反，譬右循連鐶順鼎耳，窮則反本，終則復始也。《風俗通・五伯》

雷風炫煥，與物時行。《太玄經・玄圖》

日有南有北，月有徃有來。日不南不北，則無冬無夏；月不徃不來，則望晦不成。《太玄經・太玄告》

夫地之有百川也，猶人之有血脈也。血脈流行，泛揚動靜，自有節度，百川亦然，其朝夕往來，猶人之呼吸氣出入也。王充《論衡・書虛篇》

星宿之相次，如歲月之相襲，新故相易，周而復始。《太玄經・第六養解》

夫五行，四時，佐天地造物者也。然水、火相踐，金、木相代，而共成陶鈞之致。春秋異侯，寒暑繼節，而俱濟一歲之功。《李善註文選・陸士衡演連珠》

剖而爲二，叛而爲五，或爲白、黑，或爲水、火，或爲酸、鹹，或爲徵羽。《道德經・指歸卷八》

消息

天地不變，不能通氣；五行迭終，四時更廢；君臣取象，變節相移；能消者息，必專者敗。此其變易也。《周易正義・序》

天有時以生，有時以殺；草木有時以生，有時以死；石有時以泐，水有時以凝。有時以澤，此天時也。《周禮・考工記》

詩曰：高岸爲谷，深谷爲陵。三后之姓，於今爲庶。《左傳・昭公三十二年》

臣聞：峻高者隤，茂葉者摧；日中則移，月滿則虧；四時不並盛，五行不俱馳；陰陽更倡，氣有盛衰。故溢堤之水不淹其量，燔乾之火不復其熾。水靜則無漚濊之怒，火消則無熏毛之熱。《吳越春秋・句踐歸國外傳》

天不足西北，星辰西北移；地不足東南，以海爲池；日中必移，月滿必虧。《史記・日者傳》

衝風之衰，不能起毛羽；彊弩之末，力不能入魯縞。夫盛之有衰，猶朝之必莫也。《前漢書・韓安國傳》

夫白日登天，運景萬里，無物不照；及其入地，一炭之光，不可得見。三五盈月，清耀燭夜，可以遠望；及其在晝，明不如鏡。《魏志・管輅傳注》

道有隆窳，物有興廢；有聲有寂，有光有翳；朱陽否於素秋，玄陰抑於孟春；羲和逝而望舒係，運氣匿而耀靈陳。《蜀志・卻正傳》

天道不常盛，寒暑更進退。《蜀志・卻正傳註》

道罔隆而不殺，物無盛而不衰。《晉書・曹攄傳》

有始有終，天地之經。自非三光，誰能不零。《晉書・左貴嬪傳》

且物極則虧，禍盈而覆者，天之道也。《晉書・馮跋記》

天之道其猶張弓乎，高者抑之，下者舉之，有餘者損之，不足者與之。天之道損有餘而補不足。《老子・天道》

庳者隆之因，虧者成之漸。《子華子・執中》

凡一氣不頓進，一形不頓虧，亦不覺其成不覺其虧。亦如人自生至老，貌色智態，無日不異，皮膚爪髮，隨生隨落，非嬰孩時，有停而不易也。《列子・天瑞》

物損於彼者盈於此，成於此者虧於彼。《列子・天瑞》

陰極則陽來，陰消則陽長。衰則退，盛則戰。《京氏易傳・坤中》

夫李、梅實多者，來年爲之衰；新穀熟者，舊穀爲之虧。自天地不能兩盈，而況於人事乎！故利於彼者必耗於此，猶陰陽不並曜，晝夜之有長短也。《鹽鐵論・非鞅》

江河之溢不過三日，飄風暴雨須臾而畢。《說苑・談叢》

黑龍吐光，使陰復陽。《焦氏易林・否之小過》

深谷爲陵，衰者復興。《焦氏易林・明夷之比》

日月運行，一寒一暑。榮光赫赫，不可得保。《焦氏易林・中孚之晉》

次六月闕其博，不知開明於西。測曰：月闕其博，明始退也。《太玄經・第一中》

上九陵崢岸峭陁。測曰：陵崢岸峭陁，銳極必崩也。《太玄經・第二銳》

數多者見貴而實索，數少者見賤而實饒。《太玄經・玄圖》

晝數多夜數少，象月闕而日溢；君行光而臣行滅，君子道全小人道缺。《太玄經・玄圖》

日一南而萬物死，日一北而萬物生，斗一北而萬物虛，斗一南而萬物盈。《太玄經・玄攡》

四時之序，節滿即謝；五行之性，功成必退。故陽極而陰降，陰極而陽升。日中則昃，月盈則虧。此天之常道也。勢積則損，財聚必散；年盛返衰，樂極還悲。此人之恒也。《劉子・誡盈》

木落歸本，水流歸末。故水利在亥，木利在辰。盛衰各得其所，故樂也。《前漢書註・京房傳》

人之觀火聽雷，謂其盈實，終以天收雷聲，地藏火熱，則爲虛無。言極盛者亦滅亡也。《前漢書註・揚雄傳》

太公曰：春道生萬物榮，秋道成萬物零。《李善註文選・應休璉與曹長思書》

一闔一開，兩儀之迹；一沖一溢，懸象之節。渙沍期於寒暑，凋蔚要乎春秋。《補文選・郭璞客傲》

若飄風不終朝兮，驟雨不終日；雷隆隆而輒息兮，火猶熾而速滅。自夫物有盛衰兮，況人事之所極。《廣文選・揚子雲太玄賦》

月盈則沖華不再繁。《廣文選・魏文帝丹霞蔽日》

日發星迴，昊天無以爽其節；山盈川沖，厚地不能虧其度。《藝文類聚・職官部司空表》

四運忽其代序兮，萬物紛以迴薄。覽蕙蒔之時育兮，察盛衰之所託。感冬索而春敷，嗟夏茂而秋落。《初學記・歲時部秋》

天地極則反，盈則損，日月是也。日中則移，月滿則虧，而況於人乎！《道德經・四子集解》

是以日中而昃，月滿而缺，四時變化，一消一息。高山之下，必有深谷；大泉之流，必有激波。爍金湯石，存於凝冰；裂地之端，陰陽所成。《道德經指歸・卷十三》

炎極則涼，理之恒數；物壯則老，其義必然。《道德經註疏・卷三》

江河之枯竭兮，水流注於海。《參同契三相類・上篇》

三千三百年爲小陽九，小百六。九千九百年爲大陽九，大百六。天厄謂之陽九，地虧謂之百六。《靈寶自然妙經》

大海江河猶有枯竭，萬仞大魚曝脊在外。《出曜經・一無常品》

## 有無

凡動息則靜，靜非對動者也；語息則默，默非對語者也。然則天地雖大，富有萬物，雷動風行，運化萬變，寂然至無，是其本矣。《王弼註易・復》

天了無質仰而瞻之，高遠無極眼瞀精絕，故蒼蒼然也。譬之旁望遠道之黃山而皆青，俯察千仞之深谷而窈黑。夫青非真色，而黑非有體也。《晉書・天文上》

一陶能作萬器，終無有一器能作陶者能害陶者；一道能作萬物，終無有一物能作道者能害道者。《關尹子・一宇篇》

寒暑溫涼之變如瓦石之類，置之火即熱，置之水即寒，呵之即溫，吹之即涼，特因外物有去有來，而彼瓦石實無去來，譬如水中之影有去有來，所謂水者實無去來。《關尹子・二柱篇》

形動不生形而生影，聲動不生聲而生響，無動不生無而生有。《列子・天瑞》

有實而無乎處者宇也，有長而無本剽者宙也。有乎生有乎死，有乎出有乎入。入出而無見其形，是謂天門。天門者，無有也，萬物出乎無有。《莊子・庚桑楚》

光曜問乎無有曰：夫子有乎？其無有乎，光曜不得問，而熟視其狀貌，窅然空然。終日視之而不見，聽之而不聞，搏之而不得也。光曜曰：至矣，其孰能至此乎？予能有無矣，而未能無無也。《莊子・知北遊》

夫無形者，物之大祖也；無音者，聲之大宗也。其子爲光，其孫爲水，皆生於無形乎？夫光可見而不可握，水可循而不可毀。故有像之類，莫尊於水。《淮南子・原道訓》

夫秋毫之末，淪於無間，而復歸於大矣；蘆苻之厚，通於無垠，而復反於敦厖。若夫無秋毫之微，蘆苻之厚，四達無境，通於無圻，而莫之要御夭遏者，其襲微重妙，挺挏萬物，揣丸變化。天地之間，何足以論之？《淮南子・俶真訓》

有有者：言萬物摻落，根莖枝葉，青蔥芩蘢，萑萎蔰炫煌，蠉飛蝡動，蚊行喙息，可切循把握而有數量。有無者：視之不見其形，聽之不聞其聲，捫

之不可得也，望之不可極也，諸與扈冶，浩浩瀚瀚，不可隱儀揆度而通光耀者。《淮南子·俶真訓》

夫木之死也，青青去之也。夫使木生者豈木也，猶充形者之非形也。故生生者未嘗死也，其所生則死矣；化物者未嘗化也，其所化則化矣。《淮南子·精神訓》

無形生有形，故爲物大祖也；無音生有音，故爲聲大宗也。《淮南子·原道訓解》

無爲之本，則無留於一象，無係於一味，故能爲形氣之主動必由之《張湛註列子·天瑞》

夫道之而無語，名之而無名，視之而無形，聽之而無聲，則道之全焉。故能昭音響而出氣物，包形神而章光影。玄以之黑，素以之白，矩以之方，規以之圓，圓方得形而此無形，白黑得名而此無名也。《張湛註列子·天瑞》

道者，涵乾括坤，其本無名。論其無，則影響猶爲有焉；論其有，則萬物猶爲無焉。隸首不能計其多少，離朱不能察其髣髴，吳札、晉野竭聰，不能尋其音聲乎窈冥之內，猵狖狒豬疾走？不能迹其兆朕乎宇宙之外。《抱朴子·內篇道意》

如烏出巢，如蛇出穴，由其尚有，故無所不之。《何氏語林文學·魏書》

恍惚之數，生於毫釐，毫釐之數，起於度量，千之萬之，可以益大。《黃帝內經素問·靈蘭秘典論》

無形附有形，有形爲之宅；有形附無形，無形爲之主。《金庭無爲妙經》

譬如畫師，以衆雜彩畫作衆像，若男若女，若牛若馬，凡夫無知見之，則生男女等相，畫師了知無有男女。《海空智藏經·持誡品》

譬如根眼，開時見色閉時無見。《海空智藏經·哀歎品》

譬如影光雖可顯說而無實，法可令執取，雖無可執取而有所顯照。《波羅蜜多經·五百九十六》

譬如呼響因於山谷，及音聲起無有形狀，不可覩見，亦無分別，而能隨逐一切語言。《大方廣佛華嚴經卷五十一》

知有非實如陽焰水，知實非無如火性生。《金剛三昧經·卷下》

如灰覆火，豈得稱無；若聞尋聲，當知必有。《辯正論·卷七》

倚伏

九三，無平不陂，無往不復，艱貞無咎。《易·泰》

城復於隍，其命亂也。《易·泰》

初九，悔亡，喪馬勿逐，自復。《易·睽》

若四月純陽用事，陰在其中，靡草死也。十月純陰用事，陽在其中，薺麥生也。《周易正義·賁》

水激則旱兮，矢激則遠。萬物回薄兮，振蕩相轉。《史記·賈生傳》

成敗之轉，譬若糾墨。《史記·南越尉佗傳論》

陽和陰升，一替一興；流而爲川，滯而爲陵；禍不可攘，福不可徵。《晉書·摯虞傳》

夫明晦迭來，屯平代有。《南齊書·海陵王本紀》

晦爲明始，亂實基。《魏書·出帝紀》

宋人有好行仁義者，三世不懈。家無故黑牛生白犢。以問孔子。孔子曰：此吉祥也，以薦上帝。居一年，其父無故而盲。其牛又復生白犢，其父又復令其子問孔子。其子曰：前問之而失明，又何問乎？父曰：聖人之言先迕後合，其事未究，姑復問之。其子又復問孔子。孔子曰：吉祥也。復教以祭。其子歸致命。其父曰：行孔子之言也。居一年，其子又無故而盲。其後楚攻宋，圍其城，民易子而食之，析骸而炊之，丁壯者皆乘城而戰，死者大半。此人以父子有疾皆免，及圍解，而疾具復。《列子·說符》

嶢山崩而薄落之水涸，區冶生而淳鈞之劒成；紂爲無道，左強在側；太公並世，故武王之功立。由是觀之，利害之路，禍福之門，不可求而得也。《淮南子·覽冥訓》

有榮華者，必有憔悴；有羅紈者，必有麻蒯。《淮南子·說林訓》

塞上之人有善術者，馬無故亡而入胡，人皆弔之。其父曰：此何遽爲福乎？居數月，其馬將胡駿馬而歸，人皆賀之。其父曰：此何遽不能爲禍乎？家富良馬，其子好騎，墮而折其髀。人皆弔之。其父曰：此何遽不爲福乎？居一年，胡人大入塞，丁壯者引弦而戰。近塞之人死者十九，此獨以跛之故，父子相保。故福之爲禍，禍之爲福，化不可極，深不可測也。《淮南子·人間訓》

禍與福同門，利與害爲鄰，非神聖，人莫之能分。《淮南子·人間訓》

貞良而亡，先人餘殃；猖蹶而活，先人餘烈。《說苑·談叢》

天地之道，極則反，滿則損。五采曜眼，有時而渝，茂木豐草，有時而落。物有盛衰，安得自若。《說苑・談叢》

天將與之，必先苦之；天將毀之，必先累之。《說苑・談叢》

有奇福者，必有奇禍；有甚美者，必有甚惡。《列女傳・周列國晉羊叔姬》

盛中後跌，衰者復掇；盈滿或毀，疾羸肥腯。《焦氏易林・遯之坎》

利端始萌，害漸亦芽。速速方轂，夭夭是加。欲豐其屋，乃蔀其家。《蔡中郎集釋誨》

豈覺崇替之相爲首尾，哀樂之相爲乾暮。《抱朴子・外篇知止》

昔宋人有白犢之祥而有失明之禍，雖有失明之禍以至獲全之福。北叟有胡馬之利卒有奔墜之患，雖有奔墜之患以至保身之福。《劉子・禍福》

禍神同根，妖祥共域。《劉子・禍福》

人皆愛少而惡老，重榮而輕悴，故簪珥英華，而焚灰枯朽。莫識枯朽生於英華，英華歸於枯朽。《劉子・言苑》

禍福相爲表裏，如紀繩索相附會也。《前漢書言註・賈誼傳》

得固易失，榮難久恃。膏以明自煎，人以財興累。《李善注文選・阮嗣宗詠懷詩》

春秋相代若環之無端，天道常也。譬如天馬本出西北，忽由東道。況富之與貧，貴之與賤易至乎！《李善注文選・阮嗣宗詠懷詩》

福爲禍始，禍作福階。天地盈虛，寒暑周迴。《文選・盧諶贈劉琨詩》

休咎相乘躡飜覆若波瀾。《文選・陸機君子行》

禍福相轉，利害相生，如循環而運丸耳。其作不可見，其端不可覺。《意林・唐子》

一宅同，姓相代，或吉或凶；一官同，姓相代，或遷或免。成康居之而興，幽厲居之而衰，吉凶興衰在人，不由宅矣。《意林・潛夫論》

董生有云：弔者在門，賀者在閭，言有憂則恐懼敬事，敬事則必有善功而福至也。又曰：賀者在門，弔者在閭。言受福則驕奢，驕者則禍至，故弔隨而來。《藝文類聚・人部鑒誡書》

蓋聞市朝遷貿，山川悠遠。是以狐兔所處，由來建始之宮；荊棘參天，昔日長洲之苑。《文苑英華・庾信連珠》

夫否終斯泰，屯極則亨，若日月之迴環，猶陰陽之報復。《文苑英華・徐陵邊防上書》

阮嗣宗蘇門歌曰：日沒不周西，月出丹淵中。陽精蔽不見，陰光代爲雄。亭亭在須臾，厭厭將復隆。富貴俯仰間，貧賤何必終。《困學紀聞・卷十三攷史》

利爲福始，利與害同門；福爲禍先，禍與福同鄰。《道德經・四子集解》

譬如有人閉在暗室，眼無所見。復有異人曾受苦惱，依是思惟；此人受苦甚爲可愍！若不得脫，是人必死。以火與之，令得少明。時暗室人見火歡喜，心得安穩。爾時，彼火以少因緣，熾然火焰燒彼暗室，爾時彼人被燒而死。《僧伽吒經・卷三》

夫貴賤靡恒，貧富無定，譬水火更王，寒暑遞來。《法苑珠林・卷二十三》

相須

剛柔分動不溷，乃明雷電並合，不亂乃章。《王弼注易・噬嗑》

《子夏傳》云：地得水而柔，水得地而流，故曰比。《周易音義・比》

彼迴風從上下，谷風未與相扶，謂之爲頹。若谷風既與相扶而上，則爲焱，不復爲頹也。《毛詩正義・谷風》

方祇體安，儷乾儀而合德；圓舒循晷，配羲曜以齊明。故知陽燥陰凝，萬物假其陶鑄；火炎水潤，六氣由其調理。《晉書・恭思褚皇后傳》

金、木、水、火、土，其勢相害，其道相待。故至寒傷物，無寒不可；至暑傷物，無暑不可。《文子・自然》

天不發其陰，則萬物不生；地不發其陽，則萬物不成。天圓地方，道在中央。《淮南子・天文訓》

正月失政，七月涼風不至；二月失政，八月雷不藏；三月失政，九月下霜；四月失政，十月不凍；五月失政，十一月蟄蟲冬出其鄉；六月失政，十二月草木不脫；七月失政，正月大寒不解；八月失政，二月雷不發；九月失政，三月春風不濟；十月失政，四月草木不實；十一月失政，五月下雹霜；十二月失政，六月五穀疾狂。《淮南子・時則訓》

以水和土，以土和火，以火化金，以金治木，木復反土。五行相治，所以成器用。《淮南子・地形訓》

川竭而谷虛，丘夷而淵塞，脣竭而齒寒。河水之深，其壤在山。《淮南子・說林訓》

金與水，二氣相資，父子之謂。《京氏易傳·訟中》

一晝一夜，然後作一日；一陰一陽，然後生萬物。《太玄經·玄圖》

郎月並衆星，日出擅其明。冬寒地爲裂，春和草木榮。陽德雖普濟，非陰亦不成。《藝文類聚·天部星詩》

一晝一夜成一日，一男一女成一室。《意林·風俗通》

譬如木牀，離木無牀，離牀無木。《海空智藏經·哀歎品》

陽不獨王，以陰爲得；陰不獨王，以陽爲得。亦如冬以溫暖爲德，夏以涼冷爲德；男以女爲德，女以男爲德之義。《黄帝宅經·上》

譬如泥瓶，泥與瓶合，泥滅瓶成。而是泥相，終不名瓶。瓶雖非泥，不餘處來，以泥因緣而生是瓶。《海空智藏經·哀歎品》

相禪

日往則月來，月往則日來，日月相推而明生焉；寒往則暑來，暑往前則寒來，寒暑相推而歲成焉。《易·繫辭下傳》

三心五是噣，四時更見。《毛詩·小星注》

陰陽協氣而代射，寒暑隨時而推移。《晉書·成公綏傳》

夫天地一險一易，若鼓之有停，擿擋則擊。《管子·宙合》

朱明長贏，不能盡其所以寒也，必隨之以斂殺之氣而爲秋；玄武沍陰，不能盡其所以寒也，必隨之以敷榮之氣而爲春。孰爲此者？天也。天且不可以盡，況人乎？《子華子·執中》

將來者進，成功者退；已用則賤，當時則貴。《太玄經·太玄文》

萬物罔乎北，直乎東，蒙乎南，酋乎西，冥乎北。故罔者有之舍也。直者，文之素也。蒙者，亡之主也。酋者，生之府也。冥者，明之藏也。《太玄經·太玄文》

春榮秋落，四時所以迭代，金行水流，五德所以互序。《藝文類聚·帝王部陳武帝表》

日沒不周西，月出丹淵中。陽精蔽不見，陰光代爲雄。《何氏語林·言志·魏氏春秋》

四時更運，功成則移。《道德經注》

譬如花果，花生無果，果生無花。《海空智藏經·問病品》

如彼水上泡，一生而一滅。《中陰經·卷下》

循環三界內，猶如汲井輪。《佛説身觀經·當九》

譬如雞生卵，卵生雞，從卵生卵，從雞生雞，人生死亦如是，無有絕時。《那先比丘經·卷中》

去而復生，如火燄之連，出來而更逝，若水波之續轉。《集沙門不應拜俗等事·卷二〇冠二》

至大

時有俊風，俊者大也。大風，南風也。何大於南風也？曰：合冰必於南風，解冰必於南風，生必於南風，收必於南風，故大之也。《大戴禮記·夏小正》

樸至大者無形狀，道至眇者無度量。故天之圓也不得規，地之方也不得矩。《淮南子·齊俗訓》

夫天地之施化也，嘔之而生，吹之而落，豈此契契哉？故凡可度者小也，可數者少也。至大非度之所能及也，至衆非數之所能領也。故九州不可頃畝也，八極不可道里也，太山不可丈尺也，江海不可斗斛也。故大人者，與天地合德，日月合明，鬼神合靈，四時合信。《淮南子·泰族訓》

包裹天地，陶冶萬物，大通混冥，深閎廣大，不可爲外，析毫剖芒，不可爲內，無環堵之宇，而生有無之根。《淮南子·俶真訓》

鯤鵬方之猶蚊蚋、蚤蝨耳，則太虛之所受，亦奚所不容哉！《張湛注列子·湯問》

雖有至明，而有形者不可畢見焉；雖稟極聰，而有聲者不可盡聞焉；雖有大章豎亥之足，而所常履者未若所不履之多；雖有禹益齊諧之識，而所識者未若所不識之衆也。《抱朴子·內篇·論仙》

天稱其高者，以無不覆；地稱其廣者，以無不載；日月稱其明者，以無不照；江海稱其大者，以無不容。《文選·曹植求通表》

挹朝夕之池者，無以測其淺深；仰蒼蒼之色者，不足知其遠近。《文選·王中頭陀寺碑文》

夫九蒼之高，迅羽不能尋其巔；四溟之深幽，鱗不能測其底。《廣文選·阮嗣宗荅伏義書》

天不可階而升，地不可尺寸而度。《太平御覽·地部·地上》

且夫陰陽者，有名而無形，故數之可十，離之可百，散之可千，推之可萬。

《黃帝素問靈樞經・陰陽繫日月》

大海虛谷，百川競湊。至道寥廓，萬物歸之。《道德經註疏・卷三》

夫道不爲萬物而生春，萬物感春炁而自生；秋不爲萬物而殺，萬物感秋炁而自殺。其爲生也，不恃其恩，不求其報，故其恩大矣；其爲殺也，不恃其威，不求其懼，其威大矣。《天機經・蠢然》

譬如虛空，無有邊際，不可思議。《金剛三昧經・卷下》

又如空中種種色相，現增現減，而此虛空無增無減。《佛說佛地經・卷五》

至神

其受命也，如嚮無有遠近，幽深知來物。《易・繫上》

神也者，妙萬物而爲言者也。動萬物者，莫疾乎雷；撓萬物者，莫疾乎風；燥萬物者，莫熯乎火；說萬物者，莫說乎澤；潤萬物者，莫潤乎水。《易・說卦傳》

雷出地奮，震驚百里；山出雲雨，以潤天下。《毛詩・殷其雷》

且夫天地爲鑪兮造化爲工，陰陽爲炭兮萬物爲銅。合散消息兮，安有常則。千變萬化兮，未始有極。《史記・賈生傳》

一在而不可見，道在而不可專。切譬於淵，其深不測，淩淩乎泳澹波而不竭。《鶡冠子・能天》

天地未剖，陰陽未判，四時未分，萬物未生，注然平靜，寂然清澄，莫見其形。若光燿之問於無有，退而自失也。曰：予能有無，而未能無無也。及其爲無無，至妙何從及此哉！《淮南子・俶真訓》

崑崙之丘，或上倍之，是謂涼風之山，登之而不死；或上倍之，是謂縣圃，登之乃靈，能使風雨；或上倍之，乃維上帝，登之乃神，是謂大帝之居。《淮南子・地形訓》

寒不能生寒，熱不能生熱，不寒不熱，能生寒熱。故有形出於無形，未有天地能生天地者也。《淮南子・說山訓》

卜者操龜，筮者端策，以問於數，安所問之哉？《淮南子・說林訓》

夫鬼神視之無形，聽之無聲。然而郊天望山川，禱祠而求福，雩禜而請雨，卜筮而決事。《淮南子・泰族訓》

雖乘雲附景，不足以比速；晨鳧失羣，不足以喻疾。《文選・海賦注》

疾雷不及塞耳，疾電不暇掩目。《埤雅・天道門・雷》

山川石水，井竈洿池猶有精氣，人身之中，亦有魂魄。況天地爲物，物之大者，於理當有精神，有精神則宜賞善罰惡。但其體大綱疏，不必機發而應耳。《太平御覽・妖異部精》

道無始，故迎之不見其首；道無終，故隨之不見其後。《道德經註疏・卷二》

弧弓爲射，非弦而不能發，天之爲射，無弓必中。《道德經・四子集解》

譬彼虛空無有動住，無起無作，無彼無此。《金剛三昧經・卷上》

譬如呼響於善惡聲，無所是在，亦無所受。《佛說魔逆經・手十》

譬如虛空，本來不生，不生故無滅，滅無故無物。可離故名虛空。《力莊嚴三昧經・卷下》

至虛

天地之道，其猶鼓籥。以虛爲德，自近及遠者也。《後漢書・郎顗列傳》

天地之間其猶橐籥乎！虛而不屈，動而愈出。《老子・虛用》

水可析可合，精無人也；火因膏因薪，神無我也。《關尹子・四符篇》

於穆無窮，變無形像。優游委縱，如響之與景。《淮南子・原道訓》

在於小則忘於大，在於中則忘於外，在於上則忘於下，在於左則忘於右，無所不充，則無所不在。是故貴虛者，毫末爲宅也。《淮南子・原道訓》

天無情於生死，則不可以情而憾怨。故暄然而春，榮華者不謝；悽然而秋，凋零者不憾。《劉子・言苑》

太素之前，幽清寂寞，不可爲象。惟虛惟無，蓋道之根也。《藝文類聚・天部上天》

# 氣化分部

## 題解

**《老子・二章》**有無相生，難易相成，長短相形，高下相傾，音聲相和，前後相隨。

**《周易・繫辭上》** 剛柔相推而生變化。變化者，進退之象也。

**《周易・繫辭下》** 日月相推，而明生焉。寒暑相推而歲成焉。

**《莊子・知北遊》** 人之生，氣之聚也。聚則爲生，散則爲死。若死生爲徒，吾又何患！故萬物一也。是其所美者爲神奇，其所惡者爲臭腐；臭腐復化爲神奇，神奇復化爲臭腐。故曰：通天下一氣耳。

**《荀子・天論》** 列星隨旋，日月遞炤，四時代御，陰陽大化，風雨博施，萬物各得其和以生，各得其養以成，不見其事而見其功，夫是之謂神。皆知其所以成，莫知其無形，夫是之謂天功。

星隊、木鳴，國人皆恐。曰：是何也？曰：無何也！是天地之變，陰陽之化，物之罕至者也。怪之，可也；而畏之，非也。

聖人清其天君，正其天官，備其天養，順其天政，養其天情，以全其天功。如是，則知其所爲，知其所不爲矣，則天地官而萬物役矣。其行曲治，其養曲適，其生不傷，夫是之謂知天。

所志於天者，已其見象之可以期者矣；所志於地者，已其見宜之可以息者矣；所志於四時者，已其見數之可以事者矣；所志於陰陽者，已其見和之可以治者矣。

**《素問・寶命全形論》** 黃帝問曰：天覆地載，萬物悉備，莫貴於人，人以天地之氣生，四時之法成。

**《素問・八正神明論》** 是故天溫日明，則人血淖液而衛氣浮，故血易寫，氣易行。天寒日陰，則人血凝泣而衛氣沈。月始生，則血氣始精，衛氣始行。月郭滿，則血氣實，肌肉堅。月郭空，則肌肉減，經絡虛，衛氣去，形獨居。是以因天時而調血氣也。

**《素問・六微旨大論》** 岐伯曰：出入廢則神機化滅，升降息則氣立孤危。故非出入，則無以生長壯老已；非升降，則無以生長化收藏。是以升降出入，無器不有。

**《素問・五常政大論》** 帝曰：其久病者，有氣從不康，病去而瘠，奈何？岐伯曰：昭乎哉聖人之問也！化不可代，時不可違。夫經絡以通，血氣以從，復其不足，與衆齊同，養之和之，靜以待時，謹守其氣，無使傾移，其形迺彰，生氣以長，命曰：聖王。故大要曰：無代化，無違時，必養必和。待其來復。此之謂也。

**《素問・六元正紀大論》** 凡此太陽司天之政，氣化運行先天，天氣肅，地氣靜，寒臨太虛，陽氣不令，水土合德，上應辰星鎮星。【略】凡此陽明司天之政，氣化運行後天，天氣急，地氣明，陽專其令，炎暑大行，物燥以堅，淳風迺治，風燥橫運，流於氣交，多陽少陰，雲趨雨府，濕化迺敷。燥極而澤，其穀白丹，閒穀命太者，其耗白甲品羽，金炎德，上應太白熒惑。【略】凡此少陽司天之政，氣化運行先天，天氣正，地氣擾，風迺暴舉，木偃沙飛，炎火迺流，陰行陽化，雨迺時應，火木同德，上應熒惑歲星。凡此太陰司天之政，氣化運行後天，陰專其政，陽氣退辟，大風時起，天氣下降，地氣上騰，原野昏霧，白埃四起，雲奔南極，寒雨數至，物成於差夏。民病寒濕，腹滿身膜憤胕腫，痞逆寒厥拘急。濕寒合德，黃黑埃昏，流行氣交。上應鎮星辰星。凡此少陰司天之政，氣化運行先天，地氣肅，天氣明，寒交暑，熱加燥，雲馳雨府，濕化迺行，時雨迺降，金火合德，上應熒惑太白。【略】凡此厥陰司天之政，氣化運行後天，諸同正歲，氣化運行同天，天氣擾，地氣正，風生高遠，炎熱從之，雲趨雨府，濕化迺行，風火同德，上應歲星熒惑。

**《靈樞・營衛生會》** 岐伯答曰：人受氣於穀，穀入於胃，以傳與肺。五藏六府皆以受氣，其清者爲營，濁者爲衛。營在脉中，衛在脉外，營周不休，五十而復大會。陰陽相貫，如環無端。衛氣行於陰二十五度，行於陽二十五度，分爲晝夜，故氣至陽而起，至陰而止。

**《呂氏春秋・圜道》** 日夜一周，圜道也。月躔二十八宿，軫與角屬，圜道也。精行四時，一上一下各與遇，圜道也。物動則萌，萌而生，生而長，長而大，大而成，成乃衰，衰乃殺，殺乃藏，圜道也。雲氣西行，云云然，冬夏不輟，水泉東流，日夜不休；上不竭，下不滿，小爲大，重爲輕；圜道也。

**《千金要方・食治序論》** 陽爲氣，陰爲味，味歸形，形歸氣，氣歸精，精歸化，精食氣，形食味，化生精，氣生形。

**《素問入式運氣論奧・論生成數》** 天高寥廓，六氣回旋，以成四時，地厚幽深，五行生化，以成萬物。

**《素問入式運氣論奧・論六化》** 五行施形於地，爲化日用相生相制，爲萬物之宗元。推而上之，則其氣化，百度何可量也。

**《三因方・臟腑配天地論》** 韓子曰：形而上者謂之天，形而下者謂之地，介於其兩間者謂之人。人受天地之中以生，莫不稟二氣以成形。

**《脾胃論・飲食勞倦所傷始爲熱中論》**　古之至人，窮於陰陽之化，究乎生死之際，所著《内、外經》，悉言人以胃氣爲本。蓋人受水穀之氣以生，所謂清氣、榮氣、運氣、衛氣，春升之氣，皆胃氣之别稱也。夫胃爲水穀之海，飲食入胃，遊溢精氣，上輸於脾；脾氣散精，上歸於肺；通調水道，下輸膀胱；水精四布，五經並行，合於四時，五臟、陰陽，揆度以爲常也。

**《醫宗金鑑・運氣要訣》**　經曰：夫五運陰陽者，天地之道也，萬物之綱紀，變化之父母，生殺之本始，神明之府也，可不通乎？又曰：治不法天之紀，地之理，則災害至矣。又曰：不知年之所加，氣之盛衰，虚實之所起，不可以爲工矣。由是觀之，不知運氣而爲醫，欲其無失者鮮矣。

## 論説

**《管子・四時》**　管子曰：令有四時。無時則必視順天之所以來，五漫漫，六慆慆，孰知之哉？

唯聖人知四時，不知四時，乃失國之基。不知五穀之故，國家乃路。故天曰信明，地曰信聖，四時曰正。其王信明聖，其臣乃正。何以知其王之信明信聖也？曰：慎使能而善聽信之。使能之謂明，聽信之謂聖。信明聖者，皆受天賞。使不能爲慆，慆而忘也者，皆受天禍。是故上見成事而貴功，則民事接勞而不謀。上見功而賤，則爲人下者直，爲人上者驕。是故陰陽者天地之大理也，四時者陰陽之大經也，刑德者四時之合也。刑德合於時則生福，詭則生禍。然則春夏秋冬將何行？東方曰星，其時曰春，其氣曰風，風生木與骨。其德喜嬴，而發出節時，其事號令脩除神位，謹禱弊梗，宗正陽，治隄防，耕芸樹藝，正津梁，脩溝瀆，甃屋行水，解怨赦罪，通四方。然則柔風甘雨乃至，百姓乃壽，百蟲乃蕃，此謂星德。星者掌，發爲風。是故春行冬政則雕，行秋政則霜，行夏政則欲。是故春三月以甲乙之日發五政。一政曰論幼孤，舍有罪；二政曰賦爵列，授祿位；三政曰凍解脩溝瀆，復亡人；四政曰端險阻，脩封疆，正千伯；五政曰無殺麛天，毋賽華絕芊。五政苟時，春雨乃來。南方曰日，其時曰夏，其氣曰陽，陽生火與氣。其德施舍脩藥。其事號令賞賜爵，受祿順鄉，謹脩神祀，量功賞賢，以動陽氣。九暑乃至，時雨乃降，五穀百果乃登，此謂日德。中央曰土，土德實輔四時入出，以風雨節，土益力。土生皮肌膚。其德和平用均，中正無私，實輔四時，春嬴育，夏養長，秋聚收，冬閉藏。大寒乃極，國家乃昌，四方乃服，此謂歲德。日掌賞，賞爲暑。歲掌和，和爲雨。夏行春政則風，行秋政則水；行冬政則落。是故夏三月以丙丁之日發五政。一政曰求有功發勞力者而舉之；二政曰開久墳發故屋，辟故窮以假貧；三政曰令禁扇去笠，毋扱兔，除急漏田廬；四政曰求有德賜布施於民者而賞之；五政曰令禁置設禽獸，毋殺飛鳥。五政苟時，夏雨乃至也。西方曰辰，其時曰秋，其氣曰陰，陰生金與甲。其德憂哀、靜正、嚴順，居不敢淫佚。其事號令毋使民淫暴，順旅聚收，量民資以畜聚。賞彼羣幹，聚彼羣材，百物乃收，使民毋怠。所惡其察，所欲必得，我信則克。此謂辰德。辰掌收，收爲陰。秋行春政則榮，行夏政則水，行冬政則耗。是故秋三月以庚辛之日發五政。一政曰禁博塞，圉小辯，鬬譯跖；二政曰毋見五兵之刃；三政曰慎旅農，趣聚收。四政曰補缺寒坼；五政曰脩牆垣，周門閭。五政苟時，五穀皆入。北方曰月，其時曰冬，其氣曰寒，寒生水與血。其德淳越，溫怒，周密。其事號令脩禁徙民，令靜止，地乃不泄。斷刑致罰，無赦有罪，以符陰氣。大寒乃至，甲兵乃強，五穀乃熟，國家乃昌，四方乃備，此謂月德。月掌罰，罰爲寒。冬行春政則泄，行夏政則雷，行秋政則旱。是故冬三月以壬癸之日發五政。一政曰論孤獨，恤長老；二政曰善順陰，脩神祀，賦爵祿，授備位；三政曰效會計，毋發山川之藏；四政曰捕姦遁，得盜賊者有賞；五政曰禁遷徙，止流民，圉分異。五政苟時，冬事不過，所求必得，所惡必伏。是故春凋，秋榮，冬雷，夏有霜雪，此皆氣之賊也。刑德易節失次，則賊氣遽至；賊氣遽至，則國多菑殃。是故聖王務時而寄政焉，作教而寄武，作祀而寄德焉。此三者聖王所以合於天地之行也。日掌陽，月掌陰，星掌和。陽爲德，陰爲刑，和爲事。是故日食則失德之國惡之，月食則失刑之國惡之，彗星見則失和之國惡之，風與日爭明則失生之國惡之。是故，聖王日食則脩德，月食則脩刑，彗星見則脩和，風與日爭明則脩正。此四者，聖王所以免於天地之誅也。信能行之，五穀蕃息，六畜殖而甲兵強。治積則昌，暴虐積則亡。道生天地，德出賢人。道生德，德生正，正生事。是以聖王治天下。窮則反，終則始。德始於春，長於夏；刑始於秋，流於冬。刑德不失，四時如一。刑德離鄉，時乃逆行。作事不成，必有大殃。

月有三政，王事必理，以爲久長。不中者死，失理者亾。國有四時，固執王事，四守有所，三政執輔。

《管子・宙合》　左操五音，右執五味。懷繩與準鉤，多備規軸，減溜大成，是唯時德之節。春采生，秋采蔬，夏處陰，冬處陽，大賢之德長。明乃哲，哲乃明，奮乃苓，明哲乃大行。毒而無怒，怨而無言，欲而無謀。大揆度儀，若覺臥，若晦明，若敖之在堯也。毋訪於佞，毋蓄於諂，毋育於凶，毋監於讒。不正，廣其荒。不用其區區，鳥飛準繩。讒充末衡，易政利民。毋犯其凶，毋邇其求，而遠其憂。高爲其居，危顛莫之救。可淺可深，可浮可沈，可曲可直，可言可默。天不一時，地不一利，人不一事。可正而視，定而履，深而迹。夫天地一險一易，若鼓之有揨，擿擊則擊。天地，萬物之橐，宙合有橐天地。左操五音右執五味，此言君臣之分也。君出令佚，故立於左；臣任力勞，故立於右。夫五音不同聲而能調，此言君之所出令無妄也，而無所不順，順而令行政成；五味不同物而能和，此言臣之所任力無妄也，而無所不得，得而力務財多。故君出令，正其國而無齊其欲，一其愛而無獨與是。王施而無私，則海內來賓矣。臣任力，同其忠而無爭其利，不失其事而無有其名，分敬而無妒，則夫婦和勉矣。君失音則風律必流，流則亂敗；臣離味則百姓不養，百姓不養則衆散亡。君臣各能其分則國寧矣，故名之曰不德。懷繩與準鉤，多備規軸，減留大成，是唯時德之節。夫繩，扶撥以爲正；準，壞險以爲平；鉤，入枉而出直。此言聖君賢佐之制舉也。博而不失，因以備能而無遺。國猶是國也，民猶是民也，桀紂以亂亡，湯武以治昌。章道以教，明法以期，民之興善也如此，湯武之功是也。多備規軸者，成軸也。夫成軸之多也，其處大也不究，其入小也不塞，猶迹求履之憲也，夫焉有不適。善適善備也，僊也，是以無乏。故諭教者取辟焉。天淸陽，無計量；地化生，無法崖。所謂是而無非，非而無是，是非有，必交來。苟信是，以有不可先規之，必有不可識慮之。然將卒而不戒。故聖人博聞多見，畜道以待物，物至而對形，曲均存矣。減，盡也；溜，發也，言偏環畢，莫不備得。故曰：減溜大成。成功之術，必有巨獲，必周於德，審於時。時德之遇，事之會也，若合符然。故曰：是唯時德之節。春采生，秋采蔬，夏處陰，冬處陽。此言聖人之動靜、開闔、詘信、涅濡、取與之必因於時也。時則動，不時則靜。是以古之士有意而未可陽也。故愁其治言，含愁而藏之也。賢人之處亂世也，知道之不可行，則沈抑以辟罰，靜默以侔免。辟之也，猶夏之就淸，冬之就溫焉，可以無及於寒暑之菑矣，非爲畏死而不忠也。夫強言以爲僇，而功澤不加，進傷爲人君嚴之義，退害爲人臣者之生，其爲不利彌甚。故退身不舍端，修業不息版，以待淸明。故微子不與於紂之難而封於宋，以爲殷主。先祖不滅，後世不絕。故曰大賢之德長。明乃哲，哲乃明，奮乃苓，明哲乃大行。此言擅美主盛自奮也，以琅湯淩轢人，人之敗也常自此。是故聖人著之簡策，傳以告後進曰：奮，盛；苓，落也。盛而不落者，未之有也。故有道者不平其稱，不滿其量，不依其樂，不致其度。爵尊則肅士，祿豐則務施，功大而不伐，業明而不矜。夫名實之相怨久矣，是故絕而無交，惠者知其不可兩守，乃取一焉，故安而無憂。毒而無怒，此言止忿速濟沒法也。怨而無言，言不可不愼也。言不周密，反傷其身。故曰欲而無謀。言謀不可以泄，謀泄菑極。夫行忿速遂，沒法賊發，言輕謀泄，菑必及於身。故曰：毒而無怒，怨而無言，欲而無謀。大揆度儀，若覺臥，若晦明，言淵色以自詰也，靜默以審慮依賢可用也。仁良既明，通於可不利害之理，循發蒙也。故曰：若覺臥，若晦明，若敖之在堯也。毋訪於佞，言毋用佞人則私多行；毋蓄於諂，言毋聽諂，聽諂則欺上；毋育於凶，言毋使暴，使暴則傷民；毋監於讒，言毋聽讒，聽讒則失士。夫行私、欺上、傷民、失士，此四者用，所以害君義失正也。夫爲君上者，既失其義正，而倚以爲名譽；爲臣者，不忠而邪，以趨爵祿，亂俗敗世，以偷安懷樂，雖廣其威，可損也。故曰：不正，廣其荒。是以古之人，阻其路，塞其遂守而物修。故著之簡策，傳以告後世人曰：其爲怨也深，是以威盡焉。不用其區，區者虛也。人而無良焉，故曰虛也。凡堅解而不動，陼隄而不行，其於時必失，失則廢而不濟，失植之正而不謬，不可賢也，植而無能，不可善也。所賢美於聖人者，以其與變隨化也。淵泉而不盡，微約而流施，是以德之流潤澤均加於萬物。故曰：聖人參於天地。鳥飛準繩。此言大人之義也。夫鳥之飛也，必還山集谷。不還山則困，不集谷則死。山與谷之處也，不必正直。而還山集谷，曲則曲矣，而名繩焉。以爲鳥起於北，意南而至於南，起於南，意北而至於北，苟大意得，不以小缺爲傷。故聖人美而著之曰：千里之路，不可扶以繩；萬家之都，不可平以准。言大人之行，不必以先帝常，義立之謂賢。故爲上者之論其下也，不可以失此術也。充，言心也，心欲忠。末衡，言耳目也，耳目欲端。中正者，治之本也。

耳司聽，聽必順聞，聞審謂之聰。目司視，視必順見，見察謂之明。心司慮，慮必順言，言得謂之知。聰明以知則博，博而不悖，所以易政也。政易民利，利乃勸，勸則告聽不順不審不聰，不審不聰則繆。視不察不明，不察不明則過。慮不得不知，不得不知則昏。繆過以昏則憂，憂則所以伎苛，伎苛所以險政。政險民害，害乃怨，怨則凶。故曰：讒充末衡，言易政利民也。毋犯其凶，言中正以蓄慎也。毋邇其求，言上之敗，常貪於金玉馬女，而吝愛於粟米貨財也。厚藉斂於百姓，則萬民懟怨。遠其憂，言上之亡其國也。常邇其樂，立優美，而外淫於馳騁田獵，內縱於美色淫聲，下乃解怠惰失，百吏皆失其端，則煩亂以亡其國家矣。高爲其居，危顛莫之救，此言尊高滿大，而好矜人以麗，主盛處賢，而自予雄也。故盛必失而雄必敗。夫上既主盛處賢，以操士民，國家煩亂，萬民心怨，此其必亡也。猶自萬仞之山，播而入深淵，其死而不振也必。故曰：毋邇其求，而遠其憂，高爲其居，危顛莫之救也。可淺可深，可沈可浮，可曲可直，可言可默。此言指意要功之謂也。天不一時，地不一利，人不一事。是以著業不得不多，人之名位不得不殊。方明者察於事，故不官於物，而旁通於道。道也者，通乎無上，詳乎無窮，運乎諸生。是故辯於一言，察於一治，攻於一事者，可以曲說，而不可以廣舉。聖人由此知言之不可兼也，故博爲之治而計其意；知事之不可兼也，故名爲之說而況其功。歲有春秋冬夏，月有上下中旬，日有朝暮，夜有昏晨，半星辰序，各有其司。故曰：天不一時。山陵岑巖，淵泉閑流。泉踰濫而不盡，薄承濫而不滿，高下肥磽，物有所宜。故曰：地不一利。鄉有俗，國有法，食飲不同味，衣服異采，世用器械，規矩繩準，稱量數度，品有所成。故曰：人不一事。此各事之儀，其詳不可盡也。可正而視，言察美惡，審別良苦，不可以不審。操分不雜，故政治不悔，定而履，言處其位，行其路，爲其事，則民守其職而不亂，故葆統而好終。深而迹，言明墨章書，道德有常，則後世人人修理而不迷，故名聲不息。夫天地一險一易，若鼓之有椁，擿擂則擊。言苟有唱之，必有和之，和之不差，因以盡天地之道。景不爲曲物直，響不爲惡聲美。是以聖人明乎物之性者，必以其類來也。故君子繩繩乎慎其所先。天地，萬物之橐也，宙合有橐天地。天地苴萬物，故曰萬物之橐。宙合之意，上通於天之上，下泉於地之下，外出於四海之外，合絡天地以爲一裹。散之至於無間，不可名而止。是大之無外，小之無內，故曰有橐天地。其義不傳，一曲品之，不極一薄，然而曲品無治也。多內則富，時出則當。而聖人之道，貴富以當。奚謂當？本乎無妄之治，運乎無方之事。應變不失之謂當，變無不至，無有應當，本錯不敢忿。故言而名之曰宙合。

**《周易大傳・序卦》**　有天地，然後萬物生焉。盈天地之間者，唯萬物，故受之以屯。屯者，盈也。屯者，物之始生也。物生必蒙，故受之以蒙。蒙者，蒙也，物之穉也。物穉不可不養也，故受之以需。需者，飲食之道也。飲食必有訟，故受之以訟。訟必有衆起，故受之以師。師者，衆也。衆必有所比，故受之以比。比者，比也。比必有所畜，故受之以小畜。物畜然後有禮，故受之以履。履者，禮也。履而泰，然後安，故受之以泰。泰者，通也。物不可以終通，故受之以否。物不可以終否，故受之以同人。與人同者，物必歸焉，故受之以大有。有大者，不可以盈，故受之以謙。有大而能謙，必豫，故受之以豫。豫必有隨，故受之以隨。以喜隨人者必有事，故受之以蠱。蠱者，事也。有事而後可大，故受之以臨。臨者，大也。物大然後可觀，故受之以觀。可觀而後有所合，故受之以噬嗑。嗑者，合也。物不可以苟合而已，故受之以賁。賁者，飾也。致飾然後亨則盡矣，故受之以剝。剝者，剝也。物不可以終盡，剝窮上反下，故受之以復。復則不妄矣，故受之以無妄。有無妄物然後可畜，故受之以大畜。物畜然後可養，故受之以頤。頤者，養也。不養則不可動，故受之以大過。物不可以終過，故受之以坎。坎者，陷也。陷必有所麗，故受之以離。離者，麗也。

有天地然後有萬物，有萬物然後有男女，有男女然後有夫婦，有夫婦然後有父子，有父子然後有君臣，有君臣然後有上下，有上下然後禮義有所錯。夫婦之道，不可以不久也，故受之以恒。恒者，久也。物不可以久居其所，故受之以遯。遯者，退也。物不可以終遯，故受之以大壯。物不可以終壯，故受之以晉。晉者，進也。進必有所傷，故受之以明夷。夷者，傷也。傷於外者必反於家，故受之以家人。家道窮必乖，故受之以睽。睽者，乖也。乖必有難，故受之以蹇。蹇者，難也。物不可以終難，故受之以解。解者，緩也。緩必有所失，故受之以損。損而不已必益，故受之以益。益而不已必決，故受之夬。夬者，決也。決必有遇，故受之以姤。姤者，遇也。物相遇而後聚，故受之以萃。萃者，聚也。聚而上者謂之升，故受之以升。升而不已必困，故受之以困。困乎上者必反下，故受之以井。井道不可不革，故受之以革。

革物者莫若鼎，故受之以鼎。主器者莫若長子，故受之以震。震者，動也。物不可以終動，止之，故受之以艮。艮者，止也。物不可以終止，故受之以漸。漸者，進也。進必有所歸，故受之以歸妹。得其所歸者必大，故受之以豐。豐者，大也。窮大者必失其居，故受之以旅。旅而無所容，故受之以巽。巽者，入也。入而後說之，故受之以兌。兌者，說也。說而後散之，故受之以渙。渙者，離也。物不可以終離，故受之以節。節而信之，故受之以中孚。有其信者必行之，故受之以小過。有過物者必濟，故受之以既濟。物不可窮也，故受之以未濟。終焉。

**《周易大傳・雜卦》** 乾剛坤柔，比樂師憂。臨觀之義，或與或求。屯見而不失其居。蒙雜而著。震，起也。艮，止也。損、益，盛衰之始也。大畜，時也。無妄，災也。萃聚而升不來也。謙輕而豫怠也。噬嗑，食也。賁，無色也。兌見而巽伏也。隨，無故也。蠱，則飭也。剝，爛也。復，反也。晉，晝也。明夷，誅也。井通，而困相遇也。咸，速也。恒，久也。渙，離也。節，止也。解，緩也。蹇，難也。睽，外也。家人，內也。否、泰，反其類也。大壯則止，遯，則退也。大有，衆也。同人，親也。革，去故也。鼎，取新也。小過，過也。中孚，信也。豐，多故也。親寡，旅也。離上而坎下也。小畜，寡也。履，不處也。需，不進也。訟，不親也。大過，顛也。姤，遇也，柔遇剛也。漸，女歸待男行也。頤養正也。既濟，定也。歸妹，女之終也。未濟，男之窮也。夬，決也，剛決柔也，君子道長，小人道憂也。

**《列子・天瑞》** 有生不生，有化不化。不生者能生生，不化者能化化。生者不能不生，化者不能不化，故常生常化。常生常化者，無時不生，無時不化。陰陽爾，四時爾，不生者疑獨，不化者徃復。其際不可終，疑獨，其道不可窮。黃帝書曰：谷神不死，是謂玄牝。玄牝之門，是謂天地之根。綿綿若存，用之不動。故生物者不生，化物者不化。自生自化，自形自色，自智自力，自消自息。謂之生化、形色、智力、消息者，非也。子列子曰：昔者聖人因陰陽以統天地。夫有形者生於無形，則天地安從生？故曰：有太易，有太初，有太始，有太素。太易者，未見氣也；太初者，氣之始也；太始者，形之始也；太素者，質之始也。氣、形、質具而未相離，故曰渾淪。渾淪者，言萬物相渾淪而未相離也。視之不見，聽之不聞，循之不得，故曰易也。易無形埒，易變而爲一，一變而爲七，七變而爲九。九變者，究也，乃復變而爲一。一者，形變之始也。清輕者上爲天，濁重者下爲地，沖和氣者爲人；故天地含精，萬物化生。子列子曰：天地無全功，聖人無全能，萬物無全用。故天職生覆，地職形載，聖職教化，物職所宜。然則天有所短，地有所長，聖有所否，物有所通。何則？生覆者不能形載，形載者不能教化，教化者不能違所宜，宜定者不出所位。故天地之道，非陰則陽；聖人之教，非仁則義；萬物之宜，非柔則剛。此皆隨所宜而不能出所位者也。故有生者，有生生者；有形者，有形形者；有聲者，有聲聲者；有色者，有色色者；有味者，有味味者。生之所生者死矣，而生生者未嘗終；形之所形者實矣，而形形者未嘗有；聲之所聲者聞矣，而聲聲者未嘗發；色之所色者彰矣，而色色者未嘗顯；味之所味者嘗矣，而味味者未嘗呈。皆無爲之職也。能陰能陽，能柔能剛，能短能長，能圓能方，能生能死，能暑能涼，能浮能沈，能官能商，能出能沒，能玄能黃，能甘能苦，能羶能香。無知也，無能也，而無不知也，而無不能也。子列子適衛，食於道，從者見百歲髑髏，攓蓬而指，顧謂弟子百豐曰：唯子與彼知而未嘗生未嘗死也。此過養乎？此過歡乎？種有幾：若蠅爲鷂，得水爲蠛，得水土之際，則爲蠅蠙之衣。生於陵屯，則爲陵舄。陵舄得鬱栖，則爲烏足。烏足之根爲蟫蠙，其葉爲胡蝶。胡蝶胥也。化而爲蟲，生竈下，其狀若脫，其名曰鴝掇。鴝掇千日化而爲鳥，其名曰乾餘骨。乾餘骨之沫爲斯彌。斯彌爲食醯頤輅，食醯頤輅生乎食醯黃軦，食醯黃軦生乎九猷。九猷生乎瞀芮，瞀芮生乎腐蠯。羊肝化爲地皇，馬血之爲轉鄰也，人血之爲野火也。鷂之爲鸇，鸇之爲布穀，布穀久復爲鷂也。燕之爲蛤也，田鼠之爲鶉也，朽瓜之爲魚也，老韭之爲莧也，老羭之爲猨也，魚卵之爲蟲。亶爰之獸，自孕而生曰類。河澤之鳥，視而生曰鴟。純雌其名大腰，純雄其名稚蜂。思士不妻而感，思女不夫而孕。后稷生乎巨跡，伊尹生乎空桑。厥昭生乎濕。醯雞生乎酒。羊奚比乎不筍。久竹生青寧，青寧生程，程生馬，馬生人。人久入於機。萬物皆出於機，皆入於機。黃帝書曰：形動不生形而生影，聲動不生聲而生響，無動不生無而生有。形，必終者也天地終乎？與我偕終。終進乎？不知也。道終乎本無始，進乎本不久。有生則復於不生，有形則復於無形。不生者，非本不生者也；無形者，非本無形者也。生者，理之必終者也。終者不得不終亦如生者之不得不生。而欲怕其生，晝其終，惑於數也。精神者，天之分；骨骸者，地之分。屬天清

而散，屬地濁而聚。精神離形，各歸其真，故謂之鬼。鬼歸也，歸其真宅。黃帝曰：精神入其門，骨骸反其根，我尚何存？人自生至終，大化有四：嬰孩也，少壯也，老耄也，死亡也。其在嬰孩，氣專志一，和之至也，物不傷焉，德莫加焉。其在少壯，則血氣飄溢，欲慮充起，物所攻焉，德故衰焉。其在老耄，則欲慮柔焉，體將休焉，物莫先焉。雖未及嬰孩之全，方於少壯，間矣。其在死亡也，則之於息焉，反其極矣。孔子遊於太山，見榮啓期行乎郕之野，鹿裘帶索，鼓琴而歌。孔子問曰：先生所以樂，何也？對曰：吾樂甚多。天生萬物，唯人爲貴。而吾得爲人，是一樂也；男女之別，男尊女卑，故以男爲貴，吾既得爲男矣，是二樂也。人生有不見日月，不免襁褓者，吾既已行年九十矣，是三樂也。貧者士之常也，死者人之終也，處常得終，當何憂哉？孔子曰：善乎？能自寬者也。林類年且百歲，底春被裘，拾遺穗於故畦，並歌並進。孔子適衛，望之於野。顧謂弟子曰：彼叟可與言者，試往訊之！子貢請行。逆之壠端，面之而歎曰：先生曾不悔乎，而行歌拾穗？林類行不留，歌不輟。子貢叩之，不已，乃仰而應曰：吾何悔邪？子貢曰：先生少不勤行，長不競時，老無妻子，死期將至，亦有何樂而拾穗行歌乎？林類笑曰：吾之所以爲樂，人皆有之，而反以爲憂。少不勤行，長不競時，故能壽若此。老無妻子，死期將至，故樂若此。子貢曰：壽者人之情，死者人之惡。子以死爲樂，何也？林類曰：死之與生，一往一反。故死於是者，安知不生於彼？故吾知其不相若矣，吾又安知營營而求生非惑乎？亦又安知吾今之死不愈昔之生乎？子貢聞之，不喻其意，還以告夫子。夫子曰：吾知其可與言，果然；然彼得之而不盡者也。子貢倦於學，告仲尼曰：願有所息。仲尼曰：生無所息。子貢曰：然則賜息無所乎？仲尼曰：有焉耳。望其壙，睪如也，宰如也，墳如也，鬲如也，則知所息矣。子貢曰：大哉死乎！君子息焉，小人伏焉。仲尼曰：賜！汝知之矣。人胥知生之樂，未知生之苦；知老之憊，未知老之佚；知死之惡，未知死之息也。晏子曰：善哉，古之有死也！仁者息焉，不仁者伏焉。死也者，德之徼也。古者謂死人爲歸人。夫言死人爲歸人，則生人爲行人矣。行而不知歸，失家者也。一人失家，一世非之；天下失家，莫知非焉。有人去鄉土、離六親、廢家業、游於四方而不歸者，何人哉？世必謂之爲狂蕩之人矣。又有人鍾賢世、矜巧能、修名譽、誇張於世而不知已者，亦何人哉？世必以爲智謀之士。此二者，胥失者也。而世與一不與一，唯聖人知所與，知所去。【略】粥熊曰：運轉亡已，天地密移，疇覺之哉？故物損於彼者盈於此，成於此者虧於彼。損盈成虧，隨世隨死。徃來相接，間不可省，疇覺之哉？凡一氣不頓進，一形不頓虧；亦不覺其成，不覺其虧。亦如人自世至老，貌色智態，亡日不異；皮膚爪髮，隨世隨落，非嬰孩時有停而不易也。間不可覺，俟至後知。杞國有人憂天地崩墜，身亡所寄，廢寢食者；又有憂彼之所憂者，因往曉之，曰：天，積氣耳，亡處亡氣。若屈伸呼吸，終日在天中行止，奈何憂崩墜乎？其人曰：天果積氣，日月星宿，不當墜邪？曉之者曰：日月星宿，亦積氣中之有光耀者，只使墜，亦不能有所中傷。其人曰：奈地壞何？曉者曰：地積塊耳，充塞四虛，亡處亡塊。若踏步跳蹈，終日在地上行止，奈何憂其壞？其人舍然大喜，曉之者亦舍然大喜。長廬子聞而笑之曰：虹蜺也，雲霧也，風雨也，四時也，此積氣之成乎天者也。山岳也，河海也，金石也，火木也，此積形之成乎地者也。知積氣也，知積塊也，奚謂不壞？夫天地，空中之一細物，有中之最巨者。難終難窮，此固然矣；難測難識，此固然矣。憂其壞者，誠爲大遠；言其不壞者，亦爲未是。天地不得不壞，則會歸於壞。遇其壞時，奚爲不憂哉？子列子聞而笑曰：言天地壞者亦謬，言天地不壞者亦謬。壞與不壞，吾所不能知也。雖然，彼一也，此一也。故生不知死，死不知生；來不知去，去不知來。壞與不壞，吾何容心哉？舜問乎丞曰：道可得而有乎？曰：汝身非汝有也，汝何得有夫道？舜曰：吾身非吾有，孰有之哉？曰：是天地之委形也。生非汝有，是天地之委和也。性命非汝有，是天地之委順也。孫子非汝有，是天地之委蛻也。故行不知所往，處不知所持，食不知所以。天地強陽，氣也，又胡可得而有邪？【略】吾聞天有時，地有利。吾盜天地之時利，雲雨之滂潤，山澤之産育，以生吾禾，殖吾稼，築吾垣，建吾舍。陸盜禽獸，水盜魚鱉，亡非盜也。夫禾稼、土木、禽獸、魚鱉，皆天之所生，豈吾之所有？然吾盜天而亡殃。夫金玉珍寶，穀帛財貨，人之所聚，豈天之所與？若盜之而獲罪，孰怨哉？向氏大惑，以爲國氏之重罔已也，過東郭先生問焉。東郭先生曰：若一身庸非盜乎？盜陰陽之和以成若生，載若形，況外物而非盜哉？誠然，天地萬物不相離也，認而有之，皆惑也。

**《禮記・月令》** 仲夏之月，是月也，日長至，陰陽爭，死生分。君子齋

戒，處必掩身，毋躁；止聲色，毋或進；薄滋味，毋致和；節嗜慾，定心氣。

仲冬之月，是月也，日短至，陰陽爭，諸生蕩。君子齋戒，處必掩身，身欲寧，去聲色戴。禁嗜慾，安形性。事欲靜，以待陰陽之所定。

**《大戴禮記・曾子天圓》** 陽之精氣曰神，陰之精氣曰靈。神靈，品物之本也。而禮樂，仁義之祖也，而善否，治亂所興作也。陰陽之氣各盡其所則靜矣。偏則風，俱則雷，交則電，亂則霧，和則雨。陽氣勝則散爲雨露，陰氣勝則凝爲霜雪。陽之專氣爲雹，陰之專氣爲霰。霰雹者，一氣之化也。毛蟲，毛而後生羽蟲，羽而後生毛。羽之蟲，陽氣之所生也。介蟲，介而後生鱗蟲，鱗而後生介鱗之蟲，陰氣之所生也。唯人爲倮匈而後生也，陰陽之精也。毛蟲之精者曰麟，羽蟲之精者曰鳳，介蟲之精者曰龜，鱗蟲之精者曰龍，倮蟲之精者曰聖人。龍非風不舉，龜非火不兆，此皆陰陽之際也。

**《鬼谷子・反應》** 古之大化者，乃與無形俱生。反以觀往，覆以驗來，反以知古，覆以知今；反以知彼，覆以知己。動靜虛實之理，不合來今，反古而求之。事有反而得覆者，聖人之意也，不可不察。人言者，動也；已然默者，靜也。因其言，聽其辭。言有不合者，反而求之，其應必出。言有象，事有比。其有象比，以觀其次。象者，象其事。比者，比其辭也。以無形求有聲，其釣語合事，得人實也。其張置網而取獸也，多張其會而司之。道合其事，彼自出之，此釣人之網也。常持其網驅之，其言無比，乃爲之變，以象動之，以報其心，見其情，隨而牧之。已反往，彼覆來，言有象比，因而定基。重之襲之，反之覆之，萬事不失其辭。聖人所誘愚智，事皆不疑。古善反聽者，乃變鬼神以得其情。其變當也，而牧之審也。牧之不審，得情不明；得情不明，定基不審。變象比，必有反辭，以還聽之，欲聞其聲反默，欲張反斂，欲高反下，欲取反與，欲開情者，象而比之，以牧其辭，同聲相呼，實理同歸。或因此，或因彼，或以事上，或以牧下。此聽真僞，知同異，得其情詐也。動作言默，與此出入，喜怒由此以見其式，皆以先定爲之法則。以反求覆，觀其所托。故用此者，已欲平靜，以聽其辭，察其事，論萬物，別雄雌。雖非其事，見微知類。若探人而居其內，量其能射其意也。符應不失，如螣蛇之所指，若羿之引矢。故知之始己，自知而後知人也。其相知也，如比目之魚。見形也，如光之與影也。其察言也，不失若磁石之取鍼，舌之取燔骨。其與人也微，其見情也疾。如陰與陽，如陽與陰；如圓與方，如方與圓。未見形圓以道之；既見形方以事之。進退左右，以是司之。己不先定，牧人不正，事用不巧，是謂：忘情失道；己審先定以牧人，策而無形容，莫見其門，是謂：天神。

**《靈樞・營氣》** 黃帝曰：營氣之道，內穀爲寶。穀入於胃，乃傳之肺，流溢於中，布散於外，精專者行於經隧，常營無已，終而復始，是謂天地之紀。故氣從太陰出，注手陽明，上行注足陽明，下行至跗上，注大指間，與太陰合，上行抵髀。從脾注心中，循手少陰出腋下臂，注小指，合手太陽，上行乘腋出頓內，注目內眥，上巔下項，合足太陽，循脊下尻，下行注小指之端，循足心注足少陰，上行注腎。從腎注心，外散於胸中，循心主脉出腋下臂，出兩筋之間，入掌中，出中指之端，還注小指次指之端，合手少陽，上行注膻中，散於三焦，從三焦注膽，出脇注足少陽，下行至跗上，復從跗注大指間，合足厥陰，上行至肝。從肝上注肺，上循喉嚨，入頏顙之竅，究於耆門。其支別者，上額循巔下項中，循脊入骶，是督脉也，絡陰器，上過毛中，入臍中，上循腹裏，入缺盆，下注肺中，復出太陰。此營氣之所行也，逆順之常也。

**《靈樞・衛氣行》** 黃帝問於岐伯曰：願聞衛氣之行，出入之合，何如？伯高曰：歲有十二月，日有十二辰，子午爲經，卯酉爲緯。天周二十八宿，而一面七星，四七二十八星，房昴爲緯，虛張爲經。是故房至畢爲陽，昏至心爲陰，陽主晝，陰主夜。故衛氣之行，一日一夜五十周於身，晝日行於陽二十五周，夜行於陰二十五周，周於五藏。是故平旦陰盡，陽氣出於目，目張則氣上行於頭，循項下足太陽，循背下至小指之端。其散者，別於目銳眥，下手太陽，下至手小指之間外側。其散者，別於目銳眥，下足少陽，注小指次指之間。以上循手少陽之分，側下至小指之間。別者以上至耳前，合於頷脉，注足陽明，以下行至跗上，入五指之間。其散者，從耳下下手陽明，入大指之間，入掌中。其至於足也，入足心，出內踝，下行陰分，復合於目，故爲一周。是故日行一舍，人氣行一周與十分身之八；日行二舍，人氣行二周於身與十分身之六；日行三舍，人氣行於身五周與十分身之四；日行四舍，人氣行於身七周與十分身之二；日行五舍，人氣行於身九周；日行六舍，人氣行於身十周與十分身之八；日行七舍，人氣行於身十二周在身與十分身之六；日行十四舍，人氣二十五周於身有奇分與十分身之四，陽盡於陰，

陰受氣矣。其始入於陰，常從足少陰注於腎，腎注於心，心注於肺，肺注於肝，肝注於脾，脾復注於腎爲周。是故夜行一舍，人氣行於陰蔵一周與十分蔵之八，亦如陽行之二十五周，而復合於目。陰陽一日一夜，合有奇分十分身之四，與十分蔵之二，是故人之所以臥起之時有早晏者，奇分不盡故也。黄帝曰：衛氣之在於身也，上下往來不以期，候氣而刺之奈何？伯高曰：分有多少，日有長短，春秋冬夏，各有分理，然後常以平旦爲紀，以夜盡爲始。是故一日一夜，水下百刻，二十五刻者，半日之度也，常如是毋已，日入而止，隨日之長短，各以爲紀而刺之。謹候其時，病可與期，失時反候者，百病不治。故曰：刺實者，刺其來也；刺虚者，刺其去也。此言氣存亡之時，以候虚實而刺之。是故謹候氣之所在而刺之，是謂逢時。在於三陽，必候其氣在於陽而刺之；病在於三陰，必候其氣在陰分而刺之。水下一刻，人氣在太陽；水下二刻，人氣在少陽；水下三刻，人氣在陽明；水下四刻，人氣在陰分。水下五刻，人氣在太陽；水下六刻，人氣在少陽；水下七刻，人氣在陽明；水下八刻，人氣在陰分。水下九刻，人氣在太陽；水下十刻，人氣在少陽；水下十一刻，人氣在陽明；水下十二刻，人氣在陰分。水下十三刻，人氣在太陽；水下十四刻，人氣在少陽；水下十五刻，人氣在陽明；水下十六刻，人氣在陰分。水下十七刻，人氣在太陽；水下十八刻，人氣在少陽；水下十九刻，人氣在陽明；水下二十刻，人氣在陰分。水下二十一刻，人氣在太陽；水下二十二刻，人氣在少陽；水下二十三刻，人氣在陽明；水下二十四刻，人氣在陰分。水下二十五刻，人氣在太陽，此半月之度也。從房至畢一十四舍，水下五十刻，日行半度，迴行一舍，水下三刻與七分刻之四。大要曰常以日之加於宿上也，人氣在太陽。是故日行一舍，人氣行三陽，行與陰分，常如是無已，天與地同紀，紛紛盼盼，終而復始，一日一夜，水下百刻而盡矣。

**《素問・氣交變大論》**　黄帝問曰：五運更治，上應天暮，陰陽往復，寒暑迎隨，真邪相薄，内外分離，六經波蕩，五氣傾移，太過不及，專勝兼並，願言其始，而有常名，可得聞乎？岐伯稽首再拜對曰：昭乎哉問也！是明道也。此上帝所貴，先師傳之，臣雖不敏，往聞其旨。帝曰：余聞得其人不教，是謂失道，傳非其人，慢泄天寶。余誠非德，未足以受至道，然而衆子哀其不終，願夫子保於無窮，流於無極，余司其事，則而行之奈何？岐伯曰：請遂言之也。《上經》曰：夫道者，上知天文，下知地理，中知人事，可以長久。此之謂也。帝曰：何謂也？岐伯曰：本氣位也。位天者，天文也。位地者，地理也。通於人氣之變化者，人事也。故太過者先天，不及者後天，所謂治化而人應之也。帝曰：五運之化，太過何如？岐伯曰：歲木太過，風氣流行，脾土受邪。民病飧泄食減，體重煩寃，腸鳴腹支滿，上應歲星。甚則忽忽善怒，眩冒巔疾。化氣不政，生氣獨治，雲物飛動，草木不寧，甚而搖落，反脇痛而吐甚，衝陽絶者死不治，上應太白星。歲火太過，炎暑流行，金肺受邪。民病瘧，少氣欬喘，血溢血泄注下，嗌燥耳聾，中熱肩背熱，上應熒惑星。甚則胃中痛，脇支滿脇痛，膺背肩胛間痛，兩臂内痛，身熱骨痛而爲浸淫。收氣不行，長氣獨明，雨水霜寒，上應辰星。上臨少陰少陽，火燔焫，冰泉涸，物焦槁，病反譫妄狂越，欬喘息鳴，下甚血溢泄不已，太淵絶者死不治，上應熒惑星。歲土太過，雨濕流行，腎水受邪。民病腹痛，清厥意不樂，體重煩寃，上應鎮星。甚則肌肉萎，足痿不收，行善瘈，腳下痛，飲發中滿食減，四支不舉。變生得位，藏氣伏，化氣獨治之，泉涌河衍，涸澤生魚，風雨大至，土崩潰，鱗見於陸，病腹滿溏泄腸鳴，反下甚而太谿絶者死不治，上應歲星。歲金太過，燥氣流行，肝木受邪。民病兩脇下少腹痛，目赤痛眥瘍，耳無所聞。肅殺而甚，則體重煩寃，胃痛引背，兩脇滿且痛引少腹，上應太白星。甚則喘欬逆氣，肩背痛，尻陰股膝髀腨骭足皆病，上應熒惑星。收氣峻，生氣下，草木斂，蒼乾凋隕，病反暴痛，胠脇不可反側，欬逆甚而血溢，太衝絶者死不治，上應太白星。歲水太過，寒氣流行，邪害心火。暴虐乃然民病身熱煩心躁悸，陰厥上下中寒，譫妄心痛，寒氣早至，上應辰星。甚則腹大脛腫，喘欬，寖汗出憎風，大雨至，埃霧朦鬱，上應鎮星。上臨太陽，雨冰雪，霜不時降，濕氣變物，病反腹滿腸鳴，溏泄食不化，渴而妄冒，神門絶者死不治，上應熒惑，辰星。帝曰：善。其不及何如？岐伯曰：悉乎哉問也！歲木不及，燥迺大行，生氣失應，草木晚榮，肅殺而甚，則剛木辟著，悉萎蒼乾，上應太白星，民病中清，胠脇痛，少腹痛，腸鳴溏泄，涼雨時至，上應太白星，其穀蒼。上臨陽明，生氣失政，草木再榮，化氣迺急，上應太白、鎮星，其主蒼早。復則炎暑流火，濕性燥，柔脆草木焦槁，下體再生，華實齊化，病寒熱瘡瘍痈胗癰痤，上應熒惑、太白，其穀白堅。白露早降，收殺氣行，寒雨害物，蟲食甘黄，脾土受邪，赤氣後化，心氣晚治，上勝肺金，白氣迺屈，其穀不成，欬而鼽，

上應熒惑、太白星。歲火不及，寒廼大行，長政不用，物榮而下凝，慘而甚，則陽氣不化，廼折榮美，上應辰星，民病胷中痛，脇支滿，兩脇痛，膺背肩胛間及兩臂內痛，鬱冒朦昧，心痛暴瘖，胷腹大，脇下與腰背相引而痛，甚則屈不能伸，髖髀如別，上應熒惑、辰星，其穀丹。復則埃鬱，大雨且至，黑氣廼辱，病鶩溏腹滿，食飲不下，寒中腸鳴，泄注腹痛，暴攣痿痺，足不任身，上應鎮星、辰星，玄穀不成。歲土不及，風廼大行，化氣不令，草木茂榮，飄揚而甚，秀而不實，上應歲星，民病飧泄霍亂，體重腹痛，筋骨繇復，肌肉瞤酸，善怒，藏氣舉事，蟄蟲早附，咸病寒中，上應歲星、鎮星，其穀黔。復則收政嚴峻，名木蒼凋，胷脇暴痛，下引少腹，善大息，蟲食甘黃，氣客於脾，黔穀廼減，民食少失味，蒼穀廼損，上應太白、歲星。上臨厥陰，流水不冰，蟄蟲來見，藏氣不用，白廼不復，上應歲星，民廼康。歲金不及，炎火廼行，生氣廼用，長氣專勝，庶物以茂，燥爍以行，上應熒惑星，民病肩背瞀重，鼽嚏血便注下，收氣廼後，上應太白星，其穀堅芒。復則寒雨暴至，廼零冰雹霜雪殺物，陰厥且格，陽反上行，頭腦戶痛，延及囟頂發熱，上應辰星，丹穀不成，民病口瘡，甚則心痛。歲水不及，濕廼大行，長氣反用，其化廼速，暑雨數至，上應鎮星，民病腹滿身重，濡泄寒瘍流水，腰股痛發，膕腨股膝不便，煩寃足痿清厥，腳下痛，甚則跗腫，藏氣不政，腎氣不衡，上應辰星，其穀秬。上臨太陰，則大寒數舉，蟄蟲早藏，地積堅冰，陽光不治，民病寒疾於下，甚則腹滿浮腫，上應鎮星，其主黔穀。復則大風暴發，草偃木零，生長不鮮，面色時變，筋骨併辟，肉瞤瘛，目視眈眈，物疎璺，肌肉胗發，氣並鬲中，痛於心腹，黃氣廼損，其穀不登，上應歲星。帝曰：善。願聞其時也。岐伯曰：悉哉問也！木不及，春有鳴條律暢之化，則秋有霧露清涼之政，春有慘淒殘賊之勝，則夏有炎暑燔爍之復，其眚東，其藏肝，其病內舍胠脇，外在關節。火不及，夏有炳明光顯之化，則冬有嚴肅霜寒之政，夏有慘淒凝冽之勝，則不時有埃昏大雨之復，其眚南，其藏心，其病內舍膺脇，外在經絡。土不及，四維有埃雲潤澤之化，則春有鳴條鼓折之政，四維發振拉飄騰之變，則秋有肅殺霖霪之復，其眚四維，其藏脾，其病內舍心腹，外在肌肉四支。金不及，夏有光顯鬱蒸之令，則冬有嚴凝整肅之應，夏有炎爍燔燎之變，則秋有冰雹霜雪之復，其眚西，其藏肺，其病內舍膺脇肩背，外在皮毛。水不及，四維有湍潤埃雲之化，則不時有和風生發之應，四維發埃昏驟注之變，則不時有飄蕩振拉之復，其眚北，其藏腎，其病內舍腰脊骨髓，外在谿谷踹膝。夫五運之政，猶權衡也，高才抑之，下者舉之，化者應之，變者復之，此生長化成收藏之理，氣之常也，失常則天地四塞矣。故曰：天地之動靜，神明爲之紀，陰陽之往復，寒暑彰其兆。此之謂也。帝曰：夫子之言五氣之變，四時之應，可謂悉矣。夫氣之動亂，觸遇而作，發無常會，卒然災合，何以期之？岐伯曰：夫氣之動變，固不常在，而德化政令災變，不同其候也。帝曰：何謂也？岐伯曰：東方生風，風生木，其德敷和，其化生榮，其政舒啟，其令風，其變振發，其災散落。南方生熱，熱生火，其德彰顯，其化蕃茂，其政明曜，其令熱，其變燔焫。中央生濕，濕生土，其德溽蒸，其化豐備，其政安靜，其令濕，其變驟注，其災霖潰。西方生燥，燥生金，其德清潔，其化緊斂，其政勁切，其令燥，其變肅殺，其災蒼隕。北方生寒，寒生水，其德淒滄，其化清謐，其政凝肅，其令寒，其變凜冽，其災冰雪霜雹。是以察其動也，有德有化，有政有令，有變有災，而物由之，而人應之也。帝曰：夫子之言歲候，不及其太過，而上應五星。今夫德化政令，災眚變易，非常而有也，卒然而動，其亦爲之變乎。岐伯曰：承天而行之，故無妄動，無不應也。卒然而動者，氣之交變也，其不應焉。故曰：應常不應卒。此之謂也。帝曰：其應奈何？岐伯曰：各從其氣化也。帝曰：其行之徐疾逆順何如？岐伯曰：以道留久，逆守而小，是謂省下。以道而去，去而速來，曲而過之，是謂省遺過也。久留而環，或離或附，是謂議災與其德也。應近則小，應遠則大。芒而大倍常之一，其化甚；大常之二，其眚即也。小常之一，其化減；小常之二，是謂臨視，省下之過與其德也。德者福之，過者伐之。是以象之見也，高而遠則小，下而近則大，大則喜怒邇，小則禍福遠。歲運太過，則運星北越，運氣相得，則各行以道。故歲運太過，畏星失色而兼其母，不及，則色兼其所不勝。肖者瞿瞿，莫知其妙，閔閔之當，孰者爲良，妄行無徵，示畏侯王。帝曰：無應何如？岐伯曰：亦各從其化也，故時至有盛衰，淩犯有逆順，留守有多少，形見有善惡，宿屬有勝負，徵應有吉凶矣。帝曰：其善惡何謂也？岐伯曰：有喜有怒，有憂有喪，有澤有燥，此象之常也，必謹察之。帝曰：六者高下異乎？岐伯曰：象見高下，其應一也，故人亦應之。帝曰：善。其德化政令之動靜損益皆何如？岐伯曰：夫德化政令災變，不能相加也。勝復盛衰，不能相多也。往來小大，不能相過也。用之升降，不能相無也。各從其動而復之耳。帝曰：其

病生何如？岐伯曰：德化者氣之祥，政令者氣之章，變易者復之紀，災眚者傷之始，氣相勝者和，不相勝者病，重感於邪則甚也。帝曰：善。所謂精光之論。大聖之業，宣明大道，通於無窮，究於無極也。余聞之，善言天者，必應於人，善言古者，必驗於今，善言氣者，必彰於物，善言應者，同天地之化，善言化言變者，通神明之理，非夫子孰能言至道歟！廼擇良兆而藏之靈室，每旦讀之，命曰《氣交變》，非齋戒不敢發，慎傳也。

**《春秋繁露・天道無二》**　天之常道，相反之物也，不得兩起，故謂之一。一而不二者，天之行也。陰與陽，相反之物也，故或出或入，或右或左，春俱南，秋俱北，夏交於前，冬交於後，竝行而不同路，交會而各代理，此其文與？天之道，有一出一入，一休一伏，其度一也，然而不同意。陽之出，常縣於前而任歲事；陰之出，常縣於後而守空虛。陽之休也，功已成於上而伏於下；陰之伏也，不得近義而遠其處也。天之任陽不任陰，好德不好刑如是。故陽出而前，陰出而後，尊德而卑刑之心見矣。陽出而積於夏，任德以歲事也；陰出而積於冬，錯刑於空處也。必以此察之。天無常於物，而一於時，時之所宜，而一爲之。故開一塞一起一廢一，至畢時而止，終有復始於一。一者，一也。是於天凡在陰位者皆惡亂善，不得主名，天之道也。故常一而不滅，天之道。事無大小，物無難易。反天之道，無成者。是以目不能二視，耳不能二聽，手不能二事。一手畫方，一手畫圓，莫能成。人爲小易之物，而終不能成，反天之不可行如是。是故古之人物而書文，心止於一中者，謂之忠；持二中者，謂之患。患，人之中不一者也。不一者，故患之所由生也。是故君子賤二而貴一。人孰無善，善不一，故不足以立身。治孰無常？常不一，故不足以致功。詩云：上帝臨汝，無二爾心。知天道者之言也！

**《春秋繁露・四時之副》**　天之道，春暖以生，夏暑以養，秋清以殺，冬寒以藏。暖暑清寒，異氣而同功，皆天之所以成歲也。聖人副天之所行以爲政，故以慶副暖而當春，以賞副暑而當夏，以罰副清而當秋，以刑副寒而當冬。慶賞罰刑，異事而同功，皆王者之所以成德也。慶賞罰刑與春秋冬，以類相應也，如合符。故曰王者配天，謂其道。天有四時，王有四政若四時，通類也，天人所同有也。慶爲春，賞爲夏，罰爲秋，刑爲冬。慶賞罰刑之不可不具也，如春夏秋冬不可有備也。慶賞罰刑，當其處不可不發，若暖暑清寒，當其時不可不出也。慶賞罰刑各有正處，如春夏秋冬各有時也。四政者，不可以相干也，猶四時不可相干也。四政者，不可以易處也，猶四時不可易處。故慶賞罰刑有不行於其正處者，《春秋》譏也。

**《春秋繁露・人副天數》**　天德施，地德化，人德義。天氣上，地氣下，人氣在其間。春生夏長，百物以興；秋殺冬收，百物以藏。故莫精於氣，莫富於地，莫神於天。天地之精所以生物者，莫貴於人。人受命乎天也，故超然有以倚。物疢疾莫能爲仁義，唯人獨能爲仁義；物疢疾莫能偶天地，唯人獨能偶天地。人有三百六十節，偶天之數也；形體骨肉，偶地之厚也。上有耳目聰明，日月之象也；體有空竅理脈，川谷之象也；心有哀樂喜怒，神氣之類也。觀人之體一，何高物之甚，而類於天也。物旁折取天之陰陽以生活耳，而人乃爛然有其文理。是故凡物之形，莫有伏從旁折天地而行，人獨題直立端尚，正正當之。是故所取天地少者，旁折之；反取天地多者，正當之。此見人之絕於物而參天地。是故人之身，娑而員，象天容也；髮，象星辰也；耳目戾戾，象日月也；鼻口呼吸，象風氣也；胸中達知，象神明也；腹胞實虛，象百物也。百物者最近地，故要以下，地也。天地之象，以要爲帶。頸以上者，精神尊嚴，明天類之狀也；頸而下者，豐厚卑辱，上壤之比也。足布而方，地形之象也。是故禮，帶置紳必真其頸，以別心也。帶而上者盡爲陽，帶而下者盡爲陰，各其分。陽，天氣也；陰，地氣也。故陰陽之動，使人足病，喉痹起，則地氣上爲雲雨，而象亦應之也。天地之符，陰陽之副，常設於身，身猶天也，數與之相參，故命與之相連也。天以終歲之數，成人之身，故小節三百六十六，副日數也；大節十二分，副月數也；內有五臟，副五行數也；外有四肢，副四時數也；乍視乍瞑，副晝夜也；乍剛乍柔，副冬夏也；乍哀乍樂，副陰陽也；心有計慮，副度數也；行有倫理，副天地也；此皆暗膚著身，與人俱生，比而偶之弇合，於其可數也，副數；不可數者，副類。皆當同而副天，一也。是故陳其有形以著其無形者，拘其可數以著其不可數者。以此言道之亦宜以類相應，猶其形也，以數相中也。

**《春秋繁露・同類相動》**　今平地注水，去燥就濕；均薪施火，去濕就燥；百物去其所與異，而從其所與同。故氣同則會，聲比則應，其驗皦然也。試調琴瑟而錯之，鼓其宮則他宮應之，鼓其商而他商應之，五音比而自鳴，非有神，其數然也。美事召美類，惡事召惡類，類之相應而起也。如馬鳴

則馬應之，牛鳴則牛應之。帝王之將興也，其美祥亦先見；其將亡也，妖孽亦先見，物故以類相召也，故以龍致雨，以扇逐暑，軍之所處以棘楚。美惡皆有從來，以爲命，莫知其處所。天將陰雨，人之病故爲之先動，是陰相應而起也。天將欲陰雨，又使人欲睡臥者，陰氣也。有憂亦使人臥者，是陰相求也；有喜者，使人不欲臥者，是陽相索也。水得夜益長數分，東風而酒湛溢，病者至夜而疾益甚，雞至幾明，皆鳴而相薄。其氣益精；故陽益陽而陰益陰，陰陽之氣，因可以類相益損也。天有陰陽，人亦有陰陽。天地之陰氣起，而人之陰氣應之而起，人之陰氣起，天地之陰氣亦宜應之而起，其道一也。明於此者，欲致雨則動陰以起陰，欲止雨則動陽以起陽，故致雨非神也。而疑於神者，其理微妙也。非獨陰陽之氣可以類進退也，雖不祥禍福所從生，亦由是也。無非已先起之，而物以類應之而動者也。故聰明聖神，內視所聽，言爲明聖，內視反聽，故獨明聖者知其本心皆在此耳。故琴瑟報彈其宮，他宮自鳴而應之，此物之以類動者也。其動以聲而無形，人不見其動之形，則謂之自鳴也。又相動無形，則謂之自然，其實非自然也，有使之然者矣。物固有實使之，其使之無形，《尚書傳言》：周將興之時，有大赤鳥銜穀之種，而集王屋之上者，武王喜，諸大夫皆喜。周公曰：茂哉！茂哉！天之見此以勸之也。恐恃之。

**《春秋繁露・循天之道》** 循天之道，以養其身，謂之道也。天有兩和以成二中，歲立其中，用之無窮。是北方之中用合陰，而物始動於下，南方之中用合陽，而養始美於上。其動於下者，不得東方之和不能生，中春是也。其養於上者，不得西方之和不能成，中秋是也。然則天地之美惡，在兩和之處，二中之所來歸而遂其爲也。是故東方生而西方成，東方和生北方之所起，西方和成南方之所養長。起之不至於和之所不能生；養長之不至於和之所不能成。成於和，生必和也；始於中，止必中也。中者，天地之所終始也；而和者，天地之所生成也。夫德莫大於和，而道莫正於中。中者，天地之美達理也，聖人之所保守也。《詩》云：不剛不柔，布政優優。此非中和之謂與？是故能以中和理天下者，其德大盛；能以中和養其身者，其壽極命。男女之法，法陰與陽。陽氣起於北方，至南方而盛，盛極而合乎陰。陰氣起乎中夏，至中冬而盛，盛極而合乎陽。不盛不合。是故十月而壹俱盛，終歲而乃再合。天地久節，以此爲常，是故先法之內矣，養身以全，使男子不堅牡不家室，陰不極盛不相接。是故身精明，難衰而堅固，壽攷無忒，此天地之道也。天氣先盛牡而後施精，故其精固；地氣盛牝而後化，故其化良。是故陰陽之會，冬合北方而物動於下，夏合南方而物動於上。上下之大動，皆在日至之後。爲寒則凝冰裂地，爲熱則焦沙爛石。氣之精至於是，故天地之化，春氣生而百物皆出，夏氣養而百物皆長，秋氣殺而百物皆死，冬氣收而百物皆藏。是故惟天地之氣而精，出入無形，而物莫不應，實之至也。君子法乎其所貴。天地之陰陽當男女，人之男女當陰陽。陰陽亦可以謂男女，男女亦可以謂陰陽。天地之經，至東方之中而所生大養，至西方之中而所養大成，一歲四起業，而必於中。中之所爲，而必就於和，故曰和其要也。和者，天之正也，陰陽之平也，其氣最良，物之所生也。誠擇其和者，以爲大得天地之奉也。天地之道，雖有不和者，必歸之於和，而所爲有功；雖有不中者，必止之於中，而所爲不失。是故陽之行，始於北方之中，而止於南方之中；陰之行，始於南方之中，而止於北方之中。陰陽之道不同，至於盛而皆止於中，其所始起皆必於中，中者，天地之太極也，日月之所至而卻也，長短之隆，不得過中，天地之制也。兼和與不和，中與不中，而時用之，盡以爲功。是故時無不時者，天地之道也。順天之道，節者天之制也，陽者天之寬也，陰者天之急也，中者天之用也，和者天之功也。舉天地之道，而美於和，是故物生，皆貴氣而迎養之。孟子曰：我善養吾浩然之氣者也。謂行必終禮，而必自喜，常以陽得生其意也。公孫之養氣曰：裏藏泰實則氣不通，泰虛則氣不足，熱勝則氣口，寒勝則氣口，泰勞則氣不入，泰佚則氣宛至，怒則氣高，喜則氣散，憂則氣狂，懼則氣懾。凡此十者，氣之害也，而皆生於不中和。故君子怒則反中而自說以和，喜則反中而收之以正，憂則反中而舒以意，懼則反中而實之以精。夫中和之不可不反如此。故君子道至，氣則華而上。凡氣從心。心，氣之君也，何爲而氣不隨也。是以天下之道者，皆言內心其本也。故仁人之所以多壽者，外無貪而內清淨，心和平而不失中正，取天地之美以養其身，是其且多且治。鶴之所以壽者，無宛氣於中，是故食冰。猿之所以壽者，好引其末，是故氣四越。天氣常下施於地，是故道者亦引氣於足；天之氣常動而不滯，是故道者亦不宛氣。苟不治，雖滿不虛，是故君子養而和之，節而法之，去其群泰，取其衆和。高臺多陽，廣室多陰，遠天地之和也，故聖人弗爲，適中而已矣。法人八尺，四尺其中也，宮者，中央之音也；甘者，

中央之味也；四尺者，中央之制也。是故三王之禮，味皆尚甘，聲皆尚和。處其身所以常自漸於天地之道，其道同類，一氣之辨也。法天者乃法人之辨。天之道，嚮秋冬而陰來，嚮春夏而陰去。是故古之人霜降而迎女，冰泮而殺內，與陰俱近，與陽俱遠也。天地之氣，不致盛滿，不交陰陽。是故君子甚愛氣而游於房，以體天也。氣不傷於以盛通，而傷於不時、天並。不與陰陽俱往來，謂之不時；恣其欲而不顧天數，謂之天並。君子治身，不敢違天。是故新牡十日而一游於房，中年者倍新牡，始衰者倍中年，中衰者倍始衰，大衰者以月當新牡之日，而上與天地同節矣。此其大略也，然而其要皆期於不極盛不相遇。疏春而曠夏，謂不遠天地之數。民皆知愛其衣食，而不愛其天氣。天氣之於人，重於衣食，衣食盡，尚猶有閑，氣盡而立終。故養生之大者，乃在愛氣。氣從神而成，神從意而出。心之所之謂意，意勞者神擾，神擾者氣少，氣少者難久矣。故君子閑欲止惡以平意，平意以靜神，靜神以養氣。氣多而治，則養身之大者得矣。古之道士有言曰：將欲無陵，固守一德。此言神無離形，而氣多內充，而忍饑寒也。和樂者，生之外泰也；精神者，生之內充也。外泰不若內充，而況外傷乎？忿恚憂恨者，生之傷也；和說勸善者，生之養也。君子慎小物而無大敗也。行中正，聲嚮榮，氣意和平，居處虞樂，可謂養生矣。凡養生者，莫精於氣，是故春襲葛，夏居密陰，秋避殺風，冬避重漯，就其和也。衣欲常漂，食欲常饑，體欲常勞，而無長佚，居多也。凡天地之物，乘於其泰而生，厭於其勝而死，四時之變是也。故冬之水氣，東加於春而木生，乘其泰也。春之生，西至金而死，厭於勝也。生於木者，至金而死；生於金者，至火而死。春之所生而不得過秋，秋之所生不得過夏，天之數也。飲食臭味，每至一時，亦有所勝，有所不勝，之理不可不察也。四時不同氣，氣各有所宜，宜之所在，其物代美。視代美而代養之，同時美者雜食之，是皆其所宜也。故薺以冬美，而荼以夏成，此可以見冬夏之所宜服矣。冬，水氣也。薺，甘味也。乘於水氣而美者，甘勝寒也。薺之爲言濟與？濟，大水也。夏，火氣也。荼，苦味也。乘於火氣而成者，苦勝暑也。天無所言，而意以物。物不與群物同時而生死者，必深察之，是天之所以告人也。故薺成告之甘，荼成告之苦也。君子察物而成告謹，是以至薺不可食之時，而盡遠甘物，至荼成就也。天所獨代之成者，君子獨代之，是冬夏之所宜也。春秋雜物其和，而冬夏代服其宜，則當得天地之美，四時和矣。凡擇味之大體，各因其時之所美，而違天不遠矣。

是故當百物大生之時，群物皆生，而此物獨死，可食者，告其味之便於人也，其不可食者，告殺穢除害之不待秋也，當物之大枯之時，群物皆死，如此物獨生，其可食者，益食之，天爲之利人，獨代生之，其不可食，益畜之，天潛州華之間，故生宿麥，中歲而熟之，君子察物之異，以求天意，大可見矣。是故男女體其盛，臭味取其勝，居處就其和，勞佚居其中，寒暖無失適，饑飽無過平，欲惡度理，動靜順性，喜怒止於中，憂懼反之正，此中和常在乎其身，謂之得天地泰。得天地泰者，其壽引而長；不得天地泰者，其壽傷而短，短長之質，人之所由受於天也。是故壽有短長，養有得失，及至其末之，大卒而必讎，於此莫之得離，故壽之爲言，猶讎也。天下之人雖衆，不得不各讎其所生，而壽夭於其所自行。自行可久之道者，其壽讎於久；自行不可久之道者，其壽亦讎於不久。久與不久之情，各讎其生平之所行，今如後至，不可得勝，故曰：壽者，讎也。然則人之所自行，乃與其壽夭相益損也。其自行佚而壽長者，命益之也；其自行端而壽短者，命損之也。以天命之所損益，疑人之所得失，此大惑也。是故天長之而人傷之者，其長損；天短之而人養之者，其短益。夫損益者皆人，人其天之繼歟！出其質而人弗繼，豈獨立哉！

**《春秋繁露・天地之行》**　天地之行美也。是以天高其位而下其施，藏其形而見其光，序列星而近至精，攻陰陽而降霜露。高其位所以爲尊也，下其施所以爲仁也，藏其形所以爲神也，見其光所以爲明也，序列星所以相承也，近至精所以爲剛也，攻陰陽所以成歲也，降霜露所以生殺也。爲人君者，其法取象於天。故貴爵而臣國，所以爲仁也；深居隱處，不見其體，所以爲神也；任賢使能，觀聽四方，所以爲明也；量能授官，賢愚有差，所以相承也；引賢自近，以備股肱，所以爲剛也；攻實事功，次序殿最，所以成世也；有功者進，無功者退，所以賞罰也。是故天執其道爲萬物主，君執其常爲一國主。天不可以不剛，主不可以不堅。天不剛則列星亂其行，主不堅則邪臣亂其官。星亂則亡其天，臣亂則亡其君。故爲天者務剛其氣，爲君者務堅其政，剛堅然後陽道制命。地卑其位而上其氣，暴其形而著其情，受其死而獻其生，成其事而歸其功。卑其位所以事天也，上其氣所以養陽也，暴其形所以爲忠也，著其情所以爲信也，受其死所以藏終也，獻其生所以助明也，

成其事所以助化也，歸其功所以致義也。爲人臣者，其法取象於地。故朝夕進退，奉職應對，所以事貴也；供設飲食，候視疾疢，所以致養也；委身致命，事無專制，所以爲忠也；竭愚寫情，不飾其過，所以爲信也；伏節死難，不惜其命，所以救窮也；推進光榮，褒揚其善，所以助明也；受命宣恩，輔成君子，所以助化也；功成事就，歸德於上，所以致義也。

是故地明其理爲萬物母，臣明其職爲一國宰。母不可以不信，宰不可以不忠。母不信則草木傷其根，宰不忠則奸臣危其君。根傷則亡其枝葉，君危則亡其國；故爲地者，務暴其形；爲臣者，務著其情。

一國之君，其猶一體之心也；陷居深宮，若心之藏於胸；至貴無與敵，若心之神無與雙也。其官人上士，高清明而下重濁，若身之貴目而賤足也；任群臣無所親，若四肢之各有職也；內有四輔，若心之有肝肺脾腎也；外有百官，若心之有形體孔竅也；親聖近賢，若神明皆聚於心也；上下相承順，若肢體相爲使也；布恩施惠，若元氣之流皮毛腠理也；百姓皆得其所，若血氣和平，形體無所苦也；無爲致太平，若神氣自通於淵也；致黃龍鳳皇，若神明之致玉女芝英也。君明，臣蒙其功，若心之神，體得以全；臣賢，君蒙其恩，若形體之靜而心得以安。上亂下被其患，若耳目不聰明而手足爲傷也；臣不忠而君滅亡，若形體妄動而心爲之喪。是故君臣之禮，若心之與體，心不可以不堅，君不可以不賢；體不可以不順，臣不可以不忠。心所以全者，體之力也；君所以安者，臣之功也。

**《春秋繁露・威德所生》** 天有和有德，有平有威，有相受之意，有爲政之理，不可不審也。春者，天之和也；夏者，天之德也；秋者，天之平也；冬者，天之威也。天之序，必先和然後發德，必先平然後發威。此可以見不和不可以發慶賞之德，不平不可以發刑罰之威。又可見德生於和，威生於平也。不和無德，不平無威，天之道也，達者以此見之矣。我雖有所愉而喜，必先和心以求其當，然後發慶賞以立其德。雖有所忿而怒，必先平心以求其政，然後發刑罰以立其威。能常若是者，謂之天德，行天德者謂之聖人。爲人主者，居至德之位，操殺生之勢，以變化民。民之從主也，如草木之應四時也。喜怒當寒暑，威德當冬夏。冬夏者，威德之合也；寒暑者，喜怒之偶也。喜怒之有時而當發，寒暑亦有時而當出，其理一也。當喜而不喜，猶當暑而不暑；當怒而不怒，猶當寒而不寒也；當德而不德，猶當夏而不夏也；當威而不威，猶當冬而不冬也；喜怒威德之不可以不直處而發也，如寒暑冬夏之不可不當其時而出也。故謹善惡之端，何以效其然也？春秋采善不遺小，掇惡不遺大，諱而不隱，罪而不忽，□□以是非，正理以褒貶。喜怒之發，威德之處，無不皆中其應，可以參寒暑冬夏之不失其時已。故曰聖人配天。

**《春秋繁露・如天之爲》** 陰陽之氣，在上天亦在人。在人者爲好惡喜怒，在天者爲暖清寒暑。出入上下，左右前後，平行而不止，未嘗有所稽留滯鬱也。其在人者，亦宜行而無留，若四時之條條然也。夫喜怒哀樂之止動也，此天之所爲人性命者，臨其時而欲發其應，亦天應也，與暖清寒暑之至其時而欲發無異。若留德而待春夏，留刑而待秋冬也，此有順四時之名，實逆於天地之經。在人者亦天也，奈何其久留天氣，使之鬱滯，不得以其正周行也。是故天行穀朽寅而秋生麥，告除穢而繼乏也。所以成功斷乏，以贍人也。天之生有大經也，而所周行者，又有害功也，除而殺殛者，行急皆不待時也，天之志也。而聖人承之以治。是故春修仁而求善，秋修義而求惡，冬修刑而致清，夏修德而致寬。此所以順天地，體陰陽。然而方求善之時見惡而不釋，方求惡之時見善亦立行；方致清之時，見大善亦立舉之；方致寬之時，見大惡亦立去之。以效天地之方生之時有殺也，方殺之時有生也。是故志意隨天地，緩急仿陰陽。然而人事之宜行者，無所鬱滯，且恕於人，順於天，天人之道兼舉，此謂執其中。天非以春生人，以秋殺人也。當生者曰生，當死者曰死，非殺物之義待四時也。而人之所治也，安取久留當行之理，而必待四時也。此之謂壅，非其中也。人有喜怒哀樂，猶天之有春夏秋冬也。喜怒哀樂之至其時而欲發也，若春夏秋冬之至其時而欲出也，皆天氣之然也。其宜直行而無鬱滯，一也。天終歲乃一遍此四者，而人主終日不知過此四之數，其理故不可以相待。且天之欲利人，非直其欲利穀也。除穢不待時，況穢人乎！

**《春秋繁露・天道施》** 天道施，地道化，人道義。聖人見端而知本，精之至也；得一而應萬，類之治也。動其本者不知靜其末，受其始者不能辭其終。利者盜之本也，妄者亂之始也。夫受亂之始，動盜之本，而欲民之靜，不可得也。故君子非禮而不言，非禮而不動。好色而無禮則流，飲食而無禮則爭，流爭則亂。夫禮，體情而防亂者也。民之情，不能制其欲，使之度禮。

目視正色，耳聽正聲，口食正味，身行正道，非奪之情也。所以安其情也。變謂之情，雖持異物性亦然者，故曰內也。變變之變，謂之外。故雖以情，然不爲性說。故曰：外物之動性，若神之不守也。積習漸摩，物之微者也。其人人不知，習忘乃爲，常然若性，不可不察也。

純知輕思則慮達，節欲順行則倫得，以諫爭僩靜爲宅，以禮義爲道則文德。是故至誠遺物而不與變，躬寬無爭而不以與俗推，衆強弗能人。蜩蛻濁穢之中，含得命施之理，與萬物遷徙而不自失者，聖人之心也。

名者，所以別物也。親者重，疏者輕，尊者文，卑者質，近者詳，遠者略。文辭不隱情，明情不遺文，人心從之而不逆，古今通貫而不亂。名之義也。男女猶道也。人生別言禮義，名號之由人事起也。不順天道，謂之不義，察天人之分，觀道命之異，可以知禮之說矣。見善者不能無好，見不善者不能無惡，好惡去就，不能堅守，故有人道。人道者，人之所由，樂而不亂，復而有厭者。萬物載名而生，聖人因其象而命之。然而可易也，皆有義從也，故正名以名義也。物也者，洪名也，皆名也，而物有私名，此物也，非夫物。故曰：萬物動而不形者，意也；形而不易者，德也；樂而不亂，復而不厭者，道也。

**《褚氏遺書・受形》** 男女之合，二情交暢，陰血先至，陽精後衝，血開裹精，精入爲骨，而男形成矣；陽精先入，陰血後參，精開裹血，血入居本，而女形成矣。陽氣取面，故男子面重，溺死者必伏；陰氣聚背，故女子背重，溺死者必仰。走獸溺死者，伏仰皆然。陰陽均至，非男非女之身。精血散分，駢胎品胎之兆。父少母老，產女必羸；母壯父衰，生男必弱。古之良工，首察乎此，補羸女，先養血壯脾；補弱男，則壯脾節色。羸女宜及時而嫁，弱男宜待壯而婚，此疾外所務之本，不可不察也。

**《褚氏遺書・本氣》** 天地之氣，周於一年；人身之氣，周於一日。人身陽氣以子中自左足而上，循左股、左手指、左肩、左腦、橫過右腦、右肩、右臂手指、脇、足，則又子中矣；陰氣以午中自右手心通右臂、右肩，橫過左肩、左臂、左脇、左足外腎、右足、右脇，則又午中矣。陽氣所歷，充滿週流，陰氣上不過腦，下遺指趾。二氣之行，晝夜不息，中外必偏。一爲痰積壅塞，則疢疾生焉，疾證醫候，統紀浩繁，詳其本源。痰積虛耳，或痰聚上，或積留中，遏氣之流，艱於流轉，則上氣逆上，下氣鬱下，臟府失常，形骸受害。暨乎，氣本衰弱，運轉艱遲，或有不周，血亦偏滯，風濕寒暑乘間襲之，所生痰疾，與痰積同。凡人之生熱而汗產，而易二便順利，則氣之通也。陽虛不能運陰氣，無陰氣以清其陽，則陽獨治，而爲熱；陰虛不能運陽氣，無陽氣以和其陰，則陰獨治，而爲厥。脾以養氣，肺以通氣，腎以泄氣，心以役氣。凡臟有五，肝獨不與，在時爲春，在常爲仁，不養不通，不泄不役，而氣常生。心虛則氣入而爲蕩，肺虛則氣入而爲喘，肝虛則氣入而目昏，腎虛則氣入而腰疼。四虛氣入，脾獨不與，受食不化，氣將日微，安能有餘，以入其虛？烏乎？茲謂氣之名理與。

**《褚氏遺書・津潤》** 天地定位，而水位乎中，天地通氣，而水氣蒸達；土潤膏滋，雲興雨降，而百物生化。人肖天地，亦有水焉，在上爲痰，伏皮爲血，在下爲精，從毛竅出爲汗，從腹腸出爲瀉，從瘡口出爲水。痰盡死，精竭死，汗枯死，瀉極死，水從瘡口出不止，乾即死。至於血充目則視明；充耳則聽聰；充四肢則舉動強；充肌膚則身色白，漬則黑，去則黃。外熱則赤，內熱則上蒸喉，或下蒸大腸爲小竅。喉有竅則咳血殺人，腸有竅則便血殺人。便血猶可止，咳血不易醫。喉不停物，毫髮必咳，血滲入喉，愈滲愈咳，愈咳愈滲。飲溲溺則百不一死，服寒涼則百不一生。血雖陰類，運之者，其和陽乎！

**《褚氏遺書・分體》** 耳目鼻口陰尻竅也，臂股指趾肢也，雙乳外腎關也，齒髮爪甲餘也，枝指旁趾附也。養耳力者常飽，養目力者常瞑，養臂指者常屈伸，養股趾者常步履。夏臟宜涼，冬臟宜溫；背陰肢末雖夏宜溫，胸包心火雖冬難熱，熱作腫而竅塞，血不行而肢廢。餘有消長無疾痛，附有疾痛無生死。關有生死，疾痛無消長，有消長疾痛生死者，疣瘤而已。

**《褚氏遺書・精血》** 飲食五味養髓骨，肉血，肌膚，毛髮。男子爲陽，陽中必有陰，陰之中數八，故一八而陽精升，二八而陽精溢。女子爲陰，陰中必有陽，陽之中數七，故一七而陰血升，二七而陰血溢。陽精陰血皆飲食五味之實秀也。方其升也，智慮開明，齒牙更始，髮黃者黑，筋弱者強，暨其溢也。凡充身肢體手足耳目之餘，雖針芥之瀝無有不下；凡子形肖父母者，以其精血嘗於父母之身無所不歷也。是以父一肢廢，則子一肢不肖其父；母一目虧，則子一目不肖其母，然雌鳥牝獸，無天癸而成胎者何也？鳥獸精血往來尾閭也。精未通而御女以通其精，則五體有不滿之處，異日有難狀之疾；

陰已痿而思色以降其精，則精不出，內敗小便，道澁而爲淋；精已耗而復竭之，則大小便道牽疼，愈疼則愈欲大小便，愈便則愈疼。女人天癸既至，踰十年無男子合則不調，未踰十年思男子合亦不調，不調則舊血不出，新血誤行，或潰而入骨，或變而之腫，或雖合而難子。合男子多則瀝枯虛人，產乳衆則血枯殺人，觀其精血思過半矣。

**《褚氏遺書・問子》** 建平王妃姬等皆麗而無子，擇良家未笄女入御又無子。問曰：求男有道乎？澄對之曰：合男女必當其年，男雖十六而精通，必三十而娶；女雖十四而天癸至，必二十而嫁，皆欲陰陽氣完實而後交合，則交而孕，孕而育，育而爲子堅壯強壽。今未笄之女，天癸始至，已近男色，陰氣蚤洩，未完而傷，未實而動，是以交而不孕，孕而不育，育而子脆不壽，此王之所以無子也。然婦人有所產皆女者，有所產皆男者，大王誠能訪求多男婦人，謀置宮府，有男之道也。王曰：善。未再期生六男，夫老陽遇少陰，老陰遇少陽，亦有子之道也。

**《乾元子三始論》** 太易　天地者，起於太易。太易者，不可見也。從地而生，故曰：陽在下也。質形未辨，玄黃雜居，故曰：龍德而隱者也。謂氣從下而生，故動於地之下，則應天之上，乃從無而生其有。且天地之精，受乎天者，發作動用而歸於乾，天氣上勝爲雲爲氣。受乎地者，發作動用而歸於坤，地氣下降爲霧爲露。守之者，則大業盛矣昌矣。

太初　太初者，氣之始也，從坎而生，故易變而爲一。一者，陽之始也。天地之元氣也，歷九州而終於乾。乾者健也，始於坎，而成一微故曰：初九爻生。潤物濟衆，氣用無窮，終而復始，故謂之長生也哉！

太始　太始者，形之始也，名之曰器。一變而爲七，七者，南方火位也。陰陽交泰，萬物長養矣！左化爲離，以象其日。右化爲坎，以象其月。日爲天而左旋，月爲地而右轉，二氣其濟，交成太素。而成二微，故曰：九二爻生。至之太極，太極至二儀而生八卦。八卦曰：法象。法象莫大乎天地，天地著明，莫大乎日月，日月運行，久而通變，通變之道，其可得而究哉！

太素　太素者，質之始氣也。形質具，名曰：大象。而未相離，故曰：混沌，涵不散也。萬物莫不因此三始而煦育焉！而成三微，故曰九三爻生也。乾既具質，坤之生焉，而法六五，則陰氣生，故謂之日月如合璧。存而勿忘機乎，故春秋節令有度，悔愆不生。是以外圓而青，氣周乎六律，象成斗建。故《易》曰：君子居則觀其象而翫其辭，動則觀其變而翫其占。是故雲龍風雨，晝夜變在其中矣。白者，取象，其金西方。黑者，取象，其水北方，坎內陽珠其象也。從子存其貞，至巳也，爲終而晦生。方圓也，象之地職，而上不在天，下不在田，寂默相守，神氣不散。覆壅之者則天地閉塞，通流之者則陰陽生成。生成之功，天下理也，乃七變而化九。九者，乾也。陰陽終始，究而求其始也。從午存其晦至亥，而爲終貞至是坎君臣各得其位。終而復始，故曰：自強不息，謂終則更生。四象之說則終於艮，始於震。保生存性，龜蛇龍鶴，守元而不散之所致也。

**《化書・道化》** 紫極宮碑　道之委也，虛化神，神化氣，氣化形，形生而萬物所以塞也。道之用也，形化氣，氣化神，神化虛，虛明而萬物所以通也。是以古聖人窮通塞之端，得造化之源，忘形以養氣，忘氣以養神，忘神以養虛。虛實相通，是謂大同。故藏之爲元精，用之爲萬靈，合之爲太一，放之爲太清。是以坎離消長於一身，風雲發泄於七竅，真氣熏蒸而時無寒暑，純陽流注而民無死生，是謂神化之道者也。

蛇雀　蛇化爲龜，雀化爲蛤。彼忽然忘曲屈之狀，而得蹣跚之質，此倏然失飛鳴之態，而得介甲之體。斲削不能加其功，繩尺不能定其象，何化之速也！且夫當空圍塊，見塊而不見空；粉塊求空，見空而不見塊。形無妨而人自妨之，物無滯而人自滯之，悲哉！

老楓　老楓化爲羽人，朽麥化爲蝴蝶，自無情而之有情也。賢女化爲貞石，山蚯化爲百合，自有情而之無情也。是故土木金石，皆有情性精魄。虛無所不至，神無所不通，氣無所不同，形無所不類。孰爲彼，孰爲我？孰爲有識，孰爲無識？萬物，一物也；萬神，一神也，斯道之至矣。

耳目　目所不見，設明鏡而見之；耳所不聞，設虛氣而聞之。精神在我，視聽在彼。跰趾可以割，陷吻可以補，則是耳目可以妄設，形容可以僞置。既假又假，既惑又惑。所以知魂魄魅我，血氣醉我，七竅因我，五根役我。惟神之有形，由形之有疣。苟無其疣，何所不可？

環舞　作環舞者宮室皆轉，瞰迴流者頭目自旋。非宮室之幻惑也而人自惑之，非迴流之改變也而人自變之。是故粉巾爲兔，藥石爲馬，而人不疑；甘言巧笑，圖臉畫眉，而人不知。唯清靜者，物不能欺。

鉛丹　術有火鍊鉛丹以代穀食者，其必然也。然歲豐則能飽，歲儉則能

饑，是非丹之恩，蓋由人之誠也。則是我本不饑而自饑之，丹本不飽而自飽之。饑者大妄，飽者大幻，蓋不齊其道也。故人能一有無，一死生，一情性，一內外，則可以蛻五行，脫三光，何患乎一是百食，何慮乎百日一食。

形影　以一鏡照形，以餘鏡照影。鏡鏡相照，影影相傳，不變冠劒之狀，不奪黼黻之色。是形也與影無殊，是影也與形無異。乃知形以非實，影以非虛，無實無虛，可與道俱。

蟄藏　物有善於蟄藏者，或可以禦大寒，或可以去大饑，或可以萬歲不死。以其心冥冥兮無所知，神怡怡兮無所之，氣熙熙兮無所爲。萬慮不能惑，求死不可得。是以大人體物知身，體身知神，體神知真，是謂吉人之津。

梟雞　梟夜明而晝昏，雞晝明而夜昏，其異同也如是。或謂梟爲異則謂雞爲同，或謂雞爲異則謂梟爲同。孰梟雞之異晝夜乎？晝夜之異梟雞乎？孰晝夜之同梟雞乎？梟雞之同晝夜乎？夫耳中磬我自聞，目中花我自見。我之晝夜，彼之晝夜，則是晝不得謂之明，夜不得謂之昏。能齊昏明者，其惟大人乎！

**《化書・術化》**　雲龍　雲龍風虎，得神氣之道者也。神由母也，氣由子也，以神召氣，以母召子，孰敢不至也？夫蕩穢者，必召五帝之氣，苟召不至，穢何以蕩？伏虺者，必役五星之精，苟役不至，虺何以伏？小人由是知陰陽可以作，風雲可以會，山陵可以拔，江海可以發。然用之於外，不如守之於內，然後用之於外，則無所不可。

猛虎　猛虎行，草木偃，毒鴆怒，土石揭。威之所鑠，氣之所搏，頑囂爲之作。小人由是知釰可使之飛，山河可使之移，萬物可使之相隨。夫神全則威大，精全則氣雄。萬惑不能溺，萬物可以役。是故一人所以能敵萬人者，非弓刀之技，蓋威之至也；一人欣以能悅萬人者，非言笑之惠，蓋和之至也。

用神　蟲之無足；蛇能屈曲，蛭能掬蹙，蝸牛能蓄縮。小人所以見其機，由是得其師，可以坐致萬里而不馳。是故足行者有所不達，翼飛者有所不至，目視者有所不見，耳聽者有所不聞。夫何故？彼知形而不知神，此知神而不知形。以形用神則亡，以神用形則康。

水竇　水竇可以下溺，杵糠可以療噎。斯物也，始製於人，又復用於人。法本無祖，術本無狀。師之於心，得之於象。陽爲陰所伏，男爲女所制，剛爲柔所尅，智爲愚所得。以是用之則鐘鼓，可使之啞車轂，可使之鬬妻子，可使之改易。君臣可使之離合，萬物本虛，萬法本無，得虛無之竅者，知法術之要乎

魍魎　魍魎附巫祭言禍福事，每來則飲食言語皆神，每去則飲食言語皆人。不知魍魎之附巫祭也，不知巫祭之附魍魎也。小人由是知心可以交，氣可以易，神可以奪，魄可以錄。形爲神之官，神爲形之容。以是論之，何所不可？

虛無　鬼之神可以御，龍之變可以役，蛇虺可以不能螫，戈矛可以不能擊。唯無心者火不能燒，水不能溺，兵刃不能加，天命不能死。其何故？志於樂者猶忘饑，志於憂者猶忘痛，志於虛無者可以忘生死。

虛實　方咫之木置於地之上，使人蹈之而有餘。方尺之木置於竿之端，使人踞之而不足。非物有小大，蓋心有虛實。是故冒大暑而撓者愈熱，受炎灼而懼者愈痛。人無常心，物無常性。小人由是知水可使不濕，火可使不燥。

狐狸　狐狸之怪，雀鼠之魅，不能幻明鏡之鑒者，明鏡無心之故也。是以虛空無心而無所不知，昊天無心而萬象自馳，行師無狀而敵不敢欺，大人無慮而元精自歸，能師於無者，無所不之。

轉舟　轉萬斛之舟者，由一尋之木；發千鈞之弩者，由一寸之機。一目可以觀大天，一人可以君兆民。太虛茫茫而有涯，太上浩浩而有家。得天地之綱，知陰陽之房，見精神之藏，則數可以奪，命可以活，天地可以反覆。

心變　至婬者化爲婦人，至暴者化爲猛虎，心之所變，不得不變。是故樂者其形和，喜者其形逸，怒者其形剛，憂者其形戚。斯亦變化之道也。小人由是知顧六尺之軀，可以爲龍蛇，可以爲金石，可以爲草木。大哉斯言！

珠玉　悲則雨淚，辛則雨涕；憤則結瘿，怒則結疽。心之所慾，氣之所屬，無所不育。邪苟爲此，正必爲彼。是以大人節悲辛，誡憤怒；得灝氣之門，所以收其根；知元神之囊，所以韜其光；若蚌內守，若石內藏，所以爲珠玉之房。

蠐螬　夫蠐螬之蟲，孕螟蛉之子，傳其情，交其精，混其氣，和其神。隨物大小，俱得其真。蠢動無定情，萬物無定形。小人由是知馬可使之飛，魚可使之馳，土木偶可使之有知，嬰兒似乳母，斯道不遠矣。

胡夫　胡夫而越婦，其子髯面而矬足；蠻夫而羌婦，其子拗鼻而昂首。梨接桃而本強者其實毛，梅接杏而本強者其實甘。以陰孕陽，以柔孕剛，以曲孕直，以短孕長，以大孕小，以圓孕方，以水孕火，以丹孕黃。小人由是知可以爲金石，可以爲珠玉，可以爲異類，可以爲怪狀，斯造化之道也。

陰陽　陰陽相搏，不根而生芝菌；燥濕相育，不母而生蝤蠐。是故世人體陰陽而根之，激燥濕而母之，無不濟者。小人由是知陶鍊五行，火之道也；流行無窮，水之道也；八卦環轉，天地之道也；神物乃生，變化之道也。是以君子體物而知身，體身而知道。夫大人之道幽且微，則不知其孰是孰非。

海魚　海魚有以蝦爲目者，人皆笑之。殊不知古人以囊螢爲燈者，又不知晝非日之光則不能馳，夜非燭之明則有所欺。觀傀儡之假而不自疑，嗟朋友之逝而不自悲，賢與愚莫知，唯抱純白、養太玄者，不入其機。

磈礧　磈礧所以能淩霜者，藏正氣也；美玉所以能犯火者，蓄至精也。是以大人晝運靈旗，夜錄神芝，覺所不覺，思所不思，可以冬禦風而不寒，夏禦火而不熱。故君子藏正氣者，可以遠鬼神、伏姦佞；蓄至精者，可以福生靈、保富壽。夫何爲？多少之故也。

動靜　動靜相磨，所以化火也；燥濕相蒸，所以化水也；水火相悖，所以化雲也；湯盎投井，所以化雹也；飲水雨日，所以化虹蜺也。小人，由是知陰陽可以召，五行可以役，天地可以別構，日月可以我作。有聞是言者，必將以爲誕。夫民之形也，頭圓而足方，上動而下靜，五行運於內，二曜明於外。斯亦別構之道也。

聲氣　操琴瑟之音，則偬然而閑；奏鄭衛之音，則樂然而逸；解瓠巵之音，則背脅凜森；上聲鼓鼙之音，則鷇毛躑蠋，其感激之道也如是。以其和也，召陽氣，化融風，生萬物也。其不知也，作陰氣，化厲風，辱萬物也。氣由聲也，聲由氣也，氣動則聲發，聲發則氣振，氣振則風行而萬物變化也。是以風雲可以命，霜雹可以致，鳳凰可以歌，熊羆可以舞，神明可以友，用樂之術也甚大。

大同　虛含虛，神含神，氣含氣，明含明，物含物。達此理者，情可以通，形可以同。同於火者化爲火，同於水者化爲水，同於日月者化爲日月，同於金石者化爲金石。唯大人無所不同，無所不化，是可以與虛皇並駕。

帝師　鏡非求鑒於物而物，自投之；橐非求飽於氣，而氣自實之。是故鼻以虛受臭，耳以虛受聲，目以虛受色，舌以虛受味。所以心同幽冥，則物無不受；神同虛無，則事無不知。是以大人奪其機，藏其微，羽符至怪，陰液甚奇，液一作陽可以守國，可以救時，可以坐爲帝王之師。

琥珀　琥珀不能呼腐芥，丹砂不能入燋金，磁石不能取憊鐵，元氣不能發陶爐。所以大人善用五行之精，善奪萬物之靈，食天人之祿，駕風馬一作鳳之榮。其道也在忘其形而求其情。

**《臨川先生文集·易泛論》**　柔巽隱伏，制得其道則易制者，魚也，民之象也，小人女子之象也。貪暴而止乎高者，隼也。貪竊而動乎陰者鼠也。狐，疑也，不果也。牛，順而強也。羊，很也。羊前其剛以觸者也。鮒，物之在下汙而微者也。鳥，飛而止則困者也。雉，文明見乎外者也。豹，文之蔚然者也。虎，文之炳然者也。虎豹剛健。君子大人之象也。虎之搏物，擬而後動，動而有獲者也。鶴，潔白以遠舉，鳴之以時而遠聞者也。鴻，進退以時而有序者也。禽，飲井之無擇者也。獵豕之牙，能蓄其剛而不可犯者也。豕，汙穢也。豚，豕之微者也。龜有靈德，潛見以時而不志於養者也。龜，人之所恃，以知吉凶者也。龍，天類也，能見能躍能飛，能雲雨而變化不測，人不可係而服者也。馬，地類也，能行而係乎人，其爲的有常者也。鬼，物之無形者也。凡，尊物也，所馮以爲安者也。牀，安上以止者也。車，載其上以行者也。輸，有運動之材，而非車之全也，可以爲車之一器者也。輿，有承載之材，而亦非車之全者也。輻，車輿所以行者也。缶，圓虛以容而應者也。矢，直而利乎行者也。弧，攻遠之器也。鼎，成物之器也。鉉，所舉鼎而行之者也。鼎耳，虛中以受鉉者也。瓶，井之上水者也。甕，井水之已出乎上而受之者也。筐，女所以承實者也。匕鬯，所以事宗廟社稷之器也。樽酒簋貳，祭之約也。貳簋，享之約也。幽而能正時者，斗也。暮夜者，陰盛之時也。日中者，豐之時也。日昃者，過中當退之時也，晝日者，明進已盛而未至乎中之時也。日中，則照天下矣。日以明進，至晝日，其極盛也。甲，仁屬也。庚，義屬也。月幾望，陰盛而不亢也。雲，陰上也。雨，陰陽應也。霜，陰剛之微也。堅冰，陰剛而疑陽也。膏，陽之澤也。血，陰之傷也。汗，出而不反也。膚，柔物之爲間而易侵者也。趾，在下而行者也。拇，在下之微而無能爲者也。腹，容物者也。頌，上體之見乎外，而無能爲者也。臀，下體之無能

爲者也。身，躬己也。頂，首之上者也。面，見乎外者也。心，體之主也。限，上下之所同也。胷，上體之接乎限者也。須，柔而附剛者也，陽物之飾也。背，體之不接乎物而上者也。尾，後也。首，先也，上也。足，下也。角，剛之上窮者也。肱，上體之隨而附者也。股，下體之隨而附者也。腓，趾之上，股之下而體之隨而附者也。垂其翼，下也。耳，所聽也。東北，止以近險也。西南，順以遠險也。西南，衆也。南，明也。西南，坤之地也。東北，違坤之所也。西，陰所也。東，陽所也。左，下也。右，上也。載者，載上也。負，後也。負者，下道也，乘者，上道也。載鬼，以鬼爲在上也。負塗，以塗爲在後也。往，從之也；往之外也；往，之上也。來，之已也；來，之內也。渝，變其德也。億，安也。居，不行也。安，以靜居也。逐，從求之也。血，去不來也。出，自穴出，不去也。復，反而得其所也。反，自外來則復也。見，見彼也。處，不得也。征，進也。盤桓，動未進也。枕，止而安之也。動，方征也。起，方往也。遇，逢而見之也。躋，升也。孕，女之得是其配也，以有爲而未功也。字，育女之功也。田，興事之大者也。弋，興事之小者也。飛，宜下不宜上者也。且，方然也。或，疑辭也，方也，後也。乃，徐也，方此爻之時，未可以然也。要其終則然也。田，平夷著見之地也，非龍之所宜宅也。大川，險也。沙，近險而無難也。泥，則近險而有難也。沛，澤之困乎水者也。穴，陰之宅也。在穴，動物在陰之小者也。淵，龍之宅也。在天，則龍有爲之地。陸，高平也。陵，陸之大也，塗，汚也。井，泥濁也。谷，下也。井谷，旁出而下充也。鼃黽，乘剛也。石，堅而不動者也。金，剛而趣變者也，玉，溫潤粹美，剛而不可變者也。干，鴻之在下而不失其宜者也，鴻所宜居者也。桷，木之在上者也。株，木不能庇蔭其下者也。磐，進於干而不失其安者也。甘，物之所美也。苦，物之所惡也。黃，地色也。玄，天色也。黃，中之見乎色者也。白，成色之主也，白未受飾乎物者也。朱紱，天子飾下者也。赤紱，人臣飾下者也。泣血，陰之憂也。涕，憂之見乎容貌者也。號咷，憂之見乎音聲者也；號，其乎嗟者也。藩，內外之隔也。廬，人所庇也。升虛邑，小而易之也。升階，平易以有序，以漸升而得位也。伐邑者，小之也。伐國，大事也；伐邑，小事也。城，地道上承而外扞也復於隍，則不上承，不外扞矣。墉，扞外以保內也，自下之高者也。二簋，陰象也。門，陰象也。戶，陽象也，《易》曰：猶未離其類也，故稱血焉。《易》象之大槩，見於乾坤之說，推而長之，則凡《易》之象可不疑矣。棟，室壁之所恃也。野，空曠也。同人於野，無適莫也。龍戰於野，無君臣也。邑，有事之地舍也。巷，出門庭則未易道也。妻，配也，王母，幽以遠也，以父爲陽，以母爲幽也；以母爲近，則王母爲遠也。妣，以順配祖者也，臣，以順承君者也。考，父之有成德之稱也。長子，一也；弟子，不一也。僕，卑以順也。童，未有與也。婦，一乎順者也。妾，配之不正者也。士，未成夫之辭也。女，未成婦之辭也。娣，女婦而不得正配者也。衣，上飾也。袽，所以窒隙也。裳，下之飾也。鞶帶，在下體之上而以蔽車也。履，踐下而承上也。履，上道也。載，下道也。不可，甚乎不利也。可，其爲利僅也。有凶，不必凶而凶在其中也。有厲，不必厲而厲在其中也。有悔，不必悔而悔在其中也。

**《臨川先生文集・卦名解》** 剛柔始交而難，生，動乎險中，故曰：雲雷《屯》。屯已大亨，則雷雨之動滿盈，而爲《解》，故曰：雷雨作，《解》，動而免乎險，《解》山下有險，非險在前也，可往而止焉，必蒙者也，故爲《蒙》。《蹇》，則險在前者也，險在前則不可以往，故爲《蹇》。《彖》曰：見險而能止，知矣哉！知者，反乎蒙者也。《需》，亦險在前也，其不爲《乾》健而進也，非若《艮》之止也，非《坎》之所能陷也，待時而進耳，故爲《需》。柔得住而上下應之，小者之畜也。小者畜，則其畜亦小矣，故爲《小畜》。以小而畜大，非柔之中也。柔得位而不中，不中而上下應之，《小畜》之道也。能止健，大者之畜也。大者畜，則其畜亦大矣，故爲《大畜》。四陽過二陰，而陽得中，故爲《大過》。《大過》者，大者過也。大者過則亦事之大過越也。四陰過二陽，而陰得中，故爲《小過》。《小過》者，小者過也。小者過，則亦事之小過越者耳。《大有》，能有大者也，大者應之也；柔得尊位，大有者也。《同人》，同乎人者也，柔得位，得中而應乎《乾》者也。巽而麗乎內，故爲《家人》；止而麗乎外，故爲《旅》。少男長女必惑，山下有風必撓。蠱者，撓惑之名也，爲天下之蠱者事也，故爲《蠱》。少女少男，男下女上，故爲《咸》。咸者，交感之名也。長男長婦，男上女下，故爲《恒》。姤陰遇陽，故爲《姤》。陽終決陰，故爲《夬》，柔履剛，故爲《履》，履，禮也。禮者，以矛履剛者也。剛應順而以動，故爲《豫》。上下交，故爲《泰》；不交，故爲《否》。以剛中爲主而下順從，故爲《比》。順而止，故爲《謙》。動而說，故爲《隨》。大者在上，故爲《觀》。大者壯，故爲《大壯》。剛浸長以臨柔，故爲《臨》。臨者，大臨小之名，故曰：臨

者大也。柔來文剛，分剛上而文柔，故爲《賁》。柔變剛爲《剝》。剝者，消爛之名也。剝窮上而剛反，故曰《復》。復者，反而得其所之名也。天下雷行，物應之，故爲《無妄》。雷之感物，物之所以應，無妄者也。剛退，故爲《遯》。明入地中，故爲明夷。明者，傷於暗之名也，文王與紂當其象矣。以爻攷之，自三以下周象也；自四以上，殷象也。明出地上，《晉》，臣進之象卦也。明出地上，則方晝而未至乎中，中則照天下。晝則進之盛而不亢乎王者也。損上益下，主於自損者也，故爲《益》；損下益上，主於自益者也，故爲《損》。《乾》道成男，《坤》道成女。凡女卦皆受《損》者也，凡男卦皆受《益》者也。損上益下，損下益上，此之謂也。巽乎水而上水，故爲《井》。以木巽火，故爲《鼎》。明以動，故爲《豐》。《豐》者，光明盛大之卦也。剛上下而實在其間，頤中有物之象也。頤中有物必噬。噬則合矣，故爲《噬嗑》。嗑者，有閒而通之之卦也。上險下說，說以行險，故爲《節》。柔在內而剛得中，說而巽，故爲《中孚》，柔亦在內，可謂對矣。《中孚》者，至誠之卦也；《無妄》則不妄而已。一陽陷於二陰，故爲《坎》。坎者，陷也；內明，水象也。一陰麗於二陽，故爲《離》。《離》，麗也；外明，火象也。水之爲物，陷者也；火之爲物，麗者也。推此，則《震》、《巽》、《艮》、《兌》可以類知之也。上火下澤，《睽》，《睽》者，不合之名也，二女之卦也。火在水上，《未濟》。未濟者，有濟之道也，男女之卦也。水上火下，男女相逮之卦也，故爲《既濟》。澤上火下，二女不相得之卦也，故爲《革》。不相得而相違，革之所以生也。以衆行險，故爲《師》。上剛而下險，險而健，故爲《訟》。上動而下止，止而動，故爲《頤》。止而動，頤之道也。上說而下順，故爲《萃》。上巽而下險，險而巽，故爲《渙》。渙者，離散之名也。巽而免乎險，則不蹇不困，下雖險，上巽而不健，則不訟，故爲渙而已。困則剛見揜者也，在難中者也，不中以不動矣。《蹇》，則難在前者也，不可以徃而已，故《彖》曰：利西南也。順而巽，其進也。孰御焉？故爲《升》。止而巽，有止之道，故爲《漸》。《歸妹》者，歸女之卦也。妹，少女也；少女爲主於內，故曰：《歸妹》。歸妹，女婦之以其時也，故曰：動而說，所以爲歸妹也。陽在下，則動而進，故爲《震》。進在陰上，已得其所則止，故爲《艮》。內柔伏，故爲《巽》，外柔見，故爲《兌》，此其文皆在《繫辭》，或《彖》。《繫》所不言，以其所言反求其所不言，則知其所以然也。

**《臨川先生文集・河圖洛書義》** 孔子曰：河出圖，洛出書，聖人則之。圖必出於河而洛不謂之圖，書必出於洛而河不謂之書者，我知之矣。圖以示天道，書以示人道故也。蓋通於天者河，而圖者以象言也。成明之謂天，故使龍負之，而其出在於河。龍善變，而尚變者天道也。中於地者洛，而書者以法言也。效法之謂人，故使龜負之，而其出在於洛，龜善占，而尚占者人道也。此天地自然之意，而聖人於《易》，所以則之者也。

**《臨川先生文集・易象論解》** 君子之道，始於自強不息，故於乾也，君子以自強不息。自強不息，然後厚德載物，故於坤也，君子以厚德載物。自強積德以有載也，迺能經綸，故於屯也，君子以經綸。經綸者，君子有事之時，故於蒙也，君子以果行育德，果行育德則無事矣，故於需也，君子以飲食宴樂。飲食宴樂，所以待人而與之從事者也，故於訟也，君子以作事謀始。作事謀始則能爲物主，故於師也，君子以容民畜衆。建萬國，親諸侯，容民畜衆之大者，故於比也，先王以建萬國，親諸侯。諸侯親，則無所用武，故於小畜也，君子以懿文德。德以禮爲體，故於履也，君子以辨上下定民志。禮也者，因時之會通，以財成輔相天地者也，故於泰也，後以財成天地之道，輔相天地之宜，以左右民。物不能終泰，故於否也，君子以儉德避難，不可榮以祿。泰則通，否則辨，故於同人也，君子以類族辨物。族各有其類，物各有其辨，則君子小人見矣，故於大有，君子以遏惡揚善，順天休命。雖遏惡也，不可以爲偏亢，故於謙也，君子以裒多益寡，稱物平施。順天休命而以謙平施，則人樂之，故於豫也，先王以作樂崇德，殷薦之上帝，以配祖考。樂成而息，故於隨也，君子以嚮晦入宴息。物不可終息，故於蠱也，君子以振民育德。振民育德莫大乎教思無窮，容保民無疆，故於臨也，君子以教思無窮。容保民無疆。教思無窮，容保民無疆，莫大乎省方觀民設教，故於觀也，先王以省方觀民設教。教至矣，則明罰勑法繼之，故於噬嗑也，先王以明罰勑法。明罰勑法者，所以待之而非敢於折獄，故於賁也，君子以明庶政，無敢折獄。無敢折獄者，將以厚下也，故於剝也，上以厚下安宅。厚下者，將使人無失其性命之情也，欲不失其性命之情，則亦不違其性命之理而已，故於復也，先王以至日閉關，商旅不行，後不省方者，所以應時。知應時，然後知對時育物，故於無亡也，先王以茂對時育萬物。對時育物者，非稽古畜德之主則不能，故於大畜也，君子以多識前言徃行以畜其德。畜德莫大乎養，故於頤也，君子

以慎言語，節飲食。知自養，然後出處皆有以大過人，故於大過也，君子以獨立不懼，遯世無悶。出則欲獨立不懼，處則欲遯世無悶，則德不可無習，故於坎也，君子以常德行，習教事。德行不失其事，教事不廢其習，然後可以繼明照四方，故於離也，大人以繼明照於四方。所謂明者，非恃其所明，則資諸人而已，故於咸也，君子以虛受人。惟以虛受人而有節於內，故於恒也，君子以立不易方。所以有時而遠小人，故於遯也，君子以遠小人，不惡而嚴。所謂嚴者，亦禮而已矣，故於大壯也，君子以非禮勿履。非禮勿履，德之所以昭也，故於晉也，君子以自昭明德。明者自明，非所以莅衆。故於明夷也，君子以莅衆，用晦而明。知自明又知所以莅衆，則言有物而行有常，故於家人也，君子以言有物而行有常。言有物，行有常，則知所同，知所異，於睽也，君子以同而異。同故能有容，異故能有辨，反身修德，言有辨也，故於蹇也，君子以反身修德。赦過宥辜，言有容也，故於解也，君子以赦過宥辜。能反身修德，赦過宥辜，則其欲也懲而窒矣，故於損也，君子以懲忿窒慾。能懲欲窒慾，然後見善遷，有過改，故於益也，君子以見善則遷，有過則改。以居則修德，以動則有功。功不可以擅，德不可以居也。故於夬也，君子以施祿及下，居德則忌。能施祿及下，居德則忌，則衆之所聽也，故於姤也，後以施命誥四方。衆之所聽，不可不戒，故於萃也，君子以除戎器，戒不虞。不虞知戒矣，德之所以積也，故於升也，君子以順德，積小以高大。積小以至高大而至於命，則志遂矣，故於困也，君子以致命遂志。至於命則所以成已也，而後可以成民教，故於井也，君子以勞民勸相。勞民勸相，莫大乎恭愛，故於革也，君子以治歷明時。能治歷明時，然後能正位凝命，故於鼎也，君子以正位凝命。正位凝命不可恃，故於震也，君子以恐懼修省。修省之道，在於正已而已，故於艮也，君子以思不出其位。能正已則賢德可居，俗可善，故於漸也，君子以居賢德善俗。俗善矣，其終不能無愛，愛則敝矣，故於歸妹也，君子以永終知敝。知敝是所以待人者盡矣，故於豐也，君子以折獄致刑。折獄以刑，君子所以明慎之時也，故於旅也，君子以明慎用刑，而不留獄。不留獄，則治道終矣，終則有始，故於巽也，君子以申命行事。申命行事，不可以無學，故於兌也，君子以朋友講習。所講習者，仁義而已，故於渙也，先王以饗帝立廟。饗帝立廟，則仁之至，義之盡矣，其推行之也，度數不可以無制，德行不可以無議，故於節也，君子以制數度，議德行。制數度，議德行，則欲急己以緩人，故於中孚也，君子以議獄緩死。急己以緩人者，依於仁而已，故於小過也，君子以行過乎恭，喪過乎哀，用過乎儉。依於仁，則無患矣，故於既濟也，君子以思患而豫防之。物不窮也，故於未濟也，君子以慎辨物居方。辨物居方者，物之終始也。



## 《素問入式運氣論奧・論五運六氣樞要》

### 五運六氣樞要之圖

神機之樞，達之於天，則寒暑運而爲生化之原。由是上聖造其微而《内經》作，故論曰：在地成形，在天爲氣也。然行有五而氣有六，以分君火相火之化。六氣化者，謂寒、暑、燥、濕、風、火也，乃天之元氣，然後三陰三陽。上奉之謂之標，標本之論，具在下文。六氣皆有一化，舉大概也。尋文攷之，則土之化曰濕，曰雨；金之化曰燥，曰清。各所以明其性而已。木之化風主於春，春之爲言蠢也，陽氣蠢動，故風所以鼓舞萬物爲天號令。君火之化熱，主春末夏初，行暄淑之令，而不行火暑，應君之德也。相火之化暑，主於

夏，夏之爲言大也，舉午同意，炎暑乃行。金之化清與燥，主於秋，秋之爲言揫也，與金同意，清涼乃行，白露清氣也。金屬庚辛，辛爲丙婦，帶火之氣故燥，《難經》曰：辛，商也。丙之柔則金燥之，化可明矣。久雨霖霪西風，而晴燥之兆也。西風而雨燥濕爭也，而乃自晴。水之化寒，主於冬，冬之爲言終也，嚴凜乃行。土之化濕與雨，主於長夏，長夏謂六月也。土生於火，長在夏，中既長而王，土潤溽暑，濕化行也。蓋濕則土生，乾則土死，泉出地中，濕化信矣。經曰：地氣上爲雲，天氣下爲雨。雨出地氣，雲出天氣，則土雨之化見矣。同爲一歲之令，巡環而治之也。夫四時寒暄之序，加以六氣司化之令，則歲歲各異，凡春溫夏暑，秋涼冬寒，皆天地之正氣，其客行於主位則自有逆順淫勝之異，由是氣候不一，豈可一定而論之，陰陽四時之氣，修則始於仲月而盛於季月，故經曰：差三十度而有奇。又言氣令盛衰之用具在四維，故陽之動，始於溫而盛於暑，陰之動，始於清而盛於寒。春夏秋冬，各有差其分者，此之謂也。四維者，辰、戌、丑、未四季月也。蓋春氣始於二月，盛溫於三月。夏氣始於五月，盛暑於六月。秋氣始於八月，盛涼於九月。冬氣始於十一月，盛寒於十二月。以此見之，則氣差明矣。然五月夏至，陰氣生而反大熱，十一月冬至，陽氣生而反大寒者，蓋氣自下生，則推而上之，相錯而萬物生，以其無窮也。故聖人指物以候之，其六氣終始，早晏五運大少盈虛，原之以至理，攷之以至數，而垂示萬古，無有差忒也。經曰：五日謂之候，三候謂之氣，六氣謂之時，四時謂之歲。又曰：日爲陽，月爲陰，行有分紀，周有道里。日行一度，月行十三度，而有奇焉。故大小月，三百六十五日而成歲，積氣餘而盈閏矣。經云：日常於晝夜行天之一度則一日也，共三百六十五日，四分之一而周天度乃成一歲。常五日一候應之，故三候成一氣，即十五日也。三氣成一節，節謂立春、春分、立夏、夏至、立秋、秋分、立冬、冬至，此八節也。三八二十四氣而分主四時一歲成矣。春秋言分者，以六氣言之，則二月半，初氣終而交二氣，八月半四氣盡而交五之氣。若以四時之令言之，則陰陽寒暄之氣，至此可分之時也。晝夜分五十刻，亦陰陽之中分也。故經曰：分則氣異，此之謂也。冬夏言至者，以六氣言之，則五月半，司天之氣，至其所在。十一月半，在泉之氣，至其所在。以四時之令言之，則陰陽至此極至之時也。夏至日長不過六十刻，陽至此而極。冬至日短不過四十刻，陰至此而極，皆天候之未變。故經曰至則氣同，此之謂也。天自西而東，轉其日月，五星循天，從東而西轉，故《白虎通》曰：天左旋，日月五星右行，日月五星在天爲陰，故右行猶臣對君也。日則晝夜，行天之一度，月則晝夜行天之十三度。有奇者，謂復行一度之中，作十九分，分之得七，大率月行疾速，終以二十七日。月行一周天，是將十三度及十九分之七，數總之則二十九日，計行天一百八十七度，有奇計月行疾之數，比日行遲之數，則二十九日。日方行天二十九度，月已先行一周天，三百六十五度外，又行天之二十二度，反少七度而不及日也。陰陽家說：謂日月之行自有，前後遲速不等，因無常準，則有大小月盡之異也，本三百六十五日四分度之一，即二十五刻，當爲一歲自除。歲外之餘，是有三百六十也。故陰生則陽上而愈熱，陽生則陰上而愈寒，以今驗之夏井清涼，冬井溫和則可知也，是所謂歲之常矣。

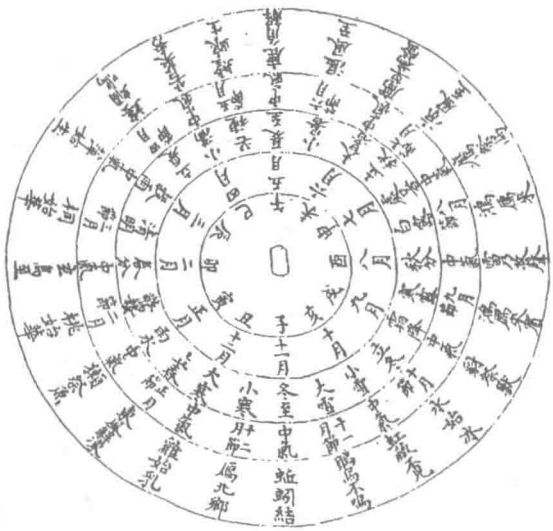
《素問入式運氣論奧・論六化》

六化之圖

五行施形，於地爲化，日用相生相制，爲萬物之宗元。推而上之則其氣化，百度何可量也。是以感之於人，則形體具。而爲日又除小月所少之日六日，止有三百五十四日而成一歲，通少十一日二十五刻乃盈閏，爲十二月之制，則有立首之氣，氣乃三候之至，月半示斗建之方，乃十二辰之方也。閏月之紀，則無立氣建方，皆他氣但依曆以八節見之，推其所餘乃成閏，天度畢

矣。故經曰：立端於始，表正於中，推餘於終而天度畢矣者，此之謂也。觀天之杳冥，豈復有度乎，乃日月行一日之處，指二十八宿爲證，則記之曰度。故經曰：星辰者，所以制日月之行也。制，謂制度也。天亦無候，以風雨霜露草木之類應期，可驗而測之曰候。言一候之日，亦五運之氣相生而直之，即五日也。如環之無端，周而復始。《書》曰：朞三百六旬有六日，以閏月，定四時成歲，即其義也。醫工之流，不可不知。經曰：不知年之所加，氣之盛衰，虛實之所起，不可以爲工矣。王冰以謂：天真氣運，尚未該通，人病之由，安能精達。即古聖之深戒也。

## 《素問入式運氣論奧・論四時氣候》



四時氣候之圖

日月運行而四時成，以其有常也，故聖人立法以步之。陰陽相錯而萬物生，以其無窮也。故聖人指物以候之，其六氣終始早晏，五運大少盈虛，原之以至理，攷之以至數，而垂示萬古，無有差忒也。經曰：五日謂之候，三候謂之氣，六氣謂之時，四時謂之歲。又曰：日爲陽，月爲陰。行有分紀，周有道里，日行一度，月行十三度而有奇焉。故大小月三百六十五日而成歲，積氣餘而盈閏矣。經云：日常於晝夜行天之一度，則一日也，共三百六十五日四分之一而周天度乃成。一歲常五日一候應之。故三候成一氣，即十五也。三氣成一節，節謂立春、春分、立夏、立秋、秋分、立冬、冬至，此八節也。三八十二四氣，而分主四時，一歲成矣。春秋言分者，以六氣言之，則二月半初氣終，而交二之氣。八月半四氣盡，而交五之氣。若以四時之令言之，則陰陽寒暄之氣，到此可分時也。晝夜分五十刻，亦陰陽之中分也。故經曰：分則氣異，此之謂也。冬夏言至者，以六氣言之，則五月半，司天之氣至其所，在十一月半，在泉之氣至其所，在以四時之令言之，則陰陽至此，極至六時也。夏至日長不過六十刻，陽至此而極。冬至日短不過四十刻，陰至此而極。皆天候之未變，故經曰：至則氣同，此之謂也。天自西而示轉，其日月五星循天，從東而西轉。故《白虎通》曰：天左旋，日月五星右行，日月五星在天爲陰，故右行。猶臣對君也，日則晝夜行天之一度，月則晝夜行天之十三度。有奇者謂復行，一度之中，作十九分分之得七，大率月行疾速，終以二十七日，月行一周天。是將十三度及十九分之七數。總之則二十九日，計行天三百八十七度，有奇計月行疾之數，比日行遲之數，則二十九日，日方行在二十九度，月已先行一周天三百六十五度，外又行天之二十二度，反少七度而不及日也。陰陽家說謂：日月之行，自有前後遲速不等，固無常準，則有大小月盡之異也。本三百六十五日四分度之一，即二十五刻，當爲一歲。自除歲外餘，則有三百六十日。又除小月所少之日六日止有三百五十四日而成一歲，通少十一日二十五刻，乃盈閏爲十二月之制，則有立首之氣。氣乃三候之至月半，示斗建之方，乃十二辰之方也。閏月之紀，則無立氣。建方皆他氣，但依曆以八節見之，推其所餘乃成閏，天度畢矣。故經曰：立端於始，表正於中，推餘於終而天度畢矣者，此之謂也。觀天之杳冥，豈復有度乎乃日月行一日之處，指二十八宿爲證而記之曰度。故經曰：星辰者，所以制日月之行也。制謂制度也。天亦無候，以風雨露草木之類，應期可驗。而測之曰候。言一候之日，亦五運之氣相生而直之，即五日，如環之無端，周而復始。《書》曰：朞三百六旬，有六日以閏月，定四時成歲即其義也。醫工之流，不可不知。經曰：不知年之所加，氣之盛衰，虛實之所

起，不可以爲工知。王冰以謂天真氣運尚未該通人病之由安能精達，即古聖之深戒也。

《素問入式運氣論奧・論交六氣時日》

交六氣時日圖

陰陽相遘，分六位而寒暑弛張，日月推移，運四時而氣令更變。故經：曰顯明之右，君火之位，顯明謂之日，即卯位也。君火之右，退行一步，相火治之。復行一步，土氣治之。復行一步，金氣治之。復行一步，水氣治之。復行一步，木氣治之者，乃六氣之主位也。自十二月，中氣大寒，日交木之初氣。次至二月，中氣春分，日交君火之二氣。次至四月，中氣小滿，日交相火之三氣。次至六月，中氣大暑，日交土之四氣。次至八月，中氣秋分，日交金之五氣。次至十月，中氣小雪，日交水之六氣，每氣各主六十日八十七刻半，總之乃三百六十五日二十五刻，共周一歲也。若歲外之餘，及小月之日，則不及也。但推之歷日，依節令交氣，此乃地之陰陽，所謂靜而守位者也。常爲每歲之主氣，寒暑燥濕風。火者，乃六氣之常紀，氣應之不同者。又有天之陰陽，所謂動而不息，自司天在泉，左右四間是也。輪行而居其上，名之曰客氣。客氣乃行歲中之天命。天命所至則又有寒暑燥濕風火之化，主氣則當祇奉客之天命，客勝則從，主勝則逆，二者有勝而無復矣。

《素問入式運氣論奧・論日刻》

日刻之圖

夫日一晝一夜十二時，當均分於一日，故上智設銅壺貯水，漏下浮箭，箭分百刻以度之。雖日月晦明，終不能逃，是以一日之中，有百刻之候也。夫六氣通主一歲，則一氣主六十日八十七刻半，乃知交氣之時，有早晏也。故立此圖以明之冬夏，日有長短之異，則晝夜互相推移，而日出入時刻不同，然終於百刻矣，其氣交之刻則不能移也。甲子之歲，初之氣始於漏水下一刻，終於八十七刻半。子正之中也，二之氣復始於八十七刻六分，終於七十五刻戌正四刻也。三之氣復始於七十六刻，終於六十二刻半酉正之中也。四之氣復始於六十二刻六分，終於五十刻未正四刻也。五之氣復始於五十一刻，終於三十七刻半午正之中也。六之氣復始於三十七刻六分，終於二十五刻辰正四刻也。此之謂一周天之歲度，餘刻交入乙丑歲之初氣矣。如此而轉至戊水下一刻，則四歲而一小周也。故申子辰氣會同者此也。己酉丑初之氣俱起於二十六刻，寅午戌初之氣俱起於五十一刻，亥卯未初之氣，俱起於七十六刻，氣皆起於同刻，故謂之三合者義由此也。以十五小周爲一大周，

則六十年也。

《素問入式運氣論奧・論生成數》

生成數圖

天高寥廓，六氣回旋，以成於四時；地厚幽深，五行生化，以成於萬物。可謂無窮而莫測者也。聖人立法以推步者，蓋不能逃其數，觀其立數之因，亦皆出乎自然，故載於經典，同而不異。推以達其機，窮以通其變，皆不離於數內。一曰水，二曰火，三曰木，四曰金，五曰土者，咸有所也。水北方子之位也，子者陽生之初，一陽數也，故水曰一。火南方午之位也，午者陰生之初，二陰數也，故火曰二。木居東方東陽也，三者奇之數亦陽也。故木曰三。金居西方西陰也，四者偶之數，亦陰也，故金曰四。土應西南長夏，五者奇之數，亦陽也，故土曰五。由是論之，則數以陰陽而配者也。若攷其深義，則水生於一，天地未分，萬物未成之初，莫不先見於水。故《靈樞經》曰：太一者，水尊號先地之母，後萬物之源，以今驗之則草木子實未就，人蟲胎卵胎胚皆水也。豈不以水爲一，及其水之聚則形質化，莫不備陰陽之氣在中而後成，故物之小而味苦者，火之兆也。物熟則甘，土之味也，甘極則反淡，淡本也。然人稟父母陰陽生成之化，故先生二腎，左腎屬水，右腎屬火，火曰命門，則火之因水而後見。故火曰次二，蓋草木子實，大小雖異，其中皆有兩以相合者，與人腎同亦陰陽之兆，是以萬物非陰陽合體，則不能生化也。既陰是合體，夫然後有春生而秋成，故次三曰木。次四曰金，蓋水有所屬，火有所藏，木有所發，金有所別，莫不皆因土而後成五也。故次五曰土。木居於東，金居於西，火居於南，水居於北，土居中央而寄位四維，應令四季，在人四支。故金木水火皆待土而後成，兼其土數五以成之則水六，火七，木八，金九，土常以五之生數不中至十者，土不待十以成，是生成之數，皆五以合之，則大衍之數，由是以立，則萬物豈能逃其數哉！三陰三陽正化者，從本生數。對化者從標成數。五運之紀，則大過者其數成。不及者其數生。各取其數之生成多少以占，政令氣化勝復之述作，蓋明諸用也。

《素問入式運氣論奧・論五天之氣》

五天氣圖

天地支干相錯而列於八方，各有定位，星宿環列，垂象于其上而各有分野，故大占占天望氣，以書於冊，垂示後人，在精意以攷之而後可明也。蓋天分五氣，地列五行，五氣分流，散於其上，經於列宿，下合方隅，則命之以爲五運。丹天之氣，經於牛、女、奎、壁四宿之上，下臨戊癸之位，立爲火運。黔天之氣，經於心、尾、角、軫四宿之上，下臨甲己之位，立爲土運。素天之氣，經地亢、氐、昴、畢四宿之上，下臨乙庚之位，立爲金運。玄天二氣，經於張、翼、婁、胃四宿之上，下臨丙辛之位，立爲水運。蒼天之氣，經於危、室、柳、鬼四

宿之上，下臨丁壬之位，立爲木運。此五氣所經二十八宿，與十二分位相臨則灼然可見，因此以紀五天而立五運也。戌爲天門乾之位也，巳爲地戶巽之位也。自房至畢，十四宿爲陽主晝；自昴至心，十四宿爲陰主夜，通一日也。

**《素問入式運氣論奧・論五音建運》**

五音建運之圖

五音者，五行之音聲也。土曰宮，金曰商，木曰角，火曰徵，水曰羽。在陽年則曰太，在陰年曰少。《晉書》曰：角，觸也，象諸陽氣觸動而生其位丁壬歲也。徵，止也。言物盛則止，其位戊癸歲也。商，強也。謂金性之堅強，其位乙庚歲也。羽，舒也。陽氣將復，萬物慈育而舒生，其位丙辛歲也。宮，中也。中和之道，無往而不理。又總堂室奧阼而謂之宮，所圍不一，蓋土亦以通，貫於金木水火，王於四季，榮於四藏，皆總之之意也，其位甲己歲也。故五運從十干起甲爲土也。土生金，故乙次之。金生水，故丙次之。如此五行相生而轉甲爲陽，乙爲陰亦相間而數，如環之無端。詳其五音五運之由，莫不上下相召，小大相乘，同歸於治而已。是故因刻以成日，因日以成月，因月以成歲，遞相因以制用。雖大古占天望氣定位之始。見斡天之氣，橫於甲巳爲土運。素天之氣，橫於乙庚爲金運，玄天之氣，橫於丙辛爲水運。蒼天之氣，橫於丁壬爲木運。丹天之氣，橫於戊癸爲火運。則莫不有從焉。若以月建之法論之，則立運之因，又可見也。何哉？丙者，火之陽，建於甲巳，歲之首正月，建丙寅，丙火生土，故甲巳爲土運。戊者，土之陽，建於乙庚，歲之首正月，建戊寅，戊土生金，故乙庚爲金運。庚者，金之陽，建於丙辛，歲之首正月，建庚寅，庚金生水，故丙辛爲水運。甲者，木之陽，建於戊癸，歲之首正月，得甲寅，甲木生火，故戊癸爲火運。壬者水之陽，建於丁壬。歲之首正月，得壬寅，壬水生木，故丁壬爲木運。是五運皆生於正月建干，豈非日月歲時相因而制用哉。

**《素問入式運氣論奧・論月建》**

月建圖

夫十二支爲十二月，則正月寅，二月卯是也。甲巳之歲，正月建丙寅。乙庚之歲，正月建戊寅。丙辛之歲，正月建庚寅。丁壬之歲，正月建壬寅。戊癸之歲，正月建甲寅。乃用十干，建於寅上。觀其法甲子年爲首，亦用六十甲子內。初見者先建之，次見者次建之，故丙寅爲初，戊寅爲次，依先後循而轉之可見也。前六十甲子納音圖中，立位既終，復轉於其上，以終其紀者明矣。建時貼用，日干同法。若五運陰年不及之歲，大寒日交初氣，其日時建干，與年干合者，謂之曰干。德符當爲平氣，非過與不及也，畧舉此，以明其用而已。

**《素問入式運氣論奧・論天地六氣》** 圖在主氣客氣文內

經曰：天地合氣，六節分而萬物化生矣。然地列五行者，言其用也。分支於十二，自五行陰陽之氣，以布八方。蓋天氣降而下，則地氣遷而上，咸備五行之化氣，然後合其用。觀萬物未嘗不因天地之氣而化生之也。地之氣靜而常，天之氣動而變，其六氣之源，則同六氣之緒則異，何哉？蓋天之氣始於少陰則終於厥陰，經曰：少陰所謂標，厥陰所謂終是也。地之氣始

於厥陰木而終於太陽水。經曰：顯明之右，君火之位者其緒是也。然不同之緒，乃天真神元，二氣相因而成焉。故天之六，元氣反合，地十二支，以五行正化對化爲其緒。則

少陰司子午，太陰司丑未，
少陽司寅申，陽明司卯酉，
太陽司辰戌，厥陰司巳亥。

天氣始終之因，中是而已。地之六氣反合，天之四時風熱暑濕燥寒爲其緒，則

厥陰風木主春，少陰君火主春末夏初，
少陽相火主夏，太陰濕土主長夏，
陽明燥金主秋，太陽寒水主冬。

地氣終始之因，如是而已。經曰：天有陰陽，地亦有陰陽者，乃上下相臨也。天氣動而不息，故五歲而治遷應。地氣靜而守位，天氣不加於君火，則五歲而餘一氣。右遷相火之上，以君火不立歲故也。地之紀五歲一周，天之紀六朞一備。五歲一周則五行之氣遍。六朞一備則六氣之位周。與干加支之緒小同。取陰陽相錯，上下相乘畢其紀之意也。以五六相合，故三十年一紀之則六十所矣。

《素問入式運氣論奧・論主氣第》

主氣之圖

地氣靜而守位，則春溫夏暑，秋涼冬寒爲歲。歲之常令，四時爲六氣之所主也。厥陰木爲初氣者，方春氣之始也。木生火，故少陰君火，少陽相火。次之火生土，故太陰土，次之土生金，故陽明金。次之金生水，故太陽水次之，皆相生而布其令，莫不咸有緒焉。木爲初氣，主春分前六十日，有奇自斗建丑，正至卯之中，天度至此，風氣乃行也。君火爲二氣，主春分後六十日，有奇自斗建卯，正至巳之中，天度至此，暄淑乃行也。相火爲三氣，主夏至前後，各三十日。有奇自斗建巳，正至未之中，天度至此炎熱乃行也。土爲四氣，主秋分前六十日，有奇自斗建未，正至酉之中，天度至此，雲雨乃行，濕蒸乃作也。金爲五氣，主秋分後六十日，有奇自斗建酉，正至亥之中，天度至此，清氣乃行，萬物皆燥也。水爲六氣，主冬至前後各三十日，有奇自斗建亥，正至丑之中，天度至此，寒氣乃行也。六位旋相主氣。以成一歲，則天之六氣，每歲轉居於其上，以行天令者也，其交日時，前已具載矣。

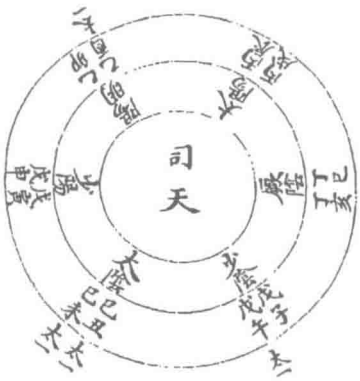
《素問入式運氣論奧・論客氣》

客氣之圖

六氣分上下左右而行，天令十二支，分節令時日而司。地化上下相召，而寒暑燥濕風火與四時之氣不同者，蓋相臨不一而使然也。六氣司於十二支者，有正對之化也。然厥陰所以司於巳亥者，何也？謂厥陰木也。木生於亥，故正化於亥，對化於巳也。雖有卯爲正木之分，乃陽明金對化也。所以從生而順於巳也，少陰所以司於子午者何也？謂少陰爲君火尊位，所以正得南方離位，故正化於午，對化於子也。太陰所以司於丑未者，何也？謂太陰爲土，土屬中宮，寄於坤位西南，居未分也。故正化於未，對化於丑也。少陽所

以司於寅申者，何也？謂少陽相火，位插於君火也。雖有午位君火居之，火生於寅，故正化於寅，對化於申也。陽明所以司於卯酉者，何也？謂陽明爲金酉，爲西方。西方屬金，故正化於酉，對化於卯也。太陽所以司於辰戌者，何也？謂太陽爲水，雖有子位，以居君火，對化一本於此處云：則居辰戌，辰戌屬土，故水爲土用。孟子曰：水由地中行，斯可見矣。水乃伏土中，即六戊天門戌是也，六巳地戶辰是也。故水雖土用，正化於戌，對化於辰也。此玄珠之說，已詳矣。莫不各有因焉，此天之陰陽，合地之十二支，動而不息者也。但將年律起當年，司天數至者，爲司天相對，一氣爲在泉，餘氣爲左右間，用在泉後，一氣爲初之氣，主六十日，餘八十七刻。至司天爲三之氣，主上半年自大寒日後，通主上半年也。至在泉爲六氣，主下半年自大暑日後，通主下半年也。少陰子爲首順行，又常爲大過司天，大過不及，亦間數則與十干起運圖，上下相合也。故經曰：歲半已前，天氣主之。歲半已後，地氣主之者此也。天之六氣客也，將此客氣布於地之六氣，步位之上，則有氣化之異矣。經曰：上下有位，左右有紀者，謂司天曰上，位在南方則面北，立左右乃左西右東也。在泉曰下，位在北方則面南，立左右乃左東右西也。故上下異而左右殊。六微旨論曰：少陽之右，陽明治之之緒者，乃南面而立，以閱氣之至也。非論上下左右之位，而與顯明之左右火治之之意同，謂面南視之，指位而言也。

《素問入式運氣論奧・論天符》




天符之圖

陰陽交遘，上下臨御而後有淫勝鬱復之變，此大法也。司天者，司之爲言直也。主行天之令，上之位也。歲運者，運之爲言動也，主天地之間，人物化生之氣，中之位也。在泉者主地之化，行乎地中，下之位也。一歲之中，有此上中下三氣，各行化令而氣偶，符會而同者，則通其化。雖無尅復之變，則有中病徐暴之異，是謂當年之中，司天之氣與中氣運同者，命曰天符。符之爲言，合也。天符共十二年而十二年之中，又有與當年，十二律五行同者，又是歲會，命曰太一。天符太一者，所以尊之之號也。謂一者天會，二者歲會，三者運會。上有四年，不論陰年陽年，皆曰：天符。故經曰：天符爲執法，歲位爲行令。太一天符爲貴人。邪之中人，則執法者其病連而危，行病者其病徐而持，貴人者，其病暴而死，蓋以氣令，故中人則深矣。歲會干律同而非天令，則所以言行令者，註曰象。方伯無執法之權，故無速害，病但執持而已。

《素問入式運氣論奧・論歲會》

歲會之圖

夫當年十干建運，與年辰十二律五行相會，故曰歲會，氣之主也。則不以陰年陽年，乃是取四時正中之月，爲四直承歲，子午卯酉是也。而土無正位，各寄王於四季之末，一十八日。有奇則通論承歲，辰戌丑未是也。已上共八年，外有四年，壬寅皆木，庚申皆金，是二陽年。癸巳皆火，辛亥皆水，是二陰年，亦是運與年辰相會而不爲歲會者，謂不當四年，正中之令故也。除二陽年，則癸巳辛亥二陰年，雖不名歲會，亦上下五行相佐，皆爲平氣之歲，物生脈應，皆必合期，無先後矣。歲會八年中內，四年與司天氣同已，入太一

天符也，餘並見前論中。

**《素問入式運氣論奧・論同天符同歲會》**

同天符同歲會之圖

六氣循環，互司天地，大過不及，隨於陰陽，制而爲準，上中下氣，輪有符合，天符歲會。前已載之。運氣與在泉，合其氣化。陽年曰同天符，有年曰同歲會。故六十年中，太一天符。四年天符，十二年歲會，八年同天符，六年同歲會。六年五者離而言之，共二十六年。合而言之，止有二十七年。經言：二十四歲者，不言歲會也，不可不審。如是則通，變行有多少，病形有微甚，生死有早暮。按經推步，誠可知矣。

**《素問入式運氣論奧・論南北政》**

南北政圖

運用十干，起則君火不當其運也。六氣以君火爲尊，五運以濕土爲尊。故甲巳土運爲南政，蓋土以成數，貫金木水火，位居中央，君尊南面而行，令餘四運，以臣事之。面北而受令，所以有別也。而人脈應之甲巳之歲，二運南面，論脈則寸在南而尺在北，少陰司天，兩寸不應。少陰在泉，兩尺不應。乙丙丁戊，庚辛壬癸之歲，四運面北，論脈則寸在北，而就在南，少陰司天，兩尺不應。少陰在泉，兩寸不應。乃以南爲上，北爲下，正如男子面南受氣，尺脈常弱。女子面北受氣，尺脈常盛之理同。以其陰氣沉下，故不應耳。六氣之位，則少陰在中，而厥陰居右，太陰居左，此不可易也，其少陰則主兩寸尺。厥陰司天在泉，當在右，故右不應。大陰司天在泉，當在左，故左不應，依同政而論尺寸也。若覆其手診之，則陰沉於下，反況爲浮，細爲大。又經曰：尺寸反者死，陰陽交者死，先立其年，以知其氣，左右應見，然後乃右言死。生之逆順者，更在診以別其反，詳其交而後造，死生之微也。

**《素問入式運氣論奧・論大少氣運相臨同化》**

大少氣運相臨之圖

天地遘醇，物我被化，則寒暑燥濕風共主乎。一歲之內，生長化收藏咸備乎！萬物之中，非秖一歲也。雖一時一刻之短，而五行之氣莫不存，非特一物也。雖一毫一芒之細，而五行之化莫不載，然司其運步其氣，或大或少，乃輪，主歲時而更盛更衰也。上達於天，則有五星倍減之應；下推於地，則

有五蟲耗肓之驗。其五穀、五果、五味、五色之化類，豈有一歲而無者，惟成熟有多少，色味有厚薄耳。蓋金木水火土並行其化，互有休囚王相，不同之目而已。直其運者，獨以爲之主，當其時者，專以爲之客，共行天令，遇陽年則氣王而大過，遇陰年則氣衰而不及。太過已勝則欲齊其所勝之化。不及已弱，則勝者來兼其化。大過歲謂：木齊金化，金齊火化，火齊水化，水齊木化，土齊木化也。不及歲謂：木兼金同化，金兼火同化，火兼水同化，水兼土同化，土兼木同化也。其司天與運相臨，間有逆順，相刑相佐。司天則同其正，抑運則反其平，如是五氣平正，則無相陵犯也。大過之歲，五運各主六年，乃五六三十陽年也。大角謂：六壬年，逢子午寅申，二火司天，則木運爲逆者，火木子也。居其上爲逆，大徵謂六戊年內，逢寒水司天，正抑其火，復爲平氣之歲，上羽與正徵同也。大宮，謂六甲年也，大商，謂六庚年也。內逢子午寅申二火司天，正抑其金，復爲平氣之歲，上徵與正商同也。逢辰戌水司天爲逆者，水金之子也，居上爲逆。大羽，謂六丙年也。不及歲五運各主，六年乃五六三十陰年也。少角，謂六丁年也。　己亥木司天，與運氣得助，上角同正角也。逢卯酉金司天，與運兼化上商，同正商也。逢丑未土司天，以木不及金，兼化則土得其政，上宮同正宮也。少徵，謂六癸年也。內逢卯酉金司天，以火不及水，兼化則金得其政，上商同正商也。少宮，謂六巳年也。內逢丑未土司，與運合得其助，上宮同正宮也。逢己亥木司天，與運兼化，上角同正角也。少商，謂六乙年也。內逢卯酉金司天，與運氣合得其助，上商同正商也。逢己亥木司天，以金不及火，兼化則木得其政，上角同正角也。少羽，謂六辛年也。逢丑未土司天，與運兼化，上宮同正宮也。內言上者，乃司天之令，其五天五少歲，所紀不同者，蓋遇不遇也。如君火相火寒水，常爲陽年司天。濕土燥金風木，常爲陰年司天。然六十年中，各有上下臨遇，或司天勝運，或運勝司天，或運當大過，不務其德，而淫勝其所不勝。或運當不及而避其所勝，而不兼其化及太一天符歲會。同天符同歲會，更按文推之，此不再書也。

## 《素問入式運氣論奧・論紀運》

紀運之圖

十干之中，五陰五陽也，立爲五運。大過不及，互相乘之。其不及之歲，則所勝者來尅，蓋運之虛故也。則其間自有歲會，同歲會亦氣不平，外有年辰相合，及交氣日，時干相合，則得爲已助，號曰平氣。乃得歲氣之平，其物生脈應，皆必合期，無先後也，聖人立名以紀之。假令辛亥歲水運，當云平氣，何也？辛爲水運，陰年遇亥，屬北方水相佐，則水氣乃平。假令癸巳年火運，亦曰平氣，何也？癸爲火運，陰年已屬，南方火相佐，則火氣乃平。又每年交初氣於年前大寒日，假令丁亥交司之日，遇日朔與壬合，名曰干德符。符者，合也。便爲平氣。若交司之時遇壬亦曰：干德符，除此交初氣日時之後相遇，皆不相濟也。餘皆倣此，所謂甲已合，乙庚合，丙辛合，丁壬合，戊癸合是也。又陰年中，若逢月干皆符合相濟，若未逢勝而見之干合者，亦爲平氣。若行勝已一後，行復已皆，逢月干者，即得正位，則大過不及。平氣紀歲者，當推而紀之，故平氣之歲，不可預紀之，十干之下列以陰。陽年而紀者，此乃大概設此，庶易知也。平氣紀，須以當年之辰日時干，依法推之。是以

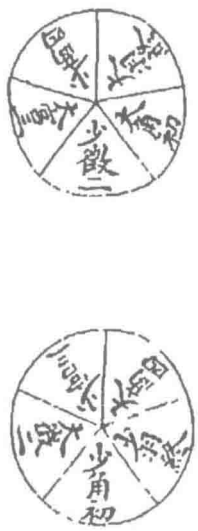
木運大角歲曰：發生大過，　少角歲曰：委和不及。　正角歲曰：敷和平氣，火運。大徵歲曰：赫曦大過。　少徵歲曰：伏明，不及；　正徵歲曰：升明，平氣。

土運大宮歲曰：敦阜，大過；　少宮歲曰：卑監，不及。　正宮歲曰：備化，平氣。金運太商歲曰：堅成大過。　少商歲曰：從革，不及；　正商歲曰：審平，平氣。

水運大羽歲曰：流衍，大過；　少羽歲曰：涸流不及。　正羽歲曰：順靜，平氣。

各以紀之也。氣之平則同，正化無過與不主也。又詳大過運中有爲司天之氣，所抑者亦爲平氣，則赫曦之紀。寒水司天，二年堅成之紀。二火司天，四年皆平氣之歲也。

《素問入式運氣論奧・論歲中五運》



歲中五運

地之六位，則分主於四時；　天之五運，亦相生而終歲度。在《素問》篇中，止見於六元正紀大論，每十歲一司天，文中云：　初終正而已，此則是一歲主運也。每運各主七十三日零五刻，總五運之數，則三百六十五日二十五刻，共成一歲。蓋將當年年干起一歲中，通主三百六十五日。大運爲主，將歲之主運，上下因之而名大少五音也。若當年是木合，自大角而下生之，故曰初。正太角木生少徵火，少徵火生大宮土，大宮土生少商金，少商金生大羽水，則爲終，亦以大過及隨之也。若當年少宮爲大運，則上下因之，少宮土上乃見火，故曰：　大徵。大徵火上乃見木，故曰：　少角，則主運自少角起。故初而至少羽，水爲終矣。木爲初之運，大寒日交火，爲二之運，春分後十三日交土，爲三之運，小滿後二十五日交金，爲四之運。大暑後三十七日交水，爲五之運。秋分後四十九日交，此乃一歲之主運。有大少之異也。按天元玉冊截法中，又有歲之客運行於主運之上，與六氣主客之法同。故玉冊曰：歲中客運者，常以應干前，二干爲初運。

申子辰歲，大寒日寅初交；　亥卯未歲，大寒日亥初交；　寅午戌歲，大寒日申初交；　己酉丑歲，大寒日巳初交。

此五運相生而終歲度也。然於經未見其用以六氣言之，則運亦當有主客以行天令。蓋五行之運，一主其氣，豈四而無用，不行生化者乎。然當年大運，乃通主一歲。如司天通主上半年之法，玄珠指此，以謂六元還周，言素問隱一音也。按天元玉冊截法：　言五運之客，互主一歲，則經所載者，乃逐年之主運也。明當以玉冊爲法，則其義通玄珠之說補註，亦不取之。

《素問入式運氣論奧・論手足經》

手足經圖

夫人稟天地沖和之氣，受五行生化之形，陰陽剛柔萃於一身，爲萬物之靈，通上下而謂三才者也。故經言：　生氣根於中，命曰神機。是以藏府表裏，各相配合，然後致其和而宅，神氣以爲機發之主也。非見於黃帝岐伯精微之論，則莫能知之。唯聖爲能踐形者，誠哉妙言也。故經曰：　上古聖人，論理人形，列加藏府，端絡經脈，會通六合。又曰：　五藏十二節，皆通乎天氣者，乃論手足經三陰三陽也。其十二經外循身形，內貫藏府，以應十二月，即十二節也。五藏爲陰，六府爲陽，一陰一陽乃爲一合，即六合也。夫少陰

之經主心，與腎二藏者，蓋心屬火而少陰冬脈，其本在腎，又君火正司於午，對化於子，是以腎藏亦少陰主之，腎非金水，右屬命門火，五藏爲陰，不可言陽水隨腎至。故大陽爲府，則手大陽小腸，足大陽膀胱也。大陰之經主脾，與肺二藏者，蓋脾爲土而大陰，陰脈在肺。又土生金，子隨母居，故肺大陰主之金隨肺至。故陽明爲府，則手陽明大腸，足陽明胃也。厥陰之經主肝與心，包絡二藏者，蓋肝屬木。又木生火，子隨母居，故心包厥陰主之，火隨心包而至。故少陽爲府，則手少陽三焦，足少陽膽也。其手足經者，乃手經之脈，自兩手起。足經之脈，自兩足起，以十二辰言之，蓋陰生於午，陰上生故曰手經。陽生於子，陽下生，故曰足經。手足經所以紀上下也。又心肺心包在上屬手經，肝脾腎在下屬足經，亦其意也。藏府同爲手足經，乃一合也。心包非藏也，三焦非府也，經曰，膻中者，臣使之官，喜樂出焉。在胸主兩乳間，爲氣之海，然心主爲君，三焦者決瀆之官，水道出焉。三焦有名無形，上合於手心主，下合右腎。主謁道諸氣，名爲使者，共爲十二經，是以經曰：陰陽者數之可十，推之可百，數之可千，推之可萬，萬之大，不可勝數，然其要一也。雖不可勝數，然其要妙，以離合推步，悉可知之。

**《素問入式運氣論奧・論勝復》** 運有盛衰，氣有虛實，更相迎隨，以司歲也。故經曰：有餘而往，不足隨之；不足而往，有餘從之者此也。故運互有大少，勝復之變作矣。大過則先天時化，以氣勝實，故不勝者受邪，不及則後天時化。以氣衰虛，故勝已者來尅。被尅之後，必待時而復也。行復於所生則已不可前，故等得時則子當王，然後子爲母讎也。如木運少角歲，金清化來勝，則子火爲復，反熱化勝金。火運少徵歲，水寒化來勝，則子土爲復，反濕化勝水。土運少宮歲，木風化來勝，則子金爲復，反清化勝木。金運少商歲，火熱化來勝，則子水爲復，反寒化勝火。水運少羽歲，土濕化來勝，則子木爲復，反風化勝土。故言勝復同者此也。玄珠論六氣，有正化對化之司，若正司化令之實，甚則勝而不復。對司化令之虛微，則勝而有復。勝甚則復甚，勝微則復微，所謂邪氣化日也。如是氣不相得，則邪氣中人而疾病矣。然天地之氣，亦行勝復，故經曰：初氣終三氣，天氣主之，勝在常也。四氣盡終氣，地氣主之，復之常也。蓋勝至則復，復已而勝，故無常氣乃止，復而不勝，則是生氣已絕。故曰傷生也。又歲氣大過，則不勝者受邪。若得其實，而又欺侮其所不勝已者，運不及所勝者來尅，乘氣之虛，又爲不勝已者陵侮，如是終必受邪以元，非勝已之氣，必自傷也。故經曰：侮反受邪，此之謂也。五行之變如是不一，則在氣候以別之矣。

**《保命集・原道論》** 經曰：觀天之道，執天之行盡矣。蓋天一而地二，北辨而南交，人精神之運以行矣。擬之於象，則水火也；畫之於卦，則坎離也。兩者相須，彌滿六合，物物得之，況於人乎！蓋精神生於道者也，是以上古真人把握萬象，仰觀日月，呼吸元氣，運氣流精，脫骨換形，執天機而行六氣，分地紀而運五行，食乳飲血，省約儉育，日夜流光，獨立守神，肌肉若一，故能壽比天地，無有終時，此其道生之要也。夫道者，能卻老而全形，身安而無疾。夫水火用法象也，坎離交言變也。萬億之書，故以水爲命，以火爲性，土爲人，人爲主性命者也。是以主性命者在乎人，去性命者亦在乎人。何則？脩短壽夭，皆自人爲。故經曰：精神內守，病安從來。又曰：務快其心，逆於生樂。所以然者，性命在乎人。故人受天地之氣以化生性命也。是知形者生之舍也，氣者生之元也，神者生之制也。形以氣充，氣耗形病；神依氣位，氣納神存。修真之士，法於陰陽，和於術數，持滿御神，專氣抱一。以神爲車，以氣爲馬，神氣相合，可以長生。故曰精有主，氣有元，呼吸元氣，合於自然，此之謂也。智者明乎此理，吹噓呼吸，吐故納新，熊經鳥伸。導引按蹻，所以調其氣也；平氣定息，握固凝想，神宮內視，五臟昭徹，所以守其氣也；法則天地，順理陰陽，交媾坎離，濟用水火，所以交其氣也。神水華池，含虛鼓漱，通行榮衛，入於元宮，溉五臟也；服氣於朝，閉息於暮，陽不欲迭，陰不欲覆，鍊陰陽也。以至起居適早晏，出處協時令，忍怒以全陰，抑喜以全陽，泥丸欲多櫛，天鼓欲常鳴，形欲常鑑，津欲常咽，體欲常運，食欲常少。眼者身之鑑也，常居欲頻修；耳者體之牖也，城郭欲頻治；面者神之庭也，神不欲覆；髮者腦之華也，腦不欲減；體者精之元也，精不欲竭；明者身之寶也，明不欲耗。補瀉六腑，陶鍊五精，可以固形，可以全生，此皆修真之要道也。故修真之要者，水火欲其相濟，土金欲其相養。是以全生之術，形氣貴乎安，安則有倫而不亂；精身貴乎保，保則有要而不耗。故保而養之，初不離於形氣精神。及其至也，可以通神明之出。神明之出，皆在於心。獨不觀，心爲君主之官，得所養則血脈之氣王而不衰，生之本無得而搖也，神之變無得而測也。腎爲作強之官，得所養則骨髓之氣榮而不枯，蟄封藏之本無得而傾也，精之處無得而奪也。夫一身之間，心居而守正，

腎下而立始，精神之居。此宮不可太勞，亦不可太竭。故精太勞則竭，其屬在腎，可以專嗇之也；神太用則勞，其藏在心，靜以養之，唯靜專然後可以內守。故昧者不知於此，欲拂自然之理，謬爲求補之術，是以僞勝真，以人助天，其可得乎？

**《保命集・攝生論》**論曰：《內經》謂：法於陰陽，和於術數，飲食有節，起居有常，不妄作勞，故能形與神俱而盡終其天年，度百歲乃去。今時之人不然也，以酒爲漿，以妄爲常，醉以入房，以欲竭其精，以耗散其真，不知持滿，不時御神，務快其心。逆於生樂，起居無節，故半百而衰也。且飲食起居，乃人生日用之法，縱恣不能知節，而欲傳精神，服天氣者，不亦難乎？又經曰：飲食自倍，腸胃乃傷。起居如驚，神氣乃浮。是以聖人春木旺，以膏香助脾；夏火旺，以膏臭助肺；金用事，膳膏腥以助肝；水用事，膳膏膩以助心。所謂因其不勝而助之也。故食飲之常，保其生之要者五穀、五果、五畜、五菜也。脾胃待此而他藏備，三焦待此而道路通，榮衛待此以清以濁，筋骨待此以柔以正。故經云：蓋五味相濟，斯無五宮之傷，所以養其形也。雖五味爲之養形，若味過於酸，肝氣以津，脾氣乃絕；味過於鹹，大骨氣勞，短肌，心氣抑；味過於甘，心氣喘滿，色黑，腎氣不衡；味過於苦，脾氣不濡，胃氣乃厚；味過於辛，筋骨沮弛，精神乃失。所謂失五味之常而損其形也。王注曰：味有倫，緣藏有偏絕。此之謂也。飲食者養其形，起居者調其神。是以聖人春三月夜臥早起，被髮緩形，見於發生之時，且曰以使志生。夏三月詮臥早起，無厭於日，見於蕃秀之時，且曰使志無怒，使氣得泄。秋三月，早臥早起，與鷄俱興，見於容平之時，收斂神氣，且曰使志安寧，以應秋氣。冬三月，早臥晚起，去寒就溫，見於閉藏之時，且曰使志若伏若匿，若有私意，若已有得。此順生長收藏之道。春夏養陽，秋冬養陰，順四時起居法，所以調其神也。經所謂逆於春氣則少陽不生，肝氣內變；逆於夏氣則太陽不長，心氣內洞；逆於秋氣，則太陰不收，肺氣焦滿；逆於冬氣，則少陰不藏，腎氣獨沉。此失四時之氣，所以傷其神也。智者順四時，不逆陰陽之道，而不失五味損益之理，故形與神俱久矣，乃盡其天年而去。與夫務快其心，逆於生樂者，何足與語此道哉！故聖人行之，賢者佩之，豈虛語哉！

**《保命集・氣宜論》**論曰：治病必明六化分治，五味、五色所主，五藏所宜，五行之運行數，六氣之臨御化，然後明陰陽三才之數。故數之可數者，人中之陰陽也，然所合之數可得見也。夫陰陽者，數之可十，推之可萬。故天地陰陽者，不以數推，以象之謂也。經曰：丹天之氣經於牛女戊分，黔天之氣經於心尾己分，蒼天之氣經於危室柳鬼，素天之氣經於亢氐昴畢，玄天之氣經於張翼婁胃。所謂戊己分者，奎壁角軫。則天地之門戶也。是以將前三數與天象俱明，終始之六氣所司之高下，在泉淺深之勝復，左右之間同與不同，三紀太過不及之理，故可分天地之化産，民病之氣宜矣。經所謂：太陽司天之政，故歲宜苦以燥之、溫之；陽明司天之政，故宜以苦辛汗之、清之、散之、又宜以鹹；少陽司天之政，故歲宜以鹹，宜辛，宜酸，滲之、泄之、漬之、發之，觀氣寒溫，以調其氣；太陰司天之政，故宜以苦燥之、溫之，甚者發之、泄之，不發不泄，是濕氣外溢，肉潰皮坼而水血交流；少陰司天之政，故歲宜鹹以耎之，而調其上，甚則以苦發之，以酸收之，而安其下，甚則以苦泄之；厥陰司天之政，故歲宜以辛調之，以鹹潤之。人必折其鬱氣，先資其化源，是以迎而奪之，主氣之法也。故云六氣有餘，用熱遠熱，用溫遠溫，用寒遠寒，用涼遠涼，食宜同法，此其道也，故王注曰：夏寒甚則可以熱犯熱，寒不甚則不可犯也。若有表證，若有裏證。故法云：發表不遠熱，攻裏不遠寒。不發不攻，而犯寒犯熱，使寒熱內賊，其病益甚。故無者生之，有者甚之。所以不遠熱則熱至，不遠寒則寒至。其寒至，則堅痞腹痛，急下利之病生矣。熱至，則身熱、吐下、霍亂、癰疽、瘡瘍、瞀昏瘈，注下瞤瘛，腫脹，吐嘔，煩血，衄血，頭痛，骨節變，肉痛，血溢，泄，淋閟之病生矣。王注曰：食已不饑，吐利腥穢，亦寒之疾也。暴喑冒昧，目不識人，躁擾狂越，譫妄驚，驚癇，亦熱之病也。故經所謂：無失天信，無逆氣宜，無翼其勝，無贊其復，是謂至也。儻不知斯，寒熱內賊，失氣之宜。因不知四時五行，因加上勝，釋邪攻正，絕人長命。術不通經，爲粗工之戒。是以六氣上司九宮，中司九元，下司九宣。三數俱明，各分主客，勝復，淫治，尅伐，主病，歲物氣味之厚薄。故經所謂：氣味有厚薄，性用有躁靜，治保有多少，力化有淺深。故少陽在泉，寒毒不生；太陽在泉，熱毒不生。故其氣專，其味正。少陰在泉，寒毒不生；太陰在泉，熱毒不生。此所謂天化地産。故天地氣合，氣合六節分，而萬物化生矣。經所謂：謹候氣宜，無失病機。病機者，寒暑燥濕風，金木水火土，萬病悉自此而生矣。故謹察病機之本，得治之要者，乃能愈疾。亦常有不明六氣五行之所宜，氣味之厚薄所用，人身爲病之所由，而能

必獲其效者，尠矣哉！

**《夏小正戴氏傳・傅崧卿注》** 春

正月：啟蟄，鴽北鄉，雉震呴，魚陟負冰，農緯厥耒，初歲祭耒始用暢。囿有見韭，時有俊風，寒日涤凍塗，田鼠出，農率均田，獺獸祭魚，鷹則爲鳩，農及雪澤，初服於公田，采芸，鞠則見。初昏叁中，柳稊，梅、杏、杝桃則華。緹縞，雞桴粥。

《傳》正月：啟蟄。言始發蟄也。鴽北鄉。先言鴽而後言鄉者，何也？見鴽而後數其鄉也。鄉者，何也？鄉其居也。鴽以北方爲居。何以謂之居？生且長焉爾。九月遰鴻鴽。先言遰而後言鴻鴽也。見遰而後數之，則鴻鴽也。何不謂之南鄉也？曰：非其居也。故不謂之南鄉。記鴻鴽之遰而不記其何鄉也？曰：鴻不必當小正之遰必者也。雉震呴。震也者，鳴也；呴也者，鼓其翼也。正月必雷，雷不必聞，惟雉爲必聞之。何以謂之雷？則雉震呴，相歲以雷。魚陟負冰。陟，升也；負冰云者，言解蟄也。農緯厥耒。緯，束也，束其耒云爾者。用是見君之亦有耒也。初歲祭耒始用暢。暢也者，終歲之用祭也。其曰：初，云爾也者，言是月之始用之也。初者，始也。或曰：祭韭也。囿有見韭。囿也者，園之燕也。時有俊風俊者，大也；大風，南風也。何大於南風也？曰：合冰必於南風。解冰必於南風；生必於南風，收必於南風，故大之也。寒日涤凍塗。涤也者，變也，變而煖也；凍塗也者，凍下而澤上多也。田鼠出。田鼠者，嗛鼠也，記時也。農率均田。經者，循也；均田者，始除田也，言農夫急除田也。獺獸祭魚。其必與之獸，何也？曰：非其類也。祭也者，得多也，善其祭而後食之。十月豺祭獸，謂之祭；獺祭魚，謂之獸祭，何也？豺祭其類，獺祭非其類，故謂之獸。大之也。鷹則爲鳩。鷹也者，其殺之時也；鳩也者，非其殺之時也。善變而之仁也，故具言之也，則盡其辭也。鳩爲鷹變，而之不仁也，故不盡其辭也。農及雪澤。言雪澤之無高下也。初服於公田。古有公田焉者。古言先服公田，而後服其田也。採芸，爲廟采也。鞠則見。鞠也者，何也？星名也。鞠則見也，歲再見爾。初昏參中。蓋記時也。云：斗柄縣在下。言斗柄者，所以著參之中也。柳稊。稊也者，發孚也。梅、杏、杝、桃則華。杝、桃，山桃也。緹縞。緹縞也者，莎隨也；縞也者，其實也。先言緹而後言縞何也？緹先見者也。何以謂之？小正以小著名也。雞桴粥。粥也者，相粥之時也。或曰：桴，媼伏也；粥，養也。

二月：往耰黍，禪，初俊羔助厥母粥。綏多女士，丁亥萬用入學。祭鮪，榮菫，菜蠮，昆小蟲抵蚳來降燕，乃睇剝鱓，有鳴倉庚。榮芸，時有見稊，始收。

《傳》二月：往耰黍，禪，禪也。初俊羔助厥母粥。俊也者，大也；粥也者，養也。言大羔能食草木，而不食其母也。羊羔非其子而後養之。善養而記之也。或曰：夏有煮祭，祭也者，用羔；是時也，不足喜樂，善羔之爲生也而記之，與羊牛腹時也。綏多女士。綏，安也。冠子取婦之時也。丁亥萬用入學。丁亥者，吉日也；萬也者，干戚舞也；入學者，太學也。謂今時大舍采也。祭鮪。祭不必記。記鮪何也？鮪之至有時，美物也；鮪者，魚之先至者也，而其至有時，謹記其時。榮菫，菜也。采蠮，蠮，由胡，由胡者，繁母也，皆豆實也。故記之。昆小蟲抵蚳。昆者，衆也，猶魂。魂也得，動也，小蟲動也。其先言動而後言蟲者，何也？萬物至是，動而後著。抵，猶推也；蚳，蟻卵也，爲祭醢也。取之則必推之，推之不必取，取必推而不言取。來降燕乃睇。燕，乙也；降者，下也。言來者何也？莫能見其始出也，故曰：來降。言乃睇何也？睇者，眄也。眄者，視可爲室者也。百鳥皆曰巢，突穴取與之室，何也？操泥而就家，人人內也。剝鱓，以爲鼓也。有鳴倉庚。倉庚者，商庚也。前庚者，長股也。榮芸，時有見稊，始收。有見稊而後始收，是小正序也。小正之序時也，皆若是也。稊者，所爲豆實。

三月：參則伏，攝桑，萎揚。鞠羊，鷽則鳴，頒冰，采識。妾、子始蠶。執養宮事，祈麥實，越有小旱。田鼠化爲鴽，拂桐芭，鳴鳩。

《傳》三月：參則伏，伏者，非亡之辭也。星無時而不見，我有不見之時，故曰：伏云。攝桑，攝而記之，急桑也。萎揚，揚則花而後記之。鞠羊，羊有相還之時，其類鞠鞠然，記變爾。或曰：鞠，羝也。鷽則鳴，鷽，天鼄也。頒冰。頒冰也者，分冰以授大夫也。采識。識，草也。妾、子始蠶。妾則後子，何也？曰事有漸也，言自卑事者始也。執養宮事。執，操也。養，長也。祈麥實。麥者，五穀之先見者，故急祈而記之也。越有小旱。越，於也。記是事恒有小旱。田鼠化爲鴽。鴽，鵪也。變而之善，故盡其辭也。鴽爲鼠，變之不善，故不盡其辭也。拂桐芭。拂也。桐芭之時也。或曰：言桐芭始生貌，拂拂然也。鳴鳩。言始相命也。先鳴而後鳩，何也？鳩者鳴，

而後知其鳩也。

夏

四月：昴則見。初昏南門正。鳴札，囿有見杏，鳴蜮，王萯莠，取荼，莠幽，越有大旱，執陟攻駒。

《傳》四月：昴則見，初昏南門正。南門者，星也。歲再見，一正蓋大正所取法也。鳴札。札者，寧縣也。鳴而後知之，故先鳴而後札。囿有見杏。囿者，山之燕者也。鳴蜮。蜮鳴也，或曰：屈造之屬也。王萯莠，取荼。荼也者，以爲君薦蔣也。莠幽，越有大旱。記時爾。執陟攻駒。執也者，始執駒也。執駒也者，離之去母也。執，而升之君也。攻駒也者，教之服車，數舍之也。

五月：參則見，浮游有殷，鴂則鳴，時有養日。乃衣瓜。良蜩鳴，匽之興，五日翕，望乃伏。啟灌藍蓼，鳩爲鷹，唐蜩鳴。初昏大火中。種黍、菽、糜煑梅，蓄蘭頒馬。

《傳》五月：參則見。參也者，伐星也，故盡其辭也。浮游有殷。殷，衆也。浮游，殷之時也。浮游者，渠略也，朝生而暮死。稱有。何也？有，見也。鴂則鳴。鴂者，伯鷯也。鳴者，相命也。其不辜之時也，是善之，故盡其辭也。時有養日。養，長也。一則在本，一則在末，故其記曰：時養日之也。乃衣瓜。瓜者，急瓜之辭也。瓜者，始食瓜也。良蜩鳴。良蜩也者，五采具。匽之興，五日翕，望乃伏。其不言生，而稱興，何也？不知其生之時，故曰興。以其興也，故言之興。五日翕也。望也者，月之望也。而伏云者，不知其死也，故謂之伏。五日也者，十五日也。翕也者，合也。伏也者，入而不見也。啟灌藍蓼。啟者，別也，陶而疏之也。灌也者，聚生者也。記時也。鳩爲鷹，唐蜩鳴。唐蜩鳴者，匽也。初昏大火中。大火者，心也，心中。種黍、菽、糜時也。煑梅。爲豆實也。蓄蘭，爲沐浴也。菽糜。以在纏經中矣。又言之地，何也？是食短閔而記之。頒馬。分大夫卿之駒也。將閒諸則。或取離駒納之則法也。

六月：初昏斗柄正在上，煑桃，鷹始摯。

《傳》六月：初昏斗柄正在上。五月大火中，六月斗柄正在上，此見斗柄之不在當心也，蓋當依依尾也。煑桃。桃也者，柂桃也；柂桃也者，山桃也；煑以爲豆實也。鷹始摯。而言之，何也？諱殺之辭也，故言摯云。

秋

七月：莠藋葦，狸子肇肆。湟潦生苹，爽死，苹莠。漢案戶，寒蟬鳴。初昏織女正東鄉，時有霖雨。灌荼。斗柄縣在下則旦。

《傳》七月：莠藋葦。未莠則不爲藋葦，莠然後爲藋葦，故先言莠。狸子肇。始也。肆，遂也。言其始遂也。其或曰：肆殺也。湟潦生苹。湟潦生苹也者，湟下處也。有湟，然後有潦；潦，而後有苹草也。爽死。爽也者，猶疏也。苹莠。苹也者，馬帚也。漢案戶。漢也者，河也。案戶。漢也者，直戶也，言正南北也。寒蟬鳴。蟬鳴也者，蝭蠑也。初昏織女正東鄉，時有霖雨。灌，聚也。荼，藋葦之莠也。爲蔣楮之也。藋未莠爲菼，葦未莠爲蘆。斗柄縣在下則旦。

八月：剝瓜，玄校，剝棗，栗零。丹鳥羞白鳥，辰則伏鹿人從，鴽爲鼠，參中則旦。

《傳》八月：剝瓜。剝瓜也者，畜瓜之時也。玄校。玄也者，黑也；校也者，若緣色然，婦人未嫁者衣之。剝棗。剝也者，取也。栗零。零也者，降零而後取之，故不言剝也。丹鳥羞白鳥。丹鳥者，謂丹良也；白鳥，謂閩蚋也。其謂之鳥，何也？重其養者也。有翼者爲鳥；羞也者，進也，不盡食也。辰則伏。辰也者，謂星也。伏也者，入而不見也。鹿人從。鹿人從者，從，羣也。鹿之養也離，羣而善之。離而生，非所知時也，故記從，不記離。君子之居幽也，不言。或曰：人從，人從也者，大者於外，小者放於內率之也。鴽爲鼠，參中則旦。

九月：內火，遰鴻鴈，主夫出火。陟玄鳥蟄，熊、羆、豹、貉、鼬、鼪則穴，榮鞠樹麥，王始裘，雀入於海爲蛤。

《傳》九月：內火。內火也者，大火；大火也者，心也。遰。鴻鴈遰往也。主夫出火。主夫也者，主以時縱火也。陟玄鳥蟄。陟，升也。玄鳥也者，燕也。先言陟，而後言蟄，何也？陟而後蟄也。熊、羆、豹、貉、鼬、鼪、則穴。若蟄而。榮鞠。鞠，草也。鞠榮而樹麥。時之急也。王始裘者，何也？衣裘之時也，辰繫於日。雀入於海爲蛤。蓋有矣，非常入也。

冬

十月：豺祭獸。初昏南門見。黑鳥浴。時有養夜。雉入於淮，爲蜃。織女正北鄉，則旦。

《傳》十月：豺祭獸。善其祭而後食之也。初昏南門見。南門者，星名也，及此再見矣。黑鳥浴。黑鳥者，何也？烏也，浴也者，飛乍高乍下也。時有養夜者。養，長也；若日之長也。云：雉入於淮，爲蜃。蜃者，蒲盧也。織女正北鄉，則旦。織女，星名也。

十有一月：王狩。陳筋革，嗇人不從，隕麋角。

《傳》十有一月：王狩。王狩者，言王之時田，冬獵爲狩。陳筋革者，省兵甲也。嗇人不從。不從者，弗行。於時月也，萬物不通。隕麋角。隕，墮也。日冬至，陽氣至，始動，諸向生皆蒙蒙符矣。故麋角隕，記時焉爾。

十有二月：鳴弋，玄駒賁，納卵蒜，虞人入梁。隕麋角。

《傳》十有二月：鳴弋。弋也者，禽也。先言鳴，而後言弋，何也？鳴而後知其弋也。玄駒賁。駒也者，蟻也。賁者，何也？走於地中也。納卵蒜。卵蒜也者，本如卵者也。納者，何也？納之君也。虞人入梁。虞人，官也。梁者，主設罟罔者也。隕麋角。蓋陽氣且睹也，故記之也。

**《洪範皇極・內篇》** 造化之爲造化者，幽明屈信而已。天者，明而信者也；地者，幽而屈者也；暑者，明而信者也，寒者，幽而屈者也；晝者，明而佳者也；夜者，幽而屈者也。天地也，寒暑也，晝夜也，幽明屈信，以成變化者也。是故，陽者吐氣，陰者含氣。吐氣者施，含氣者化。陽施陰化而人道立矣，萬物繁矣。陽薄陰則繞而爲風，陰囚陽則奮而爲雷，陽和陰則爲雨爲露，陰和陽則爲霜爲雪，陰陽不和則爲戾氣。沖漠無朕萬象具矣，動靜無端後則先矣。器根於道，道著器矣。一實萬分，萬復一矣。混兮闢兮，其無窮矣。是故，數者計乎此者也。疇者等乎此者也，行者運乎此者也。微而顯，費而幽，神應不測，所以妙乎此者也。

有理斯有氣，有氣斯有形，形生氣化，而生生之理無窮焉。天地絪縕，萬物化醇。男女搆精，萬物化生。化生者塞，化醇者頤。覆土之陵，積水之澤。草木魚蟲，孰形孰色。無極之真，二五之精。妙合而凝，化化生生。莫測其神，莫知其能。

理之所始，數之所起。微乎微乎，其小無形。昭乎昭乎，其大無垠。微者昭之原，小者大之根。有先有後，孰離孰分。成性存存，道義之門。老氏爲虛，釋氏爲無。刑名失實，陰陽多拘。異端曲學，烏乎不渝哉。

有理斯有氣，氣著而理隱。有氣斯有形，形著而氣隱。人知形之數而不知氣之數，人知氣之數而不知理之數，知理之數則幾矣。動靜可求其端，陰陽可求其始，天地可求其初，萬物可求其紀。鬼神知其所幽，禮樂知其所著，生知所來，死知所去。《易》曰：窮神知化，德之盛也。

智者君子，所以成德之終始也。是故，欲知道不可以不知仁，欲知仁不可以不知義，欲知義不可以不知禮，欲知禮不可以不知數，數者禮之序也。分於至微，等於至著，聖人之道知序則幾矣。

人非無知也而真知爲難，人非無見也而真見爲難。義之質人所知也，而犯義者多；禮之文人所見也，而越禮者衆。以其知之非真知，見之非真見爾。真者，精之極。精則明，明則誠，誠則爲其所不爲，如水之寒，火之熱，亦性之而已矣。

物窒而理虛，暗窒而明虛，萬物生於虛明，而死於窒暗也。萬事善於虛明，而惡於窒暗也。虛明則神，神則聖，聖則數之通也。窒暗則惑，惑則愚，愚者數之塞也。

陰陽五行，其體而用，用而體者耶。渾渾淪淪而出入異門，繩繩井井而形色俱泯。合之而知其異，析之而知其同，微之則知其顯，充之而知其不可窮者其庶矣哉！

陰陽相爲首尾者耶。是故，陽順而陰逆，陽長而陰消，陽進而陰退。順者吉而逆者凶耶，長者盛而消者衰耶，進者利而退者鈍耶。周流不窮，道之體也。失得相形，事之紀也。陰陽非可一言盡也。以清濁言，則清陽而濁陰；以動靜言，則動陽而靜陰；以升降言，則升陽而降陰；以奇偶言，則奇陽而偶陰。小大、高卑、左右、後先、向背、進退、逆順、醜妍、靡物不爾，無時不然。愈析愈微，愈窮愈延。陰陽之精，互藏其營；陰陽之氣，循環迭至；陰陽之質，縱橫曲直。莫或使之，莫或禦之。

變者，化之漸；化者，變之成。變化者，陰陽之消長屈伸也。非二則不能久，非一則不能神。

昔者，天錫禹《洪範・九疇》也，初一曰五行，次二曰敬用五事，次三曰農用八政，次四曰協用五紀，次五曰建用皇極，次六曰乂用三德，次七曰明用稽疑，次八曰念用庶徵，次九曰嚮用五福，威用六極。

無形者，理也；有形者，物也。陰陽五行其物也歟，所以陰陽五行其理也歟。無形之中而具有形之實，有形之産而體無形之妙。故君子語上而不

墮於虛無，語下而不泥於形器，中立而不倚，帝行而不流，樂天知命而不憂，形氣之元，極實先焉，極無不中也，氣或偏矣，形又偏矣。中無不善，偏不善矣。氣之善者，十之五。形之善者，十之三。三五之中又有至焉，有不至焉，純乎極者，一而已矣。漸偏則漸駁，氣使然也，形使然也，氣有主，形有體，故中者少而偏者多也。此天下善惡之所由出，失得之所由分，吉凶禍福之所由著歟。

理其至妙矣乎，氣之未形，物之未生，理無不具焉。氣之既形，物之既生，理無不在焉。渾然一體而不見其有餘，物各賦命而不見其不足，無形影可度也。無聲臭可聞也，主萬化妙萬物，人知其神而不知其所以神。

邵子曰：性者，道之形體民。道妙而無形性，則仁義禮智具而體著矣。

程子曰：天運而不已，日往則月來，寒往則暑來，水流而不息，物生而不窮，皆與道爲體者也。非性無以見道，非不息亦無以見道，是以君子盡性而自強不息焉。

朱子曰：太極者，本然之妙也；動靜者，所乘之機也。太極形而上之道也，陰陽形而下之器也。自形而下者觀之，則動靜不同時，有陽不同位，而太極無不在焉。自形而上者觀之，則冲漠無朕而動靜陰陽之理，已悉具於其中矣。雖然推之於前而不見其始之合，引之於後而不見其終之離也。

程子曰：動靜無端，陰陽無始，非知道者孰能識之。

張子曰：鬼神者，二氣之良能也。神者，氣之伸，陽之動也。鬼者，氣之屈，陰之靜也。靜不能以不動，動則萬物之所從生，動不能以不靜，靜則萬物之所由復。一行往一復，其機蓋有不能自已者焉。

非一則不能成兩，非兩則不能致一。兩者可知，而一者難知也。兩者可見，而一者難見也。可知可見者體乎，難知難見者微乎。

仁義禮智信者，義理之公也，人之所固有。視聽言貌思者，形氣之私也，我之所自生。公者，千萬人之所同；私者，一人之所獨。是以君子貴同而賤獨。

極建則大本立，極明則大用著。以之齊家而家無不齊，以之治國而國無不治，以之平天下而天下無不平。若是者，天地其合，鬼神其依，龜筮其從，立百世之下，等百世之上而莫能違也。立百世之上，俟百世之下而亦莫能違也。天地之位也，四時之運也，陰陽感而五行播矣。五行陰陽也，陰陽五行也。

數始寘寘，妙於無形，非體非用，非靜非動，動實其機，用因以隨，動極而靜，清濁體正，天施地生，品彙咸亨，各正性命，小大以定，斯數之令既明而神，是曰：聖人。

人心至靈也，虛明之頃，事物之來，是是非非，無不明也。少則昏矣，久則怠矣，又久則棄之矣，無他形氣之私溺之也。人能超乎形氣，拔乎物欲，達其初心則天下之理得矣。

天下之理，動者奇而靜者偶，行者奇而止者偶。得友者致一，而生物者不二也。

數者彝倫之序也，無敘則彝倫斁矣，其如禮樂何哉？

人心動靜，性情具焉。性者，理之形體；情者，性之發動。善其本然，惡其過不及也。存心莫善於敬，進學莫善於知，二者不可廢一也。

人之一心，實爲身主。其體則有仁義禮智之性，其用則有惻隱羞惡辭讓是非之情。方其寂也，渾然在中，無所偏倚，與天地同體，雖鬼神不能窺其幽。及其感也，隨觸隨應，範圍造化，曲成萬物。雖天地不得與其能，天地之大，人猶有憾。故君子語大，天下莫能載焉；語小，天下莫能破焉。

至小無内，至大無外。無内不可分也，孰分之歟！無外不可窮也，孰窮之歟！思之思之，式顯其微；度之度之，莫或其遺。匪神之爲而妙於斯。

程子曰：天地之常，以其心普萬物而無心；聖人之常，以其情順萬事而無情，常之時義大矣哉！

禮義交際，其萬化所入之門，東北萬物之所出也，出則育神。西南萬物之所入也，入則復命。其出也順而生，其入也拂而遂。不觀其出，無以知物之育。不觀其入，無以知物之復。火之克金，水之生木，出入循環，生克嗣續，老彭得之以養身，君子得之以養民，聖人得之而天下和平。

周子曰：厥彰厥微，匪靈弗瑩，剛善剛惡，柔亦如之，中焉止矣。二氣五行，化生萬物，五殊二實，二本則一，一實萬分，萬一各正，小大有定。

明理而後可與適道，守理而後可與治民，達理而後可與言數。非理之道，老佛之道也，非理之治，荒唐之說也。非理之數，京房郭璞之技也。君子所不由，不爲不言也。至一而精，至虛而靈，有動有靜，動直靜凝。靜已而

動，動已而靜，爲屈爲伸，爲鬼爲神，人心至妙，萬化之窮，動靜之徵。

天地之化，不翕聚則不能發散；仁智交際，萬化之機軸也。

氣之消息也。以漸氣之息也，形之生也；氣之消也，形之毀也。潤萬物者，莫澤乎水；化萬物者，莫疾於火；水火者，未離乎氣者也。

數運無形而著有形，智者一之，愚者二焉。

數之方生，化育流行。數之已定，物正性命。圓行方止，爲物終始。隨之而無其端也，迎之而無其原也。渾之惟一，析之無極。惟其無極，是以惟一。

二氣之初，理妙於無，無極而太極也。五運迭至，理藏於智，或爲之先。大本其原，或爲之後。復往之間，大本太始，復往無已，二者不同一而已矣。

二氣之神，陰精陽明。消息變化，有立有行。立則形具，行則氣著。上下其儀，先後其施，一行一立，爲闢爲翕，何千萬年，無終窮焉。

**《脾胃論・五臟之氣交變論》**《五藏別論》云：五氣入鼻，藏於心肺。《難經》云：肺主鼻，鼻和則知香臭。潔古云：視聽明而清涼，香臭辨而溫煖。此內受天之氣而外利於九竅也。夫三焦之竅開於喉，出於鼻，鼻乃肺之竅，此體也，其聞香臭者用也。心主五臭舍於鼻，蓋九竅之用皆禀長生爲近心，長生於酉，酉者肺，故知鼻爲心之所，用而聞香臭也。耳者上通天氣。腎之竅也，乃腎之體而爲肺之用，蓋肺長生於子。子乃腎之舍而肺居其中，而能聽音聲也。一說聲者天之陽，音者天之陰，在地爲五律，在人爲喉之竅，在口乃三焦之用。肺與心合而爲言，出於口也，此口心之竅開於舌爲體，三焦於肺爲用，又不可不知也。肝之竅通於目，離爲火，能耀光而見物，故分別五色也，肝爲之舍，腎主五精，鼻藏氣於心肺，故曰主百脈而行陽道。經云：脫氣者目盲，脫精者耳聾。心肺有病而爲之不利，此明耳、目、口、鼻爲清氣所奉於天，而心勞胃損則受邪也。

**《丹溪心法・亢則害承迺制》**氣之來也，既以極而成災，則氣之乘也，必以復而得平，物極則反理之自然也。大抵寒暑燥濕風火之氣，木火土金水之形，亢極則所以害其物，承乘則所以制其極。然則極而成災，復而得平，氣運之妙，灼然而明矣，此亢則害承迺制之意。原夫天地陰陽之機，寒極生熱，熱極生寒，至神不測，有以斡旋宰制於其間也。故木極而似金，火極而似水，土極而似木，金極而似火，水極而似土。蓋氣之亢極，所以承之者，反勝於已也。夫惟承其亢而制其害者，造化之功可得而成也。今夫相火之下，水氣承而火無其變。水位之下，土氣承而水無其栽。土位之下，木承而土順。風位之下，金乘而風平。火熱成其燥金，自然金家之疾。陰精承其君火，自然火家之候。所謂亢而爲害承而迺制者，如斯而已。且嘗生之《六元正紀大論》云：少陽所至爲火生，終爲蒸溽，火化以生，則火生也。陽在上，故終爲蒸溽。是水化以承相火之意。太陽所至爲寒雪冰雹白埃，是土化以承寒水之意也。霜雪冰雹水也，白埃下承土也。以至太陰所至爲雷霆驟注烈風。雷霆驟注土也，烈風下承之木氣也。厥陰所至爲風生終爲肅。風化以生則風生也。肅靜也。陽明所至爲散落溫。散落經也，溫，下承之火氣也。少陰所至爲熱生，中爲寒。熱化以生則熱生也，陰精承上，故中爲寒也。豈非亢爲害則承迺制者歟？昔者黃帝與岐伯上窮天紀，下極地理，遠取諸物，近取諸身，更相問難以作《內經》。至於《六微旨大論》有及於六氣相承之言，以爲制則生化，外別盛衰，害則脈亂，生化大病。諸以所勝之氣來於下者，皆折其標盛也。不然曷以水發而電雪，土發而驟飄，木發而毀折，金發而清明，火發而曛昧，此皆鬱極迺發以承所亢之意也。嗚呼！通天地人曰儒，醫家者流豈止治疾而已。當思其不明天地之理，不定以爲醫工之語。

**《格致餘論・天氣屬金說》**邵子曰：天依地，地依天，天地自相依附。《內經》曰：大氣舉之也。夫自清濁肇分，天以氣運於外而攝水，地以形居中而浮於水者也。是氣也，即天之謂也。自其無極者觀之，故曰天氣。至清，至剛，至健，屬乎金者也。非至剛，不能攝此水；非至健，不能運行無息以舉地之重；非至清，其剛健不能長，上古而不老。或曰：子以天氣爲屬金者，固《易》卦取象之義，何至遂以屬金言之乎？善言天者，必有證於人；善言大者，必有譬於小。願明以告我。曰：天生萬物人爲貴，人形象天，可以取譬。肺主氣，外應皮毛。《內經》謂陽爲外衛，非皮毛乎？此天之象也。其包裹骨肉、臟腑於其中，此地之象也。血行於皮裏肉膜，晝夜周流無端，此水之象也。合三者而觀，非水浮地，天攝水，地懸於中乎？聖人作《易》，取金爲氣之象，厥旨深哉！

**《愼言・道體篇》**道體不可言，無生有，有無。天地未判，元氣混涵，清虛無間，造化之元機也。有虛即有氣，虛不離氣，氣不離虛，無所始無所終之妙也。不可知其所至故曰太極，不可以爲象故曰太虛。非曰陰陽之外，有極

有虛也，二氣感化，羣象顯設，天地萬物，所由以生也。非實體乎！是故即其象可稱曰有，及其化可稱曰無。而造化之元機，實未嘗泯，故曰道體不可言無。生有，有無。

有形亦是氣，無形亦是氣，道寓其中矣。有形生氣也，無形元氣也。元氣無息，故道亦無息。是故，無形者道之氏也，有形者道之顯也。

山澤水土，氣皆入乘之，造化之大宅也，故洪而育物。氣乘之無息。故育物而無息。生而循化者，造化之小物也，與日俱銷矣。氣不得久而乘之也，盡化其初氣乃已。

天地之始，靜而無擾，故氣化行焉。化生之後，動而有匹，故種類相生焉。種類繁則氣擾而化生之機息矣。然有之者，肖翹之屬也。

象者氣之成，數者象之積。

氣，物之原也；理，氣之具也；器，氣之成也。《易》曰：形而上者爲道，形而下者爲器。然謂之形，以氣言之矣。故曰：神與性，乃氣所固有者，此也。

天者，太虛氣化之先物也，地不得而並焉。天體成，則氣化屬之天矣。譬人化生之後，形自相禪也。是故，太虛眞陽之氣，感於太虛眞陰之氣，一化而爲日、星、雷、電，一化而爲月、雲、雨、露，則水火之種具矣。有水火則蒸結而土生焉，日滷之成鹺，煉水之成膏，可類測矣。土則地之道也，故地可以配天，不得以對天，謂天之生之也。有土則物之生益衆，而地之化益大。金木者，水、火、土之所出，化之最末者也。五行家謂金能生水，豈其然乎，豈其然乎！

木石之有火，母藏於子也。求其化始，日火宗也，星火隕也，雷火擊也。皆能焚灼，此火之元氣也。謂木能生火，是以子掩其母，非化理本然之序矣。大觀造化者，所不取焉。

木濕不燧，陰過陽也；木配不燧，陽過陰也。火也者，陰陽得中之化與！

有太虛之氣而後有天地，有天地而後有氣化，有氣化而後有牝牡，有牝牡而後有夫婦，有夫婦而後有父子，有父子而後有君臣，有君臣而後名教立焉。是故太虛者，性之本始也；天地者，性之先物也；夫婦、父子、君臣，性之後物也；禮義者性之善也，治教之中也。

陰陽在形氣，其義有四：以形言之天地、男女、牝牡之類也，以氣言之寒暑、晝夜，呼吸之類也。總言之，凡屬氣者皆陽也，凡屬形者皆陰也。極言之，凡有形體以至氤氳萌蒼之氣可象者皆陰也，所以變化、運動、升降、飛揚之不可見者皆陽也。

日曝濕而氣生陰從陽也，口呵石而水生陽從陰也。

有聚氣，有游氣，游聚合，物以之而化。化則育，育則大，大則久，久則衰，衰則散，散則無，而游聚之本，未嘗息焉。

氣通乎形而靈，人物之所以生，氣機不息也。機壞則魂氣散滅矣。惡乎靈有附物而能者，亦乘其氣機者也，頃亦散滅而已矣。故鬼者，歸也，散滅之義也。子路問死。孔子曰：未知生焉知死。子貢問死而有知。孔子曰：賜也！爾終當自知之，未晚也。夫仲尼聖者也，豈不能如後儒之辨乎！而終不言者，聖人之意，可以識矣。

莊子曰：百昌皆生於土，皆歸於土。土者，所以始萬物而終萬物也，得矣，而未盡焉。物有不生於土者矣，不如氣焉出於機入於機至矣哉！

天內外皆氣，地中亦氣，物虛實皆氣，通極上下造化之實體也。是故虛受乎氣，非能生氣也；理載於氣，非能始氣也。世儒謂理能生氣，即老氏道生天地矣。謂理可離氣而論，是形性不相待而立，即佛氏以山河大地爲病，而別有所謂眞性矣。可乎不可乎！由是本然之性超乎形氣之外，太極爲理而生動靜，陰陽，謬幽誣怪之論作矣。

氣至而滋息伸乎合一之妙也，氣返而遊散歸乎太虛之體也。是故氣有聚散無滅息。雨水之始氣化也，得火之炎復蒸而爲氣。草木之生氣結也，得火之灼，復化而爲煙，以形觀之若有有無之分矣。而氣之出入於太虛者，初未嘗減也。譬冰之於海矣，寒而爲冰，聚也；融澌而爲水，散也。其聚其散，冰固有有無也，而海之水無損焉。此氣機開闔，有無生死之說也。三才之實化極矣。

陰陽，氣也。變化，機也。機則神，是天地者，萬物之大圓也。陰陽者造化之橐鑰也，水、火、土陰陽之大用也。故氣得土之鬱而含，得水之潤而滋，得火之燥而堅。氣有翕聚，則形有萌蘖而生化顯矣；氣有盛衰，則形有壯老，而始終著矣。

氣得濕而化質，生物之塗也，百昌皆然矣。氣之靈爲魂，無質以附，縻之

則散，燈火離其膏木而當滅是矣；質之靈爲魄，無氣以流，通之則死，手足不仁而爲痿痺是矣。二者相須以爲用，相待而一體也。精也者，質盛而凝，氣與力同科也，質衰則踈弛而精力減矣；神也者，氣盛而攝，質與識同科也，氣衰則虛弱而神識困矣。是故氣質合而凝者，生之所由得也；氣質合而靈者，性之所由得也。

萬物巨細，柔剛各異其材。聲色、臭味，各殊其性。閱千古而不變者，氣種之有定也。人不肖其父則肖其母，數世之後，必有與祖同其體貌者，氣種之復其本也。

陰陽也者，氣之體也。闔闢動靜者，性之能也，屈伸相感者機之由也，緼絪而化者神之妙也，生生不息豐豐如不得已者命之自然也。

木有津液即血，暢發即氣，心之堅強即骨，皮之柔潤即肉，結實即精。石者土之結，金者石之精，五金之質異者，氣之種殊也，是金木之生與人物類也者。是故水火得陰陽之精先萬物成，昆蟲草木金石後天而化，謂金木匹水火而能生物，其探道化之不精者與。

有太虛之氣則有陰陽，有陰陽則萬物之種一本皆具，隨氣之美惡大小而受化，雖天之所得亦然也。陰陽之精，一化而爲水火，再化而爲土，萬物莫不藉以生之，而其種則本於元氣之固有，非水火土所得而專也。

上世論五行，以材用，取其養民之義也。故曰天地之生財也，本不過五。聖人倫五行則治不荒。後世以五行論造化，戾於古人之論遠矣，誕矣！水、火、土似也，昆蟲、草木、金石、厥生類也，假借於造化，何居？始也小儒異端鑿之，終也大儒大賢信之。壞人心之正，亂六經之言，吾爲仲尼嗟哉！

春夏陽漸達於上，火氣薰蒸而遠水，泉湧溢土釋而潤泛，金氣鬱熱，化石成鑛，木發育而茂。秋冬陰漸盛於上，火氣斂而近水，泉消涸而冰土結，燥而凍，金以石寒而不滋，水氣歸根而凋落。此五行消息之大分，達人神聖之大觀也。五行家假配四時以論盛衰謬矣。周衰處士橫議邪說成俗，至於今由之惜哉！

氣者，造化之本，有渾渾者，有生生者，皆道之體也。生則有滅，故有始有終。渾然者充塞宇宙，無跡無執，不見其始，安知其終。世儒止知氣化，而不知氣本，皆於道遠。

離氣無道，離造化無道，離性情無道。

**《愼言・問成性篇》** 問：成性？王子曰：人之生也，性稟不齊，聖人取其性之善者以立教，而後善惡準焉。故循其教而行者，皆天性之至善也。極精一執中之功則成矣，成則無適而非善也。故曰：成性存存，道義之門。

情蕩則性昏，性昏則事迷，迷而不復則躁激，驕吝之心滋矣，由靈根之不美也。莊子曰：嗜欲深者天機淺。亦善言性者與。

未形之前，不可得而言矣，謂之至善。何所據而論？既形之後，方有所謂性矣。謂惡非性具，何所從而來？程子曰：惡亦不可不謂之性。得之矣。

性者緣乎生者也，道者緣乎性者也，教者緣乎道者也。聖人緣生民而爲治，修其性之善者以立教，名教立而善惡準焉。是故敦於教者，人之善者也，戾於教者人之惡者也。爲惡之才能，善者亦具之；爲善之才能，惡者亦具之。然而不爲者，一習於名教，一循乎情欲也。夫性之善者，固不俟乎教而治矣。其性之惡者，方其未有教也。各任其情以爲愛憎，由之相戕相賊，胥此以出。世道惡乎治，聖人惡乎不憂。故取其性之可，以相生、相安、相久而有益於治者以教後世，而仁義禮智定焉。背於此者，則惡之名立矣。故無生則性不見，無名教則善惡無准。

識靈於內性之質，情交於物性之象。仁義中正，所由成之道也。

性之本然，吾從大舜焉。人心惟危，道心惟微而已。並其才而言之，吾從仲尼焉，性相近也，習相遠也而已。側隱之心，怵惕於情之可怛；羞惡之心，泚顙於事之可愧。孟子良心之端也，既舜之道心也。口之於味，耳之於聲，目之於色，鼻之於嗅，四肢之於安逸，孟子天性之欲也，即舜之人心也。由是觀之，二者聖愚之所同賦也。不謂相近乎？由人心而辟焉，愚不肖同歸也；由道心而精焉，聖賢同塗也，不爲相遠乎。夫是道之擬議也，會準於三才，參合於萬物，聖人復起，不易吾言矣。

道化未立，我固知民之多夫人心也，道心亦與生而固有。觀夫虎之負子，鳥之反哺，雞之呼食，豺之祭獸，可知矣。道化既立，我固知民之多夫道心也，人心亦與生而恒存。觀夫飲食男女，人所同欲；貧賤夭病，人所同惡。可知矣！謂物欲蔽之，非其本性，然則貧賤夭病，人所願乎哉？

父子兄弟，天性之親也，仁也；君臣朋友，人道之宜也，義也。夫婦齊體而易，氣介乎其間者也。同育而承宗者仁也，猶可以離之者義也。故曰：

立人之道，曰仁與義。

五倫五常不相配，君臣朋友義也，父子兄弟仁也，夫婦恩義仁義兼也。禮所以節此也，智所以知此也，信所以實此也。

仁者天之性也，義者道之宜也。

存乎體者，氣之機也，故息不已焉；存乎氣者，神之用也，故性有靈焉。體壞則機息，機息則氣滅，氣滅則神返。神也返矣，於性何有焉？

或問：人心靜，未感物之時，可以驗性善，然乎？曰：否。大舜、孔子吾能保其善矣，盜蹠、陽虎吾未敢以爲然。何也？廢於外者，皆氏乎中者也。此物何從而來哉？又假孰爲之乎？謂蹠也、虎也心靜而能善，則動而爲惡，又何變之遽？夫靜也，但惡之象未形爾，惡之根乎中者自若也，感即惡矣。諸儒以靜而驗性善者，類以聖賢，成性體之也。以已，而不以衆，非通議矣。

或曰：子以生之理釋性，不亦異諸儒乎？曰：諸儒避告子之說，止以理言性，使性之實不明於天下而分辨於後世，亦夫人啓之也。曰：子何以異？曰：吾有所據焉爾。《易》曰：窮理盡性。謂盡理可乎？《孝經》曰：毀不滅性，謂不滅理可乎？明道《定性書》之云：謂定理可乎？故曰：氣之靈能而生之理也，仁義禮智性所成之名而已矣。

天者，言乎其冒物也；帝者，言乎其宰化也；神者，言乎化機之不可測也；性者，言乎其生之主也。精氣合而靈，不可離而二之者也。命者，言乎其賦之非由我者也。造化之而草物，莫之爲而順者也。天道者，言乎渾化之自然，四時行，百物生，乾乾而不息者也。聖人者，言乎人道之至也。窮理盡性，至命以合，天之神者也。

氣附於形而稱有，故陽以陰爲體。形資於氣而稱生，故陰以陽爲宗。性者，陰陽之神，理生於形氣，而妙乎形氣者也。觀夫心志好惡，魂魄起滅，精矣相待而神。是故兩在則三有，一亡則三滅。

耳目開而視聽生矣，魂魄拘而思識生矣。萬物之情，其入我也以耳目之靈，其契我也以魂魄之精。耳目虛，物無不入，魂魄之精有主。蓋有不受之物矣，不受也者，逆於性者是已。

耳聽目視，口言鼻嗅，心通天性也。目格於聽，耳格於視，口格於嗅，鼻格於言，器局而不能以相通也。解悟者，心注於聽則視不審，注於視則聽不詳，注於言則嗅不的，注於嗅則言不成，神一而不可以二之也。

氣不可爲天地之中，人可爲天地之中，以人受二氣之衝和也，與萬物殊矣。性不可爲人之中，善可爲人之中。氣有偏駁，而善則性之中和者也。是故目之於色，耳之於聲，鼻之於臭，口之於味，四肢之於安逸，孟子不謂之性，以其氣故也。剛善柔善，周子必欲中焉而止，以其過故也。

天地之化，人生之性中焉而已。過陰過陽則不和而成育，過柔過剛則不和而成道。故化之太和者天地之中也，性之至善者人道之中也。故曰：惟精惟一，久執厥中。求止於至善而已矣。

君子行仁必主於義，則事無不宜而仁矣。仁無義以持之，或固於不忍之愛，而反以失其仁。故君子任道不任情。

氣神而精靈，魂陽而魄陰也。神發而識之遠者，氣之清也；靈感而記之久者，精之純也。此魂魄之性，生之道也。氣衰不足以載魄，形壞不足以凝魂，此精神之離，死之道也。

造化生人，古今異乎？曰：天賦相近，何太遠哉？習性之日殊爾。古也樸，今也曰文。古也直，今也曰巧。神鑿而靈散也久矣。鳥巢之卵，焉得探而取之？六經之教，救其習之日降而已矣。

聖愚之性，皆天賦也，氣純者純，氣濁者濁。非天固殊之也，人自遇之也。聖人治天下，必欲民性至善而順治，故立教以導之，使其風俗同而好尚一。雖不盡善，而爲惡者亦鮮矣。

人之性純而已，天之道誠而已。維天之命於穆不已於乎，不顯文王之德之純。此天人合一之道。故曰：知性斯知天。

**《壽世保元・五運六氣論》**　夫五運者，金木水火土也。六氣者，風寒暑濕燥火也。天干取運，地支取氣。天干有十配合則爲五運，地支有十二，對沖則爲六氣。天氣始於甲，地氣始於子，天地相合則爲甲子。

故甲子者，干支之首也。天氣終於癸，地氣終於亥。天地相合則爲癸亥，故癸亥者，干支之末也。陰陽相隔，剛柔相須，是以甲子之後乙丑繼之，壬戌之後癸亥繼之。三十年爲一紀，六十年爲一周。太過不及，斯皆見矣。然以天干兄弟次序言之，甲乙東方木也，丙丁南方火也，戊己中央土也，庚辛西方金也，壬癸北方水也。以其夫婦配合之，甲與己合而化土，乙與庚合而化金，丙與辛合而化水，丁與壬合而化木，戊與癸合而化火。故甲己之歲，土運統之；戊癸之歲，火運統之。《詩》曰：甲己化土乙庚金，丁壬化木盡成

林。丙辛化水滔滔去，戊癸南方火焰侵。然以地支迴圈之序言之，寅卯屬春木也，巳午屬夏火也，申酉屬秋金也，亥子屬冬水也，辰戌丑未屬四季土也。以其對沖之位言之，子對午而爲少陰君火，丑對未而爲太陰濕土，寅對申而爲少陽相火，卯對酉而爲陽明燥金，辰對戌而爲太陽寒水，巳對亥而爲厥陰風木。故子午之歲君火主之，丑未之歲濕土主之，寅申之歲相火主之，卯酉之歲燥金主之，辰戌之歲寒水主之，巳亥之歲風木主之。《詩》曰：子午少陰君暑火，丑未太陰濕土雨。寅申少陽相火炎，卯酉陽明燥金主，辰戌太陽司火寒，巳亥厥陰風木舉。然五運有主運有客運，六氣有主氣有客氣。主運主氣，萬載而不易。客運客氣，每歲而迭遷。然則客運也，有太過焉，有不及焉。太過之年，甲丙戊庚壬五陽干也。不及之年，謂乙丁己辛癸五陰乾也。太過者其至先，不及者其至後。客氣也，有正化焉，有對化焉。正化之歲，謂午未寅酉辰亥之年也。對化之歲，謂子丑申卯戌巳之年也。正化者令之實，對化者令之虛。假令甲子年，甲爲土運，統主一年。子爲君火，專司一歲一期三百六十五日零二十五刻，正合乎周天三百六十五度四分度之一也。一期之中，主運以位而相次於下，客運以氣而周流於上。主運者，木爲初之運，火爲第二運，土爲第三運，金爲第四運，水爲第五運。客運者，假令甲己年，甲爲土運，初之運即土也。土生金；二之運即金也，金生水；三之運即水也，水生木；四之運即木也，木生火；五之運即火也，火生土。每一運各主七十三日零五刻。太過之年，大寒前十三日交，名曰先天。不及之年，大寒後十三日交，名曰後天。平氣之年正大寒日交，名曰齊天。一歲之內，主氣定守於六位，客氣循行於四時。主氣者，風爲初之氣，火爲二之氣，暑爲三之氣，濕爲四之氣，燥爲五之氣，寒爲終之氣。客氣者，假令子午年少陰君火司天，陽明燥金司地，太陰濕土爲天之左間，厥陰風木爲天之右間，所以面南而命其位也。一氣在上，一氣在下，二氣在左，二氣在右。經曰：天地者，萬物之上下也。左右者，陰陽之道路也。地之左間爲初之氣，天之右間爲二之氣，司天爲三之氣，天之左間爲四之氣，地之右間爲五之氣，司地爲終之氣。每一氣各主六十日七十八刻半有奇。申子辰之年，大寒日寅初一刻交初之氣，至春分日子時之未交二之氣，至小滿日亥時之末交三之氣，至大暑日戌時之末交四之氣，至秋分日酉時之末交五之氣，至小雪日申時之末交終之氣，所謂一六天也。巳酉丑之年，大寒日巳初一刻交初之氣，至春分日卯時之末交二之氣，至小滿日寅時之末交三之氣，至大暑日丑時之末交四之氣，至秋分日子時之末交五之氣，至小雪日亥時之末交終之氣，所謂二六天也。寅午戌之年，大寒日申初一刻交初之氣，至春分午日午時之末交二之歲，至小滿日巳時之末交三之氣，至大暑日辰時之末交四之氣，至秋分日卯時之末交五之氣，至小雪日寅時之末交終之氣，所謂三六天也。亥卯未之年，大寒日亥初一刻交初之氣，至春分日酉時之末交二之氣，至小滿日申時之末交三之氣，至大暑日未時之末交四之氣，至秋分日午時之末交五之氣，至小雪日巳時之末交終之氣，所謂四六天也。蓋因客運加於主運之上，主氣臨於客氣之下，天時所以不齊，民病所由生也。

**《壽世保元·亢則害承乃制體用說》** 夫氣淫太過曰亢則害，物極而得復則曰承乃制也。蓋陰陽互藏乎氣以爲和，五行偏勝而爲眚。軒岐法則天地，把握陰陽，人稟太極全體至理而生成者也。故《內經》所言君火之下陰精承之者，相火之下水氣承之，木氣之下金氣承之，水氣之下土氣承之，土氣之下木氣承之。謂土必克水，以水之子木也，承於土之下，此乃先天和平之配偶耳。

經言：亢則害，承乃制者，謂其亢之爲害，必得受害者之子以承其勝而制之也，即子復母仇之義耳。原夫木極似金，火極似水，土極似木，金極似火，水極似土。如風木爲病，掉眩甚則肢體拘攣，固勁而不能動，動極靜也。火之太過則燬木金溶，人爲渴汗。土極之病，肉瞤筋惕，慢驚瘈瘲之類，靜極動也。金暴斂則反熱，水極則冰凝如石，人病則收引癰結。時工昧知陰陽生殺之機，不究火亢則害陰金。症出戰慄惡寒，當辨目之黃赤，口之乾渴，二便通塞，脈之遲數，以別是是非非，庶無誤人之弊。設若口燥便赤，脈不遲，縱寒戰之甚，急宜清涼爲當。時醫輒見戰慄厥逆惡寒，不諳厥深熱亦深之理，逕投熱藥，則如《傷寒賦》云：桂枝下嘶，陽盛則斃。又有陰症似陽者，亦有譫言妄語，欲奔泥水，但不甚渴，便清脈遲，俗工認爲陽治，賦亦云：承氣入胃，陰盛乃亡。凡爲良醫者，須搏理廣見可也。所以承氣解毒等湯可治似陰之症，理中四逆等湯可療似陽之急。庸常昧知亢極之變，誤指附子可以治熱病，涼藥可以療寒厥，殊不知有義理當在而用之也。吁！附子、承氣備爲明醫以救人，何期又爲庸醫之殺人。仁人君子，其亢則害，承乃制之理，豈容不加究此心哉？且如雜症，木亢則害其土也，土受木之克害則不善食。木曰曲直，曲直作酸，故爲膈噎中滿等症生焉。其所承於木之得，肺金也，土之

子，緣肺金主氣，氣屬陽，陽行健，其播敷運化氣之力也。肺金大腸，職司傳送，今夫木之亢也則侮金而害土，必當扶土之子。金氣之壯，則能制其木之過，所以法當資益肺金之氣，則木可平而土司保矣。俗夫反以耗氣散氣之藥，則土益衰而木愈克，可勝惜哉！又如火亢可害其肺金，金受火克之極，病則惡寒戰慄，而發晚熱咳渴，直俟夜半之後，氣血傳過肺金，得微汗方解，此系承乃制之義也。苟不扶水以濟金，即元氣日索矣。法當培其陰精真水，以御君相二火之暴，則惡寒退而潮熱減，自汗而涼，正氣回也。人或以辛甘之劑，兼以解散療之，則精液愈涸而真精愈竭，則虛其虛也。餘可類推。人身安危之機，在於陰陽互藏以爲和，否則五行更勝，克害而生病也。故經曰：氣之勝者，則薄其所不勝，而害其所能勝。嗟夫！亢之所以爲害，責在承之不足而起之也。確乎論歟，致中和以全生者，良醫也。大《易》曰：造物不致終窮。其久病有待時令遷轉，而承乃制，而自愈矣。如傷寒待日期傳過而涼者，即承乃制而痊也，此造物化工之妙耳。僻處乏醫，則從《漢書》有云：不藥當中醫可也。與其亢則害，承乃制之說，庶乎得矣。

**《圖書編・形氣總論》** 夫人之有生也，稟天地之陰陽，假父母精血，交感凝結以爲胞胎也。乾道成男，坤道成女。始自襁褓以至髫齔，迨其成童與夫壯年，豈易然哉！故一月之孕，有白露之稱；二月之胚，有桃花之譬。及其三月，先生右臂則爲男，陰包陽也；先生左臂則爲女，陽包陰也。其次腎生脾，脾生肝，肝生肺，肺生心，以生其勝己者。腎屬水，故五臟由是爲陰，其次心生小腸，小腸生大腸，大腸生膻，膻生胃，胃生膀胱，膀胱生三膲，以生其己勝者。小腸屬火，六腑由是爲陽。其次三膲生八脈，八脈生十二經，十二經生十二絡，十二絡生一百八十系絡，系絡生一百八十纏絡，纏絡生三萬四千孫絡，孫絡生三百六十五骨節，骨節生三百六十五大穴，大穴生八萬四千毛竅，則耳、目、口、鼻，四肢百骸之身皆備矣。所謂四月形像具，五月筋骨成，六月毛髮生，正謂此也。至七月則遊其魂而能動左手，八月遊其魄而能動右手，九月三轉身，十月滿足母子分解。其中有過月生者，必生貴子。不足日月生者，必主貧薄之人。誕生之後，有變蒸之熱，長其精神，壯其骨髓，生其意智。三十二日，一變蒸生腎氣焉，六十四日，二變蒸生膀胱之氣焉，腎與膀胱屬水，其數一也。九十六日，三變蒸生心氣焉，一百二十八日，四變蒸生小腸之氣焉，心與小腸屬火，其數二也。一百六十日，五變蒸生肝氣焉，一百九十二日，六變蒸生膽氣焉。肝與膽屬木其數三也。二百二十四日，七變蒸生肺氣焉，二百五十六日，八變蒸生大腸之氣焉。肺與大腸屬金其數四也。二百八十八日，九變蒸生脾氣焉，三百二十日十變蒸生胃氣焉，脾與胃屬土，其數五也。變蒸已畢，一期歲焉。齒生髮長，神智有異於前也。八歲腎氣實，髮長齒更，二八腎氣盛大，天癸至，精氣溢瀉，陰陽和，故能有子。三八腎氣均平，筋骨堅強，故真邪生而長極。四八筋骨隆，肌肉滿壯。五八腎氣衰，髮墮齒槁。六八陽氣衰竭於上，面焦髮頒白。七八肝氣衰，筋不能動，精少腎藏衰，形體皆極。八八則齒髮去，五臟皆衰，筋骨解墮，天癸盡矣。故髮白身重，行步不正，而無子。故曰：齒者骨之餘也，髮者血之餘也，爪者筋之餘也，神者氣之餘也。吁，人身之難得也如此哉！方其幼也，有如水面之泡，草頭之露，氣血未定，易寒易熱。腸胃綿脆，易饑易飽。爲母者，調攝不得其宜，必不能免乎吐瀉驚疳之病矣。及其長也，嗜欲既開，不能修養，是以六氣迭侵於其外，七情交戰於其中，百憂累其心，萬事勞其形，一蝸之氣，安能無病焉？小兒之瘡疹，大人之傷寒，尤其甚也。是故聖人不治已病治未病，不治已亂治未亂。夫病已成而後藥之，亂已成而後治之，譬猶渴而穿井，鬬而鑄兵，不亦晚乎！

**《類經圖翼・運氣上・每日氣數百刻六千分解》**

二十四向八刻二十分圖

每日十二時，每時得八刻二十分，每刻分爲六十分。分八刻爲前後，則前四刻爲初四刻，後四刻爲正四刻。分二十分爲前後，則前十分爲初初刻，後十分爲正初刻。二十分者，即每刻六十分之二十也。

按《周禮·總義》每刻分爲六十分，正合《天元紀大論》所謂天以六爲節也。今遵此數推衍之，則每日百刻總計六千分。分六千分爲十二時，則每時各得五百分。又分百刻於十二時，則每時各得八刻二十分。總計歲有六步二十四氣，則每氣得十五日二時五刻十二分半。計數得九萬一千三百一十二分半。積四氣而成步，則每步得六十日十時四刻一十分，計數得三十六萬五千二百五十分，即《六微旨大論》所謂六十日八十七刻半者是也。又積六步而成歲，則每歲得三百六十五日二十五刻，計數得二百一十九萬一千五百分，乃爲一歲之定數。然以每月三十日計之，則每歲止三百六十日，又除小月六日，則止三百五十四日，共少於前數者十一日。乃積餘日，大約六十五氣有零。當得一閏，統十九年以成七閏而歲氣成矣。故《六節藏象論》曰：大小月三百六十五日而成歲，積氣餘而盈閏矣。《六節藏象論》義，詳運氣類第一章。

每日氣數百刻六千分圖

**《類經圖翼·運氣上·四季日纏宿度晝夜長短刻數》** 冬至十一月中，日纏箕四度，山辰初初刻，入申正四刻，晝長四十一刻，夜長五十九刻。

小寒十二月節，日纏斗十度，入酉初初刻，後六日日出卯正四刻，晝四十二刻，夜五十八刻。

大寒十二月中，日纏牛三度，後四日晝四十三刻，夜五十七刻，後十一日入酉初一刻，後十三日日出卯正三刻，晝四十四刻，夜五十六刻。

立春正月節，日纏虛一度，後六日晝四十五刻，夜五十五刻，後十二日入酉初二刻，後十三日日出卯正二刻，晝四十六刻，夜五十四刻。

二十四氣晝夜長短百刻之圖

雨水正月中，日纏危六度，後六日晝四十七刻，夜五十三刻，後十二日日入酉初三刻，十三日出卯正一刻，晝四十八刻，夜五十二刻。

驚蟄二月節，日纏室六度，後六日晝四十九刻，夜五十一刻，後十二日日入酉初四刻，十三日出卯正初刻，十四日入酉正初刻，晝五十刻夜五十刻。

春分二月中，日纏壁二度，出卯初四刻，後七日晝五十一刻，夜四十九刻，後十五日日入酉正一刻，晝五十二刻，夜四十八刻。

清明三月節，日纏奎九度，出卯初三刻，後七日晝五十三刻，夜四十七刻，後十五日日入酉正二刻，晝五十四刻，夜四十六刻。

穀雨三月中，日纏婁六度，出卯初二刻，後七日晝五十五刻，夜四十五刻。

立夏四月節，日纏胃九度，入酉正三刻，晝五十六刻，夜四十四刻，後三日日出卯初一刻，後十一日晝五十七刻，夜四十三刻。

小滿四月中，日纏昴八度，後十日日入酉正四刻，晝五十八刻，夜四十二刻。

芒種五月節，日纏畢十一度。出卯初初刻。

夏至五月中，日纏參九度，出寅正四刻，入戌初初刻，晝五十九刻，夜四十一刻。

小暑六月節。日纏井十三度，出卯初初刻，後七日日入酉正四刻，晝五十八刻，夜四十二刻。

大暑六月中，日纏井二十八度，後六日晝五十七刻，夜四十三刻，後十三日日出卯初一刻。

立秋七月節，日纏柳十度，入酉正三刻，晝五十六刻，夜四十四刻，後十日晝五十五刻，夜四十五刻。

處暑七月中，日纏張五度，出卯初二刻，後二日入酉正二刻，晝五十四刻，夜四十六刻，十一日晝五十三刻，夜四十七刻，十五日日出卯初三刻。

白露八月節，日纏翼二度，後二日日入酉正一刻，晝五十二刻，夜四十八刻，後十日晝五十一刻，夜四十九刻。

秋分八月中，日纏翼十七度，出卯初四刻，後二日日入酉正初刻，三日日出卯正初刻，盡五十刻夜五十刻，後五日入酉初四刻，後十日盡四十九刻，夜五十一刻。



寒露九月節，日纏軫十度，後三日日出卯正一刻，晝四十八刻，夜五十二刻，後五日日入酉初三刻，後十日晝四十七刻，夜五十三刻。

霜降九月中，日纏角九度，後三日日出卯正二刻，晝四十六刻，夜五十四刻，後五日日入酉初二刻，後十一日晝四十五刻，夜五十五刻。

立冬十月節，日纏氐二度，後五日日出卯正三刻，晝四十刻，夜五十六刻，六日日入酉初一刻，十三日晝四十三刻，夜五十七刻。

小雪十月中，日纏房一度，後十一日日出卯正四刻，晝四十二刻，夜五十八刻。

大雪十一月節，日纏尾六度，入酉初初刻。

二十四氣斗綱圖

五日謂之一候，積三候十五日有零謂之一氣，積六氣九十日有零爲一時，積四時三百六十五日二十五刻爲一歲。

十二次會中星圖

二十八宿過宮分野圖

《類經圖翼・運氣上・二十四氣七十二候》 正月

立春：初候，東風解凍。二候，蟄蟲始振。三候，魚陟負冰。

雨水：初候，獺祭魚。二候，候鴈北。三候，草木萌動。

二月

驚蟄：初候，桃始華。二候，倉庚鳴。三候，鷹化爲鳩。

春分：初候，玄鳥至。二候，雷乃發聲。三候，始電。

三月

清明：初候，桐始華。二候，田鼠化爲駕，牡丹華。三候虹始見。

穀雨：初候，萍始生。二候，鳴鳩拂其羽。三候，戴勝降於桑。

四月

立夏：初候，螻蟈鳴。二候，蚯蚓出。三候，王瓜生。

小滿：初候，苦菜秀。二候，靡草死。三候，麥秋至。

五月

芒種：初候，螳螂生。二候，鵙始鳴。三候，反舌無聲。

夏至：初候，鹿角解。二候，蜩始鳴。三候，半夏生。

六月

小暑：初候，溫風至。二候，蟋蟀居壁。三候，鷹始摯。

大暑：初候，腐草爲螢。二候，土潤溽暑。三候，大雨時行。

七月

立秋：初候，涼風至。二候，白露降。三候，寒蟬鳴。

處暑：初候，鷹乃祭鳥。二候，天地始肅。三候，禾乃登。

八月

白露：初候，鴻鴈來。二候，玄鳥歸。三候羣養羞。

秋分：初候，雷始收聲。二候，蟄蟲坯戶。三候，水始涸。

九月

寒露：初候，鴻鴈來賓。二候，雀人大水爲蛤。三候，菊有黃花。

霜降：初候，豺乃祭獸。二候，草木黃落。三候，蟄蟲咸俯。

十月

立冬：初候，水始冰。二候，地始凍。三候，雉入大水爲蜃。

小雪：初候，虹藏不見。二候，天氣上升，地氣下降。三候，閉塞而成冬。

十一月

大雪：初候，鶡鳴不鳴。二候，虎始交。三候，荔挺出。
冬至：初候，蚯蚓結。二候，麋角解。三候，水泉動。
十二月
小寒：初候，鴈北鄉。二候，鵲始巢。三候，雉雊。
大寒：初候，雞乳。二候，征鳥厲疾。三候，水澤腹堅。

**《類經圖翼・運氣上・斗綱解》** 一歲四時之候，皆統於十二辰。十二辰者，以斗綱所指之地，即節氣所在之處也。正月指寅，二月指卯，三月指辰，四月指巳，五月指午，六月指未，七月指申，八月指酉，九月指戌，十月指亥，十一月指子，十二月指丑，謂之月建。天之元氣，無形可觀，觀斗建之辰，即可知矣。斗有七星，第一曰魁，第五曰衡。第七曰杓，此三星謂之斗綱。假如正月建寅，昏則杓指寅，夜半衡指寅，平旦魁指寅，餘月倣此。

**《類經圖翼・運氣上・十二辰次六合解》** 十二辰次者，如星紀，析木之類，十二次也；斗杓所指之月，十二建也；日月所會之次，十二辰也。如子月日月會於星紀，乃在牛宿度中；丑月日月會於玄枵，乃在虛宿度中。天地之氣建在子，會在丑；建在丑，會在子；建在寅，會在亥；建在亥，會在寅。十二宮相合皆然，所以謂之六合。前二圖當參看。

**《類經圖翼・運氣上・二十八宿過宮歌》** 奎二過戌胃四酉，畢七從申永井九。柳四方纔過午行，張十五度歸蛇首。軫十過辰氐二卯，尾三到寅斗四丑。女星二度入子宮，危十三兮從亥走。

**《類經圖翼・運氣上・二十八宿說》** 二十八宿，《史記》作二十八舍，如角、亢、氐、房、心、尾、箕，爲東方七宿，位應蒼龍，共計七十五度。斗、牛、女、虛、危、室、壁，爲北方七宿，位應玄武，共九十八度四分度之一奎、婁、胃、昴、畢、觜、參，爲西方七宿。位應白虎，共八十度。井、鬼、柳、星、張、翼、軫，爲南方七宿，位應朱雀，共一百一十二度。自房至畢十四宿爲陽主晝，自昴至心十四宿爲陰主夜，此經星之不動而分主四方晝夜者，總計一百六十八星，三百六十五度四分度之一，以成周天之額數，而凡陰陽氣數之變化，莫不昭著於此，醫家不可不知。

**《類經圖翼・運氣上・中星歲差考》** 中星者，所以驗歲時之氣候，每於平旦初昏，見於南方正午之位者是也，四時十二月以次而轉，第在堯時天心建子，甲辰冬至，日次虛鼠；漢太初冬至，日次牽牛；唐大衍冬至，日次南斗；宋至今冬至，日次南箕。又堯時中星昏中昴，今則昏中近奎矣。古今不同如此，始見歲差有度也。歲差者，以天有三百六十五度四分度之一，歲有三百六十五日四分日之一，天度行四分之一而稍有餘，日行四分之一而頗不足，故天度常舒，日度常縮，天漸差而西，日漸差而東，此所以古今有異，自堯時至今已差五十餘度，東晉虞喜謂約以五十年差一度，何承天以爲太過，乃倍其年而又覺不及，至隋劉焯取二家之說而折中之，謂七十五年差一度，自後諸說不同，至元世祖用郭守敬所造授時曆，謂六十六年有奇差一度者，似爲近之，然歲久時更，恐尚有未能必者。茲並録之以見歲差之槩。

**《類經圖翼・運氣上・奎壁角軫天地之門戶說》** 五運行大論曰：所謂戊己分者，奎壁角軫，則天地之門戶也。夫奎壁臨乾，當戊土之位角軫臨巽當己土之位。《遁甲經》亦曰：六戊爲天門，六己爲地戶。然而曰門曰戶，必有所謂，先賢俱未詳及。予嘗攷周天七政躔度，則春分二月中，日纏壁初，以次而南，三月入奎數，四月入胃昴畢，五月入觜參，六月入井鬼，七月入柳星張；秋分八月中，日纏翼末，以交於軫，循次而北，九月入角亢，十月入氐房心，十一月入尾箕，十二月入斗牛，正月入女虛危，至二月復交於春分而入奎壁矣。是日之長也，時之煖也，萬物之發生也，皆從奎壁始，日之短也，時之寒也，物之收藏也，皆從角軫始。故曰春分司啓，秋分司閉，夫既司啓閉，要非門戶而何？然自奎壁而南，日就陽道，故曰天門；角軫而北，日就陰道，故曰地戶。又如春分日躔壁初，故言奎壁；秋分日躔翼末，何以不言翼軫而言角軫？蓋自角以後十四宿，計一百七十三度四分度之一；自奎以後十四宿，計一百九十二度。度有不齊，此秋分之所以在翼末，而經言角軫者，正以翼度將完而角軫正當其令。且奎壁角軫爲對待之宿，而奎壁爲西北之交，角軫爲東南之交，故經云奎壁角軫，天地之門戶也。是以伏羲六十四卦主圓，以乾居西北，坤居東南，正合天門地戶之義。凡候之所始，即道之所生，有不可不通也。

**《類經圖翼・運氣上・氣數統論》** 氣者，天地之氣候。數者，天地之定數。天地之道，一陰一陽而盡之。升降有期而氣候行，陰陽有數而次第立。次第既立，則先後因之而定。氣候既行，則節序由之而成。節序之所以分者，由寒暑之再更；寒暑之所以更者，由日行之度異。每歲之氣，陽生於子而極於午，陰生於午而極於子。陽之進者陰之退，陽之退者陰之生，一往一

來，以成一歲。朱子曰：冬至前四十五日屬今年，後四十五日屬明年。子時前四刻屬今日，後四刻屬明日。邵子曰：冬至子之半，天心無改移。是俱言一歲之氣，終始皆在於子半，而冬至之日，正當斗柄建於子中，是爲一歲之首尾也。歲有三百六十五日二十五刻者，以周天之度，凡三百六十五度四分度之一也。天之行速，故於一晝一夜，行盡一周而過日一度。日行稍遲，每日少天一度，凡行三百六十五日二十五刻，少天一周，復至舊處而與天會，是爲一歲。故歲之日數，由天之度數而定；天之度數，實由於日之行數而見也。歲有十二月者，以月之行天，又遲於日，每日少天十三度十九分度之七，又曰：百分度之三十七。積二十九日九百四十分日之四百九十九，與日合朔而爲一月。歲有十二會，故爲十二月，斗有十二建，故爲十二辰。斗之所建地上辰，辰之所會天上次，斗與辰合而月建昭然矣。故十一月建在子，一陽卦復；十二月建在丑，二陽卦臨；正月建在寅，三陽卦泰；二月建在卯，四陽卦大壯；三月建在辰，五陽卦夬；四月建在巳，六陽卦乾；五月建在午，一陰卦姤；六月建在未，二陰卦遯；七月建在申，三陰卦否；八月建在酉，四陰卦觀；九月建在戌，五陰卦剝；十月建在亥，六陰卦坤，是爲一歲之氣而統言其月日也。月日既定，時序乃分。四而分之，是爲四季：曰春、曰夏、曰秋、曰冬。春爲陽始，陽始則溫，故曰少陽。少陽數七，陰中陽也，其氣木，自東而西，其令生，自下而上。春者，蠢也，言萬物之蠢動也。夏爲陽極，陽極則熱，故曰老陽。老陽數九，陽中陽也，其氣火，自南而北，其令長，自長而茂。夏者，大也，言萬物之盛大也。秋爲陰始，陰始則涼，故曰少陰。少陰數八，陽中陰也，其氣金，自西而東，其令收，自上而下。秋者，收也，言萬物之收斂也。冬爲陰極，陰極則寒，故曰老陰。老陰數六，陰中陰也，其氣水，自北而南，其令藏，自下而閉。冬者，終也。言萬物之盡藏也。土爲充氣，其位象君，故不主時，分王四季，各一十八日，以五分而分四季，每分各得七十二日，以成一歲之數。然而一歲之氣始於子，四季之春始於寅者何也？蓋以建子之耳，陽氣雖始於黃鍾，然猶潛伏地下，未見發生之功，及其歷丑轉寅，三陽始備，於是和風至而萬物生，萌芽動而蟄藏振，徧滿寰區，無非生意，故陽雖始於子，而春必起於寅。是以寅卯辰爲春，巳午未爲夏，申酉戌爲秋，亥子丑爲冬，而各分其孟仲季焉。由四季而分爲八節，則春秋有立而有分，夏冬有立而有至。四季何以言立？立者建也，謂一季之氣，建立於此也。春秋何以言分？分者半也，謂陰陽氣數，中分於此也。故以刻數之多寡言，則此時晝夜各得五十刻，是爲晝夜百刻之中分。以陰陽之寒暄言，則春分前寒而後熱，秋分前熱而後寒，是爲陰陽寒熱之中分。以日行之度數言，則春分後，日就赤道之北，赤道者，天之平線，居兩極之中，各去九十一度三分度之一，橫絡天腹，以紀經緯之度數也。日行之路，謂之黃道。月行之路，謂之白道。秋分後，日就赤道之南，是爲日行南北之中分。故春分曰陽中，秋分曰陰中也。夏冬何以言至？至者，極也，言陰陽氣數消長之極也。故以刻數之多寡言，則夏至晝長五十九刻，夜長四十一刻；冬至晝長上四十一刻，夜長五十九刻，是爲晝夜長短之至極。以陰陽之寒暄言，則冬至陰極而陽生，夏至陽極而陰生，是爲陰陽寒熱之至極。以日行之度數言，則冬至日南極而北返，夏至日北極而南返，是爲日行南北之至極。故冬至曰陽始，夏至曰陰始也。《至真要大論》曰：氣分謂之分，氣至謂之至，至則氣同，分則氣異者是也。由四季而分爲二十四氣，則每季各得六氣，如立春、雨水、驚蟄、春分、清明、穀雨，爲春之六氣，而四季各六也。由二十四氣而分爲七十二候，則每氣各得三候，如《禮記·月令》及《呂氏春秋》云：立春節，初五日，東風解凍爲初候，次五日蟄蟲始振爲二候，後五日魚陟負冰爲三候也。候之所以五日者，天數五以竟五行之氣民。《六節藏象論》曰：五日謂之候，三候謂之氣，六氣謂之時，四時謂之歲也。然而一歲之中，復又有大六氣以統之者，曰：風熱暑濕燥寒，分司天、在泉、左右間氣，以行客主之令。斯天地之氣，如環無端，周而復始，而億萬斯年，運行不息矣。然而既有其氣，亦必有其數，數非氣不行，氣非數不立，故《易傳》曰：天地之數，所以成爲化而行鬼神者。然太極未動，氣未見也，數何有焉？及自動而生陽，便有一數。自動而靜，便是二數。靜極復動，便是三數。動極復靜，便是四數。朱子曰：兩儀者，始爲一畫，以分陰陽。四象者，次爲二畫以分太少也。是數之所起，亦惟陰陽而已。老子曰：一生二，二生三，三生萬物，夫一者太極也，二者陰陽也，三者陰陽之交也，陰陽交而萬物生矣。陽數奇而屬天，陰數偶而屬地。天圓徑一而圍三，三各一奇，故曰叁天，三三而九，陽數從此而流行。地方徑一而圍四，四爲二偶，故曰兩地，二四合六，陰數從此而凝定。三二相合，是爲五數，故《圖》《書》之數，皆以五居中也。《河圖》以天一生水，一得五而六，故地以六成之而居北；地二生火，二得五而七，故天以七成之而居南；天三生木，三得五而八，故地

以八成之而居東；地四生金，四得五而九，故天以九成之而居西；天以五生土，五得五爲十，故地以十成之而居中。生數爲主而居內，成數爲配而居外，此則《河圖》之定數也。若以陰陽之次第老少參之，則老陽位一而數九，少陰位二而數八，少陽位三而數七，老陰位四而數六。陽主進，故由少陽之七，踰八至九而其進已極，故曰老陽。陰主退，故由少陰之八，踰七至六而其退已極，故曰老陰。陽數長，故少陽之七長於六，老陽之九長於八。陰數消，故少陰之八消於九，老陰之六消於七。此陰陽老少，消長進退之理也。故《河圖》以老陽之位一而配老陰之數六，少陰之位二而配少陽之數七，少陽之位三而配少陰之數八，老陰之位四而配老陽之數九，是又《河圖》陰陽互藏之妙也。故伏羲則之以畫八卦，孔子推之而爲大衍，而三百八十四爻，一萬一千五百二十策，而乾坤萬物之數備矣。《洛書》之數則陽爲君而陰爲臣，君居正而臣居側。故戴九履一，左三右七，二四爲肩，六八爲足，五居於中，而縱橫之數皆十五一居正北，得中爲六，而合南方之九爲十五。三居正東，得中爲八，而合西方之七爲十五。二居西南，得中爲七，而合東北之八爲十五。四居東南，得中爲九，而合西北之六爲十五。故大禹則之以敘九疇：一曰五行，二曰五事，三曰八政。四曰五紀，五曰皇極，六曰三德，七曰稽疑，八曰庶徵，九曰福德。皇極居中，而入者環列於外。《河圖》之數分生成而言其全，以生數爲主而以成數合之，故《河圖》之位十，而數凡五十五。《洛書》之數分奇偶而言其變，以四正之陽而統四隅之陰，故《洛書》之位九，而數凡四十五。合《河》、《洛》二數，共成一百，乃爲天地自然之全數。然二數雖有異同，而理則相爲迭用，是以天地之數始於一而全於十。天數五，一三五七九是也；地數五，二四六八十是也。天數二十五，五其五也；地數三十，六其五也。小衍爲十，兩其五也；大衍五十，十其五也。故又曰：五爲數祖。邵子曰：天地之本起於中。夫數之中者，五與六也。五居一三七九之中。故曰五居天中，爲生數之主；六居二四八十之中，故曰六居地中，爲成數之主。《天元紀大論》曰：天以六爲節，地以五爲制。是以萬候之數，總不離於五與六也。而五六之用，其變見於昭著者，尤有顯證。如初春之桃五其瓣，天之所生也；深冬之雪六其出，地之所成也。造化之妙，夫豈偶然？故以五而言，則天有五星，地有五岳，人有五常，以至五色、五味、五穀、五畜之類，無非五也。而十根於一，百根於十，小之而氂毫塵秒，大之而億兆無量，總屬五之所化，而皆統於天之五中也。以六而言，則天有六合，歲有六氣，卦有六爻，以至六律、六呂、六甲、六藝之類，無非六也。而老陽之數三十六，老陰之數二十四，合之而爲六十。少陽之數二十八，少陰之數三十二，合之亦爲六十。總屬六之所化，而皆統於地之六中也。總之，五爲陽也，而五實統乎陰之六；六爲陰也，而六實節於陽之五。《天元紀大論》曰：所以欲知天地之陰陽者，應天之氣，動而不息，故五歲而右遷；應地之氣，靜而守位，故六期而環會。五六相合，而七百二十氣爲一世。得非天地之氣，總皆五六之所生成者歟！試舉一歲之氣及干支之數而言，從天用干，則五日一候，汪陰五陽。而天之所以有十干，甲戊以陽變，己癸以陰變，五之變也。從地用支，則六日一變，六剛六柔。而地之所以有十二支，子巳以陽變，午亥以陰變，六之變也。十干以應日，十二支以應月。故一年之月兩其六，一月之日六其五，一年之氣四其六，一氣之候三其五。總計一年之數，三十六甲而周以天之五，三十子而周以地之六。故爲十二月，以二因六，得此。二十四氣，以十五日，歸三百六十，得此。七十二候，以五日，歸三百六十，得此。三百六十日，以三十日，因十二月，得此。四千三百二十辰，以十二辰，因三百六十日，得此。十二萬九千六百分，以三百六十日，因三百六十分，得此。何非五六之所化？一歲之數如此，而元會運世之數亦如此。如一歲之統十二月，一月之統三十日，一日之統十二時，一時之統三十分，故一元之統十二會，一會之統三十運，一運之統十二世，一世之統三十年，而天地氣運之道，槩乎此矣。惟是數之爲學，圓通萬變，大則彌綸宇宙，小則纖悉秋毫。若夫拆一爲二，拆二爲四，拆四爲八，拆八而十六，拆之到底，何有窮已？譬之因根而榦，因榦而枝，愈多則愈細，愈細則愈繁，固茫然莫可測其徼，而實則各得其一耳。故凡象之在天下，形之在地上，鬼神居幽冥之間，無不麗乎數。而先王所以察《河》《洛》之圖書，垂奇偶之名目，數天以度，數地以里，數神鬼以陰陽，數氣候以律呂，輕重者數以權衡，方圓者數以規矩，長短者數之以度，淺深者數之以量。歸除可以數消，因乘可以數長。然則仰而觀，俯而察，上而蒼天，下而黃泉，大含元氣，入無倫。亦有能逃於數之外者否乎？故以天地而觀人，則人實太倉之一粟；以數而觀天地，則天地物數中之一物耳。數之爲學，豈易言哉？苟能通之，則幽顯高下，無不會通。而天地之大象，數之多，可因一而推矣。明乎此者，自列聖而下，惟康節先生一人哉。

附：元會運世總數邵子《皇極經世》。

一分統十二秒。

一時統三十分，三百六十秒。

一日統十二時，三百六十分，四千三百二十秒。

一月統三十日，三百六十辰，三十個十二辰。一萬八百分，十二萬九千六百秒。

一年統十二月，三百六十日，十二個三十日。四千三百二十辰，十二萬九千六百分。

一世統三十年，三百六十月，三十個十二月。四千三百二十日，十二萬九千六百辰。

一運統十二世，三百六十年。十二個三十年。四千三百二十月，十二萬九千六百日。

一會統三十運，三百六十世，三十個十二世。一萬八百年，十二萬九千六百月。

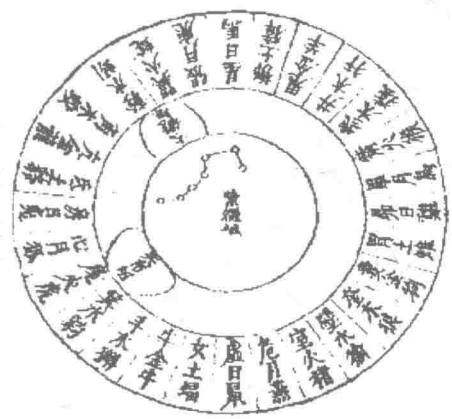
一元統十二會，三百六十運，十二個三十運。四千三百二十世，十二萬九千六百年。

十干起子建寅圖

十干起子歌

甲己還加甲，乙庚丙作初，丙辛從戊起，丁壬庚子居，戊癸何方始，壬子是直途。

求正月建寅法：於子上進二位。如甲子至寅，即丙寅也。餘倣此。



二十八宿五行所屬圖

《類經圖翼・運氣下》

五運圖

《天元紀大論》曰：甲己之歲，土運統之；乙庚之歲，金運統之；丙辛之歲，水運統之；丁壬之歲，木運統之；戊癸之歲，火運統之。《五運行大論》義亦同。

五天五運圖

五天歌　水蒼危室柳鬼宿，火丹牛女壁奎邊。土黔心尾軫角度，金素元氏昴畢前。水玄張翼婁胃是，下爲運氣上經天。

五天五運圖解　此太古占天之始，察五氣，紀五天，而所以立五運也。五天五氣者，謂望氣之時，見丹天之火氣，經於牛女壁奎四宿之上，下臨戊癸之方，此戊癸之所以爲火運也。黔天之土氣，經於心尾角軫四宿之上，下臨甲己之方，此甲己之所以爲土運也。蒼天之木氣，經於危室柳鬼四宿之上，下臨丁壬之方，此丁壬之所以爲木運也。素天之金氣，經於亢氐昴畢四宿之上，下臨乙庚之方，此乙庚之所以爲金運也。玄天之水氣，經於張翼婁胃四宿之上，下臨丙辛之方，此丙辛之所以爲水運也。是知五運之化，莫不有所由從，蓋已肇於開闢之初矣。詳太始天元冊文及天元紀大論中。

又五運圖解　自太始初分，陰陽析位，雖五運之象昭於五天，然尚有月建之法及十二肖之說，則立運之因是又一理。月建者，單舉正月爲法。如甲己之歲，正月首建丙寅，丙者火之陽，火生土，故甲己爲土運，乙庚之歲，正月首建戊寅，戊者土之陽，土生金；故乙庚爲金運。丙辛之歲，正月首建庚寅，庚者金之陽，金生水，故丙辛爲水運。丁壬之歲，正月首建壬寅，壬者水之陽，水生木，故丁壬爲木運。戊癸之歲，正月首建甲寅，甲者木之陽，木生火，故戊癸爲火運。此五運生於正月之建者也。十二肖者，謂十二宮中，惟龍善變而屬辰位，凡十干起甲，但至辰宮，即隨其所遇之干而與之俱變矣。如甲巳干頭，起於甲子，至辰屬戊，戊爲土，此甲己之所以化土也。乙庚干頭，起於丙子，至辰屬庚，庚爲金，此乙庚之所以化金也。丙辛干頭，起於戊子，至辰屬壬，壬爲水，此丙辛之所以化水也。丁壬干頭，起於庚子，至辰屬甲，甲爲木，此丁壬之所以化木也。戊癸干頭，起於壬子，至辰屬丙，丙爲火，此戊癸之所以化火也。此又五運之遇龍而變者也。又一說謂甲剛木，尅己柔土爲夫婦而成土運。乙柔木，嫁庚剛金而成金運，丁陰火，配壬陽水而成木運，丙陽火，娶辛柔金而成水運，戊陽土，娶癸陰水而成火運，此二說者，義各不同，今並存之，以備參校。

五運三氣之紀圖

三氣歌　敷和發生委和木，開明赫曦伏明火，審平堅成從華金，備化敦阜畢監土，靜順流衍涸流水，平氣太過不及數。義詳運氣類十三。

五音建運圖解　運氣全書云：五音者，五行之聲音也。土曰宮，金曰商，水曰羽，木曰角，火曰徵。晉書曰：角者觸也，象諸陽氣觸動而生也，其化丁壬。徵者止也，方物盛則止也，其化戊癸。商者強也，言金性堅強也，其化乙庚。羽者舒也，言陽氣將復，萬物將舒也，其化丙辛。宮者中也，得中和之道無往不畜。又總堂室奠阼謂之宮，所圍不一，蓋以土氣貫於四行，王於四季，榮於四藏而總之之謂也，其化甲己。故天干起於甲土，土生金故乙次之；金生水，故丙次之；水生木，故丁次之；木生火，故戊次之；火又生土，故己又次之；循序以終於癸而復於甲也。十干以甲丙戊庚壬爲陽，乙丁己辛癸爲陰；在陽則屬太，在陰則屬少；太者爲有餘，少者爲不及。陰陽相配，太少相生，如環無端，共成氣化，但氣有太少，則至有遲速，故六元正經大論曰：常以正月朔旦平旦視之，運有餘其至先，運不及其至後，非有餘非不足，是謂平歲，其至當其時也。《六微旨大論》曰：至而至者和；至而不至，來氣不及也；未至而至，來氣有餘也。又如太過被抑，不及得助，皆爲平氣。所謂候之所始，道之所生，不可不通也。

五音五運太少相生解　運氣有三，曰大運、主運、客運，皆有五音之屬。在運者，中運也，主一歲之氣，如甲己之年，土運統之之類也。主運者，四時

五音建運太少相生圖

之常令也，如春木屬角，夏火屬徵，秋金屬商，冬水屬羽，土寄四季屬宮，歲歲相仍者是也。客運者，十年一周，如甲年陽土，則太宮起初運，乙年陰金，則少商起初運，五運不同，迭相用事者是也。然三運之中，俱有太少相生之異。蓋太者屬陽，少者屬陰，陰以生陽，陽以生陰，一動一靜，乃成易道。故甲以陽土，生乙之少商；乙以陰金，生丙之太羽；丙以陽水，生丁之少角；丁以陰木，生戊之太徵；戊以陽火，生己之少宮；己以陰土，生庚之太商；庚以陽金，生辛之少羽；辛以陰水，生壬之太角；壬以陽木，生癸之少徵；癸以陰火，復生甲之太宮。大運不離於陰陽，主客不離於大運，主運之氣，每歲相同，故春必始於角，而冬則終於羽。客運之氣，各以本年中運爲初運而以次相生也，故《六元正紀大論》列各年運氣，如太陽、少陽、少有之政，子午、寅申、辰戌之紀，三十年運皆起於五太，太陰、陽明、厥陰之政，丑未、卯酉、巳亥之紀，三十年運皆起於五少者，所以紀客運也。又如角下註一初字，羽下註一終字，凡甲乙丙壬癸五年，皆以太角爲初，戊己庚辛丁五年，皆以少角爲初者，所以紀主運也。主客運圖如左，六十年運氣之紀，詳運氣類十七。

五運主運圖

五運主運圖說　《六元正紀大論》曰：夫五運之化，或從天氣，或逆天氣，或從天氣而逆地氣，或從地氣而逆天氣，或相得，或不相得。又曰：先立其年以明其氣，金木水火土運行之數，寒暑燥濕風火臨御之化則天道可見，民病可調。此紀文明言五運之化有常數，客主之運有逆順也。蓋六氣之有主客，而五運亦有主客；六氣之有六步，而五運之氣，豈一主其歲而四皆無用，不行生化者乎？故每歲於客運之外，仍有每歲之主運，皆起於角而以次下生者也。如木主春令而爲角；木生火，故火次之，主夏令而爲徵；火生土，故土又次之，主長夏令而爲宮；土生金，故金又次之，主秋令而爲商；金生水，故水又次之，主冬令而爲羽。每歲三百六十五日二十五刻，以五分分之，則每運得七十三日零五刻，云七十二日者，以三百六十日爲言也。亦與六步之主氣同，而皆始於大寒日，但歲氣分陰陽而主運有太少之異耳。假如甲年爲陽土，運屬太宮用事，而上推至初運之角，則其生太宮者少徵也，生少徵者太角也，是以甲年之主運起太角，太少相生而終於太羽。巳年爲陰土，運屬少宮用事，而上推至初運之角，則其生少官者太徵也。生太徵者少角也，是巳年之主運起少角，亦少太相生而終於少羽也。又如乙年爲陰金，運屬少商，而上推至初運之角，則其生少商者太宮也，生太宮者少徵也，生少徵者太角也，是乙年之主運起太角而終於太羽。庚年爲太商，上推至角屬少角而終於少羽也，餘年倣此。此主運之氣，必始於角而終於羽，一定不易，以時交司，而爲每歲之常令也。

各年五運交司時日

申子辰年

初運，大寒日寅初初刻起。
二運，春分後第十三日寅正一刻起。
三運，芒種後第十日卯初二刻起。
四運，處暑後第七日卯正三刻起。
五運，立冬後第四日辰初四刻起。

巳酉丑年

初運，大寒日巳初初刻起。
二運，春分後第十三日巳正一刻起。
三運，芒種後第十日午初二刻起。
四運，處暑後第七日午正三刻起。
五運，立冬後第四日未初四刻起。

寅午戌年

初運，大寒日申初初刻起。
二運，春分後第十三日申正一刻起。
三運，芒種後第十日酉初二刻起。
四運，處暑後第七日酉正三刻起。
五運，立冬後第四日戌初四刻起。

亥卯未年

初運，大寒日亥初初刻起。
二運，春分後第十三日亥正一刻起。
三運，芒種後第十一日子初二刻起。
四運，處暑後第七日子正三刻起。
五運，立冬後第四日正初四刻起。

五運客運圖

五運客運圖說　客運者，亦一年五步，每步各得七十三日零五刻。假如甲己之年爲土運，甲屬陽土爲太宮，己屬陰土爲少宮，故甲年則太宮爲初運；太生少，故少商爲二運；少又生太，故太羽爲三運，太又生少，故少角爲四運，少又生太，故太徵爲終運。己年則少宮陰土爲初運，少宮生太商爲二運，太商生少羽爲三運，少羽生太角爲四運，太角生少徵爲終運。太少互生，凡十年一主令而竟天干也。但主運則必春始於角而冬終於羽，客運則以本年中運爲初運而以次相生，此主運客運之所以有異也。夫五運六氣者，無非天地之氣候，六氣有司天在泉以主歲，五運有天運以主歲，六氣有主客氣以主歲時，五運亦有主客運以行天令。運氣全書云：地之六位則分主於四時，天之五運亦相生而終歲度。天元玉冊截法中亦有歲之客運，行於主運之上，與六氣主客之法同，雖本終未有明言，而氣運生化之理，在所必至，當以《天元主冊》爲法。

五運太少齊兼化圖

六十年氣運相臨逆順圖

五運太少齊兼化逆順圖解　氣運有盛衰之殊，年干有太少之異。陽年曰五太，因其氣旺有餘也。陰年曰五少，因其氣衰不及也。太過則己勝，反齊勝己者之化。不及則己弱，以至勝己者來兼其化。上應於天，有星辰倍減之象；下應於地，有動植耗育之徵。蓋以五運之休四旺相不同，而尤物之成熟災傷有厚薄也。然而不及之年，得助合則同其正化，太過之紀，被制抑則得其平和。此生化勝復之理，所以無窮；而方月應變之妙，豈容執一。要非知權達變之士，有不可以易造者也。條畧於左：

太過歲　凡五運陽年，各主六年，五六共三十年。太過之年，反齊勝己之化。如太宮土運，反齊木化；太角木運，反齊金化；太商金運，反齊火化；太徵火運，反齊水化；太羽水運，反齊土化也。

不及歲　五運陰年，各主六年，五六共三十年。不及之年，則勝者來兼其化。如少宮土運，木來兼化；少角木運，金來兼化；少商金運，火來兼化；少徵火運，水來兼化；少羽水運，土來兼化也。

太宮　六甲年也

太商　六庚年也，金運太過。若逢子午君火，寅申相火司天之年，則太商被天之抑，乃得其平，所謂上徵與正商同也。正商者，如乙酉比和之類。餘倣此。若逢辰戌寒水司天，亦爲小逆，以水爲金子，子居父上，故曰逆。餘倣此。

太角　六壬年也，木運太過。若逢子午、寅申二火司天則爲逆，以子居父上也。

太徵　六戊年也，火運太過。若逢辰戌寒水司天，則太徵被抑，乃得其平，所謂上羽與正徵同也。

太羽　六丙年也。

少宮　六己年也，土運不及。若逢丑未濕土司天，爲中運得助，所謂上宮同正宮也。若逢巳亥風木司天，則木兼土化，所謂上角同正角也。

少商　六乙年也，金運不及。若逢卯酉燥金司天，爲中運得助，所謂上商同正商也。若逢巳亥風木司天，以金不及，火來兼化，則木得其政，所謂上角同正角也。

少角　六丁年也，木運不及。若逢巳亥風木司天，爲中運得助，所謂上角同正角也。若逢卯酉燥金司天，則金兼木化，所謂上商同正商也。若逢丑未濕土司天，以木不及，金來兼化，則土得其政，所謂上宮同正宮也。

少徵　六癸年也，火運不及。若逢卯酉燥金司天之年，以火不及，水來兼化，則金得其政，所謂上商同正商也。

少羽　六辛年也，水運不及。若逢丑未濕土司天，則土兼水化，所謂上宮同正宮也。

齊化　凡陽年太過，則爲我旺，若遇尅我之氣，其有不能勝我，我反齊之。如戊運水司天，上羽同正徵是以火齊水也庚運火司天上徵同正商，是以金齊火也。

兼化　凡陰年不及，則爲我弱，我弱則勝我者來兼我化，以強兼弱也。如己運木司天，上角同正角，是以木兼土也。辛運土司天，上宮同正宮，是以土兼水也。丁運金司天，上商同正商，是以金兼木也。

平氣　如運太過而初抑，運不及而得助也。如戊辰陽年，火運太過而寒水司天抑之，癸巳陰年，火運不及而巳位南方助之；辛亥水運不及而亥位北方助之。又如丁運木司天，上角同正角也；己運土司天，上宮同正宮也；乙運金司天，上商同正商也。皆曰平氣，而物生脈應，皆得平和之氣也。

得政　如乙年陰金，木司天，金運不及，火來兼化，則木不受克而得其政，所謂上角同正角也。丁年陰木，土司天，木運不及，金來兼化，則土不受克而得其政，所謂上宮同正宮也。癸年陰火，金司天，火運不及，水來兼化，則金不受克而得其政，所謂上商同正商也。此雖非亢則害，然亦經子救母，而實則承迺制之義。

干德符　謂新運初交之月日時，與運相合者，亦得其平，如丁亥年初交之月日時得壬者，則壬與丁合之類是也，非初交之時日則不相濟，所謂合者，甲與己合，乙與庚合，丙與辛合，丁與壬合，戊與癸合也。又如陰年勝氣未至，及被勝既復之後，得六氣初交之時日及月建之干相助合者，即得正位，亦獲平氣也。

右凡諸言上者，司天爲上也。諸言正宮，正商類者，乃五運之平氣爲正也。五運太少，所紀各不同者，蓋有遇有不遇也。又如君火、相火、寒水，例屬陽年之司天，風木、濕土、燥金，例屬陰年之司天。六十年中各有上下臨遇，或天勝運，或運勝天，或太過者不務其德，或不及者逢其所勝。故五運行大論曰：氣相得則微，不相得則甚。相得者，如木火相臨，火土相臨，土金相臨，金水相臨，水木相臨，以上生下，司天生運者是也。不相得者，如木土相臨，土水相臨，水火相臨，火金相臨，金木相臨，以上尅下，司天尅運者是也。又如土臨火，火臨木，木臨水，水臨金，金臨土，以下生上，雖曰相生，然子居母上，亦爲小逆而主微病。又如木臨金土，火臨水金，土臨木水，金入火木，水臨土火，乃天運相尅，爲不相得，故其病甚。其他若太乙天符、歲會、同天符、同歲會，則其符會，雖皆曰平氣，然而純駁同自不同，逆順亦有輕重。且司天既有臨遇，在泉豈無臨遇？天地既有臨遇，六步豈無臨遇？玄理無窮，一隅三反，貴在因機推測也。此當與天符歲會圖及六十年運氣政令之紀相參看。

天地六氣圖解　《天元紀大論》曰：夫五運陰陽者，天地之道也。又曰：在天爲氣，在地成形，形氣相感而化生萬物矣。又曰：神在天爲風，在地爲木；在天爲熱，在地爲火；在天爲濕，在地爲土；在天爲燥，在地爲金；在天爲寒，在地爲水。夫六氣之合於三陰三陽者，分而言之，則天地之化，有氣有形；合而言之，則陰陽之理，標由乎本。所謂標本者，六氣爲本，三

陰三陽爲標。有本標中氣圖解，見後第四卷。如主氣之交司於四時者，春屬木爲風化，夏初君火爲熱化，盛夏相火爲暑化，長夏屬土爲濕化，秋屬金爲燥化，冬屬水爲寒化，此六化之常，不失其常，卽所謂當其位則正也。如客氣之有盛衰逆順者，則司天主上，在泉主下，左右四間，各有專王，不時相加以爲交合，此六化之變，變有不測，卽所謂非其位則邪也。故正則爲德化政令，邪則爲災變眚傷。太者之至徐而常，少者之至暴而亡，而凡爲淫勝、邪勝、相勝、相復等變，亦何莫非天地六化之氣所致歟！

天地六氣圖

正化對化圖說　六氣分上下左右而行天令，十二支分節令時日而司地化。然以六氣而加於十二支，則有正化對化之不同。如厥陰之所以司於巳亥者，以厥陰屬木，木生於亥，故正化於亥，對化於巳也。少陰所以司於子午者，以少陰爲君火，當正南離位，故正化於午，對化於午也。太陰所以司於丑未者，以太陰屬土居中，王於西南未宮，故正化於未，對化於丑也。少陰所以司於寅申者，以少陰屬相火，位卑於君，火生於寅，故正化於寅，對化於申也。陽明所以司於卯酉者，以陽明屬金，西爲西方金位，故正化於酉，對化於卯也。太陰所以司於辰戌者，太陽爲水，辰戌屬土，然水行土中而戌居西北，爲水漸王鄉，是以洪範五行以戌屬水，故正化於戌，對化於辰也。一曰正司化令之實，對司化令之虛。一曰正化從本生數，對化從標成數。皆以言陰陽之衰盛，合於十二辰，以爲動靜消息者也。此說詳具玄珠，今錄之以備參考。

六氣正化對化圖

交六氣節令圖

歌曰　大寒初氣春分二，小滿三兮大暑四，秋分交着五之初，小雪爲移六之次。

交六氣節令圖解　四時六氣，節有常期，濕暑涼寒，歲有常令。運氣全書云：陰陽相遘，分六位而日月推移；寒暑弛張，運四時而氣令更變。故凡一歲之氣，始於大寒日交風水之初氣，次至春分日交君火之二氣，次至小滿日交相火之三氣，次至大暑日交濕土之四氣，次至秋分日交燥金之五氣，次至小雪日交寒水之終氣，每氣各主六十日八十七刻半，是謂六步，每步中各有節序四氣，是謂二十四氣而所以節分六步者，也總六步而得三百六十五日二十五刻以成一歲。故《六微旨大論》曰：顯明之右，君火之位也，君火之右，退行一步，相火治之，復行一步，土氣治之，復行一步，金氣治之，復行一步，水氣治之，復行一步，木氣治之者，正以言六位之主氣也。顯明得，謂日出之地，卽卯位也。右者，謂卯在東方，面東視之，君火當二之氣，位在卯之右也。退行者，謂君火又右一步，當三氣相火之位也。餘倣此。義詳運氣第六。

逐年主氣圖

此逐年主氣之位次也。六氣分主四時，歲歲如常，故曰主氣。

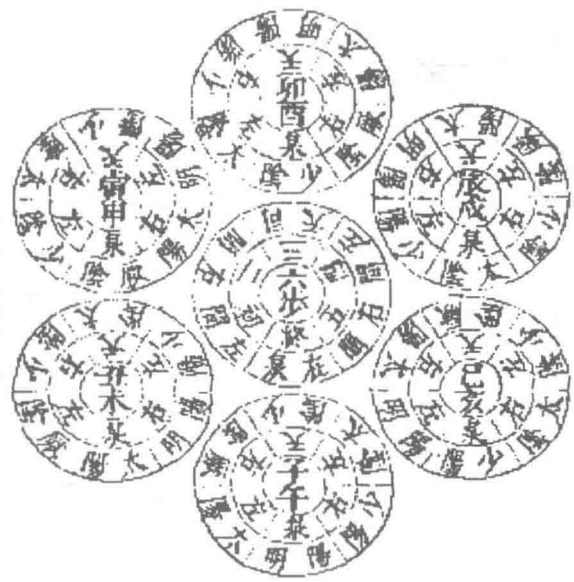
逐年客氣圖

此逐年客氣也。如子午年則太陽爲初氣，厥陰爲二氣，少陰爲司天爲三氣，太陰爲四氣，少陽爲五氣，陽明爲在泉爲六氣。丑未則厥陰爲初氣，以次而轉。餘可倣此類推也。

主氣圖解　主氣者，地氣也，在地成形，靜而守，位謂木火土金水，分主四時而司地化，以爲春夏秋冬，歲之常令者是也。然主氣以五行相生爲序，而太陰土所以居少陽火之後也。如厥陰木之所以主初氣者，以春木爲方生之始也。主春分前六十日有奇，自斗建丑中起，至卯中止，天度至此，風氣乃行。春木生火，故少陰君火爲二氣，主春分後六十日有奇，自斗建卯中起，至巳中止，天度至此。暄淑乃行。君相以同氣相隨，故少陽相火，繼君火而爲三氣，主夏至前後各三十日有奇，自斗建巳中起，至未中止，天度至此，炎熱乃行。夏火生土，故太陰濕土爲四氣，主秋分前六十日有奇，自斗建未中起，至酉中止，天度至此，雲雨乃盛，濕蒸乃作。長夏之土生金，故陽明燥金爲五氣，主秋分後六十日有奇，自斗建酉中起，至亥中止，天度至此，清氣乃行，萬物皆燥。秋金生水，故太陽寒水爲終氣，主冬至前後各三十日有奇，自斗建亥中起至丑中止，天度至此，寒氣乃行。此爲一歲之主氣，有常而無變者也。

至於年神有太少之異，六步有正對之殊，客氣布行天令，以加臨於主氣之上，斯上下相召而變生矣。主客二圖當參看。

客氣圖解　客氣者，天氣也，在天爲氣，動而不息，乃爲天之陰陽，分司天在泉左右四間之六氣者是也。故三陰三陽之氣，更迭主時而行天令，以加臨於主氣之上，而爲一歲之變化。然客氣以陰陽先後之數爲序，故太陰土所以居少陽火之前也，如三陰之序，以厥陰爲始者一陰也，次少陰者二陰也，又次太陰者三陰也；三陽之序，以少陽爲始者一陽也，次陽明者二陽也，又次太陽者三陽也；濕土一也，而客氣之濕居火前，主氣之土居火後，雖若前後有不同，而實皆處乎六者之中，正以見土德之位也。凡客令所至，則有寒暑燥濕風火非常之化，故冬有燥石之熱，夏有淒倉之涼，和則爲生化，不和則爲災傷，此蓋以客氣所加，乃爲勝制鬱發之變耳。故五運行大論曰：五運更立，各有所先，非其位則邪，當其位。則正氣相得則微，不相得則甚。又曰：氣有餘，則制己所勝而侮所不勝；氣不及，則己所不勝侮而乘之，己所勝輕而侮之。每反受邪侮，而受邪，寡於畏也。此客氣有不時之加臨，而主氣則祇當奉行天令耳。故凡客主之氣，則但有勝而無復也。總而言之，司天通主上半年，在泉通主下半年，此客氣之槩也；析而言之，則六氣各有所主，此分六氣之詳也。司天在上，在泉在下，中運居中，通主一歲。如司天生尅中運，謂之以上臨下爲順；運氣生尅司天，謂之以下臨上爲逆。在泉亦然。順分生尅之殊，逆有大小之別。此古人舉運氣之端倪耳。若其二氣相合，象變迪異，千變萬化，何有窮盡？如四時有非常之化，常外更有非常；四方有高下之殊，殊中又分高下。百步之內，晴雨不同；千里之外，寒暄非類。故察氣候者必因諸天，察方宜者必因諸地。圓機之士，又當因常以察變，因此以察彼，庶得古人未發之玄，而盡其不言之妙歟。



司天在泉左右間氣圖

司天歌　子午少陰爲君火，丑未太陰臨濕土，寅中少陽相火王，卯酉陽明燥金所，辰戌太陽寒水邊，巳亥厥陰風木主，初氣起地之左間，司天在泉對面數。

司天在泉圖解　司天、在泉、四間氣者，客氣之六步也。凡主歲者爲司天，位當三之氣。司天之下相對者爲在泉，位當終之氣。司天之左爲天之左間，右爲天之右間，在泉之左爲地之左間，右爲地之右間，每歲客氣始於司天前二位，乃地之左間，是爲初氣，以至二氣、三氣而終於在泉之六氣，每氣各主一步。然司天通主上半年，在泉通主下半年，故又曰歲半已前，天氣主之，歲半已後，地氣主之也。

《五運行大論》曰：天地者，萬物之上下也。左右者，陰陽之道路也。諸上見厥陰，左少陰，右太陽；見少陰，左太陰，右厥陰；見太陰，左少陽，右少陰；見少陽，左陽明，右太陰，見陽明，左太陽，右少陽；見太陽，左厥陰，右陽明，所謂面北而命其位也。面北命位者，謂司天在上，位在南方，面

北而命其左右，則東南爲司天之右間，西南爲司天之左間也。又曰：何謂下？曰：厥陰在上則少陽在下，左陽明，右太陰；少陰在上則陽明在下，左太陽，右少陽；太陰在上則太陽在下，左厥陰，右陽明；少陽在上則厥陰在下，左少陰，右太陽；陽明在上則少陰在下，左太陰，右厥陰；太陽在上則太陰在下，左少陽，右少陰，所謂面南而命其位也。面南命位者，謂在泉在下，位在北方，面南而命其左右，則東北爲在泉之左間，西北爲在泉之右間也。上者右行，自西南而降，下者左行，自東北而升，左右周天，餘而復會。故上下相遘，天地相臨，而變化逆順，由茲生矣。雖同類相和，氣化相生者謂之順；異類相臨，氣化相制者謂之逆。然有氣雖同類而亦爲病者，以相火臨於君火，爲不當位故也。故《六微旨大論》曰：君位臣則順，臣位君則逆。逆則病近害速，順則現遠害微。所謂二火者是也。此當與前五運太少齊兼化圓解參看。

《六微旨大論》曰：天道六六之節，盛衰何也？曰：上下有位，左右有紀。故少陽之右，陽明治之；陽明之右，太陽治之；太陽之右，厥陰治之；厥陰之右，少陰治之；少陰之右，太陰治之；太陰之右，少陽治之。此言客氣陰陽之次序也。

**司天在泉指掌圖**

推六氣法：凡司天前二位卽初氣，前一位卽二氣，本位司天爲三氣，後一位爲四氣，後二位爲五氣，後三位爲終氣，卽在泉也。掌中一輪，六氣燎然在握。

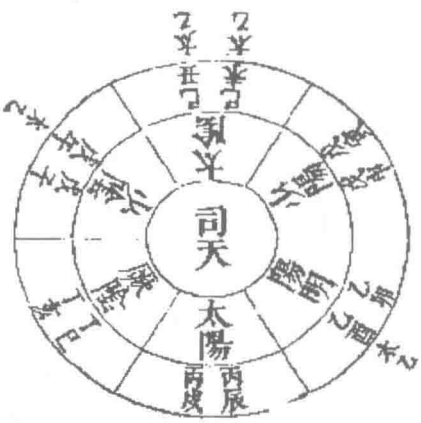
六氣以厥陰爲一陰，少陰爲二陰，太陰爲三陰，少陽爲一陽，陽明爲二陽，太陽爲三陽。故但記厥少太、少陽太六字，則六氣盡矣。厥少太爲三陰，少陽太爲三陽也。其法以巳亥爲始，卽起閏陰司天，故於巳亥位起厥字，子午位爲少字，丑未位爲太字，順數到底，皆其年分之司天也。其餘五氣，循次可推矣。

指掌解附

邵子曰：天有四時，地有四方，人有四肢。指節可以觀天，掌文可以察地，天地之理，具於掌矣。一曰：手仰本乎天親上，足方俯乎地親下。手可翻覆足不可者，陽能兼陰，陰不能兼陽也。掌之後高前下，象地之西北多山，東南多水也，聚爲川澤。掌中之文，如用象也。手自掌腕肘至肩，足自趾脛股至胯，各三節，三四應十二次也。四肢應天四時，應地四方，一手四指各三節，應十二辰，兩手合之，應二十四氣；拇指三節，二節爲陰陽，隱者爲太極。掌，大物也。合之而三十二，應天卦；並手足爲六十四，兼地卦。地體極於十六，一手有十六數而顯者十五，一者太極，隱於大物之間也。人之四肢各有脈，應四時之氣也；一脈三部，應一時三月也；一部三候，應一月三旬乾策也。《素問》以十二節氣，出於天氣，而應人之十二經脈，謂手足各有三陰三陽也。陰陽家以十二支分於指之周圈十二節，謂之十二支掌；以《洛書》數分於食中名三指各三宮，謂之九宮掌；以八卦分於食中名三指，去中宮不用，乾起名指根西北方位，以次而終兌於正西，謂之八方掌；以一坎起食指根，逐節而上，二坤、三震、四巽、五中、六乾、七兌、八艮、九離而終於名指根，謂之排山掌；以一白、二黑、三碧、四綠、五黃、六白、七赤、八白、九紫，亦如前法，謂之紫白掌；以甲起寅位而癸終於亥，去子丑兩宮不用，謂之十干掌；用食中名上下六節，謂之六壬掌。由是觀之，是天地之理，舉常可盡，邵子固非欺我，而天之生人，又豈偶然哉？

地理之應六節圖

此圖上者右行，下者左行，自初至終，乃爲地之主氣，靜而守位者也。義出《六微旨大論》中。




天符之圖

天符者，中運與司天相符也。如丁年水運，上見厥陰風水司天，卽丁巳之類，共十二年。

太乙天符者，如戊午年以火運火支，又見少陰君爲司天，三合爲治也，共四年。

歲會之圖

歲會者，中運與年支同其氣化也。如木運臨卯木，火運臨午火之類，共八年。

同天符同歲會圖

同天符，同歲會者，中運與在泉合其氣化也，陽年曰同天符，陰年曰同歲會。如甲辰年陽土運而主陰在泉，則爲同天符，癸卯年陰火運而少陰在泉，則爲同歲會，共十二年。

天符歲會圖說

天符歲會者，氣運相符之謂也。《六微旨大論》曰：天氣始於甲，地氣始於子，子甲相合，命曰歲立。氣運相臨，而天符歲會、盛衰虛實所由生矣。故每歲天地之令，各有上、中、下三氣之分：司天者主行天令，行乎上也；歲運者主生化運動之機，行乎中也；在泉者主地之化，行乎下也。遇而同其氣者化之平，遇而異其氣者化之逆。故曰非其位則邪，當其位則正，邪則變甚，正則微也。又曰：天符爲執法，歲會爲行令，太乙天符爲貴人。中執法者，其病速而危；中行令者，其病徐而持；中貴人者，其病暴而死。雖天符歲會皆得純正之氣，然其過亢，則未免中邪，亦有輕重。故中歲會者爲輕，以行令者之權輕也；中天符者爲重，以執法者之權重也；中太乙者爲尤重，以三氣皆傷而貴人之不可犯也。故《天元紀大論》曰：知迎知隨，氣可與期也。

天符者，《天元紀大論》曰：應天爲天符。謂中運之氣，與司天之氣相同者，命曰天符。符之爲言，合也。如《六微旨大論》曰：木運之歲，上見厥陰；火運之歲，上見少陽、少陰；土運之歲，上見太陰；金運之歲，上見陽明；水運之歲，上見太陽者是也。又《六元正紀大論》曰：戊子戊午太徵上臨少陰，戊寅戊申太徵上臨少陽，丙辰丙戌太羽上臨太陽，如是者三。丁巳丁亥少角上臨厥陰，乙卯乙酉少商上臨陽明，己丑己未少宮上臨太陰，如是者三。前三者言三太也。後三者言三少也。上者言司天也。臨者天運相臨也。二論之詞不同，而義則一也。天符共十二年，而戊午、乙酉、己丑、己未四年，又是歲會，然既爲天符，又爲歲會，是天氣、運氣、歲支三者俱會，乃爲太乙天符也。如戊午年戊爲火運，午年君火司天，又午屬南方火位，故曰三合爲治也。

太乙天符者，尊之之號也，故太乙天符稱貴人，共四年，即戊午、己丑、己未、乙酉是也。詳見前天符論中。

歲會者，《天元紀大論》曰：承歲爲歲直。乃中運之氣，與歲支相同者是也。《六微旨大論》曰：木運臨卯，火運臨午，土運臨四季，金運臨酉，水運臨子，所謂歲會，氣之平也。不分陰年陽年，但取四正之支與運相合，乃爲四直承歲。四正支者，子、午、卯、酉是也。如辰、戌、丑、未四年，土無定位，寄旺於四時之末，各一十八日有奇，則亦通論承歲也。歲會共計八年，而四年同於天符，是即太乙天符也。按八年之外，猶有四年類歲會而實非者，如壬寅皆木，庚申皆金，癸巳皆火，辛亥皆水，亦是運與年支相合，而不爲歲會者，以不當四正之位故也。然除壬寅庚申二陽年不相和順者無論，至若癸巳、辛亥二陰年，雖不爲歲會，而上下陰陽相佐，亦得乎氣，其物生脈應，亦皆合期也。

同天符歲會者，言中運之氣與在泉相合也。但分陽年曰同天符，陰年曰同歲會。《六元正紀大論》曰：甲辰、甲戌太宮，下加太陰；壬寅、壬申太角，下加厥陰；庚子、庚午太商，下加陽明，如是者三。三者，謂三太之年爲同天符也。又曰：癸巳、癸亥少徵，下加少陽；辛丑、辛未少羽，下加太陽；癸卯、癸酉少徵，下加少陰，如是者三。三者，謂三少之年爲同歲會也。故又曰太過而加同天符，即三太之年也；不及而加同歲會，即三少之年也。下加者，在泉爲下也。

右天符十二年，太乙天符四年，歲會八年，同天符六年，同歲會六年，五者分而言之，共三十六年。然太乙天符四年，已同在天符十二年中矣，歲會八年，亦有四年同在天符中矣。故合而言之，六十年中，止得二十八年也。《六元正紀大論》曰：凡二十四歲者，蓋止言天符十二年，同天符同歲會共十二年，總爲二十四年，而不言歲會及太乙天符也，亦所當審。

天符歲會總歌

天符中運同天氣，太乙全兼運會支。
歲會運支項四正，辰戌丑未亦相宜。
同天同歲泉同運，陰歲陽天不必疑。

甲子歲六氣終始日刻圖

《六微旨大論》曰：甲子歲初之氣，天數始於水下一刻，終於八十七刻半者，言每歲六步，每部各得六十日又八十七刻半也。如甲子歲初之氣，始於寅初初，終於子初四，乃交春分二之氣，正合此數。餘倣此。

乙丑歲六氣終始日刻圖

《六微旨大論》曰：乙丑歲初之氣，天數始於二十六刻者，言大寒日寅後二十六刻也。及六十日八十七刻半，乃交於春分節二之氣，餘步倣此。

丙寅歲六氣終始日刻圖

丙寅歲初六氣，天數始於五十一刻者，言大寒日寅後五十一刻也。同前。

丁卯歲六氣終始日刻圖

丁卯歲終之氣，終於水下百刻，是子丑寅卯四年而一周之數已盡，至戊辰歲初之氣復始於水下一刻，而與甲子歲氣同矣。詳義見後三合會同圖說。

六十年歲氣三合會同圖

水下一刻三合會同解

《六微旨大論》曰：甲子之歲，天數始於水下一刻，終於八十七刻半。謂起於艮中之南，寅初一刻，蓋寅爲歲日之首，如《靈樞・衛氣行篇》曰：常以平旦爲紀者是也。一晝一夜凡百刻，司天者紀以漏水，故曰始於水下一刻。歲氣三合會同者，如甲子歲，初之氣始於水下一刻，以至終之氣終於二十五刻。所謂初六，日行一周也。乙丑歲，初之氣始於二十六刻，終之氣終於五十刻，所謂六二，日行二周也。丙寅歲，初之氣始於五十一刻，終之氣終於七十五刻，所謂六三，日行三周也。丁卯歲，初之氣始於七十六刻，終之氣終於水下百刻，所謂六四，日行四周也。四周謂之一紀。次至戊辰壬申歲，復皆始於一刻，與甲子歲同，所以申子辰，歲氣會同三合也。此後巳年酉年俱同丑年午年戌年俱同寅年亥年未年俱同卯年，故申子辰，巳酉丑、寅午戌、亥卯未、歲氣皆同如此，所以謂之三合。以是類推，則六十年氣數，可指諸掌矣。

南北政圖

南北政者，五運以土爲尊，居中央而統於金木水火。故十干以甲己年土運爲君象，主南面行令而爲南政，其餘乙、庚、丙、辛、丁、壬、戊、癸八年爲臣象，皆北面受令而爲北政。南政北政，脈當各有不應。若當應不應，不當應而應者，乃謂之陰陽交，尺寸反斯爲害矣。

南政年脈不應圖

南北政說附：陰陽交尺寸反。南北二政，運有不同，上下陰陽，脈有不應。《五運行大論》曰：先立其年，以知其氣，左右應見，乃可以言死生之逆順也。倘麤工不知而呼寒呼熱，妄施治療，害莫大矣。

北政年脈不應圖

南北政者，卽甲己爲南政，餘爲北政是也。《至真要大論》曰：陰之所在寸口何如？岐伯曰：視歲南北，可知之矣。謂南政之年，南面行令，其氣在南，所以南爲上而北爲下，司天在上，在泉在下，人氣應之，故寸爲上而尺爲下，左右俱同。北政之歲，北面受令，其氣在北，所以北爲上而南爲下，在泉應上，司天應下，人氣亦應之，故尺應上而寸應下，司天應兩尺，在泉應兩寸，地之左間爲右寸，右間爲左寸，天之左間爲右尺，右間爲左尺，正與男子面南受氣，女子面北受氣之理同也。

脈有不應者，謂陰之所在，脈乃沉細，不應本脈也。陰者，言六氣有三陰三陽，而三陰之位，則少陰居中，太陰居左，厥陰居右。脈之不應者，乃以三陰之中少陰所居之處言之，而又分南北二政以定其上下也。故《至真要大論》曰：北政之歲，三陰在下則寸不應，三陰在上則尺不應；南政之歲，三陰在天則寸不應，三陰在泉則尺不應。又曰北政之歲，少陰在泉則寸口不應，正以北政之年，司天應尺而在泉應寸也。厥陰在泉則右不應，右者右寸也，以少陰居厥陰之左，而以地之左間爲右寸也。太陰在泉則左不應，左者左寸也，以少陰居太陰之右，而以地之右間爲左寸也。南政之年，少陰司天則寸口不應，寸口者兩寸也，正以南政之年，上爲寸而下爲尺也。厥陰司天則右不應，右者右寸也，以少陰居厥陰之左，而當右寸之位也。太陰司天則左不應，左者左寸也，以少陰居太陰之右，而當左寸之位也。此經文雖未盡言，然北舉枉泉，則天在其中矣。南舉司天，則泉在其中矣。故又曰：諸不應者，反其診則見矣。反其診者，謂南北相反而診之，當自見矣。故北政之年，少陰司天則兩尺不應；太陰司天則少陰在右，所以右尺不應；厥陰司天則少陰在左，所以左尺不應。南政之年，少陰在泉則兩尺不應；太陰在泉則少陰在右，所以右尺不應；厥陰在泉則少陰在左，所以左尺不應也。陰之所在，義詳運氣類五。

陰陽交，尺寸反者，如其年少陰在左，當左脈不應，而反見於右；陽脈本在右，而反互移於左，是少陰所易之位，非少陽則太陽脈也，故曰陰陽交，交者死，惟辰戌丑未寅申巳亥八年有之。尺寸反者，如其年少陰在尺，當尺不應，而反見於寸；陽本在寸，而反移於尺，故曰尺寸反，反者死。惟子午卯酉年有之。然必也陰陽俱交，始爲交也，尺寸俱反，始爲反也。若但本位當應而不應者，乃陰氣之不應也，止疾而已，不在陰陽交、尺寸反之列，不可膠柱。

南北政歌前二句言寸，後二句言尺。

南政子午兩寸沉，　丑未巳亥左右尋。左右寸也。
卯酉兩尺寅申五，左尺。　辰戌右尺真分明。
北政陽明沉兩寸，　太陽少陽左右應。左右寸也。
少陰兩尺厥陰左，左尺。　太陰右尺何須問。

南北政指掌圖

其法以南政子年起中指端。北政子年起中指根，俱逆行輪之，幾上辰所值之處，即其不應之位。如南政十起中指端，即兩寸不應，丑年左寸，寅年左尺，右數到底，皆南政不應之位。北政子年起中指根，如前右數到底，皆北政不應之位。

推原南北政說　愚按南北政之義，諸說皆以甲己屬土，爲五行之尊，故曰南政，似屬牽強。夫子支相合而成花甲，十干之中，復各有所統十干。如六甲干頭。必起甲子，至戊末而六十花甲盡；及至六己，復起甲子。至癸末而六十花甲盡。故甲己年必起於甲子月，甲己日必起於甲子時。此甲己二干，所以爲十干之首，故象君而爲南政，其餘則北面象臣而爲北政，人之血脈，故亦應之。即奇門諸家，亦獨以甲己爲符頭。此花甲自然之理，固不待土爲五行之尊而分南北也。晰理者以謂在否？

九宮八風圖

九宮八風篇曰：太一常以冬至之日，居葉蟄之宮四十六日。立春居天留，春分居倉門，逐節居宮各居四十六日，惟巽乾兩宮止四十五日，至乾而復反於坎。如是無已，終而復始。

九宮星野圖

此即洛書數，戴九履一，左三右七，二四爲肩，六八爲足，五居中央也。此數上中下三層，橫皆十五；左中右三層，縱皆十五，巽中乾，坤中艮，四隅皆十五。故奇門家曰：縱橫十五在其中也。

九宮星野說　《天元紀大論》曰：九星懸朗，七曜周旋。此星曜之所以有象也。而《六元正紀大論》中，凡不及之年，則有所向災宮，五行九星，咸有分野，不可不察。如少羽歲云災一宮者，以少羽屬辛，爲水之不及，而一乃正北坎位，天蓬水星司也。少角歲災三宮者，以少角屬丁，爲木之不及，而三乃正東震位，天衝木星司也。少宮歲災五宮者，以少宮屬己，爲土之不及，而五乃中宮，天禽土星司也。少商歲災七宮者，以少商屬乙，爲金之不及，而七乃正西兌位，天柱金星司也。少徵歲災九宮者，以少徵屬癸，爲火之不及，而九乃正南離位，天英火星司也。此皆以五運不及之方，故災及之。若甲丙戊庚壬年，乃爲歲運太過之年，則無災宮矣。然經文止言五正之宮，而不詳言九宮者，乃槩舉五方爲言也。使能丹兼五行不盡之意而推廣之，則四隅之外，及五太之年，豈無所傷，亦可意會而通矣。

按《天元玉冊九星》註曰：天蓬一，水正之宮也。天芮二，土神之應宮也。天衝三，木正之宮也。天輔四，木神之應宮也。天禽五，土正之宮也。

天心六，金神之應宮也。天柱七，金正之宮也。天任八，土神之應宮也。天英九，火正之宮也。九星有位，以應九州之分野，即冀、兗、青、徐、揚、荊、豫、梁、雍，禹貢九州之次也。

唐會要九宮九星

天蓬太乙，坎水白。　天芮攝提，坤土黑。　天衝軒轅，震木碧。　天輔招搖，巽木綠。　天禽天符，中土黃。　天心青龍，乾金白。　天柱咸池，兌金赤。　天任太陰，艮土白。　天英天乙，離火紫。

天地陰陽升降圖

假如亥年，太陽寒水原在天之右間，太陰濕土原在地之右間，至於年則太陽降而入地，爲地之左間。太陰升而上天，爲天之左間。丑寅以後，循序皆然。此客氣之一定者，舉此子年爲例，其他年事天在泉遷正退位之序，可類推矣。

天地五星圖

五星之在天地，名號各有不同。木星在天曰天衝，在地曰地蒼。火星在天曰天英，在地曰地形。土星在天曰天芮，在地曰地阜。金星在天曰天柱，在地曰地晶。水星在天曰天蓬，在地曰地玄。以分主東南西北中，而土則寄位西南也。

五星窒抑不升不降圖

五星升降不前解　凡氣候有升降不前者，謂天氣不得降，地氣不得升也。如本年司天之氣不及者，未得遷正，故地之右間不得升天；舊年司天之氣有餘者，不肯退位，故天之右間不即入地。《至真要大論》曰：主歲者紀歲。可見逐年升降之權，皆由司天爲主也。《六微旨大論》曰：至而至者和；至而不至，來氣不及也；未至而至，來氣有餘也。應則順，否則逆，逆則變生，變生則病也。

如子午之歲，太陰當升爲天之左間，而天衝抑之不得前；太陽當降爲地之左間，而地阜窒之不得入。又遇本歲少陰未得遷正，則太陰不得升天；舊歲厥陰未得退位，則太陽不得降地。如壬子壬午木運太過，則中運勝土而太陰不得升；甲子甲午土運太過，則中運勝水而太陽不得降也。

如丑未之歲，和陽當升爲天之左間，而天蓬抑之不得前；厥陰當降爲地之左間，而地晶窒之不得入。又遇本歲太陰未得遷正，則少陽不得升天；舊歲少陰未得退位，則厥陰不得降地。如辛丑、辛未水運有餘，則中運勝火而少陽不得升；乙丑、乙未金運有餘，則中運勝木而厥陰不得降也。

如寅申之歲，陽明當升爲天之左間，而天英抑之不得前，少陰當降爲地之左間，而地玄窒之不得入。又遇本歲少陽未得遷正，則陽明不得升天；舊歲太陰未得退位，則少陰不得降地。如戊寅、戊申火運太過，則中運勝金而陽明不得升；丙寅、丙申水運太過，則中運勝火而少陰不得降也。

如卯酉之歲，太陽當升爲天之左間，而天芮抑之不得前；太陰當降爲地之左間，而地蒼窒之不得入。又同本歲陽明未得遷正，則太陽不得升天；舊歲少陽未得退位，則太陰不得降地。如己卯、己酉土運有餘，則中運勝水而太陽不得升；丁卯、丁酉木運有餘，則中運勝土而太陰不得降也。

如辰戌之歲，厥陰當升爲天之左間，而天柱抑之不得前；少陽當降爲地之左間，而地玄窒之不得入。又遇本歲太陽未得遷正，則厥陰不得升天；舊歲陽明未是退位，則少陽不得降地。如庚辰、庚戌金運太過，則中運勝木，而厥陰不得升；丙辰、丙戌水運太過，則中運勝火，而少陽不得降也。

如巳亥之歲，少陰當升爲天之左間，而天篷抑之不得前，陽明當降爲地之左間，而地形窒之不得入。又遇本歲厥陰未得遷正，則少陰不得升天；舊歲太陽未得退位，則陽明不得降地。如辛巳、辛亥水運有餘，則中運勝火，而少陰不得升；癸巳、癸亥火運有餘，則中運勝金，而陽明不得降也。

**《刪補頤生微論・四時調攝法》**　春三月，此謂發陳，夜臥蚤起。肝旺脾衰，減酸增甘。節情欲以葆生生之氣，少飲酒以防逆上之火。正月衣宜下厚而上薄，勿驟脫衣，勿令犯風，夏必飧泄。二月宜煖衣，令得微汗，以散去冬伏邪。三月勿處濕地，勿露體星宿下。

夏三月，此謂蕃秀，夜臥蚤起。心旺肺衰，減苦增辛。伏陰在內，宜戒生冷。神氣散越，宜遠房室。勿暴怒，勿當風，至秋爲瘧。勿晝臥，勿引飲，主招百病。四月純陽之月，忌入房。五月毒月，君子齋戒，薄滋味，節嗜慾。霉雨濕蒸，宜烘燥衣，時焚蒼术。常擦湧泉，襪以護足。六月勿濯冷，勿貪風，夜勿納涼，臥勿搖扇，腹護單衾，食必溫煖。

秋三月，此謂容平，蚤臥蚤起。肺旺肝衰，減辛增酸。收斂神氣，禁吐禁汗。七月須取爽氣，足與腦宜微涼。八月勿食薑，勿沾秋露。九月宜養筋。

冬三月，此謂閉藏，蚤臥晚起。腎旺心衰，減咸增苦。煖足涼腦，曝背避寒，勿令出汗，目勿近火，足宜常濯。十月屬亥，純陰之月，一歲發育之功，實胚胎於此，大忌入房。十一月一陽方生，遠帷幙，省言語。十二月禁疲勞，防汗出。

余蚤歲攻儒，讀無言無隱之章，便覺疑團膺礙。壯年學道，頗得真詮，洞知不根虛靜者，即是邪術。晚歲參禪，幸遇明眼尊宿，壁立萬仞，把箇沒滋味鐵酸餡劈頭拈示。未嘗落草盤桓，但與本分草料。忽爾轉身，豁開向上，大機大用。開口不在舌頭，擎茶受食，何處不垂指示。乃知夫子無言無隱，和盤托出。老氏虛極靜篤，只證教家。蓋嘗統而論之，三教同一心地法門。孔子多從倫常日用處提撕，不壞世間相，而談實相者也。老子長生黃白男女之說，悲世貪執，順其所欲，漸次導之。世尊四十九年說法，猶是隨人顛倒。至拈花一着，方稱本懷。直下一刀兩段，坐斷千聖頂顙。是知三教聖人心法雖同，而直捷痛快，未有妙於禪宗者也。

**《經濟文輯・戴庭槐氣候總論》**　一歲之間，本一氣之周流耳。一氣分而爲二，則有陰陽，二倍而爲四，則有四時。三四一十二，則又有十二月。十二倍而爲二十四，則有二十四氣。復三其二十四，而爲七十二，則有七十二候。氣至而物感，物感而候變，是故天地之氣撓萬物者，莫疾乎風也。正月而東風解凍者，則天地收斂之氣散矣。七月而涼風至者，則天地發舒之氣散矣。動萬物者，莫疾乎雷也。二月而雷始發聲者，陽之中也。八月而雷始收

聲者，陰之中也。說萬物者，莫說乎澤。潤萬物者，莫潤乎水也。六月而土潤，溽暑大雨時行者，陰之濕，陽之終也。十一月而水泉動，十二月而水澤腹堅者，陽之動，陰之終也。陰陽之氣交而爲虹，季春虹始見者，陽勝陰也。孟冬虹藏不見者，陰勝陽也。陰陽之氣，鳥獸草木得之爲先。鷹主殺而秋擊，鼠主食而夜出。而卯辰之月能化鳩鴽者，以卯辰者，陽之壯，陰爲陽所化也。爵乳子而春集，雉求雌而朝呴。而戌亥之月能爲蛤蜃者，以戌亥者，陰之極，陽爲陰所化也。蟄蟲啓戶者，雷發聲之時，與陽俱出也。蟄蟲坯戶者，雷收聲之時，與陰俱入也。孟春而獺祭魚者，此時魚逐陽氣而上遊也。季秋而豺祭獸者，此時獸感陰氣而見殺也。春而鴻鴈北元鳥至者，鴈自南而來北，燕自北而來南，各乘其陽氣之所宜也。秋而鴻鴈來元鳥歸者，鴈自北而來南，燕自南而來北，各乘其陰氣之所宜也。二月而倉庚鳴，四月而螻蟈鳴者，鳴以陽也。及五月一陰始，生鵙鳴而反舌，則無聲矣。七月而寒蟬鳴者，鳴以陰也。及十一月一陽始生，鶡鴠能鳴而感陽則不鳴矣。四月而蚯蚓出者，陰之屈者，得陽而伸也。十一月而蚯蚓出者，陽雖生矣，而陰尚屈也。夏至得一陰而鹿角解者，鹿陽獸也。冬至得一陽而麋角解者，麋陰獸也。草木正月而萌動者，陰陽氣交而爲泰也。九月而黃落者，陰長陽消，而爲剝也。桃桐華於春者，應陽之盛也。黃菊華於秋者，應陰之盛也。四月而靡草死者，陰不勝於陽也。十一月而荔挺出者，陽初復於陰也。麥得陰之稱也，故金王而生，王而死，而麥秋在於四月也。禾得陽之稱也，故木王而生，金王而熟，而禾登在於七月也。至於腐草之爲螢，則植物之變爲動物，無情之變爲有情，豈非陽明之極，而陰幽之物亦隨之以化哉？大抵陰陽二氣無形而默運於內，風雨、露雷、昆蟲、草木有形而改換於外。君子觸其景而測其應，則可以寓對時育物之心。因其候而思其義，則可以悟陰陽貞勝之理。由是而知一歲之間，七十二候即二十四氣也，二十四氣即一十二月也，一十二月即四時也，四時即二氣也，二氣即一氣之周流也。

**《二六功課》** 撒開兩手，魚躍鳶飛。打破桶底，中流自在。此是轉身向上一路，還從法外護持，所以饑食困眠，假借四大，行住坐臥，不離色身。但令二六時中，隨方作課，使生氣流行，身無奇病。只此著衣喫飯家風，便是空假中觀正局。

辰　夙興整衣襟，坐明窗中，調息受天氣，進白湯一甌，勿飲茶，櫛髮百餘，徧使疏風清火明目，去腦中熱。盥漱畢，早餐宜粥，宜淡素。飽，徐行百步，以手摩腹，令速下食。天氣者，亥子以來真氣也。靜而清暄而濁，故天氣至巳午而微矣。

巳　讀書或楞嚴，或南華，或易，一卦循序。勿汎濫，勿妄想，勿聚談，了大義知止，勿積疑。倦即閉目嚥津數十口，見賓客寡言以養氣。

午　坐香一線，畢，經行使神氣安頓，始飯用素湯。當饑而食，未飽先止，茶滌口膩，漱去乃飲。多行步，少坐，勿傴。胸中悶，則默呵氣二三口。凡飲食之節，減滿受虛，故當饑，節其滿，未飽留其虛。

未　獵史看古人大局，窮事理，流覽時務，事來須應，遇物來須識破。勿晝臥，無事無物不妨事物之來。涉獵流覽，都是妙門生趣，讀書人日用不知。

申　朗誦古人得意文二三篇，引滿數酌，勿多飲，令昏志。或吟名人詩數首，弄筆倣古帖，倦即止。吟誦浮白，以王真氣，亦是張顛草書被酒入聖時也。

酉　坐香一線，動靜如意。晚餐宜早，課兒子一日程，如法即止。小飲，勿沈醉陶然。熱水濯足，降火除溼。暮漱，滌一日飲食之毒。

戌　燈夜默坐，勿多思，勿多閱。多思傷心，多閱傷目。坐勿過二更，須安睡以培元氣。臥必側身，屈上一足，先睡心，後睡眼。睡心是止法，睡眼是觀法。

亥子　亥末子初，嬰始孩也。一身元氣，於焉發陳，當其機候。起坐擁衾，虛心靜寧，無爲而行。約香一線，固其命門，精神日餘，元氣大盈，醒而行之，難老而長存也。

丑寅　丑寅間，精氣發生時也。勿酣睡靜守。令精住其宅，或轉側，臥如弓，氣亦周流不漏洩，如句萌不折，迎生氣也。

卯　醒見晨光，披衣坐牀，叩齒三百，轉動兩肩，調其筋骨以和陰陽，振衣下榻，俾勿濫觴。

**《游藝誌略》** 營衛，血氣也。何以《內經》或云一晝夜五十周於身，或云一晝夜一周於身？其運行之道，生會之理，盍詳陳之。答曰：一陰一陽之謂道，有三氣存乎其間，譬如陰靜也，陽動也。所以使其動靜者，又一也。識此則明三才之指歸，知互根之爲用矣。營主血，衛主氣，然營血何以能循行經脈。衛氣何以能濡潤皮毛？蓋血中有氣，氣中有血，不可斯須之相離，此

卽陰陽互根之理也。請參中西之說以證明之。西士言食入於胃，其精汁有微絲液管吸至頸，過肺入心，化赤爲血，由總脈管達下焦，散佈十二經脈，此卽行十六丈二尺，脈道以應漏水百刻，五十度周於身之營血也。經言：營氣之道，內穀爲寶。穀入於胃，乃傳之肺，流溢於中，布散於外。精專者，行於經隧，常營無已，終而復始。又言：人受氣於穀，穀入於胃，以傳於肺，五臟六腑，皆以受氣，其清者爲營，濁者爲衛。營在脈中，衛在脈外，周營不休，五十而復大會，陰陽相貫，如環無端者是也。人之飲食五味雜投，奚能無毒！其清者，奉心化赤爲血，其濁者，積於胸中，隨經脈中之血氣，出諸氣街，散布周身，以衛護陽氣，故謂之衛氣。西士言血由脈管之尾，入微絲血管，纏布周身，以充膚熱肉。其所謂微絲血管者，孫絡也。微絲血管之血行遍周身，漸併漸粗，而入迴血管。迴血管者，絡脈也。血入迴血管，則其色漸變爲紫，中含毒氣故也。其管兩支，一支向上，一支向下，皆與十二經脈，逆順偕行，至總迴管入心右房，由心至肺，呼出毒氣，吸入生氣，其血復變爲赤。從心左房而入總脈管，往來如環，晝夜不息。經言：穀始入胃，其精微者，先出胃之兩焦，以溉五藏，別出兩行營衛之道。其大氣搏而不行，積於胸中，命曰氣海者也。西士言：脈管內其血行速，微絲血管內，其血行遲，查得總脈管內，每秒時行十二寸，足脈管內，每秒時行二寸有奇，微絲血管內，每分時祇行一寸。經言：衛氣之行，一日一夜五十周於身，晝日行陽二十五度，夜行陰二十五周，周於五藏。又言：衛氣常一日一夜，大會於風府，日下一節，二十一日下至尾骶，二十二日入脊內，注於伏衝之脈，其行九日出於缺盆之中，其氣上行者也。

夫《營衛生會篇》所謂：一日一夜，五十度周於身者，乃奉心化赤之血，由心入總脈管，散布三陰三陽之十二經脈，行八百十丈脈道之營氣也。《歲露篇》所謂：一日一夜，行身一周者，乃脈管之血氣，由三焦氣街，出諸孫絡，挾陽明悍氣，纏布周身，充膚熱肉，滲滲毫毛之衛氣也。《營衛生會篇》所謂：晝行陽二十五度，夜行陰二十五度者，乃絡脈中之氣血行遍周身，漸併漸粗，而入絡脈也。絡脈有陰陽之分，陽絡浮於膚表，陰絡沉於肌裏，皆與十二經脈管交相逆順而行。緣人晝則寤，寤則動，動則陽氣浮，故絡脈中之氣血，行陽絡者多。夜則寐，寐則靜，靜則陰氣沉，故絡脈中之氣血，行陰絡者多。是皆奉心化赤之血，從經脈而行孫絡，從孫絡而入絡脈，一氣運行，循環不息耳。然經以清者爲營，濁者爲衛，此中界限，分劃甚嚴。蓋脈管之血色紅，既出三焦氣街，入孫絡色卽兼紫，挾陽明悍氣之毒故也。入絡脈其紫色較重，必待入心出肺，呼出此毒氣，吸入生氣，其血復變爲赤，落心左房，而入脈管，是脈管中運行之血氣，爲營，清而無毒也。孫絡絡脈中之氣血爲衛，濁而有毒也。學者當知同一榮養百骸之氣血，而涇渭分明，不容紊亂也明矣。其治病大法，亦當從茲悟入。風寒由毛竅襲入者，宜達表。由口鼻吸受者，宜攻裏。沙瘴一證，刮則瀉孫絡中之熱毒，刺則瀉絡脈中之熱毒，故刺出之血紫病輕，深紫病重，色黑則危。蓋暑穢之毒，隨陽明悍氣，至總脈管，入心，入心則死矣。凡百傷寒溫暑，從可類推也。若夫《歲露篇》所謂：衛氣之行，一日一夜，大會於風府，日下一節，九日而上出缺盆，與一日一夜，五十度，周於身之行度，遲速不侔者，蓋出三焦氣街。入孫絡之氣血，纏布周身，如日繞天之外，故其行遲。經脈陰陽逆順偕行絡脈中之氣血，如月行地之中，故其行速。或謂江河窄處水流息，寬處水流緩，何以脈管闊處血行速，而出氣街之氣血，挾陽明慄悍之氣，何以行遲？斯說亦頗近理，江河窄處其流急是矣。若支派分流，則細港淺渠，其洩亦迂緩，陽明悍慄之氣滑疾是矣，若散漫不收其氣，亦力弱行遲。況億萬分派之微絲血管乎？勢分行緩，理勢然也。雖然，此猶日月運行，陰陽造化自然之理，非知力所能臆度者也。《衛氣篇》黃帝所云：亭亭淳淳乎，孰能窮之？其斯之謂歟。

外感重病，因四時之有伏氣也。伏氣不明，何療外感？張隱菴非不知也，惜於反覆辨論中，多有詞不達意者，繼而王孟英議吳鞠通略伏氣，而自強侈談，毫無實際願聞其說。

答曰：《素問・陰陽應象大論》曰：重陽必陰，重陰必陽。故曰冬傷於寒，春必病溫，春傷於風，夏生飧泄。夏傷於暑，秋必痎瘧。秋傷於濕，冬生欬嗽。此四時伏氣之機，尤重在重陰必陽，重陽必陰八字，以明陰陽互根之義也。何以言之？傷於風者上先受之，傷於濕者下先受之。風爲陽邪，陽病者上行極而下，是以春傷於風，夏生飧泄，此重陽必陰也。濕爲陰邪，陰病者下行極而上，是以秋傷於濕，冬生欬嗽，此重陰必陽也。立傷於寒，春必病溫者，冬至一陽漸生，人身之陽熱內盛，被嚴寒之氣，折伏於肌髓之間，至春陽氣盛長，伏邪淺者，亦可隨春陽之氣漸散，伏邪深者，或因風寒所遏，或爲嗜慾所傷，伏結之陽氣，遇天氣之陽熱，兩熱相干，發爲溫病，此重陰必陽

也。夏傷於暑，秋必痎瘧者，夏至一陰漸生，人身之陰氣內盛，暑乃陽邪，陽氣外熾，則裏氣虛寒，加以貪涼飲冷，損其真陽，至秋陰氣之時，內伏陰邪欲出，外襲陽暑欲入，陰陽相持，故發爲往來寒熱之痎瘧，此重陽必陰也。是卽伏氣是卽外感之源也。再求精詳，自有子雨之《伏氣解》在。

生氣通天論云：其生五，其氣三。何謂也？

答曰：天地陰陽一氣而已，自太虛而有太乙之生，氣由是動靜焉。而陰陽分而五行具，是五行之生，不離夫陰陽之一氣也。而經曰：其生五，其氣三。且曰：三而成天，三而成地，三而成人。是三氣者天地人之本始也。請試明之。太極無形，靜則爲陰，動則爲陽。《易》曰：一陰一陽之爲道。此一陰一陽，非各一之一，乃道之妙用，而合一之一也。惟其合一乃能，各一則是其本一而已，有三氣存乎其間矣，是故動與靜各一也。而所以能動靜者，又一也。由此觀之，太乙之所施生，造化之所鼓鑄，必得三而始能成。物氣不得三則無以布於五，而五非得三，又不能各致夫一也。三者一之用，五者三之成也，故三而成天。立天之道曰：陰與陽。天總陰陽，而又積陽以自剛也。立地之道曰：柔與剛。地致柔剛，而又積陰以自奠也。立人之道曰：仁與義，然理以宰氣，而氣以宰理，故人之成也。本乎氣交，稟天之陽動爲氣，本地之陰靜爲精，而有神存乎其間，以立性命之基。是精、氣、神三者，合而不離，所謂三而成人也。且太極用此三氣以生五行，而五行之生，又莫不各用夫三氣。試就人之五臟言之，心爲太陽而主血脈，是合陰陽而自爲陽也。腎爲太陰，而涵命門真火，是事水火而本爲陰也。肺主制節，而水出高源，是合金、木、水以行氣也。肝爲血海，而生一陽，以升太衝，是合水、木、火而總於厥陰也。脾上承火，下涵水以奠乎中，火以腐熟，水以滋灌，而土以歸藏，是合水、火、土而養四藏也。故知陰陽之致，相待爲用。陰陽之根，互藏其舍。而五行之變化，皆非一氣偏至之所成，蓋一有偏至，而合三則無偏至，一無鼓動，而合三則能鼓動。人徒知爲三，而不知合三而後致夫一也。從知生於一，而不知用於三，而後全夫生也。自軒岐指出三氣，而造化之妙用始彰，故三五與一，太上之玄關，養生奧關也。

《三十二難》有曰：肺白象金，肝青象木，金得水則沉，木得水則浮，何以肺浮肝沉？樂火樂金，其合化之道，可得聞乎？

答曰：十干合藏府，甲陽木應膽，乙陰木應肝，丙陽火應小腸，丁陰火應心，戊陽土應胃，己陰土應脾，庚陽金應大腸，辛陰金應肺，壬陽水應膀胱，癸陰水應腎。若以五音配五行，宮土，商金，角木，徵火，羽水。各因十干之陰陽，而分太少也。肝屬乙，木得水當浮，何以反沉？然肝雖乙木，乙與庚合，庚爲陽金，金性本沉，婦當從夫，其意樂金，而失木之本性，故得水反沉也。肺屬辛，金得水當沉，何以反浮？然肺雖辛金，辛與丙合，而爲陽火，火性炎上，婦當從夫，其意樂火，而失金之本性，故得水反浮也。生則生氣旺，故能合化。熟則生氣盡，故不能合化。所以肝熟而復浮，肺熟而復沉，乃返本還原也。大而言之，天地之陰陽，小而言之，卽人倫之夫婦，其理一也。夫肝屬足厥陰經，位乎脇下，故行陰道也多。肺屬手太陰經，位乎脇上，故行陽道多也。今舉肝肺類推，則臟腑陰陽之合化，從可會通矣。然陰陽之理，以和爲洽。夫婦之道，非脅可成。合化之義，未有明其所以然者，雖張隱菴、高士宗、汪雙池、張翼元諸家，不以翼軫分疏，卽用生尅定論，似是而非，支離頗多。惟羅淡生《內經博議》，引申《天元玉冊》之義，最爲曉暢。今節錄於下；岐伯述《天元玉冊》曰：太虛寥廓，肇基化元。萬物資始，五運終天。布氣真靈，總統坤元。夫肇基化元，而布氣真靈。乃云總統於坤元，是坤元爲萬物之母也。坤元既爲萬物之母，而總統之，而天亦必先有以用之也。天之十干，以戊己居中宮，而先用水火，然後成於金木，豈非總統坤元而以土爲首之義乎？是以天之御化，首以土爲甲，而遂爲土，仍順布五行於乙丙丁戊之上，而以本氣化之，土生金，金加於乙，金生水，水加丙，水生木，木加丁，木生火，火加戊。五行畢，再傳而土加於己，故甲己合也。金加庚，故乙庚合也。水加丙，故丙辛合也。木加壬，故丁壬合也。火加癸，故戊癸合也。因合而化，此一定之理，有不可移易者也。然本氣之陰陽，仍有不能從化，則依之以爲用者，如加陽干爲氣有餘，加陰干爲氣不足，此又因值年以佐用也。

昔賢論三焦一府，紛紛聚訟，莫衷一是，或謂無形，或謂有形，或言是一，或言是二，甚則云爲腎傍之脂者，雖明如張陰菴，亦游移其詞，不能指爲何物，《內經》謂上焦如霧，中焦如漚，下焦如瀆，豈虛語哉？

答曰：考臟腑之學，西士言之最詳，觀《全體通考》，三焦卽所謂腹包膜也。其膜包繞全腹，上通顱頂，下行膀胱，中有脂膜，橫於肝胃之間，惟遮陰道，護子宮，則男女稍異耳。或問復包膜卽三焦，亦有證據否？曰觀其包二腸，遮兩腎，正當七節之間，命門部位。命門既藏水中，真火，卽爲相火之宅，

居其位，行其權，此膜即爲相火之腑。考心肺之下，肝胃之上，有膈膜一層，其形薄如細網，上與心包絡之下面相連，下與此膜之上層黏續，氣脈通貫，則包絡爲相火之臟。由膈膜上通腦筋，即經所云上焦如霧是也。中有薄膜兩層，包肝裹胃，即經所云中焦如溫是也。繞膀胱，遮陰道，以行其氣化，即經所云下焦如瀆是也。以此證之，腹包膜即三焦，夫復何疑？夫三焦者，腎中之脂，與膀胱相峙，有一白膜，通於兩腎，貫脊筋，由脈管以入心，即引心火入腎，蒸膀胱之水，化而爲氣之物也。故心火一動，相火隨之。肝膽屬乎巽，三焦包絡屬乎震，震爲陽木，火無體，以木爲體，《說卦》傳言，震爲雷，爲龍雷之火，三焦包絡之流行，即是火之流行也。況以似府外府之大囊，配似臟別臟之小囊，亦天造地設，不可移易者也。若求此膜功用全文，自有《通考》在，茲不具贅。

三陽爲腑，三陰爲臟，或云心爲太陽，腎爲太陰，何也？六陽六陰，云手云足，或有他意歟？其標本之傳變，經絡之起止，可以曉否？

答曰：陰陽分而天地定其位，陰陽交而否泰呈其象，陰陽錯綜而後變化見焉。萬物之中惟人最靈，稟二氣淑德以生，故圓其顱，方其趾，而異於物，是以與天地相應，陰陽相參者也。夫心爲手少陰，腎爲足少陰，人所知也。心腎系背，背爲陽，藏爲陰，而心腎皆爲陰者，五藏係於背內，背雖屬陽，其內所包者陰也。陽中有陰，故能剛柔相濟以成其化。蓋身中之定位，當如此耳。心復爲太陽，腎復爲太陰，斯又舍人身而言天地之定位。心赤色象火，應於南方。南方者，天地所長養，陽之所盛處也，則心屬老陽，故曰心主太陽矣。腎紫色象火，應於北方。北方者，天地所閉藏之域也，風寒冰冽，則腎屬老陰，故曰腎主太陰，雖然非有異於手足少陰乎？不知其定位既異，正陰陽互根之理，復何害其不同哉？惟施治於病。在經脈者，即隨經脈所主。論治於時令勝復，即隨時令所主論治。其隨時論治，如夏爲太陽，病當在心，則宜視心之受邪與否？冬爲太陰，病當在腎，則宜視腎之受邪與否？無使逆其時氣。心脈不鉤，腎脈不石，斯生病矣？然所投藥餌，亦皆入手足少陰，非走太陽太陰者，尤參伍錯綜之要道焉。況心居尊高，並於君主，有顯明之象。腎處卑順，比於妾婦，屬蟄封藏之本。得主太陰太陽者以此。心通離卦，離爲中女，實含陰德，且蕭邱生寒燄，海水成夜燐，復爲火有出於陰者之明證，心得主少陰者，又以此也。其六陰六陽，云手云足者，考《經脈篇》手太陰肺，終手大指次指之端，即接手陽明大腸，足陽明胃，終足大指之端，即接足太陰脾，手少陰心，終手小指之端，即接手太陽小腸，足太陽膀胱，終足小指外側，接足少陰腎，手厥陰心包，終手小指次指之端，即接手少陽三焦，足少陽膽，終足小指次指之間即接足厥陰肝。蓋十二經脈云手云足，以行手行足而得名耳。豈因足在下屬陰，手在上屬陽，號爲太陽陽明少陽，即不當行於足，號爲太陰少陰厥陰，即不當行於陽哉？果爾，則日陽也，設不行寒帶，則格林蘭濟諸國無明也。可乎？月陰也，設不行於赤道，是蘇門答喇諸國無夜也。可乎？況三陰之脈起於面，三陽之脈起於腹裏，更非若手足之比矣，亦得謂爲錯行乎？惟知陰陽相互根，即可明乎斯理矣。至標本之傳變，《至真要大論》曰：少陽太陰從本，少陰太陽從標，陽明厥陰不從標本，從乎中也。言邃旨深，殊難明曉，故自王太僕以下，皆未通其意，及張戴人始闡發火濕二字，介賓張氏又從而引伸之，厥義益顯，說具《類經圖翼》中。略謂少陽太陰從本，以少陽本火而標陽，太陰本濕而標陰，標本同氣，故當從本，其不言從中，少陽中見木，太陰中見土，木火共化，土金相生也。少陰太陽從本從標者，以少陰本熱而標陰，太陽本寒而標陽，標本異氣，故或從本，或從標。亦不言從中和陰之中水，太陽之中火，同本則異標，同標則異本也。若陽明厥陰，其不從標本，從乎中氣者，以陽明中濕土，是濕從燥化矣。厥陰中相火，是木從火化矣。故不從標本，從中氣也。傳變則勝復，盛衰之道生焉。從其化則爲常，然後生不息。逆其化則爲變，必致災害起。如木從火化，木具生氣，遇火盛而化爲炭，反無鑽火之功，此太過也。木失其化，木朽火衰，亦少出火之質，此不及也。燥從濕化，物雖感濕生，乾物含濕必霉壞遂非本性，此亦太過也。土失其化，地薄土濕，則五金不能蘊，此亦不及也。皆標本傳變之理，當隨其衰王以消息之。是以經言百病之起，有生於本者，有生於標者，有生於中氣者。有取本而得者，有取標而得者，有取中氣而得者，有取標本而得者，有逆取而得者，有從取而得者，逆正順也，若順逆也。又曰人有客氣，有同氣。有小大不利治其標，小大利治其本。病發而有餘，本而標之，先治其標。病發而不足，標而本之，先治其本，後治其本也。經言如此，要必明知勝復，而知百病之害矣。經絡之起止者，手太陽之脈起於小指少澤，至頭之聽宮。手陽明起於次指少陽，至頭之迎香。手少陽起於四指關衝，至頭之絲竹空。各長五尺，六陽經共長二丈。手太陰之脈起於胸中中

府，至大指少指商。手少陰脈起於胸中極泉，至小指少衝。手厥陰起於胸中天池，至中指中衝。各長三尺五寸，六陰經共長三丈一尺。足太陽之脈起於頭之精明，至小指至陰。足陽明起於頭之頭維，至次指厲兌。足少陽起於頭之瞳子，髎至四指竅陰。各長八尺，六陽經共長四丈八尺。足太陰之脈起於足大指隱白，至胸中大包。足少陰起於足心湧泉，至胸中俞府。足厥陰起足大指大敦，至胸中期門。各長六尺五寸，六陰經共長三丈九尺。督脈起於尾閭長強，至內唇斷交。任脈起於毛際會陰，至下唇承漿。各長四尺五寸，共長九尺。蹻脈從足至目內眥，各長七尺五寸，左右共長一丈五尺。都合一十六丈二尺也。衝脈起於氣街，至胸中而散。帶脈起於季脇，迴身一周。維絡於身。陽維起於諸陽會，陰維起於諸陰交也。二脈皆無尺寸之可稽，經絡起止盡於是矣。

八脈者，陽蹻，陰蹻，陽維，陰維，衝，任，督，帶也。蹻者蹻於何經何絡，維者維於何經何絡，其有形無形，可實指其所在乎？周氏所論，病機體用治法，是耶非耶？

答曰：夫十二經脈，相爲表裏，陰陽斯偶，前賢論之詳矣。顧有偶即有奇，大易之象也。是故復有奇經者焉。衝任督三脈之行。經文班班可考。帶脈迴身一周，已可考見。惟蹻維二脈，起止難詳，謹述所得於下焉。蹻，履也。蹻起於足跟，故曰蹻。維，綱也。維絡於一身，故曰維。《二十八難》曰：陽蹻脈者，起於跟中，循外踝，上行入風池。陰蹻脈者，亦起於跟中，循內踝，上行至咽喉，交貫衝脈。陽維陰維者，維絡一身，溢畜不能環流，灌溉諸經者也。故陽維起於諸陽會，陰維起於諸陰交。蓋陽蹻爲足太陽之別，故始申脈。陰蹻爲足少陰之別，故始少海。二蹻既有行道，則不得謂之無形，乃絡脈中之氣血，行身之左右，與少陽厥陰同行，諸筋所主。然其行不同，皆陰出陽而交於足太陽，陽入陰而交於足少陰，陰陽交互，蹻自下而榮於上，大會於目，此蹻脈有形之證也。惟既屬絡脈，則豈若正經有一定循行之路？其不用丈尺計者，以此耳。維則越人明言，灌溉諸經，亦不能究其行度，是本非一脈，故難悉數。雖不曰無形，而未可實指所在，與蹻脈有行道可考者異也。陽維主皮膚之氣，行身之表。陰維主脂膜之氣，行身之裏。而陽維以維於諸陽，陰維以維諸陰。諸陽會，諸陰交者。督脈，陽脈之海也。衝脈，陰脈之海也。陰陽維即起於是。何則？飲食入胃，有無數微絲血管，吸其精汁，至領會管，過肺入心。由心下房出總脈管，以達於督脈，陽維者當起於是。衝爲血海，騰精氣而上積於胸中，爲宗氣，人之五味雜投，奚能無毒？穀入於胃，其精者固化血液，而陽明之悍氣，不隨精者，俱化聚於宗氣之區，然後散布周身，陰維者當起於是。斯皆二維之脈，即孫絡，故更無行度可計也。況蹻脈爲病目不瞑，諸脈者皆屬於目，蹻脈上屬目內眥，則蹻脈爲絡脈不可證耶！維脈爲病，發寒熱，邪在皮膚，寒熱乃生。經絡居內，不當復病寒熱，則維爲孫絡，不又可證耶？至周氏所論，體用病機，治法季曲詳盡，先得我心。其論桂枝湯之治維病，不徇入太陽經之謬說，尤卓識也。或謂昔人皆有二維脈起止之度，如陽維起於少陰，而至太陽，陰維起於少陽，而至厥陰，瀕湖李氏載之甚詳，何可遽謂孫絡乎？斯皆誤會叔和微旨也。從少陰斜至太陽。少陰，心也，太陽，膀胱也。由心生血，行於孫絡，孫絡纏布周身，膀胱主一身之表，故以太陽少陰候陽維之脈也。從少陽斜至厥陰。少陽，三焦也。厥陰，心包也。三焦爲腹包膜，血挾陽明之悍氣，出諸氣街，而遍周包膜，返還入總脈管，從心包復歸於心，故以少陽厥陰，候陰維之脈也。且脈絡論列所主病多肌肉痹癢，汗出惡風等證，雖所刺有陽谷、金門、僕參、客主人、承山、分肉、築賓穴，究非一經所主，豈一脈而交貫四五經耶？《素問》陽維之脈，肉裏之脈者，脈氣與太陽少陽相合。陽維維諸陽，故取太陽少陽洩其邪也，即服桂枝湯反煩不解，先刺風池、風府。衛氣行孫絡，一日一夜，大會於風府，故取風府也。觀此則維脈屬孫絡明矣。如實有可稽，何盧、華、仲景、叔和諸書不一稱之哉？然絡脈孫絡從未有以比諸蹻維者，狂瞽愚論，復望高明一爲發其矇也。

傷寒桂枝湯所治之中風，與小續命湯所治中風，是一是二。而金匱防己地黃湯，與風引湯所主，是異是同？但中風一證，自有真類之說，愈辨愈晦，何所取法？勞以虛名，愈補愈劇，何則？蟲膨云虛云實，孰是孰非？遍察古書，有云關格是證，有云關格是脈，將誰適從？溫暑燥濕，瘧痢霍亂，各有名義，其所以然，請各抒所見以對。

答曰：中風真類之說，始自金元，古醫經未之見也。類中者，即經所謂厥。是桂枝湯所治，邪居淺者。小續命湯所治，邪居空者。病因無異，故藥惟以輕重別之。豈若古今錄驗續命湯，治風熱之痱證，而用石羔哉？防己地黃治陰虛於內，邪並於陽。風引治陽實於外，邪並於陰。病既各異，爲治

是以懸殊，脈有損至，而後證有虛勞。虛曰虛損，勞曰勞瘵，乃一病而二證，概行溫補可乎？況有者爲實，無者爲虛。虛勞者，是非勞力勞心而因逸以致病也，故仲景以血痹類爲一門。痹者，閉也。所以大黃䗪蟲丸與薯蕷丸爲起死之神方，女惑，男風，落山謂之蠱，後人云膨，因其膚肉腫脹，形類乎鼓，外實中空而言，非膨與蠱有別。實指肝言，虛指脾言，云虛云實皆是也，偏攻偏補，非法也。《內經》治以鷄矢醴，非取金制木，木制而土不受木賊，運化之機自生乎？關格是證，覆溢是脈，膈乃關格之始，格卽關膈之終，正《素問》所謂陰陽離決，精氣乃絕之敗證，蔣寶素有考宜參。溫者外寒內熱，至春而發之病。暑乃天之陽熱下降，地之陰濕上騰，濕熱互合，化而爲暑。濕重病太陰則曰陰暑，熱重病陽明則曰陽暑。病暑輕重不同，所以又有中傷之分。水濕火燥，《內經》謂秋傷於濕，言氣之本，西昌補秋傷於燥，言氣之標。春夏地濕則天熱，秋冬天寒則地燥，燥濕固對待，究各有寒化熱化之無定也。瘧者言其病之暴虐而難驟愈，其脈自弦可知，不弦雖寒熱往來，猶非瘧。痎瘧，溫瘧，癉瘧，瘴瘧，爲證不一，治不如法，有三患，戕脾元則成瘧鼓，蓄肝血則成瘧母，耗腎陰則成瘧勞。無犯三患，則無論痰瘧、食瘧、牡瘧自隨手奏效。痢因欲利不得利，其病在利，故曰痢。有虛實，有寒熱。桃花湯非治虛寒者乎？白頭翁湯非治實熱者乎？由此類推，治法可思矣。霍亂是陰陽淆亂，如雨聲霍霍而暴注下迫也。屬寒者固多，屬熱者亦常見，但須刻刻顧慮其脾胃耳。因寒宜理中四逆，故薑附不嫌其熱。因熱宜白虎天水，則膏滑不嫌其寒。若救陰當於大劑參朮中佐以牡蠣、白芍，轉筋宜在扶持脾胃，參用蜘蛛散以抑風木，審因察證，活法運乎一心，不可泥執一家之言而僨事也。

**《壽世青編・四時攝生篇》** 凡人在氣交之中，呼吸出入皆接天地之氣，故風寒暑濕，四時之暴戾，偶一中人。壯者氣行自愈，怯者則留而爲病，宜隨時加攝，使陰陽中度，是謂先幾防於未病。

春月陽敢閉藏於冬者，漸發於外，故宜發散以暢陽氣。《內經》曰：春三月，此謂發陳。天地以生，萬物以榮。夜臥早起，廣步於庭，被髮緩形，以使志生。生而勿殺，予而勿奪，賞而勿罰。此春氣之應，養生之道也，逆之則傷肝，夏爲寒變。故人當二月以來，摘取東引桃枝並葉各一握，水三碗，煎取二碗，空心服之，卽吐卻心膈痰飲宿熱。春深稍宜和平將息，綿衣晚脫，不可令背寒，寒卽傷肺鼻塞欬嗽如覺熱卽去之，冷則加之，加減俱要早起之時若於食後日中，防恐感冒風寒春不可衣薄，令人傷寒霍亂，消渴頭痛春凍未泮，衣欲下厚而上薄。

夏三月，人身陽氣發外，伏陰在內，是精神疎洩之時，物忌下利以泄陰氣。《內經》曰：夏三月，此謂蕃秀，在地氣交，萬物華實。夜臥蚤起，無厭於日，使志無怒，使英華成實，使氣得泄，若所愛在外，此夏氣之應，養長之道也。逆之則傷心，秋爲痎瘧。故人常宜宴居靜坐，節減飲食嗜欲，調和心志。此時心旺腎衰，精化爲水，至秋乃凝，尤須保嗇以固陰氣。常宜食熱物，使腹溫煖，如瓜果生冷冰水冷淘豈粉蜂蜜尤不可食，食多爲時心患瘧痢。勿以冷水沐浴並浴面及背。使人得虛熱目病，筋脈厥，逆霍亂陰黃等疾。勿當風臥，勿眠中令人扇，汗出毛孔開，風邪易入，犯之患風痺不仁，手足不遂，言語蹇澁。年壯或不卽病，已種病矣。氣衰者，未有不桴鼓相應者。酒後尤當禁之。

秋三月，陽氣當斂，不宜吐及發汗，犯之令人藏府消爍。《內經》曰：爲三月，此爲容平，天氣以急，地氣以明，早臥早起，與雞俱興，使志安寧，以緩秋刑。收斂神氣，使秋氣平，無外其志，使肺氣清。此秋氣之應，養收之道也，逆之則傷肺，冬爲飧泄。若知夏時多食瓜果涼物，宜以童便二碗，大腹檳榔五枚，細切水煎八分，生薑汁一分，和雪水三分，作兩空早服。瀉兩三行，一夏所食冷物，及膀胱宿水，悉爲驅逐，不能爲患。雖老年者亦宜服。如小心加慎飲食者，可不必也。瀉後以薤白粥同羊腎空心服之，勝如補劑。

冬三月，天地閉，氣血藏，伏陽在內，心膈多熱，切忌發汗以泄陽氣。《內經》曰：冬三月，謂之閉藏，水冰地坼，無擾乎陽。早臥晚起，必待日光，使志若伏若匿，若有私意，若已有得。去寒就溫，無泄皮膚，使氣亟奪。此冬氣之應，養藏之道也，逆之則傷腎，春爲痿厥。故人當服浸酒藥以迎陽氣，雖然亦不可過暖，綿衣當晚着，使漸漸加厚，卽大冷不宜向火烘炙，恐損目，且手足心能引火入內，令人心藏燥，血液耗。衣服亦不太炙，冬月天寒陽氣內藏，若加以炙衣重裘，向火醉酒，則陽太甚矣，如遇春寒，閉塞之久，不與發散，至春夏之交，陰氣旣入，不能攝運陽氣，致有時行熱症，甚而譫妄狂越，皆由冬月不善保陰之故。務宜自愛，寒熱適中，此爲至要，乃攝生之大法也。

# 綜述

**《論衡・氣壽篇》** 凡人稟命有二品：一曰所當觸值之命，二曰強弱壽夭之命。所當觸值，謂兵、燒、壓、溺也。強壽弱夭，謂稟氣渥薄也。兵、燒、壓、溺。遭以所稟為命，未必有審期也。若夫強弱夭壽，以百為數，不至百者，氣自不足也。夫稟渥則其體強，體強則其命長；氣薄則其體弱，體弱則命短。命短則多病，壽短。始生而死，未產而傷，稟之薄弱也。渥強之人，必卒其壽。若夫無所遭遇，虛居困劣，短氣而死，此稟之薄，用之竭也。此與始生而死，未產而傷，一命也，皆由稟氣不足，不自致於百也。

人之稟氣，或充實而堅強，或虛劣而軟弱。充實堅強，其年壽；虛劣軟弱，失棄其身，天地生物，物有不遂；父母生子，子有不就。物有為實，枯死而墮；人有為兒，夭命而傷。使實不枯，亦至滿歲；使兒不傷，亦至百年。然為實、兒而死枯者，稟氣薄，則雖形體完，其虛劣氣少，不能充也。兒生，號啼之聲鴻朗高暢者壽，嘶喝濕下者夭。何則？稟壽夭之命，以氣多少為主性也。婦人疏乳者子活，數乳者子死。何則？疏而氣渥，子堅強；數而氣薄，子軟弱也。懷子而前已產子死，則謂所懷不活。名之曰懷。其意以為已產之子死，故感傷之子失其性矣。所產子死，所懷子凶者，字乳亟數，氣薄不能成也，雖成人形體，則易感傷，獨先疾病，病獨不治。

百歲之命，是其正也。不能滿百者，雖非正，猶為命也。譬猶人形一丈，正形也。名男子為丈夫，尊公嫗為丈人。不滿丈者，失其正也。雖失其正，猶乃為形也。夫形不可以不滿丈之故謂之非形，猶命不可以不滿百之故謂之非命也。非天有長短之命，而人各有稟受也。由此言之，人受氣命於天，卒與不卒，同也。語曰：圖王不成，其弊可以霸。霸者，王之弊也。霸本當至於王，猶壽當至於百也。不能成王，退而為霸；不能至百，消而為夭。王霸同一業，優劣異名；壽夭同一氣，長短殊數。何以知不滿百為夭者？百歲之命也，以其形體小大長短同一等也。百歲之身，五十之體，無以異也。身體不異，血氣不殊；鳥獸與人異形，故其年壽與人殊數。

何以明人年以百為壽也？世間有矣。儒者說曰：太平之時，人民侗長，百歲左右，氣和之所生也。《堯典》曰：朕在位七十載。求禪得舜，舜徵三十歲在位。堯退而老，八歲而終，至殂落九十八歲。未在位之時，必已成人，今計數百餘矣。又曰：舜生三十，徵有三十，在位五十載，陟方乃死。適百歲矣。文王謂武王：我百，爾九十。吾與爾三焉。文王九十七而薨，武王九十三而崩。周公，武王之弟也，兄弟相差不過十年。武王崩，周公居攝七年，復政退老，出入百歲矣。邵公，周公之兄也，至康王之時，尚為太保，出入百有餘歲矣。聖人稟和氣，是故年命得正數。氣和為治平，故太平之世多長壽人。百歲之壽，蓋人年之正數也，猶物至秋而死，物命之正期也。物先秋後秋，則亦如人死或增百歲，或減百也。先秋後秋為期，增百減為數。物或出地而死，猶人始生而夭也；物或逾秋不死，亦如人年多度百至於三百也。傳稱老子二百餘歲，邵公百八十。高宗享國百年，周穆王享國百年，並未享國之時，皆出百三十、四十歲矣。

**《論衡・無形篇》** 人稟元氣於天，各受壽夭之命，以立長短之形，猶陶者用土為簋瓶，冶者用銅為枰杅矣。器形已成，不可大小；人體已定，不可減增。用氣為性，性成命定。體氣與形骸相抱，生死與期節相須。形不可變化，命不可減加。以陶冶言之，人命短長，可得論也。

或難曰：陶者用埴為簋瓶，簋瓶壹成，遂至毀敗，不可復變。若夫冶者用銅為枰杅，枰杅雖已成器，猶中復爍。枰可得為尊，尊亦可為簋。人稟氣於天，雖各受壽夭之命，立以形體，如得善道神藥，形何變化，命可加增。

曰：冶者變更成器，須先以炎火燔爍，乃可大小短長。人冀延年，欲比於銅器，宜有若爐炭之化，乃易形，形易壽亦可增。人何由變易其形，便如火爍銅器乎？《禮》曰：水潦降，不獻魚鱉。何則？雨水暴下，蟲蛇變化，化為魚鱉。雖本真暫變之蟲，臣子謹慎，故不敢獻。人願身之變，冀若蟲蛇之化乎？夫蟲蛇之化者，不若不化者。蟲蛇未化，人不食也；化為魚鱉，人則食之。食則壽命乃短，非所冀也。歲月推移，氣變物類，蝦蟆為鶉，雀為蜃蛤。人願身之變，冀若鶉與蜃蛤魚鱉之類也？人設捕蜃蛤，得者食之。雖身之不化，壽命不得長，非所冀也。魯公牛哀寢疾，七日而成虎，鯀殛羽山，化為黃能。願身變者，冀牛哀之為虎，鯀之為能乎？則夫虎、能之壽，不能過人。天地之性，人最為貴。變人之形，更為禽獸，非所冀也。凡可冀者，以老翁變為嬰兒，其次，白髮復黑，齒落復生，身氣丁強，超乘不衰，乃可貴也。

徒變其形，壽命不延，其何益哉？

且物之變，隨氣，若應政治，有所象為，非天所欲壽長之故，變易其形也，又非得神草珍藥食之而變化也。人恆服藥壽，能增加本性，益其身年也。遭時變化，非天之正氣，人所受之真性也。天地不變，日月不易，星長不沒，正也。人受正氣，故體不變。時或男化為女，女化為男，由高岸為谷，深谷為陵也，應政為變。為政變，非常性也。漢興，老父授張良書，已化為石。是以石之精，為漢興之瑞也。猶河精為人持璧與秦使者，秦亡之征也。蠶食桑老，績而為繭，繭又化而為蛾；蛾有兩翼，變去蠶形。蠐螬化為復育，復育轉而為蟬，蟬生兩翼，不類蠐螬。凡諸命蠕蜚類，多變其形，易其本。至人獨不變者，稟得正也。生為嬰兒，長為丈夫，老為父翁。從生至死，未嘗變更者，天性然也。天性不變者，不可令復變；變者，不可不變。若夫變者之壽，不若不變者，人欲變其形，輒增益其年，可也；如徒變其形而年不增，則蟬之類也，何謂人願之？

龍之為蟲，一存一亡，一短一長。龍之為性也，變化斯須，輒復非常。由此言之，人，物也，受不變之形，形不可變更，年不可增減。傳稱高宗有桑穀之異。悔過反政，享福百年，是虛也。傳言之宋景公出三善言，熒惑卻三舍，延年二十一載，是又虛也。又言秦繆公有明德，上帝賜之十九年，是又虛也。稱赤松、王喬好道為仙，度世不死，是又虛也。假令人生立形謂之甲。終老至死。常守甲形。如好道為仙，未有使甲變為乙者也。夫形不可變更，年不可減增。何則？形、氣、性、天也。形為春，氣為夏。人以氣為壽，形隨氣而動。氣性不均，則於體不同。牛壽半馬，馬壽半人，然則牛馬之形與人異矣。稟牛馬之形，當自得牛馬之壽，牛馬之不變為人，則年壽亦短於人。世稱高宗之徒，不言其身形變異。而徒言其增延年壽，故有信矣。

形之血氣也，猶囊之貯粟米也。粟米一石，囊之高大，亦適一石。如損益粟米，囊亦增減。人以氣為壽，氣猶粟米，形猶囊也。增減其壽，亦當增減其身，形安得如故？如以人形與囊異，氣與粟米殊，更以苞瓜喻之。苞瓜之汁，猶人之血也；其肌，猶肉也。試令人損益苞瓜之汁，令其形如故，耐為之乎？人不耐損益苞瓜之汁，天安耐增減人之年？人年不可增減，高宗之徒，誰益之者？而云增加。如言高宗之徒，形體變易，其年亦增，乃可信也。今言年增，不言其體變，未可信也。何則？人稟氣於天，氣成而形立，形命相須以至終死。形不可變化，年亦不可增加。以何驗之？人生能行，死則僵仆，死則氣減形消而壞。稟生人形，不可得變，其年安可增？人生至老，身變者，髮與膚也。人少則髮黑，老則髮白，白久而黃。髮之變，形非變也。人少而膚白，老則膚黑，黑久而黯，若有垢矣。髮黃而膚為垢，故《禮》曰：黃耇無疆。髮膚變異，故人老壽遲死，骨肉不可變更，壽極則死矣。五行之物，可變改者，唯土也。埏之為馬，變以為人，是謂未入陶灶更火者也。如使成器，入灶更火，牢堅不可復變。今人以為天地所陶冶矣，形已成定，何可復更也？

圖仙人之形，體生毛，臂變為翼，行於雲則年增矣，千歲不死。此虛圖也。世有虛語，亦有虛圖。假使之然，蟬蛾之類，非真正人也。海外三十五國，有毛民，羽民，羽則翼矣。毛羽之民，土形所出，非言為道身生毛羽也。禹、益見西王母，不言有毛羽。不死之民，亦在外國，不言有毛羽。毛羽之民，不言不死；不死之民，不言毛羽。毛羽未可以效不死，仙人之有翼，安足以驗長壽乎？

**《聖濟總錄・卷一・運氣》**　甲子歲圖　少陰君火司天，陽明燥金在泉，中見太宮土運。歲土太過，氣化營運先天。天地之氣，上見少陰，左間太陰，右間厥陰，故天政所布，其氣明。下見陽有，左間太陽，右間少陽。

故地氣肅而其令切，交之氣寒交暑，天地之氣熱加燥，雲馳雨府，濕化乃行，時雨乃降。金火合德，上應熒惑太白，其穀丹白，水火寒熱，持於氣交而為病始。熱病生於上，清病生於下，寒熱互作而爭於中。民病咳喘，血溢血泄，鼽嚏，目赤眦瘍，寒厥入胃，心痛，腰痛，腹大，嗌幹腫上。是乃歲化之常，須候其氣之至與不至，然後可外其病。是歲火為天氣，金為地氣，火能生金，天氣盈地氣虛。然中見土運，天氣生運，運生地氣，三氣相得，地氣雖虛，邪勝亦微，天氣既盈，化源為實。當于年前大寒初，先取化源，使之適平。取化源者，平火氣也。歲宜食白丹之穀，以全真氣；食間氣之穀，以辟虛邪。鹹以軟之而調其上，甚則以苦發之，以酸收之而安其下，甚則以苦泄之。運同地氣，當以溫熱化，歲半之前，天氣少陰主之。少陰之化，本熱而標陰，當是時本標之化，應寒熱相半，無或偏勝者，天紋之平也。或熱淫所勝，即佛熱至，火行其政，民病胸中煩熱，嗌乾，右胠滿，皮膚痛，寒熱咳喘，大雨且至，唾血，血泄，鼽衄，嚏，嘔，溺色變，甚則瘡瘍附腫，肩背，臂臑用缺盆中痛，心痛

肺膜，腹大滿膨脹而喘咳。病本於肺，診其尺澤脈絕者，死不治。其法平以鹹寒，佐以苦甘，以酸收之。歲半之後，地氣陽明主之，其化不從標本而從乎太陽之中氣是，當其時，燥濕兼行而無偏勝者，陽明之化也，或燥淫所勝，則霧霧清瞑，民病喜嘔，嘔有苦，善太息，心脅痛不能反側，甚則嗌乾面塵，身無膏澤，足外反熱。其法治以苦溫，佐以甘辛，以苦下之。運土太過，是謂敦阜之紀，雨濕流行，腎水受邪，民病腹痛，清厥意不樂，體重煩冤，甚則肌肉萎、足萎不收，行善瘈，腳下痛。飲發中滿食減，四肢不舉，變生得位，藏氣伏化，氣獨治之，泉湧河衍，涸澤生魚，風雨大至，土潰鱗見於陸。病腹滿溏泄，腸鳴反下，甚而太溪絕者，死不治。其治宜以苦熱，所謂歲氣之藥食宜也。初之氣，始於癸亥歲十二月中氣大寒日寅初，終於是年二月中氣春分日子初。凡六十日八十七刻半，主位太角森，客氣太陽水，中見太宮統之。風寒濕三氣，奉少陰之政而行春令，地氣遷，燥將去，寒乃始，蟄復藏，水乃冰，霜復降，風乃至，陽氣鬱。民反周密，嗟節禁固，腰脽痛，炎暑將起，中外瘡瘍。宜治太陽之客，以苦補之，以鹹瀉之，以苦堅之，以辛潤之，開發腠理致津液通氣也。食丹穀以全真氣，食稷以辟虛邪。雖有寒邪，不能為害。二之氣，自春分日子正，至小滿日戌正，凡六十日有奇。主位少徵火，客氣厥陰木，火木同德，中見土運，以奉少陰行舒榮之化。時令至此，陽氣布，風乃行，春氣以正，萬物應榮，寒氣時至，民乃和。其病淋，目瞑，目赤，氣郁於上而熱。宜治厥陰之客，以辛補之，以酸瀉之，以甘緩之。食丹穀以全真氣，食稻以辟虛邪。雖有風邪，不能為邪，不能為害。三之氣，自小滿日亥初，至大暑日酉初，凡六十日有奇。主位少征火，客氣少陰火，中見土運，天政之所布也。時令至此，大火行，庶類蕃鮮，寒氣時至。民病氣厥心痛，寒熱更作，咳喘目赤。宜治少陰之客，以鹹補之，以甘瀉之，以酸收之。食丹穀以全真氣，食豆以辟虛邪。雖有熱邪，不能為害。四之氣，自大暑日酉正，至秋分日未正，凡六十日有奇。主位太宮土，客氣太陰土，運與氣同，名為司氣，溽暑至，大雨時行，寒熱互作。民病寒熱，嗌乾，黃癉，胕衃飲發。宜治太陰之客，以甘補之，以苦瀉之，以甘緩之。食白穀以全真氣，食麻以辟虛邪。雖有虛邪，不能為害。五之氣，自秋分日申初，至小雪日午初，六十日有奇。主位少商金，客氣少陽火，中見土運，客火用事。畏火臨，暑反至，陽乃化，物乃生榮，民乃康。其病溫。宜治少陽之客，以鹹補之，以甘瀉之，以鹹軟之。食白穀以全真氣，食豆以辟虛邪。雖有火邪，不能為害。終之氣，自小雪日午正。至大寒日辰正，六十日有奇。主位太羽水，客氣陽明金，中見土運。土能生金，金能生水，三氣相得而行順化。燥令行，餘火內格，民病腫於上咳喘。甚則血溢。寒氣數舉，則霜霧翳，病生皮腠，內舍於脅，下連少腹而用寒中。宜治陽明之客，以酸補之，以辛瀉之，以甘泄之。食白穀以全真氣，食黍以辟虛邪。雖有燥邪，不能為害。然初氣終三氣，三氣主之，勝之常也。四氣盡終氣，地氣主之，復之常也。若歲半之前，司天少陰之氣勝者，必有陽之復，若在泉陽明之氣勝者，必有少陽之復，其復皆在歲半之後，觀其氣勝之早晚，以驗復氣之遲速，各以勝復之法治之，有勝則復，無勝則已。

乙丑歲圖

太陰濕土司天，太陽寒水在泉，中見少商金運，歲運不及，氣化勞運後天。上見太陰，

左間少陽，右間少陰，故地氣上騰，陰專其政肅。下見太陽，左間厥陰，右間陽明。

故天氣下降，陽氣退辟而其令寂。大風時起，原野昏霧，白埃四起，雲奔南極，寒雨數至。濕寒合德，黃黑埃昏，流行氣交，上應鎮星辰星，其穀齡玄。間穀命太角者，物成于差夏。有餘宜高不及宜下，有餘宜晚不及宜早，土之利，氣之化也。民氣亦從之，故陰凝於上，寒積於下。寒水勝火，則為冰雹，陽光不治，殺氣乃行。民病寒濕，腹滿，身膜憤，胕腫，痞逆，寒厥拘急。是歲土為天氣，水為地氣。土能勝水，天氣盈，地氣虛，然中見金運天氣生運，運生地氣，三氣相得而行順化，邪氣亦微，司天之氣為有餘。天氣之盈，當取化源之實者，平土氣也。歲宜食齡玄之穀以全其真，食間氣之穀以保其精。以苦熱治其上，以甘熱治其下，以酸和調其中。所以燥之溫之，甚則發之泄之。不發不泄，則濕氣外溢，肉潰皮坼而水血交流。必贊其陽火，令禦甚寒。少商之運與寒化同，宜以熱化，此藥食宜也。然太陰司天之氣，本標既同，其化從本，其氣常主歲半之前。當其時雨以時至者，天政之和而為雨化。若濕淫所勝，即沉陰且雨，變枯槁，民病胕腫骨痛陰痹。陰痹者，按之不得，腰脊、頭項痛時眩，大便難，陰氣不用。饑不欲食，咳唾則有血，心如懸，病本於腎，診其足太溪脈絕者，死不治。其法平以苦熱，佐以酸辛，以苦燥之，以淡泄之。歲半之後，地氣太陽主之，其化從本從標。當是之時，寒溫適中者，本標之化

皆應也。若寒淫於內，即凝肅慘栗，民病少腹控睾，引腰脊上沖心痛，血見，嗌痛頷腫。其法治以甘熱，佐以苦辛。以鹹瀉之，以辛潤之，以苦堅之。金運不及，是謂從革之紀，其運涼熱寒。夏有光顯鬱蒸之令，則冬有嚴凝整肅之應。若夏有炎爍燔燎之變，則秋有冰雹霜雪之復。火氣勝，則炎火乃行。民病肩背瞀重，鼽嚏血便注下。收氣乃後，寒氣復，則寒雨暴至，民病陰厥且格，陽反上行，頭腦戶痛，延及囟頂，發熱口瘡，甚則心痛。初之氣，始于甲子年大寒日巳初。終於乙丑年春分日卯初。凡六十日八十七刻半，主位太角木，客氣厥陰木。史見金運，風清同化，上奉太陰而行春令。時令至此，地氣遷，寒乃去，春氣正，風乃來，生布萬物以榮，民氣條舒，風濕相薄，雨乃後。民病血溢筋絡拘強，關節不利，身重筋痿。宜治厥陰之客，以辛補之，以酸瀉之，以甘緩之。食齡穀以全其真氣，食稻以保其精。雖有風化，莫能為邪。二之氣，自春分日卯正，至小滿日丑正，凡六十日有奇。主位少徵火，客氣少陰火。中見金運，歲金不及，與少徵同，又遇火當其位。君火之氣，務以德化，故大火正，物承化，民乃和。其病溫厲大至。遠近咸若，濕蒸相薄，雨乃時降。法當治少陰之客，以鹹補之。以甘瀉之，以酸收之。食齡穀以全其真，食豆以保其精。雖有火化，莫能為邪。三之氣，自小滿日寅初，至大暑日子初，凡六十日有奇，主位少徵火，客氣太陰土。中見金運，天政布，雨乃時降，寒乃隨之。民病身重，肘腫，胸腹滿。宜治太陰之客，以甘補之，以苦瀉之，以甘緩之。食齡穀以全其真，食麻以保其精。雖有濕邪，莫能為害。四之氣，自大暑日子正，至秋分日戌正，凡六十日有奇。主位太宮土，客氣少陽火。中見金運，地氣始騰，天氣否隔，寒風曉暮，蒸熱相薄，草木凝煙，民病腠理熱，血暴溢，瘡、心腹滿熱，臚脹，甚則肘腫。宜治少陽之客，以鹹補之，以甘瀉之，以鹹軟之。食玄穀以全其真，食豆以保其精。雖有火邪，莫能為害。五之氣，自秋分日亥初，至小雪日酉初，凡六十日有奇。主位少商金，客氣陽明金，中見金運，金居金位，與歲運同。歲之司氣也，則為素化。金氣至此，秋氣治正，慘令已行，寒露下，霜乃早降，草木黃落。寒氣及體，民病皮腠，君子所居，宜以周密。其法宜治陽明之客，以酸補之，以辛瀉之，以苦泄之。食玄穀以全其真，食黍以保其精。雖有司氣涼，莫能為邪，是氣也。藥食無犯司氣之涼。終之氣，自小雪日酉正，至大寒日未正，凡六十日有奇。主位太羽水，客氣陽水，中見金運，水居水位，與金相得，以行順化，冬令乃正。故寒大舉，濕大化，霜乃積，降乃凝，水堅冰，陽光不治。民感於寒，則病關節禁固，腰脽痛，寒濕持於氣交而為疾也。其法宜治太陽之客，以苦補之，以鹹瀉之，以苦堅之，以辛潤之。食玄穀以全其真，食稷以保其精。雖有寒化，莫能為邪。是歲氣之勝復，各候其至。若太陰氣勝厥陰必復之，太陽氣勝太陰必復之。其勝常在歲半之前，其復常在歲半之後，有勝則復，無勝則否。

丙寅歲圖

少陽相火司天，厥陰風木在泉，中見太羽水運。歲水太過，氣化運行先天，相火在上，左間陽明，右間太陰，故天氣正而其政嚴。厥陰在下，左間少陰，右間太陽，故地氣擾而其令擾。風乃暴舉，木偃沙飛，炎火乃飛，炎火乃流，陰行陽化，雨乃時應，火木同德。上應熒惑歲星，其穀丹蒼，風熱參布，雲物沸騰，太陰橫流，寒乃時至，涼雨並起。民病寒中，外發瘡瘍，內爲泄滿。聖人遇之，和而不爭，往復之作。民病寒熱，瘧、泄、聾、瞑、嘔吐，上怫腫色變。是歲陽為天氣，陰為地氣。天氣盈，地氣虛當取火之化源。然水運在中，火氣自抑，不必取也。唯宜抑其運水，則暴過不生，苛疾不起。歲宜以鹹寒調上，以辛溫調下，以咸溫調中，滲之泄之，漬之發之，觀氣寒溫，以調其過。運異風熱，少用寒化，食宜同法。歲半之前，相火主之。相火之氣，其化從本，若火淫所勝，則溫氣流行，金政不平。民病頭痛，發熱，惡寒而瘡，熱上皮膚痛，色變黃赤，傳而為水，身面胕腫，腹滿仰息，泄注赤白，瘡瘍，咳唾血，煩心胸中熱，甚則骭衃。病本於肺，診在手天府之脈。其法平以咸冷，佐以苦甘，以酸收之，以苦發之，以酸復之。歲半之後，厥陰主之。厥陰之，不從標本，而從乎少陽之中氣。當其時氣從火化，二氣得中。其化和也，若風淫於內，地氣不明，平野昧，草乃早秀，民病灑灑振寒，善伸數欠，心痛肢滿，兩脅裏急，飲食不下，膈咽不通，食則嘔，腹脹善噫，得後與氣。則快然如衰，身體皆重。其法宜治辛涼，佐以苦，以甘緩之，以辛散之。氣交不中，水運統之，太過之水，紀日流行，寒氣流行，邪害心火。民病者熱煩，心躁悸，陰厥上下中寒，譫妄心痛。寒氣早至，上應辰星，甚則腹大脛腫，喘咳寢汗出憎風。大雨至，埃霧朦隨，齊土化也。診在手神門之脈。其法調以咸溫。初之氣，自乙丑年大寒日申初，至是歲春分日午初，凡六十日八十七刻半。主位太角木，客氣少陰火，中見水運。木火相加，以奉司天少陽而行春令。地氣遷，風勝乃搖，寒乃去，候乃大溫。草木早榮，寒來不殺，溫病乃起。其病氣怫於

上，血洋目赤，咳逆頭痛，血崩脅滿，膚腠中瘡。其法宜治少陰之客，以鹹補之，以甘瀉之，以酸收之。歲穀宜丹，間穀宜豆。二之氣，自春分日午正，至小滿日辰正，凡六十日有奇。主位少征火，客氣太陰土，中見水運。火土相加，上見少陽，火反陽，火反郁，白埃四起雲趨雨府，風不勝濕，雨乃零，民乃康。其病熱郁於上，咳逆嘔吐，瘡發於中，胸嗌不利，頭痛身熱，昏憒膿瘡。其法宜治太陰之客，以甘補之，以苦瀉之，以甘緩之。歲穀宜丹，間谷宜麻。三之氣，自小滿日巳初，至大暑日卯初，凡六十日有奇。主位少徵火，客氣少陽火，中見水運。火居火位，夏氣乃正。天政布，炎暑至，少陽臨上，雨乃涯。民病熱中，鼽瞑，血溢，膿瘡，咳嘔，鼽衄，嚏欠，喉痹，目赤。善暴死。其法宜治少陽之客，以鹹補之，以甘瀉之，以鹹軟之。歲穀宜丹，間穀宜豆。四之氣，自大暑日卯正，至秋分日丑正，凡六十日有奇。主位太宮土。客乞陽明金，中見水運。土金水相得以行秋令，秋氣正，涼至，炎暑間化。白露降，民氣和平。其病滿身重，宜治陽明之客，以酸補之，以辛瀉之，以苦泄之。歲穀宜蒼，間穀宜黍。五之氣，自秋分日寅初，至小雪日子初，凡六十日有奇。主位少商金，客氣太陽水，中見水運。水金相和，又氣與運同。歲之司氣，是為元化，時令至此，陽乃去，寒乃來，雨乃降，氣門乃閉，剛木早雕，民避寒邪，君子周密。其法宜治太陽之客。以苦補之，以鹹瀉之，以苦堅之，以辛潤之。歲保宜蒼，間穀宜稷。是氣也，司氣既寒，慎無犯寒，所謂用寒遠寒也。終之氣，自小雪日子正，至大寒日戌正，凡六十日有奇。主位太羽水，客氣厥陰木，中見水運。水當其位，與木相得，以行順化，地氣正，風乃至，萬物反生，霧以行。其病關閉不禁，心痛，陽氣不藏而咳。其法宜治厥陰之各，以辛補之，以酸瀉之，以甘緩之。歲穀宜蒼，間穀宜稻。此六氣之大常也。歲火木同德，其氣專，其化淳，勝氣自微，不必紀其復。

## 丁卯歲圖

陽明燥金司天，少陰君火在泉，中見少角木運，歲運不及，氣化營運後天。木運臨卯，是謂歲會，氣之平也。平氣之歲，氣化營運同天，命曰敷和之紀。木德周行，陽舒陰布，五化宣平，其氣端，其性隨，其用曲直，其化生榮，其政發散，其候溫和。其令風，其類草木，其春，其穀麻，其果李，其實核。其蟲毛，其畜犬。其色蒼，其味酸，其音角，其數八，其物中堅。其在人也，其藏肝，其主目，其養筋，其病裏急支滿，此歲運之化也。天地之氣，上見陽明，左間太陽，故天氣急而其政切。下見少陰，左間太陰，右間厥陰，故地氣明而其令暴。陽專其令，炎暑盛行，物燥以堅，淳風乃治。風燥橫運，流於氣交，多陽少陰，雲趨雨府，濕化乃敷。燥而澤，清先則勁，毛蟲乃死，熱後而暴，介蟲乃殃。金火合德，上應太白熒惑。其穀白丹，間穀合太征者，其耗自甲品羽，蟄蟲出見，流水不冰，清熱之氣，持於氣交。民病咳嗌塞，寒熱發暴，振栗癰閉。然陽明燥金在上，少陰君火在下，火能勝金，天氣虛，地氣盈，天氣不足，當資化源，以助金氣。運木既平，天氣上商與正商同，不必資也。歲宜食白丹之穀，以安其氣，食間氣之穀，以去其邪。以苦辛溫調上，以鹹寒調味下，以辛和調中，汗之、清之、散之。運同熱氣，宜多天化。初之氣，自丙寅歲大寒日亥初，終於是年春分日酉初。凡六十日八十七刻半。主位少角木，客氣太陰土。中見木運，風濕相遇，上應司天之陽明以行春令，地氣遷，陰始凝，氣始肅，水乃冰，寒雨化。民病中熱脹，面目浮腫，善眠，嚏欠嘔，小便赤，甚則淋。然是歲木運統之，又臨木位，風木得位，其氣和平，濕化乃微，其病亦少。宜調太陰之客，以甘補之，以苦瀉之，以甘緩之。食白穀以安其氣，食麻以去其邪。雖有濕化，不能為邪。二之氣是，自春分日酉正，至小滿日未正，凡六十日有奇。主位太征火，客氣少陽火。中見木運，木火相得，上應陽明。陽乃布，民乃舒，物乃生榮，厲大至，民善暴死。是歲天氣歲運皆平，厲疾自微。宜調少陽之客，以鹹補之，以甘瀉之，以鹹耎之。食白穀以安其氣，食豆以去其邪。雖有火化，不能為邪。三之氣，自小滿日申初，至大暑日午初，凡六十日有奇。主位太征火，客氣陽明金。中見木運，天政布，涼乃行，燥極而澤，民病寒熱。宜調陽明之客，以酸補之，以辛瀉之，以苦泄之。食白穀以安其氣，食黍以去其邪。雖有燥化，不能為邪。四之氣，自大暑日午正，至秋分日辰正，凡六十日有奇。主位少宮土。客氣太陽水。中見木運，寒雨降，民病暴僕，振栗，譫妄，少氣，嗌乾引飲，乃為心痛，癰腫，瘡瘍，瘧寒之疾，骨痿血便。宜調太陽之客，以苦補之，以鹹瀉之，以苦堅之，以辛潤之。食丹谷以安其氣，食稷以去其邪。雖有寒化，不能為邪。五之氣，自秋分自巳初，至小雪日卯初，凡六十日有奇。主位太商金，客氣厥陰木。中見木運，木運與厥陰相符，是謂司氣，名曰蒼化，時令至此，春令反行，草乃生榮，民氣和，自無疾病。然厥陰之客，宜以辛補之，以酸瀉之，以甘緩之。歲穀宜丹，間穀宜稻。雖有風化，不能為邪。是氣也，司氣以溫，用溫無犯，所謂用溫遠溫

也。終之氣，自小雪日卯正，至大寒日丑正，凡六十日有奇。主位少羽水，客氣少陰火。中見木運，水能生木，木能生火而行順化，當陽氣布，候反溫，蟄蟲來見，流水不冰，民乃康平。其病溫，宜調少陰之客，以鹹補之，以甘瀉之，以酸收之，食丹穀以安其氣，食豆以去其邪。雖有熱化，不能為邪。是歲重遇平氣，四時之氣，皆德政令之施，而無淫邪勝復之變，民乃和而物乃舒，平之至也。

戊辰歲圖

太陽寒水司天，太陰濕土在泉，中見太征火運。歲炎火太過，氣化營運先天，上見太陽，左間厥陰，右間陽明，故天政所布其氣肅。下見太陰，左間少陽，右間少陰，故地氣靜而其令徐，寒臨太虛，寒政大舉，陽氣不令，澤無陽焰，則火發待時。少陽中治，時雨乃涯，止極散，還于太陰。雲朝北極，濕化乃布，澤流萬物，寒敷於上，雷動於下。寒濕之氣，持於氣交，水土合德。上應辰星鎮星，其穀玄黔，民病寒濕，發肌肉萎，足萎不收，濡瀉血溢。是歲水為天氣，土為地氣，土勝水，天氣虛。當於年前九月，先資化源，以助水化，扶其不勝。歲宜以苦溫調上，以甘溫調下，以甘和調中，燥之溫之，無使暴過而生疾病。食玄之穀，以全其真；避寒雨蠱濕虛邪，以安其正。運異寒濕，宜燥濕化，此治之常也。歲半之前，太陽主之，其化從本從標。本寒而標陽，即寒熱得中，其氣乃和。若寒淫所勝，則寒氣反至，水且冰，血變於中，發為癰瘍，民病厥心痛，嘔血，血泄，鼽衄，善悲，時眩仆；運火炎烈，雨暴乃雹，胸腹滿，手熱，肘攣，腋腫，心澹澹大動，胸脅胃腕不安，面赤目黃，善噫嗌乾，甚則色炲，渴而欲飲，病本於心。診其神門，脈絕者，死不治。其法平以辛熱，佐以甘苦，以鹹瀉之。太陰之化從本，其令濕。今司歲半之後，又火運統之，其氣相得，濕燥兼行，則其氣和。若濕淫於內，即埃昏岩谷，黃反見黑。至陰之交，民病飲積，心痛耳聾，渾渾焞焞，嗌腫喉痹，陰病血見。少腹痛腫，不得小便，病沖頭痛，目似脫，項似拔，腰似折，髀不可以回，臘如結，腨如別。其法治以苦熱，佐以酸淡，以苦燥之，以淡泄之。歲火太過，炎暑流行，金肺受邪，民病瘧少氣咳喘，血溢，血泄，注下，嗌燥耳聾，中熱肩背熱，甚則胸中痛，脅肢滿，脅痛，膺背肩胛間痛，兩臂內痛，身熱骨痛而為浸淫。收氣不行，長氣獨明，雨水霜寒。上見太陽，名為上羽，故赫曦之紀，曰上羽與正徵同，其收齊，其病痓。天氣刑運，歲運既鬱。則火發待時，其治宜發之。經所謂：火鬱發之也。初之氣，自丁卯年大寒日寅初，至是歲春分日子初，凡六十日八十七刻半。主位少角木，客氣少陽火，中見火運。歲之司氣，名曰丹化。地氣遷，氣乃大溫，草乃早榮，民乃厲。溫病乃作，身熱，頭痛，嘔吐，肌腠瘡瘍。宜治少陽之客，以鹹補之，以甘瀉之，以鹹軟之。歲穀宜玄，間穀宜豆。是氣也，用熱無犯，以司氣熱故也，所謂用熱遠熱者如此。二之氣，自春分日子，至小滿日戌正，凡六十日有奇。主位太徵火，客氣陽明金，火運統之。火加當位，而陽明之清，與天氣寒水相得，故大涼反至，民乃慘，莫乃遇寒，火氣遂抑。民病氣郁中滿，寒乃始。宜治陽明之客，以酸補，以辛瀉之，以苦泄之。歲欲宜玄，間穀宜黍。三之氣，自小滿日亥初，至大暑日酉初，凡六十日有奇。主位之太徵火，客氣太陽水，中見火運，火當其位。天政布，寒氣行，雨乃降。民病寒反熱中，癰疽注下，心熱瞀悶，不治者死。宜治太陽之客，以苦補之，以鹹瀉之，以苦堅之，以辛潤之。歲穀宜玄，間穀宜稷。四之氣，自大暑日酉正，至秋分日未正，凡六十日有奇。主位少宮土，客氣厥陰木。中見火運，風濕交爭，風化為雨，乃長，乃化，乃成。民病大熱少氣，肌肉萎，足痿，注下赤白。宜治厥陰之客，以辛補之，以酸瀉之，以甘緩之，歲穀宜黔，間穀宜稻。五之氣，自秋分日申初，至小雪日午初，凡六十日有奇。主位太商金，客氣少陰火，中見火運。氣與運同，而君火不司氣化，氣謂居氣為灼化也，時令至此，陽復化，草乃長，乃化，乃成。民乃舒。宜調少陰之客，以鹹補之，以苦瀉之，以酸收之。歲穀宜黔，間穀宜豆。終之氣，自小雪日午正，至大寒日辰正，凡六十日有奇。主位少羽水，客氣太陰土，中見火運。土居水位，地氣正，濕令行，陰凝太虛，埃昏郊野，民乃慘淒，寒風以至，反者孕乃死。宜治太陰之客，以甘補之，以苦瀉之，以甘緩之，歲穀宜黔，間谷宜麻，此治六氣之常也。歲半之前有勝氣者，歲半之後必有復氣。水勝則太陰必復，土勝則闕陰必復。其治各根據其勝復之法。

己巳歲圖

厥陰風木司天，少陽相火在泉，中見少宮土運。歲土不及，氣化營運後天，卑監之紀，上角與正角同，諸同正歲。氣化營運同天，風行于上，左間少陰，右間太陽，天氣擾而其政撓。火行于下，左間陰明，右間太陰，地氣正而其令速。風生高遠，炎熱從之，雲趨雨府，濕化乃行，風火同德，上應歲星熒

惑。歲穀蒼丹，間穀言太商之穀。其耗文角品羽，風燥火熱，勝復更作。熱病行於下，風病行於上。風燥勝復行於中，運同正角。不資化源，惟贊其運氣，無使邪勝。歲宜以辛涼調上，以鹹寒調下，以甘和調中。歲半之前，天氣厥陰主之，厥陰所至為風府。風淫所勝，太虛埃昏，雪物以擾，寒生春氣，流水不冰。民病胃脘當心而痛，上支兩脅，膈咽不通，飲食不下，舌本強，食則嘔，冷泄腹脹，溏泄瘕水閉，蟄蟲不去，病本於脾。診其足沖陽脈絕者，死不治。其治平以辛涼，佐以甘苦，以甘緩之，以酸瀉之。歲半之後，地氣少陽主之。少陽氣至為炎暑，火淫於內，則焰明郊野，寒熱更至。民病注泄赤白，少腹痛溺赤，其則血便。其法宜治鹹冷，佐以苦辛，以酸收之，以苦發之。土不及曰卑監之紀，是謂減化。化氣不令，生政獨彰，長氣整，雨乃愆，收氣平，風寒並興，草木榮美，秀而不實成而秕也。風化盛行，四維有埃雲潤澤之化，則春有鳴條鼓拆之政。若四維發振拉飄騰之變，則秋有肅殺霖霪之復，飄揚而甚。民病飧泄霍亂，體重腹痛，筋骨繇復，肌肉瞤酸，善怒，藏氣舉事，蟄蟲早附，咸病寒中。復則收政嚴峻，名木蒼雕，胸脅暴痛，下引少腹，善太息，蟲食甘黃。氣客於脾。齡穀乃減。民病食少失味，蒼穀乃損。是歲上臨厥陰，木氣傷脾，民病飧泄。治以甘和，調歲運也。初之氣，自戊辰年大寒日巳初，至是歲春分日卯初，凡六十日八十七刻半。主位少角木，客氣陽明金，土運統之，以奉厥陰之政則行春令。金土交司，清化行，寒始肅，殺氣方至。民病寒於右之下，其法宜治陽明之客，以酸補之，以辛瀉之，以苦泄之。歲穀宜蒼，間穀宜黍，則燥邪無害。二之氣，自春分日卯正，至小滿日丑正，凡六十日有奇。主位太徵火。客氣太陽水。中見土運，濕寒合德，以行舒榮之化，寒不去，華雪水冰，殺氣施化，霜乃降，名草上焦，寒雨數至，陽復化。民病熱於中，其法宜治太陽之客，以苦補之，以鹹瀉之，以苦堅之，以辛潤之，歲穀宜蒼。間穀宜稷。則寒邪無害。三之氣，自小滿日寅初，至大暑日子初，凡六十日有奇。主位太征火，客氣厥陰木，中見土運。木火同德，土運統之。土化不及，風化兼行，天政所布，風乃時舉。民病泣出，耳鳴，掉眩。其法宜治厥之客，以辛補之，以酸瀉之，以甘緩之。歲穀宜蒼，間穀宜稻。則風邪無害。四之氣，自濕熱相薄，爭于左之上。民病黃癉而為肿腫。宜治少陰之客，以鹹補之，以甘瀉之，以酸收之。歲穀宜丹，間穀宜豆，則熱邪無害。五之氣，自秋分日亥初，至小雪日酉初，凡六十日有奇。主位太商金，客氣太陰土。中見土運，氣與運同，同氣為黔化，燥濕更勝。沉陰乃布。寒氣及體，風雨乃行。宜治太陰之客，以甘補之，以苦瀉之，以甘緩之。歲穀宜丹，間穀宜麻。則濕邪無害。是氣也，是司氣以涼，用涼無犯，所謂用涼遠涼也。終之氣。自小雪日酉正，到大寒日未正，凡六十日有奇。主位少羽水，客氣少陽火。中見土運，火土相得，畏火司令，陽乃大化。蟄蟲出見，流水不冰。地氣大發，草乃生，人乃舒。其病溫厲。法宜治少陽之客，以鹹補之，以甘瀉之，以鹹軟之。歲穀宜丹，間穀宜豆。則火邪無害。治之常也，歲氣大法，風勝則有陽明之復，火勝則有太陽之復。其治各根據勝復之法。

庚午歲圖

少陰君火司天。陽明燥金在泉，中見太商金運。歲金太過，氣化營運先，堅成之紀，曰上徵與正商同。又經言太商下加陽明，太過而加同天符。蓋天符為執法，平金之化也，命曰審平之紀，收而不爭，殺而無犯，五化宣明。其氣潔，其性剛，其用散落，其化堅斂，其政勁肅，其候清切。其令燥，其類金，其應秋，其穀稻，其果桃，其實殼。其蟲介，其畜雞。其物外堅，其色白，其味辛，其音商，其數九。其在人也，在臟為肺，在竅為鼻，在體為皮毛。在病為咳。此歲運所主也。天地之氣，上見少陰，左間太陰，右間厥陰，是以天政所布其氣明。下見陽明，左乃行，時雨乃降。金火合德，上應熒惑太白。其穀丹白，水火寒熱。持於氣交而為病始，熱病生於上，清病生於下，寒熱爭於中。民病咳喘，血溢，血泄，鼽嚏，目赤眦瘍，寒厥入胃，心痛，腰痛，腹大，嗌乾腫上。歲半之前，天氣少陰君火主之。少陰有本標之化，寒熱得中，則其氣和，歲半之後，地氣陽明燥金主之，陽明不從標本，而以中氣為化，燥濕相半，則其化平。是歲平金而無勝復，不取化源，惟資歲勝，折其鬱勝，無使暴過而生其病。歲宜以鹹寒調其上，以酸溫安其下，以辛溫調其中。食白丹之穀，以全真氣。食間氣之穀，以辟虛邪。運同地氣，化宜多用溫熱。司氣以涼，用涼遠涼，此其道也。初之氣，自己巳年大寒日申初，至是歲春分日午初，凡六十日八十七刻半。主位少角木，客氣太陽水，中見金運。風寒燥三氣，奉少陰之政以行春令。地氣遷，燥將去，寒乃始。蟄復藏，水乃冰，霜復降，風乃至。陽氣鬱，民反周密，關節禁固，腰痛。炎暑將起，中外瘡瘍，此太陽之客也。法宜以苦補之，以鹹瀉之，以苦堅之，以辛潤之。歲穀用丹，間穀用謢，乃無寒邪之害。二之氣，自春分日午正，至小滿日辰正，凡六十日有

奇。主位太徵火，客氣厥陰木，中見金運。風火燥同奉少陰之政，以行舒榮之化。木火相得，陽氣布，風乃行，春氣以正，萬物應榮是，寒氣時至，民乃和。其病淋，目瞑目赤，氣郁於上而熱，此厥陰之客也。法宜以辛補之，以酸瀉之，以甘緩之，歲穀用丹，間穀用稻，乃無風邪之害。三之氣，自小滿日巳初，至大暑日卯初，凡六十日有奇。主位太徵火，客氣少陰火，中見金運。天政布也，火居火位，大火行，庶類蕃鮮，寒氣時至。民病氣厥心痛，寒熱更作，咳喘目赤。宜治少陰之客，以鹹補之，以甘瀉之，以酸收之。歲穀用丹，間穀用豆，乃無熱邪之害，四之氣，自大暑日卯正，至秋分日丑正。凡六十日有奇。主位少宮土，客氣太陰土，中見金運。土得其位，與金相和，奉陽明之令而行順化。溽暑至，大雨時行，寒熱互至。民病寒熱、嗌乾、黃癉、鼽衄、飲發，此太陰之客也。法宜以甘補之，以苦瀉之，以甘緩之，歲穀用白，間穀用麻，乃無濕邪之害。五之氣，自秋分日寅初，至小雪日子初，凡六十日有奇。主位太商金，客氣少陽火，中見多運。歲金雖得位，而客氣少陽用事，畏火臨，暑反至，陽乃化，萬物乃生乃長樂。民乃康，其病溫。宜調少陽之客，以鹹補之，以甘瀉以，以鹹軟之。歲穀用白，間穀用豆，乃無火邪之害。終之氣，自小雪日子正，至大寒日戌正。凡六十日有奇。主位少羽水，客氣陽有金，中見金運。氣運相符，與水相得而為平氣。亦歲之司氣，故燥令行，餘火內格。民病腫於上。咳喘，甚則血溢，寒氣數舉，則霿翳，病生皮腠，內舍於脅，下連少腹而作寒中。且治陽明之客，以酸補之，以辛瀉之，以苦泄之。歲穀用白，間穀用黍，乃無燥邪之害。是氣也，司氣以涼，用涼無犯，是謂至治。

辛未歲圖

太陰濕土司天，太陽寒水在泉，中見少羽水運。歲水不及，氣化營後天，涸流之紀，曰上宮與正宮同，是歲天氣平，又少羽下加太陽。不及而加同歲會。凡歲會為行令。此運化亦平也。諸同正歲，氣化營運同天，歲運既平，命曰靜順之紀，藏而勿害，治而善下，五化鹹整。其氣明，其情下，其用沃衍，其化凝堅，其政流演，其候凝肅。其令寒，其類水，其應冬。其穀豆，其果栗，其實濡。其蟲鱗，其畜彘，其色黑，其味鹹，其音羽，其數六。其在人也，其臟為腎，其主二陰，其養骨髓。其病厥，此歲運之所主也。天地之氣，上見太陰，左間少陰，右間少陰，故地氣上騰而其政肅。下見太陽，左間厥陰，右間陽明，故天氣下降而其令寂。陰專其政，陽氣退辟，大風時起，原野昏。白埃四起，雲奔南極，寒雨數至，物成于差夏，濕寒合德，黃黑埃昏，流行氣交。上應鎮星辰得，其穀黔玄。故陰凝於上，寒積於下，寒水勝火，則為冰雹，陽光不治，殺氣乃行，民病寒濕，腹滿，身䐜憤、胕腫、痞逆、寒厥、拘急。故有餘宜高，不及宜下，有餘宜晚，不及宜早，土之利，氣之化也。民氣亦從之，間穀命太徵太商之穀。歲氣既平，不取化源，惟折其水鬱之氣，無使邪勝。食玄之穀，以全其真。食間氣之穀，以保其精。歲宜以苦熱調上，以苦熱調下，以苦和調中，燥之溫之。歲半之前，天氣太陰主之。太陰氣至為雲雨，其化從本。當其時多行雨濕化者，太陰之政也。歲半之後，地氣太陽主之，太陽所至為寒，其花從本從標。當其時，寒氣至而熱氣應者，地氣之平也。初之氣，自庚午歲大寒日亥初，至是年春分日酉初，凡六十日八十七刻半。主位少角木，客氣厥陰木，中見水運。木當其位，水運統之。奉太陰之政而行春令，地氣遷，寒乃去，春氣正，風乃來，生布萬物以榮。民氣條舒，風濕相搏，雨乃後，民病血溢，筋絡拘強，關節不利，身重筋痿。宜治厥陰之客，以辛補之，以酸瀉之，以甘緩之。歲穀用黔，間穀用稻，乃無客風之害。二之氣，自春分日酉正，至小滿日未正，凡六十日有奇。主位太徵火，客氣少陰火，中見水運。奉太陰之政，以行舒榮之化，大火正，物承化，民乃和。其病溫曆盛行，遠近咸若，濕蒸相搏，雨及時降，宜治少陰之客。以鹹補之，以甘瀉之，以酸收之。歲穀用黔，間穀用豆，乃無客熱之害。三之氣，自小滿日申初，至大暑日午初，凡六十日有奇。主位太徵火，客氣太陰土，中見水。天政所布，濕氣降，地氣騰，雨乃時降，寒乃隨之。感於寒濕，民病身重胕腫胸腹滿。宜治太陰之客，以甘補之，以甘瀉之，以甘瀉之，心甘緩之。歲穀用黔，間穀用麻，乃無濕邪之害。四之氣，自大暑日午正，至秋分日辰正，凡六十日有奇。主位少宮土，客氣少陽火，中見水運。火土相得，奉太陽之令，畏火臨，溽蒸化，地氣騰，天氣否隔，寒風曉暮，蒸熱相搏，草木凝煙，濕化不流，則白露陰布，以成秋令。民病腠理熱，血暴溢，瘧、心腹滿熱、臚脹，其則胕腫。宜治少陽之客，以鹹補之，以甘瀉之，以鹹軟之。歲穀用玄，間穀用豆，乃無熱邪之害。五之氣，自秋分日巳初，至小雪日卯初，凡六十日有奇。主位太商金，客氣陽明金，中見水運。慘令已行，寒露下，霜乃早降，草木黃落。寒氣及體，君子周密，民病皮腠。宜治陽明之客，以酸補之，以辛瀉之，以苦泄之。歲穀用玄，間穀用黍，乃無客燥之害。終之氣，自小雪日卯正，至大寒日丑正，凡六十日

有奇。主位少羽水，客氣太陽水，中見水運。寒大舉，濕大化，霜乃積，陰乃凝，水堅冰，陽光不治。感於寒則病患關節禁固，要脽痛，寒濕持於氣交而為疾也。宜治太陽之客，以苦補之，以鹹瀉之，以苦堅之，以辛潤之。歲穀用玄，間穀用稷，乃無客寒之害，是歲行平氣之化，歲會為行令，無淫氣勝復，惟行聽化政令。然土為天氣，水為地氣，水土雖睦，而運化不及，濕土在上。天氣刑之，或有濕邪害人，其氣亦微。《內經》所謂：中行令者，其病徐而持也。

壬申歲圖

少陽相火司天，厥陰風木在泉，中見太角木運，歲木太過，氣化營運先天，太角下加厥陰，太過而加同天府。天符為熱法，平木之化也，命曰敷和之紀。木德周，陽舒陰布，五化宣平。其氣端，其性隨，其用曲直，其化生榮，其政發散，其候溫和，其類草木，其物中堅，其應春，其穀麻，其果李，其實核。其蟲毛，其畜犬。其色蒼，其味酸，其音角，其數八。其在人也。其臟肝，其主目，其養筋，其病裏急支滿，此歲運所主也。天地之氣，上見少陽，左間陽明，右間太陰，故天氣正而其政嚴。下見厥陰，左間少陰，右間太陽，故地氣擾而其令擾。風乃暴舉，木偃沙飛，炎火乃流，陰行陽化。雨乃時應，火木同德，上應熒惑歲星。其穀丹蒼，風熱參布，雲物沸騰，太陰橫流，寒乃時至，涼雨並起。外發瘡瘍，內為泄滿，聖人遇之，和而不爭。往復之作，民病寒熱，瘧、泄、聾瞑、嘔吐、上怫腫色變。歲半之前，天氣少陽主之，少陽所至為炎暑，其化從本。當其時，火化盛行，風氣應之，候乃和。歲半之後，地氣厥陰所至為風府，其化不從標本，而以中氣為化。風從火化者，厥陰之中也。是歲運化既平，不取化源，唯贊所不勝，則暴過不生，苛疾不起。歲宜以鹹寒調上，以辛涼調下，以酸和調中。滲之、泄之、漬之、發之，運同風熱，宜多寒化，司氣以溫，用溫遠溫，治之常也。自辛未年大寒日寅初，至是歲春分日子初，凡六十日八十七刻半。主位太角木，客氣少陰火，中見木運，木火相得，運當其位，以奉少陽之政而行春令。地氣遷，風勝乃搖，寒乃去，候乃大溫，草木早榮，寒來不殺，溫病乃起。其病氣怫於上，血溢目赤，咳逆頭痛，血崩脅滿，膚腠中瘡，宜治少陰之客，以鹹補之，以甘為之，以酸收之。歲穀宜丹，間穀宜豆，則熱不為邪。二之氣，自春分日子正，至小滿日戌正。凡六十日有奇。主位少徵火，客氣太陰土，中見木運。風濕之氣，奉畏火之政，以行舒榮之化。火反郁，白埃四起，雲趨雨府，風不勝濕，雨乃零，民乃康。其病熱郁於上，咳逆嘔吐，瘡發於中，胸嗌不利，頭痛身熱，昏憒膿瘡。宜治太陰之客，以甘補之，以苦瀉之，以甘緩之。歲穀宜丹，間穀宜麻，則濕不為邪。三之氣，自小滿日亥初，至大暑日酉初。凡六十日有奇。主位少徵火，客氣少陽火，中見木運，火當其位，與木運之氣相得，天政布，炎暑至，少陽臨上，雨乃涯。民病熱中，聾瞑，血溢，膿瘡，咳嘔，鼽衄，渴，嗌欠，喉痹，目赤，善暴死。宜治少陽客，以鹹補之，以甘瀉之，以鹹軟之。歲穀宜丹，間穀宜豆，則火不為邪。是歲木氣適平，不至橫暴。四之氣，自大暑日酉正，至秋分日未正。凡六十日有奇。主位大宮土，客氣陽明金，中見木運。涼乃至，炎暑間化，白露降，民氣和平。其病滿身重，宜治陽明之客，以酸補之，以辛瀉之，以苦泄之。歲穀宜蒼，間穀宜黍，則燥不為邪。五之氣，自秋分日申初，至小雪日午初，凡六十日有奇。主位少商金，客氣太陽水，中見木運。陽乃去，寒乃來，雨乃降，氣門乃閉，剛木草雕。民避寒邪，君子周密。宜治太陽之客，以苦補之，以鹹瀉之，以苦堅之。以辛潤之。歲穀宜蒼，間穀宜稷，則寒不為邪。終之氣，自小雪日午正，至大寒日辰正，凡六十日有奇。主位太羽水，客氣厥陰木，中見木運。太角下加厥陰之時，運與氣符，其化和平，又居水位。水木相得。其化乃順，地氣正，風乃至，萬物反生，霧霧以行。其病關閉不禁，心痛，陽氣不藏而咳。氣有所承，不能無侮，所謂邪中執法也。經曰：中執法者，其病速而危。宜治厥陰之客，以辛補之，以酸瀉之，以甘緩之。歲穀宜蒼，間穀宜稻則風不為邪。此一氣，司氣以溫，用溫無犯，是謂至治。

癸酉歲圖

陽明燥金司天，少陰君火在泉，中見少征火運。歲火不及，氣化營運後天，伏明之紀，曰上商與正商同，言天氣平也。六元正紀曰：少徵下加少陰，不及而加同歲會，言歲運平也。諸同正歲，氣化營運同天，上見天氣平，下見運火平，火氣之平，命曰升明紀。正陽而治，德施周普，五化均衡。其氣高，其性速，其用燔灼，其化蕃茂，其政明曜，其候炎暑。其類火，其應夏，其穀麥，其果杏，其實絡，其蟲羽，其畜馬，其色赤，其味苦，其物脈，其音徵，其數七。其在人也。其藏心，其養血，其病瞤瘈。此歲運所主也，天地之氣，上見陽明，左間太陽，右間少陽，故天氣急而其政切。下見少陰，左間太陰，右間厥陰，故地氣明而其令暴。陽專其令，炎暑盛行，物以燥以堅，淳風乃治，

風燥橫運，流於氣交，多陽少陰，雲趨雨府，濕化乃敷，燥極而澤。其穀白丹，間穀命太者，其耗白甲品羽，金火合德。上應太白熒惑，清熱之氣，持於氣交。民病咳嗌塞，寒熱發暴，振栗癃閉，清先而勁。毛蟲乃死，熱後而暴，介蟲乃殃，歲運之化熱，寒雨勝復同，所謂邪氣化日也。燥化四，熱化二，所謂正化日也。歲半之前，天氣陽明主之，陽明以中氣為化。當其時，燥濕相半者，陽明得中也，歲半之後，地氣少陰主之，少陰有本標之化，當其時，寒熱得中者，少陰之氣和也。歲火適平，不資化源，惟安運氣，無使受邪。歲宜以苦心溫調上，以鹹寒調下，以鹹溫調中。食白丹之穀，以安其氣。食間氣之穀，以去其邪。運同熱氣，宜多天化，治之常也。初之氣，自壬申年大寒日巳初，至是歲春分日卯初。凡六十日八十七刻半。主位太角木，客氣太陰土，中見火運。風溫熱三氣，同奉陽明之政而行春令，地氣遷，陰始凝，氣始肅，水乃冰，寒雨化。其病中熱脹，面目浮腫，善眠，鼽衄欠嘔，小便黃赤，甚則淋。宜治太陰之客，以甘補之，以苦瀉之，以甘緩之。歲穀宜白，間穀宜麻，乃無濕邪之害。二之氣，自春分日卯正，至小滿日丑正，凡六十日有奇。主位少徵火，客氣少陽火，中見火運。三火相符，以行舒榮之化，陽乃布，民乃舒，物乃生榮，厲大至，民善暴死。是歲火氣平，厲雖至，民亦無害。宜治少陽之客，以鹹補之，以甘瀉之，以鹹軟之。歲穀用白，間穀用豆，乃無火邪之害。是氣也，司氣以熱，用熱無犯。三之氣，自小滿日寅初，至大暑日子初。凡六十日有奇。主位少徵火，客氣陽明金，中見火運，金居火位，天政布，涼乃行，燥熱交合，燥極而澤。民病寒熱，宜治陽明之客，以酸補之，以辛瀉之，以苦泄之。歲穀用白，間穀用黍，乃無燥邪之害。四之氣，自大暑日子正，至秋分日戌正。凡六十日有奇。主位太宮土，客氣太陽，中見火運。寒濕之氣，下奉少陰之令，寒雨降，病暴僕，振栗，譫妄少氣，嗌乾引飲，及為心痛，癰腫，瘡瘍，瘧寒之疾，骨痿血便。宜治太陽之客，以苦補之，以鹹瀉之，以苦堅之，歲穀用丹，間穀用稷，乃無寒邪之害。五之氣，自秋分日亥初，至小雪日酉初，凡六十日有奇。主位少商金，客氣厥陰木，中見火運。春令反行，草乃生榮，民氣和。宜調厥陰之客，凡六十日有奇。主位太羽水，客氣少陰火，中見火運。少徵與少陰相加，火氣符會，而為行令，陽氣布，候反溫，蟄蟲來見，流水不冰，民乃康平。其病溫，宜治少陰之客，以鹹補之，以甘瀉之，以酸收之。歲穀用丹，間穀用豆，乃無熱邪之害。是歲氣運適平，若有邪氣，則中行令。中行令者，其病徐而持也。

甲戌歲圖

太陽寒水司天，太陰濕土在泉，中見太宮土運。歲土太過，氣化營運先天，太宮下加太陰，太過而加同天符。又土運臨戌，是謂歲會，氣之平歲，命曰備化之紀，氣協天休，德流四政，五化齊修。其氣平，其性順，其用高下，其化豐滿，其政安靜，其候溽蒸。其令濕，其類土，其應長夏，其穀稷，其果棗，其實肉，其蟲倮。其畜牛，其物膚，其味甘，其音宮，其數五。其在人也，其臟脾，其主口，其養肉，其病否。此歲運氣主也，天地之氣，上見太陽，左間厥陰，右間陽明，故天政所布其氣肅。下見太陰，左間少陽，右間少陰，故地氣靜而其令徐。水土合德，上應辰星鎮星。其穀玄黔。寒臨太虛，其政大舉，陽氣下令，澤無陽焰，則火發待時。少陽中治，時雨乃降，止極雨散，還于太陰，雲朝北極，濕化乃布。澤流萬物，寒敷於上，雷動於下，寒濕之氣，持於氣交。民病寒濕，發肌肉萎，足萎不收，濡瀉血溢。歲半之前，天氣太陽主之，太陽有本標之化，寒政大舉，熱氣時應者，天氣得中也。歲半之後，地氣太陰主之，太陰之化從本，雨濕甚者，地氣之應也。寒化六，濕化五，是為正化之日。倮蟲育，鱗蟲靜，是為歲物所宜。燥毒不生，鱗蟲不成。其氣熱，是為地氣所制。平土之歲，本不資化源，運與地氣臨於戌，歲土氣盛，先資化源助于水。所謂抑其運氣，扶其不勝，無使暴過而生其疾也。食玄黔之穀，以全其真。避歲之虛邪，以安其正。以若熱調上，以苦溫調下。運土在中，亦以苦溫調之。運同寒濕，化宜燥熱，治之常也。初之氣，自癸酉年大寒日申初，至是歲春分日午初，凡六十日八十七刻半。主位太角木，客氣少陽火，中見土運。少陽中治，以行春令，地氣遷，氣乃大溫，草乃早榮。民乃厲，溫病乃作，身熱，頭痛，嘔吐，肌腠瘡瘍。宜少陰之客，以鹹補之，以甘瀉之，以鹹軟之。歲穀宜玄，間穀宜豆，則火不為邪。二之氣，自春分日午正，至小滿日辰正，凡六十日有奇。主位少徵火，客氣陽明金，中見土運。金土相和，大涼反至，民乃慘是，草乃遇寒，火氣遂抑。民病氣郁中滿，寒乃始。宜治陽有之客，以酸補之，以辛瀉之，以苦泄之。歲穀宜玄，間穀宜黍，則燥不為邪。三之氣，自小滿日巳初，至大暑日卯初，凡六十日有奇。主位少徵火，客氣太陽水，中見土運。天政布，寒氣行，雨乃降。民病寒反熱中，癰疽注下，心熱瞀悶。不治者死。宜治太陽之客，以苦補之，以鹹瀉之，以苦堅之，以辛潤之。歲穀宜

玄，間穀宜稷，則寒不為邪。四之氣，自大暑卯正，至秋分日丑正，凡六十日有奇。主位太宮土，客氣厥陰木，中見土運。歲土得位，風氣居之，風濕交爭，風化為雨，乃長乃化乃成。民病大熱少氣，肌肉萎，足痿，注下赤白。宜治厥陰之客，以辛補之，以酸瀉之，以甘緩之。歲穀宜齡，間穀宜稻。則風不為邪。五之氣，自秋分日寅初，至小雪日子初，凡六十日有奇。主位少商金，客氣少陰火，中見土運。火通生土，土能生金，氣位相和，陽復化，草乃長乃化成。民乃舒，宜調少陰之客，以鹹補之，以甘瀉之，以酸收之，歲穀宜齡。間穀宜豆，則熱不為邪。終之氣，自小雪日子正，至大寒日戌正，凡六十日有奇。主位太羽水，客氣太陰土，中見土運。氣與運符會，地氣正，濕令行，陰凝太虛，埃昏郊野，民乃慘淒，寒風以至，反者孕乃死。宜治太陰之客，以甘補之，以苦瀉之，以甘緩之。歲穀宜齡，間穀宜麻，則濕不為邪。民氣也，不可犯涼，司氣以涼故也。歲氣雖平，或有邪氣，則中熱法，經曰：中熱法者，其病速而危也。

乙亥歲圖

厥陰風木司天，少陽相火在泉，中見少商金運，歲金不及，氣化運後天，上角與正角同，諸同正歲，氣化營運同天。厥陰在上，左間少陰，右間太陽，故天氣擾而其政撓。少陽在下，左間陽明，右間太陰，故地氣正而其令速。風生高遠，炎熱從之，雲趨雨府，濕化乃行，風炎同德，上應歲星熒惑。其穀蒼丹，間穀言太宮羽者，其耗交角品羽，風燥火熱，勝復更作，蝡蟲來見。流水不冰，熱病行於下，風病行於上，風燥勝復形於中，熱化寒化勝復同，所謂邪氣化日也。風化八，清化四，火化二，所謂正化度也。毛蟲靜，羽蟲育，是乃歲物所宜。介蟲耗，毛蟲不育，寒毒不生，是乃地氣所制。然木為天氣，火為地氣，金運在中，地氣勝運，運化勝天。其化不純，天氣虛，地氣盈，宜資化源，以助木氣，兼贊歲運，無使邪勝。歲半之前，天氣厥陰主之，厥陰以中氣為化，當是時，風從火化者，天氣之和也。若風淫氣勝，則太虛埃昏，雲物以擾，寒生春氣，流水不冰。民病胃脘當心而痛，上支兩脅，鬲咽不通，飲食不下，舌本強，食則嘔，冷泄腹脹，溏泄瘕水閉，病本於脾，診在足沖陽之脈，法宜平以辛涼，佐以苦甘，以甘緩之，以酸瀉之。歲半之後，地氣少陽主之，少陽之化從本，若火淫於內，則焰明郊野，寒熱更至。民病注泄赤白，少腹痛溺赤，甚則血便。法宜治以鹹冷，佐以苦辛，以酸收之，以苦發之。歲運不之不乃，是謂折收，收氣乃後，生氣乃揚，長化合德，火政乃宣，庶類以蕃，其氣揚，其用燥切，其化兼氣不勝。夏有光顯鬱蒸之令，則冬有嚴凝整肅之應。若夏有炎爍燔燎之變，則秋有冰雹霜雪之復。其眚西，其病內舍膺肩背，外在皮毛。復則寒雨暴至，陰厥且格，陽反上行，頭腦戶痛，延及囟頂發熱，甚則心痛，治宜以酸和調中。初之氣，自甲戌年大寒日亥初，至是歲春分日酉初，凡六十日八十七刻半。主位太角木，客氣陽明金，中見金運。氣與運同，居於木位，與厥陰交司而春令。金木氣齊，寒始肅，殺氣方至。民病寒於右之下，宜治陽明之客，以酸補之，以辛瀉之，以苦泄之。歲穀宜蒼，間穀宜黍。是氣也。司氣以涼，用涼無犯。二之氣，自春分日酉正，至小滿日未正，凡六十日有奇。主位少徵火，客氣太陽水，中見金運。金水相得，寒不去，華雪水冰，殺氣施化，霜乃降，各草上焦，寒雨數至，陽復化。民病熱於中，宜治太陽之客，以苦補之，以鹹瀉之，以苦堅之，以辛潤之。歲穀宜蒼，間穀宜稷。三之氣，自小滿日申初，至大暑日午初，凡六十日有奇。主位少徵之，客氣厥陰木，中見金運。火勝金，金勝木，其化不純，天政布，風乃時舉。民病泣出。耳鳴掉眩。宜治厥陰之客，以辛補之，以酸瀉之，以甘緩之。歲穀宜蒼，間穀宜稻。四之氣，自大暑日午正，至秋分日辰正，凡六十日有奇。主位太宮土，客氣少陰火，中見金運。又值在泉少陽交司之時，濕暑到，濕熱相搏，爭于左之上。民病黃癉而為肘腫，宜治少陰客，以鹹補之，以苦瀉之，以酸收之，歲穀宜丹，間穀宜豆。五之氣，自秋分日巳初，至小雪卯，凡六十日有奇。主位少商金，客氣太陰土，中見金運。歲運之金得位，與土相和，其化燥濕更勝，沉陰乃布，寒氣及體，風雨乃行。宜中太陰之客，以苦補之，以甘緩之，歲穀宜丹，間穀宜麻。終之氣，自小雪日卯正，至大寒日丑正，凡六十日有奇。主位太羽水，客氣少陽火，中見金。畏火司令，陽乃大化，蝡蟲出見。流水不冰，地氣大發，草乃生，人乃舒，其病溫厲，宜治少陽之客，以鹹補之，以甘瀉之，以鹹軟之。歲穀宜丹，間穀宜豆。六氣之常也。歲氣之化，天氣勝者，陽明復之；地氣勝者，太陽復之，其治各根據其勝復法。

丙子歲圖

少陰君火司天，陽明燥金在泉，中見太羽水運。歲水太過，氣化營運先天，水運臨子，是謂歲會，氣之平也。平水之歲，命靜順之紀，藏而勿害，治而善下。五化鹹整，其氣明，其性下，其用沃衍，其化凝堅，其正流演，其候凝

肅，其令寒，其類水，其應冬。其穀豆，其果栗，其實濡。其蟲鱗，其畜彘，其色黑，其物濡，其音羽，其數六。其在人也，其藏腎，其主二陰，其養骨髓，其病厥，此歲運之化也。天地之氣，上見少陰，左間太陰，右間厥陰，故天政所布其氣明。下見陽明。下見陽明，左間太陽，右間太陽，故地氣肅而其令切。交司之氣，以寒交暑。天地之氣，以熱加燥。雲馳雨府，濕化乃行，時雨乃降，金火合德，上應熒惑太白。其穀太白。水火寒熱，持於氣交而為病始，熱病在於上，清病生於下，寒熱相犯而爭於中。民病咳喘，血溢、血泄、鼽嚏、目赤眦瘍，寒厥入胃，心痛、腰痛，腹大、嗌乾、腫上。蓋火為天氣，金為地氣，水運在中。熱化二，寒化六，清化四，正化度也。羽蟲靜，介蟲育，歲物之宜也。毛蟲耗，羽蟲不成，濕毒不生，地氣制之也，燥熱相加，天氣盈，地氣虛，歲有平水，不取化源，唯有運氣，資其歲氣，資其歲勝，無使暴過而生病也。食丹白之穀，以全真氣。食間氣之穀，以辟虛邪。味宜以鹹寒調上，以酸溫安下。運同地氣，宜以溫熱化。歲半之前，天氣少陰主之，少陰有本標之化，其應寒熱得中。歲半之後，地氣陽明主之，陽明以中為化，其應濕燥相半。當其時而至者為平和，非其時而至者為淫勝。初之氣，自乙亥年大寒日寅初，至是歲春分日子初，六十日八十七刻半。主位太角木，客氣太陽水，中見水運。氣與運同，以居木位，水木相的，奉少陰之而行春令。地氣遷，燥將去，寒乃始，蟄復藏。水乃冰，風乃至，陽氣鬱。民反周密，關節禁固，腰脽痛。炎暑將起，中外瘡瘍。宜治太陽之客，以苦補之，以鹹瀉之，以苦堅之，以辛潤之。歲穀食丹，間穀食稷，則寒不為邪。是氣也，用寒遠寒，無犯司氣之寒。二之氣，自春分日子正，至小滿日戌正。凡六十日有奇。主位少徵火，客氣厥陰木，中見水運。水火相得，陽氣布，風乃行，春氣以正，厲物應榮，寒氣時至，民乃和。其病淋、目瞑、目赤，氣郁於上而熱。宜治厥陰之客，以辛補之，以酸瀉之，以甘緩之，歲穀食丹，間穀食稻，則風不為邪。三之氣，自小滿日亥初，至大暑日酉初，凡六十日有奇。主位少徵火，客氣少陰火，中見水運，火居火位。歲水間之，天政布，大火行，庶類蕃鮮，寒氣時至。民病氣厥心痛，寒熱更和，咳喘目赤。宜治少陰之客，以鹹補之，以甘瀉之，以酸收之。歲穀食丹，間穀食豆，則熱不為邪。四之氣，自大暑日酉正，至秋分日未正，凡六十日有奇。主位太宮土，客氣太陰土，中見水運。土居其位，溽暑至，大雨時行，寒熱互至。民病寒熱，嗌乾黃癉、鼽衄、飲發。宜治太陰之客，以甘補之，以苦瀉之，以甘緩之。歲穀食白，間穀食麻，則濕不為邪。五之氣，自秋分日申初，至小雪日午初，凡六十日有奇。主位少商金，客氣少陽火，中見水運。畏火臨，暑反至，陽乃化，萬物乃生長榮，民乃康。其病溫，歲水制之，其病乃微。宜治少陽之客，以鹹補之，以甘瀉之，以鹹軟之。歲穀食白，間穀食豆，則火不為邪。終之氣，自小雪日午正，至大寒日辰正，凡六十日有奇。主位太羽水，客氣陽明金，中間水運。水當其位，與金相和，燥令行，餘火內格。腫於上，甚則血溢，寒氣數舉，則霧露翳，病生皮腠，內舍於脅，下運少腹而作寒中，地將易也。宜治陽明之客，以酸補之，以辛瀉之，以苦泄之。歲辰食白，間穀食黍，則燥不為邪。是歲也，水氣之平由於歲會為行令。邪或中之，民有持久之病，經氣謂中行令者，其病徐而持也。

丁丑歲圖

太陰濕土司天，太陽寒水在泉，中見少角木運。歲木不及，氣化營運後天，委和之民，曰上官與正宮同，諸同正歲，氣化營運同天，此言天氣平也。天地之氣，上見太陰，左間少陰，右間少陰，故地氣上騰而其政肅。下見太陽，右間厥陰，右間陽明，故天氣下陰而其令寂。陰專其政，陽氣退辟，大風時起，原野昏霧，白埃四起，雲奔南極，寒雨數至，物成于差夏。濕寒合德，上應鎮星辰星，其穀黔玄，故陰凝於上，寒積於下。寒水勝火，則為冰雹，陽光不治，殺氣乃行。民病寒濕腹滿，身膜膹，肘腫，痞逆，寒厥，拘爭。清化、熱化、勝復同，邪氣化度也。雨化五，風化三，寒化一，正化度也，歲物氣宜，則倮蟲靜是，鱗蟲育。地氣氣制，則羽蟲耗，熱毒不生，故有餘宜高。不宜及下，有餘宜晚，不及宜早，土之利氣之化也。民氣亦從之，間穀命太微太商者。然土為天氣，水為地氣，土勝水，天氣盈，地氣虛，宜取化源，以平土氣，益其歲氣，無使邪勝。食黔玄之穀，以全其真。食間氣之穀，以保其精。以苦燥之溫之，甚則發之泄之。不發不泄，則濕氣外溢，肉潰披拆而水交流。必贊其陽火，令御甚寒，從氣之異同，多少其判也。歲半之前，天氣太陰主之。太陰所至，其令濕，若濕淫所勝，則沉陰且布，雨爲枯槁，民病胕腫骨痛，陰痹。陰痹者，按之不得，腰脊頭項痛，時眩大便難，陰氣不用，饑不欲食，咳唾則有血，心如懸，病本於腎，診在足太之脈。法宜平以苦溫，佐以甘辛，以汗為故而止，所謂丁丑歲其化上苦溫也。歲半之後，地氣太陰主之，太陽所至，其令若寒淫於內，則凝肅慘栗，民病少腹控睾，引腰脊上沖心痛，血見嗌

痛頷腫。法宜治以甘熱，佐以苦辛，以鹹瀉之，以辛潤之，以苦堅之。歲運之化木不及，是謂勝生，生氣不政，化氣乃揚，長氣自平。收令乃早，涼雨時降，風雲並興，草木晚榮，蒼幹凋落，物秀而實，膚肉內充。其氣斂，其用聚，其動緩戾拘緩，其發驚駭。其化兼所不勝，春有鳴條律暢之化，則秋有霧露清涼之政。春有慘悽殘賊之勝，則夏有炎暑燔爍之復。其眚東，其病內舍肢脅，外在關節，復則炎暑流火。民病寒熱，瘡瘍，痱疹，癰痤，法宜調以辛溫。初之氣，自丙子年大寒日巳初，至是歲春分日卯初，六十日八十七刻半。主位少角木，客氣厥陰木，中見木運。歲木當位，地氣遷，寒乃去，春氣正，風乃來。生布萬物以榮，民氣條舒，風濕相搏，雨乃後。民病血溢，筋絡拘強，關節不利，身重筋痿。宜調厥之客，以辛補之，以酸瀉之，以甘緩之。歲穀宜食黔，間穀宜食稻，則風不為邪。是氣也。司氣以溫，用溫無犯。二之氣，自春分日卯正，至小滿日丑正，凡六十日有奇。主位太徵火，客氣少陰火，中見木運。火氣當位，大火正，物承化，民乃和。其病溫厲盛行，遠近咸若。濕蒸相搏，雨乃時降。宜調少陰之客，以鹹補之，以甘瀉之，以酸收之。歲穀宜食黔，間穀宜令豆，則熱不為邪。三之氣，自小滿日寅初，至大暑日子初，凡六十日有奇。主位太徵火，客氣太陰土，中見木運，木生火，火生土，其化順。天政布，濕氣降，地氣騰，雨乃時降，寒乃隨之。感於寒溫濕，則民病身重胕腫胸腹滿。宜治太陰之客，以甘補之，以苦瀉之，以甘緩之，歲穀宜食黔，間穀宜食麻，雖有濕邪，不能為害。四之氣，自大暑日子正，至秋分日戌正，凡六十日有奇。主位少宮土，客氣少陽火，中見木運。地氣交司，畏火臨，溽蒸化，地氣騰。天氣否隔，寒風曉暮，蒸熱相搏，草木凝煙，濕化不流，則白露陰布以成秋令。民病腠理熱，血暴溢，瘧心腹滿熱膹脹，其則胕腫。宜治少陽之客，以鹹補之，以甘瀉之，以鹹軟之。歲穀宜食玄，間穀宜食豆，雖有火邪，不能為害。五之氣，自秋分日亥初，至小雪日酉初，凡六十日有奇。主位太商金，客氣陽明金，中見木。金氣得位，慘令已行，寒露下，霜乃早降，草木黃落。寒氣及體，君子周密，民病皮腠。宜治陽明之客，以酸補之，以辛瀉之，以苦泄之。歲穀宜食玄，間穀宜食黍，則燥不為邪。終之氣，自小雪日酉正，至大寒日未正，凡六十日有奇。主位少羽水，客氣太陽水，中見木運，水當其位。寒大舉，濕大化，霜乃積，陰乃凝，水堅冰，陽光不治。感於寒，則病患關節禁固，腰脽痛，寒濕持於氣交而為疾也。宜治太陽之客，以苦補之，以鹹瀉之，以苦堅之，以辛潤之。歲穀宜食玄，間穀宜食稷，則寒不為邪。此六氣之常也。歲氣之交，濕勝則有厥陰之復，寒勝則有太陰之復，其治各根據其勝復之法。

### 戊寅歲圖

少陽相火司天，厥陰風木在泉，中見太徵火運。歲火太過，氣化營運先天，太徵上臨少陽，是謂天符之年，平火之歲，命曰升明之紀，正陽而治，德施周普，五化均衡。其氣高，其性速，其用燔灼，其化蕃茂，其政明曜，其候火暑。其令熱，其類火，其應夏。其穀麥，其果杏，其實絡，其蟲羽，其畜馬。其色赤，其味苦，其物脈，其音徵，其數七。其在人也，其臟心，其主舌，其養血。其病瞤瘛，此歲運之化也。天地之氣，上見少陽，左間陽明，右間太陰，故氣正而其政嚴。下見厥陰，左間少陰，右間太陽，故地氣擾而其令撓。風乃暴舉，木偃沙飛，炎火乃流，陰行陽化，雨乃時應，火木同德，上應熒惑歲星，其穀丹蒼。歲氣之化，火化七，風化三，正化度也。羽蟲靜，毛蟲育，歲物所宜也。倮蟲耗，清毒不生，地氣制之也。歲半之前，天氣少陽主之，少陽所至為炎暑，其令暄者，少陽之政也。歲半之後，地氣厥陰主之，厥陰氣至為風府，風從火化者，厥陰之令也。風熱參布，雲物沸騰，太陰橫流，寒乃時至，涼雨並起。民病寒中，外發瘡瘍，內為泄滿。聖人遇之，和而不爭，往復之作，民病寒熱，瘧，泄，鼕，瞑，嘔吐，上怫腫色變。是歲火為氣。木為地氣，風火相值。其氣專，其化淳，又遇火運統之，運與天符，火化升明，先取化源，抑其運火，贊其金氣，則暴過不生，苛疾不起。歲宜以鹹寒調上，以辛涼調下，以甘和調中，滲之，泄之，漬之，發之。運同風熱，宜多寒經，治之常也，初之氣，自丁丑年大寒日申初，至是歲春分日午初，六十日八十七刻半。主位少角木，客氣陰火，中見火運。氣與運同，地氣遷，風勝乃搖同，寒乃去，候乃大溫，草木早榮，寒來不殺，溫病乃起。其病氣拂於上，血溢，止赤，咳逆，頭痛，血傷，脅滿，膚腠中瘡。宜調少陰之客，以鹹補之，以甘瀉之，以酸收之。歲穀宜丹，間穀宜豆。二之氣，自春分日午正，至小滿日辰正，凡六十日有奇。主位太徵火，客氣太陰土，中見火運。濕土之客，火反郁，白埃四起，雲趨雨府，風不勝濕，雨乃零，民乃康。其病熱郁於上，咳逆，嘔吐，瘡發於中，胸嗌不利，頭痛身熱，昏憒膿瘡。宜治太陰之客，以甘補之，以苦瀉之，以甘緩之。歲穀宜丹，間谷宜麻。三之氣，自小滿日巳初，至大暑日卯初，凡六十日有奇，主

位太徵火，客氣少陽火，中見火運。歲火當位，上為天符，下為司氣，天政布，炎暑至，少陽臨上，雨乃涯。民病熱中，聾瞑、血溢、膿瘡、咳、嘔、鼽、衄、渴、嚏、喉痹、目赤，善暴死。是歲火氣平，若有水氣承之，即不至橫暴。經曰：相火之下，水氣承之，亢則害，承乃制是也。宜調少陽之客，以鹹補之，以甘瀉之，以鹹軟之。歲穀宜丹，間穀宜豆。是氣也，司氣以熱，用熱遠熱。四之氣，自大暑日卯正，至秋分日丑正，凡六十日有奇。主位少宮土，客氣陽明金，中見火運。金土相和，涼乃至，炎暑間化，白露降，民氣和平。其病滿身重。宜調陽明之客，以酸補之，以辛瀉之，以苦泄之。歲穀宜蒼，間穀宜黍。五之氣，自秋分日寅初，至小雪日子初，凡六十日有奇。主位太商金，客氣太陽水，中見火運。火本勝金，水反制之，寒氣為客，陽乃去，寒乃來，雨乃降，氣門乃閉，剛木早凋，民避寒邪，君子周密。宜調太陽之客，以苦補之，以鹹瀉之，以苦堅之，以辛潤之。歲穀宜蒼，間穀宜稷。終之氣，自小雪日子正，至大寒日戌正，凡六十日有奇。主位少羽水，客氣厥木，中見火運，火木同德而行順化，地氣正，風乃至，萬物反生，靄霧以行。其病關閉不禁心痛，陽氣不藏其而咳。宜治厥陰之客，以辛補之，以酸瀉之，以甘緩之。歲穀宜蒼，間穀宜稻，是歲天符為執法，火氣自平。若有邪氣，則中執法，民有急卒之病，經所謂中執法者，其病速而危也。

己卯歲圖

陽明燥金司天，少陰君火在泉，中見少宮土運。歲土不及，氣化營運後天，歲之氣化。上見陽明，左間太陽，右間少陽，故天氣急而其政切。下見少陰，左間太陰，右間厥陰，故地氣明而其令暴。陽專其令，炎暑盛行，物燥以堅，淳風乃治。風燥橫運，流於氣交，多陽少陰，雲趨雨府，濕化乃敷，燥極而澤。其為氣也，清熱之氣，持於氣交，風化、清化勝復同，是謂邪氣化度也。清化九，雨化五，熱化七，是謂正化度也。金火合德，其在天也，上應太白熒惑。其在物也，歲穀白丹，間穀命太徵者，歲物所宜，則羽蟲育，地氣所制，則介蟲耗，寒毒不生，其耗白甲品羽，蟄蟲乃見，流水不冰。民病咳嗌塞，寒熱發暴，振栗癰閼，清先而勁，毛蟲乃死，介蟲乃殃。然金為天氣，火為地氣，火能勝金，土運間之，其邪乃微。天氣微虛，宜資其化源，以助金氣，兼安其運土，無使受邪。食白丹之穀，以安其氣。食間氣之穀，以去其邪。歲宜以鹹、以苦、以辛、汗之、清之、散之，運同清氣，宜多地化，治之常也。歲半之前，天氣陽明主之，燥淫所勝，則木乃晚榮，草乃晚生，筋骨內變，民病左胠脅痛，寒清於中，感而瘧。大涼革候，咳，腹中鳴，注泄鶩溏。名木斂，生菀於下，草偃上首，心脅暴痛，不可反側，嗌乾，面塵，腰痛，目眛眦瘍，瘡痤，癰，病本於肝，診在足太沖之脈。法宜平以若溫，佐以酸辛，以苦下之。歲半之後，地氣少陰主之，熱淫於內，則焰浮川澤，陰處反明。民病腹中常鳴，氣上沖胸，喘不能久立，寒熱皮膚痛，目瞑，齒痛，頷腫，惡寒以熱如瘧，少腹中痛，腹大。法宜治以鹹寒，佐以苦苦，以酸收之，以苦發之。歲運之化土不及，紀曰卑監，是謂減化。化氣不令，生政獨彰，長氣整，雨乃愆，收氣平，風寒並興，草木榮美，秀而不實，成而秕也。其氣散，其用靜定，其動瘍湧分潰癰腫，其發濡滯。其所兼氣不勝，四維有埃雲潤澤之化，則春有鳴條鼓拆之政。若四維發振飄騰之變，則秋有肅殺森霪之復，其眚四維，其臟脾。其病內舍心腹，外在肌肉四肢。復則收政嚴，名木蒼凋，胸脅暴痛，下引少腹，善太息，氣客於脾食少失味。治宜以甘如和調中。初之氣，自戊寅年大寒日亥初，至是歲春分日酉初，六十日八十七刻半。主位少角木，客氣太陰土，中見土運，氣與運同，風不勝濕，地氣遷，陰始凝，氣始肅，水乃冰，寒雨化。其病中熱脹，面目浮腫，善眠，鼽、衄、嚏、欠、嘔，小便黃赤，甚則淋。宜治太陰之客，以甘補之，以苦瀉之，以苦緩之。歲穀宜白，間穀宜麻，雖有濕邪，不能為害。是氣也，司所以涼，用涼無犯。二之氣，自春分日酉正，至小滿日未正，凡六十日有奇。主位太徵火，客氣少陽火，中見土運，二火同治，陽乃布，民乃舒，物乃生榮。萬大至，民善暴死。宜治少陽客，以鹹補之，以甘瀉之，以鹹軟之。歲穀宜白，間穀宜豆，雖有火邪，不能為害。三之氣，自小滿日申初，至大暑日午初，凡六十日有奇。主位太徵火，客氣陽明金，中見土運。火生土，下生上。天政布，涼乃行，燥熱交合，燥極而澤。民病寒熱，宜治陽明之客，以酸補之，以辛瀉之，以苦泄之。歲穀宜白，間穀宜黍。雖有燥邪，不能為害。四之氣，自大暑日午正，至秋分日辰正，凡六十日有奇。主位少宮土，客氣得位，太陽居之，寒雨降，病暴僕，振栗，譫妄，少氣，嗌乾引飲，及為心痛，癰腫，瘡瘍瘧寒之疾，骨痿血便。宜治太陽之客，以苦補之，以鹹瀉之，以苦堅之，以辛潤之。歲穀宜丹，間穀宜稷，雖有寒邪，不能為害。五之氣，自秋分日巳初，至小雪日卯初，凡六十日有奇。主位太商金，客氣厥陰木，中見土運。客氣勝運，春令反行，草乃生榮，民氣和。宜調厥陰之客，以辛補之，以酸瀉之，以甘緩之。

歲穀宜丹，間穀宜稻，雖有風化，不能為邪。終之氣，自小雪日卯正，至大寒日丑正，凡六十日有奇。主位少羽水，客氣少陰火，中見土運。氣能生運，陽氣布，候反溫，蟄蟲來見，流水不冰，民乃康平。其病溫，宜治少陰之客，以鹹補之，以甘瀉之，以酸收之。歲穀宜丹，間穀宜豆，雖有熱邪，不能為害，此六氣之常也。歲氣之交，天氣勝則有少陽之復，地氣勝則有太陽之復，其治各根據其勝復法。

庚辰歲圖

太陽寒水司天，太陰濕土在泉，中見太商金運。歲金太過，氣化營運先天。天地之氣，上見太陽，左間厥陰，右間陽明，故天政所氣肅。下見太陰，左間少陽，右間陰，故地氣靜而其令徐。寒臨太虛，陽氣不令，寒政大舉，澤無陽焰，則火發待時。少陽中治，時雨乃涯，止極雨散，還于太陰，雲朝北極，濕化乃布。澤流萬物，寒敷於上，雷動於下，水土合德。上應辰星鎮星，其穀玄黔。歲氣之化。寒化一，清化九，雨化五，正化度也。倮蟲育，歲物所宜也。鱗蟲不成，燥毒不生，地氣制之也。寒濕之氣，持於氣交。民病寒濕，發肌肉萎，足痿不收，濡瀉血溢。是歲水為天氣，土為地氣，中見金運。土能生水，天化為虛，金運統之。土生金，金生水，以下生上，天化雖虛，氣運相生，其邪乃微。宜先資化源，以助天氣之虛，抑其運金，扶其木氣，無使暴過而生其疾。食玄黔之穀，以全其真，避虛邪之氣，以安其正。歲宜以苦熱調上，以甘熱調下，以辛溫調中，運同寒濕，以燥熱化，治之常也。淫勝之氣，歲半之前，天氣太陽主之。若寒淫氣勝，則寒氣反至，水且冰。血變於中，發為癰瘍，民病厥心痛，嘔血血泄鮨衄，善悲時眩僕，運火炎烈，雨暴乃雹。胸腹滿、手熱、肘攣、腋腫。心澹澹大動，胸脅胃脘不安，面赤目黃，善噫嗌乾，甚則色炲，渴而欲飲，病本於心。診在手神門脈，法宜平以辛熱，佐以甘苦，以鹹瀉之。歲半之後，地氣太陰主之。若濕淫於內，則埃昏岩谷，黃反見黑，至陰之交，民病飲積，心痛、頭痛、喉痹，陰病血見，少腹痛腫，不得小便，病沖頭痛，目似脫，項似拔，腰似折，髀不可以回，臑如結，腨如別。法宜治以苦熱，佐以酸淡，以苦燥之，以淡泄之。歲運之化，金太過者，紀曰堅成，是謂收引。天氣潔，地氣明，陽氣隨，陰治化。燥行其政，物以司成，收氣繁布，化洽不終。其化成，其氣削，其政肅，其令銳切，其德霧露蕭颼，其動暴折瘧疰，其變肅殺凋零，其病喘喝胸憑仰息，其化兼其所勝，故曰歲金太過，燥氣流行，肝木受邪。民病兩脅下少腹痛，目赤痛眦傷，耳無氣聞，肅殺而甚，則體重煩冤，胸痛引背，兩脅滿且痛引少腹，甚則喘咳逆氣，肩背痛，下運股膝髀腨肹足皆病，收氣峻則病暴痛，脅不可反側，咳聞，甚而血溢，診在足太沖之脈。其治悉以辛溫調中。初之氣，自己卯年大寒日寅初，至是歲春分日子初，凡六十日八十七刻半。主位少角木，客氣少陽火，中見金運，客氣勝運，地氣遷，氣乃大溫，草乃早榮。民乃厲，溫病乃作，身熱、頭痛、嘔吐，肌腠瘡瘍。宜治少陽之客，以鹹補之，以甘瀉之，以鹹軟之。歲穀宜玄，間穀宜豆，雖有火邪，不能為害。二之氣，自春分日子正，至小滿日戌正，凡六十日有奇，主位太徵火，客氣陽明金，中見金運。氣運同，大涼至，民乃慘，草乃遇寒，火氣遂抑，民病氣郁中滿，寒乃始。宜治陽明之客，以酸補之，以辛瀉之，以苦泄之。歲穀宜玄，間穀宜黍，雖有燥邪，不能為害，不能為邪，不能為害。是氣也，無犯司氣之涼。三之氣，自小滿日亥初，至大暑日酉初，凡六十有奇。主位太徵火，客氣太陽水，中見金運。水勝火，天政布，寒氣行，雨乃降。民病寒反熱中，癰疽注下，心熱瞀悶，不治者死。宜治太陽之客。以苦補之，以鹹瀉之，以苦堅之，以辛潤之，歲穀宜玄，間穀宜稷，雖有寒邪，不能為害。四之氣，自大暑日酉正，至秋分日未正，凡六十日有奇，主位少宮土，客氣厥陰木，中見金運。木勝土，金反制之，又遇太交司，風濕交爭，風化為雨，乃長乃化乃成，民病大熱少氣，肌肉萎，足萎，注下赤白。宜治厥陰之客，以辛補之，以酸瀉之，以甘緩之。歲穀宜黔，間穀宜稻，雖有風邪，不能為害。五之氣，自秋分日申初，至小雪日午初，凡六十日有奇。主位太商金，客氣少陰火，中見金運。歲運得位，客火勝之，陽復化，草乃長乃化乃成。民乃舒。宜調陰之客，以鹹補之，以甘瀉之，以酸收之。歲穀宜黔，間穀宜豆，雖有熱化，不能為邪。終之氣，自小雪日午正，至大寒日長正，凡六十日有奇。主住少羽水，客氣太陰土，中見金運。土生金，金生水，其化順。地氣正，濕令行，陰凝太虛，埃昏郊野，民乃慘淒，寒風以至，反者孕乃死。宜治太陰之客，以甘補之，以苦瀉之，以甘瀉之，以甘緩之，歲穀宜黔，間穀宜麻，雖有濕邪，不能為害。此六氣之化也。是歲天氣勝者，太陰復之。地氣勝者，厥陰復之。其治皆如勝復之法。

辛巳歲圖

厥陰風木司天，少陽相火在泉，中見少羽水運。歲水不及，氣化營運後天。天地之氣，上見厥陰，左間少陰，右間太陽，故天氣擾而其政撓。下見少

陽，左間陽明，右間太陰，故地氣正而其令速。風生高速，炎熱從之，雲趨雨府，濕化乃行。風火同德，上應歲星熒惑。其穀蒼丹，間穀言太商者，其耗文角品羽。風燥火熱，勝復更作，蟄蟲來見，流水不冰，熱病行於下，風燥勝復形於中，雨化、風化、勝復同，邪氣化度也。風化三，寒化一，火化七，正化度包。風化為司天，苦化為在泉，玄化為司運，柔化、清化為間氣，灼化為居氣。毛蟲靜，羽蟲育，是為歲物氣宜。是蟲耗，寒毒不生，是為地氣所制。然歲氣天化虛，地化盈，宜資化源，以助天氣之木。化源雖虛，水運在中，水能生木，邪乃微也。必贊其運水，無使邪勝。以辛涼調上，上以鹹寒調下，畏火之氣，無妄犯之。歲半之前，厥陰主之。若風淫所勝，則太虛埃昏，雲物以擾，寒生春氣，流水不冰。民病胃脘當心而痛，上支兩脅，鬲咽不通，飲食不下，舌本強，食則嘔，冷泄腹脹，溏泄，瘕，水閉，病本於脾，診在足沖陽之脈。其法平以辛涼，佐以苦甘，以甘緩之，以酸瀉之。歲半之後，少陽主之。若火淫於內。則焰明郊野，寒熱更至，民病注泄赤白，少腹痛，溺赤，甚則血便。其法治以鹹冷，佐以苦辛，以酸收之，以苦發之。歲運之化，水不及，紀曰：涸流。是謂反陽，藏令不舉，化氣乃昌。長氣宣佈，蟄蟲不藏，土潤，水泉減，草木條茂，榮秀滿盛。其氣滯，其用滲泄，其動堅土，其發燥槁。其主埃鬱昏翳。其病痿厥堅下，其化兼所不勝。四維有湍潤埃雲之化，則不時有和風生發之應。四維發埃昏驟注之變，則不時有飄蕩振拉之復。其眚北，其病內舍腰脊骨髓，外在溪谷踹膝。皆以苦和調中，初之氣，自庚辰年大寒日巳初，至是歲春分日卯初，凡六十日八十七刻半。主位少角木，客氣陽明金，中見水運。金勝木，水運間之，寒始肅，殺氣方至。民病寒於右之下。宜治陽明之客，以酸補之，以辛瀉之，以苦泄之。歲穀宜蒼，間穀宜黍。二之氣，自春分日卯正，至小滿日丑正，凡六十日有奇。主位太徵火，客氣太陽水，中陽之客。以苦補之，以鹹瀉之，以若堅之，以辛潤之。歲穀宜蒼，間穀宜稷。是氣也，無犯司氣之寒，三之氣，自小滿日寅初，至大暑日子初，凡六十日有奇。主位太徵火，客氣厥陰木，中見水運。歲運之水，制火而生木，故天政布，風乃時舉。民病泣出，耳鳴，掉眩。宜治厥陰之客，以辛補之，以酸瀉之，以甘緩之。歲穀宜蒼，間穀宜稻。四之氣，自大暑日子正，至秋分日戌正，凡六十日有奇。主位少宮土，客氣少陰火，中見水運。溽暑濕熱相搏，爭于左之上。民病黃癉而為肘腫。宜治少陰之客，以鹹補之，以甘瀉之，以酸收之。歲穀宜丹，間穀宜豆。五之氣，自秋分日亥初，至小雪日酉初。凡六十日有奇。主位太商金，客氣太陰土，中見水運。客土刑運，燥濕更勝，沉陰乃布，寒氣及體，風雨乃行。宜治太陰之客，以甘補之，以苦瀉之，以甘緩之。歲穀定丹，間穀宜麻。終之氣，自小雪日酉正，至大寒日未正，以六十日有奇。主位少羽水，客氣少陽火，中見水運。歲運得位，而畏火司令，陽乃大化，蟄蟲出見。流水不冰，地氣大發，草乃生，人乃舒。其病溫厲。宜治少陽之客，以鹹補之，以甘瀉之，以鹹耎之。歲穀宜丹，間穀宜豆。此六氣之化也。歲氣之交。天氣勝者，則有陽明之復，地氣勝者，則有太陽之復，觀其勝復各根據其法治之。

壬午歲圖

少陰君火司天，陽明燥金在泉，中見太角木運。歲木太過，氣化營運先天，熱化為天氣，柔化為左間，蒼化為司。故天政氣布，其氣明，辛化為地氣，臟化為左間，明化為右間，故地氣肅而其令切。寒交暑，熱加燥，雲馳雨府，濕化乃行，時雨乃降。金火合德，上應熒惑太白。其穀丹白，水火寒熱，持於氣交而為病始，熱病生於上，清病生於下，寒熱相犯而爭於中。民病咳喘，血溢，血泄，鮅嚏，目赤眦瘍，寒厥入胃，心痛腰痛，腹大嗌乾，腫上。其為化也，熱化二，風化八，清化四，是為正化度也。其為物也。羽蟲靜，介蟲育，是乃歲物所宜。毛蟲耗，濕毒不生，是乃地氣所制。歲氣之交，火在天，金在地，火勝金，天氣盈，地氣虛，木運助火，天氣大盈，其邪為甚。宜於年前，先取化源以平火氣，必抑其運木，資其歲勝，無使暴過而生其病。食丹白之穀，以全真氣。食間氣之穀，以辟虛邪。歲宜鹹以耎之，而調其上。甚則以苦發之，以酸收之，而安其下。甚則以苦之，運同天氣，以寒清化。故曰其化上鹹寒，中酸涼，下酸溫，藥食宜也。歲半之前，少陰主之，熱淫所勝，則怫熱至，火行其政，民病胸中類熱嗌乾，右胠滿，皮膚痛，寒熱咳喘。大雨且至，唾血，血民，鮅衄，嚏，嘔，溺色變，甚則瘡瘍附腫，肩背臂臑及缺盆中痛，心痛，肺膜，腹大滿。膨膨而喘咳，病本於肺，診在手尺澤脈。法宜平以鹹寒，佐以苦甘，以酸收之。歲半之後，陽明主之，燥淫於內，則霧霧清瞑。民病喜嘔，嘔有苦，善太息，心脅痛不痛反側，甚則嗌乾面塵，身無膏澤，足外反熱。法宜治以苦溫，佐以甘辛，以苦下之，歲運之化，木太過，紀曰發生，是謂啟陳。蒼氣達，陽和布化，陰氣乃隨，生氣淳化，萬物以榮。其化生，其氣美，其政散，其

令條舒。其動掉眩巔疾，其德鳴靡啟坼，其變振拉摧拔。其病怒，其化兼其所勝。故曰歲木太過，風氣流行。脾土受邪，民病飧泄，食減體重，煩冤腸鳴腹支滿，甚則忽忽善怒，眩冒巔疾。化氣不政，生氣獨治，雲物飛動，草木不寧，甚則搖落。反脊痛而吐甚，診在足沖陽之脈。其治宜以酸涼。初之氣，自辛巳年大寒日申初，至是歲春分日午初，凡六十日八十七刻半。主位太角木，客氣太陽水，中見木運，歲運當位。寒水居之，地氣遷，燥將去，寒乃始，蟄復藏。水乃冰，霜復降，風乃至，陽氣鬱。民反周密，關節固，腰脽痛，炎暑將起，中外瘡瘍。宜治太陽之客，以苦補之，以鹹瀉之，以苦堅之，以辛潤之。歲穀宜丹，間穀宜稷，雖有寒邪，不能為害。二之氣，自春分日午正，至小滿日辰正，凡六十日有奇。主位少徵火，客氣厥陰木，中見木運，氣與運同。陽氣布，風乃行，春氣以正，萬物應榮，寒氣時至，民乃和。其病淋，目瞑目赤，氣郁於上而熱。宜治厥之客，以辛補之，以酸瀉之，以甘緩之，歲穀宜丹，間穀宜稻，雖有風化，不能為邪。三之氣，自小滿日巳初，至大暑日卯初，凡六十日有奇。主位少徵火，客氣少陰火，中見木運。火居火位，木化資之，天政布，大火行，庶類蕃鮮。寒氣時至，民現氣厥心痛，寒熱更作，咳喘目赤。宜治少陰之客。以鹹補之，以甘瀉之，以酸收之。歲穀宜丹，間穀宜豆，雖有熱邪，不能為害。四之氣，自大暑日卯正，至秋分日丑正，凡六十日有奇。主位太宮土，客氣太陰土，中見木運。土居其位，溽暑至，大雨時行，寒熱互至，民病寒熱嗌乾，黃癉，胕衄，飲發。宜治太陰之客，以甘補之，以甘瀉之，以甘緩之。歲穀宜白，間穀宜麻，雖有濕化，不能為邪。五之氣，自秋分日寅初，至小雪日子初，凡六十日有奇。主位少商金，客氣少陽火，中見木運。木生火，畏火臨，暑以至，陽乃化，萬物乃生乃長榮。民乃康，其病康，其病溫。宜治陽之客，以鹹補之，以甘瀉之，以鹹耎之。歲穀宜白，間穀宜豆，雖有火邪，不能為害。終之氣，自小雪日子正，至大寒日戌正，凡六十日有奇。主位太羽水，客氣陽明金，中見木運。金勝木，燥令行，餘火內格，腫於上咳喘。甚則血溢，寒氣數舉，則霧霧翳。病生皮腠，內舍於脅，下連少腹而作寒中，地將易也。宜治陽明之客，以酸補之，以辛瀉之，以苦泄之。歲穀宜白，間穀宜黍，雖有燥邪，不能為害。此六氣之化也。歲氣之交，熱氣勝者，必者太陽之復，燥氣勝者，必有少陽之復，治之各根據其勝復為法。

癸未歲圖

太陰濕土司天，太陽寒水在泉，中見少徵火運，歲炎不及，氣化營運後天，丹化為司氣，灼化為居氣，故地氣上騰。陰傳其政而其政肅，鹹化為地氣，動化為左間，清化為中間。故天氣下降，陽氣退辟而其令寂。大風時起，原野昏霧，白埃四起，雲奔南極。物成于差夏，濕寒合德，黃黑埃昏，流行氣交。上應鎮星辰星，其穀黔玄。間穀命太角者，寒化雨勝復同，邪氣化度也。雨化五，火化二，寒化六，正化度也。陰凝於上，寒積於下，寒水勝火，則為冰雹。陽光不治，殺氣乃行，倮蟲靜，鱗蟲育，是為物所宜。羽蟲不成，熱毒不生，是為地氣所制。故有餘宜高，不及宜下，有餘宜晚，不及宜早，土之利，氣之化也。民氣亦從之，其病寒濕，腹滿，身膜憤，胕腫，痞逆，寒厥，拘急。是歲濕土在上，寒水在下，土能制水，天氣盈，地氣虛，宜取化源，以平土氣，益其歲氣，無使邪勝。食玄之穀，以全其真，食間氣之穀，以保其精。歲宜以苦燥之溫之，甚者發之泄之，不發不泄，則濕氣外溢，肉潰皮拆，而水血交流。必贊其陽火，令御甚寒，運異寒濕。其化宜少用燥熱，故曰其化上苦溫，中鹹溫，下甘熱，藥令宜也。歲半之前，太陰主之，濕淫所勝，則沉陰且布，雨變枯槁。民病胕腫，骨痛，陰痹，陰痹者按之不得，腰脊頭項痛，時眩，大便難，陰氣不用，饑不欲食，咳唾則有血，心如懸，病本於腎，診在足太溪之脈，法當平以時苦熱，其濕上甚而熱。治以苦溫，佐以甘辛，以汗為故而止。歲關之後，太陽主之，寒淫於內，則凝肅慘栗。民病腹控睾，引腰脊步沖心痛，血見嗌痛頷腫。法宜治以甘熱，佐以甘辛，以鹹瀉之，以辛潤之，以苦堅之。歲運之化，火不及，紀曰伏明，是謂勝長。長氣不宜，藏氣反布，收氣自政，化令乃衡。寒清數舉，暑令乃薄，承化物生，生而不知，成實而稚。遇化己老，陽氣屈伏，蟄蟲曰藏。其氣鬱，其用暴，其動彰伏變易。其發痛，其病昏惑悲忘，其化兼所不勝。夏有炳明光顯之化，則冬有嚴肅霜寒之政。若夏有慘淒凝冽之勝，則不時有埃昏大雨之復。其眚南，其藏心，其病內舍膺脅，颺在經絡，故曰歲火不及。寒乃盛行，長政盛行，長政不用，物榮而下，凝慘而甚。則陽氣不化，用乃折榮美。民病胸中痛，脅支滿，兩脅痛，膺背肩胛間及兩臂內痛，甚則屈不能伸，髖髀如別。復則大雨且至，民病溏腹滿，食飲不下，寒中腸鳴泄注腹痛，暴變痿痹，足不任身。其法悉以咸溫調中。初之氣，自壬午年大寒日亥初，至是歲春分日酉初，凡六十日八十七刻半。主位太角木，客氣厥陰木，中見火運。風木得位，地氣遷，寒乃去，春氣正，風乃來，生布萬

物以榮，民氣條舒，風溫相搏，雨乃後。民病血溢，筋絡拘急，關節不利，身重筋痿。宜調厥陰之客，以辛補之，以酸瀉之，以甘緩之。歲穀宜黔，間穀宜稻，雖有風化，不能為邪。二之氣，自春分日酉正，至小滿日未正，凡六十日有奇。主位少和火，客氣少陰火，中見火運。君火自居其位，不司氣化。不司氣化，是謂灼化。大火正，物承化，民乃和。其病溫厲盛行，遠近咸若。濕蒸相搏，雨乃時降。宜調陰之客，以鹹補之，以甘瀉之，以酸收之，歲穀宜黔，間穀宜豆，雖有熱化，不能為邪。三之氣，自小滿日申初，至大暑日午初，凡六十有奇，主位少徵火。客氣太陰土，中見火運。歲火當位，濕化鬱之。天政布，濕氣降，地氣騰，雨乃時降，寒乃隨之，感於寒濕，則民病身重、種、胸腹滿。宜有治太陰之客，以甘補之，以苦瀉之，以甘緩之。歲穀宜黔，間谷宜麻，雖有濕邪，不能為害。四之氣，自大暑日午正，至秋分日辰正，凡六十日有奇。主位太宮土，客氣少陽火，中見火運。氣與運同，畏火臨，溽蒸化，地氣騰，天氣否隔，寒風曉暮，蒸熱相搏，草木凝煙，濕化不流，則白露陰布，以成秋令。民病腠理熱，血暴溢，瘡心腹滿熱膹脹，甚則胕腫。宜治少陽之客，以鹹補之，以甘瀉之，以鹹耎之。歲穀宜玄，間穀宜坪，雖有火邪，不能為害。是氣也，無犯司氣之熱。五之氣，自秋分日巳初，至小雪日卯初，凡六十日有奇。主位少商金，客氣陽明金，中見火運。氣與位同，慘令已行，寒露下，霜乃早降，草木黃落。寒氣用體，君子周密，民病皮腠。宜調陽膽之客，以酸補之，以辛瀉之，以苦泄之。歲穀宜玄，間穀宜黍。雖有火化，不能為邪。終之氣，自小雪日卯正，至大寒日丑正，凡六十日有奇。主位太羽水，客氣太陽水，中見火運。水當其位，而能勝火，寒大舉，濕大化，霜乃積，陰乃凝，水堅冰，陽光不治。感於寒則患關節禁固，腰脽痛，寒濕持於氣交而為疾也。宜調大陽之客，以苦補之，以鹹瀉之，以苦堅之，以辛潤之。歲穀宜玄，間穀宜稷，雖寒光化，不能為邪。此六節之氣也。氣交之化，天氣勝者，則有厥陰之復。地氣勝者，則有太陰之復，各以其勝復法治之。

甲申歲圖

少陽相炎司天，厥陰風木在泉，中見太宮土運。歲土太過，氣化營運先天，火化為天氣，清化為左間，化為司氣，故天氣正而其政嚴。酸化為地氣，灼化為居氣，藏化為右間，故地氣攸而其令撓。風乃暴，木偃沙飛，炎火乃流，陰行陽化，雨乃時應。火木同德，上應熒惑歲星。其穀丹蒼，故熱參布，雲物沸騰，太陰橫流，寒乃時至，涼雨並起。火化二，雨化五，風化八，正化度也。羽蟲靜，毛蟲育，歲物之宜也。倮蟲耗，清毒不生，地氣制之也。民感其氣者，其病寒中，外發瘡瘍，內為泄滿。聖人遇之，和而不爭，往復之作，民病寒熱，瘧泄，聾瞑，嘔吐，上怫腫色變。是歲陽為天氣，陰為地氣，中見土運。木生火，火生土，下生上，天氣盈。宜於年前，先取化源，以平天氣之火。抑其運土，贊所不勝，暴過不生，苛疾不起。歲宜鹹、宜辛、宜酸、滲之、泄之、漬之、發之。運暴風熱，少用寒化，其化上鹹寒，中鹹和，下辛涼，藥食宜也。歲半之前，少陽主之，火淫所勝，則溫氣流行，金政不平。民病頭痛、發熱、惡寒，而瘧，熱上皮膚痛，色變黃赤，傳而為水，身面胕腫，腹滿卯息，泄注赤白，瘡瘍，咳唾血，煩心胸中熱，甚則鼽衄，病本於肺，診在手天府之脈。法宜平以鹹冷，佐以苦甘，以酸收之，以苦發之，以酸復之。歲半之後，厥陰主之。木能勝土，地氣制運，風淫於內，則地氣不明，平野昧，草乃早秀。民病灑灑振寒，善伸數欠，心痛支滿，兩脅裏急，飲食不下，鬲咽不通，食則嘔，腹脹善噫，得後與氣，則快然如衰，身體皆重。法宜治以辛涼，佐以苦，以甘緩之，以辛散之。歲運之化土太過，紀曰敦阜，是謂廣化。濃德清靜，順長以盈，至陰內實，物化充成，煙埃朦鬱，見理濃土，大雨時行，濕氣乃用，燥政乃辟。其化圓，其氣豐，其政靜，其令周備，其動濡積並稽。其德柔潤重淖，其變震驚飄驟崩潰，其化兼其氣勝，其病腹滿四支不舉。故曰歲土太過，雨濕流行，腎水受邪。民病腹痛，清厥，意不樂，體重煩冤，甚則肌肉萎，足痿不收，行善瘈脚下痛，飲發中滿，食減四支不舉。變生得位，風雨大至，其病腹滿，溏泄，腸鳴反下甚，診在足太溪之脈。其法治以鹹和。初之氣，自癸未年大寒日寅初，至是歲春分日子初，凡六十日八十七刻半。主位太角木，客氣少陰火，中見土運。木生火，地氣遷，風勝乃搖，寒乃去，候乃在溫，草木早榮，寒來不殺。溫病乃起，其病氣怫於上，血溢，目赤，咳逆，頭痛，血傷，脅滿，膚腠中瘡。宜治少陰之客，以鹹補之，以甘瀉之，以酸收之。歲穀宜丹。間穀宜豆。二之氣，自春分日子正，至小滿日戌正，凡六十日有奇。主位少徵火，客氣太陰土，中見土運。氣與運同，火反郁，白埃四起，雲趨雨府，風不勝濕，雨乃零。民乃康，其病熱郁於上，咳逆嘔吐，瘡發於中，胸嗌不利，頭痛身熱，昏憒膿瘡。宜治太陰之客，以甘補之，以苦瀉之，以甘緩之。歲穀宜丹，間穀宜麻。是氣也，用涼遠涼，無犯司氣之涼。三之氣，自小滿日亥初，至大暑日酉初，

凡六十日有奇。主位少徵火，客氣少陽火，中見土運。火當土運。火當其位，天政布，火暑至，少陽至，少陽臨上，雨乃涯。民病熱中聾，六十日有奇。主位少徵火，客氣少陽火，中見土運。火當其位，天政布，炎暑至，少陽臨上，雨乃涯。民病熱中聾、瞑、血溢、膿瘡、咳、嘔、鼽、衄、渴、嚏、欠、喉痹、目赤、善暴死。宜治少陽之客，以鹹補之，以甘瀉之，以鹹耎之。歲穀宜丹，間穀宜豆。四之氣，自大暑日酉正，至秋分日未正，凡六十日有奇。主位太宮土，客氣陽明金，中見土運。歲土得位，與金相生，涼乃至，炎暑間化，白露降。民氣和平，其病滿身重。宜治陽明之客，以酸補之，以辛瀉之，以苦泄之。歲穀宜蒼，間穀宜黍。五之氣，自秋分日申初，至小雪日午初，凡六十日有奇。主位少商金，客氣太陽水，中見土運。金生水，陽乃去，寒乃來，雨乃降，氣門乃閉，剛木早凋。民避寒邪，君子周密，是歲土運別之，寒邪乃微，宜治太陽之客，以苦補之，以鹹瀉之，以苦堅之，以辛潤之。歲穀宜蒼，間穀宜稷。終之氣，自小雪日午正，至大寒日辰正，凡六十日有奇。主位太羽水，客氣厥陰木。地氣正，風乃至，萬物反生，霧霧以行。其病關閉，不禁心痛，陽氣不藏而咳。宜治厥陰之客，以辛補之，以酸瀉之，以甘緩之。歲穀宜蒼，間穀宜稻。六氣之治，此其道也。若乃歲氣之交，天氣火勝者，當太陽之復，地氣風勝者，當有陽明之復，各根據其勝復法治之。

## 乙酉歲圖

陽明燥金司天，少陰君火在泉，中泉少商金運。歲金不及，氣化營運後天，少商之金不及而同天化，是謂天符。又金運臨酉，是謂歲會，上與天符，下與歲會，三合為治，名曰太一天符，氣至平也。平金之歲，紀曰審平，收而不爭，殺而無犯。五化宣明，其氣潔，其性剛。其用散落，其化堅斂。其政勁肅，其候清切。其令燥，其類金，其應秋，其穀稻，其果桃，其實殼。其蟲介，其畜雞。其色白，其味辛，其音商，其數九，其物外堅。其在人也，其歲肺，其主鼻，其養皮毛，其病咳，此運化也。天地之氣，天氣為燥化，左間為藏化，右間為明化，故天氣急而其政切。地氣為苦化，左間為柔化，故地氣明而其令暴。炎暑盛行，物燥以堅，淳風乃治。風燥橫運，流於氣交。多陽少陰，雲趨雨府，濕化乃敷，燥極而澤，蟄蟲乃見，流水不冰。金火合德，上應太白熒惑。其穀白丹，間穀命太者，其耗白甲品羽，故曰熱化寒勝復同，邪氣化度也。燥化四，清化四，熱化二，正化度也。歲物之宜，則介蟲靜，羽蟲育，地氣所制，則介蟲耗，寒毒不生。是以清熱之氣，持地氣交。清先而勁，毛蟲乃死。熱後而暴，介蟲乃殃。其發躁，民病咳、嗌塞，寒熱發暴，振栗癃閟。歲半之前，陽明主之。其化燥者，天之政也。歲半之後，少陰主之。其令熱者，地之化也。金為天氣，火為地氣，火能勝金，遇太一天符，金氣自平。不資化源，惟安其運金，無使受邪。食白丹之穀，以安其氣。食間氣之穀，以去其邪。歲宜以鹹，以苦，以辛，汗之，清之，散之。其運同清，宜多地化。其化上苦小溫，中苦和，下鹹寒，藥食之宜也。初之氣，自甲申年大寒日巳初，至是歲春分日卯初，凡六十日八十七刻半。主位太角木，客氣太陰土，中見金運。土金相生，地氣遷，陰始凝，氣始肅，水乃冰，寒雨化。其病中熱脹，面目浮腫，善眠，鼽，衄，嚏，欠，嘔。小便黃赤，甚則淋。宜治太陰之客，以甘補之，以苦瀉之，以甘緩之。歲穀宜白，間穀宜麻，雖有濕化，不能為邪。二之氣，自春分日卯正，至小滿日丑正，凡六十有奇。主位少徵火，客氣少陽火，中見金運。二火相加，陽乃布，民乃舒，物乃生榮。厲大至，民善暴死。是歲金氣平，雖有厲疾，不至天橫。宜治少陽之客，以鹹補之，以甘瀉之，以鹹耎之。歲穀宜白，間穀宜豆，雖有火化，不能為邪。三之氣，自小滿日寅初，至大暑日子初，凡六十日有奇。主位少徵火，客氣陽明金，中見金運。歲運天符，金氣乃平，天政布，淳乃行，燥熱交合，燥極而澤。民病寒熱。宜調陽明之客，以酸補之，以辛瀉之，以苦泄之。歲穀宜白，間穀宜黍，雖有燥化，不能為邪。是氣也，用涼遠涼，無犯司氣之涼。四之氣，自大暑日子正，至秋分日戌正，凡六十日有奇。主位太宮土，客氣太陽水。中見金運。金水相生，寒雨降，病暴僕振栗，譫妄少氣，嗌乾引飲，乃為心、癰腫、瘡瘍、瘧寒之疾，骨痿血便。宜治太陽之客，以苦補之，以鹹瀉之，以苦堅之，以辛潤之。歲穀宜丹，間穀宜稷，雖有寒化，不能為邪。五之氣，自秋分日亥初，至小雪日酉初，凡六十日有奇。主位少商金，客氣厥陰木，中見金運。歲運當位，其氣平，厥陰居之，春令反行，草乃生榮，民乃和。宜調厥陰之客，以辛補之，以酸瀉之，以甘緩之。歲穀宜丹，間穀宜稻，雖有風化，不能為邪。終之氣，自小雪日酉正，至大寒日未正，凡六十日有奇，主位太羽水，客氣少陰火，中見金。火能勝金，陽氣布，候反溫，蟄蟲來見，流水不冰，民乃康平，其病溫。宜治少陰之客，以鹹補之，以甘瀉之，以酸收之。歲穀宜豆，間穀宜豆，雖有熱化，不能為邪。此六氣之常也。治之大法，和者平之，各安其氣，必清必靜，則邪氣自

衰，歸其氣宗。此治之大體也。

丙戌歲圖

太陽寒水司天，太陰濕土在泉，中見太羽水運。歲水太過，氣化營運先天，太過而同天化，是謂天符，平水之歲也。水運平者，命曰靜順之紀，藏而勿害，治而善下。五化咸整，其氣明，其性下，其用沃衍，其化凝堅。其政流演，其候凝肅，其令寒，其類水，其應冬。其穀豆，其果栗，其實濡。其蟲鱗，其畜彘。其色黑，其味鹹，其音羽，其數六，其物濡。其在人也，其藏腎，其主二陰，其養骨髓，其病厥，此歲運之化也。天地之氣，寒化司天，動化為左間，清化為右間，故天政氣布其氣肅，甘化在泉。明化為左間，灼化居氣為右間，故地氣靜而其令徐。寒臨太虛，其政大舉，陽氣不令，澤無陽焰，則火發待時。少陽中治，時雨乃涯，止極雨散，還于太陰。雲朝北極，濕化乃布，澤流萬物。寒化六，雨化五，正化度虵。鱗蟲靜，倮蟲育，歲物之宜也。鱗蟲不成，燥毒不生，地氣制之也。寒敷于上，雷動於下，水土合德，上應辰星鎮星。其穀玄黔。寒濕之氣，持於氣交。民病寒濕，發肌肉萎，足痿不收，濡瀉，血溢。是歲水在上，土在下，土勝水，天氣虛。水運符天，其氣自平，不資化源，惟抑運水，扶其不勝，無使暴過而生其疾。歲且以苦燥之，溫之，食玄黔之穀，以全其真。避虛邪之氣，以安其正。運與寒同，宜燥熱化，故曰其化上苦熱，中咸溫，下甘熱，藥食宜也，歲半之前，太陽主之，太陽有本標之化，當其時寒熱得中者，天之和氣至也。歲半之後，太陰主之，太陰之化從本。當其時濕化應者，地之令也。初之氣，自乙酉年太寒日申初，至是歲春分日午初，凡六十日八十七刻半。主位太角木，客氣少陽火，中見水運。少陽中治，地氣遷，氣乃大溫，草乃早榮。民乃厲，溫病乃作，身熱頭痛嘔吐，肌腠瘈瘲。宜調少陽之客，以鹹補之，以甘瀉之，以鹹耎之。歲穀宜玄，間穀宜豆。則火不為邪。二之氣，自春分日午正，至小滿日辰正，凡六十日有奇。主位少徵火，客氣陽明金，中見水運。大涼反至，民乃慘，草乃遇寒，火氣遂抑。民病氣郁中滿，寒乃始。宜調陽明之客，以酸補之，以辛瀉之，以苦泄之。歲穀宜玄，間穀宜黍，則燥不為邪。三之氣，自小滿日巳初，至大暑卯初，凡六十日有奇。主位少徵火，客氣太陽水，中見水運。氣與運相符而布天政，寒氣行，雨乃降。民病寒反熱中，癰疽注下，心熱瞀悶，不治者死。宜調太陽之客，以苦補之，以鹹瀉之，以苦堅之，以辛潤之。歲穀宜玄，間穀宜稷，則寒不為邪。是氣也。用寒遠寒，無犯司氣之寒。四之氣，自大暑日卯正，至秋分日丑正，凡六十日有奇。主位太宮土，客氣厥陰木，中見水運。水生木，風濕交爭，風化為雨，乃長乃化乃成。民病大熱少氣，肌肉萎，足痿，注下赤白，宜調厥陰之客，以辛補之，以酸瀉之，以甘緩之。歲穀宜黔，間穀宜稻，則風不為邪。五之氣，自秋分日寅初，至小雪日子初，凡六十日有奇。主位少商金，客氣少陰火，中見水運。大火所居，陽復化，草乃長乃化乃成，民乃舒。宜調少陰之客，以鹹補之，以甘瀉之，以酸收之。歲穀宜黔，間穀宜豆，則熱不為邪。終之氣，自小雪日子正，至大寒日戌正，凡六十日有奇。主位太羽水，客氣太陰土，中見水運。水運得位，濕土得位，濕土居之，地氣正，濕令行，陰凝太虛，埃昏郊野，民乃慘淒，寒風以至，反者孕乃死。宜調太有之客，以甘補之，以苦瀉之，以甘緩之，歲穀宜黔，間穀宜麻。則濕不為邪。此六氣之化也。歲行平水之化，天符為執法。邪或中之，民有卒急之病。經曰中執法者，其病速而危也。

丁亥歲圖

厥陰風水司天，少陽相火在泉，中見少角木運。歲本不乃，上角與正角同，又木不乃而同天化，是謂天符。氣化營運同天，木氣適平，命曰敷和之紀。木德周行，陽舒陰布，五化宣平。其氣端，其性隨，其用曲直，其化生榮，其政發散。其候溫和，其令風，其類草木，其應春。其穀麻，其果李，其實核。其蟲毛，其畜犬，其味酸，其音角，其數八，其物中堅。其在人也，其藏肝，其主目，其養筋，其病裏急支滿，此歲運之化也。歲氣之化，上見厥陰，左間少陰，右間太陽，故天氣擾而其政撓。下見少物，左間陽明，右間太陰，故地氣正而令速。風生高遠，炎熱從之。雲趨雨府，濕化乃行。風火同德，上應歲星熒惑。其穀蒼丹，間穀言太商之穀。其耗文角品羽，清化熱化勝復同，邪氣化度也。風化三，火化七，正化度也。毛蟲靜，羽蟲育，是乃歲物所宜。介蟲耗，寒毒不生，是皆地氣所制。故風燥火熱，勝復更作。蟄蟲來見，流水不冰。熱病行於下，風病行於上。風燥勝復形於中。是歲陰為天氣，陽為地氣，天氣虛，木運符之。又木火同德，其氣專，不資化源，惟贊運木，無使邪勝。歲宜以辛調上，以鹹調下。畏火之氣，無妄之氣，無妄犯之，故曰其化上辛涼，中辛和，下鹹寒，藥食宜也。歲半之前，天氣主之，天布厥陰之政，其令風。歲半之後，地氣主之，地行少陽之令，其化火，氣化之常也。初之氣，自

丙戌年大寒日亥初，至是歲春分日酉初，凡六十日八十七刻半。主位少角木，客氣陽明金，中見木運。歲運得位，金燥客之，寒始肅，殺氣方至。民病寒於右之下。宜調陽明之客，以酸補之，以辛瀉之，以苦泄之。歲穀宜蒼，間穀宜黍，則燥不為邪。二之氣，自春分日酉正，至小滿日未正，凡六十日有奇。主位太徵火，客氣太陽水，中見木運。寒不去，華雪水冰，殺氣施化，霜乃降，名草上焦，寒雨數至，陽復化。民病熱於中。宜調太陽之客，以苦補之，以鹹瀉之，以苦堅之，以辛潤之。歲穀宜蒼，間穀宜稷，則寒不為邪。三之氣，自小滿日申初，至大暑日午初，凡六十日有奇，主位太徵火，客氣厥陰木，中見木運。運與天符，天政布，風乃時舉。民病泣出，耳鳴，掉眩，宜調厥陰之客，以辛補之，以酸瀉之，以甘緩之。歲穀宜蒼，間穀宜稻，則風不為邪。是氣也，用溫遠溫，無犯司氣之溫。四之氣，自大暑日午正，至秋分日辰正，凡六十日有奇。主位少宮土，客氣少陰火，中見木運。濕暑濕熱相搏上，爭于左之上。民病黃癉而為腫。宜調少陰之客，以鹹補之，以甘瀉之，以酸收之。歲穀宜丹，間穀宜豆，則熱不為邪。五之氣，自秋分日巳初，至小雪日卯初，凡六十日有奇。主位太商金，客氣太陰土，中見木運。燥濕更勝，沉陰乃布，寒氣乃體，風雨乃行。宜調太陰之客，以甘補之，以苦瀉之，以甘緩之。歲穀宜丹，間穀宜麻，則濕不為邪。終之氣，自小雪日卯正，至大寒日丑正，凡六十日有奇。主位少羽水，客氣少陽火，中見木運。木生火，畏火司令，陽乃大化，蟄蟲出見。流水不冰，地氣大發，草乃生，人乃舒，其病溫厲。宜調少陽之客，以鹹補之，以甘瀉之。以鹹耎之。歲穀宜丹，間穀宜豆，則火不為邪。此六氣之化也。歲為平木。或有邪氣，則中熱法，人有急卒之病。經曰：中熱法者，其病速而危也。

戊子歲圖

少陰君火司天，陽明燥金在泉，中見太徵火運。歲火太過，氣化營運先天，太過而同天化，是謂天符，氣之平也。平火之歲，命曰升明之紀，正陽而治，德施周普，五化均衡。其氣高，其性速，其用燔灼，其化蕃茂。其政明曜，其候火暑，其令熱，其類火，其應夏。其穀麥，其果杏，其實絡。其蟲羽，其畜馬，其色赤，其味苦，其物脈，其音徵，其數七。其在人也，其藏心，其主舌，其養血，其病瞤瘛，此歲運之化也，天地之氣，熱化司天，柔化左間，動化右間，故天政氣布，其氣明，辛化在泉。藏化為左間，司氣丹化為右間，故地氣肅而其令切。寒交暑，熱加燥，雲馳雨府，濕化乃行，時雨乃降，金火合德，上應熒惑太白，熱化七，清化九，正化度也。羽蟲靜，介蟲育，歲物所宜也。毛蟲耗，濕毒不生，地氣制之也。水火寒熱，持於氣交而為病始，熱病生於上，清病生於下，寒熱相犯而爭於中。民病咳喘，血溢，血泄，鼽，嚏，目赤，瘍，寒厥入胃，心痛，腹大，嗌乾，腫上。是歲火生在上，金在下，火在中，火勝金，天氣盈，地氣虛。天氣雖平，熱其於上，宜於年前，先取化源，平其火氣，必抑其運火，資其金之鬱氣，無使暴過而生其病。食丹白之穀，以合真氣。食間氣之穀，以辟虛邪。歲宜以鹹耎之而調安其下。運同天氣，以寒清化，故曰其化上鹹寒，中其寒，下酸溫，藥令宜也。歲半之前，少陰主之，少陰有本標之化，寒熱得中，為天政之平也。歲半之後，陽明主之，陽明以中氣為化，燥濕相半者，地之令也。初之氣，自丁亥年大寒日寅初，至是歲春分日子初，凡六十日八十七刻半。主位少角木，客氣太陽水，中見火運，水勝火，地氣遷，燥將去，寒乃始，蟄復藏，水乃冰，霜復降，風乃至。陽氣鬱，民反周密，關節禁固，腰脽痛，炎暑將起，中外瘡瘍。宜調太陽之客，以苦補之，以鹹瀉之，以苦堅之，以辛潤之。歲穀宜丹，間穀宜稷，則寒不為邪。二之氣，自春分日子正，至小滿日戌正，凡六十日有奇。主位太徵火，客氣厥陰木，中見火運。木火相生，陽氣布，風乃行，春氣以正，萬物應榮，寒氣時至，民乃和。其病淋，目瞑，目赤，氣郁於上而熱。宜調厥陰之客，以辛補之，以酸瀉之，以甘緩之。歲穀宜丹，間穀宜稻，則風不為邪。三之氣，自小滿日亥初，至大暑日酉初，凡六十日有奇。主位太徵火，客氣少陰火，中見火運。氣與運符，天政布，大火行，庶類蕃鮮，寒氣時至。民病氣厥心痛，寒熱更作，咳喘目赤。宜調少陰之客，以鹹補之，以甘瀉之，以酸收之。歲穀宜丹，間穀宜豆，則熱不為邪。四之氣，自大暑日酉正，至秋分日未正，凡六十日有奇。主位少宮土，客氣太陰土，中見火運。土當其位，火化兼之，溽暑至，大雨時行，寒熱互至。民病寒熱，嗌乾，黃癉，鼽，衄，在飲發。宜調太陰之客，以甘補之，以苦瀉之，以甘緩之。歲穀宜白，間穀宜麻，則濕不為邪。五之氣，自秋分日申初，至小雪日午初，凡六十日有奇。主位太商金，客氣少陽火，中見火運。氣同化運，畏火臨，暑反至，陽乃化，萬物乃生乃長榮，民乃康。其病溫，宜調少陽之客，以鹹補之，以甘瀉之，以鹹耎之。歲穀宜豆，則火為邪，則火不為邪。是氣也，用熱遠熱，無犯司氣之熱。終之氣，自小雪日午正，至大寒日辰正，凡六十日有

奇。主位少羽水，客氣陽明金，中見火運。火勝金，水反制之，燥令行餘火內格。腫於上，咳喘，甚則血溢，寒氣數舉，則霧露翳。病生皮腠，內舍於脅，下連少腹而作寒中，地將易也。宜調陽明之客，以酸補之，以辛瀉之，以苦泄之。歲穀宜白，間穀宜黍，則燥不為邪。此六氣之化也。歲氣之交，宜扶其不足，制其有餘，使氣適平。然是歲天符為執法，若有邪中執法者，民病速而危。

己丑歲圖

太陰濕土司天，太陽寒水在泉，中見少宮土運。歲土不及，上宮與正宮同，少宮上臨太陰，是為天符，土運臨丑，是為歲會，上見天符，下見歲會，三合為治，太一天符之歲，氣至平也，命曰備化之紀。氣協天休，德流四政，五化齊修。其氣平，其性順，其用高下，其化滿，其政安靜，其候溽蒸，其令濕，其類土，其應長夏，其穀稷，其果棗，其實肉，其蟲倮，其畜牛，其色黃，其味甘，其物膚，其音宮，其數五。其在人也，其藏脾，其主口，其養肉，其病否。此歲運之化也。歲氣之化，濕化司天，明化間左，灼化居右，故地氣上騰而其政肅，鹹化在泉，動化間右，清化間右，故天氣下降而其令寂。陰專其政，陽氣退辟，大風時起，原野昏霧，白埃四起，雲奔南極，寒雨數至，物成于差夏，濕寒合德，黃黑埃昏，流行氣交，上應鎮星辰星。其穀齡玄，間穀命太商太徵者。物成于差夏，故陰凝於上，寒積於下，寒水勝火，則為冰雹，陽光不治，殺氣乃行，有餘宜高，不及宜下，有餘宜晚，不及宜早，土之利，氣之化也。民氣亦從之，其病寒濕腹滿，身膚憤，胕腫，痞逆，寒厥拘急。故曰風化清化勝復同，邪氣化度也。雨化五，寒化一，正化度也。倮蟲靜，鱗蟲育，歲物氣宜也。羽蟲耗，熱毒不生，地氣制之也。是歲土在上，水在下，土勝水，天氣盈，當取化源。歲遇太一天符，其氣至平，不取化源，惟折其水鬱，益其歲氣，贊其陽火，令御甚寒。無使邪勝，食齡玄之穀，以全其真。食音氣之穀，以保其精。歲宜以苦燥之溫之。運與濕同。宜以燥化，故曰其化上苦熱，中甘和，下甘熱，藥食宜也。歲半之前，其政濕，歲半之後，其令寒。初之氣，自戊子年大寒日巳初，至是歲春分日卯初，凡六十日八十七刻半。主位少角木，客氣厥陰土，中見土運。木當其位，地氣遷，寒乃去，其氣正，風乃來，生布萬物以榮，民氣條舒，風濕相搏，雨乃後。民病血溢，筋絡拘強，關節不利，身重筋痺。宜調厥陰之客，以辛補之，以酸補之，以甘緩之。歲穀宜齡，間穀宜稻，則風不為邪。二之氣，自春分日卯正，至小滿日丑正，凡六十日有奇。主位太徵火，客氣少陰火，中見土運。大火正，物承化，民乃和。其病溫厲盛行，遠近咸若。濕蒸相搏，雨乃時降。宜調少陰之客，以鹹補之，以甘瀉之，以酸收之。歲穀宜齡，間穀宜豆，則熱不為邪。三之氣，自小滿日寅初，至大暑日子初，凡六十日有奇。主位太徵火，客氣太陰土，中見土運。氣與運符而行平氣，天政布，濕氣降，地氣騰，雨乃時降，寒乃隨之。感於寒濕，則民病身重，胕腫，胸腹滿。宜調太陰之客，以甘補之，以苦瀉之，以甘緩之。歲穀宜齡，間穀宜麻，則濕不為邪。是氣也，無犯司氣。四之氣，自大暑日子正，至秋分日戌正，凡六十日有奇。主位少宮土，客氣少陽火，中見土運。歲運得位，相火居之，畏火臨，溽蒸化，地氣騰，天氣否隔，寒風曉暮，蒸熱相搏，草木凝漸，濕化不流，則白露陰布以成秋令。民病腠理，熱血暴溢，瘡，必腹滿熱，膚脹，甚則胕腫。宜調少陽之客，以鹹補之，以甘瀉之，以鹹耎之。歲穀宜玄，間穀宜豆，則火不為邪。五之氣，自秋分日亥初，至小雪日酉初，凡六十日有奇，主位太商金，客氣陽明金，中見土運。土生金，金得位，慘令已行，寒露下，霜乃早降，草木黃落，寒氣及體，君子周密。民病皮腠，宜調陽明之客，以酸補之，以辛瀉之，以苦泄之，歲穀宜玄，間穀宜黍，則燥不為邪。終之氣，自小雪日酉正，至大寒日未正，凡六十日有奇。主位少羽水，客氣太陽水，中見土運。水當其位，濕氣合德，寒大舉，濕大化，霜乃積，陰乃凝，水堅冰，陽光不治。感於寒則病患關節禁固，腰脽痛，寒濕持於氣交而為疾也。宜調太陽之客，以苦補之，以鹹瀉之，以苦堅之，以辛潤之。歲穀宜玄，間穀宜稷，則寒不為邪。此六氣之化也。氣交之化，歲有水鬱，當隨勝氣安其屈伏，無間其數，以平為期，此其道也。

庚寅歲圖

少陽相火司天，厥陰風木在泉，中見太商金運。歲金太過，氣化營運先天。火化為天氣，素化司氣為左間，柔化為右間，故天氣正而其政嚴。酸化為地氣，灼化居氣為左間，藏化為右間，故地氣擾而其令撓，風乃暴舉，木偃沙飛，炎火乃流。陰行陽化，雨乃時應，風熱參布，雲物沸騰，太陰橫流，寒乃時至，涼雨並起。火木同德，上應熒惑歲星。其穀丹蒼，火化七，清化九，風化三，正化度也。羽蟲靜，毛蟲育，是謂歲物之宜。倮蟲耗，清毒不生，是皆地氣所制。民病寒中，外發瘡瘍，內為泄滿。聖人遇之，和而不爭，往復之

作，民病寒熱、瘧泄、聾瞑、嘔吐，上怫腫色變。是歲陽為天氣，陰為地氣，金運在中。天氣刑運，運刑地氣，天氣盈，地氣虛。當於年前，先取化源，以平火氣，無使運鬱。次抑其運金，贊所不勝，無使木鬱，折其鬱氣，則暴過不生，苛疾不起，歲宜鹹、宜辛、宜酸滲之泄之潰之發之。運異風熱，少用寒化，其化上鹹寒，中辛溫，下辛涼，藥食宜也。候其氣者，歲半之前，少陽主之。若火耗淫所勝，則溫氣流行，金政不平。民病頭痛、發熱、惡寒而瘧，熱上皮膚痛，色變黃赤，傳而為水，身面胕腫，腹滿仰息，泄注赤白，瘡瘍，咳唾血，煩心胸中熱，病本於肺。診在手天府之脈。法宜平以鹹冷，佐以苦甘。以酸收之，以苦發之，以酸復之。歲半之後，厥陰主之，若風淫於內，則地氣不明，平野昧，草乃早秀。民病灑灑振寒，善伸數欠，心痛支滿，兩脅裏急，飲食不下，鬲咽不通，食則嘔，腹脹善噫，得後與氣，則快然如衰，身體皆重。法宜治以辛涼，以甘緩之，以辛散之。歲運之化金太過，紀曰堅成，是謂收此，天氣潔，地氣明，陽氣隨，陰治化。燥行其政，物以司成，收氣繁布，化洽不終，其化成，其氣削，其政肅，其令銳切，其動暴折瘧疰。其德霧露蕭颯，其變肅殺凋零，其化兼其所勝。其病喘喝，胸憑仰息。上徵與正商同，其生齊，其病咳，故曰歲金太過，燥氣流行，肝木受邪。民病兩脅下少腹痛，目赤痛眦瘍，耳無所聞。甚則喘咳逆氣，肩背痛，下連股膝髀足皆病。其治宜以辛溫。初之氣，自己丑年大寒日申初，至是歲春分日午初，凡六十日八十七刻半。主位少角木，客氣少陰火，中見金運。火勝金，地氣遷，風勝乃搖，寒乃去，候乃大溫，草木早榮，寒來不殺，溫病乃起。其病氣怫於上，血溢目赤，咳逆頭痛，血傷脅滿，膚腠中瘡。宜治少陰之客，以鹹補之，以甘瀉之，以酸收之。歲穀宜丹，間穀宜豆。二之氣，自春分日午正，至小滿日辰正，凡六十日有奇。主位太徵火，客氣太陰土，中見金運，火生土，火反郁，白埃四起，雲趨雨府，風不勝濕，雨乃零，民乃康。其病勢郁於上，咳逆嘔吐，瘡發於中，胸嗌不利，頭痛身熱，昏憒膿瘡。宜治太陰之客，以甘補之，以苦瀉之，以甘緩之。歲穀宜丹，間穀宜麻。三之氣，自小滿日巳初，至大暑日卯初，凡六十日有奇。主位太徵火，客氣少陽火，中見金運，火當其位，天政布，炎暑至，少陽臨上，雨乃涯。民病熱中、聾、瞑、血溢、膿瘡、咳、嘔、鮒衄、渴、嚏、欠、喉痹目赤，善暴死。宜調陽之客，以鹹補之，以甘瀉之，以鹹奪之。歲穀宜丹，間穀宜豆。四之氣，自大暑日卯正，至秋分日丑正，凡六十日有奇。主位少宮土，客氣陽明金，中見金運。氣與運同，是謂司氣，涼乃至，火暑間化，白露降，民氣和平。其病滿身重，宜治陽明之客，以酸補之，以辛瀉之，以甘泄之。歲穀宜蒼，間穀宜黍。是氣也，用涼遠涼，無犯司氣之涼。五之氣，自秋分日寅初，至小雪日子初，凡六十日有奇，主位太商金，客氣太陽水，中見金運，金當其位而生水。陽乃去，寒乃來，雨乃降，氣門乃閉，剛木早凋，民避寒邪，君子周密。宜治太陽之客，以苦補之，以鹹瀉之，以苦堅之，以辛潤之。歲穀宜蒼，間穀宜稷。終之氣，自小雪日子正，至大寒日戌正，凡六十日有奇。主位少羽水，客氣厥陰木，中見金運。金生水，水生木，地氣正，風乃至，萬物反生，露霧以行。其病關閉，不禁心痛，陽氣不藏而咳。宜治厥陰之客，以辛補之，以酸瀉之，以甘緩之。歲穀宜蒼，間穀宜稻。歲氣之化，勝復更作，當佐以所利，和以所宜，安其主客，適其寒溫，同者逆之，異者從之，是其法也。

### 辛卯歲圖

陽明燥金司天，少陰君火在泉，中見少羽水運，歲水不乃，氣化營運後天。燥化為天氣，玄化為左間，明化為右間，故天氣急而其政切。苦化為地氣，柔化為右間，故地氣明而令暴。陽專其令，炎暑盛行，物燥以堅，淳風乃治。風燥橫運，流於氣交，多陽少陰，去趨雨府，濕化乃敷，燥極而澤。金火合德，上應太白熒惑。其穀白丹，間穀命太徵者，其耗白甲品羽。雨化風化勝復同，邪氣化度也。清化九，寒化一，熱化一，熱化七，正化度也。介蟲靜，羽蟲育，是乃歲物之宜。介蟲耗，寒毒不生，是皆地氣所制。蟄蟲乃見，流水不冰，清熱之氣，持於氣交。民病咳嗌塞，寒熱發暴，振栗癃閼，清先而勁，毛蟲乃死，熱後而暴，介蟲乃殃。其以躁，是歲金在上，火在下，水運在中，水勝火，火生金，天氣虛。水能制火而生金，金又生運，其邪乃微。宜資其化源，以助金氣，安其運水，無使受邪，折其火氣之郁。食白丹之穀，以安其氣。食間氣之穀，以去其邪。同歲宜以鹹、以辛汗之清之散之。運化同清，宜多地化，其化上苦小溫，中苦和，下鹹寒，藥食宜也。歲半之前，陽明主之，若燥浮所勝，則木乃晚榮，草乃晚生。筋骨內變，民病左胠脅痛，寒清於中，感而瘧，大涼革候，咳、腹中鳴，注泄鶩溏。名木斂，生菀於下，草焦上首。心脅暴痛，不可反側，嗌乾，面塵，腰痛，目眛眦瘍瘡痤癰。病本於肝，診在足太沖之脈。法宜平以苦溫，佐以酸平，以苦下之。歲半之後，少陰主之。若熱淫於內，則焰浮川澤，陰處反明，民病腹中常鳴，氣上沖胸，喘不能久立，寒熱皮膚痛，目

瞑，齒痛頤腫，惡寒發熱如瘧，少腹中痛，腹大，法宜治以鹹寒，佐以甘苦，以酸收之，以苦發之。氣交之間，水運統之。不及之水，經曰涸流，是謂反陽。藏令不舉，化氣乃昌。長氣宣佈，蟄蟲不藏，土潤，水泉減，草木條茂，榮秀滿盛。其氣滯，其用滲泄，其動堅止，其發燥槁，其藏腎。其化兼所不勝，其病癰閟，邪傷腎也。候其氣者。四維有湍潤埃雲之化，則不時有和氣生發之應。若四維發埃昏驟注之變，則不時有飄蕩振拉之復。其眚北，其病內舍腰脊骨髓，外在溪谷踹膝，故曰歲水不及，濕乃盛行，長氣反用，其化乃速，暑雨數至。民病腹滿，身重，濡泄，寒瘍流水，腰股痛發，膕踹股膝不便，煩冤，足痿清厥，腳下痛，甚則肘腫，復則大風暴發，草偃木零，生長不鮮。面色時變，筋骨並避，肉瞤瘛，目視眩眩，物疏璺，肌肉胗發，氣並隔中，痛于心腹，黃氣乃損，其穀不登。初之氣，自庚寅年大寒日亥初，至是歲春分日酉初，凡六十日八十七刻半。主位少角木，客氣太陰土，中見水運。土勝水，地氣遷，陰始凝，氣始肅，水乃冰，寒雨化。其病中熱脹，面目浮腫，善眠，鼽，衄，欠，嘔，小便黃赤，甚則淋。宜治太陰之客，以苦補之，以甘瀉之，以甘緩之，歲食白穀，間穀用麻，雖有濕邪，莫之能害。二之氣，自春分日酉正，至小滿日未正，凡六十日有奇。主位太徵火，客氣少陽火，中見水運。陽乃布，民乃舒，物乃生榮，厲大至，民善暴死，水運承之，其邪亦微。宜治少陽之客，以鹹補之，以甘瀉之，以鹹耎之。歲食白穀，間穀用豆，雖有火邪，莫之能害。三之氣，自小滿日申初，至大暑日午初，凡六十日有奇。主位太徵火，客氣陽明金，中見水運。天政布，涼乃行，燥熱交合，燥極而澤，民病寒熱。宜治陽明之客，以酸補之，以辛瀉之，以苦泄之。歲食白谷，間用黍，雖有燥邪，莫之能害。四之氣，自大暑午正，至秋分日辰正，凡六十日有奇。主位少宮土，客氣太陽水，中見水運，氣與運同，是謂司氣，寒雨降。病暴僕振栗，譫妄少氣，嗌乾引飲，乃為心痛，癰腫，瘡瘍，瘧寒之疾，骨痿血便。宜治太陽之客，以苦補之，以鹹瀉之，以苦堅之，以辛潤之。歲食丹穀，間穀用稷，雖有寒邪，莫之能害，是氣也，用寒遠寒，無犯司氣之寒。五之氣，自秋分日巳初，至小雪日卯初，凡六十日有奇。主位太商金，客氣厥陰木，中見水運。水生木春令反行，草乃生榮，民氣和。宜調厥陰之客，以辛補之，以酸瀉之，以甘緩之。歲食丹穀，間穀用稻，雖有風邪，莫之能害。終之氣，自小雪日卯正，至大寒日丑正，凡六十日有奇。主位少羽水，客氣少陰火，中見水運。水運得位，少陰居之，陽氣布，候反溫，蟄蟲來見，流水不冰。民乃康平，宜治少陰之客，以鹹補之，以甘瀉之，以酸收之。歲食白谷，間穀用豆，雖有熱邪，莫之能害。此六氣之化也。歲氣之交，天氣勝者，少陽復之，地氣勝者，太陽復之，其治皆如復氣之法。

## 壬辰歲圖

太陽寒水司天，太陰濕土在泉，中見太角木運，歲木太過，氣化營運先天。寒化在上，蒼化司氣左間，清化右間，故政氣布其氣肅。甘化在下，明化左間，灼化居氣右間，故地氣靜而其令徐。寒臨太虛，其政大舉，陽氣不令，澤無陽焰，則火發待時，少陽中治。時雨乃涯，止極雨散，還于太陰，雲朝北極，濕化乃布，澤流萬物，寒化六，風化八，雨化五，正化度也。鱗蟲靜，倮蟲育，歲物之宜也。鱗蟲不成，燥毒不生，地氣制之也。寒敷于上，雷動於下，寒濕之氣，持於氣交。民病寒濕，發肌肉萎，足痿不收，濡瀉血溢。是歲水為天氣，土為地氣，土勝水，天氣虛，當資化源，以助天氣之水。歲運木，天氣生運，木能制土，地氣反鬱，其邪乃微，必折鬱土，抑其運木，扶其不勝，無使暴過而生其疾。食玄黅之穀，以全其真。避虛邪之氣，以安其正，運與寒濕異，宜以燥濕化。其化上苦溫，中酸和，下甘溫，藥食宜也。歲半之前，太陽主。若寒淫所勝，則寒氣反至，水且冰，血變於中，發為癰瘍，民病厥心痛，嘔血，血泄，鼽衄，善悲，血溢，時眩僕。運火炎烈，雨暴乃雹，胸腹滿，手熱，肘攣，腋腫，心澹澹大動，胸脅胃脘不安，面赤目黃，善噫嗌乾，甚則色，渴而欲飲，病本欲飲，病本於心。診在手神門脈，其法平以辛熱，佐以甘苦，以鹹瀉之。歲半之後，太陰主之，若濕淫於內，則埃昏岩谷，黃反見黃。至陰之交，民病飲積，心痛，耳聾，渾渾焞焞，嗌腫，喉痹，陰病血見，少腹痛腫，不得小便，病沖頭痛，目似脫，項似拔，腰似折，髀不可以回，臑如結，腨如別。其法宜治以苦熱，佐以酸淡，以苦燥之，以淡泄之。氣交之間，木運太過，發生之紀，是謂啟敕。土疏泄，蒼氣達，陽和布化，陰氣乃隨，生氣淳化，萬物淳化，萬物以榮。其化生，其氣美，其政散，其令條舒。其動掉眩巔疾，其德鳴靡啟拆，其變振拉摧拔，其化兼其所勝，其病怒，故曰歲木太過，風氣流行，脾土受邪，民病飧泄，食減，體重，煩冤，腸，腹支滿，甚則忽忽善怒，眩冒巔產，反脅痛而吐甚，沖陽脈絕者不治。其法治以酸和。初之氣，自辛卯歲大寒日寅初，至是年春分日子初，凡六十日八十七刻半。主位太角木，客氣少陽火，中見木。

歲木當位，相火居之，地氣遷，氣乃大溫，草乃早榮，民乃厲，溫病乃和，身熱頭痛嘔吐，肌腠瘡瘍。宜治少陽之客，以鹹補之，以甘瀉之，以鹹耎之。歲穀宜玄，間穀宜豆，雖有火邪，不能為害。二之氣，自春分日子正，至小滿日戌正，凡六十日有奇。主位少徵炎火，客氣陽明金，中見木運。金勝木，大涼反至，民乃慘，草乃遇寒，火氣遂抑，民病氣郁中滿，寒乃始。宜治陽明之客，以酸補之，以辛瀉之，以苦泄之。歲穀宜玄，間穀宜黍，雖有燥邪，不能為害。三之氣，自小滿日亥初，至大暑日酉初，凡六十日有奇。主位少徵火，客氣太陽火，中見木。天政布，寒氣行，雨乃降，民病寒反熱中，癰疽注下，心熱瞀悶，不治者死。宜治太陽之客，以苦補之，以鹹瀉之，以苦堅之，以辛潤之。歲穀宜玄，間穀宜稷，雖有寒邪，不能為害。四之氣，自大暑日酉正，至秋分日未正，凡六十日有奇。主位太宮土地，客氣厥陰木，中見木運，氣與運同，是謂司氣，風濕交爭，風化為雨，乃長乃化乃成。民病大熱大少氣，骨肉萎、足痿，注下赤白。宜治厥陰之客，以辛補之，以酸瀉之，以甘緩之，歲穀宜黔，間穀宜稻，雖有風邪，不能為害。是氣，用溫遠溫，無犯司氣之溫。五之氣，自秋分日申初，至小雪日午初，凡六十日有奇。主位少商金，客氣少陰火，中見木運。木生火，火生金，陽復化，草乃長乃化乃成，民乃舒。宜調少陰之客，以鹹補之，以甘瀉之，以酸收之，歲穀宜黔，間穀宜豆，雖有熱邪，不能為害。終之氣，自小雪日午正，至大寒日辰正，凡六十日有奇。主位太羽水，客氣太陰土，中見木運。地氣正，濕令行，陰凝太虛，埃昏郊野，民乃慘淒，寒風以至，反者孕乃死。木運制之，土乃鬱。宜治太陰之客，以甘補之，以苦瀉之，以甘緩之。歲穀宜黔，間穀宜麻，雖有濕邪，不能為害。此六氣之化也。歲氣之交，天氣勝則有太陰之復，地氣勝則有厥陰之復，治之宜以勝復之法。

癸巳歲圖

厥陰風木司天，少陽相火在泉，中風少徵火運。歲火不及，氣化營運後天，火同地化，不及而加同歲會，氣之平也。諸同正歲，氣化營運同天，平火之歲，命曰升明之紀。正陽而治，德施周普，五化均衡，其氣高，其性速，其用燔灼，其化蕃茂，其政明曜，其候炎暑，其令熱，其類火。其應夏，其穀麥，其果杏，其實絡。其蟲羽，其畜馬，其色赤，其味苦，其物脈，其音徵，其數七。其在人也。其藏心，其主舌，其養血，其病瞤瘛，此歲運之化也。天地之氣，風化在下，灼化左，藏化右，苦化在下，清左，酸化右。故天氣擾而其政撓，地氣正而其令速，風生高速，炎熱從之，雲趨雨府，濕化乃行，風火同德，上應歲星熒惑。其穀蒼丹，間穀言太宮太羽者，其耗文角品羽，寒化雨化勝復同。邪氣化度也。風化八，火花二，正化度也。歲物之宜，則毛蟲靜，羽蟲育。地氣所制，則介蟲耗。寒毒不生，風燥火熱，勝復更作，蟄蟲來見。流水不冰。熱病行於下，風病行於上，風燥勝復形於中。是歲陰為天氣，陽為地氣。天氣虛，火運適平，不資化源，惟贊運火，無使邪勝。歲宜以辛調上，以鹹調下，畏火之氣，無妄犯之。其化上辛涼，中鹹和，下鹹寒，藥食宜也。歲半之前，厥陰主之，厥陰所至，其令風，當其時風化行者，天之致也。歲半之後，少陽主之，少陽所至其令火，當其時火化行者，地之令也。初之氣，自壬辰年大寒日巳初，至是歲春分日卯初，凡六十日八十七刻半。主位太角木，客氣陽明金，中見火運。寒始肅，殺氣方至，民病寒於右之下，營運平火，其邪乃微。宜調陽明之客，以酸補之，以辛瀉之，以苦泄之。歲穀宜蒼，間穀宜黍。二之氣，自春分之日卯正，至小滿日丑正，凡六十日有奇。主位少徵火，客氣太陽水，中見火運。火居其位，寒水承之，寒不去，華雪水冰，殺氣施化，霜乃降，名草上焦，寒雨數至，陽復化，民病熱於中，宜調太陽之客，以苦補之，以鹹瀉之，以苦堅之，以辛潤之。歲穀宜蒼，間穀宜稷。三之氣，自小滿日之寅初，至大暑日子初，凡六十日有奇。主位少徵火，客氣厥陰木，中見火運。火當其位，風木客之，天政布，風乃時舉，民病泣出耳鳴掉眩。宜調厥陰之客，以辛補之，以酸瀉之，以甘緩之。歲穀宜蒼，間穀宜稻。四之氣，自大暑日子正，至秋分日戌正，凡六十日有奇。主位太宮土，客氣少陰火，中見火運。氣與運同，灼化所居，濕熱相搏，爭于左之上，民病黃癉而為肘腫。宜調少陰之客，以鹹補之。歲穀宜丹，間穀宜豆。五之氣，自秋分日亥初，至小雪日酉初，凡六十日有奇。主位少商金，客氣太陰土，中見火運。火生土，燥濕更勝，沉陰乃布，寒氣及體，風雨乃行。宜調太陰之客，以甘補之，以苦瀉之，以甘緩之。歲穀宜丹，間谷宜麻。終之氣，自小雪日酉正，至大寒日未正，凡六十日有奇。主位太羽水，客氣少陽火，中見火運。火氣符會，畏火司令，陽乃大化，蟄蟲出見，流水不冰，地氣大發。草乃生，人乃舒，其病溫厲。宜調少陽之客，以鹹補之，以甘瀉之，以鹹耎之。歲穀宜丹，間穀宜豆。是氣也，司氣以熱，用熱無犯，所謂用熱遠熱也。歲氣之化，其化淳，又遇火氣平，是謂行令，邪或乘之。其病持久，故經曰中行令者，其病徐而持。

《聖濟總錄・卷二・運氣》　甲午歲圖

少陰君火司天，陽明燥金在泉，中見太宮土運。歲土太過，氣化營運先天，熱化在上，左化司氣，右動化厥有，故天政所布其氣時。辛化在下，左藏化太陽，右明化少陽，故地氣肅而其令切。寒交暑，熱加燥，雲馳雨府，濕化乃行，時雨乃降。金火合行，上應熒惑太白。其穀白丹，熱化二，雨化五，燥化四，所謂正化日也。羽蟲靜，介蟲育，藏物之宜也。毛蟲耗，濕毒不生，地氣所制也。寒熱持於氣交而為病始，熱病生於上，清病生於下，寒熱相犯而爭始中。民病咳喘，血溢，鮋嚏，眩瘍，寒厥入胃，心痛，腰痛，腹大，嗌乾，腫上。是歲火為天氣，金為地氣，火勝金，天氣盈，宜於年前，先取化源，以平火氣。土運在中，天氣生運，運生地氣，三氣相得而行順化，其邪乃微。必抑其運土，資其歲勝，無使暴過而生其病。食丹白之穀，以全真氣。食間氣之穀，以避虛邪。歲宜以鹹軟之，而調其上，甚則苦發之，以酸收之，而安其下，甚則以苦泄之，適氣異同而多少之。運同地氣，以溫熱化，其化上鹹寒，中苦熱，下酸熱，藥食宜也。歲半之前，少陰主之，少陰之化熱，若熱淫所勝，即怫熱至，火行其政，民病胸中煩熱嗌乾，右胠滿，皮膚痛，寒熱咳喘，大雨且至，唾血，血泄，鮋嚏，嘔嘔，溺色變，甚則瘡瘍附腫，肩背臂臑及缺盆中痛，心痛，肺膜，腹大滿，膨膨而喘咳，病本於肺。診在手尺之脈。其法平以鹹寒，佐以苦甘，以酸收之。歲半之後，陽明主之，陽明之氣燥，若燥淫於內，即霧露清瞑，民病喜苦，善太息，心脅痛不能反側，甚則嗌乾面塵，身無膏澤，足外反熱。其法治以苦溫，佐以甘辛，以苦下之。氣交之中，土運主之，敦阜之紀，是謂廣化。濃德清靜，順長以盈。至陰內實，物化充成，煙埃朦鬱，見於濃土，大雨時行，濕氣乃用，燥政乃辟。其化圓，其氣豐，其政靜，其令周備，其動濡並稽。其德柔潤重淖，其變震驚驟，其化兼其氣勝。其病腹滿四肢不舉。故曰歲土太過，雨濕流行，腎水受邪。民病腹滿，清厥意不樂，體重煩冤，甚則肌肉萎，足痿不收，行善瘛，腳下痛，飲發中滿食減，四肢不舉。變生得位，藏氣伏，化氣獨治之。泉湧河衍，涸澤生魚，風雨大至，土潰鱗見於陸。病腹滿溏泄，腸鳴反下，甚而太溪絕者，死不治。初之氣，自癸巳年大寒日申初，至是歲春分日午初，凡六十日八十七刻半。主位太角木，客氣太陽水，中見土運。地氣遷，燥將去，寒乃始，蟄復藏，水乃冰，霜復降，風乃至，陽氣鬱，民反周密，關節禁固腰脽痛，炎暑將起，中外瘡瘍。宜治太陽之客，以苦補之，以鹹瀉之，以苦堅之，以辛潤之。歲穀宜丹，間穀宜稷，雖有寒邪，不能為邪，不能為害。二之氣，自春分日午正，至小滿日辰正，凡六十日有奇。主位少徵火，客氣厥陰木，中見土運。木勝土，陽氣布，風乃行。春氣以正，萬物應榮，寒氣時至，民乃和，其病淋目，瞑目，赤。氣郁於上而熱。宜治厥陰之客，以辛補之，以酸瀉之，以甘緩之。藏穀宜丹，間穀宜稻，雖有風邪，不能為害。三之氣，自小滿日巳初，至大暑日卯初，凡六十日有奇。主位少徵火，客氣少陰火，中見土運。二火相加，天政布，大火行，庶類蕃鮮，寒氣時至，民病氣厥心痛，寒熱更作，咳喘目赤。宜治少陰之客，以酸補之，以甘瀉之，以酸收之。歲穀宜丹，間穀宜豆，雖有熱邪，不能為害。四之氣，自大暑日卯正，至秋分日丑正，凡六十日有奇。主位太宮土，客氣太陰土，中見土運。氣與運同。又當其位，是謂司氣。溽暑至，大雨時行，寒熱互至，民病寒熱，嗌乾，黃癉，鮋，衄，飲發。宜調太陰之客，以甘補之，以苦瀉之，以甘緩之。歲穀宜白，間穀宜麻，雖有濕化，不能為邪。是氣也，無犯司氣。五之氣，自秋分日寅初，至小雪日子初，凡六十日有奇。主位少商金，客氣少陽火，中見土運。畏火臨，暑反至，陽乃化，萬物乃生乃長榮，民乃康，其病溫。宜治少陽之客，以鹹補之，以甘瀉之，以鹹耎之。歲穀宜白，間穀宜豆，雖有火邪，不能為害。終之氣，自小雪日子正，至大寒日戌正，凡六十日有奇。主位太羽水，客氣陽明金，中見土運。土生金，燥令行，餘火內格，腫於上，咳喘甚則血溢，寒氣數舉，則霧露翳。病生皮腠，內舍於脅，下連少腹而作寒中，地將易也。宜治陽明之客，以酸補之，以辛瀉之，以苦泄之。歲穀宜白，間穀宜黍，雖有燥邪，不能為害。是歲火勝則水復，氣之勝也。微者隨之，甚者制之，氣之復也。稍者平之，暴者奪之。皆隨勝氣安其屈伏，以平為期。

乙未歲圖

太陰濕土司天，太陽寒水在泉，中見少商金運。歲金不及，氣化營運後天，濕化生上，財氣上騰，左少陽明化，右少陰灼化。其政肅，咸化在下，天氣下降，左厥陰動化，右司氣素化。其令寂，陰專其政，陽氣退辟，大風時起，原野昏霧，白埃四起，雲奔南極，寒雨數至，物成于差夏。黃黑埃昏，流行氣交。上應鎮星辰星，其穀齡玄。間穀命太角者，熱化寒化勝復同，所謂邪氣化日也。濕化五，清化四，寒化六，所謂正化日也。倮蟲靜，鱗蟲育，是謂藏物所宜。羽蟲耗，熱毒不生，是乃地氣所制。故陰凝於上，寒積於下，寒水勝火，

則為冰雹，陽光不治，殺氣乃行。有餘宜高，不及宜下，有餘宜晚，不及宜平，土之利氣之化也。民氣亦從之，其病寒、腹滿、身膜憤、肘腫、痞逆、寒厥拘急。土為天氣，水為地氣，土勝水，天氣盈，地氣虛，當取化源，以平土氣。金運在中，天氣生運，運生地氣，三氣相得，其化順，邪氣乃微，必益其歲氣。無使邪勝，食齡玄之穀，以全其真。食間氣之穀，以保其精。歲宜以苦熱燥之溫之，甚者發之泄之。不發不泄，則濕氣外溢，肉潰皮拆而水血交流。必贊其陽火，令御甚寒，歲運同寒。宜以熱化，其化上苦熱，中酸和，下甘熱，所謂藥食宜也。歲半以前，太有主之，若濕淫所勝，則沉陰且布，雨變枯槁，肘腫骨痛陰痹。陰痹者按之不得，腰脊頭項痛，時眩，大便難，陰氣不用，饑不欲食，咳唾則有血，心如懸，病本於腎。診在足太溪之脈，其法平以苦熱，佐以酸辛，以苦燥之，以淡泄之。歲半之後，太陽主之，若寒淫於內，則凝肅慘栗，民病少腹控睾，引腰脊，上沖心痛，血見嗌痛頭腫。其法治以甘熱，佐以苦辛，以鹹瀉之，以辛潤之，以苦堅之。歲運之化，金不及，紀曰從革，是謂折收，收氣乃後，生氣乃揚。長化合德，火政乃宣，庶類以蕃。其氣揚，其用躁切，其動鏗聲厥。其發咳喘，其化兼所不勝，其病嚏，咳，鼽，衄。候其氣者，夏有光濕鬱蒸之令，則冬有嚴凝整肅之應。若夏有炎爍燔燎之變，則秋有冰雹霜雪之復。其眚西，其藏肺，其病內舍膺脅肩背，外在皮毛。所謂金不及，民病肩臂重，鼽，嚏，血便注下。收氣乃後，復則寒雨暴至，乃零冰雹，霜雪殺物，陰厥有格，陽反上行。頭腦戶痛，延及顖頂，發熱口瘡，甚則心痛。初之氣，自甲午大寒日亥初，至是歲春分日酉初，凡六十日八十七刻半。主位太角木，客氣厥陰木，中見金運。木當其位，地氣遷，寒乃去，春氣正，風乃來，生布萬物以榮，民氣條舒，風濕相搏，雨乃後，民病血溢筋絡拘強，關節不利，身重筋痿。宜調厥之客，以辛補之，以酸瀉之，以甘緩之，歲穀宜齡，間穀宜稻，雖有風化，不能為邪。二之氣，自春分日酉正，至小滿日未正，凡六十日有奇。主位少徵火，客氣少陰火，中見金運。二火得而勝金運，大火正，物承化，民乃和，其病溫厲盛行，遠近咸若，濕蒸相搏，雨乃時降。宜調少陰之客，以鹹補之，以甘瀉之，歲穀宜齡，間穀宜豆，雖有熱化，不能為邪。三之氣，自小滿日申初，至大暑日午初，凡六十日有奇。主位少徵火，客氣太陰土，中見金運。火生土，天政布，濕氣降，地氣騰，雨乃時降，寒乃隨之。感於寒濕，民病身重肘腫，胸腹滿。宜治太陰之客，以甘補之，以苦瀉之，以甘緩之。歲穀宜齡，間穀宜麻，雖有濕邪，不能為害。四之氣，自大暑日午正，至秋分日辰正，凡六十日有奇。主位太宮土，客氣少陽火，中見金運。火勝金，畏火臨，溽蒸化，地氣騰，天氣否隔，寒風曉暮，蒸熱相搏，草木凝煙，濕化不流，則白露陰布以成秋令。民病腠理熱，血暴溢瘡心腹滿熱膿脹，甚則肘腫。宜治少陽之客，以鹹補之，以甘瀉之，以鹹耎之。歲穀宜玄，間穀宜豆，雖有火邪，不能為害。五之氣，自秋分日巳初，至小雪日卯初，凡六十日有奇。主位少商金，客氣陽明金，中見金運。氣與運同。又得其位，慘令已行，寒露下，霜乃早降，草木黃落。寒氣及體，君子周密，民病皮腠。宜調陽明之客，以酸補之，以辛瀉之，以苦泄之。歲谷宜玄，間穀宜黍，雖有燥化，不能為邪。是氣也，司氣以涼，用涼無犯。

終之氣，自小雪日卯正，至大寒日丑正，凡六十日有奇。主位太羽水，客氣太陽水，中見金運。金生水，寒大舉，濕大化，霜乃積，陰乃凝，水堅冰，陽光不治。感於寒則病患關節禁固腰脽痛，寒濕持於氣交而為疾也。宜調太陽之客，以苦補之，以鹹瀉之，以苦堅之，以辛潤之。歲穀宜玄，間穀宜稷，雖有寒化，不能為邪。歲氣之交，濕勝則厥陰復之，寒勝則太陰復之。觀其至而致其治，濕者燥之，寒者熱之，溫者清之，其氣乃平，治之大體也。

丙申歲國

少陽相火司天，厥陰風木在泉，中見太羽水運。歲水太過，氣化營運先天，相火在上，左陽明，右太陰，故天氣正而其政嚴。厥陰在下，左少陰，右太陽，故地氣擾而其令撓。風乃暴舉，木偃沙飛，炎火乃流，陰行陽化，雨乃時應，風熱參布，雲物沸騰。太陰橫流，寒乃時至，涼雨並起，火木同德，上應熒惑歲星，其穀丹蒼。火化二，寒化六，風化八，所謂正化日也。羽蟲靜，毛蟲育，是謂歲物所宜，倮蟲耗，清毒不生，是皆地氣所制。民病寒熱，瘧泄，聾瞑，嘔吐，上怫腫色變。是歲陽為天氣，陰為地氣，天氣盈，當於年前取火之化源。水運在中，制炎而生木，其邪乃微，必抑其運水，贊所不勝，則暴過不生，苛疾不起。歲宜鹹，宜辛，宜酸，滲之，泄之，漬之，發之，觀氣寒溫以調其過。運異風熱，宜少寒化，食宜同法，此其道也。故曰其化上鹹寒，中鹹溫，下辛溫，所謂藥食宜也。歲半之前，少陽相火主之，若火淫所勝，則溫氣流行，金政不平，民病頭痛，發熱，惡寒而瘧，熱上皮膚痛，色變黃赤，傳而為水，身面肘腫，腹滿仰息，瘡瘍咳唾血，煩心胸中熱，甚則鼽衄，病本於肺，診在手

天府之脈，其法平以鹹冷，佐以苦甘，以酸收之，以苦發之，以酸復之。歲半之後，關陰風木生之，若風淫於內，則地氣不明，平野昧，草乃早秀，民病灑灑振寒，善伸數欠，心痛支滿，兩脅裏急，飲食不下，鬲咽不能，食則嘔，腹脹善噫，得後與氣，則快然如衰，身體皆重。其法治以辛涼，佐以苦，以甘緩之。以辛散之。歲運之化，水運太過，紀曰流衍，是謂封藏。寒司物化，天地嚴凝，藏政以布，長令不揚。其化凜，其氣堅，其政謐。其令流注，其動漂泄沃湧，其德凝慘寒霧，其變冰雪霜雹。其病脹。其化兼其所勝，故曰歲水太過，寒氣流行，邪害心火，民病身熱煩心躁悸。陰厥上下中寒，譫妄心痛，甚則腹大脛腫，喘咳，寢汗出憎風，診在手神門之脈。其法治以鹹溫。初之氣，自乙未年太寒日寅初，至是歲春分日子初，凡六十日八十七刻半。主位太角木，客氣少陰火，中見水運。木生火，水運承之，地氣遷，風勝乃搖，寒乃去，候乃大溫，草木早榮，寒來不殺，溫病乃起。其病氣佛於上，血溢目赤，咳逆頭痛，血傷脅滿，膚腠中瘡。宜治少陰之客，以鹹補之，以甘瀉之，以酸收之。歲穀宜丹，間穀宜豆。二之氣，自春分日子正，至小滿日戌正，凡六十日有奇。主位少徵火，客敢太陰土，中見水運。土勝水，火乃反郁，白埃四起，雲趨雨府，風不勝濕，雨乃零，民乃康。其病熱郁於上，咳逆嘔吐，瘡發於中，胸嗌不利，頭痛身熱，昏憒膿瘡。宜治太陰之客，以甘補之，以苦瀉之，以甘緩之。歲穀宜丹，間穀宜麻。三之氣，自小滿日亥初，至大暑日酉初，凡六十日有奇。主位少徵火，客氣少陽火，中見水運。火居其位，水運承之。天政布，炎暑至，少陽臨上，雨乃涯，民病熱中，聾，瞑，血溢，膿瘡，咳，嘔，鼽，衄，渴，嚏，欠，喉痹，目赤，善暴死。宜調少陽之客，以鹹補之，以甘瀉之，以鹹耎之，歲穀宜丹，間穀宜豆。四之氣，自大暑日酉正，至秋分日未正，凡六十日有奇。主位太宮土，客氣陽明金，中見水運。土生金，涼乃至，炎暑間化，白露降，民氣和平，其病滿身重。宜治陽明之客，以酸補之，以辛瀉之，以苦泄之。歲穀宜蒼，間穀宜黍。五之氣，自秋分日申初，至小雪日午初，凡六十日有奇。主位少商金，客氣太陽水，中見水運，水金相如，又氣與同。歲之司氣，是為玄化，時令至此，陽乃去，寒乃來，雨乃降，氣門乃閉，剛木早雕，民避寒邪，君子周密。宜治太陽之客，以苦補之，以鹹瀉之，以苦堅之，以辛潤之。歲穀宜蒼，間穀宜稷。是氣也，用寒遠寒，無犯司氣之寒。終之氣，自小雪日午正，至大寒日辰正，凡六十日有奇。主位太羽水，客氣厥陰木，中見水運。水生木，地氣正，風乃至，萬物反生，靡靡以行。其病關閉，不禁心痛，陽氣不藏而咳。其法宜治厥陰之客，以辛補之，以酸瀉之，以甘緩之。歲穀宜蒼，間穀宜稻，此六氣之化也。歲氣火木同德，其氣專，其化淳，勝氣自微，而況聖人之和而不爭也。

## 丁酉歲圖

陽明燥金司天，少陰君火在泉，中見少角木運。歲木不及，氣化營運後天，燥化在上，左藏化，右明化，故天氣急而其政切。若化在下，左柔化，右蒼化，故地氣明而其令暴。陽專其令暴。炎暑盛行，物燥以堅，淳風乃治，風燥橫運，流於氣次，多陽少陰，雲趨雨府，濕化乃敷。燥極而澤，清先而勁，毛蟲乃死。熱後而暴，介蟲乃殃。金火合德，上應太白熒惑。其穀白丹，間穀命太徵之穀。其耗白甲品羽，清化熱化復同，所謂邪氣化日也。燥化九，風化三，熱化七，所謂正化日也。介蟲靜，羽蟲育，是謂歲物之宜。介蟲耗，寒毒不生，是皆地氣所制。精熱之氣，持於氣交，民病咳閃塞，寒熱發暴，振慄癰閟。金為天氣，火為天氣，火勝金，天氣虛，當資化源，以助金氣，安其運木，無使受邪。食白丹之穀，以安其氣。食間氣之穀，以去其邪。歲宜以鹹、以苦，以辛汗之清之散之。運與熱同，宜多天化，此其道也。其化上苦小溫，中辛和，下鹹寒，所謂藥食宜也。歲半之前，陽明主之，若燥淫所勝，則木乃晚榮，草乃晚生。筋骨內變，民病左胠脅痛，寒清於中，感而瘧，大涼甘候，咳腹中鳴，注泄鶩溏，名木斂，生菀於下，草焦上首。心脅暴痛，不可反側，嗌乾面塵，腰痛，目昧，瘡瘍，痤癰，病本於肝。診在足太沖脈。法宜平以苦溫，佐以酸辛，以苦下之。歲半之後，少陰主之。若熱淫於內，則焰浮川澤，陰處反明。民病腹中常鳴，氣上沖胸，喘不能久立，寒熱皮膚痛，目瞑，齒痛，腫，腫，惡寒發熱如瘧，少腹中痛腹大。法宜治以鹹寒，佐以甘苦，以酸收之，以苦發之。歲運之化，木不及。紀曰委和，是謂勝生。生氣不政，化氣乃揚，長氣自平，收令乃早，涼雨時降，風雲並興，草木晚榮，蒼幹雕落，物秀而實，膚肉內充。其氣斂，其用聚，其動緛戾拘緩，其發驚駭。其化兼所不勝，春有鳴條律暢之化，則秋有霧露清涼之政。春有慘淒賊賊之勝，則夏有炎暑燔爍之復。其眚東，其藏肝，其病內舍脅，外在關節。上臨陽明，上商與正商同。其病支廢，癰腫，瘡瘍。其甘蟲，邪傷肝也。初之氣，自丙申年大寒日巳初，至是歲春分日卯初，凡六十日八十七刻半。主位少角木，客氣太陰土，中見木運。

風溫相運以行春令，地氣遷，陰始凝，氣始肅，水乃冰，寒雨化。民病中熱脹，面目浮腫，善眠，鼽，衄，嚏，欠，嘔，小便黃赤，甚則淋。宜調太陰之客，以甘補之，以苦瀉之，以甘緩之。歲穀宜白，間穀宜麻，雖有濕化，不能為邪。二之氣，自春分日卯正，至小滿日丑正，以六十日有奇。主位太徵火，客氣少陽火，中見木運。二火相加，木運相和，陽乃布，民乃舒，物乃生榮，厲大至，民善暴死。宜治少陽之客，以鹹補之，以甘瀉之，以鹹耎之。歲穀用白，間穀用豆，雖有火邪，不能為害。三之氣，自小滿日寅初，至大暑日子初，凡六十日有奇。主位太徵火，客氣陽明金，中見木運，金勝木，天政布，涼乃行，燥交合，燥極而澤，民病寒熱。以酸補之，以辛瀉之，以苦泄之。歲穀宜白，間穀宜黍，雖有燥邪，不能為邪，不能為害。四之氣，自大暑日子正，至秋分日戌正，凡六十日有奇。主位少宮土，客氣太陽水，中見木運。寒雨降，民病暴僕振栗，譫妄少氣，嗌乾引飲，及為心痛，癰腫瘡湯，瘧寒之凝疾，骨痿血便。宜治太陽之客，以鹹瀉之，以苦堅之，以辛潤之。歲穀宜丹，間穀宜稷，雖有寒邪，不能為邪，不能為害。五之氣，自秋分日亥初，至小雪日酉初，凡六十日有奇。主位太商金，客氣厥陰木，中見水運。氣與運同，司氣為蒼化，春令反行，草乃生榮，民氣和。宜調厥陰之客，以辛補之，以酸瀉之，以甘緩之。歲穀宜丹，間穀宜稻，雖有風化，不能為邪。是氣也，用溫遠溫，無犯司氣之溫。終之氣，自小雪日酉正，至大寒日未正，凡六十日有奇。主位少羽水，客氣少陰火，中見木運。水生木，木生火，其化順，陽氣布，候返溫，蟄蟲反見，流水不冰，民乃康平，其病溫。宜治少陰之客，以鹹補之，以甘瀉之，以酸收之。歲穀宜丹，間穀宜豆，雖有熱邪，不能為害。歲氣之交，天氣勝者，少陽復之。地氣勝者，太陽復之，其治各根據其勝復法。

戊戌歲圖

太陽寒水司天，太陰濕土在泉，中見太徵火運。歲火太過，氣化營運先天，寒化在上，左動化，右清化，故天政所布其氣肅。甘化在下，左丹化，右灼化，故地氣靜而其令徐。寒臨太虛，其政大舉，陽氣不令，澤無陽焰，則火發等時。少陽中治，時雨乃涯，止極雨散，還于太陰，雲朝北極，濕化乃布。澤流萬物，寒，數於上，雷動於下。寒化一，熱化五，所謂正化日也。鱗蟲靜，倮蟲育，是謂歲物所宜。鱗蟲不成，燥毒不生，是皆地氣所制。寒濕之氣，持於氣交，水土合德。上應辰星鎮星。其穀玄豂。民病寒濕，發肌肉萎，足痿不收，濡瀉血溢。蓋水為天氣，土為虛，先資化源，以助水化，抑其運氣，扶其不勝，無使暴過而生其疾。食玄豂之穀，以全其真，避虛邪之氣，以安其正。歲宜以燥之溫之，適氣同異多少制之。運與寒濕異，宜以燥溫化，其化上苦溫，中甘和，下甘溫，所謂藥食宜也。歲半之前，天氣主之，其化太陽寒水，若寒淫所勝，則寒所反至，水且冰，血變於中，發為癰瘍，民病厥心痛，嘔血，血泄，鼽，衄，善悲，時眩仆，運火炎烈，雨暴乃雹，胸腹滿，手熱肘攣腋腫，心澹澹大動，胸脅胃脘不安，面赤目黃，善噫嗌乾，甚則色炲，渴而欲飲，病本於心，診在手神門之脈。其法平以辛熱，佐以甘苦，以鹹瀉之。歲半之後，地氣主之，其化太陰濕土。若濕淫於內，則埃昏岩谷，黃反見黑。至陰之交，民病飲積，心痛耳聾，渾渾焞焞，嗌腫喉痺，陰病血見，少腹痛腫，不得小便，病沖頭痛，目似脫，項似拔，腰似折，髀不可以回，腨如別。其法治以苦熱，佐以酸燥之，以淡泄之。歲運之火，紀曰赫曦，是謂蕃茂，陰氣內化，陽氣外榮，炎暑施化，物得以昌。其化長，其氣高，其政動，其令鳴顯，其動炎灼妄擾，其德暄暑鬱蒸，其變炎烈騰。其化兼其所勝，其病笑、瘧、瘡瘍、血流、狂妄、目赤。上見太陽，水抑運火，是謂上羽與正徵同。其收齊，其病痙。其治宜以甘和。初之氣，自丁酉年大寒日申初，至是歲春分日午初，凡六十日八十七刻半。主位少角木，客氣少陽火，中見火運。氣與運同，地氣遷，氣乃大，草乃早榮。民乃厲，溫病乃作，身熱、頭痛嘔吐，肌腠瘡瘍。宜調少陽之客，以鹹補之，以甘瀉之，以鹹耎之。歲穀宜玄，間穀宜豆，則火不為邪。是氣也，無犯司氣之熱。二之氣，自春分日午正，至小滿日辰正，凡六十日有奇。主位太徵火，客氣陽明金，中見火運。歲運得位，陽明客之，燥熱相遇，大涼反至。民乃慘，草乃遇寒，火氣遂抑，民病氣郁中滿，寒乃始。宜調陽明之客，以酸補之，以辛瀉之，以苦泄之。歲穀宜玄，間穀宜黍，則燥不為邪。三之氣，自小滿日巳初，至大暑日卯初，凡六十日有奇，主位太徵火，客氣太陽水，中見火運。火當其位，天政布，寒氣行，民病寒反熱中，癰疽注下，心熱瞀悶，不治者死。宜治太陽之客，以苦補之，以鹹瀉之，以辛潤之。歲穀宜玄，間穀宜稷，則寒不為邪。四之氣，自大暑日卯正，至秋分日丑正，凡六十日有奇。主位少宮土，客氣厥陰木，中見火運。土木相刑，風濕交爭，風化為雨，乃長乃化乃成。民病大熱少氣，肌肉、足痿，注下赤白。宜治厥陰之客，以辛補之，以酸瀉之，以甘緩之。歲穀宜豂，間穀宜稻，則風不為邪。五之氣，自秋分日

寅初，至小雪日子初，凡六十日有奇。主位太商金，客氣少陰火，中見火運，氣與運同，不司氣化。時令至此，陽復化，草乃長化乃成，民乃舒。宜調少陰之客，以鹹補之，以甘緩之，以酸收之。歲穀宜豉，間穀宜豆，則熱不為邪。終之氣，自小雪日子正，至大寒日戌正，凡六十日有奇。主位少羽水，客氣太陰土，中見火運。地氣正，濕令行，陰凝太虛，埃昏郊野，民乃慘淒，寒風以至，反者孕乃死。宜治太陰之客，以甘補之，以甘緩之。歲穀宜黔，間穀宜麻，則濕不為邪。此六氣之化也。歲半之前，有勝氣者，歲半之後，必有復氣。水勝復氣。水勝則太陰復之，土勝則厥陰復之，治各以其勝復之法。

己亥歲圖

厥陰風木司天，少陽相火在泉，中見少宮土運。歲土不及，氣化營運後天，風化為天氣，灼化左，藏化右，故天氣擾而其政撓。苦化為地氣，清化左，黔化右，故地氣正而其令速。風生高速，炎熱從之，雲趨雨府，濕化乃行。風火同德，上應歲星熒惑。其穀蒼丹，間穀言太商者，其耗文角品羽。風化清化勝復同，所謂邪氣化日也。風化三，濕化五，火化七，所謂正化日也。毛蟲育，是謂歲物之宜。介蟲耗，寒毒不生，是皆地氣所制。風燥火熱，勝復更作，熱病行於下，風病行於上，風燥勝復形于中。陰在上，陽正下，天氣虛，當資化源，以助木氣。歲土不及，上角與正角同，其邪乃微，必贊其運氣，無使邪勝，歲宜以辛調上，以鹹調下。畏火之氣，無妄犯之，故曰其化上辛涼，中甘和，下鹹寒，藥食宜也。歲半之前，厥陰風化主之，若風淫所勝，則太虛埃昏，雲物以擾，寒生春氣，流水不冰，民病胃脘當心而痛，上支兩脅，鬲咽不通，飲食不下，舌本強，食則嘔，冷泄，腹脹溏泄，瘕水閉。蟄蟲不去，病本於脾。診在足沖陽之脈，法宜平以辛涼，佐以苦甘，以甘緩之，以酸瀉之。歲半之後，少陽相火生之，若火淫於內。則焰明郊野，寒熱更至。民病注泄赤白，少腹痛溺赤，甚則血便。法宜治以鹹冷，佐以苦辛，以酸收之，以苦發之。歲運之化，紀曰卑監，是謂減化。化氣不令，生政獨彰，長氣整，雨乃愆，收氣平，風寒並興，草木榮美，秀而不實成而秕也。其氣散，其用靜定，其動瘍湧分潰癰腫。其發濡滯，其化兼所不勝，風化盛行。四維有埃雲潤澤之化，則春有鳴條鼓拆之政。四維發振位飄騰之變，則秋有肅殺霖霪之復。其眚四維，其藏脾，其病內舍腹，外在肌肉四肢。上臨厥陰，氣同正角，民病飧泄，邪傷脾也。法宜治以甘和。初之氣，自戊戌年大寒日亥初，至是歲春分日酉初，凡六十日八十七刻半。主位少角木，客氣陽明金，中見土運。土生金，清化行，寒始肅，殺氣方至，民病寒於右下。宜治陽明之客，以酸補之，以辛瀉之，以苦泄之。歲穀宜蒼，間穀宜黍，制其燥邪，弗能為害。二之氣，自春分日酉正，至小滿日未正，凡六十日有奇。主位太徵火，客氣太陽水，中見土運。濕寒合氣以行舒榮之化，寒不去，華雪水冰，殺氣施化，霜乃降，名草上焦，寒雨數至，陽復化，民病熱於中。宜治太陽之客，以苦補之，以鹹瀉之，以苦堅之，以辛潤之。歲穀宜蒼，間穀宜稷。制其寒邪，弗能為害。三之氣，自小滿日申初，至小暑日午初，凡六十日有奇，主位太徵火，客氣厥陰木，中見土運，木勝土，天政布，風乃時舉，民病泣出耳鳴掉眩，宜治厥陰之客，以辛補之，以酸瀉之，以甘緩之，歲穀宜蒼，間穀宜稻，制其風邪，莫有為害。四之氣，自大暑日午正，至秋分日辰正，凡六十日有奇。主位少宮土，客氣少陰火，中見土運。土居其位，少陰居之，溽暑至，濕熱相搏，爭于左之上。民病黃癉而為肘腫，宜治少陰之客，以鹹補之，以甘瀉之，以酸收之。歲穀宜丹，間穀宜豆，制其邪熱，莫能為害。五之氣，自秋分日巳初，至小雪日卯初，凡六十日有奇。主位太商金，客氣太陰土，中見土運。氣與運同，燥濕更勝，沉陰乃布，寒氣乃體，風雨乃行，宜治太陰之客，以甘補之，以苦瀉之，以甘緩之。歲穀宜丹，間穀宜麻，制其濕邪，莫能為害。是氣也，無犯司氣。終之氣，自小雪日卯正，至大寒日丑正，凡六十日有奇。主位少羽水，客氣少陽火，中見土運。火土相得，畏火司令，陽乃大化，蟄蟲出見，流水不冰，地氣大發，草乃生，人乃舒，其病溫厲，宜治少陽之客，以鹹補之，以甘瀉之，以鹹奠之。歲穀宜丹，間穀宜豆，制其火邪，莫能為害。歲氣大法，風勝則有陽之復，火勝則有太陽之復。觀氣所至，各以其法治之。

庚子歲圖

少陽君火司天，陽明燥金在泉，中見太商金運。歲金太過，氣化營運先天，堅成之紀。紀曰上徵與正商同，又曰太商下加陽明，太過而加同天符。天符為熱法，是謂平氣之化，命曰審平之紀。收而不爭，殺而無犯，五化宣明。其氣潔，其性剛，其用散落，其化堅斂，其政勁肅，其候清切。其令燥，其類金，其應秋，其穀稻，其果桃，其實殼，其蟲介，其畜雞。其物外堅，其色白，其味辛，其音商，其數九，其在人也，在藏為肺，在竅為鼻，在體為皮毛，在病為咳，此歲運所主也。天地之氣，熱化在上，左柔化，右動化，故天政所布其

氣明。辛化在下，左藏化，右明化，故地氣肅而其令切。二歲交司之氣，寒交暑。天地相應之氣，熱加燥。雲馳雨府，濕化乃行，時雨乃降，金火合德，上應熒惑太白，其穀丹白。熱化七，清化九，燥化九，所謂正化之日。羽蟲靜，介蟲育，是謂歲物所宜。毛蟲耗，濕毒不生，是謂地氣所制。水火寒熱，持於氣交而為病始。熱病生於上，清病生於下，寒熱相犯而爭於中。民病咳喘，血溢，血泄，鮋嚏，目赤，眦瘍，寒厥入胃，心痛，腰痛，腹大，嗌乾，腫上。歲半之前，少陰君火以司天氣。少陰之化，有本標之異，寒熱得中，其氣乃和而無熱，淫之勝。歲半之後，陽明燥金以司地氣，陽明不從標本，以中氣為化，燥濕相兼。其化乃平而無燥淫之勝，是歲平金無勝馥，不取化源，惟資歲勝，折其鬱氣，無使暴過而生其病歲。宜以鹹寒調其上，以酸溫安其下，以辛溫調其中。食丹白之穀，以全真氣。食間氣之穀，以辟虛邪。運同地氣，宜多溫熱化。司氣以涼，用涼遠涼，此其道也。初之氣，自己亥年大寒日寅初，至是春分日子初，凡六十日八十七刻半。主位少角木，客氣太陽水，中見金運。風寒燥三氣，同奉少陰之政以行春令，地氣遷，燥將去，寒乃始，蟄復藏，水乃冰，霜復降，風乃至，陽氣鬱，民反周密，關節禁固，腰脽痛，炎暑將起，中外瘡瘍。宜治太陽之客，以苦補之，以鹹瀉之，以苦堅之，以辛潤之。歲穀用丹，間穀用稷，乃無寒邪之害。二之氣，自春分日子正，至小滿日戌正，凡六十日有奇，主位太徵火，客氣厥陰木，中見多運。風火燥三氣，同奉少陰之政，以行舒榮之化，木火相得，陽氣布，風乃行，春氣以正，萬物應榮，寒氣應榮，寒氣時至，民乃和。其病淋，目瞑，目赤，氣郁於上而熱。宜治厥陰之客，以辛補之，以酸瀉之，以甘緩之。歲穀用丹，間穀用稻，乃無風邪之害。三之氣，自小滿日亥初，至大暑日酉初，凡六十日有奇。主位太徵火，客氣少陰火，中見金運。二火勝運，又為天政所布，故大火行，庶類蕃鮮，寒氣時至。民病氣厥心痛，寒熱更作，咳喘目赤。宜治少陰之客，以鹹補之，以甘瀉之，以酸收之。歲穀用丹，間穀用豆，乃無熱邪之害。四之氣，自大暑日酉正，至秋分日未正，凡六十日有奇。主位少宮土，客氣太陰土，中見金運。土得其位，以生運金，二氣相得，以行陽明之令。溽暑至，大雨時行，寒熱互至。民病寒熱嗌乾，黃癉，胕，衄，飲發。宜治太陰之客，以甘補之，以苦瀉之，以甘緩之。歲穀用白，間谷用麻，乃無濕邪之害。五之氣，自秋分日申初，至小雪日午初，凡六十日有奇。主位太商金，客氣少陽火，中見金運。歲金雖得位，客氣少陽用事。清化乃抑，畏火臨，暑反至，陽乃化，萬物乃生乃長乃榮，民乃康，其病溫。宜治少陽之客，以鹹補之，以甘瀉之，以鹹耎之。歲穀用白，間穀用豆，乃無火邪之害。終之氣，自小雪日午正，至大寒日辰正，凡六十日有奇。主位少羽水，客氣陽明金，中見金運。金氣相符，水氣生之，又為歲之司氣，金氣乃平，故燥令行，餘火內格，民病腫於上咳喘，甚則血溢。寒氣數舉，則霧霧翳。病生皮腠，內舍於脅，下連少腹而作寒中。宜調陽明之客，以酸補之，以辛瀉之，以苦泄之。歲穀用白，間穀用黍，乃無燥邪之害。司氣以涼，用涼無犯，是謂至治。

辛丑歲圖

太陰濕土司天，太陽寒水在泉，中見少羽水運。歲水不及，氣化營運後天，涸流之紀，曰上宮與正宮正同。是歲天氣平，又少羽下加太陽，不及而加同歲會。凡歲會為行令，此運化亦平也。諸同正歲，氣化營運同天，歲運既平，使曰靜順之紀，藏而勿害，治而善下，五化咸整，其氣明，其性下，其用沃衍，其化凝堅，其政流演，其候凝肅。其令寒，其類水，其應冬，其穀豆，其果栗，其實濡。其蟲鱗，其畜彘，其色黑，其味鹹，其音羽。其數六，其在人也，其藏為腎，其主二陰，其養骨髓，其病厥，此歲運之化也。天地之氣，濕化在上，明化左，灼化右，故地氣上騰而其政肅。鹹化在下，動化左，清化右，故天氣下降而其令寂。陰專其政，陽氣退辟，大風時起，原野昏，白埃四起，雲奔南極，寒雨數至。物成于差夏，濕寒合德，黃黑埃昏，流行氣交，上應鎮星辰星。其穀豁玄，故陰凝於下，寒積於下。寒水勝火，則為冰雹，陽光不治，殺氣乃行。民病寒濕腹滿，身膚膹，胕腫，痞逆，寒厥，拘急。故有餘宜高，不及宜下，有餘宜晚，不宜及早，土之利氣之化也。民氣亦從之，間穀命太徵太商之穀，歲氣既平，不取化源，雖折其水鬱之氣，無使邪勝。食豁玄之穀，以全其真。食間氣之穀，以保其精。歲宜以苦熱調上，以苦熱調下，以苦和調中，燥之溫之。歲半之前，天氣太陰主之。太陰所至，為雲雨，其化從本，當其時多行雨濕化者，太陰之政也。歲半之後，地氣太陽主之，太陽所至為寒霧，其化從本從標，當其時寒氣至而熱氣應者，地氣之平也。初之氣，自庚子歲大寒日巳初，至是年春分日卯初，凡六十日八十七刻半。主位少角木，客氣厥陰木，中見水運。木當其位，水運統之，奉太陰之政而行春令。地氣遷，寒乃去，春氣正，生布萬物以榮，民氣條舒，風濕相搏，雨乃後。民病血溢，筋絡拘

強，關節不利，身重筋痿。宜治厥陰之客，以辛補之，以酸瀉之，以甘緩之。歲穀用齡，間穀用稻，乃無客風之害。二之氣，自春分日卯正，至小滿日丑正，凡六十日有奇。主位太徵火，客氣少陰火，中見水運。火當其位，陰精承之，寒熱二氣，奉太陰之政，以行舒榮之化，太火正，物承化，民乃和。其病溫厲盛行，遠近咸若。濕蒸相搏。雨乃時降。宜少陰之客，以鹹補之，以甘瀉之，以酸收之。歲穀用齡，間穀用豆，乃無客熱之害。三之氣，自小滿日寅初，至大暑日子初，凡六十日有奇。主位太徵火，客氣太陰土，中見水運。天政氣布，濕氣降，地氣騰，雨乃時降，寒乃隨之。感於寒濕，民病身重肘腫，胸腹滿。宜治太陰之客，以甘補之，以苦瀉之，以甘緩之。歲穀用齡，間穀用麻，乃無濕邪之害。四之氣，自大暑日子正，至秋分日戌正，凡六十日有奇。主位少宮土，客氣少陽火，中見水運。火土相得，奉太陽之令，畏火臨，溽蒸化，地氣騰，天氣否隔，寒風曉暮，蒸熱相搏，草木凝煙，濕化不流，則白露陰布以成秋令。民病腠理熱，血暴溢，瘡、心腹滿，熱臚脹，甚則肘腫。宜治少陽之客，以鹹補之，以甘瀉之，以鹹軟之。歲穀用玄，間穀用豆，乃無熱邪之害。五之氣，自秋分日亥初，至小雪日酉初，凡六十日有奇。主位太商金，客氣陽明金，中見水運。金當其位，與水運相得，慘令已行，寒露下，霜乃早降，草木黃落，寒氣及體，君子周密，民病皮腠。宜治陽明之客，以酸補之，以辛瀉之，以苦泄之。歲穀用玄，間穀用黍，乃無客燥之害。終之氣，自小雪日酉正，至大寒日未正，凡六十日有奇。主位少羽水。主位少羽水，客氣太陽水，中見水運。氣與運符會。寒大舉，濕大化，霜乃積，陰乃凝，水堅冰，陽光不治。感於寒，則病人關節禁固，腰脽痛，寒濕持於氣交而為疾也。宜治太陽客，以苦補之，以鹹瀉之，以苦堅之，以辛潤之。歲穀用玄，間穀用稷，乃無客寒之害。是歲行平氣之化，歲會為行令，無淫氣勝復，唯行德化政令。然土為天氣，水為地氣，水土雖睦而運化不及，濕土在上土氣刑之，或有濕邪，其氣亦微。《內經》所謂中行令者，其病徐而持也。

壬寅歲圖

少陽相火司天，厥陰風木在泉，中見太角木運。氣化營運先天，太角下加厥陰，太過而加同天符，天符為執法，平木之化也。命曰敷和之紀。木德周行，陽舒陰布，五化宣平。其氣端，其性隨，其用曲直，其化生榮，其政發散，其候溫和，其類草木，其物中堅，其令風，其應春，其穀麻，其果李，其實核。其蟲翅，其畜犬，其色蒼，其味酸，其音角，其數八。其在人也，其藏肝，其主目，其養筋。其病裏急支滿，此歲運所主也。天地之氣，火化在上，左清化，右柔化，故天氣正而其政嚴。酸化在下，左灼化，右藏化，地故氣擾而其令撓。風乃暴舉，木偃沙飛，炎火乃流，陰行陽化，雨乃時應，火木同德，上應熒惑歲星。其穀丹蒼。風熱參布，雲物沸騰，太陰橫流，寒乃時至，涼雨並起。民病寒中，外發瘡瘍，內為泄滿。聖人遇之。和而不爭，往復之作，民病寒熱，瘧、泄、聾、瞑、嘔吐，上怫腫色變。歲半之前，天氣少陽主之，少陽氣至為炎暑，其化從本。當其時火化盛行，風氣應之，候乃和。歲半之後，地氣厥陰主之，厥陰所至為風府，其化不從標本，而以中氣為經。當其時風從火化者，厥陰之中也。是歲運化既平，不取化源，惟贊所不勝，則暴過不生，苛疾不起。歲宜以鹹寒調上，以辛涼調下，以酸和調中，滲之、泄之、漬之、發之。運同風熱，宜多寒化，司氣以溫，用溫遠溫，治之常也。初之氣，自辛丑年大寒日申初，至是歲春分日午初，凡六十日八十七刻半。主位太角木，客氣少陰火，中見木運。木火相得，運當其位，以奉少陽之政而行春令。地氣遷，風勝乃搖，寒乃去，候乃大溫，草木早榮，寒來不殺，溫病乃起。其病氣怫於上，血溢目赤，咳逆頭痛，血傷脅滿，膚腠中瘡。宜治少陰之客，以鹹補之，以甘瀉之，以酸收之。歲穀宜丹，間穀宜豆，則熱不為邪。二之氣，自春分日午正，至小滿日辰正，凡六十日有奇。主位少徵火，客氣太陰土，中見木運，風濕之氣，奉畏火之政，以行舒榮之化，火反郁，白埃四起，雲趨雨府，風不勝濕，雨乃零，民乃康。其病熱郁於上，咳逆嘔吐，瘡發於中，胸嗌不利，頭痛身熱，昏憒膿瘡。宜治太陰之客，以甘補之，以苦瀉之，以甘緩之。歲穀宜丹，間谷宜麻，則濕不為邪。三之氣，自小滿日巳初，至大暑日卯初，凡六十日有奇。主位少徵火，客氣少陽火，中見木運。火當其位，與木運之氣相得，天政布，炎暑至，少陽臨上，雨乃涯。民病熱中，聾、瞑、血溢、膿瘡、咳、嘔、鬱、衄、渴、嚏、欠、喉痹、目赤，善暴死。宜治和陽之客，以鹹補之，以甘瀉之，以鹹耎之。歲穀宜丹，間穀宜豆，則火不為邪。是歲木運適平，自無暴死。四之氣，自大暑日卯正，至秋分日丑正，凡六十日有奇。主位太宮土，宮氣陽明金，中見木運。風燥之氣，下應在泉，厥陰之令，而為天地交司，秋氣早行，涼乃至，炎暑間化，白露降，民氣和平，其位滿身重，宜治陽明之客，以酸補之，以辛瀉之，以苦泄之。歲穀宜蒼，間穀宜黍，則燥不為邪。五之氣，自秋分日寅初，

至小雪日子初，凡六十日有奇。主位少商金，客氣太陽水，中見木運。水木相和，與金相得，當此一氣寒化早至，陽乃去，寒乃來，雨乃降，氣門乃閉，剛木早雕，民避寒邪，君子周密。宜治太陽之客，以辛補之，以鹹瀉之，以苦堅之，以辛潤之。歲穀宜蒼，間穀宜稷，則寒不為邪。終之氣，自小雪日子正，至大寒日戌正，凡六十日有奇。主位太羽水，客氣厥陰木，中見木運，太角下加厥陰之時，運與氣符，其化和平，又居水位，水本相得，其化乃順。地氣正，風乃至。萬物反生，霧霧以行。其病關閉不禁，心痛，陽氣不藏而咳，氣平之時，不應有疾，或有疾者，氣有氣承，不能先侮，所謂邪中熱法也。經曰中執法者，其病速而危。宜治厥陰之客，以辛補之，以酸瀉之，以甘緩之。歲穀宜蒼，間穀宜稻，則風為邪。此一氣司氣以溫，用溫無犯。

癸卯歲圖

陽明燥金司天，少陰君火在泉，中見少徵火運。歲火及，氣化營運後天，伏明之紀，曰上商與正商同。言天氣平也。六無正紀曰：少徵下加少陰，不及而同歲會，言歲運平也。諸同正歲，氣化營運同天，上見天氣平，下見運火平。火氣之平，命曰升明之紀。正陽而治，德施周普，五化均衡。其氣高，其性速，其用燔灼，其化蕃茂。其政明曜，其候炎暑，其類火，其應夏，其谷麥，其果杏，其實絡，其蟲羽。其畜馬，其色赤，其味苦，其物脈，其音徵，其數七。其在人也。其藏心，其主舌，其養血，其病瞤瘛，此歲運所主也。天地之氣，燥化在上，左藏化，右丹化，故天氣急而其政切。若化在下，左柔化，右動化，故地氣明而其令暴，陽專其令。炎暑盛行，物燥以堅，淳風乃治。風燥橫運，流於氣交，多陽少陰，雲趨雨府，濕化乃敷。燥極而澤，其谷白丹，間穀命太者，其耗白甲品羽。金火合德，上應太白熒惑。清熱之氣，持於氣交，民病咳塞，寒熱發暴，振栗癰閉。清先而勁，毛蟲乃死。熱後而暴，介蟲乃殃。歲運熱，寒化雨化勝復同，所謂邪氣化日也。燥化四，熱化二，所謂正化日也。歲半之前，天氣陽明主之。陽明以中氣為化，當其時燥濕相半者，陽明得中也。歲半之後，地氣少陰主之。少陰有本標之化，當其時寒熱得中者，少陰之氣和也。歲火適平，不資化源，唯安運氣。無使受邪，歲宜以甘小溫調上，以鹹寒調下，以鹹溫調中。食白丹之穀，以安其氣。食間氣之穀，以去其邪。運同熱氣，宜多天化，治之常也。初之氣，自壬寅年大寒日亥初。至是歲春分日酉初，凡六十日八十七刻半。主位太角木，客氣太陰土，中見火運。奉陽明之政而行春令，地氣遷。陰始凝，氣始肅，水乃冰，寒雨化。其病中熱脹，面目浮腫，善眠，鼽，衄，嚏，欠，嘔。小便黃赤，甚則淋。宜治太陰之客，以甘補之，以苦瀉之，以甘緩之。歲穀宜白，間穀宜麻，乃無濕邪之害。二之氣，自春分日酉正，至小滿日未正，凡六十日有奇。主位少徵火，客氣少陽火，中見火運。三火相符，以行舒榮之化，陽乃布，民乃舒，物乃生榮，厲大至，民善暴死。是歲火氣適平，厲無暴死。宜治少陽之客，以鹹補之，以甘瀉之，以鹹沃之。歲穀用白，間穀用豆，乃無火邪之害，是氣也。司氣以熱，用熱無犯。三之氣，自小滿日申初，至大暑日午初，凡六十日有奇。主位少徵火，客氣陽明金，中見火運。金居火位，天政布，涼乃行，燥熱交合，燥極而澤，民病寒熱。宜治陽明之客，以酸補之，以辛瀉之，以苦泄之，歲穀用白，間穀用黍，乃無燥邪之害。四之氣，自大暑日午正，至秋分日辰正，凡六十日有奇。主位太宮土，客氣太陽水，中見火運，寒濕之氣，下奉少陰之令，寒雨降，病暴仆振栗，譫妄少氣，嗌乾引飲，及為心痛，癰腫。瘡瘍，瘧寒之疾，骨痿血便。宜治太陽之客，以苦補之，以鹹瀉之，以苦堅之，以辛潤之。歲穀用丹，間穀用稷，乃無寒邪之害。五之氣，自秋分日巳初，至小雪日卯初，凡六十日有奇。主位少商金，客氣厥陰木，中見火運。春令反行，草乃生榮，民氣和。宜調厥陰之客，以辛補之，以酸瀉之，以甘緩之。歲穀用丹，間穀用稻，自無風邪之害。終之氣，自小雪日卯正，至大寒日丑正，凡六十日有奇。主位太羽水，客氣少陰火，中見火運。火氣符會。陽氣布，候反溫，蟄蟲來見，流水不冰，民乃康平，其病溫。宜治少陰之客，以鹹補之，以甘瀉之，以酸收之。歲穀用丹，間穀用豆，乃無熱邪之害。是歲氣運適平，若有邪氣，則中行令，其病徐而持也。

甲辰歲圖

太陽寒水司天，太陰濕土在泉，中見太宮土運。歲土太過，氣化營運先天，太宮下加太陰，太守而加同天符，又土運臨辰，是謂歲會，氣之平也。平土之歲，命曰備化之紀。氣協天休，德流四政，五化齊修。其氣平，其性順，其用高下，其化豐滿，其政安靜，其候潺蒸，其令濕，其類土，其應長夏，其穀稷，其果棗，其實肉，其蟲倮，其畜牛。其物膚，其色黃，其味甘，其音宮，其數五。其在人也，其藏脾，其主口，其養肉，其病否，此歲運所主也。天地之氣，寒化在上，左動化，右清化，故天政所布其氣肅。寒化在下，左明化，右灼化，

故地氣靜而其食徐。水土合德，上應辰星鎮星。其穀玄黔，寒臨太虛，其政大舉，陽氣不令，澤無陽焰，則火發待時。少陽中治，時雨乃涯，上極雨散，還于太陰。雲朝北極，濕化乃布，澤流萬物。寒敷於上，雷動於下，寒濕之氣，持於氣交。民病寒濕發，肌肉萎，足痿不收，濡瀉，血溢。歲半之前，太陽主之。太陽有本標之化，寒政大舉，熱氣時應者，天氣得中也。歲半之後，太陰主之，太陰之化，從本。雨濕甚者，地氣之應也。寒化六，濕化五，是為正化之日，倮蟲育，鱗蟲靜，則為歲物所宜。鱗蟲不成，燥毒不生，是為氣所制。平土之歲，本不資化源，以與地氣臨於戌。歲有三土，天令甚虛，宜先資化源，以助于水，所謂抑其運氣，扶其不勝，無使暴過而生其疾也。食玄黔之穀，以全其真。避歲之虛邪，以安其正。以苦熱調上，以苦溫調下，運土在中，亦以苦溫調之。運同寒濕，化宜燥熱，治之常也。初之氣。自癸卯年大寒日寅初，至是歲春分日子初，凡六十日八十七刻半。主位太角木，客氣少陽火，中見土運。少陽中治，以行春令，地氣遷，氣乃大溫，草乃早榮。民乃厲，溫病乃作，身熱頭痛嘔吐，肌腠瘡瘍。宜治少陽之客，以鹹補之，以甘瀉之，以鹹耎之。歲穀宜玄，間穀宜豆，則火為邪。二之氣，自春分日子正，至小滿日戌正，凡六十日有奇。主位少徵火，客氣陽明金，中見土運。金土相和，大涼反至，民乃慘，草乃遇寒，火氣遂抑。民病氣郁中滿。寒乃始，宜治陽明之客，以酸補之，以辛瀉之，以苦泄之。歲穀宜玄，間穀宜黍，則燥不為邪。三之氣，自小滿日亥初，至大暑日酉初，凡六十日有奇。主位少徵火，客氣太陽水。中見土運。天政布，寒氣行，雨乃降，民病寒以熱中，癰疽注下，心熱瞀悶，不治者死。宜治太陽之客，以苦補之，以鹹瀉之，以苦堅之，以辛潤之。歲穀宜玄，間穀宜稷。則寒不為邪。四之氣，自大暑日酉正，至秋分日未正，凡六十日有奇。主位太宮土，客氣厥陰木，中見土運。歲土得位，風氣居之，風濕交爭，風化為雨，乃長乃化乃成，民病大熱少氣，肌肉萎足痿，注下赤白。宜治厥陰之客，以辛補之，以酸瀉之，以甘緩之。歲穀宜黔，間穀宜稻，則風不為邪。五之氣，自秋分日申初，至小雪日午初，凡六十日有奇。主位少商金，客氣少陰火，中見土運。火能生土，土能生金，氣位相和，陽復化，草乃長乃化乃成，民乃舒。宜調少陰之客，以鹹補之，以甘瀉之，以酸收之，歲穀宜黔，間穀宜豆，則熱不為邪。終之氣，自小雪日午正，至大寒日辰正，凡六十日有奇。主位太羽水，客氣太陰土，中見土運。氣與運符，地氣正，濕令行，陰凝太虛，埃昏郊野，民乃慘淒，寒風以至，反者孕乃死。宜治太陰之客，以甘補之，以甘瀉之，以甘緩之。歲穀宜黔，間穀宜麻，則濕不為邪。是氣也，不可犯涼，司氣以涼故也。歲氣雖平，或有邪氣，則中執法，經曰中執法者，其病速而危也。

乙巳歲圖

厥陰風木司天，少陽相火在泉，中見少商金運。歲金不及，氣化營運後天，上角與正角同，諸同正歲。氣化營運同天，風化行于上，左灼化，右藏化，故天氣擾而其政撓。苦化司于地，左素化，右柔化，故地氣正而其令速。風生高速，炎熱從之。雲趨雨府，濕化乃行，風火同德，上應歲星熒惑。其穀蒼丹，間穀言太宮太羽者，其耗文角品羽，風燥火熱，勝復更作，蟄蟲來見。流水不冰，熱病行於下，風病行於上，風燥勝復形於中，熱化寒化勝復同，所謂邪氣化日也。風化八，清化四，火化二，所謂正化度也。毛蟲靜，羽蟲育，是乃歲物氣宜。介蟲耗，寒毒不生，是乃地氣所制。然木為天氣，火為地氣，金運在中。地氣勝運，運化勝天，天氣虛，地氣盈，宜資化源，以助木氣，兼贊歲運，無使邪勝。其化上辛涼産，中酸和，下鹹寒，所謂藥食宜也。歲半之前，天氣厥陰主之，厥陰以中氣為化，當其時風從火化者，天氣之和也。若風淫所勝，則太虛埃昏，雲物以擾，寒生春氣，流水不冰。民病胃脘當心而痛，上支兩脅，鬲咽不通，飲食不下，舌本強，食則嘔，冷泄腹脹，溏泄瘕水閉，病本於脾。診在足沖陽之脈，法宜平以辛涼，佐以苦甘，以甘緩之，以酸瀉之。歲半之後，地氣少陽主之，少陽之化從本，若火淫於內，即焰明郊野，寒熱更至。民病注泄赤白，少腹痛溺赤，甚則血便。法宜治以鹹冷，佐以苦辛，以酸收之，以苦發之。歲運之化金不及，紀曰從革，是謂折收。收氣乃後，生氣乃揚，長化合德，火政乃宣，庶類以蕃，其氣揚，其散躁切，其動鏗禁瞀厥。其發咳喘，其病邪傷肺。其化兼所不勝，夏有光顯鬱蒸之令，則冬有嚴凝整肅之應。若夏有火爍燔燎之變，則秋有冰雹霜雪之復。其眚西，其藏肺。其病內舍膺脅肩背，外在皮毛。復則寒雨暴至，乃零冰雹，霜雪殺物，陰厥且格，陽反上行。頭腦戶痛，延及顖頂發熱，甚則心痛。治宜以酸和調中。初之氣，自甲辰年大寒日巳初，至是歲春分日卯初，凡六十日八十七刻半。主位太角木，客氣陽明金，中見金運。氣與運同居於木位，與厥陰交司而行春令，金木氣齊，寒始肅，殺氣方至。民病寒於右之下，宜治陽明之客，以酸補之，以辛

瀉之，以苦泄之，歲穀宜蒼，間穀宜黍。是氣也，司氣以涼，用涼無犯。二之氣，自春分日卯正，至小滿日丑正，凡六十日有奇。主位少徵火，客氣太陽水，中見金運。金水相得，寒不去，華雪水冰，殺氣施化，霜乃降，名草上焦，寒雨數至，陽復化。民病熱於中，宜治太陽之客。以苦補之，以鹹瀉之，以甘堅之，以辛潤之，歲穀宜蒼，間穀宜稷。三之氣，自小滿日寅初，至大暑日子初，六十日有奇。主位少徵火，客氣厥陰木，中見金運。火勝金，金勝木，天政布，風乃時舉。民病泣出，耳鳴，掉眩，宜治厥陰之客。以辛補之，以酸瀉之，以甘緩之。歲穀宜蒼，間穀宜稻。四之氣，自大暑日子正，至秋分日戌正，凡六十日有奇。主位太宮土，客氣少陰火，中見金運，火勝金，溽暑至，濕熱相搏，爭于左之上。民病黃癉而為腫，宜治少陰之客，以鹹補之，以甘瀉之，以酸收之。歲穀宜丹，間穀宜豆。五之氣，自秋分日子亥初，至小雪日酉初，凡六十日有奇。主位少商金，客氣太陰土，中見金運。歲運之金得位，與土相和，其化燥濕更勝，沉陰乃布，寒氣及體，風雨乃行。宜調太陰之客，以甘補之，以苦瀉之，以甘緩之。歲穀宜丹，穀間宜麻。終之氣，自小雪日酉正，至大寒日未正，凡六十日有奇。主位太羽水，客氣少陽火，中見金運。畏火司令，陽乃大化，蟄蟲出見，流水不冰，地氣大發，草乃生，人乃舒，其病溫厲。宜治少陽之客，以鹹補之，以甘瀉之，以鹹奠之。歲穀宜慶，間穀宜豆。六氣之常也，歲氣之化，天氣勝者，陽明復之，地氣勝者，太陽復之，其治各以其勝復法。

丙午歲圖

少陰君火司天，陽明燥金在泉，中見太羽水運。歲水太過，氣化營運先天，熱化在上，柔化左，動化右，辛化在下，玄化左，明化右，故天政民布其氣明。地氣肅而其令切，寒交暑，熱加燥，雲馳雨府，濕化乃行，時雨乃降。金火合德，上應熒惑太白。其穀丹白。熱化二，寒化六，清化四，正化度也。羽蟲靜，介蟲育，是謂歲物之宜。毛蟲耗，濕毒不生，是皆地氣所制。水火寒熱，持於氣交而為病始，執病生於上，清病生於下，寒熱相犯而爭於中。民病咳喘，血溢，血泄，鮋嚏，目赤，眦瘍。寒關入胃，心痛，腰痛，腹大，嗌乾，腫上。是歲火為天氣，金為地氣，火勝金，天氣盈，當取火之化源。水運在中，火邪乃微，心抑其運水，資其歲勝，無使共過而生其病。食丹白之穀，以全真氣。食間氣之穀，以辟虛邪。鹹以奠之而調其上，甚則以苦發之，以酸收之而安其下，甚則以苦泄之。運同地氣，以溫熱化。其化上鹹寒，中鹹熱，下酸溫，藥食宜也。歲半之前，少陰主之，其政熱，若熱淫氣勝，則佛熱至，火行其政。民病胸中煩熱，嗌乾，右胠滿，皮膚痛，寒熱咳喘。大雨且至，唾血，血泄，鮋，嚏，嘔，溺色變，甚則瘡瘍附腫，肩背臂膺，及缺盆中痛，心痛，肺膜，腹大滿，膨膨而喘咳，病本於肺。診在手尺澤之脈，法宜平以鹹寒，佐以苦甘，以酸收之。歲半之後，陽明主之，其令燥，若燥淫於內，則霧霧清瞑。民病喜嘔，嘔有苦，善太息，心脅痛不能反側，甚則嗌乾面塵，身無膏澤，足外反熱。法宜治以苦溫，佐以甘辛，以苦下之，歲運之化水太過，紀曰流衍，是謂封藏。寒司物化，天地嚴凝，藏政以布，長令不揚，其化凜，其氣堅，其政謐。其令流注。其動漂泄沃湧，其德凝慘寒，其變冰雪霜雹，其化兼其所勝，其病脹，故曰歲水太過，寒氣流行，大雨至埃霧露鬱，邪害心火。民病身熱，煩，心躁悸，陰厥上下中寒，譫妄心痛，寒氣早至，甚則腹大脛腫，喘咳，寢汗出憎風。其治悉以鹹熱。初之氣，自乙巳年大寒日申初，至是歲春分日午初，凡六十日八十七刻半。主位太角木，客氣太陽水，中見水運。氣與運同。地氣遷，燥將去，寒乃始。蟄復藏，水乃冰，霜復降，風乃至，陽氣鬱，民反周密，關節禁固，腰脽痛，炎暑將起，中外瘡瘍。宜治太陽之客，以苦補之，以鹹瀉之，以苦堅之，以辛潤之。歲穀宜丹，間穀宜稷，雖有寒邪，弗能為害。是氣也，用寒遠寒，無犯司氣之寒。二之氣，自春分日午正，至小滿日辰正，凡六十日有奇。主位少徵火，客氣厥陰木，中見水運。水生木，陽氣布，風乃行，春氣以正，萬物應榮，寒氣時至，民乃和。其病淋，目瞑，目赤，氣郁於上而熱。宜治厥陰之客，以辛補之，以酸瀉之，以甘緩之。歲穀宜丹，間穀宜稻，雖有風邪，弗能為害。三之氣，自小滿日巳初，至大暑日卯初，凡六十日有奇。主位少徵火，客氣少陰火，中見水運。二火相加，水運承之，天政布，大火行，庶類蕃鮮，寒氣時至。民病氣厥心痛，寒熱更作，咳喘目赤。宜治少陰之客，以鹹補之，以甘瀉之，以酸收之。歲穀宜丹，間穀宜豆，雖有熱邪，弗能為害。四之氣，自大暑日卯正，至秋分日丑正，凡六十日有奇。主位太宮土，客氣太陰土，中見水運。土居其位，又能勝水，溽暑至，大雨時行，寒熱互至，民病寒熱嗌乾，黃癉，鮋，衄，飲發。宜調太陰之客，以甘補之，以苦瀉之，以甘緩之。歲穀宜白，間穀宜麻，雖有濕邪，弗能為害。五之氣，自秋分日寅初，至小雪日子初，凡六十日有奇。主位少商金，客氣少陽火，中見水運。火

勝金，水運承之，畏火臨，暑反至，陽乃化，萬物乃生乃長乃榮，民乃康。其病溫，宜治少陽之客，以鹹補之，以甘瀉之，以鹹耎之。歲穀宜白，間穀宜豆，雖有火邪，弗能為害。終之氣，自小雪日子正，至大寒日戌正，凡六十日有奇，主位太羽水。客氣陽明金。中見水運，水運得位，燥令行，餘火內格，腫於上，咳喘甚則血溢。寒氣數舉，則霧霧翳，病生皮腠，內舍於脅，下連少腹而作寒中，地將易也。宜調陽明之客，以酸補之，以辛瀉之，以苦泄之。歲穀宜白，間穀宜黍。雖有燥邪，弗能為害。此六氣之化也。歲氣之我，天氣勝則有太陽之復，地氣勝則有少陽之復。其治各根據勝復之法，寒者熱之。無翼其勝，無贊其復，此其道也。

丁未歲圖

太陰濕土司天，太陽寒水在泉，中見少角木運，歲木不及，氣化營運後天。太陰濕化在上，少陽明化為左間，少陰灼化為居氣。太陽咸化在下，厥陰動化為左間，陽明清化為右間，故地氣上騰而其政肅，天氣下降而春令寂。陰傳其政，陽氣退辟，大風時起，原野昏，白埃四起，雲奔南極，寒雨數至，物成于差夏。濕寒合德，上應鎮星辰星。其穀黔玄。故陰凝於上，寒積於下。寒水勝火，則為冰雹，陽光不治，殺氣乃行。民病寒濕，腹滿，身膚憤，胕腫，痞逆，寒厥，拘急。清化熱化復同，邪氣化度也。雨化五，風化三，寒化一，正化度也。委和之紀，曰上宮與正宮同，諸同正歲，氣化營運同天，此言天氣之平也。歲物所宜，則鱗蟲育，倮蟲靜。地氣所制，則羽蟲耗。熱毒不生，故有餘宜高，不及宜下，有餘宜晚，不及宜早，土之利氣之化也。民氣亦從之，間穀命太徵太商者，然土為天氣，水為地氣，土勝水，天氣盈，宜取化源，以平土氣。益其歲氣，無合邪勝，食黔玄之穀，以全其真。食間氣之穀，以保其精。以苦燥之，溫之，甚者發之泄之。不發不泄，則濕氣外溢，肉潰皮拆而水血交流。必贊其陽火。令御其寒，從氣之異，少其判也。歲半以前，天氣太陰主之。太陰氣至，其令濕，若濕淫所勝，則沉陰且布，雨變枯槁，腫骨痛陰痹。陰痹者，按之不得，腰脊頭項痛，時眩，大便難，陰氣不用，饑不欲食，咳唾則有血，心如懸。病本於腎，診在足太溪之脈，法宜平以苦熱，佐以酸辛，以苦燥之，以淡泄之。歲半以後，地氣太陽主之，太陽所至，其令寒，若寒淫於內，則凝肅慘，民病少腹控睾引腰脊，上沖心痛，血見嗌痛頷腫。法宜治以甘熱，佐以苦辛，以鹹瀉之，以辛潤之，以苦堅之，歲木不及，是謂勝生，生氣不政，化氣乃揚，長氣自平，收令乃早，涼雨時降，風雲並興，草木晚榮，蒼幹雕落，物秀而實。膚肉內充，其氣斂，其用聚，其化兼所不勝。春有鳴條律暢之化，則秋有霧露清涼之政。春有慘涇殘賊之勝，則夏有炎暑燔爍之複。其眚東，其病內舍肢脅，外在關節，復是炎暑流火，民病寒熱，瘡瘍，痱疹，癰痤。法宜調以辛溫。初之氣，自丙午年大寒日亥初，至是歲春分日酉初，凡六十日八十七刻半。主位少角木，客氣厥陰木，中見木運。歲木當位，地氣遷，寒乃去，春氣正，風乃來，生布萬物以榮，民氣條舒，風濕相搏，雨乃後。民病血溢，筋絡拘強，關節不利，身重筋痿。宜調厥陰之客，以辛補之，以酸瀉之，以甘緩之。歲穀宜黔，間穀宜稻，則風不為邪，是氣也，司氣以溫，用溫無犯。二之氣，自春分日酉正，至小滿日未正，凡六十日有奇。主位太徵火，客氣少陰火，中見木運。火氣當位，大火正，物承化，民乃和。其病溫厲盛行，遠近咸若，濕蒸相搏，雨乃時降。宜調少陰之客，以鹹補之，以甘瀉之，以酸收之，歲穀宜黔，間穀宜豆，則熱不為邪。三之氣，自小滿日申初，至大暑日午初，凡六十日有奇。主位太徵火，客氣太陰土，中見木運。木生火，火生土，其化順，天政布，濕氣降，地氣騰，雨乃時降，寒乃隨之。感於寒濕則民病身重胕腫胸腹滿。宜治太陰之客，以甘補之，以苦瀉之，以甘緩之。歲穀宜黔，間穀宜麻，雖有濕邪，不能為害。四之氣，自大暑日午正，至秋分日辰正，凡六十日有奇。主位少宮土，客氣少陽火，中見木運。地氣交司，畏火臨，溽蒸化，地氣騰，天氣否隔，寒風曉暮，蒸熱相搏，草木凝煙，濕化不流，則白露陰布以成秋令。民病腠理熱，血暴溢，瘧，心腹滿熱，膿脹，甚則胕腫。宜治少陽之客，以鹹補之，以甘瀉之，以鹹耎之。歲穀宜玄，間穀宜豆，雖有火邪，不能為害。五之氣，自秋分日巳初，至小雪日卯初，凡六十日有奇。主位太商金，客氣陽明金，中見木運。金氣得位，參令已行，寒露下，霜乃早降，草木黃落，寒氣及體，君子周密，民病皮腠。宜治陽明之客，以酸補之，以辛瀉之，以苦泄之。歲穀宜玄，間穀宜黍，則燥不為邪。終之氣，自小雪日卯正，至大寒日丑正，凡六十日有奇。主位少羽水，客氣太陽水，中見木運。水當其位，寒大舉，濕大化，霜乃積，陰乃凝，水堅冰，陽光不治。感於寒，則病患關節禁固，腰脽痛，寒濕持於交而為疾也。宜調太陽之客，以苦補之，以鹹瀉之，以苦堅之，以辛潤之。歲穀宜玄，間穀宜稷，則寒不為邪。此六氣之化也。歲氣之交，天氣勝則有厥陰之復，地氣勝則有太陰之復。觀其氣至而治之。無翼其

勝，無贊其勝，無贊其復，溫者清之，濕者燥之，此其道也。

戊申歲圖

少陽相火司天，厥陰風木在泉，中見太徵火運，歲火太過，氣化營運先天。太上臨少陽，太過而同天化，是謂天符，氣之平也。火氣適平，命曰升明之紀，正陽而治，德施周普，五化均衡。其氣高，其性速，其用燔灼，其化蕃茂，其政明曜。其候炎暑，其令熱，其類火，其應夏，其穀麥，其果杏，其實絡，其蟲羽，其畜馬，其色赤，其味甘，其物脈，其音徵，其數七。其在人也，其藏心，其主舌，其病瞤瘛，此歲運之化也。天地之氣，火化在上，左清化，右柔化，故天氣正而其政嚴。酸化在下，左灼化，右藏化，故地氣擾而其令撓。風乃暴舉，木偃沙飛，炎火乃流，陰行陽化，雨乃時應，火木同德，上應熒惑歲星。其穀丹蒼。歲氣之化，火化七，風化三，正化度也。羽蟲靜，毛蟲育，歲物所宜也。倮蟲耗，清毒不生，地氣制之也。歲半之前，天氣主之，其氣少陽相火，其令暄者，少陽之政也。歲半之後，地氣主之，其氣厥有風木。其令風者，厥陰之化也。風熱參，雲物沸騰，太陰橫流，寒乃時至，涼雨並起，民病寒中，外發瘡瘍，內為泄滿，聖人遇之，和而不爭。往復之作，民病寒熱，瘧、泄、聾、瞑、嘔吐、上怫腫色變。是歲陽為天氣，陰為地氣，風火相直。其氣專，其化淳，又遇火運統之，運與天符，火化升明，天氣盈，先取化源。抑其運火，贊其金氣，則暴過不生，苛疾不起。歲宜鹹、宜辛、宜酸，滲之、泄之、漬之、發之。觀氣寒溫，以調其過。運同風熱，宜多寒化，其化上鹹寒，中甘和，下辛涼，藥食宜也。初之氣，自丁未年大寒日寅初，至是歲春分日子初，凡六十日八十七刻半。主位少角木，客氣少陰火，中見火運。氣與運同，君火不司氣化，地氣遷，風勝乃搖，寒乃去，候乃大溫，草木早榮，寒來不殺，溫病乃起。其病氣怫於上，血溢目赤，咳逆頭痛脅滿，膚腠中瘡。宜調少陰之客，以鹹補之，以甘瀉之，以酸收之。歲穀宜丹，間穀宜豆，則熱不為邪。二之氣，自春分日子正，至小滿日戌正，凡六十日有奇。主位太徵火，客氣太陰土，中見火運，濕氣氣客，火反鬱，白埃四起，雲趨雨府，風不勝濕，雨乃零，民乃康。其病熱鬱於上，咳逆嘔吐，瘡發於中，胸嗌不利，頭痛，身熱，昏憒，膿瘡。宜調太陰之客，以甘補之，以苦瀉之，以甘緩之。歲穀宜丹，間穀宜麻，則濕不為邪。三之氣，自小滿日亥初，至大暑日酉初，凡六十日有奇。主位太徵火，客氣少陽火，中見火運。氣符於天而天政布，炎暑至，少陽臨上，雨乃涯。民病熱中、聾、瞑、血溢、膿瘡、咳、嘔、鼽、衄、渴、嚏、欠、喉痹、目赤，善暴死。歲火既平，其邪乃微。宜調少陽之客，以鹹補之，以甘瀉之，以鹹耎之。歲穀宜丹，間穀宜豆，則火不為邪。是氣也，用熱遠熱，無犯司氣之熱。四之氣，自大暑日酉正，至秋分日未正，凡六十日有奇。主位少宮土，客氣陽明金，中見火運。土生金，涼乃至，炎暑間化，白露降，民氣和平。其病滿身重，宜調陽明之客，以酸補之，以辛瀉之，以甘泄之。歲穀宜蒼，間穀宜黍，則燥不為邪。五之氣，自秋分日申初，至小雪日午初，凡六十日有奇。主位太商金，客氣太陽水，中見火運。火勝金，水制之，陽乃去，寒乃來，雨乃必，氣門乃閉，剛木早雕。民避寒邪，君子周密。宜調太陽之客，以苦補之，以鹹瀉之，以苦堅之，以辛潤之。歲穀宜蒼，間穀宜稷，則寒不為邪。終之氣，自小雪日午正，至大寒日辰正，凡六十日有奇。主位少羽水，客氣厥陰木，中見火運，水生木，地氣正，風乃至，萬物反生，霧以行。其病關閉，不禁心痛，陽氣不藏而咳。宜調厥陰之客，以辛補之，以酸瀉之，以甘緩之。歲穀宜蒼，間穀宜稻，則風不為邪。此六氣之化也。歲氣天符為執法，若有邪氣，則民有卒急之病。所謂邪中執法者，民病速而危也。

己酉歲圖

陽明燥金司天，少陰君火在泉，中見少宮土運。歲土不及，氣化營運後天，燥化在上，左藏化，右明化，天氣急而其政切。苦化在下，左斂化，右動化，地氣明而其令暴。陽專其令，炎暑盛行，物燥以堅，淳風乃治，風燥橫運，流於氣交，多陽少陰，雲趨雨府，濕化乃敷，燥極而澤。其為氣也，清熱之氣，持於氣交，風化清化勝復同，所謂邪氣度化也。清化九，雨化五，熱化七，是謂正化度也。金火合行，上應太白熒惑。其穀白丹，間穀命太徵者，歲物所宜，則羽蟲育。地氣所制，則介蟲耗。寒毒不生，其耗白甲品羽，蟄蟲乃見，流水不冰，民病咳嗌塞，寒熱發暴，振栗癰閼，清先而勁，毛蟲乃死。熱後而暴，介蟲乃殃。然金為天氣，火為地氣，火能勝金，土運間之。其邪乃微，天氣虛，宜資化源，以助金氣，兼安其運土，無使受邪。食白丹之穀，以安其氣，以去其邪。歲宜以鹹以苦以辛，汗之清之散之。運同清氣，宜多地化，治之常也。歲半之前，天氣陽明主之，若燥淫所勝，木乃晚榮，草乃晚生，民病左肢脅痛，寒清於中感而瘧，大涼革候，咳腹中鳴，注泄鶩溏，心脅暴痛，嗌乾面塵，腰痛，目昧，眦瘍，座癰。病本於肝，診在足太沖之脈。法宜平以苦溫，佐

以酸辛，以苦下之。歲半之後，地氣少陰主之，熱淫於內，則焰浮川澤，陰處反明，蟄蟲不藏。民病腹中常鳴，氣上沖胸，喘不能久立，寒熱皮膚痛，目瞑齒痛腫，惡寒發熱如瘧，少腹中痛，腹大。法宜治以鹹寒，佐以甘苦，以酸收之，以苦發之。歲運之化，土不及，紀曰卑監，是謂減化。化氣不令，生政獨彰，長氣整，雨乃愆，收氣平。風寒並興，草木榮美，秀而不實成而秕也。其氣散，其用靜定，其化兼所不勝。四維有埃雲潤澤之化，則春有鳴條鼓拆之政。若四維發振拉飄騰之變，則秋有肅霜霪之復，其害四維。其藏脾，其病內舍心腹，外在肌肉四支。復則收政嚴峻，各木蒼雕，蒼穀乃損，胸脅暴痛，上引少腹，善太息。氣客於脾，食少失味。治宜以甘和調中。初之氣，自戊申年太寒日巳初，至是歲春分日卯初，凡六十日八十七刻半。主位少角木，客氣太陰土，中見土運。氣與運同，風不勝濕，地氣遷，陰始凝，氣始肅，水乃冰，寒雨化。其病中熱熱脹，面目浮腫，善眠，鼽，衄，嚏，欠，嘔，小便黃赤甚則淋。宜治太陰之客，以甘補之，以苦瀉之，以甘緩之。歲穀宜白，間穀宜麻，雖有濕邪，不能為害。司氣以涼，用涼無犯。二之氣，自春分日卯正，至小滿日丑正，凡六十日有奇。主位太徵火，客氣少陽火，中見土運。二火同治。陽乃布，民乃舒，物乃生榮，厲大至，民善暴死。宜治少陽之客，以鹹補之，以苦瀉之，以鹹耎之。歲穀宜白，間穀宜豆，雖有厲邪，不能為害。三之氣，自小滿日寅初，至大暑日子初，凡六十日有奇。主位太徵火，客氣陽明金，中運土運。火土金相生，天政布，涼乃行，燥熱交合，燥極而澤，民病寒熱。宜治陽明之客，以酸補之，以辛瀉之，以苦泄之。歲穀宜白，間穀宜黍，雖有燥邪，不能為害。四之氣，自大暑日子正，至秋分戌正，凡六十日有奇。主位少宮土，客氣太陽水，中見土運，運土得位，太陽居之，寒雨降，病暴仆振栗，譫妄少氣，嗌乾引飲，及為心痛，癰腫，瘡瘍，瘧寒之疾，骨痿血便。宜治太陽之客，以苦補之，以鹹瀉之，以苦堅之，以辛潤之。歲穀宜丹，間穀宜稷，雖有寒邪，不能為害。五之氣，自秋分日亥初，至小雪日酉初，凡六十日有奇。主位太商金，客氣厥陰木，中見土運，客氣勝運，春令反行，草乃生榮，民氣和。宜調厥陰之客，以辛補之，以酸瀉之，以甘緩之。歲穀宜丹，間穀宜稻，雖有風邪，不能為害。終之氣，自小雪日酉正，至大寒日未正，凡六十日有奇。主位少羽水，客氣少陰火，中見土運，火土相得，陽氣布，候反溫，蟄蟲來見，流水不冰，民乃康平，其病溫。宜治少陰之客。以鹹補之，以甘瀉之，以酸收之。歲穀宜丹，間穀宜豆，雖有熱邪，不能為害。此六氣之常也。歲氣之次，天氣勝則有少陽之復，地氣勝則有太陽之復，其治各以其勝復法。

庚戌歲圖

太陽寒水司天，太陰濕土在泉，中見太商金運。歲金太過，氣化營運先天。天地之氣，寒化在上，左動化，右素化，故天政所布其氣肅。甘化在下，左明化，右灼化，故地氣靜而其令徐。寒臨太虛，陽氣不令，寒政大舉，澤無陽陷，則火發待時。少陽中治，時雨乃降，止極雨散，還于太陰。雲朝北極，濕化乃布，澤化乃布，澤流萬物，寒敷於上，雷動於下，水土合德，上應辰星鎮星。其穀率齡。歲氣之化，寒化一，清化九，雨化五，正化度也。保蟲育，歲物所宜也。鱗蟲耗，燥毒不生，地氣制之也。寒濕之氣，持於氣交，民病寒濕，發肌肉萎，足痿不收，濡瀉血溢。是歲水為天氣，土為地氣，中見金運。土能生水，天化為虛，金運統之。土生金，金生水，以下生上，其化不純，天化雖虛，氣運相生，其邪乃微。宜於九月，先資化源，以助天氣之虛，抑其運金，扶其木氣，無使暴過而生其疾。食玄齡之穀，以全其真。避虛邪之氣，以安其正。歲宜以若熱調上，以甘熱調下，以辛溫調中，運同寒濕，以燥熱化，治以常也。淫勝之氣，歲半之前，天氣太陽主之，若寒淫所勝，則寒氣反至，水且冰，血變於中，發為癰瘍。民病厥心痛，嘔血，血泄，鼽衄，善悲，時眩仆。運火炎烈，雨暴乃雹，胸腹滿，手熱，肘攣，腋腫，心澹澹大動，胸脅胃脘不安，面赤目黃，善噫嗌乾，甚則色焰，渴而欲飲，病本於心，診在手神門之脈。法宜平以辛熱，佐以甘苦，以鹹瀉之。歲半之後，地氣太陰主之，若濕淫於內，則埃昏岩谷，黃反見黑。至陰之交，民病飲積，心痛，耳聾，嗌腫，喉痹，陰病血見，少腹痛腫，不得小便，目項腰髀腘皆痛。法宜治以苦熱，佐以酸淡，以苦燥之，以淡泄之。歲運之化，金太過，紀曰堅成，是謂收引。天氣潔，地氣明，陽氣隨，陰治化，燥行其政，物以司成，收氣繁布。化治不終，其化成，其氣削，其政肅，其令銳切，其德霧露肅颯，其動暴折瘍疰。其病喘喝胸憑仰息。其物兼其所勝，故經曰：歲金太過。燥氣流行，肝木受邪。民病兩脅下少腹痛，目赤痛眦瘍，耳無所聞，肅殺而甚，則體重煩冤，胸痛引背，兩脅滿，且痛引少腹，甚則喘咳逆氣，肩背痛，下連股膝髀腨胕足皆病。收氣峻，生氣下，草木斂，蒼幹雕隕，胠脅暴痛，不可反側，咳逆甚而血溢。診在足太沖之脈，其治悉以辛溫調中。初之氣，自己酉年大寒日申初，至是歲春分日

午初，凡六十日八十七刻半。主位少角木，客氣少陽火，中見金運。客氣勝運，地氣遷，氣乃大溫，草乃早榮，民乃厲，溫病乃作，身熱頭痛嘔吐，膚腠瘡瘍。宜治少陽之客，以鹹補之，以甘瀉之，以鹹耎之。歲穀宜玄，間穀宜豆，雖有火邪，不能為害。二之氣，自春分日午正，至小滿日辰正，凡六十日有奇。主位太徵火，客氣陽明金，中見金運。氣與運同，大涼反至，民乃慘，草乃遇寒，火氣遂抑。民病氣郁中滿，寒乃始。宜治陽明之客，以酸補之，以辛瀉之，以苦泄之。歲穀宜玄，間穀宜黍。雖有燥邪，不能為害。是氣也，無犯司氣之涼。三之氣，自小滿日巳初，至大暑日卯初，凡六十日有奇。主位太徵火，客氣太陽水，中見金運。水勝火，天政布，寒乃行，雨乃降。民病寒反熱中，癰疽注下，心熱瞀悶。宜治太陽之客，以苦補之，以鹹瀉之，以苦堅之，以辛潤之。歲穀宜玄，間穀宜稷。雖有寒邪，不能為害。四之氣，自大暑日卯正，至秋分日丑正，凡六十日有奇。主位少宮土，客氣厥陰木，中見金運。木勝土，金反制之，又遇太陰交司，風濕交爭，風化為雨，乃長乃化乃成。民病大熱少氣，肌肉萎足痿，注下赤白。宜治厥陰之客，以辛補之，以酸瀉之，以甘緩之。歲穀宜黔，間穀宜稻，雖有風邪，不能為害。五之氣，自秋分日寅初，至小雪日子初，凡六十日有奇。主位太商金，客氣少陰火，中見金運。歲運得位，客氣勝之，陽復化，草乃長乃化乃成，民乃舒。宜調少陰之客，以鹹補之，以甘瀉之，以酸收之，歲穀宜黔，間穀宜豆，雖有熱化，不能為邪。終之氣，自小雪日子正，至大寒日戌正，凡六十日有奇。主位少羽水，客氣太陰土，中見金運。土生金，金生水，其化順，地氣正，濕食行，陰凝太虛，埃昏郊野，民乃慘淒，寒風以至，反者孕乃死。宜治太陰之客，以甘補之，以甘瀉之，歲穀宜黔，間穀宜麻，雖有濕邪，不能為害。此六氣之化也。是歲天氣勝者，太陰復之，地氣勝者，厥陰復之。其治皆如復氣之法，濕者燥之，溫者清之。無翼其勝，無贊其復，此其道也。

辛亥歲圖

厥陰風木司天，少陽相火生在泉，中見少羽水運。歲水不及，氣化營運後天。風化在上，左灼化，右玄化，故天氣擾而其政撓。苦化在下，左清化，右柔化，故地氣正而其令速。風生高速，炎熱從之，雲趨雨府，濕化乃行。風火同德，上應歲星熒惑。其穀蒼丹，間穀言太商者，其耗文角品羽。風燥火熱，勝復更作，風病行於上，熱病行於下，風燥勝復形於中，雨化風化勝復同，邪氣化度也。風化三，寒化一，火化七，正化度也。其在物則毛蟲靜，羽蟲育，是為歲物所宜。介蟲耗，寒毒不生，是為地氣所制。然歲氣升降，天氣為陰而其化虛，地氣為陽而其化盈。當資化源，以助司天之木氣。化源雖虛，水運在中，水能生木，邪乃微也。必贊歲運之水，扶其不足。調上用辛，調下用鹹，畏火之氣，慎無妄犯。歲半之前，厥陰為主，若風淫所勝，則太虛埃昏，雲物以擾，寒生春氣，流水不冰。民病胃脘當心而痛，上支兩脅，鬲咽不通，飲食不下，舌本強，食則嘔，冷泄、腹脹、溏泄、瘕、水閉，病本於脾，診在足沖陽之脈，其法平以辛涼，佐以苦甘，以甘緩之，以酸瀉之。歲半之後，少陽主之，火淫所勝，則焰明郊野，寒熱更至。民病注泄赤白，少腹痛溺赤，甚則血便，其法治以咸冷，佐以苦辛，以酸收之，以苦發之。是歲水運不及，紀曰涸流，是謂反陽。藏令不舉，化氣乃昌，長氣宣佈，蟄蟲不藏。土潤，水泉減，草木條茂，榮秀滿盛。其氣滯，其用滲泄，其動堅止，其發燥槁。其果棗杏，其實濡肉，其穀黍稷。其味甘鹹，其色黔玄。其畜彘牛，其蟲鱗倮，其皮埃鬱昏翳，其聲羽宮。其在人也，病為瘕厥堅下，從土化也。病為癰，邪傷腎也。法宜以苦和調之也。初之氣，自庚戌年大寒日亥初，至是歲春分日酉初，凡六十日八十七刻半。主位少角木，客氣陽明金，中見水運。金勝木，水運間之，寒始肅，殺氣方至，民病寒於右下。宜治陽明之客，以酸補之，以辛瀉之，以苦泄之。歲穀宜蒼，間穀宜黍。二之氣，自春分日酉正，至小滿日未正，凡六十日有奇。主位太徵火，客氣太陽水，中見水運。氣與運同，寒不去，華雪水冰，殺氣就旋化，霜乃降，名草上焦，寒雨數至，陽復化。民病熱於中。宜治太陽之客，以苦補之，以鹹瀉之，以苦堅之，以辛潤之。歲穀宜蒼，間穀宜稷。是氣也。慎無犯零。三之氣，自小滿日申初，至大暑日午初，凡六十日有奇。主位太徵火，客氣厥陰木，中見水運。天正布，風乃時舉。民病泣出，耳鳴，掉眩。宜治厥陰之客，以辛補之，以酸瀉之，以甘緩之。歲穀宜蒼，間穀宜稻。四之氣，自大暑日午正，至秋分日辰正，凡六十日有奇。主位少宮土，客氣少陰火，中見水運。濕暑濕熱相搏，爭于左之上。民病黃癉而為胕腫。宜治少陰之客，以鹹補之，以甘瀉之，以酸收之。歲穀宜丹，間穀宜豆。五之氣，自秋分日巳初，至小雪日卯初，凡六十日有奇。主位太商金，客氣太陰土，中見水運。燥濕更勝，沉陰乃布，寒氣及體，風雨乃行。宜治太陰之客，以甘補之，以甘瀉之，以甘緩之。歲穀宜丹，間谷宜麻。終之氣，自小雪日卯

正，至大寒日丑正，凡六十日有奇。主位少羽水，客氣少陽火，中見水運。畏火司令，陽乃大化，蟄蟲出見，流水不冰，地氣大發，草乃生，人乃舒其病濕厲。宜治少陽之客，以鹹補之，以甘瀉之，以鹹耎之。歲穀宜丹，間穀宜豆。此六氣之化也。歲氣之交，司天氣勝，則陽明復之。在泉氣勝，則太陽復之。治勝復者，各以其法。

壬子歲圖

少陰君火司天，陽明燥金在泉，中見太角木運。歲木太過，氣化營運先天。君火在上，左太陰，右厥陰。燥金在下，左太陽，右少陽，故天政氣所布其氣明，地氣肅而其令切。寒交暑，熱加燥，雲馳雨府，濕化乃行，時雨乃降，金火合德，上應熒惑太白。其穀丹白。熱化二，風化二，清化四，正化度也。羽蟲靜，介蟲育，歲物之宜也。毛蟲耗，濕毒不生，地氣制之也。寒熱之氣，持於氣交而為病始，熱病生於上，清病生於下，寒熱相犯而爭於中，民病咳喘，血溢，鼽嚏，目赤，眦瘍。寒厥入胃，心痛，腰痛，腹大，嗌乾，腫上。是歲火為天氣，金為地氣，木運在中，火勝金，木生火，天氣盈。宜先取火之化源，必抑其運木，資其歲勝，無使暴過而生其病。食丹白之穀，以全真氣。食間氣之穀，以辟虛邪。歲宜鹹以耎之而調其上，甚則以苦發之，以酸收之而安其下，甚則以苦泄之。運同天氣，宜以寒清化，其化上鹹寒，中酸涼，下酸溫，藥食宜也。歲半之前，熱化主之，熱淫所勝，則怫熱至，火行其政，民病胸中煩熱嗌乾，右胠滿，右膚痛，寒熱咳喘，大雨且至，唾血，血泄，鼽，衄，嚏，嘔，溺色變，甚則瘡瘍附腫，肩背臂膺，及缺盆中痛，心痛，肺脹，腹大滿，膨膨而喘咳，病本於肺。診在手尺澤之脈，法宜平以鹹寒，佐以苦甘，以酸收之。歲半之後，燥化主之，燥淫所勝，則霧霧清暝，民病喜嘔，嘔有苦，善太息，心脅痛不能反側，甚則嗌乾面塵，身無膏澤，足外反熱。法宜治以苦溫，佐以甘辛，以苦下之。歲運之化，紀曰發生，是謂啟敕。土流泄，蒼氣達，陽和布，陰氣乃隨，生氣淳化，萬物以榮。其化生，其氣美，其政散，其令條舒，其動掉眩巔疾，其德鳴靡啟拆，其變振拉摧拔，其化兼其所勝。其病怒，上徵則其氣逆，其病吐利，故曰歲木太過，風氣流行，脾土受邪。民病飧泄，食減體重，煩冤腸鳴，腹支滿，甚則忽忽善怒，眩冒巔疾。化氣不政，生氣獨治，雲物飛動，草木不寧，甚而搖落，反脅痛而吐甚。診在足沖陽之脈，味宜以酸涼調之也。初之氣，自辛亥年大寒日寅初，至是歲春分日子初，凡六十日八十七刻半。主位太角木，客氣太陽水，中見木運。地氣遷，燥將去，寒乃始，蟄復藏，水乃冰，霜復降，風乃至，陽氣鬱，民反周密，關節禁固，腰脽痛，炎暑將起，中外瘡瘍。宜調太陽之客，以苦補之，以鹹瀉之，以苦堅之，以辛潤之。歲穀宜丹，間穀宜稷，則寒氣不能為害。二之氣，自春分日子正，至小滿日戌正，凡六十日有奇。主位少徵火，客氣厥陰木，中見水運。氣與運同，是謂司氣，陽氣布，風乃行，春氣以正，萬物應榮，寒氣時至，民乃和。其病淋，目瞑目赤，氣郁於上而熱，宜調厥陰之客，以辛補之，以酸瀉之，以甘緩之。歲穀宜丹，間穀宜稻，則風氣不能為害。是氣也，無犯司氣之溫。三之氣，自小滿日亥初，至大暑日酉初，凡六十日有奇。主位少徵火，客氣少陰火，中見木運，木生火，火當其位，天政布，大火行，庶類蕃鮮，寒氣時至。民病氣厥心痛，寒熱更作，咳喘目赤。宜治少陰之客，以鹹補之，以甘瀉之，以酸收之。歲穀宜丹，間穀宜豆，則熱邪不能為害。四之氣，自大暑日酉正，至秋分日未正，凡六十日有奇。主位太宮土，客氣太陰土，中見木運，土居其位，濕暑至，大雨時行，寒熱互至，民病寒熱，嗌乾，黃癉，鼽，衄，飲發。宜調太陰之客，以甘補之，以苦瀉之，以甘緩之。歲穀宜丹，間穀宜麻，則濕氣不能為害。五之氣，自秋分日申初，至小雪日午初，凡六十日有奇。主位少商金，客氣少陽火，中見木運。木生火，畏火臨，暑反至，陽乃化，萬物乃生乃長乃榮，民乃康。其病溫，宜治少陽之客，以鹹補之，以甘瀉之，以鹹耎之。歲穀宜白，間穀宜豆，則火氣不能為害。終之氣，自小雪日午正，至大寒日長正，凡六十日有奇。主位太羽水，客氣陽明金，中見木運。金勝木，燥令行，餘火內格，腫於上，咳喘，甚則血溢。寒氣數舉，則霧霧翳，病生皮腠，內舍於脅，下連少腹而作寒中，地將易也。宜治陽明之客，以酸補之，以辛瀉之，以苦泄之。歲穀宜白，間穀宜黍，則燥氣不能為害，歲氣之交，天氣勝則太陽復之，地氣勝則少陽復之。觀其氣至，以法為治，熱者寒之，清者溫之。無翼其勝，無贊其復，此治之大體也。

癸丑歲圖

太陰濕土司天，太陽寒水在泉，中見少徵火運。歲火不及，氣化營運後天。太陰在上，左少陽，右少陰，故地氣上騰。陰專其政而其政肅，太陽在下，左厥陰，右陽明，故天氣下降，陽氣退辟而其令寂。大風時起，原野昏霧，白埃四起，雲奔南極，寒雨數至，物成于差夏。濕寒合德，黃黑埃昏，流行氣

交，上應鎮星辰星。其穀黔玄，間穀命太角之穀。寒化雨化勝復同，是謂邪氣化度也。雨化五，火化二，寒化六，是謂正化度也。陰凝於上，寒積於下，寒水勝火，則為冰雹，陽光不治，殺氣乃行，倮蟲靜，鱗蟲育，是為歲所宜。羽蟲耗，熱毒不生，是為地氣所制。有餘宜高，不及宜下，有餘宜晚，不及宜早，土之利，氣之化也。民氣亦從之，其病寒濕，腹滿，身膶憤，肘腫，痞逆，寒厥拘急。是歲濕土在上，寒水在下，土能制水。天氣盈，地氣虛，宜取化源，以平土氣，益其歲氣。無使邪勝，食黔玄之穀，以全其真。食間氣之穀，以保其精。歲宜以苦燥之溫之，甚者發之泄之，不發不泄，則濕氣外溢，肉潰皮拆，而水血交流。必贊其陽火，令御甚寒，運異寒濕，燥熱宜少。故藥食之宜，其化上苦濕，中鹹溫，下甘熱。歲半之前，太陰主之，濕淫所勝，沉陰且布，雨變枯槁。民病肘腫骨痛陰痹。陰痹者，按之不得，腰脊頭項痛，時眩大便難，陰氣不用，饑不欲食，咳唾則有血，心如懸。病本於腎，診在足太溪，當平以苦熱，佐以酸辛，以苦燥之，以淡泄之。歲半之後，太陽主之，寒淫於內，凝肅慘栗，民病少腹控睾引腰脊，上沖心痛，血見嗌痛頷腫。宜治以甘熱，佐以苦辛，以酸瀉之，以辛潤之，以苦堅之。運火不及，命曰伏明之紀，是謂勝長。長氣不宣，藏氣反布，收氣自政，化令乃衡，寒清數舉。暑令乃薄，承化物生，生而不長，成實而稚，遇化已老。陽氣屈伏，蟄蟲早藏。其氣鬱，其用暴，其動彰伏變易。其發痛，其病昏惑悲忘。其化兼所不勝，夏有炳明光顯之化，則冬有嚴肅霜寒之政。若夏有慘淒凝冽之勝，則不時有埃昏大雨之復。其眚南，其藏心。其病內舍鷹脅，外在經絡，故曰歲火不乃。寒乃盛行，長政不用，物榮而下，凝慘而甚，則陽氣不化，乃折榮美。民病胸中痛，脅支滿脅痛，膺背肩胛間及兩臂內痛，甚則屈不能伸，髖髀如別。復則埃郁，大雨且至，黑敢乃辱，民病泄注。其法悉以鹹溫調中。初之氣，自壬子年大寒日巳初，至是歲春分日卯初，凡六十日八十七刻半。主位太角木，客氣厥陰木，中見火運。風木得位，地氣遷，寒乃去，春氣正，風乃來，生布萬物以榮。民氣條舒，風濕相搏。雨乃後，民病血溢，筋絡拘強，關節不利，身重筋痿。宜調厥陰之客，以辛補之，以酸瀉之，以甘緩之。歲穀宜黔，間穀宜稻，則風不為邪。二之氣，自春分日卯正，至小滿日丑正，凡六十日有奇。主位少徵火，客氣少陰火，中見火運。君火自居其位，不司氣化，是謂灼化。大火正，物承化，民乃和，其病溫厲盛行，遠近咸若，濕蒸相搏，雨乃時降。宜調少陰之客，以鹹補之，以甘瀉之，以酸收之。歲穀宜黔，間穀宜豆，則熱不為邪。三之氣，自小滿日寅初，至大暑日子初，凡六十日有奇。主位少徵火，客氣太陰土，中見火運。歲火當位，濕化鬱之，天政布，濕氣降，地氣騰，雨乃時降，寒乃隨之。感於寒濕，則民病身重，肘腫，胸腹滿。宜治太陰之客，以甘補之，以苦瀉之，以甘緩之。歲穀宜黔，間穀宜麻，則濕不為邪。四之氣，自大暑日子正，至秋分日戌正，凡六十日有奇。主位太宮土，客氣少陽火，中見火運。氣與運同，畏火臨，溽蒸化，地氣騰，天氣否隔，寒風曉暮，蒸熱相搏，草木凝煙，濕化不流，則白露有布以成秋令。民病腠理熱，血暴溢，瘡，心腹滿熱，臚脹，甚則肘腫。宜治少陽之客，以鹹補之，以甘瀉之，以鹹耎之。歲穀宜玄，間穀宜豆，則火不為邪。是氣也，無犯司氣之熱。五之氣，自秋分日亥初，至小雪日酉正，凡六十日有奇。主位少商金，客氣陽明金，中見火運。氣與運同，燥令已行，寒露下，霜乃早降，草木黃落，寒氣乃體，君子周密，民病皮腠。宜調陽明之客，以酸補之，以辛瀉之，以苦泄之。歲穀宜玄，間穀宜黍，則燥不為邪。終之氣，自小雪日酉正，至大寒日未正，凡六十日有奇。主位太羽水，客氣太陽水，中見火運。水當其位而能勝火，寒大舉，濕大化，霜乃積，陰乃凝，水堅冰，陽光不治。感於寒則病患關節禁固，腰脽痛，寒濕持於氣交而為疾也。宜調味太陽之客，以苦補之，以鹹瀉之，以辛潤之。歲穀宜玄，間穀宜稷，則寒不為邪。此六節之氣也。氣交之化，天氣勝者，則有厥有之復，地氣勝者，則有太陰之復，各以其勝復法治之。

甲寅歲圖

少陽相火司天，厥陰風木在泉，中見太宮土運。歲土太過，氣化營運先天，火化在上，清化左，黔化右。酸化在下，灼化左，藏化右，故天氣正而其政嚴，地氣擾而其令撓。風乃暴舉，木偃沙飛，炎火乃流，陰行陽化，雨乃時應同，風熱參布，雲物沸騰，太陰橫流，寒乃時至，涼雨並起。火化二，雨化五，風化八，正化度也。火木同德，上應熒惑歲星，其穀丹蒼，羽蟲靜，毛蟲育，是謂歲物所宜。倮蟲耗，清毒不生，是皆地氣所制。民病寒中，外發瘡瘍，內為泄滿，聖人遇之，和而不爭，往復之作。民病寒熱，瘧，泄，聾，瞑，嘔吐，上佛腫色變。是歲陽為天氣，陰為地氣，天氣盈，地氣虛，宜先取化源，以平火氣，抑其運土，贊所不勝，則暴過不生，苛疾不起。歲宜鹹，宜辛，宜酸，滲之，泄之，漬之，發之，觀氣寒溫以調其過。運異風熱，宜少用寒化，其化上鹹寒，中

鹹和，下辛涼，藥食宜也。歲行土運，天氣生運。歲半之前，天氣主之，火淫所勝，則溫氣流行，金政不平。民病頭痛，發熱，惡寒而瘧，熱上皮膚痛，色變黃赤，傳而為水，身面胕腫，腹滿仰息，泄注赤白，瘡瘍，咳，唾血，煩心，胸中熱，甚則鼽衄。病本於肺，診在手天府之脈。其法以鹹冷，佐以苦甘，以酸收之，以苦發之，以酸復之。歲半之後，地氣主之，風淫所勝，則地氣不明，平野昧，草乃早秀，民病灑灑振寒，善伸數欠，心痛支滿，兩脅裏急，飲食不下，鬲咽不通，食則嘔，腹脹善噫，得後與氣，則快然如衰，身體皆重。其法治以辛涼，佐以苦，以甘緩之，以辛散之。歲運之化，紀曰敦阜，是謂廣化。濃德清靜，順長以盈，至陰內實，物化充成。煙埃朦鬱，見於濃土，大雨時行，濕氣乃用，燥政乃辟。其化圓，其氣豐，其政靜，其令周密，其動濡積並，其德柔潤重淖，其變震驚飄驟，其化兼其所勝。其病腹滿，四肢不舉，故曰歲土太過。雨濕流行，腎水受邪。民病腹滿，清厥意不樂，體重煩冤，甚則肌肉萎，足痿不收，行善瘈，腳下痛，飲發中滿食減，四肢不舉，變生得位。藏氣伏，化氣獨治之，泉湧河衍，涸澤生魚。風雨大至，土潰鱗見於陸。病腹滿溏泄，腹鳴反下，甚而大溪脈絕者不治。其法宜以鹹和調中。初之氣，自癸丑年大寒日申初，至是歲春分日午初，凡六十日八十七刻半。主位太角木，客氣少陰火，中見土運。木生火，地氣遷，風生乃搖，寒乃去，候乃大溫，草木早榮，寒來不殺，溫病乃起。其病氣怫於上，血溢目赤，咳逆，頭痛，脅滿，膚腠中瘡。宜治少陰之客，以鹹補之，以甘瀉之，以酸收之。歲穀宜丹，間穀宜豆，雖有熱邪，不能為害。二之氣，自春分日午正，至小滿日辰正，凡六十日有奇。主位少徵火，客氣太陰土，中見土運。氣與運同，司氣為斷化，火反郁，白埃四起，雲趨雨府，風不勝濕，雨乃零，民乃康。其病熱郁於上，咳逆嘔吐，瘡發於中，胸嗌不利，頭痛身熱，昏憒膿瘡。宜治太陰之客，以甘補之，以苦瀉之，以甘緩之。歲穀宜丹，間穀宜麻，雖有濕邪，不能為害。是氣也，無犯司氣。三之氣，自小滿日巳初，至大暑日午卯初，凡六十日有奇。主位少徵火，客氣少陽火，中見土運。火居其位，天政布，炎暑至，少陽臨上，雨乃涯。民病熱中，聾，瞑，血溢，膿瘡，咳，嘔，鼽，衄，渴，嚏，欠，喉痹，目赤，善暴死。宜調少陽之客，以鹹補之，以甘瀉之，以鹹耎之。歲穀宜丹，間穀宜豆，雖有火化，不能為邪。四之氣，自大暑日卯正，至秋分日丑正，凡六十日有奇。主位太宮土，客氣陽明金，中見土運。歲土當位，涼乃至，炎暑間化，白露降，民氣和平。其病滿身重，宜調陽明之客，以酸補之，以辛瀉之，以苦泄之，歲穀宜蒼，間穀宜黍，雖有燥邪，不能為害。五之氣，自秋分日寅初，至小雪日子初，凡六十日有奇。主位少商金，客氣太陽水，中見土運。寒清相交，陽乃去，寒乃來，雨乃降，氣門乃閉，剛木早雕，民避寒邪，君子周密。宜調太陽之客，以苦補之，以鹹瀉之，以苦堅之，以辛潤之。歲穀宜蒼，間穀宜稷，雖有寒邪，不能為邪，不能為害。終之氣，自小雪日子正，至大寒日戌正，凡六十日有奇。主位太羽水，客氣厥陰木，中見土運，木制土，地氣正，風乃至，萬物反生，霧霧以行，其病關閉不禁，心痛，陽氣不藏而咳。宜治厥陰之客，以辛補之，以酸瀉之，以甘緩之。歲穀宜蒼，間穀宜稻，雖有風邪，不能為害。歲氣之交，天氣勝者，太陽復之，地氣勝者，陽明復之，觀其復至，無翼其勝，無贊其復，根據法為治，寒者熱之，清者溫之，各安其氣，則邪氣衰去，歸其所宗，此治之大體也。

## 乙卯歲圖

陽明燥金司天，少陰君火在泉，中見少商金運。歲金不及。氣化營運後天，少商上臨陽明，上商與正商同。不及而同天化，是謂天符，氣之平也。平金之歲，命曰審平之紀，收而不爭，殺而無犯，五化宣明。其氣潔，其性剛，其用散落，其化堅斂，其政勁肅，其候清切。其令燥，其類金，其應秋，其穀稻，其果桃，其實殼，其蟲介，其畜雞。其色白，其味辛，其音商，其數九，其物外堅。其在人也，其藏肺，其主鼻，其養皮毛，其病咳，此歲運之化也。天地之氣，陽明在上，左太陽，右少陽，故天氣急而其政也。少陰在下，左太陰，右厥陰，故地氣明而其令暴。陽專其令，炎暑盛行，物燥以堅，淳風乃治，風燥橫運，流於氣交。多陽少陰，雲趨雨府，濕化乃敷，燥極而澤，蟄蟲乃見，流水不冰，金火合德，上應太白熒惑。其穀白丹，間穀命太者。其鈔白甲品羽，故熱化寒化勝復同，邪氣化度也。燥化四，清化四，熱化二，正化度也。歲物之宜，介蟲靜，羽蟲育。地氣所制，介蟲耗，寒毒不生。清熱之氣，持於氣交，清先而勁，毛蟲乃死，熱後而暴，介蟲乃殃。其發躁，民病咳，嗌塞，寒熱發暴，振栗癰閡。歲半以前，清氣主之，其化燥者，天之政也。歲半以後，熱氣主之，其化熱者，地之令也。金為天氣，火為地氣，火勝金，天氣虛，當資金之化源。是歲金氣平，不資化源，惟安其運金，無合受邪。食白丹之穀，以安其氣，食間氣之穀，以去其邪。歲宜以鹹、以苦、以辛。汗之、清之、散之。其運

與清化同，宜多地化。經曰其化上苦小溫，中苦和，下鹹寒，藥食之宜也。初之氣，自甲寅年大寒日亥初，至是歲春分日酉初，凡六十日八十七刻半。主位太角木，客氣太陰土，中見金運。地氣遷，陰始凝，氣始肅。水乃冰，寒雨化。其病中熱脹，面目浮腫，善眠，鼽，衄，嚏，欠，嘔，小便黃赤，甚則淋。宜調太陰之客，以甘補之，以苦瀉之，以甘緩之。歲穀宜白，間穀宜麻，則濕不為邪。二之氣，自春分日酉正。至小滿日未正，凡六十日有奇。主位少徵火，客氣少陽火，中見金運。二火相加，火勝金，陽乃布。民乃舒，物乃生榮，厲大至，民善暴死，歲運和平，其邪乃微。宜調少陽之客，以鹹補之，以甘瀉之，以鹹耎之。歲穀宜白，間穀宜豆，則火不為邪。三之氣，自小滿日申初，至大暑日午初，凡六十日有奇。主位少徵火，客氣陽明金，中見金運。氣運相符，天政布，涼乃行，燥熱交合，燥極而澤，民病寒熱。宜調陽明之客，以酸補之，以辛瀉之，以苦泄之。歲穀宜白，間穀宜黍，則燥不為邪。是氣也，用涼遠涼，無犯司氣。四之氣，自大暑日午正，至秋分日辰正，凡六十日有奇。主位太宮土，客氣太陽水，中見金運。金生水，寒雨降，病暴僕振栗，譫妄少氣，嗌乾引飲，及為心痛，癰腫，瘡寒之疾，骨痿血便。宜調太陽之客，以苦補之，以鹹瀉之，以苦堅之，以辛潤之，歲穀宜丹，間穀宜稷，則寒不為邪。五之氣，自秋分日巳初，至小雪日卯初，凡六十日有奇。主位少商金，客氣厥陰木，中見金運。風木用事，春令反行，草乃生榮，民乃和。宜調厥陰之客，以辛補之，以酸瀉之，以甘緩之。歲穀宜丹，間穀宜稻，則風不為邪。終之氣，自小雪日卯正，至大寒日丑正，凡六十日有奇。主位太羽水，客氣少陰火，中見金運。火勝金，陽氣布，候反溫，蟄蟲來見，流水不冰，民乃康平，其病溫。宜調少陰之客，以鹹補之，以甘瀉之，以酸收之。歲穀宜丹，間穀宜豆，則熱不為邪。此六氣之常也。是歲天符為執法，若有邪氣則民病卒急，經曰：邪中執法者，其病速而危。

丙辰歲圖

太陽寒水司天，太陰濕土在泉，中見太羽水運。歲水太過，氣化營運先天，太過而同天化，是謂天符，平水之歲也。水運平者，命曰靜順之紀。藏而勿害，治而善下，五化咸整。其氣明，其性下，其用沃衍，其化凝堅，其政流演，其候凝肅，其令寒，其類水，其應冬，其穀豆，其果栗，其實濡，其蟲鱗，其畜彘，其色黑，其音羽，其數六，其物濡。其在人也，其藏腎，其主二陰，其養骨髓，其病厥，此歲運之化也。天地之氣，太陽在上，左厥陰，右陽明，故在政所布其氣肅。太陰在下，左少陽，右少陰，故地氣靜而其令徐。寒臨太虛，其政大舉，陽氣不令，澤無陽焰，則火發待時。少陽中治，時雨乃涯，止極雨散，還于太陰，雲朝北極，濕乃化布，澤流萬物。寒化六，雨化五，正化度民。鱗蟲靜，倮蟲育，歲物之宜也。鱗蟲不成，燥毒不生，地氣制之也。寒敷于上，雷動於下，水土合德，上應辰星鎮星。其穀玄齡。寒濕之氣，持於氣交。民病寒濕，發肌肉萎，足痿不收，濡瀉血溢。是歲水在上，土在下，土勝水，天氣虛，水運符天，其氣自平，不資化源。惟抑運水，扶其不勝，無使暴過而生其疾。歲宜以苦燥之，溫之，食玄齡之穀，以全其真，避虛邪之氣，以安其正。運與寒同，宜燥熱化，故曰其化上苦熱，中咸溫，下甘熱，藥食宜也。歲半之前，太陽主之，太陽有本標之化，當其地寒熱得中者，天之和氣至也。歲半之後，太陰主之，太陰之化從本，當其時濕化應者，地之令也。初之氣，自乙卯年大寒日寅初，至是歲春分日子初，凡六十日八十七刻半。主位太角木，客氣少陽火，中見水運。少陽中治，地氣遷，氣乃大溫，草乃早榮。民乃厲，溫病乃作，身熱，頭痛，嘔吐，肌腠瘡瘍。宜調少陽之客，以鹹補之，以甘瀉之，以鹹耎之。歲穀宜玄，間穀宜豆，則水不為邪。二之氣，自春分日子正，至小滿日戌正，凡六十日有奇。主位少徵火，客氣陽明金，中見水運。大涼反至，民乃慘，草乃遇寒，火氣遂抑。民病氣郁中滿，寒乃始。宜調陽明之客，以酸補之，以辛瀉之，以苦泄之。歲穀宜玄，間穀宜黍，則燥不為邪。三之氣，自小滿日亥初，至大暑日酉初，凡六十日有奇。主位少徵火，客氣太陽水，中見水運。氣與運相符而布天政，寒氣行，雨乃降。民病寒反熱中，癰疽注下，心熱瞀悶，不治者死。宜調太陽之客，以苦補之，以鹹瀉之，以苦堅之，以辛潤之。歲穀宜玄，間穀宜稷，則寒不為邪。是氣也，用寒遠寒，無犯司氣之寒。四之氣，自大暑日酉正，至秋分日未正，凡六十日有奇。主位太宮土，客氣厥陰木，中見水運。水生木，風濕交爭，風化為雨，乃長，乃化，乃成。民病大熱少氣，肌肉萎，足痿，注下赤白。宜調厥陰之客，以辛補之，以酸瀉之，以甘緩之。歲穀宜黔，間穀宜稻，則風不為邪。五之氣，自秋分日申初，至小雪日午初，凡六十日有奇。主位少商金，客氣少陰火，中見水運。大火所居，陽復化，草乃知，乃化，乃成，民乃舒。宜調少陰之客，以鹹補之，以甘瀉之，以酸收之。歲穀宜黔，間穀宜豆，則熱不為邪。終之氣，自小雪日午正，至大寒日

辰正，凡六十日有奇。主位太羽水。客氣太陰土，中見水運。水運得位，濕土居之，地氣正，濕令行，陰凝太虛，埃昏郊野，民乃慘淒，寒風以至，反者孕乃死。宜調太陰之客，以苦瀉之，以甘緩之。歲穀宜黔，間穀宜麻，則濕不為邪。此六氣之化也。歲行平水之化，天符為熱法。邪或中之，民有卒急之病，故經曰：中執法者，其病速而危。

丁巳歲圖

厥陰風木司天，少陽相火在泉，中見少角木運。歲木不及，上角與正角同，又木不及而同天化。氣化營運同天，氣與天符，木運適平，命曰敷和之紀。木德周行，陽舒陰布，五化宣平。其氣端，其性隨，其用典直，其化生榮，其政發散，其候溫和。其令風，其類草木，其應春，其穀麻，其果李，其實核，其蟲毛，其畜犬，其色蒼，其味酸，其音角，其數八，其物中堅。其在人也，其藏肝，其主目，其養筋，其病裏急支滿，此歲運之化也。天地之化，風化在上，左灼化，右藏化，故天氣擾而其政撓。甘化在下，左清化，右柔化，故地氣正而其令速。風生高速，炎熱從之，雲趨雨府，濕化乃行。風火同德，上應歲星熒惑。其穀蒼丹，間穀言太商之穀。其耗文角品羽，清化熱化勝復同，邪氣化度也。風化三，火化七，正化度也。毛蟲靜，羽蟲育，是乃歲物所宜。介蟲耗，寒毒不生，是皆地氣所制。故風燥火熱，勝復更作，蟄蟲來見，流水不冰。熱病行於下，風病行於上，風燥勝復形於中。是歲陰為天氣，陽為地氣。天氣虛，木運符之，又木火同德，其氣專，不資化源，惟贊運木。無使邪勝，歲宜以辛調上，以鹹調下。畏水之氣，無妄犯之，故曰其化上辛涼，中辛和，下鹹寒，藥食宜也。歲半之前，天氣主之，天布厥陰之政，其令風。歲半之後，地氣主之，地行少陽之令，其化火，氣化之常也。初之氣，自丙辰年大寒日巳初，至是歲春分日卯初，凡六十日八十七刻半。主位少角木，客氣陽明金，中見木運。歲運得位，金燥客之，寒始肅，殺氣方至。民病寒於右之下。宜調味陽明之客，以酸補之，以辛瀉之，以苦泄之。歲穀宜蒼，間穀宜黍，則燥不為邪。二之氣，自春分日卯正，至小滿日丑正，凡六十日有奇。主位太徵火，客氣太陽水，中見木運。寒不去，華雪水冰，殺氣施化，霜乃降，名草上焦，寒雨數至，陽復化，民病熱於中，宜調太陽之客，以苦補之，以鹹瀉之，以苦堅之，以辛潤之。歲穀宜蒼，間穀宜稷，則寒不為邪。三之氣，自小滿日寅初，至大暑日子初，凡六十日有奇。主位太徵火，客氣厥陰木，中見木運。木與天符，天政布，風乃時舉。民現泣出，耳鳴，掉眩。宜調厥陰之客，以辛補之，以酸瀉之，以甘緩之。歲穀宜蒼，間穀宜稻，則風不為邪。是氣也，用溫遠溫，無犯司氣之溫。四之氣，自大暑日子正，至秋分日戌正，凡六十日有奇。主位少宮土，客氣少陰火，中見木運。溽暑濕熱相搏，爭于左之上，民病黃癉而為肘腫。宜調少陰之客，以鹹補之，以甘瀉之，以酸收之。歲穀宜丹，間穀宜豆，則熱不為邪。五之氣，自秋分日亥初，至小雪日酉初，凡六十日有奇。主位太商金，客氣太陰土，中見木運，燥濕更勝，沉陰乃布，寒氣及體，風雨乃行。宜調太陰之客，以甘補之，以苦瀉之，以甘緩之。歲穀宜丹，間穀宜麻，則濕不為邪，自小雪日酉正，至大寒日未正，凡六十日有奇。主位少羽水，客氣少陽火，中見木運。木生火，畏火司令，陽乃大化，蟄蟲出見，流水不冰，地氣大發，草乃生，人乃舒，其病溫厲。宜調少陽之客，以鹹補之，以甘瀉之，以鹹奧之。歲穀宜丹，間穀宜豆，則火不為邪。此六氣之化也。歲為平木，或有邪氣，則中熱法。人有急卒之病，故經曰：中執法者，其病速而危。

戊午歲圖

少陰君火司天，陽明燥金在泉，中見太徵火運。歲火太過，氣化勞運先天。太過而同天化，是謂天符。又火運臨午，是謂歲會，氣之平也。上見天符，下見歲會，三合而治，太一天符之會，平之至也。平火之歲，命曰升明之紀。正陽而治，德施周普，五化均衡。其氣高，其性速，其用燔灼，其化蕃茂，其政明曜，其候炎暑，其令熱，其類火，其應夏。其穀麥，其果杏，其實絡，其蟲羽，其畜馬，其色赤，其味苦，其物脈，其音徵，其數七，其在人也，其藏心，其主舌，其養血，其病瘛，此歲運之化也。少陰在上，左太陰，右厥陰，故天政所布其氣明。陽明在下，左太陽，右少陽，故地氣肅而其令切。寒交暑，熱加燥，雲馳雨府，濕化乃行，時雨乃降，金火合德，上應熒惑太白。其穀丹白。熱化七，清化九，正化度也。羽蟲靜，介蟲育，歲物所宜也。毛蟲耗，濕毒不生，地氣制之也。水火寒熱，持於氣交，而為病始，熱病生於上，清病生於下，寒熱爭於中。民病咳喘，血溢，血泄，鼽，嚏，目赤眦瘍，寒厥入胃，心痛，腰痛，腹大，嗌乾腫上。是歲火在上，金在下，火在中。火生金，天氣盈，天氣雖平，熱甚於上。宜欲生前十二月，先取化源，平其火氣，必抑其運火，資其歲勝，折其金之鬱氣，無使暴過而生其病。食丹白之穀以全真氣，食間氣之穀以辟虛邪。歲宜鹹以奧之而調其上，酸收之而安其下。運同天氣，以寒清

化，故曰其化上鹹寒，下酸溫，藥食宜也。歲半之前，少陰主之，少陰有本標之化，寒熱得中者，天政之平也。歲半以後，陽明主之，陽明以中氣為化，燥濕相半者，地之令也。初之氣，自丁巳年大寒日申初，至是歲春分日午初，凡六十日八十七刻半。主位少角木，客氣太陽水，中見火運。水勝火，地氣遷，燥將之，寒乃始，蟄復藏，水乃冰，霜復降，風乃至，陽氣鬱。民反周密，關節禁固腰脽痛，炎暑將起，中外瘡瘍。宜調太陽之客，以苦補之，以鹹瀉之，以苦堅之，以辛潤之，歲穀宜丹，間穀宜稷，則寒不為邪。二之氣，自春分日午正，至小滿日辰正，凡六十日有奇。主位太徵火，客氣厥陰木，中見火運。木火相生，陽氣布，風乃行，春氣以正，萬物應榮，寒氣時至，民乃和。其病淋、目瞑、目赤，氣鬱而熱。宜調厥陰之客，以辛補之，以酸瀉之，以甘緩之。歲穀宜丹，間穀宜稻，則風不為邪。三之氣，自小滿日巳初，至大暑日卯初，凡六十日有奇。主位太徵火，客氣少陰火，中見火運。氣與運符，天政布，大火行，庶類蕃鮮，寒氣時至。民病氣厥心痛，寒熱更作，咳喘，目赤。宜調少陰之客，以鹹補之，以甘瀉之，以酸收之。歲穀宜丹，間穀宜豆，則熱不為邪。四之氣，自大暑日卯正，至秋分日丑正，凡六十日有奇。主位少宮土，客氣太陰土，中見火運，土當其位，火化兼之，溽暑至，大雨時行，寒熱互至。民病寒熱、嗌乾、黃癉、胕、衄、飲發。宜調太陰之客，以甘補之，以甘瀉之，以甘緩之。歲穀宜白，間穀宜麻，則濕不為邪。五之氣，自秋分日寅初，至小雪日子初，凡六十日有奇。主位太商金，客氣少陽火，中見火運，氣同運化，畏火臨，暑反至，陽乃化，萬物乃至，乃長榮，民乃康，其病溫。宜調少陽之客，以鹹補之，以甘瀉之，以鹹耎之。歲穀宜白，間穀宜豆，則火不為邪。是氣也，用熱遠熱，無犯司氣之熱。終之氣，自小雪日子正，至大寒日戌正，凡六十日有奇。主位少羽水，客氣陽明金，中見火運。火勝金，水反制，燥令行，餘火內格。腫於上，咳喘，甚則血溢，寒氣數舉，則霧霜翳。病生皮腠，內舍於脅，下連少腹而作寒中，地將易也。宜調陽明之客，以酸補之，以辛瀉之，以苦泄之。歲穀宜白，間穀宜黍，則燥不為邪。此六氣之化也。歲氣之交，金氣抑鬱，治宜泄之。各安其氣，必清必靜，則邪氣自衰。歸其所宗，此治之大體也。

己未歲圖

太陰濕土司天，太陽寒水在泉，中見少宮土運。歲土不及，上宮與正宮同，少宮上臨太陰，是為天符。土運臨丑，是為歲會。上見天符，下見歲會，三合為治。太一天符之歲，氣至平也。命曰備化之紀。氣協天休，德流四政，五化齊修，其氣平，其性順，其用高下，其化豐滿，其政安靜，其候溽蒸，其類土，其應長夏，其穀稷，其果棗，其實肉，其蟲倮，其畜牛，其色黃，其味甘，其物膚，其音宮，其數五。其在人也，其藏脾，其主口，其養肉，其病否，此歲運之化也。歲氣之化，太陰在上，少陽右，少陰右，故地氣上騰而其政肅。太陽在下，厥陰左，陽明右，故天氣下降而其令寂。陰專其政，陽氣退辟，大風時起，原野昏霧，白埃四起，雲奔南極，寒雨數至。濕寒合德，黃黑埃昏。上應鎮星辰星。其谷黔玄，間穀命太商太徵者。物成于差夏，故陰凝於上，寒積於下。寒水勝火，則為冰雹，陽光不治，殺氣乃行。有餘宜高，不及宜下，有餘宜晚，不及宜早，土之利氣之化也。民氣亦從之，其病寒濕腹滿，身膚憤、痞逆、寒厥、拘急。故曰風化清化勝復同，邪氣化度也。雨化五，寒化一，正化度也。倮蟲靜，鱗蟲育，歲物所宜也。羽蟲耗，熱毒不生，地氣制之也。是歲土在上，水在下，土勝水，天氣盈，當取化源。歲遇太一天符，其氣至平，不取化源，惟折其水鬱。益其歲勝，贊其陽火，令御甚寒。無使邪勝，食黔玄之穀，以全其真。食間氣之穀，以保其精。歲宜以苦燥之溫之，運與濕同，宜以燥化，故曰其化上苦熱，中甘和，下甘熱，藥食宜也。歲半之前，其政濕，歲半之後，其令寒。初之氣，自戊午年大寒日亥初，至是歲春分日酉初，凡六十日八十七刻半。主位少角木，客氣厥陰木，中見土運。木當其位，地氣遷，寒乃去，春氣正，風乃來，生布萬物以榮。民氣條舒，風濕相搏，雨乃後。民病血溢。筋絡拘強，關節不利，身重筋痿。宜調厥有之客，以辛補之，以酸瀉之，以甘緩之。歲穀宜黔，間穀宜稻，則風不為邪。二之氣，自春分日酉正，至小滿日未正，凡六十日有奇。主位太徵火，客氣少陰火，中見土運。大火正，物承化，民乃和，其病溫萬盛行，遠近咸若。濕蒸相搏，雨乃時降。宜調少陰之客，以鹹補之，以甘瀉之，以酸收之，歲穀宜黔，間穀宜豆，則熱不為邪。三之氣，自小滿日申初，至大暑日午初，凡六十日有奇。主位太徵火，客氣太陰土，中見土運。氣與運符而行平氣，天政布，濕氣降，地氣騰，雨乃時，寒乃隨之。感於寒濕則民病身重胕腫、胸腹滿。宜調太陰之客，以甘補之，以甘瀉之，以甘緩之。歲穀宜黔，間穀宜麻，則濕不為邪。是氣也，無犯司氣。四之氣，自大暑午正，至秋分日辰正，凡六十日有奇。主位少宮土，中見

土運。歲運得位，相火居之，畏火臨，溽蒸化，地氣騰，天氣否隔，寒風曉暮，蒸熱相搏，草木凝煙，濕化不流，則白露陰布以成秋令。民病腠理熱，血暴溢，瘡、心腹滿熱，臚脹，甚則肘腫。宜調少陽之客，以鹹補之，以甘瀉之，以鹹耎之。歲穀宜玄，間穀宜豆，則火不為邪。五之氣，自秋分日巳初，至小雪日卯初，凡六十日有奇。主位太商金，客氣陽明金，中見土運。土生金，慘令已行，寒露下，霜乃早降，草木則燥不為邪。自小雪日卯正，至大寒日丑正，凡六十日有奇。主位少羽水，客氣太陽水，中見土運。水當其位，濕土合氣。寒大舉，濕大化，霜乃積，陰乃凝，水堅冰，陽光不治。感於寒，則病患關節禁固腰脽痛，寒濕持於氣交而為疾也。宜調太陽之客，以苦補之，以鹹瀉之，以甘堅之，以辛潤之。歲穀宜玄，間穀宜稷，則寒不為邪。此六氣之化也。氣交之化。歲有水鬱，治宜折之，皆隨勝氣，安其屈伏。無間其數，以平為期，此其道也。

庚申歲圖



庚申歲圖



庚申歲圖

陽來復。地氣木勝，即陽明來復。觀其氣至，治以勝復之法，寒者熱之，清者溫之，無翼其勝，無贊其復，是謂至治。

辛酉歲圖

陽明燥金司天，少陰君火在泉，中見少羽水運，歲水不及，氣化營運後天。陽明在上，太陽左，少陽右，故天氣急而其政切。少陰左，厥陰右，故地氣明而其令暴。炎暑盛行，物燥以堅，淳風乃治，風燥橫運，流於氣交，多陽少陰，雲趨雨府，濕化乃敷，燥極而澤，金火合德，上應太白榮惑。其穀白丹，間穀命太徵者，其耗白甲品羽，雨化風化勝復同，邪氣化度也。清化九，寒化一，熱化七，正化度也。介蟲靜，羽蟲育，是乃歲物之宜。介蟲耗，寒毒不生，是皆地氣所制。蟄蟲出見，流水不冰，清熱之氣，持於氣交。民病咳嗌塞。寒熱發暴，振栗癃閉。清先而勁，毛蟲乃死。熱後而暴，介蟲乃殃。其發躁，是歲金在上，火在下，水運在中，水勝火，火勝金，天氣虛，水能制火而生金，其邪乃微，宜資其化源，以助金氣。安其運水，無使受邪，折其火氣之郁，食白丹之穀，以安其氣。食間氣之穀，以去其邪。歲宜以鹹、以苦、以辛，汗之、清之、散之。運化同清，宜多地化，其化上苦小溫，中苦和，下鹹寒，藥食宜也。候其氣者，歲半之前，陽明主之。燥淫所勝，則木乃晚榮，草乃晚生，筋骨內發。民病左胠脅痛，寒清於中，感而瘧，大涼革候，咳腹中鳴，注泄鶩溏，名木斂生菀於下，草焦上首，心脅暴痛，不可反側，嗌乾面塵，腰痛，目眛，瘍瘡痤癰，病本於肝。診在足太沖之脈，法宜平以苦溫，佐以酸辛，以苦下之。歲半之後，少陰主之，熱淫於內，則焰浮川澤，陰處反明。民病腹中常鳴，氣上沖胸，喘不能久立，寒熱皮膚痛，目瞑，齒痛，頸腫，惡寒，發熱如瘧，少腹中痛腹大。法宜治以鹹寒，佐以甘苦，以酸收之，以苦發之。氣交之間，水運統之，涸流之紀，是謂反陽。藏令不舉，化氣乃昌，長氣宣佈，蟄蟲不藏。土潤水泉減，草木條茂，榮秀滿盛。其氣滯，其用滲泄，其動堅止，其發燥槁。其藏腎，其化兼所不勝，其病癃閟，邪傷腎也。候其氣者，四維有湍潤埃雲之化，則不時有和風生發之應。若四維發埃昏驟注之變，則不時有飄蕩振拉之復。其眚北，其病內舍腰脊骨髓，外在溪谷踹膝，故曰歲水不及。濕乃盛行，長氣反用，其化乃速，暑雨數至。民病腹滿，身重濡泄，寒瘍流水，腰股痛發，腨腨股膝不便，煩冤，足痿清厥，腳下痛，甚則附腫，藏氣不政，腎氣不衡。復則大風暴發，草偃木零，生長不鮮，面色時變，筋骨並辟，肉瞤瘛，目視眩眩，肌肉胗發，氣並膈中，痛于心腹，黃氣乃損，其穀不登。初之氣，自庚申年大寒日巳初，至是歲春分日卯初，凡六十日八十七刻半。主位少角木，客氣太陰土，中見水運。土勝水，地氣遷，陰始凝，氣始肅，水乃冰，寒雨化，其病中熱脹，面目浮腫，善眠鼽衄，嚏欠，嘔，小便黃赤，甚則淋。宜治太陰之客，以甘補之，以苦瀉之，以甘緩之。歲食白穀，間穀用麻，雖有濕邪，莫之能害。二之氣，自春分日卯正，至小滿日丑正，凡六十日有奇。主位太徵火，客氣少陽火，中見水運。陽乃舒，物乃生榮，厲大至，民善暴死，水運承之，其邪亦微。宜治少陽之宜，以鹹補之，以甘瀉之，以鹹耎之。歲食白穀，間穀用豆，雖有火邪，莫之能害。三之氣，自小滿日寅初，至大暑日子初，凡六十日有奇。主位太徵火，客氣陽明金，中見水運。天政布，涼乃行，燥熱交合，燥極而澤，民病寒熱。宜治陽熱。宜治陽明之客，以酸補之，以辛瀉之，以苦泄之。歲食白穀，間穀用黍。四之氣，自大暑日子正，至秋分日子戌正，凡六十日有奇。主位少宮土，客氣太陽水，中見水運。氣與運同，是謂司氣，寒雨降，病暴僕振栗，譫妄少氣，嗌乾引飲，及為心痛，癰腫，瘡瘍，瘧寒之疾，骨痿血便。宜治太陽之客，以苦補之，以苦堅之，以辛潤之，歲食丹穀，間穀用稷，雖有寒邪，莫之能害。是氣也，用寒遠寒，無犯司氣之寒。五之氣，自秋分日亥初，至小雪日酉初，凡六十日有奇。主位太商金，客氣厥陰木，中見水運。水生木，春令反行，草乃生榮，民氣和。宜調厥陰之客，以辛補之，以酸瀉之，以甘緩之。歲令丹穀，間穀用稻，雖有風邪，莫之能害。終之氣，自小雪日酉正，至大寒日未正，凡六十日有奇。主位少羽水，客氣少陰火，中見水運。水運得位，少陰居之，陽氣布，候反溫，蟄蟲來見，流水不冰，民乃康平，其病溫。宜治少陰之客，以鹹補之，以甘瀉之，以酸收之。歲食丹谷，間穀用豆，雖有熱邪，莫之能害。此六氣之化也。歲氣之交，天氣勝者，少陽復之。地氣勝者，太陽復之。詳察陰陽所在而調之，以正為期。

壬戌歲圖

太陽寒水司天，太陰濕土在泉，中見太角木運。歲木太過，氣化營先天。太陽為天氣，左厥陰，右陽明，故天政所布其氣肅。太陰為地氣，左少陽，右少陰，故地氣靜而其令徐。寒臨太虛，其政大舉，則火發待時。少陽中治，時雨乃降，雲朝北極，濕化乃布，澤流萬物。寒化六，風化八，雨化五，正化度也。鱗蟲靜，倮蟲育，歲物之宜也。鱗蟲不成，燥毒不生，地氣制也。寒敷于

上，雷動於下，寒濕之氣，持於氣交。民病寒濕發，肌肉萎，足痿不收，濡瀉血溢。是歲水為天氣，土為地氣，土勝水，當資化源，以助天氣。又歲遇木運，木能制土，地氣乃鬱，其邪亦微，必折鬱土，抑其運木，扶其不勝，無使暴過而生其疾。食玄之穀，以全其真。避虛邪之氣，以安其正。運與寒濕異，宜以燥濕化。其化上苦溫，中酸和，下甘溫，藥食宜也。歲半之前，太陽主之，寒淫所勝，則寒氣乃至，水且冰，血變於中，發為癰瘍。民病厥心痛，胕、衄、善悲，時眩仆。病本於心，診在神門之脈。其法平以辛熱，佐以甘苦，以鹹瀉之。歲半之後，太陰主之，濕淫於內，則埃昏岩谷，黃反見黑。至陰之交，民病飲積，心痛，耳聾，渾渾焞焞，嗌腫喉痹，少腹痛腫，病沖頭痛，目項腰髀腨胻皆痛。其法宜治以苦熱，佐以酸淡，以苦燥之，以淡泄之。氣交之間，木運太過，命曰發生之紀，是謂啟陣。土流泄，蒼氣達，陽和布化，陽氣乃隨，生氣焞化，萬物以榮。其化生，其氣善，其政散，其令條舒，其動掉眩巔疾。其德鳴靡啟拆，其象春，其變振拉摧拔。其穀麻稻，其果李桃，其畜雞犬，其蟲毛介，其物中堅外堅，其色青黃白，其味酸甘辛。其經足厥陰、少陽，其藏肝、脾，其病怒。故曰歲木太過，風氣流行，脾土受邪。民病飧泄，食減體重，煩冤腸鳴，腹支滿，甚則忽善怒，眩冒巔疾。診在沖陽之脈，其法治以酸和。初之氣，自辛酉歲大寒日申初，至是年春分日午初，凡六十日八十七刻半。主位太角木，客氣少陽火，中見木運，歲木當位，相火居之，地氣遷，氣乃大溫，草乃早榮。民乃厲，溫病乃作，身熱，頭痛，嘔吐，肌腠瘡瘍。宜治少陽之客，以鹹補之，以甘瀉之，以鹹耎之。歲穀宜玄，間穀火邪，不能為害。二之氣，自春分日午初，至小滿日辰正，凡六十日有奇。主位少徵火，客氣陽明金，中見木運。金勝木，大涼乃至，草乃遇寒，火氣遂抑，民病氣郁中滿，寒乃始。宜治陽明之客，以酸補之，以辛瀉之，以苦泄之。歲穀宜玄，間穀宜黍，雖有燥邪，不能為害。三之氣，自小滿日卯初，至大暑日卯初，凡六十日有奇。主位少徵火，客氣太陽水，中見木運。天政布，寒氣行，雨乃降，民病寒反熱中，癰疽注下，心熱瞀悶。宜治太陽之客，以苦補之，以鹹瀉之，以苦堅之，以辛潤之。歲穀宜玄，間穀宜稷，雖有寒邪，不能為害。四之氣，自大暑日卯正，至秋分日丑正，凡六十日有奇。主位太宮土，客氣厥陰木，中見木運。氣與運同，是謂司氣，風濕交爭，風化為雨，乃長，乃化，乃成。民病大熱少氣，肌肉萎，足痿，注下赤白。宜治厥陰之客，以辛補之，以酸瀉之，以甘緩之。歲穀宜黔，間穀宜稻，雖有風邪，不能為害。是氣也，用溫遠溫，無犯司氣之溫。五之氣，自秋分日寅初，至小雪日子初，凡六十日有奇。主位少商金，客氣少陰火，中見木運。木生火，火勝金，陽復化，草乃長，乃化，乃成，民乃舒。宜調少陰之客，以鹹補之，以甘瀉之，以酸收之。歲穀宜黔，間穀宜豆，雖有熱邪，不能為害。終之氣，自小雪日子正，至大寒日戌正，凡六十日有奇。主位太羽水，客氣太陰土，中見木運。地氣正，濕令行，陰凝太虛，寒風以至。宜治太陰之客，以甘補之，以苦瀉之，以甘緩之。歲穀宜黔，間穀宜麻，雖有濕邪，不能為害。此六氣之化也。歲氣之交，天氣勝則有太陰之復，地氣勝則有厥陰之復，根據其復法治之，所謂濕者燥之，溫者清之，故其氣乃平也。

## 癸亥歲圖

厥陰風木司天，少陽相火在泉，中見少徵火運。歲火不及，氣化營運後天，不及而同地化，是謂同歲會，氣之平也。諸同正歲，氣化營同天，平火之氣，命曰升明之紀。正陽而治，德施周普，五化均衡。其氣高，其性速，其用燔灼，其化蕃茂，其政明曜，其候炎暑，其令熱，其類火，其應夏，其穀麥，其果杏，其實終，其蟲羽，其畜馬，其色赤，其味苦，其物脈，其音徵，其數七。其在有也。其藏心，其主舌，其養血，其病瞤瘛，此歲運之化也。天地之氣，上見厥陰，左少陰，右太陽，故天氣擾而其政撓。下見少陽，左陽明，右太陰，故地氣正而其令速。風生高遠，炎熱從之，雲趨雨府，濕化乃行，風火同德，上應歲星熒惑。間穀言太宮，太羽者，其耗文角品羽，寒化雨化勝復同，邪氣化度也。風化七，火化二，正化度也。歲物之宜，則毛蟲靜，羽蟲育，地氣所制，則介蟲耗，寒毒不生。風燥火熱，勝復更作，蟄蟲來見，流水不冰，熱病行於下，風病行於上，風燥勝復形於中。是歲陰為天氣，陽為地氣。天氣虛，火運適平，不資化源，惟贊其運火，無使邪勝，歲宜以辛調上，以鹹調下，畏火之氣，無亡犯之。其化上辛涼，下鹹寒，藥食宜也。歲半之前，厥陰主之，多風化者，厥陰之政也。歲半之後，少陽主之，多火化者，少陽之令也。初之氣，自壬戌歲大寒日亥初，至是年春分日酉初，凡六十日八十七刻半。主位太角木，客氣陽明金，中見火運。寒始肅，殺氣方，民病寒於右之下，營運平之火，其邪乃微。宜調陽明之客，以酸補之，以辛瀉之，以甘泄之。歲穀宜蒼，間穀宜黍。二之氣，自春分日酉正，至小滿日未正，凡六十日有奇。主位少徵火，

客氣太陽水，中見火運。火居其位，寒水承之，寒不去，華雪水冰，殺氣施化，霜乃降，名草上焦，寒雨數至，陽復化，民病熱於中。宜調太陽之客，以苦補之，以鹹瀉之，以苦堅之，以辛潤之。歲穀宜蒼，間穀宜稷。三之氣，自小滿日申初，至大暑日初，凡六十日有奇。主位少徵火，客氣厥陰木，中見火運。火當其位，風木客之，天政布，風乃時舉。民病泣出，耳鳴，掉眩。宜調厥陰之客，以辛補之，以酸瀉之，以甘緩之。歲穀宜蒼，間穀宜稻。四之氣，自大暑日午正，至秋分日辰正，凡六十日有奇。主位太宮土，客氣少陰火，中見火運。氣與運同，灼化所居，溽暑濕熱相搏，爭于左之上。民病黃癉而為肘腫。宜調少陰之客，以鹹補之，以甘瀉之，以酸收之。歲穀宜丹，間穀宜豆。五之氣，自秋分日巳初，至小雪日卯初，凡六十日有奇。主位少商金，客氣太陰土，中見火運。火生土，燥濕更勝，沉陰乃布，寒氣及體，風雨乃行。宜調太陰之客，以甘補之，以苦瀉之，以甘緩之，歲穀宜丹，間穀宜麻。終之氣，自小雪日卯正，至大寒日丑正，凡六十日有奇。主位太羽水，客氣少陽火，中見火運。火氣符會，畏火司令，陽乃大化，蟄蟲出見，流水不冰，地氣大發，草乃生，人乃舒，其病濕厲。宜調少陽之客，以鹹補之，以甘瀉之，以鹹耎之。歲穀宜丹，間穀宜豆。是氣也，用熱遠熱，無犯事氣之熱。歲氣之化，其氣專，其化淳，又遇火氣平，與歲會同，是謂行令。邪氣乘之，其病持久。經曰：中行令者，其病徐而持也。

右六氣司歲，五運統歲，五六相合，三十年一周，六十年再周，凡千四百四十氣，而天地之氣數備焉。終而復始，時立氣布，如環無端。守其數，稽其化，若合符節，可謂悉矣，此特定期之紀，氣化之常也。不能無變，變不可以常拘。推考其要，或因本標不同，謂太陽為寒，陽明為燥，少陽為火，太陰為濕，少陰為熱，厥陰為風，所謂本也。本之下，為中之見，見之下，為氣之標。太陽之中見少陰時，或為暄。太陰之中見陽明，或為燥。以至燥濕相交，暄寒相應，風火相值。其本標不同有如此者，或因積數之差。若春溫、夏暑、秋涼、冬寒，時令之常也。或春夏秋冬各差其分，應在四維後，皆三十度有奇。其積數之差有如此者，或因有勝有復，謂六氣之化，行各有次，止各有位。隨六節以觀其應，或至而太過者，六氣之勝也。若有非常之氣，應在歲半之前者，名為歲氣淫勝。應在歲半之後者，名為六氣來復，其勝復有如此者，或因氣位相勝，謂天有常政，地有常令，應各有時。常其時各以其化來報，至而甚者客勝也。若臨在反勝之位。則司歲之氣，不得其應，是為主勝。其氣位相勝有如此者，或因氣運之鬱，謂氣運各有氣制，屈而不伸也。天氣勝運則運化鬱，運勝在泉則地氣鬱，或六氣臨勝己之位，則六氣亦鬱。凡有所鬱，則進通升降，皆不能也。其氣鬱有如此者，或因鬱而必發，謂五氣之鬱乘時而發也。木發則飄驟，其應無時。火發則曛昧，應在四氣。土發則昏潰，應在長夏。金發而毀折，應在秋。水發而雹雪，應在二火前後。其鬱氣之發有如此者，或因邪氣反勝，謂天政布于夏，地令行於冬。至其時，或當寒而熱，當熱而寒，當溫而清，當燥而熱，當濕而燥，其邪氣反勝有如此者，夫定期之外，猶有是者，則不拘常數也，茲造化密移所以新新不窮歟。

**《性理大全書・四時》** 朱子曰：天有春夏秋冬，地有金木水火，人有仁義禮智，皆以四者相為用也。春為感，夏為應，秋為感，冬為應。若統論春夏為感，秋冬為應，明歲春夏又為感？只是一箇道理界破看，以一歲言之，有春夏秋冬。以乾言之，有元亨利貞。以一月言之，有晦朔弦望。以一日言之，有旦晝暮夜。天地只是一箇春氣發生之初，為春氣長得過，便為夏收斂，便為秋消縮盡，便為冬明年又復。從春處起，渾然只是一箇發生之氣。魯齋許氏曰：長生長春，如何長得？春夏秋冬，寒暑代謝，天之道也。如春可長，亦不足貴矣。南北東西，是定體相對。春夏秋冬，是流行運用。却便相循環，一體一用。

臨川吳氏曰：風木冬春之交，北東之維艮震也。君火春夏之交，東南之維震巽也。相火正夏之時，正南之方離也。濕土夏秋之交，南西之維坤兌也。燥金秋冬之交，西北之維兌乾也。寒水正冬之時，正北之方坎也。此主氣之定布者也，地初正氣子中，而丑中震也。地後間氣丑中，而卯中離也，天前間氣卯中，而巳中兌也。天中正氣巳中，而未中乾巽也。天後間氣未中，而酉中坎也。地前間氣酉中，而亥中艮也。地終正氣亥中，而子中坤也。此客氣之加臨者也。主氣土居二火之後，客氣土行二火之間，終艮始艮，後天卦位也。始震坤，先天卦序也。世以歲氣起大寒者，似協後天終艮始艮之文，然而非也。楊子建以歲氣起冬者，冥契先天始震終坤之義。子午歲之冬至起燥。而生丑中之寒水，丑未歲之冬至起，寒水而生丑中之風木，寅申歲起風木，卯酉起君火，辰戌歲起濕土，己亥歲起相火，皆肇端於子半。六氣相生，循環不窮，豈歲歲間斷於傳承之際哉！然則終始乎艮者，可以分主氣所

居之位。而非可以論客氣所行之序也。天地陰陽之運往過來，續木火土金水始。終始如環斯，循六氣相生之序也。歲氣起於子中，盡於子中。故曰：冬至子之半天心，無改移子午之歲始。冬至燥金三十日，然後禪於寒水，以至相火日各六十者五，而小雪以後，其日三十復然。於燥金丑未之歲始，冬至寒水三十日，然後禪於風木，以至燥金日各六十者五，而小雪以後其是三十復在，於寒水寅申以下皆然如是。六十年至千萬年，氣序相生而無間。非小寒之末，無所於授大寒之初，無氣於承隔越一氣，不相接續，而截自大寒，為次年初氣之首也。此造化之妙，《內經》秘而未發，啟元子闕，而未言。近代楊子建昉，推而得之。

## 著錄

**《素問入式運氣論奧・劉溫舒序》**　夫醫書者，乃三墳之經。伏羲觀天文造甲歷，神農嘗百藥制本草，黃帝論疾苦成《素問》，因知其道，奧妙不易窮研，自非留心刻意，豈達玄機！且以其間氣運，最爲補寫之要，雖備見黃帝與岐伯、鬼臾區問對，分糅篇章，卒無入法稍難施用。餘性識偏陋，竊慕真風，棲心聖典，積有歲月。雖吏役塵勞之暇，亦未嘗暫捨筆，萃斯文久以盈軸。莫不究源附說，解惑分圖，括上古運氣之秘文，撮斯書陰陽之精論，若網之在綱，珠之在貫，粲然明白，箋明奧義，咸有指歸，詎飾文辭，庶易曉晤，使覽者經目頓知妙道，幾過半矣。詎敢沽譽，且畏醫藥之差誤，遺人夭殃，絕人長命爾。元符己卯歲，丁丑月望日序。

**《洪範皇極・蔡沈原序》**　體天地之撰者，《易》之象；紀天地之撰者，《範》之數。按熊宗立《洪範・九疇》數本之數，下多序者書之題辭也。體天地造化之樞而作者伏羲，得河圖而畫卦以成易之象也，紀天地造化之機而作者大禹。得洛書而敘疇以成範之數也，二十五字，似後人誤增，今去之。數者始於一，象者成於二。一者奇，二者偶也。奇者，數之所以行；偶者，象之所以立。故二四而八，案：《性理大全》作二而四，四而八。八者，八卦之象也，三三而九，案《性理大全》作一而三，三而九九者，九疇之數也。由是重之，八八而六十四，六十四而四千九十六而象備矣。九九而八十一，八十一而六千五百六十一而數周矣。《易》更四聖而象已著，《範錫》神禹而數不傳。後之作者昧象數之原，窒變通之妙，或積象以爲數，或反數而擬象。洞極有書，潛虛有圖，非無作也。而牽合傅會，自然之數益晦蝕焉。嗟夫！天地之所以肇，人物之所以生，萬事案：原本作物，謹據九疇數解校改，之所以得失者亦數也。數之體著於形，數之用妙於理，非窮神知化，獨立物表者，曷足以與於此哉！然數之與象，若異用也而本則一，若殊途也而歸則同。不明乎數，不足以語象。不明乎象，何足以知數。二者可以相有，而不可以相無也，有如是乎！先君子曰：洛書案原本下有與大衍詳說五字《性理大全》無之，攷大衍詳說，乃蔡元定自著書名，見《宋史》本傳原本疑誤，謹校改。者，數之原也。予讀《洪範》而有感焉，上稽天文，下察地理，中參人事。古今之變，窮義理之精微，究興亡之徵兆，微顯闡幽，彝倫攸敘，秩然有天地萬物各得其所之妙。歲月浸久，麤述所見，辭雖未備而義則著矣。其果有益於世教否乎，皆所不敢知也！然予所樂而玩者理也，所言而傳者數也。若其所以，數之妙則在乎人之自得焉耳。蔡沈序。

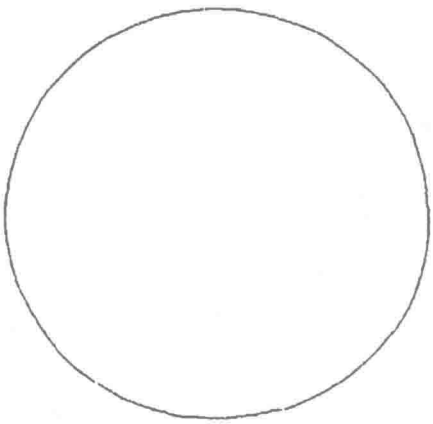
**《景岳全書・紀略》**　先外祖張景岳公，名介賓，字會卿，先世居四川綿竹縣，明初，以軍功世授紹興衛指揮，卜室郡城會稽之東。生顥異，讀書不屑章句，韜鈐軒岐之學，尤所淹貫。壯歲遊燕冀間，從戎幕府，出榆關，履碣石，經鳳城，渡鴨綠。居數年，無所就，親益老家，益貧，翻然而歸，功名壯志，消磨殆盡。盡棄所學，而肆力於軒岐。揆隱研神，醫日進，名日彰，時人比之仲景、東垣云。苦志編輯《內經》，窮年縷析彙成《類經》若干卷問世，世奉爲金匱玉函者久矣。全書者博採前人之精義，攷驗心得之玄微，以自成一家之書。首《傳忠錄》，統論陰陽、六氣，先賢可否，凡三卷。次《脈神章》，擇諸家珍要精髓以測病情，凡二卷。著傷寒爲典，雜證爲謨，婦人爲規，小兒爲則，痘疹爲詮，外科爲鈐，凡四十卷。採藥味三百種，人參、附子、熟地、大黃爲藥中四維，更推參、地爲良相，黃、附爲良將，凡二卷。創藥方，分八陣，曰補、曰和、曰寒、曰熱、曰固、曰因、曰攻、曰散，名新方八陣，凡四十卷。集古方，分八陣，名古方八陣，凡八卷。別輯婦人、小兒、痘診、外科方，總皆出入古今八陣，以神其用，凡四卷。共六十四卷，名《景岳全書》。是書也，繼往開來，功豈小補哉？以兵法部署方畧者，古人用藥如用兵也。或云：公生平善韜鈐，不得遂其幼學壯行之志，而寓意於醫，以發洩其五花八門之奇。余曰：此蓋有天焉，特老其才救世，而接醫統之精，傳造物之意，夫豈其微

歟！是編成於晚年，力不能梓，授先君，先君復授日蔚。余何人斯，而能繼先人之遺志哉！歲庚辰，携走粵東，告方伯魯公。公曰：此濟世慈航也，天下之寶，當與天下共之。損俸付剞劂，閱數月工竣。不肖得藉慰先人，以慰先外祖於九原，先外祖可不朽矣。外孫林日蔚跋。

## 藝文

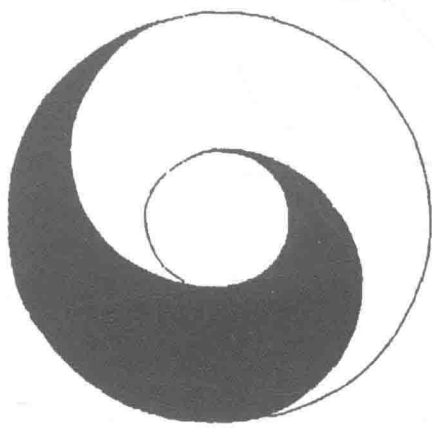
**《醫宗金鑑・運氣要訣》** 太虛者，太極也。太極本無極，故名曰太虛。

《素問・天元紀大論》曰：太虛寥廓，肇基化元。
萬物資始，五運終天。
布氣真靈，總統坤元。
九星懸朗，七曜周旋。
曰陰曰陽，曰柔曰剛。
幽顯既位，寒暑弛張。
生生化化，品物咸章。



太虛圖

來知德《易經註》曰：對待者數，流行者氣，主宰者理。即此三句，而天地萬物，無不包括其中矣。



陰陽圖

太虛理氣天地陰陽歌

無極太虛氣中理，太極太虛理中氣。乘氣動靜生陰陽，陰陽之分爲天地。未有天地氣生形，已有天地形寓氣。從形究氣曰陰陽，即氣觀理曰太極。

註：太者，極其至大之謂也；虛者，空虛無物之謂也。蓋極大極虛、無聲無臭之中，具有極大極至之理氣焉。理氣未分而混沌者，太虛也。太虛曰無極者，是主太虛流行之氣中主宰之理而言也。太虛曰太極者，是主太虛主宰之理中流行之氣而言也。故周子曰：無極而太極者，亦是以極無而推極有也。蓋極無中無是而非理，極有中無是而非氣。不以極無之理而推極有之氣，何以知有是氣也。不以極有之氣而推極無之理，何以知有是理也。是則可知理氣以其分殊而言之二也，以其渾合而言之一也。有是理則有是氣，有是氣則有是理，名雖有二，其實則一，本無有無、一二、先後之可言也。乘氣動靜生陰陽者，謂太極乘氣機之動而生陽，乘氣機之靜而生陰，即周子曰：太極動而生陽，靜而生陰之謂也。然不曰無極動而生陽、靜而生陰，而

曰太極動而生陽，靜而生陰者，蓋以無極專主乎理，言理無動靜故也。太極兼主乎氣，言氣有動靜故也。陰陽之分爲天地者，謂陰陽流行，相生不已，積陽之清者爲天，積陰之濁者爲地。故周子曰：分陰分陽，兩儀立焉也。未有天地氣生形者，謂未有天地，惟太虛中之一氣化生天地之形也；已有天地形寓氣者，謂已有天地，而太虛之氣即已寓於天地之形也，是以天得之以資萬物之始，地得之以資萬物之生也。從形究氣曰陰陽者，陰陽即理中流行之氣也；即氣觀理曰太極者，太極即氣中主宰之理也。故周子曰：陰陽一太極者，是指氣之極者而言也。太極本無極者，是指理之極者而言也。

按：吳澄曰：太極無動靜，動靜者，氣機也，是以太極專主乎理言也。朱子曰：太極之有動靜，是天命之流行也，是以太極兼主乎氣言也。又曰：太虛者，本然之妙也；動靜者，所乘之機也。本然之妙即太極，指其本然主宰，是動是靜之妙之理也；所乘之機即動靜，指其天命流行，乘動靜之機之氣也。當依朱子爲是。

五行圖

五行生剋制化圖

五行質氣生剋制化歌

天地陰陽生五行，各一其質各一氣。質具於地氣行天，五行順布四時序。木火土金水相生，木土水火金剋害。亢害承制制生化，生生化化萬物立。

註：天地既立而陰陽即在天地之中，陽動而變，陰靜而合，生五行也。天一生水，地六成之；地二生火，天七成之；天三生木，地八成之；地四生金，天九成之；天五生土，地十成之，是五行各一其質也。東方生木，木之氣風，南方生火，火之氣熱；中央生土，土之氣濕，西方生金，金之氣燥；北方生水，水之氣寒。是五行各一其氣也。在地曰木，在天曰風；在地曰火，在天曰熱；在地曰土，在天曰濕；在地曰金，在天曰燥；在地曰水，在天曰寒。是五行質具於地，氣行於天也。木位東方，風氣布春；火位南方，熱氣布夏；土位中央四維，濕氣布長夏；金位西方，燥氣布秋；水位北方，寒氣布冬。是五氣順布四時之序也。即周子曰：陽變陰合而生水、火、木、金、土。五氣順布，四時行焉。木生火，火生土，土生金，金生水，水復生木，是五行相生，主生養萬物者也。木剋土，土剋水，水剋火，火剋金，金剋木，木復剋土，是五行相剋，主殺害萬物者也。相剋則死，相制則生。木亢害土，土亢害水，水亢害火，火亢害金，金亢害木，此剋其所勝者也。然我之所勝之子，即我之所不勝者也。我畏彼子出救毋害，不敢妄行，承受廼制，

制則生化，則各恒其德而生化萬物，無不具也。假如木亢太過，土受害矣，是我勝其我之所勝者也。土之子金，承而制焉，則我畏我之所不勝，自然承受廼制，制則生化矣。火亢太過，金受制矣，金之子水，承而制焉。土亢太過，水受制矣，水之子木，承而制焉。金亢太過，木受制矣，木之子火，承而制焉。水亢太過，火受制矣，火之子土，承而制焉。五行皆若此也。此所以相生而不害，相制而尅也。而生生化化，萬物立命之道，即在於是矣。此五行生尅制化之理，不可不知者也。

五運合臟腑十二經絡圖

六氣合臟腑十二經絡圖

## 運氣合臟腑十二經絡歌

醫明陰陽五行理，始曉天時民病情。五運五行五氣化，六氣天地陰陽生。火分君相氣熱暑，爲合人之藏腑經。天干起運地支氣，天五地六節制成。

註：學醫業者，必要明天地陰陽、五行之理，始曉天時之和不和，民之生病之情由也。人皆知五運化自五行，五質、五氣也，而不知六氣化自天地陰陽、六質、六氣也。六質者，即經曰：木、火、土、金、水、火、地之陰陽也，生、長、化、收、藏、下應之也。六氣者，即經曰風、暑、濕、燥、寒、火、天之陰陽也。三陰三陽，上奉之也。是以在地之火分爲君火、相火，在天之氣分爲熱氣、暑氣，爲合人之五臟、六腑、包絡、十二經也。天干陰陽合而爲五，故主五運。甲化陽土，合人之胃；己化陰土，合人之脾；乙化陰金，合人之肺；庚化陽金，合人大腸；丙化陽水，合人膀胱；辛化陰水，合人之腎；丁化陰木，合人之肝；壬化陽木，合人之膽；戊化陽火合人小腸；癸化陰火，合人之心。相火屬陽者，合人三焦；相火屬陰者，合人包絡。此天干合人之五臟、六腑、十二經也。地支陰陽合而爲六，故主六氣。子午主少陰君火，合人之心與小腸也；丑未主太陰濕土，合人之脾與胃也；寅申主少陽相火，合人之三焦包絡也；卯酉主陽明燥金，合人之肺與大腸也；辰戌主太陽寒水，合人之膀胱與腎也；巳亥主厥陰風木，合人之肝與膽也。此地支之合人五臟、六腑、十二經也。天數五而五陰五陽，故爲十干。地數六而六陰六陽，故爲十二支。天干之五必得地支之六以爲節，地支之六必得天干之五以爲制。而後六甲成，歲氣備。故一歲中運，以七十二日五位分主之，六氣以六十日六步分主之也。

按：十二經天干詩內云：甲膽乙肝丙小腸，丁心戊胃己脾鄉。庚屬大腸辛屬肺，壬屬膀胱癸腎藏。三焦亦向壬中寄，包絡同歸入癸方。此以方位言天干所屬配合臟腑，歲歲之常也。今以五運言天干所化，配合臟腑，年年之變，所以不同也。十二經地支詩內云：肺黃大卯胃辰宮，脾巳心午小未中。申胱酉腎心包戌，亥焦子膽丑肝通。此以流行言地支所屬配合臟腑，日月之常也。今以六氣言地支所化配合臟腑，年年之變，所以不同也。讀者審之。

主運圖

## 主運歌

五運五行御五位，五氣相生順令行。此是常令年不易，然有相得或逆從。運有太過不及理，人有虛實寒熱情。天時不和萬物病，民病合人臟腑生。

註：主運者，主運行四時之常令也。五行者，木、火、土、金、水也。五位者，東、南、中、西、北也。五氣者，風、暑、濕、燥、寒也。木御東方風氣，順布春令，是初之運也；火御南方暑氣，順布夏令，是二之運也；土御中央四維濕氣，順布長夏之令，是三之運也；金御西方燥氣，順布秋令，是四之運也；水御北方寒氣，順布冬令，是五之運也。此是天以五爲制，分五方主之。五運五氣相生，四時常令，年年相仍而不易也。然其中之氣化，有相得或不相得，或從天氣或逆天氣，或從天氣而逆地氣，或逆天氣而從地氣。故運有太過不及，四時不和之理，人有臟腑經絡，虛實寒熱不同之情，始召外邪令化而生病也。天時不和，萬物皆病，而爲民病者，亦必因其人臟腑不和而生也。

主氣圖

## 主氣歌

主氣六位同主運，顯明之右君位知。退行一步相火治，復行一步土治之。復行一步金氣治，復行一步水治之。復行一步木氣治，復行一步君治之。

註：主氣者，厥陰風木主春，初之氣也；少陰君火主夏，二之氣也；少陰相火主盛夏，三之氣也；太陰濕土主長夏，四之氣也；陽明燥金主秋，五之氣也；太陽寒水主冬，六之氣也。此是地以六爲節，分六位主之。六氣相生，同主運五氣相生，四時之常令也。顯明者，正南之位，當君位也。而君火不在位治之，反退位於次，以相火代君火，司化則當知，即經云：少陰不司氣化之義也。正南客氣，司天之位也。司天之右，天之右間位也；在主氣爲二之氣位，是少陰君火之位，主行夏令之氣也。故曰：顯明之右，君火之位也。君火之右，退行一步，乃客氣司天之位也；在主氣爲三之氣位，是少陽相火之位，主行盛夏之令之氣也。不曰復行，而曰退行者，以臣對君之面，承命司化，不敢背行，故曰退行一步，即復行一步也。復行一步，土氣治之，乃客氣天之左間位也；在主氣爲四之氣位，是太陰濕土之位，主行長夏令之氣也。復行一步，金氣治之，乃客氣地之右間位也；在主氣爲五之氣位，是陽明燥金之位，主行秋令之氣也。復行一步，水氣治之，乃客氣在

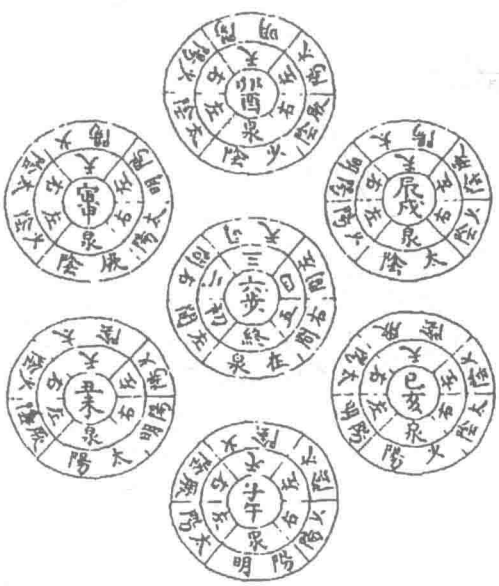
泉之位也；在主氣爲六之氣位，是太陽寒水之位，主行冬令之氣也。復行一步，木氣治之，乃客氣地之左間位也；在主氣爲初之氣位，是厥陰風木之位，主行春令之氣也。復行一步君火治之，即前君火之位治之也。

客運圖

## 客運歌

王天蒼丹黔玄素，天氣天干合化臨。甲己化土丙辛水，丁壬化木乙庚金。戊癸化火五客運，起以運中相生輪。陰少乙丁己辛癸，陽太甲丙戊庚壬。

註：五天者蒼天，天之色青者也；丹天，天之色赤者也；黔天，天之色黃者也；玄天，天之色黑者也；素天，天之色白者也。天氣者，蒼天之氣，木也；丹天之氣，火也；黔天之氣，土也；玄天之氣，水也；素天之氣，金也。天干者，甲、乙、丙、丁、戊、己、庚、辛、壬、癸也。古聖仰觀五天五氣，蒼天木氣下臨丁壬之方，故識丁壬合化而生木運也；丹天火氣下臨戊癸之方，故識戊癸合化而生火運也；黔天土氣下臨甲己之方，故識甲己合化而生土運也；玄天水氣下臨丙辛之方，故識丙辛合化而生水運也；素天金氣下臨乙庚之方，故識乙庚合化而生金運也。此天氣天干合化，加臨主運五位之客運也。起以所化，統主本年中運爲初運，五行相生，以次輪取。如甲己之年土運統之起初運，土生金爲二運，金生水爲三運，水生木爲四運，木生火爲五運。餘四運皆做土運起之。乙、丁、己、辛、癸屬陰干，爲五陰年，主五少不及之運；甲、丙、戊、庚、壬屬陽干，爲五陽年，主五太太過之運也。



客氣司天在泉間氣圖

## 客氣司天在泉間氣歌

子午少陰君火天，陽明燥金應在泉。丑未太陰太陽治，寅甲少陽厥陰聯。卯酉卻與子午倒，辰戌巳亥亦皆然。每歲天泉四間氣，上下分統各半年。

註：天干起運，地支起氣，此言地之陰陽，正化、對化，加臨主氣，六位之客氣也。如子午之歲，少陰君火治之，起司天也，陽明燥金在下，起在泉也。氣由下而升上，故以在下之陽明起之。陽明二陽，二陽生三陽，三陽太陽，故太陽寒水爲客初氣，即地之左間也。三陽，陽極生一陰，一陰厥陰，故厥陰爲客二氣，即天之右間也。一陰生二陰，二陰少陰，故少陰爲客三氣，即司天之氣也。二陰生三陰，三陰太陰，故太陰爲客四氣，即天之左間也。三陰陰極生一陽，一陽少陽，故少陽爲客五氣，即地之右間也。一陽生二陽，二陽陽明，故陽明爲客六氣，即在泉之氣也。丑、未、寅、申之歲，皆做此法起之。卯

酉卻與子午倒換，辰戌卻與丑未倒換，巳亥卻與寅申倒換。謂卯酉之歲，陽明燥金司天，少陰君火在泉；辰戌之歲，太陽寒水司天，太陰濕土在泉；巳亥之歲，厥陰風木司天，少陰相火在泉。彼此倒換也。每歲司天在泉，左右四間氣者，即六氣分統上下，本年司天統主上半年，在泉統主下半年之統氣也。

五運節令圖

六氣節令圖

運氣分主節令歌

大立雨驚春清穀，立滿芒夏小大暑。立處白秋寒霜立，小大冬小從頭數。初大二春十三日，三運芒種十日甫。四運處暑後七日，五運立冬四日主。

註：天以六爲節，謂以二十四氣六分分之，爲六氣之六步也；地以五爲制，謂以二十四氣五分分之，爲五運之五位也。二十四氣，即大寒、立春、雨水、驚蟄，主初之氣也；春分、清明、穀雨、立夏，主二之氣也；小滿、芒種、夏至、小暑，主三之氣也；大暑、立秋、處暑、白露，主四之氣也；秋分、寒露、霜降、立冬，主五之氣也；小雪、大雪、冬至、小寒，主終之氣也。此主氣、客氣分主六步之時也。大寒起，至春分後十二日，主初運也；春分十三日起，至芒種後九日，主二運也；芒種十日起，至處暑後六日，主三運也；處暑七日起，至立冬後三日，主四運也；立冬四日起，至小寒末日，主五運也。此主運客運分主五位之時也。

五音太少相生圖

五音主客太少相生歌

主運角徵宮商羽，五音太少中運取。如逢太徵太商年，必是少角少宮羽。若逢太角宮羽年，必是少商與少徵。以客取主太少生，以主定客重

角羽。

註：主運之音，必始角而終羽者，乃五音分主四時，順布之常序也。然陽年爲太、陰年爲少者，是五音四時太過不及之變化也。如逢戊年太徵，庚年太商之年，則主運初運，必是少角，二運則是太徵，三運必是少宮，四運則是太商，終運必是商羽也。若逢壬年太角、甲年太呂，丙年太羽之年，則主運初運則是太角，二運必是少徵，三運則是太宮，四運必是少商，終運則是太羽也。故曰：太少皆以中運取。此是以客之中運取主之五運，太少相生之義也。又以主之太少定客之五運，太少相重之法，以發明相加相臨，太過不及之理也。

五運齊化兼化圖

五運齊化兼化六氣正化對化歌

運過勝已畏齊化，不及乘衰勝已兼。太過初剋不及助，皆爲正化是平年。氣寅午未酉戌亥，正司化令有餘看。子丑卯辰巳申歲，對司化令不足言。

## 正司化令之實　對司化令之虛

六氣正化對化圖

註：五運之中運，統主一年之運也。中運太過則旺，勝已看則畏其盛，反齊其化矣。如太宮土運反齊木化，太角木運反齊金化，太商金運反齊火化，太徵火運反齊水化，太羽不運反齊土化也。即經所謂畏其旺，反同其化，薄其所不勝也。中運不及則弱，勝已者則乘其衰，來兼其化矣。如少宮土運木來兼化少，角木運金來兼化，少商金運火來兼化，少徵火運水來兼化，少羽水運土來兼化，即經所謂乘其弱來同其化，所不勝薄之也。中運戊辰，陽年火運太過，遇寒水司天，則爲太過被制；中運乙卯陰年，金運不及，遇燥金司天，則爲同氣；中運辛卯陰年，水運不及，則爲相生。俱爲不及得助。凡遇此類，皆爲正化平和之年也。氣者，六氣之客氣，統一歲之司化之氣也。如厥陰司巳亥，以厥陰屬木，木生於亥，故正化於亥，對化於巳也；少陰司子午，以少陰爲君火，當正南離位，故正化於午，對化於子也；太陰司丑未，以太陰屬土居中，王於西南未宮，故正化於未，對化於丑也；少陰司寅申，以少陽屬相火，位卑於君火，火生於寅，故正化於寅，對化於申也；陽明司卯酉，以陽明屬金，酉爲西方金位，故正化於酉，對化於卯也；太陽司辰戌，以太陽爲水，辰戌屬土，然水行土中，而戌居西北，屬水漸王之鄉，是以《洪範·五行》，以戌屬水，故正化於戌，對化於辰也。是以寅、午、未、酉、戌、亥爲正化，正化者令之實，主有餘也；子、丑、卯、辰、巳、申爲對化，對化者令之

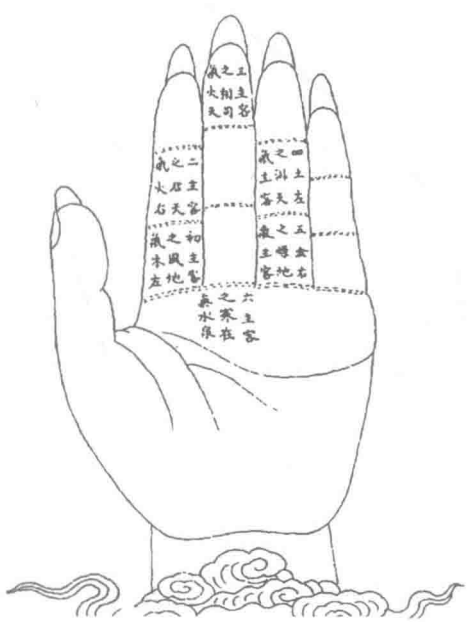
虛，主不足也。

六十年運氣上下相臨歌

客運中運主一歲，客氣天泉主半年。氣生中運曰順化，運被氣剋天刑言。運生天氣乃小逆，運剋司天不和愆。氣運相同天符歲，另有天符歲會叅。

註：客運之初運，即統主一歲之中運也。經曰：申巳之歲，土運統之云云者是也。客氣司天之三氣六氣，即統主上半年，在泉統主下半年之氣也。經曰：歲半以前天氣主之，歲半以後地氣主之者是也。六十年中運氣上下臨運，則有相得、不相得者也。氣主中運者，謂司天生中運也。如癸巳、癸亥，木生火也；甲子、甲午、甲寅、甲申，火生土也；乙丑、乙未，土生金也；辛卯、辛酉，金生水也；壬辰、壬戌，水生木也。六十年中，有此十二年天氣生運，以上生下故名順化，爲相得之歲也。運被氣剋者，謂司天剋中運也。如己巳、己亥，木剋土也；辛丑、辛未，土剋水也；戊辰、戊戌，水剋火也；庚子、庚午、庚寅、庚申，火剋金也；丁卯、丁酉，金剋木也。六十年中，有此十二年天氣剋運，以上剋下，故名天刑，爲不相得之歲也。運生天氣者，謂中運生司天也。如癸丑、癸未，火生土也；壬子、壬午、壬寅、壬申，木生火也；辛巳、辛亥，水生木也；庚辰、庚戌，金生水也；己卯、己酉，土生金也。六十年中，有此十二年運生天氣，以下生上，雖曰相生，然子居母上，故爲小逆而主微病也。運剋司天者，謂中運剋司天也。如乙巳、乙亥，金剋木也；丙子、丙午、丙寅、丙申，水剋火也；丁丑、丁未，木剋土也；癸卯、癸酉，火剋金也；甲辰、甲戌，土剋水也。六十年中有此十二年運剋天氣，以下剋上，故名不和，亦爲不相得而主病甚也。氣運相同者，如運氣皆木，丁巳、丁亥；運氣皆火，戊子、戊午、戊寅、戊申；運氣皆土，己丑、己未；運氣皆金，乙卯、乙酉；運氣皆水，丙辰、丙戌。六十年中有此十二年運氣相同，皆天符也。雖曰同氣，不無偏勝亢害焉。

六十年運氣上下相臨圖




指掌圖

起主各定位指掌歌

掌中指上定司天，中指根紋定在泉。順進食指初二位，四指四五位推傳。司天即是三氣位，在泉六氣位當然。主以木火土金水，客以陰陽一二三。

註：左手仰掌，以中指上頭定司天之位，中指根紋定在泉之位。順進食指三節紋，定初之氣位，頭節紋定二之氣位，中指上頭定三之氣位，即司天之位也。第四指頭節紋定四之氣位，二節紋定五之氣位，中指根紋定六之氣位，即在泉之位也。主氣以木、火、土、金、水者，五氣順布之五位也。故初之氣厥陰風木，二之氣少陰君火，三之氣少陽相火，四之氣太陰濕土，五之氣陽明燥金，六之氣太陽寒水。是木生火，火生土，土生金，金生水，水復生木，順布相生之序，一定不易者也。客氣以一、二、三名之者，三陰三陽六氣加臨也。故厥陰爲一陰，少陰爲二陰，太陰爲三陰，少陽爲一陽，陽明爲二陽，太陽爲三陽，是一生二，二生三，三復生一。陰極生陽，陽極生陰，六步升降之次，每歲排取也。以此定位，主氣客氣，燎然在握矣。

天符之圖

天符者，中運與司天相符也。如丁年木運，上見厥陰風木司天，即丁巳之類，共十二年。

太乙天符者，如戊午年以火運火支，又是少陰君火司天，三合爲治也，共四年。

歲會之圖

歲會者，中運與年支同其氣化也，如木運臨卯，火運臨午火之類，共八年。

同天符同歲會圖

同天符同歲會者，中運與在泉合其氣化也。陽年曰同天符，陰年曰同歲

會。如甲辰年陽土運而太陰在泉，則爲同天符。癸卯年陰火運而少陰在泉，則爲同歲會，共十二年。

天符太乙天符歲會同天符同歲會謂

天符中運同天氣，歲會本運臨本支。四正四維皆歲會，太乙天符符會俱。同天符與同歲會，泉同中運即同司。陰歲名曰同歲會，陽年同天符所知。

註：天符者，謂中運與司天之氣同一氣也。如木運木司天，丁巳、丁亥也；火運火司天，戊子、戊午、戊寅、戊申也；土運土司天，己丑、己未也；金運金司天，乙卯、乙酉也；水運水司天，丙辰、丙戌也。共十二年，歲會者，謂本運臨本支之位也。如木運臨卯，丁卯年也；火運臨午，戊午年也；金運臨酉，乙酉年也；水運臨子，丙子年也。此是四正。土運臨四季，甲辰、甲戌、己丑、己未也，此是四維，共八年。太乙天符者，謂天符之年，又是歲會是天氣、運氣、歲支三者俱會也。如己丑、己未中運之土，與司天土同氣，又土運臨丑未也；乙酉中運之金，與司天金同氣，又金運臨酉也；戊午中運之火，與司天火同氣，又火運臨午也。共四年。同天符、同歲會者，謂在泉之氣與中運之氣，同一氣也。以陽年名曰同天符，如木運木在泉，壬寅、壬申也；土運土在泉，甲辰、甲戌也；金運金在泉，庚子、庚午也。以陰年名曰同歲會，如水運水在泉，辛丑、辛未也；火運火在泉，癸卯、癸酉、癸巳、癸亥也。共十二年。此氣運符會之不同，人不可不知也。右天符十二年，太乙天符四年，歲會八年，同天符六年，同歲會六年。然太乙天符四年，已同在天符十二年中矣。歲會八年，亦有四年同在天符中矣。

合而言之，六十年中只得二十八年也。

執法行令貴人歌

天符執法犯司天，歲會行令犯在泉。太乙貴人犯天地，速危徐持暴死占。二火相臨雖相得，然有君臣順逆嫌。順則病遠其害小，逆則病近害速纏。

註：邪之中人，在天符之年，名曰中執法，是犯司天天氣。天，陽也，陽性速，故其病速而危也，邪之中人在歲會之年，名曰中行令，是犯在泉地氣也。地，陰也，陰性徐，故其病徐而持也，邪之中人在太乙天符之年，名曰中貴人，是犯司天，在泉之氣。天地之氣俱犯，故其病暴而死也。二火，君火、相火也。雖同氣相得，然有君臣順逆之嫌，不可不知也。君火，君也；相火，臣也。二火相臨，謂司天加臨中運六部，客主加臨。君火在上，相火在下，爲君臨臣則順，順則病遠，其害小也；相火在上君火在下，爲臣犯君則逆，逆則病近，其害遠也。

南北政圖

南政年脈不應圖

南北二政脈不應歌

天地之氣行南北，甲己一運南政年。其餘四運俱爲北，少陰隨在不應占。北政反診候不應，姑存經義待賢參。從違非失分微甚，尺反陰陽交命難。

註：天地之氣，謂三陰三陽，司天、在泉、左間、右間之客氣也。客氣行南政之歲，謂之南政；行北政之歲，謂之北政。南政之歲，惟甲己一運，其餘乙庚、丙辛、丁壬、戊癸四運，俱爲北政之年也。少陰隨在不應占者，謂少陰君火客氣，隨在司天、在泉、左間、右間加臨之位，主占其衄不應於診也。應於診者，即經曰：少陰之至其衄鉤。不應者，謂衄不鉤也。南政之年，少陰司天，則主占兩寸不應，在泉則主占兩尺不應；厥陰司天，其天左間則少陰，主占右寸不應；太陰司天，其天右間則少陰，主占左寸不應；厥陰在泉，其泉左間則少陰，主占左寸不應；太陰在泉，其泉右間，則少陰，主占右尺不應。此皆在客氣少陰之位也。北政之年則反診候其不應，皆在客氣陽明之位，如少陰司天，則主占兩尺不應，在泉則主占兩寸不應；厥陰司天，

北政年脈不應圖

其天左間則少陰，主占左尺不應；太陰司天，其天右間則少陰，主占右尺不應；厥陰在泉，其泉左間則少陰，主占右寸不應；太陰在泉，其泉右間則少陰，主占左寸不應。然南政十二年，北政四十八年，其南政候以正診，北政候以反診，應與不應之理，熟玩經文，總令人難解，姑存經義以待後之賢者參詳可也。不應之部不應者，則爲得其氣而和也。不應之部反應者，則爲違其氣而病也。應左而右，應右而左者，則爲非其位，應上而下，應下而上者，則爲失其位，皆主病也，而有微甚之別。甚者，即尺寸反陰陽交也，謂少陰之衄，當寸不應反見於尺，當尺不應反見於寸，是爲尺寸反，子、午、卯、酉年有之；少陰之衄，當左不應反見於右，當右不應反見於左，是爲陰陽交，辰、戌、丑、未、寅、申、巳、亥年有之，皆主死，故曰命難也。

五運氣令微甚歌

運識寒熱溫涼正，氣審加臨過及平。六氣大來皆邪化，五運失和災病生。微甚非時卒然至，看與何時氣化並。更與年虛月空遇，重感於邪證不輕。

註：運，五運也，主四時，在天則有寒、熱、溫、涼之正令，在地則有生、長、收、藏之正化。氣，六氣也，主六步，在主則有風、熱、火、濕、燥、寒一定之常候，在客則有六氣加臨，太過、不及、平和之異應也。凡五運六氣之來，應時而至，無微甚而和者，皆爲平氣也。即應時而至，或六氣大來，或五運微甚，或至非其時，或卒然而至，皆邪化失和，不平之氣，主害物病人也。但看與何時之氣化與病同並，則當消息其宜而主治也。若犯之而病者，更與不及之年，廓空之月重感於邪，則其證必重而不輕也。

五運平氣太過不及歌

木曰敷和火升明，土曰備化金審平。水曰靜順皆平運，太過木運曰發生。火曰赫曦土敦阜，水曰流衍金堅成。不及委和伏明共，卑監從革涸流名。

註：太過、被抑，不及、得助，皆曰平運。木名敷和，敷布和氣生萬物也；火名升明，陽性上升其德明也；土名備化，土母萬物，無不化也；金名審平，金審而平，無妄刑也；水名靜順，體靜性順，喜安瀾也。甲、丙、戊、庚、壬陽年，皆曰太過之運。木氣發生，木氣有餘，發生盛也；火名赫曦，炎陽光盛也；土名敦阜，敦厚高阜，土尤盛也；金名堅成，堅則成物，金有餘

也；水名流行，水氣太過，流漫溢也。乙、丁、己、辛、癸陰年，皆曰不及之運。木名委和，和氣委弱，發生少也；火名伏明，火德不彰，光明伏也；土名卑監，土氣不及，化卑監也；金名從革，金氣不及，從火革也；水名涸流，水氣不及，涸其流也。

運氣所至先後時歌

應時而至氣和平，正化承天不妄行。太過氣淫先時至，侮刑我者乘我刑。不及氣迫後時至，所勝妄行刑所生。所生被刑受其病，我所不勝亦來乘。

註：應時而至，謂交五運六氣之日之時，正當其日其時而氣即至，則爲正化平氣，承天之令，不妄行也。如時未至而氣先至，來氣有餘則爲太過，名曰氣淫，即邪化也。刑我爲剋我者也，我刑爲我剋者也。假如木氣有餘，剋我之金不能制我，金反受木之侮，則木盛而土受剋也必矣。其年若見肝病爲正邪，見肺病爲微邪，見脾病則爲賊邪也，餘時法此。若時已至而氣未至，來氣不足則爲不及，名曰氣迫，亦邪化也。所勝謂我所勝，即我剋者也。所生我所生者也，所不勝謂我所不勝，即剋我者也。假如木氣不及，我剋之土，無畏妄行，則生我之水必受病也。木衰金乘其衰亦來刑木爲病也。其年若腎病爲實邪，見心病爲虛邪，見肺病則賊邪也。餘時法此。推此可知二經三經兼病之理矣。

運氣亢害承制歌

運氣亢則皆爲害，畏子之制敢不承。因有承制則生化，亢而無制勝病生。勝後子報母讐復，被抑屈伏鬱病成。鬱極乃發因子弱，待時得位自災刑。

註：五運六氣太過而極，則謂之亢，亢則必害我所勝者也。假如木亢極則必害我之所勝之土，土之子金隨起而制木，木畏承受其制，則不敢妄刑彼母也。五行有此承制之道，自相和順則生化不病矣。假如木亢盛而無制，則必生勝病。勝病者肝，受病者脾，二經同病也。有勝必有復，有盛必有衰，自然之道也。木盛而後必衰，土之子金，則乘衰必腹勝母之讐，是則更生謂病也。復病者肺，受病者肝，二經同病也。餘藏法此。若木不及則被金遏抑，屈伏不伸，而木鬱之病生也。然被鬱極而乃發者，蓋以木氣不及，不能令子火旺，故不能復也。所以必待其己之得位時而後乃發也，雖發而不爲他害，但自爲災病，亦由本氣弱耳。故方其未發之時，與勝病同。勝病者肺，鬱病者肝，及其已發之時，不復病肺，惟病肝也。餘藏法此。此上文以太過釋勝，不及釋鬱病，非謂一歲之太過不及，則分司之氣無勝、復、鬱病也。凡太過妄行害彼而病者，皆勝病也；受害子終不能復，鬱而發病者，皆鬱病也；不及被抑而病者，亦鬱病也；被鬱待子來報母讐而病者，皆復病也。推此餘皆可通也。

六氣勝復歌

邪氣有餘必有復，勝病將作復病萌。復已又勝衰乃止，有無微甚若權衡。時有常位氣無必，勝在天三復地終。主客有勝而無復，主勝客逆客勝從。

註：六氣有勝則必有復，陰陽循環之道也。勝病將除，復病即萌，邪正進退之機也。勝已而復，復已又勝，本無常數，必待彼此氣衰乃止，自然之理也。有勝則復，無勝則否，勝微復微，勝甚復甚，猶權衡之不相過也。然勝復之動時，雖有常位，而氣無必也。氣無必者，謂應勝之年而無勝也。時有常位者，謂勝之時在前，司天天位主之；自初氣以至三氣，此爲勝之常也。復之時在後，在泉地位主之；自四氣以至終氣，此爲復之常也，所謂六氣互相勝復也。若至六氣主客，是有勝而無復也。有勝而無復者，以客行天令，時去則已，主守其位，順承天命也。主勝客則違天之命，而氣化不行，故爲逆；客勝主則上臨下奉，而政令乃布，故爲從也。

五運鬱極乃發歌

火土金鬱待時發，水隨火後木無恒。水發雹雪土飄驟，木發毀折金清明。火發曛昧有多少，微者病已甚無刑。木達火發金鬱洩，土奪水折治之平。

註：五鬱之發，各有其時。火鬱待三氣火時而發，土鬱待四氣土時而發，金鬱待五氣金時而發，此各待旺時而發也。水鬱不待終氣水時，而每發於二氣、三氣、二火時者，以水陰性險，見陽初退，即進乘之，故不待水旺而發也。木鬱之發無一定之時者，以木生風，善行數變，其氣無常，故木發無恒時也。五發之時既已審矣，然五發徵兆，五氣微甚，天時民病不可不知也。水發之徵，微者爲寒，甚爲雹雪，雹雪寒甚也；土發之徵，微者爲濕，甚爲飄驟，飄驟暴風雨也；木發之徵，微者爲風，甚爲毀折，毀折摧拔也；金發之

徵，微者爲燥，甚爲清明，清明冷肅也；火發之徵，微者爲熱，甚爲曛昧，曛昧昏翳也。多少者，謂有太過，不及也。不及者病微，太過者病甚。微者病已，謂本經自病也甚者兼刑，謂兼我刑，刑我者同病也。如木氣甚，我刑者土，刑我者金，土畏我乘來齊其化，金畏我勝來同其化，故三經兼見病也。餘氣法此。木達，謂木鬱達之。達者，條達舒暢之義也。凡木鬱之病，風爲清斂也，宜以辛散之、疏之，以甘調之、緩之，以苦湧之、平之，但使木氣條達舒暢，皆治木鬱之法也。火發，謂火鬱發之。發者，發揚解散之義也。凡火鬱之病，爲寒束也，宜以辛溫發之，以辛甘揚之，以辛涼解之，以辛苦散之，但使火氣發揚解散，皆治火鬱之法也。金泄，爲金鬱泄之，泄者，宣泄疎降之義也。凡金鬱之病，燥爲火困也，宜以辛宣之、疏之、潤之，以苦泄之、降之、清之，但使燥氣宣通疎暢，皆治金鬱之法也。水折，謂水鬱折之，折者，逐導滲通之義也。凡水鬱之病，水爲濕瘀也，宜以辛苦逐之導之，以辛淡滲之，通之，但使水氣流通不蓄，皆治水鬱之法也。土奪，謂土鬱奪之，奪者，汗、吐、下利之義也。凡土鬱之病，濕爲風阻也，在外者汗之，在內者攻之，在上者吐之，在下者利之，但使土氣不致壅阻，皆治土鬱之法也。

天時地化五病二火歌

運氣天時地化同，邪正通人五藏中。五藏受邪生五病，五病能該萬病形。熱合君火暑合相，蓋以支同十二經。雖分二火原同理，不無微甚重輕情。

註：木、火、土、金、水五運之化，不能外乎六氣風、熱、暑、濕、燥、寒。六氣之化亦不能出乎五行，故運雖有五，氣雖有六，而天之氣令，地之運化皆同也。邪化正化之氣，皆通乎人之五藏之中，正化養人，邪化病人。五藏受邪則生五藏之病。五病能該萬病情形，謂主客一定之病，主客錯雜之病，及勝復鬱病，皆莫能逃乎五病之變，猶夫天地化生萬物，皆莫能逃乎五行之屬也。五行惟火有二，在地爲火，在天爲熱、爲暑，以熱合少陰爲君火，暑合少陰爲相火。蓋以地有陰陽十二支，同乎人之陰陽十二經，火雖有二，理則一也。故其德、政、令、化、災病皆同，然不無熱微病輕、暑甚病重之情狀也。

五星所見太過不及歌

五星歲木熒惑火，辰水鎮土太白金。不及減常之一二，無所不勝色停勻。太過北越倍一二，畏星失色兼母云。盛衰徐疾徵順逆，留守多少吉凶分。

註：天之垂象莫先乎五星。五星者，木、火、土、金、水之五星也。木曰歲星，居東方；火曰熒惑星，居南方；水曰辰星，居北方；土曰鎮星，居西南；金曰太白星，居西方。其主歲之星，不大不小，不芒不暗，不疾不徐，行所行道，守所守度，此其常也。若五陰年是爲不及，其歲則減常之一，不及之甚則減常之二，其光芒縮，主歲之星，其色兼我所不勝之色而見也。如木不及，歲星青兼白色也；火不及，熒惑星紅兼黑色也；土不及，鎮星黃兼青色也；金不及，太白星白兼紅色也；水不及，辰星黑兼黃色也。五陽年是爲太過，其主歲之星北越，謂越出本度而近於北也。北乃紫微之位，太乙所居之宮也，故倍常之一太過之甚，倍常之二其光芒盛，主歲之星其色純正，畏我之星失其本色，而兼生我之母色也。假如木太過，畏木之星，土星也，失其本色之黃而兼生土之火赤色也。蓋以木盛而土畏，必盜母氣爲助，故兼母色見也。土兼赤色，土又生子，餘星倣此。凡星當其時則當盛，非其時則當衰，星遲於天爲順，爲災病輕，星速於天爲逆，爲災病重。稽留不進，守度日多，則災病重，稽留不進，守度日少，則災病輕。故曰吉凶分也。

五行德政令化災變歌

木德溫和政舒啟，其令宣發化生榮。其變烈風雲物飛，其災推拔殞落零。

註：木主春，故其德溫暖柔和也。春氣發，故其政舒展開啟也。春氣升，故其令宣發也。春主生，故其化生榮也。春主風，故其變烈風而雲物飛揚，此風之勝也。木勝不已則爲摧折拔殞，散落飄零之災也。

火德彰顯化蕃茂，其令爲熱政曜明。其變災烈水泉涸，其災焦灼萎枯形。

註：火主夏，故其德彰著昭顯也。夏主長，故其化蕃秀茂盛也。夏陽盛，故其令熱也。夏陽外，故其政光明顯曜也。夏主熱，故其變炎光赫烈而水泉乾涸，此熱之勝也。火勝不已，則爲萬物焦灼，草萎木枯之災也。

土德溽蒸政安靜，其令雲雨其化豐。其變陰埃震驟注，其災霖雨岸堤崩。

註：土主長夏，故其德溽蒸熱也。土主靜，故其政安靜也。長夏氣濡，故其令雲雨也。土氣厚，故其化萬物豐隆也。長夏主顯，故其變晦陰、煙埃、

震雷，驟注暴雨，此濕之勝也。土勝不已，則爲久霖淫雨，潰岸崩堤之災也。

金德清潔政勁切，其化緊斂令露骨。其變肅殺霜早降，其災蒼乾草木凋。

註：金主秋，故其德清涼皎潔也。秋氣肅，故其肅勁齊切也。秋主收，故其化緊收斂縮也。秋主露，故其令露膏萬物也。秋主燥，故其變肅寒、早霜殺物，此燥之勝也。金勝不已，則爲蒼枯、草木凋零之災也。

水德淒滄政堅肅，其化清謐其令寒。其變凜列寒太甚，其災冰雹霜雪連。

註：水主冬，故其德淒滄而寒也。冬氣固，故其政堅凝肅勁也。冬主藏，故其化清冷靜謐也。冬主寒故其變凜冽，寒氣太盛，此寒之勝也。水勝不已則爲冰霜雹之災也。

五行地化蟲畜穀果有太過不及齊兼化謂

木主化毛犬麻李，火主羽馬麥杏饒。土主化倮牛稷棗，金主化介雞稻桃。木主化鱗彘豆栗，得氣皆育失蕭條。太過齊化我剋我，不及兼化剋皆苞。

註：蟲者，毛、羽、倮、介、鱗也。鱗爲毛蟲之長，而諸毛皆橫生，故屬木也；鳳爲羽蟲之長，而諸羽皆翔升，故屬火也；人爲倮蟲之長，而諸倮物皆具四肢，故屬土也；龜爲介蟲之長，而諸介皆甲堅固，故屬金也；龍爲鱗蟲之長，而諸鱗皆生於水，故屬水也。而則其畜犬，其穀麻，其果李，皆木化也；其畜馬，其穀麥，其果杏，皆火化也；其畜牛，其穀稷，其果棗，皆土化也；其畜雞，其穀稻，其果桃，皆金化也；其畜彘，其穀豆，其果栗，皆水化也。凡此五化之物，得其氣之和，則皆蕃育；失其氣之和，則皆蕭條而不育也。太過齊化，謂我所化之物與剋我者所化之物皆育也。假如木太過，毛蟲、犬畜、麻穀、李果，木化之類育，而介蟲、雞畜、稻穀、桃果，金化之類亦育。蓋太過則氣盛，所不勝者來齊其化也。其餘太過之化倣此。不及兼化，謂剋我者，我剋之者皆茂育也。假如木不及，剋我之金，其蟲介、其畜雞、其穀稻、其果桃，皆化育也。蓋不及則氣衰，剋我者我畏之，我剋者不畏我，來兼其化也。其餘不及之化倣此。苞者，茂也。

運氣爲病歌

五運六氣之爲病，名異情同氣質分。今將二病歸爲一，免使醫工枉費心。

註：五運六氣之爲病，雖其名有木、火、土、金、水、風、火、濕、燥、寒之異，而其實爲病之情狀則同也。今將木運之病，風氣之病，火運之病，暑氣之病，土運之病，濕氣之病，金運之病，燥氣之病，水運之病，寒氣之病，總歸爲一病。不使初學醫工，枉費心思而不得其頭緒也。

諸風掉眩屬肝木，諸暴強直風所因。支痛轅戾難轉側，裏急筋縮兩脇疼。

註：在天爲風，在地爲木，在人爲肝，在體爲筋。風氣通於肝，故諸風爲病，皆屬於肝木也。掉，搖動也；眩，昏運也。風主動旋，故病則頭身搖動目昏眩運也。暴，卒也；強直，筋病，強急不柔也。風性勁急，風入於筋，故病則卒然筋急強直也。其四肢拘急疼痛，筋轅短縮，乖戾失常，難於轉側，裏急脇痛，亦皆風傷其筋，轉入裏病也。

諸痛癢瘡屬心火，諸熱昏瘖躁譫狂。暴注下迫嘔酸苦，膺背徹痛血家殃。

註：在天爲熱，在地爲火，在人爲心，在體爲衄。熱氣通於心，故諸火痛癢瘡之病，皆屬於心火也。熱微則燥，皮作癢；熱甚則灼，膚作痛。熱入經衄與血凝結，淺則爲癰，深則爲疽，更深入之，則傷藏府。心藏神，熱乘於心則神不明，故昏冒不省人事也。心主言，熱乘於心則神不辨，故瘖而不能言，或妄言而譫語也。火主動，熱乘於身則身動而不寧，故身躁擾動，甚則發狂也。暴注者，卒暴水瀉，火與水爲病也。下迫者，後重裏急，火與氣爲病也。嘔吐酸苦，火病胃也。膺背徹痛，火傷胸也。血家殃者，熱入於衄則血滿騰，不上溢則下瀉，而爲一切失血之病也。

諸濕腫滿屬脾土，霍亂積飲痞閉疼。食少體重肢不舉，腹滿腸鳴飧泄頻。

註：在天爲濕，在地爲土，在人爲脾，在體爲肉。濕氣通於脾，故諸濕爲病，皆屬於脾土也。濕畜內外，故肉腫腹病也。飲亂於中，故病霍亂也。脾失健運，故病積飲也。脾氣凝結，故病痞硬，便閉而痛也。脾主化穀，病則食少也。脾主肌肉，濕勝故身重也。脾主四肢，四肢不舉亦由濕使然也。脾主腹，濕淫腹疾，故腹滿、腸鳴、飧泄也。

諸氣膹鬱痿肺金，喘咳痰血氣逆生。諸燥澁枯涸乾勁，皴揭皮膚肩

臂疼。

註：在天爲燥，在地爲金，在人爲肺，在體爲皮。燥氣通於肺，故諸燥氣爲病，皆屬於肺金也。膹鬱，謂氣逆胸滿、膹鬱不舒也。痿，謂肺痿，咳嗽唾濁痰涎不已也。喘咳氣逆，唾痰涎血皆肺病也。凡澁枯涸乾勁，皆燥之化也。乾勁似乎強直，皆筋勁病也。故卒然者，多風入而筋勁也，久之者，多枯燥而筋勁也。皴，膚皴澁也。揭，皮揭起也，此燥之病乎外也。臂痛肩痛也，亦燥之病於經也。

諸寒收引屬腎水，吐下腥穢澈清寒。厥逆禁固骨節痛，癥瘕癭疝腹急堅。

註：在天爲寒，在地爲水，在人爲腎，在體爲骨。寒氣通於腎，故諸寒氣爲病，皆屬於腎水也。收，斂也；引，急也。腎屬水，其化寒，斂縮拘急，寒之化也。熱之化，吐下酸苦，故寒之化，吐下腥穢也。熱之化，水液渾濁。故寒之化，澄徹清冷也。厥逆，四肢冷也，禁固、收引、堅勁。寒傷於外，則骨節痛也；寒傷於內，則癥瘕癭疝，腹急堅痛也。

五運客運太過爲病歌

風氣大行太過木，脾土受邪苦腸鳴。飧泄食減腹支滿，體重煩冤抑氣升。雲物飛揚草木動，搖落木勝被金乘。甚則善怒顛眩冒，脇痛吐甚胃絕傾。

註：上文統論主運主氣爲病，此詳言五運客運耑主之病也。歲木太過，六壬年也。或歲土不及，六巳年也。木太過則恃強乘土，土不及則母弱而金衰，無以制木，而木亦來乘土，故木氣盛則風氣大行，爲木太過之化。在人則脾土受邪爲病，苦腸鳴、飧泄、食少、腹滿、體重、煩冤。煩冤者，謂中氣抑鬱不伸故也。在天則有雲物飛揚之變，在地則有草木動搖之化。木勝不已而必衰，衰則反被金乘，有凋隕搖落之復也。故更見善怒、顛疾、眩冒、脇痛、吐甚之肝脾病也。胃絕傾者，謂胃土衝陽之脈絕而不至，是爲脾絕，故主命傾也。

暑熱大行太過火，肺金受邪喘咳痏。氣少血失及病癘，注下咽乾中熱多。燔炳物焦水泉涸，冰雨寒霜水復過。甚則譫狂胸背痛，太淵脈絕命難瘥。

註：歲火太過，六戊年也。或歲金不及，六乙年也。火太過則火恃強而乘金，金不及則母弱而水衰無以制火，而火亦乘金。故火氣盛則暑熱大行，爲火太過之化。在人則肺金受邪，其爲病喘而咳嗽，氣少不足息，血失而顏色瘁，及癘疾注下，火瀉咽乾中熱也。在天則有燔炳炎烈沸勝之變，在地則有物焦槁水泉涸之化。火勝不已而必衰，衰則反被水乘，有雨冰雹早霜寒之復也。故更見譫語狂亂，胸背痛之心肺病也，太淵，肺脈也，肺金之脈絕而不至，是爲肺絕，故主病難愈也。

雨濕大行太過土，腎水受邪腹中疼。體重煩冤意不樂，雨濕河衍涸魚生。風雨土崩鱗見陸，腹滿溏瀉苦腸鳴。足痿痹痛並飲滿，太谿腎絕命難存。

註：歲土太過，六甲年也。歲水不及，六辛年也。土太過則土恃強而乘水，水不及則母弱而木衰無以制土，而土亦乘水。故土氣盛則雨濕大行，爲土太過之化。在人則腎水受邪，其爲病四肢冷厥、腹中痛，體重煩冤，意不樂也。在天則有雨濕數至之變，在地則有河衍涸澤生魚之化。濕勝不已而必衰，衰則反被木乘，有風雨大至、土崩鱗見於陸之復也，故更見腹滿、溏瀉、腸鳴、足痿痹痛、飲滿之脾胃病也。太谿，腎脈也，腎水之脈絕而不至，是爲腎絕，故曰主命難存也。

清燥大行太過金，肝木受邪耳無聞。脇下少腹目赤痛，草木凋隕焦槁屯。甚則胸膺引背痛，胠脇何能反側身。喘咳氣逆而血溢，太衝脈絕命難生。

註：歲金太過，六庚年也。歲木不及，六丁年也。金太過則金恃強而乘木，木不及則母弱而火衰無以制金而金亦乘木。故金氣盛則清燥大行，爲金太過之化。在人則肝木受邪，其爲病耳聾無聞，脇下痛，少腹痛，目皆赤痛也。在天則有清燥肅殺之變，在地則有草木凋隕之化。燥勝不已而必衰，衰則反被火乘，有蒼乾、焦槁之復也。故更見胸膺引背，胠脇痠痛，不能轉側，喘咳，失血之肝病也。太衝，肝脈也，肝木之脈絕而不至，是爲肝絕，故主命難生也。

寒氣大行太過水，邪害心火熱心煩。躁悸譫妄心中痛，天冰霜雪地裂堅。埃霧濛鬱寒雨至，甚則腫咳病中寒。腹滿溏鳴食不化，神門脈絕死何言。

註：歲水太過，六丙年也。歲火不及，六癸年也。水太過則水恃強而乘

火，火不及則母弱而土衰無以制水而水亦乘火。故水氣盛則寒氣大行，爲水太過之化。在人則心火受邪，其爲病心煩躁悸、譫語妄言、心中熱痛也。在天則有雨冰霜雪之變，在地則有凍裂堅剛之化。寒勝不已則必衰，衰則反被土乘，有埃霧曀鬱不散，寒雨大至之復也。故更見腫、喘、中寒、腹滿、溏瀉、腸鳴、飲食不化之腎脾病也。神門，心輸也，心火之輸絕而不至，是爲心疾，故主死也。

六氣客氣主病歌

少陰司天熱下臨，肺氣上從病肺心。躁行於地肝應病，燥熱交加民病生。喘咳血溢及血瀉，寒熱鮏嚏涕流頻。瘡瘍目赤嗌乾腫，厥心脇痛苦呻吟。

註：上文統論主運、主氣爲病。此則詳言六氣客氣當主之病也。少陰君火司天，子午歲也。火氣下臨，金之所畏，故肺氣上從而病肺心也。凡少陰司天則陽明燥金在泉，故燥行於地而病肝也。是則知燥熱交加，民病喘咳，血上溢，血下泄，寒熱、鮏塞、噴嚏、流涕、瘡瘍、目赤、溢乾、腫痛、心痛、脇痛皆其證也。

太陰司天濕下臨，腎氣上從病腎陰。寒行於地心脾病，寒濕交攻內外淫。民病身重足胕腫，霍亂痞滿腹脹膨。肢厥拘急腳下痛，少腹腰疼轉動屯。

註：太陰濕土司天，丑未歲也。濕氣下臨，水之所畏，故腎氣上從而病腎陰也。凡太陰司天，則太陽寒水在泉，故寒行於地而病心脾也。是知寒濕內外交攻，民病身重，足胕腫、霍亂、痞滿、腹脹、四肢厥逆拘急、腳下痛、少腹痛、腰痛難於動轉，皆其證也。

少陽司天火下臨，肺氣上從火刑金。風行於地肝木勝，風火爲災是乃因。民病熱中欬失血，目赤喉痺聾眩瞑。瘡瘍心痛瞤瘛冒，暴死皆因臣犯君。

註：少陽相火司天，寅申歲也。火起下臨，金之所畏，故肺氣上從而病肺也。凡少陽司天則厥陰風木在泉，故風行於地，木勝則病在肝，是則知風火爲災，民病熱中，欬而失血，目赤、喉痺、耳聾、眩瞑、瘡瘍、心痛、瞤動、瘛瘲、昏冒，皆其證也。暴死者，是三之客氣，相火加臨君火，以臣犯君故也。

陽明司天燥下臨，肝氣上從病肝筋。熱行於地心肺害，清燥風熱互交侵。民病寒熱咳膹鬱，掉振筋痿力難伸。煩冤脇痛心熱痛，目痛皆紅小便纁。

註：陽明燥金司天，卯酉歲也。燥氣下臨，木之所畏，故肝氣上從而病肝筋也。凡陽明司天則少陰君火在泉，故熱行於地而病肺心也。是則知清燥風熱交侵，民病寒熱而咳，胸鬱膹滿，掉搖振動，筋痿無力，煩冤不伸，兩脇心中熱痛，目痛皆紅，小便絳色，皆其證也。

太陽司天寒下臨，心氣上從病鮏心。濕行於地脾肉病，寒濕熱內去推尋。民病寒中終反熱，癰疽火鬱病纏身。皮瘅肉苛足痿軟，濡瀉滿腫乃濕根。

註：太陽寒水司天，辰戌歲也。寒氣下臨，火之所畏，故心氣上從而病心鮏也。凡太陽司天則太陰濕土在泉，故濕行於地而病脾肉也。是則知寒濕熱氣相合，民病始爲寒中，終反變熱，如癰疽一切火鬱之病，皮瘅痺而重著，肉苛不用不仁，足痿無力，濕瀉腹滿，身腫，皆其證也。

厥陰司天風下臨，脾氣上從脾病生。火行於地冬溫行，風火寒濕爲病民。耳鳴掉眩風化病，支滿腸鳴飧瀉頻。體重食減肌肉痿，溫厲爲災火化淫。

註：厥陰風木司天，己亥歲也。風氣下臨，土之所畏，故脾氣上從而病脾也。凡厥陰司天則少陽相火在泉，故火行於地而病溫也。是則知風火寒濕雜揉，民病耳聾、振掉、眩運、腹滿、腸鳴、完穀不化之瀉，體重食減，肌肉痿瘦，皆其證也。

運氣當審常變歌

未達天道之常變，反謂氣運不相應。既識一定之常理，再審不定變化情。任爾百千雜合病，要在天時地化中。知其要者一言畢，不得其旨散無窮。

註：近世醫者，皆謂五運六氣與歲不應，置而不習，是未達天道之常變也。時之常者，如春溫、夏熱、秋涼、冬寒也；日之常者，早涼、午熱、暮溫、夜寒也。時之變者，春不溫、夏不熱、暑不蒸、秋不涼、冬不寒也；日之變者，早溫、午寒、暮涼、夜熱也。但學醫者欲達常變之道，當先識一定主客之理，次審不定變化卒然之情，然後知百千雜合之氣爲病，俱莫能逃天時地化之理也。雖或有不應，亦當審察與天時何時？地化何化？人病何病相

同？即同，彼時、彼化、彼病而施治之，乃無差謬。此知其要者，一言而終也。爲醫者可不於運氣中一加意耶。

# 五行分部

## 題解

**《尚書・洪範》** 五行：一曰水，二曰火，三曰木，四曰金，五曰土。

**《國語・鄭語》** 故先王以土與金木水火雜，以成百物。

**《左傳・昭公元年》** 天有六氣，降生五味，發爲五色，徵爲五聲，淫生六疾。六氣曰：陰、陽、風、雨、晦、明也，分爲四時，序爲五節，過則爲菑。陰淫寒疾，陽淫熱疾，風淫末疾，雨淫腹疾，晦淫惑疾，明淫心疾。

**《禮記・禮運》** 播五行於四時，和而後月生也。是以二五而盈，三五而闕。

疏播爲播散，五行，金木水火土之氣，於春夏秋冬之四時也。金木水火各爲一行，土無正位，分寄四時，故云：播五行於四時。

**《素問・藏氣法時論》** 黃帝問曰：合人形以法四時五行而治，何如而從？何如而逆？得失之意，願聞其事。岐伯對曰：五行者，金木水火土也。更貴更賤，以知死生，以決成敗，而定五臟之氣，間甚之時，死生之期也。

**《素問・寶命全形論》** 岐伯曰：木得金而伐，火得水而滅，土得木而達，金得火而缺，木得土而絕，萬物盡然，不可勝竭。

**又** 人有虛實，五虛勿近，五實勿遠，至其當發，間不容瞚。

**《素問・天元紀大論》** 天有五行御五位，以生寒暑燥濕風。人有五臟化五氣，以生喜怒思憂恐。論言五運相襲，而皆治之，終期之日，周而復始。五氣運行，各終期日，非獨主時也。

**《素問・五運行大論》** 天地動靜，五行遷復，雖鬼臾區其上候而已，猶不能遍明。

**《素問・至真要大論》** 黃帝問曰：五氣交合，盈虛更作，餘知之矣。六氣分治，司天地者，其至何如？岐伯再拜對曰：明乎哉問也！天地之大紀，人神之通應也。

**《素問・六元正紀大論》** 夫五運之化，或從五氣，或逆天氣，或從天氣而逆地氣，或從地氣而逆天氣，或相得，或不相得，餘未能明其事。

**《春秋繁露・五行相生》** 天地之氣，合而爲一，分爲陰陽，判爲四時，列爲五行。

辨五行之本末順逆、小大廣狹，所以觀天道也。

**《漢書・天文志》** 歲星曰東方春木，於人五常仁也，五事貌也。

熒惑曰南方夏火，禮也，視也。

太白曰西方秋金，義也，言也。

辰星曰北方冬木，知也，聽也。

填星曰中央季夏土，信也，思心也。

**《釋名・釋天》** 五行者，五氣也，於其方各施行也。

金，禁也，其氣剛嚴，能禁制也。

木，冒也，華葉自覆冒也。

水，準也，準平物也。

火，化也，消化物也。亦言毀也，物入中皆毀壞也。

土，吐也，能吐生萬物也。

**《元包經・五行生成》** 五行之數：一曰水，二曰火，三曰木，四曰金，五曰土，此其生也。六曰水，七曰火，八曰木，九曰金，十曰土，此其成也。凡五行生成之數，五十有五，肇於勿芒，動於冥默。物休咎於未形，辨憂虞於既惑。鬼出神入而變化無窮，窮幽洞靈而生成不息。體混茫之自然，與天地而爲極。實所謂微妙元通，深不可測。

**《隋書・經籍志》** 五行者，金、木、水、火、土，五常之形氣者也。在天爲五星，在人爲五藏，在目爲五色，在耳爲五音，在口爲五味，在鼻爲五臭。在上則出氣施變，在下則養人不倦。故《傳》曰：天生五材，廢一不可。是以聖人推其終始，以通神明之變，爲卜筮以考其吉凶，占百事以觀於來物，觀形法以辨其貴賤。

**《五行大義・釋五行名》** 夫萬物自有體質，聖人象類而制其名，故曰：名以定體。無名乃天地之始，有名則萬物之母。以其因功涉用，故立稱謂。

《禮》云：子生三月，咳而名之。及其未生，本無名字。五行爲萬物之先，形用資於造化，豈不先立其名，然後明其體用。《春秋元命苞》曰：木者觸也。觸地而生。許慎云：木者，冒也。言冒地而出，字從於中，下象其根也，其時春。《禮記》曰：春之爲言蠢也，産萬物者也，位在東方。《尸子》云：東者，動也，震氣故動。《白虎通》云：火之爲言化也。陽氣用事，萬物變化也。許慎曰：火者，炎上也。其字炎而上，象形者也，其時夏。《尚書大傳》云：何以謂之夏？夏，假也。假者，方呼萬物而養之。《釋名》曰：夏，假者，寬假萬物，使生長也，其位南方。《尚書大傳》云：南，任也。物之方任也。《元命苞》云：土之爲言吐也。含吐氣精以生於物。許慎云：土者，吐生者也。王肅云：土者，地之別號，以爲五行也。許慎云：其字二，以象地之下與地之中。以一直畫，象物初出地也。其時季夏。季，老也。萬物於此成就方老，王於四時之季，故曰老也。其位處內。內，通也。《禮斗威儀》云：得皇極之正氣，含黃中之德，能苞萬物。許慎云：金者，禁也。陰氣始起，萬物禁止也。土生於金，字從土。左右注，象金在土中之形也。其時秋也。《禮記》云：秋之爲言愁也。愁之以時察守義者也。《尸子》云：秋肅也。萬物莫不肅敬恭莊，禮之主也。《說文》曰：天地反物爲秋，其位西方。《尚書大傳》云：西，鮮也。鮮訊也。訊者，始入之貌也。《釋名》《廣雅》《白虎通》皆曰：水，準也。平準萬物。《元命苞》曰：水之爲言演也。陰化淖濡，流施潛行也。故立字兩人交，一以中出者爲水。一者數之始，兩人譬男女，陰陽交以起一也。水者，五行始焉，元氣之湊液也。《管子》云：水者，地之血氣，筋脈之通流者，故曰水。許慎云：其字象泉並流，中有微陽之氣。其時冬。《尸子》云：冬，終也。萬物至此終藏也。《禮記》云：冬之爲言中也。中者，藏也。其位北方。《尸子》云：北，伏也。萬物至冬皆伏，貴賤若一也。五行之時及方位，故分而釋之。

**《三因方・脈經序》** 廣大配天地，變化合陰陽，六氣緯虛，五行麗地，無不揆度。

## 《類經圖翼・運氣・五行生成數解》

木火土金水，相生謂之順。
木土水火金，相克謂之逆。

五行圖

五行生成數圖

此即河圖數也。五少者，其數生，五太者，其數成。土常以生，故不言十有解。

干支所屬五行圖

東方甲乙寅卯木，南方丙丁巳午火，西方庚辛申酉金，北方壬癸亥子水。辰戌丑未王四季，戊己中央皆屬土。

五行生成數解　五行之理，原出自然。天地生成，莫不有數。聖人察《河圖》而推定之，其序曰：天一生水，地六成之。地二生火，天七成之。天三生木，地八成之。地四生金，天九成之。天五生土，地十成之。夫五行各具形質，而惟水火最爲輕清，乃爲造化之初。故天以一奇生水，地以二偶生火。若以物理論之，亦必水火爲先，以小驗大，以今驗古，可知之矣。如草木夫實，胎卵未生，莫不先由於水，而後成形，是水爲萬物之先，故水數一。化生已兆，必分陰陽，既有天一之陽水，必有地二之陰火，故火次之，其數則二。陰陽既合，必有發生，水氣生木，故木次之，其數則在三。既有發生，必有收殺，燥氣生金，故金次之，其數則四。至若天五生土，地十成之，似乎土生最後，而戴廷槐曰：有地即有土矣。若土生在後，則天三之木，地四之金，將何所附？且水、火、木、金，無不賴土，土豈後生者哉？然土之所以言五與十者，蓋以五爲全數之中，十爲成數之極。中者，言土之不偏而總統乎四方。極者，言物之歸宿而包藏乎萬有，皆非所以言後也。再以方位陰陽之理合之亦然。如水王於子，子者陽生之初，一者陽起之數，故水曰一。火王於午，午者陰生之初，二者陰起之數，故火曰二。木王東方，東者陽也，三者奇數亦陽也，故木曰三。金王西方，西者陰也，四者偶數亦陰也，故金曰四。土王中宮而統乎四維，五爲數中，故土曰五。此五行生數之祖，先有生數而後有成數，乃成一陰一陽生成之道，此天地自然之理也。雖《河圖》列五行之次序，而實以分五行之陰陽。陰陽既有次序，氣數必有盛衰，如《六元正紀大論》云：寒化一、寒化六、災一宮，災三宮之類，皆由此數而定。岐伯曰：太過者其數成，不及者其數生，土常以生也。謂如甲、丙、戊、庚、壬五太之年爲太過，其數應於成；乙、丁、己、辛、癸五少之年爲不及，其數應於生。惟土之常以生數者，蓋五爲數之中，土居位之中，而兼乎四方之氣，故土數常應於中也。雖《易繫》有天十成之之謂，而《三部九候論》曰：天地之數，始於一，終於九焉。此所以土不待十而後成也。先聖察生成之數以求運氣者，蓋欲因數以占夫氣化之盛衰，而示人以法陰陽，和術數，先歲氣，合天和也。其所以關於生道者非淺，觀者其毋忽之。

## 論說

**《管子・五行篇》**　一者本也，二者器也，三者充也，治者四也，教者五也，守者六也，立者七也，前者八也，終者九也，十者然後具五官於六府也，五聲於六律也。六月日至，是故人有六多。六多，所以衡天地也。天道以九制，地理以八制，人道以六制。以天爲父，以地爲母，以開乎萬物，以總一統。通乎九制、六府、三充而爲明。天子修奠水土以待乎天，董反五藏以視不親，治祀之下以觀地位，貨曄神廬合於精氣。已合而有常，有常而有經。審合其聲，脩十二鍾，以律人情，人情已得，萬物有極，然後有德。故通乎陽氣，所以事天也，經緯日月，用之於民。通乎陰氣，所以事地也，經緯星曆，以視其離。通若道，然後有行。然則神筮不靈、神龜不卜，黃帝澤灸，治之至也。昔者，黃帝得蚩尤，而明於天道；得大常，而察於地利；得奢龍，而辨於東方；得祝融，而辨於南方；得大封，而辨於西方；得后土，而辨於北方。黃帝

得六相而天地治，神明至。蚩尤明乎天道，故使當時；大常察乎地利，故使爲虞者；奢龍辨乎東方，故使爲土師；祝融辨乎南方，故使爲司徒；大封辨於西方，故使爲司馬；后土辨乎北方，故使爲李。是故，春者土師也，夏者司徒也，秋者司馬也，冬者李也。昔黄帝以其緩急作五聲，以政五鍾，令其五鍾：一曰青鍾大音，二曰赤鍾重心，三曰黄鍾灑光，四曰景鍾昧其明，五曰黑鍾隱其常。五聲既調，然後作立五行，以正天時，五官以正人位。

**《關尹子・二柱》** 升者爲火，降者爲水，欲升而不能升者爲木，欲降而不能降者爲金。木之爲物，鑽之得火，絞之得水。金之爲物，擊之得火，鎔之得水。金木者，水火之交也。木爲精爲天，火爲神爲地，木爲魂爲人，金爲魄爲物。運而不已者爲時，包而有在者爲方，惟土始終之。有解之者，有示之者。

**《關尹子・八籌》** 水潛，故蘊爲五精；火飛，故達爲五臭；木茂，故華爲五色；金堅，故實爲五聲；土和，故滋爲五味。其常五，其變不可計；其物五，其雜不可計。

**《子華子・北宮意問》** 夫天降一氣，則五氣隨之，寄備於陰陽合氣而成體。故有太陽，有少陽，有太陰，有少陰，陰中有陽，陽中有陰。故陽中之陽者，火是也；陰中之陰者，水是也；陽中之陰者，木是也；陰中之陽者，金是也。土居二氣之中，間以治四維，在陰而陰，在陽而陽。故物非土不成，人非土不生。北方陰極而生寒，寒生水；南方陽極而生熱，熱生火。東方陽動以散而生風，風生木；西方陰止以收而生燥，燥生金；中央陰陽交而生濕，濕生土。是故天地之間，六合之內，不離於五。

金、木、水、火、土，五精之總也。寒、熱、風、燥、濕，五氣之聚也。水以潤之，火以燠之，土以溽之，木以敷之，金以斂之，此以其性言也。水之冽也，火之炎也，土之蒸也，木之溫也，金之清也，此以其氣言也。水在下，火在上，土在中，木在左，金在右，此以其位言也。水之平也，火之銳也，土之圜也，木之曲直也，金之方也，此以其形言也。水則因火則革，土則化木則變，金則從革，此以其材言也。水井洫也，火爨冶也，木金器械也，土爰稼穡也，此以其事言也。夫盈於天地之間而充物者，惟此五物也。凡五物之有不可無也，其所無不可有也。

**《素問・五藏生成》** 心之合脈也，其榮色也，主腎也。肺之合皮也，其榮毛也，其主心也。肝之合筋也，其榮爪也，其主肺也。脾之合肉也，其榮脣也，其主肝也。腎之合骨也，其榮髮也，其主脾也。是故多食鹹，則脈凝泣而變色；多食苦，則皮槁而毛拔；多食辛，則筋急而爪枯；多食酸，則肉胝胸而脣揭；多食甘，則骨痛而髮落，此五味之所傷也。故心欲苦，肺欲辛，肝欲酸，脾欲甘，腎欲鹹，此五味之所合也。五藏之氣，故色見青如草茲者死，黄如枳實者死，黑如炲者死，赤如衃血者死，白如枯骨者死，此五色之見死也。青如翠羽者生，赤如雞冠者生，黄如蟹腹者生，白如豕膏者生，黑如烏羽者生，此五色之見生也。生於心，如以縞裹朱；生於肺，如以縞裹紺；生於肝，如以縞裹紅；生於脾，如以縞裹栝樓實；生於腎，如以縞裹紫，此五藏所生之外榮也。色味當五藏：白當肺，辛，赤當心，苦，青當肝，酸，黄當脾，甘，黑當腎，鹹。故白當皮，赤當脈，青當筋，黄當肉，黑當骨。諸脈者皆屬於目，諸髓者皆屬於腦，諸筋者皆屬於節，諸血者皆屬於心，諸氣者皆屬於肺，此四支八谿之朝夕也。故人臥血歸於肝，肝受血而能視，足受血而能步，掌受血而能握，指受血而能攝。

臥出而風吹之，血凝於膚者爲痺，凝於脈者爲泣，凝於足者爲厥，此三者，血行而不得反其空，故爲痺厥也。人有大谷十二分，小谿三百五十四名，少十二俞，此皆衛氣之所留止，邪氣之所客也，鍼石緣而去之。診病之始，五決爲紀，欲知其始，先建其母。所謂五決者，五脈也。是以頭痛巔疾，下虛上實，過在足少陰、巨陽，甚則入腎。徇蒙招尤，目冥耳聾，下實上虛，過在足少陽、厥陰，甚則入肝。

腹滿膨脹，支鬲胠脇，下厥上冒，過在足太陰、陽明。欬嗽上氣，厥在胸中，過在手陽明、太陰。心煩頭痛，病在鬲中，過在手巨陽、少陰。夫脈之小大滑澁浮沉，可以指別；五藏之象，可以類推，五藏相音，可以意識；五色微診，可以目察。能合脈色，可以萬全。赤脈之至也，喘而堅，診曰有積氣在中，時害於食，名曰心痺，得之外疾，思慮而心虛，故邪從之。白脈之至也，喘而浮，上虛下實，驚，有積氣在胸中，喘而虛，名曰肺痺，寒熱，得之醉而使內也。青脈之至也，長而左右彈，有積氣在心下支胠，名曰肝痺，得之寒濕，與疝同法，腰痛足清頭痛。黄脈之至也，大而虛，有積氣在腹中，有厥氣，名曰厥疝，女子同法，得之疾使四支汗出當風。黑脈之至也，上堅而大，有積氣在小腹與陰，名曰腎痺，得之沐浴清水而臥。凡相五色之奇脈，面黄目青，面黄

目赤，面黃目白，面黃目黑者，皆不死也。面青目赤，面赤目白，面青目黑，面黑目白，面赤目青，皆死也。

**《素問・五藏別論》** 黃帝問曰：余聞方士，或以腦髓爲藏，或以腸胃爲藏，或以爲府，敢問更相反，皆自謂是，不知其道，願聞其說。

岐伯對曰：腦髓骨脈膽女子胞，此六者地氣之所生也，皆藏於陰而象於地，故藏而不寫，名曰奇恒之府。夫胃、大腸、小腸、三焦、膀胱，此五者，天氣之所生也，其氣象天，故寫而不藏，此受五藏濁氣，名曰傳化之府，此不能久留輸寫者也。魄門亦爲五藏使，水穀不得久藏。所謂五藏者，藏精氣而不寫也，故滿而不能實。六府者，傳化物而不藏，故實而不能滿也。所以然者，水穀入口，則胃實而腸虛；食下，則腸實而胃虛。故曰：實而不滿，滿而不實也。帝曰：氣口何以獨爲五藏主？

岐伯曰：胃者，水穀之海，六府之大源也。五味入口，藏於胃以養五藏氣，氣口亦太陰也。是以五藏六府之氣味，皆出於胃，變見於氣口。故五氣入鼻，藏於心肺，心肺有病，而鼻爲之不利也。凡治病必察其下，適其脈，觀其志意，與其病也。拘於鬼神者，不可與言至德。

惡於鍼石者，不可與言至巧。不許治者，病必不治，治之無功矣。

**《素問・宣明五氣篇》** 五味所入：酸入肝，辛入肺，苦入心，鹹入腎，甘入脾，是謂五入。

五氣所病：心爲噫，肺爲欬，肝爲語，脾爲吞，腎爲欠爲嚏，胃爲氣逆爲噦爲恐，大腸小腸爲泄，下焦溢爲水，膀胱不利爲癃，不約爲遺溺，膽爲怒，是謂五病。

五精所並：精氣並於心則喜，並於肺則悲，並於肝則憂，並於脾則畏，並於腎則恐，是謂五並，虛而相並者也。

五藏所惡：心惡熱，肺惡寒，肝惡風，脾惡濕，腎惡燥，是謂五惡。

五藏化液：心爲汗，肺爲涕，肝爲淚，脾爲涎，腎爲唾，是謂五液。

五味所禁：辛走氣，氣病無多食辛；鹹走血，血病無多食鹹；苦走骨，骨病無多食苦；甘走肉，肉病無多食甘；酸走筋，筋病無多食酸。是謂五禁，無令多食。

五病所發：陰病發於骨，陽病發於血，陰病發於肉，陽病發於冬，陰病發於夏，是謂五發。

五邪所亂：邪入於陽則狂，邪入於陰則痺，搏陽則爲巔疾，搏陰則爲瘖，陽入之陰則靜，陰出之陽則怒，是謂五亂。

五邪所見：春得秋脈，夏得冬脈，長夏得春脈，秋得夏脈，冬得長夏脈，名曰陰出之陽，病善怒不治，是謂五邪，皆同命，死不治。

五藏所藏：心藏神，肺藏魄，肝藏魂，脾藏意，腎藏志，是謂五藏所藏。

五藏所主：心主脈，肺主皮，肝主筋，脾主肉，腎主骨，是謂五主。

五勞所傷：久視傷血，久臥傷氣，久坐傷肉，久立傷骨，久行傷筋，是謂五勞所傷。

五脈應象：肝脈絃，心脈鈎，脾脈代，肺脈毛，腎脈石，是謂五藏之脈。

**《淮南子・天文訓》** 木生於亥，壯於卯，死於未，三辰皆木也。火生於寅，壯於午，死於戌，三辰皆火也。土生於午，壯於戌，死於寅，三辰皆土也。金生於巳，壯於酉，死於丑，三辰皆金也。水生於申，壯於子，死於辰，三辰皆水也。故五勝生一，壯五，終九。

**《淮南子・墬形訓》** 木勝土，土勝水，水勝火，火勝金，金勝木。故禾春生秋死，豆夏生冬死，麥秋生夏死，薺冬生中夏死。木壯，水老，火生，金囚，土死。火壯，木老，土生，水囚，金死。土壯，火老，金生，木囚，水死。金壯，土老，水生，火囚，木死，水壯，金老，木生，土囚，火死。音有五聲，宮其主也；色有五章，黃其主也；味有五變，甘其主也；位有五材，土其主也。是故鍊土生木，鍊木生火，鍊火生雲，鍊雲生水，鍊水反土；鍊甘生酸，鍊酸生辛，鍊辛生苦，鍊苦生鹹，鍊鹹反甘。變宮生徵，變徵生商，變商生羽，變羽生角，變角生宮。是故以水和土，以土和火，以火化金，以金治木，木復反土。五行相治，所以成器用。

**《淮南子・本經訓》** 凡亂之所由生者，皆在流遁。流遁之所生者五。大構駕，興宮室；延樓棧道，雞棲井干；檦枺欂櫨，以相支持；木巧之飾，盤紆刻儼；嬴鏤雕琢，詭文回波；淌游瀷淢，菱杼紾抱；芒繁亂澤，巧爲紛挐，以相摧錯。此遁於木也。鑿汙池之深，肆畛崖之遠；來谿谷之流，飾曲岸之際；積牒旋石，以純修碕；抑淢怒瀨，以揚激波；曲拂邅回，以象湡浯；益樹蓮菱，以食鼈魚；鴻鵠鸕鷀，稻粱饒餘；龍舟鷁首，浮吹以娛。此遁於水也。高築城郭，設樹險阻；崇臺榭之隆，侈苑囿之大，以窮要妙之望；魏闕之高，上際青雲；大厦增加，擬於崑崙；修爲墻垣，

甬道相連；殘高增下，積土爲山；接徑歷遠，直道夷險，終日馳騖而無蹟蹈之患。此遁於土也。大鍾鼎，美重器，華蟲流鏤，以相繆綵；寢兕伏虎，蟠龍連組；焜旻錯眩，照燿輝煌；偃蹇蓼糾，曲成文章；雕琢之飾，鍛錫文鐃；乍晦乍明，抑微滅瑕，霜文沉居，若鑾籧蒢；經錦經冗，似數而疏。此遁於金也。煎熬焚炙，調齊和之適，以窮荊吳甘酸之變，焚林而獵，燒燎大木；鼓橐吹埵；以銷銅鐵；靡流堅鍛，無厭足日；山無峻榦，林無柘梓；燎木以爲炭，燔草而爲灰；野莽白素，不得其時；上掩天光，下殄地財。此遁於火也。此五者，一足以亡天下矣。是故古者明堂之制，下之潤濕弗能及，上之霧露弗能入，四方之風弗能襲；土事不文，木工不斲，金器不鏤；衣無隅差之削，冠無觚贏之理；堂大足以周旋理文，靜潔足以享上帝，禮鬼神，以示民知儉節。夫聲色五味，遠國珍怪，環異奇物，足以變心易志，搖蕩精神，感動血氣者，不可勝計也。夫天地之生財也，本不過五。聖人節五行，則治不荒。

**《春秋繁露・五行對》** 河間獻王問溫城董君曰：孝經曰：夫孝，天之經，地之義。何謂也？對曰：天有五行：木、火、土、金、水是也。木生火，火生土，土生金，金生水。水爲冬，金爲秋，土爲季夏，火爲夏，木爲春。春主生，夏主長，季夏主養，秋主收，冬主藏。藏，冬之所成也。是故父之所生，其子長之；父之所長，其子養之；父之所養，其子成之。諸父所爲，其子皆奉承而續行之，不敢不致如父之意，盡爲人之道也。故五行者，五行也。由此觀之，父授之，子受之，乃天之道也。故曰：夫孝者，天之經也。此之謂也。王曰：善哉！天經既得聞之矣，願聞地之義。對曰：地出雲爲雨，起氣爲風。風雨者，地之所爲。地不敢有其功名，必上之於天。命若從天氣者，故曰天風天雨也，莫曰地風地雨也。勤勞在地，名一歸於天，非至有義，其庸能行此？故下事上，如地事天也，可謂大忠矣。土者，火之子也。五行莫貴於土。土之於四時無所命者，不與火分功名。木名春，火名夏，金名秋，水名冬。忠臣之義，孝子之行，取之土。土者，五行最貴者也，其義不可以加矣。五聲莫貴於宮，五味莫美於甘，五色莫盛於黃，此謂孝者地之義也。王曰：善哉！

**《春秋繁露・五行之義》** 天有五行：一曰木，二曰火，三曰土，四曰金，五曰水。木，五行之始也；水，五行之終也；土，五行之中也。此其天次之序也。木生火，火生土，土生金，金生水，水生木，此其父子也。木居左，金居右，火居前，水居後，土居中央，此其父子之序，相受而布。是故木受水而火受木，土受火，金受土，水受金也。諸授之者，皆其父也；受之者，皆其子也。常因其父以使其子，天之道也。是故木已生而火養之，金已死而水藏之，火樂木而養以陽，水剋金而喪以陰，土之事火竭其忠。故五行者，乃孝子忠臣之行也。五行之爲言也，猶五行歟？是故以得辭也。聖人知之，故多其愛而少嚴，厚養生而謹送終，就天之制也。以子而迎成養，如火之樂木也。喪父，如水之剋金也。事君，若土之敬天也。可謂有行人矣。五行之隨，各如其序。五行之官，各致其能。是故木居東方而主春氣，火居南方而主夏氣，金居西方而主秋氣，水居北方而主冬氣。是故木主生而金主殺，火主暑而水主寒，使人必以其序，官人必以其能，天之數也。土在中央，爲之天潤。土者，天之股肱也。其德茂美，不可名以一時之事，故五行而四時者，土兼之也。金木水火雖各職，不因土，方不立，若酸鹹辛苦之不因甘肥不能成味也。甘者，五味之本也。土者，五行之主也。五行之主土氣也，猶五味之有甘肥也。不得不成。是故聖人之行，莫貴於忠，土德之謂也。人官之大者，不名所職，相其是矣；天官之大者，不名所生，土是矣。

**《春秋繁露・五行相生》** 天地之氣，合而爲一，分爲陰陽，判爲四時，列爲五行，行者行也，其行不同，故謂之五行。五行者，五官也，比相生而間相勝也。故爲治，逆之則亂，順之則治。

東方者木，農之本。司農尚仁，進經術之士，道之以帝王之路，將順其美，匡捄其惡。執規而生，至溫潤下，知地形肥磽美惡，立事生則，因地之宜，召公是也。親入南畝之中，觀民稼草發淄，耕種五穀，積蓄有餘，家給人足，倉庫充實，司馬實穀。司馬，本朝也。本朝者火也，故曰木生火。

南方者火也，本朝。司馬尚智，進賢聖之士，上知天文，其形兆未見，其萌芽未生，昭然獨見存亡之機，得失之要，治亂之源，豫禁未然之前，執矩而長，至忠厚仁，輔翼其君，周公是也。成王幼弱，周公相，誅管叔、蔡叔，以定天下。天下既甯以安君。官者，司營也。司營者土也，故曰火生土。

中央者土，君官也。司營尚信，卑身賤體，夙興夜寐，稱述往古，以厲主意。明見成敗，微諫納善，防滅其惡，絕源塞隙，執繩而制四方，至忠厚信，以事其君，據義割恩，太公是也。應天因時之化，威武強禦以成。大理者，司徒

也。司徒者金也，故曰土生金。

西方者金，大理司徒也。司徒尚義，臣死君而衆人死父。親有尊卑，位有上下，各死其事，事不踰矩，執權而伐。兵不苟克，取不苟得，義而後行，至廉而威，質直剛毅，子胥是也。伐有罪，討不義，是以百姓附親，邊境安寧，寇賊不發，邑無獄訟則親安。執法者，司寇也。司寇者水也。故曰金生水。

北方者水，執法司寇也。司寇尚禮，君臣有位，長幼有序，朝廷有爵，鄉黨以齒，升降揖讓，般伏拜謁，折旋中矩，立則磐折，拱則抱鼓，執衡而藏，至清廉平，賂遺不受，請謁不聽，據法聽訟，無有所阿，孔子是也。爲魯司寇，斷獄屯屯，與衆共之，不敢自專。是死者不恨，生者不怨，百工維時，以成器械。器械既成，以給司農。司農者，田官屯。田官者木，故曰水生木。

**《春秋繁露・五行相勝》** 木者，司農也。司農爲奸，朋黨比周，以蔽主明，退匿賢士，絕滅公卿，教民奢侈，賓客交通，不勸田事，博戲鬥雞，走狗弄馬，長幼無禮，大小相虜，竝爲寇賊，橫恣絕理。司徒誅之，齊桓是也。行霸任兵，侵蔡，蔡潰，遂伐楚，楚人降伏，以安中國。木者，君之官也。夫木者農也，農者民也，不順如叛，則命司徒誅其率正矣。故曰金勝木。

火者，司馬也。司馬爲讒，反言易辭以譖愬人，內離骨肉之親，外疎忠臣，賢聖旋亡，讒邪日昌，魯上大夫季孫是也。專權擅政，薄國威德，反以怠惡，諸愬其賢臣，劫惑其君。孔子爲魯司寇，據義行法，季孫自消，墮費郈城，兵甲有差。夫火者，大朝，有邪讒熒惑其君，執法誅之。執法者水也，故曰水勝火。

土者，君之官也，其相司營。司營爲神，主所爲皆曰可，主所言皆曰善，謂順主指，聽從爲比，進主所善，以快主意，導主以邪，陷主不義，大爲宮室，多爲臺榭，雕文刻鏤，五色成光，賦斂無度，以奪民財，多發繇役，以奪民時，作事無極，以奪民力，百姓愁苦，叛去其國，楚靈王是也。作乾溪之臺，三年不成，百姓罷弊而叛，及其身弒。夫土者，君之官也，君大奢侈，過度失禮，民叛矣。其民叛，其君窮矣。故曰木勝土。

金者，司徒也。司徒爲賊，內得於君，外驕軍士，專權擅勢，誅殺無罪，侵伐暴虐，攻戰妄取，令不行，禁不止，將率下親，士卒不使，兵弱地削，令君有恥，則司馬誅之，楚殺其司徒得臣是也。得臣數戰破敵，內得於君，驕蹇不恤其下，卒不爲使，當敵而弱，以危楚國，司馬誅之。金者，司徒，司徒弱，不能使士衆，則司馬誅之，故曰火勝金。

水者，司寇也。司寇爲亂，足恭小謹，巧言令色，聽謁受賂，阿黨不平，慢令急誅，誅殺無罪，則司營誅之，營蕩是也。爲齊司寇，太公封於齊，問焉以治國之要，營蕩對曰：任仁義而已。太公曰：任仁義奈何？營蕩對曰：仁者愛人，義者尊老。太公曰：愛人尊老奈何？營蕩對曰：愛人者，有子不食其力；尊老者，妻長而夫拜之。太公曰：寡人欲以仁義治齊，今子以仁義亂齊，寡人立而誅之，以定齊國。夫水者，執法司寇也。執法附黨不平，依法刑人，則司營誅之，故曰土勝水。

**《春秋繁露・五行順逆》** 木者春，生之性，農之本也。勸農事，無奪民時，使民，歲不過三日，行什一之稅，進經術之士。挺群禁，出輕繫，去稽留，除桎梏，開門閭，通障塞。恩及草木，則樹木華美，而朱草生；恩及鱗蟲，則魚大爲，鱣鯨不見，群龍下。如人君出入不時，走狗試馬，馳騁不反宮室，好淫樂，飲酒沉湎，縱恣，不顧政治，事多發役，以奪民時，作謀增稅，以奪民財，民病疥搔，溫體，足胝痛。咎及於木，則茂木枯槁，工匠之輪多傷敗。毒水滂群，漉陂如漁，咎及鱗蟲，則魚不爲，群龍深藏，鯨出現。

火者夏，成長，本朝也。興賢良，進茂才，官得其能，任得其力，賞有功，封有德，出貨財，振困乏，正封疆，使四方。恩及於火，則火順人而甘露降；恩及羽蟲，則飛鳥大爲，黃鵠出見，鳳凰翔。如人君惑於讒邪，內離骨肉，外疎忠臣，至殺世子，誅殺不辜，逐忠臣，以妾爲妻，棄法令，婦妾爲政，賜予不當，則民病血，壅腫，目不明。咎及於火，則大旱，必有火災，摘巢探鷇，咎及羽蟲，則飛鳥不爲，冬應不來，梟鴟群鳴，鳳凰高翔。

土者夏中，成熟百種，君之官。循宮室之制，謹夫婦之別，加親戚之恩。恩及於土，則五穀成而嘉禾興。恩及倮蟲，則百姓親附，城郭充實，賢聖皆遷，仙人降。如人君好淫佚，妻妾過度，犯親戚，侮父兄，欺罔百姓，大爲臺榭，五色成光，雕文刻鏤，則民病心腹宛黃，舌爛痛。咎及於土，則五穀不成；暴虐妄誅，咎及倮蟲，倮蟲不爲，百姓叛去，賢聖放亡。

金者秋，殺氣之始也。建立旗鼓，杖把旄鉞，以誅賊殘，禁暴虐，安集，故動衆興師，必應義理，出則祠兵，入則振旅，以閑習之。因於搜狩，存不忘亡，安不忘危，修城郭，繕墻垣，審群禁，飭兵甲，警百官，誅不法。恩及於金石，則涼風出；恩及於毛蟲，則走獸大爲，麒麟至。如人君好戰，侵陵諸侯，貪

城邑之賂，輕百姓之命，則民病喉咳嗽，筋攣，鼻鼽塞。咎及於金，則鑄化凝滯，凍堅不成，四面張罔，焚林而獵，；咎及毛蟲，則走獸不爲，白虎妄搏，麒麟遠去。

水者冬，藏至陰也。宗廟祭祀之始，敬四時之祭，禘祫昭穆之序。天子祭天，諸侯祭土。閉門閭，大搜索，斷刑罰，執當罪，飭關梁，禁外徙。恩及於水，則醴泉出，；恩及介蟲，則龜鼈大爲，靈龜出。如人君簡宗廟，不禱祀，廢祭祀，執法不順，逆天時，則民病流腫，水張，痿痹，孔竅不通。咎及於水，霧氣冥冥，必有大水，水爲民害，；咎及介蟲，則龜深藏，龜鼈呴。

**《春秋繁露・治水五行》** 日冬至，七十二日木用事，其氣燥煸而青。七十二日火用事，其氣慘陽而赤。七十二日土用事，其氣濕濁而黃。七十二日金用事，其氣慘澹而白。七十二日水用事，其氣清寒而黑。七十二日復得木。木用事，則行柔惠，挺群禁。至於立春，出輕繫，去稽留，除桎梏，開門闔，通障塞，存幼孤，矜寡獨，無伐木。火用事，則正封疆，循田疇。至於立夏，舉賢良，封有德，賞有功，出使四方，無縱火。土用事，則養長老，存幼孤，矜寡獨，賜孝弟，施恩澤，無興土功。金用事，則修城郭，繕墻垣，審群禁，飭甲兵，警百官，誅不法，存長老，無焚金石。水用事，則閉門閭，大搜索，斷刑罰，執當罪，飭關梁，禁外徙，無決堤。

**《春秋繁露・治亂五行》** 火干木，蟄蟲蚤出，蚿雷蚤行。土干木，胎夭卵殈，鳥蟲多傷。金干木，有兵。水干木，春下霜。土干火，則多雷。金干火，草木夷。水干火，夏雹。木干火，則地動。

金干土，則五穀傷，有殃。水干土，夏寒雨霜。木干土，倮蟲不爲。火干土，則大旱。

水干金，則魚不爲。木干金，則草木再生。火干金，則草木秋榮。土干金，五穀不成。

木干水，冬蟄不藏。土干水，則蟄蟲冬出。火干水，則星墜。金干水，則冬大寒。

**《春秋繁露・五行變救》** 五行變至，當救之以德，施之天下，則咎除。不救以德，不出三年，天當雨石。木有變，春凋秋榮。秋木冰，春多雨。此繇役衆，賦斂重，百姓貧窮叛去，道多餓人。救之者，省繇役，薄賦斂，出倉穀，振困窮矣。火有變，冬溫夏寒。此王者不明，善者不賞，惡者不絀，不肖在位，賢者伏匿，則寒暑失序，而民疾疫。救之者，舉賢良，賞有功，封有德。土有變，大風至，五穀傷。此不信仁賢，不敬父兄，淫泆無度，宮室榮。救之者，省宮室，去雕文，舉孝悌，恤黎元。金有變，畢昴爲回，三覆有武，多兵，多盜寇。此棄義貪財，輕民命，重貨賂，百姓趣利，多奸軌。救之者，舉廉潔，立正直，隱武行文，束甲械。水有變，冬濕多霧，春夏雨雹。此法令緩，刑罰不行。救之者，憂囹圄，案奸宄，誅有罪，蔓五日。

**《春秋繁露・五行五事》** 王者與臣無禮，貌不肅敬，則木不曲直，而夏多暴風。風者，木之氣也，其音角也，故應之以暴風。王者言不從，則金不從革，而秋多霹靂。霹靂者，金氣也，其音商也，故應之以霹靂。王者視不明，則火不炎上，而秋多電。電者，火氣也，其音徵也。故應之以電。王者聽不聰，則水不潤下，而春夏多暴雨。雨者，水氣也，其音羽也，故應之以暴雨。王者心不能容，則稼穡不成，而秋多雷。雷者，土氣也，其音宮也，故應之以雷。

五事：一曰貌，二曰言，三曰視，四曰聽，五曰思。何謂也？夫五事者，人之所受命於天民，而王者所修而治民也，故王者爲民，治則不可以不明，準繩不可以不正。王者貌曰恭，恭者敬也。言曰從，從者可從。視曰明，明者知賢不肖，分明黑白也。聽曰聰，聰者能聞事而審其意也。思曰容，容者言無不容。恭作肅，從作乂，明作哲，聰作謀，容作聖。何謂也？恭作肅，言王者誠能內有恭敬之姿，而天下莫不肅矣。從作乂，言王者言可從，明正從行而天下治矣。明作哲，哲者知也，王者明則賢者進，不肖則退，天下知善而勸之，知惡而恥之矣。聰作謀，謀者謀事也，王者聰則聞事與臣下謀之，故事無失謀矣。容作聖，聖者設也，王者心寬大無不容，則聖能施設，事各得其宜也。

王者能敬則肅，肅則春氣得，故肅者主春。春陽氣微，萬物柔易，移弱可化，於時陰氣爲賊，故王者欽。欽不以議陰事，然後萬物遂生，而木可曲直也。春行秋政，則草木凋；行冬政，則雪；行夏政，則殺。春失政則。

王者能治則義立，義立則秋氣得，故乂者主秋。秋氣始殺，王者行小刑罰，民不犯則禮義成。於時陽氣爲賊，故王者輔以官牧之事，然後萬物成熟。秋，草木不榮華，金從革也。

秋行春政，則華；行夏政，則喬；行冬政，則落。秋失政，則春大風不

解，雷不發聲。

王者能知，則知善惡，知善惡則夏氣得，故哲者主夏。夏，陽氣始盛，萬物兆長，王者不撢明，則道不退塞。而夏至之後，大暑隆，萬物茂育懷任，王者恐明不知賢不肖，分明白黑。於時，寒爲賊，故王者輔以賞賜之事，然後夏草木不霜，火炎上也。夏行春政，則風行；秋政，則水；行冬政，則落。夏失政，則冬不凍冰，五穀不藏，大寒不解。

王者無失謀，然後冬氣得，故謀者主冬。冬，陰氣始盛，草木必死，王者能聞事，審謀慮之，則不侵伐。不侵伐且殺，則死者不恨，生者不怨。冬日至之後，大寒降，萬物藏於下。於時暑爲賊，故王者輔之以急斷之事，以水潤下也。冬行春政，則蒸；行夏政，則雷；行秋政，則旱。冬失政，則夏草木不實。霜，五穀疾枯。

**《白虎通・五行》** 五行者，何謂也？謂金、木、水、火、土也。言行者，欲言爲天行氣之義也。地之承天，猶妻之事夫，臣之事君也。謂其位卑，卑者親事，故自周於一行尊於天也。《尚書》：一曰水，二曰火，三曰木，四曰金，五曰土。水位在北方，北方者陰氣在黃泉之下，任養萬物。水之爲言濡也，陰化沾濡任生木，木在東方。東方者陰陽氣始動，萬物始生。木之爲言觸也，陽氣動躍，火在南方。南方者陽在上，萬物垂枝。火之爲言，委隨也，言萬物布施。火之爲言，化也，陽氣用事，萬物變化也。金在西方，西方者陰始起，萬物禁止。金之爲言，禁也。土在中央者，主吐含萬物。土之爲言，吐也，何知東方生樂。《記》曰：春生，夏長，秋收，冬藏。土所以不名時，地土別名也，比於五行最尊，故不自居部職也。《元命苞》曰：土之爲位而道在，故大不預化，人主不任部職。五行之性，或上或下何？火者陽也，尊故上。水者陰也，卑故下。木者少陽，金者少陰。有中和之性，故可曲，可直，從革。土者最大包含物，將生者，出者，將歸者，不嫌清濁，爲萬物。《尚書》曰：水曰潤下，火曰炎上，木曰曲直，金曰從革，土爰稼穡。五行所以二陽三陰何？土尊，尊者配天，金木水火，陰陽自偶。水味所以鹹何？是其性也，所以北方鹹者，萬物鹹與所以堅之也，猶五味得鹹，乃堅也。木味所以酸者何？東方萬物之生也，酸者以達生也，猶五味得酸乃達也。火味所以苦何？南方主長養，苦者所以長養也。猶五味須苦可以養也。金味所以辛何？西方煞傷成物，辛所以煞傷之也，猶五味得辛乃委煞也。土味所以甘何？中央者，中和也，故甘，猶五味以甘爲主也。《尚書》曰：潤下作鹹，炎上作苦，曲直作酸，從革作辛，稼穡作甘。北方其臭朽者何？北方水，萬物所幽藏也，又水者受垢濁，故臭腐朽也。東方者，木也，萬物新出地中，故其臭羶。南方者火也，盛陽承動，故其臭焦。西方者，金也，萬物成熟始復諾，故其臭腥。中央，土也，主養，故其臭香也。《月令》曰：東方其臭羶，南方其臭焦，中央其臭香，西方其臭腥，北方其臭朽。所以名之爲東方者，動方也，萬物始動生也；南方者，任養之方，萬物懷任也；西方者，遷方也，萬物遷落也；北方者，伏方也，萬物伏藏也。少陽見寅，寅者，演也，律中太族，律之言率，所以率氣令生也。卯者，茂也，律中夾鍾，衰於辰。辰震也，律中姑洗。其日甲乙者，萬物孚甲也。乙者，物蕃屈有節，欲出時爲春。春之爲言，倎倎動也，位在東方，其色青，其音角。角者，氣動耀也。其帝太皞，皞者，大起萬物擾也。其神勾芒者，物之始生，其精青龍。芒之爲言萌也，陰中陽，故太陽見於巳。巳者，物必起，律中仲呂，壯盛於午。午，物滿長，律中蕤賓，衰於未。未，味也，律中林鍾，其目丙丁者，其物炳明。丁者，強也，時爲夏。夏之爲言，大也，位在南方，其色赤，其音徵。徵，止也，陽度極也。其帝炎帝者，太陽也。其神祝融，祝融者，屬續其精，爲鳥離，爲鸞，故少陰見於申。申者，身也，律中夷則壯於酉。酉者老物收斂，律中南呂，衰於戌。戌者，滅也，律中無射。無射者，無聲也，其日庚辛。庚者，物更也。辛者，陰始成。時爲秋，秋之爲言，愁亡也，其位西方，其色白，其音商。商者，強也，其帝少皞。少皞者，少斂也，其神蓐收。蓐收者，縮也，其精白虎。虎之爲言，搏討也，故太陰見於亥。亥者，仰也，律中應鍾，壯於子。子者，孳也，律中黃鍾，衰於丑。丑者，紐也，律中大呂，其日壬癸。壬者，陰始。任癸者，揆度也，時爲冬。冬之爲言，終也，其位在北方，其音羽。羽之爲言舒，言萬物始孳，其帝顓頊。顓頊者，寒縮也，其神元冥。元冥者，入冥也，其精元武，掩起離體泉，黿蛟珠蛤，土爲中宮，其日戊己。戊者，茂也。己，抑屈起，其音宮。宮者，中也，其帝黃帝，其神后土。月令云：十一月律，謂之黃鍾何？中和之色。鍾者，動也，言陽氣動於黃泉之下，動養萬物也。十二月律，謂之大呂何？大，大也。呂者，拒也，言陽氣欲出，陰不許也。呂之爲言拒者，旅抑拒難之也。正月律，謂之太蔟何？太亦大也。蔟者，湊也，言萬物始大，湊地而出也。二月律，謂之夾鍾何？夾者，孚甲也。言萬物孚甲，種類分也。三月謂之姑洗

何？姑者，故也。洗者，鮮也。言萬物皆去故，就其新，莫不鮮明也。四月謂之仲呂何？言陽氣極，將彼故復中難之也。五月謂之蕤賓。蕤者，下也。賓者，敬也。言陽氣上極，陰氣始賓敬之也。六月謂之林鍾何？林者，衆也，萬物成熟，種類衆多。七月謂之夷則何？夷傷則法也，言萬物始傷，被刑法也。八月謂之南呂何？南者任也，言陽氣尚有任生薺麥也，故陰拒之也。九月謂之無射何？射者，終也，言萬物隨陽而終也，當復隨陰起，無有終已。十月謂之應鍾何？鍾，動也，言萬物應陽而動，下藏也。五行所以更王何？以其轉相生，故有終始也。行所以相害者，天地之性。衆勝寡，故水勝火也。精勝堅，故火勝金。剛勝柔，故金勝木。專勝散，故木勝土。實勝虛，故土勝水也。

**《中藏經・生成論》**　陰陽者，天地之樞機。五行者，陰陽之終始。非陰陽則不能爲天地，非五行則不能爲陰陽。故人者，成於天地，敗於陰陽也，由五行逆從而生焉。天地有陰陽五行，人有血脈五臟。五行者，金木水火土也。五臟者，肺肝心腎脾也。金生水，水生木，木生火，火生土，土生金，則生成之道，循環無窮。肺生腎，腎生肝，肝生心，心生脾，脾生肺，上下榮養，無有休息。故《金匱至真要論》云：心生血，血爲肉之母。脾生肉，肉爲血之舍。肺屬氣，氣爲骨之基。腎應骨，骨爲筋之本。肝繫筋，筋爲血之源。五藏五行，相成相生，晝夜流轉，無有始終。從之則吉，逆之則凶。天地陰陽，五行之道，中舍於人。人得者，可以出陰陽之數，奪天地之機，悅五行之要，無終無始，神仙不死矣。

**《五行大義・論支干名》**　支干者，因五行而立之。昔軒轅之時大撓之所制也。

蔡邕《月令章句》云：大撓採五行之情，占斗機所建也。始作甲乙以名日謂之幹，作子丑以名月，謂之支。有事於天則用日，有事於地則用辰。陰陽之別，故有支、干名也。而名有總別，先論總名，次言別號。總名支、干者，干字乃有三種不同，一作幹，二作榦，三作干字。今解榦字者，此支榦既相配成用，如樹木之有枝條莖榦，共爲樹體，所以云榦。又作幹者幹濟爲義，支者支任爲義，以此日辰任濟萬事，故云支幹。又作干字者，亦是榦義，如物之在竿上，能豎立顯然，故亦云竿也。世書從《易》故，多干也。次別號者，《詩緯推度災》云：甲者，押也。春則開也，冬則閼也。鄭元注《禮記・月令》云：甲者，抽也。乙者，軋也。春時萬物皆解孚甲，自抽軋而出也。丙者，柄也。物之生長，各執其柄。鄭元云：丙者，炳也。夏時萬物強大，炳然著見也。丁者，亭也。亭猶止也。物之生長，將應止也。戊者，貿也。生長既極，極則應成貿易前體也。巳者，紀也。物既始成，有條紀也。鄭元云：戊之言茂也，巳之言起也，謂萬物皆枝葉茂盛，其含秀者抑屈而起也。庚者，更也。辛者，新也。謂萬物成代，改更復新也。鄭元云：謂萬物皆肅然改更，秀實新成也。壬者，任也。癸者，揆也。陰任於陽，揆然萌牙於物也。鄭元云：時維閉藏，萬物懷任於下，揆然萌牙也。子者，孳也。陽氣既動，萬物孳萌。《三禮義宗》云：陽氣至孳養生。丑者，紐也。紐者，繫也。續萌而繫長也，故曰：孳萌於子，紐牙於丑。《三禮義宗》云：言居終始之際，故以紐結爲名。寅者，移也，亦云引也。物牙稍吐，引而申之，移出於地也。《淮南子》云：寅，螾動生也。《三禮義宗》云：寅者引也，肆建之義也。卯者，冒也。物生長大，覆冒於地也。《淮南子》云：卯，茂也，茂然也。《三禮義宗》云：卯，茂也，陽氣至此，物生滋茂。辰者，震也。震動奮迅，去其故體也。《三禮義宗》云：此月之時，物盡震動而長。巳者，已也。故體洗去，於是已竟也。《三禮義宗》云：巳，起也。物至此時皆畢盡而起。午者，仵也，亦云萼也。仲夏之月，萬物盛大，枝柯萼布於午，《淮南子》云：午者，忤也。《三禮義宗》云：仵，長也，大也。明物皆長大也。未者，昧也。陰氣已長，萬物稍衰，體蔓昧也，故曰：蔓昧於未。《淮南子》云：未，味也。《三禮義宗》云：時物向成，皆有氣味。申者伸，伸猶引也，長也。衰老引長。《淮南子》云：申，呻也。《三禮義宗》云：申者，身也。物皆身體成就也。酉者，老也，亦云熟也。萬物老極而成熟也。《淮南子》云：酉，飽也。《三禮義宗》云：酉猶也。猶，倫之義也。此時物皆縮小而成也，成也，殺也。九月殺極，物皆滅也。《三禮義宗》云：此時物衰滅也。亥者，核也，閡也。十月閉藏萬物，皆入核閡。《三禮義宗》云：亥，劾也。言陰氣劾殺萬物也。《爾雅・歲次》云：大歲在寅，名攝提格。《淮南子》注云：格，起也。萬物承陽而起。卯名單閼。單，盡；閼，止也。言陽氣推萬物而起，陰氣盡止也。辰名執徐。執，蟄也；徐，舒也。言伏蟄之物，皆散舒而出也。巳名大荒落。荒，大也。言萬物熾盛而大出，落落而布散也。午名敦牂。《淮南子》云：欝格敦，盛；牂，壯也。言萬物盛壯也，未名協洽。《淮南子》云：

協，和也；洽，合也。言陰欲化，萬物和合也。申名涒灘。《淮南子》云：涒灘，大脩也。言萬物皆脩其精氣也。酉名作鄂。《淮南子》云：名作鄂。作鄂，零落也。言萬物皆陊落也。戌名閹茂。掩，蔽也；茂，冒也。言萬物皆蔽冒也。亥名大淵獻。淵，藏；獻，迎也。言萬物終亥，大小深藏窟伏以迎陽也。子名困敦。困，混也；敦，沌也。言陽氣混沌，萬物牙孽也。丑名赤奮若。奮，起也；若，從也。言陽氣奮迅萬物而起，無不順其性。赤，陽色也。《春秋緯》云：大陰所在之名，與《淮南子》《爾雅》不同。此竝支干別名，大意終從氣解，故以具釋之。

**《五行大義・辨體性》** 體者以形質爲名，性者以功用爲義。以五行體性資益萬物，故合而辨之。木居少陽之位，春氣和煦溫柔，弱火伏其中，故木以溫柔爲體，曲直爲性。火居大陽之位，炎熾赫烈，故火以明熱爲體，炎上爲性。土在四時之中，處季夏之末，陽衰陰長，居位之中，總於四行，積塵成實，積則有間，有間故含容，成實故能持，故土以含散持實爲體，稼穡爲性。金居少陰之位，西方成物之所，物成則凝強，少陰則清冷，故金以強冷爲體，從革爲性。水以寒虛爲體，潤下爲性。《洪範》云：木曰曲直，火曰炎上，土曰稼穡，金曰從革，水曰潤下。是其性也。《淮南子》云：天地之襲精爲陰陽，陰陽之專精爲四時，四時之散精爲萬物。積陰之寒氣，反者爲水；積陽之熱氣，反者爲火。水雖陰物，陽在其內，故水體內明；火雖陽物，陰在其內，故火體內暗。木爲少陽，其體亦含陰氣，故內空虛，外有花葉，敷榮可觀。金爲少陰，其體剛利，殺性在外，內亦光明可照。土苞四德，故其體能兼虛實。《洪範傳》曰：木曰曲直者，東方。《易》云：地上之木爲觀，言春時出地之木無不曲直，花葉可觀，如人威儀容貌也。許慎云：地上之可觀者莫過於木，故相字目傍木也。古之王者，登輿有鸞和之節，降車有佩玉之度，田狩有三驅之制，飲餞有獻酢之禮。無事不巡幸，無奪民時。以春，農之始也，無貪欲姦謀，所以順木氣。木氣順則如其性，茂盛敷實，以爲民用，直者中繩，曲者中鉤。若人君失威儀，酗酒淫縱，重徭厚稅，田獵無度，則木失其性，春不滋長，不爲民用，橋梁不從其繩墨，故曰木不曲直也。火曰炎上。炎上者，南方。揚光輝，在盛夏，氣極上，故曰炎上。王者向明而治，蓋取其象。古者明王南面聽政，攬海內雄俊積之於朝，以助明也；退邪佞之人臣，投之於野，以通壅塞。任得其人則天下大治，垂拱無爲。《易》以離爲火爲明。重離重明則君臣俱明也。明則順火氣，火氣順則如其性，如其性則能成熟，順人士之用，用之則起，捨之則止。若人君不明，遠賢良，進讒佞，棄法律，疎骨肉，殺忠諫，赦罪人，廢嫡立庶，以妾爲妻，則火失其性，不用則起，隨風斜行，焚宗廟宮室，燎於民居，故曰火不炎上。土爰稼穡。稼穡者，種曰稼，斂曰穡。土爲地道，萬物貫穿而生，故曰稼穡。土居中，以主四季，成四時。中央爲內事，宮室、夫婦、親屬之象。古者天子至於士人，宮室寢處皆有高卑節度。與其過也，寧儉。禹卑宮室，孔子善之。后、夫人、左右妾媵有差，九族有序，骨肉有恩，爲百姓之所軌則。則如此順中和之氣則土得其性，得其性則百穀實而稼穡成。如人君縱意，廣宮室臺榭，鏤雕五色，罷盡人力，親疎無別，妻妾過度，則土失其性。土失其性則氣亂，稼穡不成，故五穀不登，風霧爲害，故曰土不稼穡。金曰從革。從革者，革，更也。從範而更，形革成器也。西方物既成，殺氣之盛，故秋氣起而鷹隼擊，春氣動而鷹隼化，此殺生之二端，是以白露爲霜。霜者，殺伐之表。王者教兵，集戎事以誅不義，禁暴亂以安百姓。古之人君，安不忘危，以戎不虞，故曰：天下雖安，忘戰者危；國邑雖強，好戰必亡。殺伐必應義，應義則金氣順，金氣順則如其性。如其性者，工冶鑄作，革形成器。如人君樂侵凌，好攻戰，貪色賂，輕百姓之命，人民騷動，則金失其性。冶鑄不化，凝滯渠堅，不成者衆。秋時萬物皆熟，百穀已熟，若逆金氣則萬物不成，故曰金不從革。水曰潤下。潤下者，水流濕就汙下也。北方至陰，宗廟祭祀之象。冬，陽之所始，陰之所終。終始者，綱紀時也。死者魂氣上天爲神，魄氣下降爲鬼，精氣散在於外而不反，故爲之宗廟以收散也。《易》曰：渙亨，王假有廟。此之謂也。夫聖人之德，又何以加於孝乎？故天子親耕以供粢盛，王后親蠶以供祭服，敬之至也。敬之至則鬼神報之以介福，此順水氣。水氣順則如其性，如其性則源泉通流以利民用。若人君廢祭祀，漫鬼神，逆天時，則水失其性。水暴出，漂溢沒溺，壞城邑，爲人之害，故曰：水不潤下也。

**《五行大義・明數就此分爲五段》** 一者起大衍論《易》動靜數　二者論五行及生成數　三者論支干數　四者論納音數　五者論九宮數

第一起大衍論《易》動靜數　凡萬物之始，莫不始於無而後有。是故《易》有太極，是生兩儀，兩儀生四序，四序生之所生也。有萬物滋繁，然後萬物生成也。皆由陰陽二氣鼓舞陶鑄，互相交感，故孤陽不能獨生，單陰不能

獨成，必須配合以鑪冶，爾乃萬物化通。是則天有其象，精氣下流，地道含化，以資形始，陰陽消長，生殺用成。明其道難明，非數不可究，故因數以辨之。數之顯理，猶筌蹄之取魚兔。陽順唱始，陰佐其終，窮奇偶之數，偕相成之道，極變化之源者，詳於蓍策之數也。七八爲靜，九六爲動。陰動而進，變七之九，象氣息也。明陽道之舒，以象君德唱始不休，無所屈後，去極一等而猶進之，故九動也。陰動而退，變八之六，象氣消也。以明臣法有所屈後，唱和而已，事理近君則靖息以聽命，必須退讓以明其義，故八靜也。《易》曰：分二以象兩，掛一以象三，揲之以四，以象四時者。餘手有四七，故名七也；有四八，故名八也。有此則靜爻之數，夏殷尚質，以用靜爻占之。餘有四九，故名九也；有四六，故名六也。此則動爻之數，周備質文，故兼用動爻。凡大衍，極天地之數，五十有五也。京房以十日十二辰二十八宿合應五十，其一不用者，天之生氣，將欲以虛求實，故用四十九焉。馬融以《易》之大極謂北辰也，生兩儀，兩儀生日月，日月生四時，四時生五行，五行生十二月，十二月生二十四氣。北辰居位不動，其餘四十九轉運而用也。鄭元曰：貞悔六爻本有五十，定所用者四十有九。天地之數本五十五，天五與地十通，天一與地六通。數之者，氣則有並，並則宜減焉。大衍減五，故有五十；其用減一，故四十有九。不並者，不可減也。今總其數五十者，天一至地十凡五十五也，此合生成之數，若止言生數，唯有十五，從一至五也。《易》之所象，爻盡之，有邃。自知天地以下，日月等數，皆爲蓍卦所攝，循環變轉，萬世無窮。而五十有五，五本並數。並數者，天之與地共，各有一體，體各有一，正應敵對，今盈於五，則是氣之並數，並不再用，是其配義。配則我虛，不當於實。不當於實，故事無所主，所以揲蓍不用。又虛其一者，掛一象無，無，無可象，故有之用極，則無之功見。故曰：尋太業而得吉凶，尋吉凶而得八卦，尋八卦以得四時，尋四時以至兩儀，尋兩儀以至太極。太極者，大殺而極，窮無之致也。遣有以極遂，減多以就少，此之謂也。故曰太極無所復象，明其空寂，非言象所詮也。

第二論五行及生成數

行言五者，明萬物雖多，數不過五。故在天爲五星，其神爲五帝。孔子曰：昔丘聞諸老聃云天有五行，木、金、水、火、土，其神謂之五帝，在地爲五，其方鎮爲五岳。《物理論》云：鎮之以五岳。在人爲五藏，其候五官。《黃帝素問》云：五藏候在五官，眼耳口鼻舌也。五行遞相負載，休王相生，生成萬物，運用不休，故行云也。《春秋繁露》云：天地之氣，列爲五行。夫五行者，行也。《易・上繫》曰：天數五。

王曰：謂一、三、五、七、九也。韓曰：五奇也。

地數五　王曰：謂二、四、六、八、十也。韓曰：五偶也。

五位相得　王曰：五位，金、木、水、火、土也。

而各有合　王曰：謂水在天爲一，在地爲六，六一合於北；火在天爲七，在地爲二，二七合於南；金在天爲九，在地爲四，四九合於西；木在天爲三，在地爲八，三八合於東；土在天爲五，在地爲十，五十合於中。故曰：五位相得而各有合。謝曰：陰陽相應，奇偶相配，各有合也。韓曰：天地之數各有五，五數相配，以合成金、木、水、火、土也。

《尚書・洪範》篇曰：五行，一曰水，二曰火，三曰木，四曰金，五曰土。

皆其生數　《禮記・月令》篇云：木數八，火數七，金數九，水數六，土數五。

皆其成數，唯上言生數。天以一生水於北方，君子之位。陽氣微動於黃泉之下，始動無二，天數與陽合而爲一。水雖陰物，陽在於內，從陽之始，故水數一也。極陽生陰，陰始於午，始亦無二。陰陽二氣各其始，正應言一而云二者，以陽尊故。尊既括始，陰卑贊和配，故能生而陽，數偶。陰在火中，火雖陽物，義從陰配，合陰始，故從始立義，故火數二也。《老子》云：天得一以清，地得一以寧。是知皆有一義，唱和同始，是以云木配陽動而左長於東方。長則滋繁，滋繁則數增，故木數三也。陰佐陽消，陰道右轉而居於西，在陽之後，理無等義，故金數四也。陰陽之數，始乎一周，然後陽達於中，總括四行，苞則彌多，故土數五也。此並生數，皆云據始，未明成數。數既未成，亦未能爲用。穎容《春秋釋例》云：五行生數，未能變化，各成其事。水凝而未能流行，火有形而未生炎光，木精破而體剛，金強而所，土鹵而斥。於是天以五臨民，君化之。《傳》曰：配以五成。所以用五者，天之中數也。於是水得於五，其數六，用能潤下。火得於五，其數七，用能炎上。木得於五，其數八，用能曲直。金得於五，其數九，用能從革。土得於五，其數十，用能稼穡。鄭元云：數若止五，則陽無匹偶，陰無配義，故合之而成數也。奇者，陽唱於始，爲制爲度。偶者，陰之本，得陽乃成。故天以一始，生水於北

方，地以其六，而成之，使其流潤也。地以二生火於南方，天以七而成之，使其光曜也。天以三生木於東方，地以其八而成之，使其舒長盛大也。地以四生金於西方，天以九成之，使其剛利有文章也。天以五合氣於中央生土，地以十而成之，以備天地之間所有之物也。合之，則地之六爲天一匹也，夫七爲地二偶也，地八爲天三匹也，天九爲地四偶也，地十爲天五匹也。陰陽各有合，然後氣性相得，施化行也。故四時之運成於五行，土總四行，居時之季以成之也。《五行傳》及《白虎通》皆云：木非土不生，根核茂榮。火非土不榮，得木著形。金非土不成，入範成名。水非土不停，隄防禁盈。土扶微助衰，應成其道。故五行更互須土，土王四季而居中央，不以名成時。故知同時俱起，但託義相生。《傳》曰：五行並起，各以名別。常從《數義》云：北方亥子，水也，生數一；丑，土也，生數五。一與五相得爲六，故水成數六也。東方寅卯，木也，生數三；辰，土也，生數五。三與五相得爲八，故木成數八也。南方巳午，火也，生數二；未，土也，生數五。二與五相得爲七，故火成數七也。西方申酉，金也，生數四；戌，土也，生數五。四與五相得爲九，故金成數九也。中央戊己，土也，生數五，又土之位在中，其數本五。兩五相得爲十，故土成數十也。此陰陽兩氣各一周也。共一周則爲生數，各一周則爲成數。陽以輕清上爲天，陰以重濁下爲地，而陽至第五而入中者，其體躁疾，故共一周而入中；陰至第十方入中者，其體遲殿，故各一周而始入耳。然五行皆得中氣而後成，土居中而王四季，並須土以成之也。《洪範》是上古創制之書，故言生數。《禮記·月令》是時候之書，所貴成就事業，故言成數。唯土言生數者，土以能生爲貴，且以成四行，足簡之矣，是其能生能成之義也。鄭元曰：以天地相配，取陰陽之理。常從以支干數和合，取日辰爲用。兩說雖別，大意還同，終會《易經》天一至地十之義。《孝經援神契》言：以一立，以二謀，以三出，以四孳，以五合，以六嬉，以七變，以八舒，以九列，以十鈞。五行以一立水，一爲生數，以五配一，水之成數，故言一立而六嬉。嬉是興義。二是火之生數，七是火之成數，故言二謀。火以變化爲能，故言七變。謀者，以其爲變之始也。三，木之生數，八，木之成數。五行始終東方，故云三出。八而成長，故曰八舒。四，金之生數；九，金之成數。西方成就，故言四滋，品類不同，故稱九列。五是土之生數，十是土之成數，以天之五，合地之十，數義斯畢，所以五言其合，十言其均。均是成備之義。

《春秋元命苞》云：胎錯儛，連以鈞。一動，合於二，故陰陽。受成於三，故日月星。序張於四，故時。起立於五，故行。動布於六，故律。踊分於七，故宿。改萌於八，故風。布極於九，故州。吐畢於十，故功成數止。此並經緯，共明五行生數之數不過十也。

論支干數　支干數者凡有二種。一通數，二別數。今先辯通數，後論別數。通數者，十干十二支也。干有十者，應天地之大數也。《易·繫辭》言：天數五，地數五。天地之數不過於十，故以干極於十。十主日，十日爲一旬也。支十二者，《禮稽命徵》言：布政十二，尊卑有序。《援神契》言：三三參行，四四相扶。天有四時之氣，以三月成一時，故言三三參行，四四相扶。天地人謂之三才。是爲三者物生之常數，因而各生三，本三而末九，所以十二。《元命苞》言：數成於三，故合於三。三月陽極於九，故一時九十日也。支象於月，十二月爲一歲也。此辨通數。別數者，支數則子數九，丑八，寅七，卯六，辰五，巳四，午九，未八，申七，酉六，戌五，亥四。《太元經》云：子午九者，陽起於子訖於午，陰起於午訖於子，故子午對衝而陰陽二氣之所起也。寅爲陽始，申爲陰始，從所起而左數，至所始而定數，故自子數至申數九，自午數至寅亦九，所以子午九也。丑未爲對衝，自丑至申數八，自未數至寅亦八，所以丑未八也。寅申爲對衝，自寅數至申數七，自申數至寅亦七，所以寅申七也。卯酉爲對衝，自卯數至申數六，自酉數至寅亦六，所以卯酉六也。辰戌爲對衝，自辰數至申數五，自戌數至寅亦五，所以辰戌五也。巳亥爲對衝，自巳數至申數四，自亥數至寅亦四，所以巳亥四也。又云陽數極於九，子午爲天地之經，故取陽之極數。自丑未巳下各減一，從八至四，理自可知。干數者，甲九，乙八，丙七，丁六，戊五，己九，庚八，辛七，壬六，癸五。《太元經》云：甲己九者，甲起甲子，從子故九，己爲甲配，故與甲俱九。乙起乙丑，從丑故八。乙配於庚，與庚俱八。丙起丙寅，從寅故七，辛配於丙，與丙俱七。丁起丁卯，從卯故六，丁配於壬，與壬俱六。戊起戊辰，從辰故五，癸配於戊，與戊俱五。支有十二，以對衝同數，故自九至四。干唯有十，以配合同數，故自九至五。又云：支從地，故數畢於陰，以四偶也；干從天，故數畢於陽，以五奇也。五則止於五氣，四則極於四時。上不過九者陽之極數也。五行及支干之數，相則倍之，王則十而倍之，休則如本，因死半之，以此四而孳，數乃無極。此並從氣增減，氣盛則多，氣衰則少也。

論納音數　納音數者，謂人本命所屬之音也。音即宮、商、角、徵、羽也，納者取此音以調姓所屬也。《樂緯》云：孔子曰丘吹律定姓。一言得土曰宮，三言得火曰徵，五言得水曰羽，七言得金曰商，九言得木曰角。此並是陽數。凡五行有生數壯數老數三種，木生數三，壯數八，老數九。火生數二，壯數七，老數三。土生數五，壯數十，老數一。金生數四，壯數九，老數七。水生數一，壯數六，老數五。管輅云：土老數一者，土爲萬物之主，一切歸之，所以一也。三才交而人理具，火之爲德，取三才之義，故老數三。水上應五星，下同五藏，故木老數五。金配七曜，故金老數七。木在天爲九星，在地爲九州，在人爲九竅，故木老數九。先生數，次壯數，後老數。納音論其本命，故以終數言之。此釋猶爲未盡。夫萬物皆稟五常之氣化合而生，物生之後必至成壯，成壯之後必有衰老，故有三種義。爲人之道，自壯及老，莫不本乎禮義而以立身。然存禮義者，靡不有初，鮮克有終。今既論納音人之所屬，非人莫能行其禮義，故以終老之數，禮義明之。一言得土者，土以含宏德厚位高爲君，君爲民主，主則無二，唱始之言，故數一也。三言得火者，火既主禮，孝敬爲先，不敢棄所生之德，故其數三，從木數也。水居陰位，人臣之道，土能制水，如君制臣，縱之則行，壅之則止，水不自專，故從土數五也。金既主義，義是夫妻之道，妻無自專，有從夫之義，火爲金夫，故用火數七也。木主仁孝，金能尅木，宗廟之象。《式經》云：金爲骸骨，木爲棺槨。此明金木爲鬼神之事以敬事，故木從金數，故數九也。一示君德，二順父母，三表臣節，四敬從夫，五事鬼神，此則禮義備而人事畢矣。故納音用之數。納音者，子午屬庚，震卦所直日辰也；丑未屬辛，巽卦所直日辰也；寅申屬戊，坎卦所直日辰也；卯酉屬己，離卦所直日辰也；辰戌屬丙，艮卦所直日辰也；巳亥屬丁，兌卦所直日辰也。一言得土者，本命庚子，子屬於庚，數之一言便以得之是也。三言得火者，本命丙寅，屬於戊，從丙數至戊凡三是也。五言得水者，本命壬戌，戌屬於丙，從壬數至丙凡五是也。七言得金者，本命壬申，屬於戊，從壬數至戊凡七是也。九言得木者，本命己巳，巳屬於丁，從己數至丁凡九是也。六十甲子例皆如是。支屬八卦，爲納音者，以次而取對衝，如子午屬庚，子午相對衝也，餘例悉然。夫陽施陰化，故受氣定形，皆資於陰陽以養成之，是以人之所屬皆以陽數言也。所以子午屬庚之例者，乾爲父，坤爲母，共有六子，故曰：乾將三男震坎艮，坤將三女巽離兌，陰陽相生，故就乾索女，就坤索男，所以乾一索而得巽，曰長女；再索而得離，曰中女；三索而得兌，曰少女。坤一索而得震，曰長男；再索而得坎，曰中男；三索而得艮，曰少男。甲是陽干之始，乾下三爻取之。壬是陽干之末，乾上三爻取之。乙是陰干之始，坤下三爻取之。癸是陰干之末，坤上三爻取之。餘有六干，陽付其男，陰付其女。甲乙之後，次於丙丁，故以丙付少男艮，以丁付少女兌。丙丁之後，次於戊己，故以戊付中男坎，以己付中女離。戊己之後，次於庚辛，故以庚付長男震，以辛付長女巽。所以從少而付老，自小及大，從微至著故也。付干既訖，次付其支。震爲長子，故其卦初九得乾之子，九四得乾之午，震干庚，故子午屬庚。巽爲長女，子後次丑，故其卦初六得坤之丑，午後次未，六四得坤之未，巽干辛，故丑未屬辛。坎爲中男，丑後次寅，其卦初六得乾之寅，未後次申，六四得乾之申，坎干戊，故寅申屬戊。離爲中女，寅後次卯，故其卦初九得坤之卯，申後次酉，九四得坤之酉，離干己，故卯酉屬己。艮爲少男，卯後次辰，故其卦初六得乾之辰，酉後次戌，六四得乾之戌，艮干丙，故辰戌屬丙。兌爲少女，辰後次巳，故其卦初九得坤之己，戌後次亥，九四得坤之亥，兌干丁，故巳亥屬丁。六子取干則乾坤之餘，取支並從乾坤而得，陽取於乾，陰取於坤，皆受於父母，故六子併主十二辰。人之納音，皆所繼焉。甲乙壬癸不爲納音者，以屬乾坤故也。或問曰：六子用干則取父母之不用者，用支則並同於父母者何？答曰：干是陽也，陽體奇，故正得一往分用。支是陰也，陰體偶，故以再往用之。又復龜則用日，是以正求於干，故發兆分爲十分。筮則用辰，正求於支，是以飛伏六爻，並論十二支。雖復體不兼，要須相配以明義。干爲尊，故不得不先設而後求支。筮雖不正用干，亦須干助以顯其趣。猶如龜叛十二支，兆體雖無支象，必約而論之。筮雖闕三甲三壬三乙三癸，亦約虛以求實。且設於徃，先從父母而爲始，後及六子，以甲付乾，以乙付坤，以丙付艮，以丁付兌，以戊付坎，以己付離，以庚付震，以辛付巽，歷八卦訖，壬還到乾，次癸還到坤。十干所在，六爻乾坤位尊，取其始末理然，體各得二干。支既當爻正用，故卦別皆備，陽卦取其陽支，陰卦取其陰支，四卦同陽，四卦同陰，非正同於父母。當伏羲畫八卦爲三爻，備天地人，所以分干，卦別取三，乾坤居始，故取甲乙。後神農重之以爲八純子，有重來之理，所以卦六干並同父母，無二之義，故後卦取乎壬癸。其甲乙壬癸各少三者，皆排在虛用之中。不全無者陰有從陽之義。

論九宮數　九宮者，上分於天，下別於地，各以九位。天則二十八宿，北斗九星。地則四方四維及中央。分配九有，謂之宮者，皆神所遊處，故以名宮也。鄭司農云：太一行八卦之宮，每四乃入中央。中央云者，地神之所居，故謂之九宮。《易緯乾鑿度》云：《易》一陰一陽之謂道也。故太一取其數，以行九宮。《易》曰：天一地二，天三地四，天五地六，天七地八，天九地十。天地之數合五十有五，九宮用者，天除一，地除二，人除三，餘四十九以當著策之數，又四時除四，餘四十五。五者五行，四十者五行之成數，合之則一節之數。分置五方，方各九者，一時九十日之數，四方成四時也。三官相對，止十五者爲一氣之數，成二十四氣也。《尚書·洪範》云：初一曰五行，位在北方，陽氣之始，萬物將萌。次二曰敬用五事，位在西南方，謙虛就德，朝謁嘉慶。次三曰農用八政，位在東方，耕種百穀麻枲蠶桑。次四曰協用五紀，位在東南方，日月星辰，雲雨並興。次五曰建用皇極，位在中宮，百官立表，政化公卿。次六曰又用三德，位在西北，抑伏強暴，斷制獄訟。次七曰明用稽疑，位在西方，決定吉凶，分別所疑。次八曰念用庶徵，位在東北，肅敬德方，狂僭亂行。次九曰嚮用五福，威用六極，位在南方，萬物盈實，陰氣宣佈，時成歲德，陰陽和調，五行不忒。故《黃帝九宮經》云：戴九履一，左三右七，二四爲肩，六八爲足，五居中宮，總御得失。其數則坎一，坤二，震三，巽四，中宮五，乾六，兌七，艮八，離九。太一行九宮，從一始，以少之多，順其數也。配筭曰：中央及四仲各分九筭，命云木落歸本，分六至亥，故取震六筭以置於乾。水流向未，分八至丑，故取坎八筭以置於艮。金義而堅，分還未，故取兌二筭以置於坤。火本炎盛，自處其鄉，故離筭不動。土王四季，本生於巳，故分中宮四筭以置於巽，故成戴九履一之位也。又初成八卦之法，命方之筭，先取北方九筭，命曰水生木，縱一筭置寅上，一筭置卯上，一筭置辰上，又橫一筭置甲上，一筭置乙上。次取東方九筭，命曰木生火於南方，布五位。又取南方之筭，命曰火生土於中央，一筭於西北爲戊，一筭於西南爲己。又取中央之筭，命曰土生金於西方，布五位。又取西方之筭，命曰金生水於北方，布五位。五方布十干，十二支乾訖，然後加陰干各一，命曰陰數偶也。次加陽支各一，命曰支體本加其始。餘筭十二月之數也。一筭置西北，命曰乾之始也。二筭置西南，命曰坤之始也。又餘筭九置於中央，爲《易》象也，命曰乾主甲壬，即取甲壬上筭以成乾卦。又命曰坤主乙癸，次取乙癸上筭以成坤卦。父母之卦爻象既定，次及六子。先起長男，命曰震主庚子午，即收庚及子午上筭，以成震卦。又次長女，命曰巽主辛丑未，次取辛及丑未上筭以成巽卦。又次中男，命曰坎主戊寅申，次取戊及寅申上筭以成坎卦。又次中女，命曰離主己卯酉，次取己及卯酉上筭以成離卦。又次少男，命曰艮主丙辰戌，次取丙及辰戌上筭以成艮卦。又次少女，命曰兌主丁巳亥，次取丁及巳亥上筭以成兌卦。八卦既成，問曰：八卦從何而始？曰：因五行生。又問：五行因何生？曰：因天地生。天地因何生？曰：因太一生。太一因何生？曰：因易生。故云：《易》有太極，是生兩儀。故變易字爲太一，變太一字爲天，天一生，地二生也。變天字爲水，天生水也。變水字爲木，水生木也。變木字成火，木生火也。變火字成土，火生土也。變土字成金，土生金也。變金字成八卦字，八卦因五行生也。變八卦字爲十二月字，八卦所主月也。變十二月字成地，出萬物以終歸乎地也。此九宮八卦創制之法備矣。九宮數一起自北方始者，坎一正北應天之始，始無二，故一。北方五行之始，所以五行在北方，故云：陽氣之始，萬物將萌。五事數二在西南者，五事，貌、言、視、聽、思也，別在後篇解，因五行而有五事，次之故二。又云坤二在西南，應地之數，西南林鍾之管，氣之次二也。五事，人事之先也，故曰：謙虛就德，朝謁嘉慶，並五事所主也。八政之數三，在東方者，八政食、貨、祀、司空、司徒、司寇、賓、師也，既有五事，次脩八政故三。又云震三正東，應人之數，三才義畢。東方春，農之始也。食者，耕種炊烹也。貨者，畜積儲博，錢布金兵也。祀者，祭祀供神也。司空者，土地畝也。司徒者，民戶口太小數也。司寇者，禁備盜賊，糾察非常也。賓者，注籍往來，受容嘉慶也。師者，教訓農人，耒耜設法也。故云耕種百穀，麻枲蠶桑也。五紀數四在東南者，五紀歲日月奉化日辰麻數也，八政既脩，非歲時日月無以敷播植，次之故四。又云巽四東南，風行四時，以應四時之數，東南巳，純乾用事，乾主天，巽主號令，故居東南。歲者，以四時有序，盛衰始終也。日月者，照明萬物，氣候遠近也。奉化者，即仰王化，須建功貢寶也。日辰者，次序陰陽，斷制産物也。麻數者，記綴度數，農夫候望，賦斂隨時也。故曰：王者惟歲，稅數握成以化下也。卿士惟月，奉化行道以立寶。師允惟日，陳列衆職，制作於萬品。歲月日時無易脩務，敬時以順紀也，故云日月星辰，雲雨並興也。皇極數五在中央者，皇王建萬國，處中分別四方，百官以治，萬事

畢理，歲時成就，職貢均等，租稅五穀以供王事，故在其中央，中央之數本五也，又云土居中央，應五行之數。若王者動不得中，則不能建萬事，故曰皇之不極，是謂不建也。故曰百官立表，政化公卿也。三德數六在西北者，三德正直，剛克柔克乾爲天位，人君之象，過五故數六。又云乾在西北，陰陽氣分於西北，故應六律之數也。西北乾之所處，故人君居之。正直者人德也，君子方正以義，無所曲私，故云平康正直，不疑其德；剛克者天德也，法度不失，輕重罪服，故曰沉潛剛克；柔克者地德也，有德秩祿，安定衆職，賞賜萬國，故曰高明柔克。故云：抑伏強暴，斷制獄訟也。稽疑數七在西方者，稽疑者，建立卜筮，問疑擇善，占天地之象以定吉凶，蓍圓卦方，龜筮共知可否，三人占從二人之言，昔者聖人慎謀重始，動事作業，樹本開基，決嫌定疑，必謀以賢，知以耆艾，參以蓍龜，故舉無過事，慮無失計，蠻夷雖無君臣之序，亦有決疑之卜，或以金石，或以木草，故知稽疑之事，聖人所尚，以其次乾之後，故數七也。又云兌正西。卯酉爲天地之門，卯主始，酉主終，故斗指卯則萬物皆出，指酉則萬物皆入。兌應七星之數。兌爲金，主悅言，故在西方，故云決定吉凶，分別所疑也。庶徵數八在東北者，庶徵者衆徵也，王者以及衆庶莫不內省咎過，外察徵祥，順徵知機則無禍患，不審其過不念庶徵則禍至不悟，敗亡無日矣。有機徵見者必恭事上帝，用不爲過，則降以福應，《詩》云：昭事上帝，聿懷多福。如不共御善，不畏上帝，羣神乃怒，必有譴罰。數八者，次七後也。又云艮八在東北。艮是止義。艮爲徑路，萬物大出於震，小出於艮，震爲衆男之長，艮爲衆男之少，故應八卦之數。艮既爲止，令止惡就善也，故在東北，故云肅敬德方，狂僭亂行。五福、六極數九在南方，五福壽、富、康寧、攸好德、考終命。壽者，孝悌道德備，然後脩神丹，延壽命；富者，德化所及，豐穰無闕；康寧者，國化安寧，長樂無事；攸好德者，論理比類，進善抑惡者；考終命者，順時成務，可以壽命統著善德。六極者，凶短折、疾、憂、惡、貧、弱。凶短折者，斬梟誅裂大罪也；疾者，榜笞、毆擊、疾臥、養視也；憂，論作望兢朝日也；惡，髡鉗、赭剝、戮辱、固棄也；貧，償贓賦沒財産也；弱，離邑里，徙邊地，以戎後也。此罪罰之理居後，故數九。又云離既在午，以爲子衝，極則還反，故離最其末以爲九宮之數。離爲明，人君南面以聽政，象離之明。刑罰須明，故在南方，故云萬物率盈實也。宮唯有九不十者，八方與中央，數終於九，上配九天九星二十八宿，下配五岳四瀆九州也。《九宮經》言：一主恒山，二主三江，三主太山，四主淮，五主嵩高，六主河，七主華山，八主濟，九主霍山。又一爲冀州，二爲荆州，三爲青州，四爲徐州，五爲豫州，六爲雍州，七爲梁州，八爲兗州，九爲揚州。九州之名互有改變，《禹貢》九州即此，配唐時名同者，以堯命禹治洪水，分九州，因而不易。故周、虞有十二州，加幽並營。舜以青州越海，分齊爲營州。冀州南北太遠，分衛爲并州，燕以北分置幽州。殷時九州有幽營無青梁，周官九州有幽并無徐梁，漢立十二州，增交、益焉。冀州者，《釋名》云：冀州取地爲名，有險易，帝王所都。《大康地記》曰：冀近，其氣相近也。其地自太行東至碣石，王屋，底柱。《禹貢》云：冀州既載。《呂氏春秋》云：兩河之間爲冀州。正北方。荆州者，《釋名》云：荆，警也。南蠻數爲寇逆，州道先強，當警備之也。其地北據荆山，南及衡山之陽。《禹貢》云：荆及衡陽惟荆州。《爾雅》云：漢南曰荆州。呂氏曰：荆，楚也。青州者，《釋名》云：青在東，生也。《太康地記》曰：少陽色青，歲始事首，即以爲名。其地東北據海，西距岱。《禹貢》云：海岱惟青州。呂氏云：東方海隅青州，齊也。徐州者，《釋名》曰：徐，舒也。土氣舒緩也。其地東至海，北至岱，南及淮。《禹貢》云：海岱及淮，惟徐州。呂氏云：洒上爲徐州，魯也。《爾雅》云：濟東曰徐州。豫州者，《釋名》曰：豫在九州之中，安豫也。《太康地記》云：稟中和之氣，性理安舒。其地南據荆，北距河。《禹貢》云：荆河惟豫州。呂氏云：河漢之間爲豫州。《爾雅》云：河南曰豫州。雍州者，《太康地記》云：雍居西北之位，陽所不至，陰氣雍閼，取以爲名。其地西據黑水，東距西河。《禹貢》云：黑水。西河惟雍州。呂氏云：雍州，秦也。《爾雅》云：河西曰雍州。梁州者，《太康地記》云：梁者，剛也。取西方金剛之氣剛強，以爲名也。其地東據華山，西距黑水。《禹貢》曰：華陽黑水惟梁州。兗州者，《釋名》云：取兗水爲名。《太康地記》曰：辨其履信，稟貞正之意也。其地東南據濟，西北距河。《禹貢》曰：濟河惟兗州。揚州者，《釋名》云：揚州多水，水波揚也。其地北據淮，東距海。《禹貢》云：淮海惟揚州。呂氏曰：揚州越也。《爾雅》曰：江南曰揚州。今依九宮之位，冀州正北，在坎宮；荆州西南，在坤宮；青州正東，在震宮；徐州東南，在巽宮；豫州中央，在中宮；雍州西北，在乾宮；梁州正西，在兌宮；兗州東北，在艮宮；揚州正南，在離宮。其位與此解相似。太一以兗州在

正北坎位，青州在東北艮位，徐州在正東震位，揚州在東南巽位，荊州在西南離位，梁州在西南坤位，雍州在正西兌位，冀州在西北乾位。此並從五行本始之氣。西北亥地，故坎水居之；東北寅地，故震木居之；東南巳地，故離火居之；西南申地，故兌金居之。乾爲金，故從本金位；巽爲木，故從本木位；坤、艮俱土，故取地之經，居正南、正北。此並依《周禮》職方之始位，雖宮位微移，五行氣一。此九州，上對九天，分二十八宿屬焉。《淮南子》云：中央鈞天數五，其星角亢氐，韓鄭分鈞，極也，布極四方，亦曰極天，爲四行主，對中宮豫州，東方蒼天，數三。其星房心尾，房心，宋分，尾，燕分，東方也。對震宮青州，東北變天，數八。其星箕斗牛，箕，燕分，斗，吳分，牛，岱分，水之季，陰氣盡，陽始作，萬物將變。對艮宮兗州，北方元天，數一。其星女虛危室，女，越分，虛危，齊分，室，衛分，水色黑，故云元天。對坎宮冀州，西北幽天，數六，其星壁奎婁，壁，衛分，奎婁，魯分，金之季，即太陰幽闇也。對乾宮雍州，西方昊天，數七。其星胃昴畢，胃，魯分，畢昴，趙分，金色白，故曰昊天。對兌宮梁州，西南朱天，數二。其星觜參井，觜參，晉分，井，秦分，居火之季，陽色朱也。對坤宮荊州，南方炎天，數九。其星鬼柳星，鬼，秦分也。柳星，周分也。火性炎上，故曰炎天也。對離宮楊州，東南陽天，數四。其星張翼軫，張，周分，翼軫，楚分，木之季，將即太陽，故曰陽天也。對巽宮徐州，此九天亦屬北斗九星之數，故下對九州。炎天數九，屬斗第一樞星，應離宮，對揚州；變天數八，屬斗第二璇星，應艮宮，對兗州；昊天數七，屬斗第三璣星，應兌宮，對梁州；幽天數六，屬斗第四權星，應乾宮，對雍州；鈞天數五，屬斗第五衡星，應中宮，對豫州；陽天數四，屬斗第六開陽星，應巽宮，對徐州；蒼天數三，屬斗第七瑤光星，應震宮，對青州；朱天數二，屬斗第八星，應坤宮，對荊州；元天數一，屬斗第九星，應坎宮，對冀州。屬斗第八、第九二星陰而不見，以其對陰宮也。又郭璞《易占》云：乾一、坤二、震三、巽四、坎五、離六、艮七、兌八。占人及物數皆準此。蓋以父母男女爲坎也。此九宮八卦之數，故以備釋。

**《五行大義·論配五色》**《左氏傳》子産曰：發爲五色。蔡伯喈云：通眼者爲五色。《黄帝素問》曰：草性有五。章爲五色者，東方木爲蒼色，萬物發生，夷柔之色也；南方火爲赤色，以象盛陽炎燄之狀也；中央土黄色，黄者地之色也，故曰：天元而地黄；西方金色白，秋爲殺氣，白露爲霜，白者喪之象也；北方水色黑，遠望黯然，陰闇之象也，溟海淼邈，元闇無窮，水爲太陰之物，故陰闇也。《孝經援神契》言：土之精黄，木之精青，火之精赤，金之精白，水之精黑。《春秋考異郵》云：北狄之氣生幽都，色黑，如羣畜穹閭。南夷之氣生交趾，色赤，聚隅如旛旗鳥類。東夷之氣生萊柱，色蒼，搔擾布散如林木。西夷之氣生沙丘，色白，鋒積如刀刃之浮。中央土會，色黄，如城墩之形，黄氣四塞，土精舒。此五者爲正色，其變色亦五。穎子嚴《春秋釋例》曰：經有赤狄、白狄。然則東青、北黑、中黄皆正色也，土戊畏於木，故以妹己妻甲，以黄入於青，故東方間色綠也。《詩》云：綠兮衣兮。刺間色亂正色也。金庚畏於火，故以妹辛妻於丙，以白入於赤，故南方間色紅。《論語·鄉黨》曰：紅紫不以爲褻服。木甲畏於金，故以妹乙妻庚，以青入於白，故西方間色縹也。火丙畏於水，故以妹丁妻壬，以赤入於黑，故北方間色紫也。孔子曰：惡紫之奪朱也。水壬畏於土，故以妹癸妻戊，以黑入於黄，故中央間色騮黄。《五行書》云：甲爲青，己爲綠，丙爲赤，辛爲紅，庚爲白，乙爲縹，壬爲黑，丁爲紫，戊爲黄，癸爲騮黄。此皆夫爲本色，妻爲雜色也。柳世隆云：八卦各有其色，震爲青，離爲赤，兌爲白，坎爲黑，此皆當方正色。乾爲紫，艮爲紅，巽爲綠，坤爲黄，此並間色也。坤取未土之正色。《甲乙經》云：青如翠羽，黑如烏羽，赤如雞冠，黄如蟹腹，白如豕膏，此五色爲生氣見。青如草滋，黑如木苔，黄如枳實，赤如衄血，白如枯骨，此五色爲死氣見。《相經》曰：青氣初來如麥生，盛王之時如樹葉青，欲去之時如水上苔。赤氣初來如赭柱，盛王之時如朱丹，欲去之時如乾血。黄氣初來如蠶吐絲，盛王之時如博基，欲去之時如枯葉。白氣初來之時如玺壁，盛王之時如粉上光，欲去之時如鮮錢。墨氣初來之時如死馬肝，盛王之時如漆光，欲去之時如苔垢。《禮記》曰：君子縗絰則有衰色，端冕則有敬色，甲胄則有不可犯之色。孔子曰：《大戴禮》云：君子有三色焉，顯然怡樂，鐘鼓之色；意氣沉靜，憂喪之色；忿然競動，兵革之色。《大戴禮·觀人》篇云：人有五性，喜怒欲懼憂。喜氣内畜，雖欲隱，陽喜必見。四氣皆然。五氣在誠乎中，發形於外，人情不可隱也。喜色猶然以出，怒色怫然以侮，欲色慲然以愉，懼色薄然以下，憂悲之色瞿然以靜。盛智必有難盡之色，盛仁必有可尊之色，盛勇必有難攝之色，盛忠必有可親之色，誠潔必有難汙之色，聲真必有可信之色，其質色皓然，因以安；僞色蔓然，亂以煩。夫喜

色則黃，怒色則赤，憂色則青，喪色則白，衰色則黑。此皆五常之色，動於五藏而見於外，隨其善惡、盛衰之應也。君子所觀，故於此釋。

**《五行大義・論配聲音》** 子産曰：章爲五聲。蔡伯喈云：通於耳者爲聲，青作角聲，白作商聲，黑作羽聲，赤作徵聲，黃作宮聲。《律曆志》云：角者觸也，陽氣蠢動，萬物觸地而生也。徵者祉也，萬物大盛蕃祉也。宮者中也，居中央暢四方，唱始施生，爲四聲之經。商者章也，物成章明也。羽者宇也，物藏聚萃宇覆之也。《樂緯》云：春氣和則角聲調，夏氣和則徵聲調，季夏氣和則宮聲調，秋氣和則商聲調，冬氣和則羽聲調。《樂記》曰：宮爲君，故宮亂則荒，其君驕；商爲臣，商亂則陂，其臣壞；徵爲事，徵亂則哀，其事勤；羽爲物，羽亂則危，其財遺。角爲民，角亂則憂，其民怨。五者不亂則天下和平，無弊敗之音。《素問》云：木音角，在聲爲呼；火音徵，在聲爲笑；土音宮，在聲爲歌；金音商，在聲爲哭；水音羽，在聲爲呻。《樂記》曰：樂者，音之所由生，其本在人心之感於物。是故哀心感者，其聲噍以殺；樂心感者，其聲嘽以緩；喜心感者，其聲發以散；怒心感者，其聲粗以厲；貞心感者，其聲直以廉；愛心感者，其聲和以婉。六者非性也。感於物而後動。審聲以知音，審音以知樂，審樂以知政，而治道備矣。故《詩序》曰：聲成文謂之音。治世之音安以樂，其政和；亂世之音怨以怒，其政乖亡；國之音哀以思，其民困。《大戴禮・觀人》篇云：誠在其中，必見諸外，以其見占其隱，以其細占其大。聲象其實，氣初生物，物生有聲，聲有剛柔、清濁、好惡，咸發於聲。故心氣嘽誕者，其聲流散；心氣順信者，其聲順節；心氣鄙戾者，其聲腥酳；心氣寬柔者，其聲溫和。故聖人聽其聲，觀其色，知其善惡。夫獨發者謂之聲，合和者謂之音。《毛詩序》云：聲成文謂之音。故因五聲而有八音。《樂緯》云：物以三成，以五立，三與五如八，故音以八。八音金、石、絲、竹、土、木、匏、革，以發宮、商、角、徵、羽也。金爲鍾，石爲磬，絲爲絃，竹爲管，土爲塤，木爲柷，圉匏爲笙，革爲鼓。鼓主震，笙主巽，柷圉主乾，塤主艮，管主坎，絃主離，磬主坤，鍾主兌。《樂緯汁圖徵》篇云：坎主冬至，宮者君之象，人有君然後萬物成，氣有黃鍾之宮然後萬物調，所以始正天下也，能與天地同儀，神明合德者，則七始八終各得其宜，而天子穆穆，四方取始，故樂用管。艮主立春，陽氣始出，言雷動百里，聖人授民田亦不過百畝，此天地之分，黃鍾之度九而調八音，故聖人以九頃成八家，上農夫食九口，中者七口，下者五口，是爲富者不足以奢，貧者無飢餒之憂，三年餘一年之蓄，九年餘三年之蓄，此黃鍾之所成，以消息之和，故樂用塤。震主春分，天地陰陽分均，故聖王法承天以立五，五均，均者，亦律調五聲之均也，音至衆也，聲不過五，物至蕃也，均不過五，爲富者慮貧，強者不侵弱，智者不詐愚，市無二價，萬物同均，四時當得，公家有餘，恩及天下，與天地同德，故樂用鼓。巽主立夏，言萬物長短各有差，故聖王法承天以法授事焉，尊卑各有等，於士則義讓有禮，君臣有差，上下皆次，治道行，故樂用笙。離主夏至，陽始下，陰又成物，故聖王法承天以法授衣服制度，所以明禮義顯貴賤，明燭其德，卒之以度，則女功有差，男行有禮，故樂用絃。坤主立秋，陽氣方入，陰氣用事，昆蟲首冗欲蟄，故聖王法之授宮室度量，又章制有宜，大小有法，貴賤有老，上下有順，故樂用磬。兌主秋分，天地萬物人功皆以定，故聖王法承天以定爵祿，爵祿者不過其能，宮爲君，商爲臣，商，章也，言臣章明君之功德，尊卑有位，位有物，物有宜，功成者爵賞，功敗者刑罰，故樂用鍾。乾主立冬，陰陽終而復始，萬物死而復蘇，故聖王法承天以制刑法，誅一動千，殺一感萬，使死者不恨，生者不怨，故樂用柷梧。《國語》曰：瓦、絲、琴、瑟尚宮，鍾、金尚羽，石尚角，匏、竹尚徵，革、木尚商。呂以和樂，律以平聲。金、石以動之，絲、竹以行之，歌以詠之，匏以宣之，瓦以贊之，革、木以節之。物得其常曰樂，所奪曰擊，相保曰和，細大不踰曰平。瓦、絲皆大也，故尚宮，子母相應之道。鍾、金尚羽亦然。石尚角者，石，金也，與角爲牝牡相和之義。匏，土也。竹，木也，尚徵亦子母相應也。革、木俱角，尚商亦以牝牡相和也。宮聲和以舒，其和博以柔，動脾；商聲散以明，其和溫以虛，動肺；角聲防以約，其和靜以清，動肝；徵聲敗以疾，其和平以均，動心；羽聲疾以虛，其和短以散，動腎。《黃帝兵決》云：兩敵相當，使人去敵營一百二十步，以管注耳聽之，聞隆隆如車如雷如鼓聲者，宮也，其將寬和有信；聞金石相和，轟轟擊攻，如鍾磬霹靂聲者，商也，其將威怒好殺，宜數忿之；聞如奔馬炎炮掣裂聲者，徵也，其將猛烈勇敢，難與爭鋒；聞肅肅習習如動樹木，如人呼愁愁聲者，角也，其將仁庶不可欺；聞滔滔如流水，揚波激氣相笑聲者，羽也，其將貪冒多奸謀。審此五音以知敵性，候風之聲亦皆如之。此並論音聲之狀，故以備說。

**《五行大義・論配氣味》** 子産云：氣爲五味。鄭元云：通口者爲五

味，通鼻者爲五臭。《禮記・月令》云：春之日，其味酸，其臭羶。木之臭味也。《說文》云：羶者，羊臭。春物氣與羊相類。木所以酸者，象東方萬物之生。酸者，鑽也，言萬物鑽地而出生，五味得酸乃達也。《元命苞》云：酸之言端也。氣始生，專心自端也。《禮記》云：夏之日，其味苦，其臭焦。火所以苦者，南方主長養也，苦者所以長養之，五味須苦乃以養之。《元命苞》云：苦者勤苦，乃能養也。方言苦快也。臭焦者，陽氣蒸動，燎火之氣也。許慎云：焦者，火燒物，有焦燃之氣。夏氣同也。《禮記》云：季夏之日，其味甘，其臭香。土味所以甘者也，中央中和也，甘美也。《元命苞》云：甘者，食常，言安其味也。甘味爲五味之主，猶土之和成於四行也。臭香者，土之鄉氣，香爲主也。許慎云：土得其中和之氣，故香。《禮記》云：秋之日，其臭腥，其味辛。西方，殺氣腥也。許慎云：未熟之氣，腥也。西方金之氣，象此味辛者，物得辛乃萎殺也。亦云故新之辛也，故物皆盡，新物已成，故云新。《元命苞》云：陰害故辛，殺義故辛刺，陰氣使其然也。《禮記》云：冬之日，其味鹹，其臭朽。朽者，水之氣也，若有若無，言氣微也。亦云水者受垢濁，故其臭腐朽也。許慎云：朽爛之氣。北方氣同此。味鹹者，北方物鹹所以堅之也，猶五味得鹹乃堅也。許慎云：鹹者，銜也。《元命苞》云鹹者，鎌。鎌，清也。至寒之氣，故使其清而鹹。鄭元云：五味，醯酸、酒苦、蜜甘、薑辛、鹽鹹。《黃帝甲乙經》言：穀則米甘、麻酸、大豆鹹、麥苦、黍辛。一云稻米辛。菓則棗甘、李酸、栗鹹、杏苦、桃辛；菜則葵甘、韭酸、藿鹹、薤苦、葱辛；畜則牛甘、犬酸、彘鹹、羊苦、雞辛。《本草》云：石則玉甘、金辛、雄黃苦、曾青酸、赤石脂鹹；草則茯苓甘、桂心辛、天門冬苦、五味子酸、元參鹹；蟲則蜚零甘，蛈蝑辛，蛇蚰苦，伊威酸，蜥蜴鹹。藥食之物例多，且舉大略。配五味如此，皆是五行氣所生，氣有偏，故其味則別。總而言之，五穀則芒以配木，散以配火，房以配金，莢以配水，萃以配土。芒，大小麥之屬；散，麋黍之屬；房，胡麻之屬；莢，大小豆之屬；萃，稷粟之屬。芒者，取其鋒芒纖長，象木生出地如鋒芒也。散，舒也，象火氣溫煖，物舒散也。房，方也，象金裁割，體方正也。莢，狹也。象水流長而狹也。萃，聚也。象萬物皆聚於土乃爲用也。五菓則子以配木，核以配火，皮以配金，殼以配水，房以配土。子，梨棕之屬；核，桃李之屬；皮，柑橘之屬；殼，胡桃栗之屬；房，蒲陶之屬。子取其含潤，如水生光潤，子實茂盛。核取其在肉內不堪食，如火陰在內，無所堪容。皮取其厚急，如金氣衰老，物至西方而急縮也。殼取其肉在內堪食，如水陽在內，堪有容納也。房取其結聚，如土物皆聚此。此則總論穀、菓以配五味，則略如前釋。《月令》云：春食麥與羊，麥有孚甲，故屬木，羊，火畜，春氣猶寒，以此安性。夏食菽與雞，菽有孚甲而堅，合於水；雞屬木畜，故爲熱時所食。中央食稷與牛，稷是穀之長，牛是土畜，以其甘和，故象於時。秋食麻與犬，麻屬金，犬亦金畜，故從秋也。冬食黍與豕，黍舒散屬火，豕水畜，兼其水火以爲冬食。此之五食，義有不同。春猶寒食溫，夏方熱食寒，此意可解。苦甘味和，故隨適用，此亦可解。秋冬兩食，此應宜熱，所以不熱，其故何也？若依蔡邕解，直云食味相宜，則無復疑。若依鄭解，則誠未盡。今廣鄭言。少陽、大陽其氣舒散，少陰、大陰其氣斂閉，故河上公解《老子》言：躁氣在上，陽氣伏於下，所以故寒。靜氣在上，陰氣伏於下，所以故熱。人體陰陽義亦如是。春夏舒散，陽氣開發，宜以溫食，用和陰氣；秋冬閉斂，陽氣在內，宜用寒食，以調陽氣。冬兼水火，又異於秋，正以藏閉之時，事甚於秋，故均以水火也。今又取《甲乙》以並鄭義，微有乖張。《甲乙》以羊麥俱苦，皆是火味，鄭元云羊火畜同，以麥屬木，此是取其孚甲之形，用溫還同。《甲乙》以菽醎雞辛，鄭元云：菽合水同。雞屬木異，此取其將旦而鳴，近寅木故，又振羽翼，有陽性也，則是酉鳥，屬金爲實。《甲乙》以麻犬俱酸，鄭以麻犬俱金，酸是木味，用調金氣，以少陽之氣味調少陰之氣，理則可通，金還調金，恐乖和適。《甲乙》以黍辛彘醎，鄭元云彘合水同，黍屬火異，此言黍色赤，性熱，故以爲火，若依鄭意，以如前解。若以《甲乙》、《明堂》、《月令》之意，夏食合冷者，欲令調炎暑鬱毒之氣。冬食亦寒者，去藏中伏熱。春寒用溫，二意不殊。秋以少陽和於少陰，爲有殺氣，故以生味相補，鄭全乖越。《周禮・天官》云：凡和，春多酸，夏多苦，秋多辛，冬多醎，調以滑甘。解有兩家，一云宜從時氣，春食須多酸，過食須多苦。一云多者過也，春食過酸，宜減其酸味；夏食過苦，宜減其醎味，是以後句云調以滑甘。今依前解，四時之味各隨時所當，故逐時醎苦，養體之宜，土既居中，總戴四財，是以四時味兼，須甘味以調之。又云：會膳食之所宜，牛宜稌，羊宜黍，豕宜稷，犬宜粱，鳥宜麥，魚宜菰。

凡君子之食恒放焉。凡藥，酸養骨，苦養氣，甘養肉，辛養筋，醎養脈，此並相扶之義。《河圖》云：人食無極醎，使腎氣盛心氣衰，令人發狂，喜卹吐

血，心神不定。無極辛，使肺氣盛肝氣衰，令人懦怯悲愁，目盲髮白。無極甘，使脾氣盛腎氣衰，使人癡淫泄精，腰背痛，利膿血。無極苦，使心氣盛肺氣衰，令人果敢輕死，欬逆胸滿。無極酸，使肝氣盛脾氣衰，令人穀不消化，喑聲癰固。此五藏相制剋之義。《黃帝養生經》云：酸入肝，辛入肺，苦入心，甘入脾，鹹入腎。病在筋無食酸，病在氣無食辛，病在骨無食鹹，病在血無食苦，病在肉無食甘。口嗜而飲食之，不可多也，必自賊也，故名五賊。又云：肝病禁辛，心病禁鹹，脾病禁酸，肺病禁苦，腎病禁甘。此皆所惡之味，故禁。又云：肺病宜食糯米飯、牛肉、棗、葵、心病宜食麥、羊肉、杏、薤，腎病宜食大豆、黃黍、彘肉、藿，肝病宜食麻、犬肉、李、韭，脾病宜食雞肉、桃、黍、蔥。此五宜食者，肝心腎三藏實，故各以其本味補之；脾肺虛，故以其子母相養者也。《春秋潛潭巴》云：五味生五藏者，鹹生肝，酸生心，苦生脾，甘生肺，辛生腎。《養生經》云：肝色青，宜食鹹，稻米、牛肉、棗。心色赤，宜食酢、犬肉、李。肺色白，宜食甘，麥、羊肉、杏。脾色黃，宜食苦，大豆、豕肉、栗。腎色黑，宜食辛，黍、雞肉。此五食皆以所生，能養其子也。又云：五味之入口也，各有所走，各有所病。酸走筋，多食之令人癃；鹹走血，多食之令人渴；辛走氣，多食之令人洞心；苦走骨，多食之令人變；甘走皮，多食之令人惡心。辛散，酸收，甘緩，苦堅，鹹濡。五穀爲養，五菓爲助，五畜爲益。氣味合而服之，隨四時五藏所宜也。又云：人黃色宜甘，青色宜酸，黑色宜鹹，赤色宜苦，白色宜辛。此皆依本體能宜。《家語》曰：食水者善游能寒，食土者無心不息，食木者多力不治，食草者善走而愚。食桑者有緒爲蛾，食肉者勇敢，食氣者神明而壽，食穀者惠巧，不食者不死而神。此皆氣味之類，故附而述之。五味所解，例多不舉，語經所明可解者如此。

**《五行大義・論配藏府》** 藏府者，由五行六氣而成也。藏則有五，稟自五行，爲五性；府則有六，因乎六氣，是曰六情。情性及氣別於後解，今論藏府所配合義。五藏者，肝、心、脾、肺、腎。六府者，大腸、小腸、膽、胃、三焦、膀胱也。肝以配木，心以配火，脾以配土，肺以配金，腎以配水。膀胱爲陽，小腸爲陰，膽爲風，大腸爲雨，三焦爲晦，胃爲明。故《杜子春秋》醫和云：陰淫寒疾，陽淫熱疾，風淫末疾。

雨淫腹疾，晦淫惑疾，明淫心疾。藏者以其藏於形體之內，故稱爲藏。亦能藏受五氣，故名爲藏。府者以其傳流受納，謂之曰府。《白虎通》云：肝之爲言犴也。脾之爲言費也，情動得序也。心之爲言任也，任於思也。腎之爲言賓也，以竅寫。脾之爲言辨也，所以精稟氣也。《元命苞》云：脾者弁也。心得之而貴，肝得之而興，肺得之而大，腎得之以化。肝仁、肺義、心禮、腎智、脾信。肝所以仁者何？肝，木之精，仁者好生，東方者陽也，萬物始生，故肝象木色青而有柔。肺所以象金色白而有剛。心所以禮者何？心者火之精，南方尊陽在上，卑陰在下，禮有尊卑，故心象火色赤而光。腎所以智者何？腎水之精，智者進而不止，無所疑惑，水亦進而不惑，故腎象水，色黑水陰，故腎雙。脾所以信者何？脾，土之精，土主信，任養萬物爲之象，生物無所私，信之至也，故脾象土，色黃。翼奉云：肝性靜，甲己主之；心性躁，丙辛主之；脾性力，戊癸主之；肺性堅，乙庚主之；腎性敬，丁壬主之。許慎《五經異義》《尚書》夏侯、歐陽說云：肝木，心火，脾土，肺金，腎水。此與前同。古文《尚書》說云：脾木，肺火，心土，肝金。此四藏不同。案《體記・月令》云：春祭以脾，夏祭以肺，季夏祭以心，秋祭以肝，冬祭以腎。皆五時自相得，則古《尚書》是也。鄭元駁曰：此文異事乖，未察其本意。《月令》五祭皆言先無言後者，凡言先有事之辭，春祀戶，其祭也先脾後腎；夏祀竈，其祭也先肺後心肝；季夏祀中霤，其祭也先心後肺；秋祀門，其祭也先肝後心肺；冬祀行，其祭也先腎後脾。凡此之義，以四時之位、五藏之上下次之耳，冬位在後而腎在下，夏位在前而肺在上，春位小前故祭先脾，秋位小卻故祭先肝。肝、腎、脾俱在鬲下，肺、心俱在鬲上，祭者必三，故有先後焉。此義不與行氣同也。《八十一問》云：五藏俱等，心肺獨在鬲上何？對曰：心主義，肺主血，血行脈中，氣行脈外，相隨上下，故曰營衛，故令心肺在鬲上也。《甲乙經》云：黃帝問岐伯曰：人有五藏，藏有五變。肝爲牡藏，其色青，其時春，其日甲乙；心爲牡藏，其色赤，其時夏，其日丙丁；脾爲牝藏，其色黃，其時季夏，其日戊己；肺爲牝藏，其色白，其時秋，其日庚辛；腎爲牝藏，其色黑，其時冬，其日壬癸。《素問》曰：肝者鬼之所居，陰中之小陽，故通春氣；心者生之本，神之所處，爲陽中之大陽，故通夏氣；脾者倉廩之本，名曰興化，能化糟粕，轉味出入，至陰之類，故通土氣；肺者氣之本，魄之所處，陽中之少陰，故通秋氣；腎者主蟄，封藏之本，精之所處，陰中之太陰，故通冬氣。又云：春無食肝，夏無食心，季夏無食脾，秋無食肺，冬無食腎。《周禮》：疾醫掌養萬人之疾病者，以肝爲

木、心爲火、脾爲土、肺爲金、腎爲水，則疾多瘳，反其術則死。《月令》中霤之禮，以陰陽進退爲次。《白虎通》及《素問》醫治之書，用行實爲驗，故其所配是也。《白虎通》又云：木所以浮，金所以沉者何？子生於母義。肝以沉，肺以浮何？有知者尊其母也。一說云：甲木畏金以乙妻庚，受庚之化。木法其本，直甲故浮；肝法其化，直乙故沉。庚金畏火以辛妻丙，受丙之化，金法其本，直庚故沉；肺法其化，直辛故浮。河上公注《老子》云：肝藏魂，肺藏魄。心藏神，腎藏精，脾藏志，五藏盡傷則五神去矣。《道經義》云：魂居肝，魄在肺，神處心，精藏腎，志託脾。此與《素問》同。魂爲木氣，神爲火氣，志爲土氣，魄爲金氣，精爲水氣。魂通於目，神通於舌，志通於口，魄通於鼻，精通於耳。《甲乙經》云：鼻爲肺之官，目爲肝之官，口唇爲脾之官，舌爲心之官，耳爲腎之官。故肺病喘息鼻張，肝病目閉皆青，脾病口唇黃乾，心病舌卷短、顏赤，腎病權與顏黑黃、耳聾。此名五官，相書亦名五候。以鼻人中爲一官，主心，餘並同。候者，以五藏善惡色出五官，可占候吉凶也。鼻人中，猶是口之分也。《孝經援神契》云：肝仁，故目視；肺義，故鼻候；心禮，故耳司；腎信，故竅寫；脾智，故口誨。《元命苞》曰：目，肝使，肝氣仁而外照。《管子》曰：脾發爲鼻，肝發爲目，腎發爲耳，肺發爲口，心發爲下竅。道家《太平經》云：肝神不在目無光明，心神不在唇青白，肺神不在鼻不通，腎神不在耳聾，脾神不在舌不知甘味。又一說云：目主肝，耳主腎，鼻主心，舌主脾，口主肺。肝腎二藏，諸經並同。肝主目者，肝，木藏也，木是陽，東方顯明之地，眼目亦光顯照了，故通乎目。道家《太式經》云：天曰洞視，主目，目主肝。天，陽也，肝亦陽，目精明亦陽。目光顯見，兼有常法，如日陽精無缺而明也。腎主耳者，腎水藏木，陰也，北方陰暗之地，耳能聽聲，聲是陰微之象，故通乎耳。《太式經》曰：地曰洞聽，主耳，耳主腎。地，陰也，耳法虛則納聲。水主虛，陰主虛，陰主幽陰。聲又非恒，如月盈虛也。脾、心、肺三藏及候，各有異說。《甲乙》以鼻應肺，道家以鼻應心，《管子》以鼻應脾。《甲乙》應肺者，鼻以空虛納氣，肺亦虛而受氣故也。道家鼻主心者，陽也。《老子經》云：天以五行氣，從鼻入，藏於心。鼻以空通出入息，高象天，故與天通而氣藏於心。《管子》以脾是土，鼻在面之中，故爲其候。《甲乙》以脾應口，道家以肺應口，與《管子》同。《甲乙》以脾應口者，口是出納之門，脾爲受盛之所，口能論說，脾能消化，故以相通。道家以肺應口者，肺，金也，金能斷割，口有牙齒，亦能決斷，是金象也。《管子》之意恐亦然也。《甲乙》以舌應心，道家以舌應脾，《管子》以心應下竅。《甲乙》以舌應心者，凡資身養命莫過五味，辨了識知莫過乎心。五味之入，猶舌知之。萬事是非，猶心鑒之。心欲有陳，舌必言之，故心應舌。道家以舌應脾者，脾者陰也。《老子經》云：地飴人以五味，從口入，藏於胃。舌之所納則有津實，地體既是質實，品味皆地所產，故舌與地通也。《管子》心應下竅者，以心能分別善惡，故通下竅，除滓穢也。五藏候在五官。口舌二官共在一處，餘不共者，口是脾候，脾，土也；舌是心候，心，火也；共處者，土寄治於火鄉也。舌在口內者，火於五行不常見也，須之則有，不用則隱，如舌在口內，開口即見，閉口則藏，又心爲身之主貴，故在內也。土王四季，故曰四合也。《甲乙》《素問》是診候之書，故從行實而辨，《道經》《管子》各以一家之趣。六府者，《河圖》云：肺合大腸，大腸爲傳道之府。心合小腸，小腸爲受盛之府。肝令膽，膽爲中精之府。脾合胃，胃爲五穀之府。腎合膀胱，膀胱爲津液之府。三焦孤立，爲內瀆之府。《甲乙》《素問》說同。大腸爲傳道之府者，肺通於鼻，鼻出入氣，大腸傳道五穀氣之道，故爲其府。小腸爲受盛之府者，心通於舌，舌進五味，小腸納之，故爲受盛之府也。膽爲中精府者，肝通於目，目是精明之物，又精神之主，故曰爲中精府也。胃爲五穀府者，脾通於口，口入五穀而胃受之，故爲其府。膀胱爲津液之府者，腎是水藏，膀胱空虛受水，水清氣則爲津液，濁氣則爲涕唾，故以爲其府。三焦爲中瀆府者，五藏各合一府，三焦獨無所合，故曰孤立，處五藏之中，通上下行氣，故爲中瀆府也。五藏而有六府，亦如六氣因五行生也，又如五性生六情也。《素問》云：皮應大腸，其榮毛，主心。脈應小腸，其榮色，主腎。筋應膽，其榮爪，主肺。肉應胃，其榮唇，主肝。腠理毫毛，應三焦膀胱，其榮髮，主脾。皮應大腸，其榮毛，主心者，心是身之君，皮是身之城墉，毛是身之羽衛，大腸是氣之道路也，故並相通。心是火藏，大腸是金府，故以配焉，丙辛之所主也。脈應小腸，其榮色，主腎者，腎，水也，脈是血之溝渠，通流水氣，色是人之光采，血氣若盛則榮我壯悅，血氣若衰則容顏枯悴。腎爲水藏，小腸既受盛，容著水氣，又是火府，故以配之，丁壬所主也。筋應膽，其榮爪，主肺者，筋是皮內之剛強也，爪是皮外之剛利，肺是金藏，有剛精之性，又是木府，故以相配，乙庚所主也。肉應胃其榮唇主肝者，胃能消化五穀，精氣爲肉，五穀從口而入，故榮

潤在唇。肝是木之藏，仁而能生。胃是土府，故以相配，甲己所主也。腠理毫毛，應在三焦膀胱，其榮髮，主脾者，毫毛因籍津潤，腠理本自開通，脾受資味之所，因資味而得津潤開通，因津潤開通而生毛髮。《書》云：髮是血之餘，脾是土之藏，三焦膀胱並爲水之府，故以相配，戊癸所主也。脾配二府，餘四藏各配一府者，脾是土藏，土爲君道，君即陽也，陽數一故，藏不二也；三焦膀胱並是水府，水爲臣道，臣即陰也，陰數偶，故府有二也。《管子》曰：脾生骨，腎生筋，肺生革，心生肉，肝生爪髮。《元命苞》云：肝生筋脾生骨者，脾，土也，土能生木，骨是身之本，如木立於地上，能成屋室，故脾生之。腎生筋者，筋是骨之經絡，脈以流注，筋以相連節，並通血氣腎水故生之。肺生革者，肺，金也，金能裁斷，革亦限斷，故肺生之。心生肉者，心，火也，肉是身之土地，故心生之。肝生爪髮者，肝，木也，爪是骨之餘，髮是血之餘，皆水木之氣，故肝生之。《元命苞》云：以肝生筋，亦水氣之義，筋有枝條，象於木也。《河圖》云：仁慈惠施者，肝之精，悲哀過度則傷肝，肝傷則令目視芒。禮操列真，心之精，喜怒激切傷心，心傷則疾劒吐逆。和厚篤信者，脾之精，縱逸貪嗜則傷脾，脾傷則畜積不化，致否結之疾。義惠剛斷，肺之精，患憂憤勃則傷肺，肺傷則致欬逆失音。智辨謀略，腎之精，勞欲憤滿則傷腎，腎傷則喪精損命。此豈直違五常而損年命，亦破六情以亡家國也。至如桀紂兩帝，並貪縱而喪其邦；梁竇二臣，亦皆奢逸而傾其家。雖彭子以色延命，齊王因怒祛病，如此異轍，皆有調節之宜。節之則四大獲家，縱之則五藏成患。《素問》云肝者爲將軍之官，謀慮出焉；心者爲君主之官，神明出焉；脾者倉廩之官，五味出焉；肺者相傅之官，治節出焉；腎者作強之官，伎巧出焉。肝者爲將軍之官謀慮出者，木性仁，仁者必能深思遠慮，恒欲利安萬物；將軍爲行兵之主，必以謀慮爲先，故《兵書》曰：兵以仁舉則無不從得之，以仁分別無不從悅。又曰：將無謀則士卒憂，將無慮則士卒去。故肝爲將軍出謀慮也。心爲主守之官，神明出者，火，南方，陽光暉，人君之象。神爲身之君，如君南向以治。《易》以離爲火，居大陽之位，人君之象。人之運動，情性之作莫不由心，故爲主守之官，神明所出也。脾爲倉廩之官，五味出者，萬物生則出土，死亦歸之。五穀之入，脾以受之，故五味之出亦由於此也。肺爲相傅之官，治節出者，金能裁斷，相傅之任，明於治道，上下順教皆有禮節，肺於五藏亦治節所生。《樂緯》云：商者，章也。臣章明君德，以齊上下。相傅，腎所由也。腎爲作強之官，伎巧出者，水性是智，智必多能，故有伎巧，巧則自強不息也。《八十一問》曰：藏各有一，腎獨兩者，何也？左者腎，右者命門。命門者，精神之所會也。《河圖》云：肝、心出左，脾、肺出右，腎與命門並出尺部，此脈候也。問曰：前解云腎陰故雙，今言左腎、右命門，此豈不自乖張乎？答曰：命門與腎名異形同。水藏則體質不殊，故雙。主陰數爲名則左右兩別，故各有所主。猶如三焦、膀胱俱是水府，不妨兩號。《老子經》及《素問》云：心藏神者，神以神明照了爲義，言心能明了萬事。神是身之君，象火，已如前解。腎藏精者，精以精靈叡智爲稱，亦是精智氣，腎，水，智巧，故精藏焉。脾藏志者，志土主總四行，多所趣向，志以心願趣向爲目，故藏於脾。肝藏魂者，魂以運動爲名，肝是少陽，陽性運動，木性仁，故魂亦主善，故藏於肝焉。肺藏魄者，魄以相著爲名，肺爲少陰，陰性恬靜，金主殺，魄又主惡，故以藏之。五藏所主，乃以神、精、志、魂、魄五種，就陰陽論，唯有二別，陽曰魂，陰曰魄。《河上公章句》云：五氣清微爲精神，聽明，音聲，五性，其鬼曰魂，魂者雄也，主出入於鼻，與天通。五味濁濘爲形骸，骨宍，血脈，六情，其鬼曰魄，魄者雌也，出入於口，與地通。《家語》曰：宰我問孔子曰：聞鬼神之名而不知其所謂。孔子曰：人生有氣。魂氣者，神之盛也；魄氣者，鬼之盛也。人生有死，死必歸土，此謂之鬼；魄氣歸乎天，此謂之神。合鬼與神而享之，教之至也。骨肉斃乎下，化爲野土，其氣發揚乎上，此神之著也。聖人因人物之情而明命鬼神，以爲民則。燔燎羶薌，所以報氣也；薦黍稷、脩肺肝，加以鬱鬯，所以報魄也。《漢書・五行志》云：人命終而形藏，精神散越。聖人爲之宗廟以收魂氣，春秋祭祀以修孝道。《尸子》曰：鬼，歸也。古者謂死人爲歸人。《淮南子》曰：人精神者天之有也，骸骨者地之有也。精氣入其門而骸骨反其根。又云：天氣爲魂，地氣爲魄。《禮記・郊特牲》云：凡祭愼諸此。魂氣歸乎天，形魄歸乎地，故祭，求諸陰陽之義。故氣之清者曰神，即陽魂也；氣之濁者曰鬼，即陰魄也。延陵季子葬其子於嬴博之間，云骨宍歸乎土，命也。魂氣無不之。《越記》云：王問范子曰：寡人聞失其魂魄者死，得其魂魄者生也。物皆有之，將人乎？范蠡對曰：魄者囊也，魂者生氣之源。又云：魂者生氣之精，魄者死氣之舍。《韓詩》云：溱洧有二水，三月上巳，鄭國常於此水上招魂續魄。《左傳》昭二十五年，宋公讌飲，使昭子叔右坐，語相泣，樂祁

子曰：今君與子叔皆死乎？心之精爽是謂魂魄，魂魄去之，何以能久。此並明人身有魂魄二別。《老子經》云：魂藏肝，魄藏肺者，魂既屬天，天氣爲陽，陽主善，尚左，居肝，在東方，木位；魄既屬地，地氣爲陰，陰主惡，尚右，故居肺，在西方，金位。《老子》云：吉事尚左，凶事尚右。亦云五氣藏於心，五味藏於胃者，此論氣則是陽，以藏受之，心爲火藏，陽氣所處；味則是陰，以府受之，胃爲五穀之府，味之所以處。心主精神，胃主受納，不乖魂魄陰陽之理。又云：魂有三，魄有七者，陽數奇，陰數偶，奇數始終一，一則元氣，魂雖是陽，非曰元始，一後次三，故魂數三。又云因天地二氣合而生人，人又一氣，三材各一氣，故魂有三。陰數二，二亦陰之始，魄雖是陰，又非元始，次二後四，陰不孤立，必資於陽，就魂之三合而成七。又一解云魂在東方，取震數三；魄居西方，取兌數七。三魂七魄合而爲十，是應天五行地五行，兩五合爲十，共成人也。五是天五氣，地五味也。《春秋緯》云：人感十而生，故十月方生也。又云有六魂者，此乃道家《三皇經》以五藏神爲五魂，六府神爲六魄，此亦五行六氣之義也。魂魄人之本，既配府藏，故釋之。《甲乙》云：魂屬精，魄屬神。

**《化書・五行相濟相伐》** 道德者，天地也；五常者，五行也。仁發生之謂也。故君於木義，救難之謂也。故君於金禮，明白之謂也。故君於火智，變通之謂也。故君於水信，慤然之謂也。故君於土，仁不足則義濟之，金伐木也。義不足則禮濟之，火伐金也。禮不足則智濟之，木伐火也。智不足則信濟之，土伐水也。始則五常相濟之業，終則五常相伐之道，斯大化之往也。

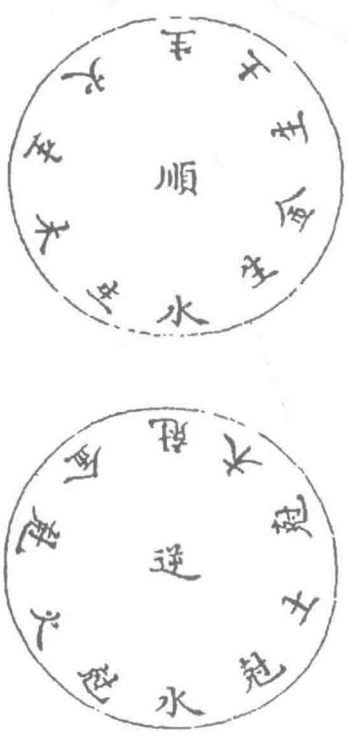
**《張子正蒙・參兩篇》** 木曰曲直，能既曲而反申也。金曰從革，一從革而不能自反也。水火氣也，故炎上潤下，與陰陽升降，土不得而制焉。木金者，土之華實也，其性有水火之雜，故木之爲物，木漬則生火，然而不離也。蓋得土之浮華，於木火之交也。金之爲物，得火之精於土之燥，得水之精於土之濡，故水火相待而不相害，鑠之反流而不耗，蓋得土之精，實於水火之際也。土者，物之所以成，始而成終也，地之質也，化之終也。水火之所以升降物，兼體而不遺者也。

**《臨川先生文集・洪範傳》** 五行，天所以命萬物者也。故初一曰：五行五事。人所以繼天道而成性者也。故次二曰：敬用五事。五事人君所以修其心，治其身者也。修其心治其身，而後可以爲政於天下。故次三曰：農用八政。爲政必協之歲月、日、星、辰曆數之紀。故次四曰：協用五紀。既協之歲、月、日、星、辰、曆數之紀，當立之以天下之中。故次五曰：建用皇極。中者，所以立本而未足以趣時，趣時則中不中無常也，唯所施之宜而已矣。故次六曰：乂用三德。有皇極以立本，有三德以趣時，而人君之能事具矣。雖然天下之故，猶不能無疑也。疑則如之，何謀之人，以盡其智謀之鬼神，以盡其神而不專用己也。故次七曰：明用稽疑，雖不專用己而參之於人物鬼神，然而反身不誠不善，則明不足以盡人物，幽不足以盡鬼神，則其在我者，不可以不思在我者，其得失微而難知，莫若質諸天，物之顯而易見且可以爲戒也。故次八曰：念用庶證。自五事至於庶證，各得其序則五福之所集。自五事至於庶證，各失其序則六極之所集。故次九曰：嚮用五福，威用六極。敬者何君子所以直內也。言五事之本在人心而已，農者何厚也？言君子之道，施於有政，取諸此以厚彼而已。有本以保常而後可立也。故皇極曰：建有變以趣時而後可治也。故三德曰：乂嚮者，慕而欲其至也。威者，畏而欲其亡也。五行一曰水，二曰火，三曰木，四曰金，五曰土。何也？五行也者，成變化而行鬼神，往來乎天地之間而不窮者也。是故謂之行。天一生水，其於物爲精。精者，一之所生也。地二生火，其於物爲神。神者，有精而後從之者也。天三生木，其於物爲魂，魂從神者也。地四生金，其於物爲魄，魄者，有魂而後從之者也。天五生土，其於物爲意，精神魂魄具而後有意，自天一至於天五，五行之生數也。以奇生者成而耦，以耦生者成而奇，其成之者皆五。五者，天數之中也。蓋中者所以成物也。道立於兩，成於三，變於五，而天地之數具其爲十也，耦之而已。蓋五行之爲物，其時其位，其材其氣，其性其形，其事其情，其色其聲，其臭其味，皆各有耦。推而散之，無所不通。一柔一剛，一晦一明，故有正有邪，有美有惡，有醜有好，有凶有吉，性命之理，道德之意，皆在是矣。耦之中又有耦焉，而萬物之變，遂至於無窮。其相生也，所以相繼也，其相克也，所以相治也，語器也以相治。故序六府以相克，語時也以相繼。故序盛德，所在以相生。《洪範》語道與命，故其序與語器與時者異也。道者，萬物莫不由之者也。命者，萬物莫不聽之者也。器者道之散，時者命之運。由於道聽於命，而不知者百姓也。由於道聽於命，而知之者君子也。道萬物而無所由，命萬物而無所聽，唯天下之至

神，爲能與於此夫。火之於水，妻道也。其於土，母道也。故神從志，無志則從意，志致一之謂精，唯天下之至精，爲能合天下之至神，精與神一而不離，則變化之所爲，在我而已。是故能道萬物而無所由，命萬物而無所聽也。水曰潤下，火曰炎上，木曰曲直，金曰從革，土爰稼穡，何也？北方陰極而生寒，寒生水。南方陽極而生熱，熱生火。故水潤而火炎，水下而火上。東方陽動以散而生風，風生木。木者，陽中也。故能變，能變故曲直。西方陰止以收而生燥，燥生金。金者，陰中也。故能化，能化故從革。中央陰陽交而生濕，濕生土。土者，陰陽沖氣之所生也。故發之而爲稼，斂之而爲穡者，所以命其物。爰者言於之稼穡而已。潤者，性也。炎者，氣也。上下者位也，曲直者形也，從革者材也，稼穡者人事也。冬物之性復，復者性之所。故於水言其性。夏物之氣交，交者，氣之時。故於火言其氣，陽極上，陰極下，而後各得其位。故於水火言其位，春物之形著，故於木言其形。秋物之材成，故於金言其材。中央人之位也，故於土言人事。水言潤則火燥，土潟木敷金斂，皆可知也。火言炎則水洌，土烝、木溫、金清，皆可知也。水言下，火言上，則木左金右，土中央，皆可知也。推類而反之，則曰後，曰前，曰西，曰東，曰北，曰南，皆可知也。木言曲直，則土圜、金方、火銳、水平，皆可知也。金言從革，則木變、土化、水因、火革，皆可知也。土言稼穡，則水之井洫，火之爨冶，木、金之爲械器，皆可知也。所謂木變者何？灼之而爲火，爛之而爲土，此之謂變。所謂土化者何？能燠、能潤、能敷、能斂，此之謂化。所謂水因者何？因甘而甘，因苦而苦，因蒼而蒼，因白而白，此之謂因。所謂火革者何？革生以爲熟，革柔以爲剛，革剛以爲柔，此之謂革。金亦能化，而命之曰從。革者何？可以圜，可以平，可以銳，可以曲直，然非火革之則不能自化也，是故命之曰從，革也。夫金，陰精之純也，是其所以不能自化也。蓋天地之用五行也，水施之，火化之，木生之，金成之，土和之。施生以柔，化成以剛，故木撓而水弱，金堅而火悍。悍堅而濟以和，萬物之所以成也。奈何終於撓弱而欲以收成物之功哉。潤下作鹹，炎上作苦，曲直作酸，從革作辛，稼穡作甘何也？寒生水，水生鹹，故潤下作鹹。熱生火，火生苦，故炎上作苦。風生木，木生酸，故曲直作酸。燥生金，金生辛，故從革作辛。濕生土，土生甘，故稼穡作甘。生物者氣也，成之者味也。以奇生則成而耦，以耦生則成而奇。寒之氣堅，故其味可用以耎。熱之氣耎，故其味可用以堅。風之氣散，故其味可用以收。燥之氣收，故其味可用以散。土者，沖氣之所生也。沖氣則無所不和，故其味可用以緩而已。氣堅則壯，故苦可以養氣。脈耎則和，故鹹可以養脈。骨收則強，故酸可以養骨。筋散則不攣，故辛可以養筋。肉緩則不壅，故甘可以養肉。堅之而後可以耎，收之而後可以散。欲緩則用甘，不欲則弗用也。古之養生治疾者，必先通乎此，不通乎此而能已人之疾者蓋寡矣。五事：一曰貌，二曰言，三曰視，四曰聽，五曰思。貌曰恭，言曰從，視曰明，聽曰聰，思曰睿。恭作肅，從作乂，明作哲，聰作謀，睿作聖何也？恭則貌欽故作肅，從則言順故作乂，明則善視故作哲，聰則善聽故作謀，睿則思，無所不通故作聖。五事以思爲主而貌最其所後也，而其次之如此何也？此言修身之序也，恭其貌，順其言，然後可以學而至於哲，既哲矣然後能聽，而成其謀。能謀矣然後可以思而至於聖。思者，事之所成。終而所成始也。思所以作聖也，既聖矣則雖無思也，無爲也，寂然不動，感而遂通天下之故可也。

**《張行成元包數義・五行配八卦》** 五行之數，五十有五。自三十六言之，五行盈於八卦，十九當閏數之物；自七十二言之，八卦盈於五行，十七當運數之氣。以八歸五，氣類相從，則乾兌爲金，坤艮爲土，震巽爲木，坎爲水，離爲火，吉凶順逆，占法由生，故曰：三十有六，取數於乾坤，五行八卦，同符合契。

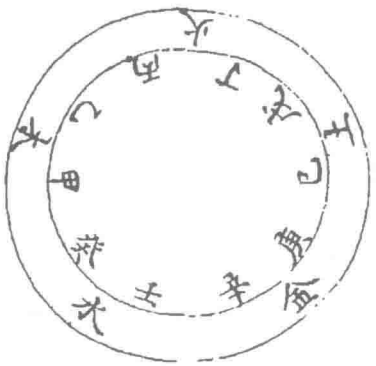
**《素問入式運氣論奧・論五行生死順逆》**




**五行生死順逆之圖**

五行相生相尅，其理昭然。十干十二支，五運六氣，歲月日時皆自此立，更相爲用，在天則爲氣，寒、暑、燥、濕、風。在地則成形，金、木、水、火、土，形氣相感而化生萬物，此造化生成之大紀也。原其妙用，可謂無窮矣。木主於東應春，木之爲言觸也，冒也。陽氣觸動，冒地而生也。水流趍東以生木也，木上發而覆下，乃自然之質也。火主於南應夏，火之爲言化也，燬也。陽在上，陰在下，燬然盛而變化萬物也。鑽木作火，木所生也。然火無正體，體本木焉。出以應物，盡而復入，乃自然之理也。金主於西，應秋，金之爲言，禁也。陰氣始禁止，萬物而斂斂，披沙揀金，土所生也。生於土而別於土，乃自然之形也。水主於北應冬，水之爲言，潤也。陰氣濡潤，任養萬物也。水西而東，金所生也。水流曲折，順下而達，乃自然之性也。土主於中央，兼位西南，應於長夏，土之爲言吐也，含吐萬物，將生者出，將死者歸，爲萬物家，故長於夏末，火所生也。土或勝水，水乃反一，自然之義也。其相尅者，子皆能爲母復讎也。木尅土，土之子金反尅木，木之子火反尅金，金之子水反尅火，火之子土反尅水，水之子木反尅土也。互能相生乃其始也，互能相尅乃其終也，皆出乎天之性也。強可攻弱，土得木而達，實可勝虛；水得土而絕，陰可消陽；火得水而滅，烈可敵剛；金得火而缺，堅可制柔；木得金而伐。故五者流行而更轉，順則相生，逆則相尅，如是則各各爲用，以成其道而已。

《素問入式運氣論奧・論十干》




十干之圖

天氣始於甲干，地氣始於子支者，乃聖人究乎陰陽重輕之用也。著名以彰其德，立號以表其事，由是子甲相合，然後成其紀。遠可步於歲而統六十年，近可推於日而明十二時。歲運之盈虛，氣令之早晏，萬物生死，將今驗古，咸得而知之。非特是也，將攷其細，而知人未萌之禍福，明其用而察病向往之死生，則精微之義可謂大矣哉。是以東方甲乙，南方丙丁，西方庚辛，北方壬癸，中央戊己，五行之位也。蓋甲乙其位木，行春之令。甲乃陽內而陰尚包之，草木始甲而出也。乙者陽過中，然未得正，方尚乙屈也。又云：乙，軋也，萬物皆解孚甲，自抽軋而出之。丙丁其位火，行夏之令。丙乃陽上而陰下，陰內而陽外，丁陽其強，適能與陰氣相丁。又云：丙，炳也。萬物皆炳然著見而強也。戊己其位土，行周四季。戊，陽土也，萬物生而出之，萬物伐而入之。己，陰土也，無所爲而得己者也。又云：戊，茂也。己，起也。土行四季之末，萬物含秀者，抑屈而起也。庚辛其位金，行秋之令，庚乃陰干陽，更而續者也。辛乃陽在下，陰在上，陰干陽極於此。庚，更故也。而辛，新也。庚辛皆金，金味辛，物成而後有味。又云：萬物肅然更茂實新成。壬癸其位水，行冬之令。壬乃陽，既受胎陰壬之，乃陽生之位，壬而爲胎，與子同意。癸者，揆也。天令至此，萬物閉藏，懷妊於其下，揆然萌芽，天之道也，以爲日名焉。故經曰：天有十日，日六竟而周甲者此也，乃天地之數，故甲、丙、戊、庚、壬爲陽，乙、丁、己、辛、癸爲陰，五行各一陰一陽，故有十日也。

《素問入式運氣論奧・論十二支》

十二支圖

清陽爲天，五行彰而十干立；濁陰爲地，八方定而十二支分運。移氣遷歲，歲而盈虛，應紀上升下降，物物則變化可期，所以支干配合，共臻妙用矣。子者，北方，至陰寒水之位，而一陽肇生之始。故陰極則陽生，壬而爲胎，子之爲子，此十一月之辰也。至丑，陰尚執而紐之。又丑，陰也，助也。謂十二月終始之際，以結紐爲名焉。寅，正月也。陽已在上，陰已在下，人始見之時，故律管飛灰以候之，可以述事之始也。又寅，演也，津也，謂物之津塗。卯者，日升之時也。又卯，茂也。言二月陽氣盛而孳茂。辰者，陽已過半，三月之時，物盡震而長。又謂：辰，言震也。巳者，四月正陽而無陰也。自子至巳。陽之位，陽於是當又巳起也，物畢盡而起。午者，陽尚未屈，陰始生而爲主。又云：午，長也，大也，物至五月，皆滿長大矣。木六月，木已重而成矣。又云：未，味也，物成而有味，與辛同意。申者，七月之辰，申陽所爲而已，陰至於申，則上下通而人始見白露，葉落乃其候也，可以述陰事以成之。又云：申，身也，言物體皆成。酉者，日入之時，乃陰正中八月也。又云：酉，綸也，萬物皆綸縮收斂。九月戌，陽未既也。然不用事，潛藏於戌土中，乃乾位，戌爲天門故也。又云：戌，滅也，萬物皆衰滅矣。十月亥，純陰也，又亥，劾也。言陰氣劾殺萬物，此地之道也，故以此名月焉。甲之干，乃天之五行，一陰一陽言之。子之支，以地方隅言之。故子、寅、午、申爲陽，卯、巳、酉、亥爲陰，土居四維，王在四季之末，土有四辰。戌爲陽，丑未爲陰，故其數不同也。合而言之，十配十二，共成六十日，復六六而成歲。故經曰：天以六六之節，以成一歲，此之謂也。十二支，亦曰十二律，亦曰十二辰，其辰有屬者，乃位中所臨，二十八宿之主星禽也。故當其生與宿之禽，同爲所屬故也。而星禽又有正副焉，如尾火虎，箕水豹，皆在寅，亢金龍，角木蛟，皆在辰。虎龍爲正，餘皆此例。火虛金龍者，又以七曜紀之，今所謂密。日者，乃七曜之名號，以大陽直日則日密，是隨日宿而言也，二者雖於《素問》無所明，亦陰陽之奧義，故隨文畧以舉之爾。

## 《素問入式運氣論奧・論納音》

納音之圖

十干十二支相承，共成六十日，乃天地之紀，符會以統日焉，甲東方，春始生，爲時之長子。北方陽始生，爲氣之先，則甲子爲首，而乙丑次之。然辰之中，交相參同，則五行互以臨遇，無一專致其統矣。又有納音之法，乃旋相爲宮之法也，正與律呂之用同。而一辰之中，又含五音，十二辰，共納六十音也。謂如子之一辰，甲子金，丙子水，戊子火，庚子土，壬子木是也。按《漢志》同類娶妻，隔八生子者，此納音法也。同類娶妻謂：甲陽之干，子陽之辰，上下相臨，皆陽則亢而無以兆其和，故娶乙丑爲妻，乙丑干辰皆陰也，餘位並同，隔八生子。謂：甲子前八位下生壬申，金又隔八，生庚、辰，金三位，然後左行向火，至火依前隔八生火，火三下生而後至木，木三下生而後至水，水三下生而後至土，土三下生而後至金，乃爲一周。復自甲午上生金，依次而轉，然隔八生子，則除上下兩位而言也。隔八非第八也。若自甲子至癸酉，通數之乃共十矣，此周甲之氣耳。納音之所以金先者，謂五行之中唯金有聲，鑄而爲器，則音聲彰矣。《白虎通》曰：鐘兌音也，感之於人則成肺，亦爲五藏先。以主音聲，外應皮毛，堅而響亦由金之化也。至秋肅殺，萬物

堅燥而風勁悽鳴，乃金之性也。支干自東右行，向南五音始西而右行，向南陽生於子，所以下生，陰生於午，所以上生。夫上下生者，正謂天氣下降地氣上升。《易》曰：天地交泰，義見此也。然所生止三者，亦三元之義。故經曰：三而成天，三而成地，三而成人，易爻之象取三。老子曰：一生二，二生三，三生萬物，即其意也。蓋有始有中，有終畢矣。五音變而周，乃十二辰各含五音，則成三十位而遍六十甲子也。故經曰：陰陽相錯，變由生也。又曰：高下相召，升降相因而變作矣，此之謂也。

《素問入式運氣論奧・論標本》

標本之圖

三陰三陽，天之六氣標也。水火木金土，地之五行本也，生長化收藏。故陽中有陰，陰中有陽，動靜相召，上下相臨，陰陽相錯，而變民由生也。是道也，非特徒然而書之，各有至道至理存焉，詳四問篇。論交相而言標本，則莫測其源。太陰濕土，少陽相火，爲標本同至於少陰君火。大陽寒水，則陰陽寒熱互相不同，義從何來？豈不知出於自然，而非人意之所能名邪！古今之論陽則順行，又以進爲盛，自先太陽而後少陽也。陽則逆行，又以退爲盛，自先少陰而後太陰也。此易爻卜筮之所同，是以君火司於午，午者一陰生之位，火本熱而其氣當陰生之初，故標本異而君火屬少陰也。水居北方子，而子者一陽生之位。水本寒而其氣當陽生之初，故標本異而寒水屬太陽也。土者乃西南維未之位，應於長夏之月未，乃午之次，故土曰太陰也。相火者，司於寅，寅乃丑之次，故相火曰少陽也。木者，位居東方震，在人主於肝，肝者陰未退干之而出，雖陽藏居高下，處陰之位，木必待陰而後生，故屬厥陰也。金者居西方兌，在人主肺，肺爲華蓋，雖陰藏居高上，處陽之位，金必待陽而後發，故屬陽明也。然六氣之不同，標本之義蓋由此。

五行勝復論　《素問》之書，載黃帝與岐伯、雷公、鬼臾區答問，其間論太虛之寥廓，紀五運回薄，並包該貫，微妙精密，天地之數，不可得而逃，鬼神之情，不可得而遁。世之學者，往往伏而讀之，每患其不能通也。客有好其書者，指五運六氣之疑詣，澹淵胡源而問曰：元豐之四年，歲在辛酉，陽明司天爲上商，少陰在泉爲下微。天氣燥，地氣熱，運得少羽，歲水不及，是謂涸流之紀而河決大水，蓋與涸流之名紀異矣。請試爲我言之，胡源喟然嘆曰：深乎哉問也，此非不敏之所能及也。然昔嘗侍坐於先生，而得聞先生之緒餘。先生之論五行也，成象而麗乎天爲五星，成形而鎮乎地爲五嶽。其精而藏乎內爲五藏，其神而運乎外爲五官，以至德爲五常，和爲五味，彰爲五色，發爲五聲，其植物五穀、五果爲異宜。其動物五畜、五蟲爲異類。蓋天數五，地數五，五位相得而各有合，變化之所以成也，鬼神之所以行也。是故天一地六合於北方而爲水，而丙辛主之。地二天七合於南方而爲火，而戊癸主之。天三地八合於東方而爲木，而丁壬主之。地四天九合於西方而爲金，而乙庚主之。天五地十合於中央而爲土，而甲己主之。此五者，或以參天，或以兩地。兩地者，火也，金也，生於陰而成於陽。參天者，水也，木也，土也，生於奇而成於偶。錯綜其數，則五者雖不同，及其立歲紀運，則要之氣常均平而不相害也。是以木之平氣貴乎和，風生發而無飄蕩振拉。火之平氣貴乎炳，明光顯而無炎爍燔燎。土之平氣貴乎埃，雲潤澤而無霧霿驟注。金之平氣貴乎霧，露清涼而無慘悽殘賊。水之平氣貴乎嚴，凝整肅而無雨水霜雹。然陰陽之相盪，寒暑之相推，升降有序，休王有時。一消一長，不能無進退，一損一益，不能無盛衰，是故運行先天而氣或爲有餘，運行後天而氣或爲不及。有餘則制己所勝而侮己所不勝，不及則己所勝輕而侮之，己所不勝侮而乘之。夫惟有所不勝，故強者有時而兼弱，弱者有時而畏強，此物之自然，而理之必至者也。請試言之，少角之運，歲木不及，侮而乘之者金也。金不務德，故以燥勝風，時則有白露早降，收氣早行，其變爲肅殺，殺栽爲蒼隕，名爲少角而實與大商之歲同。少徵之運，歲火不及，侮而乘之者水也，水不務

德，故以寒勝熱，時則有寒霧凝慘，地積堅冰，其變爲溧冽，其裁爲霜雹，名爲少徵而實與大羽之歲同。少宮之運，歲土不及，侮而乘之者木也。木不務德，故以風勝濕，時則有大風飄暴，草偃沙飛，其變爲振發，其裁爲散落，名爲少宮而實與大角之歲同。少商之運，歲金不及，侮而乘之者火也。火不務德，故以熱勝燥，時則有火延焦槁，炎赫沸騰。其變爲銷爍，其裁爲燔炳，名爲少商，而實與大徵之歲同。少羽之運，歲水不及，侮而乘之者土也，土不務德，故以濕勝寒，時則有泉湧河衍，涸澤生魚，其變爲驟注，其裁爲霖潰，名爲少羽而實與大宮之歲同。通乎此，則知歲在涸流之紀，而河決大水，固可以類推之也。非徒如是而已，萬物擾擾，凡呼吸俛仰，滋蕃長育乎天地之間者，或得其冲氣而生，或觸其乖氣而夭，未有能逃乎五行者也。所謂冲氣者，不相勝復而已，所謂乖氣者，勝復更作而已。方其乖氣之爭，狼戾已形，忿怒已萌，處乎此，而求勝乎彼也。雖有強剛勇悍之氣，又豈能常勝哉！固已有復之者，伺乎其後矣。是故木勝則金復，以救土而名。木不榮火勝，則水復以救金而冰雹迺零。土勝則木復以救水，而倮蟲不育。金勝則火復以救木，而流水不冰。水勝則土復以救火，而齡穀不登。夫暴虐無德者，裁反及之，侮而乘之者，侮反受邪。出乎爾者反乎爾，未有勝而不復者也。勝之微者復亦微，勝之甚者復亦甚，其猶空穀之響乎爾。疾徐疏數，小大高下，惟其聲之所召，未嘗不相似也。蓋天地之間，氣有偏勝而無以救之，則萬物之所存者幾希矣。是故風、熱、燥、濕、寒五者，各司一氣；生長化收藏五者，各司一時，以順相承。然後能循環以相生，以逆相勝，然後能循環以相救。故曰：五運之氣，猶權衡也，高者抑之，下者舉之，化者應之，勝者復之。化者應之，氣之平也，五氣之相得也。勝者復之，氣之不平也，五氣之相賊也。氣平而相得者，所以道其常；氣不平而相賊者，所以觀其變。古之明乎此，而善攝生者，何嘗不消息盈虛，以道御神也。無失天信，無逆氣宜，抑其有餘者，而不翼於勝，助其不及者，而不贊其復。是以喜怒悲憂恐，有所一而莫能亂；精神魂魄意，有所養而莫能傷。春風秋雨，冬涼夏暑，雖天道之屢變，如凶荒札瘥不能成其患。嗚呼，安得圓機之士而與之共論五行哉。

**《道樞・五行》** 周天之卦，順以行功。五行之妙，其用屯蒙。

至游子曰：道莫大乎五行。夫水生於申，王於子，庫於辰。故以申、子、辰爲水之局焉。火生於寅，王於午，庫於戌。故以寅、午、戌爲火之局焉。金生於巳，王於酉，庫於丑。故以巳、酉、丑爲金之局焉。木生於亥，王於卯，庫於未。故以亥、卯、未爲木之局焉。土之局，則與水同焉。於是，一陽初動，腎水始生之時，披衣端坐，握固存神，運金精於泥丸，造醍醐於髓海，行此肘後之功也。蓋以子爲水之局也。水雖曰潤下，至子之時王極，則返舍真氣，而泝流以爲朝陽矣。一陰初生，心火欲焚之時，疊手盤足，安靜神識，傳真一於丹臺，化玉液於血海，行此交合之功者，蓋以午爲火之局也。火雖曰炎上，至午之時王極，則返蒙真液而降，氣以爲歸本矣。丑之時，神水下降，以舌攪於上腭，鼓嚥玉液，下於重樓，歷肝膽而朝於心。行此養水鍊液之功者，蓋以水病子丑，而巳、酉、丑者，金之局也。金能生水而庫於丑，丑與子相隣，而與之合，是爲丑中藏子之水者也。未之時，心火下降，以鼻氣綿綿，多入少出，烹鍊液血，傳於黃庭，歷肺腑而歸於腎。行此養火採藥之功者，蓋以火病於未，而亥、卯、未者木之局也。木能生火而庫於未，未與午相隣，而與之合，未之中藏午之火者也。戌亥之時，心血傳於腎，感陰氣而化精，乃陰盛陽衰之極，即聚火採藥之候。宜調息存神，閉口嚥氣，微脇其腹，覺臍腎熱盛，則輕舉其身焉。未熱則漸加焉，使其精血還元。行此勒陽關之功者，蓋以寅、午、戌者，火之局也。寅午之火，庫於戌而爲聚焉，戌與亥相隣，而木生於亥，亥之中有木氣，木能生火，可以救火於戌亥故也。或曰：周天十二卦氣，惟有金、土、木，而無水、火者，不以抽添，何物以補其修鍊也。曰：周天十二卦氣，即抽添水火之體也。抽添之妙又在乎屯蒙之時，揲屯蒙以明之。夫坎者，水也。一變而爲水澤之節，其爻居巳。再變而爲水雷之屯，其爻居寅。如用屯之卦，行抽添水數，則當用寅焉。離者，火也。一變而爲火山之旅，其爻居辰。再變而爲火風之鼎，其爻居亥。三變而爲水火之未濟，其爻居午。四變而爲山水之蒙，其爻居戌。如用蒙之卦行抽添火數，則當用戌焉。故十二卦氣，其用在於屯蒙，或抽水而添火或抽火而添水，是以五行之妙，修鍊之功，其皆存於斯焉。

**《諸沫祛疑說・五行體象生克之性》** 談氏曰：雨霽風晴非陽也，陰之靜而斂也，斂則清而明；雲滃霧合非陰也，陽動而變也，變則濁而闇。是故三春多雲霧，而九秋多晴霽，陰陽本然之體象也。夏離火用事然暑氣酷而火焰減，火氣盛而火體衰也。冬坎水用事，然寒氣甚而水流涸，水氣盛而水體衰也。一氣之闔闢聚於此，可見北方屬水而土厚，所以制水，故不亢而害，寒

於南者水之氣非體也。南方屬火而水盛，所以制火使不亢而害，熱於北者火之氣非體也。槩與四序同，水克火，火克金，置金於水火之間則相濟；木克土，土克水，植木於水土之間則相資。人，爲乎天造也。油，水類也，不克火而資火。油出於木，而木生火也。灰，木成也，不克土而滋土，灰化於火，而火生土也。火生於木而焚木，金生於土而鋤土，火燥而金剛也。木克土而土養木，土克水而水澤土，木柔而土厚也。五行生克之性有如此者，不可不知。

**《檢玄賦・五行》** 陰陽精氣，列布五方。

化育五行，陰陽至精。居天號總星之分，鎮地號得嶽之名。休旺有時，元含生殺之母；樞機在要，盛同造化之行。原夫雖稟二儀，皆歸一味。青抱乾陽之精，自藉坤陰之氣。火生於北，上蒸而含孕三才；水長於南，下降而分排五緯。諒以紹臨正位，遊注四方。汞偶金而不起，鉛得火而始翔。一馬周遊，皆克祗承於上帝；四物盤礴，自茲出沒於中央。是以龍飛於九天，鳳棲於丹穴。崑山起霧，稟陽而狀若紅鉛；地戶生雲，到秋而形同白雪。豈不以日行有序，道順依常。照方明而匪遠，見五賊而自昌。神氣若全，飛騰在此；鼎爐既備，匹配由斯。肇自沖和，位分三五。四溟號爲長養之鄉，五蘊號爲出入之戶。循環造化，憑意馬以爲媒；次第成形，假水鉛而作主。於南屬火，在北屬陰。設象以自分支干，定體而孰辯浮沈。日拘雌烏，以鳴庚中有甲；月含雄雞，以唱木內隱金。是以結象自然，流方四布。假此爲表裏之宗，用斯合乾坤之度。未離而猶屬生死之門，悟脫而定超神仙之路。

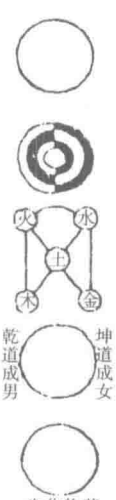
**《修真太極混元圖・三田五行正道之圖》** 《洞微經》曰：一氣既分上中下，而列三才；二儀既判東西南北中，而布五位。五位傳送一氣，三才交合一道，自古及今，循行不差，而大道故無生滅。

西山議曰：比之內事，胎完氣足，三百日與母分別之後，四肢百脈，外形既備，上中下而有三田，如三才之比也。腎屬水，而肝屬木，心屬火，而肺屬金，脾曰土矣。五臟之氣會合而爲丹，丹就自可長生不死。下田精，中田氣，上田神，三寶之氣合會而道成。道成自可入聖超凡。太上有訓：玄中有玄，是我命中有精，是我氣中有氣，是我神中有神，自然之道也。故知五行三田之證道，非此不合玄微，徒勞神用心耳。

**《修真太極混元圖・五行配象之圖》** 《上清識語》曰：人身之中，萬象存焉，以九州言之，腎爲冀州，膀胱爲徐州，肝爲青州，膽爲兗州，心爲揚州，小腸爲荊州，肺爲梁州，大腸爲雍州。以八卦言之。腎爲坎卦，膀胱爲艮卦，肝爲震卦，膽爲巽卦，心爲離卦，小腸爲坤卦，肺爲兌卦，大腸爲乾卦。此是比象立號，不可勝紀。及夫玄中又玄，而腎氣爲嬰兒，心液爲姹女，脾之殘液而曰黃婆，肺之餘氣而曰金翁。是此亦爲玄矣！至如腎氣之中，暗藏真一之水，而曰陰虎；心液之上，暗負正陽之氣，而曰陽龍。龍虎交媾，而曰內丹；頂水下降，而曰神水；丹中真氣上升，而曰正火。

**《修真太極混元圖・真五行顛倒圖》** 《龍虎中丹經》曰：腎，水也，水中生火；心，火也，火中生水；肝，木也，旺於西方；肺，金也，生於東方。此是五行顛倒之理。世人若悟此理，自可養之不亂，補之不耗，乃有延年之效。腎，水也，水中生火，火內自有真一之水，而曰杳杳冥冥，陰虎之象也。心，火也，火中生水，水內自有正陽之氣，而曰恍恍惚惚，陽龍之象也。世人若悟此理，自可長生不死。以下田反上田，以上田反中田，非止五行顛倒，而此三田反復。三田反復，自可棄殼昇仙。故先師訣曰：五行不顛倒，龍虎不交媾，三田不反覆，胎仙不氣足。

**《修真太極混元圖・真五行交合傳送圖》** 《天元正曆》曰：五帝傳一氣，而天地之道不差；五臟傳一氣，而人物之道不差。故知人之真氣，大運隨天地。春在肝而夏在心，秋在肺而冬在腎。人之元氣，子時而腎氣生，丑末寅初，腎氣以膀胱氣傳送入肝氣；卯時肝氣生，辰末巳初，肝氣以膽氣傳送入心氣；午時心液生，未末申初，心液以小腸液傳送入肺液；酉時肺液生，戌末亥初，肺液以大腸液傳送入腎液。即液生氣，周而復始，運行不已。善修煉者，會合五行之氣，而曰還丹。採取陰陽之氣，而曰內丹。丹就長生，氣足棄殼，則昇仙矣。無極圖說




○者，道也。形而上者謂之道，斯乃道之體也。無極而太極，◎舍三爲一，中具五十五數，中○者乃其本體也。太極一判，兩儀生焉。◐之動根乎陰也，◑之靜根乎陽也。☒此陽變陰，合而生水、火、土、金、木也。水，生數

一，成數六；火，生數二，成數七；木，生數三，成數八；金，生數四，成數九；土，生數五，成數十，此五行生成之數也。天一、地二、天三、地四、天五、地六、天七、地八、天九、地十。天地之數五十有五，此陽奇陰偶之數也。一陰一陽之謂道，生生不窮之謂易。一者，奇數也；二者，偶數也。陽奇陰偶即二以生三也。純乾☰性也，兩乾而成坤☷命也，猶精與氣也。乾再索坤而成坎☵，坎中之陽乃元氣也，所謂乾道成男是也。坤再索乾而成離☲，離中之陰乃真精也，所謂坤道成女是也。○乾男坤女，以氣化者言也，離者，日之象也；坎者，月之象也，日月合而成易。易者，日用常行易簡之道也，千變萬化而未嘗滅焉。然則形中之精，寂然不動，蓋剛健中正純粹精者存，乃性之所寄也，爲命之根矣。心中之神感而遂通，蓋喜怒哀樂愛惡欲者存，乃命之所寄也，爲性之樞矣。懲忿則心火下降，窒慾則腎水上升，君子黃中通理，正位居體，美在其中，暢於四肢，故修此而吉也。於是閑邪存誠，終日如愚，天理純全，歸根曰靜，靜曰復命，動極而靜，靜極復動也。萬物化生，○以形化者言也。形而下者謂之器，斯乃道之用也。南軒曰：真識根源謂之知道。知此道者，則可以超出乎造化之外，卓然而獨存矣。

**《魏了翁經外雜抄・五行所生》** 東方生風，風生木，木生酸，酸生肝，肝生筋，筋在地爲木，在體爲筋，在藏爲肝，在志爲怒。南方生熱，熱生火，火生苦，苦生心，心生血，血在地爲火，在體爲脈，在藏爲心，在志爲喜。中央生濕，濕生土，土生甘，甘生脾，脾生肉，肉在地爲土，在體爲肉，在藏爲脾，在志爲思。西方生燥，燥生金，金生辛，辛生肺，肺生皮毛，皮毛在地爲金，在體爲皮毛，在藏爲肺，在志爲憂。北方生寒，寒生水，水生鹹，鹹生腎，腎生骨髓，骨髓在地爲水，在體爲骨，在藏爲腎，在竅爲耳，在志爲恐。

**《齊東野語・溫泉寒火》** 邵康節曰：世有溫泉而無寒火昭德。晁氏解云：陰能順陽，而陽不能順陰也。水爲火爨則沸而熟物，火爲水沃則滅矣。晉紀膽舉秀才，陸機策之曰：陰陽不調，則大數不得不否；一氣偏廢，則萬物不能獨成。今有溫泉而無寒火，其故何也？白虎殿諸儒講論，班固纂爲《白虎通・五行篇》亦曰：有溫水，無寒火，然今湯泉往往有之，如驪山尉氏駱谷汝水，黃山佛迹，匡廬、閩中等處，皆表表在人耳目。坡詩云：自憐耳目隘，未測陽陰故。鬱攸火山烈，羣沸湯泉注。安能長魚鼈，僅可煬狐兔。朱氏晦庵詩云：誰然丹黃燄，爨此玉池水。蓋或爲溫泉之下，必有硫黃、礬石故耳，獨未見所謂寒火。按《西京雜記》載：董仲舒曰：水極陰而有溫泉，火至陽而有涼燄。又《抱朴子》曰：水性純冷，而有溫谷之湯泉；火體宜熾，而有蕭丘之寒燄。又《劉子・從化篇》曰：水性宜冷，而有華陽溫泉，猶曰泉冷，冷者多也。火性宜熱，而有蕭丘寒燄，猶曰火熱，熱者多也。然則寒火亦有之矣，特以耳目所未及，故以爲無耳。

**《慎言・五行》** 五行分儷，四時厥義，何如？王子曰：緯人私智強合，非聖人實正之論也。五行之氣，渾於太虛，何日無之？既曰：春木矣，季土矣，何水火土金日輪次而仍在，不幾於自爲矛盾乎？若曰：日逢甲乙，木氣獨主矣。其水火金土，將歸何所，不幾於誕，而害義乎氣無滅絕之理。又非遜避而然。故曰：緯人私智強合，非聖人實正之論也。

日祛淫祀也，而瀆鬼神之感應；日擊，妖道也，而信天人之休咎。是啟源而欲塞流矣。得乎？曰：可以動人主之趨善也。嗟乎！是則然矣。君有邪心不務格而正之，君有僻政不務諫而反之，乃假不可知者而恐懼之，是捨本而務末也。久而無應，將自喪其術，何善之能趨，幾於佛氏之愚人矣。是故聖人通於性命之本，立於中正之塗，雖以神道設教也，尊天地而不瀆，敬鬼神而遠之，守經正物，不飾妖誕，則風俗同而百家息矣。

董子論高廟災曰：去諸侯高原便殿災曰去，大臣嗟乎，誣天人甚矣。黜百家尊仲尼何有哉？妖祥，人也，論者由物，惑矣。父慈子孝，君仁臣忠，兄友弟恭，夫和婦順，雖山崩川竭，不足以爲殃。父子逆而君臣離，人道乖而彝倫斁，嬖倖得志而賢哲退抑。雖鳳鳥慶雲，不足以救其危亂之禍。何也？國家之興替，人事之善否也，是故責人敬天者其道昌，棄人誣天者其道亡。

聖人之知來，知其理也。吉凶禍福之至，亦有不直於理者，聖人所不知也。故推測之術，聖人不貴。

天地道化不齊，故數有奇耦之變，自然之則也。太極也，君也，父也，不可以二者也。天地也，陰陽也，牝牡也，晝夜也，不可以三者也。三才不可以四，四時不可以五，五行不可以六。故曰：物之不齊，物之情也。夔一足，人兩足，蟾蜍三足，馬四足，知蛛六足，蠭八足，蚿蛆四十足，蚿百足，是豈物之所能爲哉？一天之道也。邵子於天地人物之道，必以四而分之，膠固矣。異於造化萬有不齊之性，戾於聖人物各付物之心，牽合傳會，舉一而廢百者矣。

或問治世之有災沴，君德不協於人而譴告之乎？曰：非然也。亂世之有瑞，夫又誰感格之？是故堯有水，湯有旱，天地之道適然爾，堯湯柰何哉？天定勝人者，此也。堯盡治水之政，雖九年之波，而民罔魚鼈；湯修救荒之政，雖七年之亢，而野無餓殍。人定亦能勝天者，此也。水旱何爲乎哉！故國家之有災沴，要之君臣德政，足以勝之，上也。何也？天道悠而難知，人事近而易見。凡國家危亂者，咸政之不修，民之失所，上之失職也。孰見天帝訶詆乎哉？孰見天帝震怒乎哉？此應天以實不以誣者，堯、湯自修之意也。《書》曰：我不敢知曰，有殷受天命，惟有歷年。我不敢知曰，不其延，惟不敬厥德，乃早墜厥命。可謂善言天道者矣。

雨暘時若，風霆流行，天地之德化也。世有風雷之師，雲雨之巫，是人握其權矣。土主木偶，行禱求應，是鬼司其機矣。然乎！儒者假借而罔正於道，傷造化之大倫，邪誣之俗，誰其責哉！

淫僻於陰陽者，必厚誣天道；傳會於五行者，必熒惑主聽。

禍福有所由主乎？曰：積善之家，必有餘慶；積不善之家必有餘殃。人事之相感招也，而鬼神不與焉。曰：福善禍淫非與？曰：比干剖心，盜蹠老死，子謂天攝物耶？殘賊暴虐，人切憤之，而禍卒被焉者，人道之不容已者也，非人力也。故歸之天爾，善之得福亦如是。干、蹠幸不幸爾，非常道也。

或問：天開於子，地闢於丑，人生於寅，必待一萬八百年，有諸？王子曰：生成固有序矣，數何拘若是，又何齊若是，豈非以十二辰之數而強附之耶。地闢，物即生之，陸也草木昆蟲，水也蛟螭魚鼈，人亦類也，與俱生矣。蓋氣化之不容已如此，安能若是久乎？自堯至於茲，止三千餘年爾，今視之亦甚遠。曰萬八百年，物始生焉，謂實理然乎哉？

天地之生物，勢不得不然也，天何心哉？強食弱，大賊小，智殘愚，物之勢，不得不然也。天又何心哉？世儒曰：天地生物爲人耳。嗟乎！斯某昧也已。五穀似也，斷腸裂腹之草，亦將食人乎？雞豚似也，蚖蛫蝮蝎之屬，亦將爲人乎？夫人之食夫物，固曰夫之爲。夫人之生之也，然則虎狼攫人而食，謂天爲虎狼生人可乎？蔽於近小，而不致大觀也矣。

聖人之行，難符下守，賢人之策可乎？曰：中人以下，可以免過也，非通議矣。久而蔽焉局也已。曰：由賢入聖何局？曰：獨不見水中之鱗乎？曲港之瀆，其生條條爾。洞庭彭蠡之淵，有橫江者矣。橫海之鯤，化而蔽天，不亦愈可駭哉！又獨不見，櫟栝之木乎？小屈之則小就，大屈之則大就。成也不可以反，反則折矣。勢也，聖人固不易得矣，亞聖大賢之材質，世安可謂無也哉？以聖人不可易及必守，賢人之策習與性成氣象，殊塗能脫，故習而超以上達，吾見亦鮮矣。不幾於棄亞聖大賢之人乎哉！不幾於廢聖人之德業乎哉，故曰：蔽焉局也已。

聖人之爲學，博文約禮，求其中而執之；聖人之立心，正義明道，無所爲而爲之；聖人之應事，主之以義而由之，以誠終也，得失要於命焉。夫斯道也，何簡易若諸，何要若諸。史遷曰：博而寡要，勞而少功，蓋不得其門而入者也。宜乎清淨無爲，以黃老先六經焉。

草木之枝幹花葉，各有定形，以有定種故也。受氣殊矣乎，土以爲質，水以爲液，火以爲運，而生枝幹花葉，隨在各足也，一本故爾。枝幹自柔而堅，自細而大，自踈而密，與花葉之生榮、凋謝均有變也。《觀物》云：木之枝幹，乃土石之所成，故不變；花葉乃水火之所成，故多變。是以土生枝幹，而水火生花葉也。然乎，求之實理，滯而不通誤矣。

《禮運》曰：播五行於四時，而後月生也，是以三五而盈，三五而缺。嗟乎！月之生與月之盈缺，由於日之遠近爲之，與五行之播何涉乎？以其實言之，日月往來，乃成四時。今日而後月生，是四時生月矣。可乎？五行家之謬論，類如此。

五位相得而各有合，此自天地五十有五之數言之也。五位，天地奇耦各五也。相得者，言陰陽相得，其數參合也。不相得則數不合矣。如一與四得，三與二得，五與十得，則合爲天之數；七與八得，九與六得，則合成地之數，通計爲數五十有五焉，此天地五位之數，各有自然之合如此。說易者，以甲乙木、丙丁火之類爲相得，以甲與己合、乙與庚合之類爲有念，蓋出星命術士之論矣，豈不爲聖經之辱乎？孔穎達曰：萬物成形，以微著爲漸。五行先後，亦以微著爲次。以水最微爲一，火漸著爲二。此附會《洪範》之說也。五行之性，火有氣而無質，當作最先；水有質而不結次之；土有體而不堅，再次之；木體堅而易化，再次之；金體固而不鑠，當以爲終。雖五行生成先後之序亦不外此，孔氏之說背矣。

老子之道，以自然爲宗，以無爲爲用。故曰：以百姓爲芻狗。任其自

爲也。吾見其強淩弱，衆暴寡，懊然而不平矣。而況夷狄之侵軼乎？又曰：絕聖棄智，民利百倍。夫民生之利，累世聖智之人遺之也。若然，則堯憂得舜，舜憂得禹，其志亦荒矣。可乎！有爲者，聖人之甚不得已也，必欲無爲以任其民，大亂之道也。故老子之道，以之治身則保生，以之治國則長亂。

老氏無爲，正欲有爲，故其道奸；佛氏有見，實無所見，故道愚。

《大禹謨》曰：政在養民，水、火、金、木、土穀惟修。言六者能修治之，使遂民用，則養生之具備矣。隄防祛害，灌溉通利，水行地中，則水政修矣。出火納火，鑽燧改火，昆蟲未蟄，不以火田，則火政修矣。馬蹄泉貨，鐵冶鼓鑄，金政修矣。山林有禁，取木有戒，斧斤時入，木政修矣。畫井限田，正疆別塗，高城深池，土政修矣。教民稼穡，播藝百穀，穀政修矣。六政既修，則民用皆足，王者生養萬民之功成矣。解書者曰：水克火，火克金，金克木，木克土，而生五穀，或相制以洩其過，或相助以補其不足，其後世術士筭命之談乎。於六府之政之修何所取義，遂使聖經正大純雅之義，闇蝕於緯說之傅會，孰謂儒者之無異端乎！

虛者，氣之本，故虛空即氣。質者，氣之成。故天地萬物有生。生者，精氣爲物聚也。死者，遊魂爲變歸也。歸者，返其本之謂也。返本復入虛空矣。佛氏、老莊之徒見其然，乃以虛空、返本、無爲爲義，而欲棄人事之實，繆矣。嗟乎！有生則生之事作，彼佛氏、老莊、父子、君臣、夫婦、朋友之交際，能離之乎？飲食、衣服、居室之養，能離之乎？不然。是生也，爲死之道者也。夫豈不繆？古之聖人，非不知其然也，以生之事當盡，而萬物之故當治。故仁、義、禮、樂興焉，其虛空返本之義，聖人則禁之，恐惑亂乎世矣。

古有自善之士，葆形而全生，絕類而遠引。何如？王子曰：天靡日，四時滅景；地靡海，百川大侵；人靡聖，萬物大戾。夫奚幸而平之。故棄世而全形者，莊周、庚桑氏之流，大亂天下者也。然則聖人不貴生乎？曰：聖人心乎無欲，政乎簡易，德乎儉素，全生之術，若揭諸日月矣。此堯舜所以無爲而難老也，曾何私然離人而自全之。

養心性，正彝倫，以成其德。此切問近思之實，孔孟之真傳也。恤惸獨，謹災患，勸農積穀，修德懷遠，此養民利國之實，堯舜之遺政也。闇儒過高，講究玄遠，學失其學，治失其治，塗蔽後世大矣。

元氣者，天地萬物之宗統。有元氣則有生，有生則道顯。故氣也者，道之體也；道也者，氣之具也。以道能生氣者，虛實顛越，老、莊之謬談也。儒者襲其故，智而不察，非昏罔則固蔽，烏足以識道。

**《圖書編・五行分屬》** 蔡氏曰：金、木、水、火、土，五精之總也。寒、熱、風、燥、濕，五氣之聚也。水以潤之，火以燥之，土以潟之，木以敷之，金以斂之，此其以性言也。水之冽也，火之炎也，木之溫也，金之清也，土之蒸也，此其以氣言也。水在下，火在上，土在中，木在右，金在左，此其以位言也。水之平也，火之銳也，土之圜也，木之曲直也，金之方也，此其以形言也。水則流，火則革，土則化，木則變，金則從革，此其以才言也。水井洫也，火爨治也，木金器械也，土爰稼穡也，此其以事言也。然則冬屬水，而一陽生於冬；夏屬火，而一陰生於夏。水生於北方陰位而陽已動，火生於南方陽位而陰已形，此木火之所以互根也。春木，秋金，皆非陰陽始生之月，故木生於陽之方，陽，金生於陰之方，陰，而陰陽無所生，此金木之所以不互根也。是五行之相生而尅，相尅而生，又非其變化無窮者乎？

**《圖書編・五行總論》** 五行之論，固見於箕子《洪範》，實兆於《河圖》《洛書》之位數焉。蓋其見象於天也爲五行，分位於地也爲五方，行於四時也爲五德，稟於人也爲五常，播於律呂爲五音，發於文章爲五色。《易》曰五位，史曰五材，志曰五物，醫曰五運。其該曷既哉？但相生則水、木、火、土、金，相尅則水、火、金、木、土。五者各有定質，而氣則生於其質矣。以相生言之，亦謂其氣之相資而生生不害焉耳，非謂木出於水，土出於火也。一歲之間，水生木，木生火，火生土，土生金，金又生水，此固序之一定者。而夏火不能生秋金，故《易》之革卦上兌下離，其卦辭曰：革己日乃孚。二爻辭曰：已己日乃革之己土之義。《素問》於四時獨以長夏屬土，亦此意也。可見四季雖曰皆屬乎土，然丑未陽也，辰戌陰也，丑月木將傷土，惟未月火盛生土，故季夏之土爲獨盛焉。此其相生，固然而相尅之義。何居？蓋木、火、金、水各旺於四時，而土爲沖氣，則於四時無不在也。秋金勁疾，固所當制，而夏火未退，未免制伏太過，故得季夏之土調和於中，於以洩火之盛，養金之微，此金之所以不害於火也。《律書》所謂由未而申，比至於罰者，言火之罰金也，則其所謂尅之義，不即此而在乎？況生之尅之，循環不息，固非以尅爲生，亦非生而不尅。

陽雖生於仲冬，而實盛於春夏；陰雖生於仲夏，而實盛於秋冬。故自陰而陽，則順木之成也，水實生之；自陽而陰，則逆金之成也，火實尅之。孔子以治曆明時取諸革，又曰：天地革而四時成，此之謂也。五行之生尅變化無端，不可測識，惡可執一以論之哉？

**《圖書編・五行氣質》** 太極者，二氣之統體。五行者，二氣之參差。是五行也，質根於地，氣運於天，天地合而絪縕雜揉，參差不齊。根陰根陽，固循環之無端；分陰分陽，實一定之不易。所以自氣成質。木金，陰陽之稟也；水火，陰陽之盛也，土則陰陽之和也。陰陽雖並行而不悖，氣質本相須而不離，雖以氣而語其行之序，以質而語其生之序，古人論之詳矣，實有不盡然者，何也？仰而觀之，日月懸象天，豈專於氣而無其質乎？俯而察之，水火互藏地，豈專於質而遺其氣乎？水生成於天地之一、六，火生成於天地之二、七，木生成於天地之三、八，金生成於天地之四、九，土生成於天地之五、十。生之者，氣也；成之者，質也。氣質何可離也？故語其相生也，氣之流行，木溫，火熱，金涼，水寒，而土冲也。然溫必變熱，熱必變冲，冲必變涼，涼必變寒，寒復變而爲溫，此其生生自有不容已者，語其相尅也。寒氣至則熱氣消，熱氣至則涼氣消，涼氣至則溫氣消，溫氣至則冲氣消，冲氣至則寒氣消，此殆不可專以氣質論也。若其變化，則又非一端。順而言之，甲乙木東，丙丁火南，戊己土中，庚辛金西，壬癸水北，此五行之正也。錯而言之，甲己土，乙庚金，丙辛水，丁壬木，戊癸火，孰非二氣之更革乎？至於土得木則柔，得火則剛；金得火則流，得水則止；木得水則長，得火則消；火得木則生，得水則死；水得金則寒，得火則煖。五行參錯，果可以一定拘之否也？故雨暘寒燠風，言其氣；潤燥潏敷斂，言其性；上下左右中，言其位；宮商角徵羽，言其聲；青黃赤白黑，言其色；尖圓方直曲，言其象；辛酸鹹苦甘，言其味；一二三四五，言其數；春夏秋冬，言其時；東南西北，言其方。其常五，其變不可勝計，而天地萬物，何一非五行之運用哉？但千變萬化，其中亦自有不可易者。水本沉也，蘊而爲五精；火本揚也，達而爲五氣；木本茂也，華而爲五色；金本堅也，聲而爲五聲；土本和也，滋而爲五味。物固不專夫五，而亦不離夫五，而二氣之運行，其參差不齊有如此，亦孰非太極之統體也。雖然氣之與質固不相離，而水火以氣用也，木金以質用也。惟其以質用也，故金木之分不可使之合，而合則不可使之分，拘於質也。若水火，則即其一而分之萬焉，不見其有異同；即其萬而合之一焉，不見其有彼此，由其以氣用耳。所以水自金生，而水盛則金沉；火自木生，而火盛則木銷。其實皆本之土，土旺四季，尤爲氣質之冲也。論五行者，必會而通之斯可矣。況書齊七政，撫五辰，大要在乎裁成天地之道，輔相天地之宜也。而《洪範・九疇》莫非五行之用要以攸敘乎？彝倫此五行，所以爲甚切也，惡可視爲讖緯術數之學，而莫之究必哉！

五行之質根於地，而其氣則運於天。根於地者，隨用而不窮；運於天者，參錯以成化。此理之可推者也。七政之齊，書於舜典；五辰之撫，著在皐謨。《孟子》亦有天時之說，其來遠矣。窮其本末，不出乎陰陽兩端。夫有氣斯有神，有象斯有數。變化紛紜，何可勝紀。然太極之妙，無乎不在。其流爲讖緯術數之學者，良由昧於至理而溺於偏見耳。高明之士固宜知所決擇，如《洪範・五行傳》之類，牽合附會，誠無足取，或乃並與其所當信者而不之信，至欲一例破除，將無矯枉過正已乎！

**《圖書編・五行間色》** 五行之理，有相生者，有相尅者。相生爲正色，相尅爲間色。正色青、赤、黃、白、黑也，間色綠、紅、碧、紫、流黃也。水生木，木色青，故青者，東方也。木生火，其色赤，故赤者南方也。火生土，其色黃，故黃者中央也。土生金，其色白，故白者西方也。金生水，其色黑，故黑者北方也。此五行之正色也。甲己合而爲綠，則綠者青黃之雜，以木尅土故也。乙庚合而爲碧，則碧者青白之雜，以金尅木故也。丙辛合而爲紅，則紅者赤白之雜，以火尅金故也。丁壬合而爲紫，則紫者，赤黑之雜，以水尅火故也。戊癸合而爲流黃，則流黃者，黃黑之雜，以水尅土故也。此五行之間色也。

**《圖書編・五行五物》** 鑽燧改火，四時而五物焉。朱子謂：夏火太盛，故再取此意料之言耳。先王取火，法五行也。春行爲木，榆柳色青，以象木也，木生火。夏行爲火，棗杏色赤，以象火也，火生土。季夏行爲土，桑柘色黃，以象土也，土生金。秋行爲金，槐檀色白，以象金也，金生水。冬行爲水，柞楢色元，以象水也。四時平分，而夏乃有二焉，何也？土位在中宮，而寄王於四時。季夏者，土之中位，故月令於仲夏之後，列中央土。《素問》謂之長夏，是其說也。統之則爲四時，分之則爲五行。五行各七十二日，土分王於四時之末，各分十八日，合之亦七十二日。總五行之七十二日，合三百六十日而成一歲也。

**《御龍子集・膚語》**　五行之生成，非竟此而及彼。天地之氣數，非先五而後六。天數五，地數五，果孰先而孰後耶？故生不獨生，五行各函其氣矣。成不獨成，五行各凝其質矣。水火氣多而質少，故生成居先；金木質多而氣少，故生成居後。土氣質均，當後水火而先金木，因水以凝，因火以堅，敷之爲木，結之爲金，不其然乎。

水木，陽之生也；火金，陰之生也。水陽稚，故司冬；木陽盛，故司春；火陰稚，故司夏；金陰盛，故司秋。水氣陽而質陰，陰之性滋，故水生木。火氣陰而質陽，陽之性烈，故火不生金。土也者，氣陽而質陰者也，故接火之陽而生金之陰。

五行之初，各一其生成二氣之互化也；五行之布，旋相爲生成一機之流通也。人之初生也，乾男坤女，各形其形乎。男女成而形氣合，男則生乎女，女則生乎男。

火土合而生金，匪土則金不生，故丁庚之間有坤土。木土合而生木，匪土則木不育，故癸甲之間有艮土。若木之生火，金之生水，不假於土也，取之木金而自足，故巽木間乎乙丙，乾金間乎辛壬，後天之卦其於五行深耶。

一陽稚，故居北。三陽盛，故居東。二陰稚，故居南。四陰盛，故居西。五陰陽會，故居中。此二氣由生之序也。六老陰，故爲水。八少陰，故爲木。七少陽，故爲火。九老陽，故爲金。十者，陰之終，陽之始也，故爲土。陰因陽盛而漸退，故自老而之少。陽得中土以節宣，故由少以之老。此五氣之成所以異於生歟。圖之一北三東，陽氣之進由北而東也。九南七西，陽氣之退由南而西也，陽始於北，盛於東，極於南，伏於西，九而變七，則衰其四隅之陰，各隨其偶而不離耳。

書之一、三、五、七、九由北而東，而中，而南，而西。一、三、五水木土之所以生，七、九火金之所以成。天之道也，東北主生，西南主成。二、四、六、八、十由南而西，而北，而東，而中。二、四火金之所以生，六、八、十水木土之所以成。地之道也，西南主生，東北主成。中也者，陰陽之會也，故陽五繼三而起七，陰十繼八而起二。五者陽之盛也，十者陰之極也。觀其三、七、八、二之間而天地生成之幾可從識矣。

**《類經圖翼・運氣・五行統論》**　五行者，水、火、木、金、土也。五行即陰陽之質，陰陽即五行之氣。氣非質不立，質非氣不行。行也者，所以行陰陽之氣也。朱子曰：五行質具於地，而氣行於天。其實元初只一太極，一分爲二，二分爲四。天得一箇四，地得一箇四，又各有一箇太極行乎其中，便是兩其五行而已。故《河・洛》圖書具陰陽之象，分左、右、中、前、後，以列五行生成之數焉。先儒曰：天地者，陰陽對待之定體。一、二、三、四、五、六、七、八、九、十者，陰陽流行之次序。對待非流行不能變化，流行非對待不能自行，此五行所以流行於天地中而爲用也。故大撓察天地之陰陽，立十干、十二支以著日月之象。十干以應日，天之五行也。甲陽乙陰爲木，丙陽丁陰爲火，戊陽己陰爲土，庚陽辛陰爲金，壬陽癸陰爲水。十二支以應月，地之五行也，子陽亥陰曰水，午陽巳陰曰火，寅陽卯陰曰木，申陽酉陰曰金，辰戌陽、丑未陰曰土。干支出而六甲成，運氣分而時序定。所謂天地相臨，陰陽相合，而生成之道存乎其中，故五行之化無乎不在。精浮於天則爲五星：水曰辰星，火曰熒惑，木曰歲星，金曰太白，土曰鎮星。形成於地則爲五方：水位於北，火位於南，木位於東，金位於西，土位於中。其爲四時：則木王於春，火王於夏，金王於秋，水王於冬，土王於四季。其爲六氣：則木之化風，火之化暑與熱，土之化濕，金之化燥，水之化寒。其爲名目：則水曰潤下，火曰炎上，木曰曲直，金曰從革，土爰稼穡。其爲功用：則水主潤，火主熯，木主敷，金主斂，土主溽。其爲形體：則水質平，火質銳，木質長，金質方，土質圜。其爲賦性：則水性寒，火性熱，木性溫，金性清，土性蒸。其爲五帝：則木曰太皞，火曰炎帝，土曰黃帝，金曰少皞，水曰顓頊。其爲五神：則木曰勾芒，火曰祝融，土曰后土，金曰蓐收，水曰玄冥。其爲五則：則火以應衡，水以應權，木以應規，金以應矩，土以應繩。至若五穀、五果、五畜、五音、五色、五臭、五味、五藏之類，無非屬於五行也。又如五行氣數之異，陰陽之辨，亦有所不同者。若以氣言時之序，則曰木、火、土、金、水。如木當春令爲陽稺，火當夏令爲陽盛，金當秋令爲陰稺，水當冬令爲陰盛，是木、火爲陽，金、水爲陰也。若以數言生之序，則曰水、火、木、金、土，如天一生水爲陽稺，天三生木爲陽盛，地二生火爲陰稺，地四生金爲陰盛，是水、木爲陽，而火、金爲陰也。此外如《洛書》、樂律、劉向、班固等義序各不同，無非變化之道，而運用之機，亦無過生克之理耳。故自其相生者言，則水以生木，木以生火，火以生土，土以生金，金以生水。自其相克者言，則水能克火，火能克金，金能克木，木能克土，土能克水。自其勝復者言，則凡有所勝，必有

所敗，有所敗，必有所復。母之敗也，子必救之。如水之太過，火受傷矣，火之子土，出而制焉；火之太過，金受傷矣，金之子水，出而制焉；金之太過，木受傷矣，木之子火，出而制焉；木之太過，土受傷矣，土之子金，出而制焉；土之太過，水受傷矣，水之子木，出而制焉。蓋造化之機，不可無生，亦不可無制。無生則發育無由，無制則亢而爲害。生克循環，運行不息，而天地之道，斯無窮已。第人知夫生之爲生，而不知生中有克；知克之爲克，而不知克中有用；知五之爲五，而不知五者之中，五五二十五，而復有互藏之妙焉。所謂生中有克者，如木以生火，火勝則木乃灰燼；火以生土，土勝則火爲撲滅；土以生金，金勝則土無發生；金以生水，水勝則金爲沉溺；水以生木，木勝則水爲壅滯。此其所以相生者，實亦有所相殘也。所謂克中之用者，如火之炎熾，得水克而成既濟之功；金之頑鈍，得火克而成煆煉之器；木之曲直，得金克而成斧削之材；土之曠墁，得木克而見發生之化；水之泛濫，得土克而成堤障之用。此其所以相克者，實又所以相成也。而五常之德亦然，如木德爲仁，金德爲義，火德爲禮，水德爲智，土德爲信，仁或失於柔，故以義斷之；義或失於剛，故以禮節之；禮或失於拘，故以智通之；知或失於詐，故以信正之。是皆先克反用之道也。所謂五者中有互藏者，如木之有津，木中水也；土之有泉，土中水也，金之有液，金中水也；火之鎔物，火中水也。夫水爲造化之原，萬物之生，其初皆水，而五行之中，一無水之不可也。火之互藏，木鑽之而見，金擊之而見，石鑿之而見，惟是水中之火，人多不知，而油能生火，酒能生火，雨大生雷，濕多成熱，皆是也，且火爲陽生之本，雖若無形，而實無往不在，凡屬氣化之物，非火不足以生，故五行之中，一無火之不可也。土之互藏，木非土不長，火非土不榮，金非土不生，水非土不畜，萬物生成，無不賴土，而五行之中，一無土之不可也。木之互藏，生於水，植於土，榮於火，成於金，凡發生之氣，其化在木，即以人生而言，所衣所食皆木也，得木則生，失木則死。故曰：人生於寅。寅者，是木之位也。由人而推，則凡動植之類，何非陽氣？而又何非木化？此五行萬物之中，一無木之不可也。金之互藏，產於山石，生諸土也，淘於河沙，隱諸水也。草有汞，木有鐵，藏於木也；散可結，柔可剛，化於火也。然金之爲用，堅而不毀，故《易》曰：乾爲金。夫乾象正圓，形如瓜卵，柔居於中，剛包乎外。是以天愈高而愈剛，地愈下而愈剛。故始皇起墳驪山，深入黃泉三百丈，鑿之不入，燒之不毀。使非至剛之氣，真金之體，乃能若是其健而運行不息乎？故凡氣化之物，不得金氣，無以堅強。所以皮殼在外而爲捍衛者，皆得乾金之氣以固其形。此五行萬物之中，一無金之不可也。由此而觀，則五行之理，交互無窮。故甲、丙、戊、庚、壬，天之陽干也，而交於地之子、寅、辰、午、申、戌；乙、丁、己、辛、癸，天之陰干也，而交於地之丑、亥、酉、未、巳、卯。天地五行挨相交配，以天之十而交於地之十二，是於五行之中，各具五行，乃成六十花甲。由六十花甲而推於天地萬物，其變可勝言哉！然而變雖無窮，總不出乎陰陽；陰陽之用，總不離乎水火。所以天地之間，無往而非水火之用。欲以一言而蔽五行之理者，曰乾坤付正性於坎離，坎離爲乾坤之用耳。

**《信古餘論・論五行》** 金、木、水、火、土，其爲物者，是凝聚之質氣，則總爲陰物。謂之五行者，陰陽之運行，各因老少，以自爲性而冲和者，當在其中。於是即其順布生成之序，而五行之位列性亦殊焉。雖總此一氣而又非無所分別者，故其流行化育，渾成之內，自有條分，人物稟受二氣便自足。此正者，驗之法象，形氣，無不昭然可辨而識此。蓋天地之氣自然有此參和，而循環變合，亦自然不爽者，所以完具不偏，而能爲發育生成之本也。

本一氣也，由動靜而分陰陽，由陰陽變合而生五行。變合者，陰陽二氣相承並運，各於消長之間，陽動主變，陰靜主合。初互根而爲水、火，已化成而爲土、金、木。蓋二氣流行變化有此五者，及旋生共濟，而歲功物候，皆由此成，大要不出陰陽之妙用，而爲太極顯行之實跡也。夫論五行得氣，雖分屬陰陽，然二氣迭運，不得相離，故變皆是陽，合皆是陰，非獨成者。但屈伸盛微，氣自有別，故五行各一其性。

陽變而陰合者，蓋造化，獨陽則不生，獨陰則不成。陰陽是一氣之動靜，動者變而靜者合之。惟流行循環之間，各由生而長，長而盛，漸有次第。故其氣稍別，其性各成，而所生之質亦有不同焉。然大段五行中，又自有陰陽之殊，蓋亦是變合之間，二氣之分數，又有剛柔盈縮界限也。可知五行各行不外乎陰陽，陰陽變合不出乎太極矣。

太極之有陰陽，以五行驗之，益昭然矣。蓋陰陽非判然兩體者，若陰陽判然兩體，則不能成五行。惟一氣渾成，而屈伸交感，循環迭運，各以生長盛衰而氣凝質具。又皆不能離中氣以自成，故水、火、木、金與土，並列爲五。

五者之中，陰陽實無不皆在而總之，則皆太極流行妙用也。夫惟五行同體陰陽，而太極又爲陰陽之總體，故所生萬物莫不本於一，而咸具此二五。若判然爲陰爲陽，則只有二氣，而不能爲五。太極亦截爲二體，而不能爲二、五之主，如此則不成造化矣。五行之生，各一其性，譬如一鐮湯，只火力進退之間，便自有溫熱、涼冷之異。大要氣異則所稟以生者，其性安得不各一？其間一氣之體，相生之序，亦即可以此知之。

《醫貫・五行論》　以水火土金木，配心肝脾肺腎。相生相尅，素知之矣。諸書有云：五行獨一，惟火有二，此言似是而非。論五行俱各有二，奚獨一火哉？若論其至，五行各有五，五五二十五，五行各具一太極，此所以成變化而行鬼神也。今以五行之陰陽生死言之，木有甲木屬陽，乙木屬陰，人身之胆是甲木，屬足少陽，肝是乙木，屬足厥陰，甲木生於亥，而死於午，乙木生於午，而死於亥。火有丙火屬陽，丁火屬陰，人身之相火屬手少陽，心火屬手少陰，丙火生於寅，而死於酉。丁火生於酉，而死於寅。水有壬水屬陽，癸水屬陰。人身之腎水屬足少陰，膀胱水屬足太陽，壬水生於申，而死於卯，癸水生於卯，而死於申。土有戊土屬陽，己土屬陰。人身之胃土屬足陽明，脾土屬足太陰，戊土生於寅，而死於酉。己土生於酉，而死於寅。金有庚金屬陽，辛金屬陰，人身之肺金屬手太陰。大腸金屬手陽明，庚金生於巳，而死於子，辛金生於子，而死於巳。欲察病情者，專以時日之生旺休囚，而驗其陰陽之屬，如膽火旺則寅卯旺而午未衰。肝火旺則午未甚而亥子衰，五行各以其類推之。

獨土金隨母寄生，故欲補土金者，從寄生處而補其母。是以東垣有隔二之治，是從母也，有隔三之治。又從母之外家也，土金惟寄生，故其死爲真死。惟水火從真生，故其死不死，絕處逢生矣。歸庫者，絕其生氣，而收藏也。返魂者，續其死氣，而變化也。況水火隨處有生機，鑽木可取，擊石可取，圓珠可取。方諸取水，掘地取水，承露取水，若金死不救，土死不救，木死不救，是余於五行中，獨重水火。而其生尅之妙用，又從先天之原，而與世論不同。

世人皆曰：水尅火，而余獨曰水養火。世人皆曰：金生水，而余獨曰水生金。世人皆曰：土尅水，而余獨於水中補土。世人皆曰：木尅土，而余獨升木以培土。若此之論，顛倒拂常，誰則信之，詎知君相二火，以腎爲官。水尅火者，後天有形之水火也。水養火者，先天無形之水火也。海中之金，未出砂土，不經煅煉，不畏火，不尅木，此黃鐘根本。人之聲音，出自肺金，清濁輕重，丹田所係，不求其原，徒事於肺，抑末也。今之言補肺者，人參黃芪，清肺者黃芩麥冬，斂肺者五味訶子，瀉肺者葶藶枳殼。病之輕者，豈無一效，若本原虧損，毫不相干。蓋人肺金之氣，夜臥則歸藏於腎水之中。丹家謂之母藏子宮，子隱母胎，此一藏名曰嬌藏，畏熱畏寒。腎中有火，則金畏火刑而不敢歸。腎中無火，則水冷金寒而不敢歸。或爲喘脹，或爲咳嗽，或爲不寐，或爲不食，如喪家之狗。斯時也，欲補土母以益子，喘脹愈甚，清之瀉之，肺氣日消，死期迫矣。惟收斂者，僅似有理，然不得其門，從何而入？仁齋直指云：肺出氣也，腎納氣也，肺爲氣之主，腎爲氣之本，凡氣從臍下逆奔而上者，此腎虛不能納氣歸元也。毋徒從事於肺，或壯水之主，或益火之原，火向水中生矣。若夫土者，從火寄生，即當隨火而補，然而補火有至妙之理。陽明胃土，隨少陰心火而生，故補胃土者，補心火。而歸脾湯一方，又從火之外家而補之。俾木生火，火生土也。太陰脾土，隨少陽相火而生，故補脾土者，補相火。而八味丸一方，合水火既濟而蒸腐之。此一理也，至理也。人所不知，人所不信，余特申言之。蓋混沌之初，一氣而已，何嘗有土，自天一生水，而水之凝成，處始爲土。此後天卦位，艮土居坎水之次也。其堅者爲石，而最堅者爲金，可見水土金先天之一原也。又有補子之義，蓋肺爲土之子，先補其子，使子不食母之氣，其母不衰，亦見金生土之義。又有化生之妙，不可不知。甲木戊土所畏，畏其所勝。不得已以己妹妹之，配爲夫婦，後歸外氏成家。此甲己化土，其間遇龍則化，不遇龍則不化，凡化物以龍爲主。張仲景立建中湯，以建脾土，木曰曲直，曲直作酸，芍藥味酸屬甲木。土曰稼穡，稼穡作甘，甘草味甘屬巳土。酸甘相合，甲己化土，又加肉桂，蓋桂屬龍火，使助其化也。仲景立方之妙類如此。又以見木生土之義，蓋土無定位，旺於四季，四季俱有生理，故及之。至於木也者，以其尅土，舉世欲伐之。余意以爲木藉土生，豈有反尅之理。惟木鬱於下，故其根下尅。蓋木氣者，乃生生之氣，始於東方，盍不觀之爲政者，首重農事。先祀芒神，芒神者水氣也，春升之氣也，陽氣也，元氣也，有胃氣也，同出而異名也。我知種樹而已，雨以潤之，風以散之，日以暄之，使得遂其發生，長養之天耳。及其發達既久，生意已竭，又當斂其生生之氣。而歸於水土之中，以爲來春發生之

本。焉有伐之之理。此東垣脾胃論中，用升柴以疎木氣，諄諄言之詳也。但未及雨潤風散，與夫歸根復命之理。余於木鬱論中備言之，總之申明五行之妙用，專重水火耳。

**《醫貫・論五行各有五》** 以火言之，有陽火，有陰火，有水中之火，有土中之火，有金中之火，有木中之火。陽火者，天上日月之火，生於寅而死於酉。陰火者燈燭之火，生於酉而死於寅。此對待之火也。水中火者，霹靂火也。即龍雷之火，無形而有聲，不焚草木，得雨而益熾。見於季春而伏於季秋，原夫龍雷之見者，以五月一陰生，水底冷而天上熱。龍爲陽物，故隨陽而上升，至冬一陽來復，故龍亦隨陽下伏，雷亦收聲，人身腎中相火，亦猶是也。平日不能節慾，以至命門火衰，腎中陰盛，龍火無藏身之位，故遊於上而不歸。是以上焦煩熱咳嗽等症。善治者，以溫腎之藥。從其性而引之歸原，使行秋冬陽伏之令。而龍歸大海，此至理也。柰何今之治陰虛火衰者，以黃柏知母爲君，而愈寒其腎，益速其斃。良可悲哉！若有陰虛火旺者，此腎水乾枯，而火偏盛。宜補水以配火，亦不宜苦寒之品以滅火。壯水之主，以鎮陽光，正謂此也。如燈燭火亦陰火也。須以膏油養之。不得雜一滴寒水，得水即滅矣。獨有天上火入於人身。如河間所論六氣暑熱之病，及傷暑中暑之疾。可以涼水沃之，可以苦寒解之，其餘爐中火者，乃灰土中無焰之火，得木則煙，見濕則滅。須以灰培，實以溫燼。人身脾土中火，以甘溫養其火，而火自退。經曰：勞者溫之，損者溫之，甘能除大熱。溫能除大熱，此之謂也。

空中之火，附於木中，以常有坎水滋養，故火不外見。惟乾柴生火，燎原不可止遏，力窮方止。人身肝火內熾，鬱悶煩燥。須以辛涼之品發達之。經曰：木鬱則達之，火鬱則發之，使之得遂其炎上之性。若以寒涼下之，則愈鬱矣。熱藥投之，則愈熾矣。

金中火者，凡山中有金銀之礦，或五金埋瘞之處。夜必有火光，此金鬱土中而不得越。故有光耀發見於外，人身皮毛空竅中，自覺針刺蚊咬，及巔頂如火炎者，此肺金氣虛，火乘虛而現，肺主皮毛故也。經曰：東方木實，因西方金虛也。補北方之水，即所以瀉南方之火，雖曰治金中之火，而通治五行之火，無餘蘊矣。

以水言之，有陽水，有陰水，有火中之水，有土中之水，有金中之水，有木中之水。陽水者，坎水也，氣也。希夷先生《陰陽消息論》曰：坎以一陽陷於二陰，水氣潛行地中，爲萬物受命根本。蓋潤液也，氣之液也。《月令》於仲秋云：殺氣浸盛，陽氣日衰，水始涸。是水之涸地之死也。於仲冬云：水泉動，是月一陽生，是水之動地之生也。謂之火中之水可也，謂之土中之水可也，陰水者兌澤也，形也。一陰上徹於二陽之上，以有形之水，普施萬物，下降爲資生之利澤。在上即可謂雨露之水，在下即爲大溪之水。人之飲食入胃，命門之火，蒸腐水穀，水穀之氣，上薰於肺。肺通百脈，水精四布，五經並行，上達皮毛，爲汗爲涕，爲唾爲津，下滲膀胱，爲便爲液。至於血亦水也。以其隨相火而行，故其色獨紅，周而復始，滾滾不竭，在上即可爲天。河水在下，即爲長流水，始於西北天門，終於東南地戶，正所謂黃河之水天上來，奔流到海不復回，故黃河海水皆同色也。

金中之水，礦中之水銀是也。在人身爲骨中之髓，至精至貴，人之寶也，木中水者，巽木入於坎水而上。出其水即木中之脂膏，人身足下有湧泉穴，肩上有肩井穴，此暗水潛行之道。凡津液潤布於皮膚之內者，皆井泉水也。夫水有如許之不同，總之歸於大海。天地之水，以海爲宗。人身之水，以腎爲源。而其所以能晝夜不息者，以其有一元之乾爲太極耳。此水中之五行也。明此水火之五行，而土木金可例推矣。經曰：紀於水火，餘氣可知。

**《經濟文輯・戴廷槐五行統論》** 余聞太史公《曆書》已謂黃帝建立五行，起五部矣。高辛命勾芒、祝融、蓐收、元冥、后土爲五正，則治之者有顓職。伯禹列水、火、木、金、土與穀爲六府，則修之者有常政。箕子謂鯀陻洪水汨，陳其五行而演九疇，初一曰五行：水曰潤下，火曰炎上，木曰曲直，金曰從革，土爰稼穡，視禹所敘加備矣。自是而後，有以五行分屬天地者矣，如天一生水，地六成之，地二生火，天七成之，天三生木，地八成之，地四生金，天九成之，天五生土，地十成之是已；有以五行分屬星緯者矣，如歲星爲木，熒惑爲火，鎮星爲土，太白爲金，辰星爲水是已；有以五行分屬支干者矣，如甲乙寅卯木，丙丁巳午火，戊己辰戌丑未土，庚辛申酉金，壬癸亥子水是已；有以五行分屬四時者矣，如春屬木，夏屬火，夏季屬土，秋屬金，冬屬水是已；有以五行分屬四方者矣，如東方屬木，南方屬火，中央屬土，西方屬金，北方屬水是已；有以五行分屬五常者矣，如仁爲木，禮爲火，信爲土，義爲金，智爲水是已；有以五行分屬五藏者矣，如肝爲木，心爲火，脾爲土，肺爲金，腎爲水是已。其他萬事萬物，莫不各以五行分配。然要之，凡言五

行者有二端：曰木、火、土、金、水者，以造化氣序之流行而言也；曰水、火、木、金、土者，以萬物生成之次第而言也。何以明之？五行之生也，由微而著。水質微，故居先，火漸著，故次之。然二物猶氣爾，流動閃爍，體虛而形未定者也。至於木，則著而實矣，金則實而固矣，故次於水火。若土，則該其全體，故又次於木、金。此其生出之有序如此也，則其本數只是一、二、三、四、五而已，其六、七、八、九、十者，無乃爲無用之物矣乎？蓋造化之理，一物兩體，一、二、三、四、五者，乃其生數之正；六、七、八、九、十者，乃其生數之副。生者即所成之端倪，成者即所成之結果。如一變生木，但以一隔五則成六，故曰六化成之，其實則一之一也。二化生火，但以二隔五則成七，故曰七變成之，其實則二之一也，餘皆倣此。非既生之後，必待五行具足而始有以成之也。以此又見五行之生，不離中五之土，以成形質，是故水得土則源泉以出，故一對五而成六也；火得土則歸宿有方，故二對五而成七也；木得土則培植以厚，故三對五而成八也；金得土則滋凝以固，故四對五而成九也；土得土則積厚累博，故五又得五而成十也。是以自其相生者言之，則水生木，木生火，火生土，土生金，金又生水。自其相尅者言之，則水尅金，金尅木，木尅土，土又尅水。蓋造化不可無生，然一於生則無繇而裁制，亦不可無尅，然一於尅則亡繇而發育。故相生者，嗣續以不窮；而相尅者，亦循環以不已。有母必能生子，子必能爲母報讎之義焉。如土尅水，水之子木又尅土；水尅火，火之子土又尅水；火尅金，金之子水又尅火；金尅木，木之子火又尅金；木尅土，土之子金又尅木。此必然之理也。然世俗每以生尅制化並言，生尅之理固若是矣。所謂制者果何如耶？蓋因五行內有生中之尅，又有尅中之用。何謂生中之尅也？如木生火，若火過盛，則木反爲灰燼矣；火生土，若土過盛，則火反被撲滅矣；土生金，若金過盛，則土反無發生矣；金生水，若水過盛，則金反見沉溺矣；水生木，若木過盛，則水反爲壅滯矣。此雖生而反忌者也。何爲尅中之用也？如水尅火，若火過盛，又喜水尅以成既濟之功；火尅金，若金過盛，又喜火尅以成煆煉之材；金尅木，若木過盛，又喜金尅以成芟削之美；木尅土，若土過盛，又喜木尅以成秀聳之勢；土尅水，若水過盛，又喜土尅以成隄防之助。此雖尅而反美者也。夫生中有尅，尅中有用，斯則不拘於生尅之常而謂之制者矣。由是觀之，五行也者，質具於地，氣行於天。或爲相生，而又有生中之尅；或爲相尅，而又有尅中之生。舉兩間之物，其孰能外之也哉！橫渠張子獨云：陽陷於陰爲水，附於陰爲火。木金者，土之華實也，其性有水火之雜，故木水漬則生火，然而不離，蓋得土之浮華於水火之交也。金得火之精於火之燥，得水之精於木之濡，故水火相持，而不害爍之反，流而不耗，蓋得土之精實於水火之際也。則是以金木爲水火土三者之所生而有矣。近世王子衡又祖其說，以爲天一生水等語乃緯書之辭，儒者不當援以入經，而謂水火者，陰陽始化之妙物也。故一化爲火，日是也；再化爲水，雨露是也。今曰：天一生水，地二生火，戾於造化本然之妙矣。又有，地即有土，何至天五方言生土？若尚未有土，則天三生木，地四生金，將附於何所乎？水火土，天地之大化也；金木者，三物之所自生，與人物所同出，安可與之相配。地闢而人物即生，金石之質必積久而後結，恐其生必後於人物，謂金之氣生人得乎？若謂五行生人，則觀之木津液血，水也；鑽燧氣，火也。皮之柔肉，土也；心之堅骨，金也，何異於人？謂人生木不亦可乎？至於分配支干，乃半途立論，無所本始。甲乙丙丁，子丑寅卯，大撓作此，以紀歲月日時，非有所謂屬木屬水之說。且五行之氣無則已矣，有之則一日之內無不全體俱在，安有今日爲木，明日爲火，又明日爲土，爲金，爲水乎？何春止爲木，夏止爲火，秋止爲金，冬止爲水乎！何土惟旺於四季，而餘月土氣即滅絕乎？方其一行主事，而餘四行，孰把持之，孰留停之，而能退避相遜定分而不敢越耶？子衡論辨雖多，大都不過如此，其闢世俗傅會牽合之說，極爲詳盡精當矣。愚竊謂五行，若以其質而言，則金與木乃水、火土之所生而有也，其與人物之生實然亡異，各有種類，各自完具，謂其能生人物者，非也。不惟金、木不能生人物，雖火亦不能生人物也。藉令能生火鼠、火雞，不常有也，絕未見有火生人者也。不惟火不能生人，雖水止生魚鼈而已矣，土止生禽獸草木而已矣，亦未見有水土中生人者也。不惟不能生人，雖其自生，亦有不可強通者，如金之生水，特以其爲火所煆煉而融流，不知此融流之水，能如源泉之混混乎？吾見稍離於火，即凝而爲金矣，豈有生水之理？水之生木，亦必藉土而後生，若使無土，水能自生乎？或者以水生萍當之，不知萍可以爲木乎？以火無體也，必以薪而爲體。使無草木爲之薪，且無火矣，安得有灰燼而成土乎？抑此灰燼之土，果能凝結而成金乎？且吾聞金多生於汝漢、涪水、麗水、瀨潭、沙渚之中，則謂水之生金不亦可乎？故欲論五行者，以質而論，決

有不可強通者也。若以其氣而論，則造化之始，惟有元氣之運行而已。元氣分而爲二氣，陽之氣濕是水也，陰之氣燥是火也。濕氣漸多感於陰而發舒，是木也；燥氣漸多感於陽而斂縮，是金也。二氣客盛，交相傳合而成沖和，是土也。火水二物在五行之中最爲輕清，木次之，金又次之，而土則最爲重濁矣。此乃以氣而論。其微著清濁之序，謂其能爲生天、生地、生人、生物之本，亦何不可。愚嘗有說曰：天地未開未闢之先，是爲水火生天地。天地即開，既闢之後，是爲天地生水火。何以故？彼元氣變化，水火之氣升而爲天；水之查滓，火之燥結，降而爲地。此水火生天地也。既有天地，觀之天焉，日，火也，故陽燧可取火於日焉；月，水也，故方諸可取水於月焉。又觀之地焉，山川出雲，升而爲水矣；山下出泉，降而爲水矣。剛者成石，石中有火矣；柔者爲木，木中有火矣。此天地生水火也。即生水火，則金木亦生乎其間矣。既有五行，則語其性也，水主潤，火主熯，木主敷，金主斂，而土主潟。語其氣也，水爲冽，火爲炎，木爲濕，金爲清，而土爲蒸。無一日而不流行於天地之間，無一物而不取足於五者之用。二月而蘼草死，三月而麰麥黃，不可以爲木專王春，而無金之主殺也。八月而種菘，九月而種麥，不可以爲金專王秋，而無水之主生也。盛夏之時，寸雲上騰，大雨時行，不可以爲水專王冬，而夏之水反健旺也。隆冬之時，井氣皆溫，田間野馬絪縕如故，不可以爲火專王夏，而冬之火未死絕也。四物之質，無土何附？有生之類，無土何依？不可以土只寄王於四季各十八日也。大抵五行爲造化之本，吾雖不可以強探五行爲日用之常，吾則不可以不修。是故肅時雨，若則水行修也；又時暘若，則火行修也；哲時燠若，則木行修也；謀時寒若，則金行修也；聖時風若，則土行修也。及施之有政時，蓄洩通灌溉，則水以潤下矣；明鑽燧，禁焚萊，則火以炎上矣；慎鼓鑄，審五庫，則金以從革矣；順陰陽，時斧斤，則木以曲直矣；辨疆理，重農時，則土以稼穡矣。斯五行之政舉，而六府之用成也。聖賢之所重者，惟此而已。外是如五運、五德休旺更始之談，不過曆術家之事。而六壬六甲、太乙財官，星數範圍，皇極之術，轉相湛溺怪誕，又豈吾之所暇知也哉？

**《坤輿圖說・四元行之序並其形》** 四元行不雜不亂，蓋有次第存乎其間，故得其所則安，不得其所則強。及其強力已盡，自復歸於本所焉。本所者何？土下而水次之，火上而氣次之，此定序也。其故有三：一曰重輕。重愛卑，輕愛高，以分上下。重輕又有甚次之別。因上之中有下，下之中有上，以分元行之四。水輕於土，氣重於火，水在土之上，氣在火之下。然水以重言，氣以輕言者，較從其衆故也。蓋水對一土曰輕，對二火氣曰重；氣對一火曰重，對二水土則曰輕也。以是知水必下而不上，氣必上而不下矣。二曰和情。蓋情相和則近，相背則遠。假如乾冷成土，濕冷成水，水土以冷情相和，故相近。濕熱成氣，濕冷成水，水氣以溫情相和，故亦相近。乾熱成火，濕熱成氣，氣火以熱情相和，故亦相近。若背情之行，相反則遠。假如水冷而濕，火熱而乾，二情正背，故以相遠。問土火以乾情相和，而極遠者，以土火雖有相和之情，重輕大異，故權衡於二者之故，可以定四行之序矣。三曰見試。蓋四行之序，目前易試也。火發焰，常有從下至上尖殺之形。四曰：火形。蓋不能安下而奮力以上，必向極高是也。氣偶入土水之中，不得其安而欲上行，在土爲地震爲山崩，在水爲溫爲泡。試強一毬至水底，忽然突出是也。水若騰在氣域，必被強而不得安。迨強力已盡，自復歸於本所。如成雨者，以太陽薰蒸地涇爲雲，雲稀屬氣，故輕而浮。雲密屬水，故重而墜。墜者，復其本所也。土入水，必下至水底而後安。夫四元行必圓，其理有二：一則宇宙之全正爲一球，球以天與火氣水土五大體而成。天體既圜，則四元行之，皆爲形圜也斷然矣。一則四行皆在月天之下相切，若有他形，則火形之上或方或尖而不圜，必於月天之下未能相切，以致有空闕，爲物性所不容矣。四行之上既圜，則其下亦然。苟下有他形，則周乎地者亦不圓矣。地既無不圓，則其相連之水與氣亦無不圓可知矣。蓋凡物必圓，而後能存，如方則易散而毀矣。以故非特天地與四元行皆圓，至於人物肢體及草木果實，無不皆圜也。即如滴水而必成珠，此固物合以存，不欲散而毀也。

**《性理會通・五行》** 周子曰：五行之序，以質之所生而言，則水本是陽之濕氣，以其初動爲陰所陷而不得遂，故水陰勝。火本是陰之燥氣，以其初動爲陽所揜而不得達，故火陽勝。蓋生之者微，成之者盛；生之者形之始，成之者形之終也。然各以偏勝也，故雖有形而未成質，以氣升降，土不得而制焉。木則陽之濕氣浸多，以感於陰而舒，故發而爲木，其質柔，其性暖。金則陰之燥氣浸多，以感於陽而縮，故結而爲金，其質剛，其性寒。土則陰陽之氣各盛，相交相搏，凝而成質，以氣之行而言，則一陰一陽，往來相代。木、火、金、木、土者，各就其中而分老少耳，故其序各由少而老，土則分旺四季，

而位居中者也。此五者序若參差，而造化所以爲發育之，具實並行而不相悖。蓋質則陰陽交錯，凝合而成；氣則陰陽兩端，循環不已。質曰：水、火、木、金，蓋以陰陽相間言，猶曰東、西、南、北，所謂對待者也。氣曰：木、火、金、水，蓋以陰陽相因言，猶曰東、南、西、北，所謂流行者也。質雖一定而不易，氣則變化而無窮，所謂易也。

程子曰：動靜者，陰陽之本也。五氣之運，則參差不齊矣。

或曰：五行一氣也，其本一物耳。曰五物也，五物備，然後生，猶五常一道也。無五，則亦無道。然而既曰五矣，則不可混而爲一也。

朱子曰：五行之序，木爲之始，水爲之終，而土爲之中。以《河圖・洛書》之數言之，則水一，木三，而土五，皆陽之生數而不可易者也。故得以更迭爲主，而爲五行之綱。以德言之，則木爲發生之性，木爲貞靜之體，而土又包育之母也。故木之包五行也，以其流通貫徹而無不在也；水之包五行也，以其歸根反本而藏於此也。若夫土則水、火之所寄，金、木之所資，居中而應四方，一體而載萬類者也。故孔子贊乾之四德，而以貞、元舉其終始；孟子論人之四端，而不敢以信者列序於其間，蓋以爲無適而非此也。

火中有黑，陽中陰也；水外黑洞洞地而中卻明者，陰中之陽也。故水謂之陽，火謂之陰亦得。

得五行之秀者爲人，只說五行而不言陰陽者，蓋造這人須是五行，方做得成，然陰陽便在五行中，所以周子云：五行一陰陽也，舍五行，無別討陰陽處。如甲乙屬木，甲便是陽，乙便是陰；丙丁屬火，丙便是陽，丁便是陰。不須更說陰陽，而陰陽在其中矣。或曰：如言四時而不言寒暑耳。曰：然。

問：以質而語，其生之序不是相生否？只是陽變而助陰，故生水；陰合而陽盛，故生火；木金各從其類，故在左右。曰：水陰根陽，火陽根陰，錯綜而生，其端是天一生水，地二生火，天三生木，地四生金。到是得運行處，便水生木，木生火，火生土，土生金，金又生水，水又生木，循環相生。又如甲、乙、丙、丁、戊、己、庚、辛、壬、癸，都是這箇物事。

問：木之神爲仁，火之神爲禮，如何見得？曰：神字猶云意思也。且如一枝柴，卻如何見得他是仁？只是他意思卻是仁。火那裏見得他是禮？卻是他意思是禮。

問：二氣五行，造化萬物。一闔一闢，萬變是生。所謂五行之氣，即雷、風、木、火之運耶？又即二氣之參差散殊者耶？先儒謂物物皆具，則人之氣稟有偏重者，謂之皆具可乎？或謂雖物皆具，而就五行之中，有得其多者，有得其少者，於此思之，殊茫然未曉。曰：五行之氣，如溫涼寒暑，燥濕剛柔之類，盈天地之間者皆是，舉一物無不具此五者，但其間有多少分數耳。陰陽播而爲五行，五行中各有陰陽。甲乙木，丙丁火，春屬木，夏屬火，年月日時無有非五行之氣。甲乙丙丁又屬陰屬陽，只是二五之氣。人之生適遇其氣，有得清者，有得濁者，貴賤壽夭皆然，故有參差不齊如此。

或問氣行於天，質具於地，則是有氣便有是質，氣如是，質便如是。以氣而語，其行之序則木、火、土、金、水。以質而言，其生之序則水、火、木、金、土。氣之序如此，質之序如此。潛室陳氏曰：五行始生，謂太極流行之後。自氣而成質，自柔而成剛。水最柔，故居一；火差剛，故居次。至木，至金，至土，則浸堅剛，故《洪範》與《易》言所生之序皆如此。氣則成四時之序，即五行之序也。

蔡氏曰：五行在天則爲五氣，雨、暘、燠、寒、風也；在地則爲五質，水、木、火、金、土也。天之五氣雨，暘質也，地之五質水，火氣也。天交於地，而雨，暘爲質；地交於天，而水火爲氣。二變而三不變者，二得陰陽之正，而三得陰陽之雜也。故二能變，而三不能變也。五行，二氣之分也。二氣交感，絪縕雜揉，開闢動盪。相生則水、木、火、土、金，相尅則水、火、金、木、土。出明入幽，千變萬化，四時之運，生尅著焉。自陰而陽也順，自陽而陰也逆。木之盛也，水實生之；金之成也，火實制之。順而生者易知，逆而尅者難見。曰伏焉，曰伐焉，土居其中，因時致旺，四序成功而無名稱焉，其德至矣夫。

**《修真後辨・內外五行》**　五行攢而金丹成，金丹虧而五行分。此理之所必然。但陰陽有二，五行即不是一。何則？有內五行，有外五行。有天之內外五行，有地之內外五行。天之五行是運，地之五行是氣。天之五行，甲、乙、丙、丁、戊、己、庚、辛、壬、癸十干是也。地之五行，子、丑、寅、卯、辰、巳、午、未、申、酉、戌、亥十二支是也。甲、丙、庚、壬、戊爲陽，爲外；乙、丁、辛、癸、己爲陰，爲內。寅、申、巳、亥、辰、戌爲陽，爲外；子、午、卯、酉、丑、未爲陰，爲內。獨是五行，只是一箇，何至有四箇？特以五行者，陰陽二氣

所生。立天之道，曰陰、曰陽。立地之道，曰柔、曰剛。天之五行，天之陰陽所化，金、木、水、火、土，各有陰陽之氣。甲、丙、庚、壬、戊，具有陽氣，乙、丁、辛、癸、己，具有陰氣。此天之陰陽五行也。地之五行，地之剛柔所化，金、木、水、火、土，亦各具剛柔之氣。寅、申、巳、亥、辰、戌，具有剛氣，子、午、卯、酉、丑、未，具有柔氣。此地之陰陽五行也。天之五行主動，而動中亦有靜。動中靜，即乙、丁、辛、癸、己也。地之五行主靜，而靜中亦有動，靜中動，即寅、申、巳、亥、辰、戌也。以天地全體而論，則天之五行屬外，地之五行屬內。以天地分形而論，則天之甲、丙、庚、壬、戊爲外，乙、丁、辛、癸、己爲內。地之寅、申、巳、亥、辰、戌爲外，子、午、卯、酉、丑、未爲內。此四箇五行，內外陰陽之理也。人身亦然，有天干五行，有地支五行。天干五行者，元性、元情、元神、元精、元氣爲陰，仁、義、禮、智、信爲陽。地支五行者，游魂、鬼魄、識神、濁精、妄意爲陰，喜、怒、哀、樂、慾爲陽。至於心、肝、脾、肺、腎之陽，胃、膽、三焦、膀胱、大小腸之陰，乃後天有形有象之濁物，又不在四箇五行之例矣。惟此四箇五行，以法身、幻身合而論之，以天干五行，而運地支五行也。以法身、幻身分而論之，法身以仁、義、禮、智、信而全性情，精神氣也；幻身以精、神、魂、魄、意而含喜、怒、哀、樂、慾也。以上皆天、地、人內外五行之分別。五行有相生之道，金生水，水生木，木生火，火生土，土生金。又有相剋之道，金剋木，木剋土，土剋水，水剋火，火剋金。更有生中有剋，剋中有生之道。生中有剋，後天順行之道；剋中有生，先天逆運之道。學者若能知的生剋，識的逆順，則五行之理了了。

## 綜述

**《晉書・律歷志》** 推五行用事日，立春、立夏、立秋、立冬者，卽木、火、金、水始用事日也。各減其大餘十八，小餘四百八十三，小分六命以紀算外，各四立之前，土用事日也。

**《五行大義・論相生》** 一者論相生　經云：天生一，始於北方。水地生二，始於南方火。人生三，始於東方木。時生四，始於西方金。五行生五，始於中央土。又曰：天始生一者，因一而生天，非天生一也。故云：一生二，二生三，三生萬物。地生二者，亦因二而生地，因三生人，因四生時。五行皆由一而生，數至於五，土最在後，得五而生五行也。五行同出而異時者，出離其親，有所配偶。譬如人生，亦同元氣而生，各出一家，配爲夫妻，化生子息，故五行皆相須而成也。五行同胎而異居，有先後耳。夫五行皆資陰陽氣而生，故云：濡氣生水，溫氣生火，強氣生木，剛氣生金，和氣生土。故知五行同時而起，託義相生。《傳》曰：五行並起，各以名別。然五行既以名別，而更互用事，輪轉休王，故相生也。潁容云：凡五行相生，謂異類相化。如男女異姓，能至繁殖。若以水濟水，不生嘉味。河間獻王問溫城董君曰：孝者，天之經，地之義也。何謂也？對曰：天有五行，木、火、土、金、水是也。木生火，火生土，土生金，金生水，水生木。木爲春，春主生，夏主長養，秋主收，冬主藏。藏者，冬之所成也。是故父之所生，其子長之。父之所長，其子養之。父之所養，其子成之，不敢不致如父之意，盡爲人之道也。故五行者，五常也。《白虎通》云：木生火者，木性溫暖，火伏其中，鑽灼而出，故木生火。火生土者，火熱故能焚木，木焚而成灰，灰即土也，故火生土。土生金者，金居石，依山津潤而生，聚土成山，山必生石，故土生金。金生水者，少陰之氣，潤澤流津，銷金亦爲水，所以山雲而從潤，故金生水。水生木者，因水潤而能生，故水生木也。《元命苞》云：陽吐陰化，故水生木也。《春秋繁露》云：東方木。木，農之本。司農，五穀畜績，司馬食之，故木生火。火，本朝。司馬當知，天時形兆未萌，照然獨見，天下既寧，以安君臣，故火生土也。土君當信，因時之威武，強御以成。大理，司徒，故土生金。金，尚書義，邊境安寧，寇賊不發，邑無獄訟則安。執法，司寇，故金生水。水，執法司寇，尚禮。君臣有位，長幼有序，百工維時，以成歲用。器械既成，以給司農，田官，故水生木。兩說事義雖別，而相生是同。五行各定形，唯火鑽灼方出者，火是大陽之氣，溫故乃生，鑽木出者，還寄託萬物耳。如聖人無名，能理萬物，還以萬物爲名。陽氣至神，故有隱顯。

二者論生死所　五行體別，生死之處不同，遍有十二月十二辰而出沒。木受氣於申，胎於酉，養於戌，生於亥，沐浴於子，冠帶於丑，臨官於寅，王於卯，衰於辰，病於巳，死於午，葬於未。火受氣於亥，胎於子，養於丑，生於寅，沐浴於卯，冠帶於辰，臨官於巳，王於午，衰於未，病於申，死於酉，葬於戌。金受氣於寅，胎於卯，養於辰，生於巳，沐浴於午，冠帶於未，臨官於申，王於

酉，衰於戌，病於亥，死於子，葬於丑。水受氣於巳，胎於午，養於未，生於申，沐浴於酉，冠帶於戌，臨官於亥，王於子，衰於丑，病於寅，死於卯，葬於辰。土受氣於亥，胎於子，養於丑，寄行於寅，生於卯，沐浴於辰，冠帶於巳，臨官於午，王於未，衰病於申，死於酉，葬於戌。戌是火墓，火是其母，母子不同葬，進行於丑。丑是金墓，金是其子，義又不合，欲還於未。未是木墓，木爲土鬼，不畏敢入，進休就辰。辰是水墓，水爲其妻，於義爲合，遂葬於辰。昔舜葬蒼梧，二妃不從，故知合葬非古，然季武子云：自周公已來，未之有改。《詩》云：穀則異室，死則同穴。蓋以敦其義，合骨完同歸。木、土共墓，正取此也。又以四季釋所，理歸於斯。高唐隆以土生於未，盛於戌，壯於丑，終於辰。辰爲水、土墓，故辰日不哭，以辰日重喪故也。袒踊之哀豈待移日？高唐所說蓋爲浮淺。其生王意，別又是一家。《五行書》云：土雖有寄王於火卿，生於巳，葬於辰，然土分王四季，各有生死之所。辰土受氣於申酉，胎於戌，養於亥，生於子，沐浴於丑，冠帶於寅，臨官於卯，王於辰，衰病於巳，死於午，葬於未。未土受氣於亥子，胎於丑，養於寅，生於卯，沐浴於辰，冠帶於巳，臨官於午，王於未，衰病於申，死於酉，葬於戌。戌土受氣於寅卯，胎於辰，養於巳，生於午，沐浴於未，冠帶於申，臨官於酉，王於戌，衰病於亥，死於子，葬於丑。丑土受氣於巳午，胎於未，養於申，生於酉，沐浴於戌，冠帶於亥，臨官於子，王於丑，衰病於寅，死於卯，葬於辰。《孝經援神契》云：五行土出，利以給天下。《龜經》云：土，木動爲辰土，火動爲未土，金動爲戌土，水動爲丑土。又云：甲乙、寅卯爲辰土，丙丁、巳午爲未土，庚辛、申酉爲戌土，壬癸、亥子爲丑土。凡五行之王，各七十二日。土居四季，季十八日，並七十二日。以土有四方，生死不同，此蓋卜筮所用。若論定位王相及生死之處，皆以季夏六月爲土王之時。《禮記》云：中央土在季夏之後，此則歲之半，處四時之中央。天社、地神、人鬼又並在未，坤亦在未，卦主於土，故云：土德於未，終於丑。《易》曰：西南得朋，東北喪朋。此則明土王定在於未，墓定在辰也。五行皆以父母臨官中生者，取其盛壯能生養義。唯金在火中生者，己中有方壯之土，能生金也。金非火不革其形，故金在火位中生。又云金生鬼中者，金父土戊己，寄治丙丁，父不能獨養，要須母也。金在南方值己火，金得火方化，金化而水生。戊己土有化生之水，則金不畏火。己含水氣，則金之繼母也。五行皆以葬後之月而受氣者，以其死還復生，神氣不絕故也。

三者論四時休王　休王之義，凡有三種，第一辨五行體休王，第二論支干休王，第三論八卦休王。五行體休王者，春則木王，火相，水休，金囚，土死。夏則火王，土相，木休，水囚，金死。六月則土王，金相，火休，木囚，水死。秋則金王，水相，土休，火囚，木死。冬則水王，木相，金休，土囚，火死。支干休王者，春則甲乙、寅卯王，丙丁、巳午相，壬癸、亥子休，庚辛、申酉囚，戊己、辰戌、丑未死。夏則丙丁、巳午王，戊己、辰戌丑未相，甲乙、寅卯休，壬癸、亥子囚，庚辛、申酉死。六月則戊己、辰戌、丑未王，庚辛、申酉相，丙丁、巳午休，甲乙、寅卯囚，壬癸、亥子死。秋則庚辛、申酉王，壬癸、亥子相，戊己、辰戌、丑未休，兩丁、巳午囚，甲乙、寅卯死。冬則壬癸、亥子王，甲乙、寅卯相，庚辛、申酉休，戊己、辰戌、丑未囚，丙丁、巳午死。八卦休王者，立春艮王，震相，巽胎，離沒，坤死，兌囚，乾廢，坎休。春分震王，巽相，離胎，坤沒，兌死，乾囚，坎廢，艮休。立夏巽王，離相，坤胎，兌沒，乾死，坎囚，艮廢，震休。夏至離王，坤相，兌胎，乾沒，坎死，艮囚，震廢，巽休。立秋坤王，兌相，乾胎，坎沒，艮死，震囚，巽廢，離休。秋分兌王，乾相，坎胎，艮沒，震死，巽囚，離廢，坤休。立冬乾王，坎相，艮胎，震沒，巽死，離囚，坤廢，兌休。冬至坎王，艮相，震胎，巽沒，離死，坤囚，兌廢，乾休。其卦從八節之氣，各四十五日。凡當王之時皆以子爲相者，以其子方壯，能助治事也。父母爲休者，以其子當王氣正盛，父母衰老，不能治事，如堯老委舜以國政也。所畏爲死者，以其身王能制殺之。所刻者爲囚者，以其子爲相，能囚讎敵也。柳世隆云：木，王時爲林園竹樹，相時爲葦荻草萊，休時爲椽柱船車，囚時爲薪樵榛梗，死時爲棺槨朽株。火，王時爲陶冶炎光，相時爲燈燭，休時爲煙氣，囚時爲炭燼，死時爲灰。土，王時爲國邑山岳，相時爲城社丘陵，休時爲田宅，囚時爲墻垣，死時爲糞壤。金，王時爲金玉寶器，相時爲銀銅利刃，休時爲鉛錫犁鋤，囚時爲焦器釜鑊，死時爲沙礫碎鐵。水，王時爲海瀆，相時爲湖澤陂泉，休時爲溝渠，囚時爲酒漿，死時爲枯池涸井。此並王時氣盛，故爲洪大之物。相時氣劣，其比漸小。休時氣衰，故復轉微之。囚時於惡，所以最下。死時棄不用，故是枯朽之類也。趙怡云：五行之位，得其方爲盛，得其所畏爲終。故木畏金，甲以女弟乙妻庚，庚得木氣，故木胎於金鄉而生於水中，盛於其方，衰於火鄉，火中有生金，故終於未，至西方而木終，以金王也。丙以

女弟丁妻壬，壬得火氣，故火胎於水卿，生於木中，盛於其方，衰於金位，至北方而終，以水王也。戊以女弟己妻甲，甲得土氣，故土胎於木卿，而生於火中，盛於其位，衰於水卿，至東方而終，以木王也。庚以女弟辛妻丙，丙得金氣，故金胎木卿，生於火位，盛於其方，衰於水卿，至東方而終，有生火也。壬以女弟癸妻戊，戊得水氣，故水胎於土卿，生於金中，盛於其方，衰於木卿，至南方而終，有強土也。更互相生相畏終始不絕之義也。

論配支干　支干之義，多所配合，今略論方位及配所。干不獨立，支不虛設，要須配合以定歲月日時而用。如君臣夫婦，必配合以相成。總而言之，從甲至癸爲陽、爲干、爲日，從寅至丑爲陰、爲支、爲辰。別而言之，干則甲丙戊庚壬爲陽，乙丁己辛癸爲陰；支則寅辰午申戌子爲陽，卯巳未酉亥丑爲陰。陽則爲剛、爲君、爲夫、爲上、爲外、爲表、爲動、爲進、爲起、爲仰、爲前、爲左、爲德、爲施、爲開，陰則爲柔、爲臣、爲妻、爲妾、爲財、爲下、爲內、爲裏、爲止、爲退、爲伏、爲位、爲後、爲右、爲荊、爲藏、爲閉。陰陽所擬，例多且略，大綱如此。甲乙，寅卯，木也，位在東方。丙丁，巳午，火也，位在南方。戊己，辰戌，丑未，土也，位在中央，分王四季，寄治丙丁。庚辛，申酉，金也位在西方。壬癸，亥子，水也，位在北方。甲爲干首，子爲支初，相配者，太陽之氣動於黃泉之下，在建子之月，黃鍾之律，爲氣之源，在子，故以子爲先。萬物湊出於建寅之月，皆以見形，甲屬此月，故以甲爲先而配子。見者爲陽故從干，未見者爲陰故從支。所以用甲子相配，爲六旬之始。干既有十，支有十二，輪轉相配，終於癸亥，故有六十日。十日一旬，故有六旬，一旬盡一甲癸。便以甲配子，盡干至癸酉，餘支有戌亥；又起甲配戌，盡干至癸未，餘支有申、酉；又起甲配申，盡至干癸巳，餘支有午、未；又起甲配午，盡干至癸卯，餘支有辰巳；又起甲配辰，盡干至癸丑，餘支有寅、卯；又起甲配寅，盡干至癸亥，餘支有子、丑。十干有十二支有配，周畢還從甲子起，故六甲輪轉止六十日。十日一旬，一旬之內，二支無配偶者爲之孤，所對鐘者爲之虛。卜筮所云空亡，以支孤無干，故名爲空亡。亡者，無也，無干故亡，所對者全虛，故云空也。算法，橫下十二支位於四方，縱下八干位於四方，下戊巳位於中央。若甲子旬，取甲干以配子支，如此次第相配，至戊辰，位在中央，土爲四行主，不可移，故取辰支巳支入中央，配戊巳，餘悉以干就支，至戌亥無干配之，單故爲孤，辰巳之位支干並無，故名爲虛。其空亡之辰，從五行言之，如四子旬無戌亥，水土半空亡，以戌是土亥是水也，不全無亥子，故云半也。甲戌旬無申酉，爲金全空亡，以金二支並無也。甲申旬無午未，爲火土半空亡。又巳午不全無也。甲午旬無辰巳亦然。甲辰旬無寅卯，亦云木全空亡。甲寅旬無子丑，亦水土半空亡，並以二支不俱無也。《兵書》云：陽生甲子，不足戌亥，仍爲天門。陰生甲午，不足辰巳，仍爲地戶。陽界甲寅，不足子丑，仍爲鬼門。陰界甲申，不足午未，仍爲人門。陽盛甲辰，卯爲之隔；陰興甲戌，酉爲之隔。此並是六甲之空支也。《春秋元命苞》云：地不足東南，右動終而入虛門。此明甲子孤在戌亥，虛在辰巳也。一干一支爲一日者，以周天三百六十五度四分度之一，日日行一度，故正用一干一支以主一日也。三旬爲一月者，月日行十三度四分度之一，三旬而周天也。十二月爲一歲者，四時時有三月，生殺之功備，遍十二支也。一歲合三百六十日者，六六三十六，六甲之數也。六甲間兩月之日者，以陰陽奇偶備也。陽者爲奇，陰者爲偶，萬物庶類吉凶之理以此彰矣。其支干相配，歲月日時並然。立歲之元起於上元甲子，立月之元起甲巳之歲十一月甲子，立日之元六旬起自甲子，立時之元冬夏二至後得甲巳之日，夜半起甲子，四事皆以甲子爲首也。其上配九星下配九州者，《黃帝兵決》云：甲子從北斗魁第一星起，順數至庚午，在第七剛星；至辛未，還從第六星逆數至丙子；又從第一星順數，盡六甲。其下配九州者，史書云：甲，齊；乙，東夷；丙，楚；丁，南夷；戊，魏；己，韓；庚，秦；辛，西夷；壬，燕；癸，北夷。《漢書・五行志》云：甲乙，海外，日月不治；丙丁，江淮海岱；戊己，中州河濟；庚辛，華山以西；壬癸，常山以北。子，周；丑，翟；寅，楚；卯，鄭；辰，邯鄲；巳，衛；午，秦；未，中山，宋；申，齊；酉，魯；戌，越；亥，燕。《龍首經》曰：子，齊，青州；丑，吳越，揚州；寅，燕，幽州；卯，宋，豫州；辰，晉，兗州；巳，楚，荊州；午，周，三河；未，秦，雍州；申，蜀，益州；酉，梁州；戌，徐州；亥，衛，並州。若地辰之位，史、漢近之；星次而論，《龍首》爲當。其配人身，甲乙爲頭，丙丁爲胸脇，戊己爲心腹，庚辛爲股，壬癸爲手足；則子爲頭，丑亥爲胸臂，寅戌爲手，卯酉爲腰脇，辰申爲尻肱，巳未爲脛，午爲足，此皆初爲首末爲足。配五藏也，干以甲乙爲肝，丙丁爲心，戊己爲脾，庚辛爲肺，壬癸爲腎也；支以寅卯爲肝，巳午爲心，辰戌，丑未爲脾，申酉爲肺，亥子爲腎，此皆從五行配之。又於以甲乙

爲皮毛，丙丁爲爪筋，戊己爲宍，庚辛爲骨，壬癸爲血脈也；支以寅卯爲皮毛，巳午爲爪筋，辰戌、丑未爲宍，申酉爲骨，亥子爲血脈也。木生在土上故爲皮毛，火有猛毅故爲筋爪，土有持載故以爲宍，金性堅剛故爲骨，水本流潤故是爲血脈。並支干所配，故以備釋。

**《五行大義・論五行相雜》**　一者論五行體雜　凡五行均布，遍在萬有，不可定守一途。今先論五行體雜。但其氣周流，隨事而用，若言不雜，水只應一，何故謂五而爲六，火、金、木、土並爾。當知生數爲本，成數爲雜，既有雜，故一行當體即有五義。如木有曲直，此是木也，木中有火則是火也，木堪爲兵仗有擊觸之能即是金也，木中有潤即是火也，木吐華葉子實即是土也。火外陽即是火也，內陰即是水也，能殺即是金也，能熟即是木也，能生即是土也。土能生即是土也，能容即是水也，能成即是木也，能防故是金也，含陽即是火也。金能斷即是金也，從革即是木也，含火即是火也，有汗即是水也，能生即是土也。水外陰即是水也，內陽即是火也，含養即是木也，潤生即是土也，能殺即是金也。此皆以義釋，三行通有五氣。就事而論義則不爾，或有或無。質弱者則體相容，質堅者則體不相容。金中無木，木中無金，金木以正相害故。水中無火，火中無水，兩法正相害故。亦水中無金，金中有水，木中亦有水；木中亦有火，石中亦有火。而水能生木，則木中有水；水生於金，金中有水。火生於木，木中有火，水復從金生，金中有水，水能生木，木中有火。火刻於金，那得石復有火？此是火性弱，故能入堅。而火中無金，是堅不能入弱。木生於水，木中含水；金能生水，金中含水。所以水中無金、木者，金、木在水中，不得言水體有金木。溼潤在木石中，木石便得有水義，此亦是弱能入堅，堅不能入弱。炎州有樹，生於火中，此非火能生樹，是火不能燒樹，亦非火在樹中，乃是樹在火中而體不相雜，無異金在水中而不能雜水體，亦如海中陰火潛燃，此水中有火，但非水體雜火。此稍涉靈奇，亦非五行常準。又木中有火，火還燒木，此是生火方盛，故能燒木。石中有火，火不燒石，是火至金鄉氣已衰，故不能燒石。其以火消金者，亦取其盛故能爍金，是不取衰火，猶如金能剋木，鉞錫不能斷，此是不堅之金也。土性包含，無所不受，故土中皆備有水金木火。火非直陽氣，猶如蕩陽地燃，是陰也。土火非相害，雖不恒爾，不得言無。等是四行，何故獨爾？土既居地，地即是陰，火即是太陽之氣，故不得恒有也。

二論支干雜　支干雜者，《五行書》云：甲以女弟乙嫁庚爲妻，故乙中有雜金，立春木王，甲召乙還，乙懷金氣來，故仲春殺榆莢白也。丙以女弟丁嫁壬爲妻，丁中有雜水，立夏火王，丙召丁還，丁懷水氣來，故仲夏桑椹熟黑也。戊以女第己嫁甲爲妻，己中有雜木，季夏土王，戊召己還，己懷木氣來，故季夏有菓實青也。庚以女弟辛嫁丙爲妻，辛中有雜火，立秋金王，庚召辛還，辛懷火氣來，故仲秋棗熟朱也。壬以女弟癸嫁戊爲妻，癸中有雜土，立冬水王，壬召癸還，癸懷土氣來，故仲冬草木皆黃也。甲、丙、戊、庚、壬爲男，剛強，故自有德不雜；乙、丁、己、辛、癸爲女，柔弱，不自專，從夫，故有雜。猶出嫁之女即稱夫氏，歸寧之日攜子而來，氏族便雜。《五行十雜》云：甲爲木，乙爲材，丙爲火，丁爲灰，戊爲土，己爲泥，庚爲金，辛爲鑪鞴，壬爲水，癸爲濁汗。此皆雜義也。寅卯爲木，春懷火，故卯爲純木，寅爲雜木。巳午爲火，夏懷土，故午爲純火，巳爲雜火。申酉爲金，秋懷木，故酉爲純金，申爲雜金。亥子爲水，冬懷木，故子爲純水，亥爲雜水。土居中央，分主四氣，故辰中有餘木，未中有餘火，戌中有餘金，丑中有餘水，各十二日。故四孟爲懷任，生氣之所由；四仲，盛壯之所立；四季，葬送之所在，懷任主葬皆有雜義。

三論方位雜　五行非直性相雜，當方亦有雜義。東方，甲、乙、寅、卯、辰。甲，木也；乙中有雜金；寅中有生火；辰，土也；卯中有死水。南方，丙、丁、巳、午、未。丙，火也；丁中有雜水；巳中有生金；未，土也；午中有死木。西方，庚、辛、申、酉、戌。庚，金也；辛中有雜火；申中有生水；戌，土也；又酉中有胎木。北方，壬、癸、亥、子、丑。壬，水也；癸中有雜土；亥中有生木；子中有胎火；丑中有死金。此並方別有五行也。寅、午、戌，火之位也。寅中有生火，在東方；午中有王火，在南方；戌中有死火，在西方。亥、卯、未，木之位也。亥中有生木，在北方；卯中有王木，在東方；未中有死木，在南方。申、子辰，水之位也。申中有生水，在西方；子中有王水，在北方；辰中有死水，在東方。巳、酉、丑，金之位也。巳中有生金，在南方；酉中有王金，在西方；丑中有死金，在北方。此一行之體雜在三方也。未、辰、丑、戌，土之位也。未中有土，土辰中有死土，丑中有衰土，戌中有壯土，此土體雜在四方也。趙怡言：五行相雜如錦綺焉。斯言當矣。

論德　德者，得也。有益於物，各隨所欲，無悔悋，故謂之爲德也。《五行書》云：若有一德，能攘百災。凡陰陽用事，遇德爲善，謂之福德。爲有救助，萬事皆吉，災害消亡。德有四德，三者從支干論之，一者從月氣論之。支干三種者，一曰干德，二曰支德，三曰支干合德。干德者，甲德自在，乙德在庚，丙德自在，丁德在壬，戊德自在，己德在甲，庚德自在，辛德在丙，壬德自在，癸德在戊。此十干者，甲、丙、戊、庚、壬爲陽，尊，故德自處。乙、丁、己、辛、癸爲陰，卑，故配德於陽，有從夫之義，所以不自爲德。揚子云：配日之道，正有五日。甲己爲木，丙辛爲火，戊癸爲土，乙庚爲金，丁壬爲水。陰陽之理，必相配偶，以則君臣、夫婦之義，甲爲君爲夫，己爲臣爲妻。君位自在，臣位由君，故己德在甲，乙德在庚也。餘四皆然，陰從陽之道。支德者，子德在巳，丑德在午，寅德在未，卯德在申，辰德在酉，巳德在戌，午德在亥，未德在子，申德在丑，酉德在寅，戌德在卯，亥德在辰。此皆以其夫生助之所也。子以巳爲德者，子，水也，以土爲夫，巳中有生土。丑以午爲德者，丑，土也，以木爲夫，午中有死木。寅以未爲德者，寅，木也，以金爲夫，未中有冠帶金。卯以申爲德者，卯，木也，以金爲夫，申中有相金。辰以酉爲德者，辰，土也，以木爲夫，酉中有胎木。巳以戌爲德者，巳，火也，以水爲夫，戌中有冠帶水。午以亥爲德者，午，火也，以水爲夫，亥中有相水。水以子爲德者，未，土也，以木爲夫，子中有沐浴木。申以丑爲德者，申，金也，以火爲夫，丑中有養火。酉以寅爲德者，酉，金也，以火爲夫，寅中有生火。戌以卯爲德者，戌，土也，以木爲夫，卯中有王木。亥以辰爲德者，亥，水也，以土爲夫，辰中有死土。或問云：從夫之義，生者有德，能相和養，故從。死者離背，不能和從，可以死猶爲德？答曰：婦無再醮，一降適人，便稱夫氏，雖死猶從其族，豈得生而稱之，死便捨棄？故陰之從陽，生死常存。支干合德者，子德在甲，丑德在辛，寅德在丙，卯德在丁，辰德在庚，巳德在己，午德在戊，未德在辛，申德在壬，酉德在癸，戌德在庚，亥德在乙，此皆從子爲德也。謂子能扶助其母，有孝養之性，以爲德也。主干爲陽，支爲陰，陽體剛強自在，陰體柔順從陽。婦人有三從之禮，每無自專之義，夫死從子，故以子爲德。若有支干各自爲德，皆從其夫，既今支干共爲德，故離其夫位，故便從子也。子德在甲者，水爲木母故也。例皆如之。一從月氣爲德者，德不孤立，對之以刑。德爲陽以從乾，刑爲陰以從坤，亦如人之治政，刑德兩施。德有慶賜爵賞，所以配陽；刑有殺罰削奪，所以配陰。故王者，日蝕則脩德，月蝕則脩刑。董仲舒《春秋繁露》云：天道之常，一陽一陰。陽者天之德，陰者天之刑。陰陽以終歲之行，以觀天之所親任，可以見德刑之用矣。然天之任陽不任陰，好德不好刑。故陽出而積於夏，任德以歲事；陰出而積於冬，錯刑以空處也。太公云：人主舉事，善則天應之以德，惡則天應之以刑。此並陰陽相對，德不獨治，須偶之以刑也。從乾坤二卦之氣者，十月坤卦用事，自十一月而陰氣動，陰爻變；四月乾卦用事，自五月而陰氣動，陽爻變。故黃鍾、蕤賓，陰陽之氣始也，德刑在焉。建子之月，坤初六爻變爲陽，復卦用事，陰氣動於黃泉之下，陰氣布在蒼天之上，爲德在室而刑在野。建丑之月，坤六二爻變爲陽，臨卦用事，陰氣稍出，萬物萌牙，陰氣將降，威怒已衰，爲德在堂而刑在街。建寅之月，坤六三爻變爲陽，泰卦用事，陽氣已達，陰氣降入，陰陽交泰，萬物抽其牙葉，爲德在庭而刑在巷。建卯之月，坤六四爻變爲陽，大壯卦用事，陽氣上騰乎天，陰氣下入乎地，陰陽氣交，萬物成出，德刑俱會於門。建辰之月，坤六五爻變爲陽，夬卦用事，陽氣上達，陰氣衰微，爲德在巷而刑在庭。建巳之月，坤上六爻變爲陽，純陽用事，陽氣大盛，陰氣消除，萬物悅壯，無復刑殺，爲德在街而刑在堂。建午之月，乾初九爻變爲陰，卦遘用事，陰氣動於黃泉之下，陰氣布於蒼天之上，爲德在野而刑在室。建未之月，乾九二爻變爲陰，遁卦用事，陰氣稍昇，陽氣將損，萬物壯極，皆以衰老，爲德在街而刑在堂。建申之月，乾九三爻變爲陰，否卦用事，陰氣沈退，陰氣進昇，陰陽否隔，殺威方盛，爲德在巷而刑在庭。建酉之月，乾九四爻變爲陰，觀卦用事，陽氣內入，陰氣外施，陰陽合爭，萬物變衰，爲德在門刑復會於門。建戌之月，乾九五爻變爲陰，剝卦用事，陽氣將盡，陰氣上達，萬物枯悴，殺害盛行，爲德在庭而刑在巷。建亥之月，乾上九爻變爲陰，純坤復位，陽氣消除，陰氣大盛，萬物收藏，未見刑犯，爲德在堂而刑在街。此刑德二事，出入向趣，皆以用之，彌忘拙鑿，遇德則吉，逢刑則凶，故於此擇。

論合　孔子曰：乾，陽也；坤，陰也。陰陽合德，五行之本，受生於天則受成於地，稟氣於陽，定形於陰，體無偏立，故各有合。總而言之，干爲陽屬天，支爲陰屬地。別而言之，干自有陰陽，甲陽乙陰，丙陽丁陰，戊陽己陰，庚陽辛陰，壬陽癸陰；支亦自有陰陽，子陽丑陰，寅陽卯陰，辰陽巳陰，午陽未陰，申陽酉陰，戌陽亥陰，各象天地而自相配合，有夫婦之道。干合者，己

爲甲妻，故甲與己合；辛爲丙妻，故丙與辛合；癸爲戊妻，故癸與戊合；乙爲庚妻，故乙與庚合；丁爲壬妻，故壬與丁合。季氏《陰陽說》曰：木八畏庚九，故以妹乙妻庚，庚氣在秋，和以木氣，是以薺麥當秋而生，所謂妻來之義。火七畏壬六，故以妹丁妻壬，壬得火熱氣，故款冬當冬而華。金九畏丙七，故以妹辛妻丙，丙得金氣，故首夏靡草薺麥死，故夏至之後，三庚爲伏，以畏火也。土五畏甲八故以妹己妻甲，土事陰陽，合以雌嫁木，故能生物也。水六畏土五，故以妹癸妻戊，五行相和，是其合也。支合者，日月行次之所合也。正月日月會於諏訾之次，諏訾，亥也，一名豕韋，斗建在寅，故寅與亥合。二月日月會於降婁之次，降婁，戌也，斗建在卯，故卯與戌合。三月日月會於大梁之次，大梁，酉也，斗建在辰，故辰與酉合。四月日月會於實沈之次，實沈，申也，斗建在巳，故巳與申合。五月日月會於鶉首之次，鶉首，未也，斗建在午，故午與未合。六月日月會於鶉火之次，鶉火，午也，斗建在未，故未與午合。七月日月會於鶉尾之次，鶉尾，巳也，斗建在申，故申與巳合。八月日月會於壽星之次，壽星，辰也，斗建在酉，故酉與辰合。九月日月會於大火之次，大火，卯也，斗建在戌，故戌與卯合。十月日月會於析木之次，析木，寅也，斗建在亥，故亥與寅合。十一月日月會於星紀之次，星紀，丑也，斗建在子，故子與丑合。十二月日月會於元枵之次，元枵，子也，一名天黿，斗建在丑，故丑與子合。元枵者，元，黑也；枵，耗也。陰氣盛，故萬物始動，猶未出生，天下空虛，謂之曰耗。星紀者，紀，統也，領萬物所終始也。折木者，萬物始萌，分別水木也。大火者，東方，木也，心宿在卯，火出木心也。壽星者，萬物始達，各任其命也。鶉尾者，南方朱雀之宿以軫尾也。鶉火者，陽氣盛大，火星昏中，在七星朱鳥之處也。鶉首者，南方之宿，形其象鳥以並爲冠以柳爲口也。實沈者，陰氣沈重降實於物也。大梁者，強也，白露已降，萬物堅強也。降婁者，降，下也；婁，曲也，陰氣上侵，萬物萎曲也。諏訾者，陰盛陽伏，萬物悉哀也。凡陰陽相配，善惡理均，凶不全凶，吉不獨吉，吉終則凶，凶終則吉，故合不專合，復有離義。就支干配日辰，乃有五合五離。五合者，《河圖》云：甲寅、乙卯天地合，丙寅、丁卯日月合，戊寅、己卯人民合，庚寅、辛卯金石合，壬寅、癸卯江河合。五離者，甲申、乙酉天地離，丙申、丁酉日月離，戊申、己酉人民離，庚申、辛酉金石離，壬申、癸酉江河離。寅卯陽之所昇，能生萬物，日常出之，月滿又出，東方少陽生長之處，物所欣會，故以爲合。申酉陰之所湊，肅殺之方，日月皆沒於其所，西方少陰衰老之處，物之所惡，故以爲離。甲乙日干之首，卦屬乾坤，故比天地；丙丁陽光之盛，故方日月；戊己居中，能成萬物，故類人民；庚辛體自金石；壬癸居然江河。凡爲萬事，吉則從合，凶則從離，遇合則休，值離則否。選日定時，卜筮之用，彌所用也。

論扶抑　扶者以輔助爲義，抑者以止退立名。五行既成，盛衰有時，尊卑代易，故有相扶抑者義。其相遇也，母得子爲扶，子遇母爲抑。子有孝養順助之理，所以爲扶；母有尊嚴訓制之道，所以爲抑。相扶者，木扶水、水扶金、金扶土、土扶火、火扶木，此皆母得子。相抑者，木抑火、火抑土、土抑金、金抑水、水抑木，此皆子遇母也。柳世隆《龜經》云：扶者壽抑者否，扶者起抑者止，扶者仰抑者俛，扶者進抑者退，扶者行抑者停，扶者吉抑者凶。就此又須消息。凡父母，有氣爲真父母，無氣爲宗廟鬼神；有氣爲兒子福助，無氣爲財帛功德。所以扶者必善，抑者爲惡。生王之時則爲有氣，死沒之時則是無氣。有氣無氣復有二種，若遇合德雖抑非害，若逢刑剋爲凶更重之。問曰：母之於子，訓制之道謂之爲凶，此未可解。尊嚴訓制，教以義方，欲其成人，何爲反惡？答曰：前解已有二種。若遇一德合，雖抑非害，有氣爲真父母，此是欲其成人。雖然，當訓之時，於子交不遂心，亦是留礙，況逢刑剋。舜之至孝，尚大杖則逃，王祥扣冰，孟宗泣筍，此豈是義方之教？無氣爲鬼神者，鬼神之來，多欲爲崇，禱請祈求，乃可致福。此否抑者何？問曰：解云有氣爲父母，無氣爲鬼神者，此亦有疑。夫鬼神雖居幽微，猶是有物，精靈感通，禍福斯應。若云無者，宗廟饗祀何所依憑？答曰：所言有無者，正論生死。生則形存爲有，死則氣散爲無。不語幽微，何足疑也。問曰：若如此解，死則爲無。無何所慮而能爲抑？答曰：鬼神雖無形質可見，而有善惡可求，故能爲抑。問曰：若能爲抑，便是有義。答曰：就抑則有語形則無。今解無也，就氣而論，非是全無，但無王相之氣而有死沒之氣。王相氣來則吉，死沒氣來則凶。所言無氣者，無王相氣耳。

論相剋　五行雖爲君臣父子，生王不同，逐忌相剋。剋者，制罰爲義，以其力強能制弱，故木剋土、土剋水、水剋火、火剋金、金剋木。《白虎通》云：木剋土者專勝散，土剋水者實勝虛，水剋火者，衆勝寡。火剋金者，精勝堅。金剋木者，剛勝柔。《春秋繁露》云：木者，農也，農人不順如叛，司徒誅其

率正矣，故金勝木。火者，本朝，有讒邪熒惑其君，法則誅之，故水勝火。土者君，大奢侈，過度失禮，民叛之窮，故木勝土。金者，司徒，弱不能使衆則司馬誅之，故火勝金。水者，執法，阿黨不平則司寇誅之，故土勝水。勝者爲君，爲夫，爲官，爲吏，爲鬼，負者爲臣，爲妻，爲財。君以威嚴尊高，夫以德義隆重，官以能有賞伐，吏以刑法裁斷，鬼以剋殺病喪，並爲勝者也。臣以畏伏其上，妻以敬從其夫，財以休彼制用，並爲負者。凡上剋下爲順，下剋上爲剝。喻如君有刑臣之法，臣無犯君之義，父有訓子之道，子之無教父之方。所以上之剋下，順理而行；下之剋上，乖理而剋。故《白虎通》云：陽爲君，陰爲臣。水以太陰之氣制太陽之火，金以少陰之氣制少陽之木，喻如失道之君，若殷湯放桀，周武伐紂。此皆誅有罪也。凡卜筮，得其所剋者凶，得所受制者吉。五行之道，子能拯父之難，故金往剋水，火復其讎，火既消金，水雪其恥。然當衰氣者，反爲王者所制，如鼎鑊中水爲火所煎。《白虎通》云：火熱水冷，有溫水無寒火何？明臣可爲君，君不可爲臣。火煎水爲湯者，不改其形，但變其名也。水滅火爲炭者，形名俱盡也。亦如君被廢而不存，臣有罪而退職也。五行相剋，木穿土不毀，火燒金不毀者，皆陽氣仁，好生故也；金伐木犯，水滅火犯者，有氣貪，好殺故也。至如山崩川竭，木石爲災，天火下流，人火上燎，水旱南並，風霜爲害，此並失政於人，天地作譴，爲五行相滲者。乖滲不和之義，以其氣衝相滲，不名剋也。滲亦廢也，於木則南宮極震，於水則三川竭，於火則宮室災，於金則九鼎震，於土則齊楚山崩。木、金、水、火俱滲土者，地動分折是也。故五行氣衝而有六滲，大概如斯。

論刑　夫刑者，殺罰爲名。自是刑於不義，非故相刑也。五行各在一方，寒暑推移，應時而動，不失其節，各不犯，各無應獨受刑者。但須用之不嚴而治，不可棄而不用，故皆還相刑，如以金治金則成其器，以人治人則成國政。《呂氏春秋》云：刑罰不可偃於國，笞怒不可廢於家。故五刑之屬三千，莫不本乎五行。《周書》曰：因五行相剋而作五刑，墨、劓、刵、宮、大辟是也。火能變金色，故墨以變其宾；金能剋木，故刵以去其骨節；木能剋土，故劓以去其鼻；土能塞水，故宮以斷其淫泆；水能滅火，故大辟以絕其生命。至於漢文，去其宾刑，代之以鞭笞，其後梟斬、流、絞之徒，並不越其五數。《尚書》云：流宥五刑。又五流相去各五百里，鞭笞之數起自於十，積而至百，亦依十干之數。《尚書刑德放》云：大辟象天刑，罰贖之數三千，應天、地、人。日辰支干之刑亦有三種，故天地人之刑，其揆一也。三種者，一支相自刑，二支刑在干，三干刑在支。支自相刑者，子刑在卯，卯刑在子，丑刑在戌，戌刑在未，未刑在丑，寅刑在巳，巳刑在申，申刑在寅，辰、午、酉、亥各自刑。《漢書》翼奉奏事云：本落歸本，故亥、卯、未，木之位，刑在北方，亥自刑，卯刑在子，未刑在丑。水流向未，故申、子、辰，水之位刑在東方，申刑在寅，子刑在卯，辰自刑。金剛火強，各還其鄉，故巳、酉、丑之位，刑在西方，巳刑在申，酉自刑，丑刑在戌。寅、午、戌，火之位，刑在南方，寅刑在己，午自刑，戌刑在未。干刑支者，寅刑在庚，卯刑在辛，辰刑在甲，己刑在癸，午刑在壬，未刑在乙，申刑在丙，酉刑在丁，戌刑在甲，亥刑在己，子刑在戊，丑刑在乙；支刑干者，甲刑在申，乙刑在酉，丙刑在子，丁刑在亥，戊刑在寅，己刑在卯，庚刑在午，辛刑在巳，壬刑在辰戌，癸刑在丑未，此並以所勝爲刑也。凡卜筮所用，遇刑非善，然所求之事，非刑不獲。史蘇《龜經》云：當成不成，視兆相刑。又問云：六合是吉而巳申相剋者何？答曰：金帶水生火中，火爲金鬼，水爲火鬼，金共水生火中，則是鬼母子身。申是金位，兼復懷水；巳是火位，復有生金，還相讎，故以爲刑也。然刑有上下，寅刑在巳者，巳爲刑上，寅爲刑下，餘例悉爾。故《兵書》云：刑上風來，坐者急起，行者急住。即此謂也。云三刑者，如寅刑在巳，巳刑在申，寅日申時，巳上起風或巳上見妖，謂之三刑也。他亦効此。別有從氣爲刑，與德相對者，已從前解，故不重釋。

論害　相害者，逆行相逢，於十二辰兩兩相害，名爲六害。戌與酉，亥與申，子與未，丑與午，寅與巳，卯與辰，是六害也，是殺傷之義。今此六害，或是君臣父子，或是夫妻，理不應害。《孝經》云：不愛其親而愛他人者，謂之悖德。既違其慈愛之性，故有怒戮之理。五行所惡，其在破衝。今之相害，以與破衝合，故父失其慈，子違其孝，妻不敬順，夫棄和同，並合讎忿，理成相害。至如命待熊羆，飢探雀鷇；重耳外奔，申生賜書；河內則夫婦相殘，塞外則君臣殺奪，此豈非害乎？辰、卯爲害者，卯與戌合，戌破於辰，辰土爲卯木妻，戌辰同讎，卯與戌合便是棄。辰與酉合，酉衝破卯，辰爲卯妻，酉爲卯讎，辰與酉合，酉能剋卯，婦奸外夫，殺本夫之象也。巳與申合，申衝於寅，巳爲寅子，申能剋寅，巳與申合，子有逆行。丑午相害者，丑與子合，子衝破

午，午與未合，未破於丑，亦是父子相害義也。未子相害者，未與午合，午衝破子，未土爲君，子水爲臣，午火爲子水之財，君以財害臣之象也。子與丑合，丑破於未，丑又是土，子與丑合，欲引外君共害其生，此則臣有逃亡之象也。申亥相害者，亥與寅合，寅衝於申，申與巳合，巳衝於亥，亦是父子相害義也。夫相生不必相生，相害不必相害。猶如火能燒物，遂有炎州之火而不能燒物；水能潤長，洪潦暴至亦使草樹芸黃，此是相生反相害、相害反相生者。鑽木得火而雲雨擊電，相因而有，此是相害反相生也。水本害火，膏油漬炷，燈火益明，亦是相害反相生也。陰陽五行，萬物所存吉凶之應，各以其類言之。或吉中有凶，凶中有吉，凶則視其所救，吉則觀其所害。凶而有救，不至於禍；吉而有害，不及於慶。純凶則禍大，純吉則福深。如丑午相害，以子衝破午，子有王水，此爲純凶；未破於丑，丑有欲相之木，能制未，爲有救也。未子相害，午衝破於子，子是王水，水制午火，爲凶中有吉；子與丑合，丑土反制子水，即是吉中有凶。生害之義，例皆如斯。

論衝破　衝破者，經其氣相格對也。衝氣爲輕，破氣爲重。支干各自相對，故各有衝破也。干衝破者，甲庚衝破，乙辛衝破，丙壬衝破，丁癸衝破，戊壬、甲戊、乙己亦衝破，此皆對衝破，亦本體相剋，彌爲重也。支衝破者，子午衝破，丑未衝破，寅申衝破，卯酉衝破，辰戌衝破，巳亥衝破。此亦取相對。其輕重皆以死生言之。四孟有生而無死，直衝而不破；四季有死而無生，直破而無衝；四仲死生俱興，故並有衝破。四孟有生無死，直有衝無破者，寅有生火，巳有生金，申有生水，亥有生木也。四仲死生俱有者，卯有王木、死水，午有王火、死木，酉有王金、死火，子有王水、死金。四季有死而無生者，辰有死水，未有死木，戌有死火，丑有死金。死氣則重，故能破；生氣則輕，故相衝。又復甲往向庚爲衝，庚往向甲爲破，以強者制弱也，其衝破皆以對位抗衝，最爲不善。又互向對衝之地，我當在庚，令敵居甲，以強制弱故也。問曰：沴氣是相衝而爲，今解衝破而不喚爲沴，此未可解。答曰：五行相沴，因事變重，非是常然。有伐則見，無災則止。今之所解，直是支干之位，常自格對，剛柔相衝，非問變異，寧得稱爾矣。

**《五行大義・論八卦八風》**　八卦者，《周易》云：古者庖羲氏之王天下也，仰則觀象於天，俯則觀法於地，觀鳥獸之文與地之宜，近取諸身，遠取諸物。於是始作八卦，以通神明之德，以類萬物之情。兼三才而兩之，故六畫而成卦。因八方之通八風，成八節之氣，故卦有八。其配五行者，乾、兌爲金，坎爲水，震、巽爲木，離爲火，坤、艮爲土，各以方位言之。《易通卦驗》云：艮東北，主立春；震東方，主春分；巽東南，主立夏；離南方，主夏至；坤西南，主立秋；兌西方，主秋分；乾西北，主立冬；坎北方，主冬至。坎居北方者，冬至之日，陽氣動於黃泉之下，子雖大陰之位，以陽氣動其下，故其封外陰內陽，象水內明中懷陽也，故居子位以配水。艮在東北者，其卦一陽在上，象立春之時，陽氣已發，在於地上，下有重陰，象陰氣猶厚，陽氣尚微，艮既爲山，以其重陰在下積土深，故卦復在丑，丑爲未衝，故以配土。震居東方者，震爲長男，能主幹任，故居顯明之地，東方春也，萬物咸得生出，明淨顯著，震爲雷，雷動則萬物出，春分之時，天氣下降，地氣上騰，天地和同，萬物萌動，故震居卯，卯木少陽之位，故以配木。巽居東南者，其卦重陽在上，象立夏之時，陽氣已盛在上，陰氣微弱在於下，木之爲物，入地最少，出土最多，巽卦二陽在上，象木出地之多，一陰居下，象木入地之少，木體是陽，亦宜明顯，故在東南以配於木。離居南方者，夏至之時，陰動於黃泉之下，午是盛陽之位，而陰氣動，故其卦外陽內陰，象火外明內暗，懷陰氣也，故在南方以配火。坤居西南者，坤卦純陰之象，能養萬物，莫過於地也，陰體異順，不敢當首，陰動於午，至未始著，故坤後午之位，地體積陰，坤既純陰象地，禮以中央土在未，地即土也，故在西南以配土也。兌在西方者，兌卦一陰在上，象秋分之時，陽氣已深，金爲少陰，故一陰居上，酉是金位，故在西方以配金。乾居西北者，乾卦純陽之象，生萬物者莫過乎天，乾爲生物之首，是氣起子，乾是陽氣之本，故先子之位，以純陽堅剛，故在西北以配金。《易傳》曰：震主春分、穀雨。穀雨得天兌則萬物畢生。兌者西方之卦，是時日在昂，昂西方之宿，以日在西，故曰天兌。貌順木得則天兌爲和，貌失水逆則天兌爲害而常雨爲罰。兌主秋分、霜降。霜降得天震之動氣，則天下霜，萬物死。東方之卦，是時日在房，房東方之宿，以日之在東方，故曰天震。言順金得則天震爲和，言失金逆則大震爲害而旱罰。所以貌雨言旱者，震陽兌陰，陽旱陰雨也。木之所以雨，金之所以旱者，其人事貌失則下怨陰盛，故雨；言失則失衆，孤陽獨立，羣陰不附，故旱。春、秋二時，震、兌相臨，天地氣和，所以不極寒熱也。坎主冬至，大寒。大寒得天坎之氣則天下大寒。是時日在虛，虛北方之宿，故曰天坎。聽順水得則天坎爲和，聽失水逆則天坎爲罰，故常寒。

離主夏至、大熱。大熱發長，復得天離之氣則天下大熱，萬事畢出，是時日在七星，七星南方七宿，故曰天離。視順大得則天離爲和，視失火逆則天離爲罰，故常煥。冬、夏二時天地氣併，坎、離各當其方，所以極寒熱也。今分八卦以配方位者，坎、離、震、兌各在當方之辰，四維四封則丑、寅屬艮，辰、巳屬巽，未、申屬坤，戌、亥屬乾。八卦既通八風，八方以調八節之氣，故坎生廣莫風，四十五日至艮，生條風；四十五日至震，生明庶風；四十五日至巽，生清明風；四十五日至離，生景風；四十五日至坤，生涼風；四十五日至兌，生閶闔風；四十五日至乾，生不周風；四十五日又至坎。陽氣生五極九，五九四十五，故左行四十五日而一變也。廣莫風者，廣，大也；莫，沙漠也，寒氣廣遠，自沙漠而來也，亦云此時陽氣在下，陰莫之廣大也。條風者，條，達也，此時達生萬物也。明庶風者，庶，衆也，此時陽以施惠之協，衆物皆明出也。清明風者，天氣明淨清涼也，此時清風吹萬物，使盛大明淨可觀也。景風者，景，高也，萬物至此太高也，亦言景竟也，陽道至此終竟也。涼風者，秋風涼也，此時除氣淒涼，收成萬物也。閶闔風者，昌盛也，此時萬物盛而收藏之也。不周風者，周遍也，萬物備成，不周者，閉不通也，言此時純陰無陽閉塞不通也。《淮南子》曰：東北方曰蒼門，生條風；東方曰開明門，生明庶風；東南方曰陽門，生清明風；南方曰暑門，生景風；西南方曰白門，生涼風；西方曰閶闔門，生閶闔風；西北方曰幽都門，生不周風；北方曰寒門，生廣莫風。蒼門者，東北木將用事，春之始，故曰蒼門。開明門者，明，陽民，日之所出，故曰開明門。陽門者，月建在巳，純陽用事，故曰陽門。暑門者，盛衰之時，故曰暑門。白門者，月建在申，金氣之始，故曰白門。閶闔門者，八月建在酉，萬物將收，閶大，闔閉，收閉之時，故曰閶闔門。幽都門者，幽，暗也，元冥將始，用事陰聚，故幽也，故曰幽都門。寒門者，積寒所在，故曰寒門。此八極之方，是八風之所起也。《呂氏春秋》云：東方滔風，東南動風，南方世風，西南淒風，西方飄風，西北厲風，北方寒風，東北炎風。此意亦同於前。《太公兵書》云：坎名大剛風，乾名折風，兌名小剛風，艮名凶風，坤名謀風，巽名小弱風，震名嬰兒風，離名大弱風。大剛風者，大陰之氣，好殺，故剛。折風者，金強能摧折物也。小剛風者，亦金殺故也。凶風者，艮在鬼門凶害之所也。謀風者，坤爲地，大陰之本多陰謀也。小弱風者，巽爲長女，故稱弱也。嬰兒風者，震爲長男，愛之，故曰兒。大弱風者，離爲中女，又弱於長女也。大剛、小剛客勝，大弱、小弱主人勝，凶有凶害之事，謀有謀逆之人，折爲將死，嬰兒風主人強，此並兵有觀客主盛衰，候風所從來也。陽泉云：春氣臑，其風溫以和，喜風也；夏氣盛，其風陽以貞，樂風也；秋氣勁，其風熛以清，怒風也；冬氣冷，其風凝以厲，哀風也。又四維之風，隨生成之氣，方土異宜，各隨所感。而風者天之號令，治政之象，若君有德令，則風不搖條，清和調暢；若城令失，則氣怒凶暴，飛沙折木，此天地報應之理也。此皆五行之氣，故並釋焉。

**《五行大義・論情性》**《左傳》子產云：則天之明，天有三光，故曰明也。因地之性，性，生也。生萬物，故因其所生而用之。

生其六氣，用其五行。五行者，爲五性也；六氣者，通六情也。翼奉云：五行在人爲性，六律在人爲情。性者，仁、義、禮、智、信也；情者，喜、怒、哀、樂、好惡也。五性處內御陽，喻收五藏；六情處外禦陰，喻收六體。故情勝性則亂，性勝情則治。性自內出，情從外來，情性之交，間不容系。《說文》曰：情，人之陰氣，有欲嗜也。性，人之陽氣，善者也。《孝經援神契》云：性者，人之質，人所稟受產。情者，陰之數，內傳著流，通於五藏，故性爲本，情爲末。性主安靜，恬然守常；情則主動，觸境而變。動靜相交，故間微密也。《河上公章句》云：五性之鬼曰魂爲雄，六情之鬼曰魄爲雌。此明性陽情陰也。六情既通六氣，今先依服注《左傳》云：六氣者，陰陽、風雨、晦明也。陰作土，陽與風作木，雨作金，晦作水，明作火。唯天陽不變。陰爲土者，土是陰義，故陰凝爲地。風作木者，風，動也，木亦動，觸地而出，箕星東方之宿，主風，又巽爲木爲風也。雨作金者，雨，水也，水性銷釋，金性亦可銷釋，畢星西方之宿，主雨，故《詩》云：月離於畢，雨俾滂沱矣，故雨作金也。晦作水者，晦，闇也，晦闇則水生，闇黑爲水之色也。明作火者，明照於物，故爲火也。皆從其類以之。鄭元注《禮記》云：木爲雨，金爲陽，火爲煥，土爲風，水爲寒。震主春分，春分、穀雨得天兌則萬物畢生。兌西方之卦，是時日在昂，昂西方之宿也，以日在西方，故謂天兌。貌順木德則天兌爲和，故木爲雨。《詩》云習習谷風，以陰以雨也。金爲陽者，秋時日行東方房星之宿，得天震之氣。言順金德則天震爲和。震爲陽也。秋時物成，所以糝物，是其和也。逆金氣則爲旱罰，故金爲陽也。土爲風者，《傳》云：思心有失，厥罰常風。言風者，土之氣也。《莊子》曰：大塊噫氣，其名曰風。土者

爲君，君立教令，故爲風。土立四季，故令失則風爲災也。鄭以木爲雨，服以木爲風；服以金爲雨，鄭以金爲陽；鄭以土爲風，服以土爲陰。兩說煩反，各有其意。今就五行而辨，服近之矣。所以然者，水生於金，金體非陽，木爲少陽，不應爲雨。土爲地，地本是陰，風自是陰陽之氣，不獨生於土。服以木爲風者，取巽木故爲當也。六氣通於六情者，好爲陽，惡爲陰，怒爲風，喜爲雨，哀爲晦，樂爲明。好爲陽者，陽氣好生，是以爲好。惡爲陰者，陰氣好殺，是以爲惡。怒爲風者，陰泉云：風得陰陽孔氣激發而起，猶人之內氣因喜、怒、哀、樂激發起也。《曾子》曰：陰陽怒而爲風。喜而爲雨者，《曾子》曰：陰陽和而爲雨。和潤故爲喜也。哀爲晦者，晦，闇也，愁則閉塞，故暗所以爲晦。樂爲明者，樂則情舒散，故明也。《漢書・禮樂志》云：人含天地陰陽之氣，有喜、怒、哀、樂之情。《論衡》曰：人五藏以心爲主，心發智慧而四藏從之。肝爲之喜，肺爲之怒，腎爲之哀，脾爲之樂。故聖人節之，恐傷性也。翼奉云：好則膀胱受之，水好前，故曰好。怒則膽受之，少陽始盛，萬物前萌也。惡則小腸受之，夏長養萬物，惡僞，故曰惡。喜則大腸受之，金爲珍物，故皆嘉。樂則胃受之，土生養萬物，上下皆樂。哀則三焦受之，陰陽之府，陽昇陰終，其宮室竭，故曰三焦，故哀悽也。《論衡》以四時論藏，翼奉以風通六情論府。脾、腎二種藏，府是同，肝、肺二藏及府不同者，藏以肺有殺罰之性，故怒；府以合肺金珍之用，故喜；肝則以春氣生，故嘉；膽則以合火能焚燎，故怒，二理並通。又云：喜氣爲暖，當春；怒氣爲晴，當秋；樂氣爲陽，當夏；哀氣爲陰，當冬。此與《論衡》意合。翼奉云：東方性仁情怒，怒行陰賊主之；南方性禮情惡，惡行廉貞主之；下方性信情哀，哀行公正主之；西方性義情喜，喜行寬大主之；北方性知情好，好行貪狼主之；上方性惡情樂，樂行奸邪主之。貪狼主求索財物，既云貪狼，理然求須，陰賊主之劫盜，此亦不疑。廉貞主上客遷召，寅爲陽台，午爲陽盛，故稱上客，既有廉貞之性，理自召任高遷。寬大主酒食慶善，寬大多所容納，故有善慶，善慶必置酒食。奸邪主疾病淫，淫欺，欺故因邪惡而生，邪惡必生疾病。公正主執仇諍諫，正故能爭，公故能執仇讎也。情好者，水生申盛子，水性觸地而行，觸物而潤，多所好，故爲好，多所好則貪無厭，故爲貪狼，申、子主之。情怒者，木生亥盛卯，性受水氣而生，貫地而出，故爲怒，卯木生於子，水與卯還自相刑，亥又自刑，是以陰氣相賊，故爲陰賊，亥、卯主之。貪狼必得陰賊而後動，陰賊必得貪狼而後用，二陰並行，是以王者忌於子、卯，相刑之日也。情惡者，火生寅盛午，火性炎猛，無所容受，故爲惡，其氣清明精耀，以禮自整，故爲廉貞，寅、午主之。情喜者，金生巳盛酉，金爲寶物，見之者喜，又嘉以利刃加於萬物，故喜，利刃所加，無不寬廣，爲器則多容受，故爲寬大，巳、酉主之。二陽並行，是以王者吉於午、酉之日。情樂者，謂北與東，陽氣所萌生，故爲上，亦主中央，辰爲水窮也，木落歸本，水流歸末，故木刑在未，水刑在辰，盛衰各得其所，故樂水窮則無隙不入，木上出窮則旁行爲斜，故爲奸邪，辰、未主之。情哀者，謂南與西，陰氣所萌生，故爲下，成窮火也，刃爲金窮也，金剛火強，各歸其鄉，故火刑在午，金刑在酉，金火之盛而被自刑，至窮無所歸，故曰哀，火性無私，金性剛斷，故曰公正，戌、丑主之。故曰：五性在本，六情在末。情因性有，性而由情，情性相因，故以備釋。

**《五行大義・論諸人》**　第一論人配五行　《禮記・禮運》篇云：人者天地之德，陰陽之交，鬼神之會，五行之秀氣也。《文子》曰：人者天地之心，五行之端，是以稟天地五行之氣而生，爲萬物之主，配二儀以爲三材。然受氣者，各有多少。受木氣多者，其性勁直而壞仁；受火氣多者，其性猛烈而尚禮；受土氣多者，其性寬和而有信；受金氣多者，其性剛斷而含義；受水氣多者，其性沈隱而多智。五氣湊合，共成其身，氣若清叡，則其人精俊爽如也，昏濁則其人愚頑。《老子》云：陰陽精氣爲人，氣有厚薄。得中和滋液，則生賢智人；得錯亂濁辱，則生貪婬人。《祿命書》云：金人剛強自用，木人多華而雅，水人開通智慧，火人自貴性急，土人忠信而直。《周書》云：人感十而生，天五行，地五行合爲十也。天五行爲五常，地五行爲五藏。故《易》曰：在天成象，在地成形者也。《家語》曰：天一、地二、人三，三三而九，九九八十一。一主日，日數十，故人十月而生。《文子》云：人受天地變化而生，一月而膏，二月而脈，三月而胞，四月而肌，五月而筋，六月而骨，七月而成形，八月而動，九月而躁，十月而生。形骸已成，五藏乃形，外爲表，中爲裏，頭圓法天，足方象地。天有四時、五行、九星、三百六十日。人亦有四支、五藏、九竅、三百六十節；天有風雨、寒暑，人亦有喜怒、哀樂。《淮南子》及《文子》並云：膽爲雲，肺爲氣，脾爲風，腎爲雨，肝爲電，與天相類而心爲主。耳目者，日月也；氣血者，風雨也。《素問》云：夫人法天地，故聖人上配天以養頭，下象地以養足，中傍人事以養五藏。天氣通於肺，地

氣通於咽，風氣通於肝，雷氣通於心，穀氣通於脾，雨氣通於腎。六經爲川，腸胃爲海，九竅爲水。法天之紀，用地之理，則災禍去矣。左慈《相決》云：人頭圓以法天，足方以象地，左目爲日，右目爲月，左眉爲青龍，右眉爲白虎，鼻爲勾陣，伏犀爲朱雀，玉枕爲元武。又云：前爲朱雀，後爲元武，左爲青龍，右爲白虎，是曰四體。頭爲勾陳，是身之主。又曰：左耳後爲太山，右耳後爲華山，額爲衡山，頂後爲恒山，鼻爲嵩高山，眉爲岱山，權爲崑崙山。二儀象天地，三亭法三材，四瀆主四時，五官應五行，六府從六律，七門配七星，八節取八風，九候比九州，十指應十日，十二德象十二月，二十八節應二十八宿。《家語》云：人生三月微眴，然後目能見。八月生齒，然後能食。暮而臍，然後能行。三年顖合，然後能言。陰窮反陽，故陰以陽變；陽窮反陰，故陽以陰化。是以男子八月生齒，八歲而齔，十六精通，然後能化。女子七月生齒，七歲而齔，十四而化。禮，男子二十而冠，有成人父之端；女子十五而笄而許嫁，有成人母之道。此皆從天地五行之大數也。《文子》曰：昔者中黃子云：天有五行，地有五嶽，聲有五音，物有五味，色有五章，人有五位。故天地之間二十有五人，上五有神人、真人、道人、至人、聖人，次五有德人、賢人、善人、中人、辨人，中五有仁人、禮人、信人、義人、智人，次五有仕人、庶人、農人、商人、工人，下五有衆人、小人、駑人、愚人、完人。上五之與下五，猶人之與牛馬也。聖人者，以目視，以耳聽，以口言，以足行。真人者，不視而明，不聽而聰，不言而云，不行而從。故聖人之所動天下者，真人未嘗遇焉；賢人之所矯世俗者，聖人未嘗觀焉。所謂道人者，無前無後，無左無右，萬物元同，無非無是。《文子》發言二十五人，論止有四，未爲具釋，今依諸經書略解。上五謂神人者，孔子曰：陰陽不測之謂神。曾子曰：陽之精氣爲神。神以靈智爲義，謂靈智其照如神，故曰神人也。孔子曰：堯之智如神。真人者，性合乎道，有若無，實若虛，明白太素至極，弊然無爲，故曰真人。道人者，孔子曰：其德大乎天地，其量總乎日月，莫之能測者。有此德量，故曰道人。至人者，真直爲素，守一不移，善惡不能迴其慮，榮辱不能動其心，故曰至。聖人者，《家語》曰：德合天地，變通無方，窮萬事之終始，協萬品之自然，敷其大道，遂成情性，明並日月，化行若神，民人不知其德，覩者不識其善，此謂聖人也。《莊子》曰：以天爲宗，以德爲本，以道爲門，明於變，謂之聖人。次五德人者，德被於物，使百姓各得其所欲，日用而不知，兼利無擇，與天地合。《易》曰：大人者，與天地合其德，與日月合其明，與鬼神合其吉凶。此謂德也。賢人者，智周萬物，動靜合理。孔子曰：好惡與民同情，取捨與民同統，行中規矩，言可法則，爲匹夫而不怨，在諸侯而不驕，道足化於百姓而不傷於身，施財天下不貧，此賢人也。善人者，見善如不及，言滿天下無口過。孔子曰：躬行忠信而心不怨，不置仁義，志意廣博而色不代，思慮明達而辭不爭，篤行信道，自強不息，猶然如將可越而不可及，此君子人也。又謂善人。中人者，一心以事主，進思盡忠，退思補過，順美匡惡，犯而無隱，先公後私，不代其勞，此中人也。辨人者，智思無窮，情鑒善惡，問無礙滯，巧言如流，去邪從正，無有可匿，此辨人也。中五仁人者，爲上不侈其功，爲下不羞其陋，慈施惻隱，終而不衰，此仁人也。禮人者，分別尊異，廉讓謙謹，爲上恭敬，爲下思敬，此禮人也。信人者，誠實不欺，片言折獄，達不肆意，窮不易操，此信人也。義人者，決斷分了，一度順理，從善屏惡，事無礙滯，此義人也。智人者，識達謀慮鑒察物情，能知萌兆，豫覩善惡，此智人也。次五任人者，孔子曰：知不舉多，必審其所由，言不務多，必審其所謂，心有所定，計有所守，雖不能盡道術之本，必有從行也，雖不能遍百善之美，必有所慮也，行既由之，智既知之，言既得之，則性命形骸之不易也，富貴不足以益，貧賤不足以損，此士人也。庶人者，未入仕立，猶居壟畝之間，或始解褐，未沾品命。《周禮》云：庶人在官者，始入秩也。此謂庶人也。農人者，用天之道，因地之利，春耕秋收，常在稼穡，此曰農人也。商人者，負販市廛，隨時鬻貨，貴賤相易，以資產業，此商人也，亦曰賈人也。工人者，雕斲伎巧，備諸器用，造新脩故，以力貨財，此曰工人。下五衆人者，凡雜云衆人，豫讓曰：范中行氏以衆人遇我也。小人者，畀鄙行惡，此曰小人。孔子曰：桀紂雖帝王，其猶小人也。《文子》曰：中繩謂之君子，不中繩謂之小人。君子雖死其名不滅，小人雖得勢其罪不除。駑人者，駑鈍也，亦罪隸爲名。古者有罪爲奴，《尚書》曰：予則奴戮汝，罪之也。紂以箕子爲奴，亦戮辱也。馬有駑者，以其鈍也。愚人者，罷闇無知，菽麥不辨，謂之愚人。孔子曰其智可及，其愚不可及者，以其稟昏濁之氣而生，非學所得也，亦曰庸人。孔子曰：心不存始終之規，口不吐訓格之言，又不擇賢以託身，不力行以自定，見小闇大而不知所傷，從物如流而不知所仇，此庸人也。內人者，狂癡無識，痛癢莫分，雖能

動靜，與完不異，是爲內人。此二十五等人，由稟五行之氣各有優劣，故有多等，善惡不同。今且分爲四品，其神、真、道、至、聖、德、賢七者，受王氣而生也；善、惡、辨、仁、禮、信、義、智八者，相氣而生也；士、庶、農、商、工五者，休氣而生也；衆、小、駑、愚、完五者，囚氣而生也。王氣當其盛時，故最靈聖；相氣微劣於王，故自善忠已下伏王政；休氣已衰，故當仁、庶之例；囚氣最劣，故當衆、小之流。《文子》以上返下，喻人比畜，亦近之矣。然此五氣有清有濁，有正有邪，有初有末，若得正氣，雖在卑劣，方爲大善；若受卑氣，雖居尊勝，衆興大惡。至如桀覆夏宗，紂亡殷族，周衰幽厲，漢滅桓靈，此則處尊興惡者也。負鼎於殷廟，垂釣於磻溪，商賈南陽，飼牛車下，當此之時，其善未見，及登師輔，仁聖並彰，此豈非卑下而能宏濟。其賢德已上，氣正無邪，故居最上。然氣之初也，齡齒終長；氣之末也，命相短促。此四氣又有四別，若上清秀，靈智愈高；上而濁汙，乃須脩僭；下而清秀，劉磨方以爲器；加之昏濁，朽木不可復雕。兼貴賤、富貧、好醜、善惡、性情、年命，乃有萬途並五行氣咸所致。今且就《文子》論其二十五等，以爲階差，自外諸徒，難以具辨。知人則哲，惟帝其難，非明聖者，孰能辨識。《祿命決》云：王氣中生者，其人王相宜爵祿；相氣中生者，其人多官；死氣上生者，其人多疾病短命。此並論其生月當五行氣盛衰時也。況其稟受氣者，其人形質、情性、骨肉、藏府皆象五行。《相書》云：木人細長直身，火人小頭豐下短小，土人圓面大腹，金人方面兌口，水人面薄身偏蛇行。木人青色，真有白是害氣；火人赤色，真有黑是害氣；土人黃色，真有青是害氣；金人白色，真有赤是害氣；水人黑色，真有黃是害氣。配日則甲乙爲皮毛，丙丁爲爪筋，戊己爲肉，庚辛爲骨，壬癸爲血脈；配卦則乾爲頭，離爲目，坎爲耳，兌爲口，坤爲腹，巽爲手，艮爲股膝，震爲足。其臟府、性情，各有別解。然人居天地之內，在山川之中，各隨方位，形性不等。所以東夷之人其形細長，脩眉長目，衣冠亦尚狹長，東海勾麗之人，其冠高狹，加以鳥羽，象於木枝。長目者，目主肝，肝，木也，故細而長，皆象木也。南蠻之人短小輕壑，高口小髮，衣服亦尚短輕。高口者，口，人中，主心，心火也，火炎上故高，炎上故少髮也。西戎之人深目高鼻，衣而無冠者，鼻主肺，肺，金也，故高；目，肝也，肝爲木，金之所制，故深；金主裁斷，故髮斷無冠。北狄之人高權被髮，衣長者，權主賢，賢，水也，故高權；被髮者，象水流漫也，衣長亦象水行也。中夏之人容貌平整者，象土地和平也；其衣冠、車服、備五色者，象土包含四行也。孔子曰：東僻之人曰夷，精以僥；南僻之人曰蠻，信以朴；西僻之人曰戎，頑以剛；北僻之人曰狄，肥以戾；中國之人，安居和味。《帝王世紀》云：堯流共工於幽洲，以竄北狄；遷三苗於三危，以竄西戎；放驩兜於崇山，以竄南蠻；殛鯀於羽山，以竄東夷。春秋《文燿鈎》云：氣隨人形，故南方至溫，其人大口，象氣緩舒也；北方至寒，其人短頸，象氣急縮也；東方川谷所經，其人小頭兌形，象木小上也；西方高土，日月所入，其人面多毛，象山多草木也；中央四通，雨露所施，其人面大，象土平廣也。《家語》云：孔子曰：堅土之人剛，弱土之人柔，墟土之人大，沙土之人細，息土之人美，耗土之人醜。南方有不死之草，北方有不釋之冰，東方有君子之國，西方有刑殘之尸，中土多聖人，皆象其氣也。故曰：山氣多男，澤氣多女；水氣多瘖，風氣多聾；休氣多癰，木氣多傴；岸下溼氣多腫，正氣多力，險陰之氣多瘻；寒氣多壽，熱氣多夭；谷氣多痺，丘氣多狂；街氣多仁，陵氣多貪；輕土多利足，重土多遲鈍，急水人輕，遲水人重。此並隨陰陽五行之氣，故善惡斯別。

第二者論人遊年年立　遊年凡有三名，而爲二別。三名者，一遊年，二行年，三年立。遊年之名，皆以運動不住爲義，以其隨歲行遊，不定一所也。年立即是行年，立者是住立爲義，以其今年立於北辰也。就人而論，常行不息，故謂曰行；就歲而論，今之一歲，年住於此，故謂之立。二別者，遊年從八卦而數，年立從六甲而行。六甲者，男從丙寅左行，女從壬申右轉，並至其年數而止，即是行年所至，立於其處也。若欲算知之者，男以實年加二算而左數，女以實年加一算而右數，並從甲子旬始，盡其算即是立處也。所以男從丙寅數，何者？日生於寅，日爲陽精，男從陽，故取日；丙爲大陽，故取丙以配寅。女從壬申數，何者？月生於申，月爲陰，精女從陰，故取月；壬爲大陰，故取壬以配申。陽，故左行；陰，故右轉。《孔子元辰經》云：若甲子旬，男從丙寅，女從壬申；甲戌旬，男從丙子，女從壬午；甲申旬，男從丙戌，女從壬辰；甲午旬，男從丙申，女從壬寅；甲辰旬，男從丙午，女從壬子；甲寅旬，男從丙辰，女從壬戌。皆曰行年。此並候病之法，非通常用。遊年者，男一歲，數從離起，左行八卦，二則在坤，三則在兌，四則在乾，五則在坎，六則在艮，七則在震，八則在巽，巽不受八，進而就離，離則是八，

坤即九，兌即十，以次而數，一若至坤，坤不受一，還退就離，故至十數皆在政方也。女年一，從坎右行，亦如離法，艮不受八，乾不受一，皆歸於坎。所以巽不受八、坤不受一者，坤、巽依位並來離宮，巽是陽位，有進義而無終義，八是卦之終數，故不受之，前以付離；坤是陰位，陰有退而無進，退則須滅，不敢當其陽始之數，故退讓就離。乾不受一、艮不受八者，乾是陽也，又爲天也，自在其始，始是一義，重則數偶，數偶則成陰，故以付坎；艮是陰也，艮又爲山，山則是終，遊年歷行八卦，卦數於八終，即止也，自有其終，理不重受，故付坎。或問云：天一之行以坎爲一宮、離爲九宮，八卦遊年乃以離爲一宮者何？答曰：天一於天下九州之事，故從始一而行；遊年於人年命之事，故以終九而起。命女遊年從坎，男以德苞終始，故九一並數，起太陽之位。女以陰生陽，故從其創始陰位而行，坎位本一，受數一起，共爲二，陰數也。遊年所至之卦，因三變之，一變爲禍害，再變爲絕命，三變爲生氣。生氣則吉，禍害、絕命則凶。吉則可就其方，凶則宜避其所。禍害者，以其相剋害也，如乾初九甲子水變成巽，巽初六辛丑土，是飛辰來剋伏辰也；坎初六戊寅木變成兌，兌初九丁巳火，是飛伏相害也。絕命者，以其卦體被剋制也，如震變爲兌金剋木也；艮變爲巽，木剋土也。生氣者，以春相生同體也，如乾變成兌，體同金也；震變成離，木生火也。禍害、絕命亦有厭行，以其卦所至，相制者攘之，如衝火以避兵火，懸一栢木而攘震死，此並五行相制之驗也。遊年、年立即是人之年命，皆配五行，故於此而釋之。

**《五行大義・論禽蟲》** 第一者論五靈　凡含生蠢動，有知之數，莫不籍五氣而成性，資陰陽以立形。故其陸處水居，潛見道別，遊翔飛走，駕駿不同，皆由氣之清濁，稟性深淺。《考異郵》云：含牙戴角，著踠垂芒皆爲陰也。陰有殺氣，故備有爪牙之毒，螫蠆之類也。飛翔、羽翮、柔善之獸皆爲陽也。陽有仁氣，無殺性也。《家語》云：齕吞者，八竅而卵生；齟嚙者，九竅胎生。晝生似父，夜生類母。至陰者牝，至陽得牡。皆氣使然也。凡是蠢動之物，並爲蟲類，今略分三種：一曰禽，二曰獸，三曰蟲。有羽飛者爲禽，有四足走者爲獸，無羽足者爲蟲。至如蜉蝣之羽，蟭螟之翼，飛蚕百足，蚊蚋六手，此雖有羽足，猶是蟲例。其朝生暮死，腐穢蟲溼，此皆因變化隨類生者，亦並蟲也。《攷異郵》云：蟲八日而化微，故今促。又鳥、魚二名，於此二者，其號雖別，鳥則習翔，即是禽也；魚則潛游，蟲之屬也。《家語》云：鳥、魚生於陰而屬於陽，故皆卵生。魚游於水，鳥遊於雲，所以立冬則鷹雀入海，化而爲蛤，本其類也。禽名通於獸，獸名不通於禽，故知禽有趁地之能，獸無飛空之用。然此三等名例甚多，不可具釋，今且先論五靈，次配卦及三十主禽。《家語》云：羽蟲三百六十，鳳爲之長；毛蟲三百六十，麟爲之長；甲蟲三百六十，龜爲之長；鱗蟲三百六十，龍爲之長；倮蟲三百六十，人爲之長。又曰：毛蟲之精曰麒麟，羽蟲之精曰鳳，介蟲之精曰龜，鱗蟲之精曰龍，倮蟲之精曰聖人。毛蟲西方，羽蟲南方，甲蟲北方，鱗蟲東方，倮蟲中央。此則皆稱蟲也。五靈總爲諸蟲之首，今止言其四，以人處中央者，謂有性情之物，人最爲主故也。靈者，神靈之義。五禽於蟲獸之中最靈，故曰五靈。《禮記・月令》云：春其蟲鱗，鄭元注云：龍蛇之屬。夏其蟲羽，飛鳥之屬。中央其蟲倮，虎豹淺毛之屬。秋其蟲毛，狐狢之屬。冬其蟲介，龜鼈之屬。又云：國君行前朱雀，後元武，左蒼龍，右白虎。《尚書刑德放》言：東方春，蒼龍，其智仁；南方夏，朱鳥，好禮；西方秋，白虎，執義；北方冬，元龜，主信；會中央，土之精。《禮運》則不論五德，止辨四靈而已。《鈎命決》云：失仁則龍麟不舞，失禮則鸞鳳不翔，失智則黃龍不見，失義則白虎不出，失信則元龜不見。《禮記》曰：麟、鳳、龜、龍，謂之四靈。《左傳》云：麟、鳳五靈，王者之嘉瑞。《禮》云：麟、鳳、龜、龍，不見有虎，於金行稱虎，義則不足。前朱雀後元武是同，其餘三蟲並有差異。《元命苞》云：離爲鳳。又言：鳳，火精。靈龜生水，元武至北方，此同《禮》說。唯龍、麟、虎三者不同。左青龍，右白虎，舊說不疑。《衍孔圖》以麟爲木精，龍則非木。《大戴禮》以麟爲毛蟲，麟復成金，麟若爲金，虎則無用。公羊高以麟爲木精，木生於火。夫子脩《春秋》，至麟而止，豈知爲漢之瑞？今所不取。案蔡邕《月令章句》言：天官五獸，左蒼龍，大辰之貌；右白虎，大梁之文；前朱雀，鶉火之體；後元武，龜蛇之質；中有大角軒轅，麒麟之信。亦龍生於水，遊地木；鳥生於木，遊於火；麟生於火，遊於土；虎生於土，遊於金；龜生於金，遊於水。修其母至其子，五行之情也。故貌恭體仁則鳳凰來儀，言從和義則神龜至，視明禮修則麒麟臻，智聽故事則黃龍見，思叡信立則白虎擾，此言當矣。《禮斗威儀》云：乘金而王，麒麟在郊。《保乾圖》又言：歲星爲麟。《攷異郵》言：麟者陰精。此並不同。今解以木者觸也，有觸冒之義，麟有肉角，無所抵觸，龍角端無肉，有抵觸義。《易》象

震爲龍，故木之義扶龍。天官有軒轅、黃龍、麒麟之信，信主於土，脩母子應，此意亦同。爲漢出者，漢是火德，故子應也，是土之義扶麟。《易通卦驗》言：立秋，虎始嘯。《衍孔圖》云：虎，金精。《大戴禮》言：虎七月而生。應陽數。《攷異郵》亦云：虎班文者，陰陽之雜。虎爲毛蟲，定是金獸。《攷異郵》云：桑代，虎之德，義王斬刈。所以學門謂之虎門，乃畫虎於門者，以兌居秋方，兌是說，言主講說。故又金有殺伐之威，虎有毒害之猛，故金義扶虎。問：寅位在東何忽白虎居西？答曰：凡五行相雜，無有獨在一方之義。東方自是木行，相次白虎居西，是殺戮之威，如震在東方，正至於龍，乾之六爻並是龍象，震取其運動，乾譬聖人，自取龍有飛潛之德，爲象各異，故無定準也。如《攷異郵》云：陰陽相雜，不妨分在東方，此並靈通，隱顯無定，寧可一執。史蘇《龜經》云：木神蒼龍，歲星之精；火神朱雀，熒惑之精；灰土之神，名曰騰蛇；土神勾陳，鎮星之精；金神白虎，太白之精；水神元武，辰星之精。蒼龍主頭，朱雀主脣頸，騰蛇主胸脇，勾陳主腰腹，白虎主股膝，元武主腳脛。案此之六神，朱雀、元武、蒼龍、白虎，與經緯說同，唯勾陳之神，其語有異，而天官有勾陳之星，在紫微之內，故爲土神，此即蔡邕所雲麒麟之信也。騰蛇居火之末，在土之初，而爲灰神。以蛇配龜，共爲元武，無有正方，故爲灰神，其配頭足等以東爲首，故龍配頭也，以次南轉，故元武配足。禽獸屬八卦者，《易》云：乾爲馬，坤爲牛，震爲經，巽爲雞，坎爲豕，離爲雉，艮爲狗，兌爲羊。乾，健也，馬取其健也；坤，順也，牛取其順；震，動也，龍取其動；巽，風也，雞主其號令，以象風行；坎，陰也，豕取其陰；離，陽也，雉取其飛揚。艮，門也，狗取其守禦。兌，悅也，言也，羊取其悅草。又乾象六龍，取其潛躍之義。《說卦》云：馬取其強健之德，以健之故，稱良馬以父，故稱老馬。以其乾乾不息，故稱瘠馬。以其有變化之用，故稱駁馬。然坤卦又稱牝馬之貞，此止取順義。馬之爲義，不獨乾坤，震又爲善鳴之馬，以震有雷聲，故震雷之象，又爲馬足。馬亦曰白頭，爲的顙之馬，取其顯曜之義。坎爲美脊之馬，以有居中之閨，故《說卦》龍馬以配者，多以爲行天莫若於龍，行地莫過於馬，故多所象也。坤稱子母牛者，重其蕃息。艮既爲狗，亦爲鼠狗，有守備之能。狗爲能止鼠爲，所止竝屬於艮。離爲鼈、蟹、螺、蜂、龜，皆取其有甲象，外陽之義也。此皆五行之所配合，故於此而釋也。

**《性理大全書・五行》**　周子曰：五行之序，以質之所生而言，則水本是陽之濕氣，以其初動爲陰，所陷而不得遂，故水陰勝火。本是陰之燥氣以其初動，爲陽所揜，而不得達，故火陽勝。蓋生之者微，成之者盛。生之者形之始，成之者形之終也。然各以偏勝也，故雖有形而未成質。以氣升降，土不得而制焉，木則陽之濕氣浸多，以感於陰而舒，故發而爲木，其質柔其性暖。金則陰之燥氣，浸多以感於陽而縮，故結而爲金，其質剛，其性寒。土則陰陽之氣各盛，相交相搏，凝而成質，以氣之行而言，則一陰一陽往來相代，木火金水土者，各就其中而分老少耳。故其序各由少而老，土則分旺四季，而位居中者也。此五者序，若參差而造化，所以爲發育之具實，並行而不相悖。蓋質則陰陽交錯，凝合而成。氣則陰陽兩端，循環不已。質曰水火木金，蓋以陰陽相間。言猶曰東西南北，所謂對待者也。氣曰木火金水，蓋以陰陽相因，言猶曰東南西北，所謂流行者也，質雖一定而不易，氣則變化而無窮，所謂易也。

程子曰：動靜者，陰陽之本也。五氣之運則參差不齊矣。或曰：五行一氣也，其本一物耳，曰五物也，五物備，然後生，猶五常一道民，無五則亦無道，然而既曰五矣。則不可混而爲一也。

朱子曰：氣之精英者爲神。金木水火土，非神所以爲金。木水火土者是神。在人則爲理，所以爲仁義禮智信者是也。金木水火土雖曰五行，各一其性，然一物又各具五行之理。天一自是生水，地二自是生火，生水只是合下，便具得濕底意思。木便是生出得一箇輭底，金便是生出得一箇硬底。五行之說《正蒙》中說得好。又曰：木者土之精華也。又記曰：水火不出於土。《正蒙》一段說得最好，不胡亂下一字。水火清，金木濁，土又濁。五行之序，木爲之始，水爲之終，而土爲之中，以河圖洛書之數言之，則水一木三，而土五皆陽之生數，而不可易者也，故得以更迭爲主，而爲五行之綱。以德言之，則木爲發生之性。水爲貞靜之體，而土又包育之母也，故木之包五行也。以其流通貫徹，而無不在也。水之包五行也，以其歸根反本，而藏於此也。若夫土則水火之所寄，金木之所資，居中而應四方一體，而載萬類者也。故孔子贊乾之四德，而以貞元舉其終始。孟子論人之四端，而不敢以信者列序於其間。太以爲無適而非此也。陰以陽爲質，陽以陰爲質，水內明而外暗，火內暗而外明。清明內影，濁明外影，清明金水，濁明火日。火中有黑，

陽中陰也。外黑洞洞地，而中卻明者，陰中之陽也。故水謂之陽，火謂之陰亦得。得五行之秀者，爲人只說五行，而不言陰陽者。蓋做這人，須是五行方做得成，然陰陽便在五地中。所以周子云：五行一陰陽也，舍五行無別討陰陽處。如甲乙屬木，甲便是陽，乙便是陰。丙丁屬火，丙便是陽，丁便是陰。不須更說陰陽，而陰陽在其中矣。或曰：如言四時，而不言寒暑爾，曰：然。或問陰陽五行之爲性，各是一氣所稟，而性則一也。兩性字同否，曰：一般。又曰：同者理也，不同者氣也。復問這箇莫是，木自是木，火自是火，而其理則一。曰：且如這箇光也，有在硯。蓋上底也，有在墨上底，其光則一也。問金木水火，體質屬土。曰：橫渠說得好，只說金與木之體質屬土；水與火則不屬土。問火附木而生，莫亦屬土。曰：火自是箇虛空中物事，問只溫暖之氣，便是火否？曰：然。

問以質而語其生之序。不是相生否，只是是變而助陰。故生水陰，合而陽盛。故生火木金，各從其類。故在左右曰：水陰根陽，火陽根陰，錯綜而生，其端是：天一生水，地二生火，天三生木，土四生金；到得運行處，便水生木，木生火，火生土，土生金，金又生水，水又生木，循環相生。又如甲、乙、丙、丁、戊、己、庚、辛、壬、癸，都是這箇物事。

以氣而語，其行之序，則木、火、土、金、水，而木火陽也，金水陰也，此豈即其運用處而言之耶！而木火何以謂之陽？金水何以謂之陰？曰：此以四時而言，春夏爲陽，秋冬爲陰。問木之神爲仁，火之神爲禮，如何見得？曰：神字猶云意思也，且如一枝柴，卻如何見得他是仁？只是他意思卻是仁。火那裏見得他是禮？卻是他意思是禮。問二氣五行造化萬物，一闔一闢，萬變是生，所謂五行之氣，即雷風水火之運耶！又即二氣之參差，散殊者耶。先儒謂物物皆具，則人之氣稟有偏重者，謂之皆具可乎。或謂雖物皆具，而就五行之中，有得其多者，有得其少者，於此思之殊，茫然未曉。曰：五行之氣，如溫涼寒暑，燥濕剛柔之類，盈天地之間者皆是。舉一物無不具，此五者但其間有多少分數耳？陰陽播而爲五行，五行中各有陰陽，甲乙木，丙丁火，春屬木，夏屬火，年月日時，無有非五行之氣。甲乙丙丁又屬陰屬陽，只是二五之氣。人之生適遇其氣，有得清者，有得濁者，貴賤壽夭皆然，故有參差不齊如此。

李氏希濂曰：近見勉齋黃氏，論五行多所未解，其曰生之序，便是行之序，而以太極圖解氣質之說爲不然。以《洪範》五行一曰二曰，爲非有次第，但言其得數之多寡，以夏後繼以秋，爲火能生金，惟其能生，是以能尅。夫五行一也，而以爲有生，與行之異，則誠若近於支離者。然天地之間，未有不以兩而化成者也。以二氣言，則互爲其根者氣也。分陰分陽者質也。以五行言，則有形體，而分峙於昭昭之間者其質也。無形體而默運於冥冥之表者其氣也。夫豈混然而無別哉？故就質而原其生，出之始則水火以陰陽之盛而居先，木金以陰陽之稚而居後，此質之序然也；就氣而探其運行之常，則木火以陽而居，先金水以陰而居，後此氣之序然也。質雖以氣而成，然其體一定而不可易，氣雖行乎抽之內，而其用則循環而不可窮。二者相須，以成造化，今必混而一之，則是天地之間不過輪一死局，而無經緯錯綜之妙，其爲造化亦小矣，此其一也。五行之生，同出於陰陽，有則俱有，誠若不可以次第言然。水火者，陰陽變合之初，氣之至精，且盛者也，故爲五行之先。水陰而根於陽，火陽而根於陰，故水又爲火之先也，水火而木金生焉。木華而疏，金窒而固，故木金次於水火，而木又爲金之先也。土則四者之所成，終而成始也，故次五焉。《易大傳》自天一至地十，以爲五位相得，而各有合正。指五行生成之數而言，按之河圖可見，而《洪範》五行，亦以是爲次。此河圖洛書所以相爲經緯也。今必削其次第，而但以得多寡爲說，則是以五行之質。水木皆陽之所爲，而無與乎陰。火金皆陰之所爲，而無與乎陽。既乖生成之序，復戾變合之旨，所謂五行一陰陽者，皆爲虛語矣。然勉齋亦云：初只是一箇水，水暖後便是火，此兩箇是母。木是水之子，金是火之子，是四者之序，亦未嘗無。但所謂水暖，後便是火與金，是火之子，亦未詳其義。而恐其未安耳。此其二也。若火生金之說，則尤不可曉，若以相生爲序，則曰木火土金水，若以相尅爲序，則當曰：水火金木土，未有其四以生相受，而其一獨以尅相生也。《禮運》曰：播五行於四時。周子亦曰：五氣順布，四時行焉。是四時之內，固備五行之氣也。惟土無定位，寄旺於四季，辰未戌丑之月，土之所旺也。土旺則皆可以生金矣。然辰未陽也。戌丑陰也，陽則生陰，則成辰未固皆陽也。春木之氣盛，則土爲之傷。夏火之氣盛，則土爲之息。故季夏本土旺之月，而又加之以火，則爲尤旺。故能生金而爲秋，此其相生之序。豈不瞭然甚明也哉！今但見夏之後，便繼以秋，思而不得其說，遽斷之曰：火能生金，竊恐其爲疎矣。《月令》以中央土繼於季夏之後，《素

問》於四時之外，以長夏屬土，皆是此意，與十干之序脗合。自炎黃以迄於今，未之有改。周子、朱子，蓋皆取之，今一旦創立，孤論以行其獨見，愚恐其不合乎造化本然之體也。

或問：氣行於天，質具於地，則是有氣，便有是質，氣如是，質便如是。以氣而語，其行之序，則木火土金水；以質而言，其生之序，則水火木金土。氣之序如此，質之序如此。潛室陳氏曰：五行始生。謂太極流行之後，自氣而成質，自柔而成剛。水最柔，故居一。火差剛，故居次。至木至金至土，則浸堅剛，故《洪範》與易言所生之序皆如是，氣則成四時之序，即五行之序也。

臨川吳氏曰：十干十二支之名，立而相配爲六十，不知其所始世。傳黃帝命大撓作甲子，或然也。漢之時，術家以六十之四十八，配周易八純卦之六爻，謂之渾天，納甲不過以寅卯二支爲木，巳午二支爲火，申酉二支爲金，亥子二支爲水，辰戌丑未四支爲土，而已後世所謂納音者，每支五行備而每行周乎十二支干則否，壬癸各二水而四金，四木丙丁各二火而四土，四水戊己各二土而四木，四火庚辛各二金而四木，四土甲乙不爲木而四火四水四金焉。予嘗謂納甲之五行，猶先天之卦。納音之五行，猶後天之卦也。且納音始於誰乎？五行之上曰某水、某火、某土、某金、某木者，又始於誰乎？疑末世術家猥瑣之所爲也。

**《圖書編・五方氣味》**東方甲風乙木，其氣溫，其味甘。在人以肝膽應之。南方丙熱丁火，其氣熱，其味辛。在人以心、小腸、三焦、包絡應之。中央戊濕，其本氣平，其兼氣溫、涼、寒、熱。在人以胃應之。中央己土，其本味鹹，其兼味辛、甘、酸、苦。在人以脾應之。西方庚燥辛金，其氣涼，其味酸。在人以肺、大腸應之。北方壬寒癸水，其氣寒，其味苦。在人以腎、膀胱應之。按人乃萬物中之一也，獨陽不生獨陰不長，須稟兩儀之氣而化生也。然輕清成象，重濁成形。本乎天者親上，本乎地者親下，則各從其類也。輕中清者，清肺以助天真；清中濁者，榮華腠理；濁中清者，榮養於神；濁中濁者，堅強骨髓。故《至直要大論》云：五味陰陽之用，辛甘發散爲陽，酸苦涌泄爲陰；淡味滲泄爲陽，鹹味涌泄爲陰。六者或收或散，或緩或急，或燥或潤，或耎或堅，各以所利則行之，調其氣使之平也。

按五行五色五味五走五藏所禁

東方之木，其色青，其味酸，其藏肝。肝主筋，木曰曲直。曲直作酸，酸走肝，筋病肝者毋多食酸。

南方之火，其色赤，其味苦，其藏心，心主血，火曰炎上。炎上作苦，苦走心，病在心者毋多食苦。

西方之金，其色白，其味辛，其藏肺。肺主氣，金曰從革。從革作辛，辛走肺，病肺者毋多食辛。

北方之水，其色黑，其味鹹，其藏腎。腎主骨，水曰潤下。潤下作鹹，鹹走腎，骨腎病者毋多食鹹。

中央之土，其色黃，其味甘，其藏脾。脾主肉，土曰稼穡。稼穡作甘，甘走肉，人病脾者毋多食甘。

**《喻林・造化門・生剋》**露雖湛湛，然見陽則乾。《毛詩・湛露註》

五行、四時、十二月，還相爲本也。五聲、六律、十二管，還相爲宮也。五味、六和、十二食，還相爲質也；五色、六章、十二衣，還相爲質也。《禮記・禮運》

譬如火斜照水，日斜照鏡，則水、鏡之光，旁照他物。若使鏡正當日，水正當火，則水、鏡之光不能有照，日之奪月亦猶是也。《春秋正義・桓公三年》

惟火之爲物，能鎔金而銷之，能燔木而燒之。《關尹子・四符篇》

鍊土生木，鍊木生火，鍊火生雲，鍊雲生水，鍊水反土。鍊甘生酸，鍊酸生辛，鍊辛生苦，鍊苦生鹹，鍊鹹反甘。變宮生徵，變徵生商，變商生羽，變羽生角，變角生宮。《淮南子・地形訓》

金勝木者，非以一刃殘林也；土勝水者，非以一墐塞江也。《淮南子・說林訓》

夫大生小，多生少，天之道也。故丘阜不能生雲雨，涔水不能生魚鼈者，小也。牛馬之氣蒸，生蟣虱；蟣虱之氣蒸，不能生牛馬。故化生於外，非生於內也。《淮南子・泰族訓》

凡天地之物，乘以其泰而生，厭於其勝而死，四時之變是也。故冬之水氣，東加於春而木生，乘其泰也；春之生西，至金而死，厭於勝也。生於木者，至金而死；生於金者，至火而死。春之所生而不得過秋，秋之所生不得過夏，天之數也。《春秋繁露・天地之行》

金木交刑，水火相敵，休廢於時，吉凶生焉。《京氏易傳・隨上》

陰陽死於位，生於時；死於時，生於位。進退不可詰，正盛則衰來，正衰則盛來。《京氏易傳・渙中》

剛柔相傷，火爛銷金。《焦氏易林・大壯之遯》

五生不相殄，五克不相逆。不相殄乃能相繼也，不相逆乃能相治也。相繼則父子之道也，相治則君臣之寶也。《太玄經・太玄告》

水之於火，氣志交通。然相克害，不可其器，隔以釜鼎。《太玄經・第三親解》

火近於水，水則焦；遠於水，水則炎熾焱怒。《太玄經・第四迎解》

《緯書》曰：火鑠金，鵲啄蝟。《爾雅・翼彙》

水火相息而更用事，猶王者受命，改正朔，易服色。《玉海・周易・鄭康成注》

《周髀》云：日猶火，月猶水。火則外光，不則含景。故月光生於日所照，魄生於日所蔽。當日則光盈，就日則明盡。《玉海・天文・天文圖》

木得金而伐，火得水而滅，土得木而達，金得火而缺，水得土而絕，萬物盡然，不可勝竭。《黃帝素問內經・寶命全形論》

此五陰滅，彼五陰生。譬如燈明，燈生闇滅，燈滅闇生。海空《智藏經・哀歎品》

復有風輪，名爲遍霆，劫火燒時，普於世界。降霪大雨，復有風輪，名爲乾竭。劫水漂時，能令彼水悉皆枯涸。《大寶積經》卷八十五

如水得增上力滅火，火得增上力則消水，乃至草木各有相害。《大智度論》卷六十八

如水能滅火，火不自滅火。《大智度論卷七十》

土資水澤，金由火煎。《高僧傳・十讚》

**《性理會通・洪範皇極內篇》** 昔者聖人之原數也，以決天下之疑，以成天下之務，以順性命之理，析事辨物，彰往察來。是故天數五，地數六。五六者，天地之中合也。五爲五行，六爲六氣，陽性陰質。五行之性：曰木、曰火、曰土、曰金、曰水。六氣之質：曰胎、曰生、曰壯、曰老、曰死、曰化。木之質也，曰楊柳、曰梅李、曰松柏、曰竹葦、曰禾麥、曰蕈。火之質也，曰木火、曰石火、曰雷火、曰油火、曰蟲火、曰燐火。土之質也，曰砂、曰石、曰玉、曰土、曰壤、曰泥。金之質也，曰汞、曰銀、曰金、曰銅、曰鐵、曰鉛。水之質也，曰澗水、曰井水、曰雨水、曰溝渠、曰陂澤、曰湖海。木之物也，曰鯪鯉、曰蛇、曰龍、曰鯉魴、曰小魚、曰鰍。火之物也，曰雞、曰鳳、曰雉、曰鷹隼、曰燕雀、曰蟻蠓。土之物也，曰蟾蜍、曰蠶、曰人、曰蜘蛛、曰蚓、曰鰻。金之物也，曰鹿、曰馬、曰麟、曰虎、曰獺、曰毛蟲。水之物也，曰蟹、曰黿、曰鼈、曰蝦、曰蚌、曰蠣。木之器也，曰疏器門窻、曰琴瑟、曰規、曰算筯、曰耒耜、曰網罟。火之器也，曰登器梯棚、曰文書、曰繩、曰冠冕、曰檯棹、曰履蹋。土之器也，曰腹器筐筥、曰圭璧、曰量、曰舟車、曰盤盂、曰棺槨。金之器也，曰方器斧鉞、曰印節、曰矩、曰弓矢、曰簡冊、曰械校。水之器也，曰平器權衡、曰輪磨、曰準、曰鏡奩、曰研碓、曰則圂。逆順者，事之幾也；吉凶者，事之著也。順則吉者：木爲徵召、爲科名、爲恩赦、爲婚姻、爲產孕、爲財帛；火爲燕集、爲朝覲、爲文書、爲言語、爲歌舞、爲燈燭；土爲工役、爲循常、爲盟約、爲田宅、爲福壽、爲墳墓；金爲賜予、爲按察、爲更革、爲軍旅、爲錢貨、爲刑法；水爲交易、爲遷移、爲征行、爲酒食、爲田獵、爲祭祀。逆而凶者：木爲毆咆、爲驚憂、爲醜惡、爲壓墜、爲夭折、爲產死；火爲公訟、爲顛狂、爲口舌、爲炙灸、爲災焚、爲震燬；土爲反覆、爲欺詐、爲離散、爲貧窮、爲疾病、爲死亡；金爲征役、爲罷免、爲責降、爲爭鬬、爲傷損、爲殺戮；水爲盜賊、爲囚獄、爲徒流、爲淫亂、爲呪咀、爲浸溺。

一陽　二陽　三陽　一陰　二陰　三陰

木：陽柳、梅李、松柏、竹葦、禾麥、蕈。

火：木火、石火、雷火、油火、蟲火、燐火。

土：砂、石、玉、土、壤、泥。

金：汞、銀、金、銅、鐵、鉛。

水：澗水、井水、雨水、溝渠、陂澤、湖海。

五行動物屬圖

一陽　二陽　三陽　一陰　二陰　三陰

木：鯪鯉、蛇、龍、鯉魴、小魚、鰍。

火：雞、雉、鳳鶴、鷹隼、燕雀、蟻蠓。

土：蟾蜍、蠶、人、蜘蛛、蚓、鰻。

金：鹿、馬、麟、虎、獺、毛蟲。

木：蟹、蠏、龜、蝦、蚌、蠣。

五行用物屬圖

一陽　二陽　三陽　一陰　二陰　三陰

木：疏器門總、琴瑟、規、算篩、耒耜、網罟。

火：登器梯棚、文書、繩、冠冕、檯棹、履舃。

土：腹器筐篋、圭璧、量、舟車、盤盂、棺槨。

金：方器斧鉞、印節、矩、弓矢、簡冊、械校。

木：平器權衡、輪磨、準、鏡匳、研碓、厠圂。

五行事類吉圖

一陽　二陽　三陽　一陰　二陰　三陰

木：徵召、科名、恩赦、婚姻、産孕、財帛。

火：燕集、文書、朝覲、言語、歌舞、燈燭。

土：工役、循常、盟約、田宅、福壽、墳墓。

金：賜予、按察、更革、軍旅、錢貨、刑法。

水：交易、遷移、征行、酒食、田獵、祭祀。

五行事類凶圖

一陽　二陽　三陽　一陰　二陰　三陰

木：斃疱、驚憂、醜惡、壓墜、夭折、産死。

火：公訟、顛狂、口舌、炙灸、災焚、震燬。

土：反覆、欺詐、離散、貧窮、疾病、死亡。

金：征役、罷免、責降、爭鬬、傷損、殺戮。

水：盜賊、囚獄、徒流、淫亂、呪咀、浸溺。

五行支干圖

一陽　二陽　三陽　一陰　二陰　三陰

木：甲子乙丑、甲寅乙卯、甲辰乙巳、甲午乙未、甲申乙酉、甲戌乙亥。

火：丙子丁丑、丙寅丁卯、丙辰丁巳、丙午丁未、丙申丁酉、丙戌丁亥。

土：戊子己丑、戊寅己卯、戊辰己巳、戊午己未、戊申己酉、戊戌己亥。

金：庚子辛丑、庚寅辛卯、庚辰辛巳、庚午辛未、庚申辛酉、庚戌辛亥。

木：壬子癸丑、壬寅癸卯、壬辰癸巳、壬午癸未、壬申癸酉、壬戌癸亥。

五行人體性情圖



一陽　二陽　三陽　一陰　二陰　三陰

木：喜、魂、仁、臭、肝、筋。

火：樂、神、禮、色、心、毛。

土：欲、意、信、形、脾、肉。

金：怒、魄、義、味、肺、骨。

水：膠、精、智、聲、腎、皮。

**《曆象彙編・乾象典・五行部・外編》**《拾遺記》：老聃在周之末，居反景日室之山，與世人絕跡，惟有黃髮老叟五人，或乘鴻鶴，或衣羽毛，耳出於頂，瞳子皆方，面色玉潔，手握青筠之杖，與聃共談天地之數。及聃退跡爲柱下史，求天下服道之術，四海名士，莫不爭至。五老即五方之精也。

《雲笈七籤》：老子中經：胃神十二人，五元之氣，諫議大夫也。臍中神五人，太乙八人，凡十三人，合二十五人，五行陰陽之神也。又東方之神女，名曰青腰玉女。南方之神女，名曰赤圭玉女。中央之神女，名曰黃素玉女。西方之神女，名曰白素玉女，北方之神女，名曰元光玉女。左爲常陽，右爲承翼，此皆玉女之名也。五行之道，常以所勝好者爲妻。故言甲己、乙庚、丙辛、丁壬、戊癸，此皆夫妻會合之日也。言肝膽，木也。木帝以中宮戊己素女爲妻。他皆效此。又丹田中赤者，太陽之精也，心火之氣也。其外黑者，太陰之精也，腎水之氣也。其左青者，少陽之精也，肝木之氣也。其右黃者，中和之精也，脾土之氣也。其上白者，如銀盤而照覆之者，少有之精也，肺金之氣也。其中有五人，即五藏之太子，五行之精神也。

《太上曲素五行祕符》：太上告後聖金闕帝君曰：太上五行祕文，與天地同生，混仙萬真，總御神靈。天無五行，則三光不明；地無五行，則山崩嶽傾；人無五行，則身朽零。故五行混合相須而生。若有志心，當尋真名，既受其法，天地同根。呼魂招魄，保命役神。修之九年，克登上仙。夫受曲素訣辭，學上真之道，當知五行父母，真君內諱。存以招魂，召以制魄，魂魄長存，真神總歸宮宅，備守形身，便得反於自知，若此，克遂遊宴玉清，興無合真矣。

**《曆象彙編・乾象典・五行部・紀事》**《漢書・律歷志》太昊帝易曰：庖犧氏之王天下也，言庖犧繼天而王，爲百王先，首德始於木，故爲帝。太昊作網罟，以田漁，取犧牲，故天下號曰：庖犧氏。

炎帝易曰：庖犧氏沒，神農氏作，言，共工伯而不王，雖有水德，非其序也，以火承木，故爲炎帝，教民耕農，故天下號曰：神農氏。

《史記・曆書》：黃帝攷定星曆，建立五行，起消息，正閏餘。

《漢書・律歷志》：黃帝易曰：神農氏沒，黃帝氏作。火生土，故爲土德。與炎帝之後戰於阪泉，遂王天下。始垂衣裳，有軒冕之服，故天下號曰軒轅氏。

《玉堂鑑綱》：黃帝有熊氏命大撓探五行之情，占斗綱所建，於是始作甲子，甲、乙、丙、丁、戊、己、庚、辛、壬、癸，謂之干，子、丑、寅、卯、辰、巳、午、未、申、酉、戌、亥，謂之支。支干相配以名日，而定之以納音。

《漢書・律歷志》：少昊帝攷德曰：少昊曰清。清者，黃帝之子，清陽也。是其子孫名摯立。土生金，故爲金德，天下號曰金天氏。

顓頊帝，《春秋外傳》曰：少昊之衰，九黎亂德，顓頊受之，迺命重黎。蒼林，昌意之子也。金生水，故爲水德。天下號曰高陽氏。

帝嚳，《春秋外傳》曰：顓頊之所建，帝嚳受之。清陽元嚚之孫也。木生木，故爲木德。天下號曰高辛氏。

唐帝帝系曰：帝嚳四妃，陳豐生帝堯，封於唐。蓋高辛氏衰，天下歸之。木生火，故爲火德，天下號曰陶唐氏。

《左傳》：陶唐氏之火正閼伯，居商丘。祀大火，而火紀時焉。相土因之，故商主大火。

《漢書・律歷志》：虞帝帝系曰：顓頊生窮蟬，五世而生瞽叟，瞽叟生帝舜處虞之嬀汭，堯嬗以天下。火生土，故爲土德。天下號曰有虞氏。

伯禹帝系曰：顓頊五世而生鯀，鯀生禹，虞舜嬗以天下。土生金，故爲金德。天下號曰夏后氏。

《容齋隨筆》：禹貢敘治水以冀、兗、青、徐、揚、荊、豫、梁、雍爲次。攷地理言之，豫居九州中，與兗、徐接境，何爲自徐之揚，顧以豫爲後乎？蓋禹順五行而治之耳。冀爲帝都，既在所先而地目北方，實於五行爲水，水生木，木，東方也，故次之以兗、青、徐。木生火，火，南方也，故次之以揚、荊。火生土，土，中央也，故次之以豫。土生金，金，西方也，故終於梁、雍。所謂彝倫攸敘者，此也。與鯀之汩陳五行相去遠矣。此說予得之魏幾道。

《漢書・律歷志》：成湯書經湯誓：湯伐夏桀。金生水，故爲水德。天下號曰商，後曰殷。

武王書經牧誓：武王伐紂。水生木，故爲木德。天下號曰周室。

《左傳》：昭九年夏四月，陳災。鄭裨竈曰：五年，陳將復封。封五十二年而遂亡。子產問其故。對曰：陳，水屬也。火，水妃也，而楚所相也。今火出而火陳，逐楚而肆陳也。妃以五成，故曰五年。歲五及鶉火，而後陳卒亡，楚克有之，天之道也，故曰五十二年。

昭十七年冬，有星孛於大辰，西及漢。梓慎曰：往年吾見之，是其徵也，火出而見。今茲火出而章，必火入而伏。其居火也久矣，其與不然乎。火出，於夏爲三月，於商爲四月，於周爲五月。夏數得天，若火作，其四國當之，在宋、衛、陳、鄭乎。宋，大辰之虛也；陳，大皞之虛也；鄭，祝融之虛也，皆火房也。星孛及漢，漢，水祥也。衛，顓頊之虛也，故爲帝丘。其星爲大水，水，火之牡也。其以丙子若壬午作乎。火水所以合也。若火入而伏，必以壬午，不過其見之月。

昭三十一年十二月辛亥朔，日有食之。是夜也，趙簡子夢童子贏而轉以歌。旦占諸史墨，曰：吾夢如是，今而日食。對曰：六年及此月也，吳其入郢乎。終亦弗克。入郢，必以庚辰。日月在辰尾，庚午之日，日始有謫。火勝金，故弗克。

哀九年，晉趙鞅卜救鄭，遇水適火。史墨曰盈，水名也。子，水位也。名位敵，不可干也。炎帝爲火師，姜姓其後也。水勝火，伐姜則可。

《漢書・郊祀志》：自齊威、宣時，騶子之徒論著終始五德之運，及秦帝而齊人奏之，故始皇采用之。

《史記・秦始皇本紀》：始皇推終始五德之傳，以爲周得火德，秦代周德，從所不勝，方今水德之始，改年始朝賀，皆自十月朔，衣服、旄旌、節旗皆上黑，數以六爲紀。符法冠皆六寸而輿六尺，六尺爲步乘六馬。更名河曰德水，以爲水德之始，剛毅戾深，事皆決於法，刻削毋仁恩和義，然後合五德之數，於是急法久者不赦。《漢書・律歷志》：高祖皇帝著紀，伐秦繼周。木生火，故爲火德。天下號曰漢。

《郊祀志》：文帝即位十三年，魯人公孫臣上書曰：始秦得水德，及漢受之，推終始傳，則漢當土德，土德之應黃龍見。宜改正朔，服以上黃。丞相張蒼好律歷，以爲漢迺水德之時，河決金隄，其符也。年始冬十月，色外黑內

赤，與德相應。公孫臣言非是，罷之。明年，黃龍見成紀。文帝召公孫臣，拜爲博士，與諸生申明土德，草改歷服色事。

《武帝本紀》：太初元年造太初曆，以正月爲歲，首色尚黃，數用五。炷五，土數也。

《史記・日者傳》：孝武時聚會，占家問之某日可取婦乎？五行家曰：可。堪輿家曰：不可。建除家曰：不吉。叢辰家曰：大凶。歷家曰：小凶。天人家曰：小吉。大乙家曰：大吉。辯訟不決。以狀聞，制曰：避諸死忌，以五行爲主人，取於五行者也。

《漢書・劉向傳》：上方精於詩書，觀古文，詔向領校中五經祕書。向見《尚書・洪範》：箕子爲武王陳五行有陽休咎之應，向乃集合上古以來，歷春秋六國，至秦漢符瑞災異之記，推迹行事，連傳禍福，著其占驗，比類相從，各有條目，凡十一篇，號曰《洪範五行傳論》奏之。《後漢書・荀爽傳》：延熹元年，太常趙典舉爽至孝，拜郎中對策，陳便宜曰：臣聞之於師曰，漢爲火德，火生於木，木盛於火，故其德爲孝，其象在《周易》之離。夫在地爲火，在天爲日。在天者用其精，在地者用其形。夏則火王，其精在天溫暖之氣，養生百木，是其孝也。冬時則廢其形。在地酷烈之氣，焚燒山林，是其不孝也。故漢制使天下，誦《孝經》，選吏舉孝廉，夫喪親自盡孝之終也。今之公卿及二千石，三年之喪不得即去，殆非所以增崇孝道，而克稱火德者也。

《管輅別傳》：公明年十五，瑯琊太守單子春請與相見，輅言學問微淺，未能上引聖人之道，陳秦漢之事。但欲論金木水火土，鬼神之情耳。子春言此至難，而卿更以爲易耶？於是唱大論之端，遂經於陰陽，單稱歎不已。

《六朝事迹》：治城，今天慶觀即其地也，本吳冶鑄之所，因以爲名。晉元帝太興初，以王導疾久，方士戴洋云：君本命在申，而申地有冶，金相熒不利，遂移冶城於石頭城東，以其地爲園。

《北齊書・許遵傳》：遵，高陽人，明《易》善筮，兼曉天文風角，占相逆測，其驗若神。齊高祖引爲館客。芒陰之役，謂李業興曰：彼爲火陣，我爲木陣，火勝木，我必敗，果如其言。

《朝野僉載》：孫佺爲幽州都督，五月北征。李處郁諫曰：五月，南方火，北方水，火入水必滅。且飧若入咽，百無一全。佺不從，果沒八萬人。

《槁簡贅筆》：邵堯夫精於易數，推往測來，其驗如神。其母自江鄰幾家得此書，出爲民妾，而生堯夫，嘗云：其學惟先丞相申公與司馬溫公二人可傳。先丞相以敏，溫公以專數，皆以四，木火土石爲四行，謂金水皆出於石也。皇王帝霸爲四運，易、詩、書、春秋爲四經。悉符合以相配，撰《皇極經世》，其圖畫方圓二像，或空其中，或以墨實之，數亦皆四。

《續明道雜志》：邵雍字堯夫，洛陽人也。不應舉，布衣，窮居一時，賢士皆與之交游。爲人豈弟，和易可親，而喜以其學教人。其學得諸易數，謂今五行之外，復有先天五行，其說皆有條理。而雍用之可以逆知來事，其言屢驗。

《補筆談》：士人李忘其名，嘉祐中爲舒州觀察支使，能爲水丹。時王荊公爲通判，問其法。云：以清水入土鼎中，其下以火燃之，少日則水漸凝結如玉，精瑩駭目。問其方，則曰：不用一切，但調節水火之力，毫髮不均，即復化去，此坎離之粹也。

《畫鑒》：世言孫位畫水，張南本畫火，水火本無情之物，二公深得其理。

## 著錄

**《洪範五行傳・劉歆序》** 伏羲氏繼天而王，受《河圖》則而畫之，八封是也。禹治洪水，賜《雒書》法而陳之，《洪範》是也。聖人行其道而寶其真，降及於殷，箕子在父師位而典之。周既克殷，以箕子歸武王，親虛己而問焉。故經曰：惟十有三祀。王訪於箕子，王迺言曰：烏呼！箕子惟天，陰騭下民，相協厥居，我不知其彝倫迪敘。箕子乃言曰：我聞在昔，鯀陻洪水，汩陳其五行。旁乃震怒，弗異《洪範》九疇，彝倫迪斁，鯀則殛死。禹乃嗣興，天乃錫禹《洪範》九疇，彝倫迪敘。此武王問《雒書》於箕子，箕子對禹得《雒書》之意也。初一曰五行，次二曰羞用五事，次三曰農用八政，次四曰葉用五紀，次五曰建用皇極，次六曰乂用三德，次七曰明用稽疑，次八曰念用庶徵，次九曰嚮用五福，畏用六極。凡此六十五字，皆《雒書》本文。所謂天乃錫禹大法九章，常事所次者也。以爲《河圖》、《雒書》相爲經緯，八卦、九章相爲表裏。昔殷道弛，文王演《周易》；周道敝，孔子述春秋。則乾坤之陰陽，效

《洪範》之咎，徵天人之道，粲然著矣。

**《五行大義・蕭吉序》** 夫五行者，蓋造化之根源，人倫之資始，萬品稟其變易，百靈因其感通。本乎陰陽，散乎精像，周竟天地，布極幽明，子午卯酉爲經緯，八風六律爲綱紀。故天有五度以垂象，地有五材以資用，人有五常以表德。萬有森羅，以五爲度，過其五者，數則變焉。寔資五氣，均和四序，孕育百品，陶鑄萬物。善則五德順行，三靈炳曜。惡則九功不革，六沴互興。原始要終，靡究萌兆，是以聖人體於未肇，故設言以筮象，立象以顯事。事既懸有，可以象知，象則有滋，滋故生數。數則可紀，象則可形。可形可紀，故其理可假而知，可假而知，則龜筮是也。龜則爲象，故以日爲五行之元。筮則爲數，故以辰爲五行之主。若夫參辰伏見，日月盈虧，雷動虹出，雲行雨施，此天之象也。二十八舍，內外諸官，七耀三光，星分歲次，此天之數也。山川水陸，高下平汙，嶽鎮河通，風回露蒸，此地之象也。八極四海，三江五湖，九州百郡，千里萬頃，此地之數也。禮以節事，樂以和心，爵表章旗，刑用革善，此人之象也。百官以治，萬人以立，四教修文，七德閱武，此人之數也。因夫象數，故識五行之始末。籍斯龜筮，乃辨陰陽之吉凶。是以事假象知，物從數立。吉每尋閱墳索，研窮經典，自羲農以來，迄於周漢，莫不以五行爲政治之本，以蓍龜爲善惡之先，所以傳云：天生五材，廢一不可。《尚書》曰：商王受命，狎侮五常，殄棄三政。故知得之者昌，失之者滅。昔中原喪亂，晉氏南遷，根本之書不足，枝條之學斯盛。虛談巧筆，競功於一時。碩學經邦，棄之於萬古。末代踵習，風軌遂成。雖復占侯之術尚行，皆從左道之說。卜筮之法恒在，爻象之理莫分。月令靡依，時制必爽。失之毫髮，千里必差。水旱興而不辨其由，妖祥作而莫知其趣。非因形像，罕徵窮得。觀其謬惑，歎其學人，皆信其末而忘本，竝舉其麤而漏細。古人有云：登山始見天高，臨壑方覺地厚。不聞先聖之道，無以知學者之大。況乃五行幽遂，安可斐然？今故博採經緯，搜窮簡牒，略談大義。凡二十四段，別而分之，合四十段。二十四者，節數之氣，總四十者，五行之成數。始自釋名，終於蟲鳥，凡配五行，皆在茲義，庶幾使斯道不墜，知其始焉。若能治心靜志，研其微者，豈直怡神養性，保德全身，亦可弼諧庶政，利安萬有，斯故至人之所達也。昔人感物制經，吉今因事述義，異時而作，共軫殊途。嘆味道之不齊，求利物之一致。倚焉來哲，補其闕焉。

**《唐書・五行志序》** 萬物盈於天地之間，而其爲物最大且多者有五：一曰水，二曰火，三曰木，四曰金，五曰土。其用於人也，非此五物不能以爲生，而闕其一不可，是以聖王重焉。夫所謂五物者，其見象於天也爲五星，分位於地也爲五方，行於四時也爲五德，稟於人也爲五常，播於音律爲五聲，發於文章爲五色，而總其精氣之用謂之五行。自三代之後，數術之士興，而爲災異之學者，務極其說，至舉天地萬物，動植無大小皆推其類而附之於五物，曰五行之屬。以謂人稟五行之全氣以生，故於物爲最靈，其餘動植之類，各得其氣之偏者，其發爲英華、美實、氣臭、滋味、羽毛、鱗介、文采、剛柔，亦皆得其一氣之盛。

**《祛疑說・天道不遠說》** 嘗觀劉向《災異五行傳》後世以爲牽合。天固未必以屑屑爲事，然殃咎各以類，至理不可誣。若遽以牽合少之，則箕子之五事庶徵，相爲影響，顧亦可得而議乎，試以一身言之，五行者，人身之五官也，氣應五臟。五氣調順，則百骸俱理。一氣不應，一病生焉。然人之受病，必有所屬。太陽爲水，厥陰爲木是也。而太陽之證，爲項強，爲腰疼，爲發熱，爲惡寒，其患雖然而並出。要其指歸，則一出於太陽之證也。猶貌不恭，而爲常雨，爲狂，爲惡也。況五官之中，或貌言之間，兩失其正，即《素問》所謂陽明、厥陰之合病也。其爲病，又豈一端之所能盡哉？以一身而察之，則五事庶證之應，蓋可以類推矣。劉向《五行傳》直指某事爲某證之應，局於一端，殆未察醫書兩證合病之理也。後之人主五事多失其正，受病蓋不止一證，宜乎災異之互見迭出也。苟以一證論之，未爲得也。夫冬雷則草木華，蟄蟲蠢，人多疾疫。一氣使然，景星慶雲，不生聖賢，則産祥瑞。象見於上，則應在於下，如虹蜺妖氣也。當大夏而見，則不能損物，百物未告成也，秋見則百穀用耗矣。或入人家而能致火，飲並則泉竭，入醬則化水。和氣致祥，妖氣致異，厥有明驗。天道感物如響，斯應人事，感天其有不然者乎？如風花出海而爲飄風，山用出雲而爲時雨。農家以霜降前一日見霜，則知清明後一日霜止。五日、十日而往前後同占。欲出秧苗，必待霜止。每歲推驗，若合符節。天道果遠乎哉？感於此則應於彼，有此象則有此數，乃不易之理也。

**《金史・五行志序》** 五行之精氣，在天爲五緯，在地爲五材，在人爲五常及五事。五緯志諸天文，歷代皆然。其形質在地，性情在人，休咎各以其

類。爲感應於兩間者，歷代又有五行志焉。兩漢以來，儒者若夏侯勝之徒，專以《洪範》五行爲學，作史者，多採其說。凡言某徵之休咎，則以某事之得失繫之，而配之以五行。謂其盡然，其弊不免於傅會；謂其不然，肅時雨若、蒙恒風若之類，箕子蓋嘗言之。金世未能一天下，天文、災祥猶在。星埜之說，五行休咎，見於國內者，不得他諉，乃彙其史氏所書，仍前史法作五行志。至於五常、五事之感應，則不必泥漢儒爲例云。

**《系包攷》** 孫子間取六千書觀之，以宣節勞佚。在京師時，謂其與陰陽家說等耳。今則辨其大指，殊非陰陽家所同，即夫系包之說，乃京房之所不稽者焉。其論五行，一曰水，其系包在巳，其胎在午，其養在未，其生在申，其沐浴在酉，其冠帶在戌，其臨官在亥，其帝旺在子，其衰老在丑，其病在寅，其死在卯，其墓在辰。於火則曰其系包在亥，於木則曰其系包在申，於金則曰其系包在寅。凡巳、申、亥、寅，各稱系包之所。蓋五行既墓矣，其生也必有萌蘖焉，故始有所系，而繼之以胎。蓋五行無絕理也，陰陽書五行十二位，以長生、沐浴、冠帶、臨官、帝旺、衰病、死、墓、絕胎養配於子丑。十二辰爲五行之終始，則其曰絕者，謬甚矣。或其系包二字之訛，如帝虎亥豕則止訛本字，此則合二字爲訛耳，其弗諒矣乎？《黃帝經》五行十二變，曰生，曰浴，曰官，曰臣，曰君，曰委，曰病，曰死，曰藏，曰止，曰渾，曰育。蓋止者，系包也。渾者，胎也。育者，養也。古語有之曰：人之府三焦，丈夫以藏精，女子以系包。系包，此胎之所以凝也。其說尤較明著云。

## 藝文

**《皇極經世書・觀物詩》** 地以靜而方，天以動而圓。既正方圓體，還明動靜權。靜久必成潤，動極遂成然。潤則水體具，然則火用全。水體以器受，火用以薪傳。體在天地後，用起天地先。

**《皇極經世書・水火吟》** 水火得其御，交而成既濟。水火失其御，焚溺可立至。不止水與火，萬物盡如此。只知用水火，不知水火義。

**《中和集・沁園春》** 道曰五行，釋曰五服，儒曰五常。矧仁義禮智。信爲根本。金木水火、土在中央。白虎青龍、元龜朱雀，皆自勾陳五主張。天數五，人精神魂魄，意屬中黃。　乾坤一五全彰，會三五歸元妙莫量。火二南方，東三成五，北元真一，西曰同鄉。五土中宮，合爲三五，三五混融陰返陽。通元士，把鉛銀砂汞，煉作金剛。

## 雜錄

**《曆象彙編・乾象典・五行部・雜錄》**《禮記・禮運》：故人者，其天地之德，陰陽之交，鬼神之會，五行之秀氣也。疏人感五行秀異之氣，故有仁、義、禮、知、信，是五行之秀氣也。

故人者，天地之心也，五行之端也，食味、別聲、被色而生者也。疏端，猶首也。萬物悉由五行而生，而人最得其妙氣，明仁、義、禮、智、信，爲五行之首也。五行各有味，人則並食之；五行各有聲，人則含之，皆有分別也；五行各有色，人則被之以生也。被色謂人含帶五色而生者也。五行有此三種最爲彰著，而人皆稟之以生，故爲五行之端者也。

五行以爲質。疏桓二年，取郜大鼎，是金也。成十六年，雨木冰，是木也。桓元年，秋大木，是水也。宣十六年，成周宣榭火是，是火也。莊二十九年，城諸及防，是土也。金、木、水、火、土，即五行也。

《左傳》水、火、金、木、土、穀，謂之六府。註六者，人之府藏也。疏鑿、鑽灼、鍛鑄、刻削、耕鑿、播種，則六者有無窮之用，故謂之府藏。

《春秋元命苞》：掌圓法天以運動，指五者，法五行。

《河圖括地象》：天有五行，地有五岳。

《古三墳》：山墳：物君金，物臣木，物民土，物陰水，物陽火。傳物君金，金主利用，物之君也。物臣木，木爲金所尅服，故爲臣矣。物民土，土生萬類爲民矣。物陰水，水性潤下，物之陰也。物陽火，火性炎上，物之陽也。

氣墳：木氣生，火氣長，水氣育，山氣止，金氣殺。

《素問・至真要大論》：帝曰：治寒以熱，治熱以寒。氣相得者逆之，不相得者從之，余以知之矣。其於正味何如？岐伯曰：木位之主，其寫以酸，其補以辛；火位之主，其寫以甘，其補以鹹；土位之主，其寫以苦，其

補以甘；金位之主，其寫以辛，其補以酸；水位之主，其寫以鹹，其補以苦。又帝曰：立氣之勝，何以候之？岐伯曰：乘其至也。清氣大來，燥之勝民，風木受邪，肝病生焉；熱氣大來，火之勝也，金燥受邪，肺病生焉；寒氣大來，水之勝也，火熱受邪，心病生焉；濕氣大來，土之勝也，寒木受邪，腎病生焉；風氣大來，木之勝也，土濕受邪，脾病生焉。

《關尹子·一宇篇》：無愛道，愛者水也；無觀道，觀者火也；無逐道，逐者木也；無言道，言者金也；無思道，思者土也。惟聖人不離本情，而登大道，心既未萌，道亦假之。二柱篇：愛爲水，觀爲火。愛執而觀，因之爲木；觀存而愛，攝之爲金。

四符篇：精神，水、火也。五行互生滅之，其來無首，其往無尾，則吾之精一滴無存亾爾，吾之神一歘無起滅爾。惟無我無人，無首無尾，所以與天地冥。

精者水，魄者金，神者火，魂者木。精主水，魄主金，金生水，故精者魄藏之。神主火，魂主木，木生火，故神者魂藏之。惟火之爲物，能鎔金而銷之，能燔木而燒之，所以冥魂魄。惟精在天爲寒，在地爲水，在人爲精；神在天爲熱，在地爲火，在人爲神；魄在天爲燥，在地爲金，在人爲魄；魂在天爲風，在地爲木，在人爲魂。惟以我之精，合天地萬物之精，譬如萬水可合爲一水；以我之神，合天地萬物之神，譬如萬火可合爲一；火以我之魄，合天地萬物之魄，譬如金之爲物，可合異金而鎔之爲一金；以我之魂，合天地萬物之魂，譬如木之爲物，可接異木而生之爲一木。則天地萬物皆吾精、吾神、吾魄、吾魂，何者死，何者生。

五行之運，因精有魂，因魂有神，因神有意，因意有魄，因魄有精，五行回環不已。所以我之爲心，流轉造化，幾億萬歲，未有窮極。然核芽相生，不知其幾萬株。天地雖大，不能芽空中之核。雌卵相生，不知其幾萬禽。陰陽雖妙，不能卵無雄之雌。惟其來於我者，皆攝之以一息，則變物爲我，無物非我。所謂五行者，孰能變之？

衆人以魄攝魂者，金有餘則木不足也；聖人以魂運魄者，木有餘則金不足也。

火生土，故神生意。土生金，故意生魄。

鬼云爲魂，鬼白爲魄，於文則然。鬼者，人死所變。雲者風，風者木。白者氣，氣者金。風散，故輕清，輕清者上天；金堅，故重濁，重濁者入地。輕清者，魄從魂升；重濁者，魂從魄降。有以仁升者，爲木星佐；有以義昇者，爲金星佐；有以禮昇者，爲火星佐；有以智昇者，爲水星佐；有以信昇者，爲土星佐。有以不仁沉者，木賊之；不義沉者，金賊之；不禮沉者，火賊之；不智沉者，水賊之；不信沉者，土賊之。魂魄半之，則在人間。昇魂爲貴，降魄爲賤；靈魂爲賢，厲魄爲愚；輕魂爲明，重魄爲暗。揚魂爲羽，鈍魄爲毛。明魂爲神，幽魄爲鬼。其形其居，其識其好，皆以五行契之。惟五行之數，參差不一，所以萬物之多，盈天地間，猶未已也。以五事歸五行，以五行作五蟲，可勝言哉！譬猶兆龜數蓍，至誠自契，五行應之，誠苟不至，兆之數之，無一應者。

如桴扣鼓，鼓之形者，我之有也，鼓之聲者，我之感也。桴已往矣，餘聲尚存，終亦不存而已矣。鼓之形如我之精，鼓之聲如我之神，其餘聲者，猶之魂魄，知夫倏往倏來，則五行之氣，我何有哉？

夫果之有核，必待水、火、土三者具矣，然後相生不窮。三者不具，如大旱、大潦、大塊，皆不足以生物。夫精水、神火、意土三者本不交，惟人以根合之，故能於其中橫見有事，猶如術視者，能於至無中見多有事。

魂者，木也。木根於冬水，而華於夏火，故人之魂藏於夜精，而見於晝神。

吸氣以養精，如金生水；吸風以養神，如木生火。所以假外以延精神。漱水以養精，精之所以不窮；摩火以養神，神之所以不窮。所以假內以延精神。

《六匕篇》：好仁者，多夢松柏桃李；好義者，多夢兵刃金鐵；好禮者，多夢簠簋籩豆；好智者，多夢江湖川澤；好信者，多夢山岳原野。役於五行，未有不然者。然夢中或聞某事，或思某事，夢亦隨變，五行不可拘。聖人御物以心，攝心以性，則心同造化，五行亦不可拘。

我身五行之氣，而五行之氣，其性一物。借如一所，可以取水，可以取火，可以生木，可以凝金，可以變土，其性含攝，元無差殊。故羽蟲盛者，毛蟲不育；毛蟲盛者，鱗蟲不育。知五行互用者，可以忘我。

養五藏以五行，則無傷也，孰能病之？歸五藏於五行，則無知也，孰能痛之。

《八籌篇》：卽吾心中可作萬物，蓋心有所之，則愛從之；愛從之，則精從之。蓋心有所結，先凝爲水，心慕物，涎出；心悲物，淚出；心愧物，汗出。無暫而不久，無久而不變。水生木，木生火，火生土，土生金，金生水，相攻相尅，不可勝數。嬰兒蕊女，金樓降宮，青蛟白虎，寶鼎紅爐，皆此物，有非此物存者？

《管子・四時篇》：東方曰星，其時曰春，其氣曰風，風生木與骨。南方曰日，其時曰夏，其氣曰陽，陽生火與氣。中央曰土，土德實輔四時。西方曰辰，其時曰秋，其氣曰陰，陰生金與甲。北方曰月，其時曰冬，其氣曰寒，寒生水與血。

《子華子・大道篇》：火宿於心，啖上而排下，其神躁而無準。人之暴急以取禍者，心使之也。木宿於肝，觸突於抵而銳，其神狷束而無當。人之樸戇以取禍者，肝使之也。金宿於肺，磬氫而不能仰也，其神闊疎而無法。人之訐決以取禍者，肺使之也。水宿於腎，瑟縮以湊險，其神伏而不發。人之婷婀脂韋以取禍者，腎使之也。土宿於脾，磅礴而不盡其滲漉也，下注而不止，其神好大而無功。人之重遲澀訥以取禍者，脾使之也。火氣之喜明也，木氣之喜達也，金氣之喜辨也，水氣之喜藏也，土氣之喜發生也。事心者宜以孝，事肝者宜以仁，事肺者宜以義，事腎者宜以知，事脾者宜以誠實而不詐。五物宿於其所喜，五事各施其所宜，外邪之不入，內究之不泄，夫是之謂善完。

《文子・上德篇》：金之勢勝木，一刃不能殘一林；土之勢勝水，一掬不能塞江河；水之勢勝火，一酌不能救一車之薪。

《莊子・外篇》：木與木相摩則然，金與火相守則流。

《說劍篇》：制以五行。

《呂子・名類篇二》曰：凡帝王者之將興也，天必先見祥乎下民。黃帝之時，天先見大螾、大螻。黃帝曰：土氣勝。土氣勝，故其色尚黃，其事則土。及禹之時，天先見草木秋冬不殺。禹曰：木氣勝。木氣勝故其色尚青，其事則木。及湯之時，天先見金刃生於水。湯曰：金氣勝，故其色尚白，其事則金。及文王之時，天先見火赤鳥銜書集於周社。文曰：火氣勝。故其色尚赤，其事則火。代火者必將水，天且先見水氣勝。水氣勝，故其色尚黑，其事則水。水氣至而不知數，備將徙於土。

《處方篇》：金木異任，水火殊事，陰陽不同，其爲民利則一也。

《越絕書》：水之勢勝金，陰氣蓄積大盛，水據金而死。故金中有水，如此者歲大敗，八穀皆貴。金之勢勝木，陽氣蓄積大盛，金據木而死。故木中有火，如此者歲大美，八穀皆賤。金、木、水、火更相勝，此天之三表者也，不可不察，又太陰三歲處金則穰，三歲處水則毀，三歲處木則康，三歲處火則旱。

《史記・封禪書》：作伏祠，注四時，代謝皆以相生。而春木代水，水生木也。夏火代木，木生火也。冬水代金，金生水也。至秋則以金代火，金畏於火，故凡至庚日必伏。

《漢書・五行志》：水之大數六，火七，木八，金九，土十。故水以天一爲火二牡，木以天三爲土十牡，土以天五爲水六牡，火以天七爲金四牡，金以天九爲木八牡。陽奇爲牡，陰耦爲妃，故曰：水，火之牡也。火，水之妃也。於《易》坎爲水，爲中男；離爲火，爲中女，蓋取諸此也。

《禮樂志》：五行舞者，本周舞也。秦始皇二十六年，更名曰五行也。

《律歷志》爲：協之五行，則角爲木，五常爲仁，五事爲貌。商爲金，爲義，爲言。徵爲火，爲禮，爲視。羽爲水，爲智，爲聽。宮爲土，爲信，爲思。又以陰陽言之，太陰者，北方，北伏也。陰氣伏於下，於時爲冬。冬，終也，物終藏乃可稱。水潤下。知者謀，謀者重，故爲權也。太陽者南方，南任也。陽氣任養物，於時爲夏。夏，假也，物假大乃宣平，火炎上。禮者齊，齊者平，故爲衡也。少陰者西方，西遷也。陰氣遷落物，於時爲秋。秋，糺也，物糺斂秘成孰。金從革，改更也。義者成，成者方，故爲矩也。少陽者東方，東動也。陽氣動物，於時爲春。春蠢也，物蠢生乃動運。木曲直。仁者生，生者圜，故爲規也。中央者，陰陽之內，四方之中，經緯通達，迺能端直，於時爲四季，土稼穡蕃息。信者誠，誠者直，故爲繩也。五則揆物有輕重，圜方平直，陰陽之義，四方四時之體，五常五行之象，厥法有品，各順其方，而應其行識，在大行鴻臚掌之。又五星之合於五行，水合於辰星，火合於熒惑，金合於太白，木合於歲星，土合於鎮星。

《淮南子・原道訓》：其德優天地而和陰陽，節四時而調五行。

《天文訓》：壬午冬至，甲子受制，木用事，火煙青。七十二日，丙子受制，火用事，火煙赤。七十二日，戊子受制，土用事，火煙黃。七十二日，庚子

受制，金用事，火煙白。七十二日，壬子受制，水用事，火煙黑。七十二日而歲終。又甲、乙、寅、卯，木也。丙、丁、巳、午，火也。戊己，四季土也。庚辛申酉，金也。壬癸亥子，水也。水生木，木生火，火生土，土生金，金生水。子生母曰義，母生子曰保，子母相得曰專；母勝子曰制，子勝母曰困。

《本經訓》：天愛其精，地愛其平，人愛其情。天之精，日月、星辰、雷電、風雨也。地之平，水、火、金、木、土也。人之情，思慮、聰明、喜怒也。

《主術訓》：夫火熱而水滅之，金剛而火消之，木強而斧伐之，水流而土遏之。唯造化者，物莫能勝也。

《兵略訓》：奇正之相應，右水、火、金、木之代爲雌雄也。

《說林訓》：金勝木者，非以一刃殘林也；土勝水者，非以一墐塞江也。又粟得水溼而熱，甑得火而液，水中有火，火中有水。

《泰族訓》：水、火、金、木、土、穀，異物而皆任。

《要略》：原人情，而不言大聖之德，則不知五行之差。

《京氏易略》：寅中有生火，亥中有生木，巳中有生金，申中有生水。丑中有死金，戌中有死火，未中有死木，辰中有死水，土兼於中。又五行互用，一吉一凶。又吉凶之義，始於五行。

《鹽鐵論·通有篇》：大夫曰：五行，東方木，而丹章有金銅之山；南方火，而交趾有大海之川；西方金，而蜀隴有名材之林；北方水，而幽都有積沙之地。此天地所以均有無而通萬物也。

《論菑篇》：大夫曰：文字言剛柔之類，互勝相代生。《易》明於陰陽，《書》長於五行。春生夏長，故火生於寅木，陽類也。秋生冬死，故水生於申金，陰物也。四時五行迭廢、迭興，陰陽異類，水火不同器。金得土而成，得火而死。金生於巳，何說何言然乎？

《後漢書·郎顗傳》：顗曰：漢三百載計歷改憲，三百四歲爲一德，五德千五百二十歲。五行更用，王者隨天，譬猶自春徂夏，改青服絳者也。

《風俗通義·五伯篇》：三統者，天地人之始，道之大綱也。五行者，品物之宗也。

《論衡·物勢篇》：或曰：五行之氣，天生萬物。以萬物含五行之氣，五行之氣更相賊害。曰：天自當以一行之氣生萬物，令之相親愛，不當令五行之氣反使相賊害也。或曰：欲爲之用，故令相賊害，賊害，相成也。故天用五行之氣生萬物，人用萬物作萬事。不能相制，不能相使，不相賊害，不成爲用。金不賊木，木不成用；火不爍金，金不成器。故諸物相賊相利。含血之蟲相勝服，相齧噬，相啖食者，皆五行氣使之然也。曰：天生萬物欲令相爲用，不得不相賊害也。則生虎、狼、蝮虵及蜂、蠆之蟲，皆賊害人，天又欲使人爲之用邪？且一人之身，含五行之氣，故一人之行，有五常之操。五常、五常之道也。五藏在內，五行氣俱。如論者之言，含血之蟲，懷五行之氣，輒相賊害。一人之身，胸懷五藏，自相賊也？一人之操，行義之心，自相害也？且五行之氣相賊害，含血之蟲相勝服，其驗何在？曰：寅，木也，其禽虎也。戌，土也，其禽犬也。丑、未亦土也，丑禽牛，未禽羊也。木勝土，故犬與牛羊爲虎所服也。亥，水也，其禽豕也。巳，火也，其禽虵也。子、亦水也，其禽鼠也。午、亦火也，其禽馬也。水勝火，故豕食虵。火爲水所害，故馬食鼠屎而腹脹。曰：審如論者之言，含血之蟲，亦有不相勝之効。午，馬也。子，鼠也。酉，雞也。卯，兔也。水勝火，鼠何不逐馬？金勝木，雞何不啄兔？亥、豕也。未、羊也。丑、牛也。土勝水，牛羊何不殺豕？巳、虵也。申、猴也。火勝金，虵何不食獼猴？獼猴者，畏鼠也。嚙獼猴者，犬也。鼠，水。獼猴，金也。水不勝金，獼猴何故畏鼠也？戌、土也。申、猴也。土不勝金，猴何故畏犬？東方，木也，其星蒼龍也。西方，金也，其星白虎也。南方，火也，其星朱鳥也。北方，水也，其星元武也。天有四星之精，降生四獸之體。含血之蟲，以四獸爲長，四獸含五行之氣最較著。案龍虎交不相賊，鳥龜會不相害。以四獸驗之，以十二辰之禽效之，五行之蟲以氣性相刻，則尤不相應。凡萬物相刻賊，含血之蟲則相服。至於相啖食者，自以齒牙頓利，觔力優劣，動作巧便，氣勢勇桀。若人之在世，勢不與適，力不均等，自相勝服。以力相服，則以刃相賊矣。夫以刃相賊，猶物以齒角爪牙相觸刺也。力強角利，勢烈牙長，則能勝；氣微爪短，咮膽小距，頓則畏服也。人有勇怯，故戰有勝負。勝得未必受金氣，負者未必得木精也。孔子畏陽虎，郤行流汗，陽虎未必色白，孔子未必面青也。鷹之擊鳩雀，鴞之啄鵠雁，未必鷹、鴞生於南方。而鳩雀、鵠雁產於西方也。自是觔力勇怯相勝服也。一堂之上，必有論者。一鄉之中，必有訟者。訟必有曲直，論必有是非。非而曲者爲負，是而直者爲勝。亦或辯口利舌，辭喻橫出爲勝；或詘弱綴跲，踵蹇不比者爲負。以舌論訟，猶以劍戟鬬也。利劒長戟，手足健疾者勝；頓刀短

矛，手足緩頓者負。夫物之相勝，或以觔力，或以氣勢，或以巧便。小有氣勢，口足有便，則能以小而制大；大無骨力，角翼不勁，則以大而服小。鵲食蝟皮，博勞食虵，蝟、虵不便也。蛟虻之力不如牛馬，牛馬困於蛟虻，蛟虻乃有勢也。鹿之角足以觸犬，獼猴之手，足以搏鼠。然而鹿制於犬，獼猴服於鼠，角爪不利也。故十年之牛，爲牧豎所驅；長仞之象，爲越僮所鉤，無便故也。故夫得其便也，則以小能勝大；無其便也，則以強服於羸也。

《潛夫論・十列篇》：古有陰陽，然後有五行。五帝右據行氣以生人民，載民遠乃有姓名。敬民名字者，蓋所以別衆猥而顯此人爾，非以絕五音而定剛柔也。今俗人不能推紀本祖，而反欲以聲音言語定五行，誤莫甚焉。凡姓之有音也，必隨其本生祖所王也。太皞木精承歲而王，夫其子孫咸當爲角；神農火精承熒惑而王，夫其子孫咸當爲徵；黃帝土精承鎮而王，夫其子孫咸當爲宮；少皞金精承太白而王，夫其子孫咸當爲商；顓頊水精承辰而王，夫其子孫咸當爲羽。雖號百變，音行不易。

《月令問答》：凡十二辰之禽，五時所食者，必家人所畜。丑牛、未羊、戌犬、酉雞、亥豕而已，其餘龍、虎以下非食也。春，木王，木勝土，土王四季。四季之禽，牛屬季夏，犬屬季秋，故未羊可以爲春食也。夏，火王，火勝金，故酉雞可以爲夏食也。季夏，土王，土勝水，當食豕而食牛。土，五行之尊者；牛，王畜之大者。四行之牲無足以配土德者，故以牛爲季夏食也。秋，金王，金勝木，寅虎非可食者。犬、豕而無角，虎屬也，故以犬爲秋食也。冬，水王，水勝火，當食馬，而禮不以馬爲牲，故以其類而食豕也。

《數術記遺・五行算》：以生兼生，生變無窮。注五行之法，水元生數一，火赤生數二，木青生數三，金白生數四，土黃生數五。今爲五行算色別九枚，以五行色數相配爲算之位。假令九億八千七百六十五萬四千三百二十一者，則以白算配黃爲九億，以青算配黃爲八千，以赤算配黃爲七百，以元算配黃算爲六十，以一黃算爲五萬，以一白算爲四千，以一青算爲三百，以一赤算爲二十，以元算爲一也。故曰以生兼生，生變無窮。

《參同契》：賞罰應春秋，昏明順寒暑。爻辭有仁義，隨時發喜怒。如是應四時，五行得其理。

《明知兩竅章》：金爲水母，母隱子胎；水爲金子，子藏母胞。

《二土全功章》：黃土，金之父；流珠，木之子。水以土爲鬼，土鎮水不起。朱雀爲火精，藝平調勝負。水盛火消滅，俱死歸厚土。金性不敗朽，故爲萬物寶。術士伏食之，壽命得長久。土游於四季，守界定規矩。金砂入五內，霧散若風雨。薰蒸達四肢，顏色悅懌好。髮白皆變黑，齒落生舊所。老翁復丁壯，老嫗成姹女。改形免世厄，號之曰真人。

《水火性情章》：推演五行數，較約而不繁。舉水以激火，奄然滅光明。日月相薄蝕，常在朔望間。水盛坎侵陽，火衰離晝昏。陰陽相飲食，交感道自然。名者以定情，字者以性言。金來歸性初，乃得稱還丹。

《養性立命章》：九還七返，八歸六居，男白女赤，金火相拘，則水定火，五行之初。

《流珠金華章》：五行錯王，相據以生。火性銷金，金伐木榮，三五與一，天地更精。

《如審遭逢章》：五行相克，更爲父母。母含滋液，父主稟與。

《男女相胥章》：金化爲水，水性周章。火化爲土，水不得行。

《四者混沌章》：丹砂木精，得金乃並。金水合處，木火爲侶。四者混沌，則爲龍虎。龍陽數奇，虎陰數偶。肝青爲父，肺白爲母。腎黑爲子，離赤爲女。脾黃爲祖，子五行始。三物一有，都歸戊己。

魏劉邵《人物志》：凡有血氣者，莫不含元一以爲質，稟陰陽以立性，體五行而著形。又若量其材質，稽諸五物。五物之徵，亦各著於厥體矣。其在體也，木骨、金筋、火氣、土肌、水血，五物之象也。又五常之別，列爲五德。是故溫直而擾毅，木之德也。剛塞而強義，金之德也。願恭而理敬，木之德也。寬栗而柔立，土之德也。簡暢而明砭，火之德也。雖體變無窮，猶依乎五質。

《博物志》：石者，金之根。甲石流精以生水，水生木，木含火。又舊洛陽字作水邊各。漢，火行也，忌水，故去水而加隹。又魏於行次爲土，水得土而流，土得水而柔，故復去隹加水，變雒爲洛焉。

《禽經》：色合五行。注倉鷹之屬，以象東方木行。朱鳥之屬，以象南方火行。黃鳥之屬，應土行以象季夏。白鷺之屬，以象西方金行。元鳥以象北方水行。

《搜神記》：天有五氣，萬物化爲。木清則仁，火清則禮，金清則義，水清則智，土清則思。五氣盡清，理德備也。木濁則弱，火濁則淫，金濁則暴，

水濁則貪，土濁則頑。五氣盡濁，民之下也。

《劉子·崇學篇》：金性苞水，木性藏火，故鍊金則水出，鑽木而火生。

《隋書·律歷志》：萬物人事，非五行不生，非五行不成，非五行不滅。

《唐書·天文志》：木金得天地之微氣，其神治於孟月。水火得天地之章氣，其神治於孟月。故章道存乎至，微道存乎終，皆陰陽變化之際也。

《鍾呂傳道記·論五行》：呂曰：所謂五藏之氣，而曰金、木、水、火、土。所謂五行之位，而曰東、西、南、北、中。若此如何得相生相成，而交合有時乎？採取有時乎？願聞其說。鍾曰：大道既判，而生天地。天地既分，而列五帝。東曰青帝，而行春令，於陰中起陽，使萬物生。南曰赤帝，而行夏令，於陽中生陽，使萬物長。西曰白帝，而行秋令，於陽中起陰，使萬物成。北曰黑帝，而行冬令，於陰中進陰，使萬物死。四時各凡十日，每時下十八日，黃帝生之。若於春時助成，青帝而發生。若於夏時接序，赤帝而長育。若於秋時資益，白帝而結立。若於冬時制攝，黑帝而嚴示。五帝分治，各主七十二日，合而三百六十日，而爲一歲，輔弼天地以行於道。青帝生子，而曰甲乙，甲乙東方木。赤帝生子，而曰丙丁，丙丁南方火。黃帝生子，而曰戊己，戊己中央土。白帝生子，而曰庚辛，庚辛西方金。黑帝生子，而曰壬癸，壬癸北方水。見於時而爲象者，木爲青龍，火爲朱雀，土爲勾陳，金爲白虎，水爲元武。見於時而生物者，乙與庚合，春則有榆青而白，不失金木之色。辛與丙合，秋則有棗白而赤，不失金火之色。乙與庚合，夏末秋初，有瓜青而黃，不失水土之色。丁與壬合，夏則棋赤而黑，不失水火之色。癸與戊合，冬則有橘黑而黃，不失水土之色。以類推求，五帝相交，而見於時者，生在物者，不可勝數。呂曰：五行在時，若此五行在人，如何？鍾曰：惟人者，頭圓足方，有天地之象。陰降陽升，有天地之機。腎爲水，心爲火，肝爲木，肺爲金，脾爲土。若以五行相生，則水生木，木生火，火生土，土生金，金生水。生者爲母，受生者爲子。若以五行相尅，則水尅火，火尅金，金尅木，木尅土，土尅水。尅者爲夫，受尅者爲妻。以子母言之，腎氣生肝氣，肝氣生心氣，心氣生脾氣，脾氣生肺氣，肺氣生腎氣。以夫妻言之，腎氣尅心氣，心氣尅肺氣，肺氣尅肝氣，肝氣尅腎氣。腎者，心之夫，肝之母，脾之妻，肺之子。肝者，脾之夫，心之母，肺之妻，腎之子。心者，肺之夫，脾之母，腎之妻，肝之子。肺者，肝之夫，腎之母，心之妻，脾之子。脾者，腎之夫，肺之母，肝之妻，心之子。心之見於內者，爲脈；見於外者，爲色。以寄舌爲門戶，受腎之制伏而驅用於肺，蓋以夫婦之理如此。得肝則盛，見脾則減，蓋以子母之理如此。腎之見於內者，爲骨；見於外者，爲髮。以兩耳爲門戶，受脾之制伏而驅用於心，蓋以夫婦之理如此。得肺則盛，見肝則減，蓋以子母之理如此。肝之見於內者，爲筋；見於外者，爲爪。以眼爲門戶，受肺之制伏，而驅用於脾，蓋以夫婦之理如此。見腎則盛，見心則減，蓋以子母之理如此。肺之見於內者，爲膚；見於外者，爲毛。以鼻穴爲門戶，受心之制伏，而驅用於肝，蓋以夫婦之理如此。得脾則盛，見腎則減，蓋以子母之理如此。脾之見於內爲藏，均養心、腎、肝、肺；見於外者爲肉，以唇、口爲門戶，呼吸定往來，受肝之制伏，而驅用於腎，蓋以夫婦之理如此。得心則盛，見肺則減，蓋以子母之理如此。此是人之五行相生、相尅，而爲夫婦、子母，傳氣衰旺，見於此矣。呂曰：心，火也，如何得火下行？腎，水也，如何得水上昇？脾，土也，土在中而承火則盛，莫不下尅於水乎？肺，金也，金在上而下接火則損，安得有生於水乎？相生者遞相間隔，相尅者親近難移，是此五行自相損尅，爲之奈何？鍾曰：五行歸原，一氣接引，元真昇舉而真水，真水造化而生真氣，真氣造化而生陽神，始以五行定位，而有一夫一婦。賢，水也，水中有金。金本生水，下手時要識水中金；水本嫌土，採藥後要得土歸水。龍乃肝之象，虎本肺之腎，陽龍出於離宮，陰虎生於坎位。五行逆行，氣傳子母，自子至午，乃曰陽時生陽。五行顛倒，液行夫婦，自午至子，乃曰陽中煉陽。陽不得陰不成，至底無陰而不死；陰不得陽不生，到底陰絕而壽長。

《論還丹》：呂曰：所謂小還丹者，何也？鍾曰：小還丹者，本曰下元。下元者，五藏之主，三田之本。以水生木，木生火，火生土，土生金，金生水。既相生也，不差時候，當生而引未生，如子母之相愛也。以火尅金，尅木，木尅土，土尅水，水尅火，既相尅也，不失分度，當尅而補未尅，如夫婦之相合也。又呂曰：所謂七返還丹而九轉還丹者，何也？鍾曰：五行生成之數，五十有五。天一，地二，天三，地四，天五，地六，天七，地八，天九，地十，一、三、五、七、九，陽也，共二十五。二、四、六、八、十，陰也，共三十。自腎爲始，水一，火二，木三，金四，土五，此則五行生之數也，三陽而二陰。自腎爲始，水六，火七，木八，金九，土十，此則五行成之數也，三陰而二陽。人身之中共有五行生成之道。水爲腎，而腎得一與六也；火爲心，而心得二

與七矣；木爲肝，而肝得三與八矣；金爲肺，而肺得四與九矣；土爲脾，而脾得五與十矣。

《論朝元》：鍾曰：一氣運五行，五行運六氣。先識者，陰與陽。陽有陰中陽，陰有陽中陰。次識者，金木水火土，而有水中火，火中水，水中金，金中木，木中火，火中土。

《呂真人本傳》：洞賓問：水火龍虎。曰：身中有君火、臣火、民火。真火出於水中，恍恍惚惚，其中有物，視之不可見，取之不可得。真水生於火中，杳杳冥冥，其中有精，見之不可留，留之不可住。腎，水也，水中有氣，名曰真火。心，火也，火中生液，名曰真水。以水生木，腎氣足而肝氣生，以絕腎之餘陰，而氣過肝時，即爲純陽，藏真一之水，恍惚名真龍。以火尅金，心液盛而肺液生，以絕心之餘陽，而液到肺時，即爲純陰，藏真陽之氣，杳冥名真虎。氣中取水，水中取氣，日得黍大，歸於黃庭，此大丹也。

岑羲爲敬暉等，論武氏宜削去王爵，表帝王之曆數，必應乎五行。水盛則火衰，木衰則金盛，天地之運也，必合乎四時。春往則夏來，暑退則寒集，則知五行之數，帝王不可違，違之則宗社不安；生人不理四時之序，天地不能變，變之則霜露不均，水旱交錯。

《天隱子・齊戒篇》：天人稟五行之氣，而食五行之物，實自胞胎有形已呼吸精血，豈可去食而求長生。

《譚子・化書》：動靜相磨，所以化火也；燥濕相蒸，所以化水也；水火相勃，所以化雲也；湯盎投井，所以化雹也；飲水雨日，所以化虹霓也。小人由是知陰陽可以召，五行可以役，天地可以別構，日月可以我作，有聞是言者，必將以爲誕。夫民之形也，頭圓而足方，上動而下靜，五行運於內，二曜明於外，斯亦別構之道也。儒有講五常之道者，分之爲五事，屬之爲五行，散之爲五色，化之爲五聲，俯之爲五嶽，仰之爲五星，物之爲五金，族之爲五靈，配之爲五味，感之爲五情。所以聽之者，若醯雞之遊太虛，如井蛙之浮滄溟。莫見其鴻濛之涯，莫測其浩渺之程。日暮途遠，無不倒行。殊不知五常之道一也。忘其名則得其理，忘其理則得其情。然後牧之以清靜，棲之以杳冥。使混我神氣，符我心靈。若水投水，不分其清。若火投火，不間其明。是謂奪五行之英，盜五常之精。聚之則一芥可包，散之則萬機齊亨。其用事也，如酌體以投器；其應物也，如懸鏡以鑒形。於是乎變之爲萬象，化之爲萬生；通之爲陰陽，虛之爲神明。所以運帝王之籌策，代天地之權衡，則仲尼其人也。

琥珀不能呼腐芥，丹砂不能入燋金，磁石不能取憊鐵，元氣不能發陶爐。所以大人善用五行之精，善奪萬物之靈。食天人之祿，駕風馬之榮。其道也，在忘其形而求其情。

《關氏易傳》：蓍，不止法天地而已，必以五行運於中焉。

《五代史・司天攷》：五行用事，置四立之節而命之，即春木、夏火、秋金、冬水。用事之初也，置四季之節，各以維策加之，即土用事也。

五行部雜錄

《宋史・天文志》：天柱五星，在東垣下，一曰法五行。

《擊壤集・觀物吟》：水雨霖，火雨露，土雨濛，石雨雹。水風涼，火風熱，土風和，石風洌。水雲黑，火雲赤，土雲黃，石雲白。水雷雲，火雷虩，土雷連，石雷霹。

《雲笈七籤・黃庭遁甲緣身經》：五藏六府，各有神主。精稟金火，氣諧水木。又天膽者，乘陰之氣，秉金之精，故主於殺。殺則悲，故人之悲者，金生於水，目中墮淚也。夫心主火，膽主水，火主辛，水主苦，所以人有疲者，即言辛苦。故爲水火二氣相背，則火得木而煎，陰陽交爭，水勝於火，故目淚出。

《太上老君內觀經》：父母和合，人受其生，始一月爲胞，精血凝也；二月爲始，形兆胚也；三月陽神爲三魂，動以生也；四月陰靈爲七魄，靜鎮形也；五月五行分藏，以安神也。

《老君說五戒》：老君曰：在天爲五緯，天道失戒，則見災祥；在地爲五岳，地道失戒，則百穀不成；在數爲五行五數，失戒則水火相薄，金木相傷；在治爲五帝，五帝失戒則祚天身亡；在人爲五藏，五藏失戒則性發狂。又是五戒於此而順於彼。故煞戒者，東方木也，受生氣，尚於長養，而人犯煞，則肝受其害。盜戒者，北方水也，太陰之精主於閉藏，而人爲盜，則腎受其殃。婬戒者，西方金也，少陰之質，男女真固，而人好婬，則肺受其疹。酒戒者，南方火也，太陰之氣，物以之成，而人好酒，則心受其毒。妄語戒者，中央土德，而人妄語，則脾受其辱。五德相資，不可虧缺。

《元氣論》：天一含五氣：軟氣爲水，水數一也；溫氣爲火，火數二

也；柔氣爲木，木數三也；剛氣爲金，金數四也；風氣爲土，土數五也。又至多莫若水，至空莫若土，至華莫若木，至實莫若金，至無莫若火。又真人云：聖人知元所起於子，生於腎，胞於巳，胎於午。故存於心，息於火，養於未土，生於申金，沐浴於酉，冠帶於戌土，官榮於亥，帝王於子，水衰於土丑，病於木寅，死於震卯，墓於巽辰。墓即葬也。葬者，藏也，歸也，終也。元氣元始於水，歸終於風，藏風於土，是謂歸魂。是知土藏其風，風藏其土；土藏其水，水藏其土；土藏其火，火藏其土；土藏其木，木藏其土；土藏其金，金藏其土。木所以墓在未土，金所以墓在丑土。土能藏木、金、水、火，而土亦自歸於土。故墓亦在辰土，是謂還元返本，歸根復命之道。又若一身內外疾病之處，以意存金、木、水、火、土，五色相刻相生，以意注之，無不立愈。

《服五方靈氣法》：大指屬土，食指屬火，中指屬水，無名指屬金，小指屬木。

《谷神妙氣訣》：肝爲木宮，心爲火宮，肺爲金宮，腎爲水宮，脾爲土宮。又夫木氣有所生，火氣有所長，金氣有所殺，水氣有所滅。何以明之？春三月，萬萌皆簇地而生，是故知木氣有所生；夏二月，萬木皆成大，故知火氣有所長；秋三月，萬物皆死，故知金氣有所殺；冬三月，巢蟲蟄蟻動皆飛走，故知水氣有所藏滅。夫木氣有所生，木榮有華而死者何？自妻來女歸，春三月木王，甲召乙歸得金，故亦有所遊。夏三月有所長，土有所生，麥中死者何？辛爲丙妻，金氣出辛，爲有所殺。堪所以先青後赤，至熟其黑者何？生故先青後黑，火生其氣赤熟。黑者何？丁爲壬妻，丙召丁歸，得水氣，故令黑。棗先白，至熟而赤者何？始入七月被金，故白。熟赤者，辛爲丙妻，爲庚召辛歸，得火氣，故令赤。金氣有所殺。至秋八月，薺菱而生得何？乙爲庚妻，以得木氣，故有所生。乙爲庚妻，以青入白爲縹夫。五行更爲夫妻者何？皆有威制，故土欲東遊，木往克之，故戊嫁己爲甲妻。木欲西遊，金往伐之，故甲嫁乙爲庚妻。金欲南遊，火往殺之，故庚嫁辛爲丙妻。火欲北遊，水灌而滅之，故丙嫁丁爲壬妻。水欲南遊，土往遏之，故壬嫁癸爲戊妻矣。夫五行有相刑滅毀或死者何？木之穿土不毀，火之燒金不滅。木火者仁，陽氣好生不殺。金之伐木死，木灌火死，皆陰氣好貪，故所刑皆死。

《大還丹祕契圖》：大五行者，水生木，水銀也，非世間水銀。木生火，朱砂也，非世間朱砂。火生土，神氣化生，非世間土。土生金，白金也，非世間金。金生水，黑水也，非世間水。

《道生旨》：神之靈，是胃氣爲母，神爲子。道幹既育，萬物成體。子母既長，不可同處，須放其子之造化，成其窟宅，然母亦安矣。神又須物引而離其舟，乃借水之兩點氣，如腎之數，神以陽光守而凝之。然又慮水之盛，兼五行不足，無以成物，而假土來克其水。慮土克其水盡，又假木來克其土。慮木克其土盡，又假金來克其木。慮金克其木盡，假火來克其金。火若克其金盡，即內以水救之。是謂轉相生，轉相制成物。是謂人之眼，眼者，與天地合體，五行足矣。所以眼當中，黑水也，次黃土也，次青木也，次白金也，次赤火也。其視明也，五色既成，陽神乃寄光於其上，是謂神光焉。眼之位屬肝者，緣光明如日，日出東方，肝在東方而屬木，故肝藏得而管之。

《夢溪筆談》：信州鉛山縣，有苦泉流以爲澗。挹其水熬之，則成膽礬。烹膽礬則成銅。熬膽礬，鐵釜久之亦化爲銅。水能爲銅，物之變化固不可測。按《黃帝·素問》有：天五行，地五行。土之氣，在天爲濕。土能生金石，濕亦能生金石，此其驗也。又石穴中，水所滴皆爲鐘乳、殷孽。春秋分時，汲井泉則結石花。大滷之下，則生陰精石，皆濕之所化也。如木之氣，在天爲風。木能生火，風亦能生火，蓋五行之性也。世之言五行消長者，止是知一歲之間，如冬至後日行盈度爲陽，夏至後日行縮度爲陰，二分行平度。殊不知一月之中，自有消長，望前月行盈度爲陽，望後月行縮度爲陰，兩弦行平度。至如春木、夏火、秋金、冬水，一月之中亦然，不止月中，一日之中亦然。《素問》云：疾在肝，寅卯患，申酉劇。病在心，巳午患，子亥劇。此一日之中，自有四時也。安知一刻、一分、一刹那之中，無四時耶？又安知十年、百年、一紀、一會、一元之間，又豈無大四時耶？又如春爲木，九十日間，當亹亹消長。不可云三月三十日亥時屬木，明日子時頓屬火也。

《論語拾遺》：性之必仁，如水之必清，火之必明。然方土之未去也，水必有泥，方薪之未盡也，火必有煙。土去則水無不清，薪盡則火無不明矣。人而至於不仁，則物有以害之也。君子無終食之間違仁，非不違仁也，外物之害既盡，心一而不雜，未嘗不仁也。

《晁氏客話》：水、土二行，各兼信智。

《暇日記》：李誠明仲言：堂屋有要不背三陽。今人家作佇廊，非也。始冀爲水，水生木則青徐次之，木生火則荊揚次之，火生土兗豫次之，土生金

梁雍終焉。此九州五行之序。

《容齋四筆》：六十甲子納音之說，術家多不能曉原。其所以得名，皆從五音所生，有條不紊，端如貫珠。蓋甲子爲首，而五音始於宮。宮土生金，故甲子爲金。而乙丑以陰從陽，商金生水，故丙子爲水。而丁丑從之，角木生火，故戊子爲火。徵火生土，故庚子爲土。羽水生木，故壬子爲木。而己丑、辛丑、癸丑各從之。至於甲寅，則納音起於商。商金生水，故甲寅爲水。角木生火，故丙寅爲火。徵火生土，故戊寅爲土。羽木生木，故庚寅爲木。宮土生金，故壬寅爲金。而五卯各從之。至甲辰，則納音起於角。角木生火，故甲辰爲火。徵火生土，故丙辰爲土。羽水生木，故戊辰爲木。宮土生金，故庚辰爲金。商金生木，故壬辰爲水。而五巳各從之。宮、商、角既然，惟徵、羽不得居首，於是甲午復如甲子，甲申如甲寅，甲戌如甲辰，而五未、五酉、五亥，亦各從其類。

五行運化，如甲己化真土之類，若推求其義，無從可得，蓋只以五虎元所生命之。如：甲己之年丙作首，謂丙寅月建也，丙屬火，火生土，故甲己化真土。乙庚之歲戊爲頭，謂戊寅月建也，戊屬土，土生金，故乙庚化真金。丙辛寄向庚寅去，庚屬金，金生水，故丙辛化真木。丁壬壬位順行流，壬屬水，水生木，故丁壬化真木。戊癸但向甲寅求，甲屬木，木生火，故戊癸化真火。此二說，皆得之莆田鄭景。實頃在館中，見魏幾道談五行納音，亦然。

《朱子語類》：叔器問：經世書水、火、土、石、石只是金否？曰：他分天地間物事皆是四，如日、月、星、辰，水、火、土、石，雨風露雷，皆是相配。又問：金生水，如石中出水，是否？曰：金是堅凝之物，到這裏堅實後，自拶得水出來。

《蠡海集》：雪爲陰之極，全得水之成數。雪花每每皆六出。霜雪者，雨露之凝結，水從金生，氣盈而見母，是以霜雪色皆白也。

雨露，霜雪之化也。金爲氣始，天降氣，是因其色，而可知前言氣爲金，金乃木之母，氣盈而其色見，亦此義也。

北斗位北而得七，爲火之成數；南斗位南而得六，爲水之成數。此乃陰陽精神交感之義也。

木強而金弱，生氣昇而發於聲。金強而木弱，殺氣降而見於形。故春則雷鳴，秋則霜隕。

水味鹹，水性然也。而海水獨苦鹹，蓋亢極而反之義也。木極則反火，乃爲鹹苦。然遇土而煎熬爲鹽，則純鹹矣。是藉土以制其太過，遂能復其本性云。

人得五行之全，故衆體具；衆體具，則無物不啖。庶物得五行之偏，故無純體；無純體，則芻者不豢，豢者不芻。食粒者不嗜肉，嗜肉者不食粒。人稟五行之全，故五音備。物不能得五行之全，必有所偏受。

五藏之所主，心主臭，肝主色，脾主味，肺主聲，腎主液。肝之竅通於目，故能視色。脾之竅通於口，故能知味。腎之竅通於耳，而耳能聽音聲，何也？肺之竅通於鼻，而鼻能嗅香臭者，何也？《難經》亦已嘗言之矣。乃以金生於巳，水生於申配之。今思五行五氣，死中有生之義存焉。夫耳爲腎之竅，屬子陽。金死於子，而陰金生鼻，爲肺之竅，屬酉。陽火死於酉，而陰火生。是以耳雖腎竅，而能司聽；鼻雖肺竅，而能司臭也。心之竅通於舌，雖心竅而津液生之，則又心腎交媾，水火既濟，陰陽昇降之義存焉。

五行之序，有以木、火、土、金、水爲言者，有以水、火、木、金、土爲言者，一則取其相生之序，一則取其天地始生之序。世皆以金、木、水、火、土爲序而言者衆矣。蓋金爲氣之母，天體乾金也，人肺管攝諸藏亦金也。大言天地，小言人身，莫不先受乎氣，故爲五行之先，不亦宜乎？萬物未嘗無對待，故水次金。水、火，陰陽之正也，故又次，木、土爲萬物之基，故又以爲終。古人示人之意，亦深切矣。蓋物得氣方生，故木次金。既生然後有陰陽，故水、火次木。陰陽已備，形質純全，故土居其終。

或問：五行相生，惟金生水難明。蓋金者，氣也。水生於氣聚，故金生水也。又云：天者，金之體。星者，金之精。氣降於天則爲雨，氣出於地則爲泉。天爲陽變化，故或雨暘；地爲陰守常，故泉流不息。

納音之說有一法見於《內經》論奧，然其中欠詳備，故復取其說，而撮其長者，以立一家之論。蓋甲子爲取乙丑以爲妻，隔八而生子，陽生陽爲男，陰生陰爲女也。至壬申爲甲之男，至癸酉爲乙之女。壬申、癸酉、庚辰、辛巳亦然。自庚辰，辛巳數三轉而向南，爲戊子、己丑火。自戊子陽火隔八而生丙申男，己丑陰火隔八而生丁酉女，丙申、丁酉至甲辰、乙巳亦然。又自甲辰、乙巳數三轉而向東，爲壬子、癸丑木。自壬子、癸丑，至庚申、辛酉，自庚申、辛酉至戊辰、己巳亦然。又自戊辰、己巳數三轉而向北，爲丙子、丁丑水。

自丙子、丁丑至甲申、乙酉，自甲申、乙酉至壬辰、癸巳亦然。又自壬辰、癸巳數三轉而中央，爲庚子、辛丑土。自庚子、辛丑至戊申、己酉，自戊申、己酉至丙辰、丁巳亦然。又自丙辰、丁巳數三轉而向西，則復爲金矣。夫金爲氣之始，金有聲，聲宣氣，是以樂必以金先之也。人之身亦然。肺經爲諸藏先，是以有納音之意焉。然五行各行三得，三生萬物之義也。氣生金，金出鑛，須火以成材。火資木以驕焰，木藉水而生榮，五行皆賴土以成立。故火、木、水、土爲次序也。

天一生水，地二生火，天三生木，地四生金，天五生土。一二水火之生，形具而質未全，故水有乾涸，火有灰燼，其耗也速。三四金木之生，形質始具，故木之枯朽，金之剝蝕，其耗也遲。至五土而形質全備，故亙古而無耗也。

五行惟火無定著，由木而見形，依土而附質，因金而顯性，遇水而作聲。火隨五行而發見，有陰陽之分焉。陰則有形而無質，陽則形質皆全備。水、土陰也，巨海夜有火光，曠野夜有燐火，近之則方無，乃有形無質者也。金木陽也，鑽斫竹木而生，戛擊金石而出，皆有焚燎，乃有形復有質，形質全備者也。故曰有陰陽之分焉。

水火乃陰陽之極，坎離之象著。坎內含一陽，生氣也，故水中能容物；離中含一陰，死氣也，故火中不容物。萬物之所以爲生者，必由氣。氣者何，金也。金受氣，順行則爲五行之體，逆行則爲五行之用。順行爲五行之體者，金生水，水生木，木生火，火生土。冬至起曆之元，自冬而春，春而夏，夏而長夏，長夏而歸於秋，返本歸原而收斂也。逆行爲五行之用者，金出鑛，而從革，於火以成材，成材則爲有生之用。然火非木不生，必循木以繼之，木必依水以滋榮，水必托土以止畜。故木而水，水而土，是則四行之數。土以定位，故大撓作甲子，分配五行爲納音，蓋金能受聲而宣氣故也。

生克制化，古今膾炙人口。然生克化皆易見，獨制字則難明。蓋制，綠生中有克，克中有用也。凡生中有克者，謂如木生火，火盡則木爲灰燼；火生土，土盛則火被遏滅；土生金，土盛則遭其埋沒；金生水，水盛則必沉溺；水生木，水盛則又漂流。蓋雖生而反忌，此所謂生中有克。凡克中有生者，謂如木克土，土厚則喜木克，是爲秀茸山林；土克水，水盛則喜土克，是爲撙節隄防；水克火，火盛則喜水克，是爲既濟成功；火克金，金盛則喜火克，是爲煆煉成材；金克木，木盛則喜金克，是爲斧斤斲削。蓋因克以爲美，此所謂克中有用。故稱之曰制者，乃不拘於生克之中也。

昔聞先輩云：金生水，五金豈能生水乎？蓋金即在星，凡見天星則雨，是以星應金，金生水也。予獨爲求盡，夫金生水者，金爲氣母，在天爲星，在地爲石，天垂象，地賦形，故石上雲而星降雨。天地氣交，星者氣之精，石者氣之形，精氣合而水生焉。又按《天文志》以星動搖而爲風雨之候，石津濕而爲雨水之應，此非金生水乃氣化之義歟？五行以氣爲主，是以五行之序，金爲首也。

六十花甲子者，未知始於何人。凡稱其姓名，未審其實否，或曰婁景，或曰東方朔，難以爲信。其有注釋，亦未見親切，不得其要領故也。予因思之，五行之中干支配合，干寓其氣，支寓其位，斯理生焉。是故甲乙爲氣之始，丙丁爲氣之壯，戊己爲氣之化，庚辛爲氣之成，壬癸爲氣之終。子丑幽陰，寅卯生發，辰巳長養，午未高明，申酉死絕，戌亥休息。錯綜配合，以成花甲子之名。其間旁引例取，又存乎權，但歸於理，不可一途而取也。甲子、乙丑海中金。甲、乙，金氣之始，子、丑，北方幽陰之鄉。幼稚之金沉於水底，故曰海中金。壬寅、癸卯，金箔金。壬癸，金氣之終，氣終則致用。致用之金，位於東方金氣死絕之土，故曰金箔金。庚辰、辛巳，白鑞金。庚辛，金之成。寄托辰巳生養之地，天干復連其色，西方之行純乎得宜，故曰白鑞金。甲午、乙未，砂石金。甲乙，金氣之始，午未，南方離明火鄉，弱金豈能勝旺火，故曰砂石金。壬申、癸酉，劒鋒金。壬癸，金氣之終，成質之金，位於西方旺地，遂其肅殺之用，故曰劒鋒金。庚戌、辛亥，釵釧金。庚辛，金氣之成，居於戌亥休息之鄉，玩成其質以充其用，故曰釵釧金。壬子、癸丑，桑柘木。壬癸，木氣之終，位於北方，依傍母鄉，得以滋養而茂榮，故曰桑柘木。庚寅、辛卯，松柏木。庚辛，木氣之終，居於生發旺鄉，挺然獨秀，凌霜傲雪，故曰松柏木。戊辰、己巳，大林木。戊己，木氣之化，居東南長養之方，叢生競茂，故曰大林木。壬午、癸未，楊柳木。壬癸，木氣之終，處於南維火位，耗散真化，空虛不實，故曰楊柳木。庚申、辛酉，石榴木。庚辛，木氣之成，成於死絕之地，體雖柔弱，成氣有歸，則子實繁多，故曰石榴木。戊戌、己亥，平地木。戊己，不意之化，化臨長生休息之間，得遂其性，故曰平地木。丙子、丁丑，澗下水。丙丁，水氣之壯，下臨坎宮，壯氣宣行，源源不絕，故曰澗下水。甲寅、乙卯，大

溪水。甲乙，水氣之始，處乎生發山林之地，注瀉無窮，故曰大溪水。壬辰、癸巳，長流水。壬癸，水氣之終，辰巳長養東南，水所奔赴無有休息，故曰長流水。丙午、丁未，天河水。丙丁，水氣之壯，處乎南離高明之位，水行天上，故曰天河水。甲申、乙酉，井泉水。甲乙，水氣之始，加於長生母鄉，來之不窮，用之不竭，故曰井泉水。壬戌、癸亥，大海水。壬癸，水氣之終，至於戌亥休息之所，終聚不散，故曰大海水。戊子、己丑，霹靂火。戊己，火氣之化，伏以坎水幽陰微而著，變化不窮，故曰霹靂火。丙寅、丁卯，爐中火。丙丁，火氣之旺，臨於長生母地，得其所養，故曰爐中火。甲辰、乙巳，覆燈火。甲乙，火氣之始，氣質微而稚弱，位屬長養，處乎風木之間，雖明而不顯，故曰覆燈火。戊午、己未，天上火。戊己，火氣之化，昇於南離旺鄉，威勢赫烈，以遂炎上，故曰天上火。丙申、丁酉，山下火。丙丁，火氣之壯，臨於西方，衰降死絕，而炎上之用退閒，故曰山下火。甲戌、乙亥，山頭火。甲乙，火氣之始，而居戌亥休息之鄉，歸於無用，猶野火然，況戌亥久爲乾元尊首之上，故曰山頭火。庚子、辛丑，壁上土。庚辛，土氣之成，位於子丑，水土之交，泥塗之類，未能爲生育之用，故曰壁上土。戊寅、己卯，城頭土。戊己，土氣之化，寅卯生發，山林之傍効力，故曰城頭土。丙辰、丁巳，沙中土。丙丁，土氣之壯，辰巳木火長養之間，充極乾燥，不能成稼穡之功，故曰沙中土。庚午、辛未，路傍土。庚辛，土氣之成，氣充離明之地，任載驅馳，故曰路傍土。戊申、己酉，大驛土。戊己，土氣之化，氣化而得長生之位，力勝厚重，又申傳送，故曰大驛土。丙戌、丁亥，屋上土。丙丁，土氣之壯，托於母墓，休息而不用，寓於乾尊之上，故曰屋上土。

五行納音，乃取先天之數，總算天干地支，陰陽雙位，得其數而以五除之，以餘而定五行。古之《洪範》五行，一水、二火、三木、四金、五土。今用一爲火，二爲土，三爲木，四爲金，五爲水。金木自然之聲，不假施爲而得，故從舊火爲地二之行，水沃之而後有聲，是以火居一，土居二，木居三，金居四，水居五，此乃緣聲而取義也。受者，納也；聲者，音也。故曰納音焉。假如甲子、乙丑金者，甲得九，子得九，乙得八，丑得八，共三十四，除去五六三十，所餘者四，故爲金。丙寅、丁卯火者，丙得七，寅得七，丁得六，卯得六，共二十六，除去五五二十五，所餘者一，故爲火。戊辰、己巳木者，戊得五，辰得五，己得九，巳得四，共二十三，除四五二十，所餘者三，故爲木。庚午、辛未土者，庚得八，午得九，辛得七，未得八，共三十二，除去五六三十，所餘者二，故爲土。又如丙子、丁丑水者，丙得七，子得九，丁得六，丑得八，共三十，數足五不用除也，故爲水也。餘倣此。

南北二政，南有二而北有八者，北從五行化氣，以配五音而立五義者焉。甲己化土宮而爲君，君臨南面。乙庚化金商而爲臣，丙辛化水羽而爲物，丁壬化木角而爲民，戊癸化火徵而爲事。臣民物事，奉上承命，安得不北面乎。是以南政有二而北政有八。況土爲萬物之祖，而爲四行之主也夫。

九月二十八日，爲五顯之生辰。蓋五顯者，五行五氣之化也。

竊嘗觀心字之爲義，大有旨哉。其爲象也，左點以配木，右點以配金，在上之點微撓而尖銳，以配火，在下則曲勾而撓起，以配水。此四行豈不親切乎。又況蒼龍、白虎、朱雀、元武四神，各司其位，元武之神二物，故在下之象爲最多，腎亦二枚也。土寄其間，亦水土同行之義歟。

《陳顯微周易參同契・序》：金者，五行之極，五行相生，至金而極。天一生水，水生木，木生火，火生土，土生金。金最後生，備五行之氣，造化之功用全矣。金之爲寶，鎔之得水，擊之得火，其柔象木，其色象土，水、火、木、土四性俱備，歷萬年而不朽，經百鍊而愈堅，實剛健純陽之至寶也。天得純陽，故曰乾，爲金；一得純陽，故曰金丹；神得純陽，故曰金仙。

黃白如《註金丹四百字》：真土擒真鉛，真鉛制真汞。鉛汞歸真土，身心寂不動。真土者，身中之土也。鉛汞者，身中之水火也。以土尅水，則鉛可擒矣。以水尅火，則汞可制矣。鉛水、汞火皆爲真土之擒制者，何哉？蓋緣身心俱合，寂然不動，而後火、水、土三者，可以混融爲一。此乃是採藥物歸爐鼎之內也。

《龍氏經說》：或問：坎水、離火各從其方，則東木、西金宜也。震何以不爲木而巽爲木？兌何以不爲金而乾爲金也？曰：坎離，水火，先後天居正位。震爲雷，則巽爲木，巽木卽震木也。兌爲澤，則乾爲金，乾金卽兌金也。但以先天之象，有雷澤而無金木，故以雷澤表東西之正而旁近出金木焉。巽猶或稱木，乾爲天則不可以稱金。僅於《說封》言之，《說封》巽爲木，爲風，要亦爲風者，其正而爲木者，大象僅有大過，昇井鼎，漸五封，至於兌，則《說封》亦未嘗言其爲金也。

或問：易象於五行，有水、火而無金、木、土，何也？金爲乾兌，木有震

巽，土有艮坤，一陰一陽，各得二封。惟水、火陰根陽，陽根陰，各止有坎離一封。乾坤純陽純陰，太極之兩儀也。坎陰中陽，離陽中陰，兩儀之四象也。故易象止於天地、水火、雷風、山澤，而不必言金、木、土。至於雷風、山澤，皆在下經。惟乾坤、坎離在上經之始終，又非震、巽、艮、兌比矣。

《禹謨》：六府，即《洪範》五行，而加穀爲六者，土爰稼穡也。釋經者，當以穀屬於土，葛氏屬木之說非。五福六極共一疇，是九疇本有十，而藏其十。敬用、農用、協用、建用、又用、明用、念用、嚮用、威用，獨五行不言用，故天數無十，地數無一。

李道純《金丹或問》：或問：何謂九還？曰：九乃金之成數，還得，還元之氣，則是以性攝情而已。情屬金，情來歸性，故曰九還。又或問：何謂七返？曰：七乃火之成數。返者，返本之義，則是煉神還虛而已。神屬火，煉神返虛，故曰七返。又或問：如何是火中有水？曰：從來神水出高原，以理言之，水不能自潤，須仗火蒸而成潤。以法象言之，火旺在午，水受氣在午。以此求之，火中有木明矣。苦以一身言之，則是氣中之液也。又或問：如何水中有火？曰：以理言之，日從海出。以水言之，水旺在子，火受胎在子。以一身言之，則是精中之氣也。

俞琰《易外別傳》：木德九氣，火德三氣，金德七氣，水德五氣，土德一氣。自一生真一，真因土出，故萬物生成在土，五行生成在一。真元之道，皆一氣生也。

鉛是汞藥，汞是鉛精。鉛本火體而金精，汞本水體而木性。

五方以中爲主，五行以土爲主，位居於中而有土德之尊。故水得土則攢其形，火得土則隱其明，金得土而增色，木得土而益其潤。土無定形，挨排四象，五形既聚，則八卦自然相會矣。

一氣初判，大道有形，而列二儀。二儀定位，大道有名，而分五常。五常異地，各守一方。五方異氣，各守一子。青帝之子甲乙，受之天真木德之九氣。赤帝之子丙丁，受之天真火德之三氣。白帝之子庚辛，受之天真金德之七氣。黑帝之子壬癸，受之天真水德之五氣。黃帝之子戊己，受之天真土德之一氣。自一生真一，真生出土。故萬物生成在土，五行生成在一。真元之道，皆一氣生也。

一、三、五、七、九，道之分而有數；金、木、水、火、土，道之變而有象；東、西、南、北、中，道之列而有位；青、白、赤、黃、黑，道之散而有質。

天地有五帝，比人有五臟也。青帝甲乙木，甲爲陽，乙爲陰，比肝之氣與液也。黑帝壬癸水，壬爲陽，癸爲陰，比腎之氣與液也。黃帝戊己土，戊爲陽，己爲陰，比脾之氣與液也。赤帝丙丁火，丙爲陽，丁爲陰，比心之氣與液也。白帝庚辛金，庚爲陽，辛爲陰，比肺之氣與液也。凡春夏秋冬，定時不同，而心、肺、肝、腎之旺有月。夫五行之內，皆稟水、火二品。金、木、水、土中皆有火，火、木、金、土中皆有水。

《井觀瑣言》：新安胡庭芳《周易翼傳》論五行生成之數謂：五行之生，皆不離乎中五之，以成形質。天一生水，一得五則成六，是地六成之也。地二生火，二得五則成七，是正七成之也。天三生水，三得五則成八，是地八成之也。地四生金，四得五則成九，是天九成之也。天五生土，五得五則成十，是地十成之也。一、二、三、四、五者，生之之序也。六、七、八、九、十者，皆因五而後得，非真藉六、七、八、九、十之數以成之也。又云：五行相克，子必爲母報讎。如土克水，水之子木，又克土；水克火，火之子土，又克水；火克金，金之子水，又克火；金克木，木之子火，又克金；木克土，土之子金，又克木。循環相克無已。

五行有木而無草，則草亦可謂之木。《洪範》言庶草蕃蕪，而不及木，則木亦可謂之草。

《楊升庵集》：春、夏、秋、冬，堯典之四時也。曲臺禮及唐六典，有五時之衣。則以木、火、金、水分七十二日，土無定位，各寄四時之末十八日，而中位在夏末秋初，《素問》謂之長夏，《周禮》改火季夏，取桑柘之火，是五時也。又重爲春神曰勾芒，黎爲夏神曰祝融，勾龍爲中央神曰后土，該爲秋神曰蓐收，修與熙爲冬神曰元冥。春夏中央秋之神皆一人，而冬獨有二者，蓋冬於方爲朔，於封爲習坎，於腎有左右，於器有權衡，於物有龜蛇，於色有元黑，則官有修熙宜矣。

《丹鉛總錄》：《洪範》五行，兆於龍馬之圖，列於命箕之書。其見象於天也爲五星，分位於地也爲五方，行於四時也爲五德，稟於人也爲五常，播於律呂，爲五音，發於文章爲五色。《易》曰五位，史曰五材，志曰五物，醫曰五運。

漢世先儒，說左氏皆以五靈配五方，龍木也，鳳火也，麟土也，白虎金也，

神龜水也。其五行之序，則木爇生火，火灺生土，土草生金，金漻生水，水液生木。五者，修其母則致其子。水官修，龍至；木官修，鳳至；火官修，麟至；土官修，白虎至；金官修，神龜至。故曰：視明禮修，麒麟來遊；思睿信立，白虎馴優；言從文成，而神龜在沿；聽聰正知，而名川出龍；貌恭體仁，鳳皇鳴桐。

五行，《漢書》謂之五勝，言交相勝也。《淮南子》謂五度，所謂音氣不戾八風，詘伸不誤五度是也。又謂之五殺，所謂善用兵者，持五殺以應是也。《陰符經》竊其意而變其辭，曰天有五賊，見之者昌。五賊即五殺之說也。《陰符經》之文，李筌僞作，或信以爲黃帝者，無目者也。其文尚不能望六韜三略之籓籬，《素問》汲塚之萬一，而以軒轅之書視之，有目者如是乎？

五行以生出次序則曰木、火、水、金、土，以播五行於四時之序言則曰水、木、火、土、金。而俗稱金、木、水、火、土，不知何序也？

鑽燧改火，四時五物五焉。朱子謂：夏火太盛，故再取，此意料之言耳。先王取火，法五行也。春行爲木，榆柳色青以象木也。木生火，夏行爲火，棗色赤以象火也。火生土，季夏行爲土，桑柘色黃以象土也。土生金，秋行爲金，槐檀色白以象金也。金生水，冬行爲水，柞楢色元象水也。四時平分，而夏乃有二焉，何也？土位在中宮，而寄王於四時。季夏者，土之中位，故月令於仲夏之後，列中央土。《素問》謂之長夏，是其說也。統之則爲四時，分之則爲五行。五行各七十二日，土分王於四時之末，各分十八日，合之亦七十二日，總五行之七十二日，合三百六十日，而成一歲也。

《湛若水新論》：天地之初也，至虛。虛，無有也。無則微，微化則著，著化則形，形化則實，實化則大。故水爲先，火次之，木次之，金次之，土次之。天地之終也，至塞。塞者有也。有則大，大變而實，實變而形，形變而著，著變而微。故土爲先，金次之，木次之，火次之。微則無矣，而有生焉。有無相生，其天地之終始乎。

《本草綱目》：梅花開於冬，而實熟於夏，得木之全氣，故其味最酸。肝爲乙木，膽爲甲木，人之舌下有四竅，兩竅通膽液，故食梅則津生焉，類有感應也。

石榴，受少陽之氣，而榮於四月，盛於五月，實於盛夏，熟於深秋。丹花赤實，其味甘酸，其氣溫濇，具木火之象。

長松茹退，五行相生，復能相尅。天下好生而惡尅，殊不知外生無尅，外尅無生。故達者知生生尅，聞死不惑；知尅尅生，聞喜不盈。

《薛敬軒集》：五行有質，有氣，有性，有事，有味，有色，有聲。天下萬物之理，皆不出五行。五行之氣，循環無端，動靜無始。

《遵生八牋》：正月立春，木相。春分，木旺。立夏，木休。夏至，木廢。立秋，木死。立冬，木歿。冬至，木胎，言木孕於水之中矣。

立夏，火相。夏至火旺。立秋，火休。秋分，火廢。立冬，火囚。冬至，火死。立春，火歿。春分，火胎。言火孕於木之中矣。立秋，金相。秋分，金旺。立冬，金休。冬至，金廢。立春，金囚。春分，金死。立夏，金歿。夏至，金胎，言金孕於火土之中矣。

立冬，水相。冬至，水旺。立春，水休。春分，水廢。立夏，水囚。夏至，水死。立秋，水歿。秋分，水胎，言水孕於金矣。

王文祿補《衍五德主運篇》：木、火、土、金、水，是爲五行。其神謂之五帝。古之王者，易代改號，取法五行。五行更王，始終相生，亦象其義也。五行用事，先起於木。木，東方也，屬巽，巽爲風，萬物之初皆出焉。是故帝王則之，首以木德王。其次則以所生之行轉相承也。所尚則各從其所王之德次焉。

或曰：五行，人間用物六府，增穀木類耳。干支甲子紀時，非可配生克也。《素問・五運六氣》泥哉。余曰：誠然。每仰觀五星初昏，即見五色，朗然不亂，是五行之精也。古今不改，罔可僞爲，則五行不可誣。然五德運因天，曆數攸值耶。

《日知錄》：先王之制樂也，具五行之氣。夫水火不可得而用也，故寓火於金，寓水於石。鳧氏爲鐘，火之至也。泗濱浮磬，水之精也。用天地之精以制器，是以五行備，而八音諧矣。

《淮南子》：五行，子生母曰義，母生子曰保，子母相得曰專，母勝子曰制，子勝母曰困。《抱朴子》引《靈寶經》謂：支於上生下曰寶，下生上曰義，上克下曰制，下克上曰伐，土下同曰專，以保爲寶，以困爲伐。今曆家承用之，姓之所從來，本於五帝，五帝之得姓，本於五行，則有相配相生之理。晉稽康論曰：五行有相生，故同姓不昏。

# 通論總部

## 衛生本原部

### 論說

《列子・黃帝》　黃帝即位十有五年，喜天下戴己，養正命，娛耳目，供鼻口，燋然肌色姸黝，昏然五情爽惑。又十有五年，憂天下之不治，竭聰明，進智力，營百姓，焦然肌色姸黝，昏然五情爽惑。黃帝乃喟然讚曰：朕之過淫矣。養一己其患如此，治萬物其患如此。於是放萬機，舍宮寢，去直侍，徹鐘懸，減廚膳，退而閒居大庭之館，齋心服形，三月不親政事。晝寢而夢，遊於華胥氏之國。華胥氏之國在弇州之西，台州之北，不知斯齊國幾千萬里，蓋非舟車足力之所及，神遊而已。其國無帥長，自然而已；其民無嗜欲，自然而已。不知樂生，不知惡死，故無夭殤；不知親己，不知疎物，故無愛憎；不知背逆，不知向順，故無利害：都無所愛惜，都無所畏忌。入水不溺，入火不熱。斫撻無傷痛，指擿無痟癢。乘空如履實，寢虛若處牀。雲霧不硋其視，雷霆不亂其聽，美惡不滑其心，山谷不躓其步，神行而已。黃帝既寤，悟然自得，召天老、力牧、太山稽，告之曰：朕閒居三月，齋心服形，思有以養身治物之道，弗獲其術。疲而睡，所夢若此。今知至道不可以情求矣。朕知之矣！朕得之矣！而不能以告若矣。【略】

列姑射山在海河洲中，山上有神人焉，吸風飲露，不食五穀；心如淵泉，行如處女；不偎不愛，仙聖爲之臣；不畏不怒，願慤爲之使；不施不惠，而物自足；不聚不斂，而已無愆。陰陽常調，日月常明，四時常若，風雨常均，字育常時，年穀常豐；而土無札傷，人無夭惡，物無疵厲，鬼無靈響焉。【略】

心凝形釋骨肉都融，不覺形之所倚，足之所履，隨風東西，猶木葉幹殼。竟不知風乘我邪？我乘風乎？今女居先生之門，曾未浹時，而懽憾者再三。女之片體將氣所不受，汝之一節將地所不載。履虛乘風，其可幾乎？【略】

列子問關尹曰：至人潛行不空，蹈火不熱，行乎萬物之上而不慄。請問何以至於此？關尹曰：是純氣之守也，非智巧果敢之列。姬！魚語女。凡有貌像聲色者，皆物也。物與物何以相遠也？夫奚足以至乎先？是色而已。則物之造乎不形，而止乎無所化。夫得是而窮之者，焉得爲正？彼將處乎不深之度，而藏乎無端之紀，游乎萬物之所終始。壹其性，養其氣，含其德，以通乎物之所造。夫若是者，其天守全，其神無卻，物奚自入焉？夫醉者之墜於車也，雖疾不死。骨節與人同，而犯害與人異，其神全也。乘亦弗知也，墜亦弗知也。死生驚懼不入乎其胷，是故逆物而不慴。彼得全於酒而猶若是，而況得全於天乎？聖人藏於天，故物莫之能傷也。【略】

周宣王之牧正有役人梁鴦者，能養野禽獸，委食於園庭之內，雖虎狼鵰鶚之類，無不柔馴者。雄雌在前，孳尾成羣，異類雜居，不相搏噬也。王慮其術終於其身，令毛丘園傳之。梁鴦曰：鴦，賤役也，何術以告爾？懼王之謂隱於爾也，且一言我養虎之法。凡順之則喜，逆之則怒，此有血氣者之性也。然喜怒豈妄發哉？皆逆之所犯也。夫食虎者，不敢以生物與之，爲其殺之之怒也；不敢以全物與之，爲其碎之之怒也。時其饑飽，達其怒心。虎之與人異類，而媚養己者，順也；故其殺之，逆也。然則吾豈敢逆之使怒哉？亦不順之使喜也。夫喜之復也必怒，怒之復也常喜，皆不中也。今吾心無逆順者也，則鳥獸之視吾，猶其儕也。故游吾園者，不思高林曠澤；寢吾庭者，不願深山幽谷，理使然也。

顏回問乎仲尼曰：吾嘗濟乎觴深之淵矣，津人操舟若神。吾問焉，曰：操舟可學邪？曰：可能游者可教也，善游者數能。乃若夫沒人，則未嘗見舟而謵操之者也。吾問焉，而不告。敢問何謂也？仲尼曰：譆！吾與若玩其文也久矣，而未達其實，而固且道與。能遊者可教也，輕水也；善游者之數能也，忘水也。乃若夫沒人之未嘗見舟也，而謵操之也，彼視淵若陵，視舟之覆，猶其車卻也。覆卻萬物方陳乎前而不得入其舍。往而不暇？以瓦摳者巧，以鉤摳者憚，以黃金摳者惛。巧一也，而有所矜，則重外也。凡重外者拙內。

孔子觀於呂梁，懸水三十仞，流沫三十里，黿鼉魚鼈之所不能游也。見一丈夫游之，以爲有苦而欲死者也，使弟子並流而承之。數百步而出，被髮行歌，而游於棠行。孔子從而問之，曰：呂梁懸水三十仞，流沫三十里，黿鼉魚鼈所不能游，向吾見子道之，以爲有苦而欲死者，使弟子並流將承子。子出而被髮行歌，吾以子爲鬼也。察子，則人也。請問蹈水有道乎？曰：亡，吾無道。吾始乎故，長乎性，成乎命，與齊俱入，與汩偕出。從水之道而不爲私焉，此吾所以道之也。孔子曰：何謂始乎，故長乎性，成乎命也？曰：吾生於陵，而安於陵故也；長於水而安於水，性也；不知吾所以然而然，命也。【略】

海上之人有好漚鳥者，每旦之海上，從漚鳥游，漚鳥之至者百住而不止。其父曰：吾聞漚鳥皆從汝游，汝取來，吾玩之。明日之海上，漚鳥舞而不下也。故曰：至言去言，至爲無爲；齊智之所知，則淺矣。

趙襄子率徒十萬狩於中山，藉芳燔林，扇赫百里。有一人從石壁中出，隨煙燼上下，衆謂鬼物。火過，徐行而出，若無所經涉者。襄子怪而留之，徐而察之，形色七竅，人也；氣息音聲，人也。問奚道而處石？奚道而入火？其人曰：奚物而謂石？奚物而謂火？襄子曰：而嚮之所出者，石也；而嚮之所涉者，火也。其人曰：不知也。魏文侯聞之，問子夏曰：彼何人哉？子夏曰：以商所聞夫子之言，和者大同於物，物無得傷閡者，游金石，蹈水火，皆可也。文侯曰：吾子奚不爲之？子夏曰：刳心去智，商未之能。雖然，試語之有暇矣。文侯曰：夫子奚不爲之？子夏曰：夫子能之而能不爲者也。文侯大說。

有神巫自齊來處於鄭，命曰季咸，知人死生、存亡、禍福、壽夭，期以歲、月、旬、日，如神。鄭人見之，皆避而走。列子見之而心醉，而歸以告壺丘子，曰：始吾以夫子之道爲至矣，則又有至焉者矣。壺子曰：吾與汝無其文，未既其實，而固得道與？衆雌而無雄，而又奚卵焉？而以道與世抗，必信矣夫。故使人得而相汝。嘗試與來，以予示之。明日，列子與之見壺子。出而謂列子曰：譆！子之先生死矣，弗活矣，不可以旬數矣。吾見怪焉，見濕灰焉。列子入，涕泣沾衿，以告壺子。壺子曰：向吾示之以地文，罪乎不誖不止，是殆見吾杜德幾也。嘗又與來！明日，又與之見壺子，出而謂列子曰：幸矣，子之先生遇我也，有瘳矣。灰然有生矣，吾見杜權矣。列子入告壺子。壺子曰：向吾示之以天壤，名實不入，而機發於踵，此爲杜權。是殆見吾善者幾也。嘗又與來！明日，又與之見壺子。出而謂列子曰：子之先生坐不齋，吾無得而相焉。試齋，將且復相之。列子入告壺子。壺子曰：向吾示之以太沖莫朕，是殆見吾衡氣幾也。鯢旋之潘爲淵，止水之潘爲淵，流水之潘爲淵，灩水之潘爲淵，沈水之潘爲淵，雍水之潘爲淵，汧水之潘爲淵，肥水之潘爲淵，是爲九淵焉。嘗又與來！明日，又與之見壺子。立未定，自失而走。壺子曰：追之！列子追之而不及，反以報壺子，曰：已滅矣，已失矣，吾不及也。壺子曰：向吾示之以未始出吾宗。吾與之虛而猗移，不知其誰何，因以爲茅靡，因以爲波流，故逃也。然後列子自以爲未始學而歸，三年不出，爲其妻爨，食豬如食人，於事無親，雕琢復朴，塊然獨以其形立，忸然而封戎，壹以是終。【略】

天下有常勝之道，有不常勝之道。常勝之道曰柔，常不勝之道曰彊。二者亦知，而人未之知。故上古之言：彊，先不己若者；柔，先出於己者。先不己若者，至於若己，則殆矣。先出於己者，亡所殆矣。以此勝一身若徙，以此任天下若徙，謂不勝而自勝，不任而自任也。粥子曰：欲剛，必以柔守之；欲彊，必以弱保之。積於柔必剛，積於弱必彊。觀其所積，以知禍福之鄉。彊勝不若己，至於若己者剛；柔勝出於己者，其力不可量。老聃曰：兵彊則滅，木彊則折。柔弱者生之徒，堅彊者死之徒。

狀不必童而智童，智不必童而狀童。聖人取童智而遺童狀，衆人近童狀而疏童智。狀與我童者，近而愛之；狀與我異者，疏而畏之。有七尺之骸，手足之異，戴髮含齒，倚而趣者，謂之人；而人未必無獸心。雖有獸心，以狀而見親矣。傳翼戴角，分牙布爪，仰飛伏走，謂之禽獸，而禽獸未必無人心，雖有人心，以狀而見疏矣。庖犧氏、女媧氏、神農氏、夏后氏，蛇身人面，牛首虎鼻，此有非人之狀，而有大聖之德。夏桀、殷紂、魯桓、楚穆，狀貌七竅，皆同於人，而有禽獸之心。而衆人守一狀以求至智，未可幾也。黃帝與炎帝戰於阪泉之野，帥熊、羆、狼、豹、貙、虎爲前驅，鵰、鶡、鷹、鳶爲旗幟，此以力使禽獸者也。堯使夔典樂，擊石拊石，百獸率舞；簫韶九成，鳳皇來儀，此以聲致禽獸者也。然則禽獸之心，奚爲異人？形音與人異，而不知接之之道焉。聖人無所不知，無所不通，故得引而使之焉。禽獸之智有自然與人童者，其齊欲攝生，亦不暇智於人也。牝牡相偶，母子相親；避平依險，

違寒就溫；居則有群，行則有列；小者居內，壯者居外；飲則相攜，食則鳴羣。太古之時，則與人同處，與人並行。帝王之時，始驚駭散亂矣。逮於末世，隱伏逃竄，以避患害。今東方介氏之國，其國人數數解六畜之語者，蓋偏知之所得。太古神聖之人，備知萬物情態，悉解異類音聲。會而聚之，訓而受之，同於人民。故先會鬼神魑魅，次達八方人民，末聚禽獸蟲蛾。言血氣之類心智不殊遠也。神聖知其如此，故其所教訓者無所遺逸焉。

**《列子・周穆王》** 老成子學幻於尹文先生，三年不告。老成子請其過而求退。尹文先生揖而進之於室，屏左右而與之言曰：昔老聃之徂西也，顧而告予曰：有生之氣，有形之狀，盡幻也。造化之所始，陰陽之所變者，謂之生，謂之死。窮數達變，因形移易者，謂之化，謂之幻。造物者其巧妙，其功深，固難窮難終。因形者其巧顯，其功淺，故隨起隨滅。知幻化之不異生死也，始可與學幻矣。吾與汝亦幻也，奚須學哉？老成子歸，用尹文先生之言深思三月，遂能存亡自在，幡校四時；冬起雷，夏造水。飛者走，走者飛。終身不著其術，故世莫傳焉。子列子曰：善爲化者，其道密庸，其功同人。五帝之德，三王之功，未必盡智勇之力，或由化而成。孰測之哉？

覺有八徵，夢有六候。奚謂八徵？一曰故，二曰爲，三曰得，四曰喪，五曰哀，六曰樂，七曰生，八曰死。此八徵者，形所接也。奚謂六候？一曰正夢，二曰蘧夢，三曰思夢，四曰寤夢，五曰喜夢，六曰懼夢。此六者，神所交也。不識感變之所起者，事至則惑其所由然；識感變之所起者，事至則知其所由然。知其所由然，則無所怛。一體之盈虛消息，皆通於天地，應於物類。故陰氣壯，則夢涉大水而恐懼；陽氣壯，則夢涉大火而燔焫；陰陽俱壯，則夢生殺。甚飽則夢與，甚飢則夢取。是以以浮虛爲疾者，則夢揚；以沈實爲疾者，則夢溺。藉帶而寢則夢蛇，飛鳥銜髮則夢飛。將陰夢火，將疾夢食。飲酒者憂，歌儛者哭。子列子曰：神遇爲夢，形接爲事。故晝想夜夢，神形所遇。故神凝者想夢自消。信覺不語，信夢不達，物化之往來者也。古之真人，其覺自忘，其寢不夢，幾虛語哉？

西極之南隅有國焉，不知境界之所接，名古莽之國。陰陽之氣所不交，故寒暑亡辨；日月之光所不照，故晝夜亡辨。其民不食不衣而多眠，五旬一覺，以夢中所爲者實，覺之所見者妄。四海之齊謂中央之國，跨河南北，越岱東西，萬有餘里。其陰陽之審度，故一寒一暑；昏明之分察，故一晝一夜。其民有智有愚，萬物滋殖，才藝多方。有君臣相臨，禮法相持。其所云爲，不可稱計。一覺一寐，以爲覺之所爲者實，夢之所見者妄。東極之北隅有國曰阜落之國，其土氣常燠，日月餘光之照，其土不生嘉苗，其民食草根木實，不知火食，性剛悍，彊弱相藉，貴勝而不尚義，多馳步，少休息，常覺而不眠。

周之尹氏大治産，其下趨役者侵晨昏而弗息。有老役夫筋力竭矣，而使之彌勤。晝則呻呼而即事，夜則昏憊而熟寐。精神荒散，昔昔夢爲國君。居人民之上，總一國之事。遊燕宮觀，恣意所欲，其樂無比，覺則復役。人有慰喻其憊者。役夫曰：人生百年，晝夜各分。吾晝爲僕虜，苦則苦矣，夜爲人君，其樂無比。何所怨哉？尹氏心營世事，慮鍾家業，心形俱疲，夜亦昏憊而寐。昔昔夢爲人僕，趨走作役，無不爲也。數罵杖撻，無不至也。眠中嗥囈呻吟，徹旦息焉。尹氏病之，以訪其友。友曰：若位足榮身，資財有餘，勝人遠矣。夜夢爲僕，苦逸之復，數之常也。若欲覺夢兼之，豈可得邪？尹氏聞其友言，寬其役夫之程，減己思慮之事，疾並少間。

**《列子・湯問》** 殷湯問於夏革曰：古初有物乎？夏革曰：古初無物，今惡得物？後之人將謂今之無物，可乎？殷湯曰：然則物無先後乎？夏革曰：物之終始，初無極已。始或爲終，終或爲始，惡知其紀？然自物之外，自事之先，朕所不知也。殷湯曰：然則上下八方有極盡乎？革曰：不知也。湯固問。革曰：無則無極，有則有盡。朕何以知之？然無極之外，復無無極，無盡之中，復無無盡。無極復無無極，無盡復無無盡。朕以是知其無極無盡也，而不知其有極有盡也。湯又問曰：四海之外奚有？革曰：猶齊州也。湯曰：汝奚以實之？革曰：朕東行至營，人民猶是也。問營之東，復猶營也。西行至豳，人民猶是也。問豳之西，復猶豳也。朕以是知四海、四荒、四極之不異是也。故大小相含，無窮極也。含萬物者，亦如含天地。含萬物也故不窮，含天地也故無極。朕亦焉知天地之表不有大天地者乎？亦吾所不知也。然則天地亦物也。物有不足，故昔者女媧氏煉五色石以補其闕，斷鼇之足以立四極。其後共工氏與顓頊爭爲帝，怒而觸不周之山，折天柱，絕地維；故天傾西北，日月星辰就焉；地不滿東南，故百川水潦歸焉。

湯又問：物有巨細乎？有修短乎？有同異乎？革曰：渤海之東

不知幾億萬里，有大壑焉，實惟無底之谷，其下無底，名曰歸墟。八紘九野之水，天漢之流，莫不注之，而無增無減焉。其中有五山焉：一曰岱輿，二曰員嶠，三曰方壺，四曰瀛洲，五曰蓬萊。其山高下周旋三萬里，其頂平處九千里。山之中間相去七萬里，以爲鄰居焉。其上臺觀皆金玉，其上禽獸皆純縞。珠玕之樹皆叢生，華實皆有滋味，食之皆不老不死。所居之人皆仙聖之種，一日一夕飛相往來者，不可數焉。而五山之根無所連著，常隨潮波上下往還，不得暫峙焉。仙聖毒之，訴之於帝。帝怒流於西極，失羣聖之居，乃命禺彊使巨鼇十五舉首而戴之。迭爲三番，六萬歲一交焉。五山始峙。而龍伯之國有大人，舉足不盈數步而暨五山之所，一釣而連六鼇，合負而趣歸其國，灼其骨以數焉。於是岱輿、員嶠二山流於北極，沈於大海，仙聖之播遷者巨億計。帝憑怒，侵減龍伯之國使阨，侵小龍伯之民使短。至伏羲、神農時，其國人猶數十丈。從中州以東四十萬里得僬僥國，人長一尺五寸。東北極有人名曰諍人，長九尺。荊之南有冥靈者，以五百歲爲春，五百歲爲秋。上古有大椿者，以八千歲爲春，八千歲爲秋，朽壤之上有菌芝者，生於朝，死於晦。春夏之月有蠓蚋者，因雨而生，見陽而死。終髮北之北有溟海者，天池也，有魚焉。其廣數千里，其長稱焉，其名爲鯤。有鳥焉，其名爲鵬，翼若垂天之雲，其體稱焉。世豈知有此物哉？大禹行而見之，伯益知而名之，夷堅聞而志之。江浦之間生麋蟲，其名曰焦螟，羣飛而集於蛟睫，弗相觸也。栖宿去來，蛟弗覺也。離朱、子羽方晝拭眥，揚眉而望之，弗見其形；觲觫、師曠方夜耳俛首而聽之，弗聞其聲。唯黃帝與容成子居崆峒之上，同齋三月，心死形廢；徐以神視，塊然見之，若嵩山之阿；徐以氣聽，砰然聞之，若雷霆之聲。吳、楚之國有大木焉，其名爲櫰，碧樹而冬生，實丹而味酸。食其皮汁，已憤厥之疾，齊州珍之，渡淮而北而化爲枳焉。鸜鵒不踰濟，貉踰汶則死矣，地氣然也。雖然，形氣異也，性鈞已，無相易已。生皆全已，分皆足已。吾何以識其巨細？何以識其修短？何以識其同異哉？大禹曰：六合之間，四海之內，照之以日月，經之以星辰，紀之以四時，要之以太歲。神靈所生，其物其形，或夭或壽，唯聖人能通其道。夏革曰：然則亦有不待神靈而生，不待陰陽而形，不待日月而明，不待殺戮而夭，不待將迎而壽，不待五穀而食，不待繒纊而衣，不待舟車而行。其道自然，非聖人之所通也。禹之治水土也，迷而失塗，謬之一國。濵北海之北，不知距齊州幾千萬里，其國名曰終北，不知際畔之所齊限，無風雨霜露，不生鳥獸、蟲魚、草木之類。四方悉平，周以喬陟。當國之中有山，山名壺領，狀若甀甄。頂有口，狀若負環，名曰滋穴。有水湧出，名曰神潢，臭過蘭椒，味過醪醴。一源分爲四埒，注於山下。經營一國，亡不悉徧。土氣和，亡札厲。人性婉而從物，不競不爭。柔心而弱骨，不驕不忌；長幼儕居，不君不臣；男女雜游，不媒不聘；緣水而居，不耕不稼。土氣溫適，不織不衣；百年而死，不夭不病。其民孳阜亡數，有喜樂，亡哀老哀苦。其俗好聲，相攜而迭謠，終日不輟音。飢倦則飲神潢，力志和平。過則醉，經旬乃醒。沐浴神潢，膚色脂澤，香氣經旬乃歇。【略】

南國之人祝髮而裸，北國之人鞾巾而裘，中國之人冠冕而裳。九土所資，或農或商，或田或漁。如冬裘夏葛，水舟陸車，默而得之，性而成之。越之東有輒木之國，其長子生，則鮮而食之，謂之宜弟。其大父死，負其大母而棄之，曰：鬼妻不可以同居處。楚之南有炎人之國，其親戚死，歿其肉而棄，然後埋其骨，廋成爲孝子。秦之西有儀渠之國者，其親戚死，聚柴積而焚之。燻則煙上，謂之登遐，然後成爲孝子。此上以爲政，下以爲俗。而未足爲異也。【略】

均，天下之至理也，連於形物亦然。均髮均縣，輕重而髮絕，髮不均也，均也，其絕也莫絕。人以爲不然，自有知其然者也。詹何以獨繭絲爲綸，芒鍼爲鉤，荊篠爲竿，剖粒爲餌，引盈車之魚於百仞之淵，汩流之中，綸不絕，鉤不伸，竿不橈。楚王聞而異之，召問其故。詹何曰：臣聞先大夫之言。蒲且子之弋也，弱弓纖繳，乘風振之，連雙鵠於青雲之際。用心專，動手均也。臣因其事，放而學釣，五年始盡其道。當臣之臨河持竿，心無雜慮，唯魚之念；投綸沈鉤，手無輕重，物莫能亂。魚見臣之鉤餌，猶沈埃聚沫，吞之不疑。所以能以弱制彊，以輕致重也。大王治國誠能若此，則天下可運於一握，將亦奚事哉？楚王曰：善。

魯公扈、趙齊嬰二人有疾，同請扁鵲求治。扁鵲治之，既同愈。謂公扈、齊嬰曰：汝曩之所疾，自外而干府藏者，固藥石之所已。今有偕生之疾，與體俱長，今爲汝攻之，何如？二人曰：願先聞其驗。扁鵲謂公扈曰：汝志彊而氣弱，故足於謀而寡於斷。齊嬰志弱而氣彊，故少於慮而傷於專。若換汝之心，則均於善矣。扁鵲遂飲二人毒酒，迷死三日，剖胷探心，易而置

之；投以神藥，既悟如初。二人辭歸。於是公扈反齊嬰之室，而有其妻子，妻子弗識。齊嬰亦反公扈之室，有其妻子，妻子亦弗識。二室因相與訟，求辨於扁鵲。扁鵲辨其所由，訟乃已。

《列子・力命》力謂命曰：若之功奚若我哉？命曰：汝奚功於物，而欲比朕？力曰：壽夭、窮達、貴賤、貧富，我力之所能也。命曰：彭祖之智不出堯、舜之上，而壽八百；顏淵之才不出衆人之下，而壽十八。仲尼之德不出諸侯之下，而厄於陳蔡；殷紂之行不出三仁之上，而居君位。季札無爵於吳。田恒專有齊國。夷、齊餓於首陽，季氏富於展禽。若是汝力之所能，奈何壽彼而夭此，窮聖而達逆，賤賢而貴愚，貧善而富惡邪？力曰：若如若言，我固無功於物，而物若此邪？此則若之所制邪？命曰：既謂之命，奈何有制之者邪？朕直而推之，曲而任之。自壽自夭，自窮自達，自貴自賤，自富自貧，朕豈能識之哉？朕豈能識之哉？

北宮子謂西門子曰：朕與子並世也，而人子達；並族也，而人子敬；並貌也，而人子愛；並言也，而人子庸；並行也，而人子誠；並仕也，而人子貴；並農也，而人子富；並商也，而人子利。朕衣則短褐，食則粢糲，居則蓬室，出則徙行。子衣則文錦，食則粱肉，居則連櫳，出則結駟。在家熙然有棄朕之心，在朝諤然有敖朕之色。請謁不相及，遨遊不同行，固有年矣。子自以德過朕邪？西門子曰：予無以知其實。汝造事而窮，予造事而達，此厚薄之驗歟？而皆謂與予並，汝之顏厚矣。北宮子無以應，自失而歸。中塗遇東郭先生。先生曰：汝奚往而反，偶偶而步，有深愧之色邪？北宮子言其狀。東郭先生曰：吾將舍汝之愧，與汝更之西門氏而問之。曰：汝奚辱北宮子之深乎？固且言之。西門子曰：北宮子言世族，年貌，言行與予並，而賤貴、貧富與予異。予語之曰：予無以知其實。汝造事而窮，予造事而達，此將厚薄之驗歟？而皆謂與予並，汝之顏厚矣。東郭先生曰：汝之言厚薄不過言才德之差，吾之言厚薄異於是矣。夫北宮子厚於德薄於命，汝厚於命薄於德。汝之達，非智得也；北宮子之窮，非愚失也。皆天也，非人也。而汝以命厚自矜，北宮子以德厚自愧，皆不識夫固然之理矣。西門子曰：先生止矣！予不敢復言。北宮子既歸，衣其裋褐，有狐貉之溫；進其茂菽，有稻粱之味；庇其蓬室，若廣廈之蔭；乘其輦輅，若文軒之飾。終身逌然，不知榮辱之在彼也，在我也。東郭先生聞之，曰：北宮子之寐久矣，一言而能寤，易怛也哉！【略】

可以生而生，天福也；可以死而死，天福也。可以生而不生，天罰也；可以死而不死，天罰也。可以生，可以死，得生得死有矣；不可以生，不可以死，或死或生有矣。然而生生死死，非物非我，皆命也，智之所無奈何。故曰窈然無際，天道自會；漠然無分，天道自運。天地不能犯，聖智不能干，鬼魅不能欺。自然者，默之成之，平之寧之，將之迎之。

楊朱之友曰季梁。季梁得疾，七日大漸。其子環而泣之，請醫。季梁謂楊朱曰：吾子不肖如此之甚，汝奚不爲我歌以曉之？楊朱歌曰：天其弗識，人胡能覺？匪祐自天，弗孽由人。我乎汝乎！其弗知乎？醫乎巫乎！其知之乎？其子弗曉，終謁三醫。一曰矯氏，二曰俞氏，三曰盧氏，診其所疾。矯氏謂季梁曰：汝寒溫不節，虛實失度，病由飢飽色欲，精慮煩散，非天非鬼。雖漸，可攻也。季梁曰：衆醫也，亟屏之！俞氏曰：女始則胎氣不足，乳湩有餘。病非一朝一夕之故，其所由來漸矣，弗可已也。季梁曰：良醫也，且食之！盧氏曰：汝疾不由天，亦不由人，亦不由鬼。稟生受形，既有制之者矣，亦有知之者矣。藥石其如汝何？季梁曰：神醫也。重貺遣之！俄而季梁之疾自瘳。

生非貴之所能存，身非愛之所能厚；生亦非賤之所能夭，身亦非輕之所能薄。故貴之或不生，賤之或不死；愛之亦不厚，輕之或不薄。此似反也，非反也；此自生自死，自厚自薄。或貴之而生，或賤之而死；或愛之而厚，或輕之而薄。此似順也，非順也；此亦自生自死，自厚自薄。鬻熊語文王曰：自長非所增，自短非所損。算之所亡若何？老聃語關尹曰：天之所惡，孰知其故？言迎天意，揣利害，不如其已。

楊布問曰：有人於此，年兄弟也，言兄弟也，才兄弟也，貌兄弟也；而壽夭父子也，貴賤父子也，名譽父子也，愛憎父子也。吾惑之。楊子曰：古之人有言，吾嘗識之，將以告若。不知所以然而然，命也。今昏昏昧昧，紛紛若若，隨所爲，隨所不爲。日去日來，孰能知其故？皆命也夫！信命者，亡壽夭；信理者，亡是非；信心者，亡逆順；信性者，亡安危。則謂之都亡所信，都亡所不信。真矣慤矣，奚去奚就？奚哀奚樂？奚爲奚不爲？《黃帝之書》云：至人居若死，動若械。亦不知所以居，亦不知所以居；亦不知所以動，亦不知所以動。亦不以衆人之觀易其情貌，亦不謂衆人之不

觀不易其情貌。獨往獨來，獨出獨入，孰能礙之？

墨尿、單至、嘽咺、憋憋四人相與游於世，胥如志也；窮年不相知情，自以智之深也。巧佞愚直、婢斫、便辟四人相與游於世，胥如志也；窮年而不相語術，自以巧之微也。謬忾、情露、讒愜、淩誶四人相與游於世，胥如志也；窮年不相曉悟，自以爲才之得也。眠娗、誾諉、勇敢、怯疑四人相與游於世，胥如志也；窮年不相謫發，自以行無戾也。多偶、自專、乘權、隻立四人相與游於世，胥如志也；窮年不相顧眄，自以時之適也。此衆態也。其貌不一，而咸之於道，命所歸也。

侗侗成者，俏成也，初非成也。侗侗敗者，俏敗者也，初非敗也。故迷生於俏，俏之際昧然。於俏而不昧然，則不駭外禍，不喜內福；隨時動，隨時止，智不能知也。信命者，於彼我無二心。於彼我而有二心者，不若揜目塞耳，背坂面隍，亦不墜仆也。故曰：死生自命也，貧窮自時也。怨夭折者，不知命者也；怨貧窮者，不知時者也。當死不懼，在窮不戚，知命安時也。其使多智之人量利害，料虛實，度人情，得亦中，亡亦中。其少智之人不量利害，不料虛實，不度人情，得亦中，亡亦中，量與不量，料與不料，度與不度，奚以異？唯亡所量，亡所不量，則全而亡喪。亦非知全，亦非知喪。自全也，自亡也，自喪也。【略】

魏人有東門吳者，其子死而不憂。其相室曰：公之愛子，天下無有。今子死不憂，何也？東門吳曰：吾常無子，無子之時不憂。今子死，乃與嚮無子同，臣奚憂焉？農赴時，商趣利，工追術，仕逐勢，勢使然也。然農有水旱，商有得失，工有成敗，仕有遇否，命使然也。

**《列子・楊朱》** 楊朱游於魯，舍於孟氏。孟氏問曰：人而已矣，奚以名爲？曰：以名者爲富。既富矣，奚不已焉？曰：爲貴。既貴矣，奚不已焉？曰：爲死。既死矣，奚爲焉？曰：爲子孫。名奚益於子孫？曰：名乃苦其身，燋其心。乘其名者，澤及宗族，利兼鄉黨，況子孫乎？凡爲名者必廉，廉斯貧；爲名者必讓，讓斯賤。曰：管仲之相齊也，君淫亦淫，君奢亦奢，志合言從，道行國霸。死之後，管氏而已。田氏之相齊也，君盈則己降，君歛則己施。民皆歸之，因有齊國；子孫享之，至今不絕。若實名貧，僞名富。曰：實無名，名無實。名者，僞而已矣。昔者堯、舜僞以天下讓許由、善卷，而不失天下，享祚百年。伯夷、叔齊實以孤竹君讓，而終亡其國，餓死於首陽之山。實僞之辯，如此其省也。

楊朱曰：百年，壽之大齊。得百年者，千無一焉。設有一者，孩抱以逮昏老，幾居其半矣。夜眠之所弭，晝覺之所遺，又幾居其半矣。痛疾哀苦，亡失憂懼，又幾居其半矣。量十數年之中，逌然而自得，亡介焉之慮者，亦亡一時之中爾。則人之生也奚爲哉？奚樂哉？爲美厚爾，爲聲色爾。而美厚復不可常猒足，聲色不可常翫聞。乃復爲刑賞之所禁勸，名法之所進退；遑遑爾競一時之虛譽，規死後之餘榮；偶偶爾慎耳目之觀聽，惜身意之是非；徙失當年之至樂，不能自肆於一時。重囚纍梏，何以異哉？太古之人，知生之暫來，知死之暫往；故從心而動，不違自然所好；當身之娛，非所去也，故不爲名所勸。從性而游，不逆萬物所好，死後之名，非所取也，故不爲形所及。名譽先後，年命多少，非所量也。

楊朱曰：萬物所異者生也，所同者死也。生則有賢愚、貴賤，是所異也；死則有臭腐、消滅，是所同也。雖然，賢愚、貴賤，非所能也，臭腐、消滅，亦非所能也。故生非所生，死非所死，賢非所賢，愚非所愚，貴非所貴，賤非所賤。然而萬物齊生齊死，齊賢齊愚，齊貴齊賤。十年亦死，百年亦死，仁聖亦死，凶愚亦死。生則堯舜，死則腐骨；生則桀紂，死則腐骨。腐骨一矣。孰知其異？且趣當生，奚遑死後？

楊朱曰：伯夷非亡欲，矜清之郵，以放餓死。展季非亡情，矜貞之郵，以放寡宗。清貞之誤善之若此！

楊朱曰：原憲窶於魯，子貢殖於衛。原憲之窶損生，子貢之殖累身。然則窶亦不可，殖亦不可，其可焉在？曰：可在樂生，可在逸身。故善樂生者不窶，善逸身者不殖。

楊朱曰：古語有之：生相憐，死相捐。此語至矣。相憐之道，非唯情也，勤能使逸，飢能使飽，寒能使溫，窮能使達也。相捐之道，非不相哀也，不含珠玉，不服文錦，不陳犧牲，不設明器也。晏平仲問養生於管夷吾。管夷吾曰：肆之而已，勿壅勿閼。晏平仲曰：其目奈何？夷吾曰：恣耳之所欲聽，恣目之所欲視，恣鼻之所欲向，恣口之所欲言，恣體之所欲安，恣意之所欲行。夫耳之所欲聞者音聲，而不得聽，謂之閼聰；目之所欲見者美色，而不得視，謂之閼明；鼻之所欲向者椒蘭，而不得嗅，謂之閼顫；口之所欲道者是非，而不得言，謂之閼智；體之所欲安者美厚，而不得從，謂之

闕適；意之所欲爲者放逸，而不得行，謂之闕性。凡此諸闕，廢虐之主。去廢虐之主，熙熙然以俟死，一日一月，一年十年，吾所謂養。拘此廢虐之主，錄而不舍，戚戚然以至久生，百年、千年、萬年，非吾所謂養。管夷吾曰：吾既告子養生矣，送死柰何？晏平仲曰：送死略矣，將何以告焉？管夷吾曰：吾固欲聞之。平仲曰：既死，豈在我哉？焚之亦可，沈之亦可，瘞之亦可，露之亦可，衣薪而棄諸溝壑亦可，衮衣繡裳而納諸石椁亦可，唯所遇焉。管夷吾顧謂鮑叔黃子曰：生死之道，吾二人進之矣。

子產相鄭，專國之政，三年，善者服其化，惡者畏其禁，鄭國以治。諸侯憚之。而有兄曰公孫朝，有弟曰公孫穆。朝好酒，穆好色。朝之室也，聚酒千鍾，積麴成封，望門百步，糟漿之氣逆於人鼻。方其荒於酒也，不知世道之安危，人理之悔吝，室內之有亡，九族之親疎，存亡之哀樂也。雖水火兵刃交於前，弗知也。穆之後庭，比房數十，皆擇稚齒婑媠者以盈之。方其耽於色也。屏親暱，絕交游，逃於後庭，以晝足夜；三月一出，意猶未慊。鄉有處子之娥姣者，必賄而招之，媒而挑之，弗獲而後已。子產日夜以爲戚，密造鄧析而謀之，曰：僑聞治身以及家，治家以及國，此言自於近至於遠也。僑爲國則治矣，而家則亂矣。其道逆邪？將奚方以救二子？子其詔之！鄧析曰：吾怪之久矣！未敢先言。子奚不時其治也，喻以性命之重，誘以禮義之尊乎？子產用鄧析之言，因間以謁其兄弟，而告之曰：人之所以貴於禽獸者，智慮。智慮之所將者，禮義。禮義成，則名位至矣。若觸情而動，耽於嗜慾，則性命危矣。子納僑之言，則朝自悔而夕食祿矣。朝、穆曰：吾知之久矣，擇之亦久矣，豈待若言而後識之哉？凡生之難遇，而死之易及；以難遇之生，俟易及之死，可孰念哉？而欲尊禮義以夸人，矯情性以招名，吾以此爲弗若死矣。爲欲盡一生之觀，窮當年之樂，唯患腹溢而不得恣口之飲，力憊而不得肆情於色；不遑憂名聲之醜，性命之危也。且若以治國之能夸物，欲以說辭亂我之心，榮祿喜我之意，不亦鄙而可憐哉？我又欲與若別之。夫善治外者，物未必治，而身交苦；善治內者，物未必亂，而性交逸。以若之治外，其法可暫行於一國，未合於人心；以我之治內，可推之於天下，君臣之道息矣。吾常欲以此術而喻之，若反以彼術而教我哉？子產忙然無以應之。他日以告鄧析。鄧析曰：子與真人居而不知也，孰謂子智者乎？鄭國之治偶耳，非子之功也。

衛端木叔者，子貢之世也。藉其先貲，家累萬金。不治世故，放意所好。其生民之所欲爲，人意之所欲玩者，無不爲也，無不玩也。牆屋臺榭，園囿池沼，飲食車服，聲樂嬪御，擬齊楚之君焉。至其情所欲好，耳所欲聽，目所欲視，口所欲嘗，雖殊方偏國，非齊土之所產育者，無不必致之，猶藩牆之物也。及其游也，雖山川阻險，塗逕修遠，無不必之，猶人之行咫步也。賓客在庭者日百住，庖廚之下，不絕煙火，堂廡之上，不絕聲樂。奉養之餘，先散之宗族；宗族之餘，次散之邑里；邑里之餘，乃散之一國。行年六十，氣幹將衰，棄其家事，都散其庫藏、珍寶、車服、妾媵。一年之中盡焉，不爲子孫留財。及其病也，無藥石之儲；及其死也，無塵埋之資。一國之人，受其施者，相與賦而藏之，反其子孫之財焉。禽骨釐聞之曰：端木叔，狂人也，辱其祖矣。段干生聞之，曰：端木叔，達人也，德過其祖矣。其所行也，其所爲也，衆意所驚，而誠理所取。衛之君子多以禮教自持，固未足以得此人之心也。

孟孫陽問楊子曰：有人於此，貴生愛身，以蘄不死，可乎？曰：理無不死。以蘄久生，可乎？曰：理無久生。生非貴之所能存，身非愛之所能厚。且久生奚爲？五情好惡，古猶今也；四體安危，古猶今也；世事苦樂，古猶今也；變易治亂，古猶今也。既聞之矣，既見之矣，既更之矣，百年猶厭其多，況久生之苦也乎？孟孫陽曰：若然，速亡愈於久生，則踐鋒刃，入湯火，得所志矣。楊子曰：不然，既生，則廢而任之，究其所欲，以俟於死。將死，則廢而任之，究其所之，以放於盡。無不廢，無不任，何遽遲速於其間乎？

楊朱曰：伯成子高不以一毫利物，舍國而隱耕。大禹不以一身自利，一體偏枯。古之人，損一毫利天下不與也，悉天下奉一身不取也。人人不損一毫，人人不利天下，天下治矣。禽子問楊朱曰：去子體之一毛以濟一世，汝爲之乎？楊子曰：世固非一毛之所濟。禽子曰：假濟，爲之乎？楊子弗應。禽子出，語孟孫陽。孟孫陽曰：子不達夫子之心，吾請言之。有侵若肌膚獲萬金者，若爲之乎？曰：爲之。孟孫陽曰：有斷若一節得一國。子爲之乎？禽子默然有間。孟孫陽曰：一毛微於肌膚，肌膚微於一節，省矣。然則積一毛以成肌膚，積肌膚以成一節。一毛固一體萬分中之一物，柰何輕之乎？禽子曰：吾不能所以答子。然則以子之言問老聃、關

尹，則子言當矣；以吾言問大禹、墨翟，則吾言當矣。孟孫陽因顧與其徒說他事。

楊朱曰：天下之美歸之舜、禹、周、孔，天下之惡歸之桀、紂。然而舜耕於河陽，陶於雷澤，四體不得暫安，口腹不得美厚，父母之所不愛，弟妹之所不親。行年二十，不告而娶。及受堯之禪，年已長，智已衰。商均不才，禪位於禹，戚戚然以至於死。此天人窮毒者也。鯀治水土，績用不就，殛諸羽山。禹纂業事讐，惟荒土功，子産不字，過門不入；身體偏枯，手足胼胝。及受舜禪，卑宮室，美黻冕，戚戚然以至於死，此天人之憂苦者也；武王既終，成王幼弱，周公攝天子之政。召公不悅，四國流言。居東三年，誅兄放弟，僅免其身，戚戚然以至於死，此天人之危懼者也。孔子明帝王之道，應時君之聘，伐樹於宋，削迹於衛，窮於商、周，圍於陳、蔡，受屈於季氏，見辱於陽虎，戚戚然以至於死，此天民之遑遽者也。凡彼四聖者，生無一日之歡，死有萬世之名。名者，固非實之所取也。雖稱之弗知，雖賞之不知，與株塊無以異矣。桀藉累世之資，居南面之尊，智足以距羣下，威足以震海內，恣耳目之所娛，窮意慮之所爲，熙熙然以至於死，此天民之逸蕩者也；紂亦藉累世之資，居南面之尊，威無不行，志無不從，肆情於傾宮，縱欲於長夜，不以禮義自苦，熙熙然以至於誅，此天民之放縱者也。彼二凶也，生有從欲之歡，死被愚暴之名。實者，固非名之所與，也雖毀之不知，雖稱之弗知，此與株塊奚以異矣？彼四聖雖美之所歸，苦以至終，同歸於死矣。彼二凶雖惡之所歸，樂以至終，亦同歸於死矣。

楊朱見梁王，言治天下如運諸掌。梁王曰：先生有一妻一妻，而不能治，三畝之園，而不能芸，而言治天下如運諸掌，何也？對曰：君見其牧羊者乎？百羊而羣，使五尺童子荷箠而隨之，欲東而東，欲西而西。使堯牽一羊，舜荷箠而隨之，則不能前矣。且臣聞之：吞舟之魚，不游枝流；鴻鵠高飛，不集汚池。何則？其極遠也。黃鍾大呂，不可從煩奏之舞，何則？其音疏也。將治大者不治細，成大功者不成小，此之謂矣。楊朱曰：太古之事滅矣，孰誌之哉？三皇之事，若存若亡；五帝之事，若覺若夢；三王之事，或隱或顯，億不識一。當身之事，或聞或見，萬不識一。目前之事，或存或廢，千不識一。太古至於今日，年數固不可勝紀。但伏羲已來三十餘萬歲，賢愚、好醜、成敗、是非，無不消滅，但遲速之間耳。矜一時之毀譽，以焦苦其神形，要死後數百年中餘名，豈足潤枯骨？何生之樂哉？

楊朱曰：人肖天地之類，懷五常之性，有生之最靈者人也。人者，爪牙不足以供守衛，肌膚不足以自捍禦，趨走不足以逃利害，無毛羽以禦寒暑，必將資物以爲養，性任智而不恃力。故智之所貴，存我爲貴；力之所賤，侵物爲賤。然身非我有也，既生，不得不全之；物非我有也，既有，不得不去之。身固生之主，物亦養之主。雖全生身，不可有其身；雖不去物，不可有其物。有其物，有其身，是橫私天下之身，橫私天下之物。其唯聖人乎！公天下之身，公天下之物，其唯至人矣！此之謂至至者也。

楊朱曰：生民之不得休息，爲四事故：一爲壽，二爲名，三爲位，四爲貨。有此四者，畏鬼，畏人，畏威，畏刑，此謂之遁人也。可殺可活，制命在外。不逆命，何羨壽？不矜貴，何羨名？不要勢，何羨位？不貪富，何羨貨？此之謂順民也。天下無對，制命在內。故語有之曰：人不婚宦，情欲失半；人不衣食，君臣道息。周諺曰：田父可坐殺。晨出夜入，自以性之恒；啜菽茹藿，自以味之極；肌肉麤厚，筋節卷急，一朝處以柔毛綈幕，薦以粱肉蘭橘，心瘨體煩，內熱生病矣。商、魯之君與田父侔地，則亦不盈一時而憊矣。故野人之所安，野人之所美，謂天下無過者。昔者宋國有田夫，常衣溫麤，僅以過冬。暨春東作，自曝於日，不知天下之有廣廈隩室，綿纊狐貉。顧謂其妻曰：負日之暄，人莫知者；以獻吾君，將有重賞。里之富室告之曰：昔人有美戎菽，甘枲莖芹萍子者，對鄉豪稱之，鄉豪取而嘗之，蜇於口，慘於腹，衆哂而怨之，其人大慙。子此類也。

楊朱曰：豐屋、美屋、厚味、姣色，有此四者，何求於外？有此而求外者，無猒之性。無猒之性，陰陽之蠹也。忠不足以安君，適足以危身；義不足以利物，適足以害生。安上不由於忠，而忠名滅焉；利物不由於義，而義名絕焉。君臣皆安，物我兼利，古之道也。鬻子曰：去名者無憂。老子曰：名者實之賓。而悠悠者趨名不已。名固不可去，名固不可賓邪？今有名則尊榮，亡名則卑辱。尊榮則逸樂，卑辱則憂苦。憂苦，犯性者也；逸樂，順性者也，斯實之所係矣。名胡可去？名胡可賓？但惡夫守名而累實。守名而累實，將恤危亡之不救，豈徙逸樂憂苦之間哉！

**《列子・說符》**　子列子學於壺丘子林。壺丘子林曰：子知持後，則可言持身矣。列子曰：願聞持後。曰：顧若影，則知之。列子顧而觀影：

形枉則影曲，形直則影正。然則枉直隨形而不在影，屈申任物而不在我。此之謂持後而處先。關尹謂子列子曰：言美則響美，言惡則響惡；身長則影長，身短則影短。名也者，響也；身也者，影也。故曰：慎爾言，將有和之；慎爾行，將有隨之。是故聖人見出以知入，觀往以知來，此其所以先知之理也。度在身，稽在人。人愛我，我必愛之；人惡我，我必惡之。湯、武愛天下，故王；桀紂惡天下，故亡。此所稽也。稽度皆明而不道也，譬之出不由門，行不從徑也。以是求利，不亦難乎？嘗觀之神農、有炎之德，稽之虞、夏、商、周之書，度諸法士賢人之言，所以存亡廢興而非由此道者，未之有也。

嚴恢曰：所爲問道者爲富。今得珠亦富矣，安用道？子列子曰：桀紂唯重利而輕道，是以亡。幸哉餘未汝語也！人而無義，唯食而已，是雞狗也。彊食靡角，勝者爲制，是禽獸也。爲雞狗禽獸矣，而欲人之尊己，不可得也。人不尊己，則危辱及之矣。

列子學射中矣，請於關尹子。尹子曰：子知子之所以中者乎？對曰：弗知也。關尹子曰：未可。退而習之。三年，又以報關尹子。尹子曰：子知子之所以中乎？列子曰：知之矣。關尹子曰：可矣，守而勿失也。非獨射也，爲國與身，亦皆如之。故聖人不察存亡，而察其所以然。

列子曰：色盛者驕，力盛者奮，未可以語道也。故不斑白語道，失，而況行之乎？故自奮，則人莫之告。人莫之告，則孤而無輔矣。賢者任人，故年老而不衰，智盡而不亂。故治國之難在於知賢而不在自賢。

宋人有爲其君以玉爲楮葉者，三年而成。鋒殺莖柯，毫芒繁澤，亂之楮葉中而不可別也。此人遂以巧食宋國。子列子聞之曰：使天地之生物，三年而成一葉，則物之有葉者寡矣。故聖人恃道化而不恃智巧。

子列子窮，容貌有飢色。客有言之鄭子陽者曰：列禦寇蓋有道之士也，居君之國而窮。君無乃爲不好士乎？鄭子陽即令官遺之粟。子列子出，見使者，再拜而辭。使者去。子列子入，其妻望之而拊心曰：妾聞爲有道者之妻子，皆得佚樂，今有飢色，君遇而遺先生食。先生不受，豈不命也哉？子列子笑謂之曰：君非自知我也。以人之言而遺我粟，至其罪我也。又且以人之言，此吾所以不受也。其卒，民果作難，而殺子陽。【略】

昔人言有知不死之道者，燕君使人受之，不捷，而言者死。燕君甚怒，其使者將加誅焉。幸臣諫曰：人所憂者莫急乎死，已所重者莫過乎生。彼自喪其生，安能令君不死也？乃不誅。有齊子亦欲學其道，聞言者之死，乃撫膺而恨。富子聞而笑之曰：夫所欲學不死，其人已死而猶恨之，是不知所以爲學。胡子曰：富子之言非也。凡人有術不能行者有矣，能行而無其術者亦有矣。衛人有善數者，臨死，以訣喻其子。其子志其言而不能行也。他人問之，以其父所言告之。問者用其言而行其術，與其父無差焉。若然，死者奚爲不能言生術哉？【略】

齊田氏祖於庭，食客千人。中坐有獻魚鴈者。田氏視之，乃歎曰：天之於民厚矣！殖五穀，生魚鳥，以爲之用。衆客和之如響。鮑氏之子年十二，預於次，進曰：不如君言。天地萬物與我並生，類也。類無貴賤，徙以小大智力而相制，迭相食，非相爲而生之。人取可食者而食之，豈天本爲人生之？且蚊蚋嚽膚虎狼食肉，非天本爲蚊蚋生人，虎狼生肉者哉？

**《中庸》** 惟天下至誠，爲能盡其性；能盡其性，則能盡人之性；能盡人之性，則能盡物之性；能盡物之性，則可以贊天地之化育；可以贊天地之化育，則可以與天地參矣。

其次致曲。曲能有誠，誠則形，形則著，著則明，明則動，動則變，變則化。惟天下至誠爲能化。

至誠之道，可以前知。國家將興，必有禎祥；國家將亡，必有妖孽。見乎蓍龜，動乎四體，禍福將至，善必先知之，不善必先知之。故至誠如神。

誠者自成也，而道自道也。誠者物之始終，不誠無物。是故君子誠之爲貴。誠者非自成己而已也，所以成物也。成己，仁也；成物，知也。性之德也，合外內之道也，故時措之宜也。

故至誠無息，不息則久，久則徵，徵則悠遠，悠遠則博厚，博厚則高明。博厚所以載物也，高明所以覆物也，悠久所以成物也。博厚配地，高明配天，悠久無疆。如此者，不見而章，不動而變，無爲而成。天地之道可一言而盡也：其爲物不貳，則其生物不測。天地之道博也，厚也，高也，明也，悠也，久也。今夫天，斯昭昭之多，及其無窮也，日月星辰繫焉，萬物覆焉。今夫地，一撮土之多，及其廣厚，載華嶽而不重，振河海而不洩，萬物載焉。今夫山，一卷石之多，及其廣大，草木生之，禽獸居之，寶藏興焉。今夫水，一勺之多，及其不測，黿鼉、鮫、龍、魚、鱉生焉，貨財殖焉。《詩》曰：惟天之命，於

穆不已。蓋曰天之所以爲天也。於乎不顯，文王之德之純。蓋曰文王之所以爲文也，純亦不已。

大哉，聖人之道！洋洋乎，發育萬物，峻極於天。優優大哉！禮儀三百，威儀三千，待其人然後行，故曰：苟不至德，至道不凝焉。故君子尊德性而道問學，致廣大而盡精微，極高明而道中庸，溫故而知新，敦厚以崇禮。是故居上不驕，爲下不倍，國有道其言足以興國，無道其默足以容。《詩》曰：既明且哲，以保其身。其此之謂與。

子曰：愚而好自用，賤而好自專，生乎今之世反古之道，如此者，栽及其身者也。非天子不議禮，不制度，不攷文。今天下車同軌，書同文，行同倫。雖有其位，苟無其德，不敢作禮樂焉。雖有其德，苟無其位，亦不敢作禮樂焉。子曰：吾說夏禮，杞不足徵也。吾學殷禮，有宋存焉。吾學周禮，今用之，吾從周。

王天下有三重焉，其寡過矣乎。上焉者，雖善無徵，無徵不信，不信民弗從；下焉者，雖善不尊，不尊不信，不信民弗從。故君子之道，本諸身，徵諸庶民，攷諸三王而不繆，建諸天地而不悖，質諸鬼神而無疑，百世以俟聖人而不惑。質諸鬼神而無疑，知天也；百世以俟聖人而不惑，知人也。是故君子動而世爲天下道，行而世爲天下法，言而世爲天下則，遠之則有望，近之則不厭。《詩》曰：在彼無惡，在此無射，庶幾夙夜，以永終譽。君子未有不如此而蚤有譽於天下者也。

仲尼祖述堯、舜，憲章文、武，上律天時，下襲水土。辟如天地之無不持載，無不覆幬，辟如四時之錯行，如日月之代明，萬物並育而不相害，道並行而不相悖，小德川流，大德敦化，此天地之所以爲大也。

惟天下至聖，爲能聰明睿知足以有臨也，寬裕溫柔足以有容也，發強剛毅足以有執也，齊莊中正足以有敬也，文理密察足以有別也。溥博淵泉，而時出之。溥博如天，淵泉如淵，見而民莫不敬，言而民莫不信，行而民莫不說。是以聲名洋溢乎中國，施及蠻貊，舟車所至，人力所通，天之所覆，地之所載，日月所照，霜露所隊，凡有血氣者，莫不尊親，故曰配天。

唯天下至誠，爲能經綸天下之大經，立天下之大本，知天地之化育。夫焉有所倚？肫肫其仁！淵淵其淵！浩浩其天！苟不固聰明聖知達天德者，其孰能知之？

《詩》曰：衣錦尚絅。惡其文之著也。故君子之道闇然而日章，小人之道的然而日亡。君子之道淡而不厭，簡而文，溫而理，知遠之近，知風之自，知微之顯，可與入德矣。《詩》云：潛雖伏矣，亦孔之昭。故君子內省不疚，無惡於志。君子之所不可及者，其惟人之所不見乎。《詩》云：相在爾室，尚不愧於屋漏。故君子不動而敬，不言而信。《詩》曰：奏假無言，時靡有爭。是故君子不賞而民勸，不怒而民威於鈇鉞。《詩》曰：不顯惟德，百辟其刑之。是故君子篤恭而天下平。《詩》云：予懷明德，不大聲以色。子曰：聲色之於以化民，末也。《詩》曰：德輶如毛。毛猶有倫，上天之載，無聲無臭。至矣。

**《禮記・曲禮上》** 曲禮曰：毋不敬，儼若思，安定辭，安民哉。敖不可長，欲不可從，志不可滿，樂不可極。

賢者狎而敬之，畏而愛之。愛而知其惡，憎而知其善。積而能散，安安而能遷，臨財毋苟得，臨難毋苟免，很毋求勝，分毋求多。疑事毋質，直而勿有。若夫，坐如尸，立如齊，禮從宜，使從俗。

夫禮者，所以定親疏，決嫌疑，別同異，明是非也。禮不妄說人，不辭費，禮不踰節，不侵侮，不好狎。修身踐言，謂之善行。行修言道，禮之質也。禮聞取於人，不聞取人。禮聞來學，不聞往教。

道德仁義，非禮不成；教訓正俗，非禮不備；分爭辯訟，非禮不決；君臣上下，父子兄弟，非禮不定；宦學事師，非禮不親；班朝治軍，涖官行職，非禮威嚴不行；禱祠祭祀，供給鬼神，非禮不誠不莊。是以君子恭敬撙節，退讓以明禮。

鸚鵡能言，不離飛鳥；猩猩能言，不離禽獸。今人而無禮，雖能言，不亦禽獸之心乎！夫唯禽獸無禮，故父子聚麀。是故聖人作，爲禮以教人，使人以有禮，知自別於禽獸。

太上貴德，其次務施報。禮尚往來，往而不來，非禮也。來而不往，亦非禮也。人有禮則安，無禮則危。故曰：禮者不可不學也。夫禮者，自卑而尊人，雖負販者，必有尊也，而況富貴乎！富貴而知好禮，則不驕不淫，貧賤而知好禮，則志不懾。

人生十年曰幼學。二十曰弱冠。三十曰壯，有室。四十曰強，而仕。五十曰艾，服官政。六十曰耆，指使。七十曰老，而傳。八十、九十曰耄。七年

曰悼。悼與耄，雖有罪，不加刑焉。百年曰期頤。大夫七十而致事，若不得謝，則必賜之几杖，行役以婦人。適四方，乘安車，自稱曰老夫。於其國則稱名。越國而問焉，必告之以其制。謀於長者，必操几杖以從之。長者問，不辭讓而對，非禮也。凡爲人子之禮，冬溫而夏清，昏定而晨省。在醜夷不爭。夫爲人子者，三賜不及車馬，故州閭鄉黨稱其孝也，兄弟親戚稱其慈也，僚友稱其弟也，執友稱其仁也，交遊稱其信也。見父之執，不謂之進，不敢進。不謂之退，不敢退，不問不敢對，此孝子之行也。夫爲人子者，出必告，反必面。所遊必有常，所習必有業。恒言不稱老，年長以倍，則父事之。十年以長，則兄事之，五年以長，則肩隨之。羣居五人，則長者必異席。爲人子者，居不主奧，坐不中席，行不中道，立不中門。食饗不爲褻，祭祀不爲尸。聽於無聲，視於無形，不登高，不臨深，不苟訾，不苟笑。孝子不服闇，不登危，懼辱親也。父母存，不許友以死。爲人子者，父母存，冠衣不純素。不有私財。孤子當室，冠衣不純采。幼子常視毋誑。童子不衣裘裳。立必正方，不傾聽。長者與之提攜，則兩手奉長者之手。負劒辟咡詔之，則掩口而對。

**《禮記・禮運》** 何謂人情？喜、怒、哀、懼、愛、惡、欲，七者弗學而能。何謂人義？父慈、子孝、兄良、弟弟、夫義、婦聽、長惠、幼順、君仁、臣忠，十者謂之人義。講信脩睦，謂之人利。爭奪相殺，謂之人患。故聖人之所以治人七情，脩十義，講信脩睦，尚辭讓，去爭奪，舍禮何以治之？飲食男女，人之大欲存焉。死亡貧苦，人之大惡存焉。故欲惡者，心之大端也。人藏其心，不可測度也。美惡皆在其心，不見其色也。欲一以窮之，舍禮何以哉？

**《禮記・樂記》** 凡音之起，由人心生也。人心之動，物使之然也。感於物而動，故形於聲。聲相應，故生變。變成方，謂之音。比音而樂之，及干戚、羽旄，謂之樂。樂者，音之所由生也，其本在人心之感於物也。是故其哀心感者，其聲噍以殺。其樂心感者，其聲嘽以緩。其喜心感者，其聲發以散。其怒心感者，其聲粗以厲。其敬心感者，其聲直以廉。其愛心感者，其聲和以柔，六者非性也，感於物而後動。是故先王慎所以感之者。故禮以道其志，樂以和其聲，政以一其行，刑以防其姦。禮、樂、刑、政，其極一也，所以同民心而出治道也。

凡音者，生人心者也。情動於中，故形於聲。聲成文，謂之音。是故治世之音，安以樂，其政和。亂世之音，怨以怒，其政乖。亡國之音，哀以思，其民困。聲音之道，與政通矣。宮爲君，商爲臣，角爲民，徵爲事，羽爲物。五者不亂，則無怗懘之音矣。宮亂則荒，其君驕。商亂則陂，其官壞。角亂則憂，其民怨。徵亂則哀，其事勤。羽亂則危，其財匱。五者皆亂，迭相陵，謂之慢。如此，則國之滅亡無日矣。鄭衛之音，亂世之音也，比於慢矣。桑間、濮上之音，亡國之音也。其政散，其民流，誣上行私而不可止也。

凡音者，生於人心者也。樂者，通倫理者也。是故知聲而不知音者，禽獸是也。知音而不知樂者，衆庶是也。唯君子爲能知樂。是故審聲以知音，審音以知樂，審樂以知政，而治道備矣。是故不知聲者，不可與言音。不知音者，不可與言樂。知樂，則幾於禮矣。禮樂皆得，謂之有德。德者，得也。是故樂之隆，非極音也。食饗之禮，非致味也。清廟之瑟，朱絃而疏越，壹倡而三歎，有遺音者矣。大饗之禮，尚玄酒而俎腥魚。大羹不和，有遺味者矣。是故先王之制禮樂也，非以極口腹耳目之欲也，將以教民平好惡，而反人道之正也。

人生而靜，天之性也。感於物而動，性之欲也。物至知知，然後好惡形焉。好惡無節於內，知誘於外，不能反躬，天理滅矣。夫物之感人無窮，而人之好惡無節，則是物至而人化物也。人化物也者，滅天理而窮人欲者也。於是有悖逆詐僞之心，有淫泆作亂之事。是故強者脅弱，衆者暴寡，知者詐愚，勇者苦怯，疾病不養，老幼孤獨不得其所，此大亂之道也。

是故先王之制禮樂，人爲之節。衰麻哭泣，所以節喪紀也。鐘鼓干戚，所以和安樂也。昏姻冠笄，所以別男女也。射鄉食饗，所以正交接也。禮節民心，樂和民聲，政以行之，刑以防之。禮、樂、刑、政，四達而不悖，則王道備矣。

樂者爲同，禮者爲異，同則相親，異則相敬。樂勝則流，禮勝則離。合情飾貌者，禮樂之事也。禮義立，則貴賤等矣。樂文同，則上下和矣。好惡著，則賢不肖別矣。刑禁暴，爵舉賢，則政均矣。仁以愛之，義以正之。如此，則民治行矣。樂由中出，禮自外作。樂由中出，故靜。禮自外作，故文。大樂必易，大禮必簡。樂至則無怨，禮至則不爭。揖讓而治天下者，禮樂之謂也。暴民不作，諸侯賓服，兵革不試，五刑不用，百姓無患，天子不怒，如此，則樂達矣。合父子之親，明長幼之序，以敬四海之內，天子如此，則禮行矣。大樂與天地同和，大禮與天地同節。和故百物不失，節故祀天祭地。明則有禮

樂，幽則有鬼神。如此，則四海之內，合敬同愛矣。禮者，殊事合敬者也。樂者，異文合愛者也。禮樂之情同，故明王以相沿也。故事與時並，名與功偕。故鐘鼓管磬，羽籥干戚，樂之器也。屈伸俯仰，綴兆舒疾，樂之文也。簠簋俎豆，制度文章，禮之器也。升降上下，周還揚襲，禮之文也。故知禮樂之情者能作，識禮樂之文者能述。注：述，謂訓其義也。作者之謂聖，述者之謂明。明聖者，述作之謂也。樂者，天地之和也。禮者，天地之序也。和故百物皆化，序故羣物皆別。樂由天作，禮以地制。過制則亂，過作則暴。明於天地，然後能興禮樂也。

論倫無患，樂之情也。欣喜歡愛，樂之官也。中正無邪，禮之質也。莊敬恭順，禮之制也。若夫禮樂之施於金石，越於聲音，用於宗廟社稷，事乎山川鬼神，則此所與民同也。

王者功成作樂，治定制禮，其功大者其樂備，其治辯者其禮具。干戚之舞，非備樂也。孰亨而祀，非達禮也。五帝殊時，不相沿樂。三王異世，不相襲禮。樂極則憂，禮粗則偏矣。及夫敦樂而無憂，禮備而不偏者，其唯大聖乎！

天高地下，萬物散殊，而禮制行矣。流而不息，合同而化，而樂興焉。春作夏長，仁也。秋斂冬藏，義也。仁近於樂，義近於禮。樂者敦和，率神而從天。禮者別宜，居鬼而從地。故聖人作樂以應天，制禮以配地。禮樂明備，天地官矣。

天尊地卑，君臣定矣。卑高以陳，貴賤位矣。動靜有常，小大殊矣。方以類聚，物以羣分，則性命不同矣。在天成象，在地成形。如此，則禮者，天地之別也。地氣上齊，天氣下降，陰陽相摩，天地相蕩，鼓之以雷霆，奮之以風雨，動之以四時，煖之以日月，而百化興焉。如此，則樂者，天地之和也。

化不時則不生，男女無辨則亂升，天地之情也。及夫禮樂之極乎天而蟠乎地，行乎陰陽而通乎鬼神，窮高極遠而測深厚。樂著大始，而禮居成物。著不息者，天也。著不動者，地也。一動一靜者，天地之間也。故聖人曰禮樂云。

**《莊子・養生主》**　吾生也有涯，而知也無涯。以有涯隨無涯，殆已！已而爲知者，殆而已矣。爲善無近名，爲惡無近刑。緣督以爲經，可以保身，可以全生，可以養親，可以盡年。

庖丁爲文惠君解牛，手之所觸，肩之所倚，足之所履，膝之所踦，砉然嚮然，奏刀騞然，莫不中音。合於《桑林》之舞，乃中《經首》之會。文惠君曰：譆！善哉！技蓋至此乎？庖丁釋刀對曰：臣之所好者道也，進乎技矣。始臣之解牛之時，所見無非牛者。三年之後，未嘗見全牛也。方今之時，臣以神遇，而不以目視，官知止而神欲行。依乎天理，批大郤，道大窾，因其固然。技經肯綮之未嘗，而況大軱乎！良庖歲更刀，割也；族庖月更刀，折也。今臣之刀十九年矣，所解數千牛矣，而刀刃若新發於硎。彼節者有間，而刀刃者無厚，以無厚入有間，恢恢乎其於遊刃必有餘地矣，是以十九年而刀刃若新發於硎。雖然，每至於族，吾見其難爲，怵然爲戒，視爲止，行爲遲。動刀甚微，謋然已解，如土委地。提刀而立，爲之四顧，爲之躊躇滿志，善刀而藏之。文惠君曰：善哉！吾聞庖丁之言，得養生焉。

公文軒見右師而驚曰：是何人也？惡乎介也？天與，其人與？曰：天也，非人也。天之生是使獨也，人之貌有與也。以是知其天也，非人也。

澤雉十步一啄，百步一飲，不蘄畜乎樊中。神雖王，不善也。

老聃死，秦失弔之，三號而出。弟子曰：非夫子之友邪？曰：然。然則弔焉若此，可乎？曰：然始也，吾以爲其人也，而今非也。向吾入而弔焉，有老者哭之，如哭其子；少者哭之，如哭其母。彼其所以會之，必有不蘄言而言，不蘄哭而哭者。是遁天倍情，忘其所受，古者謂之遁天之刑。適來，夫子時也；適去，夫子順也。安時而處順，哀樂不能入也，古者謂是帝之縣解。

指窮於爲薪，火傳也，不知其盡也。

**《莊子・達生》**　達生之情者，不務生之所無以爲；達命之情者，不務知之所無奈何。養形必先之以物，物有餘而形不養者有之矣；有生必先無離形，形不離而生亡者有之矣。生之來不能卻，其去不能止。悲夫！世之人以爲養形足以存生，而養形果不足以存生，則世奚足爲哉！雖不足爲而不可不爲者，其爲不免矣。

夫欲免爲形者，莫如棄世。棄世則無累，無累則正平，正平則與彼更生，更生則幾矣。事奚足棄而生奚足遺？棄事則形不勞，遺生則精不虧。夫形全精復，與天爲一。天地者，萬物之父母也，合則成體，散則成始。形精不

虧，是謂能移；精而又精，反以相天。

子列子問關尹曰：至人潛行不窒，蹈火不熱，行乎萬物之上而不慄。請問何以至於此？關尹曰：是純氣之守也，非知巧果敢之列。居，予語女。凡有貌象聲色者，皆物也，物何以相遠？夫奚足以至乎先？是色而已。則物之造乎不形，而止乎無所化，夫得是而窮之者，物焉得而止焉！彼將處乎不淫之度，而藏乎無端之紀，遊乎萬物之所終始，壹其性，養其氣，合其德，以通乎物之所造。夫若是者，其天守全，其神無卻，物奚自入焉！夫醉者之墜車，雖疾不死。骨節與人同，而犯害與人異，其神全也，乘亦不知也，墜亦不知也，死生驚懼不入乎其胸中，是故遌物而不慴。彼得全於酒而猶若是，而況得全於天乎！聖人藏於天，故莫之能傷也。復讎者不折鎮、干，雖有忮心者不怨飄瓦，是以天下平均。故無攻戰之亂，無殺戮之刑者，由此道也。不開人之天，而開天之天，開天者德生，開人者賊生。不厭其天，不忽於人，民幾乎以其真。仲尼適楚，出於林中，見痀僂者承蜩，猶掇之也。仲尼曰：子巧乎？有道邪？曰：我有道也。五六月累丸二而不墜，則失者錙銖；累三而不墜，則失者十一；累五而不墜，猶掇之也。吾處身也若厥株拘，吾執臂也若槁木之枝，雖天地之大，萬物之多，而唯蜩翼之知。吾不反不側，不以萬物易蜩之翼，何爲而不得！孔子顧謂弟子曰：用志不分，乃凝於神，其痀僂丈人之謂乎！

顏淵問仲尼曰：吾嘗濟乎觴深之淵，津人操舟若神。吾問焉，曰：操舟可學邪？曰：可。善游者數能。若乃夫沒人，則未嘗見舟而便操之也。吾問焉而不吾告，敢問何謂也？仲尼曰：善游者數能，忘水也。若乃夫沒人之未嘗見舟而便操之也，彼視淵若陵，視舟之覆猶其車卻也。覆卻萬方陳乎前而不得入其舍，惡往而不暇！以瓦注者巧，以鉤注者憚，以黃金注者殙。其巧一也，而有所矜，則重外也。凡外重者內拙。

田開之見周威公。威公曰：吾聞祝腎學生。吾子與祝賢游，亦何聞焉？田開之曰：開之操拔篲以侍門庭，亦何聞於夫子！威公曰：田子無讓，寡人願聞之。開之曰：聞之夫子曰：善養生者，若牧羊然，視其後者而鞭之。威公曰：何謂也？田開之曰：魯有單豹者，巖居而水飲，不與民共利，行年七十而猶有嬰兒之色，不幸遇餓虎，餓虎殺而食之。有張毅者，高門懸薄，無不走也，行年四十而有內熱之病以死。豹養其內而虎食其外，毅養其外而病攻其內，此二子者，皆不鞭其後者也。

仲尼曰：無入而藏，無出而陽，柴立其中央。三者若得，其名必極。夫畏塗者，十殺一人，則父子兄弟相戒也，必盛卒徒而後敢出焉，不亦知乎！人之所取畏者，衽席之上，飲食之間，而不知爲之戒者，過也。

祝宗人玄端以臨牢筴，說鼃曰：汝奚惡死？吾將三月豢汝，十日戒，三日齊，藉白茅，加汝肩尻乎彫俎之上，則汝爲之乎？爲鼃謀，曰不如食以糠糟，而錯之牢筴之中。自爲謀，則苟生有軒冕之尊，死得於滕、楯之上，聚僂之中，則爲之。爲鼃謀則去之，自爲謀則取之，所異鼃者何也？

桓公田於澤，管仲御，見鬼焉。公撫管仲之手曰：仲父何見？對曰：臣無所見。公反，誒詒爲病，數日不出。齊士有皇子告敖者曰：公則自傷，鬼惡能傷公！夫忿滀之氣，散而不反，則爲不足；上而不下，則使人善怒；下而不上，則使人善忘；不上不下，中身當心，則爲病。桓公曰：然則有鬼乎？曰：有。沈有履，竈有髻。戶內之煩壤，雷霆處之；東北方之下者，倍阿、鮭螾躍之；西北方之下者，則決陽處之。水有罔象，丘有峳，山有夔，野有彷徨，澤有委蛇。公曰：請問委蛇之狀何如？皇子曰：委蛇，其大如轂，其長如轅，紫衣而朱冠。其爲物也惡，聞雷車之聲，則捧其首而立。見之者殆乎霸。桓公瞿然而笑曰：此寡人之所見者也。於是正衣冠與之坐，不終日而不知病之去也。

紀渻子爲王養鬥雞。十日而問：雞已乎？曰：未也。方虛憍而恃氣。十日又問。曰：未也。猶應嚮景。十日又問。曰：未也。猶疾視而盛氣。十日又問。曰：幾矣。雞雖有鳴者，已無變矣，望之似木雞矣，其德全矣，異雞無敢應者，反走矣。

孔子觀於呂梁，縣水三十仞，流沫四十里，黿鼉魚鼈之所不能游也。見一丈夫游之，以爲有苦而欲死也，使弟子並流而拯之。數百步而出，被髮行歌而游於塘下。孔子從而問焉，曰：吾以子爲鬼，察子則人也。請問蹈水有道乎？曰：亡，吾無道，吾始乎故，長乎性，成乎命。與齊俱入，與汩偕出，從水之道而不爲私焉。此吾所以蹈之也。孔子曰：何謂始乎故，長乎性，成乎命？曰：吾生於陵而安於陵，故也；長於水而安於水，性也；不知吾所以然而然，命也。

梓慶削木爲鐻，鐻成，見者驚猶鬼神。魯侯見而問焉，曰：子何術以爲

焉？對曰：臣工人，何術之有！雖然，有一焉。臣將爲鏤，未嘗敢以耗氣也，必齊以靜心。齊三日，而不敢懷慶賞爵祿；齊五日，不敢懷非譽巧拙；齊七日，輒然忘吾有四枝形體也。當是時也，無公朝，其巧專而外骨消；然後入山林，觀天性；形軀至矣，然後成見鏤，然後加手焉；不然則已。則以天合天，器之所以疑神者，其是與？

東野稷以御見莊公，進退中繩，左右旋中規。莊公以爲文弗過也，使之鉤百而反。顏闔遇之，入見曰：稷之馬將敗。公密而不應。少焉，果敗而反。公曰：子何以知之？曰：其馬力竭矣，而猶求焉，故曰敗。

工倕旋而蓋規矩，指與物化，而不以心稽，故其靈臺一而不桎。忘足，履之適也；忘要，帶之適也；知忘是非，心之適也；不內變，不外從，事會之適也。始乎適而未嘗不適者，忘適之適也。

有孫休者，踵門而詫子扁慶子曰：休居鄉不見謂不修，臨難不見謂不勇，然而田原不遇歲，事君不遇世，賓於鄉里，逐於州部，則胡罪乎天哉？休惡遇此命也？扁子曰：子獨不聞夫至人之自行邪？忘其肝膽，遺其耳目，芒然彷徨乎塵垢之外，逍遙乎無事之業，是謂爲而不恃，長而不宰。今汝飾知以驚愚，修身以明汙，昭昭乎若揭日月而行也。汝得全而形軀，具而九竅，無中道夭於聾盲跛蹇而比於人數，亦幸矣，又何暇乎天之怨哉！子往矣！

孫子出。扁子入坐，有間，仰天而歎。弟子問曰：先生何爲歎乎？扁子曰：向者休來，吾告之以至人之德，吾恐其驚而遂至於惑也。弟子曰：不然。孫子之所言是邪，先生之所言非邪，非固不能惑是。孫子所言非邪，先生所言是邪，彼固惑而來矣，又奚罪焉？

扁子曰：不然。昔者有鳥止於魯郊，魯君說之，爲具太牢以饗之，奏九韶以樂之，鳥乃始憂悲眩視，不敢飲食。此之謂以己養養鳥也。若夫以鳥養養鳥者，宜棲之深林，浮之江湖，食之以委蛇，則平陸而已矣。今休，款啟寡聞之民也，吾告以至人之德，譬之若載鼷以車馬，樂鴳以鐘鼓也。彼又奚能無驚乎哉？

**《荀子・修身》**　見善，脩然必以自存也；見不善，愀然必以自省也；善在身，介然必以自好也；不善在身也，菑然必以自惡也。故非我而當者，吾師也；是我而當者，吾友也；諂諛我者，吾賊也。故君子隆師而親友，以致惡其賊。好善無厭，受諫而能誡，雖欲無進，得乎哉？小人反是，致亂而惡人之非己也；致不肖而欲人之賢己也；心如虎狼，行如禽獸，而又怨人之賊己也。諂諛者親，諫諍者疏，修正爲笑，至忠爲賊，雖欲無滅亡，得乎哉？詩曰：潏潏訿訿，亦孔之哀。謀之其臧，則具是違；謀之不臧，則具是依。此之謂也。

扁善之度，以治氣養生，則後彭祖；以修身自名，則配堯禹。宜於時通，利以處窮，禮信是也。凡用血氣、志意、知慮，由禮則治通，不由禮則勃亂提僈，食飲、衣服、居處、動靜，由禮則和節，不由禮則觸陷生疾；容貌、態度、進退、趨行，由禮則雅，不由禮則夷固辟違，庸眾而野。故人無禮則不生，事無禮則不成，國家無禮則不寧。《詩》曰：禮儀卒度，笑語卒獲。此之謂也。

以善先人者謂之教，以善和人者謂之順；以不善先人者謂之諂，以不善和人者謂之諛。是是、非非謂之知，非是、是非謂之愚。傷良曰讒，害良曰賊。是謂是，非謂非曰直。竊貨曰盜，匿行曰詐，易言曰誕，趣舍無定謂之無常，保利弃義謂之至賊。多聞曰博，少聞曰淺。多見曰閑，少見曰陋。難進曰偍，易忘曰漏。少而理曰治，多而亂曰耗。

治氣養心之術，血氣剛彊，則柔之以調和；知慮漸深，則一之以易良；勇膽猛戾，則輔之以道順；齊給便利，則節之以動止；狹隘褊小，則廓之以廣大；卑濕重遲貪利，則抗之以高志；庸眾駑散，則劫之以師友；怠慢僄棄，則炤之以禍災；愚款端慤，則合之以禮樂，通之以思索。凡治氣養心之術，莫徑由禮，莫要得師，莫神一好。夫是之謂治氣養心之術也。

志意脩則驕富貴矣，道義重則輕王公矣。內省則外物輕矣。傳曰：君子役物，小人役於物。此之謂也。身勞而心安，爲之；利少而義多，爲之；事亂君而通，不如事窮君而順焉。故良農不爲水旱不耕，良賈不爲折閱不市，士君子不爲貧窮怠乎道。

體恭敬而心忠信，術禮義而情愛人，橫行天下，雖困四夷，人莫不貴；勞苦之事則爭先，饒樂之事則能讓，端慤誠信，拘守而詳，橫行天下，雖困四夷，人莫不任。體倨固而心執詐，術順墨而精雜汙，橫行天下，雖達四方，人莫不賤；勞苦之事則偷儒轉脫，饒樂之事則佞兌而不曲，辟違而不愨，程役而不錄，橫行天下，雖達四方，人莫不棄。行而供冀，非潰淖也；行而俯項，

非擊戾也；偶視而先俯，非恐懼也。然夫士欲獨修其身，不以得罪於比俗之人也。

夫驥一日而千里，駑馬十駕，則亦及之矣。將以窮無窮，逐無極與？其折骨絕筋終身不可以相及也；將有所止之，則千里雖遠，亦或遲或速，或先或後，胡爲乎其不可以相及也？不識步道者將以窮無窮，逐無極與？意亦有所止之與？夫堅白、同異、有厚無厚之察，非不察也，然而君子不辨，止之也；倚魁之行，非不難也，然而君子不行，止之也；故學曰遲，彼止而待我，我行而就之，則亦或遲或速，或先或後，胡爲乎其不可以同至也？故蹎步不休，跛鱉千里；累土不輟，丘山崇成；厭其源，開其瀆，江河可竭；一進一退，一左一右，六驥不致。彼人之才性之相懸也，豈若跛鱉之與六驥足哉？然而跛鱉致之，六驥不致，是無他故焉，或爲之或不爲之耳。

道雖邇，不行不至；事雖小，不爲不成。其爲人也，多暇日者，其出入不遠矣。好法而行，士也；篤志而體，君子也；齊明而不竭，聖人也。人無法則倀倀然，有法而無志其義則渠渠然，依乎法而又深其類，然後溫溫然。

禮者，所以正身也；師者，所以正禮也。無禮，何以正身？無師，吾安知禮之爲是也？禮然而然，則是情安禮也；師云而云，則是知若師也。情安禮，知若師，則是聖人也。故非禮，是無法也；非師，是無師也。不是師法，而好自用，譬之是猶以盲辨色，以聾辨聲也，舍亂安無爲也。故學也者，禮法也；夫師以身爲正儀，而貴自安者也。《詩》曰：不識不知，順帝之則。此之謂也。

端愨順弟，則可謂善少者矣；加好學遜敏焉，則有鈞無上，可以爲君子者矣。偷儒憚事，無廉恥而嗜乎飲食，則可謂惡少者矣；加惕悍而不順，險賊而不弟焉，則可謂不詳少者矣，雖陷刑戮可也。老老，而壯者歸焉；不窮窮，而通者積焉；行乎冥冥，施乎無報，而賢不肖一焉。人有此三行，雖有大過，天其不遂乎！

君子之求利也略，其遠思也早，其避辱也懼，其行道理也勇。君子貧窮而志廣，富貴而體恭，安燕而血氣不惰，勞勌而容貌不枯，怒不過奪，喜不過予。君子貧窮而志廣，隆仁也；富貴而體恭，殺勢也；安燕而血氣不惰，柬理也；勞勌而容貌不枯，好交也；怒不過奪，喜不過予，法勝私也。《書》曰：無有作好，遵王之道；無有作惡，遵王之路。此言君子之能以公義勝私欲也。

**《呂氏春秋・大樂》** 二曰：音樂之所由來者遠矣。生於度量，本於太一。太一出兩儀，兩儀出陰陽。陰陽變化，一上一下，合而成章。渾渾沌沌，離則復合，合則復離，是謂天常。天地車輪，終則復始，極則復反，莫不咸當。日月星辰，或疾或徐，日月不同，以盡其行。四時代興，或暑或寒，或短或長，或柔或剛。萬物所出，造於太一，化於陰陽。萌芽始震，凝溼以形。形體有處，莫不有聲。聲出於和，和出於適。和適先王定樂，由此而生。天下太平，萬物安寧。皆化其上，樂乃可成，成樂有具，必節嗜慾。慾不辟，樂乃可務，務樂有術，必由平出。平出於公，公出於道。故惟得道之人，其可與言樂乎！亾國戮民，非無樂也，其樂不樂。溺者非不笑也，罪人非不歌也，狂者非不武也，亂世之樂有似於此。君臣失位，父子失處，夫婦失宜，民人呻吟，其以爲樂也，若之何哉？凡樂天地之和，陰陽之調也。始生人者，天也，人無事焉。天使人有欲，人弗得不求；天使人有惡，人弗得不辟。欲與惡所受於天也，人不得興焉，不可變，不可易。世之學者，有非樂者矣，安由出哉？大樂君臣、父子、長少之所歡欣而說也。歡欣生於平，平生於道，道也者，視之不見，聽之不聞，不可爲狀。有知不見之見，不聞之聞，無狀之狀者，則幾於知之矣。道也者，至精也，不可爲形，不可爲名，彊爲之謂之太一。故一也者制令，兩也者從聽。先聖擇兩法一，是以知萬物之情。故能以一聽政者，樂君臣，和遠近，說黔首，合宗親。能以一治其身者，免於災，終其壽，全其天；能以一治其國者，姦邪去，賢者至，成大化；能以一治天下者，寒暑適，風雨時，爲聖人。故知一則明，明兩則狂。

**《呂氏春秋・明理》** 五曰：五帝三王之於樂盡之矣。亂國之主未嘗知樂者，是常主也。夫有天賞得爲主，而未嘗得主之實，此之謂大悲。是正坐於夕室也，其所謂正乃不正矣。凡生非一氣之化也，長非一物之任也，成非一形之功也。故衆正之所積，其福無不及也；衆邪之所積，其禍無不逮也。其風雨則不適，其甘雨則不降，其霜雪則不時，寒暑則不當，陰陽失次，四時易節，人民淫燥不固，禽獸胎消不殖，草木庳小不滋，五穀萎敗不成。其以爲樂也，若之何哉？故至亂之化，君臣相賊，長少相殺，父子相忍，弟兄相誣，知交相倒，夫妻相冒，日以相危，失人之紀。心若禽獸，畏邪苟利，不知義理。其雲狀有若犬、若馬、若白鵠、若衆車，有其狀若人，蒼衣赤首，不動其名曰：

天衡。有其狀若懸旍而赤，其名曰雲旍；有其狀若衆馬以鬬，其名曰滑馬。有其狀若衆植華以長，黃上白下，其名蚩尤之旗。其日有鬬蝕，有倍僪，有暈珥，有不光，有不及景。有衆日竝出，有晝盲，有霄見。其月有薄蝕，有暉珥，有偏盲，有四月竝出，有二月竝見，有小月承大月，有大月承小月，有月蝕星，有出而無光。其星有熒惑，有彗星，有天棓，有天欃，有天竹，有天英，有天干，有賊星，有鬬星，有賓星。其氣有上不屬天，下不屬地，有豐上殺下，有若水之波，有若山之楫。春則黃，夏則黑，秋則蒼，冬則赤，其妖孽有生如帶，有鬼投其陴，有菟生雉，雉亦生鴳，有螟集其國，其音匈匈，國有游蛇西東，馬牛乃言，犬彘乃連，有狼入於國，有人自天降，市有舞鴟，國有行飛，馬有生角，雄雞五足，有豕生而彌，雞卵多毈，有社遷處，豕生狗，國有此物，其主不知驚惶亟革，上帝降禍，凶災必亟。其殘亡死喪，殄絕無類，流散循饑無日矣。此皆亂國之所生也，不能勝數，盡荊越之竹，猶不能書。故子華子曰：夫亂世之民，長短頡許百疾，民多疾病，道多褓繦，盲禿傴尪，萬怪皆生。故亂世之主，烏聞至樂？不聞至樂，其樂不樂。

**《呂氏春秋・審己》** 凡物之然也，必有故。而不知其故，雖當與不知同，其卒必困。先王、名士、達師之所以過俗者，以其知也。水出於山而走於海，水非惡山而欲海也，高下使之然也。稼生於野而藏於倉，稼非有欲也，人皆以之也。故子路揜雉而復釋之。子列子常射中矣，請之於關尹子。關尹子曰：知子之所以中乎？答曰：弗知也。關尹子曰：未可。退而習之三年，又請。關尹子曰：子知子之所以中乎？子列子曰：知之矣。關尹子曰：可矣，守而勿失。非獨射也，國之存也，國之亡也，身之賢也，身之不肖也，亦皆有以。聖人不察存亡賢不肖，而察其所以也。齊攻魯，求岑鼎。魯君載他鼎以往。齊侯弗信而反之，爲非，使人告魯侯曰：柳下季以爲是，請因受之。魯君請於柳下季。柳下季答曰：君之賂以欲岑鼎也，以免國也。臣亦有國於此，破臣之國以免君之國，此臣之所難也。於是魯君乃以真岑鼎往也。且柳下季可謂此能說矣，非獨存己之國也，又能存魯君之國。齊湣王亡居於衛，晝日步足，謂公玉丹曰：我已亡矣，而不知其故。吾所以亡者，果何故哉？我當已。公玉丹答曰：臣以王爲己知之矣，王故尚未之知邪？王之所以亡也者，以賢也。天下之王皆不肖，而惡王之賢也，因相與合兵而攻王，此王之所以亡也。湣王慨焉太息曰：賢固若是其苦邪？此亦不知其所以也。此公玉丹之所以過也。越王授有子四人。越王之弟曰豫，欲盡殺之，而爲之後。惡其三人而殺之矣，國人不說，大非上。又惡其一人而欲殺之，越王未之聽。其子恐必死，因國人之欲逐豫，圍王宮。越王太息曰：余不聽豫之言，以罹此難也。亦不知所以亡也。

**《呂氏春秋・本生》** 始生之者，天地；養成之者，人也。能養天之所生而勿攖之，謂天子。天子之動也，以全天爲故者也。此官之所自立也。立官者，以全生也。今世之惑主，多官而反以害生，則失所爲立之矣。譬之若修兵者，以備寇也，今修兵而反以自攻，則亦失所爲修之矣。夫水之性清，土者扣之，故不得清。人之性壽，物者扣之，故不得壽。物也者，所以養性也，非所以性養也。今世之人，惑者多以性養物，則不知輕重也。不知輕重，則重者爲輕，輕者爲重矣。若此，則每動無不敗，以此爲君悖，以此爲臣亂，以此爲子狂。三者國有一焉，無幸必亡。今有聲於此，耳聽之必慊，已聽之則使人聾，必弗聽。有色於此，目視之必慊，已視之則使人盲，必弗視。有味於此，口食之必慊，已食之則使人瘖，必弗食。是故聖人之於聲色滋味也，利於性則取之，害於性則舍之，此全性之道也。世之貴富者，其於聲色滋味也多惑者，日夜求，幸而得之則遁焉。遁焉，性惡得不傷？萬人操弓，共射其一招，招無不中。萬物章章，以害一生，生無不傷，以便一生，生無不長。故聖人之制萬物也，以全其天也。天全，則神和矣，目明矣，耳聰矣，鼻臭矣，口敏矣，三百六十節皆通利矣。若此人者，不言而信，不謀而當，不慮而得；精通乎天地，神覆乎宇宙。其於物無不受也，無不裹也，若天地然。上爲天子而不驕，下爲匹夫而不惛，此之謂全德之人。貴富而不知道，適足以爲患，不如貧賤。貧賤之致物也難，雖欲過之，奚由？出則以車，入則以輦，務以自佚，命之曰招蹶之機。肥肉厚酒，務以相強，命之曰爛腸之食。靡曼皓齒，鄭衛之音，務以自樂，命之曰伐性之斧。三患者，貴富之所致也。故古之人有不肯貴富者矣，由重生故也，非夸以名也，爲其實也。則此論之不可不察也。

**《呂氏春秋・重己》** 倕，至巧也。人不愛倕之指，而愛己之指，有之利故也。人不愛崐山之玉，江漢之珠，而愛己之一蒼璧小璣，人之利故也。今吾生之爲我有，而利我亦大矣。論其貴賤，爵爲天子，不足以比焉；論其輕重，富有天下，不可以易之；論其安危，一曙失之，終身不復得。此三者，有道者之所慎也。有慎之而反害之者，不達乎性命之情也。不達乎性命之情，

慎之何益？是師者之愛子也，不免乎枕之以糠；是聾者之養嬰兒也，方雷而窺之於堂。有殊弗知慎者。夫弗知慎者，是死生存亡可不可未始有別也。未始有別者，其所謂是未嘗是，其所謂非未嘗非，是其所謂非，非其所謂是，此之謂太惑。若此人者，天之所禍也。以此治身，必死必殃；以此治國，必殘必亡。夫死殃殘亡，非自至也，惑召之也。壽長至常亦然。故有道者，不察所召，而察其召之者，則其至不可禁矣。此論不可不熟。使烏獲疾引牛尾，尾絕力勩，而牛不可行，逆也。使五尺豎子引其棬，而牛恣所以之，順也。世之人主貴人，無賢不肖，莫不欲長生久視，而日逆其生，欲之何益？凡生長也，順之也；使生不順者，欲也。故聖人必先適欲。室大則多陰，臺高則多陽，多陰則蹶，多陽則痿，此陰陽不適之患也。是故先王不處大室，不爲高臺，味不衆珍，衣不燀熱。燀熱則理寒，理寒則氣不達；味衆珍則胃充，胃充則中大鞕；中大鞕則氣不達，以此長生，可得乎？昔先聖王之爲苑囿園池也，足以觀望勞形而已矣；其爲宮室臺榭也，足以辟燥濕而已矣；其爲輿馬衣裘也，足以逸身煖骸而已矣；其爲飲食酏醴也，足以適味充虛而已矣；其爲聲色音樂也，足以安性自娛而已矣。五者，聖王之所以養性也，非好儉而惡費也，節乎性也。

**《呂氏春秋・貴生》** 聖人深慮天下，莫貴於生。夫耳目鼻口，生之役也。耳雖欲聲，目雖欲色，鼻雖欲芬香，口雖欲滋味，害於生則止。在四官者不欲，利於生者則弗爲。由此觀之，耳目鼻口，不得擅行，必有所制。譬之若官職，不得擅爲，必有所制。此貴生之術也。堯以天下讓於子州友父。子州友父對曰：以我爲天子猶可也。雖然，我適有幽憂之病，方將治之，未暇在天下也。天下，重物也，而不以害其生，又況於他物乎？惟不以天下害其生者也，可以託天下。越人三世殺其君，王子搜患之，逃乎丹穴。越國無君，求王子搜而不得，從之丹穴。王子搜不肯出，越人薰之以艾，乘之以王輿。王子搜援綏登車，仰天而呼曰：君乎，獨不可以舍我乎！王子搜非惡爲君也，惡爲君之患也。若王子搜者，可謂不以國傷其生矣，此固越人之所欲得而爲君也。魯君聞顏闔得道之人也，使人以幣先焉。顏闔守閭，鹿布之衣，而自飯牛。魯君之使者至，顏闔自對之。使者曰：此顏闔之家耶？顏闔對曰：此闔之家也。使者致幣，顏闔對曰：恐聽繆而遺使者罪，不若審之。使者還反審之，復來求之，則不得已。故若顏闔者，非惡富貴也，由重生惡之也。世之人主，多以貴富驕得道之人，其不相知，豈不悲哉！故曰：道之真，以持身；其緒餘，以爲國家；其土苴，以治天下。由此觀之，帝王之功，聖人之餘事也，非所以完身養生之道也。今世俗之君子，危身棄生以徇物，彼且奚以此之也？凡聖人之動作也，必察其所以之，與其所以爲。今有人於此，以隨侯之珠，彈千仞之雀，世必笑之，是何也？所用重，所要輕也。夫生豈特隨侯珠之重也哉？子華子曰：全生爲上，虧生次之，死次之，迫生爲下。故所謂尊生者，全生之謂。所謂全生者，六欲皆得其宜也。所謂虧生者，六欲分得其宜也。虧生則於其尊之者薄矣。其虧彌甚者也，其尊彌薄。所謂死者，無有所以知，復其未生也。所謂迫生者，六欲莫得其宜也，皆獲其所甚惡者，服是也，辱是也。辱莫大於不義，故不義，迫生也，而迫生非獨不義也，故曰迫生不若死。奚以知其然也？耳聞所惡，不若無聞；目見所惡，不若無見。故雷則掩耳，電則掩目，此其比也。凡六欲者，皆知其所甚惡，而必不得免，不若無有所以知。無有所以知者，死之謂也，故迫生不若死。嗜肉者，非腐鼠之謂也；嗜酒者，非敗酒之謂也；尊生者，非迫生之謂也。

**《淮南子・俶真訓》** 靜漠恬澹，所以養性也；和愉虛無，所以養德也。外不滑內，則性得其宜；性不動和，則德安其位。養生以經世，抱德以終年，可謂能體道矣。若然者，血脈無鬱滯，五臟無蔚氣，禍福弗能撓滑，非譽弗能塵垢，故能致其極。非有其世，孰能濟焉。有其人不遇其時，身猶不能脫，又況無道乎！且人之情，耳目應感動，心志知憂樂，手足之攢疾蚌，辟寒暑，所以與物接也。蜂蠆螫指而神不能憺；蚊蝱嚙膚而知不能平。夫憂患之來攖人心也，非直蜂蠆之螫毒，而蚊蝱之慘怛也，而欲靜漠虛無，奈之何哉？夫目察秋毫之末，耳不聞雷霆之聲；耳調玉石之聲，目不見泰山之高。何則？小有所志而大有所忘也。今萬物之來擢拔吾性，攄取吾情，有若泉源，雖欲勿稟，其可得邪？今夫樹木者，灌之以潔木，疇以肥壤，一人養之，十人拔之，則必無餘梓。又況與一國同伐之哉！雖欲久生，豈可得乎？今盆水在庭，清之終日，未能見眉睫，濁之不過一撓而不能察方員。人神易濁而難清，猶盆水之類也。況一世而撓滑之，曷得須臾平乎？

**《淮南子・詮言訓》** 古之存己者，樂德而忘賤，故名不動志；樂道而忘貧，故利不動心。名利充天下，不足以槩志。故廉而能樂，靜而能澹，故其

身治者，可與言道矣。自身以上至於荒芒，爾遠矣；自死而天下無窮，爾洎矣。以數雜之壽，憂天下之亂，猶憂河木之少，泣而益之也。龜三千歲，浮游不過三日，以浮游而爲龜憂養生之具，人必笑之矣！故不憂天下之亂而樂其身之治者，可與言道矣！

**《淮南子・精神訓》**　古未有天地之時，惟像無形，窈窈冥冥，芒芠漠閔，涬濛鴻洞，莫知其門。有二神混生，經天營地，孔乎莫知其所終，極滔乎莫知其所止息。於是乃別爲陰陽，離爲八極，剛柔相成，萬物乃形。煩氣爲蟲，精氣爲人。是故精神，天之有也。而骨骸者，地之有也。精神入其門，而骨骸反其根，我尚何存？是故聖人法天順情，不拘於俗，不誘於人，以天爲父，以地爲母，陰陽爲綱，四時爲紀。天靜以清，地定以寧。萬物失之者死，法之者生。

夫靜漠者，神明之宅也。虛無者，道之所居也。是故或求之於外者，失之於內；有守之於內者，失之於外，譬猶本與末也，從本引之，千枝萬葉，莫得不隨也。

夫精神者，所受於天也。而形體者，所稟於地也。故曰：一生二，二生三，三生萬物。萬物背陰而抱陽，沖氣以爲和。故曰：一月而膏，二月而胅，三月而胎，四月而肌，五月而筋，六月而骨，七月而成，八月而動，九月而燥，十月而生，形體以成，五藏乃形。是故肺主目，腎主鼻，膽主口，肝主耳，外爲表而內爲裏，開閉張歙，各有經紀。故頭之圓也象天，足之方也象地。天有四時、五行、九解、三百六十六日；人亦有四支、五藏、九竅、三百六十六節。天有風雨寒暑，人亦有取與喜怒。故膽爲雲，肺爲氣，肝爲風，腎爲雨，脾爲雷，以與天地相參也，而心爲之主。是故耳目者，日月也。血氣者，風雨也。日中有踆烏，而月中有蟾蜍。日月失其行，薄蝕無光。風雨非其時，毀折生災。五星失其行，州國受殃。

夫天地之道，至紘以大，尚猶節其章光，愛其神明；人之耳目，曷能久熏勞而不息乎？精神何能久騁馳而不既乎？是故血氣者，人之華也。而五藏者，人之精也。夫血氣能專於五藏而不外越，則胷腹充而嗜慾省矣。胷腹充而嗜慾省，則耳目清，聽視達矣。耳目清，聽視達，謂之明。五藏能屬於心而無乖，則教志勝而行不僻矣。教志勝而行之不僻，則精神盛而氣不散矣。精神盛而氣不散則理，理則均，均則通，通則神，神則以視無不見，以聽無不聞也，以爲無不成也。是故憂患不能入也，而邪氣不能襲。故事有求之於四海之外而不能遇，或守之於形骸之內而不見也。故所求多者，所得少；所見大者，所知小。

夫孔竅者，精神之戶牖也；而氣志者，五藏之使候也。耳目淫於聲色之樂，則五藏搖動而不定矣。五藏搖動而不定，則血氣滔蕩而不休矣。血氣滔蕩而不休，則精神馳騁於外而不守矣。精神馳騁於外而不守，則禍福之至雖如邱山，無由識之矣。使耳目精明玄達而無誘慕，氣志虛靜恬愉而省嗜慾，五藏定寧充盈而不泄，精神內守形骸而不外越，則望於往世之前而視於來事之後，猶未足爲也，豈直禍福之間哉？故曰：其出彌遠者，其知彌少。以言夫精神之不可使外淫也。是故五色亂目，使目不明；五聲譁耳，使耳不聰；五味亂口，使口爽傷；趣舍滑心，使行飛揚。滑，亂也，飛揚不從軌度也。此四者，天下之所養性也，然皆人累也。故曰：嗜慾者，使人之氣越；而好憎者，使人之心勞，弗疾去，則志氣日耗。

夫人之所以不能終其壽命，而中道夭於形戮者，何也？以其生生之厚。夫惟能無以生爲者，則所以脩得生也。夫天地運而相通，萬物總而爲一。能知一，則無一之不知也。不能知一，則無一之能知也。譬吾處於天下也，亦爲一物矣。不識天下之以我備其物，與且惟無我，而物無不備者乎？然則我亦物也，物亦物也，物之與物也，又何以相物也。雖然，其生我也，將以何益？其殺我也，將以何損？夫造化者，既以我爲坯矣，將無所違之矣。吾安知夫刺灸而欲生者之非惑也？又安知夫絞經而求死者之非福也？或者生乃徭役也，而死乃休息也。天下茫茫，孰知之哉？其生我也，不彊求已。其殺我也，不彊求止。欲生而不事，憎死而不辭。賤之而弗憎，貴之而弗喜，隨其天資而安之不極。吾生也有七尺之形，吾死也有一棺之土。吾生之比於有形之類，猶吾死之淪於無形之中也。然則吾生也，物不以益衆；吾死也，土不以加厚。吾又安知所喜憎，利害其間者乎？

夫造化者之攫援物也，譬猶陶人之埏埴也。其取之地而已爲盆盎也。與其未離於地也，無以異其已成器而破碎，漫漶而復歸其故也。與其爲盆盎亦無以異矣。夫臨江之鄉，居人汲水以浸其園，江水弗憎也。苦洿之家，決洿而注之江，洿水弗樂也。是故其在江也，無以異其浸園也。其在洿也，亦無以異其在江也。是故聖人因時以安其位，當世而樂其業。

夫悲樂者，德之邪也。而喜怒者，道之過也。好憎者，心之暴也。故曰：其生也天行，其死也物化，靜則與陰俱閉，動則與陽俱開，精神澹然無極，不與物散，而天下自服。故心者，形之主也。而神者，心之寶也。形勞而不休則蹶，精用而不已則竭。是故聖人貴而尊之，不敢越也。

夫有夏后氏之璜者，匣匱而藏之，寶之至也。夫精神之可寶也，非直夏后氏之璜也。是故聖人以無應有，必究其理。以虛受實，必窮其節。恬愉虛靜，以終其命。是故無所甚疏，而無所甚親；抱德煬和，以順於天；與道爲際，與德爲隣；不爲福始，不爲禍先。魂魄處其宅，而精神守其根，死生無變於己，故曰至神。

所謂真人者，性合於道也，故有而若無，實而若虛；處其一不知其二，治其內不識其外。明白太素無爲，復樸體本；抱神以游於天地之樊，芒然仿佯於塵垢之外，而消搖於無事之業。浩浩蕩蕩乎，機械之巧，弗載於心。是故死生亦大矣，而不爲變，雖天地覆育，亦不與之抮抱矣。審乎無瑕，而不與物糅；見事之亂，而能守其宗。若然者，正肝膽，遺耳目，心志專於內，通達耦於一。居不知所爲，行不知所之。渾然而往，逯然而來。形若槁木，心若死灰委曲之隅，而游敖於無形埒之野。居而無容，處而無所。其動無形，其靜無體。存而若亡，生而若死。出入無間，役使鬼神。淪於不測，入於無間，以不同形相嬗也。終始若環，莫得其倫。此精神之所以能登假於道也。是故真人之所游，若吹、呴、呼、吸，吐故內新，熊經鳥伸，鳧浴蠖曝，鴟視虎顧，是養形之人也。不以滑心，使神滔蕩而不失其充；日夜無傷，而與物爲春。則是合而生時于心也。且人有戒形，而無損於心；有綴宅，而無耗精。夫癩者趨不變，狂者形不虧，神將有所遠徙，孰暇知其所爲？故形有摩，而神未嘗化者。以不化應化，千變萬抮，而未始有極。化者，復歸於無形也；不化者，與天地俱生也。夫木之死也，青青去之也。夫使木生者，豈木也？猶充形者之非形也。故生生者，未嘗死也；其所生，則死矣。化物者，未嘗化也；其所化，則化矣。輕天下，則神無累矣；細萬物，則心不惑矣；齊死生，則志不懾矣。同變化，則明不眩矣。衆人以爲虛言，吾將舉類而實之。

人之所以樂爲人主者，以其窮耳目之欲，而適躬體之便也。今高臺層榭，人之所麗也，而堯樸桷不斲，素題不枅；珍怪奇味，人之所美也，而堯糲粢之飯，藜藿之羹；文繡狐白，人之所好也，而堯布衣揜形，鹿裘禦寒。養性之具不加厚，而增之以任重之憂，故舉天下而傳之於舜，若解重負，然非直辭讓誠無以爲也。此輕天下之具也。禹南省，方濟於江，黃龍負舟，舟中之人五色無主。禹乃熙笑而稱曰：我受命於天，竭力而勞萬民，生，寄也；死，歸也。何足以滑和？視龍猶蝘蜓，顏色不變。龍乃弭耳掉尾而逃。禹之視物亦細矣。鄭之神巫相壺子林見其徵，告列子，列子行泣報壺子。壺子持以天壤，名實不入，機發於踵，壺子之視死生亦齊矣。子求行年五十有四而病傴僂，脊管高於頂，腸下迫頤，兩髀在上，燭營指天，匍匐自閧於井，曰：偉哉！造化者，其以我爲此拘拘邪？此其視變化亦同矣。故覩堯之道，乃知天下之輕也。觀禹之志，乃知天下之細也。原壺子之論，乃知死生之齊也。見子求之行，乃知變化之同也。

夫至人倚不拔之柱，行不闑之塗，稟不竭之府，學不死之師，無往而不遂，無至而不通。生不足以挂志，死不足以幽神。屈伸俛仰，抱命而婉轉。禍福利害，千變萬紒，孰足以患心？若此人者，抱素守精，蟬蛻蛇解，游於太清，輕舉獨往，忽然入冥。鳳凰不能與之儷，而況斥鷃乎？勢位爵祿，何足以槩志也？

晏子與崔杼盟，臨死地而不易其義；殖華將戰而死莒，君厚賂而止之，不改其行。故晏子可迫以仁，而不可劫以兵。殖華可止以義，而不可縣以利。君子義死，而不可以富貴留也。義爲而不可以死亡恐也，彼則直爲義耳，而尚猶不拘於物，又況無爲者矣。堯不以有天下爲貴，故投舜公子札；不以有國爲尊，故讓位。子罕不以玉爲富，故不受寶。務光不以生害義，故自投於淵。由此觀之，至貴不待爵，至富不待財。天下至大矣，而以與佗；人身至親矣，而棄之淵外。此其餘無足利矣。此之謂無累之人。無累之人不以天下爲貴矣。上觀至人之論，深原道德之意，以下考世俗之行，乃足羞也。故通許由之意，金縢豹韜廢矣。延陵季子不受吳國而訟閒田者，慙矣。子罕不利寶玉，而爭券契者，媿矣。務光不汚於世，而貪利偷生者，悶矣。故不觀大義者，不知生之不足貪也。不聞大言者，不知天下之不足利也。今夫窮鄙之社也，叩盆拊瓾，相和而歌，自以爲樂矣。嘗試爲之擊建鼓，撞巨鐘，乃始仍仍然知其益瓾之足羞也。藏詩書，修文學，而不知至論之旨，則拊盆叩瓾之徙也。

夫以天下爲者，學之建鼓矣。尊勢厚利，人之所貪也。使之左據天下

圇，而右手刎其喉，愚夫不爲。由此觀之，生尊於天下也。聖人食足以接氣，衣足以蓋形，適情不求餘。無天下不虧其性，有天下不羨其和。有天下，無天下，一實也。今贛人敖倉，予人河水，饑而餐之，渴而飲之。其人腹者，不過簞食瓢漿，則身飽而敖倉不爲之減也，腹滿而河水不爲之竭也。有之不加飽，無之不爲之饑，與守其篴笔，有其井一實也。人大怒破陰，大喜墜陽，大憂內崩，大怖生狂。除穢去累，莫若未始；出其宗，乃爲大通。清目而不以視，靜耳而不以聽，鉗口而不以言，委心而不以慮。棄聰明而反太素，休精神而棄知故。覺而若昧，以生而若死。終則反本未生之時，而與化爲一體。死之與生，一體也。

今夫繇者，揭钁臿，負籠土，鹽汗交流，喘息薄喉，當此之時，得茇越下，則脫然而喜矣。巖穴之間，非直越下之休也。病疵瘕者，捧心抑腹，膝上叩頭，踡跼而諦，通夕不寐。當此之時，噲然得臥，則親戚兄弟歡然而喜。夫脩夜之寧，非直一噲之樂也，故知宇宙之大，則不可劫以死生；知養生之和，則不可縣以天下；知未生之樂，則不可畏以死；知許由之貴，於舜則不貪物壩之立，不若其偃也，又況不爲牆乎？冰之凝，不若其釋也，又況不爲冰乎？自無蹠有，自有蹠無，終始無端，莫知其所萌，非通於外內，孰能無好憎。無外之外至大也，無內之內至貴也。能知大貴，何往而不遂？

衰世湊學，不知原心反本。直雕琢其性，矯拂其情，以與世交，故目雖欲之，禁之以度。心雖樂之，節之以禮。趨翔周旋，詘節卑拜。肉凝而不食，酒澄而不飲。外束其形，內總其德。鉗陰陽之和，而迫性命之情，故終身爲悲人。達至道者則不然。理性情，治心術，養以和，持以適。樂道而忘賤，安德而忘貧。性有不欲，無欲而不得。心有不樂，無樂而弗爲。無益情者，不以累德；而便於性者，不以滑和，故縱體肆意，而度制無以爲天下儀。

今夫儒者，不本其所以欲，而禁其所欲；不原其所以樂，而閉其所樂，是猶決江河之源，而障之以手也。夫牧民者，猶畜禽獸也，不塞其囿垣，使有野心繫絆其足，以禁其動，而欲脩生壽終，豈可得乎？夫顏回、季路、子夏、冉伯牛，孔子之通學也。然顏淵夭死，季路菹於衛，子夏失明，冉伯牛爲厲，此皆迫性拂情而不得其和也。故子夏見曾子，一臞一肥，曾子問其故，曰：出見富貴之樂而欲之，入見先王之道又說之。兩者心戰，故臞。先王之道勝，故肥。推此志，非能貪富貴之位，不便侈靡之樂，直宜迫性閉欲，以義自防也。雖情心鬱殪，形性屈竭，猶不得已自強也，故莫能終其天年。若夫至人，量腹而食，度形而衣，容身而游，適情而行，餘天下而不貪，委萬物而不利；處大廓之宇，游無極之野；登太皇，馮太一，玩天地於掌握之中，夫豈爲貧富、肥臞哉？故儒者，非能使人弗欲，而能止之；非能使人勿樂，而能禁之。夫使天下畏刑而不敢盜，豈若能使無有盜心哉？

越人得謝蛇以爲上肴，中國得而棄之無用，故知其無所用。貪者，能辭之，不知其無所用。廉者，不能讓也。夫人主之所以殘亡其國家，損棄其社稷，身死於人手，爲天下笑，未嘗非爲非欲也。夫仇由貪大鍾之賂，而亡其國；虞君利垂棘之璧，而擒其身；獻公豔驪姬之美，而亂四世；桓公甘易牙之和，而不以時葬；胡王淫女樂之娛，而亡上地。使此五君者，適情辭餘，以己爲度，不隨物而動，豈有此大患哉？故射者，非矢不中也；學射者，不治矢也。御者，非轡不行；學御者，不爲轡也。知冬日之箑，夏日之裘，無用於己，則萬物之變爲塵埃矣。故以湯止沸，沸乃不止；誠知其本，則去火而已矣。

**《韓詩外傳・論養身》** 人之所以好富貴安榮爲人所稱譽者，爲身也；惡貧賤危辱爲人所謗毀者，亦爲身也。然身何貴也？莫貴於氣。人得氣則生，失氣則死。其氣非金帛珠玉也，不可求於人也；非繒布五穀也，不可糴買而得也。在吾身耳，不可不慎也。《詩》曰：既明且哲，以保其身。

《傳》曰：居處齊則色姝，食飲齊則氣珍，言語齊則信聽，思齊則成，志齊則盈。五者齊，斯神居之。《詩》曰：既和且平，依我磬聲。

**《揚子法言・修身》** 修身以爲弓，矯思以爲矢，立義以爲的，奠而後發，發必中矣。

人之性也，善惡混。修其善則爲善人，修其惡則爲惡人。氣也者，所以適善惡之馬也與？或曰：孔子之事多矣，不用，則亦勤且憂乎？曰：聖人樂天知命，樂天則不勤，知命則不憂。或問銘。曰：銘哉！銘哉！有意於慎也。聖人之辭，可爲也；使人信之，所不可爲也。是以君子強學而力行。珍其貨而後市，修其身而後交，善其謀而後動，成道也。

君子之所慎：言、禮、書。上交不諂，下交不驕，則可以有爲矣。或曰：君子自守，奚其交？曰：天地交，萬物生；人道交，功勳成，奚其守？好大而不爲，大不大矣；好高而不爲，高不高矣。仰天庭而知天下之

居卑也哉！

公儀子、董仲舒之才之邵也，使見善不明，用心不剛，儔克爾？或問仁、義、禮、智、信之用。曰：仁，宅也；義，路也；禮，服也；知，燭也；信，符也。處宅，由路，正服，明燭，執符，君子不動，動斯得矣。有意哉！孟子曰：夫有意而不至者有矣，未有無意而至者也。或問治己。曰：治己以仲尼。或曰：治己以仲尼，仲尼奚寡也！曰：率馬以驥，不亦可乎？或曰：田圃田者，莠喬喬，思遠人者，心忉忉。曰：日有光，月有明。三年不目日，視必盲；三年不目月，精必矇。熒魂曠枯，糟莘曠沈，擿埴索塗，冥行而已矣。或問：何如斯謂之人？曰：取四重，去四輕，則可謂之人。曰：何謂四重？曰：重言，重行，重貌，重好。言重則有法，行重則有德，貌重則有威，好重則有觀。敢問四輕。曰：言輕則招憂，行輕則招辜，貌輕則招辱，好輕則招淫。禮多儀。或曰：日昃不食肉，肉必乾；日昃不飲酒，酒必酸。賓主百拜而酒三行，不已華乎？曰：實無華則野，華無實則賈，華實副則禮。山雌之肥，其意得乎？或曰：回之簞瓢，臘如之何？曰：明明在上，百官牛羊，亦山雌也；暗暗在上，簞瓢捽茹，亦山雌也，何其臘？千鈞之輕，烏獲力也；簞瓢之樂，顏氏德也。或問：犁牛之騂，與玄騂之騂，有以異乎？曰：同。然則何以不犁也？曰：將致孝乎鬼神，不敢以其犁也，如封羊刺豕，罷賓犒師，惡在犁不犁也？有德者好問聖人。或曰：魯人鮮德，奚其好問仲尼也？曰：魯未能好問仲尼故也。如好問仲尼，則魯作東周矣。或問：人有倚孔子之牆，弦鄭衛之聲，誦韓莊之書，則引諸門乎？曰：在夷貉則引之，倚門牆則麾之。惜乎衣未成而轉裳也。聖人耳不順乎非，口不肆乎善；賢者耳擇口擇；衆人無擇焉。或問衆人。曰：富貴生。賢者曰義。聖人曰神。觀乎賢人，則見衆人；觀乎聖人，則見賢人；觀乎天地，則見聖人。

天下有三好：衆人好己從，賢人好己正，聖人好己師。天下有三檢：衆人用家檢，賢人用國檢，聖人用天下檢。天下有三門：由於情欲，入自禽門；由於禮義，入自人門；由於獨智，入自聖門。

或問：士何如斯可以提身？曰：其爲中也弘深，其爲外也肅括，則可以提身矣！君子微慎厥德，悔吝不至，何元愾之有？上士之耳訓乎德，下士之耳順乎己。

言不慚，行不恥者，孔子憚焉。

**《揚子法言・問道》** 或問道。曰：道也者，通也，無不通也。或曰：可以適它與？曰：適堯、舜、文王者爲正道，非堯、舜、文王者爲它道。君子正而不它。或問道。曰：道若塗，若川，車航混混，不舍晝夜。或曰：焉得直道而由諸？曰：塗雖曲而通諸夏則由諸，川雖曲而通諸海則由諸。或曰：事雖曲而通諸聖則由諸乎？道、德、仁、義、禮，譬諸身乎？夫道以導之，德以得之，仁以人之，義以宜之，禮以體之，天也。合則渾，離則散，一人而兼統四體者，其身全乎！或問德表。曰：莫知作，上作下。請問禮莫知。曰：行禮於彼，而民得於此，奚其知！或曰：孰若無禮而德？曰：禮，體也。人而無禮，焉以爲德？或問天。曰：吾於天與，見無爲之爲矣！或問：雕刻衆形者匪天與？曰：以其不雕刻也。如物刻而雕之，焉得力而給諸？老子之言道德，吾有取焉耳。及搪提仁義，絕滅禮學，吾無取焉耳。

吾焉開明哉？惟聖人爲可以開明，它則苓。大哉聖人，言之至也！開之廓然見四海，閉之閫然不睹牆之裏。

聖人之言似於水火。或問水火。曰：水，測之而益深，窮之而益遠；火，用之而彌明，宿之而彌壯。允治天下，不待禮文與五教，則吾以黃帝、堯、舜爲疣贅。

或曰：太上無法而治，法非所以爲治也。曰：鴻荒之世，聖人惡之，是以法始乎伏犧而成乎堯，匪伏匪堯，禮義哨哨，聖人不取也。或問：八荒之禮，禮也，樂也，孰是？曰：殷之以中國。或曰：孰爲中國？曰：五政之所加，七賦之所養，中於天地者爲中國。過此而往者，人也哉？聖人之治天下也，礙諸以禮樂，無則禽，異則貉。吾見諸子之小禮樂也，不見聖人之小禮樂也。

孰有書不由筆，言不由舌？吾見天常爲帝王之筆、舌也。

智也者，知也。夫智用不用，益不益，則不贅虧矣？深知器械、舟車、宮室之爲，則禮由已。

或問大聲。曰：非雷非霆，隱隱耾耾，久而愈盈，屍諸聖。或問：道有因無因乎？曰：可則因，否則革。

或問無爲。曰：奚爲哉！在昔虞、夏，襲堯之爵，行堯之道，法度彰，

禮樂著，垂拱而視天下民之阜也，無爲矣。紹桀之後，纂紂之餘，法度廢，禮樂虧，安坐而視天下民之死，無爲乎？

或問：太古塗民耳目，惟其見也聞也，見則難蔽，聞則難塞。曰：天之肇降生民，使其目見耳聞，是以視之禮，聽之樂。如視不禮，聽不樂，雖有民，焉得而塗諸。

或問新敝。曰：新則襲之，敝則益損之。或問：太古德懷不禮懷，嬰兒慕，駒犢從，焉以禮？曰：嬰、犢乎！嬰、犢母懷不父懷。母懷，愛也；父懷，敬也。獨母而不父，未若父母之懿也。

狙詐之家曰：狙詐之計，不戰而屈人兵，堯、舜也。曰：不戰而屈人兵，堯舜也；沾項漸襟，堯舜乎。銜玉而賈石者，其狙詐乎？或問：狙詐與亡孰愈？曰：亡愈。或曰：子將六師則誰使？曰：禦得其道，則天下狙詐咸作使；禦失其道，則天下狙詐咸作敵。故有天下者，審其御而已矣！或問：威震諸侯，須於征與狙詐之力也，如其亡？曰：威震諸侯，須於狙詐可也。

未若威震諸侯，而不須狙詐也。或曰：無狙詐，將何以征乎？曰：縱不得不征，不有《司馬法》乎？何必狙詐乎！

申、韓之術，不仁之至矣，若何牛羊之用人也？若牛羊用人，則狐狸、螻螾不膢臘也與？或曰：刀不利，筆不銛，而獨加諸砥，不亦可乎？曰：人砥，則秦尚矣！或曰：刑名非道邪？何自然也？曰：何必刑名，圍棋、擊劍、反目、眩形，亦皆自然也。由其大者作正道，由其小者作姦道。或曰：申、韓之法非法與？曰：法者，謂唐、虞、成周之法也。如申、韓！如申、韓！莊周、申、韓不乖寡聖人而漸諸篇，則顏氏之子、閔氏之孫其如台。

或曰：莊周有取乎？曰：少欲。鄒衍有取乎？曰：自持。至周罔君臣之義，衍無知於天地之間，雖鄰不覿也。

**《揚子法言・問神》** 或問神。曰：心。請問之。曰：潛天而天，潛地而地。天地，神明而不測者也。心之潛也，猶將測之，況於人乎？況於事倫乎？敢問潛心於聖。曰：昔乎，仲尼潛心於文王矣，達之；顏淵亦潛心於仲尼矣，未達一間耳。神在所潛而已矣。天神天明，照知四方。天精天粹，萬物作類。人心，其神矣夫？操則存，舍則亡。能常操而存者，其惟聖人乎？聖人存神索至，成天下之大順，致天下之大利，和同天人之際，使之無間也。

龍蟠於泥，蚿其肆矣。蚿哉，蚿哉！惡睹龍之志也與！或曰：龍必欲飛天乎？曰：時飛則飛，時潛則潛，既飛且潛，食其不妄。形其不可得而制也與？曰：聖人不制，則何爲乎羑裏？曰：龍以不制爲龍，聖人以不手爲聖人。或曰：經可損益歟？曰：《易》始八卦，而文王六十四，其益可知也。

《詩》《書》《禮》《春秋》，或因或作而成於仲尼，其益可知也。故夫道非天然，應時而造者，損益可知也。或曰：《易》損其一也，雖惫知闕焉。至《書》之不備過半矣，而習者不知，惜乎《書》序之不如《易》也。曰：彼數也，可數焉故也。如《書》序，雖孔子亦未如之何矣。昔之說《書》者，序以百，而《酒誥》之篇俄空焉。今亡夫！虞、夏之書渾渾爾，《商書》灝灝爾，《周書》噩噩爾。下周者，其書譙乎！或問：聖人之經不可使易知與？曰：不可。天俄而可度，則其覆物也淺矣。地俄而可測，則其載物也薄矣。大哉，天地之爲萬物郭，五經之爲衆說郛。或問：聖人之作事，不能昭若日月乎？何後世之眥眥也！曰：瞽矇能默，瞽矇不能齊不齊之耳，狄牙能喊，狄牙不能齊不齊之口。君子之言，幽必有驗乎明；遠必有驗乎近，大必有驗乎小，微必有驗乎著，無驗而言之謂妄。君子妄乎？不妄。言不能達其心，書不能達其言，難矣哉。惟聖人得言之解，得書之體。白日以照之，江河以滌之，灝灝乎其莫之禦也。面相之，辭相適，捨中心之所欲，通諸人之嘘嘘者，奠如言。彌綸天下之事，記久明遠，著古昔之嗢嗢，傳千里之恣恣者，莫如書。故言，心聲也。書，心畫也。聲畫形，君子小人見矣！聲畫者，君子小人之所以動情乎！聖人之辭，渾渾若川。順則便，逆則否者，其惟川乎？或曰：仲尼聖者與？何不能居世也，曾範、蔡之不若！曰：聖人者范、蔡乎？若范、蔡，其如聖何？或曰：淮南、太史公者，其多知與？何其雜也。曰：雜乎雜，人病以多知爲雜。惟聖人爲不雜。書不經，非書也。言不經，非言也。言、書不經，多多贅矣！或曰：述而不作，《玄》何以作？曰：其事則述，其書則作。育而不苗者，吾家之童烏乎？九齡而與我《玄》文。

或曰：《玄》何爲？曰：爲仁義。曰：孰不爲仁？孰不爲義？曰：勿雜也而已矣。或問：經之艱易。曰：存亡。或人不諭。曰：其

人存則易，亡則艱。

延陵季子之於樂也，其庶矣乎！如樂弛，雖札末如之何矣。如周之禮樂，庶事之備也，每可以爲不難矣。如秦之禮樂，庶事不備也，每可以爲難矣。衣而不裳，未知其可也；裳而不衣，未知其可也。衣裳其順矣乎？或問文。曰：訓。問武。曰：克。未達。曰：事得其序之謂訓，勝己之私之謂克。爲之而行，動之而光者，其德乎？或曰：知德者鮮，何其光？曰：我知，爲之；不我知，亦爲之，厥光大矣。必我知而爲之，光亦小矣。或曰：君子病沒世而無名，盍勢諸名卿，可幾也。曰：君子德名爲幾。

梁、齊、趙、楚之君，非不富且貴也，惡乎成名？谷口鄭子真，不屈其志，而耕乎巖石之下，名震於京師，豈其卿！豈其卿！或問人。曰：艱知也。曰：焉難？曰：太山之與蟻垤，江河之與行潦，非難也。大聖之與大佞，難也。烏呼！能別似者爲無難。或問：鄒、莊有取乎？曰：德則取，愆則否。何謂德、愆？曰：言天、地、人經，德也；否，愆也。愆語，君子不出諸口。

**《揚子法言・問明》** 或問明。曰：微。或曰：微何如其明也？曰：微而見之，明其悖乎！聰明其至矣乎？不聰，實無耳也；不明，實無目也。敢問大聰明。曰：眩眩乎，惟天爲聰，惟天爲明。夫能高其目而下其耳者，匪天也夫？或問：小每知之，可謂師乎？曰：是何師與？是何師與？天下小事爲不少矣，每知之，是謂師乎？師之貴也，知大知也。小知之師亦賤矣。孟子疾過我門而不入我室。或曰：亦有疾乎？曰：撩我華而不食我實。或謂仲尼事彌其年，蓋天勞諸，病矣夫？曰：天非獨勞仲尼，亦自勞也。天病乎哉？天樂天，聖樂聖。或問：鳥有鳳，獸有麟，鳥、獸皆可鳳、麟乎？曰：群鳥之於鳳也，群獸之於麟也，形性。豈群人之於聖乎？或曰：甚矣！聖道無益於庸也。聖讀而庸行，盍去諸？曰：甚矣！子之不達也。聖讀而庸行，猶有聞焉。去之，抗也。抗秦者，非斯乎？投諸火。或問：人何尚？曰：尚智。曰：多以智殺身者，何其尚？曰：昔乎皋陶以其智爲帝謨，殺身者遠矣！箕子以其智爲武王陳《洪範》，殺身者遠矣！仲尼，聖人也，或者劣諸子貢，子貢辭而精之，然後廓如也。於戲！觀書者違子貢，雖多亦何以爲？盛哉！成湯丕承也，文王淵懿也。或問丕承。曰：由小致大，不亦丕乎？革夏以天，不亦承乎？淵懿。曰：重《易》六爻，不亦淵乎？浸以光大，不亦懿乎？或問命。曰：命者，天之命也，非人爲也。人爲不爲命。請問人爲。曰：可以存亡，可以死生，非命也。命不可避也。或曰：顏氏之子，冉氏之孫。曰：以其無避也。若立巖牆之下，動而徵病，行而招死，命乎！命乎！吉人凶其吉，凶人吉其凶。

辰乎辰！曷來之遲，去之速也，君子競諸。

譖言敗俗，譖好敗則，姑息敗德。君子謹於言，慎於好，啜於時。吾不見震風之能動聾聵也。

或問君子。在治曰若鳳，在亂曰若鳳。或人不論。曰：未之思矣！曰：治則見，亂則隱。鴻飛冥冥，弋人何篡焉。鷦明遶集，食其潔者矣！鳳鳥蹌蹌，匪堯之庭。亨龍潛升，其貞利乎？或曰：龍何如可以貞利而亨。曰：時未可而潛，不亦貞乎？時可而升，不亦利乎？潛升在己，用之以時，不亦亨乎。或問活身。曰：明哲。或曰：童蒙則活，何乃明哲乎？曰：君子所貴，亦越用明保慎其身也。如庸行翳路，衝衝而活，君子不貴也。楚兩龔之潔，其清矣乎！蜀莊沈冥。蜀莊之才之珍也，不作苟見，不治苟得，久幽而不改其操。雖隋、和何以加諸？舉茲以旃，不亦寶乎？吾珍莊也，居難爲也。不慕由，即夷矣。何毚欲之有？或問：堯將讓天下於許由，由恥。有諸？曰：好大者爲之也。顧由無求於世而已矣！允哲堯僊舜之重，則不輕於由矣。好大累克，巢父洗耳，不亦宜乎？靈場之威，宜夜矣乎！朱鳥翾翾，歸其肆矣。或曰：奚取於朱鳥哉？曰：時來則來，時往則往，能來能往者，朱鳥之謂與？或問：韓非作《說難》之書而卒死乎說難。敢問何反也？曰：說難蓋其所以死乎？曰：何也？曰：君子以禮動，以義止，合則進，否則退，確乎不憂其不合也。夫說人而憂其不合，則亦無所不至矣！或曰：說之不合，非憂邪？曰：說不由道，憂也；由道而不合，非憂也。或問哲。曰：旁明厥思。問行。曰：旁通厥德。

**《新論・清神》** 形者生之器也，心者形之主也，神者心之寶也。故神靜而心和，心和而形全。神躁則心蕩，心蕩則形傷。將全其形，先在理神。故恬和養神則自安於內，清虛棲心則不誘於外。神恬心清則形無累矣，虛室生白，吉祥至矣。人不照於燦金而照於瑩鏡者，以瑩能明也；不鑑於流波而鑑於靜水者，以靜能清也。鏡水以明清之性，故能形物之形。由此觀之，神

照則垢滅，形靜則神清垢滅，則內慾未盡，神清則外累不入。今清歌奏而心樂，悲聲發而心哀，神居體而遇感，推移以此而言之，則情之變動自外至也。夫一哀一樂猶塞正性，況萬物之衆而能拔擢以生心神哉！故萬人彎弧以向一鵠，鵠能無中乎？萬物眩曜以惑一生，生能無傷乎？七竅者精神之戶牖也，志氣者五臟之使候也。耳目之於聲色，鼻口之於芳味，肌體之於安適，其情一也。七竅徇於好惡則精神馳騖而不守，志氣縻於趣舍則五臟滔蕩而不安。嗜慾連綿於外，心腑壅塞於內，蔓衍於荒淫之波，留連於是非之境，而不敗德傷生者，蓋亦寡矣！是以聖人清目而不視，靜耳而不聽，閉口而不言，棄心而不慮，貴身而忘賤。故尊勢不能動，樂道而忘貧；故厚利不能傾，容身而處，適情而遊，一氣浩然，純白於衷；故形不養而性自全，心不勞而道自至也。

**《新論・防慾》** 人之稟氣必有性情，性之所感者情也，情之所安者慾也。情出於性而情違性，慾由於情而慾害情。情之傷性，性之妨情，猶煙冰之與水火也，煙生於火而煙鬱火，冰出於木而冰遏水。故煙微而火盛，冰泮而水通，性貞則情銷，情熾則性滅。是以珠瑩則塵埃不能附，性明則情慾不能染也。故林之性靜，所以動者風搖之也；水之性清，所以濁者土渾之也；人之性貞，所以邪者慾眩之也。身之有慾如樹之有蝎，樹抱蝎則還自蠹，身抱慾而返自害。故蝎盛則木折，慾熾則身亡。將收情慾，先斂五關。五關者，情慾之路，嗜好之府也。目愛綵色，命曰伐性之斤；耳樂淫聲，命曰攻心之鼓；口貪滋味，命曰腐腸之藥；鼻悅芳馨，命曰燻喉之煙；身安輦駟，命曰召蹶之機。此五者，所以養生，亦以傷生耳。目之於聲色，鼻口之於芳味，肌體之於安適，其情一也。然亦以之死，亦以之生。或爲賢智，或爲庸愚，由於處之異也。譬由愚者之養魚鳥也，見天之寒則內魚於溫湯之中，而棲鳥於火林之上。水、木者，所以養魚鳥也，養之失理，必至燋爛。聲色芳味，所以悅人，悅之過理，還以害生。故明者剋情以遣累，約慾以守貞。食足以充虛接氣，衣足以蓋形禦寒。靡麗之華不以滑性，哀樂之感不以亂神。處於止足之泉，立於無害之岸，此全性之道也。夫蜂蠆螫指則窮日煩擾，蚊蚋嚙膚則通宵失寐。蜂蚊小害，指膚外疾。人人山則避蜂蠆，入室則驅蚊蚋，何者？以其害於體也。嗜欲攻心，正性顛倒，嗜慾大害攻心內疾，方於指膚，亦以多也。外疾之害輕於秋毫，人知避之。內疾之害重於太山，而莫之避，是棄輕患而負重害，不亦倒乎？人有牛馬放逸不歸，必知收之，情慾放逸，而不知收之，不亦惑乎！將收情慾，必在危微。情慾之萌，如木之將蘖，火之始熒，手可掣而斷，露可滴而滅，及其熾也，結條陵雲，煽熛章華，雖窮力運斤，竭池灌火，而不能禁其勢盛也。嗜慾之萌，耳目可關而心意可鑰。至於熾也，雖襞情卷慾，而不能收其性敗也。如能寒充於未形，禁慾於危微，雖求悔愧其可得乎！

**《新論・去情》** 情者，是非之主而利害之根，有是必有非，能利亦能害。是非利害存於衷，而彼此還相疑。故無情以接物，在遇而恆通，有情以接人觸應而成礙。由此觀之，則情之所處，物之所疑也。是以謀揚譽人而受譽者不以爲德，身膚強飯而蒙飽者不以爲惠，嬰兒傷人而被傷者不以爲怨，侏儒嘲人而獲嘲者不以爲辱，何者？挾利以爲己，有情於譽、飽，雖蒙惠而非德。無情於傷辱，雖獲毀而無憾。魚不畏網而畏鵜，復讎者不怨鎮鉦而怨其人。網無心而鳥有情，劍無情而人有心也。使信士分財不如投策探鉤，使廉士守藏不如閑局全封，何者？有心之於平，不若無心之不平也，有慾之於廉，不若無慾之不廉也。今人目若驪珠，心如權衡。評人好醜，雖言得其實，彼必嫌怨，及其自照明鏡，摹倒其容，醜狀既露，則內慙而不怨。向之評者與鏡無殊，然而向怨，今之慙者以鏡無情而人有心也。三人居室，二人交爭，必取信於不爭者以辨彼此之得失。夫不爭者未必平，而交爭者未必偏，而信於不爭者，何也？以爭者之心並挾勝情故也。飄瓦擊人，虛舟觸己，雖有忮心而不怒者，以彼無情於擊觸也。是以聖人棄智以全真，遣情以接物，不爲名尸，不爲謀府，混然無際，而俗莫能累矣。

**《新論・韜光》** 物之寓世，未嘗不韜形滅影，隱質遐外，以全性棲命者也。夫含奇佩美衒異露才者，未有不以此傷性毀命者也。是故翠以羽自殘，龜以智自害，丹以含色磨肌，石以抱玉碎質。此四者生於異俗，與人非不隔也。託性於山林，寄情於物外，非有求於人也。然而自貽伊慼者未能隱其形也。若使翠斂翩於明丘之林，則解羽之患未脫；龜曳尾於腸谷之泥，則鑽灼之悲不至；丹伏光於春山之底，則磨肌之患未絕；石亢體於元圃之嶌，則剖琢之憂不及。故窮巖曲岫之梓楩生於積石，穎貫青天，根鑿黃泉，分條布葉，輪菌磥砢。騏驎戲其下，鵷鸞遊其顛，浮雲棲其側，清風激其間。終歲無毫釐之憂，免刀斧之害者，非與人有德也，能韜隱其質，故致全性也。路側

之榆，樵人採其條，匠者伐其柯，餘有尺蘗而爲行人所折者，非與人有讎也，然而致守寇者，形不隱也。周雞斷尾獲免犧牲，山狙見巧終必招害。由此言之，則出處之理，亦可知矣。是以古之有德者，韜跡隱智以密其外，澄心封情以定其內。內定則神腑不亂，外密則形骸不擾，以此處身，不亦全乎！

**《中藏經·人法於天地論》** 人者，上稟天，下委地。陽以輔之，陰以佐之。天地順則人氣泰，天地逆則人氣否。是以天地有四時五行，寒暄動靜。其變也，喜爲雨，怒爲風，結爲霜，張爲虹，此天地之常也。人有四肢五臟，呼吸寤寐，精氣流散，行爲榮，張爲氣，發爲聲，此人之常也。陽施於形，陰慎於精，天地之同也。失其守，則蒸熱發否而寒生。結作癭瘤，陷作癰疽。盛而爲喘，減而爲枯。彰於面部，見於形體。天地通塞，一如此矣。故五緯盈虧，星辰差忒，日月交蝕，彗孛飛走，乃天地之災怪也。寒暄不時，則天地之蒸否也。土起石立，則天地之癰疽也。暴風疾雨，則天地之喘乏也。江河竭耗，則天地之枯焦也。鑒者決之以藥，濟之以針，化之以道佐之以事。故形體有可救之病，天地有可去之災。人之危厄死生，稟於天地。陰之病也，來亦緩，而去亦緩。陽之病也，來亦速，而去亦速。陽生於熱，熱而舒緩。陰生於寒，寒則拳急。寒邪中於下，熱邪中於上，飲食之邪中於中。人之動止，本乎天地。知人者有驗於天，知天者必有驗於人。天合於人，人法於天。見天地逆從，則知人衰盛。人有百病，病有百候，候有百變，皆天地陰陽逆從而生。苟能窮究乎此，如其神耳！

**《呂氏春秋註·貴公》** 昔先聖王之治天下也，必先公，公，正也。公則天下平矣。平，和也。平得於公。得，猶出也。嘗試觀於上志，上志，古記也。有得天下者衆矣，其得之以公，其失之必以偏。偏，私，不正也。凡主之立也，生於公。生，性也。故《鴻範》曰：無偏無黨，王道蕩蕩，蕩蕩，平易也。《詩》云：魯道有蕩。無偏無頗，遵王之義，義，法也。無或作好，遵王之道，或，有也。好，私好，黨公平於曲惠也。無或作惡，遵王之路。惡，擅作威也。天下非一人之天下也，天下之天下也。《書》曰：皇天無親，惟德是輔。故曰：天下之天下也。陰陽之和，不長一類，甘露時雨，不私一物，私，猶異也。萬民之主，不阿一人。阿亦私也。伯禽將行，請所以治魯，伯禽，周公子也，成王封之於魯。《詩》云：建爾元子，俾侯于魯。周公曰：利而勿利也。務在利民，勿自利也。荊人有遺弓者而不肯索，遺，失也。曰：荊人遺之，荊人得之，又何索焉？孔子聞之，曰：去其荊而可矣。言人得之而已，何必荊人也。老聃聞之，曰：去其人而可矣。故老聃則至公矣。公，正也。言天下得之而已，何必人，故曰至公。無所私爲也。天地大矣，生而弗子，成而弗有，天大地大，生育民人，不以爲己子，成遂萬物，不以爲己有也。萬物皆被其澤，得其利，而莫知其所由始，由，從也。萬物皆蒙天地之澤而得其利，若堯時父老無供役之勞，擊壤於里陌，自以爲當然，故曰莫知其所從始也。此三皇、五帝之德也。三皇、五帝德大，能法天地，民人被其澤而得其利，亦不知其所從始也。《老子》云：聖人不仁，以百姓爲芻狗。此之謂也。管仲有病，桓公往問之，曰：仲父之病矣，病，困也。漬甚，國人弗諱，漬，亦病也。按《公羊傳》曰：大眚者何？大漬也。國人弗諱，言死生不可諱也。寡人將誰屬國？屬，託也。管仲對曰：昔者臣盡力竭智，猶未足以知之也，未足以知人也。今病在於朝夕之中，臣奚能言？奚，何也。桓公曰：此大事也，願仲父之教寡人也。教，猶告也。管仲敬諾，曰：公誰欲相？言欲用誰爲相。公曰：鮑叔牙可乎？管仲對曰：不可，夷吾善鮑叔牙。夷吾，管仲名。善，猶和也。鮑叔牙之爲人也，清廉潔直，視不己若者不比於人，比，方也。一聞人之過，終身不忘。念人之過，必亡人之功，不可爲霸者之相也。勿已，則隰朋其可乎？隰朋之爲人也，上志而下求，志，上世賢人而模之也。求，猶問也。《論語》曰：孔文子不恥下問，是以謂之文也。醜不若黃帝，而哀不己若者。自醜其德不如黃帝，《詩》云：高山仰止，景行行止。鄉昔人也。哀不如己者，欲教育訓厲，使與己齊也。其於國也，有不聞也，不求聞其善也，志在利國而已矣。其於物也，有不知也，物，事也。非其職事，不求知之也。其於人也，有不見也。務在齊民，求見之。《孝經》曰：非家至而見之也。此總說隰朋所行。勿已乎，則隰朋可也。言可用也。夫相，大官也。處大官者，不欲小察，察，苛也。不欲小智。小智則好知小以事，以自矜伐也。故曰：大匠不斲，但視模範而已，不復自斲削也。大庖不豆，但調和五味，使神人享之而已，不復自列。簠簋，籩豆也。大勇不鬬，大勇之人，折衝千里，而能服遠，不復自鬬也。大兵不寇。寇，害也。若武王之伐紂，掃除無道，釋箕子之囚，朝成湯之廟，撫殷之民，不寇害之也。桓公行公去私惡，於人之過，無所念，無所私也，故曰去私也。用管子而爲五伯長，長，上也。行私阿所愛，用竪刁而蟲出於戶。阿竪刁，易牙之諛，不正適長。其死也，國亂民擾，五子爭立無主，喪六十日乃殯，至使蟲流出戶也。人之少也愚，其長也智。故智而用私，不若愚而用公。用私以敗，用公則濟。日醉而飾服，飾，讀曰勅。《禮》喪不飲酒食肉。而日醉於酒，欲整喪紀，猶無目欲視青黃，無耳欲聽宮商也。私利而立公，貪戾而求王，舜弗能爲。舜猶不能爲，況凡

人乎。

《呂氏春秋註・去私》　五曰：天無私覆也，地無私載也，日月無私燭也，四時無私行也。作爲。也，行其德而萬物得遂長焉。遂，成也。黄帝言曰：聲禁重，不欲虚名，過其實也。色禁重，不欲好色，至淫縱也。衣禁重，不欲衣服踰僭，若子臧好聚鷸冠也。香禁重，不欲奢侈芬香，聞四遠也。味禁重，不欲厚味勝食，氣傷性命。室禁重。不欲宫室崇侈，使土木勝也。堯有子十人，不與其子而授舜；《孟子》曰：堯使九男二女事舜。此曰：十子，殆丹朱爲胤子，不在數中。舜有子九人，不與其子而授禹；至公也。《國語》曰：舜有商均。此曰：九子，不知出於何書也。晉平公問於祁黄羊曰：南陽無令，其誰可而爲之？南陽，晉山陽河北之邑，今河内溫陽、樊州之屬皆是也。令，君也。而，能。爲，治。祁黄羊對曰：解狐可。黄羊，晉大夫，祁奚之字。平公曰：解狐非子之讐邪？平公，晉悼公之子彪。對曰：君問可，非問臣之讐也。平公曰：善。遂用之。國人稱善焉。居有間，間，頃也。平公又問祁黄羊曰：國無尉，其誰可而爲之？對曰：午可。《傳》曰：祁奚請老，晉侯問嗣焉，稱解狐，其讐也。將立之而卒，又問，對曰：午也可。平公曰：午非子之子邪？對曰：君問可，非問臣之子也。平公曰：善。又遂用之。國人稱善焉。孔子聞之曰：善哉！祁黄羊之論也。外舉不避讐，内舉不避子，祁黄羊可謂公矣。墨者有鉅子腹䵍，居秦，鉅，姓。子，通稱。腹䵍，字也。䵍，讀曰車笇之笇。其子殺人，秦惠王曰：先生之年長矣，非有他子也，寡人已令吏弗誅矣，惠王，秦孝公子異人。先生之以此聽寡人也。腹䵍對曰：墨者之法曰：殺人者死，傷人者刑。此所以禁殺傷人也。夫禁殺傷人者，天下之大義也。王雖爲之賜，受賜也。而令吏弗誅，腹䵍不可不行墨者之法。欲必以行之，殺其子也。不許惠王，而遂殺之。子，人之所私也，私，愛也。忍所私以行大義，忍，讀曰仁，行之忍也。鉅子可謂公矣。庖人調和而弗敢食，故可以爲庖。若使庖人調和而食之，則不可以爲庖矣。王伯之君亦然，誅暴而不私，以封天下之賢者，故可以爲王伯；若使王伯之君誅暴而私之，則亦不可以爲王伯矣。《傳》曰：作事威，克其愛，雖小必濟。故曰誅暴而弗私也。假令有所私枉，則不可以爲王伯君矣。

《呂氏春秋註・情欲》　三曰：天生人而使有貪有欲。欲有情，情有節，節，適也。聖人修節以止欲，故不過行其情也。不過其適。故耳之欲五聲，目之欲五色，口之欲五味，情也。此三者，貴賤愚智賢不肖，欲之若一，三，謂耳目口也。一猶等也。雖神農、黄帝，其與桀、紂同。有天下同也。聖人之所以異者，得其情也。聖人得其不過節之情。由貴生動則得其情矣，不由貴生動則失其情矣。失其不過節之情。此二者死生存亡之本也。聖人得其情，亂人失其情。得情生存，失情死亡，故曰生死存亡之本。俗主虧情，故每動爲亡敗。俗主，凡君也。敗，滅亡也。耳不可贍，目不可厭，口不可滿，身盡府稿，筋骨沈滯，血脈壅塞，九竅寥寥，曲失其宜，府，腹疾也。稿，首疾也。極三關之欲，以病其身，故九竅皆寥寥然虚。曲，過其適，以害其性也。雖有彭祖，猶不能爲也。彭祖，殷之賢臣，治性精靜，不欲於物，蓋壽七百歲。《論語》所謂述而不作，信而好古，竊比於我老彭是也。言雖彭祖之無欲，不能化治俗主，使之無欲，故曰：雖有彭祖，猶不能爲。其於物也，不可得之爲欲，貴不可得之物，寶難得之貨，此之謂欲，故曰爲欲。不可足之爲求，規求無足，不知紀極，不可盈厭，此之爲求，故曰爲求。大失生本。《老子》曰：出生入死。故曰大失生本。民人怨謗，又樹大讐，俗主求欲，民人皆怨而謗訕，如仇讐也。意氣易動，蹻然不固；蹻，謂乘蹻之蹻，謂其流行速疾，不堅固之貌，故其志氣易動也。矜勢好智，胷中欺詐；矜，大其寵契，好尚其所行，自謂爲智。胷臆之中，欺詐不誠，所行暴虐，猶語民言恩惠也。德義之緩，邪利之急。緩，猶後急猶先。身以困窮，雖後悔之，尚將奚及？困，猶危。奚，何也。巧佞之近，端直之遠，巧佞者親近之，正直者疎遠之。國家大危，悔前之過，猶不可反。反，見。聞言而驚，不得所由。所行殘暴，則將危敗滅亡之言而乃始驚怖，行不仁不義之所致也。故曰：不得所由。由，用也。百病怒起，亂難時至，以此君人，爲身大憂。此非恤民之道，故身大憂。耳不樂聲，目不樂色，口不甘味，與死無擇。聲色美味，死者所不得說，大不能樂甘之，故曰與死無擇。擇，別也。古人得道者，生以壽長，體道無欲象天，天子之福，故必壽長，終其性命。聲色滋味，能久樂之。奚故？論早定也。體道者生而能行之，故曰論早定。論早定則知早嗇，嗇，愛。知早嗇則精不竭。愛精神，故不竭。秋早寒則冬必煗矣，春多雨則夏必旱矣，天地不能兩，而況於人類乎？人之與天地也同，同，於不能兩也。萬物之形雖異，其情一體也。體，性也。情皆好生，故曰一體。故古之治身與天下者，必法天地也。法，象也。尊酌者衆則速盡，尊，酒也。酌揖之者多，故酒速盡也。萬物之酌，大貴之生者衆矣，萬物酌損陰陽以生。陰陽謂君。大貴君者，愛君之德以生者衆也。故大貴之生常速盡，非徒萬物酌之也，酌，取之也。又損其生以資天下之人，資，猶給。而終不自知。知，猶覺也。功雖成乎外，而生虧乎内。《幽通記》曰：張循欒而内逼，故曰虧生乎内。耳不可以聽，目不可以視，口不可以食，胷中大

擾，妄言想見，臨死之上，顛倒驚懼，不知所爲，用心如此，豈不悲哉！悲情欲而不知所爲用心之人。世人之事君者，皆以孫叔敖之遇荊莊王爲幸。孫叔敖，楚令尹，蒲賈之子也。自有道者論之則不然，此荊國之幸。言孫叔敖賢，能事君以道，致之於霸，荊國得之，幸也。荊莊王好周遊田獵，馳騁弋射，歡樂無遺，遺，廢。盡傳其境內之勞與諸侯之憂於孫叔敖。事功曰勞。盡俾付孫叔敖，使憂之也。孫叔敖日夜不息，不得以便生爲故，息，休也。不得以便利生，性敖不休息也。故使莊王功迹著乎竹帛，傳乎後世。莊王之霸，功傳於後世，乃孫叔敖之日夜不息以廣其君，君德之所以成也。

**《呂氏春秋註・當染》** 四曰：墨子見染素絲者而歎墨子名翟，魯人，作書七十一篇。曰：染於蒼則蒼，染於黃則黃，所以入者變，其色亦變，五入而以爲五色矣。一入一色。故染不可不慎也。非獨染絲紗也，國亦有染。舜染於許由、伯陽，舜，顓頊五世之孫。瞽瞍之子也，名重華。許由，陽城人，堯聘之不至。伯陽，蓋老子也，舜時師之者也。禹染於皐陶、伯益，禹，顓頊六世孫，鯀之子也，名文命。伯益，皐陶之子也。湯染於伊尹、仲虺，湯，契後十二世孫，王癸之子也，名天乙。伊尹，湯相。《詩》云：實惟阿衡，實左右商王。仲虺居薛，爲湯之左相，皆賢德也。《孟子》曰：王者師臣也。武王染於太公望、周公旦。武王，周文王之子，名發。太公望，河內汲人也，佐武王伐紂，成王封之於齊。周公旦，武王弟也，輔成王，封之於魯。此四王者所染當，故王天下，所從染得其人，故曰當。立爲天子，功名蔽天地。蔽，猶極也。舉天下之仁義顯人，必稱此四王者。稱，美其德以爲喻也。夏桀染於干辛、岐踵戎，桀，夏后皐之孫，癸之子也。羊辛、岐踵戎，桀之邪臣。殷紂染於崇侯、惡來，紂，帝乙之子，名辛，崇國侯爵，名虎惡來。嬴姓，飛廉之子，紂之諛臣。周厲王染於虢公長父、榮夷終，厲王，周夷王之子，名胡。虢榮二卿士也。《傳》曰：榮夷公好專利，而不知大難。幽王染於虢公鼓、祭公敦。幽王，周厲王之孫，宣王之子，名宮皇。虢公、祭公，二卿士也。《傳》曰：虢石父讒諂巧佞之人也，以此教王，其能久乎？此四王者所染不當，故國殘身死，爲天下僇。不當者，不得其人。僇，辱也。舉天下之不義辱人，必稱此四王者。稱其惡以爲戒也。齊桓公染於管仲、鮑叔，桓公，齊僖公之子，名小白。管，鮑，其二卿也。晉文公染於咎犯、郄偃，文公，晉獻公之子，名重耳。咎犯、郄偃者，其二大夫。荊莊王染於孫叔敖、沈尹蒸，莊王，楚穆王之子，名旅。孫，沈，其二大夫。吳王闔廬染於伍員、文之儀，闔廬，吳王夷昧之子，名光。伍、文，其二大夫。越王勾踐染於范蠡、大夫種。勾踐，允常之子。范蠡，楚三戶人也。字少伯。大夫種，姓文氏，字禽，楚之鄒人。此五君者所染當，故霸諸侯，功名傳於後世。范吉射染於張柳朔、王生，吉射，晉范獻子鞅之子昭子也。張柳朔，王生二人者，吉射家臣也。中行寅染於黃藉秦、高彊，寅，晉大夫中行穆子之子，荀子也。黃藉秦，高彊，其家臣。高彊，齊子尾之子，奔晉爲中行氏之臣。吳王夫差染於王孫雄、太宰嚭，夫差，吳王闔廬子也。雄與嚭二人，其大夫也。嚭，晉伯宗之孫，楚州犁之子。智伯瑤染於智國、張武，智瑤，宣子申之子，襄子也。國、武二人，其家臣。中山尚染於魏義、椹長，尚，魏公子牟之後，魏得中山以邑之也。義、長，其二臣也。宋康王染於唐鞅、田不禋。唐、田，宋康王之二臣。此六君者所染不當，故國皆殘亡，身或死，辱宗廟不血食，絕其後類，君臣離散，民人流亡。舉天下之貪暴可羞人，必稱此六君者。凡爲君非爲君而因榮也，非爲君而因安也，以爲行理也。行理生於當染，故古之善爲君者，勞於論人，論，猶擇也。而佚於官事，得其經也。經，道。不能爲君者，傷形費神，愁心勞耳目，國愈危，身愈辱，不知要故也。愈，益也。益危辱者，不知所行之要約也。不知要故則所染不當，所從染不得其人也。所染不當，理奚由至？至猶得也。六君者是已。六君者，非不重其國，愛其身也，所染不當也。存亡故不獨是也，帝王亦然。爲帝王者，亦當知所從染也。非獨國有染也。孔子學於老聃、孟蘇夔、靖叔。三人皆體道者，亦染孔子。魯惠公使宰讓請郊廟之禮於天子，惠公，魯孝公之子，隱公之父。桓王使史角往，惠公止之，止，留。其後在於魯，墨子學焉。其後，史角之後也。亦染墨翟。此二士者，無爵位以顯人，無賞祿以利人，二士，謂孔子、墨翟。舉天下之顯榮者，必稱此二士也。稱，說也。皆死久矣，從屬彌衆，弟子彌豐，充滿天下，彌，益豐盛也。言二士之徒顯榮者，益盛散布，故曰：充滿天下。王公大人從而顯之，有愛子弟者隨而學焉，無時乏絕。子貢、子夏、曾子學於孔子，田子方學於子貢，段干木學於子夏，吳起學於曾子。禽滑釐學於墨子，許犯學於禽滑釐，田繫學於許犯。孔、墨之後，學顯榮於天下者衆矣，不可勝數。皆所染者得當也。

**《呂氏春秋註・侈樂》** 三曰：人莫不以其生生，而不知其所以生；以，用。人莫不以其知知，而不知其所以知。知其所以知，之謂知道，不知其所以知，之謂棄寶。棄寶者必離其咎。寶，重也。咎，殃也。咎一作苦。世之人主，多以珠玉戈劍爲寶，愈多而民愈怨。國人愈危，身愈危累，《老子》曰：多藏厚亡。故曰愈危累。則失寶之情矣。情，實也。亂世之樂與此同。同於危累。爲木革之聲則若雷，爲金石之聲則若霆，爲絲竹歌舞之聲則若譟。譟，叫。以此

駭心氣，動耳目，搖蕩生則可矣，生，性也。以此爲樂則不樂。不樂，不和。故樂愈侈，而民愈鬱，侈，淫。鬱，怨。國愈亂，主愈卑，則亦失樂之情矣。凡古聖王之所爲貴樂者，爲其樂也。夏桀、殷紂作爲侈樂，大鼓鐘磬管簫之音，以鉅爲美，鉅，大。以衆爲觀，俶詭殊瑰，耳所未嘗聞，目所未嘗見，俶，始也。始作詭異瑰奇之樂，故耳未嘗聞，（曰）〔目〕未嘗見。務以相過，不用度量。不用樂之法則，故曰務相過。宋之衰也，作爲千鐘；鐘，律名。齊之衰也，作爲大呂；大呂，陰律。十二月也。楚之衰也，作爲巫音。女曰巫。侈則侈矣，自有道者觀之，則失樂之情。失樂之情，其樂不樂。非正樂，故曰不樂也。樂不樂者，其民必怨，其生必傷。怨，悲。傷，痛。其王之與樂也，若冰之於炎日，反以自兵。兵，災也。此生乎不知樂之情，而以侈爲務故也。樂之有情，譬之若皮膚形體之有情性也，有情性則必有性養矣。寒、溫、勞、逸、饑、飽，此六者非適也。適，中適也。凡養也者，瞻非適而以之適者也。能以久處其適，則生長矣。長，久。生也者，其身固靜，或而後知，或使之也。遂而不返，返，遂。制乎嗜欲，爲嗜欲所制。制乎嗜欲無窮，則必失其天矣。天，身。且夫嗜欲無窮，則必有貪鄙浮亂之心，淫佚姦詐之事矣。故彊者劫弱，衆者暴寡，勇者凌怯，壯者傲幼，從此生矣。從欲生也。

**《呂氏春秋註・適音》**四曰：耳之情欲聲，欲聞音聲。心不樂，五音在前弗聽；心不樂，聲音雖在前，耳不聽之。目之情欲色，欲視五色。心弗樂，五色在前弗視；心不欲視之也。鼻之情欲芬香，欲芬香之韜藉也。心弗樂，芬香在前弗嗅；不嗅味也。口之情欲滋味，欲美味也。心弗樂，五味在前弗食。欲之者，耳目鼻口也；樂之弗樂者，心也。心必和平，然後樂；心必樂，然後耳目鼻口有以欲之。故樂之務在於和心，和心在於行適。適，中適也。夫樂之有適，心非有適。人之情，欲壽而惡夭，欲安而惡危，欲榮而惡辱，欲逸而惡勞。四欲得，四惡除，則心適矣。四欲之得也，在於勝理。勝理以治身，則生全，以生全則壽長矣。勝理以治國，則法立，法立則天下服矣。故適心之務在於勝理。夫音亦有適。太鉅則志蕩，以蕩聽鉅則耳不容，弗容則橫塞，橫塞則振動。太小則志嫌，以嫌聽小，嫌聽，譬自嫌之嫌。則耳不充，不充則不詹，詹，足也。詹，讀如澹然无爲之澹。不詹則窕。窕，不滿密也。太清則志危，以危聽清則耳谿極，谿，虛；極，病也。不聞和聲之故也。谿極則不鑒，不鑒則竭。鑒，察也。太清無和，耳不能察，則竭病之。太濁則志下，以下聽濁則耳不收，不收，越散。不收則不特，不特則怒。不特，不專一也。故惑怒也。故太鉅、太清、太小、太濁，皆非適也。不鉅，不小，不清，不濁，得四者之中乃爲適。此四者，皆言其太，故曰非適。何謂適？衷，音之適也。何謂衷？大不出鈞，重不過石，小大輕重之衷也。三十斤爲鈞，百二十斤爲石。黃鐘之宮，音之本也，本始於黃鐘，十一月律。清濁之衷也。衷也者，適也。以適聽適則和矣。樂無太，平和者是也。故治世之音安以樂，其政平也；民聞其樂，安之且喜。亂世之音怨以怒，其政乖也；亡國之音悲以哀，其政險也。險，猶危。凡音樂，通乎政而移風乎俗者也。風，猶化。俗定而音樂化之矣。故有道之世，觀其音而知其俗矣，觀其政而知其主矣。故先王必託於音樂以論其教。論，明。清廟之瑟，朱弦而疏越，一唱而三嘆，有進乎音者矣。文王之廟，肅然清靜，貴其樂和。故曰：有進音。大饗之禮，上玄尊而俎生魚，大饗，饗上帝於明堂也。玄尊，酒水也；俎生魚，皆上質貴本。大羹不和，有進乎味者也。大羹，肉湆而未之和。貴本，古得禮也。故曰：有進乎味。故先王之制禮樂也，非特以歡耳目、極口腹之欲也，將特，但也。教民平好惡，行理義也。平，正也。行猶通也。

**《呂氏春秋註・古樂》**五曰：樂所由來者尚也，尚，襲。必不可廢。有節有侈，有正有淫矣。節，適也。侈，大也。正，雅也。淫，亂也。賢者以昌，不肖者以亡。昌，盛也。亡，滅也。昔古朱襄之治天下也，朱襄氏，古天子，炎帝之別號。多風而陽氣蓄積，萬物散解，果實不成，解，落也。有核曰果。故士達作爲五弦瑟，以采陰氣，以定羣生。士達，朱襄氏之臣。昔葛天氏之樂，三人操牛尾，投足以歌八闋：葛天氏，古帝名。投足猶蹀足。闋，終。一曰載民，二曰玄鳥，三曰遂草木，四曰奮五穀，五曰敬天常，六曰達帝功，七曰依地德，八曰總萬物之極。一作禽獸之極。上皆樂之八篇名也。昔陶唐氏之始，陰多滯伏而湛積，陶唐氏，堯之號。水道壅塞，不行其原，故有洪水之災。一作陽道壅塞，不行其次。民氣鬱閉而滯著，閼，讀曰遏。遏止之遏。筋骨瑟縮不達，故作爲舞以宣導之。宣，通。昔黃帝令伶倫作爲律。伶倫，黃帝臣。伶倫自大夏之西，大夏，西方之山。乃之阮隃之陰，阮隃，山名。山北曰陰。取竹於嶰谿之谷，以生空竅厚鈞者，斷兩節間，竹生谿谷者，取其厚鈞，斷兩節間，以爲律管。其長三寸九分而吹之，以爲黃鐘之宮，斷竹長三寸九分，吹之，音中黃鐘之宮。吹曰舍少。次制十二筒，六律、六呂，各有管，故曰十二筒。舍，成舍矣。以之阮隃之下，聽鳳皇之鳴，以別十二律。其雄鳴爲六，雌鳴六，雌鳴亦六，以此黃鐘之宮，適合。合，和諧。黃鐘之宮皆可以生之，故曰黃

鐘之宮，律呂之本。法鳳之雌雄，故律有陰陽，上下相生，故曰：黃鐘之宮，皆可以生之。

黃帝又命伶倫與榮將，一作後。鑄十二鐘，以和五音，以施《英韶》。以仲春之月，乙卯之日，日在奎，始奏之，命之曰《咸池》奏十二鐘樂，名之爲《咸池》。帝顓頊生自若水，實處空桑，處，居空桑。乃登爲帝。惟天之合，正風乃行，惟天之合，德與天之風化合也。其音若熙熙凄凄鏘鏘。帝顓頊好其音，乃令飛龍作效八風之音，八風，八卦之風。命之曰《承雲》，以祭上帝。上帝，昊天上帝。乃令鱓先爲樂倡，倡，始也。鱓乃儃浸，以其尾鼓其腹，鼓，擊。其音英。英，和盛貌。帝嚳命咸黑作爲聲，一作唐。歌九招、六列、六英。有倕作爲鼙、鼓、鐘、磬、吹、苓、管、壎、篪、鞉、椎、鐘。帝嚳乃令人抃，兩手相擊曰抃。或鼓鼙，擊鐘磬，吹苓，展管篪。因令鳳鳥、天翟舞之。帝嚳大喜，乃以康帝德。康，安。帝堯立，乃命質一作韶。爲樂。質乃效山林谿谷之音以歌，質當爲夔。乃以麋鞉置缶而鼓之，鼓，擊。乃拊石擊石，以象上帝玉磬之音，以致舞百獸。瞽叟乃拌五弦之瑟，拌，分。作以爲十五弦之瑟。命之曰《大章》，以祭上帝。舜立，仰延乃拌瞽叟之所爲瑟，益之八弦，以爲二十三弦之瑟。帝舜乃令質修九招、六列、六英，以明帝德。招，列，英，皆樂名也。帝，謂舜。禹立，勤勞天下，日夜不懈。勤，憂。通大川，決壅塞，鑿龍門，降通瀙水以導河，決壅塞，故鑿龍門也。降，大。瀙，流。疏三江五湖，注之東海，以利黔首。於是命皐陶作爲夏籥九成，以昭其功。九成，九變。昭，明。殷湯即位，夏爲無道，暴虐萬民，侵削諸侯，不用軌度，天下患之。湯於是率六州以討一作誅。桀罪。功名大成，黔首安寧。湯乃命伊尹作爲大濩，歌晨露，修九招、六列，以見其善。大濩，晨露，九招、六列，皆樂名。善，美。周文王處岐，諸侯去殷三淫而翼文王。文王，古公亶父之孫，王季歷之子也。古公避獯鬻之難，邑於岐，謂岐山之陽有用地，及受命，因爲天下號也。淫，過。翼，佐。三淫，謂剖比干之心，斷材士之股，刳孕婦之胎者，故諸侯去之而佐文王也。散宜生曰：殷可伐也。文王弗許。散宜生，文王四臣之一也。《論語》曰：文王爲西伯，三分天下有其二，以服事殷。故弗許。周公旦乃作詩曰：文王在上，於昭於天。周雖舊邦，其命維新，以繩文王之德。武王即位，以六師伐殷。六師未至，以銳兵克之於牧野。未至殷都，而勝紂於牧野。歸，乃薦俘馘於京太室，乃命周公爲作大武。大武，周樂。成王立，殷民反，反，叛。王命周公踐伐之。踐，往。商人服象，爲虐於東夷。象，獸名也。周公遂以師逐之，至於江南。乃爲三象，以嘉其德。故樂之所由來者尚矣，非獨爲一世之所造也。三象，周公所作樂名。嘉，美也。尚，久也。自黃帝以來，功成作樂，故曰：非獨爲一世之所造也。

**《呂氏春秋註·音律》**二曰：黃鐘生林鐘，黃鐘，十一月律。林鐘，六月律。林鐘生太蔟，太蔟，正月律。太蔟生南呂，南呂，八月律。南呂生姑洗，姑洗，三月律。姑洗生應鐘，應鐘，十月律。應鐘生蕤賓，蕤賓，五月律。蕤賓生大呂，大呂，十二月律。大呂生夷則，夷則，七月律。夷則生夾鐘，夾鐘，二月律。夾鐘生無射，無射，九月律。無射生仲呂。仲呂，四月律。三分所生，益之一分以上生。三分所生，去其一分以下生。黃鐘、太呂、太蔟、夾鐘、姑洗、仲呂、蕤賓爲上，林鐘、夷則、南呂、無射、應鐘爲下。律呂相生，上者上生，下者下生。大聖至理之世，天地之氣，合而生風。日至則月鐘其風，以生十二律。仲冬日短至，冬至日，日極短，故曰日短至。則生黃鐘。季冬生大呂。孟春生太蔟。仲春生夾鐘。季春生姑洗。孟夏生仲呂。仲夏日長至，夏至日，日極長，故曰日長至。則生蕤賓。季夏生林鐘。孟秋生夷則。仲秋生南呂。季秋生無射。孟冬生應鐘。天地之風氣正，則十二律定矣。黃鐘之月，土事無作，慎無發蓋，以固天閉地，陽氣且泄。黃鐘，大之月也，且壯也。大呂之月，數將幾終，大呂，十二月。幾，近。終，盡。歲且更起，而農民無有所使。使，役。太蔟之月，陽氣始生，太蔟，正月。冬至後四十六日立春，故曰陽氣始生。草木繁動，動，生也。令農發土，無或失時。發土而耕。夾鐘之月，寬裕和平，行德去刑，夾鐘，二月也。行仁德，去刑戮也。無或作事，以害羣生。事，兵戎事也。故曰：以害羣生。姑(洗)[洗]之月，達道通路，溝瀆修利，姑洗，三月也。時雨將降，故修利溝瀆。申之此令，嘉氣趣至。順其陽德，故嘉喜之氣至。仲呂之月，無聚大衆，巡勸農事，仲呂，四月。大衆，謂軍旅工役也。順陽長養，無役大衆，妨廢農工，故戒之曰無也。必循行農事勸率之。草木方長，無攜民心。民當務農，長養穀木，徭役聚則心攜離，逆上命也，故戒之曰無也。蕤賓之月，陽氣在土，安壯養俠，蕤賓，五月。壯，盛。俠，少也。皆安養之，助陽也。本朝不靜，草木早槁。靜，安。朝政不寧，故草木變動墮落早枯槁也。林鐘之月，草木盛滿，陰將始刑，林鐘，六月。刑，殺也。夏至後四十六日立秋。秋則行刑戮，故曰：陰氣將始殺也。無發大事，以將陽氣。發，起。將，猶養。夷則之月，修法飭刑，選士厲兵，夷則，七月也。飭，讀如敕。飭正刑法，所以行法也。簡選武士，厲利其兵。詰誅不義，以懷遠方。懷，柔也。《詩》云：柔遠能邇，以定我王也。南呂之月，蟄蟲入穴，南呂，八月也。蟄，讀如《詩·文王之什》。趣農收聚，仲秋大雨，故收聚。無敢懈怠，以多爲務。務，猶事也。無射之月，疾斷有罪，當法勿赦，無射，九月。有罪當斷，故勿赦。無留獄

訟，以亟以故。亟，疾。故，事。應鐘之月，陰陽不通，閉而爲冬，應鐘，十月。陽伏在下，陰閉於上，故不通。修別一作辨。喪紀，審民所終。審，慎。終，卒。修別喪服親疎輕重之紀，故曰：審民所終也。

《呂氏春秋註・音初》三曰：夏后氏孔甲田於東陽萯山，孔甲，禹後十四世皋之父，發之祖，桀之宗。田，獵也。天大風，晦盲，盲，瞑也。孔甲迷惑，入於民室。主人方乳，乳，産。或曰：后來，見良日也。之子是必大吉。之，其。或曰：不勝也，之子是必有殃。后乃取其子以歸，曰：以爲余子，誰敢殃之？子長成人，幕動拆撩，斧斫斬其足，遂爲守門者。以其無足，遂爲守門之官，所謂之子有殃也。孔甲曰：嗚呼！有疾命矣夫！乃作爲《破斧》之歌，實始爲東音。爲東陽之音。禹行功，見塗山之女，禹未之遇而巡省南土。遇，禮也。禹未之禮而巡狩南行也，省南方之土。塗山氏之女乃令其妾待禹於塗山之陽，塗山在九江，近當塗也，山南曰陽也。女乃作歌，歌曰：侯人弓猗。實始作爲南音。南方國風之音。周公及召公取風焉，以爲《周南》《召南》。取塗山氏女南音爲樂歌。周昭王親將征荊，周昭王，康王之子，穆王之父，荊，楚也。秦莊王諱楚，避之曰荊。辛餘靡長且多力，爲王右。右，兵車之右也。還反涉漢，梁敗，王及蔡公抎於漢中。抎，墜。音曰顛隕之隕。辛餘靡振王北濟，又反振蔡公。振，救也。《傳》曰：齊桓公伐楚，讓之曰：爾貢苞茅不入，王祭不供，無以縮酒，寡人是徵。昭王南征，沒而不復，寡人是問，對曰：貢之不入，寡君之罪，敢不共乎，昭王之不復，君其問諸水濱。由此言之，昭王爲沒於漢，辛餘靡焉，得振王北濟哉？周公乃侯之於西翟，實爲長公。西翟，西方也。以辛餘靡有振王之力，故賞之爲長公。殷整甲徙宅西河，一作阿。猶思故處，處，居也。實始作爲西音。長公繼是音以處西山，西音，周之音。秦繆公取風焉，實始作爲秦音。取西音，以爲秦國之樂音。有娀氏有二佚女，爲之九成之臺，成，猶重。飲食必以鼓。鼓，樂。帝令燕往視一作勑。之，鳴若謚隘。二女愛而爭搏之，覆以玉筐。少選，發而視之，少選，須臾。燕遺二卵，北飛遂不反。帝，天也。天令燕降卵於有娀氏女，吞之生契。《詩》云：天命玄鳥，降而生商。又曰：有娀氏女方將，立子生商。此之謂也。二女作歌，一終曰燕燕往飛，實始作爲北音。北國之音。凡音者，産乎人心者也。感於心則蕩乎音，蕩，動。音成於外而化乎內。內，化生內心。是故聞其聲而知其風，風，俗。察其風而知其志，一作意，下同。觀其志而知其德，盛衰、賢不肖，君子小人皆形於樂，不可隱匿。故曰：樂之爲觀也，深矣。土敝則草木不長，敝，惡。水煩則魚鼈不大，擾，渾。世濁則禮煩而樂淫。煩，亂。淫，邪。鄭衛之聲，桑閒之音，說見《孟春紀》。此亂國之所好，衰德之所說。說，樂。流辟，誂越，慆濫之音出，出，生也。則滔蕩之氣、邪慢之心感矣，感則百姦衆辟從此産矣。故君子反道以修德，修，治也。正德以出樂，和樂以成順。樂以和爲成順。樂和而民鄉方矣。鄉，仰。方，道。

《呂氏春秋註・制樂》四曰：欲觀至樂，必於至治。至樂，至和之樂。至治，至德之治。其治厚者，其樂治厚；其治薄者，其樂治薄。亂世則慢以樂矣。今室閑戶牖，動天地，一室也。故成湯之時，有穀生於庭，昏而生，比旦其大拱。《書敘》云：伊陟相太戊，亳有桑穀祥，共生於朝。太戊，太甲之孫，太康之子也，號爲中宗。滿兩手曰拱。湯生仲丁，仲丁生太甲，太甲生太康，太康生太戊，凡五唐矣。此云：湯之時，不亦謬乎？由此觀之，曝咸陽市門，無敢增損一字者，明畏不韋之勢耳。故揚子云：恨不及其時，車載其金而歸也。其史請卜其故。灼龜曰卜。湯退卜者曰：吾聞祥者，福之先者也，見祥而爲不善，則福不至。妖者，禍之先者也，見妖而爲善，則禍不至。爲善則福應之，故禍無從至也。於是早朝晏退，問疾弔喪，務鎮撫百姓。三日而穀止。止，滅。故禍兮福之所倚，福兮禍之所伏。聖人所獨見，衆人焉知其極？極，獨終。周文王立國八年，歲六月，文王寢疾五日而地動，東西南北不出國郊。邑外曰郊。百吏皆請曰：臣聞地之動，爲人主也。今王寢疾五日而地動，四面不出周郊，羣臣皆恐，曰請移之。文王曰：若何其移之也？對曰：興事動衆，以增國城，其可以移之乎！文王曰：不可。夫天之見妖也，以罰有罪也。我必有罪，故天以此罰我也。今故興事動衆以增國城，是重吾罪也。不可。重，猶益也。移咎徵於他人，是重吾罪，故曰不可。文王曰：昌也請改行重善以移之，其可以免乎！於是謹其禮秩，皮革，以交諸侯，飭其辭令，飭，讀如敕。飭正其辭令也。幣帛，以禮豪士，幣，圭璧、帛、玄纁也。材倍百人曰豪也。頒其爵列，等級、田疇，以賞一作賓。羣臣。無幾何，疾乃止。止，除也。文王即位八年而地動，已動之後四十三年，凡文王立國五十一年而終。此文王之所以止殃剪妖也。剪，除也。宋景公之時，熒惑在心。景公，元公佐之子欒。熒惑，五星之一，火之精也。心，東方宿，宋之分野。公懼，召子韋而問焉？曰：熒惑在心，何也？子韋，宋之太史，能占宿度者。故問之。子韋曰：熒惑者，天罰也；心者，宋之分野也。禍當於君。雖然，可移於宰相，公曰：宰相，所與治國家也，而移死焉，不祥。祥，吉。子韋曰：可移於民。公曰：民死，寡人將誰爲君乎？寧獨死。《傳》曰：后非衆無以守

邑。故曰：將誰爲君乎？子韋曰：可移於歲。公曰：歲害則民饑，穀不熟爲饑也。民饑必死，爲人君而殺其民以自活也，其誰以我爲君乎？《傳》曰：衆非元后何戴。故曰：其誰以我爲君。是寡人之命固盡已，子無復言矣。子韋還走，北面載拜曰：臣敢賀君。天之處高而聽卑。君有至德之言三，天必三賞君。今夕熒惑其徙三舍，君延年二十一歲。公曰：子何以知之？對曰：有三善言，必有三賞，熒惑有三徙舍。舍行七星，星，宿也。星一徙一年，三七二十一，臣故曰君延年二十一歲矣。以德復星也。徙三舍固其理也。死生有命，不可益矣。而延二十一歲，誘無聞也。臣請伏於陛下以伺候之。熒惑不徙，臣請死。公曰：可。是夕熒惑果徙三舍。

**《呂氏春秋註·節喪》**二曰：審知生，聖人之要也；審知死，聖人之極也。知生也者，不以害生，養生之謂也；知死也者，不以害死，安死之謂也。此二者，聖人之所獨決也。決，知。凡生於天地之間，其必有死，所不免也。《莊子》曰：生，寄也；死，歸也。故曰所不免。孝子之重其親也，重，尊。慈親之愛其子也，愛心不能亡也。痛於肌骨，性也。所重所愛，死而棄之溝壑，人之情不忍爲也，故有葬死之義。言情不忍棄之溝壑，故有葬送之義。葬也者，藏也，慈親孝子之所慎也。慎，重也。慎之者，以生人之心慮。慮，訃也。以生人之心爲死者慮也，莫如無動，莫如無發。無發無動，莫如無有可利，則此之謂重閉。無有可利，若楊王孫儉葬，人不發掘，不見動搖，謂之重閉也。古之人，有藏於廣野深山而安者矣，非珠玉國寶之謂也，葬不可不藏也。葬淺則狐狸相之，扣，讀曰掘。深則及於水泉。故凡葬必於高陵之上，以避狐狸之患，水泉之濕。此則善矣，而忘姦邪、盜賊、寇亂之難，豈不惑哉？厚葬，人利之，必有此難。故謂之惑也。譬之若瞽師之避柱也，避柱而疾觸杙也。狐狸、水泉、姦邪、盜賊、寇亂之患，此杙之大者也。慈親孝子避一作備。之者，得葬之情矣。得薄葬之情也。善棺椁，所以避一作備。螻蟻蛇蟲也。今世俗大亂之主愈侈其葬，則心非爲乎死者慮也，生者以相矜尚也。慮，計也。以厚葬奢侈相高大，不爲葬者必發掘之計也。故曰：生者以相矜尚也。侈靡者以爲榮，榮，譽也。儉節者以爲陋，不以便死爲故，故，事。而徙以生者之誹譽爲務。此非慈親孝子之心也。父雖死，孝子之重之不怠；重，尊。怠，懈。子雖死，慈親之愛之不懈。夫葬所愛所重，而以生者之所甚欲，其以安之也，若之何哉？甚欲，欲厚葬也。厚葬必見發掘，故曰：其以安之也，若之何哉？言不安也。民之於利也，犯流矢蹈白刃，涉血盬肝以求之。盬，古抽字。野人之無聞者，忍親戚、兄弟、知交以求利。無聞禮義。今無此之危，無此之醜，醜，恥。其爲利甚厚，乘車食肉，澤及子孫。雖聖人猶不能禁，而況於亂？國彌大，彌，猶益也。家彌富，葬彌厚。含珠鱗施，含珠，口實也。鱗施，施玉於死者之體，如魚鱗也。夫玩好貨寶，鐘鼎壺濫，以冰置水漿於其中爲濫，取其冷也。輦馬衣被戈劍，不可勝其數，諸養生之具，無不從者。諸養生之具無不從。從，送也。以送死人。題湊之室，室，椁藏也。題湊，複累。棺椁數襲，襲，重。積石積炭，以環其外。石以其堅，炭以禦濕。環，繞也。姦人聞之，傳以相告。告，語也。上雖以嚴威重罪禁之，猶不可止。不能止其發掘。且死者彌久，生者彌疏，生者彌疏，則守者彌怠；守者彌怠，而葬器如故，言寶賂不渝變。其勢固不安矣。世欲之行喪，載之以大輴，大輴，車也。羽旄旌旗如雲，僕翣以督之，珠玉以備之，黼黻文章以飾之，喪車有羽旄旌旗之飾，有雲氣之畫。僕，蓋也。翣，棺飾也。畫黼黻之狀如扇翣於僕邊。天子八，諸侯六，大夫四也。引紼者左右萬人以行之，紼，引棺索也。禮送葬皆執紼。以軍制立之然後可。制，法。以此觀世，觀世，猶示人也。則美矣，侈矣，以此爲死，則不可也。於死人不可也。苟便於死，則雖貧國勞民，一作身。若慈親孝子者之所不辭爲也。

**《呂氏春秋註·安死》**三曰：世之爲丘壟也，其高大若山，其樹之若林，木聚生曰林也。其設闕庭，爲宮室，造寘阼也若都邑。寘，阼，阼階也。若爲都邑之制。以此觀世示富則可矣，以此爲死則不可也。夫死。其視萬歲猶一瞚也。瞚者，穎川人相視曰瞚也。一曰瞑者，謂人臥始覺也。人之壽，久之不過百，中壽不過六十。以百與六十爲無窮者之慮，慮，謀也。其情必不相當矣。以無窮爲死者之慮，則得之矣。今有人於此，爲石銘置之壟上，曰：此其中之物，具珠玉，玩好，財物，寶器甚多，不可不扣，扣，發也。扣之必大富，世世乘車食肉。謂扣墓富而得爵祿，故乘車食肉，世世相傳也。人必相與笑之，以爲大惑。惑，悖也。世之厚葬也，有似於此。自古及今，未有不亡之國也；無不亡之國者，是無不扣之墓也。以耳目所聞見，齊、荊、燕嘗亡矣，宋、中山已亡矣，趙、魏、韓皆亡矣，其皆故國矣。自此以上者，亡國不可勝數。上，猶前也。不可勝數，亡國多也。是故大墓無不扣也。而世皆爭爲之，豈不悲哉？君之不令民，令，善。父之不孝子，兄之不悌弟，皆鄉裏之所釜甑者而逐之。以釜甑食之人，皆欲討逐之。憚耕稼採薪之勞，不肯官人事，既憚耕稼，又不肯居官循治人事也。而祈美衣侈食之樂，祈，求。智巧窮屈，無以爲之。窮，極。屈，盡。於是乎聚羣多之

徙，以深山廣澤林藪，扑擊遏奪，又視名丘大墓葬之厚者，求舍便居，以微扣之，日夜不休，必得所利，相與分之。夫有所愛所重，而令姦邪、盜賊、寇亂之人卒必辱之，此孝子、忠臣、親父、交友之大事。《傳》曰：宋文公卒，始厚葬，用蜃炭，益車馬，始用殉，重器備，椁有四阿，棺有翰檜，君子謂華元、樂呂於是不臣。臣治煩去惑者也，是以伏死而爭。今二子者，君生則縱其惑，死也又益其侈，是棄君於惡也，何臣之爲？此之謂也。堯葬於穀林，通樹之；通林以爲樹也。《傳》曰：堯葬成陽，此云穀林，成陽山下有穀林。舜葬於紀市，不變其肆；市肆如故，言不煩民也。《傳》曰：舜葬蒼梧九疑之山，此云於紀市，九疑山下亦有紀邑。禹葬於會稽，不變人徙。變，動也。言無所興造，不擾民也。會稽山在會稽山陰縣南。是故先王以儉節葬死也，非愛其費也，費，財也。非惡其勞也，惡猶患也。以爲死者慮也。先王之所惡，惟死者之辱也。發則必辱，儉則不發。故先王之葬，必儉，必合，必同。何謂合？何謂同？葬於山林則合乎山林，葬於阪隰一作阪阬。則同乎阪隰。此之謂愛人，夫愛人者衆，知愛人者寡。謂凡愛死人之者衆，多厚葬之。知所以愛之者寡，言能儉葬者少也。故宋未亡而東冢拘，東冢，文公冢也。文公厚葬，故冢被發也。冢在城東，因謂之東冢。齊未亡而莊公冢拘。莊公名購僖公之父。以葬厚，冢見發。國安寧而猶若此，又況百世之後而國已亡乎？故孝子、忠臣、親父、交友不可不察於此也。夫愛之而反危之，其此之謂乎！使見發掘之謂。《詩》曰：不敢暴虎，不敢馮河。人知其一，莫知其他。此言不知鄰類也。《詩・小雅・小旻》之卒章也。無兵搏虎曰暴。無舟渡河曰馮。喻小人而爲政，不可以不敬，不敬之則危，猶暴虎、馮河之必死也。人知其一，莫知其他。一，非也，人皆知小人爲非，不知不敬小人之危死，故曰：不知鄰類也。故反以相非，反以相是。其所非方其所是也，其所是方其所非也。方，此。是非未定，而喜怒鬬爭反爲用矣。吾不非鬬，不非爭，非猶罪也。而非所以鬬，非所以爭。故凡鬬爭者，是非已定之用也。今多不先定其是非，而先疾鬬爭，此惑之大者也。魯季孫有喪，孔子往弔之。入門而左，從客也。主人以瑉璠收，喪，季平子意如之喪也。桓子斯在喪位，孔子弔之，入門而左行，故曰從客位也。主人以瑉璠收，收，斂者也。孔子徑庭而趨，歷級而上，上堂。曰：以寶玉收，譬之猶暴骸中原也。瑉璠，君佩玉也。昭公在外，平子行君事，入宗廟佩瑉璠，故用之。孔子以平子逐昭公出之，其行惡，不當以斂，而反用之，肆行非度，人又利之，必見發掘，故猶暴骸中原也。徑庭歷級，非禮也；雖然，以救過也。孔子：拜下，禮也。今拜乎上，泰也。雖違衆，吾從下。言不欲違禮，亦不欲人之失禮，故歷級也。

《呂氏春秋註・審分》一曰：凡人主必審分，然後治可以至，主，謂君也。分，謂仁義禮律殺生與奪之分也。至者，至於治也。姦僞邪辟之塗可以息，息，滅也。惡氣苛疾無自至。自，從也。君德合則祥瑞應，故苛疾無從來至也。夫治身與治國，一理之術也。身治則國治，故曰：一理之術也。今以衆地者，公作則遲，有所匿其力也；作，爲也。遲，徐也。遲用其力而不勤也。分地則速，無所匿遲也。分地，獨也。速，疾也。獲稼檟則入己分而有之，各自欲得疾成，無藏匿，無舒遲也。主亦有地，臣主同地，則臣有所匿其邪矣，邪，私也。不欲君知，故蔽之也。主無所避其累矣。累，猶負也。謂主不以正臨之，令臣自欲容私，故君無所避其負也。凡爲善難，任善易。奚以知之？人與驥俱走，則人不勝驥矣；居於車上而任驥，則驥不勝人矣。人主好治人官一作臣。之事，則是與驥俱走也，言君好爲人臣之官事，是謂與驥俱走，無以勝之也。必多所不及矣。言力不贍也。好自治人臣之所官事亦如之。夫人主亦有車，居無去車，去，猶釋也。去，讀去就之去。則衆善皆盡力竭能矣，諂諛詖賊巧佞之人無所竄其姦矣，竄猶容也。堅窮廉直，堅，剛也。忠敦之士畢競勸騁驚矣。畢，盡。人主之車，所以乘物也。察乘物之理，則四極可有。察，明也。有之易也。不知乘物，而自怙恃，奪其智能，多其教詔，而好自以，詔亦教。以，用也。若此則百官恫擾，恫，動。擾，亂。少長相越，萬邪並起，權威分移，政在家門。不可以卒，不可以教，此亡國之風也。風，化。王良之所以使馬者，約審之以控其轡，而四馬莫敢不盡力。王良，晉大夫孫無正郵良也，以善御之功，死託精於星。天文王良策駟是也。有道之主，其所以使羣臣者亦有轡。其轡何如？正名審分，是治之轡已。故按其實而審其名，以求其情；聽其言而察其類，無使放悖。放，縱也。悖，亂也。夫名多不當其實，而事多不當其用者，故人主不可以不審名分也。不審名分，是惡壅而愈塞也。名，虛實爵號之名也。分，殺生與奪之分也。《傳》曰：唯器與名，不可以假人，君之所慎也。故曰：不可不審。愈，益也。不審之而欲治，猶惡濕而居下也，故曰：惡壅而愈塞也。壅塞之任，不在臣下，在於人主。君明則臣忠，臣忠則政無壅塞，故曰在於人主。堯、舜之臣不獨義，湯、禹之臣不獨忠，得其數也；御之得其術。桀、紂之臣不獨鄙，幽、厲之臣不獨辟，失其理也。厲王，周宣王之父。幽王，周宣王之子。言先幽、厲，偶文耳。殺戮不辜曰厲，壅過不達曰幽，皆惡謚也。今有人於此，求牛則名馬，求馬則名牛，所求必不得矣；失其名，故不得也。而因用威怒，有司必誹怨矣，牛馬必擾亂矣。百官，衆有司也；萬物，一作拜。羣牛馬也。不正其名，不分其職，而數用刑罰，亂莫大

焉。夫說以智通，而實以過一作遇。悅；；以，用。譽以高賢，而充以卑下；；充，實。贊以潔白，而隨以汙德；；以汙穢之德，隨潔白之蹤，里諺所謂牛頭而賣馬脯，此理之謂也。任以公法，而處以貪枉；；與上賣馬脯義同。用以勇敢，而煙以罷怯。將行罷怯，以充勇敢之用。故芎窮之似蘼蕪，蛇床之類薇蕪，碧慮之亂美玉，非猗頓不能別也。闇主之於名實，亦不能知也，是以趙高壅蔽二世，以鹿爲馬，此之類也。此五者，皆以牛爲馬，以馬爲牛，名不正也。故名不正，則人主憂勞勤若，而官職煩亂悖逆矣。國之亡也，名之傷也，從此生矣。白之顧益黑，顧，反。求之愈不得者，其此義耶！此牛名馬之類也。故至治之務，在於正名，名正則人主不憂勞矣，不憂勞則不傷其耳目之主。主猶性也。問而不詔，詔，教也。好問而行之，不自專獨爲教詔。知而不爲，雖知與之，不與爲名其功也。和而不矜，和則成矣，不自矜伐。成而不處，處，居也。《老子》曰：功成而弗居，此之謂也。止者不行，行者不止，因形而任之，不制於物，無肯爲使，止者不行，謂土也。行者不止，謂水也。因形而任之，不令土行，不令水止也。不制物者，不爲物所制，物不能制之也。若此人者，王公不能屈，何肯爲人之使令者乎？清靜以公，公，正。神通乎六合，德耀乎海外，六合，四方上下也。海外，四海之外。意觀乎無窮，譽流乎無止，流，行。此之謂定性於大湫，性，命也。大湫，猶大竇。命之曰無有。無有，無形也。道無形，無形，言得道也。故得道忘人，乃大得人也，夫非其道也。得道，澹然得無所思慮，故忘人也。而人慕之，此乃所以大得人也。夫非道也。亦在其人也。不能使人人得之也，故曰：夫非其道也。知德忘知，乃大得知也，夫其非德也。自知有德，忘人知之，而人仰之，此乃所以大得知也。夫其非德也，亦在其人也。不能人人知之也，故曰：夫其非德。至知不幾，靜乃明幾也，夫其不明也。幾，近也。至有德，雖萬里人猶知之，故曰不幾也。靜，安也。安處其德，乃所以使人明之也。望遠若近，故曰：靜乃明幾也。夫其不明也。亦在其人也。明不能使人人見之，故曰：夫其不明也。大明不小事，假乃事理也，夫其不假。大明者，垂拱無爲而化流行，不治小事也。假，攝。若周公，魯隱勤理成致之也。夫其不假也，亦在其人也。久假不歸，惡乃知非，故曰：夫其不假也。莫人不能，全乃備能也，夫其不全也。假攝者，務濟國事，事濟歸之，故曰：莫人不能，全乃備能也。夫其不全也，亦在其人也，周公有流言之謗，魯隱有鍾巫之難，故曰：夫其不全也。推其本情，但管、蔡傾邪，不達聖人之旨也，其大乎子罼有欲太宰之志，於是生之也。是故於全乎去能，於假乎去事，於知乎去幾，所知者妙矣。妙，微也。若此則能順其天，意氣得游乎寂寞之宇矣，形性得安乎自然之所矣。全乎萬物而不宰，宰，主。澤被天下而莫知其所自姓，自，姓。始，首。雖不備五者，其好之者是也。人於此五者，雖不能備有，但能好慕則幾矣。

**《嵇中散集・養生論》** 世或有謂神仙可以學得，不死可以力致者。或云：上壽百二十，古今所同，過此以往，莫非妖妄者。此皆兩失其情。請試粗論之。夫神仙雖不目見，然記籍所載，前史所傳，較而論之，其有必矣！似特受異氣，稟之自然，非積學所能致也。至於導養得理，以盡性命，上獲千餘歲，下可數百年，可有之耳。而世皆不精，故莫能得之。何以言之？夫服藥求汗，或有弗獲；；而愧情一集，渙然流離。終朝未餐，則囂然思食；；而曾子銜哀，七日不飢。夜分而坐，則低迷思寢，內懷殷憂，則達旦不瞑。勁刷理鬢，醇醴發顏，僅乃得之；；壯士之怒，赫然殊觀，植髮衝冠。由此言之，精神之於形骸，猶國之有君也。神躁於中，而形喪於外，猶君昏於上，國亂於下也。夫爲稼於湯之世，偏有一溉之功者，雖終歸燋爛，必一溉者後枯。然則一溉之益，固不可誣也。而世常謂一怒不足以侵性，一哀不足以傷身，輕而肆之，是猶不識一溉之益，而望嘉穀於旱苗者也。是以君子知形恃神以立，神須形以存，悟生理之易失，知一過之害生。故修性以保神，安心以全身。愛憎不棲於情，憂喜不留於意，泊然無感，而體氣和平；；又呼吸吐納，服食養身，使形神相親，表裏俱濟也。夫田種者，一畝十斛，謂之良田，此天下之通稱也。不知區種可百餘斛。田、種一也，至於樹養不同，則功收相懸。謂商無十倍之價，農無百斛之望，此守常而不變者也。且豆令人重，榆令人瞑，合歡蠲忿，萱草忘憂，愚智所共知也。薰辛害目，豚魚不養，常世所識也。蝨處頭而黑，麝食柏而香，頸處險而瘦，齒居晉而黃。推此而言，凡所食之氣，蒸性染身，莫不相應。豈惟蒸之使重而無使輕，害之使暗而無使明，薰之使黃而無使堅，芬之使香而無使延哉？故神農，曰：上藥養命，中藥養性者，誠知性命之理，因輔養以通也。而世人不察，惟五穀是見，聲色是耽，目惑玄黃，耳務淫哇，滋味煎其府藏，醴醪鬻其腸胃，香芳腐其骨髓，喜怒悖其正氣，思慮銷其精神，哀樂殃其平粹。夫以蕞爾之軀，攻之者非一塗；；易竭之身而外內受敵，身非木石，其能久乎？其自用甚者，飲食不節，以生百病；；好色不倦，以致乏絕；；風寒所災，百毒所傷，中道夭於衆難。世皆知笑悼，謂之不善持生也。至於措身失理，亡之於微，積微成損，積損成衰，從衰得白，從白得老，從老得終，悶若無端。中智以下，謂之自然。縱少覺悟，咸歎恨於

所遇之初，而不知慎衆險於未兆。是由桓侯抱將死之疾，而怒扁鵲之先見，以覺痛之日爲受病之始也。害成於微，而救之於著，故有無功之治；馳騁常人之域，故有一切之壽。仰觀俯察，莫不皆然。以多自證，以同自慰，謂天地之理，盡此而已矣。縱聞養生之事，則斷以所見，謂之不然；其次狐疑，雖少庶幾，莫知所由；其次自力服藥，半年一年，勞而未驗，志以厭衰，中路復廢。或益之以畎澮，而泄之以尾閭，欲坐望顯報者；或抑情忍俗，割棄榮願，而嗜好常在耳目之前，所希在數十年之後，又恐兩失，內懷猶豫，心戰於內，物誘於外，交餘相傾，如此復敗者。夫至物微妙，可以理知，難以目識。辟猶豫章生七年，然後可覺耳。今以躁競之心，涉希靜之塗，意速而事遲，望近而應遠，故莫能相終。夫悠悠者既以未效不求，而求者以不專喪業，偏恃者以不兼無功，追術者以小道自溺。凡若此類，故欲之者萬無一能成也。善養生者則不然矣，清虛靜泰，少私寡欲。知名位之傷德，故忽而不營，非欲而強禁也；識厚味之害性，故棄而弗顧，非貪而後抑也。外物以累心不存，神氣以醇白獨著。曠然無憂患，寂然無思慮。又守之以一，養之以和，和理日濟，同乎大順。然後蒸以靈芝，潤以醴泉，晞以朝陽，綏以五絃，無爲自得，體妙心玄，忘歡而後樂足，遺生而後身存。若此以往，庶可與羨門比壽，王喬爭年，何爲其無有哉！

**《嵇中散集・黃門郎向子期難養生論》** 難曰：若夫節哀樂，和喜怒，適飲食，調寒暑，亦古人之所修也。至於絕五穀，去滋味，寡情欲，抑富貴，則未之敢許也。何以言之？夫人受形於造化，與萬物並存，有生之最靈者也。異於草木，草木不能避風雨，辭斤斧；殊於鳥獸，鳥獸不能遠網羅而逃寒暑。有動以接物，有智以自輔，此有心之益，有智之功也。若閉而默之，則與無智同，何貴於有智哉？有生則有情，稱情則自然。若絕而外之，則與無生同，何貴於有生哉？且夫嗜欲，好榮惡辱，好逸惡勞，皆生於自然。夫天地之大德曰生，聖人之大寶曰位。崇高莫大於富貴，然富貴，天地之情也。貴則人順己以行義於下，富則所欲得以有財聚人，此皆先王所重，關之自然，不得相外也。又曰：富與貴，是人之所欲也，但當求之以道義，在上以不驕無患，持滿以損儉不溢。若此，何爲其傷德耶？或覩富貴之過，因懼而背之，是猶見食之有噎，因終身不飡耳。神農唱粒食之始，后稷纂播植之業，鳥獸以之飛走，生民以之視息，周孔以之窮神，顏冉以之樹德，賢聖珍其業，歷百代而不廢。今一旦云五穀非養生之宜，肴醴非便性之物，則亦有和羹，黃耆無疆，爲此春酒以介眉壽，皆虛言也。博碩肥腯，上帝是饗；黍稷惟馨，實降神祇。神祇且猶重之，而況於人乎？肴糧入體不踰旬而充，此自然之符，宜生之驗也。夫人含五行而生，口思五味，目思五色，感而思室，飢而求食，自然之理也，但當節之以禮耳。今五色雖陳，目不敢視；五味雖存，口不得嘗。以言爭而獲勝則可，焉有勺藥爲茶蓼，西施爲嫫母，忽而不欲哉？苟心識可欲而不得從，性氣困於防閑，情志鬱而不通，而言養之以和，未之聞也。又云：導養得理，以盡性命，上獲千餘歲，下可數百年，未盡善也。若信可然，當有得者，此人何在？目未之見，此殆影響之論，可言而不可得。縱時有耆壽耆老，此自特受一氣，猶木之有松栢，非導養之所致。若性命以巧拙爲長短，則聖人窮理盡性，宜享遐期。而堯舜、禹湯、文武、周孔，上獲百年，下者七十，豈復跼於導養耶？顧天命有限，非物所加耳。且生之爲樂，以恩愛相接，天理人倫，燕婉娛心，榮華悅志，服饗滋味以宣五情，納御聲色以達性氣，此天理自然，人之所宜，三王所不易也。今若舍聖軌而恃區種，離親棄歡，約己苦心，欲積塵露以望山海，恐此功在身後，實不可異也。縱令勤求，少有所獲，則顧影尸居，與木石爲鄰。所謂不病而自灸，無憂而自默，無喪而跼食，無罪而自幽，追虛徼幸，功不答勞，以此養生，未聞其宜。故相如曰：必若長生而不死，雖濟萬世猶不足以喜。言背情失性，而不本天理也。長生且猶無歡，況以短生守之耶？若有顯驗，且更論之。

**《嵇中散集・答難養生論》** 答曰：所以貴智而尚動者，以其能益生而厚身也。然欲動則悔吝生，智行則前識立；前識立則志開而物遂，悔吝生則患積而身危。二者不藏之於內而接於外，秖足以災身，非所以厚生也。夫嗜欲雖出於人，而非道之正，猶木之有蝎，雖木之所生，而非木宜也。故蝎盛則木朽，欲勝則身枯。然則欲與生不並立，名與身不俱存，略可知矣。而世未之悟，以順欲爲得生，雖有後生之情，而不識生生之理，故動之死地也。是以古之人知酒肉爲甘鴆，棄之如遺；識名位爲香餌，逝而不顧。使動足資生，不濫於物；知正其身，不營於外；背其所害，向其所利。此所以用智遂生之道也。故智之爲美，美其益生而不羨；生之爲貴，貴其樂和而不交。豈可疾智而輕身，勤欲而賤生哉？且聖人寶位，以富貴爲崇高者，蓋謂人君貴爲天子，富有四海，民不可無主而存，主不能無尊而立，故爲天下而尊君

位，不爲一人而重富貴也。又曰：富與貴是人之所欲者，蓋爲季世惡貧賤而好富貴也，未能外榮華而安貧賤。且抑使由其道而不爭，不可令其力爭，故許其心競。中庸不可得，故與其狂狷，此俗談耳，不言至人當貪富貴也。聖人不得已而臨天下，以萬物爲心，在宥羣生，由身以道，與天下同於自得。穆然以無事爲業，坦爾以天下爲公。雖居君位，饗萬國，恬若素士接賓客也；雖建龍旂，服華衮，忽若布衣之在身。故君臣相忘於上，蒸民家足於下。豈勸百姓之尊己，割天下以自私，以富貴爲崇高，心欲之而不已哉！且子文三顯，色不加悅；柳惠三黜，容不加戚。何者？令尹之尊不若德義之貴，三黜之賤不傷冲粹之美。二子嘗得富貴於其身，終不以人爵嬰心，故視榮辱如一。由此言之，豈云欲富貴之情哉？請問：錦衣繡裳不陳於闇室者何？必顧衆而動，以毀譽爲歡戚也夫！然則欲之患其得，得之懼其失，苟患失之，無所不至矣。在上何得不驕，持滿何得不溢。求之何得不苟，得之何得不失耶？且君子出其言，善則千里之外應之，豈在於多欲以貴得哉！奉法循理，不絓世網，以無罪自尊，以不仕爲逸，遊心乎道義，偃息乎卑室，恬愉無澶而神氣條達，豈須榮華，然後乃貴哉！耕而爲食，蠶而爲衣，衣食周身則餘天下之財，猶渴者飲河，快然以足，不羨洪流，豈待積斂，然後乃富哉！君子之用心若此，蓋將以名位爲贅瘤，資財爲塵垢也，安用富貴乎？故世之難得者，非財也，非榮也，患意之不足耳！意足者，雖耦耕甽畝，被褐啜菽，豈不自得？不足者，雖養以天下，委以萬物，猶未慊然。則足者不須外，不足者無外之不須也。無不須，故無往而不乏；無所須，故無適而不足。不以榮華肆志，不以隱約趨俗，混乎與萬物並行，不可寵辱，此真有富貴也。故遺貴欲貴者，賤及之；故忘富欲富者，貧得之，理之然也。今居榮華而憂，雖與榮華偕老，亦所以終身長愁耳！故老子曰：樂莫大於無憂，富莫大於知足。此之謂也。難曰：感而思室，飢而求食，自然之理也。誠哉是言！今不使不室，不食，但欲令室，食得理耳。夫不慮而欲，性之勤也；識而後感，智之用也。性動者，遇物而當，足則無餘；智用者，從感而求，勘而不已。故世之所患，禍之所由，常在於智用，不在於性動。令使瞽者遇室，則西施與嫫母同情；矇者忘味，則糟糠與精粺等甘。豈識賢愚好醜，以愛憎亂心哉！君子識智以無恒傷生，欲以逐物害性，故智用則收之以恬，性動則糾之以和。使智上於恬，性足於和，然後神以默醇，體以和成，去累除害，與彼更生，所謂不見可欲，使心不亂者也。縱令滋味常染於口，聲色已開於心，則可以至理遣之，多算勝之。何以言之也？夫欲官不識君位，思室不擬親戚。何者？止其所不得，則不當生心也。故嗜酒者自抑於鴆醴，貪食者忍飢於漏脯。知吉凶之理，故背之不惑，棄之不疑也，豈恨向不得酣飲與大嚼哉！且逆旅之妾，惡者以自惡爲貴，美者以自美得賤。美惡之形在目，而貴賤不同，是非之情先著，故美惡不能移也。荀云：理足於內，乘一以御外，何物之能默哉？由此言之，性氣自和，則無所困於防閑；情志自平，則無鬱而不通。世之多累，由見之不明耳。又常人之情遠，雖大莫不忽之；近，雖小莫不存之。夫何故哉？誠以交賒相奪，識見異情也。三年喪，不內御，禮之禁也，莫有犯者。酒色乃身之讎也，莫能棄之。由此言之，禮禁雖小，不犯；身讎雖大，不棄。然使左手據天下之圖，右手旋害其身，雖愚夫不爲。明天下之輕於其身，酒色之輕於天下，又可知矣。而世人以身殉之，斃而不悔，此以所重而要所輕，豈非背賒而趣交耶？智者則不然矣，審輕重然後動，量得失以居身。交賒之理同，故備遠如近。慎微如著，獨行衆妙之門，故於始無虞。此與夫貪欲而快意者何殊間哉？難曰：聖人窮理盡性，宜享遐期。而堯、孔上獲百年，下者七十，豈復疏於導養乎？案論堯、孔，雖稟命有限，故導養以盡其壽。此則窮理之致，不爲不養生得百年也。且仲尼窮理盡性，以至七十；田父以六弊憃愚，有百二十者。若以仲尼之至妙，資田父之至拙，則千歲之論奚所怪哉？且凡聖人，有損己爲世，表行顯功，使天下慕之，三徙成都者；或非食勤躬，經營四方，心勞形困，趣步失節；或奇謀潛稱，爰及干戈，威武殺伐，功利爭奪；或脩身以明汙，顯智以驚愚，藉名高於一世，取准的於天下，又勤誨善誘，聚徒三千，口勘談議，身疲磬折，形若救孺子，視若營四海，神馳於利害之端，心騖於榮辱之塗，俛仰之間，已再撫宇宙之外者。若比之於內視反聽，愛氣嗇精，明白四達而無執無爲，遺世坐忘以寶性全真，吾所不能同也。今不言松栢不殊於榆柳也，然則中年枯隕，樹之重蜾，則榮茂日新，此亦毓形之一觀也。寶公無所服御，而致百八十，豈非鼓琴和其心哉？此亦養神之一微也。火鑽十八日，寒鑽三十日餘，以不得踰時之命，而將養有過倍之隆。溫肥者早終，涼瘦者遲竭，斷可識矣。園馬養而不乘用，皆六十歲，體疲者速彫，形全者難斃，又可知矣。富貴多殘，伐之者衆也；野人多壽，傷之者寡也。亦可見矣。令能使目與瞽者同

功，口與瞶者等味，遠害生之具，御益性之物，則始可與言養性命矣！難曰：神農唱粒食之始，鳥獸以之飛走，生民以之視息。令不言五穀非神農所唱也，既言上藥，又唱五穀者，以上藥希寡，艱而難致，五穀易殖，農而可久，所以濟百姓而繼夭閼也，並而存之。唯賢志其大，不肖者志其小耳。此同出一人，至當歸止痛，用之不已；耒耜墾辟，從之不輟，何養命蔑而不議？此殆玩所先習，恠於所未知。且平原則有棗栗之屬，池沼則有菱芡之類，雖非上藥，猶於黍稷之篤恭也。豈云視息之具，唯立五穀哉！又曰：黍稷惟馨，實降神祇。蘋蘩蘊藻，非豐肴之匹；潢汙行潦，非重酎之對，薦之宗廟，感靈降祉。是知神饗德之與信，不以所養爲生。猶九土述職，各貢方物以效誠耳。又曰：肴糧入體，益不踰旬。以明宜生之驗，此所以困其體也。令不言肴糧無充體之益，但謂延生非上藥之偶耳。請借以爲難。夫所知麥之善於菽，稻之勝於稷，由有效而識之。假無稻、稷之域，必以菽麥爲珍養，謂不可尚矣。然則世人不知上藥良於稻稷，猶守菽麥之賢於蓬蒿，而必天下之無稻稷也。若能杖藥以自永，則稻稷之賤，居然可知。君子知其若此，故准性理之所宜，資妙物以養身；植玄根於初九，吸朝霞以濟神。今若以肴酒爲壽，則未聞高陽有黃髮之叟也；若以充性爲賢，則未聞鼎食有百年之寘也。且冉生嬰疾，顏子短折，穰歲多病，飢年少疾。故狄食米而生癩，瘡得穀而血浮，馬秣粟而足重，鴈食粒而身留。從此言之，鳥獸不足報功於五穀，生民不足受德於田疇也。而人竭力以營之，殺身以爭之。養親獻尊，則唯菊芬粱(稻)；聘享嘉會，則肴饌旨酒。而不知皆淖溺筋腋，易糜速腐；初雖甘香，入身臭處；竭脣精神，染汚六府；鬱穢氣蒸，自生災蠹；饕搖所階，百疾所附；味之者口爽，服之得短祚。豈若流泉甘醴，瓊藥玉英；金丹石菌，紫芝黃精，皆衆靈含英，獨發奇生，貞香難歇，和氣充盈，澡雪五臟，疏徹開明，吮之者體輕。又練骸易氣，染骨柔筋；滌垢澤穢，志凌青雲。若此以往，何五穀之養哉？且螟蛉有子，果蠃負之，性之變也；橘渡江爲枳，易土而變，形之異也。納所食之氣，還質易性，豈不能哉？故赤斧以練丹赬髮，涓子以术精久延，偓佺以松實方目，赤松以水玉乘煙，務光以蒲韭長耳，邛疏以石髓駐年，方回以雲母變化，昌容以蓬蓂易顏。若此之類，不可詳載也。孰云五穀爲最，而上藥無益哉？又責千歲以來，目未之見，謂無其人。即問談者：見千歲人，何以別之？欲校之以形，則與人不異，欲驗之以年，則朝菌無以知晦朔，蜉蝣無以識靈龜。然則千歲雖在市朝，固非小年之所辨矣。彭祖七百，安期千年，則狹見者謂書籍妄記；劉根遐寢不食，或謂偶能忍飢；仲都冬倮而體溫，夏裘而身涼，桓譚謂偶耐寒暑；李少君識桓公王楗，則阮生謂之逢占而知；堯以天下禪許由，而揚雄謂好大爲之。凡若此類，上以周孔爲關鍵，畢志一誠；下以嗜欲爲鞭策，欲罷不能。馳驟於世教之內，爭巧於榮辱之間。以多同自減，思不出位，使奇事絕於所見，妙理斷於常論，以言變通達微，未之聞也。久慆閑居，謂之無歡；深恨無肴，謂之自愁；以酒色爲供養，謂長生爲無聊。然則子之所以爲歡者，必結駟連騎，食方丈於前也。夫俟此而後爲足，謂之天理自然者，皆役身以物，喪志於欲，原性命之情，有累於所論矣！夫渴者唯水之是見，酌者唯酒之是求，人皆知乎生於有疾也。今若以從欲爲得性，則渴酌者非病，淫湎者非過，桀、跖之徒皆得自然，非本論所以明至理之意也。夫至理誠微，善溺於世，然或可求諸身而後悟，校外物以知之者。人從少至長，降殺好惡有盛衰。或稚年所樂，壯而棄之；始之所薄，終而重之。當其所悅，謂不可奪；值其所醜，謂不可歡。然還成易地，則情變於初。苟嗜欲有變，安知今之所耽不爲臭腐；曩之所賤不爲奇美耶？假令斯養暴登卿尹，則監門之類蔑而遺之。由此言之，凡所區區一域之情耳，豈必不易哉？又飢飡者於將獲所欲，則悅情注心，飽滿之後，釋然疏之，或有厭惡，然則榮華酒色有可疏之時。蚺蛇珠於越土，中國遇而惡之；觸鼈貴於華夏，裸國得而棄之。當其無用，皆中國之蚺蛇，裸國之觸鼈也。以大和爲至樂，則榮華不足顧也；以恬澹爲至味，則酒色不足欽也。苟得意有地，俗之所樂，皆糞土耳，何足戀哉？令談者不覩至樂之情，甘減年殘生，以從所願。此則李斯背儒，以殉一朝之欲；主父發憤，思調五鼎之味耳。且鮑肆自玩而賤蘭茝，猶海鳥對太牢而長愁，文侯聞雅樂而塞耳。故以榮華爲生具，謂濟萬世不足以喜耳。此皆無主於內，借外物以樂之，外物雖豐，哀亦備矣。有主於中，以內樂外，雖無鐘鼓，樂已具矣。故得志者，非軒冕也；有至樂者，非充屈也，得失無以累之耳。且父母有疾，在困而瘳，則憂喜並用矣。由此言之，不若無喜可知也。然則樂豈非至樂耶？故順天和以自然，以道德爲師友；玩陰陽之變化，得長生之永久；任自然以託身，並天地而不朽者，孰享之哉？養生有五難：名利不滅，此一難也；喜怒不除，此二難也；聲色不去，此三難

也；滋味不絕，此四難也；神慮轉發，此五難也。五者必存，雖必希難老。口誦至言，咀嚼英華，呼吸太陽，不能不廻其操，不夭其年也。五者無於胷中，則信順日濟，玄德日全，不祈喜而有福，不求壽而自延，此養生大理之所效也。然或有行踰曾閔，服膺仁義，動由中和，無甚大之累，便謂仁理已畢，以此自臧，而不盡喜怒，平神氣，而欲卻老延年者，未之聞也。或抗志希古，不榮名位，因自高於馳騖；或運智御世，不嬰禍，故以此自貴。此於用身，甫與鄉黨齒耆同耳。以言存生，蓋闕如也。或棄世不羣，志氣和粹，不絕穀茹芝，無益於短期矣。或瓊糗既儲，六氣並御，而能含光內觀，凝神復璞，棲心於玄冥之崖，含氣於莫大之涘者，則有老可卻，有年可延也。凡此數者，合而爲用，不可相無，猶轅軸輪轄，不可一乏於輿也。然人若偏見，各備所患，單豹以營內致斃，張毅以趣外失中，齊以誠濟西取敗，秦以備戎狄自窮，此皆不兼之禍也。積善履信，世屢聞之；慎言語，節飲食，學者識之。過此以往，莫之或知。請以先覺語將來之覺者。

**《顏氏家訓・養生篇》** 神仙之事，未可全誣。但性命在天，或難種植。人生居世，觸途牽繫；幼少之日，既有供養之勤；成立之年，便增妻孥之累。衣食資須，公私勞役。而望遁迹山林，超然塵滓，千萬不過一爾。加以金玉之費，鑪器所須，益非貧士所辦。學如牛毛，成如麟角。華山之下，白骨如莽，何有可遂之理？考之內教，縱使得仙，終當有死，不能出世，不願汝曹專精於此。若其愛養神明，謂護氣息，慎節起臥，均適寒暄，禁忌食飲，將餌藥物，遂其所稟，不爲夭折者，吾無間然。諸藥餌法，不廢世務也。庚肩吾常服槐實，年七十餘目看細字，鬚髮猶黑。鄴中朝士，有單服杏仁、枸杞、黃精、(木)(朮)、車前，得益者甚多，不能一一說爾。吾嘗患齒，搖動欲落，飲食熱冷，皆苦疼痛。見《抱朴子》牢齒之法，早朝叩齒三百下爲良，行之數日，卽平愈，今恆持之。此輩小術，無損於事，亦可修也。凡欲餌藥，陶隱居《太清方》中總錄甚備，但須精審，不可輕服。近有王愛州在鄴學服松脂，不得節度，腸塞而死，爲藥所誤者甚多。

夫養生先須慮禍，全身保性，有此生然後養之，勿徙養其無生也。單豹養於內而喪外，張毅養於外而喪內，前賢所戒也。嵇康著《養生》之論，而以傲物受刑；石崇冀服餌之徵，而以貪溺取禍，往世之所迷也。夫生不可不惜，不可苟惜。涉險畏之途，干禍難之事，貪欲以傷生，讒慝而致死，此君子之所惜哉；行誠孝而見賊，履仁義而得罪，喪身以全家，泯軀而濟國，君子不咎也。自亂離以來，吾見名臣賢士，臨難求生，終爲不救，徙取窘辱，令人憤懣。侯景之亂，王公將相，多被戮辱，妃主姬妾，略無全者。唯吳郡太守張嵊，建義不捷，爲賊所害，辭色不撓。及鄱陽王世子謝夫人登屋詬怒，見射而斃。夫人，謝遵女也。何賢智操行若此之難？婢妾引決若此之易？悲夫！

**《千金要方・養性・養性序》** 扁鵲云：黃帝說晝夜漏下水百刻，凡一刻人百二十五息，十刻一千三百五十息，百刻一萬二千五百息。人之居世，數息之間，信哉。嗚呼！昔人歎逝何可不爲善以自補邪？吾常思，一日一夜有十二時，十日十夜百二十時，百日百夜一千二百時，千日千夜一萬二千時，萬日萬夜一千二萬時，此爲三十年。若長壽者，九十年只得三十六萬時。百年之內，斯須之間，數時之活，朝菌蟪蛄，不足爲喻焉。可不自攝養而馳騁六情，孜孜汲汲追名逐利，千詐萬巧以求虛譽，沒齒而無厭。故養性者知其如此，於名於利若存若亡，於非名非利亦若存若亡。所以沒身不殆也。餘慨時俗之多僻，皆放逸以殞亡。聊因暇日，粗述《養性篇》，用獎人倫之道，好事君子，與我同志焉。

夫養性者，欲所習以成性，性自爲善，不習無不利也。性既自善，內外百病皆悉不生，禍亂災害亦無由作，此養性之大經也。善養性者，則治未病之病，是其義也。故養性者，不但餌藥飡霞，其在兼於百行。百行周備，雖絕藥餌，足以遐年。德行不克，縱服玉液金丹，未能延壽。故夫子曰：善攝生者，陸行不遇虎兕。此則道德之祐也，豈假服餌而祈遐年哉？聖人所以藥餌者，以救過行之人也。故愚者抱病歷年而不修一行，纏痾沒齒，終無悔心。此其所以(歧)(岐)和長逝，彭跗永歸，良有以也。嵇康曰：養生有五難，名利不去爲一難，喜怒不除爲二難，聲色不去爲三難，滋味不絕爲四難，神慮精散爲五難。五者必存，雖心希難老，口誦至言，咀嚼英華，呼吸太陽，不能不迴其操，不夭其年也。五者無於胸中，則信順日躋，道德日全，不祈善而有福，不求壽而自延，此養生之大旨也。然或有服膺仁義，無甚泰之累者，抑亦其亞歟！

黃帝問於岐伯曰：余聞上古之人春秋皆度百歲，而動作不衰；今時之人，年至半百而動作皆衰者，時代異邪？將人失之也？岐伯曰：上古

之人，其知道者，法則陰陽，和於術數，飲食有常節，起居有常度，不妄作勞，故能形與神俱，而盡終其天年，度百歲乃去。今時之人則不然，以酒爲漿，以妄爲常，醉以入房，以欲竭其精，以耗散其真，不知持滿，不時御神，務快其心，逆於生樂，起居無節，故半百而衰也。夫上古聖人之教下也，皆爲之虛邪賊風，避之有時，恬憺虛無，真氣從之，精神守內，病安從來？是以其志閑而少欲，其心安而不懼，其形勞而不倦，氣從以順，各從其欲，皆得所願。故甘其食，美其服，《素問》作美其食，任其服。樂其俗，高下不相慕，故其民曰朴。是以嗜欲不能勞其目，淫邪不能惑其心，愚智賢不肖不懼於物，合於道數。故皆能度百歲而動作不衰者，其德全不危也。是以人之壽夭在於撙節。若消息得所，則長生不死；恣其情慾，則命同朝露也。岐伯曰：人年四十而陰氣自半也，起居衰矣。年五十體重耳目不聰明也。年六十陰痿，氣力大衰，九竅不利，下虛上實，涕泣俱出。故曰：知之則強，不知則老。同出名異，智者察同，愚者察異。愚者不足，智者有餘。有餘則耳目聰明，身體輕強，年老復壯，壯者益理。是以聖人爲無爲之事，樂恬淡之味，能縱欲快志，得虛無之守，故壽命無窮，與天地終，此聖人之治身也。春三月此謂發陳，天地俱生，萬物以榮，夜臥早起，廣步於庭，被髮緩形，以使志生，生而勿殺，與而勿奪，賞而勿罰，此春氣之應，養生之道也。逆之則傷肝。夏爲寒爲變，奉長者少。

夏三月，此謂蕃秀，天地氣交，萬物華實，夜臥早起，毋厭於日，使志無怒，使華英成秀，使氣得泄，若所愛在外，此夏氣之應，養長之道也。逆之則傷心，秋爲(厲)〔痎〕瘧，則奉收者少，冬至重病。秋三月，此謂容平，天氣以急，地氣以明，早臥早起，與雞俱興，使志安寧，以緩秋刑，收斂神氣，使秋氣平，毋外其志，使肺氣清，此秋氣之應，養收之道也。逆之則傷肺，冬爲飧泄，則奉藏者少。

冬三月，此謂閉藏，水冰地坼，無擾乎陽，早臥晚起，必待日光，使志若伏若匿，若有私意，若已有得，去寒就溫，毋泄皮膚，使氣亟奪。此冬氣之應，養藏之道也。逆之則傷腎，春爲痿厥，則奉生者少。

天有四時五行，以生長收藏，以寒暑燥濕風，人有五藏，化爲五氣，以生喜怒悲憂恐，故喜怒傷氣，寒暑傷形，暴怒傷陰，暴喜傷陽，故喜怒不節，寒暑失度，生乃不固，人能依時攝養，故得免其夭枉也。

仲長統曰：王侯之宮，美女兼千；卿士之家，侍妾數百。晝則以醇酒淋其骨髓，夜則房室輸其血氣；耳聽淫聲，目樂邪色，醼內不出，遊外不返。王公得之於上，豪傑馳之於下，及至生産不時，字育太早，或童孺而擅氣，或疾病而搆精，精氣薄惡，血脉不充，既出胞藏，養護無法，又蒸之以綿纊，燥之以五味，胎傷孩病而脆，未及堅剛，復縱情欲，重重相生，病病相孕，國無良醫，醫無審術，姦佐其間，過謬常有，會有一疾，莫能自免。當今少百歲之人者，豈非所習不純正也。

《抱朴子》曰：或問所謂傷之者，豈色欲之間乎？答曰：亦何獨斯哉。然長生之要，其在房中。上士知之，可以延年除病，其次不以自伐。若年當少壯而知還陰丹以補腦，采七益於長谷一作谷。者，不服藥物，不失一二百歲也，但不得仙耳。不得其術者，古人方之於凌盃以盛湯，羽苞之蓄火，又且才所不逮而強思之傷也。力所不勝而強舉之傷也，深憂重恚傷也，悲哀憔悴傷也，喜樂過度傷也，汲汲所欲傷也，戚戚所患傷也，久談言笑傷也，寢息失時傷也，挽弓引弩傷也，沈醉嘔吐傷也，飽食即臥傷也，跳足喘乏傷也，懽呼哭泣傷也，陰陽不交傷也，積傷至盡，盡則早亡，盡則非道也。是以養性之士，唾不至遠，行不疾步，耳不極聽，目不極視，坐不久處，立不至疲，臥不至懻。先寒而衣，先熱而解；不欲極飢而食，食不可過飽；不欲極渴而飲，飲不欲過多。飽食過多則結積聚，渴飲過多則成痰癖。不欲甚勞，不欲甚佚；不欲流汗，不欲多唾；不欲奔走車馬，不欲極目遠望，不欲多啖生冷，不欲飲酒當風，不欲數數沐浴，不欲廣志遠願，不得規造異巧。冬不欲極溫，夏不欲窮涼，不欲露臥星月，不欲眠中用扇，大寒大熱，大風大霧皆不欲冒之。五味不欲偏多，故酸多則傷脾，苦多則傷肺，辛多則傷肝，鹹多則傷心，甘多則傷腎，此五味刻五藏，五行自然之理也。凡言傷者，亦不即覺也，謂久即損壽耳。是以善攝生者，臥起有四時之早晚，興居有至和之常制，調利筋骨有偃仰之方，祛疾閑邪有吐納之術，流行榮衛有補寫之法，節宣勞逸有與奪之要，忍怒以全陰，抑喜以養陽。然後先服草木以救虧缺，後服金丹以定無窮。養性之理盡於此矣。夫欲快意任懷，自謂達識知命，不泥異端，極情肆力，不勞持久者聞此言也，雖風之過耳，電之經目，不足喻也。雖身枯於留連之中，氣絕於綺紈之際，而甘心焉，亦安可告之以養性之事哉！匪惟不納，乃謂妖訛也。而望彼信之，所謂以明鑒給矇瞽，以絲竹娛聾夫者也。

魏武與皇甫隆令曰：聞卿年出百歲，而體力不衰，耳目聰明，顏色和悅，此盛事也！所服食施行道引，可得聞乎？若有可傳，想可密示封內。隆上疏對曰：臣聞天地之性，惟人爲貴。人之所貴，莫貴於生。唐荒無始，劫運無窮，人生其間，忽如電過，每一思此，罔然心熱。生不再來，逝不可追，何不抑情養性以自保。惜今四海垂定太平之際，又當須展才布德，當由萬年。萬年無窮，當由脩道，道甚易知，但莫能行。臣常聞道人蒯京已年一百七十八，而甚丁壯。言人當朝朝服食王泉琢齒，使人丁壯有顏色，去三蟲而堅齒。王泉者，口中唾也。朝旦未起早，嗽津令滿口乃吞之，琢齒二七遍，如此者，乃名曰練精。

嵇康云：穰歲多病，饑年少疾，信哉不虛。是以關中土地，俗好儉嗇，廚膳餚羞，不過葅醬而已，其人少病而壽。江南嶺表，其處饒足，海陸鮭肴，無所不備，土俗多疾而人早夭。比方仕子遊宦至彼，遇其豐贍，以爲福祐所臻，是以尊卑長幼，恣口食噉，夜長醉飽，四體熱悶，赤露眠臥，宿食不消，未逾期月，大小皆病，或患霍亂腳氣脹滿，或寒熱瘧痢惡核丁腫，或癰疽痔漏，或偏風猥退，不知醫療以至於死。凡如此者，此肩皆是，惟云不習水土，都不知病之所由。靜言思之，可謂太息者也。學者先須識此，以自誡慎。

《抱朴子》曰：一人之身，一國之象也。胸腹之位，猶宮室也。四支之列，猶郊境也。骨節之分，猶百官也，神猶君也，血猶臣也，氣猶民也，知治身則能治國也。夫愛其民所以安其國，惜其氣所以全其身。民散則國亡，氣竭則身死。死者不可生也，亡者不可存也。是以至人消未起之患，治未病之疾；醫之於無事之前，不追於既逝之後。夫人難養而易危也，氣難清而易濁也。故能審威德所以保社稷，割嗜欲所以固血氣，然後真一存焉，三一守焉，百病卻焉，年壽延焉。

**《千金要方・養性・道林養性》** 真人曰：雖常服餌而不知養性之術，亦難以長生也。養性之道，常欲小勞，但莫大疲及強所不能堪耳。且流水不腐，戶樞不蠹，以其運動故也。養性之道，莫久行久立，久坐久臥，久視久聽。蓋以久視傷血，久臥傷氣，久立傷骨，久坐傷肉，久行傷筋也。仍莫強食，莫強酒，莫強舉重，莫憂思，莫大怒，莫悲愁，莫大懼，莫跳踉，莫多言，莫大笑。勿汲汲於所欲，勿悁悁懷忿恨，皆損壽命。若能不犯者，則得長生也。故善攝生者，常少思少念，少慾少事，少語少笑，少愁少樂，少喜少怒，少好少惡，行此十二少者，養性之都契也。多思則神殆，多念則志散，多慾則志昏，多事則形勞，多語則氣乏，多笑則藏傷，多愁則心懾，多樂則意溢，多喜則忘錯昏亂，多怒則百脉不定，多好則專迷不理，多惡則憔悴無懽。此十二多不除，則榮衛失度，血氣妄行，喪生之本也。惟無多無少者，幾於道矣。是知勿外緣者，眞人初學道之法也。若能如此者，可居溫疫之中無憂疑矣。既屏外緣，會須守五神，肝、心、脾、肺、腎。從四正。言行、坐、立。言最不得浮思妄念，心想欲事，惡邪大起。故孔子曰：思無邪也。常當習黃帝內視法，存想思念，令見五藏如懸磬，五色了了分明，勿輟也。仍可每旦初起，面向午，展兩手於膝上，心眼觀氣，上入頂，下達涌泉，旦旦如此，名曰迎氣。常以鼻引氣，口吐氣，小微吐之，不得開口，復欲得出氣少，入氣多。每欲食，送氣入腹，每欲食氣爲主人也。凡心有所愛，不用深愛，心有所憎，不用深憎，並皆損性傷神，亦不用深讚，亦不用深毀，常須運心於物平等，如覺偏頗，尋改正之。居貧勿謂常貧，居富莫謂常富。居貧富之中，常須守道，勿以貧富易志改性。識達道理，似不能言。有大功德，勿自矜伐。美藥勿離手，善言勿離口，亂想勿經心。常以深心至誠，恭敬於物，慎勿詐善以悅於人。終身爲善，爲人所嫌，勿得起恨；事君盡禮，人以爲諂，當以道自平其心。道之所在，其德不孤。勿言行善不得善報，以自怨仇。居處勿令心有不足，若有不足，則自抑之，勿令得起。人知止足，天遺其祿。所至之處，勿得多求，多求則心自疲而志苦。若夫人之所以多病，當由不能養性。平康之日，謂言常然。縱情恣慾，心所欲得，則便爲之，不拘禁忌。欺罔幽明，無所不作，自言適性，不知過後，一一皆爲病本。及兩手摸空，白汗流出，口唱皇天，無所逮及，皆以生平麤心，不能自察，一至於此。但能少時內省身心，則自知見行之中，皆長諸痾。將知四百四病，身手自造，本非由天。及一朝病發，和緩不救，方更誹謗醫藥無效，神仙無靈。故有智之人，愛惜性命者，當自思念，深生恥媿，誡勒身心，常修善事也。至於居處，不得綺靡華麗，令人貪婪無厭，乃患害之源，但令雅素淨潔，無風雨暑濕爲佳。衣服器械，勿用珍玉金寶，增長過失，使人煩惱根深。廚膳勿使哺肉豐盈，常令儉約爲佳。然後行作鵝王步，語作含鐘聲，眠作師子臥，右脇脇着地，坐腳也。每日自詠歌云：美食須熟嚼，生食不麤吞。問我居止處，大宅揔林村。胎息守五藏，氣至骨成仙。又歌曰：日食三箇毒，不嚼而自消。錦繡爲五藏，身着糞掃袍。修心既平，又須慎言語。凡言

語讀誦，常想聲在氣海中。臍下也。每日初入後，勿言語讀誦，寧待平旦也。旦起欲專言善事，不欲先計校錢財。又食上不得語，語而食者，常患胸背痛。亦不用寢臥多言笑，寢不得語言者，言五藏如鐘磬，不懸則不可發聲。行不得語，若欲語須住乃語，行語則令人失氣。冬至日，止可語不可言。自言曰言，答人曰語。言有人來問，不可不答，自不可發言也，仍勿觸冷開口大語爲佳。言語既慎，仍節飲食。是以善養性者，先飢而食，先渴而飲。食欲數而少，不欲頓而多，則難消也。常欲令如飽中飢，飢中飽耳。蓋飽則傷肺，飢則傷氣，鹹則傷筋，酢則傷骨，故每學淡食。食當熟嚼，使米脂入腹，勿使酒脂入腸。人之當食，須去煩惱。暴數爲煩，侵觸爲惱。如食五味，必不得暴嗔，多令人神驚，夜夢飛揚。每食不用重肉，喜生百病。常須少食肉，多食飯及少菹菜，並勿食生菜、生米、小豆、陳臭物。勿飲濁酒，食鮓，使塞氣孔。勿食生肉，傷胃，一切肉惟須煮爛停冷食之，食畢當嗽口數過，令人牙齒不敗口香。熱食訖，以冷酢漿嗽口者，令人口氣常臭，作蠹齒病。又諸熱食鹹物後，不得飲冷酢漿水，喜失聲成尸咽。凡熱食汗出，勿當風，發痙頭痛，令人自澀多睡。每食訖，以手摩面及腹，令津液通流。食畢當行步躊躇，計使中數里來，行畢使人以粉摩腹上數百遍，則食易消，大益人，令人能飲食，無百病，然後有所修爲爲快也。飽食即臥，乃生百病，不消成積聚。飽食仰臥成氣痞，作頭風。觸寒來者，寒未解，食熱食，成刺風。人不得夜食，又云夜勿過醉飽。食勿精思爲勞苦事，有損餘，虛損人常須日在巳時食訖，則不須飲酒，終身無乾嘔。勿食父母本命所屬肉，令人命不長。勿食自己本命所屬肉，令人魂魄飛揚。勿食一切腦，大損人。茅屋漏水墮諸脯肉上，食之成瘕結。凡暴肉作脯不肯乾者，害人。祭神肉無故自動，食之害人。飲食上蜂行住，食之必有毒，害人。腹內有宿病，勿食陵鯉、魚肉，害人。濕食及酒漿臨上看之不見人物影者，勿食之，成卒注。若已食腹脹者，急以藥下之。每十日一食葵，葵滑，所以通五藏擁氣，又是菜之主，不用合心食之。又飲酒不欲使多，多則速吐之爲佳，勿令至醉，即終身百病不除。久飲酒者，腐爛腸胃，潰髓蒸筋，傷神損壽。醉不可以當風向陽，令人發強，又不可當風臥，不可令人扇之，皆即得病也。醉不可露臥及臥黍穰中，發癲瘡。醉不可強食，或發癰疽，或發瘡，或生瘡。醉飽不可以走車馬及跳躑。醉不可以接房，醉飽交接，小者面黑、欬嗽，大者傷絕藏脉，損命。凡人飢欲坐小便，若飽則立小便，慎之無病。又忍尿不便，膝冷成痺，忍大便不出，成氣痔。小便勿努，令兩足及膝冷。大便不用呼氣及強努，令人腰疼目澀，宜任之佳。凡遇山水塢中出泉者，不可久居，常食作癭病。又深陰地冷水不可飲，必作痎瘧。飲食以調，時慎脫着。凡人旦起着衣反者，便着之，吉。衣光者當戶三振之，曰：殃去，吉。濕衣及汗衣皆不可久着，令人發瘡及風瘙。大汗能易衣佳，不易者急洗之，不爾令人小便不利，凡大汗勿偏脫衣，喜得偏風，半身不遂。春天不可薄衣，令人傷寒霍亂，食不消，頭痛。脫着既時，須調寢處。凡人臥，春夏向東，秋冬向西，頭勿比臥，及墻比亦勿安床。凡欲眠，勿歌詠，不祥起。上床坐先脫左足，臥勿當舍脊下。臥訖勿留燈燭，令魂魄及六神不安，多愁怨。人頭邊勿安火爐，日久引火氣，頭重目赤，睛及鼻乾。夜臥當耳勿有孔，吹入即耳聾。夏不用露面臥，令人面皮厚，喜成癬，或作面風。冬夜勿覆其頭，得長壽。凡人眠，勿以腳懸踏高處，久成腎水及損房。足冷人，每見十步直墻勿順墻臥，風利吹人，發癲及體重。人汗勿跂床懸腳，久成血痺，兩足重，腰疼。又不得晝眠，令人失氣。臥勿大語，損人氣力。暮臥常習閉口，口開即失氣，且邪惡從口入，久而成消渴及失血色。屈膝側臥，益人氣力，勝正偃臥。按孔子不尸臥，故曰：睡不厭踧，覺不厭舒。凡人舒睡，則有鬼痛魔邪。凡眠先臥心後臥眼。人臥一夜，當作五度反覆，常逐更轉。凡人夜魘，勿燃燈喚之，定死無疑，闇喚之吉，亦不得近而急喚。夜夢惡不須說，旦以水，面東方噀之，呪曰：惡夢著草木，好夢成寶玉。即無咎矣。又夢之善惡，並勿說爲吉。衣食寢處皆適，能順時氣者，始盡養生之道。故善攝生者，無犯日月之忌，無失歲時之和。須知：一日之忌，暮無飽食；一月之忌，晦無大醉；一歲之忌，暮無遠行；終身之忌，暮無然燭行房。暮常護氣也，凡氣冬至起於涌泉，十一月至膝，十二月至股，正月至腰，名三陽成；二月至膊，三月至項，四月至頂。純陽用事，陰亦放此。故四月、十月不得入房，避陰陽純用事之月也。每冬至日，於比壁下，厚鋪草而臥，云受元氣。每八月一日已後，即微火煖足，勿令下冷無生意，常欲使氣在下，勿欲泄於上。春凍未泮，衣欲下厚上薄。養陽收陰，繼世長生；養陰收陽，禍則滅門。故云：冬時天地氣閉，血氣伏藏，人不可作勞出汗，發泄陽氣，有損於人也。又云：冬日凍腦，春秋腦足俱凍，此聖人之常法也。春欲晏臥早起，夏及秋欲侵夜乃臥早起，冬欲早臥而晏起，皆益人。雖云早起莫在雞鳴前，雖言晏起莫在日出後。凡

冬月忽有大熱之時，夏月忽有大涼之時，皆勿受之。人有患天行時氣者，皆由犯此也。即須調氣息，使寒熱平和，即免患也。每當臘日，勿歌舞，犯者必凶。常於正月寅日燒白髮，吉。凡寅日剪手甲，午日剪足甲，又燒白髮，吉。

**《天隱子養生書・神仙》** 人生時稟得靈氣，精明通悟，學無滯塞，則謂之神。宅神於內，遺照於外，自然異於俗人，則謂之神仙，故神仙亦人也。在於修我靈氣，勿爲世俗所淪折，遂我自然，勿爲邪見所凝滯，則成功也。

**《天隱子養生書・易簡》** 《易》曰：天地之道，易簡者也。《天隱子》曰：天地在我，首之上，足之下，開目盡見，無假繁巧而言，故曰易簡。簡者，神仙之德也。然則以何道求之？曰：無求不能知，無道不能成。凡學神仙，先知易簡，苟言奇詭適足，使人執迷無所歸本，此非言學也。

**《天隱子養生書・漸門》** 《易》有漸卦，老氏有漸門，人之修真達性，不能頓悟，必須漸而進之，安而行之，故設漸門。一曰齋戒，二曰安處，三曰存想，四曰坐忘，五曰神解。何謂齋戒？曰：澡身虛心。何謂安處？曰：深居靜室。何謂存想？曰：收心復性。何謂坐忘？曰：遺形忘我。何謂神解？曰：萬法通神。故習此五漸之門者，了一則漸次至二，了二則漸次至三，了三則漸次至四，了四則漸次至五，神仙成矣。

**《天隱子養生書・齋戒》** 齋戒者，非蔬茹飲食而已；澡身者，非湯浴去垢而已。蓋其法在節食調中，磨擦暢外者也。夫人稟五行之氣，而食五行之物，而實自胞胎有形也。呼吸精血，豈可去食而求長生。但世人不知，休糧服氣，道家權宜，非永絕食粒之謂也。食之有齋戒者，齋乃潔淨之務，戒乃節約之稱。有飢即食，食勿令飽，此所謂調中也。百味未成熟勿食，五味太多勿食，腐敗閉氣之物勿食，此皆宜戒也。手嘗磨擦皮膚，溫熱去冷氣，此所謂暢外也。久坐久立，久勞役皆宜戒也，此是形骸調理之法，形堅則氣全，是以齋戒爲漸門之首也夫。

**《天隱子養生書・安處》** 何謂安處？曰：非華堂邃宇，重裀廣榻之謂也。在乎南向而坐，東首而寢，陰陽適中，明暗相半。屋無高，高則陽盛而明多；屋無卑，卑則陰盛而暗多。故明多則傷魄，暗多則傷魂。人之魂陽而魄陰，苟傷明暗，則疾病生焉。所謂居處之室，尚使之然。況天地之氣，有亢陽之攻肌，淫陰之侵體，豈不傷哉！修養之漸，儻法此，即安處之道術也。吾所居室，四邊皆牖戶，遇風即闔，風息即開，吾所居坐，前簾後屏，太明則下簾以和其內映。太暗則捲簾以通其外曜。內以安心，外以安目。心目皆安，則身安矣。明暗尚然，況太多情慾，太多事慮。豈能安其內外哉！故學道以安處爲次。

**《天隱子養生書・存想》** 存謂存我之神，想謂想我之身。閉目即見自己之目，收心即見自己之心。心與目皆不離我身，不傷我神，則存想之漸也。凡人目終日視他人，故心已逐外走。終日接他事，故目亦逐外瞻。營營浮光，未嘗內照，奈何不病且夭邪！是以歸根曰靜，靜曰復命，成性存存，衆妙之門，此存想之漸，學道之功半矣。

**《天隱子養生書・坐忘》** 坐忘者，因存而忘也，行道而不見其行，非坐之義乎。有見而不知其見，非忘之義乎！何謂不行？曰：心不動故。何謂不見？曰：形都泯故。或問曰：何由得心不動？天隱子默而不答。又曰：何由得形都泯？天隱子瞑而不視。或問悟道，乃退曰：道果在我矣。我果何人哉？天隱子果何人也？於是彼我兩忘，了無所照。

**《天隱子養生書・解神》** 齋戒謂之信解，安處謂之閑解，存想謂之慧解，坐忘謂之定解。信定閑慧，四門通神，謂之身解。故神之爲義，不行而至，不疾而速，陰陽變通，天地長久，兼三才而言，謂之易，齊萬物而言，謂之道德。本一性而言，謂之真如。入四真如，歸於無爲，故天隱子生乎易中，死乎易中，動因萬物，靜因萬物，邪由一性，真由一性，是以生死動靜邪真，吾皆以神而解之，在人謂之仙矣。在天曰天仙，在地曰地仙，故神仙之道，五歸一門。

**《臨川先生文集・論議・致一論》** 萬物莫不有至理焉，能精其理，則聖人也。精其理之道，在乎致其一而已。致其一則天下之物，可以不思而得也。《易》曰一致而百慮，言百慮之歸乎一也。苟能致一以精天下之理，則可以入神矣。既入於神，則道之至也。夫如是則無思無爲，寂然不動之時也。雖然，天下之事，固有可思可爲者則豈可以不通其故哉！此聖人之所以又貴乎能致用者也。致用之效，始見乎安身，蓋天下之物，莫親乎吾之身，能利其用以安吾之身，則無所往而不濟也。無所往而不濟，則德其有不崇哉。故《易》曰：精義入神以致用，利用安身以崇德，此道之序也。孔子既已語道之序矣，患乎學者之未明也，於是又取於爻以喻焉。非其所困而困，非其所據而據，不恥不仁，不畏不義，以小善爲無益，以小惡爲無傷，凡此皆非所以

安身崇德也。苟欲安其身，崇其德，莫若藏器於身，待時而後動也。故君子舉是兩端，以明夫安身崇德之道。蓋身之安不安，德之崇不崇，莫不由此兩端而已。身既安，德既崇，則可以致用於天下之時也。致用於天下者，莫善乎治不忘亂，安不忘危。莫不善乎德薄而位尊，智小而謀大。孔子之舉此兩端，又以明夫致用之道也。蓋用有利不利者，亦莫不由此兩端而已。夫身安德崇，而又能致用於天下，則其事業可謂備也。事業備而神有未窮者，則又當學以窮神，焉能窮神，則知微知彰，知柔知剛。夫於微彰剛柔之際，皆有以知之，則道何以復加哉！聖人之道，至於是而已也。且以顏子之賢，而未足以及之，則豈非道之至乎。聖人之學至於此，則其視天下之理，皆致乎一矣。天下之理，皆致乎一，則莫能以惑其心也。故孔子取損之辭，以明致一之道。曰三人行，則損一人。一人行，則得其友也。夫危以動，懼以語者，豈有他哉，不能致一以精天下之理故也。故孔子舉益之辭以戒曰：立心勿恒凶。勿恒者，蓋不一也。嗚呼！語道之序，則先精義而後崇德，及喻人以修之之道，則先崇德而後精義。蓋道之序，則自精而至粗。學之之道，則自粗而至精，此不易之理也。夫不能精天下之義，則不能入神矣。不能入神，則天下之義亦不可得而精也。猶之人身之於崇德也，身不安則不能崇德矣。不能崇德，則身豈能安乎？凡此宜若一，而必兩言之者，語其序而已也。

**《臨川先生文集・論議・九卦論》** 處困之道，君子之所難也。非夫智足以窮理，仁足以盡性。內有以固其德，而外有以應其變者，其孰能無患哉？古之人有極天下之困，而其心能不累，其行能不移，患至而不傷其身，事起而不疑其變者，蓋有以處之也。處之之道，聖人嘗言之矣。《易》曰：履以和行，謙以制禮，復以自知。恒以一德，損以遠害，益以興利，困以寡怨，井以辯義，巽以行權，此其外之之道也。夫君子之學，至於是則備矣。宜其通於天下也，然而猶困焉者，非吾行之過也，時有利不利也。蓋古之所謂困者，非謂夫其行自困者，謂夫行足以通，而困於命者耳。蓋於此九卦者，智有所不能明，仁有所不能守，則其困也，非所謂困，而其處困也踈矣。夫惟深於此九者，而能果以行之者，則其通也宜，而其困也有以處之，惟其學之之素也。且君子之行大矣，而待禮以和仁義爲之內，而和之以禮，則行之成也。而禮之實存乎謙。謙者，禮之所自起。禮者，行之所自成也。故君子不可以不知履，欲知履不可以不知謙。夫禮雖發乎其心，而其文著乎外者也。君子知禮而已，則溺乎其文，而失乎其實，忘性命之本，而莫能自復矣。故禮之弊，必復乎本而後可以無患，故君子不可以不知復，雖復乎其本，而不能常其德以自固，則有時而失之矣。故君子不可以不知恒，雖能久其德，而天下事物之變相代乎吾之前，如吾知恒而已。則吾之行，有時而不可通矣。是必度其變，而時有損益而後可。故君子不可以不知損益。夫學如此，其至德如此，其備則宜乎其通也。然而猶困焉者，則向所謂困於命者也。困於命則動，而見病之時也。則其事物之變，尤衆而吾之所以處之者尤難矣。然則其行尤貴於達，事之宜而適時之變也。故辯義行權，然後能以窮通。而井者，所以辯義。巽者，所以行權也。故君子之學，至乎井巽而大備，而後足以自通乎困之時。孔子曰：作《易》者，其有憂患乎？謂其言之，足以自通乎困之時也。嗚呼！後世之人，一困於時，則憂思其心而失其故行，然卒至於不能自存也。是豈有他哉，不知夫九者之義故也。

**《臨川先生文集・論議・禮樂論》** 氣之所稟命者，心也。視之能必見，聽之能必聞，行之能必至，思之能必得，是誠之所至也。不聽而聰，不視而明，不思而得，不行而至，是性之所固有，而神之所自生也，盡心盡誠者之所至也。故誠之所以能不測者，性也。賢者，盡誠以立性者也。聖人盡性以至誠者也。神生於性，性生於誠。誠生於心，心生於氣。氣生於形。形者，有生之本。故養生在於保形，充形在於育氣，養氣在於寧心，寧心在於至誠，養誠在於盡性，不盡性不足以養生。能盡性者，至誠者也。能至誠者，寧心者也；能寧心者，養氣者也；能養氣者，保形者也，能保形者，養生者也。不養生不足以盡性也。生與性之相因循，志之與氣相爲表裏也。生渾則蔽性，性渾則蔽生，猶志一則動氣，氣一則動志也。先王知其然，是故，體天下之性而爲之禮，和天下之性而爲之樂。禮者，天下之中經；樂者，天下之中和。禮樂者，先王所以養人之神，正人氣而歸正性也。是故大禮之極，簡而無文；大樂之極，易而希聲。簡易者，先王建禮樂之本意也。世之所重，聖人之所輕；世之所樂，聖人之所悲。非聖人之情與世人相反，聖人內求，世人外求。內求者，樂得其性；外求者，樂得其欲。欲易發而性難知，此情性之所以正反也。衣食所以養人之形氣，禮樂所以養人之性也。禮反其所自始，樂反其所自生。吾於禮樂，見聖人所貴其生者至矣。世俗之言，曰養生非君子之事。是未知先王建禮樂之意也。養生以爲仁，保氣以爲義。去情卻欲

以盡天下之性，修神致明以趨聖人之域。聖人之言，莫大顏淵之問，非禮勿視，非禮勿聽，非禮勿言，非禮勿動，則仁之道亦不遠也。耳非取人而後聽，目非取人而後視，口非取諸人而後言也，身非取諸人而後動也。其守至約，其取至近，有心有形者，皆有之也。然而顏子且猶病之，何也？蓋人之道，莫大於此。非禮勿聽，非謂掩耳而避之，天下之物，不足以干吾之聰也。非禮勿視，非謂掩目而避之，天下之物，不足以亂吾之明也。非禮勿言，非謂止口而無言也，天下之物，不足以易吾之辭也。非禮勿動，非謂止其躬而不動，天下之物，不足以干吾之氣也。天下之物，豈特形骸自爲哉？其所由來，蓋微矣。不聽之時，有先聰焉；不視之時，有先明焉；不言之時，有先言焉；不動之時，有先動焉。聖人之門，惟顏子可以當斯語矣。是故非耳以爲聰，而不知所以聰者，不足以盡天下之聽。非目以爲明，而不知所以明者，不足以盡天下之視。聰明者，耳目之所能爲也。而所以聰明者，非耳目之所能爲也。是故待鐘鼓而後樂者，非深於樂者也。待玉帛而後恭者，非深於禮者也。薦俘土鼓，而樂之道備矣。燔黍捭豚，污尊杯飲，禮既備矣。然大裘無文，大略無飾，聖人獨以其事之所貴者，何也？所以明禮樂之本也。故曰：禮之近人情，非其至者也。曾子謂孟敬子，君子之所貴乎道者三，動容貌，斯遠暴慢矣，正顏色，斯近信矣，出辭氣，斯遠鄙倍矣，籩豆之事，則有司。存觀此言也，曾子而不知道也則可，使曾子而爲知道，則道不違乎言貌辭氣之間，何待於外哉？是故古之人，目擊而道已存，不言而意已傳，不賞而人自勸，不罰而人自畏，莫不由此也。是故先王之道，可以傳諸言，效諸行者，皆其法度、刑政，而非神明之用也。《易》曰：神而明之，存乎其人。默而成之，不言而信。存乎德行，去情欲，而神明生矣。修神致明，而物自成矣。是故君子之道鮮矣。齊明其心，清明其德，則天地之間，所有之物，皆自至矣。君子之守至約而其至也廣，其取至近而其應也遠。《易》曰：擬之而後言，議之而後動，擬議以成其變化。變化之應，天人之極致也。是以《書》言天人之道，莫大於《洪範》，《洪範》之言天人之道，莫大於貌、言、視、聽、思。大哉聖人，獨見之理，傳心之言乎！儲精晦息而通神明。君子之所不至者三：不失色於人，不失口於人，不失足於人。不失色者，容貌精也。不失口者，語默精也。不失足者，行止精也。君子之道也，語其大則天地不足容也，語其小則不見秋毫之末，語其強則天下莫能敵也，語其約則不能致傳記。聖人之遺言曰：大禮與天地同節，大樂與地同和，蓋言性也。大禮性之中，大樂性之和，中和之情，通乎神明，故聖人儲精九重，儀鳳凰，修五事，而關陰陽，是天地位而三光明，四時行而萬物和。《詩》曰：鶴鳴於九皋，聲聞於天。故孟子曰我善養吾浩然之氣，充塞乎天地之間。揚子曰：貌、言、視、聽、思、性所有，潛天而天，潛地而地也。嗚呼！禮樂之意不傳久矣。天下之言養生修性者，歸於浮屠、老子而已。浮屠、老子之說行，而天下爲禮樂者，獨以順流俗而已。夫使天下之人，驅禮樂之文，以順流俗爲事，欲成治其國家者，此梁脅之君，所以取敗之禍也。然而世非知之也者，何耶？特禮樂之意，大而難知。老子之言，近而易輕。聖人之道，得諸己，從容人事之間而不離其類焉。浮屠直空虛窮苦，絕山林之間，然後足以善其身而已。由是觀之，聖人之與釋老，其遠近難易可知也。是故賞與古人同而勸不同，罰與古人同而威不同，仁與古人同而愛不同，智與古人同而識不同，言與古人同而信不同。同者道也，不同者心也。《易》曰：苟非其人，道不虛行。昔宓子賤爲單父宰，而單父之人化焉。今王公大人，有堯舜伊尹之勢，而無子賤一邑之功者，得非學術素淺而道未明歟！夫天下之人，非不勇爲聖人之道，爲聖人之道者，時務速售諸人，以爲進取之階。今夫進取之道，譬諸鉤索物耳，幸而多得其數，則行爲王公大人。若不幸而少得其數，則裂逢掖之衣，爲商賈矣。由是觀之，王公大人，同商賈之得志者也，此之謂學術淺而道不明。由此觀之，得志而居人之上，復治聖人之道，而不捨焉，幾人矣。內而好愛之容蠱其欲，外有便嬖之諛驕其志，向之所能者，日已忘矣。今之所好者，日已至矣。孔子曰：有顏回者，好學，不遷怒，不貳過。又曰：吾見其進，未見其止也。夫顏子之所學者，非世人之所學。不遷怒者，求諸已。不貳過者，見不善之端而止之也。世之人所謂退，顏子之所謂進也。人之所謂益，顏子之所謂損也。《易》曰：損先難而後獲，顏子之謂也。耳損於聲，目損於色，口損於言，身損於動，非先難歟。及其至也，耳無不聞，目無不見，言無不信，動無不服，非後得歟。是故君子之學，始如愚人焉，如童蒙焉。及其至也，天地不足大，人物不足多，鬼神不足爲隱。諸子之支離，不足惑也。是故天之高也，日月星辰，陰陽之氣可端策而數也。地至大也，山川丘陵，萬物之形，人之常產，可指籍而定也。是故星曆之數，天地之法，人物之所，皆前世致精，好學聖人者之所建也，後世之人，守其成法，而安能知其始焉。《傳》曰：百工之

事，皆聖人作。此之謂也。故古之人，言道者莫先於天地，言天地者莫先乎身，言身者莫先乎性，言性者莫先乎精。精者，天之所以高，地之所以厚，聖人所以配之。故御人莫不盡能，而造父獨得之。非車馬不同，造父精之也。射人莫不盡能，而羿獨得之，非弓矢之不同，羿精之也。今之人與古之人一也，然而用之則二也。造父用之以爲御，羿用之以爲射，盜蹠用之以爲賊。

**《臨川先生文集・論議・大人論》**　孟子曰：充實而有光輝之謂大，大而化之之謂聖，聖而不可知之之謂神，夫此三者，皆聖人之名，而所以稱之之不同者，所指異也。由其道而言謂之神，由其德而言謂之聖，由其事業而言謂之大人。古之聖人，其道未嘗不入於神，而其所稱止乎聖人者，以其道存乎虛無寂寞不可見之間。苟存乎人，則所謂德也。是以人之道，雖神而不得以神自名，名乎其德而已。夫神雖至矣，不聖則不顯，聖雖顯矣，不大則不形。故曰：此三者，皆聖人之名，而所以稱之之不同者，所指異也。《易》曰：著之德，圓而神；卦之德，方以智。夫《易》之爲書，聖人之道於是乎盡矣。而稱卦以智，不稱以神者，以其存乎爻也。存乎爻則道之用見於畳。而剛柔有所定之矣。剛柔有所定之，則非其所謂化也。且《易》之道，於乾爲至。而乾之盛，莫盛於二五，而二五之辭，皆於神矣乎，而止稱大人者，則所謂見畳，而剛柔有所定爾。蓋剛柔有所定，則聖人之事業也，稱其事業以大人，則其道之爲神，德之爲聖可知也。孔子曰：顯諸仁，藏諸用，鼓萬物而不與聖人同。憂盛德大業至矣哉！此言神之所爲也。神之所爲，雖至而無所見於天下，仁而後著，用而後功。聖人以此洗心退藏於密，及其仁濟萬物而不窮，用通萬世而不倦也，則所謂聖矣。故神之所爲，當在於盛德大業。德則所謂聖，業則所謂大也。世蓋有自爲之道，而未嘗知此者，以爲德業之卑，不足以爲道。道之至扺於神耳，於是棄德業而不爲。夫爲君子者，皆棄德業而不爲，則萬物何以得其生乎。故孔子稱神而卒之，以德業之至，以明其不可棄。蓋神之用，在乎德業之間，則德業之至可知矣。故曰：神非聖則不顯，聖非大則不形，此天地之全，古人之大體也。

**《蘇沈内翰良方・養生說》**　已飢先食，未飽先止。散步逍遙，務令腹空。每腹空時，即便入定。不拘晝夜，坐臥自便。惟在攝身，使如木偶。常自念言，我今此身，若少動搖如毛髮許，便墮地獄。如商君法，如孫武令。事在必行，有死無犯。又用佛語及老君語，視鼻端，自數出入息，綿綿若存，用之不勤，數至數百，此心寂然，此身兀然，與虛空等。不煩禁制，自然不動。數至數千，或不能數，則有一法，其名曰隨。與息俱出，復與俱入，隨之不已，一息自住，不出不入，或覺此息從毛竅中八萬四千雲蒸霧散，無始已來，諸病自除，諸障自滅，自然明悟。譬如盲人，忽然有眼，此時何用求人指路，是故老人言盡如此。

**《蘇沈内翰良方・問養生》**　余問養生於吳子，得二言焉，曰和，曰安。何謂和？曰：子不見天地之爲寒暑乎？寒暑之極，至爲折膠流金，而物不以爲病，其變者微也。寒暑之變，晝與日俱逝，夜與月並馳，俯仰之間，屢變而人不知者，微之至，和之極也。使此二極者相尋而狎至，則人之死久矣。何謂安？曰：吾嘗自牢山浮海達於淮，遇大風焉，舟中之人如附於桔槔，而與之上下，如蹈車輪而行，反逆眩亂不可止，而吾飲食起居如他日。吾非有異術也，惟莫與之爭而聽其所爲。顧凡病我者，舉非物也。食中有蛆，人之見者必嘔也，其不見而食者，未嘗嘔也。請察其所從生，論八珍者必嚥，言糞穢者必唾，二者未嘗與我接也，唾與嚥何從生哉？果生於我乎？知其生於我也，則雖與之接而不變，安之至也。安則物之感我者輕，和則我之應物者順，外輕内順而生理備矣。吳子，古之靜者也。其觀於物也，審矣。是以私識其言而時省觀焉。

**《蘇沈内翰良方・論修養寄子由》**　任性逍遙，隨緣放曠。但盡凡心，別無勝解。以我觀之，凡心盡處，勝解卓然。但此勝解，不屬有無，不通言話，故祖師教人到此便住。如眼，翳盡眼自有明，醫師只有除翳藥，何會有求明藥？明若可求，即還是翳，固不可翳中求明，既不可言翳外無明。夫世之昧者，便將頽然無知認作佛地。若此是佛，貓兒、狗兒得飽熟睡，腹搖鼻息，與土木同。當恁麼時，可謂無一毫思念，豈謂貓兒狗兒已入佛地。故凡學者，當觀妄除愛，自麁及細，念念不忘，會作一日得無所除，弟所教我者是如此否？因見二偈警策，孔君不覺聳然，更以問之。書至此，墻外有悍婦與夫相毆罵，聲飛灰火，如豬嘶狗嗥。因念他一點圓明，正在豬嘶狗嗥裏面，譬若江河鑒物之性，長在飛砂走石之中，尋常靜中推求，常患不見，今日鬧裏捉得些子如何？元豐六年。

**《近思錄・存養・克己》**　曰：一爲要。一者無欲也。無欲則靜虛動直。靜虛則明，明則通；動直則公，公則溥。明通公溥，庶矣乎！

伊川先生曰：陽始生甚微，安靜而後能長。故《復》之象曰：先王以至日閉關。

動息節宣，以養生也；飲食衣服，以養形也；威儀行義，以養德也；推己及物，以養人也。

慎言語以養其德，節飲食以養其體。事之至近而所系至大者，莫過於言語飲食也。

震驚百里，不喪匕鬯。臨大震懼，能安而不自失者，惟誠敬而已。此處震之道也。

人之所以不能安其止者，動於欲也。欲牽於前而求其止，不可得也。故艮之道當艮其背。所見者在前，而背乃背之，是所不見也。止於所不見，則無欲以亂其心，而止乃安。不獲其身，不見其身也，謂忘我也。無我則止矣。不能無我，無可止之道。行其庭，不見其人。庭除之間至近也，在背則雖至近不見，謂不交於物也。外物不接，內欲不萌，如是而止，乃得止之道，於止爲無咎也。

明道先生曰：學者全體此心。學雖未盡，若事物之來，不可不應。但隨分限應之，雖不中不遠矣。

伊川先生曰：學者須敬守此心，不可急迫。當栽培深厚，涵泳於其間，然後可以自得。但急迫求之，只是私己，終不足以達道。

明道先生曰：思無邪，毋不敬，只此二句，循而行之，安得有差？有差者，皆由不敬不正也。

敬而無失，便是喜怒哀樂未發謂之中。敬不可謂中，但敬而無失，即所以中也。

司馬子微嘗作《坐忘論》，是所謂坐馳也。

人心作主不定，正如一個翻車，游轉動搖，無須臾停，所感萬端。若不做一個主，怎生奈何？張天祺嘗言：自約數年，自上著床，便不得思量事。不思量事後，須強把他這心來制縛。亦須寄寓在一個形象，皆非自然。君實自謂：吾得術矣。只管念個中字。此又爲中所繫縛，且中亦何形象？有人胸中常若有兩人焉，欲爲善，如有惡以爲之間；欲爲不善，又若有羞惡之心者。本無二人，此正交戰之驗也。持其志，使氣不能亂，此大可驗。要之聖賢必不害心疾。

伊川先生曰：人道莫如敬，未有能致知而不在敬者。今人主心不定，識心如寇賊而不可制，不是事累心，乃是心累事。當知天下無一物是合少得者，不可惡也。

人多思慮，不能自寧，只是做他心主不定。要作得心主定，惟是止於事，爲人君止於仁之類。如舜之誅四凶。四凶已作惡，舜從而誅之，舜何與焉？人不止於事，只是攬他事，不能使物各付物。物各付物，則是役物；爲物所役，則是役於物。有物必有則，須是止於事。

靜後見萬物，自然皆有春意。

明道先生曰：天地設位，而易行乎其中。只是敬也。敬則無間斷。

伊川先生曰：閑邪則誠自存，不是外面捉一個誠將來存著。今人外面役役於不善。於不善中尋個善來存著，如此則豈有入善之理？只是閑邪則誠自存，故孟子言性善皆由內出，只爲誠便存，閑邪更著甚工夫？但惟是動容貌，整思慮，則自然生敬，敬只是主一也。主一則既不之東，又不之西，如是則只是中；既不之此，又不之彼，如是則只是內。存此則自然天理明。學者須是將敬以直內，涵養此意，直內是本。

閑邪則固一矣，然主一則消言閑邪。有以一爲難見，不可下工夫，如何？一者無他，只是整齊嚴肅，則心便一。一則自是無非僻之干。此意但涵養久之，則天理自然明。

學者先務，固在心志。然有謂欲屏去聞見知思，則是絕聖棄智。有欲屏去思慮，患其紛亂，則須坐禪入定。如明鑒在此，萬物畢照，是鑒之常，難爲使之不照。人心不能不交感萬物，難爲使之不思慮。若欲免此，惟是心有主。如何爲主？敬而已矣。有主則虛，虛謂邪不能入；無主則實，實謂物來奪之。大凡人心不可二用，用於一事，則他事更不能入者，事爲之主也。事爲之主，尚無思慮紛擾之患。若主於敬，又焉有此患乎？所謂敬者，主一之謂敬；所謂一者，無適之謂一。且欲涵泳主一之義，不一則二三矣。至於不敢欺，不敢慢，尚不愧於屋漏，皆是敬之事也。

問：人之燕居，形體怠惰，心不慢，可否？曰：安有箕踞而心不慢者？昔呂與叔六月中來候氏，閑居中某嘗窺之，必見其儼然危坐，可謂敦篤矣。必志須恭敬，但不可令拘迫，拘迫則難久。

蘇季明又問：呂學士言當求於喜怒哀樂未發之前，如何？曰：若言

存養於喜怒哀樂未發之前，則可；若言求中於喜怒哀樂未發之前，則不可。又問：學者於喜怒哀樂發時，固當勉強裁抑；於未發之前，當如何用功？曰：於喜怒哀樂未發之前，更怎生求？只平日涵養便是。涵養久，則喜怒哀樂發自中節。曰：當中之時，耳無聞，目無見否？曰：雖耳無聞，目無見，然見聞之理在始得。賢且說靜時如何？曰：既有知覺，卻是動也，怎生言靜？人說復其見天地之心，皆以謂至敬能見天地之心，非也。《復》之卦，下面一畫，便是動也。安得謂之靜？或曰：莫是於動上求靜否？曰：固是。然最難。釋氏多言定，聖人便言止，如爲人君止於仁，爲人臣止於敬之類是也。《易》之《艮》，言止之義，曰艮其止，止其所也。人多不能止，蓋人萬物皆備，遇事時各因其心之所重者更互而出，才見得這事重，便有這事出。若能物各付物，便自不出來也。或曰：先生於喜怒哀樂未發之前，下動字，下靜字？曰：謂之靜則可，然靜中須有物始得。這裏便是難處。學者莫若且先理會得敬，能敬則知此矣。

橫渠先生曰：心清時少，亂時常多。其清時視明聽聰，四體不待羈束而自然恭謹，其亂時反是。如此何也？蓋用心未熟，客慮多而常心少也，習俗之心未去，而實心未完也。人又要得剛，太柔則入於不立。亦有人生無喜怒者，則又要得剛，剛則守得定不回，進道勇敢。載則比他人自是勇處多。定，然後始有光明。若常移易不定，何求光明？《易》大抵以艮爲止，止乃光明。故《大學》定而至於能慮，人心多則無由光明。

克己

濂溪先生曰：君子乾乾不息於誠，然必懲忿窒欲，遷善改過而後至。乾之用其善是，損益之大莫是過，聖人之旨深哉！吉凶悔吝生乎動。噫！吉一而已。動可不慎乎？

濂溪先生曰：孟子曰：養心莫善於寡欲。予謂養心不止於寡而存耳。蓋寡焉以至於無，無則誠立明通。誠立，賢也；明通，聖也。

伊川先生曰：顏淵問克己復禮之目，夫子曰：非禮勿視，非禮勿聽，非禮勿言，非禮勿動。四者身之用也。由乎中而應乎外，制於外所以養其中也。顏淵請事斯語，所以進於聖人。後之學聖人者，宜服膺而勿失也。因箴以自警。《視箴》曰：心兮本虛，應物無迹。操之有要，視爲之則。蔽交於前，其中則遷。制之於外，以安其內。克己復禮，久而誠矣。《聽箴》曰：人有秉彝，本乎天性。知誘物化，遂亡其正。卓彼先覺，知止有定。閑邪存誠，非禮勿聽。《言箴》曰：人心之動，因言以宣。發禁躁妄，內斯靜專。矧是樞機，興戎出好。吉凶榮辱，惟其所召。傷易則誕，傷煩則支。己肆物忤，出悖來違。非法不道，欽哉訓辭。《動箴》曰：哲人知幾，誠之於思。志士厲行，守之於爲。順理則裕，從欲惟危。造次克念，戰兢自持。習與性成，聖賢同歸。

復之初九曰：不遠復，無祗悔，元吉。《傳》曰：陽，君子之道。故復爲反善之義。初，復之最先者也，是不遠而復也。失而後有復，不失則何復之有？惟失之不遠而復，則不至於悔，大善而吉也。顏子無形顯之過，夫子謂其庶幾，乃無祗悔也。過既未形而改，何悔之有？既未能不勉而中，所欲不逾矩，是有過也。然其明而剛，故一有不善，未嘗不知；既知，未嘗不遽改，故不至於悔，乃不遠復也。學問之道無他也，惟其知不善則速改，以從善而已。

晉之上九：晉其角，維用伐邑。厲吉，無咎；貞吝。《傳》曰：人之自治，剛極則守道愈固，進極則遷善愈速。如上九者，以之自治，則雖傷於厲，而吉且無咎也。嚴厲非安和之道，而於自治則有功也。雖自治用功，然非中和之德。故於貞正之道爲可吝也。

損者，損過而就中，損浮末而就本實也。天下之害，無不由末之勝也。峻宇雕墻，本於宮室；酒池肉林，本於飲食；淫酷殘忍，本於刑罰；窮兵黷武，本於征討。凡人欲之過者，皆本於奉養。其流之遠，則爲害矣。先王制其本者，天理也；後人流於末者，人欲也。損之義，損人欲以復天理而已。夫人心正意誠，乃能極中正之道，而充實光輝。若心有所比，以義之不可而決之，雖行於外，不失其中正之義，可以無咎。然於中道，未得爲光大也。蓋人心一有所欲，則離道矣。故夬之九五曰：莧陸夬，中行無咎。而《象》曰：中行無咎，中未光也。夫子於此示人之意深矣。

方說而止，節之義也。

節之九二，不正之節也。以剛中正爲節。如懲忿窒欲，損過抑有餘是也。不正之節，如嗇節於用，懦節於行是也。

人而無克伐怨欲，惟仁者能之。有之而能制其情不行焉，斯亦難能也。謂之仁則未可也。此原憲之問，夫子答以知其爲難。而不知其爲仁。此聖

人開示之深也。

明道先生曰：義理與客氣常相勝，只看消長分數多少，爲君子、小人之別。義理所得漸多，則自然知得客氣消散得漸少。消盡者是大賢。

或謂：人莫不知和柔寬緩，然臨事則反至於暴厲。曰：只是志不勝氣，氣反動其心也。

人不能祛思慮，只是吝。吝故無浩然之氣。

制怒爲難，制懼亦難。克己可以制怒，明理可以制懼。

堯夫解：他山之石，可以攻玉。玉者，溫潤之物，若將兩塊玉來相磨，必磨不成。須是得他個粗礪底物，方磨得出。譬如君子與小人處，爲小人侵陵，則修省畏避，動心忍性，增益預防。如此便道理出來。

目畏尖物。此事不得放過，便與克下。室中率置尖物，須以理勝他。尖必不刺人也，何畏之有？

明道先生曰：責上責下而中自恕己，豈可任職分？

舍己從人，最爲難事。己者，我之所有，雖痛舍之，猶懼守己者固而從人者輕也。

九德最好。

饑食渴飲，冬裘夏葛，若致些私吝心在，便是廢天職。

獵，自謂今無此好。周茂叔曰：何方之易也？但此心潛隱未發，一日萌動，復如前矣。後十二年因見，果知未也。

伊川先生曰：大抵人有身，便有自私之理。宜其與道難一。

罪己責躬不可無，然亦不當長留在心胸爲悔。

所欲不必沉溺，只有所向便是欲。

明道先生曰：子路亦百世之師。

人語言緊急，莫是氣不定否？曰：此亦當習，習到自然緩時，便是氣質變也。學至氣質變，方是有功。

問：不遷怒，不貳過。何也？《語錄》有怒甲不遷乙之說，是否？伊川先生曰：是。

曰：若此則甚易，何待顏子而後能？

曰：只被說得粗了，諸君便道易。此莫是最難？須是理會得因何不遷怒，如舜之誅四凶，怒在四凶，舜何與焉？蓋因是人有可怒之事而怒之，聖人之心本無怒也。譬如明鏡，好物來時便見是好，惡物來時便見是惡，鏡何嘗有好惡也？世之人固有怒於室而色於市。且如怒一人，對那人說話能無怒色否？有能怒一人而不怒別人者，能忍得如此，已是煞知義理。若聖人因物而未嘗有怒，此莫是甚難？君子役物，小人役於物。今見可喜可怒之事，自家著一分陪奉他，此亦勞矣。聖人之心如止水。

人之視最先。非禮而視，則所謂開目便錯了。次聽、次言、次動，有先後之序。人能克己則心廣體胖。仰不愧，俯不怍，其樂可知。有息則餒矣。

聖人責己感也處多，責人應也處少。

謝子與伊川先生別一年，往見之。伊川曰：相別一年，做得甚工夫？謝曰：也只去個矜字。曰：何故？曰：子細檢點得來，病痛盡在這裏。若按伏得這個罪過，方有向進處。伊川點頭，因語在坐同志者曰：此人爲學，切問近思者也。

思叔詬詈仆夫，伊川曰：何不動心忍性？思叔慚謝。

見賢便思齊，有爲者亦若是；見不賢而內自省，蓋莫不在己。

橫渠先生曰：湛一，氣之本；攻取，氣之欲。口腹於飲食，鼻口於臭味，皆攻取之性也。知德者屬厭而已。不以嗜欲累其心，不以小害大，末喪本焉爾。

纖惡必除，善斯成性矣；察惡未盡，雖善必粗矣。

惡不仁，故不善未嘗不知。徙好仁而不惡不仁，則習不察，行不著。是故徙善未必盡義，徙是未必盡仁。好仁而惡不仁，然後盡仁義之道。

責己者，當知無天下國家皆非之理。故學至於不尤人，學之至也。

有潛心於道，忽忽爲他慮引去者，此氣也。舊習纏繞，未能脫灑，畢竟無益，但樂於舊習耳。古人欲得朋友與琴瑟簡編，常使心在於此。惟聖人知朋友之取益爲多，故樂得朋友之來。

矯輕警惰。

仁之難成久矣！人人失其所好。蓋人人有利欲之心，與學正相背馳，故學者要寡欲。

君子不必避他人之言，以爲太柔太弱。至於瞻視亦有節。視有上下，視高則氣高，視下則心柔。故視國君者，不離紳帶之中。學者先須去其客氣。其爲人剛行，終不肯進，堂堂乎張也，難與並爲仁矣。蓋目者人之所常用，且

心常托之，視之上下。且試之，已之敬傲，必見於視。所以欲下其視者，欲柔其心也。柔其心，則聽言敬且信。人之有朋友，不爲燕安。所以輔佐其仁。今之朋友，擇其善柔以相與，拍肩執袂以爲氣合，一言不合，怒氣相加。朋友之際，欲其相下不倦。故於朋友之間主其敬者。曰相親與，得效最速。仲尼嘗曰：吾見其居於位也，與先生並行也，非求益者，欲速成者。則學者先須溫柔，溫柔則可以進學。《詩》曰：溫溫恭人，惟德之基。蓋其所益之多。

世學不講，男女從幼便驕惰壞了。到長益兇狠。只爲未嘗爲子弟之事，則於其親己有物我，不肯屈下。病根常在，又隨所居而長，至死只依舊。爲子弟，則不能安灑掃應對；在朋友，則不能下朋友；有官長，則不能下官長；爲宰相，不能下天下之賢。甚則至於徇私意，義理都喪。也只爲病根不去，雖所居所接而長。人須一事事消了病，則義理常勝。

**《攝生消息論・春季攝生消息》** 春三月，此謂發陳，天地俱生，萬物以榮。夜臥早起，廣步於庭，被髮緩行，以使志生，生而勿殺，與而勿奪，賞而勿罰，此養氣之應，養生之道也。逆之則傷肝。肝木味酸，木能勝土，土屬脾，主甘。當春之時，食味宜減酸益甘，以養脾氣。春陽初升，萬物發萌。正二月間，乍寒乍熱，高年之人，多有宿疾，春氣所攻，則精神昏倦，宿病發動。又兼去冬以來，擁爐薰衣，啗炙炊煿成積，至春因而發泄，致體熱頭昏，壅隔涎嗽，四肢倦怠，腰脚無力，皆冬所蓄之疾。常當體候，若稍覺發動，不可便行疏利之藥，恐傷臟腑，別生餘疾。惟用消風和氣，涼膈化疾之劑，或選食治方中，性稍涼利飲食，調停以治，自然通暢。若無疾狀，不可吃藥。春日融和，當園林亭閣虛廠之處，用攄滯懷，以暢生氣，不可兀坐，以生他鬱。飯酒不可過多，人家自造米麪團餅，多傷脾胃，最難消化。老人切不可以飢腹多食，以快一時之口，致生不測。天氣寒暄不一，不可頓去緜衣，老人氣弱骨疏體怯，風冷易傷腠裏，時備夾衣，遇煖易之一重，漸減一重，不可暴去。

劉處士云：春來之病多，自冬至後夜半一陽生，陽無吐，陰無納，心膈宿熱，與陽無相衝，兩虎相逢，狹道必鬬矣。至于春夏之交，遂使傷寒虛熱時行之患，良由冬月焙火食炙，心膈宿痰流入四肢之故也。當服祛痰之藥以導之，使不爲疾。不可令背寒，寒即傷肺，令鼻塞咳嗽。身覺熱甚，少去上衣，稍冷莫強忍，即便加服。肺俞五臟之表，胃俞經絡之長，二處不可失寒熱之節。諺云避風如避箭，避色如避亂，加減逐時衣，少餐申後飯是也。

**《攝生消息論・肝臟春旺》** 肝屬木，爲青帝，卦屬震，神形青龍，象如懸匏。肝者，幹也。狀如枝幹，居在下，少近心，左三葉，右四葉，色如縞映紺。肝爲心母，爲腎子。肝中有三神，名曰爽靈、胎光、幽精也。夜臥及平旦，扣齒三十六通，呼肝神名，使神清氣爽。目爲之宮，左目爲甲，右目爲乙，男子至六十，肝氣衰，肝葉薄，膽漸減，目即昏昏然。在形爲筋，肝脈合于木，魂之藏也。于液爲淚，腎邪入肝，故多淚。六府膽爲肝之府，膽與肝合也。故肝氣通則分五色，肝實則目黃赤。肝合于脈，其榮爪也，肝之合也。筋緩弱脈不自持者，肝先死也。目爲甲乙，辰爲寅卯，首屬角，味酸，其嗅臊羶。心邪入肝，則惡羶。肝之外應東岳，上通歲星之精。春三月，常存歲星，青氣入于肝。故肝虛者，筋急也。皮枯者，肝熱也。肌肉斑點者，肝風也。人之色青者，肝盛也。人好食酸味者，肝不足也。人之髮枯者，肝傷也。人之手足多汗者，肝方無病。肺邪入肝則多哭，治肝病，當用噓爲瀉，吸爲補。其氣仁，好行仁惠傷憫之情，故聞悲則淚出也。故春三月，水旺天地氣生，欲安其神者，當澤及羣芻，恩霑庶類，無竭川澤，毋灑陂塘，毋傷萌芽。好生勿殺，以合太清，以合天地生育之氣。夜臥早起，以合乎道，若逆之，則毛骨不榮，金木相剋，而諸病生矣。

**《攝生消息論・相肝臟病法》** 肝熱者，左頰赤。肝病者，目奪而脅下痛引小腹，令人喜怒。肝虛則恐，如人將捕之。實則怒，虛則寒。寒則陰氣壯，夢見山林。肝氣逆，則頭痛耳聾頰腫。肝病欲散，急食辛以散。用酸以補之。當避風，肝惡風也。肝病，臍左有動氣，按之牢，若痛支滿，淋溲，大小便難，好轉筋。肝有病則昏昏好睡，眼生膜，視物不明，飛蠅上下，努肉攀睛，或生翳映冷淚，兩角赤癢，當服升麻疏散之劑。

**《攝生消息論・夏季攝生消息》** 夏三月，屬火，主于長，養心氣，火旺，味屬苦。火能剋金，金屬肺，肺主辛，當夏飲食之味，宜減苦增辛，以養肺。心氣當呵以疏之，噓以順之。三伏內腹中常冷時，忌下利，恐泄陰氣，故不宜針灸，惟宜發汗。夏至後夜半一陰生，宜服熱物，兼服補腎湯藥。夏季心旺腎衰，雖大熱不宜吃冷淘冰雪、蜜冰、涼粉、冷粥，飽腹受寒，必起霍亂。莫食瓜茄生菜，原腹中方受陰氣，食此凝滯之物，多爲癥塊。若患冷氣痰火之人，切宜忌之。老人尤當愼護。平居，簷下、過廊、衙堂、破窗，皆不可納涼。此等所在雖涼，賊風中人最暴。惟宜虛堂淨室，水亭木陰，潔淨空廠之處，自然

清涼。更宜調息淨心，常如冰雪在心，炎熱亦于吾心少減。不可以熱爲熱，更生熱矣。每日宜進溫補平順丸散，飲食溫暖，不令大飽，常常進之。宜桂湯、豆蔻、熟水，其于肥膩當戒。不得于星月下露臥，兼使睡著，使人扇風取涼，一時雖快，風入腠裏，其患最深。貪涼兼汗，身當風而臥，多風痺，手足不仁，語言蹇澁，四肢癱瘓。雖不人人如此，亦有當時中者，亦有不便中者。其說何也？逢年歲方壯，遇月之滿，得時之和，即幸而免，至後還發。若或年力衰邁，值月之空，失時之和，無不中者。頭爲諸陽之總，尤不可風，臥處宜密，防小隙微孔以傷其腦戶。夏三月，每日梳頭一二百下，不得梳著頭皮，當在無風處梳之，自然去風明目矣。

《養生論》曰：夏謂蕃秀，天地氣交，萬物華實。夜臥早起，無厭于日，使志無怒，使華成實，使氣得泄，此夏氣之應，長養之道也。逆之則傷心，秋發痎瘧。奉收者少，冬至病重。又曰：夏氣熱，宜食菽以寒之，不可一于熱也，禁飲食湯，禁食過飽，禁溼地臥并穿溼衣。

**《攝生消息論・心臟夏旺》** 心屬南方火，爲赤帝，神形如朱雀，象如倒懸蓮蕊。心者，纖也。所納纖微，無不貫注，變水爲血也。重十二兩，居肺下肝上，對尾鳩下一寸，注曰：胞中，心口掩下尾鳩也。色如縞映絳。中有七孔三毛。上智之人，心孔通明。中智之人五孔，心穴通氣。下智無孔，氣明不通，無智狡詐。心爲肝子，爲脾母。舌爲之宮，闕竅通耳，左耳爲丙，右耳爲丁。液爲汗，腎邪入心，則汗溢。其味苦。小腸爲心之腑，與心合。《黃庭經》曰：心部之宅蓮舍花，下有童子丹元家。主適寒熱榮衛和，丹錦緋囊披玉羅。其聲徵，其嗅燋，故人有不暢事，心即燋燥。心氣通則知五味，心病則舌燋，捲而短，不知五味也。其性禮，其情樂，人年六十，心氣衰弱，言多錯忘。心脈出于中衝，生之本，神之處也，主明運用。心合于脈，其色榮也。血脈虛少不能榮臟腑者，心先死也。心合辰之巳午，外應南岳，上通熒惑之精。故心風者，舌縮不能言也。血壅者，心驚也。舌無味者，心虛也。善忘者，心神離也。重語者，心亂也。多悲者，心傷也。好食苦者，心不足也。面青黑者，心氣冷也。容色鮮好，紅活有光，心無病也。肺邪入心，則多言。心通微，心有疾，當用呵，呵者出心之邪氣也。故夏三月，欲安其神者，則含忠履孝，輔義安仁。安息火熾，澄和心神，外絕聲色，內薄滋味，可以居高朗，遠眺望，早臥早起，無厭于日，順于正陽，以消暑氣。逆之則腎心相爭，火水相剋，火病由此而作矣。

**《攝生消息論・相心臟病法》** 心熱者，色赤而脈溢，口中生瘡，腐爛作臭，胷膈肩背、兩脅兩臂皆痛。心虛則心腹相引而痛，或夢刀杖、火炬，赤衣紅色之物，爐治之事，以恍怖人。心病欲濡，急食鹹以濡之，用苦以補之，甘以瀉之。禁溼衣熱食。心惡熱及水。心病，當臍上有動脈，按之牢，若痛更苦煩煎手足心熱，口乾舌強，咽喉痛，嚥不下，忘前失後。

**《攝生消息論・秋季攝生消息》** 秋三月，主肅殺，肺氣旺，味屬辛。金能剋木，木屬肝，肝主酸，當秋之時，飲食之味，宜減辛增酸，以養肝氣。肺盛則用咽以泄之。立秋以後，稍宜和平將攝。但凡春秋之際，故疾發動之時，切須安養，量其自性將養。秋閒不宜吐並發汗，令人消爍，以致臟腑不安，惟宜針灸。下痢，進湯散以助陽氣。又若患積勞、五痔、消渴等病，不宜吃乾飯炙煿，並自死牛肉，生鱠雞豬，濁酒陳臭鹹醋，粘滑難消之物，及生菜瓜果，鮓醬之類。若風氣，冷病，痃癖之人，亦不宜食。若夏月好吃冷物過多，至秋患赤白痢疾兼瘧疾者，宜以童子小便二升，並大腹檳榔五箇細剉，同便煎取八合，下生薑汁一合，和收起臘雪水一鍾，早朝空心，分爲二服，瀉出三兩行。夏月所食冷物，或胸脫有宿水冷膿，悉爲此藥祛逐，不能爲患。此湯名承氣，雖老人亦可服，不損元氣。況秋痢又當其時，此藥又理脚氣，悉可取效。丈夫瀉後兩三日，以薤白煮粥，加羊腎同煮，空以服之，殊勝補藥。又當清晨睡覺，閉目叩齒二十一下，嚥津，以兩手搓熱，熨眼數多，于秋三月行此，極能明目，又曰：季秋謂之容平，天氣以急，地氣以明，早臥早起，與雞俱興，使志安甯，以緩秋形，收斂神氣，使秋氣平，無外其志，使肺氣清，此秋氣之應，養收之道也。逆之則傷肺，冬爲滲泄，奉藏者少。秋氣燥，宜食麻以潤其燥，禁寒飲並穿寒溼內衣。《千金方》曰：三秋服黃蓍等丸一二劑，則百病不生。

**《攝生消息論・肺臟秋旺》** 肺屬西方金，爲白帝，神形如白虎。象如懸磬，色如縞映紅。居五臟之上，對胸若覆蓋然，故爲華蓋。肺者，勃也，言其氣勃鬱也。重三觔三兩，六葉兩耳，總計八葉。肺爲脾子，爲腎母。下有七魄如嬰兒，名尸狗、伏尸、雀陰、吞賊、非毒、除穢、辟臭，乃七名也。夜臥及平旦時，叩齒三十六通，呼肺神及七魄，名以安五臟。鼻爲之宮，左爲庚，右爲辛。在氣爲咳，在液爲涕，在形爲皮毛也。上通氣至腦戶，下通氣至脾中，是以諸氣屬肺，故肺爲呼吸之根源，爲傳送之宮殿也。肺之脈出于少商，又爲

魄門。久臥傷氣。腎邪入肺，則多涕。肺生于右，爲喘咳。太腸爲肺之府，大腸與肺合，爲傳瀉行導之府。鼻爲肺之宮，肺氣通則鼻知香臭。肺合于皮，其榮毛也。皮枯而毛落者，肺先死也。肺納金，金受氣于寅，生于巳，旺于酉，病于亥，死于午，墓于丑。爲秋日，爲庚辛，爲申酉，其聲商，其色白，其味辛，其臭腥。心邪入肺，則惡腥也。其性義，其情慮。肺之外應五嶽，上通太白之精，于秋之王日，存太白之氣入于肺，以助肺神。肺風者，鼻即塞也。容色枯者，肺乾也。鼻齆者，肺有蟲也。多恐懼者，魄離于肺也。身體黧黑者，肺氣微也。多怒氣者，肺盛也。不耐寒者，肺勞也。肺勞則多睡。好食辛辣者，肺不足也。腸鳴者，肺氣壅也。肺邪自入者，則好笑。故人之顏色瑩白者，則肺無病也。肺有疾，用嘔以抽之，無故而嘔，不祥也。秋三月，金旺主殺，萬物枯損，欲安其魄而存其形者，當含仁育物，施恩斂容，陰陽分形，萬物收殺，雀臥雞起，斬伐草木，以順秋氣，長肺之剛，則邪氣不侵。逆之則五臟乖，而諸病作矣。

**《攝生消息論・相肺臟病法》** 肺病熱，右頰赤。肺病色白而毛槁，喘欬氣逆，胸背四肢煩痛，或夢美人交合，或見花旛衣甲，日月雲鶴，貴人相臨。肺虛則氣短不能調息。肺燥則喉乾。肺風則多汗畏風，欬如氣喘，旦善暮甚。氣病上逆，急食苦以泄之。又曰：宜酸以收之，用辛以補之，苦以瀉之。禁食寒，肺惡寒也。肺有病，不聞香臭，鼻生瘜肉，或生瘡疥，皮膚燥癢，氣盛咳逆，唾吐膿血，宜服排風散。

**《攝生消息論・冬季攝生消息》** 冬三月，天地閉藏，水冰地坼，無擾乎陽。早臥晚起，以待日光。去寒就溫，毋泄皮膚。逆之腎傷，春爲痿厥，奉生者少。斯時伏陽在內，有疾宜吐。心膈多熱，所忌發汗，恐泄陽氣故也。宜服酒浸補藥，或由藥酒一二杯，以迎陽氣。寢臥之時，稍宜虛歇，宜寒極，方加縣衣，以漸加厚，不得一頓便多。惟無寒即已，不得頻用大火烘炙，尤其損人。手足應心，不可以火炙手，引火入心，使人煩燥。不可就火烘炙食物，冷藥不治熱極，熱藥不治冷極，水就溼，火就燥耳。飲食之味，宜減酸增苦，以養心氣。冬月腎水味鹹，恐水剋火，心受病耳，故宜養心。宜居處密室，溫煖衣衾，調其飲食，適其寒溫，不可冒觸寒風，老人尤甚，恐寒邪感冒，爲嗽逆、麻痺、昏眩等疾。冬月陽氣在內，陰氣在外，老人多有上熱下冷之患，不宜沐浴。陽氣內蘊之時，若加湯火所逼，必出大汗。高年骨肉疏薄，易于感動，多生外疾。不可早出，以犯霜威。早起服醇酒一杯，以禦寒。晚服消痰凉膈之藥，以平和心氣。不令熱氣上湧，切忌房事，不可多食炙煿、肉麪、餛飩之類。

**《攝生消息論・腎臟冬旺》** 《內景經》曰：腎屬北方水，爲黑帝，生對臍，附腰脊。重一觔一兩，色如縞映紫。主分水氣，灌注一身，如樹之有根。左曰腎，右名命門。生氣之府，死氣之廬，守之則存，用之則竭。爲肝母，爲肺子。耳爲之官。天之生我，流氣而變，謂之精。精氣往來，爲之神，神者，腎藏其情智，左屬壬，右屬癸，在辰爲子亥，在氣爲吹，在液爲唾，在形爲骨。久立傷骨，爲損腎也。應在齒，齒痛者，腎傷也。經于上焦，榮于中焦，衛于下焦。腎邪自入，則多唾。膀胱爲津液之府，榮其髮也。《黃庭經》曰：腎部之宮元闕圓，中有童子名上元。主諸臟腑九液源，外應兩耳百液津。其聲羽，其味鹹，其臭腐。心邪入腎則惡腐。凡丈夫六十，腎氣衰，髮變齒動，七十形體皆困，九十腎氣焦枯。骨痿而不能起牀者，腎先死也。腎病則耳聾骨痿。腎合于骨，其榮在髭。腎之外應北岳，上通辰星之精。冬三月，存辰星之黑氣，入腎中存之。人之骨疼者，腎虛也。人之齒多齟者，腎衰也。人之齒墮者，腎風也。人之耳痛者，腎氣壅也。人之多欠者，腎邪也。人之腰不伸者，腎乏也。人之色黑者，腎衰也。人之容色紫而有光者，腎無病也。人之骨節鳴者，腎羸也。肺邪入腎則多呻。腎有疾，當吹以瀉之，吸以補之。其氣智。腎氣沈滯，宜重吹，則漸通也。腎虛則夢入暗處，見婦人、僧尼、龜鼈、駝馬、旂槍自身兵甲，或山行，或溪舟。故多冬之三月，乾坤氣閉，萬物伏藏，君子戒謹節嗜欲，止聲色，以待陰陽之定，無競陰陽，以全其生，合乎太清。

**《攝生消息論・相腎臟病法》** 腎熱者，頤赤。腎有病，色黑而齒槁，腹大體重，喘咳汗出惡風。腎虛則腰中痛。腎風之狀，頸多汗惡風，食欲下，膈寒不通，腹滿脹，食寒則泄，在形黑瘦。腎燥，急食辛以潤之。腎病堅，急食鹹以補之，用苦以瀉之，無犯熱食，無著煖衣。腎病臍下有動氣，按之牢。若痛苦，食不消化，體重骨疼，腰胯膀胱冷痛，脚痛或痺，小便餘瀝，疝瘕所纏，宜服腎氣丸。

右四時調攝，養生治病大旨盡乎此矣！他如《靈》、《素》諸編，皆緒論耳。屠本畯識。

**《醫說・善攝生》** 善攝生者，不勞神，不苦形，神形既安，禍患何由而致

也？夫人之生，以血氣爲本。人之病，未有不先傷其氣血者。世有童男室女，積想在心，思慮過當，多致勞損，男則神色先散，女則月水先閉，何以至然？蓋憂愁思慮則傷心，心傷則血逆竭，血逆竭故神色先散，而月水先閉也。火既受病，不能榮養其子，故不嗜食。脾既虛則金氣虧，故發嗽，嗽既作，水氣絶，故四肢乾。木氣不充，故多怒，鬢髮焦，筋痿。俟五臟傳遍，故卒不能死，然終死矣。此一種於諸勞中最爲難治。蓋病起於五臟之中，無有已期，藥力不可及也。若或自能改易心志，用藥扶持，如此則中得九死一生。舉此爲例，其餘諸勞，可按脉與證而治之。

**《脾胃論・脾胃將理法》** 白粥、粳米、菉豆、小豆、鹽豉之類，皆淡滲利小便，且小便數不可便利，況大瀉陽氣，反行陰道。切禁濕麵，如食之覺快勿禁。

藥中不可服澤瀉、豬苓、茯苓、燈心、琥珀、通草、木通、滑石之類，皆行陰道而瀉陽道也。如渴，如小便不利，或閉塞不通則服，得利勿再服。

忌大鹹，助火邪而瀉腎水真陰；及大辛味，蒜、韭、五辣、醋、大料物、官桂、乾薑之類，皆傷元氣。

若服升沉之藥，先一日將理，次日腹空服，服畢更宜將理十日。先三日尤甚，不然則反害也。

夫諸病四時用藥之法，不問所病，或溫或涼，或熱或寒，如春時有疾，於所用藥內加清涼風藥；夏月有疾，加大寒之藥；秋月有疾，加温氣藥；冬月有疾，加大熱藥。是不絶生化之源也。錢仲陽醫小兒，深得此理。《内經》必先歲氣，毋代天和，是爲至治。又曰：無違時，無伐化。又曰：無伐生生之氣。此皆常道也。用藥之法，若反其常道，而變生異證，則從權施治。假令病人飲酒，或過食寒，或過食熱，皆可以增病。如此，則以權衡應變治之。權變之藥，豈可常用乎！

**《脾胃論・攝養》** 忌浴當風，汗當風。須以手摩汗孔合，方許見風，必無中風中寒之疾。

遇卒風暴寒，衣服不能禦者，則宜争努周身之氣以當之，氣弱不能禦者病。

如衣薄而氣短，則添衣。於無風處居止；氣尚短，則以沸湯一椀熏其口鼻，即不短也。

如衣厚，於不通風處居止而氣短，則宜減衣，摩汗孔令合，於漫風處居止。

如久居高屋，或天寒陰濕所遏令氣短者，亦如前法熏之。

如居周密小室，或大熱而處過寒涼氣短，則出氣就風日。

凡氣短，皆宜令滋味陽飲，令胃調和。

或大熱能食而渴，喜寒飲，當從權以飲之，然不可耽嗜。如冬寒喜熱物，亦依時暫食。

夜不安，寢衾厚，熱壅故也，當急去之，仍拭汗。或薄而不安，即加之，睡自穩也。飢而睡不安，則宜少食。飽而睡不安，則少行坐。

遇天氣變更，風寒陰晦，宜預避之。大抵宜温煖，避風寒，省語，少勞役爲上。

**《脾胃論・遠欲》** 名與身孰親，身與貨孰多？以隋侯之珠彈千仞之雀，世必笑之，何取之輕而棄之重耶！殘軀六十有五，耳目半失於視聽，百脉沸騰煩心，身如衆派漂流，瞑目則魂如浪去，神氣衰於前日，飲食減於曩時，但應人事，病皆彌甚，以己之所有，豈止隋侯之珠哉！安於淡薄，少思寡欲，省語以養氣，不妄作勞以養形，虚心以維神，壽夭得失，安之於數，得喪既輕，血氣自然諧和，邪無所容，病安增劇？苟能持此，亦庶幾於道，可謂得其真趣矣！

**《脾胃論・省言箴》** 氣乃神之祖，精乃氣之子。氣者，精神之根蒂也。大矣哉！積氣以成精，積精以全神，必清必靜，御之以道，可以爲天神矣。有道者能之，予何人哉，切宜省言而已。

**《壽親養老新書・飲食調治》** 主身者神，養氣者精，益精者氣，資氣者食，食者生民之天，活人之本也。故飲食進則穀氣充，穀氣充則氣血勝，氣血勝則筋力強。故脾胃者，五臟之宗。四臟之氣皆稟於脾，故四時皆以胃氣爲本。《生氣通天論》云：氣味辛甘發散爲陽，酸苦涌泄爲陰。是以一身之中，陰陽運用，五行相生，莫不由於飲食也。若少年之人真元氣壯，或失於饑飽，食於生冷，以根本強盛未易爲患。其高年之人，真氣耗竭，五臟衰弱，全仰飲食以資氣血，若生冷無節，饑飽失宜，調停無度，動成疾患。凡人疾病，未有不因八邪而感。所謂八邪者，風、寒、暑、濕、饑、飽、勞、逸也。爲人子者，得不慎之。若有疾患，且先詳食醫之法，審其疾狀，以食療之。食療未愈，然後命藥，貴不傷其臟腑也。凡百飲食，必在人子躬親調治，無縱婢使慢

其所食。老人之食，大抵宜其温熱熟軟，忌其粘硬生冷。每日晨朝，宜以醇酒先進平補下元藥一服，女人則平補血海藥一服，無燥熱者良。尋以猪、羊腎，粟米粥一盃壓之，五味葱薤鶉膏等粥皆可。至辰時服人參平胃散一服，然後次第以順四時軟熟飲食進之。食後引行一二百步，令運動消散，臨卧時進化痰利膈人參半夏丸一服。尊年之人不可頓飽，但頻頻與食，使脾胃易化，穀氣長存。若頓令飽食，則多傷滿，緣衰老人腸胃虚薄，不能消納，故成疾患。為人子者，深宜體悉，此養老人之大要也。日止可進前藥三服，不可多餌。如無疾患，亦不可須服藥，但只調停飲食，自然無恙矣。

**《壽親養老新書・形證脉候》**《上古天真論》曰：女子之數七，丈夫之數八。女子七七四十九，任脉虚，衝脉衰，天癸竭，地道不通。丈夫八八六十四，五臟皆衰，筋骨解墮，天癸盡，脉弱形枯。女子過六十之期，丈夫逾七十之年，越天常數。上壽之人，若衣食豐備，子孫勤養，承順慈親，叅行孝禮，能調其飲食，適其寒温，上合神靈，下契人理，此順天之道也。高年之人，形羸氣弱，理自然當然。其有丈夫、女子，年踰七十，面色紅潤，形氣康強，飲食不退，尚多秘熱者，此理何哉？且年老之人，痿瘁為常，今反此者，非真陽血海氣壯也，但診左右手脉，須大緊數，此老人延永之兆也。老人真氣已衰，此得虚陽氣盛充於肌體，則兩手脉大，飲食倍進，雙臉常紅，精神強健，此皆虚陽氣所助也。須時有煩渴膈熱，大腑秘結，但隨時以平常湯藥微微消解，三五日間，自然平復。常得虚陽氣存，自然飲食得進，此天假其壽也。切不得為有小熱，頻用轉瀉之藥，通利苦冷之藥疎解。若虚陽氣退，復歸真體，則形氣厄羸，臟腑衰弱，多生冷疾，無由補復；若是從來無虚陽之氣，一向憊乏之人，全在斟量湯劑，常加温補調停，饘粥以為養治，此養老之先也。

**《壽親養老新書・醫藥扶持》**常見世人治高年之人疾患，將同年少，亂投湯藥，妄行針灸以攻其疾，務欲速愈。殊不知上壽之人血氣已衰，精神減耗，危若風燭，百疾易攻。至於視聽，不至聰明；手足舉動，不隨其身；體勞倦，頭目昏眩；風氣不順，宿疾時發；或秘或泄，或冷或熱，此皆老人之態也。不順治之，緊用針藥，務求痊瘥，往往因此別致危殆。且攻病之藥，或吐或汗，或解或利。緣衰老之人，不同年少真氣壯盛，雖汗吐轉利，未至危困。其老弱之人，若汗之則陽氣泄，吐之則胃氣逆，瀉之則元氣脱，立致不虞，此養老之大忌也。大體老人藥餌，止是扶持之法，只可用温平順氣，進食補虚中和之藥治之，不可用市肆贖買，他人惠送不知方味及狼虎之藥與之，服餌切宜審詳。若身有宿疾或時發動，則隨其疾狀，用中和湯藥，順三朝五日自然無事，然後調停飲食，依食醫之法，隨食性變饌治之，此最為良也。

**《壽親養老新書・性氣好嗜》**眉壽之人，形氣雖衰，心亦自壯，但不能遂時人事，遂其所欲。雖居温給，亦常不足。故多咨煎背執，等閒喜怒，性氣不定。止如小兒，全在承順顔色，遂其所欲。嚴戒婢、使子孫不令違背。若憤怒一作，血氣虚弱，中氣不順，因而飲食，便成疾患，深宜體悉。常令隨侍左右，不可令孤生獨寢。緣老人孤僻，易於傷感。纔覺孤寂，便生鬱悶。養老之法，凡人平生，為性各有好嗜之事，見即喜之。有好書畫者，有好琴棋者，有好賭撲者，有好珍奇者，有好藥餌者，有好禽鳥者，有好古物者，有好佛事者，有好丹竈者。人之僻好，不能備舉。但以其平生偏嗜之物，時為尋求，擇其精絕者布於左右，使其喜愛玩悦不已。老人衰倦，無所用心，若只令守家孤坐，自成滯悶。今見所好之物，自然用心於物上，日自看承戲玩，自以為樂，雖有勞倦咨煎，性氣自然減可。

**《壽親養老新書・宴處起居》**凡人衰晚之年，心力倦怠，精神耗短，百事懶於施為，蓋氣血筋力之使然也。全藉子孫孝養，竭力將護，以免非横之虞。凡行住坐卧，宴處起居，皆須巧立制度，以助娛樂，棲息之室，必常潔雅。夏則虚敞，冬則温密。其寢寐牀榻，不須高廣，比常之制，三分減一，低則易於升降，狹則不容漫風。裀褥厚藉，務在軟平。三面設屏，以防風冷。其枕宜用夾熟色帛為之，實以菊花，制在低則寢無罅風，長則轉不落枕。其所坐椅，宜作矮禪牀樣，坐可垂足履地，易於興起，右左置欄，面前設几。緣老多因坐則成眠，有所欄圍，免閃側之傷。其衣服制度，不須寬長，長則多有蹴絆，寬則服不著身。緣老人骨肉疎冷，風寒易中。若窄衣貼身，暖氣著體，自然血流行，四肢和暢。雖遇盛夏，亦不可令袒露其頸連項。常用紫軟夾帛，自頸後巾幘中垂下，著肉入衣領中至背甲間，以護腠理。尊年人肌肉瘦怯，腠理開疎，若風傷腠中，便成大患，深宜慎之。

**《壽親養老新書・貧富禍福》**經曰：自天子至於庶人，孝無終始，而患不及者，未之有也。人子以純孝之心竭力事親，無終始不及之理。惟供養之有厚薄，由貧富之有分限。人居富貴有奉於己而薄於親者，人所不錄，天所不容，雖處富貴而即貧賤也；人雖居貧賤能約於己而豐於親者，人所推仰，天

所助與，雖處貧賤而即富貴也。作善降之百祥，作不善降之百殃。善莫大於孝，孝感於天，故天與之福，所以雖貧賤而即富貴也；罪莫大於不孝，不孝感於天，故天與之禍，所以雖富貴而即貧賤也。善惡之報，其猶影響。為人子者，可不信乎！奉親之道，亦不在日用三牲，但能承順父母顏色，盡其孝心，隨其所有，此順天之理也。其溫厚之家，不可慢於老者，盡依養老之方，勵力行之。其貧下闕乏之家養老之法，雖有奉行之心，而無奉行之力者，但隨家豐儉，竭力於親，約禮設具，使老者知其罄力事奉而止，將見孝心感格，陰靈默祐，如姜詩之躍鯉，孟宗之泣筍，無非孝感所致，此行孝之明驗也。慮孝子、順孫有窘乏，不能依此法者，意有不足，故立此貧富禍福之說以齊之。

**《壽親養老新書・戒忌保護》** 人萬物中一物也，不能逃天地之數。若天癸數窮，則精血耗竭，神氣浮弱，返同小兒，全假將護，以助衰晚。若遇水火兵寇，非橫驚怖之事，必先扶侍老人於安穩處避之，不可喧忙驚動。尊年之人一遭大驚，便致冒昧，因生餘疾。凡喪葬凶禍不可令弔，疾病危困不可令驚，悲哀憂愁不可令人預報，穢惡臭敗不可令食，粘硬毒物不可令飡，敝漏卑濕不可令居，卒風暴寒不可令冒，煩暑燠熱不可令中，動作行步不可令勞，暮夜之食不可令飽，陰霧晦暝不可令饑，假借鞍馬不可令乘，偏僻藥餌不可令服，廢宅欹宇不可令入，墳園塚墓不可令遊，危險之地不可令行，澗洲之水不可令渡，闇昧之室不可令孤，凶禍遠報不可令知，輕薄婢使不可令親，家緣冗事不可令管。若此事類頗多，不克備舉，但人子悉意深慮，過為之防，稍不便於老人者，皆宜忌之，以保長年。常宜遊息精藍，崇高佛事，使神識趣向一歸善道，此養老之奇術也。

**《壽親養老新書・四時養老》** 《四時調神論》曰：陰陽四時者，萬物終始，死生之本也。逆之則災害生，從之則苛疾不起，是謂得道。春溫以生之，夏熱以長之，秋涼以收之，冬寒以藏之。若氣反於時，則皆為疾癘。此天之常道也，順之則生，逆之則病。經曰觀天之道，執天之行，盡矣。人能執天生道殺之理，法四時運用而行，自然疾病不生，長年可保。其黃髮之人，五臟氣虛，精神耗竭，若稍失節宣，即動成危瘵。蓋老人倦惰，不能自調，在人資養，以延遐算。為人子者，深宜察其寒溫，審其饘藥，依四時攝養之方，順五行休王之氣，恭恪奉親，慎無懈怠。

**《壽親養老新書・春時攝養》** 春屬木，主發生。宜戒殺，茂於恩惠，以頤生氣。春，肝氣王，肝屬木，其味酸，木能勝土，土屬脾，主甘。當春之時，其飲食之味宜減酸益甘，以養脾氣。肝氣盛者，調虛以利之，順之則安，逆之則少陽不生，肝氣內變。春時陽氣初昇，萬物萌發，正、二月間，乍寒乍熱。高年之人，多有宿疾，春氣所攻，則精神昏倦，宿患發動。又復經冬已來，擁爐熏衾，啗炙飲熱，至春成積，多所發泄，致體熱頭昏，膈壅涎嗽，四肢勞倦，腰脚不任，皆冬所發之疾也，常宜體候。若稍利，恐傷臟腑，別生和氣，凉膈化痰之藥消解。或只選良治，方中性稍凉，利飲食，調停與進，自然通暢。若別無疾狀，不須服藥。常擇和暖日，引侍尊親於園亭樓閣虛敞之處，使放意登眺，用攄滯懷，以暢生氣。時尋花木遊賞，以快其意。不令孤坐獨眠，自生鬱悶。春時，若親朋請召，老人意欲從歡，任自遨遊，常令嫡親侍從，惟酒不可過飲。春時，人家多造冷饌米食等，不令下與，如水團兼粽粘冷肥僻之物，多傷脾胃，難得消化，大不益老人，切宜看承。春時，遇天氣燠暖，不可頓減綿衣，緣老人氣弱骨疎，怯風冷，易傷肌體。但多穿夾衣，遇暖之時，一重漸減一重，即不致暴傷也！

**《壽親養老新書・夏時攝養》** 夏屬火，主於長養。夏，心氣王，心主火，味屬苦，火能剋金。金屬肺，肺主辛。其飲食之味，當夏之時宜減苦增辛，以養肺氣。心氣盛者，調呵氣以疎之。順之則安，逆之則太陽不長，心氣內洞。盛夏之月，最難治攝。陰氣內伏，暑毒外蒸，縱竟當風，任性食冷，故人多暴泄之患。惟是老人，尤宜保護。若簷下過道，穿隙破牖，皆不可納凉。此為賊風，中人暴毒。宜居虛堂淨室，水次木陰，潔淨之處，自有清凉。每日凌晨，進溫平順氣湯散一服。飲食溫軟，不令大飽，畏日長永，但時復進之。渴宜飲粟米溫飲，豆蔻熟水。生冷肥膩，尤宜減之，緣老人氣弱。當夏之時，納陰在內，以陰弱之腹當冷肥之物，則多成滑泄，一傷正氣，卒難補復，切宜慎之。若須要食瓜菓之類，量虛實，少為進之，緣老人思食之物，若有違阻，意便不樂，但隨意與之。纔食之際，以方便之言解之，往往知味便休，不逆其意，自無所損。若是氣弱老人，夏至已後，宜服不燥熱、平補腎氣暖藥三二十服，以助元氣，若蓉蓉丸、八味丸之類。宜往潔雅寺院中，擇虛敞處，以其所好之物悅之。若要寢息，但任其意，不可令久眠，但時時令歌，久則神昏。直召年高相協之人，日陪閒話，論往昔之事，自然喜悅，忘其暑毒。細湯名茶，時為進之，晚凉方歸。

**《壽親養老新書・秋時攝養》** 秋屬金，主於肅殺。秋，肺氣王。肺屬金，味屬辛，金能尅木。木屬肝，肝主酸。當秋之時，其飲食之味宜減辛增酸，以養肝氣。肺氣盛者，調呬氣以洩之。順之則安，安逆之則太陰不收，肺氣焦滿。秋時凄風慘雨，草木黃落。高年之人，身雖老弱，心亦如壯。秋時思念往昔親朋，動多傷感。季秋之後，水冷草枯，多發宿患，此時人子，最宜承奉晨昏，體悉舉止看詳，若顏色不樂，便須多方誘說，使役其心神，則忘其秋思。其新登五穀，不宜與食，易動人宿疾。若素知宿患，秋終多發，或痰涎喘嗽，或風眩痹癖，或秘泄勞倦，或寒熱進退。計其所發之疾，預於未發已前，擇其中和應病之藥，預與服食，止其欲發。

**《壽親養老新書・冬時攝養》** 冬屬水，主於斂藏。冬，腎氣旺，屬水，味屬鹹，水尅火。火屬心，心主苦。當冬之時，其飲食之味，宜減鹹而增苦，以養心氣。腎氣盛者，調吹氣以平之。順之則安，逆之則少陰不藏，腎之水獨沉。三冬之月，最宜居處密室，温暖衾服，調其飲食，適其寒温。大寒之日，山藥、酒、肉、酒時進一盃，以持衰弱，以禦寒氣。不可輕出，觸冒寒風，緣老人血氣虛怯，真陽氣少，若感寒邪，便成疾患，多為嗽、吐逆、麻痹、昏眩之疾。冬燥煎爐之物，尤宜少食。冬月陽氣在内，陰氣在外，池沼之中，冰堅如石，地裂橫塹，寒從下起，人亦如是。故盛冬月，人多患膈氣滿急之疾。老人多有上熱下冷之患，如冬月陽氣在内，虛陽上攻，若食炙煿燥熱之物，故多有壅噎、痰嗽、眼目之疾，亦不宜澡沐。陽氣内蘊之時，若加湯火所逼，須出大汗。高年人陽氣發泄，骨肉疎薄，易於傷動，多感外疾。惟早眼晚起，以避霜威。晨朝宜飲少醇酒，然後進粥。臨卧宜服微凉膈，化痰藥一服。

**《文子纘義・十守》** 老子曰：天地未形，窈窈冥冥。渾而爲一，寂然清澄。重濁爲地，精微爲天。離而爲四時，分而爲陰陽。精氣爲人，粗氣爲蟲。剛柔相成，萬物乃生。精神本乎天，骨骸根于地。精神入其門，骨骸反其根。我尚何存？故聖人法天順地，不拘于俗，不誘于人。以天爲父，以地爲母。陰陽爲綱，四時爲紀。天靜以清，地定以寧。萬物逆之者死，順之者生。故靜漠者神明之宅，虛無者道之所居。夫精神者所受於天也，骨骸者所稟於地也。道生一，一生二，二生三，三生萬物。萬物負陰而抱陽，沖氣以爲和。

老子曰：人受天地變化而生。一月而膏，二月血脈，三月而胚，四月而胎，五月而筋，六月而骨，七月而成形，八月而動，九月而躁，十月而生。形骸已成，五臟乃分，肝主目，腎主耳，脾主舌，肺主鼻，膽主口。外爲表，中爲裏，頭圓法天，足方象地。天有四時、五行、九曜、三百六十日。人有四支、五臟、九竅、三百六十節。天有風雨寒暑，人有取與喜怒。膽爲雲，肺爲氣，脾爲風，腎爲雨，肝爲雷。人與天地相類，而心爲之主。耳目者日月也，血氣者風雨也。日月失行，薄蝕無光。風雨非時，毀折生災。五星失行，州國受其殃。天地之道，至閑以大，尚猶節其章光，愛其神明，人之耳目，何能久燻而不息？精神何能馳騁而不乏？是故，聖人守内而不失外。夫血氣者，人之華也；五臟者，人之精也。血氣專乎内而不外越，則胸腹充而嗜欲寡；嗜欲寡，則耳目清而聽視聰達，聽視聰達謂之明。五藏能屬于心而無離，則氣意勝而行不僻，精神盛而氣不散。以聽無不聞，以視無不見，以爲無不成，患禍無由入，邪氣不能襲。故所求多者所得少，所見大者所知小。夫孔竅者，精神之戶牖；血氣者，五藏之使候。故耳目淫于聲色，即五藏動搖而不定，血氣滔蕩而不休，精神馳騁而不守。禍福之至，雖如丘山，無由識之矣，故聖人愛而不越。聖人誠使耳目精明玄達，無所誘慕，意氣無失，清靜而少嗜欲，五藏便寧，精神内守形骸而不越，即觀乎往世之外，來事之内，禍福之間，可足見也。故其出彌遠者其知彌少，以言精神不可使外淫也。故五色亂目，使目不明；五音亂耳，使耳不聰；五味亂口，使口生創音爽。趣舍滑心，使行飛揚。故嗜欲使人氣淫，好憎使人精勞，不疾去之，則志氣日耗。夫人所以不能終其天年者，以其生生之厚。夫惟無以生爲者，即所以得長生。天地運而相通，萬物總而爲一。能知一，即無一之不知也；不能知一，即無一之能知也。吾處天下，亦爲一物。而物亦物也，物之與物，何以相物？欲生不可事也；憎死不可辭也。賤之，不可憎也；貴之，不可喜也。因其資而寧之，弗敢極也。弗敢極，即至樂極矣。

守虛　老子曰：所謂聖人者，因時而安其位，當世而樂春業。夫哀樂者，德之邪；好憎者，心之累；喜怒者，道之過。故其生也天行，其死也物化。靜即與陰合德，動即與陽同波。故心者，形之主也；神者，心之寶也。形勞而不休即厥，精用而不已則竭，是以聖人遵之，不敢越也。以無應有必究其理，以虛受實必窮其節，恬愉虛靜以終其命。無所疏，無所親，抱德煬和，以順于天。與道爲際，與德爲鄰。不爲福始，不爲禍先。死生無變于己，故曰至神。神以則以求無不得也，以爲無不成也。

守無　老子曰：輕天下卽神無累，細萬物卽心不惑。齊生死則意不懾，同變化則明不眩。夫至人倚不橈之柱，行無關之途。稟不竭之府，學不死之師。無往而不遂，無之而不通。屈伸俯仰，抱命不惑，而宛轉禍福，利害不足以患心。人爲義者，可迫以仁，而不可劫以兵；可正以義，不可懸以利。君子死義，不可以富貴留也；爲義者，不可以死亡恐也。又況于無爲者乎！無爲者卽無累，無累之人，以天下爲影柱。上觀至人之倫，深原道德之意，下攷世俗之行，乃足以羞也。夫無以天下爲者，學之建鼓也。

守平　老子曰：尊勢厚利，人之所貪，比之身則賤。故聖人食足以充虛接氣，衣足以蓋形禦寒。適情辭餘，不貪得，不多積。清目不視，靜耳不聽，閉口不言，委心不慮。棄聰明，反太素，休精神去知，故無好無憎，是謂大通。除穢去累，莫若未始出其宗，何爲而成？知養生之和者，卽不可懸以利；通內外之符者，不可誘以勢。無外之外至大，無內之內至貴。能知大貴，何往不遂？

守易　老子曰：古之爲道者，理情性，治心術，養以和，持以適。樂道而忘賤，安德而忘貧。性有不欲，無欲而不得，心有不樂，無樂而不爲。無益于性者，不以累德；不便于生者，不以滑和。不縱身肆意而制度，可以爲天下儀。量腹而食，制形而衣，容身而居。適情而行餘天下而不有，委萬物而不利，豈爲貧富貴賤失其性命哉！夫若然者，可謂能體道矣。

守清　老子曰：人受氣于天者，耳目之于聲色也，鼻口之于芳臭也，肌膚之于寒温也，其情一也，或以死，或以生，或爲君子，或爲小人，所以爲制者異。神者，智之淵也，神清則智明；智者，心之府也，智公則以平。人莫鑒于流潦，而鑒于澄水，水其清且靜也。故神清意平，乃能形物之情。故用之者，必假于不用者。夫鑒明者，則塵垢不汙也；神清者，嗜欲不誤也。故心有所至，則神慨然在之，反之于虛，則消躁藏息矣。此聖人之遊也。故治天下者，必達性命之情而後可也。

守眞　老子曰：夫所謂聖人者，適情而已。量腹而食，度形而衣。節乎己，而貪汙之心無由生也。故能有天下者，必無以天下爲也；能有名譽者，必不以越行求之。誠達命之情，仁義因附也。若夫神無所掩，心無所載，通洞條達，澹然無事，勢利不能誘，聲色不能淫，辯者不能說，智者不能動，勇者不能恐，此眞人之遊也。夫生生者不生，化化者不化。不達此道者，雖知統天地，明照日月，辯解連環，辭潤金石，猶無益于治天下也，故聖人不失所守。

守靜　老子曰：靜漠恬惔，所以養生也；和愉虛無，所以據德也。外不亂內，卽性得其宜；靜不動和，卽德安其位。養生以經世，抱德以終年，可謂能體道矣。若然者，血脈無鬱滯，五藏無積氣，禍福不能矯滑，非譽不能塵垢。非有其世，孰能濟焉？有其才不遇其時，身猶不能脫，又況無道乎？夫目察秋毫之末者，耳聞雷霆之聲；耳調金玉之音者，目不見太山之形。故小有所志，則大有所忘。今萬物之來，擢拔吾生，攘取吾精，若泉原也，雖欲勿稟，其可得乎？今盆水若清之經日，乃能見眉睫，濁之不過一撓，卽不能見方圓也。人之精神，難清而易濁，猶盆水也。

守法　老子曰：上聖法天，其次尚賢，其下任臣。任臣者，危亡之道也；尚賢者，癡惑之源也；法天者，治天地之通也。虛靜爲主，虛無不受，靜無不持。知虛靜之道，乃能終始。故聖人以靜爲治，以動爲亂。故曰：勿撓勿攖，萬物將自清；勿驚勿駭，萬物將自理，是謂天道也。

老子曰：天子公侯，以天下一國爲家，以萬物爲畜。懷天下之大，有萬物之多，卽氣實而志驕。大者用兵侵小，小者倨傲凌下，用心奢廣，譬猶飄風暴雨，不可長久，是以聖人以道鎮之。執一無爲，而不損沖氣。見小守柔，退而勿有，法于江海，江海不爲，故功名自化。弗強，故能成其王，爲天下牝，故能神不死。自愛，故能成其貴，萬乘之勢，以萬物爲功名。權任至重中，不可自輕，自輕則功名不成。夫道，大以小而成，多以少爲主，故聖人以道莅天下。柔弱微妙者，見小也；儉嗇損缺者，見少也。見小故能成其大，見少故能成其美。天之道，抑高而舉下，損有餘，補不足，江海處地之不足，故天下歸之奉之。聖人卑謙，清靜辭讓者見下也，虛心無有者不足也。見下故能致其高，見不足故能成其賢。矜者不立，奢者不長，強梁者死，滿足者亡。飄風暴雨不終日，小谷不能須臾盈。飄風暴雨，行強梁之氣，故不能久而滅；小谷處強梁之地，故不得不奪。是以聖人執雌牝，去奢驕，不敢行強梁之氣。執雌牝，故能立其雄牡。案雄牡原作雌牝，今據明刊本改。不敢奢驕，故能長久。

老子曰：天道極卽反，盈卽損，日月是也。故聖人日損，而沖氣不敢自滿。日進以牝，功德不衰，天道然也。人之情性，皆好高而惡下，好得而惡亡，好利而惡病，好尊而惡卑，好貴而惡賤。衆人爲之故，不能成；執之，故不能得。是以聖人法天，弗爲而成，弗執而得。與人同情而異道，故能長久。

故三皇、五帝有戒之器，命曰侑巵，其沖即正，其盈即覆。夫物盛則衰，日中則移，月滿則虧，樂終而悲。是故聰明廣智守以愚，多聞博辯守以儉，武力勇毅守以畏，富貴廣大守以狹，德施天下守以讓。此五者，先王所以守天下也。服此道者不欲盈，夫惟不盈，是以弊不新成。

老子曰：聖人與陰俱閉，與陽俱開。能至于無樂也。即無不樂也，無不樂，即至樂極矣。是內樂外，不以外樂內，故有自樂也。即有自志，貴乎天下。所以然者，因天下而爲天下之要也。不在于彼，而在于我；不在于人，而在于身，身得則萬物備矣。故達于心術之論者，即嗜欲好憎外矣。是故無所喜，無所怒，無所樂，無所苦，萬物玄同，無非無是。故士有一定之論，女有不易之行，不待勢而尊，不須財而富，不須力而強，不利財貨，不貪世名，不以貴爲安，不以賤爲危。形神氣志，各居其宜。夫形者生之舍也，氣者生之元也，神者生之制也，一失其位，即三者傷矣。故以神爲主者，形從而利；以形爲主者，神從而害。其生貪饕多欲之人，顛冥乎勢利，誘慕乎名位，幾以過人之知，位高于世，即精神日耗以遠久，淫而不還，形閉中拒，即無由入矣，是以時有盲忘自失之患。夫精神志氣者，靜而充以壯，躁而日耗以老，是故聖人持養其神，和弱其氣，平夷其形，而與道浮沈，如此則萬物之化，無不偶也，百事之變無不應也。

守樸　老子曰：所謂眞人者，性合乎道也。故有而若無，實而若虛。治其內不治其外，明白太素，無爲而復樸。體本抱神，以遊天地之根。芒然仿佯塵垢之外，逍遙乎無事之業。機械智巧，不載于心，審于無瑕。案：瑕一本作假。不與物遷，見事之化，而守其宗。心意專于內，通達禍福于一。居不知所爲，行不知所之。不學而知，弗視而見，弗爲而成，弗治而辯。感而應，迫而動，不得已而往，如光之燿，如影之效，以道爲循。有待而然，廓然而虛，清靜而無，以千生爲一化，以萬異爲一宗。有精而不使，有神而不用。守太渾之樸，立至精之中。其寢不夢，其智不萌。其動無形，其靜無體。存而若亡，生而若死。出入無間，役使鬼神，精神之所能登假於道者也。使精神暢達，則不失于元，日夜無隙，而與物爲春，即是合而生時于心者也。故形有靡而神未嘗化，以不化應化，千變萬轉，而未始有極。化者復歸于無形也，不化者與天地俱也。故生生者未嘗生，其所生者即生；化化者未嘗化，其所化者即化。此眞人之遊也，純粹之道民。案：此篇繕義亦原本闕。

**《丹溪心法・不治已病治未病》**　與其救療於有疾之後，不若攝養於無疾之先。蓋疾成而後藥者，徒勞而已。是故已病而不治，所以爲醫家之法；未病而先治，所以明攝生之理。夫如是則思患而預防之者，何患之有哉！此聖人不治已病治未病之意也。嘗謂備土以防水也，苟不以閉塞其涓涓之流，則滔天之勢不能遏；備水以防火也，若不以撲滅其熒熒之光，則燎燎之焰不能止。其水火既盛，尚不能止遏，況病之已成，豈能治歟？故宜夜卧早起於發成之春，早起夜卧於蕃莠之夏，以之緩形無怒而遂其志，以之食涼食寒而養其陽。聖人春夏治未病者如此。與雞俱興於容平之秋，必待日光於閉藏之冬；以之斂神匿志而私其意，以之食温食熱而養其陰。聖人秋冬治未病者如此。或曰：見肝之病，先實其脾臟之虛，則木邪不能傳；見右頰之赤，先瀉其肺金之熱，則金邪不能盛。此乃治未病之法。今以順四時，調養神志，而爲治未病者，是術何意耶？蓋保身長全者，所以爲聖人之道；治病十全者，所以爲上工之術。不治已病治未病之說，著於《四氣調神大論》，厥有旨哉。昔黄帝與天師難疑答問之書，未嘗不以攝養爲先。始論乎天真，次論乎調神。既以法於陰陽，而繼之以調於四氣，既曰食飲有節，而又繼之以起居有常。諄諄然以養生爲急務者，意欲治未然之病，無使至於已病難圖也。厥後秦緩達乎此，見晉侯病在膏，語之曰：不可爲也。扁鵲明乎此，視齊侯病至骨髓，斷之曰：不可救也。噫，惜齊、晉之侯，不知治未病之理！

**《格致餘論・飲食色慾箴序》**　飲食箴　人身之貴，父母遺體。爲口傷身，滔滔皆是。人有此身，饑渴洊興。適作飲食，以遂其生。睹彼昧者，因縱口味。五味之過，疾病蜂起。病之生也，其機甚微。饞涎所牽，忽而不思。病之成也，飲食俱廢。憂貽父母，醫禱百計。山野貧賤，淡薄是諳。動作不衰，此身亦安。均氣同體，我獨多病。悔悟一萌，塵開鏡淨。曰節飲食，《易》之象辭。養小失大，孟子所譏。口能致病，亦敗爾德。守口如瓶，服之無斁。

色慾箴　惟人之生，與天地參。坤道成女，乾道成男。配爲夫婦，生育攸寄。血氣方剛，惟其時矣，成之以時，接之以時。父子之親，其要在茲。睠彼昧者，徇情縱慾。惟恐不及，濟以燥毒。氣陽血陰，人身之神。陰平陽秘，我體長春。血氣幾何，而不自惜。我之所生，翻爲我賊。女之耽兮，其慾實多，閨房之肅，門庭之和。士之耽兮，其家自廢，既喪厥德，此身亦瘁。遠彼

幃薄，放心乃收，飲食甘美，身安病瘳。

**《格致餘論・養老論》** 人生至六十、七十以後，精血俱耗，平在無事，已有熱證。何者？頭昏、目眵、肌癢、溺數、鼻涕、牙落、涎多、寐少、足弱、耳聵健忘、眩運、腸燥、面垢、髮脫、眼花、久坐、兀睡。未風先寒，食則易飢，笑則有淚，但是老境，無不有此。或曰：《局方》烏附丹劑，多與老人為宜，豈非以其年老氣弱下虛，理宜溫補，今子皆以為熱，烏附丹劑將不可施之老人耶？余曉之曰：奚止烏、附丹劑不可妄用，至於好酒膩肉，濕麵油汁，燒炙煨炒，辛辣甜滑，皆在所忌。或曰：子何愚之甚耶？甘旨養老，經訓具在，為子為婦，甘旨不及，孝道便虧。而吾子之言若是，其將有說以通之乎？願聞其畧。予愀然應之曰：正所謂道並行而不悖者，請詳言之。古者井田之法行，鄉閭之教興，人知禮讓，比屋可封，肉食不及幼壯，五十纔方食肉。強壯恣饕，比及五十疾已蜂起，氣耗血竭，筋柔骨痿，腸胃壅閼，涎沫充溢。而況人身之陰難成易虧，六七十後，陰不足以配陽，孤陽幾欲飛越，因天生胃氣尚爾留連，又藉水穀之陰，故羈縻而定耳。所陳前證皆是血少。《內經》曰：腎惡燥，烏、附丹劑非燥而何？夫血少之人，若防風、半夏、蒼朮、香附，但是燥劑，且不敢多，況烏、附丹劑乎？或者又曰：一部《局方》，悉是溫熱養陽，吾子之言無乃謬妄乎？予曰：《局方》用燥劑，為劫濕病也。濕得燥則豁然而收；《局方》用煖劑，為劫虛病也。補腎不如補脾，脾得溫則易化而食味進，下雖暫虛，亦可少回。《內經》治法亦許用劫，正是此意，蓋為質厚而病淺者設，此亦儒者用權之意。若以為經常之法，豈不大悞？彼老年之人質雖厚，此時亦近乎薄，病雖淺，其本亦易以撥，而可以劫藥取速效乎？若夫形肥者血少，形瘦者氣實，間或有可用劫藥者，設或失手，何以取救？吾寧稍遲，計出萬全，豈不美乎！烏、附丹劑其不可輕餌也明矣。至於飲食，尤當謹節。夫老人內虛脾弱，陰虧性急。內虛胃熱則易饑而思食，脾弱難化則食已而再飽，陰虛難降則氣鬱而成痰。至於視聽言動皆成廢懶，百不如意怒火易熾，雖有孝子順孫，亦是動輒扼腕，況未必孝順乎！所以物性之熱者，炭火製作者，氣之香辣者，味之甘膩者，其不可食也明矣。雖然，腸胃堅厚福氣深壯者，世俗觀之，何妨奉養？縱口固快一時，積久必為災害。由是觀之，多不如少，少不如絕，爽口作疾，厚味措毒。前哲格言猶在人耳，可不慎歟！或曰：如子之言，殆將絕而不與於汝安乎？予曰：君子愛人以德，小人愛人以姑息。況施於所尊者哉！惟飲與食將以養生，不以致疾，若以所養轉為所害，恐非君子之所謂孝與敬也。然則如之何則可？曰：好生惡死，好安惡病，人之常情。為子為孫，必先開之以義理，曉之以物性，旁譬曲喻，陳說利害，意誠辭確。一切以敬慎行之，又次以身先之。必將有所感悟而無扞格之逆矣。吾子所謂絕而不與，施於有病之時尤是孝道。若無病之時，量酌可否，以時而進，某物不食，某物代之，又何傷於孝道乎？若夫平居閑話，素無開導誘掖之言，及至饑腸已鳴，饞涎已動，飲食在前，馨香撲鼻，其可禁乎？經曰：以飲食忠養之。忠之一字，恐與此意合，請勿易看過。予事老母固有愧於古者，先母年踰七旬，素多痰飲，至此不作，節養有道，自謂有術。只因大便燥結，時以新牛乳、猪脂和糜粥中進之，雖以暫時滑利，終是膩物積多，次年夏時鬱為粘痰，發為脇瘡，連日作楚，寐興隕穫。為之子者，置身無地。因此苦思而得節養之說。時進參、朮等補胃血之藥，隨天令加減，遂得大腑不燥，面色瑩潔。雖覺瘦弱，終是無病，老境得安，職此之由也。因成一方，用參、朮為君，牛膝、芍藥為臣，陳皮、茯苓為佐。春加川芎，夏加五味、黃芩、麥門冬，冬加當歸身，倍生薑。一日或一貼或二貼，聽其小水纔覺短少，便進此藥，小水之長如舊，即是郤病捷法。後到東陽，因聞老何安人性聰敏，七十以後稍覺不快，便却粥數日，單進人參湯數貼而止，後九十餘無疾而卒。以其偶同，故筆之以求是正。

**《格致餘論・慈幼論》** 人生十六歲以前，血氣俱盛，如日方升，如月將圓。惟陰長不足，腸胃尚脆而窄，養之之道不可不謹。童子不衣裘帛，前哲格言具在人耳。裳下體之服，帛溫輭甚於布也，裘皮衣溫輭甚於帛也。蓋下體主陰，得寒涼則陰易長，得溫煖則陰暗消。是以下體不與帛絹夾厚溫煖之服，恐妨陰氣，實為確論。血氣俱盛，食物易消，故食無時。然腸胃尚脆而窄，若稠粘乾硬，酸鹹甜辣，一切魚肉水果，濕麵燒炙煨炒，但是發熱難化物，皆宜禁絕。只與乾柿、熟菜、白粥，非惟無病，且不縱口，可以養德。此外生栗味鹹，乾柿性涼，可以為養陰之助。然栗大補，柿大澀，俱為難化，亦宜少與。婦人無知，惟務姑息，畏其啼哭，無所不與，積成疥疾，雖悔何及。所以富貴驕養，有子多病，迨至成人，筋骨柔弱。有疾則不能忌口以自養，居喪則不能食素以盡禮。小節不謹，大義亦虧，可不慎歟？至於乳子之母，尤宜謹節。飲食下咽，乳汁便通。情欲動中，乳脉便應。病氣到乳汁必凝滯，兒得

此乳，疾病立至，不吐則瀉，不瘡則熱，或為驚搐，或為口糜，或為驚搐，或為夜啼，或為腹痛。病之初來，其溺必甚少，便須詢問，隨證調治，母安亦安，可消患於未形也。夫飲食之擇猶是小可，乳母稟受之厚薄，情性之緩急，骨相之堅脆，德行之善惡，兒能速肖，尤為關係。或曰：可以已矣。曰：未也。古之胎教，具在方冊。愚不必贅。若夫胎孕致病，事起在茫昧，人多玩忽，醫所不知。兒之在胎，與母同體，得熱則俱熱，得寒則俱寒，病則俱病，安則俱安。母之飲食起居，尤當慎密。東陽張進士，次子二歲，滿頭有瘡，一日瘡忽自平，遂患痰喘，予視之曰：胎毒也，慎勿與利藥，衆皆愕然。予又曰：乃母孕時所喜何物？張曰：辛辣熱物是其所喜。因口授一方，用人參、連翹、黃連、生甘草、陳皮、芍藥、木通，濃煎沸湯，入竹瀝，與之數日而安。或曰：何以知之？曰：見其精神昏倦，病受得深，決無外感，非胎毒而何？予之次女，形瘦性急，體本有熱。懷孕三月，適當夏暑，口渴思水，時發小熱，遂教以四物湯加黃芩、陳皮、生甘草、木通，因懶於煎煮，數貼而止。其後此子二歲瘡痍遍身，忽一日其瘡頓愈，數日遂成痍瘡。予曰：此胎毒也。瘡若再作，病必自安，已而果然。若於孕時確守前方，何病之有？又陳氏女八歲時得癇病，遇陰雨則作，遇驚亦作。口出涎沫，聲如羊鳴。予視之曰：此胎受驚也，其病深痼。調治半年，病亦可安。仍須淡味以佐藥功。與燒丹元，繼以四物湯，入黃連，隨時令加減，半年而安。

**《格致餘論・茹淡論》**　或問《內經》謂精不足者，補之以味。又曰地食人以五味。古者，年五十食肉，子今年邁七十矣！盡郤鹽醯豈中道乎？何子之神茂而色澤也？曰：味有出於天賦者，有成於人為者。天之所賦者，若穀、菽、菜、果自然沖和之味，有食人補陰之功，此《內經》所謂味也。人之所為者，皆烹飪調和偏厚之味，有致疾傷命之毒，此吾子所疑之味也。今鹽醯之郤，非真茹淡者。夫麥與粟之醎，粳米、山藥之甘，蔥薤之辛之類，皆味也。子以為淡乎？安於沖和之味者，心之收，火之降也。以偏厚之味為安者，欲之縱，火之勝也。何疑之有？《內經》又曰陰之所生，本在五味，非天賦之味乎？陰之五宮，傷在五味，非人為之味乎？聖人防民之具，於是為備。凡人饑則必食，彼粳米甘則淡者，土之德也，物之屬陰而最補者也，惟可與菜同進。經以菜為充者，恐於饑時頓食或慮過多，因致胃損，故以菜助其充足，取其疏通而易化，此天地生物之仁也。《論語》曰：肉雖多不使勝食氣。《傳》曰：賓主終日百拜而酒三行，以避酒禍，此聖人施教之意也。蓋穀與肥鮮同進，厚味得穀為助，其積之也久，寧不助陰火而致毒乎？故服食家在郤穀者則可，不郤穀而服食未有不致其毒者。《內經》謂久而增氣，物化之常。氣增者，又天之由也。彼安於厚味者，未之思爾。或又問：精不足者補之以味。何不言氣補？曰：味，陰也。氣，陽也。補精以陰求其本也，故補之以味者，甘草、白朮、地黃、澤瀉、五味子、天門冬之類，皆味之厚者也。經曰虛者補之，正此意也。上文謂形不足者温之以氣。夫為勞倦所傷，氣之虛，故不足温者養也。温存以養，使氣自充，氣完則形完矣。故言温，不言補。經曰：勞者温之，正此意也。彼為《局方》者不知出此，凡諸虛損證，悉以温熱佐輔補藥，名之曰温補，不能求經旨者也。

**《格致餘論・房中補益論》**　或問《千金方》有房中補益法，可用否？予應之曰：《傳》曰：吉凶悔吝生乎動。故人之疾病亦生於動，其動之極也，病而死矣。人之有生，心為火，居上；腎為水，居下。水能升而火能降，一升一降無有窮已，故生意存焉。水之體靜，火之體動，動易而靜難。聖人於此，未嘗忘言也。儒者立教曰：正心、收心、養心，皆所以防此火之動於妄也。醫者立教，恬淡虛無，精神內守，亦所以遏此火之動於妄也。蓋相火藏于肝腎陰分，君火不妄動，相火惟有稟命守位而已，焉有燔灼之虐燄，飛走之狂勢也哉！《易》兌取象於少女。兌，說也。遇少男艮為咸。咸，無心之感也。艮，止也。居中之法，有艮止之義焉。若艮而不止，徒有戕賊，何補益之有？竊詳《千金》之意，彼壯年貪縱者，水之體非向日之靜也。故著房中之法為補益之助，此可用於質壯、心靜、遇敵不動之人也。苟無聖賢之心，神仙之骨，未易為也。女法水，男法火，水能制火。一樂於與，一樂於取，此自然之理也。若以房中為補，殺人多矣！況中古以下，風俗日偷，資稟日薄，說夢向癡，難矣哉！

**《愼言・潛心篇》**　潛心積慮，以求精微；隨事體察，以驗會通；優游涵養，以致自得。苦急則不相契而入，曠蕩則過高而無實，學者之大病。

無事而主敬，涵養於靜也。有內外交致之力，整齊嚴肅，正衣冠，尊瞻視，以一其外；沖淡虛明，無非僻紛擾之思，以一其內由之不愧於屋漏矣。此學道入門第一義也。

持其志者，存其心而不放也；無暴其氣者，視聽言動以禮，而不任情

也。心存則所發者自不肆，氣不暴則所守者愈固。此內外一致之道。故曰：交相養。

人心當思時則思，不思時則沖靜而閒淡，故心氣可以完養。或曰：心不能使之不思。曰：涵養主一之功未深固爾。苟未深固，則淆亂而不清，豈獨思擾於晝，而夢亦紛擾於夜矣。深固則淵靜而貞定，無事乎？絕聖棄智，而思慮可以使之伏矣。然非始學者之物也。

無忿懥、好樂、憂患、恐懼，此不偏之中，聖人養心之學也。未能上此，則本淆以當致中，喜怒哀樂各當其節，是謂不戾之和，聖人順應之學也。未能至此則道離，故當致和。

格物者，正物也。物各得其當然之實則正矣。物物而能正之，知豈有不至乎！知至則見理眞切，心無苟且妄動之患，意豈有不誠乎？意誠則心之存主，皆善而無惡，邪僻偏倚之病亡矣，心豈有不正乎？學造於心正，道之大本立矣，而家而國而天下，以此推之可也。

言以示道，心之蕚也；貌以表心，道之輿也。故動容出辭不背理者，心之不忘，德之有將爾。然惟純則安。

道而不改者賊，其心不肖之常也。

人心有物，則以所物爲主，應者非其物，則不相得矣。不戾於道者幾希。故曰：與其是內而非外，不如內外之兩忘。蓋欲其湛然虛靜也已。

戒妄言，遠厲色，去游思，脫漫習。

或問：養氣助長之害，如之何？曰：義集生氣則心無愧怍，無往而不可行。義未至而徒盛其氣焉。危行不足以明道，激論不足以成德。外阻撓而中消悔者多矣，不幾於害氣乎哉？

自得之學，可以終身用之。記聞而有得者，衰則忘之矣，不出於心悟故也。故君子之學，貴於深造實養，以致其自得焉。

廣識未必皆當，而思之自得者眞；泛講未必脗合，而習之純熟者妙。是故君子之學，博於外而尤貴精於內，計諸理而尤貴達於事。

心理貴涵蓄，久之可以會通冥契，何也？心之神斂而存，蕩而亡者也。有所得而固存之，日見其充積也；有所聞而固蓄之，日見其暢達也。故中心藏之，何日忘之，由於不言。道德塗說，謂之棄德。

幽獨之地，心能澹然，不繫於物，可以寡欲而養神也。窮理致思，非物事之應也，能致如應之，誠可以體物而養心也。物交於前，順理而應，無意無必，不惟利事也，可以養性矣。物交之後，有得有失，安於所值而喜愠不蒙焉，不惟明道也，可以養德矣。

人心如匱，虛則容，實則否。道義者，心之天理也。知之必踐之，以爲寶而匱之；庶乎道義者，心之私欲也，知之且禁之，以爲砂礫而棄之。匱之未盈，猶足容也。故私欲之感，或可以乘隙而入。至於天理充滿，無少虧欠，匱盈而無隙可乘矣，夫安能容。故學者，當蓄德以實其心。

或問聞道？曰：非言語也。得道？曰：非見聞也。達於事而會於心，斯謂之聞；養於中而暢於外，斯謂之得。

淳厚者，學道之基也。輕躁者，其天機必淺，學也安望其至道。故變其質而後可以言學。

學之大要三：父子、君臣、夫婦、兄弟、朋友，存乎性義焉；動靜、云爲、起居、食息，存乎禮則焉；進退、取舍、死生、禍福，存乎義命焉。學成而道全矣。聖人盡性弘道，亦不過此。

目可以施其明，何物不視乎？耳可以施其聰，何物不聽乎？心體虛明廣大，何所不能知而度之乎？故事物之不聞見者，耳目未嘗施其聰明也；事理之有未知者，心未嘗致思而度之也。故知之精由於思，行之察亦由於思。義所當爲勇以爲之，擇善固執之義也。以爲衆所不爲而止流也，流則賊於性；以爲學之未及，而止畫也，畫則賊於德。

思之精，習之熟，不息焉，可以會通於道。一之，可以入神。

君子之學，博文強記，以爲資藉也；審問明辯，以求會同也；精思研究，以致自得也。三者盡而致知之，道得矣。深省密察，以審善惡之幾也；篤行實踐，以守義理之中也；改過徙義，以極道德之實也。三者盡而力行之，道得矣。由是而理有未明，道有未極，非其才之罪也，鹵莽邪僻害之也。是故君子主敬以養心，精義以體道。

明道莫善於致知，體道莫先於涵養。求其極有內外交致之道，不徒講究以爲知也，而人事酬應得其妙焉；斯致知之實地也，不徒靜涵以爲養也，而言行檢制中其則焉。實致養之熟塗也。

天下之事，習之久而有得者安焉。爲學而不契於道，未有不以存心養性爲桎梏者。是故顏見孔之卓而欲罷不能焉，契而有得故爾。

上者師心，其次師師。孔子聞而知之，師心也。無常師，師師也。無所不師，故其道莫踰。

未有應也，戒愼乎其所不睹，恐懼乎其所不聞。既有應也，非禮勿視，非禮勿聽，非禮勿言，非禮勿動，如此而已矣！

必從格物致知始，則無憑虛泛妄之私；必從洒掃應對始，則無過高躐等之病。上達則存乎熟矣！

夫何以謂存養？曰：心未涉於事也。虛而無物，明而有覺，恐恐焉若或汨之也。夫何以謂省察？曰：事幾方蒙於念也，義則行之，不義則否。履冰，其愼也。恐一念不義，蹈於小人之途也。曰：存省，善矣。亦有不可行者，何也？曰：或時執之殊，始而窮理未至也。能中止以改圖，亦不害其爲善。故曰：善無常主。此既事體量之學也。學有變其氣質之功，則性善可學而至。不然，徒事乎口耳講論之習，終不足以入聖。

文中子曰：不雜學故明。

程子曰：有意坐忘，便是坐馳，何如？曰：此爲有意求靜者言之也。然則靜不可求乎？曰：求則不靜矣，故曰坐馳。然則何以靜？曰：主敬之純，可以與此。靜有二：有境靜，有心靜。酬酢己境，靜也；心之思猶在，不思則心靜矣。然則心以思爲主，何謂也？曰：在應事可也。謂靜以思爲主，此儒之自苦者爾。有感則思，無感則不思。亦足以養神，何膠於思而爲之？曰：不幾於異端之虛靜乎？曰：異端之學無物，靜而寂，寂而滅。吾儒之學有主，靜而感，感而應。靜而不思何害？《易》曰：無思也，無爲也，感而遂通天下之故，然則仲尼幾異端乎？

或問易簡之道？曰：易之神理也，大舜、孔子之卓塗也。疇其能之，請學諸。曰：廣大之能精微也，高明之能中庸也。可以與此焉，請所從事。曰：知其所不得爲，與其所不屑爲，於是乎得之。不屑爲而致力，名曰貪侈，由驕矜之心害之也，庸人之擾擾不與焉；所當爲而不力，名曰苟簡，由怠肆之心害也，莊老之無爲不與焉。

養性以成其德，應事而合乎道，斯可謂學問矣。氣質弗變，而迷謬於人事之實，雖記聞廣博，詞藻越衆，而聖哲不取焉。

古人之學，內外一道，達於治績者，即其學術之蘊；修於文詞者，即其操行之餘。今之儒者，學與事恒二之。故講性者，有不能變其質矣；論命者，有不知要於義矣，修仁義者，功利之媒矣；明經術者，刑法之資矣。皆蔽也。故習於己而不能達於事者，謂之腐儒，厥罪小；授聖假經而循利於時者，謂之俗儒，厥罪大。

古之學也爲道，今之學也爲文；古之學也，精於六經；今之學也，博於百氏。百氏未嘗無所取也，駁而惑人爾。君子欲大於學，求之六經，孔孟足矣。學能言之，足以傳矣。百氏之言，文有餘而道不足。反之，身心之益悠哉淺乎！況言不及道者耶！況離聖而淫於異端耶！

濟務者，才必明於道。修道者，德必崇於禮。

事理之常，順以應之，得吾心之樂也易；事勢之變，預以圖之，釋吾心之憂也難。

不練事者，安達治幾？務文詞者，安知治道？讀書雖多，性偏執而嗜勝，遇時得位，必亂天下。較之清談，禍世者酷矣。

交際退遜，非降志也。橫逆目反，非畏人也。守道而完德，與樂天爲徒者也。故能澄之不清，撓之不濁。

欲得於外，則相濟相贊；不利於物，則相搆相戕。此天下日囂也。聖人不以利致窮，不以物累生，故澹然永寧。

人一受元氣以生，天地之美無不備具。故知至於道，行極於德，謂之完人，足以答天矣。利達者，形之影，風之聲也，雖不至實至矣。故君子貴修。

**《愼言・君子篇》**君子有微言，無謬言；有辯言，無贅言。探道於精曰微，迷道於幽罔以惑世曰謬；析理以明道曰辯，道無所賴以明而漫言之曰贅。

仁、義、禮、樂，聖王固世之道也，雖寡近功而有遠效。世非有桀、紂之惡，猶存也。秦人棄禮義而尚功利，雖速得之，必速失之。

君子之事上也，婉言諷諫，非以避禍也，欲其順而信之也；直言正諫，非以要名也，欲其警而聽之也。是故於必不欺皆曰忠，於道能明皆曰義。

聖人之言有盡，聖人之道無窮。聖人處其時事也，不可以有加矣。時變勢殊，聖人應之則反是，是故聖人執道不執事。然則聖人有未言未行者，當以道求之可也。

大人公於物，小人務適己。大人得位，以其性治天下，故天下治。小人得位，亦以其性治天下，故天下亂。

死合天理之謂仁，死盡人道之謂義。比干剖心，申胥斷臂，弘演納肝，豫讓吞炭，要諸仁義之塗，豈徒然哉？彼苟免者，生也倏忽，延命幾何？一息之差，萬世之謬。既失忠貞之節，終抱忸怩之耻。生也無顏，氣也不揚，與死何殊哉？

小人奸巧能移人，觀其貌也恭，究其心也賊，聽其言也正，察其行也盜，乘其時諂諛便佞，無所不至，故反覆難保。

君子仕必受祿，是爲利祿動乎？曰：非然也，仕以行義。聖賢之學，將以濟物也，仕而受祿，義也。畔於道而仕，非其時而仕，曰苟仕。苟仕則害義矣，非貪祿而何哉？

君子仁厚不謗物，謗之由興，小人情也，雖聖人不免焉。處謗之道，遜順以俟其明而已矣。赤烏几几，周公蓋得之。

小人有才，鮮不爲惡。與其得小人，不若得愚人，誠哉是言也。

君子於賢之進也，若有助於己也而喜之；於賢之退也，若己有所失而惜之。小人反是，於其進也，若將軋乎己也而沮抑之；於其退也，若己之自得而幸之。吁！夫人也亦知，夫賢之進退，無損益於己也，而猶如是焉，要之鄙心爲之爾。

君子能達人之情而歸諸道。處以形跡，適以致淺也；求以親悅，適以致鄙也。故澹而有常，敬而有禮，得之矣。小人之望於人也，異於是。然持己有道，亦卒不得犯義焉。

智計者，中立者也，猶戀滯矣；明哲者，幾先者也，即裁割矣。戀矣危也，寧不及之，已斷割矣。又烏以罹之，故君子之智貴果。

自有能以驕人之不能，即無能已；自有德以驕人之不德，即無德已。道極於參化育，亦夫人所性而有者，而何驕之？爲況一二才德，以貪天之力者乎？是故如有周公才美，其餘不足觀也。

過剛則暴而不詳，不如和平致審之合宜；過明則察而多疑，不如物來順應之爲智。過剛雖善，亦失中矣，況惡乎？過察雖正，亦出於有意之私矣，況邪乎？是故君子之學，剛不貴暴，明不貴察。

君子基德而常其心，窒欲而不懈其情，故能處危懼之地。

君子不位而榮，道備也；不富而充，德修也；其次以名爲榮，以文章爲富。然自待亦末也已。

君子見人之過，必求其善焉。小人反是，況其過乎？

氣貌可以觀德，役使可以觀政。

言辭支遁者，其誠困；色貌變飾者，其誠矯；心氣垂戾者，其誠亂；事物伏匿者，其誠偷。是故君子直言辭，正色貌，平心氣，明事情。斯誠也，可以考己，可以觀人矣。

小人平居，意氣安和，言辭柔順，使人不覺而親之。及其臨利害也，畔道亡義，雖親不知也，況他人乎？世豈有叛道亡義而無終敗者，敗必及其黨。是以君子必愼其所與也。

人無天地普大之心，則限而不能通，偏而不能公，不足以宰天下之事，亦不足以議天下之道。

事合乎道，有義存焉。利害之不由我，有命存焉。君子明於義，故不沮情於合道之事；安於命，故不動心於利害之交。孔子主於司城貞子而不苟於脫難辭，彌子瑕而不苟於得卿，安於義命云爾。

君子貴知命，知命則不疾時，不疾時則不尤人。不遘於時裕如也，惟履道義者能之。

習識害性，習性害道。善學者，必察於舊習之非。大儒變之，小儒反曉之；聖人作之，衆人乃疑之。其道也揭於中正之塗，非可曉可疑也，要於習性固之也。夫人之生也，芻豢稻粱之味，未嘗入其口腹也，則夫菽藿之味，以爲至足矣。今夫學者，不辨於中正之道，非智淺而識寡也，要於習性固之也。魯祀爰居翔而不食，言鳥之食不習乎人也。

義與死，有相輕重之時。君子審之，舍生取義無難也，死而善於義者難。是故微子去辛紂之亂，不害其仁；子路赴孔悝之難，卒傷其義。

禍患迫身，聖人未嘗不動心焉。付之命而已矣，其次則怨悔，其次求苟免爾。

或問：君子之樂。曰：順理而行，隨寓而安，無得無喪，以道御之，何不樂？曰：所由樂？曰：窮理盡性，通之天人，斯得矣。曰：人何以寡樂？曰：得於內，斯輕乎其外也，重於外，斯失乎其內也。夫人也，既重於外也，則夫利害禍福，窮通得喪，日交於前，而勞心以圖之，憂且不及矣，而況於樂乎！

材不勝於任，取其卑散焉，智者之自量也；道不勝於時，遜而避之，賢

者之守身也。用之則行，舍之則藏，安於所遇而要諸。禮義者，聖人之體道也。昧昧焉挾其才，以趍惴焉，惟恐其失之，終以喪其守而已。其於守也喪焉，於道也何有？

鄉愿同流合汙，雖不弒君，亦不死節，故賊德。

寵辱不驚，君子不直。曰：以道御之也。廣大之度，物亦不能動之。小人得志則如狂，嚣小焉耳矣。

君子不辭乎福而能知也，不去乎利而能知義也。故隨寓而安，有天下而不與也，其道至矣乎！

五行生剋之記，始而繢緯託經，求信其術，終而儒者授緯，以附於經。此天下之惑，固蔽而不可解矣。

古人之學，先以義理養其心，志於道，據於德，依於仁是也。復以禮樂養其體，聲音養耳，彩色養目，舞蹈養血脉，威儀養動作是也。内外交養，德性及成。由是動合天則，而與道爲一矣。今人外無所養，而氣之粗鄙者多；内無所養，而心之和順者寡。無怪乎聖賢之不多見矣。

未有不通明造化物理，而可以治人者；未有不公溥用賢，而可以作宰相者。

人主用賢，要之在圖治；君子爲學，要之在具夫濟世之資而已。不然，雖言語文辭與典謨雅頌相匹，要爲馳騖於末，終不足以繫天下安危之輕重。

人知道然後可以論誠，行義然後可以論命。

離氣無性，氣外有本然之性，諸儒擬議之過也。

正道湮塞，邪説横行，多由於在上之勢致之。漢光武好圖讖，故當時諱候之流，順風趣附。遂使道之所安，強以爲眞；命之所無，的以爲有。鄭興、賈逵以扶同貴顯，桓譚、尹敏以乖忤淪棄。嗟乎！貴賤窮通之際，守義秉道，堅而不回者，幾何人哉？中人、小生懾於時威，孰能違之？而況寡超明之鑒者乎。卒使天下後世詭聖不經，姦政壞俗，厥誰之咎哉？

性與道合則爲善，性與道乖則爲惡。是故性出於氣而主乎氣，道出於性而約乎性。

程子曰：待人有道，不疑而已。孔子猶欲以先覺爲賢，然則不疑未能盡耶。曰：不疑足矣。覺而疑之，與逆詐億不信，均一損德也。覺而反已，以弭外侵，乃得之疑，則益其怨，況自爲心害乎！

君子成人之美，天道也，故光大正直；小人壞人之善，鬼道也，故陰險讒邪。

迂儒強執，不識古今之宜；鄙儒依阿，不顧國家之計；俗儒淺陋，不達治忽之機。皆不堪委任。

探察意外者，蔽生之端。虚朗自照者，明出之度。

聖人酌時審義，自命出處。餘人則隨世各安，其所逢外誘之厄，不炤者多矣。

誠以當大任，義以御萬事，無欲以清心志，宰相之職盡矣。

不直截語道，而穿鑿以求通，其蔽以成心乎？不普炤於道，而強執以求辯，其蔽於私心乎？此二心者，學道之大病也。雖然，祛其偏倚，則私心可亡。學至於成心，則習識堅固。吝其舊學而不舍，雖賢者猶不能辯其惑，而況愚不消之無識乎！故習識害道。

非吾性分所有，皆外物已。君子尊德性，故得喪重乎内，重乎内則善日長；小人恣情欲，故得喪重乎外，重乎外則惡日長。是故觀人者觀其所重，而君子小人可知矣。

**《慎言・作聖》** 作聖之塗，其要也二端而已矣：澄思寡欲，以致睿也。補過徙義，以日新也。卒以成之曰誠。

事物沓至，惟有道者能御之，蓋心虚而氣和爾。心虚無先物間之，氣和無客意撓之，無間故能公，無撓故能平，君子可以御天下矣。

聖人之辭簡，其理渾；賢人之辭繁，其理辯。

省其私，足以發，明道之幾也。不遷怒，不貳過，進德之塗也。用之則行，舍之則藏，動以時矣。簞瓢陋巷，不改其樂，純乎天矣。是故顔子亞聖。從容純熟，與道脗合，化也。學至於化，大之跡泯矣。而曰化而後能有其大，何也？大有跡也，猶有事於外也。在外猶有存亡也，安能保而有之？化則斂於精，貫於一矣。其出入由我也，故謂之有。

萬物累天地，而天地不以爲功。故化育不息。天地累聖人，而聖人以爲己分，故窮達一道。

聖人不以勝物爲心勝，於道也勝道爲己也。故道勝者，物無不勝，不得已之道也。

天運不息，四時成而萬物生；聖心純一，紀綱植而萬化行。故天德王

德，天道王道。

行異者，衆則高矣，不足以明大；同俗者，衆則悅矣，不足以明義。何也？王子曰：求異道不足也，非識之狹則性之偏累之故，離詭而不入聖，夫同志不足也。其累也懷利自全，故不能獨立而合汙。不入聖安大？合汙安義？故曰：極高明而道中庸，不貴於行異也。君子和而不流，不貴於同俗也。

義方以別羣宜，智圓以周衆志，故聖人合道。

聖人弭事於未然，先幾也，仁智之道深矣；其次幾動而圖之，得失半也；徵於聲色者下也，亦末之也已。

程子曰：孔子所遇，而安無所擇焉。自子路觀孔子，孔子爲不恭。自孔子觀吾輩，吾輩便隘。嗟乎！此聖賢氣象所由分也。使安於隘終，豈敢望聖哉？學者能求無所擇而安者，處之亦庶幾矣。

行一不義，殺一不辜，得天下而不爲。非有死而後已之志，不能也，蓋純於仁者矣。

天下之變故，其聚也不可紀，其散也不可一，其來也不可豫，其去也不可逐，其顯設也不可跡，其倚伏也不可究。執一德守一隅者御之，所不達者廣矣。闉厄遄至，幾於日中冥蔀矣。惟聖人之道術不固，挈於一而參之，而衡之，而交午之，而翕張之，而遲速之，而隱括之，譬百川委委，各至於海也。濟務長功，安有窮已。故曰：非天下之至神，其孰能與於此！

顏子近聖人之資，孟子近聖人之才，仲尼兼之而敦粹。

仁者，與物貫通而無間者也。萬物並育而不相害，道並行而不相悖，天地之仁也。老者安之，朋友信之，少者懷之，聖人之仁也。故物各得其所謂之仁。

聖人道德之宗正，仁義禮樂之宰攝，世固不獲見之矣。其次，莫如得亞聖者，契道之眞，以命令於一世焉。其次，莫如得大賢，嚴於守道，不惑於異端九流，以亂道眞焉。下此，隨波狥俗，私智害正者，純疵交葛，吾不知其神於道也。

忠恕，夫子之道也，以忠恕而應天下之事，無不各得其分，故曰一以貫之。

隨所處而安曰安土，隨所事而安曰樂天。仲尼居魯，縫掖居宋，章甫安土之謂也。見陽貨，見南子，樂天之謂也。

人心之靈，貫徹上下。其微妙也，通極於鬼神；其廣遠也，周匝於六合。一有所不知，不足謂之盡性。命則天道發育萬物者，人不得而與焉。然其情狀變化，不能逃吾所感之通。故聖人窮理盡性，以至於命。

或曰：萬物化於帝則而不知，何也？曰：欲其知，則非化矣。聖人不伐功，不歸德，不以心語人，行於不得已之區，宅於無所利之塗，不知天下暗而移，忽而變矣。夫誰其知之！此之謂神幾。道無定在，故聖人因時。堯舜以禪授，湯武以征伐，太甲、成王以繼序。道無窮盡，故聖人有不能。堯舜之事，有羲軒未能行者；三代之事，有堯舜未能行者。

大人治國，周於智而達於幾；視之近若不足，施之遠則有餘；即之一若不及，參之萬則適均。下士治國，求快於目前，而遠則有遺；騁志於一偏，而周則或缺，見小而幾迷也。

君子修道由己，窮達則付之天。窮達有幸不幸焉，皆天也；人有知不知焉，皆人也。君子守道，不務求知於人，亦不務求知於君，亦曰求盡臣道之實而已矣。是故上不怨天，下不尤人。

聖人之心，未嘗忘天下，仁也。耳聞目擊，不忍民之失所也，故隨其所遇，盡心力而爲之。舍之則藏，道不合而即去，然亦無固，必矣。沮溺之徒則自私，墨翟之徒則失己，要皆固執於一隅也。

聖人心有是神，則觸處洞然，故曰聲入心通；聖人心有是理，則隨感而應，故曰左右逢原。

人能體大舜有天下不與之心，則舉世之利益不足動矣；人能體大舜善與人同之心，則一己之智能不足恃矣。

人與天地、鬼神，萬物一氣也。氣一則理一，其大小、幽明、通塞之不齊者，分之殊耳。知分殊，當求其理之一；知理一，當求其分之殊。故聖人與天地合其德，與鬼神合其吉凶，與萬物合其情性，能同體故爾。

或問生。曰：氣機也。問死。曰：氣機也。孰機之？曰：大化呼吸之爾。物不求化而化至，故物生而不感；化不爲物而物成，故化存而不任。不任者順而應，無意而游，澹而和樂者也，天之道也。是故聖人之於物也，無容無怒，無好無怨，無得無喪，無智無功。

順事者，無滯者也；知時者，應機者也。故聖哲如神。

能有爲者，才也；權自由者，位也；事會幾者，時也。三者失其一，皆不能以有爲。故聖人得位而猶俟時。

上世之士修道於己，求自善爾，無意無爲也，故多遜。中古以往，操德秉道，將以餂仕。後世以文詞餂，以言貌柔順，餂益陋矣，惟恐其失之，夫安望遜？無怪乎君子賛隱逸矣。

敬以直內，義以方外，見聖人無私智之擾。不識不知順帝之，則見聖人循自然之天。

無我者，聖學之極致也。學之始，在克己寡欲而已矣。寡之又寡，以至於無則能大同於人而不有己矣。雖天地之度，不過如此。

**《廣嗣要語・論童壯》** 未弱冠爲童，過三十爲壯。夫壽夭貧富，天也，去就邪正，人也。共叔段以母偏愛，而失身於法。孟母三遷，而孟子終爲亞聖。今夫少者，甜處着嘴，隱處着脚。不趨過庭之訓，復厭舞雩之風。讒師佞友，左右矚亡。蕭牆夾壁，沽酒市脯。困極告醫，惟務速效。怨天尤人，莫知反躬。孟子曰：學問之道無他，收其放心而已。心神守舍，則飢渴寒温之外，自不多事也。孔子曰：人之少也，血氣未定，戒之在色。古法以男三十而婚，女二十而嫁。又當觀其血色強弱，而抑揚之，察其稟性淳漓，而權變之，則無曠夫怨女之瘵也。孔子曰：及其壯也，血氣剛，戒之在鬬。夫鬬者非特鬬狠，相持爲鬬。胸中纔有勝心，即自傷和。學未明而傲，養未成而驕，志不行則鬱而病矣。自暴自棄，言不及義而狂矣。孟子曰：由仁義行，非行仁義也。如欲行仁義以求安樂者，吾見其爲不安樂也，此少壯攝養之道。棄此大道，而別求傍蹊曲徑，以資分外者，必致廢事蕩家，而怪誕無恥也。大抵血氣盛壯之時，難以制抑。凡事當先知心是吾之靈明，主人一切好欲。欺侮淩奪肆恣，皆是血氣所使。倘犯刑名災害，明是主人自取苦辱也。常作此想者，自然漸成。古今修性養命之術，恐名利之士難行，並不抄入。凡除夏日之外，五日一沐，十日一浴，若頻浴則外覺調暢，而内實散氣泄真也。年二十者，必不得已，則五日一施泄，三十者十日一施泄，四十者一月一施泄。其人弱者，更宜慎之，毋恣生樂，以貽父母之憂，而自取枉夭之禍。能保始終者，卻疾延年，老當益壯，名曰陸地行仙。雖有貧富之異，而榮衛沖融，四時若春，比之抱病而富且貴，則已霄壤之間矣。況能進進不已，則非常人所可知也。但於名利場中得失任命，知止知足，則漸入道鄉也。道者非特寂寂枯槁之謂也。如所謂素富貴，則行此道於富貴；素貧賤，則行此道於貧賤爾。關尹子曰：圓爾道，方爾德，平爾行，銳爾事。孔子曰：志於道，據於德，依於仁，游於藝。故内外三聖之言，未嘗不契。蓋藝爲應世之術，故曰銳利乃事；仁爲泛愛之常，故曰平爾行德。方則不移，而有所得於心，有所據於事；道圓則通而不執，故無所不容，而德行廣大，志無不在也。何嘗盡廢諸事，然後謂之攝養哉？特消息否泰而行之藏之，量其才能而負之荷之。以不流於物，故謂之攝；以安其分，故謂之養。抱朴子云：若才不逮而強思，力不勝而強舉，深憂重恚，悲哀憔悴，喜樂過度，汲汲所欲，戚戚所患，談笑不節，興寢失時，挽弓引弩，沉醉嘔吐，飽食即臥，跳走喘乏，懽呼哭泣，皆爲過傷，此古人所戒之文。況夫風前月下，竹徑花邊，俯仰傷懷，杯餘疎散，進退失度，或衝烟冒瘴以求榮。呼吸雜邪，停留寵辱，飲食共味，荏苒暴患，各有治條。當斯之時，即回光返照，少駐元神，以行藥力。毋復縱聰明以凌爍粗工，而自取多事也。嗚呼！三皇大聖，日總萬機，而又能拳拳於天下民瘼，下禮折節於方外士，而講道論醫以廣其傳。今之學者一身未知所以自治，而以人治之，則孰爲多乎！而況又欲爲治人者，難矣哉？余嘗作《返朴論》，其辭有云：倏與忽欲報混沌之德，而相與謀曰：人皆有七竅，以爲食息，而混沌獨無，嘗試鑿一竅，七日而混沌死。有客對余曰：吾有術以起混沌之死，但一年修一竅，七年而混沌復生。余曰：固哉之學也，何以爲誇尚乎？吾能以一息回混沌之生，而息息與之俱生。故視斯明，聽斯聰，言斯辯，而余未嘗以有視聽與言，而人亦未嘗以余爲聰明與辯，固不補其鑿而混沌自全。夫是之謂聰明與辯。高明之士，能於此處具眼，則養生必有主也，不攝之方，並類其次。

**《廣嗣要語・論衰老》** 少年既往，歲不我與。孔子曰：及其老也，血氣既衰，戒之在得。蓋在馬念車，因車念蓋。未得則慮，得之亦慮。失之趦趄，囁嚅而未決，寤寐驚悸而不安。夫二五之精，妙合而凝。兩腎中間，白膜之内，壹點氣動，大如筋頭。鼓舞變化，開闔周身。薰蒸三焦，消化水穀。外禦六淫，内當萬慮。晝夜無停，八面受攻。由是神隨物化，氣逐神消。榮衛告衰，七竅反常。啼號無泪，笑如雨流。鼻不嚏而涕出，耳無聲而蟬鳴。喫食口乾，寐則涎溢。溲不利而自遺，便不通而或泄。由是真陰妄行，脈絡疎澁，晝則對人瞌睡，夜則獨臥惺惺。故使之導引擦摩，以通徹滯固；漱津嚥

液，以灌溉焦枯。若扣齒集神而不能斂念，一曝十寒而徒延歲月。雖云老者非肉不飽，肥則生風；非帛不暖，暖則多淫，僥倖補藥者，如油盡添油，燈燄高而速滅。老子云：以其厚生，所以傷生也。況有明修禮貌，暗伏姦雄。麪蘗腐其腸胃，脂粉惑其清真。孤陽獨盛，水穀易消。自恃飲噉過人，恣造欺天之罪。宿緣既盡，惡報臨頭。其或厭飫沉酣，身居勤儉，志益貪婪，方聚龜毛之壇，忽作女子之夢。宋齊丘化書云：慳吝者化爲狗，暴勇者化爲虎。雖然，身未遷謝，業已成行矣。先賢詩云：克己工夫肯加，吝驕封閉縮如蝸。試於靜夜深思省，剖破藩籬即大家。先賢戒曰：積金以遺子孫，子孫未必能守；積書以遺子孫，子孫未必能讀。不如多積陰隲於冥冥之中，以爲子孫長久之計。龐居士詩云：北宅南莊不足誇，好兒好女眼前花。忽朝身沒一丘土，又屬張三李四家。張紫陽詩云：人生雖有百年朝，壽夭窮通莫預知。昨日街頭方走馬，今朝棺內已眠屍。妻財遺下非君有，罪業將行難自欺。大藥不求難得遇，遇之不煉更迷癡。蓋年老養生之道，不貴求奇，先當以前賢破幻之詩，洗滌胸中憂結。而名利不苟求，喜怒不妄發，聲色不因循，滋味不耽嗜，神慮不邪思。無益之書莫讀，不急之務莫務。三綱五常，見成規模。貧富安危，且據見定。邵康節云：美酒飲教微醉後，好花須看半開時。又云：爽口物多終作疾，快心事過必爲殃。與其病後求良藥，孰若病前能自防。又詩云：慮少夢自少，言稀過亦稀。簾垂知日永，柳靜覺風微。但看花開謝，不言人是非。何須尋洞府，度世也就遲。龐居士云：但願空諸所有，慎勿實諸所無。余有詩云：世人用機關，祇爲貪生怕死。我有安樂法門，直須顛倒於此。晉有祁孔賓夜間讀書，忽聞窗外云：祁孔賓隱去來修飾，人間事甚苦不堪偕，所得未毫銖，所喪如山崖，晁文元公法藏碎金云：衆所好者，虛名客氣，究其羨財。予所好者，天機道眼，法要度門。又云：觀身無物，從幻化緣生。觀心無物，從顛倒想生。又云：身有安全敗壞者，事之報也，即世而可見；性有超升淪墜者，行之報也，異世而不知。譬如形聲之有影響，必然之理也。又云：人有疾若，或多偶爾非因所作，無如之何？歷觀幻化之軀，而有甚於此者，能推此理，足以自寬。又云：仕宦之部，暗觸禍機。衽席之上，密涉畏途。輪迴之中，枉入諸趣。古人云：心死形方活，心強身即亡。《金剛經》云：云何降伏其心。川老子須云：你喜我不喜，君悲我不悲。雁飛思塞北，鶯憶舊巢歸。秋月春花無限意，個中只許自家知。虛靜天師云：靈岩皎潔似冰壺，只許元神裏面居。若向此中留一物，平生便是不清虛。老子云：虛其心，實其腹，是皆融智慧黠聰明，而宅天和以卻百邪者也。豈比夫三千六百傍門小法，加之於萬境煎熬之心。而頭上安頭，又以金石草木剛烈之劑，餌之於喪津枯涸之體，而求補益哉！歷觀前人以不仁成家，以仁而保家者有之矣。如以不仁而得，復以不仁而守者，禍不旋踵也。《晉書・傳》云：石季龍僭稱帝號，發近郡男女十六萬，車十萬乘，運土築華林園，揚州送黃鵠雛五，頸長一丈，聲聞十餘里，泛舟於玄武池。命子石宣祈於山川，因而游獵，乘大輅，羽葆華蓋，建天子旌旗十有六，軍戎卒十八萬。出自金明門。季龍從其後宮，升凌霄觀望之，我家父子如是。自非天崩地陷，當復何愁，但抱子弄孫，日爲樂耳。宣所過三州十五郡資儲，靡有孑遺。季龍復命子石韜亦如之。出自并州，游於秦晉。宣所惡韜寵，是行也，嫉之彌甚，於是相圖之計起矣。俄而宣使刺客殺韜于佛舍，又欲謀不軌，事發。季龍殺之，季龍既死，其後殲焉，嗚呼！季龍之富貴而不足恃，而今之碌碌者，十百之努，又奚足以作威福而造業因哉？今雖枯槁幽棲，而衣冠出處，未嘗用餤餡故事，以孔子之性與天道，不可得而聞也。故託佛以言性耳。佛云：一切山河天地，皆從如來性中流出。然則佛之一字，乃一切有情之覺靈也。實爲大羅空劫。先天之祖氣，即元始天尊是也。人人皆抱此靈而不自覺。故佛經云：一切衆生，本來成佛，以不覺故名曰衆生，以覺故名曰佛。今之地獄變相，乃唐太宗以入冥境界，命宰相閻立本圖畫，以示世人。余少年滑稽之時，未嘗不在談笑之下。一日在外因病困極，恍惚所見，與吾家骨肉所夢同日，境界因緣，無有少異，遂絕口不敢戲謔。後讀史傳語錄文字，始知近代以來，王公卿士，於佛書中獲大安樂者不可枚舉。故韓昌黎排之至甚，而終得法於大顛；歐陽文忠公惡之如讎敵，而亦號爲六一居士，豈非自有所得，翻而改者歟！悲夫，世人不明佛心，而溺於佛事。故梁武帝之禍，侯景至而不知；秦始皇欲仙，徐福去而不返。況夫瑣瑣勝事，而能勝其業障乎？夫業障之心，以酒爲漿，以妄爲常，念念遷謝。晝夜呼吸，共一萬三千五百息，一息脈行三十，元氣週身，脈行八百一十丈，寒來暑往。知誘物迷，神明流之遠矣。養生之士，以此爲主，則是認賊爲子，豈不謬哉！故岐伯曰：出入廢則神機化滅，升降息則氣立孤危。《易》曰精氣爲物，游魂爲變是也。昔有二人，就余以辯生死事大者。一曰：人之

有生也，賦性於天，養命於地，百年之身，仁義而已。及其終也，清魂歸天，濁魄歸地，夫復何疑？二曰：人之生也，以身爲我，以得爲強，以妄爲常。蟲穢之倉，愁慮之囊。或爲之讓，或爲之攘。均爲孳孳。一名殘忍，一名忠良。拘之則心目外寇，縱之則血氣內戕。欲持其要，莫知所長。業識茫茫，一息不來，烏知其何往。余各以一詩遣之，其一曰：原始要終理不訛，四非莊敬怕蹉跎。平生不踐中庸地，一曲陽關沒奈何。其二曰：超凡一句絶商量，說破教君笑斷腸。一切順違生死事，莫令厭戀作心王。有人能如此，便見養生王也，大抵桑榆之景，勞逸不同。蓋勞心者甚於勞力者耳。蓋爲心王者，勞亦如是，逸亦如是。如魚飲水，冷暖自知也。

**《赤水玄珠・葛可久先生癆症》**　夫人之生也，禀天地氤氲之氣，在乎保養真元，固守根本，則萬病不生，四體康健。若曰不養真元，不固根本，疾病由是生焉。且真元根本，即氣血精液也。余嘗聞先師有言曰：萬病莫若勞症最爲難治。蓋勞之由，因人之壯年，氣血完聚，精液充滿之際，不能保養性命，日惟酒色是耽，無有休息，以致耗散元神，虚敗精液。

**《圖書編・人道總叙》**　大哉天乎！統元氣也。廣哉地乎！統元形也。人以渺然之身，處覆載間，不啻太倉一稊米耳。《易》乃以天、地、人並列爲三才，而謂易簡理得成位乎其中焉。乾九五，《文言》謂大人，與天地合德，日可合明，四時合序，鬼神合吉凶，先天弗違，後天奉天時，人之大也，一至此哉，非意之也。立天、立地、立人，其道一也。其道本大，而人自小之耳。大人特自盡其立人之道，非於道有所加也，不獨大人爲然。孔子謂：人者天地之心。夫心在人身形氣之中，而耳目視聽，手足持行，百體合從其令，一由心以爲之宰也。人在天地中而爲之心焉，豈徒五行之秀，萬物之靈，典禮文物之中焉已耶？天即人之高明也，地即人之博厚也，日月人之照臨也，雨露人之潤澤也，雷霆人之震動也，風雲人之變態也，陰陽人之卷舒也，山嶽人之融結也，江河人之流行也，鬼神人之屈伸也，古今人之晝夜也，歷世帝王，聖賢才智，人之過影也。舉宇宙間成象成形飛潛動植，一人之生生化化而不息也，故人以天地萬物爲一體。一物失所，痛瘝切身，其心自有大不忍者，人道本如是也。所以宇宙內事，皆分內事。凡裁成輔相，範圍曲成，劑量調燮，參贊位育，皆人之自盡其心，以爲天地心。而人道庶乎其無愧耳，蓋稽之康節，與橫渠之言乎？邵子謂：其能以心代天意，口代天言，手代天工，身代天事。謂其能上識天時，下盡地理，中盡物情，旁通人事。又謂：其能彌綸天地，出入造化，進退古今，表裏人物。張子謂：其爲天地立心，爲生民立命，爲往聖繼絶學，爲萬世開太平。真見人道之，有不能自誣者歟！但道不遠人，人能弘道。自一身以達之家國天下，人倫物理，及國朝典制、禮樂，何一非人道之所當究。心者，故爲人道編。

**《圖書編・人身心總叙》**　人之所以爲人者，形與性而已矣。天地之塞吾其體，天地之帥吾其性，形性豈二之哉？孔子曰：仁者，人也。孟子曰：形色，天性也。所以《大學》一言以蔽之曰：一是皆以修身爲本。則是身也，本之爲心意知而非有也，達之家國天下而非無也，具之爲骨骸臟腑而非顯也，宰之爲精神魂魄而非隱也。呼吸與天地相通，氣脉與寒暑晝夜相運旋，所以謂人身小天地。而知修身爲本，即知之至也。孔門無踰顏曾。顏之四勿，曾之三省，舍視聽言動容貌辭氣，性安在哉？信乎養德養身非二事，良醫良相非二道。奈何人人具此七尺之軀，卑之則爲衆欲所攻，高之又以四大爲幻，欲通天下國家爲一身，而于一身之骨骸血脉且莫之辨，一身之寒暑燥濕且莫之調攝也，又烏在其爲不朽而與天地參乎。

人肖天圖

《禮運》：故人者，其天地之德，陰陽之交，鬼神之會，五行之秀氣也。故人者天地之心也，五行之端也，食味、別聲、被色而生者也。故聖人作則，必以天地為本，以陰陽為端，以四時為柄，以日星為紀。月以為量，鬼神以為徒，五行以為質，禮義以為器，人情以為田，四靈以為畜。

邵子曰：天有四時，地有四方，人有四支，是以指節可以觀天，掌文可以察地。天地之理，具乎指掌矣。可不貴之哉！

神統於心，氣統於腎，形統於首。形以氣交，而神主乎中，三才之道也。曰為心，月為膽，星為脾，辰為腎，藏也。石為肺，土為肝，火為胃，水為膀胱，府也。何者謂之人？邵子曰：目、耳、鼻、口、心、膽、脾、腎之氣，全謂之人。心之靈曰魄，脾之靈曰魂，腎之靈曰精。心之神發乎目則謂之視，腎之精發乎耳則謂之聽，脾之魂發乎鼻則謂之臭，膽之魂發乎口則謂之言，八者具備，然後謂之人。夫人者，天地萬物之秀氣也，然而亦有不中者，各求其類也。若全得人類謂之曰全人之人。

勉齋黃氏曰：夫人之生，惟精與氣，為毛骨肉血者精也，為呼吸冷熱者氣也。然人為萬物之靈非木石，故其精其氣，莫不能各有神焉。精之神謂之魄，氣之神謂之魂。耳目之所以視聽者，魄為之也，此心之所以能思慮者，魂為之也。合魂與魄，乃陰陽之神，而理實具乎其中。惟其魂魄之中，有理具焉。是以靜則為仁義禮智之性，動則為惻隱羞惡恭敬是非之情，胥此焉出也。人須如此分作四節看，方體認得著實。或問朱文公，但將理與氣對看，今先生分作四節，何也？曰：理與氣對，是自天地生物而言，今之說是自人稟受而言。若但言氣，《大易》何以謂精氣為物？但言理，《橫渠》何以謂合性與知覺而名心耶？此意玩味當自知之，若以語人，徒起紛紛也。

因論虛靈知覺，曰：人只有箇魂與魄。人記事自然記得底是魄，如會恁地搜索思量底這是魂，魂日長一日，魄是稟得來合下恁地，如月之光彩是魂，無光彩處是魄。魄亦有光，但是藏在裏面。又曰：氣之呼吸活為魂，耳目之精明是光，藏在裏面，如今人聽得事，何嘗是去聽他，乃是他自入耳裏面來，因透諸心便記得，此是魄。魄主受納，魂主經營。故魄屬陰，魂屬陽，陰凝靜，陽發散。

《易》云：精氣為物，精是精血，氣是煖氣，有這兩件，方始成得箇好物出來。如人在胞胎中，即是這兩箇物，骨肉肌體，是精血一路做出，會呼吸動，是煖氣一路做出。然而精血、煖氣，則自有箇虛靈知覺在裏面。精血之虛靈知覺便是魄，煖氣之虛靈知覺便是魂。這虛靈知覺又不是一箇虛浮底物，裏面却又是許多道理。故木神曰仁，是虛靈知覺。人受木之氣，其虛靈知覺則具仁之理，木便是氣血。神便是魂，仁便是箇道理。如此看，方是按人身即小天地也，人之氣即天地之氣，人之五臟六腑十二絡，猶五岳四鎮十二州，人之七竅，猶天之七曜。凡人之臟腑十二絡有病，則面色異而變常，猶岳鎮十二州有災，則天象隨之而變異。惟心臟之病，面色易形，故以養心為要。孟子曰：養心莫善於寡欲。程張所謂心，皆指其虛靈之氣而言。氣本寓理為性，理從氣發為情，而心能主宰者，亦氣也。

人之面偪耳、目、鼻、口、舌，猶天之五行也，腹偪肝、肺、脾、腎、心，猶地之五行也，耳、鼻縱而孔竅凹，靜而陰也，目、口橫而睛凸，動而陽也。腎屬耳，肺屬鼻，反動而為陽。肝屬目，脾屬口，反靜而為陰。心舌居動靜之間，而心聲形於舌，舌音發於心，是心舌者，又一身之主也。然項圓而頰方，天地定位也，鼻嶽聳而口淵深，山澤通氣也，眼外耀而舌下津，水火不相射也，喉出響而耳收聲，雷風相薄，皆與天地造化相肖也。

養德、養生，二而無全學也，矧天大德曰生。今以養德屬儒曰正道，養生屬仙曰異端，誤矣。身亡而德安在哉！故孔子慎疾，曰父母唯其疾之憂，教人存仁致中和。孟子曰養氣，持志、集義，勿忘勿助。是故立教以醫世，酌人情而製方。周末文靡則偽，故存仁。戰國氣暴則蠱，故集義。存仁，完心也，志定而氣從。集義，順心也，氣生而志固。致中和也，勿忘助也，疾安由作？故曰：養德、養生一也，無二術也。

夫地即血，天即氣，天包地，氣載血。今人骨肉臟腑，皆血也，魄也。神靈運用，皆氣也，魂也。人死乃魂去魄存，氣散血尚聚也。是以貴養氣，世降氣轉耗也。朱丹溪乃曰：氣有餘，血不足，藥專補血。夫氣有餘，邪氣也，正氣何嘗有餘？岐伯曰：人以胃氣為主甚矣，貴養氣也。人身之天為首，而一身之氣自流行，貫通脉絡相連，如耳目口鼻，為氣之出入皆在于首。而其為氣必自下而上，故目如日月，而五臟皆屬之，豈非自地而起乎？

天包地，地之上下皆天。天之氣，循環轉旋，無一息之停止。如人身自腹以上為天，腹之下為地，人身之氣，自足之湧泉而起至於頭頂，又降而下，循環不窮。然謂之陰陽者，亦以其上下言之耳。天之氣在地下者為陰，在地

上者為陽，其為形雖有陰陽之殊，其為氣則一也。

**《攝生三要・聚精》** 經云：腎爲藏精之府。又云：五臟各有藏精血，無停泊於其所。蓋人未交感，精函於血中，未有形狀。交感之後，慾火動極，而周身流行之血，至命門而變爲精以泄焉，故以人所泄之精，貯於器，拌少鹽酒，露一宿，則復爲血矣。左爲腎，屬水。右爲命門，屬火。一水一火，一龜一蛇，互相纏繞。膀胱爲左腎之腑。三焦有脂膜如掌大，正與膀胱相對，有二白脈自中而出夾脊，而上實於腦。上焦在膻中，內應心。中焦在中脘，內應脾。下焦在臍下，即腎間動氣，人身之血，散於三焦，晝夜流行，各有常度，百骸之內，一毛之尖，無弗貫撤者。此血也，而即精也。至命門化爲精而輸將以去。人之盛血，則周身流溢，生子畢肖其父。血微則形骸有不貫之處，生子不能相肖。血枯則不能育矣。

元精在體，猶木之有脂，神倚之如魚得水，氣依之如霧覆淵。方爲嬰孩也，未知牝牡之合而峻作，精之至也。純純全全，合於大方。溟涬清清，合於無淪。十六而眞精滿，五臟充實，始能生子。然自此精既泄之後，則眞體已虧，元形已鑿，惟藉飲食滋生精血，不知持滿，不能保嗇，所生有限，所耗無窮。未至中年，五衰盡見，百脈俱枯矣。是以養生者，務實其精。實精之要，莫如經年獨宿。不得已爲嗣續計，房帷之事，隔月一行，庶乎其可也。

聚精之道，一曰寡慾，二曰節勞，三曰息怒，四曰戒酒，五曰愼味。今之談養身者，多言採陰補陽，久戰不泄，此爲大謬。腎爲精之府，凡男女交接，必擾其腎，腎動則精血隨之而流，外雖不泄，精已離宮。即能堅忍者，亦必有眞精數點，隨陽之痿而溢出，此其驗也。如火之有烟焰，豈能復反於薪者哉？是故貴寡慾。精成於血，不獨房室之交損吾之精，凡日用損血之事，皆當深戒。如目勞於視，則血以視耗；耳勞於聽，則血以聽耗；心勞於思，則血以思耗。吾隨事而節之，則血得其養，而與日俱積矣。是故貴節勞。主閉藏者腎也，司疏火者肝也。二藏皆有相火，而其系上屬於心。心，君火也。怒則傷肝而相火動。動則疏泄者用事，而閉藏不得其職。雖不及合，亦暗流而潛耗矣。是故當息怒。人身之血，各歸其舍則常凝。酒能動血，人飲酒則面赤，手足俱紅，是擾其血而奔馳之也。血氣既衰之人，數月無房事，其精必厚。然使一夜大醉，精隨薄矣。是故宜戒酒。《內經》云：精不足者補之以味。然醴都之味，不能生精。惟恬淡之味，乃能補精耳。蓋萬物皆有其味，調和勝而眞味衰矣。不論腥素，淡煮之得法，自有一段冲和恬澹之氣，益人腸胃。《洪範》論味，而曰稼穡作甘。世間之物，惟五穀得味之正。但能淡食穀味，最能養精。又凡煮粥飯，而中厚汁滾作一團者，此米之精液所聚也。食之最能生精，試之有效。鍊精有訣，全在腎家下手。內腎一竅名元關，外腎一竅名牝戶。眞精未洩，乾體未破，則外腎陽氣至子時而興。人身之氣，與天地之氣，兩相媾合。精洩體破，而吾身陽生之候漸晚。有丑而生者，次則寅而生者，又次則卯而生者，有終不生者，始與天地不相應矣。鍊之之訣，須半夜子時，即披衣起坐，兩手搓極熱，以一手將外腎兜住，以一手掩臍而凝神於內腎。久久習之，而精旺矣。

**《攝生三要・養氣》** 人得天地之氣以生，必有一段元氣亭毒於受胎之先，道家所謂先天祖氣是也。又有後天之氣，乃呼吸往來，運行充滿於身者，此與先天之氣，同出而異名。先天綑綑縕縕，生於無形，而後天則有形而可見。先天恍恍惚惚，藏於無象，而後天則有象而可求，其實一物而已。故養氣之學，不可不講。孟子厥趨動心之說，所宜細玩。養氣者，行欲徐而穩，立欲定而恭，坐欲端而直，聲欲低而和。種種施爲，須端詳閒泰。當於動中習存，應中習定，使此身常在太和元氣中。行之久，自有聖賢前輩氣象。

舉扇便有風，爲滿天地間皆是氣也。孟子曰塞乎天地之間，誠然誠然。故人在氣中，如魚在水中。氣以養人之形而人不知，水以養魚之形而魚不覺。養氣者，須從調息起手。禪家謂息有四種，凡鼻息往來有聲者，此風也，非息也，守風則散。雖無聲而鼻中澀滯，此喘也，非息也，守喘則結。不聲不滯而往來有迹者，此氣也，非息也，守氣則勞。所謂息者，乃不出不入之義。朱子《調息銘》云：靜極而噓，如春沼魚。動極而吸，如百蟲蟄。春魚得氣而動，其動極微。寒蟲含氣而蟄，其蟄無朕。調息者，須似之緜緜密密，幽幽微微。呼則百骸萬竅氣隨以出，吸則百骸萬竅氣隨以入。調之不廢，眞氣從生，誠要訣也。人身之氣，各有部分。身中有行氣、橫起氣、諸節氣、百脈氣、筋氣、力氣、骨間氣、腰氣、脊氣、上氣、下氣。如此諸氣，位各有定，不可相亂，亂則賊。大則顛狂廢絶，小則虛實相陵。虛則癢，實則痛。疾病之生，皆由於昔此。韓飛霞遇異人於黃鶴樓，授以一藥，通治萬病，投之立效。以香附子爲君，佐以黃連而已。蓋人氣失其平，則爲疾，故用香附理氣，其時火運，故以黃連佐之。此非深達造化者哉！養身者，毋令身中之氣有所違靜。

如行久欲坐，此從動入止也，將就坐時，先徐行數步，稍申其氣，漸放身體，止氣稍來動氣稍去，從此而坐，則粗不忤細矣。如坐久欲行，此從止出動也。必稍動其身，或伸手足，如按摩狀，然後徐行。不然，細氣在身，與粗氣相忤矣。其餘種種，依此推之。習閉氣而吞之，名曰胎息。嗽舌下泉嚥之，名曰胎食。春食朝霞者，日始出赤氣也。秋食淪漢者，日沒後赤黃氣也。冬食流瀣者，北方夜半氣也。夏食三陽者，南方日中氣也。勤而行之，可以辟穀。余試之良驗。

人在胎中，不以口鼻呼吸，惟臍帶繫於母之任脈。任脈通於肺，肺通於鼻，故母呼亦呼，母吸亦吸。其氣皆於臍上往來。天台謂識神托生之始，與精血合，根在於臍，是以人生時惟臍相連。初學調息，須想其氣，出從臍，出入從臍滅。調得極細，然後不用口鼻，但以臍呼吸如生胞胎中，故曰胎息。初閉氣一口，以臍呼吸，數之至八十一，或一百二十乃以口吐氣出之，當令極細，以鴻毛著於口鼻之上，吐氣而鴻毛不動爲度，漸習漸增，數之久可至千，則老者更少，日還一日矣。葛仙翁每盛暑輒入深淵之底，一日許乃出，以其能閉氣胎息耳。但知閉氣，不知胎息，無益也。

人之氣，吹之則涼，呵之則溫，溫涼變於吹呵之間，是故夏可使冷也，冬可使熱也。行氣者，可以入瘟疫，可以禁蛇虎，可以居水中，可以行水上，可以噓水使之逆流千里。氣之變化無窮，總由養之得其道耳。

氣欲柔不欲強，欲順不欲逆，欲定不欲亂，欲聚不欲散。故道家最忌嗔，嗔心一發，則氣強而不柔，逆而不順，亂而不定，散而不聚矣。若強閉之，則令人發咳。故道者須知光風霽月，景星慶雲，無一毫乖戾之氣，而後可行功。又食生菜肥鮮之物，亦令人氣強難調。食非時動氣之物，亦令人氣逆。又多思氣亂，多言氣散，皆當深戒。

**《攝生三要・存神》** 聚精在於養氣，養氣在於存神。神之於氣，猶母之於子也。故神凝則氣聚，神散則氣消。若寶惜精氣而不知存神，是茹其華而忘其根矣。然神豈有形象之可求哉？孟子曰：聖而不可知之之謂神。乃不可致思，無所言說者也。如作文不可廢思，而文之奇妙者，往往得於不思之境，神所啟也。符錄家每舉筆第一點，要在念頭未起之先，謂之混沌開基，神所運也。感人以有心者常淺，而無心所感者常深，神所中也。是故老人之心不靈，而赤子之心常靈。惺時之謀不靈，而昧時之夢常靈，皆神之所爲也。《易》曰天下何思何慮。此神之眞境也。聖人不思不勉，此神之實事也。不到此際，總不能移易天命，識者愼之。

道宗觀妙觀竅，總是聚念之方，非存神之道。然攀緣既熟，念慮難忘。只得從此用功，漸入佳境。有存泥丸一竅者，謂神居最上，頂貫百脈，存之可以出有入無，神遊八極而失，則使人善眩暈。有存眉間一竅者，謂無位眞人在面門出入，存之可以收攝圓光，失則使人炎浮而面赤。有存上腭者，謂齒縫元珠，三關齊透，存之可以通貫鵲橋，任督飛渡，而失則使人精不歸源。有存心中正穴者，謂百骸萬竅總通於心，存之可以養神攝念，鬚髮常玄，而失則使人局而不暢。有存心下寸許皮肉際者，謂衛氣起於上焦，行下脈外，生身所奉，莫貴於此，存之可以倏忽圓運，祛痰去垢，而失則使人衛勝榮弱，或生瘡癤。有存心下臍上者，謂脾宮正位，四象相從，存之可以實中通理，而失則使人善食而易飢。有存臍內者，謂命帶所繫，呼吸所通，存之可以養育元神，厚腸開竅，而失則使人氣沈滯。有存下丹田，謂氣歸元海，藥在坤鄉，存之可以鼓動元陽，回精入目，而失則使人陽易興而妄洩。有存外腎一竅，以目觀陽事者，謂以腎相交，其機在目，存之取坎填離，而失使人精液妄行。大都隨守一竅，皆可收心，苟失其宜，必有禍患。惟守而無守，不取不離，斯無弊耳。老子曰緜緜若存，謂之曰存，則常在矣。謂之曰若，則非存也。故道家宗旨，以空洞無涯爲元竅，以知而不守爲法則，以一念不起爲功夫。檢盡萬卷丹經，有能出此者乎！

禪門止觀，乃存神要訣。一曰繫緣守境止，如上繫心一處是也；二曰制心止，不復繫心一處，但覺念動，隨而止之，所謂不怕念起，惟怕覺遲者也；三曰體眞止，俗緣萬殊，眞心不動，一切順逆等境，心不妄緣，蓋體眞而往也，觀法多門。《華嚴經》事法界觀，謂常觀一切染淨諸法，皆如夢幻。此能觀智，亦如夢幻。一切衆生，從無始來，執諸法爲實有，致使起惑造業，循環六道。若常想一切名利怨親，三界六道，全體不實，皆如夢幻，則欲惡自然淡泊，悲智自然增明，亦名諸法如夢幻觀。又理法界觀，於中復有三門。一者常觀，偏法界惟是一味清淨眞如，本無差別事相，此能觀智，亦是一味清淨眞如；二者若念起時，但起覺心，即此覺心，便名爲觀。此雖覺心，本無起覺之相；三者擬心即差，動念便乖，但樓心無寄，理自元會，亦名眞如絕相觀。又事理無礙觀，謂常一切染淨事法，緣生無性，全是眞理。眞理全是染

淨事法。如觀波全是溼，溼全是波。故《起信論》云：雖念諸法自性不生，而復即念因緣和合，善惡之業苦樂等報，不失不壞。雖念因緣善惡業，而即念性不可得。天台有假空中三觀，大率類此。或單修一觀，或漸次全修，或一時齊修，皆可以入道也。

**《去僞齋集・雜著》**　論性　或問孔孟論性同異。曰：孔子多兼氣質言性，孟子專以義理言性。曰：性相近。曰：惟上知與下愚不移，合下便兼氣質。此其說自堯舜始。堯曰：允執厥中。中既善了，世間又只他一箇，誰敢侵奪，何勞允執？蓋中者道心，而撓亂之者人心也。不允執，則人心奪之矣。譬如有物在手，怕人奪去，然後允執之耳。至於舜又明白說出曰：人心惟危，道心惟微，惟精惟一，允執厥中。蓋人心豪強，道心微弱；人心衆多，道心孤立。道心者，中也。道心雜於人心，如披沙揀金，須得那真正金，又須得他不多不少底分數，不着仔細察識之功，何以擇之？不着純一不雜之心，堅確不移之念，何以守之？允執此中之道心，其苦如此。或曰：道心是性，人心是氣質物欲，與性何干？曰：這氣質物欲，不知是天與底，不知是人做底？性字從生，從心，道心是天生之心，人心亦天生之心，此二心者，與生俱生，與形具形。道心不是先，人心不是後；道心不是內，人心不是外。譬之玉在石中，破石得玉；果有殼核，去殼去核，果始可食。人心石而道心玉，人心殼核而道心果實也。道心者，義理之性；人心者，氣質之性。人心、道心不是兩個，故曰：天理人欲，同行異情。不惟是也。物欲與氣質也，不是兩個，物欲者，氣質之物欲也。氣質剛，則有暴橫侮奪之物欲；氣質柔，則有貪財好色之物欲。故言氣質而物欲在其中矣。《易》曰：一陰一陽之謂道。繼之者，善也；成之者，性也。此舜之所謂道心。《書》之所謂惟皇上帝，降衷於下民，若有恒性，有善無惡，義理之性者也。曰：習相遠也，惟上知與下愚不移，此舜之所謂人心。《書》之所謂天生烝民，有欲無主乃亂，有善有惡，氣質之性也。或曰：性相近也，皆是義理之性。曰：義理之性，原只是一個，怎說得近？須是兩物，纔說得相近。蓋義理之性一，氣質之性萬。氣質之初，善與惡不甚相遠，周子所謂幾善惡，孟子所謂：舜跖之間是已。善與善，亦不甚相遠，惡與惡，亦不甚相遠。如夷惠之清和，蹻跖之奸暴是已。譬一根之枝，本同末異；一派之流，源同委別。至於相遠，則舜跖之分，五十步、百步，以至百里、千萬里之殊也。不以氣質之性亂義理之性，不以義理之性棄氣質之性，故孔子之言無人敢辨。孟子原知性有氣質，但諸家言性專主氣質，故孟子言性專主義理。至於諸家引證，不與辨駁，但云：乃若其情與才，皆謂之善。才情便有善惡。喜、怒、哀、樂、愛、惡、欲，非七情乎？七情皆善乎？畢竟所說仁義禮智之情乃義理之情，只可以證義理之性，不可以證氣質之性。至於孟子自言，未嘗不露本真，曰耳目口鼻四肢之聲色臭味安逸，自然是人心，自然是氣質，未嘗不說是性。或曰：此性指好邊說。曰：既是好邊，君子何以不謂？孟子他日又曰：動心忍性。性既善矣，何可又去堅忍？又曰：犬之性，牛之性，人之性，此皆性之善乎？有善有惡之性乎？故曰：孟子明知性有氣質，緣與諸家辨，故專與義理之性言之耳。大抵義理之性，衆人與聖人同；氣質之性，聖人與衆人殊。純粹不雜之謂理，美惡不同之謂氣。當真精妙合之時，即帶有真實無妄之理。握栽而擲之，聽其所止。止於膏壤者，滋茂蕃碩；止於斥鹵者，枯蔫萎落；止於瓦石者，無根可託而不生；止於牢芷者，爲雜豕所食；止於道路者，爲車馬所蹂踐。均嘉穀也，而生機殊，所值之地則然，非嘉穀之罪也。降恒而命之，聽其所着，着於清淑之氣，則爲上智；着於頑濁之氣，則爲下愚；着於駁雜之氣，則有美有惡；着於紛紜之氣，則爲庸衆。均帝衷也，而稟受殊，所值之氣則然，非恒性之嗇也。周濂溪云：五性感動而善惡分。程明道有云：惡亦不可不謂之性。有見哉其言之矣。禪家言秤錘是鐵，予曰：秤錘是鐵，鐵不可謂之秤錘；猶云善是性，性不可一槩言善。或曰：孟子立世教之防，儘說性善，人猶爲惡；若說氣質也是性，人益無所忌憚矣。曰：君子爲善，不關他知性善之當爲；小人爲惡，不關他不知性善之當爲。今見桀紂盜跖而問之曰：善當爲？惡當爲？決不敢曰：惡當爲，善不當爲。又謂之曰：仁義禮智，凶暴淫虐，孰善孰惡？決不敢曰：仁義禮智是惡，凶暴淫虐是善。他若肯爲善去惡，此一言足矣。他若不肯，那怕焦脣爛舌說性善，徒多口語耳。

說天　或曰：天命之謂性，性有三，天亦有三乎？曰：此未易言也。無極之先，理氣渾淪而不分；氣化之後，善惡同源而異流。理道之天，先天也，惟一。降衷所秉，繼善所成是已，吾無論。氣運之天，後天也，有三。一曰中正之氣：一陰一陽，純粹以精，極精極厚，中和之所氤氳，秀靈之所鍾毓，人得之而爲聖爲賢，草木得之而爲椿桂芝蘭，鳥獸得之而爲麟鳳龜龍騶

虞鷩鷩。二曰偏重之氣：孤陰孤陽，極濁極薄，各恣其有餘，各擅其所能，爲邪爲毒。人得之而爲愚爲惡，草木得之而爲荊棘樗櫟鉤吻斷腸，鳥獸得之而爲梟鴆豺虎虺蝮蜮蝛。三曰駁雜之氣：多陰多陽，少陰少陽，不陰不陽，或陰陽雜糅而不分，爲昏爲亂，爲細爲浮。人得之而爲蚩爲庸，草木得之而爲虛散纖茸，鳥獸得之而爲豕燕雀蟣蠓蜉蝣之屬。至於五行之氣，根陰根陽，其所生者，各從其類。得金氣多者，善爲堅貞，爲果斷；惡爲頑愎，爲刻削。得木氣多者，善爲質樸，爲慈祥；惡爲矯拂，爲岐惑。得水氣多者，善爲德慧，爲柔嘉；惡爲淫汚，爲奸巧。得火氣多者，善爲光明，爲振拔；惡爲凶暴，爲放恣。得土氣多者，善爲厚重，爲信實；惡爲狂惑，爲陰險。至其爲黑白，爲妍媸，爲短長，爲聾瞽聰明，皆有所鍾，以成其質。匪自壞也，匪自爲也，與之者無心也，受之者不知也，皆陰陽五行所賦予，萬物所稟受，而兩不自由也。或曰：萬物不善，失之有形之後，非過在未形之前。陰陽五行奚病？予曰：不知其子，視其母。萬物子，而陰陽五行母也。陰陽五行果皆善乎？雨暘時若，善也。而淫陰沒溺萬家，亢陽赤地千里，疾風迅雷，酷霜大雹，濃霾臭霧，傷人害物，怨咨號呼者億兆同聲，茲非陰陽之惡乎？金有金銀銅錫鐵，善也，而砒礵硫鉾，同産於金谷。木有樉楠松桂，善也，而荊棘樗櫟，同列於木。水有甘溫醴壽泉，善也，而毒溪苦澗，同出於泉。以至火有六淫，土有九壤，善惡之性，種種不一。其母已非純善矣，其子安能無惡乎？或曰：此氣質也，非德性。余曰：氣者，天所爲乎？萬物所爲乎？氣既天所爲，豈有善氣生物而惡氣獨無所生乎？豈有惡氣獨鍾之草木鳥獸而不鍾之人乎？恐造物者不能如是一一也。至於氣運之天，又非一種。以自然爲盛衰，挾人事爲得失，萬有不齊，括之爲九。洪荒之初，渾噩洪灝，人物雍熙，相樂相忘，此淳龐之天。唐、虞、夏時，一帝當天，五臣輔運，四海歡欣，幾二百年，此泰寧之天。三代迭興，一姓終始，有隆有替，以衰以亡，氣運所驅，人事隨之，此平常之天。訛言讒說，排闔從横，顛倒是非，混淆黑白，朝無國是，野無公言，以亂天下，此巧僞之天。春秋、戰國，逮於秦、項，三百餘年，國無净土，歲無寧時，原野厭人膏血，麥菽化爲荊榛，此殺戮之天。武墾當陽，穢德彌宇，易廟屠宗，汚宮亂朝，郊則天格，廟則神享，此淫濁之天。癘疫時行，妖孽爲祟，早以七歲，水以九年，或門無噍類，或里無人煙，此虐厲之天。君子小人，禍則同禍，福則同福，玉石不分，薰猶雜處，此混沌之天。小人得志，安富尊榮，君子潛身，危亡困辱，此倒置之天。當是時也，氣運當權，化劫爲政。仁覆閔下之旻天，曰明曰旦之昊天，好生惡殺，福善禍淫之帝天，剖心嘔血，搶地哀號，若無聞也，若無見也。所謂氣天惟危，道天惟微，時也。是故西北寒燥，東南濕溫，春夏發生，秋冬收斂，時行物生，無心爲之，任從偶遭適值，無爲爲之張主。談性者歸之理義氣質，談天者歸之理道氣運。言理不言氣，爲世教也，諸儒閎肆而敷演之，以多萬世紛紛之口，則誣矣。予因虞延十六字而演之曰：氣天惟危，道天惟微，惟變惟贊，聖人是持。

明庸　道具於人心，散於事物，行於日用。不日用，非道也；離事物，非道也；不合於天下萬世公共之人心，非道也。夫淺深精粗，高下幽明，豈有二哉？深者發見而爲淺，精者散殊而爲粗，高者流行而爲下，幽者着見而爲明。無淺者、粗者、下者、明者，則深者、精者、高者、幽者何所附屬？無深者、精者、高者、幽者，則淺者、粗者、下者、明者何以推行？譬一身，舍耳目口鼻，四肢百骸，則精氣神散；舍精氣神，則耳目口鼻，四肢百骸死。故人倫庶物皆性天之流布，日用常行皆性天之張弛。棄其然而求所以然，舍可知而探不可知，是二之也，不知日用常行皆所以然，不可知者也。嗟嗟！求不可知，探所以然，猶不害爲語上，猶不失爲窮神，君子惡之。惡其舍卑近而騖高遠耳。至於立身行己，自有正大光明，切近精實，易簡平通之道，推行於起居食息，語默酬酢，子臣弟友之間，乃有視彝倫爲鄙俗，謂點檢爲拘泥，離經叛道，倡虛寂放蕩之談，履險趨邪，逞奇譎恣縱之好，臣事瞿曇，戈戟孔孟，此斯道之寇讐也。吾欲勤王，而世無倡我者，吾力又不足以倡人，乃明庸。

明誠　乾坤必有所與恒，高山大川必有所與凝，日月江河必有所與行，萬物必有所與生，鬼神必有所與靈，天下國家必有所與寧，萬事必有所與成。孰與之？誠與之。夫誠何物也？實理也。實有此理，則實有此氣；實有此理，則實有此事。以人格天，是能動風雷者，此物也。以人動物，則孚豚魚者，此物也。以有情感無情，則城爲之圮而隅爲之崩者，此物也。以無知應無知，游波投而枯海汪洋，慈石動而鐵鍼輾轉者，此物也。立於此，動於彼，不感則不應，小感則小應，大感則大應，感之極，應之速。或曰：僞亦能動乎？曰：大僞似誠，能令人懵；格天動物，毫髮不能。何也？人可欺，天與物不可欺也。然而神有忽，情有竭，僞窮真露，本態乃得，人寧能終欺乎？夫嫩蒻游藤，纖絲細蒂，

烈日如焚，而滋榮如故，必有所恃以爲命者。折芳花而樹之瓶，陰之幽室，膏以清流，不竟夕而蔫然萎謝，則誠不誠之說也。故曰：誠者，物之終始，不誠無物。

明明　道之不行也，我知之矣，不明故也。道之不明也，我知之矣，不明明故也。夫道若大路然，大路之平且直也，如矢如砥，然即千蹊萬徑，家家人人必達於邦畿，始爲都會。洛邑，天下之中也。秦人曰洛東，齊人曰洛西，晉人曰洛南，楚人曰洛北，此一洛也，是西是東是南是北，非東非西非南非北。洛人曰：秦在吾西，齊在吾東，晉在吾北，楚在吾南，是莫是於此矣。故道有至極，學有詣極，二之者支，一之者拘，不二不一，卓如躍如，以足以目，身與意俱。孔子曰：由，知德者鮮矣。又曰：朝聞道，夕死可矣。此明不明之說也。粵有五人者欲之燕，一人瞽，附衆以行；一人迷，指東西爲南北；一人跛，顧數程途甚悉，若素履然；一人舍康莊躋摩天之嶺，淩無地之淵，困頓而死；一人歲歲入燕，或家於燕數歲，問所經夷險，不能對，問燕之景物，不以對，而心目之間宛如也，即瞑而宵馳，泰如也。故獨知之契可以忘言。即兩人晤語，有幾微不了於心，則累千萬言不相下，故道以耳明，聞者蔽於聲；道以目明，見者蔽於形；道以知覺明，意識者蔽於情。故兩間之內，六合之外，知至知終，際於無窮。其來也，不塞見聞知覺之路；其化也，歸於虛靈湛一之庭。此之謂至明。

明恒　自有天地之前，以至無天地之後，一氣流行，瞬息不續而乾坤毀矣。草木自萌蘖之後，以至摧萎之前，一氣流行，瞬息不續而榮枯決矣。飛潛蠢動之物，自胚胎之後，以至死亡之前，一氣流行，瞬息不續而生機絕矣。是天地萬物所賴以常存者，恒故耳。恒從亘，從心。亘，延長也，上天下地而日在其中。日行天地之間，萬古東西無一息之停，延長甚矣。人心之無息者似之，故恒，亘心也。《說文》云：亘從二，從舟。誤矣。一本云：亘，音宣。又誤矣。亘從曰，亘從日。嗟夫！世有三恒：天地恒，萬物恒，聖人恒。外是則無恒矣。存養此心，與身終始，造次顛沛，富貴貧賤，而一息之或違，非恒也。可驚可懼，可憂可樂，可怒可躁，可戀可厭之事適當其前，而一息之或違，非恒也。死生之際，一息有悔心，非恒也。夢寐之間，一息有妄境，非恒也。忽淡忽濃，忽三忽二，非恒也。初無所爲，偶動得心，非恒也。屋漏暗室，念有隆替，非恒也。宗廟室家，心有敬忽，非恒也。然則恒也者，執一不變之謂邪？曰：非然。惟恒恒然後能無恒。無恒者，恒恒之所爲也。風雨晦明，天無恒度；榮枯開謝，萬物無恒命；常變順逆，聖人無恒應。氣化常無恒，天地萬物委順而已。時勢常無恒，聖人貞愚而已。若恒而無無恒者以通之，非恒道也。明於恒之道，而後可以語體道之學。

明定　定者，萬化之祖也，萬物之府民，萬事之母也。定者生氣，動者耗之；定者造物，動者化之；定者宰事，動者終之。故定可以回天，定可以攝神，定可以留有，定可以生無。寂而不死者，定乎！往而不盡者，定乎！變者窮神者終而分毫無所減與增者，定乎！知定之義，天地我契，萬物我類。握定之權，天地我旋，萬物我安。故御一身之火者，莫如定。定天下之不定者，莫如定。然則定亦有未善乎？曰：定而定未善也，無定之定善也，無定無不定善之善也。何以養定？曰：以定養之。

明敬　敬者，不苟之謂也。於文從苟從攴，攴，音朴，擊也。敬無他，攻擊此心之苟而已。故苟因不敬，敬則不苟。戒慎恐懼，心體不苟也。主一無適，持念不苟也。小心昭事，顧諟不苟也。獨寢不愧衾，宴息不苟也。夢寐即白晝之爲，魂魄不苟也。不愧屋漏，幽獨不苟也。周旋中規，折旋中矩，步履不苟也。無淫視，無側聽，耳目不苟也。儼若思，安定辭，坐如尸，立如齊，聲音不苟也。冠毋免，勞毋袒，衣冠不苟也。毋放飯，無流歠，飲食不苟也。心常惺惺，無所昏忽，精神不苟也。無怍容，無飾狀，意態不苟也。歌有歌容，舞有舞容，好樂不苟也。循牆磬折，揖讓不苟也。善戲謔兮，談笑不苟也。屏氣息，忍唾洟，呼吸不苟也。君子當饑疲之色，困頓不苟也。急遽無亂，造次不苟也。草莽不失君臣之禮，患難不苟也。執事敬，應務不苟也。無衆寡，無小大，無敢慢，與人不苟也。予臨兆民，若朽索之馭六馬，臨下不苟也。夫妻相敬如賓，閨門不苟也。同寅協恭，僚友不苟也。夙夜匪懈，事上不苟也。對越駿奔，交神不苟也。忠信篤敬，可行蠻貊，夷狄不苟也。一息尚存，此志不容少懈，終身不苟也。易簀而斃，結纓而死，臨終不苟也。無有師保，如臨父母，可苟之不苟也。無射亦保，不苟之不苟也。夫敬與苟，死生之關也，興亡之歧也，治亂之樞也。一念不苟，而百體咸正矣；一身不苟，而萬事咸宜矣；一人不苟，而萬國咸寧矣。臣庶不苟，庶績咸得所矣；人人不苟，而天地萬物育矣。不然，則亂，則死，則亡。敬之道大矣哉！或曰：敬有要乎？曰：存心。存心有要乎？曰：主靜。主靜則

心存，心存則不苟，此之謂居敬。故敬外無聖人，居敬外無聖人之學。學聖人者奈何？其始也，毋不敬；其終也，恭而安。嗚呼！盡之矣。

理欲生長極至之圖說　人生天地間，大率三等：其六合爲家，萬物一體，盡得人道，完復天初者，曰聖人。無善無惡，逐波隨風，生無世益，死無後聞者，曰衆人。縱欲恣情，賊仁害義，天理滅絕，良心喪盡者，曰凶人。凶人爲不善，其初非與聖人遠也。指五尺之童子而謂之曰：汝他日爲盜。未有不艴然怒者，非佯怒也，彼其惡盜之真情與不爲盜之本心，確乎其不可移也。然而天下之窮窘劫殺往往而是，此其人何嘗不過童子之年哉？欲心所豔，一旦爲迷，邪念所積，潛滋已久，忽不自覺其至是也。故一行之失，即爲蹻、蹠；一言之謬，即爲桀、紂，非便爲蹻、蹠、桀、紂，而蹻、蹠、桀、紂之所從來也。諺曰：換卻一念，舜、蹠可變。是故爲惡非天，爲善非命，在我而已。吾語爾曹，以善爲性之當爲，惡爲理不可爲，爾未必吾聽。若夫爲一善而此心快愜不必自言，而鄉黨稱譽之，君子敬禮之，鬼神福詐之，身後傳誦之，子孫榮之。爲一不善而此心愧怍，雖欲掩護而鄉黨傳笑之，王法刑辱之，鬼神災禍之，身後指說之，子孫羞之。此二者孰得？夫有小善而矜，聞小譽而喜，雖孺子亦莫不然，是人人皆知善之當爲矣。獨奈何充身於惡而蹈此百凶乎？余，衆人也。每徘徊於歧路。夫一歧向九天之上，安樂萬端；一歧入九地之下，憂危百種。左足右足，顧與二三子決擇之。

**《呻吟語・内篇・養生》**　夫水，遏之乃所以多之，洩之乃所以竭之，惟仁者能洩，惟智者知洩。

天地間之禍人者，莫如多；令人易多者莫如美。美味令人多食，美色令人多慾，美聲令人多聽，美物令人多貪，美官令人多求，美室令人多居，美田令人多置，美寢令人多逸，美言令人多人，美事令人多戀，美景令人多留，美趣令人多思，皆禍媒也。不美則不令人多，不多則不令人敗。予有一室，題之曰遠美軒，而扁其中曰冷淡。非不愛美，懼禍之及也。夫魚見餌不見鈎，虎見羊不見阱，猩猩見酒不見人，非不見也，迷於所美而不暇顧也。此心一冷，則熱鬧之景不能入；一淡，則豔冶之物不能動。夫能知困窮、抑鬱、貧賤、轗軻之爲詳，則可與言道矣。

以肥甘愛兒女而不思其傷身，以姑息愛兒女而不恤其敗德，甚至病以死，犯大辟而不知悔者，皆婦人之仁也。噫！舉世之自愛而陷于自殺者，又十人而九矣。

五閉，養德養生之道也。或問之曰：視、聽、言、動、思，將不啓與？曰：常閉而時啓之，不弛於事可矣，此之謂夷夏關。

今之養生者，餌藥、服氣、避險、辭難、慎時、寡慾，誠要法也。嵇康善養生，而其死也，却在所慮之外，乃知養德尤養生之第一要也。德在我而蹈白刃以死，何害其爲養生哉？

愚愛談醫，久則厭之。客言及者告之曰：以寡慾爲四物，以食淡爲二陳，以清心省事爲四君子，無價之藥，不名之醫，取諸身而已。

仁者壽，生理完也；點者壽，元氣定也；拙者壽，元神固也。反此皆殀道也，其不然，非常理耳。

盜爲男戎，色爲女戎，人皆知盜之刼殺爲可畏，而忘女戎之刼殺。悲夫！

太朴，天地之命脈也，太朴散而天地之壽殀可卜矣，故萬物蕃，則造化之元精耗散。木多實者根傷，草出莖者根虛，費用廣者家貧，言行多者神竭，皆殀道也。老子受用處，盡在此中看破。

饑寒痛癢，此我獨覺，雖父母不之覺也；衰老病死，此我獨當，雖妻子不能代也。自愛自全之道不自留心，將誰賴哉！

氣有爲而無知，神有知而無爲，精者無知無爲，而有知有爲之母也。精，天一也，屬水，水生氣；氣，純陽也，屬火，火生神；神，太虛也，屬無，而麗於有。精盛則氣盛，精衰則氣衰，故甑涸而不蒸。氣存則神存，氣亡則神亡，故燭盡而火滅。

氣只夠喘息底，聲只夠聽聞底，切莫長餘分毫，以耗無聲無臭之真體。

**《呻吟語・修身》**　六合是我底六合，那箇是人；我是六合底我，那箇是我。

世上沒箇分外好底，便到天地位，萬物育底功用，也是性分中應盡底事業。今人纔有一善，便向人有矜色，便見得世上人都有不是，余甚耻。若說分外好，這又是賢智之過，便不是好。

率真者無心過，殊多躁言輕舉之失；慎密者無口過，不免厚貌深情之累。

心事如青天白日，言動如履薄臨深，其惟君子乎！

沉靜最是美質，蓋心存而不放者。令人獨居無事，已自岑寂難堪，纔應

事接人，便任口恣情，即是清狂，亦非蓄德之器。

攻己惡者，顧不得攻人之惡。若嘵嘵爾雌黃人，定是自治踈底。

大事，難事看擔當，逆境順境看襟度，臨怒看涵養，羣行羣止看識見。

身是心當，家是主人翁當，郡邑是守令當，九邊是將帥當，千官是冢宰當，天下是天子當，道是聖人當。故宇宙內幾樁大事，學者要挺身獨任，讓不得人，亦與人計行止不得。

作人怕似渴睡漢，才喚醒時睜眼若有知，旋復沉困，竟是寐中人。須如朝興櫛盥之後，神爽氣清，冷冷勁勁，方是真醒。

人生得有餘氣，便有受用處。言盡口說，事盡意做，此是薄命子。

清人不借外景爲襟懷，高士不以塵識染情性。

官吏不要錢，男兒不做賊，女子不失身，纔有了一分人。連這箇也犯了，再休說別箇。

才有一段公直之氣，而出言做事，便露圭角，是大病痛。

講學論道於師友之時，知其心術之所藏何如也；飭躬勵行，於見聞之地，知其暗室之所爲何如也。然則盜跖非元惡也，彼盜利而不盜名也。世之大盜，名利兩得者居其最。

圓融者無詭隨之態，精細者無苛察之心，方正者無乖拂之失，沉默者無陰險之術，誠篤者無椎魯之累，光明者無淺露之病，勁直者無徑情之偏，執持者無拘泥之迹，敏練者無輕浮之狀，此是全才。有所長而矯其長之失，此是善學。

不足與有爲者，自附於行所無事之名；和光同塵者，自附於無可無不可之名。聖人惡莠也以此。

古之士民，各安其業，策勵精神，點檢心事。晝之所爲，夜而思之，又思明日之所爲。君子汲汲其德，小人汲汲其業，日累月進，旦晝晏息，不敢有一息情慢之氣。夫是以士無慆德，民無怠行；夫是以家給人足，道明德積，身用康強，不即於禍。今也不然，百畝之家，不親力作，一命之士，不治常業，浪談邪議，聚笑竟懽，耽心耳目之玩，騁情遊戲之樂，身衣綺穀，口厭芻豢，志溺驕佚，懵然不知日用之所爲。而其室家土田百物往來之費，又足以荒志而養其淫，消耗年華，妄費日用。噫！是亦名爲人也，無惑乎後艱之踵至也。

世之人形容人過，只象箇盜、跖；回護自家，只象箇堯舜。不知這卻是以堯、舜望人，而以盜跖自待也。

孟子看鄉黨自好，看得甚卑。近來看鄉黨人自好底不多，愛名惜節，自好之謂也。

少年之情，欲收斂不欲豪暢，可以謹德；老人之情，欲豪暢不欲鬱閟，可以養生。

廣所依不如擇所依，擇所依不如無所依。無所依者，依天也。依天者，有獨知之契，雖獨立宇宙之內而不謂孤，衆傾之，衆毀之而不爲動，此之謂男子。

坐間皆談笑而我色莊，從間皆悲感而我色怡。此之謂乖戾，處己處人兩失之。

精明也要十分，只須藏在渾厚裏作用。古今得禍，精明人十居其九，未有渾厚而是禍者。今之人惟恐精明不至，乃所以爲愚也。

分明認得自家是，只管擔當直前做去。卻因毀言輒便消沮，這是極無定力底，不可以任天下之重。

小屈以求大伸，聖賢不爲。吾道必大行之自然後見。便是抱關擊柝，自有不可枉之道。松柏生來便直，士君子窮居便正。若曰在下位，遇難事姑韜光忍耻，以圖他日貴達之時，然後直躬行道，此不但出處爲兩截人，即既仕之後，又爲兩截人矣。又安知大任到手不放過耶！

才能技藝，讓他占箇高名，莫與角勝。至於綱常大節，則定要自家努力，不可退居人後。

處衆人中，孤另另的別作一色人，亦吾道之所不取也。子曰：群而不黨。群占了八九分，不黨只到那不可處方用。其用之也，不害其群，才見把持，才見涵養。

今之人，只是將好名二字坐君子罪，不知名是自好不將去。分人以財者實費財，教人以善者實勞心。臣死忠，子死孝，婦死節者，實殺身。一介不取者，實無所得。試着渠將這好名兒好一好，肯不肯？即使真正好名，所爲卻是道理。彼不好名者，舜乎？蹠乎？果舜耶，真加於好名一等矣；果蹠耶，是不好美名而好惡名也。愚悲世之人以好名沮君子，而君子亦畏好名之譏而自沮，吾道之大害也，故不得不辨。凡我君子，其尚獨復自持，毋爲嘵嘵者所撼哉！

大其心，容天下之物；虛其心，受天下之善；平其心，論天下之事；潛其心，觀天下之理；定其心，應天下之變。

古之居民上者，治一邑則任一邑之重，治一郡則任一郡之重，治天下則任天下之重。朝夕思慮其事，日夜經紀其務。一物失所，不遑安席；一事失理，不遑安食。限於才者求盡吾心，限於勢者求滿吾分，不愧於君之付托，民之抑望，然後食君之祿，享民之奉，恭然無所歉，反焉無所愧。否則，是食浮於功也，君子恥之。

盜嫂之誣隽不疑，過婦翁之誣第五倫，皆二於之幸也。何者？誣其所無，無近似之迹也，雖不辨而久則自明矣。或曰：使二子有嫂，有婦翁，亦當辨否？曰：嫌疑之迹，君子安得不辨？予所否者，天厭之。天厭之，若付之無言，是與馬償金之類也，君子之所惡也。故君子不潔己以病人，亦不自汙以狥世。

聽言不爽，非聖人不能，根以有成之心，蚩以近似之語，加之以不避嫌之事，當倉卒無及之際，懷隔閡難辨之恨，父子可以相賊，死亡可以不顧，怒室鬭墻，稽唇反目，何足道哉！古今國家之敗亡，此居強半。聖人忘於無言，智者照以先覺，賢者熄於未着，剛者絕其口語，忍者斷於不行。非此五者，無良術矣。

榮辱繫乎所立，所立者固，則榮隨之，雖有可辱，人不忍加也。所立者廢，則辱隨之，雖有可榮，人不屑及也。是故君子愛其所自立，懼其所自廢。掩護勿攻，屈服勿怒，此用威者之所當知也。無功勿賞，盛寵勿加，此用愛者之所當知也。反是皆敗道也。

稱人之善，我有一善，又何妬焉？稱人之惡，我有一惡，又何毀焉？善居功者，讓大美而不居；善居名者，避大名而不受。

善者不必福，惡者不必禍，君子稔知之也。寧禍而不肯爲惡。忠直者窮，諛佞者通，君子稔知之也，寧窮而不肯爲佞。非但知理有當然，亦其心有所不容已耳。

居尊大之位，而使賢者忘其貴重，卑者樂於親炙，則其人可知矣。

人不難於違衆，而難於違己。能違己矣，違衆何難？攻我之過者，未必皆無過之人也。苟求無過之人攻我，則終身不得聞過矣。我當感其攻我之益而已，彼有過無過，何暇計哉！

恬淡老成人，又不能俛仰一世，便覺乾燥；圓和甘潤人，又不能把持一身，便覺脂韋。

做人要做箇萬全，至于名利地步，休要十分占盡，常要分與大家，就帶些缺綻不妨。何者？天下無人己俱遂之事，我得人必失，我利人必害，我榮人必辱，我有美名，人必有媿色。是以君子貪德而讓名，辭完而處缺。使人我一般，不曉曉露頭角，立標臬，而胸中自有無限之樂。孔子謙己，嘗自附於尋常人，此中極有意趣。

明理省事，甚難。此四字終身理會不盡，得了時，無往而不裕如。

胸中有一箇見識，則不惑於紛雜之說；有一段道理，則不撓於鄙俗之見。詩云：匪先民是程，匪大猷是經，惟邇言是爭。平生讀聖賢書，某事與之合，某事與之背，即知所適從，知所去取。否則，口詩書而心衆人也，身儒衣冠而行鄙夫也，此士之稂莠也。

世人喜言無好人，此孟浪語也。今且不須擇人，只於市井稠人中聚百人而各取其所長，人必有一善，集百人之善，可以爲賢人。人必有一見，集百人之見可以決大計。恐我於百人中，未必人人高出之也，而安可忽匹夫匹婦哉！

學欲博，技欲工，難說不是一長。摠較作人，只是夠了便止。學如班、馬，字如鍾、王，文如曹、劉，詩如李、杜，錚錚千古知名，只是箇小藝習，所貴在作人好。

到當說處，一句便有千鈞之力，卻又不激不疎，此是言之上乘，除外雖十緘也不妨。

循弊規若時王之制，守時套若先聖之經，侈己自得，惡聞正論，是人也，亦大可憐矣，世教奚賴焉！心要常操，身要常勞。心愈操愈精明，身愈勞愈強健。但自不可過耳。

未適可，必止可，既適可，不過可，務求適可而止。此吾人日用持循，須臾麁心不得。

士君子之偶聚也，不言身心性命，則言天下國家；不言物理人情，則言風俗世道；不規目前過失，則問平生德業。傍花隨柳之間，吟風弄月之際，都無鄙俗媟嫚之談，謂此心不可一時流於邪僻，此身不可一日令之偷惰也。若一相逢，不是褻狎，便是亂講，此與僕隸下人何異？只多了這衣冠耳。

作人要如神龍，屈伸變化，自得自如，不可爲勢利術數所拘縛。若羈絆隨人，不能自決，只是箇牛羊。然亦不可嘵嘵悻悻，故大智上哲，看得幾事分明。外面要無迹無言，胸中要獨往獨來，怎被機械人駕馭得？

財、色、名、位，此四字考人品之大節目也。這裏打不過小善，不足錄矣。自古砥礪名節者，兢兢在這裏做工夫，最不可容易放過。

古之人，非曰位居貴要，分爲尊長，而遂無可言之人，無可指之過也。非曰卑幼貧賤之人一無所知識，即有知識而亦不當言也。蓋體統名分，確然不可易者，在道義之外；以道相成，以心相與，在體統名分之外。哀哉！後世之貴要尊長而遂無過也。

只盡日點檢自家，發出念頭來，果是人心？果是道心？出言行事，果是公正？果是私曲？自家人品自家定了幾分？何暇非笑人，又何敢喜人之譽己耶？

往見泰山喬嶽以立身四語，甚愛之，疑有未盡。因推廣爲男兒八景，云：泰山喬嶽之身，海闊天空之腹，和風甘雨之色，日照月臨之目，旋乾轉坤之手，磐石砥柱之足，臨深履薄之心，玉潔冰清之骨。此八景予甚媿之。當與同志者竭力從事焉。

求人已不可，又求人之轉求；狗人之求已不可，又轉求人之狗人；患難求人已不可，又以富貴利達求人。此丈夫之恥。

文名、才名、藝名、勇名，人盡讓得過，惟是道德之名則妬者衆矣。無文、無才、無藝、無勇，人盡謙得起，惟是無道德之名則媿者衆矣。君子以道德之實潛修，以道德之名自掩。

有諸己而後求諸人，無諸己而後非諸人，固是藏身之恕，有諸己而不求諸人，無諸己而不非諸人，自是無言之感。《大學》爲居上者言，若士君子守身之常法，則余言亦蓄德之道也。

乾坤儘大，何處容我不得？而到處不爲人所容，則我之難容也。眇然一身而爲世上難容之人，乃號於人曰：人之不能容我也。吁！亦愚矣哉！

名分者，天下之所共守者也。名分不立，則朝廷之紀綱不尊，而法令不行。聖人以名分行道，曲士恃道以壓名分，不知孔子之道視魯侯奚啻天壤，而《鄉黨》一篇，何等盡君臣之禮。乃知尊名分與韶時勢不同，名分所在，一毫不敢傲惰；時勢所在，一毫不敢阿諛。固哉！世之腐儒以尊名分爲諂時勢也；卑哉！世之鄙夫以諂時勢爲尊薄名分也。

聖人之道，太和而已，故萬物皆育。便是秋冬不害其爲太和，況太和又未嘗不在秋冬宇宙間哉！余性褊，無弘度，平心、溫容、巽語，顧從事於太和之道以自廣焉。

只竟夕點檢，今日說得幾句話，關係身心，行得幾件事有益世道，自慊自愧，恍然獨覺矣。若醉酒飽肉，恣談浪笑，卻不錯過了一日；亂言妄動，昧理從欲，卻不作孽了一日。

只一箇俗念頭，錯做了一生人；只一雙俗眼目，錯認了一生人。

少年只要想我見在幹些甚麼事，到頭成箇甚麼人，這便有多少恨心，多少愧汗，如何放得自家過。

明鏡雖足以照秋毫之末，然持以照面不照手者何？面不自見，借鏡以見，若手則吾自見之矣。鏡雖明，不明於目也，故君子貴自知自信，以人言爲進止，是照手之識也。若耳目識見所不及，則匪天下之見聞不濟矣。

義、命、法，此三者，君子之所以定身，則衆人之所妄念者也。從妄念而巧邪，圖以幸其私，君子恥之。夫義不當爲，命不能爲，法不敢爲，雖欲強之，豈惟無護？所喪多矣。即獲亦非福也。

避嫌者，尋嫌者也；自辨者，自誣者也。心事童門洞達，畧不回邪，行事八窓玲瓏，毫無遮障，則見者服，聞者信。稍有不白之誣，將家家爲吾稱冤，人人爲吾置喙矣。此之謂潔品，不自潔而人潔之。

善之當爲，如飲食衣服然，乃吾人日用常行事也。人未聞有以禍福廢衣食者，而爲善則以禍福爲行止；未聞有以毀譽廢衣食者，而爲善則以毀譽爲行止。惟爲善心不真誠之故耳。果真果誠，尚有甘死饑寒而樂於趨善者。有象而無體者，畫人也，欲爲而不能爲；有體而無用者，塑人也，清淨尊嚴，享犧牲香火而一無所爲；有運動而無知覺者，偶人也，待提掇指使而後爲。此三人者，身無血氣，心無靈明，吾無責矣。

我身原無貧富、貴賤、得失、榮辱字，我只是箇我，故富貴、貧賤、得失、榮辱，如春風秋月，自去自來，與心全不牽掛，我到底只是箇我。夫如是，故可貧可富，可貴可賤，可得可失，可榮可辱。今人惟富貴是貪，其得之也必喜，其失之也如何不悲？其得之也爲榮，其失之也如何不辱？全是靠着假景

作真身，外物爲分內。此二氏之所笑也，況吾儒乎？吾輩做工夫，這箇是第一，吾愧不能以告同志者。

本分二字，妙不容言。君子持身不可不知本分。知本分，則千態萬狀一毫加損不得。聖王爲治，當使民得其本分，得本分則榮辱死生一毫怨望不得。子弒父，臣弒君，皆由不知本分始。

兩柔無聲，合也；一柔無聲，受也。兩剛必碎，激也；一剛必損，積也。故《易》取一剛一柔，是謂平中，以成天下之務，以和一身之德，君子尚之。

毋以人譽而遂謂無過，世道尚渾厚，人人有心史也。人之心史真，惟我有心史而後無畏人之心史矣。

淫怒是大惡，裏面禦不住氣，外面顧不得人，成甚涵養！或曰：涵養獨無怒乎？曰：聖賢之怒自別。

凡智愚無他，在讀書與不讀書；禍福無他，在爲善與不爲善；貧富無他，在勤儉與不勤儉；毀譽無他，在仁恕與不仁恕。

古人之寬大，非直爲道理當如此，然煞有受用處。弘器度以菴德也，省怨怒以養氣也，絕仇讐以遠禍也。

平日讀書，惟有做官是展布時，將窮居所見聞，及生平所欲爲者一一試嘗之。須是所理之政事各得其宜，所治之人物各得其所，纔是滿了本然底分量。

只見得眼前都不可意，便是箇礙世之人。人不可我意，我必不可人意。不可人意者我一人，不可我意者千萬人。嗚呼！未有不可千萬人意而不危者也。是故智者能與世宜，至人不與世礙。

性分、職分、名分、勢分，此四者宇內之大物。性分、職分在己，在己者不可不盡；名分、勢分在上，在上者不可不守。

初看得我汚了世界，便是箇盜跖；後看得世界汚了我，便是箇伯夷；最後看得世界也不汚我，我也不汙世界，便是箇老子。

心要有城池，口要有門戶。有城池則不出，有門戶則不縱。

士君子作人不長進，只是不用心，不着力。其所以不用心，不着力者，只是不媿不奮。能媿能奮，聖人可至。

有道之言，得之心悟；有德之言得之躬行。有道之言弘暢，有德之言親切。有道之言如遊萬貨之肆，有德之言如發萬貨之商。有道者不容不言，有德者無俟於言。雖然，未嘗不言也，故曰：有德者必有言。

學者說話要簡重從容，循物傍事，這便是說話中涵養。

或問：不怨不尤了，恐於事天處人上更要留心不？曰：這天人兩項，千頭萬緒，如何照管得來？有箇簡便之法，只在自家身上做，一念、一言、一事都點檢得沒我分毫不是，那禍福毀譽都不須理會。我無求禍之道，而禍來，自有天耽借；我無致毀之道而毀來，自有人耽借，與我全不干涉。若福與譽是我應得底，我不加喜，是我倖得底，我且惶懼愧赧。況天也有力量不能底，人也有知識不到底，也要體悉他。却有一件緊要，生怕我不能格天動物。這箇稍有欠缺，自怨自尤且不暇，又那顧得別箇？孔子說箇上不怨，下不尤，是不願乎其外道理；孟子說箇仰不愧，俯不怍，是素位而行道理。此二意常相須。

天理本自廉退，而吾又處之以跡；人欲本善夤緣，而吾又狎之以親。小人滿方寸而君子在千里之外矣，欲身之修，得乎？故學者與天理處，始則敬之如師保，既而親之如骨肉，久則渾化爲一體，人欲雖欲乘間而入也，無從矣。

氣忌盛，心忌滿，才忌露。

外勍敵五：聲色、貨利、名位、患難、晏安。內勍敵五：惡怒、喜好、牽纏、褊急、積慣。士君子終日被這箇昏惑淩駕，此小勇者之所納款，而大男者之所務克也。

玄奇之疾，醫以平易；英發之疾，醫以深沉；闊大之疾，醫以充實。不遠之復，不若未行之審也。

奮始怠終，修業之賊也；緩前急後，應事之賊也；躁心浮氣，畜德之賊也；疾言厲色，處衆之賊也。名心盛者必作僞。

做大官底，是一樣家數；做好人底，是一樣家數。

見義不爲，又托之違衆，此力行者之大戒也。若肯務實，又自逃名，不應於無術，吾竊以自恨焉。

恭、敬、謙、謹，此四字有心之善也；狎、侮、傲、淩，此四字有心之惡也，人所易知也。至於怠、忽、惰、慢，此四字乃無心之失耳，而丹書之戒，怠勝敬者凶，論治忽者，至分存亡。《大學》以傲惰同論，曾子以暴慢連語者，何哉？

蓋天下之禍患皆起於四字，一身之罪過皆生於四字。怠則一切苟且，忽則一切昏忘，惰則一切疎懶，慢則一切延遲。以之應事則萬事皆廢，以之接人則衆心皆離。古人臨民如馭朽索，使人如承大祭，況接平交以上者乎？古人處事不泄邇，不忘遠，況目前之親切重大者乎？故曰：無衆寡，無大小，無敢慢。此九字即毋不敬。毋不敬三字，非但聖狂之分，存亡、治亂、死生、祝福之關也，必然不易之理也，沉心精應者，始真知之。

人一生大罪過，只在自是自私四字。

古人慎言，每云：有餘不敢盡。令人只盡其餘還不成大過，只是附會支吾，心知其非而取辨於口，不至屈人不止，則又盡有餘者之罪人也。

真正受用處，十分用不得一分，那九分都無些干係，而拼死忘生，忍辱動氣以求之者，皆九分也。

何術悟得他醒？可笑可嘆！

貪不足羞，可羞是貧而無志；賤不足惡，可惡是賤而無能；老不足嘆，可嘆是老而虛生；死不足悲，可悲是死而無聞。

聖人之聞善言也，欣欣然惟恐尼之，故和之以同言，以開其樂告之誠。聖人之聞過言也，引引然惟恐拂之，故內之以溫色，以誘其忠告之實。何也？進德改過爲其有益於我也。此之謂至和。

古者招隱逸，今也獎恬退，吾黨可以媿矣。古者隱逸養道，不得已而後出；今也恬退養望邀虛名以干進。吾黨可以戒矣。

喜來時一點儉，怒來時一點檢，怠惰時一點檢，放肆時一點檢，此是省察大條欵。人到此多想不起，顧不得，一錯了便悔不及。

治亂繫所用事，天下國家，君子用事則治，小人用事則亂。一身德性用事則治，氣習用事則亂。

難管底是任意，難防底是慣病，此處着力，便是穴上着針，癢處着手。

試點檢終日說話，有幾句恰好底，便見所養。

業刻木如鉅齒，古無文字，用以記日行之事數也。一事畢則去一刻，事俱畢則盡去之，謂之修業，更事則再刻如前。大事則大刻，謂之大業，多事則多刻，謂之廣業。士農工商，所業不同，謂之常業；農爲士則改刻，謂之易業。古人未有一生無所業者，未有一日不修業者，故古人身修事理，而無怠惰荒寧之時，常有憂勤惕勵之志。一日無事則一日不安，懼業之不修而曠日之不可也。今也昏昏蕩蕩，四肢不可收拾，窮年終日，無一獻爲，放逸而入於禽獸者，無業之故也。人生兩間，無一事可見，無一善可稱，資衣藉食於人，而偷安惰行以死，可羞也已。

古之謗人也，忠厚誠篤。《株林》之語，何等渾涵；與人之謠，猶道實事。後世則不然，所怨在此，所謗在彼。彼固知其所怨者，未必上之非，而其謗不足以行也，乃別生一項議論。其才辨附會，足以泯吾怨之實，啓人信之之心，能使被謗者不能免謗之禍，而我逃謗人之罪。嗚呼！今之謗，雖古之君子且避忌之矣。聖賢處謗無別法，只是自修，其禍福則聽之耳。

處利則要人做君子，我做小人；處名則要人做小人，我做君子。斯感之甚也。聖賢處利讓利，處名讓名，故澹然恬然，不與世忤。

任教萬分矜持，千分點檢，裏面無自然根本，倉卒之際，忽突之頃，本態自然露出。是以君子慎獨。獨中只有這箇，發出來只是這箇，何勞回護？何用支吾？

力有所不能，聖人不以無可奈何者責人；心有所當盡，聖人不以無可奈何者自諉。

或問：孔子緇衣羔裘，素衣麑裘，黃衣狐裘，無乃非儉素之義與？曰：公此問甚好。慎修君子，寧失之儉素不妨。若論大中至正之道，得之爲有財，卻儉不中禮，與無財不得爲而侈然自奉者相去雖遠，而失中則均。聖賢不諱奢之名，不貪儉之美，只要道理上恰好耳。

寡恩曰薄，傷恩曰刻，盡事曰切，過事曰激。此四者，寬厚之所深戒也。《易》稱道濟天下，而吾儒事業，動稱行道濟時，濟世安民。聖人未嘗不貴濟也。舟覆矣，而保得舟在，謂之濟，可乎？故爲天下者，患知有其身，有其身不可以爲天下。

萬物安於知足，死於無厭。

足恭過厚，多文密節，皆名教之罪人也。聖人之道，自有中正。彼鄉原者，徼名懼譏，希進求榮，辱身降志，皆所不恤，遂成舉世通套。雖直道清節之君子，稍無砥柱之力，不免逐波隨流，其砥柱者旋以得罪。嗟夫！佞風諛俗，不有持衡當路者一極力挽回之，世道何時復古耶？

時時體悉人情，念念持循天理。

愈進修愈覺不長，愈點檢愈覺有非。何者？不留意作人，自家儘看得

過，只日日留意向上，看得自家都是病痛，那有些好處？初頭只見得人欲中過失，到久久又見得天理中過失，到無天理過失則中行矣，又有不自然，不渾化，着色喫力過失，走出這箇邊境，纔是聖人，能立無過之地。故學者以有一善自多，以寡一過自幸，皆無志者也。急行者只見道遠而足不前，急耘者只見草多而鋤不利。

禮義之大防，壞於衆人一念之苟。譬如由徑之人，只爲一時倦行幾步，便平地踏破一條蹊徑。後來人跟尋舊跡，踵成不可塞之大道。是以君子當衆人所驚之事畧不動容，纔干碍禮義上些須，便愕然變色，若觸大刑憲然，懼大防之不可潰，而微端之不可開也。嗟夫！此衆人之所謂迂，而不以爲重輕者也。此開天下不可塞之釁者，自苟且之人始也。

大行之美以孝爲弟一，細行之美以廉爲第一。此二者，君子之所務敦也。然而不辨之申生，不如不告之舜，井上之李，不如受饋之鴽。此二者，孝廉之所務辨也。

吉凶禍福是天主張，毀譽予奪是人主張，立身行已慢我主張。此三者，不相奪也。

不得罪於法易，不得罪於理難。君子只是不得罪於理耳。

凡在我者，都是分內底，在天在人者，都是分外底。學者要明於內外之分，則在內缺一分便是不成人處，在外得一分便是該知足處。

聽言觀行，是取人之道；樂其言而不問其人，是取善之道。令人惡聞善言，便詆詆曰：彼能言而行不逮，言何足取？是弗思也。吾之聽言也，爲其言之有益於我耳。苟益於我，人之賢否奚問焉。衣敝枲者市文繡，食糟糠者市梁肉，將以人棄之乎？

取善而不用，依舊是尋常人，何貴於取？譬之八珍，方丈而不下箸，依然餓死耳。

有德之容，深沉凝重，內充然有餘，外闌然無迹。若面目都是精神，即不出諸口，而漏洩已多矣。畢竟是養得浮淺，譬之無量人，一杯酒便達於面目。

人人各有一句終身用之不盡者，但在存心着力耳。或問之，曰：只是對症之藥便是。如子張只消得存誠二字，宰我只肖得警惰二字，子路只消得擇善二字，子夏只消得見大二字。

言一也，出由之口，則信且從；出跖之口，則三令五申而人且疑之矣。故有言者，有所以重其言者。素行孚人，是所以重其言者也。不然，且爲言累矣。

世人皆知笑人，笑人不妨，笑到是處便難，到可以笑人時則更難。

毀我之言可聞，毀我之人不必問也。使我有此事也，彼雖不言，必有言之者。我聞而改之，是又得一不受業之師也。使我無此事耶，我雖不辨，必有辨之者。若聞而怒之，是又多一不受言之過也。

精明世所畏也而暴之，才能世所妬也而市之，不沒也夫！

只一箇貪愛心，第一可賤可恥。羊馬之於水草，蠅蟻之於腥羶，螳螂之於積糞，都是這箇念頭。是以君子制欲。

清議酷於律令，清義之人酷於治獄之吏。律令所冤，賴清議以明之，雖死猶生也。清議所冤，萬古無反案矣。是以君子不輕議人，懼冤之也。惟此事得罪於天甚重，報必及之。

權貴之門，雖係通家知己，也須見面稀，行踪少就好。嘗愛唐詩有終日帝城裏，不識五侯門之句，可爲新進之法。

聞世上不平事，便滿腹憤懣，出激切之語，此最淺夫薄子，士君子之大戒。仁厚刻薄是修短關，行止語默是禍福關，動惰儉奢是成敗關，飲食男女是死生關。

言出諸口，身何與焉，而身亡；五味宜於口，腹何知焉，而腹病。小害大，昭昭也。而人每縱之徇之，恣其所出，供其所入。

渾身都遮蓋得，惟有面目不可掩，面目者，心之證也。即有厚貌者，卒然難做預備，不覺心中事都發在面目上，故君子無媿心則無怍容。中心之達，達以此也；肺肝之視，視以此也。此修己者之所畏也。

韋弁布衣，是我生初服，不媿此生，儘可以還。大造軒冕，是甚物事，將箇丈夫來做壞了，有甚面目對那青天白日？是宇宙中一腐臭物也。乃揚眉吐氣，以此誇人，而世人共榮慕之，亦大異事。

多少英雄豪傑，可與爲善，而卒無成，只爲拔此身於習俗中不出。若不恤群謗，斷以必行，以古人爲契友，以天地爲知己，任他千誣萬毀，何妨？

爲人無負揚善者之心，無實稱惡者之口，亦可以語真修矣。

身者，道之輿也。身載道以行，道非載身以行也。故君子道行則身從之以進，道不行則身從之以退。道不行而求進不已，辟之大賈，百貨山積不售，

不載以歸，而又以空與雇錢也，販夫笑之。貪鄙孰甚焉？故出處之分，只有二語，道行則仕，道不行則卷而懷之，舍是皆非也。

世間至貴莫如人品，與天地參，與古人友，帝王且爲之屈，天下不易其守。而乃以聲色、財貨、富貴、利達，輕輕將箇人品賣了，此之謂自賤。商賈得奇貨亦須待價，況士君子之身乎？

修身，以不護短爲第一長進，人能不護短，則長進者至矣。

世有十態，君子免焉：無武人之態粗豪，無婦人之態柔懦；無兒女之態嬌稚，無市井之態貪鄙，無俗子之態庸陋，無蕩子之態儇佻，無伶優之態滑稽，無閭閻之態村野，無堂下人之態局迫，無婢子之態卑諂，無偵諜之態詭譎，無商賈之態銜售。

作本色人，說根心話，幹近情事。

君子有過不辭謗，無過不反謗，共過不推謗。謗無所損於君子也。

惟聖賢終日說話無一字差失，其餘都要擬之而後言，有餘不敢盡，不然未有無過者。故惟寡言者寡過。

心無留言，言無擇人，雖露肺肝，君子不取也。彼固自以爲光明矣，君子何嘗不光明？自不輕言，言則心口如一耳。

保身底是德義，害身底是才能。德義中之才能，嗚呼！免矣。

恒言疎、懶、勤、謹，此四字每相因。懶生疎，謹自勤。聖賢之身，豈生而惡逸好勞哉？知天下皆惰慢則百務廢弛，而亂亡隨之矣。先正云：古之聖賢，未嘗不以怠惰荒寧爲懼，勤勵不息自強。曰懼曰強，而聖賢之情見矣，所謂憂、勤、惕、勵者也。惟憂故勤，惟惕故勵。

謔非有道之言也，孔子豈不戲？竟是道理上脫灑。今之戲者，媟矣，即有滑稽之巧，亦近俳優之流，凝靜者恥之。

無責人，自修之第一要道；能體人，養量之第一要法。

予不好走貴公之門，雖情義所關，每以無謂而止。或讓之，予曰：奔走貴公，得不謂其喜乎？或曰：懼彼以不奔走爲罪也。予嘆曰：不然。貴公之門奔走如市，彼固厭苦之甚者見於顏面，但渾厚忍不發於聲耳。徒輪自己一勤勞，徒增貴公一厭惡。且入門一揖之後，賓主各無可言，此面愧赧已無發付處矣。予恐初入仕者犯於衆套而不敢獨異，故發明之。

亡我者我也，人不自亡，誰能亡之？

沾沾煦煦，柔潤可人，丈夫之大恥也。君子豈欲與人乖戾？但自有正情真味，故柔嘉不是軟美。自愛者不可不辨。

士大夫一身，斯世之奉弘矣。不蠶織而文繡，不耕畜而膏粱，不雇貸而車馬，不商販而積蓄。此何以故也？乃於世分毫無補，慚負兩間人。又以大官託市井兒，蓋棺有餘愧矣。

且莫論身體力行，只聽隨在聚談間，會幾箇說天下、國家、身心、性命正經道理？終日嘵嘵刺刺，滿口都是閒談亂談。吾輩試一猛省，士君子在天地間，可否如此度日？

君子慎求人，講道問德，雖屈己折節，自是好學者事。若富貴利達向人開口，最傷士氣，寧困頓沒齒也。

言語之惡，莫大於造誣；行事之惡，莫大於苛刻；心術之惡，莫大於深險。

自家才德，自家明白的。才短德微，即卑官薄祿，已爲難稱。若已踰涘分而觖望無窮，卻是難爲了造物。孔、孟終身不遇，又當如何！

不善之名，每成於一事，後有諸長，不能掩也，而惟一不善傳。君子之動，可不慎與？

一日與友人論身修道理，友人曰：吾老矣。某曰：公無自棄，平日爲惡，即屬纊時幹一好事，不失爲改過之鬼，況一息尚存乎？

既做人在世間，便要勁爽爽、立錚錚的。若如春蚓秋蛇，風花雨絮，一生靠人作骨，恰似世上多了這箇人。

有人於此：精密者病其疎，靡綺者病其陋，繁縟者病其簡，謙恭者病其倨，委曲者病其直，無能可於一世之人，奈何？曰：一身怎可得一世之人？只自點檢吾身，果如所病否。若以一身就衆口，孔子不能。即能之，成箇甚麼人品？故君子以中道爲從違，不以衆言爲憂喜。

夫禮非徒親人，乃君子之所以自愛也；非徒尊人，乃君子之所以敬身也。

君子之出言也，如齊夫之用財；其見義也，如貪夫之趨利。

古之人勤勵，令之人惰慢。勤勵故精明而德日修，惰慢故昏蔽而欲日肆。是以聖人貴憂、勤、惕、勵。

先王之禮文用以飾情，後世之禮文用以飾僞。飾情則三千三百，雖至繁

也，不害其爲率真；飾僞則雖一揖一拜，已自多矣。後之惡飾僞者，乃一切苟簡決裂，以潰天下之防，而自謂之率真，將流於伯子之簡而不可行，又禮之賊也。

清者，濁所妬也，而又激之淺之乎？其爲量矣。是故君子於己諱美，於人藏疾。若有激濁之任者，不害其爲分曉。

處世以譏訕爲第一病痛。不善在彼，我何與焉？

余待小人不能假辭色，小人或不能堪。年友王道源危之曰：今世居官切宜戒此，法度是朝廷的，財貨是百姓的，真借不得。人情，至於辭色，卻是我的，假借些兒何害？余深感之，因識而改焉。

剛、明，世之碍也。剛而婉，明而晦，免禍也夫！

君子之所持循，只有兩條路，非先聖之成規，則時王之定制。此外悉邪也，俗也，君子不由。

非直之難，而善用其直之難；非用直之難，而善養其直之難。

處身不妨於薄，待人不妨於厚；責己不妨於厚，責人不妨於薄。

坐於廣衆之中，四顧而後語，不先聲，不揚聲，不獨聲。

苦處是正容謹節，樂處是手舞足蹈。這箇樂又從那苦處來。

滑稽詼諧，言畢而左右顧，惟恐人無笑容，此所謂巧言令色者也。小人側媚皆此態耳。小子戒之。

人之視小過也，愧怍悔恨，如犯大惡，夫然後能改。

無傷二字，修己者之大戒也。

有過是一過，不肯認過又是一過。一認則兩過都無，一不認則兩過不免。彼強辯以飾非者，果何爲也？

一友與人爭而歷指異短。予曰：於十分中，君有一分不是否？友曰：我難說沒一二分。予曰：且將這一二分都沒了，纔好責人。

余二十年前會有心迹雙清之志，十年來有四語云：行欲清，名欲濁；道欲進，身欲退；利欲後，害欲前；人欲豐，己欲約。近看來，太執者，太矯激，只以無心任自然，求當其可耳。名迹一任去來，不須照管。

君子之爲善也，以爲理所當爲，非要福，非干錄；其不爲不善也，以爲理所不當爲，非懼禍，非遠罪。至於垂世教，則諄諄以禍福刑賞爲言。此天地聖王勸懲之大權，君子不敢不奉若而與衆共守也。

茂林芳樹，好鳥之媒也；汗池濁渠，穢蟲之母也。氣類之自然也。善不與福期，惡不與禍招。君子見正人而合，邪人見險夫而密。

吾觀於射，而知言行矣。夫射，審而後發，有定見也；滿而後發，有定力也。夫言能審滿，則言無不中；行能審滿，則行無不得。今之言行皆亂放矢也，即中，幸耳。

蝸以涎見寬，蟬以聲見黏，螢以光見獲。故愛身者不貴赫赫之名。

大相反者大相似，此理勢之自然也。故怒極則笑，喜極則悲。

敬者，不苟之謂也，故反苟爲敬。

多門之室生風，多口之人生禍。

磨甎砌壁不塗以堊，惡掩其真也。一堊則人謂糞土之墻矣。凡外飾者，皆內不足者。至道無言，至言無文，至文無法。

苦毒易避，甘毒難避。晉人之壁馬，齊人之女樂，越人之子女、玉帛，其毒甚矣，而愚者如飴，即知之亦不復顧也。由是推之，人皆有甘毒不必自外饋，而耽耽求之者且衆焉。豈獨虞人、魯人、吳人愚哉？知味者，可以懼矣。

好逸惡勞，甘食悅色，適己害群，擇便逞忿，雖鳥獸亦能之。靈於萬物者，當求有別，不然，類之矣！且鳳德麟仁，鶴清豸直，烏孝鷹貞，苟擇鳥獸之有知者而效法之，且不失爲君子矣。可以人而不如乎？

萬事都要箇本意。宮室之設，只爲安居；衣之設，只爲蔽體；食之設，只爲充饑；器之設，只爲利用；妻之設，只爲有後。推此類不可盡窮。苟知其本意，只在本意上求，分外的都是多了。

士大夫殃及子孫者有十：一曰優免太侈；二曰侵奪太多；三曰請托減公；四曰恃勢凌人；五曰困累鄉黨；六曰要結權貴，損國病人；七曰盜上剝下，以實私橐；八曰簧鼓邪說，搖亂國是；九曰樹黨報復，明中善人；十曰引用邪呢，虐民病國。

兒輩問立身之道。曰：本分之內，不欠纖微；本分之外，不加毫末。今也，舍本分弗圖，而加於本分之外者，不啻千萬矣。內外之分何處別白？況敢問纖微毫末間耶？

智者不與命鬬，不與法鬬，不與理鬬，不與勢鬬。

學者事事要自責，慎無責人。人不可我意，自是我無量；我不可人意，自是我無能。時時自反才，德無不進之理。

氣質之病小，心術之病大。

童心、俗態，此二者，士人之大耻也。二耻不脫，終不可以入君子之路。

習威儀容止，甚不打緊，必須是瑟僩中發出來，纔是盛德光輝。那箇不嚴厲，不放肆？莊重不爲矜持，戲謔不爲媟嫚。惟有道者能之，惟有德者識之。

容貌要沉雅自然，只有一些浮淺之色，作爲之狀，便是屋漏少工夫。

德不怕難積，只怕易累。千日之積不禁一日之累，是故君子防所以累者。

枕席之言，房闥之行，通乎四海。墻卑室淺者無論，即宫禁之深嚴，無有言而不知，動而不聞者。士君子不愛名即則已，如有一毫自好之心，幽獨言動可不慎與？

富以能施爲德，貧以無求爲德，貴以下人爲德，賤以忘勢爲德。

入廟不期敬而自敬，入朝不期肅而自肅，是以君子慎所入也。見嚴師則收斂，見狎友則放恣，是以君子慎所接也。

《氓》之詩，悔恨之極也，可爲士君子殷鑒，當三復之。唐詩有云：雨落不上天，水復難再收。又近世有名言一偶云：一失腳爲千古恨，再回頭是百年身。此語足道《氓》詩心事，其曰：亦已焉哉。所謂何嗟及矣，無可奈何之辭也。

平生所爲，使怨我者得以指摘，愛我者不能掩護，此省身之大懼也，士君於慎之。故我無過而謗語滔天，不足驚也，可談笑而受之；我有過而幸不及聞，當寢不貼席，食不下嚥矣。是以君子貴無惡於志。

謹言慎動，省事清心，與世無碍，與人無求，此謂小跳脫。

身要嚴重，意要安定，色要溫雅，氣要和平，語要簡切，心要慈祥，志要果毅，機要縝密。

善養身者，饑渴、寒暑、勞役，外感屢變，而氣體若一，未嘗變也；善養德者，死生、榮辱、夷險，外感屢變，而意念若一，未嘗變也。夫藏令之身，至發揚時而解体；長令之身，至收斂時而鬱閟，不得謂之定氣。宿稱鎮靜，至倉卒而色變；宿稱澹泊，至紛華而心動，不得謂之定力。斯二者，皆無養之過也。

裏面要活潑於規矩之中，無令怠忽；外面要擺脫於禮法之中，無令矯強。

四十以前養得定，則老而愈堅；養不定，則老而愈壞。百年實難，是以君子進德修業貴及時也。

涵養如培脆萌，省察如搜田蠹，克治如去敵盤根。涵養如女子坐幽閨，省察如邏卒緝奸細，克治如將軍戰勍敵。涵養用勿忘勿助工夫，省察用無怠無荒工夫，克治用是絕是忽工夫。

世上只有箇道理是可貪可欲的，初不限於取數之多，何者？所性分定原是無限量的，終身行之不盡。此外都是人欲，最不可萌一毫歆羨心。天之生人各有一定的分涯，聖人制人各有一定的品節，辟之擔夫欲肩輿，丐人欲鼎食，徒爾勞心，竟亦何益？嗟夫！篡奪之所由生，而大亂之所由起，皆耻其分内之不足安，而惟見分外者之可食可欲故也。故學者養心，先要箇知分。知分者，心常寧，欲常得。所欲得自足，以安身利用。

心術以光明篤實爲第一，容貌以正大老成爲第一，言語以簡重真切爲第一。

學者只把性分之所固有，職分之所當爲，時時留心，件件努力，便駸駸乎聖賢之域。非此二者，皆是外物，皆是妄爲。

進德莫如不苟，不苟先要箇耐煩。令人只爲有躁心而不耐煩，故一切苟且卒至破大防則不顧，棄大義而不爲。其始皆起於一念之苟也。

不能長進，只爲昏弱兩字所苦。昏宜靜以澄神，神定則漸精明；弱宜奮以養氣，氣壯則漸強健。

一切言行，只是平心易氣就好。

恣縱既成，不惟禮法所不能制，雖自家悔恨，亦制自家不得。善愛人者無使恣縱，善自愛者亦無使恣縱。

天理與人欲交戰時，要如百戰健兒，九死不移，百折不回，其奈我何？如何堂堂天君，卻爲人欲臣僕？内款受降？腔子中成甚世界？

有問密語者，囑曰：望以實心相告！余笑曰：吾内有不可瞞之本心，上有不可欺之天日，在本人有不可掩之是非，在通國有不容泯之公論，一有不實，自負四愆矣。何暇以貌言誑門下哉？

士君子澡心浴德，要使咳唾爲玉，便溺皆香，纔見工夫圓滿。若靈臺中有一點汚濁，便如瓜蒂、藜蘆入胃，不嘔吐盡不止，豈可使一刻容留此中耶？

夫如是，然後溷廁可沈，緇泥可人。

與其抑暴戾之氣，不若養和平之心；與其裁既溢之恩，不若絕分外之望；與其爲後事之厚，不若施先事之薄；與其服延年之藥，不若守保身之方。

猥繁拂逆，生厭惡心，奮寧耐之力；柔豔芳濃，生沾惹心，奮跳脫之力；推挽衝突，生隨遂心，奮執持之力；長途末路，生衰歇心，奮鼓舞之力；急遽疲勞，生苟且心，奮敬慎之力。

進道人德莫要於有恒。有恒則不必欲速，不必助長，優優漸漸自到神聖地位。故天道只是箇恒。每日定準是三百六十五度四分度之一，分毫不損不加，流行不緩不急，而萬古常存，萬物得所。只無恒了，萬事都成不得。余最坐此病。古人云：有勤心無遠道。只有人勝道，無道勝人之理。

士君子只求四真：真心、真口、真耳、真眼。真心，無妄念；真口，無雜語；真耳，無邪聞；真眼，無錯識。

愚者人笑之，聰明者人疑之。聰明而愚，其大智也。夫詩云：靡哲不愚。則知不愚非哲也。

以精到之識，用堅持之心，運精進之力，便是金石可穿，豚魚可格，更有甚麼難做之事功？難造之聖神？士君子碌碌一生，百事無成，只是無志。

其有善而彰者，必其有惡而揜者也。君子不彰善以損德，不揜惡以長慝。

余日日有過，然自信過發吾心，如清水之魚，纔發即見，小發即覺，所以卒不得遂其豪悍，至流浪不可收拾者，胸中是非，原先有以照之也。所以常發者何也？只是心不存，養不定。

纔爲不善，怕汚了名兒，此是徇外心，苟可瞞人，還是要做。纔爲不善，怕汚了身子，此是爲己心，即人不知，或爲人疑謗，都不照管。是故欺大庭易，欺屋漏難；欺屋漏易，欺方寸難。

吾輩終日不長進處，只是箇怨尤兩字，全不反己。聖賢學問，只是箇自責自盡，自責自盡之道原無邊界，亦無盡頭。若完了自家分數，還要聽其在天在人，不敢怨尤。況自家舉動又多鬼責人非底罪過，卻敢怨尤耶？以是知自責自盡底人，決不怨尤，怨尤底人決不肯自責自盡。吾輩不可不自家一照看，纔照看，便知天人待我原不薄，只是我多慚負處。

果是瑚璉，人不忍以盛腐殘；果是荼蓼，人不肯以薦宗祊。履也，人不肯以加諸首；冠也，人不忍以藉其足。物猶然，而況於人乎？榮辱在所自樹，無以致之，何由及之？此自修者所當知也。

無以小事動聲色，褻大人之體。

立身行己，服人甚難也。要看甚麼人不服。若中道君子不服，當蚤夜省惕。其意見不同，性術各別，志向相反者，只要求我一箇是，也不須與他別自理會。

其惡惡不嚴者，必有惡於己者也；其好善不亟者，必無善於己者也。仁人之好善也，不啻口出；其惡惡也，迸諸四夷不與同中國。孟子曰：無羞惡之心，非人也。則惡惡亦君子所不免者。但恐爲己私，作惡在他人，非可惡耳。若民之所惡而不惡，謂爲民之父母，可乎？

世人糊塗，只是抵死沒自家不是，卻不自想，我是堯、舜乎？果是堯、舜，真是沒一毫不是。我若是湯、武，未反之前也有分毫錯悞，如何盛氣拒人，巧言飾己，再不認一分過差耶？

懶散二字，立身之賊也。千德萬業，日怠廢而無成；千罪萬惡，日橫恣而無制，皆此二字爲之。西晉讌禮法而樂豪放，病本正在此。安肆日偷，安肆懶散之謂也，此聖賢之大戒也。甚麼降伏得此二字？曰：勤慎。勤慎者，敬之謂也。

不難天下相忘，只怕一人竊笑。夫舉世之不聞道也久矣，而聞道者未必無人。苟爲聞道者所知，雖一世非之可也；苟爲聞道者所笑，雖天下是之，終非純正之學。故曰：衆皆悅之，其爲士者笑之，有識之君子，必不以衆悅博一笑也。

以聖賢之道教人易，以聖賢之道治人難；以聖賢之道出口易，以聖賢之道躬行難；以聖賢之道奮始易，以聖賢之道克終難；以聖賢之道當人易，以聖賢之道慎獨難；以聖賢之道口耳易，以聖賢之道心得難；以聖賢之道處常易，以聖賢之道處變難。過此六難，真到聖賢地步。區區六易，豈不君子路上人？終不得謂篤實之士也。

山西臬司書齋，余新置一榻，銘於其上，左曰：爾酣餘夢，得無有宵征露宿者乎？爾炙重衾，得無有抱肩裂膚者乎？古之人臥八埏於襁褓，置萬姓于衽席，而後爽然得一夕之安。嗚呼！古之人亦人也夫？古之民亦民

也夫？右曰：獨室不觸慾，君子所以養精；獨處不交言，君子所以養氣；獨魂不着礙，君子所以養神；獨寢不媿衾，君子所以養德。

慎者之有餘，足以及人；不慎者之所積，不能保身。

近世料度人意，常向不好邊說去，固是衰世人心無忠厚之意。然士君子不可不自責。若是素行孚人，便是別念頭，人亦向好邊料度，何者？所以自立者，足信也。是故君子慎所以立。

人不自愛，則無所不爲；過於自愛，則一無可爲。自愛者，先占名，實利於天下國家，而迹不足以白其心則不爲；自愛者，先占利，有利於天下國家，而有損於富貴利達則不爲。上之者即不爲富貴利達，而有累於身家妻子則不爲。天下事，待其名利兩全而後爲之，則所爲者無幾矣。

與其喜聞人之過，不若喜聞己之過；與其樂道己之善，不若樂道人之善。

要非人，先要認的自家是箇甚麽人；要認的自家，先看古人是箇甚麽人。

口之罪大於百體，一進去百川灌不滿，一出來萬馬追不回。

家長不能令人敬，則教令不行；不能令人愛，則心志不孚。

自心得者，尚不能必其身體力行，自耳目入者，欲其勉從而強改焉，萬萬其難矣。故三達德不恃知也，而又欲其仁；不恃仁也，而又欲其勇。

合下作人，自有作人道理，不爲別箇。

認得真了，便要不俟終日，坐以待旦，成功而後止。人生惟有說話是第一難事。

或問修己之道，曰：無鮮克有終。問治人之道，曰：無忿疾於頑。

人生天地間，要做有益於世底人。縱沒這心腸，這本事，也休作有損於世底人。

說話如作文字，字在心頭打點過，是心爲草稿而口謄真也，猶不能無過。而況由易之言，真是病狂喪心者。

心不堅確，志不奮揚，力不勇猛，而欲徙義改過，雖千悔萬悔，竟無補於分毫。

人到自家沒奈自家何時，便可慟哭。

福莫美於安常，禍莫危於盛滿。天地間萬物萬事，未有盛滿而不衰者也。而盛滿各有分量，惟智者能知之。是故屈以一勺爲盛滿，甕以數石爲盛滿。有甕之容，而懷勺之懼，則慶有餘矣。

禍福是氣運，善惡是人事。理常相應，類亦相求。若執福善禍淫之說，而使之不爽，則爲善之心衰矣。大段氣運只是偶然，故善獲福淫獲禍者半，善獲禍淫獲福者亦半，不善不淫而獲禍獲福者亦半，人事只是箇當然。善者獲福，吾非爲福而修善；淫者獲禍，吾非爲禍而改淫。善獲禍而淫獲福，吾寧善而處禍，不肯淫而要福。是故君子論天道不言禍福，論人事不言利害。自吾性分當爲之外，皆不庸心，其言禍福利害，爲世教發也。

自天子以至於庶人，未有無所畏而不亡者也。天子者，上畏天，下畏民，畏言官於一時，畏史官於後世。百官畏君，群吏畏長吏，百姓畏上，君子畏公議，小人畏刑，子弟畏父兄，卑幼畏家長。畏則不敢肆而德以成，無畏則從其所欲而及於禍。

非生知，安行之？聖人未有無所畏而能成其德者也。

物忌全盛，事忌全美，人忌全名。是故天地有欠缺之體，聖賢無快足之心。而況瓌屑群氓，不安淺薄之分而欲滿其難厭之欲，豈不安哉？是以君子見益而思損，持滿而思溢，不敢恣無涯之望。

靜定後看自家是甚麽一箇人。

少年大病，第一怕是氣高。

余參政東藩日，異年友張督糧臨碧在座。余以朱判封，筆濃字大。臨碧曰：可惜！可惜！余擊筆舉手：年兄此一念，天下受其福矣。判筆一字，所費絲毫硃耳，積日積歲，省費不知幾萬倍。克用硃之心，萬事皆然。天下各衙門積日積歲省費又不知幾萬倍。且心不侈然自放，足以養德；財不侈然浪費，足以養福。不但天物不宜暴殄，民膏不宜慢棄而已。夫事有重於費者，過費不爲奢；省有不廢事者，過省不爲吝。余在撫院日，不儉於紙，而戒示吏書，片紙皆使有用。比見富貴家子弟，用財貨如泥沙，長餘之惠既不及人，有用之物皆棄於地，胸中無不忍一念，口中無可惜兩字。人或勸之。則曰：所值幾何？余嘗號爲溝壑之鬼，而彼方侈然自快，以爲大手段，不小家勢。痛哉！兒曹志之。

言語不到千該萬該，再休開口。

令人苦不肯謙，只要拿得架子定，以爲存體。夫子告子張從政，以無小

大、無衆寡、無敢慢爲不驕，而周公爲相，吐握下白屋，甚者父師有道之君，子不知損了甚體？若名分所在，自是貶損不得。

過寬殺人，過美殺身。是以君子不縱民情以全之也，不盈己欲以生之也。

閨門之事可傳，而後知君子之家法矣；近習之人起敬，而後知君子之身法矣。其作用處，只是無不敬。

宋儒紛紛聚訟語，且莫理會，只理會自家何等簡徑。

各自責，則天清地寧；各相責，則天翻地覆。

不逐物是大雄力量，學者第一工夫全在這裏做。

手容恭，足容重，頭容直，口容止，坐如尸，立如齋，儼若思。目無狂視，耳無傾聽，此外景也。外景是整齊嚴肅，內景是齋莊中正，未有不整齊嚴肅而能齋莊中正者。故檢束五官百體，只爲收攝此心。此心若從容和順於禮法之中，則曲肱指掌，浴沂行歌，吟風弄月，隨柳傍花，何適不可？所謂登彼岸無所事筏也。

天地位，萬物育，幾千年有一會，幾百年有一會，幾十年有一會。故天地之中和甚難。

敬對肆而言。敬是一步一步收斂向內，收斂至無內處，發出來自然暢四肢，發事業，彌漫六合。肆是一步一步放縱外面去，肆之流禍，不言可知。所以千古聖人，只一敬字爲允執的關捩子。堯欽明允恭，舜溫恭允塞，禹之安汝止，湯之聖敬日躋，文之懿恭，武之敬勝，孔子之恭而安。講學家不講這箇，不知怎麼做工夫。

竊嘆近來世道，在上者積寬成柔，積柔成怯，積怯成畏，積畏成廢；在下者積慢成驕，積驕成怨，積怨成橫，積橫成敢。吾不知此時治體，當何如反也？體面二字，法度之賊也。體面重，法度輕，法度弛，紀綱壞。昔也病在法度，今也病在紀綱。名分者，紀綱之大物也。今也在朝小臣藐大臣，在邊軍士輕主帥，在家子婦簒父母，在學校弟子慢師，後進凌先進，在鄉里卑幼軋尊長，惟貪肆是恣，不知禮法爲何物。漸不可長，今已長矣。極之必亂，必亡。勢已重矣，反已難矣。無識者猶然，甚之，奈何？

禍福者，天司之；榮辱者，君司之；毀譽者，人司之；善惡者，我司之。我只理會我司，別箇都莫照管。

吾人終日最不可悠悠蕩蕩作空軀殼。

業有不得不廢時。至於德，則自有知以至無知時，不可一息斷進修之功也。

清無事澄，濁降則自清；禮無事復，己克則自復。去了病便是好人，去了雲便是晴天。

七尺之軀，戴天履地，抵死不屈於人。乃自落草，以至蓋棺，降志辱身，奉承物欲，不啻奴隸。到那魂升於天之上，見那維皇上帝，有何顏面？媿死！媿死！

受不得誣謗，只是無識度。除是當罪臨刑，不得含冤而死，須是辨明。若汚衊名行，閑言長語，愈辨則愈加，徒自憤懣耳。不若付之忘言，久則明也得，不明也得，自有天在耳。

作一節之士，也要成章。不成章便是苗而不秀。

不患無人所共知之顯名，而患有人所不知之隱惡。顯名雖着遠邇，而隱惡獲罪神明。省躬者懼之。

蹈邪僻，則肆志抗顏，畧無所顧忌；由義禮，則羞頭愧面，若無以自容。此愚不肖之恒態，而士君子之大恥也。

物欲生於氣質。

**《典故紀聞・養以中和自可延年》** 太祖聞公侯中有好神仙者，論之曰：神仙之術以養生爲說，又繆爲不死之藥以欺人，故前代帝王及大臣多好之，然卒無驗，且有服藥以喪其身者。蓋由富貴之極，惟恐一旦身歿，不能久享其樂，是以一心好之。假使其術信然，可以長生，何故四海之內，千百年間，會無一人得其術而久住於世者？若謂神仙混物，非凡人所能識，此乃欺世之言，初不可信。人能懲忿窒欲，養以中和，自可延年。有善足稱，名垂不朽，雖死猶生，何必枯坐服藥，以求不死？況萬無此理，當痛絕之。

**《壽世青編・養肺說》** 肺者，藏之長也，心之華蓋也，其藏魄，其主氣，統領一身之氣者也。經曰：有所失亡，所求不得，則發肺鳴，鳴則肺熱葉焦。充之則耐寒暑，傷之則百邪易侵，隨事痿矣。故怒則氣上，喜則氣緩，悲則氣消，恐則氣下，驚則氣亂，勞則氣耗，思則氣結，七情之害皆氣主之也。直養無害，而後得其所以浩然者，天地可塞，人之氣與天地之氣可一也。道氣可配，人之氣與天(也)〔地〕之氣可通也。先王以至日閉關，養其微也。慎

言語，節飲食，防其耗也。

**《壽世青編・養腎說》** 腎者，先天之本，藏精與志之宅也。仙經曰：借問如何是立牝，嬰兒初生先兩腎。又曰：玄牝之門，是爲天地根。是故人未有此身，先生兩腎，蓋嬰兒未成，先結胞胎，其象中空，一竅透，起形如蓮蓬。一竅即臍帶，蓮蓬即兩腎也，爲五藏六府之本，十二脈之根，呼吸之主，三焦之原。人資以爲始，豈非天地之根乎，而命寓焉者。故又曰：命門天一生水，故曰坎水。夫人欲念一起，熾若炎火，水火相克，則水熱火寒，而靈臺之焰藉此以滅矣。便水先枯涸，而木無所養，則肝病。火炎則土燥而脾敗，脾敗則肺金無資，欬嗽之症成矣。所謂五行受傷，大本已去，欲求長生，豈可得乎！《莊子》曰：人之大可畏者，衽席之間不知戒者故也。養生之要，首先寡欲。嗟乎！元氣有限，清欲無窮。《內經》曰：以酒無漿，以妄爲常，醉以入房，以竭其精，此當戒也。然人之有欲，如樹之蠹，蠹甚則有木折，欲熾則身亡。仙經曰：無勞爾形，無搖爾精，無使爾思慮營營，可以長生。智者鑒之。

**《壽世青編・養脾說》** 脾者，後天之本，人身之倉稟也。脾應中宮之土，土爲萬物之母。如嬰兒初生，一日不再食則飢，七日不食則腸胃涸絕而死。經曰：安穀則昌，絕穀則亡。蓋穀氣入胃，灑陳六府而氣至和，調五藏而血生，而人資以爲生者也。然上惡濕而喜燥，飲不可過，過則濕而不健；食不可過，過則壅滯而難化，病由自生矣。故飲食所以養生，而貪嚼無厭，亦能害生。《物理論》曰：穀氣勝元氣，其人肥而不壽。養性之術，常令穀氣少則病不生。穀氣且然，矧五味饜飫爲五內害乎！甚而廣搜珍錯，爭尚新奇，恐其性味良毒，與人藏府宜忌，尤未可曉。故西方聖人使我戒殺茹素，本無異道。人能戒殺則性慈而善念舉，茹素則心清而腸胃厚。無嗔無貪，罔不由此。外攻禽獸肉食，穀者宜人，不可不慎。

**《壽世青編・養肝說》** 夫肝者，魂之處也，其竅在目，其位在震，通於春氣，主春升發動之令也。然未能動風，故經曰：諸風掉眩，皆屬於肝。又曰：陽氣者，煩勞則張，精絕辟積於夏，使人煎厥。設氣方升，而煩勞太過，則氣張於外，精絕於內。春令邪辟之氣積久不散，至夏未痊，則火旺而真陰如煎，火炎而虛氣逆上，故曰前厥。按《脈解論》曰：肝氣失治，善怒者名曰煎厥。戒怒養陽，使生生之氣相生於無窮。又曰：大怒則形氣絕，而血菀於上，使人薄厥。菀，結也。怒氣傷肝，肝爲血海，怒則氣上，氣逆則絕，所以血菀上焦，相迫曰薄，氣逆曰厥，氣血俱亂，故爲薄厥。積於上者，勢必厥而吐也。薄厥者，氣血之多而盛者也。所以肝藏血，血和則體澤，血衰則枯槁。故養肝之要任乎戒忿，是攝生之第一法也。

**《壽世青編・養心說》** 夫心者，萬法之宗，一身之主，生死之本，善惡之源，與天地而可通，爲神明之主宰，而病否之所由係也。蓋一念萌動於中，六識流轉於外，不趨乎善，則五內顛倒，大疾纏身。若夫達士則不然，一真澄湛，萬禍消除。老子曰：夫人神好清而心擾之，人心好靜而欲牽之。常能遣其欲而心自靜，澄其心而神自清，自然六欲不生，三毒消滅。孟子曰：養心莫善於寡欲。所以妄想一病，神仙莫醫。正心之人，鬼神亦憚，養與不養故也。目無妄視，耳無妄聽，口無妄言，心無妄動。貪嗔癡愛，是非人我，一切放下。未事不可先迎，遇事不宜過擾。既事不可留住，聽其自來，應以自然，信其自去，忿懥恐懼，好樂憂患，皆得其正，此養之法也。

**《壽世青編・林鑒堂安心詩》** 我有靈丹一小錠，能醫四海羣迷病。此兒吞下體安然，管取延年兼接命。

安心心法有誰知，却把無形妙藥醫。醫得此心能不病，翻身跳入太虛時。

念雜由來業障多，憧憧擾擾竟如何？驅魔自有立微訣，引入堯天安樂窩。

人有二心方顯念，念無二心始爲人。人心無二渾無念，念絕悠然見太清。

這也了時那也了，紛紛攘攘皆分曉。雪開萬里見青光，明月一輪圓皎皎。

四海遨遊養浩然，心連碧水水連天。津頭自有漁郎問，洞裏桃花日日鮮。

《性理》曰：夫人之心，皆明鏡也。聖人特不塵之耳。夫人之心，皆止水也，聖人特不波之耳。又朱晦菴曰：學者常要提醒此心，惺惺不昧，如日中天，羣邪自息，同一旨也。

# 綜述

**《藝文類聚・養生》**《易》曰：天地之大德曰生。

文子曰：太上養神，其次養形，神清意平，百節皆寧，養生之本也。肥肌膚，充腸胃，閉嗜慾，養生之末也。

《莊子》曰：吹吁呼吸，吐故納新。此導引之士，養形之人也。彭祖壽考者之所好也。

《韓子》曰：神不注於外則身全，身全之謂得，得者得身也。

《華佗別傳》曰：佗嘗語吳普，人體欲得勞動，但不當自使極爾。體常動搖，穀氣得清，血脈流通，疾則不生，卿見戶樞，雖用易腐之木，朝暮開閉動搖，遂最晚朽，是以古之仙者，赤松彭祖之爲導引，蓋取於此也。

《抱朴子》曰：爾乃咀吸寶華，谷神太清，外珍五耀，內守九精。又曰：城陽郤儉，少時行獵，墮空冢中，飢餓，見冢中先有大龜，數數迴轉，所向無常，張口吞氣，或俛或仰，儉素亦聞龜能導引，乃試隨龜所爲，遂不復飢。百餘日，頗苦極。後人有偶窺冢中，見儉而出之，後竟能咽氣斷穀，魏王召置土室中，閉試之，一年不食，顏色悅澤，氣力自若。晉嵇康《養生論》曰：世或有謂神仙可以學得，不死可以力致者，或云上壽一百二十，古今所同，過此以往，莫非妖妄，此皆兩失其情，粗試論之，夫神仙雖不目見，然記籍所載，前史所傳，較而論之，其有必矣，似持受異氣稟之自然，非積學所能致也。至於導養得理而盡命，上獲千餘歲，下可數百年，而世皆不精，故莫能得之。豆令人重，榆令人瞑，合歡蠲忿，萱草忘憂，愚智所知也。薰辛害目，豚魚不養，常世所識也。蝨處頭而黑，麝食柏而香，鼠處險而瘦，齒居晉而黃，推此而言，凡所食之所，蒸性染身，莫不相應，豈唯蒸之使重而無使輕，害之使闇而無使明，染之使黃而無使堅哉？故神農曰：上藥養命，中藥養性者，誠知性命之理，因輔養以通也。

**《千金要方・食治方・序論》**仲景曰：人體平和，惟須好將養，勿妄服藥。藥勢偏有所助，令人藏氣不平，易受外患。夫含氣之類，未有不資食以存生，而不知食之有成敗。百姓日用而不知，水火至近而難識。余慨其如此，聊因筆墨之暇，撰《五味損益食治篇》，以啓童稚。庶勤而行之，有如影響耳。

《河東衛汎記》曰：扁鵲云：人之所依者，形也；亂於和氣者，病也。理於煩毒者，藥也，濟命扶危者，醫也。安身之本，必資於食；救疾之速，必憑於藥。不知食宜者，不足以存生也；不明藥忌者，不能以除病也。斯之二事，有靈之所要也。若忽而不學，誠可悲夫！是故食能排邪而安藏腑，悅神爽志以資血氣。若能用食平痾釋情遣疾者，可謂良工。長年餌老之奇法，極養生之術也。夫爲醫者，當須先洞曉病源，知其所犯，以食治之。食療不愈，然後命藥。藥性剛烈，猶若御兵。兵之猛暴，豈容妄發。發用乖宜，損傷處衆，藥之投疾，殃濫亦然。高平王熙稱：食不欲雜，雜則或有所犯，有所犯者，或有所傷，或當時雖無災苦，損久爲人作患。又食嗽鮭肴，務令簡少。魚肉果實，取益人者而食之。凡常飲食，每令節儉。若貪味多餐，臨盤大飽，食訖覺腹中彭亨短氣，或致暴疾，仍爲霍亂。又夏至以後迄至秋分，必須慎肥膩、餅臛、酥油之屬，此物與酒漿、瓜果理極相妨。夫身所以多疾者，皆由春夏取冷太過，飲食不節故也。又魚鱠諸腥冷之物，多損於人，斷之益善。乳酪、酥等常食之，令人有筋力膽幹，肌體潤澤。卒多食之，亦令臚脹泄利，漸漸自已。

黃帝曰：五味入於口也，各有所走，各有所病。酸走筋，多食酸令人癢，不知何以然？少俞曰：酸入胃也，其氣濇以收也。上走兩膲，兩膲之氣濇，不能出入，不出即流於胃中。胃中和溫，即下注膀胱，膀胱走胞，胞薄以夾，得酸則縮卷，約而不通，水道不利，故癢也。陰者，積筋之所終聚也，故酸入胃走於筋也。鹹走血，多食鹹令人渴，何也？答曰：鹹入胃也，其氣走中膲，注於諸脈。脈者，血之所走也，與鹹相得即血凝，凝則胃中汁泣，汁泣則胃中乾渴。《甲乙》云：凝則胃中汁注之，注之則胃中竭。渴則咽路焦，焦故舌乾喜渴。血脈者，中焦之道也。故鹹入胃走於血。皇甫士安云：腎合三膲血脈，雖屬肝、心，而爲中膲之道。故鹹入而走也。

辛走氣，多食辛令人慍心，何也？答曰：辛入胃也。其氣走於上膲，上膲者受使諸氣，而營諸陽者也。薑韭之氣熏至榮衛，榮衛不時受之，卻溜於心下，故慍慍痛也。辛者與氣俱行，故辛入胃而走氣，與氣俱出，故氣盛也。

苦走骨，多食苦令人變嘔，何也？答曰：苦入胃也，其氣燥而涌泄，五穀之氣皆不勝苦。苦入下脘，下脘者，三膲之道，皆閉則不通，不通故氣變嘔也。齒者骨之所終也，故苦入胃而走骨，入而復出，齒必黧疎。皇甫士安云：水火相濟，故骨氣通於心。

甘走肉，多食甘令人惡心，何也？答曰：甘入胃也，其氣弱劣，不能上進於上膲，而與穀俱留於胃中，甘入則柔緩，柔緩則蚘動，蚘動則令人惡心。其氣外通於肉，故甘走肉則肉多粟起而胝。皇甫士安云：其氣外通於皮，故曰甘入走皮矣。皮者肉之蓋，皮雖屬肺，與肉連體，故甘潤肌肉並於皮也。

黃帝問曰：穀之五味所主，可得聞乎？伯高對曰：夫食風者則有靈而輕舉，食氣者則和靜而延壽，食穀者則有智而勞神，食草者則愚癡而多力，食肉者則勇猛而多嗔。是以肝木青色宜酸，心火赤色宜苦，脾土黃色宜甘，肺金白色宜辛，腎水黑色宜鹹。內爲五藏，外主五行，色配五方。

五藏所合法，肝合筋，其榮爪，心合脈，其榮色，脾合肉，其榮脣，肺合皮，其榮毛，腎合骨，其榮髮。

五藏不可食忌法：多食酸則皮槁而毛夭，多食苦則筋急而爪枯，多食甘則骨痛而髮落，多食辛則肉胝而脣褰，多食鹹則脈凝泣而色變。

五藏所宜食法：肝病宜食麻、犬肉、李、韭，心病宜食麥、羊肉、杏、薤，脾病宜食稷米、牛肉、棗、葵，肺病宜食黃黍、雞肉、桃、薤，腎病宜食大豆黃卷、豕肉、栗、藿。《素問》云：肝色青，宜食甘，粳米、牛肉、棗、葵皆甘。心色赤，宜食酸，小豆、犬肉、李、韭皆酸。肺色白，宜食苦，麥、羊肉、杏、薤皆苦。脾色黃，宜食鹹，大豆、豕肉、栗、藿皆鹹。腎色黑，宜食辛，黃黍、雞肉、桃、薤皆辛。

五味動病法：酸走筋，筋病勿食酸。苦走骨，骨病勿食苦。甘走肉，肉病勿食甘。辛走氣，氣病勿食辛。鹹走血，血病勿食鹹。

五味所配法：米飯甘，《素問》云：粳米甘。麻酸，《素問》云：小豆酸。大豆鹹，麥苦，黃黍辛，棗甘，李酸，栗鹹，杏苦，桃辛，牛甘，犬酸，豕鹹，羊苦，雞辛，葵甘，韭酸，藿鹹，薤苦，薤辛。

五藏病五味對治法：肝苦急，急食甘以緩之。肝欲散，急食辛以散之，用酸瀉之，禁當風。心苦緩，急食酸以收之。心欲耎，急食鹹以耎之，用甘瀉之，禁溫食厚衣。脾苦濕，急食苦以燥之。脾欲緩，急食甘以緩之，用苦瀉之，禁溫食飽食，濕地濡衣。肺苦氣上逆息者，急食苦以泄之。肺欲收，急食酸以收之，用辛瀉之，禁無寒飲食、寒衣。腎苦燥，急食辛以潤之，開腠理，潤致津液通氣也。腎欲堅，急食苦以結之，用鹹瀉之，無犯焠熯，無熱衣溫食。是以毒藥攻邪，五穀爲養，五肉爲益，五果爲助，五菜爲充。精以食氣，氣養精以榮色，形以食味，味養形以生力，此之謂也。神藏有五，五五二十五種。形藏有四方、四時、四季、四肢，共爲五九四十五，以此輔神，可長生久親也。精順五氣以爲靈也，若食氣相惡，則傷精也。形受味以成也，若食味不調，則損形也。是以聖人先用食禁以存性，後制藥以防命也。故形不足者，溫之以氣；精不足者，補之以味。氣味溫補，以存形精。岐伯云：陽爲氣，陰爲味，味歸形，形歸氣，氣歸精，精歸化。精食氣，形食味。化生精，氣生形。味傷形，氣傷精。精化爲氣，氣傷於味。陰味出下竅，陽氣出上竅。味厚者爲陰，味薄得爲陰之陽；氣厚者爲陽，氣薄者爲陽之陰。味厚則泄，薄則通流。氣薄則發泄，厚則秘塞。《素問》作發熱。壯火之氣衰，少火之氣壯。壯火食氣，氣食少火。壯火散氣，少火生氣。味辛甘發散爲陽，酸苦湧泄爲陰。陰勝則陽病，陽勝則陰病。陰陽調和，人則平安。春七十二日省酸增甘，以養脾氣，夏七十二日省苦增辛，以養肺氣；秋七十二日省辛增酸，以養肝氣；冬七十二日，省鹹增苦，以養心氣；季月各十八日省甘增鹹，以養腎氣。

**《太平御覽・道部・養生》**《太平經》曰：養生之道，安身養氣，不欲喜怒也。人無憂，故自壽也。

又曰：一者數之始也，生之道也，元氣所起也，天之大綱也，故守而思一也。子欲養老，守一最壽。平氣徐臥，與一相守，氣若泉源，其身何咎？是謂真寶，老衰自去。

又曰：古者三皇之時，人皆氣清，深知天地之至情，故悉學真道，乃復得天地之公。求道之法，靜爲基先。心神已明，與道爲一。開蒙洞白，類如晝日。不學其道，若處暗室而迷方也。故聖賢惶駭。

《太上經》曰：守一則諦定心源，守靜是存神忘形。定氣通無，道成真降。

《三元真一經》曰：體爲百神，耳者帝君之隱門，目者太乙之日月，鼻者三元之丘山，口者絳宮之朱源，眉者真元之華蓋，髮者明堂之林精，舌者元英之龍輴，齒者胃宮之威力，手者膽神之外援，足者腎元之靈闕，陰極者洞房之

真機也。

又曰：涓子授蘇林守三真一之道，後林復詣涓子寢靜之室，無復之矣。留一紙書，置臥內以與林也。其文曰：五斗三一大帝所秘，精思十二年，三一見相，授子書矣。但有三一，長生不滅，況復守之乎！能守三一，名刊玉札，況與三一相見乎！如存洞房爲上清公，加之三元爲五帝君。後金闕帝君所以乘景迅雲，周行十天者，實由洞房三元真一之道也。世之學者皆尊守一，當令心朴神凝，體專誠感，所以百念不生，精意不散。但有三月內視，注心一神，繫念不散，專氣致和，由朴之至也，得之速也。自朴散真離，華僞並起，爭競亂生，故一不卒感，神不即應。非不欲往存之者不專，思之者不審，故棄積年之功，絕有髣髴耳。三一之法，上清真書之首篇，高上之至道，神仙之津途，衆真之妙訣。子能守一，一亦守子；子能見一，一亦見子。一須身而立，身須一而生。守一之戒，戒於不專，專後不久，久不能精，精不能固，固而不恒，則三一去矣，身爲空宅。

《五符經》曰：知一者，無一不知也；不知一者，無一能知也。一者至貴，無偶之號。必欲長生，三一當明。思一至饑，一與之糧。思一至渴，一與之漿。一能成陰生陽，推行寒暑。其大不可以六合隱，其小不可以毫芒兆。能暇能豫，一乃不去。存一至勤，一能通神。少飲約食，一乃留息。知一不難，難在於終。知真不爲，與不知同。求之不已，登彼玉清也。

又曰：養其氣，所以全其身。

又曰：養氣者，常有少容。

老子曰：道言微深，子未能別。撮其樞略，慎戒勿失。先損諸欲，令人意逸。閑居靜處，精細齋室。丹書萬卷，不如守一。當制念以定志，靜身以安神。寶氣以存血，思慮兼忘。宜想內視則身神並一，靜思期真則衆妙感會。專精積神，不與物雜謂之清；反神服氣，安而不動謂之道。

又曰：善攝生者，陸行不遇兕虎，入軍不披甲兵。兕無所投其角，虎無所措其爪，兵無所容其刃。

《太上真經》曰：一乃無像，求之難得，守之易失。易失由識劣貪欲滯心。廓然無爲，惟在守一。積而未極，皆由漸升。當在三元，諦識神氣，狀貌名字，出入有無。【略】

《八素經》曰：凡學至道，諦定其心，除患清身知變革。慮正身清，然後心定，心定則道成，道成則真降。凡存一守神，要在正化。正化由定心，心定則識清，識清則會於道。

又太極真人曰：古人爲道也，元寂靜清，念真存元。（日）（示）漸引未，歸識源神，知而能見，見而能從；從而能習，習而能堅；堅而能成，成而不居。善人在於天下，如橐籥乎？非與萬物交爭，其德常歸焉，以其謙虛無欲也。欲者凶害之根也，無者天地之元也。莫知其根，莫知其源。聖人者，去欲入無，以輔其身也。

《太乙洞玄真經》曰：兩耳名爲六合之高牕也。

又云：臍中名曰受命之宮也。

又曰：養生之道，耳目爲主。雜視則目闇，廣聽則耳閉。《裴君內傳》曰：夫求道者，要先令目清耳聰爲主也。且耳目是尋真之梯級，綜靈之門戶，得失繫之。仙經曰：養生以不傷爲本，此要言也。

《太清真經》曰：一切含氣，莫不貴生，爲天地之大德，德莫過於長生。長生者，必其外身也，不以身害物，非惟不害而已，乃濟物而忘其身，忘其身而身不忘，是爲善攝生者也。真道養神，神能飛化。

《太上三元經》曰：養生之道，必愛氣存神。不可劇言大呼，使神勞氣損。是以真人道士，常吐納以和六液。

《玄示經》曰：夫形體者，持生之具也，非所以生生也。生生乃以素朴爲體，以氣爲元，以神爲形，此乃生之宮庭也。

以無爲育其神，舒釋玄妙之門，往來無形之間，休息於無隣，此所謂得玄明之生源。又云：外想宜絕，內注玄真，然後長生可保。

《妙真經》曰：道人謀生不謀於名。胸中絕欲，意無所傾。志若流水，居若空城。積守無爲，乃能長生。

《衆真戒》曰：性躁暴者，一身之劇賊，求道之散梯也。用之者真去，改之者道來。每事觸類，皆當柔遲而盡精潔之理，如此，幾乎道也。神者，天地之所馳也。頤神養性，行道氣以度難也，此乃上聖真人達識也。夫爲道者，當行此以載其身。

《太乙帝君經》曰：若能常行九晨照洞房泥丸之法者，檢魂魄制萬邪，清淨行之，以致靈仙之氣降於寢屋，所謂引三光九星，以照百神者也。

《上清列紀》曰：胎閉靜息，內保百神。吞景咽液，飲食自然。身必壽

考，可得陞仙矣。

《太上真人秘要》曰：夫氣者，神明之運清濁之宗處，玄則天清，在人則身存。夫生死虧盈，蓋順乎攝御之間也。《太洞玉經》曰：食玄根之氣者，使人體中清朗，神明入牕，身有日映，面有玉澤。服餌朝液，懸根絕粒，道要於金醴，事妙於冰玉。所謂吐納自然之和，御九精之靈氣者也。

《抱朴子》曰：長生之要，在乎還年之道也，延年除病其次焉。有不以自伐，若年尚少壯而知還年，陰丹以補腦，采七益於長谷者，不服餌藥，亦不失一二百歲。凡傷之道有數焉，才所不逮而困思之，力所不勝而張舉之，深憂重怨，悲哀喜樂，汲汲所欲，戚戚所患，寢息失時，沉醉吐嘔，飽食即臥，跳走喘息，歡呼哭泣，陰陽不交，積傷至盡，乖養性之方。耳不極聽，目不久視，坐不至疲，先寒而衣，先熱而解，不欲極饑而食，食不過飽，不欲極渴而飲，飲不過多，不欲甚勞，不欲多汗及多唾，奔車走馬，極目遠，多食生冷，冬不欲極溫，夏不欲極涼，大寒、大風、大熱、大風大霧不欲冒之，五味不可偏多。凡言傷者，亦不便覺，久則損壽耳。是以善攝生者，臥起有四時之早晚，興居有至和之常制，調利筋骨有偃仰之法，杜疾閑邪有吞吐之術，流衝營胃有補瀉之方，節宣勞逸有與奪之要；忍怒以全陰，抑喜以養陽，然後先服草木以救虧缺，後服金丹以定無窮，長生之理盡於此矣。若有欲決意任懷，自謂達識知命，不泥異端，極情不營久生者，安可告養生之言哉！

《登真隱訣》曰：方諸青童云：人學道亦苦，不學亦苦，二苦之始，乃同爲苦之終則異。爲道者，緑苦得樂；不爲道者徙辛苦而已矣。惟人自生至老，自老至病，獲身至死，其苦甚矣。心腦積罪，生死不絕其難說，況復不終其天之年者哉！此不爲道之苦也。爲道亦苦者，清淨存真，守玄思靈，尋師勞苦，歷試數百，用志不墮，亦苦之至也，此爲道之苦。數十年中，爲苦之理，乃有甚於彼得道之日，乃頓忘此苦，猶百日之饑，一朝而飽，豈復覺向者之餒乏耶？非道則不可。

右英真人曰：夫內接家業以自羈，外綜王事以雜役，此亦道之不專也。夫抱道不行，猶無道也；握寶不用，猶無寶也。

紫微元君曰：疾之所生，生乎念多。邪之所兆，兆於心散。念多則事廣，事廣則累繁。浮泛莫檢，紛紜不息，內煎萬慮，外勞百役，形神斃矣，衆病安得不興。高墉重闕，猶恐寇至，況闢扉去防，自我致寇也。志以無涯傷性，心以爲惡蕩真。形來在眼，聲發入聽。其爲開意屬想，實有增羨。魂者正神，神貴明信。魄者邪鬼，鬼尚狂浮。飛仙之相，觸見必念。慈護之情，遇物斯極。以此爲心，心即道矣。

《九華經》曰：眼者身之鏡，耳者體之牖。視多則鏡昏，聽衆則牖閉。磨鏡決牖，則能徹洞萬虛，耽察絕響。面者神之庭，髮者腦之華。心悲則面焦，腦減則髮衰。所以精氣內喪，丹津損竭。精者體之神，明者身之寶。勞多則精散，營竟則明消。所以老隨氣落，耄已及之。

《真誥》曰：富貴者，破骨之斧鋸，載罪之舟車。適足誨愆要辱，爲伐命之兵，非佳事也。是故，古之高人，覽罪咎之難，豫知富貴之不可享也。遂肥遯長林，栖景名山，欲遠此跡，自求多福，保全至素者也。裴君曰：三關常調，是長生之道也。口爲天關，手爲人關，足爲地關。調則五藏安，安則無病。又存五神，爲體謂兩手兩足頭也。頭相恒青，兩手俱赤，二足常白者，則去仙近矣。昔徐季道學仙於鵠鳴山中，亦時時出市中，道間忽見一人，著皮袴褶，柱桃杖。季道乃拜之。因語季道曰：欲學道者，當中天青詠大歷，踏雙白，偭二赤。此五神之事，其語隱也。大歷，三皇文也。此即大素五神，事別有經品。

《黃老經》曰：士能遺物，乃可議生。生本無邪，爲物所嬰。嬰久易志，志欲外無。能守以道，乃可長生。

《太上太真科》曰：一在人身，鎮定三處。能守三一，動止不忘。三尸自去，九蟲自消。不假藥餌，不須禁防。久視之要，守一爲先。以行師教，授職隨才。依功進位，積善居尊。先揚妙氣，開道後生。

《三皇經》曰：天能守一，覆而不舉。地能守一，靜而能處。岳能守一，不避寒暑。海能守一，流而不還。人能守一，必得真仙。

《昇玄經》曰：道有天法，求之立得。是謂三一之道，當有將軍率兵，斷絕惡道。

《上清玉皇》曰：三真者，兆一身之帝君，百神之元始。變化離合，與真洞虛。微哉難言，非仙不傳。

《太上素虛經》曰：三一者，一身之虛宗，百神之命根，津液之山源，魂精之玉室。是以胃池體方而授物，腦宮圓虛而適真。

《太上經》曰：真人所以貴一爲真者，一而已。一之所契，元氣造化；

一之變通，天地冥合。是以上一爲身之天帝，中一爲絳宮之丹皇，下一爲黃庭之元主。而三之一真，並繞身內二十四氣，以授生生。一於身，上應太微二十四氣，真氣徊和，品物流形。玄神渾分，紫房杳冥。上一真帝之極也，中一真皇之主也，下一真王之妙也。天皇得極，故上成皇極；地皇得主，故上成正一；人皇得妙，故上成衆妙。三皇體真，而守一其真極也，得一而已。

《集仙錄》曰：凡動作、視息、飲食、語言、好惡、是非，人各有。歲月日時，隨其所屬，以定其分，此物理之常數也。身有應敗之患，神有應散之期，命有必盡之勢。夫神在則人，神去則尸。蓋由嗜欲亂心，不能忘色味之適。夫修其道者，在適而無累，和而常通。善惡各報，報應之理，毫釐無失。長生之本，惟善爲基。人生天地間，各成其性。夫氣清者聰明賢達，氣濁者凶虐癡憨，氣剛者高嚴壯烈，氣柔者慈仁淳篤。夫明者伏其性以延命，暗者恣其欲而傷性。性者命之源，命者生之根。勉而脩之，所以營生，以養其性，守神以養其命。人之生也，皆由於神。神鎮則生，神斷則死。所以積氣爲精，積精爲神。故仙者，內求內密則道來；真者，修寂修靜則合真；神者，須積感則(虛)〔靈〕通。常能守一，則仙近矣，則與天地共寄於太無中矣，又能洞虛體無，則太無共寄於寂寥中矣，能洞寂則聽視不聞見，與道冥矣。道者，虛通之至真也；術者，變化之玄伎也。道無形，因術以濟人。人之有虛，因修而契道。道之要者，在深簡易之功；術之秘者，惟藥與氣也。上士服之升爲仙官，中士服之栖集崑崙，下士服之長生人間。於是，太一元君述還丹金液之要，行於世。

又曰：木公、金母者，二氣之祖宗，陰陽之原本，仙真之至宰，造化之元元。凝氣成真，與道合體。且氣之彌綸天地，經營動植，在人爲人，在物爲物。發大蘊，散無窮，生發乎天，而命成乎人。立之者天，行之者道。玄老云：致虛極，守靜篤，萬物將自復。復謂歸常道，而常存也。長久之要者，天保其玄，地守其物，人養其氣。

又曰：商王聞彭祖有道，拜爲大夫。每稱疾，閑居不預政事，服雲母粉、麋鹿角、水精，常有少容，性深靜，不自言。有道士詣問，莫之告。王於掖庭立華屋紫閣，使祖居之，問延年益壽之道。答曰：欲登天上補仙官者，當服元君太一金丹，此道至大。其次當愛精養神，服食草藥，可以長生。其次陰陽運氣，導養屈伸，使百節氣行，關機無滯，此可以無爲病所侵。思神念真，坐忘鍊液，皆可以令人長憂悲哀，傷人也。人情過樂，忿怒不解，汲汲所愛，戚戚所患，寒溫失節，陰陽不交，皆所傷也。男女相感，猶天地相生也，所以導養神氣，使人不失其和。天地晝雜而夜合，一歲三百六十交，故四時均而萬物生，生成不知窮極。所以天不失其動，地不失其和，物不失其生，而能長久也。人不能法天地，而有常減衣絕食，自取死病，愚之甚也。法此修攝節宣之外，則有服元和之氣，得其道則邪不能入，此理身之本也。其餘含景思神，歷歲導引，吞餌服御之事，千七百餘條，及四時首月，責己謝過，臥起早晏之法，可以教初學之士，引進向善之門，漸正其心，而徐息其罪咎，非便能致人得道也。若血脈枯竭，神氣凋敗，豈思神念真而能守之？固未知其益矣。此由凡人，爲道而求其末，不務其本也。

又曰：內不養神，外勞其形。元精漸虛，神氣困竭。而晝長勤服，讀誦經訣，此亦無益也。諸經萬三千首，皆示以始涉之門庭耳。商王具受諸，要行彭祖之永壽，但不能戒壽。若泝流補腦之要，此其難行，有懷棘履刃之危，又非王之所爲也。吾所聞淺薄，道止於此，不足宣傳。人生於世，但養之得宜，至百餘歲，不及此者，皆傷之也。大醉、大喜、大怒、大溫、大寒、大勞、大極，皆傷也；至樂、至憂、至畏、至怖、至撓、至躁、至奢、至淫，皆傷也；甚饑、甚渴、甚思、甚慮，皆傷也；久坐、久立、久臥、久行，皆傷也。寒溫得節，饑飽適宜，無思無爲，惟清惟靜，此可與言修身耳。已得其壽，復養之得宜，則長壽，但要莫傷也。冬溫夏涼，不失四時之和者，所以適身也；美色曼容，不至思欲之感者，所以通神也；車服威儀，知足不求者，所以一其志也；八音五色，不至耽溺者，所以導其心也。凡此之物，本以養人，人之不能斟酌得中，反以爲患。故聖賢垂戒，懼下才者溺之，流蕩忘返，用之失所。故修道之士，皆令禁之，欲以檢制之也。亦猶水火，用之過當反爲害耳。人不知經脈損傷，血氣不足，內理空踈，髓腦不實，體已先病，故爲外物所犯，因風氣酒慾以發之。若本充實，豈有病也？凡遠思羨願，其淫慾耳。

**《太平御覽・方術部・養生》**《易》曰：天地之大德，曰生。

《傳》曰：君子有四時：朝以聽政，晝以訪問，夕以修念，夜以安身。於是節宣其氣，勿使有所壅閉。湫底以露其體，茲心不爽，而昏亂百度。

《老子養生要訣》曰：一人之身，一國之象。胸臆之設，猶宮室也；肢體之位，猶郊境也；骨節之分，猶百川也；腠理之間，猶四衢也。神，猶君

也；血，猶臣也；氣，猶民也。故至人能理其身，亦猶人君能治其國。夫愛其民，所以安其國；愛其氣，所以全其身。民斃即國亡，氣衰即身謝，是以志人上士，當施醫於未病之先，不追修施於既敗之後。故知國難保而易喪，氣難清而易濁。審機權可以安社稷，制嗜慾可以保性命。若能攝生者，當先除六害，然後可以延駐。何名六害？一曰薄名利，二曰禁聲色，三曰廉貨財，四曰損滋味，五曰屏虛妄，六曰除嫉妒。六者若存，則養生之道徒設耳，蓋未見其有益也。雖心希妙理，口念真經，咀嚼英華，呼吸景象，不能補其促矣！誠知。所以保和全真，當須少思、少念、少笑、少言、少喜、少怒、少樂、少愁、少惡、少好、少事、少機。夫多思則神散，多念則心勞，多笑則臟腑上翻，多言則氣海虛脫，多喜則膀胱納客風，多怒則腠理奔浮血，多樂則心神邪蕩，多愁則頭面焦枯，多好則氣智潰溢，多惡則精爽奔騰，多事則筋脈乾急，多機則智慮沉迷。茲乃伐人之生，甚於斤斧；蝕人之性，猛於豺狼。無久行，無久坐，無久立，無久臥，無久視，無久聽。不饑強食則脾勞，不渴強飲則胃脹。體欲常勞，食欲常少，勞勿令過，少勿令虛。冬則朝勿虛，夏則夜勿飽，早起不在雞鳴前，晚起不過日出後。心內澄則真人守其位，氣內定則邪物去其身。行欺詐則神悲，行爭競則神沮。輕侮於人當減算，殺害於物必傷年。修一善則魂神歡，除一惡則魄神喜。魂神欲人生，魄神欲人死。常欲寬泰自居，恬淡自守，則神形安靜，災病不生。仙錄必書其名，死籍必消其咎。養生之理，盡在此矣。至於鍊瓊丹而補腦，化金液以留神，此上真之妙道，非食穀啗血，越分而修之，萬人之中，得者殊少，深可誡焉。

《莊子》曰：善養生若牧羊，視其後者而鞭之。周威公曰：何謂？曰：魯有單豹者，巖居而谷飲，不與民共利，行年七十而猶有嬰兒之色。不幸遇餓虎，殺而食之。有張毅者，高門懸薄，無不走也。行年四十，而有內熱之病以死。豹養其內而虎食其外，毅養其外而病攻其內。此二子者皆不鞭其後者也。

又曰：養形必先之以物，物有餘而形不養者有之矣。有生必先無離形，形不離而生亡者有之矣。其來不能卻，其去不能止也。悲夫！世之人以爲養形足以存生而養形，果不足以存生，則世奚足爲哉！

文子曰：太上養神，其次養形。神清意平。百節皆寧，養生之本也。肥肌膚，充腹腸，開嗜欲，養生之末也。

《韓子》曰：神不注於外則身全，身全之謂得，得者得身也。《呂氏春秋》曰：凡生之長也順之也。使生不順者欲也，故聖人必先適欲。室大則多陰，臺高則多陽。多陰則蹷，多陽則痿，此陰陽不適之患也。是故先王不處大室，不爲高臺，味不衆珍，衣不燀熱。燀熱則理塞，理塞則氣不達。味衆珍則胃充，胃充則中大鞔，中大鞔則氣不達。以此求長生，其可得乎？昔先王之爲苑囿園池也，足以觀望勞形而已矣；其爲宮室臺榭也，足以辟燥備濕而已矣；其爲輿馬衣裘也，足以逸身煖骸而已矣；其爲飲食酏醴也，足以適味充虛而已矣；其爲聲色音樂也，足以安性自娛而已矣。此五音之所以養性也，非好儉而惡費也，節于性也。又曰：天生陰、陽、濕、燥、寒、暑，四時之化，萬物之變，莫不爲利，莫不爲害。聖人察之以便生，故精神安乎形；而年壽長焉。長也者，非短而續也，畢其數也。畢數之務，在去乎害。何謂去害？大甘、大酸、大苦、大辛、大醎五者，充形則生害矣；大喜、大怒、大憂、大恐、大哀五者，接神則生害矣；大寒、大熱、大燥、大濕、大風、大霧六者，動精則生害矣。故凡養生莫若知本，則疾無由至矣。

又曰：湯問伊尹曰：欲取天下，若何？伊尹曰：欲取天下，天下可取，身將先取。凡事之本，必先治身，嗇其大寶。用其新，棄其陳，腠理遂通，精氣日新，邪氣盡去，反其天年，此之謂真人。昔先聖王，成其身而天下成，治其身而天下治。故善響者，不於響於聲，善景者不於景於形。爲天下者，不於天下而於身。詩曰：淑人君子，其儀不忒。其儀不忒，正是四國。言正諸身也。

《淮南子》曰：君子行正氣不行邪氣。內便於性，外合於義。循理而動，不繫於物者，正氣也。溺於滋味，淫於聲色，發於喜怒，不顧後患者，邪氣也。邪與正相傷，欲與性相害，不可兩立，一植一廢，故聖人損欲而從事於性。凡治身養性，節寢處，適飲食，和喜怒，便動靜，而邪氣自不生。豈若憂瘕疵之興，痤疽之發而豫之哉？

又曰：今萬物之來擢拔吾性，攖取吾精，勢若泉源，雖欲勿受，庸可得乎？今夫樹木灌以潦水，疇以肥壤，十人養之，一人拔之，則必無餘蘖。況以一國同伐，雖欲久生，豈可得哉？今盆水在廷，清之終日，未能見眉睫，濁之不過一撓，而不能察方員，人神易濁而難清，猶盆之類也。

又曰：夫水之性清而沙土汨之，人之性安而嗜慾亂之。夫人之所受於

性者，耳目之於聲色也，鼻口之於芳臭也，肌膚之於寒煖也，其情一也。或通於神明，或不免於癡狂者，何也？其所以爲制者異也。是故，神智之淵也，神清則智明。智，心之府也，智公則心平。人莫鑒於沫雨而鑒於止水者，以其靜也；莫窺於生鐵而窺於明鏡者，以其易也。夫惟易且靜，故能形物之情性。由此觀之，神智之爲用大矣。是故虛室生白，吉祥呈焉。

又曰：至人守度循軌，不變其宜，不易其常，直惟修繩，曲因其當。喜怒者道之邪，悲憂者德之失，好憎者心之過，愛惡者性之累。夫大怒破陰，大喜墜陽，薄氣發揚，驚怖爲狂。悲憂多病乃積成，好憎繁禍乃相隨，愛惡深偏乃自至。故心無喜怒，道之正也；心無悲憂，德之至也；好憎不形，虛之至也；無所愛惡，平之至也。能此數者，則通於神明。通於神明者，得其內者也。

《抱朴子內篇》曰：夫大元之山，難知易求。不高不下，不伸不沉。絕險綿邈，崔巍崎嶇。和氣絪縕，童叟並遊，玉井泓瑩，灌溉莫休。百二十官，曹府相由。艮坎列位，玄芝萬採。絳樹特生，其實如珠。金玉嵯峨，醴泉出隅。還年之玉，井其清流。子能脩之，松喬同儔。此一山也，長谷之山。杳杳巍巍，玄靈飄飄。玉屑霏霏，金池紫房。在手其限，愚人競住，至則皆歸。有道志士，登之不哀。抹服黃精，以至天飛。此二山也，古賢之所爲，深於思也。

又曰：凡養生者，欲令多聞而博見，而擇善偏修，一事不足賴也。又患好事之徒，各矜其所長。知玄素之術者，則曰帷房中可以度世矣；明吐納之道者，則曰惟行氣還以延壽矣；知屈伸之法者，則曰惟導引可以老矣；知草木之方者，則曰惟田宅可以無窮矣。學道之不能成就，至偏枯之若此也。

又曰：余祖鴻臚，少時(當)〔嘗〕爲臨(淄)〔沅〕令，云此縣有民家世壽者，或出百歲，或八九十。後(其)〔徙去〕，子孫轉多夭折。他人居其故宅後，亦累世壽考。由此乃覺是宅之所爲，而不知者疑其井水殊乎。乃試掘井左右，得古人埋丹砂數十斛，去井數尺。此丹砂汁，因泉漸入井，是以飲其水而得壽。況乃煉丹砂而服之乎！

又曰：人亦有不病者，各有所制。攝生食不欲飽，眠不欲扇，星下不臥。里語曰：人在世間失一日，如牽牛以詣屠所，每進一步，死轉近也。夫人九泉之下，長夜罔極，始爲螻蟻之根，終與塵埃合體。令人怛然心熱，求生之心何可不至。

《新論》曰：曲陽王根，方七歲。欲與君惠從其學養生、卻老二術。君惠曰：龜鶴補三千歲，以人之才，何乃不如蟲鳥耶？

《白虎通》曰：男子久閉房戶，所以常輔性命也。

《會稽典錄》曰：王充年漸七十歲，作養生之書凡十六篇。

養氣自守，閉明塞聽。愛精自輔，服藥道引。庶幾復道。【略】

嵇康《養生論》曰：養生有五難：名利不滅，此一難也；喜怒不除，此二難也；聲色不去，此三難也；滋味不絕，此四難也；神慮精散，此五難也。五者必存，雖心希難老，口誦至言，咀嚼英華，呼吸太陽，不能不夭其年也；五者無於胸中，則信順日深，玄德日全，不祈喜而自福，不求壽而自延。此養生大理所歸也。

又曰：夫爲稼於湯世，偏有一溉之功者，雖終歸於焦爛，必一溉者後枯。然則一溉之益固不可誣也。而世常謂一怒不足以侵性，一哀不足以傷身，輕而肆之，是猶不識一溉之益，而忘嘉穀於早苗者也。是以君子知形恃神以立，神須形以存，悟生理之易失，知一過之害生。故修性以保神，安心以全身，愛憎不愜於情，憂喜不留於心，泊然無感，而體氣和平；又呼吸吐納，服食輔養，使形神相親，表裏俱濟也。夫種田者，一畝十斛謂之良田，此天下通稱也。不知區種可百餘斛。田、種一也。至於樹養不同，則功收相懸。謂商無十倍之價，農無百斛之望，此守常而不變者也。且豆令人重，榆令人瞑，合歡蠲忿，萱草忘憂，愚智所知也。薑辛害目，豚魚不養，世所識也。蝨處頭而黑，麝食柏而香，頸處險而癭，齒居晉而黃。推此而言，凡所食之氣，蒸性染身，莫不相應。豈惟蒸之使重而無使輕，害之使闇而無使明，薰之使黃而無使堅，芬之使香而無使延哉？

神農曰上藥養命，中藥養性者，誠知性命之理，因輔養以通也。而世人不察，惟五穀是嗜，聲色是躭，目惑玄黃，耳務淫哇，滋味煎其腑臟，醴醪煮其腸胃，香芳腐其骨體，喜怒悖其正氣，思慮消其精神，哀樂殃其平粹。夫以蠢爾之軀，攻之者非一途；易竭之身，而內外受敵，身非木石，其能久乎？

《神仙傳》曰：彭祖云：養壽之道，但莫傷之而已。夫冬溫夏涼，不失四時之和，所以適身也；美色淑姿，安閑性樂，不欣思慾之感，所以通神

也；車服威儀，知足無求，所以一志也；八音五色，以養視聽之懽，所以導心也。凡此皆以養壽，而不能斟酌之者，反以速患。古之智人，恐不才之子不識事宜，流遁不還，破絕其源，故經有上士別牀，中士異被，服藥百過，不如獨臥。色使目盲，聲使耳聾，味令口爽。若能節其宜適，抑揚其通塞者，不減年算，而得其益。凡此之類，譬猶水火，可否失適，反爲害耳。人不知，其經脈損傷，血氣不足，肉骨空疎，髓腦不實，體已先病，故爲外物所犯，因風寒酒色以發之耳。若本充實，豈有病乎？凡遠思強健傷人，憂過悲哀傷人，喜樂過量傷人，忿怒不解傷人，汲汲所願傷人，戚戚所患傷人，寒煖失節傷人，陰陽不交傷人。人所傷者甚衆，而獨責房室，不亦惑哉？男女相成，猶天地相生也。所以道養神氣，使人不失其和。天地得交接之道，故無終竟之限，人失交接之道，故有殘折之期。能避衆傷之事，得陰陽之術，則不死之道也。天地晝離而夜合，一歲三百六十交，精氣和合者有四時，故能生育萬物，不知窮極。人能則之，可以長存；次則有服氣得其道，則邪氣不能入，治身之本要也。其餘歷藏導引之術，及念體中萬神，有含影中形之事，不干心志也。人能愛精養體，服氣鍊神，則萬神自守。其不然者，營衛枯疲，萬神自逝，非思念所留者也。【略】

《博物志》曰：魏武帝問封君達養生之術。君達曰：體欲常勞，食欲常少。勞無過虛，省肥濃，節醎酸，減思慮，損喜怒，除馳逐，慎房室。春夏施瀉，秋冬閉藏。吾常行之有效。

高湛《養生論》曰：王叔和，高平人也。博好經方，洞識攝生之道。嘗謂人曰：食不欲雜，雜則或有所犯。當時或無災患，積久爲人作疾。尋常飲食，每令得所。多飡令人彭亨短氣，或致暴疾。夏至秋分，少食肥膩餅臛之屬，此物與酒食瓜果相妨，當時不必即病，入秋節變，陽消陰長，寒氣總至，多至暴卒，良由涉夏取冷，大過飲食，不節故也。而不達者，皆以病至之日，便謂是受病之始，而不知其所由來者漸矣，豈不惑哉！【略】

《著生論》曰：凡夫著生者，先調元氣。身有四氣，人多不明。四氣之中，各主生死。一曰乾元之氣，化爲精，精反爲氣。精者，運於神。精益則神明，精固則神暢，神暢則生健。若精散則神疲，精竭則神去，神去則死。二曰坤元之氣，化爲血，血復爲氣。氣血者通於內，血壯則體豐，血固則顏盛，顏盛則生合。若血衰則髮變，血敗則腦空，腦空則死。三曰庶氣，庶氣者，二元交氣化爲津，津復爲氣，氣運於生，生託於氣，陰陽動息，滋潤形骸，氣通即生，氣塞則死。四曰穀氣，穀氣者，穀氣也。穀濟於生，終誤於命，食穀味雖生，蘊穀氣還死。精能附血，氣有附生。常使循環，即身永固。乾元之陽，陽居陰位，臍下氣海是也。坤元之陰，陰居陽位，腦中血海是也。生者屬陽，陽貫五臟，喘息之氣是也。死者屬陰，陰納五味，穢惡之氣是也。氣海之氣，以壯精神，以填骨髓。血海之氣，以補肌膚，以流血脈。喘息之氣，以通六腑，以扶四支。穢惡之氣，以亂身神，以腐五臟。

《修養雜訣氣銘》曰：一氣未分，三才同源。清濁既異，元氣各存。天法象我，我法象天。我命在我，不在於天。昧用者夭，善用者延。性和志寂，守一神閑。靈芝在身，不在於山。返一守和，理合玄玄。精極乃明，精極乃靈。氣極乃精，無氣乃冥。因氣而衰，因氣而榮。因氣而死，因氣而生。喜怒亂氣，性情交爭。擁搆成患，神形豈寧？鍊陽消陰，其氣自行。以正遠邪，其患自平。乾坤澄淨，子後午前。閉目平生，掘固冥然。納息廬中，吐息天闕。入息微微，出息綿綿。以意引氣，臟腑迴旋。前後呵之，榮衛通宣。但有不和，遣之踵前。五呵六呵，無疾不蠲。凡欲胎息，道引爲先。經脈不擁，闕節不煩。或如射鵰，側身彎環。或舉腰膝，如蟾半圓。交匝腦後，左旋右旋。勁屐兩足，氣出指端。擺掣四肢，捉搦三關。熱摩尺澤，氣海亦然。叩齒集神，合眸固關。寘心亡形，任意往還。覺氣調勻，擁塞喉間。擁氣則咽，三五相連。轉舌漱入，咽下丹田。以意送之，色聲泊然。一咽三咽，再咽如前。三十六咽，胎息成焉。大道無爲，爲於無爲。不爲無爲，莫若無爲。不思爲思，莫若無思。萬法自然，不假施爲。不寒不煖，不渴不飢。恬淡無爲，以道自怡。妙中之妙，微中之微。懷道君子，銘之佩之。

**《蘇沈内翰良方・續養生論》**鄭子産曰：火烈者人望而畏之，水弱者人狎而玩之。翼奉論六情十二律，其論水火也，曰：北方之情好也，好行貪狼；南方之情惡也，惡行廉正。廉正故爲君子，貪狼故爲小人。予參二人之學，而爲之說曰：火烈而水弱，烈生正，弱生邪。火爲心，水爲腎，故五臟之性，心正而腎邪。腎無不邪者，雖上智之腎亦邪。然上智常不淫者，心之官正，而腎聽命也；心無不正者，雖下愚之心亦正，然下愚常淫者，心不官而腎爲政也。知此，則知鉛汞、龍虎之說矣。何謂鉛？凡氣之謂鉛，或趨或蹶，或呼或吸，或執或擊，凡動物者皆鉛，肺實出納之。肺爲金，爲白虎，故曰

鉛，又曰虎。何爲汞？凡水皆爲汞，唾、涕、膿、血、精、汗、便、利，凡濕者皆汞也。肝實宿藏之，肝爲木，爲青龍，故曰汞，又曰龍。古之真人論內丹曰：五行顛倒術，龍從火內出，五行不順行，虎向水中生。世未有知其說者也。方五行之順行也，則龍出於水，虎出於火，皆死之道也。心不官而腎爲政，聲色外誘，淫邪內發，壬癸之英，下流爲人，或爲腐壞，是汞龍之出於水也。喜、怒、哀、樂皆出於心者也，喜則攖拏隨之，怒則毆擊隨之，哀則擗踴隨之，樂則抃舞隨之，心動於內，而氣應於外，是鉛虎之出於火者也。汞龍之出於水。鉛虎之出於火，有能出於火，有能出於水，而復返者乎？故曰：皆死之道也。真人教之以逆行，龍從火出，虎從水生也。其說若何？孔子曰：思無邪。凡有思皆邪也，而無思則土木也。孰能使有思是而非邪，無思而非土木乎？蓋必有無思之思焉。夫無思之思，端正莊栗，如臨君師，未嘗一念放逸。然卒無所思，如鼠毛兔角，非作故無，本性無故，是謂之戒。戒生定，定則出入息自住。出入息住，則心火不復炎。在《易》爲離。離，麗也，必有所麗。未嘗獨立，而汞其妃也。既不炎上，則從其妃矣。水火合，則壬癸之英上流於腦，而溢於元英。若鼻液而不鹹，非腎出故也，此汞龍之自火出者也。長生之藥，內丹之萌，無過此者矣。陰陽之始交，天一爲水，凡人之始造形皆水也，故五行一曰水；從暖氣而後生，故二曰火；生而後有骨，故三曰木；骨生而日堅，凡物之堅壯者，皆金氣也，故四曰金；骨堅而後生肉焉，土爲肉，故五曰土。人之在母也，母呼亦呼，母吸亦吸，口鼻皆閉而以臍達，故臍者生之根也。汞龍之出於火，流於腦，溢於元英，必歸於根。心火不炎上，必從其妃，是火常在根也。故壬癸之英得火而日堅，達於四肢，浹於肌膚而日壯，究其極，則金剛之體也。此鉛虎之自水出者也，龍虎生而內丹成矣。故曰順行則爲人，逆行則爲道。道則未也，亦可爲長生不死之術矣。

**《醫說・養生脩養調攝》** 養生　皇甫隆遇青牛道士封君達云：體欲常少勞，無過食，去肥醲，節酸鹹，減思慮，損喜怒，謹房室。【略】

世有厄羸而壽考，亦有盛壯而暴亡。若元氣猶存，則厄羸而無害。及其已耗，則盛壯而愈危。是以善養生者，謹起居，節飲食，導引闔節，吐故納新。不得已而用藥，則擇其品之上，性之良，可以久服而無害者，則五臟和平，而壽命長。不善養生者，薄謹節之功，遲吐納之效，厭上藥而用下品伐真氣而助強陽。根本已危，僵仆無日。【略】

養性之術　楊泉《物理論》曰：穀氣勝元氣，其人肥而不壽。元氣勝穀氣，其人瘦而壽。養性之術，常使穀氣少，則病不生矣。

藏精養神　藏精於晦則明，養神於靜則安。晦以蓄用，靜以應動，善蓄者不竭，善應者不窮。此君子修身治人之術，唯性近者，得之易也。

養生偈　閑邪存誠，練氣養精。一存一明，一練一清。清明乃極，丹元乃生。坎離乃交，梨棗乃成。中夜危坐，服此四藥。一藥一至，則極則處。幾費千息，閑之廓然，存之卓然，養之鬱然，練之赫然。守之以一，成之以久。功在一日，何遲之有？【略】

抱朴子十五傷　才不逮強思之，力不勝強舉之，深憂重恚，悲哀憔悴，喜樂過度，汲汲所欲，戚戚所患，久談言笑，寢息失時，挽弓引弩，沉醉嘔吐，飽食即臥，跳走喘乏，歡呼哭泣，陰陽不交。

攝養　薄滋味，省思慮，節嗜慾，戒喜怒，惜元氣，簡言語，輕得失，破憂沮，除妄想，遠好惡，收視聽，勤內顧。

養性　養性之道，欲小勞，但勿大疲，及強所不能堪爾。食欲少而不欲頓，常如飽中飢，飢中飽。善養性者，先飢乃食，先渴乃飲，食後當行，畢，摩腹數百遍。暮臥常習閉口，口開則失氣，邪從外入。屈膝反臥，益人氣力，勝正偃臥。春欲晏臥早起，夏秋欲夜寢早起，冬欲早臥晏起。雖云早起，莫在雞鳴前；雖云晏起，莫在日出後。莫久行、久立、久坐、久臥、久聽、久視。莫強食、莫強酒，飲則不欲多，多則速吐之。養性之士，唾不至遠，行不疾步，耳不極聽，目不極視，坐不久處，立不至疲，臥不至厭。先寒而衣，先熱而解。真常子養生　酒多血氣皆亂，味薄神魂自安，夜漱卻勝朝漱，暮飧不若晨飧。耳鳴直須補腎，目暗必須治肝。節飲自然脾健，少思必定神安。汗出莫當風立，腹空莫放茶穿。

無輕攝養　太平興國九年，太宗謂宰相曰：朕每日所爲，自有常節，辰巳間視事既罷，便即觀書，深夜就寢，五鼓而起。盛暑晝日，亦未嘗寢，乃至飲食亦不過度。行之已久，甚覺有力。凡人食飽，無不昏濁。倘四肢無所運用，更便就枕，血氣凝滯，諸疾自生。欲求清爽，其可得乎？老子曰：我命在我，不在於天。全係人之調適，卿等亦當留意，勿自輕於攝養也。

心腎肝膽　心之神，發乎目，則謂之聽。腎之神，發乎耳，則謂之聽。肝之精，發乎鼻，則謂之嗅。膽之魄，發乎口，則謂之言。故妄視則傷心，妄聽

則傷腎，妄嗅則傷肝，妄言則傷膽。

**《養生類纂・養生部》**總敘養生上

夫人稟二儀之氣，成四大之形，愚智貴賤則別，好養貪生不異。貧迫者力微而不達，富貴者侈傲而難恃。性愚者未悟於全生，識智者或先於名利，自非至真之士，何能保養生之理哉？其有輕薄之倫，亦有矯情冒俗。口誦其事，行已違之。設能行者，不踰晦朔，即希長壽，此亦難矣。是以達人知富貴之驕傲，故屈迹而下人；知名利之敗身，故割情而去欲；知酒色之傷命，故量事而撙節；知喜怒之損性，故豁情以寬心；知思慮之銷神，故損情而內守；知語煩之侵氣，故閉口而忘言；知哀樂之損壽，故抑之而不有；知情欲之竊命，故忍之而不爲。若加之寒溫適時，起居有節，滋味無爽，調息有方，精氣補於泥丸，魂魄守藏，和神保氣，吐故納新，嗜慾無以干其心，邪淫不能惑其性，此則持身之上品，安有不延年者哉！《雲笈七籤》

形者，氣之聚也，氣虛則形羸。神者，精之成也，精虛則神悴。形者，人也，爲萬物之最靈。神者，生也，是天地之大德。最靈者，萬物之首。大德者，爲天地之宗。萬物以停育爲先，天地以清淨是務。故君子養其形而愛其神，敬其人而重其生，莫不稟於自然，從於自在。不過勞其形，不妄役其神。同上

夫人只知養形，不知養神，不知愛神，只知愛身。殊不知形者載神之車也，神去即人死，車敗則馬奔，自然之至理也。同上

五色重而天下爽，珠玉貴而天下勞，幣帛通而天下傾。是故五色者陷目之錐，五音者塞耳之錐，五味者截舌之斧。同上

譙國華陀善養性，弟子廣陵吳普，彭城樊阿，授術於陀。陀嘗語普曰：人體欲得勞動，但不當使極耳。人身常搖動則穀氣消，血脈流通，病不生。譬猶戶樞不朽是也。同上

人所以得全生命者，以元氣屬陽，陽爲榮；以血脈屬陰，陰爲衛。榮衛常流，所以常生矣。亦曰榮衛，榮衛即榮華氣脈，如樹木芳榮也。榮衛臟腑，愛護神氣，得以經營，保於生路。又云：清者爲榮，濁者爲衛。榮行脈中，衛行脈外。晝行於身，夜行於藏，一百刻五十周，至平旦大會兩手寸關尺。陰陽相貫，常流如循其環，始終不絕。絕則人死，流則人生。故當運用調理，愛惜保重，使榮衛周流，神氣不竭，可與天地同壽矣。《元氣論》

樹衰培土，陽衰陰補。含育元氣，慎莫失度。註云：無情莫若木，木至衰朽，即塵土培之，尚得再榮，又見以嫩枝接續老樹，亦得長生，卻爲芳嫩。用意推理，陽衰陰補，是亦宜參。衰陽以少陰補而不失，取其元氣津液，引於我身，即顏復童矣。童女、少女，正氣未散，元和絪一，遇之修煉，其功百倍。切忌自己元氣流奔也。出羅公遠《三峯歌》

人之情性，爲利欲之所敗，如冰雪之曝日，草木之沾霜，皆不移時而消壞矣。冰雪以不消爲體，而盛暑移其真；草木以不凋爲質，而大寒奪其性。人有久視之命，而嗜欲其壽。若能導引盡理，則長罔極。《保聖纂要》

神者，魂也，降於天；鬼者，魄也，經之於地。是以神能服氣，形能食味。氣清則神爽，形勞則魄濁。服氣者綿綿而不死，身飛於天。食味者，混混而徂形，歸於地。理之自然也。同上

專精養神，不爲物雜謂之清。反神服氣，安而不動謂之靜。制念以定志，靜身以安神，保氣以存精。思慮兼忘，冥想內視，則身神並一。身神並一，則近真矣。《仙經》

有者因無而生，形者須神而立，故有爲無之宮，形者神之宅，莫不全宅以安生，修身以養神。若氣散歸空，遊魂爲變。火之於燭，燭靡則火不居；水之於堤，堤壞則水不存。魂勞、神散，氣竭，命終矣。同上

我命在我，不在於天。但愚人不能知此道爲生命之要，所以致百病。風邪者，皆由恣意極情，不知自惜，故虛損生也。譬如枯朽之木，遇風即折；將崩之岸，值水先頹。今若不能服藥，但知愛精節情，亦得一二百年壽也。同上

夫稟氣含靈，惟人爲貴。人所貴者，蓋貴於生。生者，神之本；形者，神之具。神大用則竭，形大勞則弊。若能遊心虛靜，息慮無爲，候元氣於子候，時導引於閑室，攝養無虧，兼餌良藥，則百年耆壽是常分也。如恣意以耽聲色，役智而圖富貴，得喪縈於懷抱，躁撓未能自遣，不拘禮度，飲食無節，如斯之流，寧免夭傷之患也。《養生延年錄序》

人生而命有長短者，非自然也，皆由將身不謹，飲食過差，淫佚無度，忤逆陰陽，魂神不守，精竭命衰，百病萌生，故不終其壽。《養生延命錄》

五穀充飢體而不能益壽，百藥療疾延年而不能甘口。充飢甘口者，俗人之所珍，苦口延年者，道士之所寶。同上

百病横夭，多由飲食之患，多於聲色，聲色可絕之踰。雖飲食不可廢之一日，爲益亦多爲患。同上

體欲常勞，食欲常少。勞無過極，少無過虛。去肥濃，節鹹酸，減思慮，損喜怒，除馳逐，慎房室，武氏行之有效。同上

人受氣雖不知方術，但養之得理，常壽一百二十歲。不得此者，皆傷之也。少復曉道，可得二百四十歲。復微加藥物，可得四百八十歲。同上

養壽之法：但莫傷之而已。夫冬溫夏涼，不失四時之和，所以適身也。重衣厚褥，體不堪苦，以致風寒之疾；厚味脯腊，醉飽厭飫，以致聚結之疾；美色妖麗，賓妾盈房，以致虛損之禍；淫聲哀音，怡心悅耳，以致荒耽之惑，馳騁遊觀，戈獵原野，以致荒狂之失；謀得戰勝，兼弱取亂，以致驕逸之敗。蓋聖賢或失其理也，然養生之具，譬如水火，不可失適，反爲害耳。同上

喜怒損志，哀戚損性，榮華惑德，陰陽竭精，皆學道之大忌，仙法之所疾也。雖還精胎息，僅而補之，內虛已徹，猶非本真。《真誥》

善攝生者，臥起有四時之早晚，興居有至和之常制，筋骨有偃仰之方，閑邪有吞吐之術，流行營衛有補瀉之法，節宣勞逸有與奪之要。忍怒以養陰氣，抑喜以養陽氣，然後先將草木以救虧缺，服金丹以定不窮。養性之道，盡於此矣。《禁忌篇》

食能排邪而安臟腑，神能爽志以資血氣。攝生者氣正則味順，味順則神氣清，神氣清則合真之靈全，靈全則五邪百病不能干也。

故曰：水濁魚瘦，氣昏人病。夫神者生之本，本者生之具。大用則神勞，大勞則神疲也。《攝生月令》

食穀者智惠聰明，食石者肥澤不老，謂練五色食也。食芝者延年不死，食元氣者地不能埋，天不能殺。是故食藥者，與天地相配，日月並列。《神農經》

少不勤行，壯不競時，長而安貧，老而寡欲，閑心勞形，養生之方也。《列子》

或疑者云：始同起於無外，終受氣於陰陽。載形魄於天地，資生長於食息。而有愚、有智、有強、有弱、有壽、有夭。天耶？人耶？鮮者曰：夫形生愚智，天也，強弱壽夭，人也。天道自然，人道自已。始而胎氣充實，生而乳食有餘，長而滋味不足，壯而聲色有節者，強而壽。始而胎氣虛耗，生而乳食不足，長而滋味有餘，壯而聲色自放者，弱而夭。生長全足，加之導養，年未可量。《大有經》

夫神者生之本，形者生之具也。神大用則竭，形大勞則斃，神形早衰，欲與天地長久，非所聞也。故人所以生者神也，神之所託者形也。神形離別則死，死者不可復生，離者不可復返。故乃聖人重之。夫養生之道，有都領大歸，未能具其會者，但思每與俗反，則闇踐勝轍，獲過半之功矣。有心之徒，可不察歟！《太史公司馬論》

世人不終耆壽，咸多夭歿者，皆由不自愛惜，忿爭盡意，邀名射利，聚毒攻神，內傷骨髓，外乏筋肉，血氣將無，經脈便壅，內里空踈，惟招衆疾，正氣日衰，邪氣日盛矣。不異擊滄波以炷爝火，頹華岳而斷涓流。語其易也，其於茲矣。《名醫敘病論》

晝無事者，夜不夢。張道人年百數十，甚翹壯也。云：養性之道，莫久行，久坐、久臥、久聽、莫強食，飲莫大醉，莫大愁憂，莫大夜思，此所謂能中和。能中和者，必久壽也。《慎子》

人生大期，百年爲限，節護之者，可至千歲。如膏之用小炷與大〔炷〕耳。衆人大言而我小語，衆人多煩而我少記，衆人悸暴而我不怒。不以人事累意，不修君臣之義，淡然無爲，神氣自滿，以爲不死之藥，天下莫我知也。無謂幽冥，天知人情；無謂闇昧，神見人形；心言小語，鬼聞人聲；犯禁滿千，地收人形。人爲陽善，正人報之；人爲陰善，鬼神報之。人爲陽惡，正人治之；人爲陰惡，鬼神治之。故天不欺人依以影，地不欺人依以響。《養生延命錄》

氣者身之根也。魚離水必死，人失道豈存？是以保生者，務修於氣，噯氣者，務保於精，精氣兩存，是名保真。《延陵君修養大略》

修身之法，保身之道，因氣養精，因精養神，神不離身乃常健。《太上老君內丹經》

眼多視則貪資，口多言則犯難，身多動則淫賊，心多飾則奢侈。未有用北四多而天下成治者也。《仙傳拾遺》

五色令人目盲，五音令人耳聾，五味令人口爽，馳騁田獵令人心發狂，難得之貨令人行妨。是以聖人爲腹不爲目，故去彼取此。《老子》

道者，氣也。寶氣得道長存。秘者，精也，寶精則神明長生。精者，川脈之川流，守骨之靈神。精去則骨枯，骨枯則死矣。是以爲道者，務寶其精。《太平御覽》

至道之精，窈窈冥冥。至道之極，昏昏默默。無視無聽，抱神以靜，形將自正，必靜必清。無勞汝形，無搖汝精，乃可以長生。目無所見，耳無所聞，心無所知，汝神將守形，形乃長生。《莊子》

聖人休休焉則平易矣，平易則恬惔矣，平易恬惔則憂患不能入，邪氣不能襲。故其德全而神不虧。同上

養志者忘形，養形者忘利，致道者忘心矣。同上

目欲視色，耳欲聽聲，口欲察味，志氣欲盈。人上壽百歲，中壽八十，下壽六十。除病瘦、死喪、憂患，其中開口笑者，一月之中不過四五日而已矣。天與地無窮，人死者有時。操有時之具，而托於無窮之間，忽然無異騏驥之馳過隙也。不能悅其志意，養其壽命者，皆非通道者也。同上

凝心虛形，內觀洞房，抱玄念神，專守真一者，則頭髮不白，禿者更鬢，未有以百思纏胸，寒熱破神，營此官務，當此風塵，口言凶吉之會，身排得失之門，衆憂若是，萬慮若此，雖有真心爲不篤，抱道不行，握寶不用，而自然望頭不白者，亦希聞也。《真誥》

眼者，身之鏡；耳者，體之牖。視多則鏡昏，聽衆則牖閉。面者，神之庭；髮者，齒之華。心悲則面焦，腦減則髮素。所以精元內喪，丹精損竭地也。精者，體之神明，身之寶，勞多則精散，營竟則明消，所以老隨氣落，耄已及之。同上

虛妄者，德之病；華衒者，身之災。滯者失之首，恥者體之籥，遣此四難，然後始可以問道耳。同上

爲道當令三関恒調，是根精固骨之道也。三関者，口爲天関，足爲地関，手爲人関，謂之三関，三関調則五藏安，五藏安則舉身無病。同上

夫可久於其道者，養生也；常可與久遊者，納氣也。氣全則生存，然後能養至。養至則合真，然後能久登。生氣之二域，望養全之寂寂，萬物玄黃，盡假寄耳，豈可不勤之哉！氣全則辟鬼邪，養生則辟百害，入軍不逢甲兵，山行不觸虎兕，此之謂矣。同上

衰年體羸，多爲風寒所乘，當深頤養，晏此無事。上味玄元，栖守絳津。體寐至遠，心研內觀。屏波方累，蕩濯他念，乃始近其門戶耳。苦憂累多端，人事未省。雖復慙靈，空洞存心，淡泊纏綿，亦弗能達也。漁陽田豫曰：人以老馳車輪者，譬猶鐘鳴漏盡，而夜行不休，是罪人也。以此喻老嗜好行，來屑屑，與年少爲黨耳。若今能誓不復行者，則立愈矣。如其不爾，則與年階，可與心共議耶？同上

《禮》年七十懸車。懸車者，以年薄虞淵，如日之亥，體氣就損，神候方落，不可復勞形驅於風塵，役方寸於外物矣。同上

夫學道，唯欲默默養神，閉氣使極，吐氣使微，又不得言語，大呼喚。令人神氣勞損，如此以學，皆非養生也。同上

夫學生之道，當先治病，不使休。有虛邪及血少腦減，津液穢滯也。不先治病，雖服食行氣，無益於身。同上

心欲安靜，慮欲深遠。心安靜則神策生，慮深遠則計謀成。心不欲躁，慮不欲淺。心躁則精神滑，慮淺則百事傾。

全汝形，抱汝生，無使汝思慮營營。若比緒年，或可以及此。言出《亢倉子》。註云：營營，運動不息也。緒，終也。全形抱生，不運思慮。虛心寡寂，道自居之。若此永年，可及此言也。

水之性情，吐者扣之，故不得清；人之性壽，物者扣之，故不得壽。扣，亂也。人性壽者，爲外物所亂，使不終天年。物也者，所以養性也，今代之盛者，多以性養物，則不知輕重也。是故聖人之於聲色滋味也，利於性則（聖）〔取〕之，害於性則損之，此全性之道也。同上

導筋骨則形全，翦情欲則神全，靖言語則福全。同上

夫香美、脆味、厚酒、肥肉，甘口而疾形，曼理、皓齒，悅情而損精。故云：泰甚去泰，身乃無害。《韓非子》

水之性欲清，沙石穢之；人之性欲平，嗜欲害之。唯聖人能遺物反己。《文子》

夫喜怒者，道之衰也；憂悲者，德之失也；好憎者，心之過也，嗜欲，生之累也。人大怒破陰，大喜墜陽，薄氣發暗，驚怖爲狂，憂悲焦心，疾乃成疾。人能除此五者，即合於神明。神明者得其內，得其內者五臟寧，思慮平，耳目聰明，筋骨勁強。同上

學道之人，聊且均調喜怒之情。雖有喜，勿至盪動湛然之性；雖有怒，

勿至結滯浩然之氣。出《耄智餘書》

遣妄情如刀之伐樹，非一斧可倒；求真理如食之充腸，非一口可飽。修道積功，大率如此。同上

灌園所以養蔬也，驅禽所以養果也。養生之士，豈不妒養蔬、養果之人乎？較其理之輕重何如哉？同上

總敘養生中

養生大要：一曰嗇神，二曰愛氣，三曰養形，四曰導引，五曰言語，六曰飲食，七曰房室，八曰反俗，九曰醫藥，十曰禁忌。過此以往，義可略焉。《養生集敘》

人不欲使樂，樂人不壽。但當莫強爲力所不任，舉重引強，掘地苦作，倦而不息，以致筋骨疲竭耳。然勞若勝於逸樂也。能從朝至暮，常有所爲，使之不息乃快。但覺極當息，息復爲之，此與導引無異也。夫流水不腐，戶樞不朽者，以其勞動數故也。飽食不用坐與臥，欲得行步，務作以散之，不爾使人得積聚不消之疾及手足痺躄，面目黧皺，必損年壽也。《養生延命錄》

先除慾以養情，後禁食以存命。是知食胎氣，飲靈元，不死之道，返童還年，此蓋聖人之所重也。《太清中黃真經》

我命在我，保精愛氣，壽無極也。《仙經》

無勞爾形，無搖爾精，歸心靜默，可以長生。同上

一陰一陽謂之道，三元二合謂之丹，泝流補腦謂之還，精化爲氣謂之轉。一轉一易一益，每轉延一紀之壽，九轉延一百八歲。同上

陰陽之道，精液爲寶，謹而守之，後天而老。同上

子欲長生，當由所生之門游處得中，進退得所，動靜以法，去留以度，可以延命而愈疾矣。同上

以金理金，是爲真金。以人理人，是爲真人。人常失道，兼道失人。人常去生，非生去人。要常養神，勿失生道，長使道與生相保，神與生相保，則形神俱久矣。同上

故性命之限，誠有極也。嗜欲之性，固無窮也。以有極之性命，逐無窮之嗜欲，亦自斃之而矣。《元氣論》

德之形爲車，道以氣爲馬，魂以精爲根，鼻以氣爲戶。形勞則德散，氣越則道叛，精銷魂散，氣動魄微，是以靜形愛氣，全精寶視，道德疑密，魂魄固守。《雲笈七籤》

天長生久視，未有不愛精保氣，能致之陰丹。內御之道，世莫得知，雖務於氣，而不解絕情欲，亦未免殃矣。《幻真先生服內元氣訣法》

天地以生成爲德。有生所甚重者，身也，身以安樂爲本。安樂所以致者，以保養爲本，世之人必本其本，則本必固。本既固，疾病何由而生，夭橫何由而至，此攝生之道，無逮於此。夫草木無知，猶假灌溉。矧人爲萬物之靈，豈不資以保養？然保養之義，其理萬計，約而言之，其術有三：一養神，二惜氣，三隄疾。忘情去智，恬憺虛無，離事全真，內外無寄。如是則神不內耗，境不外惑，真一不雜，神自寧矣，此養神也。抱一元之本根，固歸真之精氣，三焦定位，六賊忘形，識界既空，大同斯契，則氣自定矣，此惜氣也。飲食適時，溫涼合度，出處無犯於八邪，寤寐不可以勉強，則身自安矣，此隄疾也。三者甚易行，然人自以謂難行而不肯行，如此雖有長生之法，人罕敦尚，遂至永謝。是以疾病交攻，天和頓失，聖人憫之。《本草衍義總論》

夫安樂之道，在能保養者得之。況招來和氣之藥少，攻決之藥多，不可不察也。是知人之生，須假保養，無犯和氣，以資生命。纔失將護，便致病生，苟或處治乖方，旋見顛越，防患須在閑日。故曰：安不忘危，存不忘亡，此聖人之預戒也。同上

攝養之道，莫若守中，守中則無過與不及之害。經曰：春秋冬夏，四時陰陽，生病起於過用。蓋不適其性而強云爲，逐強處即病生。五臟受氣，蓋有常分，用之過耗，是以病生。善養生者，既無過耗之弊，又能保守真元，何患乎外邪所中也？故善服藥，不若善保養，不善保養，不若善服藥。世有不善保養，又不善服藥，倉卒病生，而歸咎於神天。噫！是亦未常思也，可不謹欤。同上

夫未聞道者，放逸其心，逆於生樂，以精神徇智巧，以憂畏徇得失，以勞苦徇禮節，以身世徇財利，四徇不置心，爲之病矣！極力勞形，澡暴氣逆，當風縱酒，食嗜辛酸，肝爲之病矣。飲食生冷，溫涼失度，久坐久臥，大飽大飢，脾之爲病矣。呼叫過常，辯爭陪答，冒犯寒暄，恣食酸苦，肺之爲病矣。久坐溫地，強力入水，縱歎勞形，三田漏溢，腎之爲病矣。五病既作，故未老而羸，未羸而病，病至則重，重則必斃。嗚呼！是皆弗思而自取之也。衛生之士，須謹此五者，可致終身無苦。經曰：不治已病治未病。正爲此矣。同上

夫善養生者養內，不善養生者養外。養外者，實外以充快，悅澤貪欲，恣情爲務，殊不知外實則內虛也。善養內者，實內使臟腑安和，三焦各守其位，飲食常適其宜。故莊周曰：人之可畏者，衽席飲食之間，而不知爲之戒者過也。若能常如是畏謹，疾病何緣而起？壽考爲得不長？賢者造形而悟，愚者臨病不知，誠可畏也。同上

夫人之生，以氣血爲本，人之病未有不先傷其無血者。世有童男童女，積想在心，思慮過當，多致勞損。男則神色先散，女則月水先閉。何以致然？蓋愁憂思慮則傷心，心傷則血逆竭，血逆竭故神色先散，而月水先閉也。火既受病，不能榮養其子，故不嗜食。脾既虛則金氣虧，故發嗽，嗽既作，水氣絕，故血肢乾。木氣不充，故多怒，鬢髮焦，筋痿俟。五臟傳遍，故卒不能死，然後死矣。同上【略】

夫有四時五行，以長生收藏，以生寒暑燥濕風。人有五藏，化爲五氣，以生喜怒悲憂恐。故喜怒傷氣，寒暑傷形，暴怒傷陰，暴喜傷陽，厥氣上行，滿脈去形，喜怒不節，寒暑過度，生乃不固。故重陰必陽，重陽必陰。故曰：冬傷於寒，春必病溫；春傷於風，夏必洩泄；夏傷於暑，秋必病瘧；秋傷於濕，冬必咳嗽。同上

王充年漸七十，乃作養生之書凡十六篇。養氣自守，閉明塞聰，愛精自補，服藥導引，庶幾獲道。《會稽典錄》

太上養神，其次養形，神清意平，百節皆寧，養生之本也。肥肌膚，充腹湯，開嗜欲，養生之末也。《文子》

神不注於外則身全，全之謂得。得者，得身也。《韓子》

凡生之長也，順之也。使生不順者，欲也。故聖人必先適欲，適節也。室大則多陰，臺高則多陽。多陰則蹇，多陽則痿。蹇者，逆寒疾也，痿躄不能行，此陰陽不適之患也。是故先王不處大室，不爲高臺，味不衆珍，衣不燀熱，熱則理寒，脈(則)〔理〕閉結。理塞則氣不達，味衆珍則胃充，胃充則中大鞕，中大鞕則氣不達。以此求長生，其可得乎？《呂氏春秋》

天生陰陽，寒暑燥濕四時之化，萬物之變，莫不爲利，莫不爲害，聖人察之，以便生故。精神安乎形而年壽長焉。長也者，非短而續之者也，畢其數也。畢數之務，在乎去害。何謂去害？大甘、大酸、大苦、大辛、大鹹，五者充形，則生害矣。大喜、大怒、大憂、大恐、大哀，五者接神，則生害矣。大寒、大熱、大燥、大濕、大風、大霧，六者動精，則生害矣。諸言大者，皆謂過制。故凡養生，莫若知本，則疾無由至矣。同上

勞者，勞於神氣。傷者，傷於形容。飢飽過度則傷脾，思慮過(度)則傷心，色慾過度則傷腎，起居過常則傷肝，喜怒悲愁過度則傷肺。又風寒暑濕則傷於外，飢飽勞役則敗於內。晝感之則病榮，夜感之則病衛。經行內外交運而各從其晝夜，始勞於一，一起爲二，傳於三，三通於四，四干其五，五復犯一。一至於五，邪乃深藏，真氣因失，使人肌肉消，神氣弱，飲食減，行步難。反其如此，則雖有命，亦不能生也。華佗《中藏經》

夫人稟天地陰陽而生者，蓋天有六氣，人有三陰三陽，而上奉之。地有五行，人以五藏五府，而下應之。於是資生皮肉、筋骨、精髓、血脈、四肢、九竅、毛髮、齒牙、唇舌，總而成體。外則氣血循環，流注經絡，喜傷六淫。內則精神魂魄志意思，喜傷七情。六淫者，寒暑燥濕風熱是，七情者，喜怒憂思悲恐驚。若持護得宜，怡然安泰。役冒非理，百病生焉。《三因極一病證方論》

物之最靈，唯其人也。身者，乃神化之本，精於人也，若水浮航，氣於人也，如風揚塵，神於人也，似野馬聚空。水涸則航止，風息則塵靜，野馬散而大空長有。精能固物，氣能盛物，精氣神三者，心可不動其變化也。外忘其形，內養其神，是謂登真之路。嗜慾縱乎心，孰能久去？哀樂傷乎志，孰能久忘？思慮役乎神，孰能久無？利祿勞乎身，孰能久捨？五味敗乎精，孰能久節？酒醴亂乎情，孰能久絕？食佳肴，飲旨酒，顧以妹麗，聽以淫聲，雖精氣強而反禍於身耳，目快而致亂於神，有百端之敗道，夫一芥(而)〔之〕希真，安有養身之驗耳？夫學道者，外則意不逐物移，內則意不隨心亂，湛然保於虛寂，造乎清淨之域。譬如起屋之勞，假一息之形氣，尚蘇神歸其清，而況契於道，保真丹所哉。《崔真人天元入藥鏡》

彭祖曰：養壽之道，但莫傷之而已。夫冬溫夏涼，不失四時之和，所以適身也。美色淑姿，幽閑娛樂，不致思慾之惑，所以通神也。車服威儀，知足無求，所以一志也。八音五色，以悅視聽，所以導心也。凡此皆以養壽，而不能斟酌之者，反以速患。古之至人，恐下才之子，不識事宜，流遁不還，故絕其源。故有上士別床，中士異被，服藥百裹，不如獨臥。五音使人耳聾，五味令人口爽，苟能節宣其宜適，抑揚其通塞者，不減年算而得其益。凡此之類，譬猶水火，用之過當，反爲害也。不知其經脈損傷，血氣不足，內理空踈，髓

腦不實，體已先病，故爲外物所犯，因風寒酒色，以發之耳。若本充實，豈有病也？夫遠思強記傷人，憂愁悲哀傷人，喜樂過差傷人，忿怒不解傷人，汲汲所願傷人，陰陽不順傷人，有所傷者甚衆，而獨戒於房中，豈不惑哉？男女相成，猶天地相生也，所有導養神氣，使人不識其和，天地得交接之道，故無終竟之限。人失交接之道，故有殘傷之期。能避衆傷之事，得陰陽之術，則不死之道也。天地晝分而夜合，一歲三百六十交，而精氣和合，故能生産萬物而不窮。人能則之，可以長存。次有服氣，得其道則邪氣不得入。治身之本要。其餘吐納、導引之術，及念體中萬神，有含影守形之事，皆非真道。人能愛精養體，服氣煉形，則萬神自守其真。不然者，則榮衛枯悴，萬神自逝，非思念所留者也。《神仙傳》

上元夫人謂漢武帝曰：汝好道乎，勤而不獲，實有由也。汝胎性暴，胎性淫，胎性奢，胎性酷，胎性賊。暴則使氣奔而攻神，是故神擾而竭。淫則使精漏而魂疲，是故精竭而魂消。奢則使真雜而魄穢，是故命逝而靈臭。酷則使喪仁而攻目，是故失仁而眼亂。賊則使心鬪而口乾，是故內戰而外絕。此五事皆是截身之刀鋸，刳命之斧斤矣。雖復志好長生，不能遣茲五難，亦何爲損性而自勞乎。去諸淫，養汝神，放諸奢，處至儉，勤齋戒，節飲食，絕五穀，去臭腥，鳴天鼓，飲玉漿，蕩華池，叩金梁，按而行之，當有冀耳。《漢武內傳》

夫道者，藏精於內，栖神於心，靜漠恬淡，悅穆胸中，廓然無形，寂然無聲。《文子》

靜漠恬淡，所以養生也。和愉虛無，所以據德也。外不亂內，即性得其宜靜不動，和德安其位。養生以經世，抱德以終年，可謂能體道矣。同上。

能尊主，雖富貴不以養傷身，雖貧賤不以利累形。同上。

神養於氣，氣會於神，神氣不散，是謂修真。《三茅真君訣》

喜怒損性，哀樂傷神。性損則害生，故養性以全氣，保神以安身。氣全體平，心安神逸，此全生之訣也。《元始太玄經》

晉道成，自號崇真子，其論長生養性之旨曰：其要在於存三抱一。三者，精氣神，其名曰三寶。抱元者，抱守元陽真氣也。守一，神靈也。神在心，心有性，屬陽，是爲南方丙丁之火也。腎者，能生元陽爲真氣。其泄爲精，是爲北方壬癸之水。水爲命，命繫於陰也。此之謂性命焉。三一之道，在於存想，入下丹田，抱守元陽，踰三五年，自然神定氣和，神既定，則釋其四大，而無執焉。坦然修頤，其真功滿行畢，其道成矣。《集仙傳》

元牡既立，猶瓜有蒂，闇注母氣，母呼即呼，母吸即吸，綿綿十月，氣足形圓。心是氣之主，氣是形之根，形是氣之宅，神是形之真。神用氣養，氣因神住，神行則氣行，神住則氣住，此經要妙之義也。《達摩胎息經》

藥各有性，人參久猶有毒，藥不可服也。人之身自有真藥，但患不能調攝耳。《集仙傳》

陽精魂立，陰精魄成，兩精相搏，而成神明。神以形用，形以神生，神去則形斃。神可全，形可延，神以道全，形以術延耳。同上

骨肉以精血爲根，靈識以元氣爲本，神氣乃性命之本也。神爲氣之子，氣爲神之母，子母不可以斯須離也。元氣湛然，止於丹田，則變化成矣。神能御氣，氣能留形。出息微微，入息綿綿，深根固蒂，長生久視之道也。故曰天門長開，地戶密閉，呼至於根，啜徹子蒂。子謂之神，丹謂之氣，如雞抱卵，如魚生水，法就聖胎，自然蟬蛻。同上

水丘子曰：人四大假合，雜乎芒芴之間。變而有氣，氣變而有形，形以心爲君，心者神之所舍也。神從志，無志則從意志，致一之謂精。唯天下至精，能合天下志神，精與神一而不離，則變化在我矣，此長生久視之道也。顧不可以湊泊焉，但情不附物，物自不能凝耳。同上

煉精者，煉元精，非淫泆所感之精。煉氣者，煉元氣，非口鼻呼吸之氣。煉神者，煉元神，非心意念慮之神。故此神氣精者，與天地同其根，與萬物同其體，得之則生，失之則死。以陽火煉之，則化成陽氣。以陰符養之，則化成陰精。故曰：見之不可用，用之不可見。《群仙珠玉》

髮宜多梳，齒宜多叩，液宜常嚥，氣宜精煉，手宜在面，此五者，所謂子欲不死，修崑崙耳。《黃庭內經》

養耳力者常飽，養目力者常暝，養臂指者常屈信，養股趾者常步履。《褚氏遺書》

總敘養生下

精者神之本，氣者神之主，形者氣之宅，故神大用則竭，精大用則竭，氣大勞則絕。是以人之生者，神也；形之托者，氣也。若氣衰則神耗，而欲長生者，未之聞也。夫有者因無而生焉，形須神而立焉。有者無之舘也，形者

神之宅也。倘不全宅以安生，修身以養神，則不免氣散歸空，遊魂爲變。倣之於燭，燭虛則火不居焉；譬之於堤，堤壞則水不存矣。身勞則神散，氣勞則命終，形疲則神斃，神斃則精靈遊矣。已逝者無返期，既朽者無生理。故神者魂也，魄者陰也，神能復氣，形能食味。氣清則神爽，形勞則氣濁。服氣者千百不死，故身飛於天。食穀者千百皆死，故形歸於地。人之死也，魂飛於天，魄落於泉，水火分散，各歸本源，生則同體，死則相捐，飛沉各異，稟之自然。何者？譬如根之木，以火焚之，煙則上升，灰則下沉，亦自然之理也。夫神明者，生死之本也。精氣者，萬物之體也。全其形則生，養其精氣神，則性命長生矣。《保神氣精論》

一人之身，一國之象，胸臆之設，猶宮室也。支體之位猶郊境也，骨節之分猶百川也，腠理之間猶四衢也，神猶君也，血猶臣也，氣猶民也，故志人能理其身，亦猶明君能治其國。夫愛其民，所以安其國，愛其氣，所以全其身。民弊即國亡，氣衰即身謝。是以志人上士，當施醫於未病之前，不追修於既敗之後。故知國難保而易喪，氣難清而易濁，審機權可以安社稷，制嗜欲可以保性命。【略】

聖人一度循軌，不變其宜，不易其常，放準修繩，曲因其當。夫喜怒者，道之邪也。憂悲者，德之失也。好憎者，心之過也。嗜慾者，性之累也。人大怒傷陰，大喜墜陽，薄氣發瘖，驚怖爲狂。憂悲多患，痛乃成積，好憎繁多，禍乃相隨。故心不憂樂，德之至也；通而不變，靜之至也；嗜欲不載，虛之至也；無所愛憎，平之至也；不與物散，粹之至也，能此五者，則通於神明。通於神明者，得其內者也。《淮南子》

夫孔竅者，精神之戶牖也。而氣志者，五臟之使佐也。耳目淫於聲色之樂，則五藏搖動而不定也。五藏搖動而不定，則血氣滔蕩而不休，血氣滔蕩而不休，則精神馳騁於外而不守矣，精神馳騁於外而不守，則禍福之至雖如丘山，無由識之矣。使耳目精明玄達而無誘慕，氣志虛靜恬愉而省嗜慾，五藏定寧充盈而不泄，精神內守形骸而不外越，則望於往世之前，而視於來事之後，猶未足爲也，豈宜禍福之間哉？故曰：其出彌遠，其知彌少。以言夫精神之不可使外淫也。故五色亂目，使目不明；五聲譁耳，使耳不聰；五味亂口，使口爽傷；趣舍滑心，使行飛揚。此四者，天下之所養性也，然皆人累也。故曰：嗜慾者，使人之氣越，而好憎者，使人之心勞，弗疾去則志氣日耗。夫人之所以不能終其壽命，而中道夭於刑戮者，何也？以其生之厚，夫惟能無以生爲者，則所以脩得生也。同上

夫悲樂者，德之邪也。而喜怒者，道之過也。好憎者，心之暴也。故曰其生也天行，其死也物化。靜則與陰俱閉，動則與陽俱開，精神澹然無極，不與物散，而天下自服。故心者形之主也，而神者心之寶也。形勞而不休則蹶，精用而不已則竭。是故聖人，貴而尊之，不敢越也。同上

君子行正氣，小人行邪氣，內便於性，外合於義，脩理而動，不繫於物者，正氣也。推於滋味，淫於聲色，發於喜怒，不顧後患者，邪氣也。邪與正相傷，欲與性相害，不可兩立，一植一廢，故聖人損欲而從事於性。同上

凡治身養性，節寢處，適飲食，和喜怒，便動靜。使在己者得而邪氣因而不生，豈若憂瘕疵之與痤疽之發，而預備之哉？同上

凡夫之徙，不知益爲益，乃又不知損之爲損也。大損易知而速焉，益難知而遲焉，而尚不嗇其易，亦安能識其難哉？夫損之者，如燈火之消脂，莫之見也，而忽盡矣。益者，如禾苗之播殖，莫之覺也，而忽茂矣。故治身養性，務謹其細，不可以小益爲不平而不修，不可以小損爲無傷而不防，凡聚小所以就大，損一所以至億也。若能愛於微，成之於著者，則當乎知道矣。《抱朴子》【略】

古之知道者，築壘以防邪，疏源以毓真。深居靜處，不爲物攖，動息出入，而與神氣俱。魂魄守戒，謹窒其兌，專一不分，真氣乃存。上下灌注，氣乃流通，如水之流，如日月之行而不休。陰營其藏，傷固其府，流源泏泏，滿而不溢，冲而不盈，夫長之謂久生。《日華子》

## 《養生類纂・天文部》 日月

勿怒目視日月，令人失明。《千金要方》

久視日月，令人損目。《瑣碎錄》

勿輒指三光，久視日月。《感應篇》

凡行坐立勿背日，吉。《千金要方》

### 星

久視星辰，令人損目。《瑣碎錄》

### 雲漢

久視雲漢，令人損目。《瑣碎錄》

風雨

大風大雨，不可出入。《瑣碎錄》

當風取涼，冒雨而行，成疾。《華陀中藏經》

凡在家及外行，卒逢大飄風暴雨，【略】宜入室閉戶，燒香靜坐，安心以避之，待過後乃出，不爾損人。或當時雖未若，於後不佳矣。《千金要方》

梅雨水，洗瘡介，滅瘢。【略】

霧

王爾、張衡、馬均者，昔俱冒霧行，一人無恙，一人病，一人死。無恙者飲酒，病者食，死者空腹。《博物志》

且行大霧中宜飲酒，酒勢辟惡也。《本草》

陰霧中不可遠行。《千金要方》

凡重霧三日必大雨。雨未降，霧不可冒行。《帝王世紀》

露

栢葉上露，主明目。《本草》

百花上露，令人好顏色。同上

百草頭秋露水愈百疾，令人身輕不飢，肌肉悅澤。同上

雪

大雪中跣足，不可便以熱湯洗，或飲熱酒，足指隨墮。《瑣碎錄》

臘月雪水，調寒食麵爲糊，表背書畫，不生蠹。同上

雷

雷鳴勿仰臥。《瑣碎錄》

卒逢震雷，宜入室閉戶，燒香靜坐，安心以避之。《千金要方》

熱寒

凡人觸寒來，勿面臨火上，成癇，起風眩頭痛。《雲笈七籤》

勿大溫，消骨髓；勿大寒，傷飢肉。同上

寒暖失節，傷人。同上

勿觸冷開口。《千金要方》

先寒而衣，先熱而解。《抱朴子》

大寒大熱，不可出入。《瑣碎錄》

**《養生類纂·地理部》** 江河

渡江河者，朱書禹字佩之，免風濤，保安吉。《瑣碎錄》

渡江不恐懼法，旋取淨筆，研墨寫土字，或以手畫之亦可。同上。又《袁天剛陰陽禁忌曆》云：過水手中書土字，自然渡浪不能翻。

水

凡遇山水塢中出泉者，不可久居，當食作癭病。《千金要方》

深陰地冷，水不可飲，必作痎瘧。同上

凡山水有沙蝨處，勿在中浴，害人。欲渡者，隨驢馬後急渡，不傷人。同上

遠行觸熱，塗中逢河，勿洗面，生烏黯。同上

深山大澤中，不可度，恐寒氣逼人真氣。《西山記》

陂潮水，誤飲小魚入腹，即成魚瘕病。《巢氏病源》

屋漏水，誤食必成惡疾。同上

以磨刀水洗手面，生癬，名刀癬。《巢氏病源》

狗舐之水，用洗手面，生癬白點，微癢是也。同上

盆盛水飲牛，用其餘水洗手面，生癬，名牛癬。同上

凡新汲水，必有塵垢，先淨洗一青石，置甕中，然後下水，塵垢皆聚於石上，水不復濁。三兩日一洗甕石，依前安石。若江水、井水已濁，便要吃時，研杏仁少許澆甕中，以杖攪十數匝，移時水自清。《林泉備用》

冰

冰大寒，暑夏盛熱，食此與氣候相反，恐入腹冷熱相激，卻致諸疾也。《本草》

凡夏用冰，止可隱映飲食，令氣冷，不可打碎食之，雖復當時暫快，久皆成疾。《食譜》

**《養生月覽·正月》** 正月一日子丑時，燒糞掃，令人倉庫不虛。《月令圖經》

元日子後丑前，吞赤小豆七粒，椒酒一合，吉。同上

正月旦雞鳴時，把火遍照五果及桑樹上下，則無蟲。時年有桑果災生蟲者，元日照者，必免災。《四時纂要》

元日寅時，飲屠蘇酒，自幼及長。《雜五行書》

正月旦及正月半，以麻子、赤豆二七顆，置井中，辟瘟病甚效。同上

元日平旦，吞鹽豉七粒，終歲不於食中誤吃蠅子。《呂公歲時雜記》

正月一日燒朮及飲朮湯。同上

元日服桃湯，桃者，五行之精，厭伏邪氣，制百鬼。《荊楚歲時記》

元日縷懸葦炭、桃棒門戶上，卻癘疫也。同上

元日，日未出時，朱書百病符，縣戶上。《月令圖經》

正月一日未明，小兒不長者，以手攀東墻，勿令人知，或云於狗竇中使人牽拽。《瑣碎錄》

元日庭前爆竹，以辟山臊惡鬼也。山臊在西方深山中，長尺餘，性不畏人，犯之令人寒熱病。畏爆竹聲。《太平御覽》

元日，造五辛盤。正元日，五熏鍊形。註曰：五辛所以發五藏氣。

正月一日，取五木煮湯以浴，令人至老鬚髮黑。徐楷註云：道家謂青木香爲五香，亦云五木。《雜修養書》

元日，進椒栢酒。椒是王衡星精，服之令人身輕能(音)奈老，栢是仙藥。又云：進酒次第，當從小起，以年少者爲先。《崔氏四民月令》

元日，造桃板著戶，謂之仙木。像鬱壘山桃樹，百鬼畏之。《玉燭寶典》

歲旦服赤小豆二七粒，面東以蘧汁下，即一年不疾病。家人悉令服之。《四時纂要》

元日，取小便洗腋氣，大效。

正月一日取枸杞菜煮作湯沐浴，令人光澤，不病不老。《雲笈七籤》

正月一日取鵲巢，燒之，著於廁，能辟兵。《四時纂要》

歲旦日埋敗履於庭中，家出印綬。《墨子秘錄》

正月朝早將物去塚頭，取古磚一口，將呪要斷，一年無時疫，懸安大門也。《本草》

臘月，鼠向正旦朝所居處埋之，辟瘟疫。《梅師方》

昔有齊人歐明者，乘舡過青草湖，忽遇風晦暝，而逢青草湖君，邀歸止家堂宇。謂歐明曰：惟君所須富貴金玉等物，吾當與卿。明未知所答。旁有一人，私語明曰：君但求如願，並勝餘物。明依其人語。湖君嘿嘿然，須臾便許，及出乃呼如願。即是一少婢也。湖君語明曰：君領取至家，如要物，但就如願，所須皆得。明至家數年遂大富。後至歲旦，如願起晏，明鞭之，願以頭鑽糞帚中，漸沒失所。後明家漸漸貧。今人歲旦糞帚不出戶，恐如願在其中。《搜神記》

正月一日，取鵲巢燒灰，撒門裏，辟盜。《墨子秘錄》

正月三日，買竹筒四枚置家中四壁上，令田蠶萬倍，錢財自來。《四時纂要》

正月四日，拔白，永不生，淩晨拔神仙拔白日，他月倣此。拔白髭髮也。同上

正月五日，取商陸根細切，以玄水漬之，三日，陰乾，可治爲末，服三寸匕。玄水服下，日三服。百日伏尸盡下出如人狀，醮埋之。祝曰：伏尸當屬地，我當屬天，無復相召。即去，隨故道無還顧。常先服之，禁一切血肉辛菜物。《雲笈七籤》

正月七日上會日，可齋戒。《四時纂要》

正月七日男吞赤豆七顆，女吞二七顆，竟年不病。《雜五行書》

人日夜，多鬼鳥過，人家搥床打戶，拔狗耳，滅燈以禳之。《荊楚歲時記》

正月八日，沐浴去災禍。神仙沐浴日。《四時纂要》

正月十日，人定時沐浴，令人齒堅。凡齋戒沐浴，皆當盥沐五香湯。其五香湯法：用蘭香一斤，荊花一斤，零陵香一斤，青木香一斤，白檀一斤。凡五物切之，以水二斛五斗，煮取一斛二斗，以自洗浴也。此湯辟惡，除不祥炁，降神靈，用之以沐，並治頭風。《雲笈七籤》

廁前草，月初上寅日，燒中庭，令人一家不著天行。《四時纂要》

正月上寅日，擣女青末，三角絳囊盛繫前帳中，大吉，能辟瘟病。女青，草也。《肘後方》

正月十五日，殘餻糜熬令焦，和穀種之，能辟蟲也。《四時纂要》

正月十五日，作膏粥以祠門戶。《玉燭寶典》

正月十五日，作豆糜，加油膋其上以祠門戶。《荊楚歲時記》

正月十五日，盜燈盞，令人有子。夫婦共於富家局會所盜之，勿令人知，安臥床下，當月有娘。《本草》

正月望日，以柳枝插戶上，隨柳枝所指處祭之，致酒脯祭之。《齊諧記》云：吳縣張成，夜於宅東見一婦人，曰：我是地神，明日月半，宜以餻糜、白粥祭我，令君家蠶桑萬倍。後用如言。今人謂之粘錢財。《歲時記》

上元日可齋戒，誦《黃庭度人經》，令人資福壽。《纂要》

立春日，食生菜不可過多，取迎新之意，及進漿粥以導和氣。《千金月令》

上學之士，當以立春之日清朝，煮白芷、桃皮、青木香三種，東向沐浴。《雲笈七籤》

立春日，鞭土牛。庶民爭之。得牛肉者，其家宜蠶。亦云治病。《呂公歲時雜記》

後生於立春並社日食蘘荷者，至納婦拜門日，腰間有聲如嚼蠶然。皆以爲戒。同上

打春時，春牛泥撒在簷下，蚰蜒不上。《瑣碎錄》

立春後有庚子日溫蕪菁汁，合家大小並服，不服多少，可理時疫。《傷寒類要》

入春宜晚脫綿衣，令人傷寒霍亂。《雲笈七籤》

正月之節，宜加綿襪以煖足。《千金月令》

正月宜進桑枝湯及造煎以備用。其桑枝湯方：取桑枝如箭幹大者細剉，以酥熬作湯。又桑枝煎方：取桑枝大如箭幹者細剉三升，熬令微黃，以水六升煎三升去滓，以重湯煎取二升，下白蜜三合，黃明膠一兩炙作末，煎成，以不津器封貯之。同上

正月韭始青，可以食。凡韭不可以作羹食，損人，作蘘佳。凡作蘘必先削一所地，去上一寸土，取韭不洗便投沸湯中漉出，鋪所削新土上良久，然後入水淘擇。同上

正月不可釋綿襦，宜食粥。凡粥有三等：一曰地黃以補虛，取地黃四兩擣取汁，候粥半熟即下之，以綿裹椒一百粒，生薑一片，投粥中，候熟出之，下羊腎一具，去脂膜，細切如韭葉大，加少鹽食；二曰防風，以去四肢風。取防風二大分煮取汁作粥；三曰紫蘇，以去擁氣。取紫蘇子熬令黃香，以水研濾取汁作粥。同上

正月勿食虎豹狸肉，令人傷神損氣。《千金方》

正月不得食生蔥，令人面上起遊風。同上

正月勿食梨。《梅師方》

正月食鼠殘，多爲鼠瘻。小孔下血者是此病。《本草》

正月之節，食五辛以辟癘氣。蒜、蔥、韭、薤、薑也。《食醫心鏡》

正月雨水，夫妻各飲一盃，還房，(獲)當時有子，神效也。《本草》

正月初婚忌空房，多招不祥，不可不謹。不得已，當以熏籠置床上襄之。《瑣碎錄》

正月甲子拔白，晦日汲井花水眼，令髭髮不白。《四時纂要》

正月未日夜，蘆苣火照井、廁中，百鬼走。《荊楚歲時記》

正月寅日，燒白髮，吉。《千金方》

正月二日，取章陸根三十斤淨洗麁切長二寸許，勿令中風也。絹囊盡盛懸，縣屋北六十日，陰燥爲末，以方寸匕服。旦先食服。十日見鬼，六十日使鬼取金銀寶物、作屋舍，隨意所欲。八十日見千里，百日登風履雲，久服成仙。《雲笈七籤》

春不可食肝，爲肝王時，以死氣入肝傷魂也。《金匱要畧方》

春服小續命湯五劑，諸補散各一劑，百病不生。《千金方》

春月飲酒茹蔥，以通五藏。《莊子》

春三月，每朝梳頭三百下，至夜欲臥，須湯去聲熱鹽湯一盆，從膝下洗至足，方臥，以通洩風毒腳氣，勿令壅滯。《四時養生論》

春七十二日，省酸增甘，以養脾氣。《千金方》

春間不可食鯽魚頭，其中有蟲也。《瑣碎錄》

春三月夜臥早起。此出《黃帝素問》。又按：《雲笈七籤》曰：季春月宜臥起俱早。

趙先生曰：欲除尸蟲之法，春月擇甲乙夜，視歲星所在，朝之再拜，正心竊祝曰：願東方明星君，扶我魂，接我魄，使我壽如松栢，生年萬歲生不落，願爲甲，除身中三尸九蟲，盡走消滅，常擇潔淨，頻行之爲善。此仁德樂生君木也，木剋土，所以土尸去，妙訣秘之。《雲笈七籤》

太虛真人曰：常以春甲寅日、夏丙午日、秋庚申日、冬壬子日暝臥時，先擣朱砂、雄黃、雌黃，三物等分細擣，以綿裹之，使如棗大，臨臥時塞兩耳中，此消三尸，鍊七魄之道也。明日日中時，以東流水沐浴畢，更整牀席，易著衣物，浣故者，更履屐，先除澡之都畢，又掃灑於寢牀下，通令所住一室淨潔。平安枕臥向上，閉氣握固良久。微呪曰：天道有常，改易故新。上帝吉日，沐浴爲真。三氣消尸，朱黃安魂。寶鍊七魄，與我相親。此道是消鍊尸穢之上法，改易真形之要訣也。四時各取一日爲之。同上

春日宜腦足俱凍。同上。又按《千金月令》曰：正月之節，宜加綿襪煖足。

凡臥，春欲得頭向東，有所利益。同上

**《養生月覽・二月》** 二月二日，取枸杞菜煮作湯沐浴，令人光澤，不病不老。《雲笈七籤》

二月二日，不欲眠。《千金月令》

昔巢氏時，二月二，乞得人子歸養之，家便大富。後以此日出野田中採蓬茨，向門前以祭之，云迎富。《歲華紀麗》

二月六日、八日宜沐浴齋戒，天祐其福。《雲笈七籤》

二月八日拔白，神仙良日。《四時纂要》

二月八日黃昏時沐浴，令人輕健。《雲笈七籤》

二月九日，忌食一切魚鱉。同上

二月九日，勿食魚，仙家大忌。《白雲先生雜忌》

二月十四日，忌遠行，水陸並不可往。《雲笈七籤》

二月勿食黃花菜及陳荏，發痼疾，動痼氣。勿食大蒜，令人氣壅，関膈不通。勿食蓼子及雞子，滯人氣，勿食小蒜，傷人志性。勿食兔肉，令人神魂不安。勿食狐狢肉，傷人神。同上

二月腎藏氣微，肝藏正王，宜淨膈去痰，宜泄皮膚，令得微汗，以散去冬溫伏之氣。同上

二月勿食黎。《梅師芳》

二月勿食蓼，傷腎。《白雲先生雜忌》

二月勿食雞子，令人常惡心。《千金方》

二月宜食韭，大益人心。同上

二月行途之間，勿飲陰地流泉，令人發瘧瘴，又損腳令軟。《本草》

二月初，便須灸兩腳三里，絕骨對穴各七壯，以洩毒氣，至夏即無腳氣衝心之疾。《四時養生論》

二月之節不可食生冷。《千金月令》

二月中不可吊喪問疾，可衣夾衣。同上

每至二月吐痰，綠中年向後，瀉多困憊，至於風勞氣冷，多起自痰涎。可取牛蒡子一合以上，羌活一兩，同牛蒡子擣爲末，入五更初，投新汲水一椀，打令勻，暑起，東向服之，便臥良久，以撩胸膈當吐，以盆盛之，勿令起坐。凡是壅滯痰涎出盡至黃膽水最妙。盥漱訖，取烝餅切，火上炙令黃便喫之。仍煎薑蜜湯下，至老不染瘴癘，縱病亦不能害人。《頤生論》

二三月內天晴日，取薯蕷洗去土，小刀子刮去黑皮後，又削去第二重白皮，約厚一分已來，於淨紙上，着篩中曝至夜，收於紙籠內，着微火養之。至來日曝，以乾爲度。如未乾，天色陰，即火焙，便爲乾薯藥，入丸散用。其第二重白皮，依前別曝，焙取爲麵，絕補益。《四時纂要》

二月取百合根曝乾，擣作麵，細篩，絕益人。同上

二月上壬日，取土，泥蠶屋，宜蠶。同上

二月上丙日沐髮，愈疾。南陽太守目盲，太原王景有沉痾，用之皆愈。同上

二月上辰日，取道中土，泥門戶，辟官事。同上

二月上壬日取土，泥屋四角，大宜蠶也。同上

二月乙酉日，日中北首臥，合陰陽，有子即貴也。《四時纂要》

桃杏花，二月丁亥日收，陰乾爲末，戊子日和井花水服方寸匕，日三服，療婦人無子，大驗。同上

二月庚寅日，勿食魚，大惡。《千金方》

驚蟄日，以石灰糝門限外，免蟲蟻出。《瑣碎錄》

春分後，宜服神明散。其方用蒼术、桔梗各二兩，附子一兩，炮烏頭四兩，炮細辛一兩，右搗篩爲散，絳囊盛，帶之方寸匕。一人帶，一家無病。有染時氣者，新汲水調方寸匕服之，取汗便差。《千金月令》

春秋二社，是日人家皆戒見女夙興，以舊俗相傳，苟爲晏起，則社翁社婆遺屎其面上，其後面黃者，是其驗也。《呂公歲時雜記》

社日，小學生以蔥繫竹竿上，於窓中托之，謂之開聰明。或加之以蒜，欲求能計筭也。同上

社日，學生皆給假，幼女輟女工。云是日不廢業，令人懵。同上

社日飲酒治聾。同上

**《養生月覽・三月》** 三月一日，不得與女人同處，大忌之。《雲笈七籤》

三月三日，勿食百草。《外臺秘要方》

三月三日，採艾爲人以挂戶，以備一歲之灸用。凡灸避人神之所在。《千金月令》

三月三日，取桃花水收之，至七月七日，取烏雞血，和塗面及身，三二日

後，光白如素。太平公主秘法。《四時纂要》

三月三日收桃葉，曝乾，搗篩，井花水服一錢，治心痛。同上

三月三日是神日，勿食諸鱗物。《百一歌》

三月三日乃上巳日，可以採艾及蔓菁花療黃病。《月令》

上巳日取黍麴和菜作羹，以壓時氣。《荊楚歲時記》

三月三日取薺菜花鋪竈上及床席下，可辟蟲蝗，極驗。《瑣碎錄》

三月三日，收苦練花或葉於席薦下，可辟蝨蚤。同上

三月三日，勿食鳥獸五藏及一切果菜五辛等物，大吉。《千金方》

三月三日取桃葉，一云桃根，搗取汁七升，以大醋一升同煎，令得五六分，先食，頓服之。隔宿無食，即尸蟲俱下。《本草》

三月三日勿食五藏肉，百草心。《雲笈七籤》《金書仙誡戒》

三月三日，取枸杞菜煮作湯沐浴，令人光澤不病不老。《雲笈七籤》

三月六日申時洗頭，令人利官。七日平旦浴，日入時浴，並招財。《四時纂要》

三月六日，日入時沐浴，令人無厄。《雲笈七籤》

三月十一日，老子拔白日。《真誥》

三月十三日，拔白永不生。《四時纂要》

漢末有郭虞者，有三女。一女以三月上辰，一以上巳二日，而三女産乳並亡。迄今時俗以爲大忌。故於是月是日，婦女忌諱，不復止家。皆適東流水上，就適遠地祈祓，自潔濯也。《風土記》

三月十六日，忌遠行。水陸俱不可往。《雲笈七籤》

三月二十七日宜沐浴。同上

三月宜食韭，大益人心。此出《千金方》。又按《雲笈七籤》曰：季春食韭菜發疾。

三月勿食生薤。《本草》

三月勿食小蒜，傷人志性。《千金方》

三月中可服單衣。《千金月令》

三月採桃花未開者，陰乾百日，與赤椹等分，搗和臘月豬脂，塗禿瘡神效。《四時纂要》

三月食雞子，終身皆亂。《白雲先生雜忌》

三月之節，宜飲松花酒。其法取糯米淘百遍，以神麴和。凡米一斗，用神麴五兩。春月取松花精，長五六寸者至一尺餘，鼠尾者，各三兩枚，細剉一升烝之，絹袋盛之，酒一升浸取，五日堪服。一服三合，日三服，久服神仙。《千金月令》

三月勿食脾，乃是季月，土旺在脾故也。《千金方》

三月羊糞曝乾，燒灰存性，和輕粉麻油，可傅惡瘡。一名百草霜。《瑣碎錄》

三月勿食蛟龍肉及一切魚肉，令人飲食不化，發宿病，傷人神，氣恍惚。此出《千金方》。又按《纂要》曰：三月庚寅日食魚凶。

三月入衡山之陰，取不見日月松脂，煉而餌之，即不召而自來，服之百日耐寒暑，二百日五藏補益，服之五年，即見西王母。同上

三月不得食陳葅，夏熱病發惡瘡。《本草》

三月採章陸，一名商陸，一名當陸，如人形者神，逐陰之精，此神草也。殺伏尸，去面黑，益智不忘。男女五勞七傷，婦人乳産餘病，帶下結赤白皆愈。右用麴十斤，米三斗，加天門冬成末一斗，釀酒，漬章陸六日，便齋服，五日食減，二十日穀腸肥，容氣充茂，諸蟲皆去，耳目聰明，瘢痕皆滅，以月宿與鬼日加丁時，取商陸服如棗，日三。道士常種此藥草，於靜室之園，使人通神，令人不老長生，去三蟲，治百病，毒不能傷矣。《雲笈七籤》

春季月食生葵，令飲食不消化，發宿疾。《食療本草》

春季月末一十八日省甘增醎，以養腎氣。《千金方》

季春月，陽熾陰伏，勿發泄大汗，以養藏氣；勿食馬肉，令人神魂不安；勿食麋鹿肉等，損氣損志。《雲笈七籤》

季春月，肝藏氣伏，心當向王，宜益肝補腎。是月火相水死，勿犯西北風；勿久處濕地，必招邪毒；勿大汗當風；勿露躰星宿下，以招不祥之事。同上

世傳婦人死於産蓐者，其鬼唯於一百五日得自湔濯，故人家於寒食前一日，皆畜水，是日不上井以避之。《呂公歲時雜記》

寒食日，取黍穰，於月德上取土，脫塹一百二十口，安宅福德上，令人致福。《四時纂要》

寒食日，以細袋盛麵挂當風處，中暑調水服。《瑣碎錄》

寒食日，水浸糯米，逐日換水，至小滿漉出，曝乾炒黃，碾末水調，療打撲

傷損及諸瘡腫。同上

寒食一百五日，預採大蓼曝乾，能治氣痢。用時擣羅爲末，食前粥米飲調下一錢，最效。同上

清明前二日，夜雞鳴時，炊黍米熟，取釜湯，遍洒井口壅邊地，則無馬蚿，百蟲不近井甕，甚神驗。《齊民要術》

清明日，日未出時，採薺菜花枝候乾，夏日做挑燈杖，能祛蚊。薺菜亦名護生草，於清明日取花陰乾，暑月置近燈燭，則能令蚊蛾不侵。《瑣碎錄》

清明日，熨斗內着火炒棗子，於臥帳內上下，令煙氣出，令一人問炒甚底，答曰：炒狗蛋。凡七問七答，狗蛋不生矣。同上

**《養生月覽・四月》** 四月四日，日昳時沐浴，令人無訟。《雲笈七籤》

四月七日沐，令人大富。《四時纂要》

四月八日，不宜遠行，宜安心靜念，沐浴齋戒，必得福慶。《攝生月令》

四月八日，勿食百草。《外臺秘要方》

四月八日，勿殺草伐樹。《金書仙誥戒》

四月八日，取枸杞菜煮作湯沐浴，令人光澤，不病不老。《雲笈七籤》

四月九日，日沒時浴，令人長命。《四時纂要》

四月十六日拔白，則黑髮。同上

四月食雉，令人氣逆，食鱔魚，害人。《白雲先生雜忌》

四月之節，宜服新衣，宜進溫食，宜服煖藥，宜食羊腎腌。造羊腎腌法：右以菟絲子一兩研煮，取汁濾之，溲麵切煮服。以羊腎一具，切，炊作腌服之，尤療眼暗及赤痛。《千金月令》

四月之節，宜服附子湯。其方用附子一枚，炮，勿令焦，爲末，分作三服，以生薑一片，用水一升，煎取五合，明早空腹服。同上

四月之節，宜食筍，以寬湯湧滿，先旋湯轉，然後投筍於中，令其自轉，不得攪，攪即破，候熟出之，如此則色青而軟，軟而不爛，可以食。和皮擘開，內粳米飯，細切羊肉，並土蘇椒、醎豉汁、鹽花等，卻以麵封之，文火燒，聞香即熟。去皮厚一寸截之，以進筍味，此最佳。同上

四月之節，可以飲椹酒，尤治風熱之疾。可以造椹煎，其造椹煎法：用椹汁三斗，白蜜兩合，酥一兩，生薑汁一合，以重湯煮椹汁取三升，入鹽酥等，煮令得所，於不津器中貯之。每服一合，和酒調服，理百種風疾。同上

四月爲乾，生氣卯，死氣酉。是月也，萬物以成，天地化生，勿冒極熱，勿大汗後當風，勿暴露星宿，皆成惡疾。《攝生月令》

四月，勿食雞肉，勿食生薤。同上

四月，宜補腎助肺，調和胃氣，無失其時。同上

四月勿食胡，傷人神，損膽氣，令人喘悸，脇肋氣急。《千金方》

四月勿食暴雞肉，作內疽。在胸腋下出漏孔。丈夫少陽，婦人絕孕，虛勞之氣。同上

四月勿食蛇肉、鱓肉，損神害氣。同上

四月不得入房，避陰陽純用事之月也。同上

四月勿食生蒜，傷人神，損膽氣。《食醫心鏡》

孟夏，夜臥早起，思無怒，勿泄大汗。《雲笈七籤》

凡臥，夏欲得頭向東，有所利益。同上

夏不用枕冷物鐵石等，令人眼暗。同上

夏月不得大醉。《四時養生論》

夏三月，每朝空心喫少蔥頭、酒，令血氣通暢。同上

風毒腳氣，因腎虛而得。人生命門屬在於腎。夏月腎氣衰絕，若房色過度，即傷元氣而損壽。亦不宜多服疎藥。同上

夏三月，宜用五枝湯澡浴，浴訖，以香粉傅身，能祛瘴毒，疎風氣，滋血脈，其五枝湯方：用桑枝、槐枝、楮枝、柳枝、桃枝各一握，麻葉二斤，右前六味，以水一石，煎至八斗許，去滓溫浴，一日一次。其傅身香粉方：粟米一斤作粉，如無粟米粉，以葛粉代之得。青木香、麻黃根、附子炮裂、甘松、藿香、零陵香、牡蠣，已上各二兩，右件八味，杵羅爲末，以生絹作袋盛之，浴畢傅身。同上

夏七十二日省苦增辛，以養肺氣。《千金方》

夏月宜食苦黃以益心。《瑣碎錄》

夏三月夜臥早起，無壓於日，使志無怒。

夏不可食諸心。《金匱要畧方》

**《養生月覽・五月》** 五月一日，日中時沐浴，令人身光。此出《雲笈七籤》。

又按：《荊楚歲時記》曰：五月一日沐浴，令人吉利。

五月一日，取枸杞菜煮作湯沐浴，令人光澤，不病不老。《雲笈七籤》

塚上(去)(土)及磚石主溫疫，五月一日取之，瓦器中盛埋之，著門外堦下，合家不患時氣。《本草》

五月五日采索五色桃印，爲門戶飾。以止惡氣。《續漢書・禮儀志》

五月五日取蟾蜍，可合惡疽瘡。取東行螻蛄，治婦難産。《崔寔四民月令》

五月五日蓄採衆藥，以蠲除毒氣。《太平御覽》

五月五日，荊楚人將艾以爲人，懸門戶上，以禳毒氣。《荊楚歲時記》

五月五日，以五彩絲繫臂者，辟兵及鬼，令人不病溫。《風俗通》

五月五日未明時採艾，見似人處，攬而收之，用灸有驗。《荊楚歲時記》

五月五日午時採艾，治百病。《四時纂要》

五月五日取浮萍，陰乾燒煙，去蚊子。《千金月令》

五月五日午時，採百藥心，相和擣，鑿桑樹心作孔，內藥於其中，以泥封之，滿百日開取暴乾，擣作末，以傅金瘡。同上

五月五日，粽子等勿多食，食訖，以菖蒲酒投之。取菖蒲根節促者七莖，各長一寸，漬酒中服之，治傷損。同上

五月五日午時，聚先所畜時樂燒之，辟疫氣。或止燒术。《歲時雜記》

五月五日正午時，於韭畔面東不語，取蚯蚓糞乾而收之，或爲魚刺鯁，以少許擦咽外，刺即消，謂之六一泥。同上

五月五日，生目者，以紅絹或開花，凡紅赤之物以拭目而棄之，云得之者代受其病。同上

五月五日，取青蒿搗石灰至午時，丸作餅子收畜，凡金刃所傷者，錯末傅之。同上

五月五日午時，宜合瘧疾鬼哭丹。先以好砒半兩細碎，安放鐵銚內，以寒水石一兩爲末圍定，然後以瓷椀蓋卻，濕紙封椀縫，炭火熬煙出，熏紙黃色即止。取出，以紙襯放地上，出火氣毒，良久，細研爲末，入龍腦、射香各少許，研勻後，以烝餅水泡爲丸如梧桐子大，朱砂爲衣，每服一丸。發日早晨於功德堂香煙上度過，面北方，井花水吞下，忌熱食、魚麪、生果十數日，永瘥。此藥合時，忌婦人、僧尼、雞犬及孝服人見。如女人有疾，可令男子拈入口內，服之立效，藥不吐瀉。《四時養生論》

五月五日，用熨斗燒一熏，置床下辟狗蚤。《瑣碎錄》

五月五日，作赤靈符着心前，禁辟五兵。《抱朴子》

五月五日午時，以朱砂寫茶字倒貼之，蛇蝎不敢近。《瑣碎錄》

五月五日五更，使一人堂中向空扇，一人問云：扇甚底？答曰：扇蚊子。凡七問乃已，則無蚊蟲。同上

五月五日午時，寫白字倒貼於柱上四處，則無蠅子。同上

五月五日午時，望太陽將水呪曰：天上金雞吃蚊子腦髓，燈心上吸太陽氣。念呪七次，遇夜，將燈心點照，辟去蚊子。同上

五月五日取鱉爪，着衣領中，令人不忘。同上

五月五日葛苣成片，放廚櫃，內辟蟲蛀衣帛等物。收葛苣棄亦得。同上

五月五日，取臘水灑屋下，辟蚊蠅。同上

五月五日，以葵子微炒搗羅爲末，患淋疾者，每食前以溫酒調下一錢最驗。同上

五月五日，取鯉魚枕骨燒服，止久痢。《千金方》

五月五日，勿以鯉魚子共豬肝食，必不消化，成惡疾。同上

五月五日，鱉子共鮀魚子食之，作癰黃。同上

五月五日，取露草一百種，陰乾燒爲灰，和井花水重煉，令釅醋爲餅，腋下挾之，乾即易，主腋氣臭，當抽一身間瘡出，即以小便洗之。《本草》

五月五日日中時，取葛根爲屑，療金瘡斷血，亦療瘧。同上

五月五日，取豬齒治小兒驚癇，燒灰服。並治蛇咬。同上

五月五日，取蝙蝠倒懸者，暵乾和桂，薰陸香爲末燒之，蚊子去。同上

五月五日，取東向桃枝，日未出時，作三寸木人，著衣帶中，令人不忘。《千金翼方》

五月五日，採莧菜，和馬齒莧爲末，等分，調與妊娠服之，易産。《食療本草》

五月五日，勿見血物。《雲笈七籤》

五月五日午時，桃人一百箇，去皮尖，於乳鉢中細研成膏，不得犯生水，候成膏，入黃丹三錢，丸如梧桐子大，每服三丸。當瘧發日，面北用溫酒吞下，如不飲酒，井花水亦得。合時忌雞犬婦人見。《本草》

端午日午時，或歲除夜，收豬心血，同黃丹、乳香相和研，爲丸如雞頭大，以紅絹裝盛挂於門上，如有子死腹中者，冷酒磨下一丸。《博濟方》

端午日取白礬一塊，自早日曬至晚收之。凡百蟲所嚙，以此末傅之。

《瑣碎錄》

五月五日，以蘭湯沐浴。《大戴礼》

五月五日，取蠶蛾爲末，津調塗刺頭上，刺良久即出。本法用晚蠶蛾。蓋將臀倒點濕繭子頭出者生收，用竹筒兩頭有節者，於一頭錐穿，放入蛾，塞之。令自在乾死。遇有竹木等刺肉內，不能出者，取少許爲末，點刺上即出。《廣惠方》

五月五日，取百草頭細剉曬乾，用紙裹收之，要用取一撮，以白紙封角，勿令病人開。以絳帛繫藥，先以眼案臂面北繫裹牖，藥下以當三錢共繫之。男左臂，女右臂，治一切瘧疾極有驗。《千金方》

五月五日，取蒜一片，去皮，中破之，刀割令容巴豆一枚，去心皮，內蒜中，令合以竹挾，以火炙之，取可熱，搗爲三圓，遇患瘧者，未發前服一圓，不止復與一圓。《肘後方》

五月五日及夏至日，取日未出時，面東汲井花水一盞，作三漱門閫中。如此四十日，即口臭永除矣。《墨子秘錄》

五月五日，取螢蟲研汁(虹)撚髮，白即黑矣。同上

五月五日，勿食一切菜，發百病。《瑣碎錄》。又出《千金方》。

端午日午時，書儀方二字，倒貼於柱腳上，能辟蚊蟲。《瑣碎錄》

端午收蜀葵赤白者，各收陰乾，治婦人赤白帶下。赤者治赤，白者治白，爲末，酒服之。《四時纂要》

端午日採桑上木耳白如魚鱗者，患喉閉者，搗碎綿裹如彈丸，密浸，含之便差。同上

端午日日未出時，採百草頭，唯藥苗多即尤佳，不限多少，擣取濃汁，又取石灰三五升，取草汁相和，擣脫作餅子，曝乾。治一切金瘡，血立止，兼治小兒惡瘡。同上

端午日取葵子燒作灰，收之。有患石淋者，水調方寸(匕)服之，立愈。同上

獨頭蒜五顆，黃丹一兩，午月午日午時中，擣蒜如泥，調黃丹爲丸，丸如雞頭子大，曬乾。患心痛，醋磨一丸服之。同上

端午日午時，不可取井花水沐浴，一年疫氣不去。《瑣碎錄》

端午日午時，有雨，將天雨水研朱砂，於好紙上畫龍字，如小錢大，次年端午日午時，有雨，用黑筆亦畫龍字如前字大，二字合之，搓成小圓，臨産用乳香煎湯吞下，男左女右，握手。本日午時無雨，則前字不可用矣。同上

蘩蔞，一名雞腸草，主積聚瘡痔不愈者，五月五日日中採之，乾，燒作焦灰。

小蒜五月五日採，暴乾，葉主心煩悶，解諸毒、小兒丹瘳。同上

五月二十日宜拔白。

五月君子齋戒，節嗜慾，適寒溫。五月五日、六月十六日別寢，犯之，三年致大病。

五月五日、六日、七日、十五日、十六日、十七日、二十五日、二十六日、二十七日，九毒日，忌房事。犯之，不過三年。《瑣碎錄》

五月俗稱惡月，俗多六齋放生。案《月令》仲夏陰陽交，死生分，君子齋戒，止聲色，節嗜慾也。《董勛問禮俗》

五月勿食韭，令人乏氣力。此出《金匱要畧方》。又《白雲先生雜忌》云。

俗忌五月上屋，害人五月脫精神。如上屋，即自見其形，魂魄則不安矣。《酉陽雜俎》

俗忌五月曝床薦席。按《說苑》云：新野庾寔，嘗以五月曝席，忽見一小況死在席上。俄失之，其後寔子遂亡。《太平御覽》

五月，宜服五味子湯。其方取五味子一大合，以木杵臼擣之，置小瓷瓶中，以百沸湯點入少蜜，即密封頭，置火邊，良久，乃堪服。《千金月令》

五月，勿食肥濃，勿食煮餅，伏陰在內。可食溫煖之味。《月令圖經》

五月，勿食麞肉，傷人神氣。《千金方》

五月，勿食馬肉，傷人神氣。同上

五月，勿食澤中停水，令人患鱉瘕病也。《本草》

五月，戊辰日，用豬頭祭竈，令人百事通泰。《墨子秘錄》

五月，勿食鹿，傷神。《本草》

五月，食未成核果，令人发癰節及寒熱。同上

仲夏，勿大汗當風，勿暴露星宿，皆成惡疾；勿食雞肉，生癰疽、漏瘡；勿食虵鱔蕈肉，食則令人折算壽，神氣不安。《雲笈七籤》

夏至，浚井改水，可去溫病。《續漢書・禮儀志》

夏至，着五綵辟兵，題曰游光厲鬼，知其名者，無溫疾。《風俗通》

京輔舊俗，皆謂夏至日食百家飯則耐夏。然百家飯難集相會，於姓柏人家求飯以當之。《呂公歲時雜記》

夏至一陰生，皆服餌硫黃，以析陰氣。同上。今服金液丹也。

夏至日採映日果，即無花果也，治咽喉。同上

夏至後迄秋分，勿食肥膩餅臛之屬，此與酒漿果瓜相妨，入秋節變生，多諸暴。《雲笈七籤》

**《養生月覽・六月》** 六月一日沐，令人去疾攘災。《四時纂要》

六月六日沐浴齋戒，絕其營俗。此出《雲笈七籤》。又按《瑣碎錄》云：六月六日忌沐浴，俗云令人狐臭。

六月六日，勿起土。《金書仙誥戒》

六月七日、八日、二十一日浴，令人去疾禳災。《四時纂要》

六月十九日，拔白永不生。同上

六月二十四日，老子拔白日。《真誥》

六月二十四日，忌遠行，水陸俱不可往。《雲笈七籤》

六月二十七日，食時沐浴，令人輕健。同上

六月二十七日，取枸杞菜煮作湯沐浴，令人光澤，不病不老。同上

六月可以飲烏梅漿止渴。其造梅漿法：用破烏梅並取核中人碎之，以少蜜內熟湯調之。《千金月令》

六月可以飲木瓜漿。其造木瓜漿法：用木瓜削去皮，細切以湯淋之，加少薑汁沉之井中，冷以進之。同上

六月勿食澤水，令人病黧癥。《四時纂要》

六月食韭目昏。《千金方》

六月勿食脾，乃是季月土旺在脾故也。同上

六月勿食茱萸，傷人神氣。同上

六月勿食羊肉，傷人神氣。同上

六月勿食鵝肉，傷人神氣。同上

六月勿食雁肉，傷人神氣。同上

季夏增鹹減甘，以資腎藏。是月腎藏氣微，脾藏絕王，宜減肥濃之物。宜助腎氣，益固筋骨，切慎賊形之氣。勿沐浴後當風，勿專用冷水浸手足，慎東來邪風。犯之，令人手癱緩、躰重、氣短、四肢無力。《雲笈七籤》

季夏勿食羊血，損人神魂、少志、健忘。勿食生葵，必成水癖。同上

夏季月末一十八日，省甘增酸，以養腎氣。《千金方》

夏季月食露葵者，大噬，終身不瘥。《四時纂要》

夏季之月，土王時，勿食生葵菜，令人飲食不消化，發宿病。《千金方》

暑月不可露臥。《瑣碎錄》

暑月極熱，扇手心，則五體俱涼。同上

造醬於三伏內黃道日浸豆，黃道日烝拌(黃)。忌婦人見，即無蝎蟲。同上

六月伏日，並作湯餅，名爲辟惡。《荊楚歲時記》

伏日切不可迎婦，婦死已不還家。《四時纂要》

三伏日，宜服腎瀝湯，治丈夫虛羸，五勞七傷，風(溫)濕，腎藏虛竭，耳聾目暗。其方：用乾地黃六分，黃芪六分，白伏苓六分，五味子四兩，羚羊角屑四兩，桑螵蛸四兩破炙，地骨皮四兩，桂心四兩，麥門冬去心五分，防風五分，磁石十二分，碎如碁子，洗至十數遍，令黑汁盡，白羊腎一具，豬亦得，去脂膜，如柳葉切。右以水四大升，先煮腎，耗水半許，即去水上肥沫等，去腎滓，取腎汁煎諸藥，取火大合，絞去滓，澄清，分爲三服。三伏日各服一劑，極補虛，復治丈夫百病。藥亦可以隨人加減。忌大蒜、生蔥、冷、陳、滑物，平旦空心服之。此出《四時纂要》。又按《千金方》云：夏大熱，則服腎瀝湯三劑，百病不生。

**《養生月覽・七月》** 七月七日，勿念惡事，仙家大忌。《白雲先生雜忌》

七月七日取麻勃一升，人參半升，合烝，氣盡令遍，服一刀圭，令人知未然之事。《四時纂要》

七月七日取商陸根細切，以玄水漬之三日，陰乾，可治爲末，服方寸匕，以水服下，日三服。百日伏尸盡下，出如人狀，醮埋之。祝曰：伏尸當屬地地，我當屬天，無復相召。即去隨故道無還顧。常先服之，禁一切血肉辛菜物。《雲笈七籤》

七月七日取菖浦，酒服三方寸匕，飲酒不醉，好事者服之獲驗。不可犯鐵，若犯之，令人吐逆。《千金方》

七月七日採松子，過時即落，不可得。治服方寸匕，日三四，一云一服三合。百日身輕，二百日行五百里。絕穀服，升仙，得飲水，亦可和脂服之，丸如梧桐子大，服十丸。同上

七月七日午時，取生瓜葉七枚，直入北堂，面向南立，以拭面厲，即當滅矣。《淮南子》

七月七日取烏雞血和三月三日桃花末，塗面及遍身，二三日，肌白如玉。《太平御覽》

七月七日採守宮陰乾，合以井花水，和塗女身，有文章。如以丹塗之，塗不去者不淫，去者有姦。此出《淮南萬畢術》。又按：《博物志》曰：蠮螉以器養之，食以朱砂，體盡赤；所食滿七斤，搗萬杵，以點女人支體，終身不滅。故號曰守宮。又按《萬畢術》曰：守宮飾女臂有文章。取守宮新合陰陽已牝牡各一，藏之甕中，陰百日，以飾女臂，則生文章。與男子合陰陽，輒滅去。

七月七日，其夜灑掃於庭，露施几筵，設酒脯時果，散香粉於筵上，以祈牽牛織女，見大漢中，有奕奕白氣，有光耀五色，以此爲徵應，見者便拜，而願乞富、乞壽，無子乞子。唯得乞一，不得兼求，二年乃得，言之頗有受其祚者。《風土記》

七月七日取赤小豆，男吞一七粒，女吞（一）（二）七粒，令人畢歲無病。《韋氏月錄》

七月七日曬曝革裘，無蟲。同上

七月七日取蜘蛛網一枚，著衣領中，令人不忘。此出《四時纂要》。又按《墨子秘錄》云：七夕日取蜘蛛陰乾，內衣領中，令不忘，記事多。

七月七日取苦瓠瓤白，絞取汁一合，以酢一升，古錢七文和漬，微火煎之減半，以沫內眼眥中，治眼暗。《千金方》

七夕取烏雞血，點塗手面，三日爛白如玉，傅身亦三日，以溫湯浴之。《墨子秘錄》

七夕取露蜂蛹子百枚，陰百日，令乾，碾末，用蜜和塗之，可除黑黯。同上

七夕日取螢火蟲二七枚，撚髮自黑矣。同上

七夕日取百合根，熟搗，用新瓦器盛，蜜封掛於門上，桂陰乾百日，拔白髮，用藥搽之，即生黑髮矣。同上

七夕日取螢火蟲、蝦蟇，端午日鼠膽、伏翼，和服半寸匕，三七日見鬼，可與語，指伏寶矣。同上

七夕日取赤腹蜘蛛，於屋下陰百日乾，取塗足，可行水上矣。同上

七月十一日，取枸杞菜煮作湯沐浴，令人光澤，不病不老。《雲笈七籤》

七月十五日中元日，可行道建齋，修身謝過。《正一修真旨要》

七月十五日，取佛座下土，着臍中，令人多智也。《四時纂要》

七月十五日收赤浮萍，用箕簁盛，故桶盛水瀝乾爲末，遇冬雷，寒水調三錢服，又用漢椒末抹浮萍擦身上，則熱不畏寒。詩云：不傍江津不傍岸，用時須用七月半。冷水裏面下三錢，假饒鐵人也出汗。《瑣碎錄》

當以七月十六日，去手足爪，燒作灰服之，即自滅消九蟲，下三尺。《雲笈七籤》

七月二十二日沐，令髮不白。《四時纂要》

七月二十五日浴，令人長壽。同上

七月二十五日早食時沐浴，令人進道。《雲笈七籤》

七月二十八日拔白，終身不白。《四時纂要》

七月五日，取富家中庭上泥竈，令人富。勿令人知。此出《本草》。又按《墨子秘錄》云：七月內取富家田中土塗竈，大富也。

七月食蓴，上有蠋蟲，害人。《白雲先生雜忌》

七月食薤損目。同上

七月收角蒿，置氈褥、書籍中，辟蛀蟲。《四時纂要》

七月之節，宜出衣服圖畫以暴之。《千金月令》

七月勿食生菱芰，作蟯蟲。《千金方》

七月勿食茱萸，傷神氣。同上

七月勿食生蜜，令人暴下，發霍亂。同上

七月勿食菱肉，動氣。《本草》

七月勿食雁，傷神。《孫真人食忌》

立秋日人未動時，汲井花水，長幼皆呷之。《呂公歲時雜記》

立秋曰，以秋水下赤小豆，云止赤白痢。同上

立秋日，太陽未升，採揪葉熬爲膏，傅瘡瘍立愈，謂之楸葉膏。《瑣碎錄》

立秋日不可浴，令人皮膚麤燥，因生白屑。同上

立秋後五日，瓜不可食。《千金月令》

入秋小腹多冷者，用古磚煮汁服之，主噦氣，又令患處熨之三五度差。《本草》

七月中暑氣將伏，宜以稍冷爲理。宜食竹葉粥。其竹葉粥法：取淡竹

葉一握，梔子兩枚，切，煞以水煎澄取漬，即細漸粳米，研取泔，下米於竹葉梔子汁中，旋點泔煮之，候熟，下鹽花進之。《千金月令》

秋服黃芪等丸一兩劑，則百病不生。《千金方》

秋不可食諸肺。《金匱要畧方》

立秋後，宜服張仲景八味地黃圓，治男子虛羸百疾，衆所不療者。久服輕身不老，加以攝養，則成地仙。其方用乾地黃半斤，乾署藥四兩，白茯苓二兩，牡丹皮二兩，澤瀉二兩，附子炮，二兩，肉桂一兩，山茱萸四兩，湯炮五遍。右擣篩蜜爲圓，如梧桐子大，每日空腹酒下二十圓。如稍覺熱，即大黃圓一服，通輕尤妙。此出《四時纂要》。又按《養生論》內一味，用熟乾地黃。

秋三月早臥早起，與雞俱興。《素問》

秋七十二日，省辛增酸，以養肝氣。《千金方》

秋日宜足腦俱凍。《雲笈七籤》

凡臥秋，欲得頭向西，有所利益。同上

秋初夏末，熱氣酷甚，不可於中庭脫露身背，受風取涼。五藏俞穴，並會於背，或令人扇風，或宜露手足，此中風之源。若初染諸疾，便宜服八味圓，大能補理腑臟，驅禦邪氣。仍忌三白，恐衝剋藥性。出《四時養生論》。其八味圓方已具在前，准前方用乾地黃，此方用熟乾地黃。

**《養生月覽・八月》** 八月一日已後，即微火煖足，勿令下冷無生意。《千金方》

弘農鄧紹，八月朝入華山，見一童子，以五色囊承取柏葉下露，露皆如珠子。亦云赤松先生取以明目，今八月朝作眼明囊也。《續齊諧記》

八月三日宜浴。《四時纂要》

八月四日，勿市附足物，仙家大忌。同上

八月七日沐，令人聰明。同上

八月八日，以枸杞菜煮作湯沐浴，令人光澤，不病不老。《雲笈七籤》

八月八日不宜眠。《千金月令》

八月十日，四民並以朱點小兒頭，名爲天灸，以厭疾也。《荊楚歲時記》

八月十九日拔白，永不生。《四時纂要》

八月二十二日，日出時沐浴，令人無非禍。《雲笈七籤》

八月二十日宜浴。《四時纂要》

八月辰日施錢一文，日倍富貴。《墨子秘錄》

八月可食韭，並可食露葵。《千金月令》

八月勿食生蒜，傷人神，損膽氣。

八月勿食葫，傷人神，損膽氣，令人喘悸，脇肋氣急。《千金方》

八月勿食薑，傷人神，損壽。同上

八月勿食豬肺及粉和食之，至冬發疽。同上

八月勿食雞肉，傷人神氣。同上

八月勿食雉肉，損人神氣。同上。又云：八月建酉日食雉肉，令人短氣。

八月食麞肉，動氣。《本草》

八月勿食芹菜，恐病蛟龍癥。發則以癲，面色青黃，小腹脹。同上

八月行途之間，勿飲陰地流泉，令人发瘧瘴，又損腳令軟。同上

仲秋宜增酸減辛，以養肝氣。無令極，令人壅。《雲笈七籤》

八月勿食生蜜，多作霍亂。同上

八月勿食生菓子，令人多瘡。同上

仲秋肝藏少氣，肺藏獨王，宜助肝氣，補筋養脾胃。同上

八月起居以時，勿犯賊邪之風，勿增肥腥，令人霍亂。同上

八月勿食雞子，傷神。《四時纂要》

八月宜合三勒漿，非此月則不佳矣。其法：用訶梨勒、毗梨勒、菴摩勒，以上並和核用，各三兩，搗如麻豆大，用細白蜜一斗，以新汲水二斗，孰調，投乾淨五斗瓮中，即下三勒末，熟攪，數重紙蜜封。三四日開，更攪。以乾淨綿拭去汗，候發定，即止。但密封，此月一日合，滿三十日即成。味至甘美，飲之醉人，消食下氣。同上

八月陰氣始盛，冷疾者宜以防之。《千金月令》

八月採楮實，水浸去皮瓤，取中子日乾，仙方單服其實，正赤時取中子陰乾，篩末，水服二錢匕，益久乃佳。《本草圖經》

八月前，每箇蟹腹內有稻穀一顆，用輪海神，待輪芒後，過八月方食。未經霜有毒。《食療本草》

秋分之日，不可殺生，不可以行刑罰，不可以處房帷，不可吊喪問疾，不可以大醉。君子必齋戒，靜專以自檢。《千金月令》

**《養生月覽・九月》** 九月九日，採菊花與伏苓，松柏脂丸服，令人不老。

《太清草本方》

九月九日，俗以茱萸插房頭，言辟惡氣而禦初寒。周處《風土記》

九月九日佩茱萸食餌，飲菊花酒，令人長壽。《西京雜記》

九月九日以菊花釀酒，其香且治頭風。《呂公歲時雜記》

九月九日天欲明時，以片餻搭見頭上，乳保祝禱云如此，云百事皆高也。同上

九月九日收枸杞浸酒飲，不老，亦不髮白，兼去一切風。《四時纂要》

九月九日菊花暴乾，取家糯米一斗丞熟，用五兩菊花末澆拌，如常醞法，多用細麵麴，爲候酒熟，即壓之去滓，每煖一小盞眼，治頭風頭旋。《聖惠方》

九月九日，真菊花末飲服方寸匕，治酒醉不醒。《外臺秘要方》

九月九日，勿起床席。《金書仙誌戒》

九月十六日，老子拔白日。《真誥》

九月十八日，忌遠行，不達其所。《雲笈七籤》

九月二十日宜齋戒沐浴，淨念，必得吉事，天祐人福。同上

九月二十日，雞三唱時沐浴，令人辟兵。同上

九月二十一日，取枸杞菜煮作湯沐浴，令人光澤，不病不老。同上

九月二十八日，宜浴。《四時纂要》

九月之節，始服夾衣。陰氣既衰，陽氣未伏，可以餌補修之藥。《千金月令》

九月中，宜進地黃湯。其法：取地黃淨洗，以竹刀子薄切暴乾，每作湯時，先微火熬，碾爲末，煎如茶法。同上

九月食薑損目。此出《千金方》。又曰：九月勿食薑，傷人神，損壽。

九月勿食脾，乃是季月土旺在脾故也。同上

九月勿食犬肉，傷人神氣。同上

九月食霜下瓜，血必冬發。此出《本草》。又孫真人云：食霜下瓜，成反胃病。

九月食麞肉動氣。同上

州縣城及人家，九月內於戌地開坎，深三尺，以上埋炭五斤，或五十斤，或五百斤。戌，火墓也，自然無火災。《千金方》

秋季月末一十八日，省甘增酸，以養胃氣。同上

秋季之月土王時，勿食生葵菜，令人飲食不化，發宿病。同上

季秋節約生冷，以防厲疾。勿食諸薑，食之成痼疾；勿食小蒜，傷神損壽，魂魄不安；勿食蓼子，損人志氣；勿以豬肝和餳同食，至冬成嗽病，經年不差；勿食〔雅〕〔鴉〕雉等肉，損人神氣；勿食雞肉，令人魂不安，魄驚散。《雲笈七籤》

季秋肝藏氣微，肺金用事，宜增酸以益肝氣，助筋補血，以及其時。同上

九月十日，取章陸根三十斤，淨洗麄切，長二寸許，勿令中風也。絹囊盡盛懸屋北，六十日陰燥爲末，以方寸匕水服之，旦先食服。十日見鬼，六十日使鬼取金銀寶物，作屋舍，隨意所欲。八十日見千里，百日身飛行，登風履雲，腸化爲筋，久服成仙矣。同上

**《養生月覽・十月》**　十月一日宜沐浴。《四時纂要》

十月四日，勿責罰人，仙家大忌。同上。又按《雲笈七籤》云：十月五日，勿責罰人也。

十月十日宜拔白。同上

十月十三日，老子拔白日。《真誥》

十月十四日，取枸杞菜煮作湯沐浴，令人光澤，不病不老。《雲笈七籤》

十月十五日，下元日，可行道建齋，修身謝過。《正一修真旨要》

十月十八日，雞初鳴時沐浴，令人長壽。《雲笈七籤》

十月上亥曰：採枸杞子二升，採時面東摘。生地黃汁三升，以好酒二升，於瓷缾內浸二十一日，取出研，令地黃汁同浸，攪之，卻以三重〔紙〕封其頭了，更浸，候至立春前三日開。已過，逐日空心飲一盃，至立春後，髭鬢變〔白〕〔黑〕，補益精氣，服之耐老，輕身無比。《經驗後方》

十月上巳日，採槐子服之。槐者，虛星之精，去百病，長生通神。《太清草木方》

十月之節，始服寒服。《千金月令》

十月宜進棗湯。其棗湯法，取大棗除去皮核，中破之，於文武火上翻覆炙令香，然後煮作湯。同上

十月勿食豬肉，發宿病。《白雲先生雜忌》

十月勿食椒，損心傷血脈。《千金方》

十月勿食生薤，令人多涕唾。同上

十月勿食被霜菜，令人面上無光澤，眼目澁痛。同上

十月不得入房，避陰陽，純用事之月也。同上

十月食獐肉動氣。《本草》

冬七十二日，省醎增苦，以養心氣。《千金方》

冬月勿以梨攪熱酒而飲，令頭旋不可枝梧。《瑣碎錄》

冬不可食豬腎。《金匱要畧方》

冬夜伸足臥，則一身俱煖。同上

冬夜臥，衣被蓋覆太暖，睡覺張目，出其毒氣，則永無眼疾。同上

凡臥，冬欲得頭向西，有所利益。《雲笈七籤》

冬日宜溫足凍腦。同上

孟冬，早臥晚起，必候天曉，使至溫暢。無泄大汗，勿犯冰凍。溫養神氣，無令邪氣外至。同上

冬不用枕冷物、鐵石等，令人眼暗。同上

冬月夜長及性熱，少食溫軟物。食訖搖動令消，不爾成腳氣。同上

冬月食芋不發病，他時月不可食。《本草》

冬月不宜多食蔥。同上

冬三月早臥晚起，必待日光。《黃帝素問》

冬服藥酒兩三劑，立春則止，終身常爾，則百病不生。《千金方》

冬月宜服鍾乳酒，主補膏髓，益氣力，逐濕。其方用乾地黃八分，菖蒲一升，熬，別爛搗，牛膝四兩，五加皮四兩，地骨皮四兩，桂心二兩，防風二兩，仙靈脾三兩，鍾乳五兩，甘草湯浸三日，以半升牛乳瓷瓶中浸炊，於炊飯上烝之。牛乳盡出，暖水淨陶洗，碎如麻豆。右諸藥並細剉，布袋子貯，浸於三斗酒中，五日後可取飲。出一升，清酒量其藥味，即出藥。起十月一日至立春止，忌生蔥、陳臭物。《四時纂要》

**《養生月覽·十一月》** 十一月十日、十一日，拔白永不生。《四時纂要》

十一月十一日，不可沐浴，仙家大忌。同上。並《雲笈七籤》。又按《千金月令》云：十一月宜沐浴。

十一月十一日，取枸杞菜煮作湯沐浴，令人光澤，不病不老。《雲笈七籤》

十一月十五日，過夜半時沐浴，令人不憂畏。同上

十一月十六日沐浴，吉。《四時纂要》

十一月勿食鼈鱉，令人水病。同上

十一月勿食陳脯。同上。又按《千金方》云：十一月勿食經夏臭脯，成水病，頭眩陰瘕。

十一月勿食鴛鴦，令人惡心。同上

十一月勿食生菜，令人發宿疾。同上

十一月勿食生薤，令人多涕唾。《千金方》

十一月勿食鼠肉、燕肉，損人神氣。同上

十一月勿食鰕蚌著甲之物。同上

十一月食獐肉，動氣。《本草》

十一月陰陽爭，冬至前後各五日別寢。《四時纂要》

十一月取章陸根淨洗麄切，長二寸許，勿令中風也。絹囊盡盛懸屋其六十日，陰燥爲末，以方寸匕水服之，旦先食服。十日見鬼，六十日使鬼取金銀寶物，作屋舍，隨意所欲。八十日見千里，百日身飛行，登風履雲，腸化爲筋，久服成仙矣。《雲笈七籤》

仲冬勿以炎火炙腹背，勿食蝟肉，傷人神魂；勿食焙肉，宜減醎增苦，以助其神氣；勿食螺蚌蟹鱉等物，損人志氣，長尸蟲；勿食經夏黍米中脯腊，食之成水癖疾。同上

仲冬腎氣正王，心肺衰，宜助肺安神，補理脾胃，無乖其時。勿暴溫煖，切慎東南賊邪之風。犯之令人多汗，面腫，腰脊強痛，四肢不通。同上

十一月之節，可以餌補藥，不可以餌大熱之藥，宜早食，宜進宿熟之肉。《千金月令》

共工氏有不才子，以冬至日死，爲疫鬼，畏赤小豆。故冬至日，以赤小豆粥厭之。《四時纂要》

冬至日鑽燧取火，可去溫病。《續漢書·禮儀志》

冬至日陽氣歸內，腹中熱，物入胃易消化。《養生要集》

冬至日勿多言，一陽方生，不可大用。《瑣碎錄》

每冬至日，於此壁下厚鋪草而臥，云受元氣。《千金方》

冬至日取葫蘆盛蔥汁、根莖，埋於庭中，到夏至發之盡爲水，以漬金、玉、銀、青石各三分，自消矣。曝令乾如飴，可休糧，久服神仙，名曰神仙消金玉漿，又曰金漿。《三洞要錄》

仲冬之月，日短至，陰陽爭，諸生蕩，君子齋戒，處必掩身，身欲寧，去聲

色，禁嗜慾，安形性，事欲靜，以待陰陽之所定。《禮記》

**《養生月覽・十二月》** 十二月一日宜沐浴。《雲笈七籤》

十二月二日宜浴，去災。《四時纂要》

十二月三日宜齋戒，燒香念仙。《雲笈七籤》

十二月七日拔白，永不生。《四時纂要》

十二月八日沐浴，轉除罪障。《荊楚歲時記》

十二月十三日，夜半時沐浴，令人得玉女侍房。《雲笈七籤》

十二月十五日沐浴，去災。《四時纂要》

十二月二十三日沐，吉。同上

十二月二十四日，牀底點燈，謂之照虛耗也。《夢葉錄》

十二月勿食牛肉，傷人神氣。《千金方》

十（一）〔二〕月勿食生薤，令人多涕唾。同上。又按《雲笈七籤》云：季冬勿食生薤，增痰飲疾。

十二月勿食蟹鱉，損人神氣。又六甲食之，害人心神。同上

十二月勿食鰕蚌著甲之物。同上

十二

數沸，於東向戶中飲之。屠蘇之飲，先從小起，多少自在。一人飲，一家無疫，一家飲，一甲無疫。飲藥酒得三朝還滓置井中，能仍歲飲，可世無病。當家內外有井，皆悉著藥，辟溫氣也。其方用大黃十六銖，白朮十八銖，桔梗十五銖，去蘆頭，蜀椒十五銖，去目，桂心十八銖，去皮，烏頭六銖，炮去皮臍，蘆笋十二銖。右七味㕮咀，絳袋盛之。出《和劑局方》。一方又有防風一兩，去蘆頭。

歲暮日全家髮投井中，呪曰：勅某甲家口眷。竟年不患傷寒，辟卻五瘟鬼。《墨子秘錄》

歲除夜，積柴於庭燎之，辟災而助陽氣。《四時纂要》

歲除夜，空房中集衆燒皂角，令煙不出眼淚出爲限，亦辟疫氣。《呂公歲時雜記》

除夜戒怒罵婢妾，破壞器皿，仍不可大醉也。《瑣碎錄》

歲除夜，集家中所不用藥焚之中庭，以辟疫氣。《呂公歲時雜記》

除夜，神佛前及廳堂房廚，皆明燈至曉，主家宅光明。《瑣碎錄》

歲夜於富家田內取土泥竈，主招財。同上

歲除夜四更，取麻子、小豆各二七粒，家人髮少許，投井中，終歲不遭傷寒、溫疫。《魚龍河圖》

除夜五更，使一人堂中向空扇，一人問云：扇甚底？答云：扇蚊子。凡七問乃已，則無蚊蟲也。《瑣碎錄》

**《壽親養老新書・四時養老總序》**《四時調神論》曰：陰陽四時者，萬物終始，死生之本也。逆之則災害生，從之則苛疾不起，是謂得道。春溫以生之，夏熱以長之，秋涼以收之，冬寒以藏之。若氣反於時，則皆爲疾癘，此天之常道也。順之則生，逆之則病。經曰：觀天之道，執天之行盡矣。人能執天道生殺之理，法四時運用而行，自然疾病不生，長年可保。其黃髮之人五臟氣虛，精神耗竭，若稍失節宣，即動成危瘵。蓋老人勘惰不能自調，在人資養以延遐算。爲人子者，深宜察其寒溫，審其饘藥，依四時攝養之方，順五行休王之氣，恭恪奉親，慎無懈怠。

**《四時宜忌・正月事宜》**《周天玉衡・六問》曰：大寒後十五日，斗指艮，爲立春，立始建也。春炁始制至，故爲之立也。後又十五日，斗指寅，爲雨水，雨水中炁也，言雪散爲水矣。律太簇，簇者，湊也。言萬物湊地而出，隨陽而生也。《晉・樂志》曰：正月建寅，寅者，津也，謂生物之津途也。《玉燭寶典》以正月爲端月，曰孟陽，曰獻歲，歲朝一日爲雞，二日爲犬，三日爲豕，四日爲羊，五日爲牛，六日爲馬，七日爲人，八日爲穀。是日，日色晴明，溫煖，則本事蕃息安泰。若值風雨、陰寒、熱象慘烈，則疾病衰滅。以各日驗之。若人值否，思預防以攝生。

《靈寶》曰：是月天道南行，作事出行，俱向南吉。是月一日，修續命，齋勿殺生。初七日是三會日，宜修延神，齋吉。

元日五更，以紅棗祭五瘟，畢，合家食之，吉。

《山海經》曰：畫桃符以厭鬼。

《荊楚歲時記》曰：元日服桃仁湯，爲五行之精，可以伏百邪。【略】

《荊楚記》：元日掛雞於門庭，百神畏之。

《墨子秘要》曰：元日取鵲巢燒灰，著於廁以避兵，撒門裏以避盜。

《四時纂要》曰：是月四日、寅日宜拔白。甲子日拔白，三十三日服井花水，令鬚髮不白。

《肘後方》曰：正月上寅日，取女青草末三合，絳囊盛掛帳中，能辟瘟疫。

《玉燭寶典》曰：元日作膏粥，以化門戶。

《瑣碎錄》打春牛時，拾牛身土泥，撒簷下，不生蜒蚰。

《荊楚記》曰：正月未日，以蘆苣火照井中、廁中，百鬼皆走。

正月元旦，迎記竈神，釘桃符上，書一齊字，掛鍾馗，以辟一年之祟。家長率長幼，拜天地萬神，詣本境土地、五穀之神，以祈一年之福，或誦經呪，完畢，方禮拜。新年寅時，飲屠蘇酒。

屠蘇酒方

大黃一錢　桔梗　胡椒各一錢五分　桂心一錢八分　烏頭六分，炮　白朮一錢八分　茱萸一錢二分　防風一兩

以絳囊盛之，懸井中，至元日寅時取之，以酒煎四五沸，飲二三杯，自幼小飲起。

洛陽人家，正月元日，造絲、雞、蠟、燕、粉、荔枝。十五日造火鵝兒，食玉粱糕。

長安風俗：元日以後，遞以酒食，相邀爲之傳坐。

立春後庚子日，宜溫蔓菁汁，合家並服，不拘多少，可除瘟疫。

元日五更時，點火把照果木樹，則無蟲生。以斧敲打各樹身，則結實。

《居家必用》曰：是月，將三年桃樹，身上尖刀畫破樹皮，直，長五七條，比他樹結子更多。

是月上辰日，塞鼠穴可絕鼠。

《五行書》曰：元日用麻子七粒，赤豆七粒，撒井中，辟瘟疫。

《歲時雜記》曰：元日燒蒼术。

《崔寔月令》曰：元日進柏酒，是玉衡星之精，服之令人身輕。《家塾事親》曰：元日取小便洗腋(熱)〔氣〕大效。

《珠囊隱訣》曰：元日煎五香湯沐浴，令人至老鬚黑。註曰：乃青木香也。因其一株五根，一莖五花，一枝五葉，一莖五節，故云。

元日四更時，取葫蘆藤煎湯浴小兒，終身不出痘瘡。其藤須在八、九月收藏。其月宜加緜襪以暖足，則無病。

元旦日，天倉開日，宜學道坐罡。戊辰日，宜煉丹藥，可長生。《雲笈七籤》曰：以立春日芥頭、(苓苓)〔零陵〕香、白檀諸香，咬咀煮湯沐浴，辟除不祥。

《雲笈七籤》曰：以立春日清晨，煮白芷、橘皮、青木香，三湯沐浴，吉。

《千金月令》曰：是月宜食粥，有三方。一曰地黃粥，以補虛。取地黃搗汁，候粥半熟，以下汁，復用緜包花椒五十粒，生薑一片同煮。粥熟，去緜包，再下熟羊腎一具，碎切成條，如薤葉大小，加鹽食之。二曰防風粥，以去四肢風。取防風一大分，煎湯煮粥，取紫蘇炒微黃香，煎取汁作粥。

《雲笈七籤》曰：正月初十日沐浴，令人齒堅。寅日燒白髮。

《吉述見》曰：是月每早梳頭一二百梳，甚益。

《元樞經》曰：春冰未泮，衣欲上薄下厚，養陽收陰，長生之術也。太薄則傷寒。

《道藏經》曰：欲滅尸蟲，春正上甲乙日，視歲星所在，焚香朝朝禮拜。誠心祝曰：臣願東方明星君，扶我魂，接我魄，使我壽命延長如松柏。願臣身中三尸九蟲盡消滅。頻頻行之，吉。

《四地纂要》曰：初七日爲上會日，可設齋醮，大吉。

《清異錄》云：咸通元日，佩紅絹囊，內裝人參豆大。嵌木香一二釐，時服，日高方止。號迎年佩。

**《四時宜忌・正月事忌》** 正月日時，不宜用寅，犯月建，百事不利。是月初七日，二十一日，不可交易、裁衣。是月初婚，忌空牀，招不祥。不得已者，以薰籠道置牀以厭之。

《梅師方》曰：元日勿食梨，以避離字之義。勿食鯽魚，頭中有蟲。

《千金方》曰：是月食虎、豹、貍肉，令人傷神損壽。又曰：不得食生蔥、蓼子，令人面上起遊風。勿食蟄藏不時之物。

《本草》：是月勿食鼠殘傷物，令人生瘻。

《心鏡》曰：是月節五辛，以避厲熱。五辛，蒜、蔥、韭、薤、薑是也。勿食狸、豹等肉。

《攝生論》曰：八日宜沐浴，其不宜遠行。《楊公忌》曰：十三日不宜問病。

正月元日天臘日。十五日爲上元，二日戒夫婦入房。

**《四時宜忌・二月事宜》** 《孝經緯》曰：雨水後十五日，斗指甲爲驚蟄。蟄者，蟄蟲震起而出也。後十五日，斗指卯爲春分。分者，半也，當九十日之半也，故爲之分。夏冬不言分者，天地間二熱而已矣。陽生子極於午，即其中分也。春爲陽中，律夾鐘，言萬物孚甲，鐘類而出也。《晉・樂志》曰：二月建卯，卯者，茂也，言陽生而滋茂也。《要纂》曰：二月爲仲陽，日令月。

《元樞經》曰：天道西南行，作事出行宜向西南，吉。不宜用卯日，犯月建不吉。

是月取道中土，泥門戶，辟官符。上壬日取土泥屋，曰角宜蠶事。

《呂公忌》曰：是月，令幼小兒女早起，避社神，免至小兒面黃。是月採升麻，治頭痛熱風諸毒。採獨活治賊風百節痛風，無久新俱治。

《四時纂要》曰：是月初八日、十四日、二十八日，拔白鬚髮，良。《千金方》曰：是月，宜食韭，大益人心。

《纂要》曰：是月丁亥日，收桃花陰乾爲末。戊子和井花水，服方寸匕，日三服，療婦人無子，兼美容顏。

《千金月令》曰：驚蟄日取石灰糝門限外，可絕蟲蟻，不過內。

《呂公月令忌》曰：社日令男女輟業一日，否則令人不聰。

《千金月令》曰：二月二日，取枸杞煎湯，晚沐，令人光澤，不病不老。

《雲笈七籤》曰：社日，飲酒一杯，能治聾疾。杜詩：爲寄治聾酒一杯。《月令》曰：春分後官服神用散，其方同蒼术、桔梗各二兩，附子一兩，烏頭二兩，炮細辛一兩，搗篩爲散，紅絹囊盛之，一人(背)帶，一家無病。二月已後，當多服祛痰之藥。是月，二十五天倉開日，宜坐圜，入山修道。

《雲笈七籤》曰：二月八日沐浴，令人輕健。初六日浴亦同。

《元樞經》曰：是月上卯日洗髮，愈疾。

《元樞經》曰：是月初八日，乃佛生日也。周建子以子月爲歲首，是以十一月爲正月也。莊王九年四月初八日，釋迦生，以子至卯月，是今二月也。二月八日爲佛生辰無疑，今不知者，不攷歲首建支，猶以四月爲成規，何其謬歟。

《靈寶》曰：是月八日，宜修芳春齋。十五日修太上慶生齋。

《洛陽記》：寒食日，裝萬花輿，煮楊花粥。

**《四時宜忌・二月事忌》**《千金月令》曰：二月三日，不可晝眠。《白雲忌》曰：二月九日不可食魚、鼈，仙家大忌。

《雲笈七籤》曰：二月十四日，忌水陸遠行。又曰：是月勿食黃花菜，交陳菹，發痼痰，動宿熱。勿食大蒜，令人熱壅，關膈不通。又曰：多食雞子，滯熱。勿食小蒜，傷人志。勿食兔肉，狐貉肉，令人神魂不安。

《養生論》曰：是月行途，勿飲陰地流泉，令人髮瘡癤，又令腳輭。是月勿食生冷，可衣夾衣。是月雷發聲，戒夫婦容止。是月初四、十六日，不宜交易、裁衣。

《元樞經》曰：毋竭川澤，毋焚山林，勿任刑，勿殺傷。

《楊公忌》曰：十一日，不宜問疾。

**《四時宜忌・三月事宜》**《孝經緯》曰：春分後十五日，斗指乙爲清明，萬物皆潔齊而清明矣。後十五日，斗指辰爲穀雨，言雨生百穀，物生清淨明潔也。律姑洗。姑者，故也。洗者，鮮也。言萬物去故而從新，莫不鮮明之謂也。《樂志》曰：三月建辰，辰者，震也，言物動長也。《纂要》曰：三月爲蠶月，爲末春。

《元樞經》曰：是月，天道北行，作事出行宜向北方，吉。

《千金月令》曰：三月採艾，爲人以掛戶上，以備一歲之炙材。《四時纂要》曰：是月三日，取桃花片收之，至七月七日，取烏雞血和，塗面上及身，光白如玉。

是月二日，收桃葉曬乾搗末，井花水服一錢，治心病效。

《瑣碎錄》曰：三月三日，薺菜花鋪竈上，及坐臥取處，可辟蟲蟻。又曰：是日，取苦楝花，無花即葉，於臥席下，可辟蚤蝨之驗。又云：清明日日未出時採薺菜花，候乾，作燈杖，可辟蚊蛾。

《瑣碎錄》曰：清明日三更時，以稻草縛花樹上，不生刺毛蟲。是月三日，或戊辰日，收薺菜花、桐花、芥菜，藏毛羽衣服內，不蛀。

《歲時記》曰：上巳日，取黍麨和菜作羹，以壓時熱。

《濟世仁術》曰：三月三日，雞鳴時以隔宿炊冷湯，洗澆瓶口及鍋竈飯籮一應廚物，則無百蟲遊走，經行爲害。

《山居四要》曰：清明前二日，收螺螄浸水，至清明日以螺水洒墻壁等處，可絕蜒蚰。

《濟世仁術》曰：三月辰日，以絹袋盛麨，掛當風處，受暑者以水調服。

《法天生意》曰：三月三日，採桃花浸酒飲之，除百病，美顏色。又曰清明前一日，採大蓼曬乾，能治熱痢。末水調服一錢效。

《濟世仁術》曰：寒食日，水浸糯米一二升，逐日換水，至小滿，漉起曬乾，炒黃，水調塗，治跌打損傷，及惡瘡神效。

三月上巳，宜往水邊，飲酒燕樂，以辟不祥，所謂修禊事也。

《萬花谷》曰：初三日，取枸杞子根，煎湯沐浴，令人光澤不老。是月二十日，天倉開日，宜入山修道。二十七日沐浴，令人神氣清爽。

《千金方》：是月入大山，背陰不見日月松脂，採鍊而餌之百日，耐寒暑，補益五臟。

《靈寶經》曰：是月三日，修盪邪齋。

清明一日，取榆柳作薪，煮食。名曰換新火，以取一年之利。

《真誥》曰：是月十一日，拔白。十三日拔白，永不生出。初一、初十日拔白，生黑。是月取百合根曬乾，搗爲麨，服能益人，取山藥去黑皮，焙曬作麨食，大補虛弱。

《養生仁術》曰：穀雨日，採茶炒藏，能治痰嗽，及療百病熱疾。

《居家必用》曰：三月一日，取鼠耳汁蜜，和爲粉，謂之龍舌，拌以壓

時氣。

洛陽上巳日，婦人以薺花點油祝之，洒入水中，若成龍鳳花卉者，則吉，謂之油花卜。

《西陽雜俎》曰：三月心星，見辰出火，焚煙插柳，謂禳此耳，寒食有內傷之虞，故令人作鞦韆、蹴踘之戲，以動盪之。是月初六、初七、二十七日沐浴，令人神爽無厄。

《荊楚記》曰：三月三日，四民踏百草，時有鬬百草之戲，亦祖此耳。

《萬花谷》云：春盡採松花，和白糖或蜜作餅，不惟香味清甘，自有所益於人。

**《四時宜忌・三月事忌》** 季春之月，不宜用卯日卯時作事，犯月建，不吉。

《雲笈七籤》曰：是月，勿久處濕地，必招邪毒。勿大汗，勿裸露三光下，以招不祥。勿發汗，以養臟。熱勿食陳菹，令人發瘡毒、熱病。勿食驢馬肉，勿食獐鹿肉，令人神魂不安。勿食韭。

《法天生意》云：勿食雞子，終日昏。又云：勿食大蒜，亦不可常食，奪熱力，損心力。

《月令忌》曰：勿食血，並脾。季月土旺在脾，恐死炁投入，故耳。《百一歌》曰：勿食魚鼈，令人飲食不化，神魂恍惚，發宿疾。

《本草》曰：勿食生葵，勿食羊脯。三月以後有蟲如馬尾，毒能殺人。

《風土記》：是月十六日、二十七日，忌遠行，水陸不吉。初一、十六日，忌裁衣、交易。

《千金方》：三月辰寅日，勿食魚，凶。

《雲笈七籤》曰：是月五日，忌見一切生血，宜齋戒。

孫真人曰：是月，勿殺生，以順天道，勿食百草與黃花菜。

《千金方》曰：勿食鳥獸五臟，勿食小蒜，勿飲深泉。

《雲笈七籤》曰：三月八日，勿食芹菜，恐病蛟龍癥，面青黃，肚腹大如妊，服糖水吐出愈。

《楊公忌》：初九日不宜問疾。

**《四時宜忌・四月事宜》** 《孝經緯》曰：穀雨後十五日，斗指巽，爲立夏，物至此時，皆假大也。後十五日，斗指巳爲小滿。小滿者，言物長於此，小得盈滿也。律名中呂。《白虎通》曰：中呂何言？陽熱極將破，故腹中難之也。《晉志》曰：呂者，助也，陰助成陽之功也。

四月建巳，巳者，起也。物至於此，畢盡而起也。《西京雜記》曰：合德用事，和氣皆陽，爲正陽之月。又曰：陽雖用事，而陽不獨存，純陽凝於無陰，亦謂之曰陰月。

又曰：是月也，盛德在火，天道西行，作事出行宜向西方，吉。是月每清晨，吃蔥頭，酒一二杯，令血氣通暢，疏壅導滯。四月丁巳，宜祀竈。十六日天倉開，宜入山修道。

收書於未梅雨時，開閣廚晾燥，隨即閉門，內放七里香花或樟腦，不生蠹魚。

收畫未梅雨前，逐幅抹去，蒸痕，日中曬晾令燥，緊捲入匣，以厚紙糊匣口四圍，梅過方開。匣須杉木，桫木爲之，內不用紙糊，並油漆以辟黴氣。

辟蚊方：用鰻魚曬乾，於室中燒之，可少解其橫。是月伐木不蛀。

《月令纂》曰：是月於魚池中納一神守，則魚不走，養鯉善飛，尤爲緊要。神守即今之團魚也。

《馮氏口談》曰：戎衣同花椒捲收，或芫花末摻之，則不蛀。一用出矾藍布包之，亦妙。風領煖耳，包藏襞中，密封襞口，毛決不脫。

《月錄》曰：洗葛衣用梅葉擦碎洗之，經夏不脆。忌用木盆，則黑，以瓷器洗之。

《內景經》曰：是月，食蕈菜，鯽魚作羹，則開胃。

《靈素經》曰：是月八日，宜修啓壽齋。是月初二十六、十八日、九日，拔白生黑。

《雲笈七籤》曰：木瓜善治轉筋，病者不必服此，但口呼木瓜二字，其病即瘥。

《月令纂》曰：是月初四日、七日、八日、九日，取枸杞煎湯沐浴，令人不老，肌膚光澤。

《雲笈七籤》曰：是目望後，宜食桑椹酒，治風熱之疾，亦可造膏用。桑椹取汁三斗，白蜜四兩，蘇油一兩，生薑汁二兩，以罐先盛椹汁，重湯煮汁，到三升方入蜜、酥、薑汁，再加鹽三錢，又煮如膏，瓷器收貯。每服，一小杯酒

服，大治百種風疾。

《千金月令》曰：四月節內宜服暖，宜食羊腎粥，其法先以菟絲子一兩，研煮取汁一兩，濾淨和粳切煮，將羊腎一具，切條蔥炒作臛，食之補腎，療眼暗赤腫一切疾。

《月令》曰：四月十五日，取浮萍一兩，麻黃去根，桂心、附子炮去臍皮，各五錢，搗爲末，每用一兩藥末，入生薑二片，蔥頭兩箇，煎至八分熱服，蓋煖取汗，治時行熱病。

**《四時宜忌・四月事忌》**《攝生月令》曰：四月爲乾，生氣在卯，死氣在酉，不宜用巳日，時犯月建，百事不吉。又曰：初九、二十五，忌裁製、交易。

《白雲雜忌》曰：是月，勿食雉，令人氣逆，又勿食鱔，害人。

《千金方》曰：勿食韭菜，同雞肉食，暴死者尤不可食，作內疽生胸臆中。勿食諸物之心，勿大醉，勿食葫，傷人神。

《雲笈七籤》曰：是月八日，不宜遠行，宜清心齋沐，必得福慶耳。又曰：是月，忌暴怒傷心，秋必爲瘧。自夏至至九月，忌食隔宿肉菜之物，忌用宿水洗面漱口。

孫真人曰：是月初五日，忌見一切生血，勿食生菜，初八日、十六日，忌嗜慾，犯之夭壽。

**《四時宜忌・五月事宜》**《孝經緯》曰：小滿後十五日，斗指丙，爲芒種。後十五日，斗指午，爲夏至。曰芒種者，言有芒之穀可播種也。夏至者，言萬物於此假大而極至也。《白虎通》曰：律蕤賓。蕤者，下也，賓者，敬也。言一陰始生萎蘼，陽不資以爲用，如賓在外而不爲內主也。《樂志》曰：辰爲午，午者，長也，大也，言物皆長大也。《吳子夜四時歌》曰：是月爲鬱蒸，爲仲暑。

《元樞經》曰：是月天道西北行，作事出行，宜向西北方，吉。

《荊楚記》曰：五日以艾縛一人形懸於門戶上，以辟邪氣。以五綵絲繫於臂上，辟兵厭鬼，且能令人不染瘟疾。

《千金月令》曰：是月，取浮萍陰乾，和雄黃些少，燒煙去蚊，火燒棗子安牀下，辟狗蚤。

《纂要》曰：五月五日，採艾治百病。

《瑣碎錄》曰：五日，硃砂寫茶字倒貼，辟蛇蠍。寫白字，倒貼柱上，辟蚊蟲。寫儀方二字，倒貼亦妙。【略】

呂公曰：五日午時，至韭芽地上，而朝東不語，取蚯蚓泥藏之，遇魚骨鯁喉，用此少許，擦咽喉外皮即消，試神效。

《廣惠方》曰：五日，取晚蠶蛾子，裝一節竹筒內，開眼處封貯，待其乾死，遇竹木刺傷者，以些少塗之即出，此異方也。《雜記》曰：以青蒿草搗汁，和石灰作餅子，陰乾收起，遇刀斧傷者，塗之立效，愈後無痕。

又一方：採百草頭搗汁，和石灰作塊子，鑿大桑樹上一孔，納灰餅在內，曝乾。敷金瘡神效。

五月五日，宜合紫金錠、保生錠子，治小兒疾，方在醫書錄，內府此日用雄黃研末，少加硃砂，收真蟾酥作杵，陰乾，凡遇惡毒初起，以唾磨塗，微痛，立消。【略】

《養生雜忌》曰：病日者，以紅絹盛榴花，拭目棄之，謂代其病，凡紅物俱可。

又云：五日，取萵苣菜原窠或葉，置廚櫃內，不生蛀蟲，置毛褐衣內亦妙。【略】

《簡易方》曰：疫氣時行，用貫仲置水缸內，食水不染。十二月除夕同此。

《本草》云：五日，取露草百種陰乾，燒爲灰，以井水煉成膏，再用釀醋和爲餅子，腋下挾之，乾即換去，五偏，能治腋下臭氣。

《救民方》：治中風牙緊不能下藥，午日合冰片、天南星，效。

《長生要錄》曰：五月五日，有雨，急破竹二三株，內有神水，瀝和獺肝爲丸，治心腹積聚。

又云：是日，取葛根爲末，療金瘡斷血，除瘧。取豬牙燒灰，治小兒驚癇，並塗蛇傷。

又云：取蝙蝠倒掛曬乾，和官桂、薰陸香燒之，辟蚊除蚤。

《家塾事親》曰：巳丑卯辰日，祀竈以豬首，吉。五月朔日，不宜出錢財，夏至淘井，可去瘟疫，五日取蝦蟆曬乾，瘧發早，男左女右，臂上挂帶，勿令知之立愈。

《禮儀志》曰：夏至浚井，能改水。朱索縛柳、杞、桃結印，爲門戶飾，可

止惡氣。十三日竹醉日，可移竹易活。五月五日，取冢上泥並磚石一塊，回家以小瓶盛埋門外階下，合家不患時證。【略】

《本草》云：五日採莧菜，加馬齒莧爲末，等分。産婦服之易産。

《雲笈七籤》曰：五日不可見血物。

《博濟方》云：五日午時，或臘月三十日，收豬心血，同黄丹、乳香相和爲丸，雞豆大，以紅絹盛掛門上，如有産婦子死腹中者，令酒磨一丸即下。

五月取桃仁一百箇，去皮尖，研細，入黄丹三錢，丸如桐子大，治瘧發。日面北，用溫酒或井花水，吞下三丸即絕。

《瑣碎錄》曰：五日清晨取白礬一塊，自早曬至晚收之，治百蟲蚊。

五日午時飲菖蒲雄黄酒，辟除百疾而禁百蟲。

《呂公歲時記》曰：夏至一陰生，宜服餌製過硫黄，以折陰氣。二十日採小蒜曝乾，治心煩痛，解諸毒，又治小兒丹疹。夏至後，宜浚井改水，以去瘟病。

是月十六日二十日，宜拔白。

《洛陽記》：午日造水羹艾酒，以花絲樓閣，插鬢贈遺，造辟瘟扇。

《文昌雜錄》曰：端午日走馬，謂之蹶柳。

《萬氏家抄》曰：五日午時，採雞腸草，曬乾爲末，齒痛熱服者，擦之立癒。《千金月令》曰：五日，取瓦上青苔，或百草霜，入鹽漱口，效。或水煮羊蹄根，或醋煮川椒，俱能治齒百疾。

《靈寶經》曰：是月五日，可修續命齋。

**《四時宜忌・五月事忌》** 五月用事不宜用午，犯月建，百事不吉。

十五、二十五日，忌裁衣交易。

經曰：五月初五、初六、初七日，十五、十六、十七日，二十五、二十六、二十七日，謂之九毒，戒夫婦容止。勿居濕地，以招邪氣，勿露臥星月之下。

《問禮俗》云：五月俗稱惡月，按月令仲夏，陰陽交，生死之分。君子節嗜慾，勿任聲色。《異苑》曰：五月勿曬牀、薦蔗。

《西陽雜俎》曰：五月，蛻精神，不可上屋，能令人魂魄不安。

《月令圖經》曰：此月，勿食濃肥，勿食煮餅，可食溫煖之物。

《濟世方》曰：五月，不可多食茄子，損人動氣，茄性屬土。

《保生心鑑》曰：是月，勿下枯井及深穿，中多毒氣。先以雞毛探之，若毛下旋舞者，即是有毒，不可下也，多致疾。

《歲時記》曰：勿食菘菜，發皮膚瘋癢。

《保生錄》曰：茉莉花勿置牀頭，引蜈蚣，當忌。李子不可與蜜、雀肉同食，損五臟。

《千金方》曰：小兒不可弄槿花，惹病痞，槿爲瘧子花，故也。五月勿食鯉，多發風。

《類摘良忌》云：江魚，即黄魚也，不可同蕎麥食，令人失音。

枇杷不可同炙肉、熱麪同食，令人患熱發黄。桃子不可與鼈同食。

《便民圖纂》曰：甜瓜沈水者，殺人。多食作陰下癢生瘡，患腳氣，食之永不愈。雙蒂者殺人，且此物不可與油餅同食。

楊公忌曰：初五日不宜問疾名，地臘日。

**《四時宜忌・六月事宜》** 《孝經緯》曰：夏至後十五日，斗指午，爲小暑。後十五日，斗指未，爲大暑。小、大者，就極熱之中，分爲大小，初後爲小，望後爲大也。律林鐘，林者，衆也。萬物成熟，鐘類衆多。《樂志》曰：月辰爲未，未者，吐也。萬物何成，咸有味也。

《元樞》曰：是月，天道東行，作事出行，俱宜向東，吉。其月遇土王，戊日祭中霤之神。是月，宜飲烏梅醬，木瓜醬，梅醬荳蔻湯，以祛渴。方俱見前。

湯治男子虛羸，五勞七傷，風虛耳聾。乾地黄六分，黄芪六分，茯苓六分，五味子四分，羚羊角四分，桑螵蛸三兩，炙，地骨皮一兩，桂心一兩，麥門冬五分，去心。磁石一錢三分，打碎水洗，令黑汁出盡爲止。羊腎兩箇，豬腎亦可，去脂膜，切如柳葉，以水四升，先煮去水升半，即掠去水上肥珠及腎滓。取汁煎諸藥，澄清去滓，分爲三服，三伏日各服一料，隨人加減亦可，忌食大蒜、生蔥、冷陳滑物。空心平旦服之。

《養生雜纂》曰：老人氣弱，當夏之時，納陰在內，以陰弱之腹當肥冷之物，則多成泄瀉。一傷真氣，卒難補復，不宜燥熱補藥，惟用平補溫和之劑，如八味丸之類，以助元氣。

《雲笈七籤》曰：六月六日，沐浴齋戒，絕其營俗。

《關西舊俗志》曰：六月六日，取水收起，淨瓮盛之一年不臭，用以作醋醬醃物，一年不壞。

《真誥》曰：初八、初九、十四，宜拔白，永不生。又云：初三、初四、十八、二十三日，拔白亦可。

《四時纂要》曰：是月初一日、初七、初八、二十一日，沐浴去疾禳災。

《七籤》曰：二十七日，取枸杞子根，煎湯沐浴，至不老病。

《荊楚記》曰：六月伏日，宜作湯餅食之，名爲辟惡。

舊俗造醬，用三伏黃道吉日，浸荳，黃道日拌黃，不生蟲。

《靈寶經》曰：六月六日，宜修清暑齋。

**《四時宜忌・六月事忌》**《月令》曰：六月選用日時，不宜用未，犯月建，百事不利，初一日忌經營。初十二、十日，忌交易、裁衣。

《僊誌戒》曰：六月六日，忌取土開掘。

《四時纂要》曰：三伏日不可嫁娶，傷夫婦，不吉。

《雲笈七籤》曰：六月二十四日，大忌遠行，水陸俱不可往。

《千金方》曰：勿食韭，令人目昏，勿食羊肉，傷人神氣，勿食野鴨、鵝，動風，有毒。勿食肝，更勿食脾，乃是季月，土旺在脾。

《雲笈七籤》曰：六月勿食羊血，傷人神魂，少志健忘。勿食生葵，必成水痕。

《瑣碎錄》曰：暑月不可露臥，勿沐浴當風，慎賊邪之氣侵人。又曰：其月無冰，不可以涼水陰冷作冰飲。水熱生涎者勿飲，能殺人。

《元樞經》曰：是月勿斬伐草木，勿動土，勿舉大事，以搖養氣。

《養生仁術》曰：勿專用冷水浸手足，防引起狂邪之風，犯之，令人瘋病體重。

《食治通說》曰：夏月不宜飲冷，何能全斷，但勿宜過食可矣。又云：冷水與生硬，菓油膩甜食，恐不消化，亦不宜多飲湯水飲。

《便民纂》曰：途中一時中暑身死者，勿可用冷水灌沃，急就道上取熱土，填於死者臍上成堆，中間撥開作一孔，急以熱尿，尿入臍孔，次用生薑、大蒜搗爛，熱湯送下，即活。

《瑣碎錄》曰：暑月瓮罐，大日曬熱，不可即取盛裝飲食，恐收暑氣。

《楊公忌》曰：初三日不宜問疾。

**《四時宜忌・七月事宜》**《孝經緯》曰：大暑後十五日，斗指坤，爲立秋，秋者，揫也。物於此而揫斂也。後十五日斗指申，爲處暑，言瀆暑將退，伏而潛處也。律夷則，夷者，傷也，則，法也。言金氣始肅，萬物於此凋傷，猶被刑戮之法也。《晉・樂志》：七月爲申。申者，身也。言萬物身體皆成就也，時爲龍虎，七月爲蘭月。

是月也，天道東北行，作事出行宜向東北，吉。不宜用申日，犯月建，作事不吉。

《白雲雜忌》曰：七日取麻勃一升，並入參半升，合蒸氣盡，令偏服一刀圭，令人心地聰明。

《雲笈七籤》云：七日曝皮裘，可以辟蛀。

《家塾事親》曰：七日取角蒿置氈褥、書籍中，可以辟蠹。又云：辟蛇。

又云：收芙蓉花葉，以治腫。乾取末，醋調一味，敷腫上，可消。七日取百合根熟搗，新瓦器盛之，掛於屋內，陰乾百日，拔白以此糝之，可生黑髮。

《常氏日抄》曰：是月，上甲日，採枸杞花，八月上酉日，治病服之。又云：立秋日，人未起時，汲井水，長幼皆少飲之，療病。又云：七日取螢火十四枚，撚白髮自黑。

《常氏日抄》云：七日採蒺藜子陰乾搗末，食後服，治眼失明。

《法天生意》曰：秋三月，戊子、己亥、庚子、辛亥，宜煉丹藥，宜入山修道。

《雲笈七籤》曰：是月十六日，剪指甲燒灰服之，能滅九蟲三尸。十一日取枸杞煎湯沐浴，令人不老不病。

又云：此月二十三日沐，令髮不白。二十五日沐，令人壽長。

《千金月令》曰：是月，暑氣將伏，宜食稍涼，以爲調攝。法用竹筱葉一把，山梔二箇，切碎用水熬煎，澄清去滓用。淘粳米粉作泔粉服。

神仙餌松實法：七月取松毬中仁，去木皮，搗如膏，每服雞子大一團，日三服。久服身輕，三百日後可行五百里之遠。

竹葉粥：中暑者，宜用竹葉一握，山梔一枚，煎湯去渣下。

立秋太陽未升，採楸葉熬膏，渣治瘍立愈。名楸葉膏，熬法以葉多方稠。

又曰：七月七日採蓮花七分，八月八日採藕根八分，九月九日採蓮實九分。陰乾搗細，煉蜜爲丸，服之令人羽化。又曰：七日取烏雞血，和三月三日收桃花片爲末塗面，令人瑩白如玉。

《家塾事親》曰：是月七日，取蜘蛛一枚，著領中令人記事不忘。七日取槐角子，熟搗成汁，納銅鉢中，曬成膏，捏爲鼠屎大，納肛門口治痔。

又曰：七日白瓤絞汁一合，以醋一升，古錢七箇，和均以火煎之，令藥稀稠得所，點入眼眥中。治眼目黑暗。又曰：七日採麻花。五月五日收麻葉，搗作炷圓，灸生瘰癧瘡上百壯。

《法天生意》曰：七日採麻花陰乾爲末，烏麻油浸，每夜塗眉毛，脫落者立生。

是月，二十三日、二十八日，拔白永不再生。

七月五日，是三會日，宜修迎秋齋。

《修真指要》曰：中元十五日，可修齋謝罪。

立秋日用汲新水，吞赤小豆十四粒，一秋可免赤白痢疾。

七夕乞巧，使蜘蛛結萬字，造明星酒，同心膾。

《本草》云：七月七日，採慎火花苗葉五兩，鹽三兩同搗，絞汁，治熱毒。

**《四時宜忌・七月事忌》** 七月日時，不宜用申，犯月建，百事不利。初八、二十二日，忌裁衣、交易，初七日勿想惡事。

《白雲忌》曰：七月勿食蕈菜，上有蠲蟲，害人。勿食韭菜，損人目。

孫真人曰：勿食雁，傷人。勿食菱肉，動氣。勿食(多)生蜜，令人暴下霍亂。

《法天生意》曰：立秋後十日，瓜宜少食，《月令》云：立秋勿食煮餅及水溲餅，勿多食豬肉，損人神氣。

楊公忌曰：初一日、二十九日，不宜問疾。

是月初七日，道德臘。十五日爲中元，二日戒夫婦入房。

**《四時宜忌・秋八月事宜》** 《孝經緯》曰：處暑後十五日，斗指庚，爲白露。陰氣漸重，露凝而白也。後十五日，斗指酉，爲秋分，陰生於午，極於亥，故酉其中分也。仲月之節爲秋分，秋爲陰中，陰陽適中，故晝夜長短亦均焉。律南呂。南者，任也。呂者，助也。言陽氣尚有任生陰，助成功也。辰酉，酉者，緧也。

《纂要》曰：是月初三日至初七日，俱宜沐浴，令人聰明不老。又云：二十五日宜浴卻病。

《圖經》曰：八月，楮實子紅熟，甲子日採來，水浸去皮穰，仙方單服其實。又云：採柏子曬乾爲末，服方寸匙，稍增至多，欲絕穀延年。

《雲笈七籤》曰：二十五日，天倉開，宜入山修道。

**《四時宜忌・八月事忌》** 《千金方》曰：勿食萌芽，傷人神膽，喘悸，脅助氣急，勿多新薑，勿食生蒜。又曰：勿食豬肺及飴，和食令人發疽。勿食雉肉。勿食豬肚，冬成嗽疾。

《楊公忌》曰：二十七日，不宜問疾。

自霜降後，方可食蟹，蓋中膏內有腦骨，當去勿食，有毒。

《雲笈七籤》曰：是月勿犯賊邪之風，勿多食肥腥，令人霍亂。

《千金月令》曰：秋分之日，勿殺生，勿用刑，勿處房帷，勿弔喪問疾，勿大醉。

二十九日，忌遠行，水陸不吉。

《雲笈七籤》曰：是月初八日，勿買布買鞋履，附足大爲忌也。

《元樞》曰：天道東北行，作事出行，俱宜向東北，吉。不宜用酉日，犯月建，不吉。

《荊楚記》曰：是月初十日，以硃砂點小兒額上，爲之天灸，以厭疾也。

《纂要》曰：十九日拔白，永不生。初二、初四、十五、二十五日同。

《雲笈七籤》云：是月行路間，勿飲陰地流泉，令人发癗，脚軟。

社日，人家裪褓兒女，俱令早起，恐社翁爲祟，與春社同。

《雲笈七籤》曰：是月八日，取枸杞煎湯沐浴，令人不老不病。又曰：二十二日沐浴，令人無非禍。

《千金月令》曰：此月可食韭菜、露葵。

《齊諧記》曰：八月初一日，作五明囊，盛取百草頭露，以洗眼，眼明。

《述仙記》曰：八月一日，以絹囊承取柘樹下露，如珠子，取拭兩目，明爽無疾。

是日可修之。

**《四時宜忌・九月事宜》** 《孝經緯》曰：秋分後十五日，斗指辛，爲寒露。謂露冷寒，而將欲凝結矣。後十五日，斗指戌，爲霜降，敢肅露凝結而爲霜矣。故云駟見而隕霜。駟，房星也。律無射，射者，出也。言陽氣上升，萬物收藏，無復出也。然隨陽而終，當隨陰而起，無終已也。辰爲戌，戌者，滅也。謂時物皆衰滅也。

是月也，天道南行，作事出行俱宜向南，吉。不宜用戌日，犯月建，不吉。

《風土記》曰：是月九日，採茱萸插頭鬢，辟惡氣而禦初寒。

是月二十日，沐浴。其日雞鳴時沐浴，令人辟兵。

二十一日，取枸杞煎湯沐浴，令人光澤不老。二十八日宜沐浴。

二十一日天倉開，宜入山修道。

《千金月令》曰：宜進地黃湯。其法：取地黃洗淨，以竹刀切薄，曬乾。用時火焙爲末，輒細充湯服，煎如茶法爲妙。

《四時纂》曰：取枸杞子浸酒飲，令人耐老。

又《仙方》云：修長生者，保命莫切於稀薟草。五月五日、七月七日、九月九日採。

《聖惠方》曰：甘菊花曬乾，三升入糯米一斗，蒸熟，菊花搜拌如常造酒法，多用細麪麴，候酒熟，飲一小杯，治頭風旋運等疾。

《雲笈七籤》曰：是月，採白朮，蒸曝九次，曬乾爲末。日服三次，不飢，延年益壽。

《食療本草》曰：此月後宜食野鴨，多年小熱瘡不愈，食多即瘥。

九日採甘菊花及松柏脂，丸服，令人不老。

《纂要》曰：是月，宜合三勒漿，過此月則不佳矣。用訶梨勒，毗梨勒，菴摩勒，三味和核搗如麻豆大，用三兩。次用蜜一斗，以新汲水二斗調均，傾瓮中，即下三勒，熟攪密封。

三四日後開，又攪之。以乾淨布拭去汗，候法定密封共三十日方成，味甚美，飲之消食下氣。

《西京記》曰：初九日佩茱萸，餌糕，飲菊花酒，令人壽長，無疾。

《呂公記》曰：九日天明時，以片糕搭兒女頭額。更祝曰：願兒百事俱高。作三聲。

又曰：九日造迎涼脯、羊肝餅，佩瘦木符。

《真誥》曰：十六日，宜拔白，永不生。

**《四時宜忌·九月事忌》**《千金月令》曰：是月，勿食脾。季月土旺在脾也。

《雲笈七籤》曰：季秋，節約生冷，以防痢疾。勿食新薑，食之成癇疾。

又云：勿多食，令人魂魄不安。九日勿起動牀蓆，當修延算齋。

《月忌》曰：勿食犬肉，傷人神氣。

又云：勿食霜下瓜，冬發翻胃。勿食葵菜，能令食不消化也。

《雲笈七籤》曰：是月十八日，忌遠行。

《楊公忌》曰：二十五日，不宜問疾。

**《四時宜忌·十月事宜》**《孝經緯》曰：霜降後十五日，斗指乾，爲立冬。冬者，終也。萬物皆收藏也。後十五日，斗指亥爲小雪，天地積陰，溫則爲雨，寒則爲雪。時言小者，寒未深雪未大也。律應鐘。鐘者，動也。言物應陽而動，下藏也。辰亥，亥者，劾也。言時陰氣劾殺萬物也。《西京雜記》曰：十月爲正陰，曰陰月。《要纂》曰：上冬。

是月天道南行，作事出行宜正南方，吉。不宜用亥日，犯月建，不吉。十六日，天倉開，宜入山修道。又曰：初十日、十三日，宜拔白。

《五行書》曰：是月一日，食餅，令人無病，是月宜進。取大棗去皮核，於文武火上翻覆焙香，然後泡作湯服。《攝生圖》曰：初一日，宜修成福齋。初五日，修三會齋。勿行譴責。

決明子，主青盲，目淫，眦赤白膜，痛淚。又療脣口青色，十月十日採陰乾。

冬三月，戊寅、己卯、癸酉、辛巳、丁亥，及壬丙、戊癸，宜煉丹藥。是月，宜服棗湯、鍾乳酒、枸杞膏、地黃煎等物。以養和中氣。方俱在前。

《雲笈七籤》曰：十月十四日，取枸杞煎湯沐浴，令人光澤不病。初一日、十八日，並宜沐浴，吉。

冬至日，陽氣歸內，腹宜溫煖，物入胃易化。

《修真指要》曰：十五日下元吉辰，可修謝過齋。

《太清草本方》云：槐子乃虛星之精，是月上巳日，採而吞之，每服二十一粒，去百病，長生通神。是月，宜食芋，無礙。

**《四時宜忌·十月事忌》**是月初一、十四日，忌裁衣交易。

《白公方忌》：曰：十月忌食豬肉，發宿氣，且亥爲豬肖，宜忌之。是月二十五日，不宜問疾。是月初一日，爲民歲臘，十五日爲下元。二日戒夫婦入房。二十日忌遠行。

**《四時宜忌·十一月事宜》**《孝經緯》曰：小雪後十五日，斗指壬，爲大雪，言積陰爲雪，至此栗烈而大矣。後十五日，斗指子爲冬至，陰極而陽始

至。日南至，漸長至也。《白虎通》曰：始律黃鐘，何？黃，中色也？鐘，動也，言陽氣動於黃泉之下，欲養萬物也。《樂志》曰：辰子，子者，孳也，言陽氣至此更滋生也。呂氏曰：仲冬爲暢月。

《月纂》：天道東南行，作事出行，宜向東南，吉。

《纂要》曰：共工氏子不才，以冬至日死，爲疫鬼。畏赤小豆。是月，以赤小豆煮粥厭之。

《七籤》曰：是月，取枸杞葉煎湯洗浴，至老光澤。十五、十六日，俱宜沐浴。

《千金月令》曰：是月，可服補藥，不可餌大熱之藥，宜早食，宜進宿熟之肉。

又曰：至日於北壁下，厚鋪草而臥，以受元氣。

《纂要》曰：是月初十日，宜拔白髮。《五經通義》曰：至後陽氣始萌，陰陽交精，萬物氣微，在下不可動泄。

《簡易方》曰：冬至日鑽燧取火，可免瘟疫。

《仙經》曰：十一日天倉開，宜入山修道，修啓福齋。

《歲時雜記》曰：至日以赤小豆煮粥，合門食之，可免疫。冬至煎餳，綵珠戴，一陽中。

**《四時宜忌・十一月事忌》**《纂要》曰：是月，勿食鼈、鼈肉，令人水病。勿食生菜，發宿疾。

勿食生韭，多涕唾。又曰：初四日，勿責譴下人，大忌。

又曰：十一日，不可沐浴，勿以火灸背。

《翰墨全書》曰：是月二十五日，爲掠剩，丈夫忌勿犯交姤，凶。至後夫婦當戒容止。

《纂要》曰：是月十二日、二十二日，忌裁衣、交易。

《千金翼方》曰：冬至後庚辛日，不可交合，大凶。又曰：勿枕冷石、鐵物，令人目暗。又曰：勿食螺螄、螃蟹，捐人志氣，長屍蟲。

《雲笈七籤》曰：二十不宜遠行，二十三日不可問疾，不用子日，犯月建，作事不吉。

《禮儀志》曰：至日鑽燧取火，可止瘟病。是日勿多言，當閉關靜坐，以迎一陽之生。

《雲笈七籤》曰：仲冬腎氣旺，心肺衰，宜助肺安神，調理脾胃，無乖其事。時勿暴溫煖，勿犯東南賊邪之氣，令人多汗，腰脊強痛，四肢不通。

**《四時宜忌・十二月事宜》**《孝經緯》曰：冬至後十五日，斗指癸，爲小寒，陽極陰生，乃爲寒。今月初寒尚少也。後十五日，斗指醜，爲大寒，至此栗烈極矣。律呂，呂者，拒也。言陽氣欲出，陰拒之也。《樂志》曰：辰丑，丑者，紐也，言終始之際，以紐結爲名也。

《月纂》曰：天道西行，作事出行俱宜向西，不宜用丑日，犯月建，作事不吉。

《墨子秘錄》曰：是月癸丑日，造門，盜賊不能進。

《瑣碎錄》曰：臘月子日曬薦席，能去蚤蝨。又曰：是月取豬脂四兩，懸於廁中，入夏一家無蠅。二十四日牀底點燈，謂之照虛耗也。

《本草》云：念四日，取活鼠油煎爲膏，敷湯火瘡、滅瘢疵極良。【略】

《七籤》曰：除夜枸杞湯洗浴，令人不病。初一、初二、初八、十三日、十五、二十日，沐浴去災悔，吉。【略】

除夜，宜燒辟瘟丹，並家中所餘雜藥焚之，可辟瘟疫，可焚蒼术。方見五月。

《法天生意》云：初七、初十、十八、二十日，拔白髮。【略】

是月，收雄狐膽，若有人暴亡未移，時無及矣，當預備之。

是月，取青魚膽陰乾。如患喉閉，及骨鯁者，以此膽少入口中，咽津即解。

又曰：是月，取皂角燒爲末，留起。遇時疫，早起以井花水調一錢服之效。

**《四時宜忌・十二月事忌》**《千金方》：是月勿食豬，脾旺在四季，故耳。

是月，勿歌舞，犯者，凶。《月忌》：二十一日，不可問疾。初七日、不宜水陸遠行，凶。初九日、二十五日，忌裁衣交易。

《瑣碎錄》曰：除夜勿嗔罵奴僕，並碎器皿，仍不可大醉。八日，名王侯臘，忌夫婦入房。

**《格物通・正心格》**《易》：咸九四，貞吉，悔亡。憧憧往來，朋從爾思。

臣若水通曰：咸也者，感也，咸卦取象諸身。人之於身也，無不兼知，則亦無不兼感也。九四，心也。心也者，無感不通者也。以陽明居正，故爲貞吉。貞者，心之本體，天理也，感通之道也。以貞而感，則心普萬物而無心，情順萬事而無情，公而溥也。無有不感，則無有不應，吉而悔亡也。悔生於私心，體虛明憧，憧則私矣。物累而不化，將迎而無窮也。感之私而應之者，亦私朋比之從也。故《繫辭·傳》曰：天下何思何慮？思慮者，憧憧也，同歸而殊途，一致而百慮，一貫之道也。貞也，貞則感而遂通矣。憧憧者，心之不正也。

同人文明以健中正，而應君子正也。唯君子爲能通天下之志。

臣若水通曰：同人者，同於人也。同於人，故能通其志。上乾下離，故有文明剛健之象，五二皆居中位，正故有中正，而應君子正道之象。夫文明者，虛靈也。剛健者，直方也。中正者，不偏倚也。同德而應信也，是虛靈方直而不偏心之本體。所謂天理，是心也，人人之所同有也。心同則志同，而無不感通矣。蓋君子之心，先得人心之所同然也。故視千萬人之心，猶己之心也。以一己之心，推之千萬人無間也。所謂同人於野是也。人皆有之，特君子不失其正耳。

晉六五，悔亡，失得勿恤，往吉，無不利。

臣若水通曰：六五，以陰柔不正，宜有悔，以上近剛明，而下皆順從，故悔亡。然其離體高明，以照羣陰，故能去其計功。謀利之心則往吉，而無不利也。夫患得患失者，陰邪之人也，私小也，非公正之心也。若夫君子之心，廣大而高明，則失得非所恤矣。以天德而行王道，如天之覆也，地之載也。功深而恩不露，澤溥而民不知，吉無不利也。非聖人之心，廓然太公者，烏足以語化。

損。象曰：山下有澤，損君子以懲忿窒慾。

臣若水通曰：山下有澤，氣通上潤，有損之象也。君子體此，必損其身。心之所當損者，忿與慾是也。忿慾之害，心也大矣。必損之而後可以合道。故武王曰：危於忿懥，失道於嗜慾也。夫天理人欲，相爲消長，人欲不消，則天理不長。懲之窒之，則心之本體復，而天理全矣。懲與窒非強制也，如塞水者，窒其源也，常存此心，體認天理，有見則私意退聽矣。不然愈懲而愈奮，愈窒而愈生，其能免於私欲之害者幾希。

艮。艮其背，不獲其身，行其庭，不見其人。無咎。

臣若水通曰：艮，止也，背者，一身之止者也。艮之止者，必如背之止，斯爲止之至也。夫性之至善，無間動靜，然人心於止之時，則皆至善。天理斯存，動而有不善，而天理滅矣。故君子之學，動靜皆定，所謂艮其背，則止其止矣。然必內外兩忘，人己不見，然後能止。故不獲其身，內忘己也。不見其人，外忘人也。內外兩忘，則澄然無事矣。夫然後能止，雖然不獲其身，必獲其理也。不見其人，必見其理也。《記》曰知止而後有定，定則天理純全，何咎之有？正心之功，此其至矣。

艮，象曰：兼山。艮，君子以思不出其位。

臣若水通曰：艮爲山，重艮，上下皆山，故有兼山之象。君子觀此，求艮止之道，不越於思焉而已爾。思無邪，而後能止。出位之思邪，思即不止矣。位者，所處之時、之地、之事也。所思或非其時，非其地，非其事，是出位也。或滯於時，滯於地，滯於事，亦出位也。必無在而無不在，勿助勿忘，然後能中。思是之謂，思不出位。夫思者，心之本體也。思不出位，則吾心之本體正而天理見矣。夫思者，聖功之本也，可不慎乎？

中孚。中孚以利貞，乃應乎天也。

臣若水通曰：天者，天命賦予之本然，中正而信也。人之心不中則不正，不正則不信，皆違天也。是故至中而信，則天理流行，故利而貞，正則人道盡矣。盡人道以復乎？天道者也。故曰：應天所謂全而歸之也。非益之也，不然天予之，而我喪之，豈應天乎？此心學之大端也。

《書·虞書·大禹謨》：人心惟危，道心惟微，惟精惟一，允執厥中。

臣若水通曰：此乃帝舜傳授大禹以心學也。心者，人之精神，虛靈知覺者也。頃刻之間，於軀殼上起念，血氣用事，即謂之人心。頃刻之間，於義理上起念，德性用事，即謂之道心。故程顥曰：人心人欲，道心天理是也。危者，危言、危行之危，言大也。微，猶滅也。惟危，惟微，二句相因，說天理人欲，不容並立。人欲長一分，則天理消一分，故人心日以長大，則道心日以微滅。精以察見此理，即學問思辨之事，屬知一以存養此理，即篤行之事。屬行，知行並進，即執中之功夫。中即此天理是也。天理則不偏不倚，無過不及，故謂之中，允信也。執謂有之於己之意，信有諸己，則與中道而一矣。故曰：惟精惟一，允執厥中。堯之傳舜，只曰：允執厥中。知行混合，體

用一原，以聖授聖，故不待言功夫也。至是舜傳禹，始有人心道心。惟精惟一之說，則又推執中之功夫。言之此萬世心學之源，於人君聖學最爲切要。自後言建中、建極，言博約一貫，言止至善。格物言學問，思辨篤行，言集義養氣，言誠言敬，皆本於此。舍此，則人欲橫流，天理滅絕，雖有天下，不能以平治矣。惟聖明留意焉。【略】

《周書》：周官作德，心逸日休。作僞，心勞日拙。

臣若水通曰：此成王申戒卿士，持恭儉而處富貴之言也。逸，安也。休，閒靜也。德者，所得之理，心之中正者也。作德則心中自然無所矯戾，故內省不疚，不憂不懼，心常安逸而休，休無入而不自得矣。若有所矯飾而爲，內無恭儉之心，而外爲恭儉之事，是謂作僞。僞則揜護不暇，故心勞。然有諸中，形諸外，自不覺真情之發見矣。故曰：日拙。然則作德作僞，在人所自作爾。此君子正心之學，必貴於謹獨也歟。

《詩・曹風・鳲鳩》：其儀一兮，心如結兮。

臣若水通曰：《詩》美君子，用心純固，而內外合一也。言淑人君子，其見於動作威儀之間者，既一而有常度矣。其儀一，則知其心純全專一而如結矣。蓋和順積中，而英華發外，自有不可揜者矣。夫心無內外者也，故離內以言心，不知心者也。離外以言心，亦不知心者也。惟知合一之道，則何心非事，何事非心，何內非外，何外非內。周敦頤曰：動而無動，靜而無靜。程顥曰：無內外，無將迎，體用一源，顯微無間，心之本體也。故外則儀一，內則心結，由中達外，其本然者，不得而不一也。然則君子事內乎？事外乎？養其中，以達諸外。內外合一，吾心正矣。心正而中立焉。中立而和生焉，是謂大本。達道心，事一貫，聖學之體用備矣。

《小雅・小弁》：相彼投兔，尚或先之。行有死人，尚或墐之。君子秉心，維其忍之。

臣若水通曰：天地以生物爲心，人得其生。生者，以爲心。不忍之心，人孰無之。故人於被逐，投人之兔，猶或哀而脫之；於死而暴露之骼，猶或哀而掩之，皆不忍之。心發於自然者，不容已爾。幽王何獨無是心乎？乃信讒而逐其子，投兔死人之不若矣。夫父子之愛，天性也，人之心也。幽王於是乎無人心矣。心非初無也，良由蔽於褒姒之諸。有天下者，秉其不忍之心，而擴充之。雖斬一木，殺一獸，非其時，不忍也，況於人乎？況於親乎？故曰：先王有不忍人之心，斯有不忍人之政，亦惟察識而擴充之爾。【略】

《春秋》隱公元年。

臣若水通曰：此魯惠既沒，隱公嗣位之始年也。《春秋》謂一爲元者何？宋儒胡安國曰：元，即仁也。仁，人心也，所以明君用也。蓋乾元資始，坤元資生者，天地之用也。人得是元以生仁也者，心之生理，渾然萬物一體者也。大君者，天地之宗，子而忽忘勿助。正心體元者，所以爲治天下國家之本也。本正則乾坤合德，而百官萬民，莫敢不一於正矣。《春秋》紀元，所以開萬世心學之源也歟。【略】

《玉藻》曰：古之君子必佩玉，右徵、角，左宮、羽，趨以采齊，行以肆夏，周旋中規，折旋中矩，進則揖之，退則揚之，然後玉鏘鳴也。故君子在車，則聞鸞和之聲，行則鳴佩玉，是以非辟之心，無自入也。

臣若水通曰：徵、角，陽也，而右佩，陰中陽也；宮、羽，陰也，而左佩，陽中陰也。皆玉也。路寢門外，至應門謂之趨。路寢門內，至堂謂之行。采齊肆夏，詩名歌之以節行也，規圓矩方也，鸞在衡，和在軾也。人心之不正，多引於淫聲。古之君子，和鸞之設，所以養於車也。佩玉之鳴，所以養於行也。是故右徵、角，左宮、羽，陰陽之交，所以養中和之德也。采齊肆夏，規矩揖揚，所以養之於行節也。行中節也，然後玉鏘鳴。玉鏘鳴也，然後非心滌。非心之萌，自外感內者也。心之本體，無不正也。觸於外，感乎內，斯主之矣。入者，主之也，非心體之本然也。故人君之心，在養正而已矣。

《學記》曰：學者有四，失教者必知之。人之學也，或失則多，或失則寡，或失則易，或失則止，此四者，心之莫同也。知其心，然後能救其失也。教也者，長善而救其失者也。

臣若水通曰：學之不明也，久矣，蓋由其不識心爾。知心之病，斯能知心之本體矣。故知多寡易止之失，則知不多，不寡，不易，不止，而心正矣。是故有以用心於博聞強識之支離者，其失也多。有以不用心而徑超頓悟者，其失也寡。有以粗心於百性日用，其失也易，有以甘心於自暴自棄，其失也止。四失者，過與不及，皆非吾心本體之正也。是故古之教者，觀病以知心，因心以救失。惟以長養其善念爾。蓋善也者，吾心之天理也。學者苟知天理爲本體，而隨處體認焉，則無過不及。勿忘勿助之間，自有易簡之道，而帝王心學之傳在是矣。謹以爲聖明心學萬一之助。

《樂記》曰：致樂以治心，則易直子諒之心油然生矣。易直子諒之心生則樂，樂則安，安則久，久則天，天則神。天則不言而信，神則不怒而威。

臣若水通曰：致者，約而有諸己之意。孟子曰：樂之實樂，斯二者是也。仁義之良心，人所固有，不待外求。樂所以養吾心之中和，內外合一者也。朱熹曰：子諒讀爲慈良易直，慈良之心，仁也。仁心生則樂矣。樂有諸己，則安矣，安則不息矣，不息則天在我矣。天在我，則妙萬物而神矣。是故天則不言而民信也，神則不怒而民威也。信且威，樂以治心之功用至矣。

緇衣子曰：心莊則體舒，心肅則容敬，心好之身必安之。

臣若水通曰：心者，合內外而一之者也。故容貌身體皆心也，其心可不正乎？

《論語》子曰：詩三百，一言以蔽之，曰思無邪。

臣若水通曰：此聖人揭魯頌駉篇之指，以示人也。夫思者，心之神也，心體何嘗不正思焉，而幾動則善惡分矣。心之本體，至正而善也。私意萌焉，則邪惡矣。而心中正之體無不在，特蔽於私爾。思無邪，所以復心之本體也。人能隨處體認，察見本體而涵養之，則內欲不萌，外誘不累，而心思之神，澄然無事，是謂無邪也。不能見理，則私心邪念潛伏於中，雖欲規規焉除之，不免於滅東生西之患矣。欲其無邪也，得乎？

子曰：回也其心，三月不違仁，其餘則日月至焉而已矣。

臣若水通曰：仁者，心之生理也。程顥所謂心如谷，種仁則其生之性是也。仁未嘗與心判爲二物也。蔽於邪私，則心爲人心，而天理滅矣。故違而二之。顏子克己故禮復，禮復則天理流行，與心爲一。故曰：不違仁，三月言其久也。久於仁也，其餘日月至焉者，蓋或一月之內存乎仁，或一日之內存乎仁，不能如顏子之久矣。如謂，必日月而後一至焉，豈聖門之賢之學哉？先儒謂顏子有王佐之才，觀其心，不違仁，是有天德矣。有天德，便可以語王道，此顏子所以爲王佐乎！伏惟聖明，取顏子之學，以志仁爲要，尤博求天下。學顏子之學者以爲輔，則君臣咸有一德而王道成矣。

子絕四，毋意，毋必，毋固，毋我。

臣若水通曰：此聖門心學之要。門人記聖人之所以教人者，即子以四教之意也。夫心之本體，無一物也。如天地之至公，有物則非本體矣。張載曰：四者有一焉，則與天地不相似。四者在人，相爲終始，有則俱有，無則俱無，惟聖人之心，廓然大公，物來順應，故無四者之病也。然此不曰無，而曰毋者，蓋嘗以禁止學者之辭也。學者誠能體認天理，不以己與物，克去四者之私，不爲本體之累矣。故程顥曰：敬則無己可克，始須絕四。又曰：意必固我，既亡之後，必有事焉。夫四者既亡，則天理自見，是謂有事，否則雖強無之，且將失於空虛，流於異學，而何可以入道哉！此學者所當自究竟也。

孟子曰：人皆有不忍人之心。先王有不忍人之心，斯有不忍人之政矣。以不忍人之心，行不忍人之政，治天下可運之掌上。所以謂人皆有不忍人之心者，今人乍見。孺子將入於井，皆有怵惕惻隱之心，非所以內交於孺子之父母也，非所以要譽於鄉黨朋友也，非惡其聲而然也。由是觀之，無惻隱之心，非人也；無羞惡之心，非人也；無辭讓之心，非人也；無是非之心，非人也。惻隱之心，仁之端也；羞惡之心，義之端也；辭讓之心，禮之端也；是非之心，智之端也。人之有是四端也，猶其有四體也。有是四端，而自謂不能者，自賊者也。謂其君不能者，賊其君者也。凡有四端，於我者，知皆擴而充之矣。若火之始然，泉之始達。苟能充之，足以保四海。苟不充之，不足以事父母。

臣若水通曰：孟子此章，直指本心，體用全具，可謂深切而著明矣。不忍人之心，即心之生理。所謂仁也，即下惻隱之心。至於羞惡、辭讓、是非之心，即是四端之發，隨感而異見爾，非謂原有四心也。夫惟聖人有是心，則有是政者，所謂體用一原也。君子能知是心，而擴充之復其本心也。衆人不能，則此心雖發，將隨發隨泯，自暴自棄者也。雖然充之，則足以保四海，不充之，不足以事父母。是故帝堯之德，光被四表，後之人主，或以天下之大，不能悅其親，而遂肆欲以危宗廟社稷。是心充與不充之間，其所係豈細故哉！故人君苟不失其本心之正，斯不失天下之心，而天下國家可保也。

孟子曰：君子之所以異於人者，以其存心也。君子以仁存心，以禮存心。

臣若水通曰：此孟子明君子所存之心，示人以正心之學也。夫以仁禮存心，非謂取諸外以存之也。仁即是心之生理，禮即是心之天理，同是一理。苟能禮認此理而心存，存即無一念，而非仁禮矣。此乃復吾心本體之正，非由外鑠我也。我之心也，得其心則得仁禮矣。失其心，則失仁禮矣。此君子

之所以異於人者，乃得人心之常爾，豈別有異於人哉？故君子之學，在於體認天理而存，隨感而見施之，愛人則爲仁施之，敬人則爲禮，本立而道自生矣。

孟子曰：雖存乎人者，豈無仁義之心哉？其所以放其良心者，亦猶斧斤之於木也。旦旦而伐之，可以爲美乎？其日夜之所息平旦之氣，其好惡與人相近也者，幾希則其旦晝之，所爲有梏亡之矣。梏之反覆，則其夜氣不足以存。夜氣不足以存，則其違禽獸不遠矣。人見其禽獸也，而以爲未嘗有才焉者，是豈人之情也哉？故苟得其養，無物不長。苟失其養，無物不消。孔子曰：操則存，舍則亡，出入無時，莫知其鄉，惟心之謂與。

臣若水通曰：夜氣之說，未之前聞也。至孟子而始發之，於此可以知理氣之合一矣。夫仁義之心，即吾心之生理，所謂性也。旦晝不害其性，則夜氣益清，夜氣既清，則旦晝之理益明。蓋性之存亡，係乎氣之清濁，氣得其中正，即仁義之性也，故曰合一。奈何人之轉展相害，使夜氣薄濁，而仁義之良心亦亡。要之良心之消長，顧人所以養之者，何如引孔子之言，正以明心之不可以頃刻失其養也。學者誠能隨時、隨處察識此心之本體而涵養之，造次顛沛必於是，旦晝常如夜氣之時，則何往而非仁義哉？李侗曰：孟子夜氣之說，於學者極有力，有志於學者所宜務焉。

孟子曰：人有鷄犬，放則知求之，有放心而不知。求學問之道無他，求其放心而已矣。

臣若水通曰：仁，人心。義，人路。孟子既重，爲不由不求者哀矣，於此復致意於放心之求者，何哉？蓋萬事萬變，皆本於心，千聖千賢，皆是心學。欲求放心，非強制妄想能之也，在於學問耳。孔子曰：吾嘗終日不食，終夜不寢，以思無益，不如學也。中庸學問，思辯篤行之事是也。故學問之道，不過只爲此心，求其放失者而已。人纔學問，則有以管攝此心，發明此心，不求而復矣。所謂博學切問，仁在其中也。然而人君以一心而受衆欲之攻，尤易以放故，尤當自力以求之。求之匪他，惟學問體認天理，存存於勿忘勿助之間，心存則仁存，仁存則義路以由矣。存心也者，其聖學之要乎？

孟子曰：養心莫善於寡欲。其爲人也寡欲，雖有不存焉者寡矣。其爲人也多欲，雖有存焉者寡矣。

臣若水通曰：心之本體，即天理也。欲害之，故失其本體爾。莊周曰：其嗜欲深者，其天機淺。夫欲去一分，則理存一分；欲去十分，則理存十分，而心之本體正矣。周敦頤曰：聖可學乎？曰：可有要乎？曰：一爲要，一者無欲也。無欲則靜虛，動直靜虛則明，明則通。動直則公，公則溥，明通公溥庶矣乎！然則志於聖學者，必自寡欲以去其害心者，然後可也。【略】

昭公二十一年春，天王將鑄無射，伶州鳩曰：王其以心疾死乎？夫樂，天子之職也。夫音，樂之輿也。而鐘，音之器也。天子省風以作樂器，以鐘之輿以行之。小者不窕，大者不摽，則和於物，物和則嘉成。故和聲入於耳而藏於心，心億則樂，窕則不咸，摽則不容，心是以感，感實生疾，今鐘摽矣。王心弗堪，其能久乎？

臣若水通曰：無射，鐘名。窕、摽，鐘之獘病也。人之心，無所不感也。其可以一或不正乎？景王之死，心疾也。心疾之死，曷爲於無射見之。《樂記》曰：凡音之起，由人心也。人心之動，物使之然也。無射之摽者，心之感於音者乎？是故即音以知其心，即心以知其疾，即疾以知其不久也決矣。人君知此，蓋必正其心，約其情，聲和則氣和，氣和則形和，形和則天地之和亦至矣。

昭公二十五年，宋公享昭子賦新宮。昭子賦車轄，明日宴飲酒樂，宋公使昭子右坐，語相泣也，樂祈佐退，而告人曰：今茲君與叔孫其皆死乎？吾聞之哀樂，而樂哀皆喪心也。心之精爽是謂魂魄，魂魄去之，何以能久？

臣若水通曰：哀，樂情也；情者，心之發也。敬也者，其操之之要乎？敬存，則心存，心存則情正，情正則哀樂之發，各當其可。初非有意爲之也。宋公之與昭子當宴而泣，其得哀樂之正乎？心有不存焉故爾。宋儒朱熹曰：凡人之病，皆可治。惟心病，則難幸。毋陷於心病。使無下藥之理哉。

《國語・周語》單穆公曰：夫耳目，心之樞機也，故必聽穌而視正，聽穌則聰，視正則明，聰則言聽，明則德昭。德言昭德，則能思慮，純固以言德於民，民歆而德之，則歸心焉。

臣若水通曰：穆公王卿士，單靖公之曾孫，樞機發動所由也。心有所欲，耳目爲之發動，習於和正，則心可正矣。夫人心之神，皆發於耳目，故《書》曰：不役耳目，百度惟貞。百度者，心之謂也。故耳和目正，則心亦正

而常存矣。夫然後思慮純固，言順德昭，而民心歸焉。爲人君者，可不填耳目之好，養其心以爲化民之本乎？【略】

《晉語》寶犨曰：君子哀無，人不哀無。賄哀無德，不哀無寵。哀名之不令，不哀年之不登。

臣若水通曰：寶犨，晉大夫，哀，猶慮也，登高也，賄財也，寵位也，年壽也。富貴與壽，三者皆人之欲也。然所欲有甚於此者，有德有人，令名之謂也。孟子曰：君子有終身之憂，是其所哀者大矣。爲人上者，德修則人歸，名從而彼皆所性不存者矣。簡子能信寶犨之言，則哀樂得其正，情不蕩而性不鑿矣乎！【略】

唐中宗神龍元年，左拾遺李邕上疏：以爲《詩》三百，一言以蔽之曰思無邪，若有神仙能令人不死，則秦始皇、漢武帝得之矣。佛能爲人福利，則梁武帝得之矣。堯舜所以爲帝王首者，亦修人事而已，尊寵此屬，何補於國？

臣若水通曰：古先哲王，皆以正心爲正萬事之要，故心思之本體無邪也。其有邪者，欲誘之也。仙道佛教皆其一二也，其於身心國家何補哉？李邕引思無邪之一言爲戒，良有以也，可以爲人君慕仙事佛者之鑒。

唐憲宗元和三年，嘗問裴垍爲理之要何？先對曰：先正其心。

臣若水對曰：惟大人爲能格君心之非，君正莫不正，一正君而國定矣。君心克正，則用人行政皆出於正，而國豈有不治乎？裴垍之言善矣。惜乎未聞有正心之學，足以格君也。

唐憲宗元和十五年，上見夏州觀察判官柳公權書跡，愛之卒酉，以公權爲右拾遺、翰林侍書學士。上問公權：卿書何能如是之善？對曰：用筆在心，心正則筆正，上默然改容，知其以筆諫也。

臣若水通曰：萬事萬變生於心，心正則莫不正矣。憲宗聞公權正心之說而改容，豈非惻隱之心所發乎？然而不能用之使啓心沃心，以究正心之學，擴充之以保四海，惜哉！

賈誼曰：楚懷王心矜好高，人無道而欲有伯王之號，鑄金以象諸侯趨君令，諸侯聞之，以爲不宜，故興師伐之。

臣若水通曰：心之本體無物也。無物，故神。好矜好高，心之蔽也。矜高者勝心，人思以勝，心乘之矣。勝心者，召敵之媒也。語曰：魚惡其網，人惡其上，勝心之召也。

故君子先正其心，使克伐不存，則天下莫與爭功爭能矣。

賈誼曰：諸侯凡有治心者，必修之以道，而興之以敬，然後能以成也。

臣若水通曰：率性之謂道，勿忘勿助之謂敬。是故敬立而道修矣，道修而治成矣。故心也者，萬事萬化之大原乎！【略】

宋哲宗元祐四年，東平化呂公著卒。公著自少講學，即以治心養性爲本，於聲利紛華，泊然無所好，簡重清靜，苟便於國，不以利害動其心。

臣若水通曰：孟子言盡心知性而知天，存心養性以事天。蓋必知所有而後能養所有也。史稱公著學以治心養性爲本，蓋即孟子存心養性之意也。獨不知其於盡心知性、知天者何如爾。苟不知之，則所存所養者何事？程頤云：只被君家學佛，公著父子多讀釋氏書，故其父子反以程頤兄弟爲所見者淺近，則史所謂性者，又未可知也。故君子之學，以盡心存心爲務，以知性、養性爲要。

宋高宗紹興三十二年，召張浚入朝，以爲江淮宣撫使，封魏國公。帝手書召浚入，見浚至，帝改容曰：久聞公名，今朝廷所恃惟公。因賜之坐，浚從容言：人主之學以心爲本，一心合天，何事不濟？所謂天者，天下之公理而已。必兢業自持，使清明在躬，則賞罰舉措無有不當，人心自歸，敵讎自服。帝悚然曰：當不忘公言。加浚少傅魏國公，宣撫江淮。

臣若水通曰：觀張浚之言，似乎得心學之旨，上可以啓君心之明，下足以救人心之溺者矣。雖然，知而不行，猶爲不知。知行並進，而後心學可純也。浚以吳玠之故，殺曲端則行浸潤之譖，謂之不明，詆李綱、趙鼎而不獲大用，則以愛憎爲用舍，謂之不公。不明生於不公，不公由於不察見天理，則亦何貴於心學之說也噫！心學不純，而欲格君心之非，望之爲堯舜者，未之有也。敢附《春秋》責脩賢者之義。【略】

宋儒周敦頤曰：見其大則心泰，心泰則無不足。無不足則富貴貧賤處之一也。處之一則能化而齊，故顏子亞聖。

臣若水通曰：大指天理而言，曾點漆雕開已見大意，正謂此也。泰，舒也。化即所過者化之化，理無富貴貧賤之殊，能化其富貴貧賤之念，則與道一，而去聖不遠矣。故曰：亞聖夫心廣大高明，天理渾然，何嘗不泰，人人皆有，惟顏子之心不違仁，故能見之。分明而外物不累。故能化而不滯，此所以能亞於聖也。學者知其大，皆我固有而隨處體認天理焉。此入聖之

門也。

荀卿曰：養心莫善於誠。周敦頤曰：荀子元不識誠。程顥曰：既誠矣，心安用養邪。

臣若水通曰：皆一心也，自其生理而言謂之性，自其實理而言謂之誠，自其住一而言謂之敬，自其極實無妄而言謂之至誠。孟子曰：誠者，天之道也。思誠者，人之道也。學至於誠極矣。誠心又何假於養敬者，所以至乎誠者也。荀卿惟不識誠也，故有養心用誠之說。不識性也，故有性惡之說，不識性與誠，是不識心也，非二物也。是故，知性則知誠矣，知誠則知心矣。故君子之學莫先於知心。

程顥曰：學者須敬守此心，不可急迫。當栽培深厚，涵泳於其間，然後可以自得。但急迫求之，只是私己，終不足以達道。

臣若水通曰：守操而不失也，急欲速也，迫促也。進道之功有自然之節度也，或失則過焉，或失則不及焉，皆非自然之本體也。孟子曰：必有事焉，而勿正心，勿忘勿助長也。夫助則過，忘則不及，皆不可以進道也。故道之進也，在於勿助忘之間而已矣。是故知道者鮮矣。知道者鮮，而天下無善治矣。嗚呼！揭離明於長夜冥行之際，正有望於今日。

程顥年十六時好田獵，後見周敦頤，自謂今無此好矣。敦頤曰：何言之易也？但此心潛隱未發，一日萌動復如前矣。後十二年，暮歸在田野間，見田獵者，不覺有喜心，乃知果未也。

臣若水通曰：心之本體，無一物也，動於氣而物欲生焉。欲之根既生，未易得而除也，見天理則人欲消矣。顧其根未易拔也，必體認天理之公，久則可奪舊習矣。顥天資最高，而猶不能忘少年之習於涵養。積久之下者，以病根在也。然而下顥一等，則其欲根之萌，枝葉扶疎，將折斧斤矣。而顥獨先知之。易曰：顏氏之子有不善，未嘗不知，知之未嘗復行。程顥其殆庶幾乎？

程顥曰：天下無性外之物，以有限之形氣，用之不以其道，安能廣大其心也。心則性也，在天爲命，在人爲性，所主爲心，實一道也。通乎道，則何限量之有？必曰：有限量是性外有物乎？

臣若水通曰：性者，心之生理也，與天地萬物爲一體者也，何限量之有？人惟私欲蔽之，而廣大高明之體始小矣。故孟子盡心，知性知天。盡心者，不蔽於物，廓其廣大高明之量，而性自見矣。既知之存之，而不失所以養性，事天不外是矣。人主留心聖學，宜不出於斯二者。伏惟深宮之中，臨御之時，隨處而加察焉。

程顥曰：一人之心，即天地之心。

臣若水通曰：《記》云，人者，天地之心也。程顥之言，其本於斯乎。夫人一天地也，而心果有二乎哉！天地之心何心也？生不息者也。人其在生生不息之中最靈者爾。心果有二乎哉？是故人之心，即天地之心，即鬼神之心，即堯、舜、禹、湯、文、武、周、孔之心，即途之人之心。宇宙內只一心而已矣，知乎此者，可以識心矣，故可以知道矣。

程頤曰：聖人之心未嘗有在，亦無不在。蓋其道合內外，體萬物。

臣若水通曰：心非物也，神也。神妙萬物，是故合內外，體萬物而不遺。是以謂之神。聖人之心，未嘗有在，亦無不在。神也，無在無不在之間。吾心自然之本體乎？是故學者，勿助勿忘之時，而天理見矣。滯於物而不通，則亦物焉而已矣，豈此心神明之本體乎？《易》曰：神而明之，存乎其人。

程頤曰：公則一，私則萬殊，人心不同，如面只是私心。

臣若水通曰：心，一也，而不同者，非心之本體然也。程顥云：人能將身在天地萬物中，作一例看多少快活，是故天體萬物而無外。聖人體萬民而不私，私心亡而萬殊一矣。故宋儒葉采亦曰：公則萬物一體，私則人己萬殊，其知此矣。是故君子之道，莫大乎公溥。

邵雍曰：聖人所以能立於無過之地者，以其善事吾心者也。

臣若水通曰：聖人之心，一仁而已矣。則亦何過之有哉！是以口不失於人也，足不失於人也。色不失於人也。三者盡而聖人之善事其心者可知矣。是故聖人之無過，以其無違此心也。無違心者，善事心者也。非以此事彼之謂也，事之即心也。孟子曰：存其心，養其性，所以事天也。然則爲人君者，知善事其心，則知善事其天矣。

張載《正蒙》曰：聖人盡性，不以見聞梏其心，其視天下無一物非我。

臣若水通曰：人心廣大，天地萬物同體者也。見聞之念，起於軀殼之私，則廣大之體蔽而身外皆非我矣。聖人盡己之性，以盡人之性，盡人之性，以盡物之性，以其性一也。其視天下無一物非我也，是之謂見大，見大則小

不足以梏之矣。

張載曰：人病其以耳目見聞累其心，而不務盡其心。故思盡其心者，必知心所從來而後能。

臣若水通曰：心者，人之神明，無所不知，無所不能者也。惟求道於耳目聞見之際，而神明之體始累，於是乎有不知不能也。見聞何貴於人哉？惟曰盡心焉爾矣。盡心者，廓去其私，則本體圓全，而心所從來，可不求而知矣。若復求心之從來則玄矣。

張載曰：天理一貫則無意必固我之鑿。意必固我，一物存焉，非誠也。

臣若水通曰：意必固我，私心也。非廣大高明之本體也。天理見則私心亡，此盛則彼衰，消長之理也。孔子之戒門弟子以絕四，毋意必固我，正心之功斯其至矣。張載乃推原於天理，又發前人所未發也。四者絕而天理全，則誠可復矣。不然則強制之，猶爲克伐怨欲，不行焉爾，何足以語誠哉！

張載《理窟》曰：求心之始，如有所得，久思則茫然復失，何也？夫求心不得其要，鑽研太甚則惑，心之要，只是要平曠，熟後無心。

臣若水通曰：張載所謂平曠，即勿忘勿助之間也。得此則得其理矣，失此則失其理矣。故茫然而失者謂之忘，鑽研太過者謂之助，過猶不及爾。學者於勿忘勿助之間而平曠，自然之氣象自見矣。

張載曰：正心之始，當以己心爲嚴師，凡所動作，則知所懼。如此一二年間，守得牢固，則自然心正矣。

臣若水通曰：人心之失，事遷之也，惟執事敬，則心事合一而本體立矣。本體立，則視聽言動無往而非本體之發，夫惡得而放之。夫人之心不可欺也，知其不可欺，恒若嚴師之存，而本心無不正者矣。

藍田呂氏論心曰：如衡之平，不加以物；如鑑之明，不蔽以垢，乃所謂正也。

臣若水通曰：聖人之心，與天地相似，何有不正？常人之心，有滯於忿懥好樂，恐懼憂患，故與天地不相似，而鑑空衡平之體亡矣。正之之功何如？曰：敬而已矣。是故人君一敬立而萬事出，天下治矣。

五峯胡宏曰：造車於室，而可以通天下之險易；鑄鑑於冶，而可以定天下之妍醜，蓋得其道而握其要也。治天下者，何獨不觀乎此，反而求諸身乎？是故一正君心而天下定矣。

臣若水通曰：物皆有要也，何獨至於人而疑之。夫帝王之業本諸道，帝王之道本諸心。是故心也者，天下之大本也。大本立，達道行焉。王業以建，而天下之能事畢矣。孟子曰：君仁莫不仁，君義莫不義，君正莫不正，故爲人君者，莫先於講明正心之學。

龜山楊時曰：戡定禍亂，雖急於戎務，必本於方寸，不學以致知，則方寸亂矣，何以成帝王之業乎？

臣若水通曰：萬事本乎一心，心無主，則一簒之墮可以亂我方寸矣。況能應天下之大變乎？《易》曰：震驚百里，不喪匕鬯。言有主也。人君爲天下之主者，其可弗之思乎？

朱熹曰：天下之事，其本在於一人。而一人之身，其主在於一心。故人主之心一正，則天下之事無有不正。

臣若水通曰：一人謂君也，人君之於天下，萬事萬化皆生於心，故心者，治化之原也。朱熹之言，誠爲根本之論矣。人君之學，可不思所以正心以開治化之原乎？

朱熹答王子合曰：心猶鏡也，但無塵垢之蔽，則本體自明，物本能照，今欲自識此心，是猶欲以鏡自照，而見夫鏡也。

臣若水通曰：至虛至明者，心之本體也。私欲障之，則本體昏而物至不能照矣。君子之學，去其害本體者爾。若復以心求心，則憧憧往來，朋從爾思，是非徒無益，而又害之者也。

張栻答劉宰書有云：物欲之防，先覺所謹。蓋人心甚危，氣習難化，誠當兢業乎。此然隨處隨遏，將滅於東而生於西，紛擾之不暇。惟端本澄源，養之有素，則可以致消弭之力。

臣若水通曰：端本澄源之道，在體認天理而已矣。天理有見，則私欲自消，氣習自化。若有防檢之心，是又生一心也。滅東生西，豈有窮乎？此張栻端本澄源之論，所以不可易也。

張栻《擴齋記》有云：充無欲害人之心，而至於仁，不可勝用；充無穿窬之心，而至於義，不可勝用。仁義之不可勝用，豈自外來乎？擴而至於如天地變化，草木蕃，亦吾心體之本然者也。

臣若水通曰：充，擴也。穿壁，踰垣爲盜者也。夫心之本體一天理而已矣。自其隨感而發，則有仁義之分，然皆本於人之一心爾，實非自外至者

也，我固有之者也。是故充其仁義，而天地草木咸在其中矣。故曰：心體天地萬物者也。人主誠能知是心之大，而加擴充之功，則足以保四海而無餘矣。

象山陸九淵曰：古人教人，不過存心，養心，求放心。此心之良，人所固有，惟不知保養，而反戕賊放失之爾。苟知其如此，而防閑其戕賊放失之端，日夕保養灌溉，使之暢茂條達，如手足之捍頭面，則豈有艱難支離之事。

臣若水通曰：人之所以爲人者，心也。心得其公正，即天理也。天理至易簡也，何有於支離？陸九淵存心養心，求放心之說，蓋本諸孟子是矣。但謂防閑其戕賊放失之端，是放賊之者，一心防之者，又一心也，其端將無窮不可得而除矣。且謂暢茂條達，非識其根本而立之，何以能致？所謂根本者，天理而已矣。察識天理，而存養之，則戕賊放失之端可以不防而退聽。至於本立道生，而暢茂條達，自不能已矣。臣敢以是廣九淵之說，伏惟皇上體而用之，以爲正心，正百官萬民之本，天下幸甚。

陸九淵曰：人心至靈，此理至明，人皆有是心，心皆具是理。

臣若水通曰：心即理也，理即心之中正也，一而已矣。而云具者，是二之也。心得其正故靈，惟靈故明，非有二也。不觀之心，失其職者乎？心失其職，則亦血肉之軀殼而已矣。何有於靈邪？惟不靈，故不明此心理合一之驗也。周敦頤曰：匪靈弗瑩，靈明一也。九淵顧以明屬於理，而屬靈於心，豈非二之也哉！九淵謂讀《論語》疑有子之言支離，臣亦敢以是疑九淵焉。

潛室陳植曰：人心如鏡，物來則應，物去依舊，自在不曾迎物之來，亦不曾送物之去，只是定而應，應而定。

臣若水通曰：人心如鏡者何也？本無物也，故物來則照，物去不照，照與不照，而鏡之本體自如也。照在物而不在鏡也。無將無迎，順其自然。聖人之心不失其本體，如是而已矣。故君子之學廓然而大公，物來而順應，至此焉止矣。是故本體得，而學問之功終矣。故曰：學問之道無他，求其放心而已矣。

鶴山魏了翁曰：人之一心，至近而遠，至小而大，至微而著。

臣若水通曰：心者廣大而無外，周流而無窮者也。無遠近，無大小，無顯微。是故近而能遠，小而能大，微而能著。故盡心存心，而天下之理盡之矣。人君之治天下可不務乎？

國朝吳元年五月，置福建行省，以福、汀、漳、泉、建、寧、邵武、興化、延平八府隸之，命中書省參政蔡哲爲參政。太祖諭之曰：君子立身行己，莫先於辨義利。夫義者，保身之本。利者，敗名之源。常人則惟利是趨，而不知有義。君子則惟義是守，而竟忘乎利，此所以異於常人者也。福建地瀕海，民物富庶，番舶往來，私交者衆，往時官吏多爲利誘陷於罪戾。今命卿往，必堅所守，毋陷其非。哲對曰：臣以菲薄叨承恩命，敢不盡公以報。太祖曰：公即無私，義之謂也。私即忘公，利之謂也。要公之一字，亦未易言，此心如止水，明鏡，無分毫私意累之，然後揆事度物，廓然無滯，若使胷中微有芥蒂，即不得爲公矣。卿宜勉之。

臣若水通曰：臣伏觀太祖高皇帝諭蔡哲之命，大哉皇言，一哉皇心，先之以義利，公私之辨，明其幾也。終之以止水，明鏡之喻，明其體也。可爲深得心學之要者矣。仰惟我皇上，當以聖祖爲法，而在位諸臣，亦當以蔡哲爲法，則君臣鹹有一德而治化成矣。

洪武十八年五月辛酉朔，上御華蓋殿，文淵閣大學士朱善進讀心箴畢，上曰：人心道心，有倚伏之幾。蓋仁愛之心生，則忮害之心息。正直之心存，則邪詖之心消。羞惡之心形，則貪鄙之心絕，忠恕之心萌，則巧僞之心杜。故人常持此心，不爲情欲所蔽，則至公無私，自無物我之累爾。

臣若水通曰：天理人欲，不容並立，此盛則彼衰，乘除之理然也。我皇祖諭學士以人心道心倚伏之幾，其深得帝王精一之傳乎！夫心一而已矣，純乎天真，謂之道心，雜以人僞，謂之人心。人心之得其正，即道心。道心之失其正，即人心。非有二也。仁愛正直，羞惡忠恕之心，皆天理也。忮害邪詖，貪鄙巧僞之心，皆人欲也。天理日進，則人欲日消，人欲消盡，則純是天理，化之者爲聖人。故君子之學，在隨處體認天理而已矣。千聖千賢之貫也，此聖祖實開一代心學之源也，伏惟聖明留意焉。

洪武十九年正月，上坐東閣，因與侍臣論仁智，上曰：聖人篤於仁，賢者不舞智。若姑息之，仁不爲愛物。奸欺之智，足以禍身。又論天人相與之際，上曰：天人之理無二，人當以心爲天。論儉，上曰：不可儉者祭祀，然祭不可瀆。不可儉者賞賚，然賞不可濫。

臣若水通曰：天地之塞吾其禮，天地之帥吾其性，人與天本一理也。

人苟體認天理於心，無私蔽之累，則一念之愛，足以利物，而不爲姑息之小仁。一念之明，足以周身，而不爲奸欺之私制。一念之節，制時豐而豐時儉，而儉而不爲違道之豐儉，皆天理之流行矣。天理流行，與天心合矣。皇祖與侍臣之論及此，其天人合一之心乎？仰惟聖明，體皇祖之心，則溥博淵泉而時出之，家國天下永荷其無疆之休矣。

國朝太祖，造觀心亭於宮城上，親幸其中，召學士宋濂謂曰：人心虛靈，乘氣機出入，操而存之爲難。朕罔敢自暇自逸，譬魚之在井，雖未免乎跳躑，終不能度越範圍，況有事於天地。廟社尤用祇惕，致齋之日，必端居亭中，返視却聽，上契冲漠，體道凝神，誠一弗二，庶幾將事之際，對越在天，洋洋乎如臨其上，卿爲朕記之，傳示來裔，咸知朕志，俾弗懈愈虔。

臣若水通曰：人心虛靈常在也。蔽之若出，覺之若入，故在操舍而已。皇祖造亭宮城，扁曰：觀心。親幸體認齊一於斯，即成湯銘盤之意也。有事於天地廟社，致齊亭中，返觀卻聽，上契冲漠，洋洋如見，即文王昭事之敬也。惟其操心，誠一弗二，此所以應天順人，肇造鴻業，以開萬世之太平，善於己而垂諸後，其佑啟之意深矣。聖嗣尚當以皇祖之心爲心，存養於未事之先，廓然太公，靜則定矣。及事物之來，隨感順應，動亦定矣。如是，則皇祖之心，豈不在我，而皇祖之緒，豈不永之於無窮也哉！

國朝太祖曰：人君一心，治化之本，存於中者，無堯舜之心。欲施於政者，有堯舜之治，決不可得也。

臣若水通曰：天下之治，本於善政。天下之政，本於君心，堯舜以精一執中之心，行精一執中之治，體用一原耳。惟皇祖契之，故發探本之論也。譬之木焉，心其根矣。政治其枝，葉花實矣。培植其根，則生意滋息。枝葉花實，固其一本之發也。人君能涵養以正其心，則天理純全，達於政事，而治化成矣。不立天下之大本，而欲致天下之大治，是斧其根，而溉其葉也，豈可得哉？仰惟聖明，因皇祖之言而反求之，即存堯舜之心，而致堯舜之治矣。愚臣不勝願望之至。

永樂二年八月，翰林學士解縉等進呈《大學·正心章講義》。太宗覽之至再，諭縉等曰：人君誠不可有所好樂，一有好樂，泥而不返，則慾必勝理。若心能靜虛，事來則應，事去如明鏡止水，自然是天理。朕每退朝默坐，未嘗不思管束此心爲切要。又思爲人君，但於宮室、車馬、服食玩好無所增加，則天下自然無事矣。

臣若水通曰：心之本體無一物也。忿懥、恐懼、好樂、憂患，四者皆私也。而有一焉，即失其本體而心不正矣。人君居崇高之位，好樂尤爲害心，不可不深戒也。太宗文皇帝，因解縉等，講大學正心章，而尤以好樂爲戒，真可謂知正心之先務者矣。又以虛靜應物，比之鏡水，自然天理，誠至論也。夫天理二字，千聖千賢之大頭腦也。人君於心，得其正時認取，則天理見矣。涵養而擴充之，則王道不外是矣。宋之人主，乃厭聞正心誠意之說，無怪乎國祚之不競也。惟聖明以堯舜禹湯文武之資，求堯舜禹湯文武之心。學當近以祖宗正心之論爲的幸甚。

**《格物通·脩身格》** 正威儀

《易·小畜·象》曰：風行天上，小畜，君子以懿文德。

臣若水通曰：宋儒朱熹云：風有氣而無質，能畜而不能久，故不能如大畜多識。前言往行，以畜德也，故爲小畜之象。文德者，文章之外著威儀，文辭皆德之流裔。故曰：文德。文章者，末也。德者，本也。本末合一，其文王孔子之至文乎！美其文德，雖不離於道，而未一於道。然下一等則如成帝之威儀，非不足觀也，本之則無如之何。故人君之學，必由中以達外。

【略】

《詩·大雅》：抑抑威儀，維德之隅，人亦有言，靡哲不愚。庶人之愚，亦職維疾，哲人之愚，亦維斯戾。

臣若水通曰：抑抑，恭遜之貌。隅，廉隅也。夫內外一理也，威儀之恭遜者，是其德必嚴正，如宮室之制，內有繩直，則外有廉隅也。曾子之言，正顏色，動容貌。孟子之言，睟於面，盎於背，正動而睟盎焉者，以其德之存於中者，有本如是也。武公爲此詩，其亦知內外合一之道乎？故《易》曰：和順積中，英華發外。《中庸》曰：誠則形，形則著，著則明。《孟子》曰：動容周旋，中禮盛德之至也。皆此之謂也。以此觀之，文末也，德本也，然則專事於德乎？曰：偏於內，而忘其外，非內外交養之道也。故古之君子，周旋必中規，折旋必中矩，趨以采齊，行以肆夏。出必鳴鸞，行必佩玉，所以敬其儀者，敬其德也。知所以敬德，則知合內外之道，而脩身格物之功備矣。

《魯頌·泮水》：穆穆魯侯，敬明其德。敬慎威儀，維民之則。

臣若水通曰：魯侯之明德，以化民。頌曰：敬慎威儀何哉？蓋德化

之本也。儀者，德之符也。德蘊於中而無迹，儀著於外而可觀。一或有愆，旦失色於朝暮，傳笑於國人，將易之何以爲法於民哉？故古之賢君，必慎其德，由中達外，其在朝廷，垂衣裳，負斧扆，執言在左，執吏在右，凜乎不敢肆，雖在宮寢，猶其在朝廷。動止必臧，衣冠必整，一顰一笑，必自愛焉。凡俳戲褻慢之事，不足以動天顏之一顧，則威儀正矣。使民望其顏色而化之，則而象之，畏而敬之。人君之於威儀，豈細故哉？後之人主，乃不慎乎！此或岸幘箕踞，或不冠可奏，或鷁匿懷中，其於威儀何如哉？蓋由不愛其身，故內外不檢爾。

《春秋・昭公二十五年》齊侯唁公於野井。

臣若水通曰：胡安國云：齊侯唁公於野井，以遇禮相見。孔子曰：其禮與其辭足觀矣，然則何以失國而不反乎？禮有本末，正身治人，禮之本也；威儀文辭，禮之末也。昭公喪齊，歸無戚容而不顧，娶孟子爲夫人而不命，政令在三家而不能取，有子家子之賢而不能用，而屑屑焉習儀以亟，能有國乎？雖劉侯來唁，其禮與辭是矣。而方伯連帥之職，則未脩也，又豈所以爲禮哉？臣謂禮有本末，文質誠主於中，而達之於儀文，是謂文質彬彬，能以禮讓爲國也。何有否則周旋儀文之度，僞而已矣。其如禮何哉？其如國何哉？【略】

《曲禮》曰：若夫坐如尸，立如齊。

臣若水通曰：如尸則莊也。知齊則敬也。莊敬者，威儀之則，而脩身之本也。

《玉藻》曰：凡行容惕惕。又曰：足容重，手容恭，目容端，口容止，聲容靜，頭容直，氣容肅，立容德，色容莊。

臣若水通曰：形色天性也，不充其性，則形不可得而踐矣。故君子一身之間，曰惕，曰重，曰恭，曰端，曰止，曰靜，曰直，曰肅，曰德，曰莊，所以盡性踐形也。

《玉藻》曰：燕居告溫。溫凡祭容貌顏色，如見所祭者，喪容纍纍，色容顛顛，視容瞿瞿梅梅，言容蘊蘊，戎容暨暨，言容詻詻，色容厲肅，視容清明。

臣若水通曰：此言容貌隨所寓而變。蓋溫溫和易者，燕居告語之容也。如見所祭者，祭容也。纍纍而羸憊，顛顛而不舒，瞿瞿而驚遽，梅梅而茫昧，蘊蘊而低微者，皆喪容也。暨暨而果毅，詻詻而整飭，嚴厲而莊肅，瑩徹而明審者，皆戎容也。夫容一也，隨所在而變者，何也？主於中者，隨感而見也。可以見君子慎威儀之至矣。

少儀曰：言語之美，穆穆皇皇。朝廷之美，濟濟翔翔。祭祀之美，齊齊皇皇。車馬之美，匪匪翼翼。鸞和之美，肅肅雍雍。

臣若水通曰：穆穆，和敬也。皇皇，正大也。濟濟，和整也。翔翔，舒張也。齊齊，致一也。皇皇如有求也，匪匪翼翼嚴正也，肅肅雍雍亦和嚴也，美者，有儀也。在言語則和敬而正大矣，在朝廷則和整而舒張矣，在祭祀則致一而有求矣，在車馬則嚴以正矣，在鸞和則和以敬矣。然而皆原於德矣，容儀之美，德之符也。【略】

《論語》：子曰：君子不重則不威，學則不固。

臣若水通曰：此孔子言君子自脩之道也。重，內厚重也。威謂外威嚴也。內外相符，誠不可掩。故內不主敬，則內不重矣。故其發於容貌動作者，必無可畏之威，而所學不能得之，心身安能動靜堅定固乎？故曾子告孟敬子以動容貌，正顏色，出辭氣。夫動、正、出，由中發外者也，故君子以內重爲貴。

曾子曰：動容貌，斯遠暴慢矣。正顏色，斯近信矣。出辭氣，斯遠鄙倍矣。

臣若水通曰：此曾子垂沒之言，所以告魯之孟敬子者也。夫人一身之間，固不外乎容貌、顏色、辭氣而已。惟無平日涵養之功，固有容貌，不免於暴慢。顏色不免於僞。爲辭氣，不免於鄙倍者矣。苟涵養之功既至，則其動由中動，正由中正，出由中出，何有於暴慢不信而鄙倍者哉！此見曾子篤實之學，有得於一貫之傳者也。然敬子爲魯之大夫，特舉以告之正，欲其知脩身之要，爲政之本，而知所重焉。惜乎敬子不能問，以求其用力之要也噫！

子曰：非禮勿視，非禮勿聽，非禮勿言，非禮勿動。

臣若水通曰：此聖人告顏子克己復禮之目如此。固非徒使之制乎其外而已也。蓋視聽言動，皆身之儀，見乎其外，而其所以視聽言動之者，則心也。故勿之者，亦心也。一念之微，涉於非禮而即有以勿之，則所謂不遠復，無祗悔。由乎中而應乎外，心體威儀之間無適，而非天理之流行矣。

君子正其衣冠，尊其瞻視儼然，人望而畏之，斯不亦威而不猛乎？

臣若水通曰：衣冠瞻視，固皆威儀之著見也。然威儀者德之表，固非

聲音笑貌之所能爲也。故君子之正衣冠，尊瞻視而臨民以莊者，皆實德自然之形見，而民自望而畏焉爾，何猛之有哉？有德以發之，故威而不猛。使有意於作威，則猛而反害於威矣。漢之成帝臨朝，淵默尊嚴若神，史氏稱其有穆穆天子之容。然湛於酒色，則其所謂威儀者，亦矯飾於外而已爾，豈所以爲脩身之道哉？

孟子曰：動容周旋中禮者，盛德之至也。

臣若水通曰：威儀者，德之符也。禮也者，理也。動容周旋中禮，則無非天理之流行矣。故曰：禮儀三百，威儀三千，無一而非性也。又曰：自無聲無臭，散而爲三千三百，自三千三百，復歸於無聲無臭。程子之言，蓋與此契矣。其知一本之道乎？

《中庸》齊明盛服，非禮不動，所以脩身也。

臣若水通曰：盛服動作，皆威儀之外見者也。齊一明清，德之存於中者也，是合內外之道也。身之所以爲身，二者而已，其致一也。脩身之道，豈有外此哉？《中庸》曰：脩身則道立。至於九經，則又以脩身爲之本，爲人君有天下之責者，可不講哉！

**《延壽第一紳言》** 程伊川曰：吾受氣甚薄，三十而浸盛，四十、五十而後完。今生七十二年矣，校其筋骨，於盛年無損也。又曰：人待老而求保生，是猶貧而後蓄積，雖勤亦無補矣。張思叔曰：先生豈以受氣之薄而厚爲保生耶？先生默然曰：吾以忘生徇欲爲深恥。

世傳三峰採戰之術，托黃帝、元、素之名以爲。容成公、彭祖之所以獲高壽者，皆此術。士大夫惑之，多有以此喪其軀，可哀也已！葛洪喻之爲水盆盛湯，外苞蓄火，或以爲刮刀之蜜，探虎穴之子，豈不險哉！

《北夢瑣言》載，唐相國夏侯孜得彭祖之術，悅一娼，娼不能奉承，以致尾閭之泄，致卒。予外祖閻邱公爲大理評事時得此術，兩臉如桃，年過七十，竟爲此術所害，與夏侯孜無異。丹家以爲桶底脫。蓋中年而精力健，能吸縮閉固，晚年精力衰，不能吸縮閉固，是以一夕而傾倒殆盡。

《夷堅志》載，吳道人害縣吏之妻，而卒爲縣吏所害。道人一死固不足以償數十婦女之命，然縣吏亦善此術，蓋嘗害他人之妻者，其妻幾爲他人所害，賴有羊羔湯以補之而不死，亦幸矣。

九華山杜安仁《先天大學性命書》九篇，議論滔滔，頗有時名，或者曰此書嘗進呈高廟。予觀其進表有云：過以相與者，必能濟衰。合大過卦枯楊生梯之道，分明是房中術。蓋借《易》以文其說，非清淨無爲之道也。

覆山子詹谷注《陰符經》，以奇器爲未用之處女，可謂亂道之甚矣。又注《參同契》，穿鑿附會，是乃魏伯陽之罪人也。真西山爲之序，其書儒者蓋以之爲異，端而不復，窮究其說，遂爲所欺。

司空圖曰：昨日流鶯今日蟬，起來又是夕陽天。六龍飛轡長相窘，何忽乘危自著鞭。戒好色自戕者也。

楊誠齋謔好色者曰：閻羅王未曾相喚，子乃自求押到。何也？即前詩之意。

三谷子《金丹百問》其三十八問云：人之生，如何分男女陰陽？曰：男先感而後女應之者，必生男也；女先感而後男應之者，必生女也。男女神和、氣順、精全，即生端正福壽之人。若神傷、氣憊、精虧者，即生怪狀夭薄之人。三谷子姓邱，名山，字安道，江右南城人。三谷，其所居也。乾道初遇金華老人，得金丹之術，遂作此書。

雲閒儲華谷《祛疑說》云：開氣爲男，闔氣爲女，一闔一闢，男女攸分。宜春李玉溪注《玉皇心印經》云：男女稟受同也，但感合先後而分陰陽耳。

《褚氏遺書》云：陰血先至，陽精後衝，血開裹精，精入爲骨，而男形成，是陽精先如，陰血後參。精開裹血，血入居本而女形入矣。施肩吾《鍾呂傳道集》云：父精先進，母血後行，血包於精而爲女。母血先進，父精後行，精包於血而爲男。肩吾蓋祖褚氏之說，與三谷子之說相反，不可不辯。予三十年前，嘗與燕山溫次霄總管夜語生男生女之分。次霄深取三谷子與儲華谷之說，且曰：孫思邈天癸一日、二日之說不足取。至論白玉蟾氣血盈虛似月魄之說，則證以《素問》所謂月始生，則氣血始精，月郭滿則血氣實，月廓空則經絡虛。蓋氣血自月上弦至望則盛，自下弦至晦則衰。月郭滿，魚腦實，月郭空則魚腦減，蛤與蟹皆然。《呂氏春秋》與《淮南子》皆不誣也。愚嘗見士大夫之未得子者，每每以此語之，多有得子者，然育與不育則有天命存焉，非人之所能爲也。

醫書載求男法多引用《褚氏遺書》之說，誤人多矣。吾鄉一貴公子連得二女，其後妾又懷妊。貴公子喜而告予曰：今必得男，吾用褚氏法也。予笑曰：若用褚氏法，當拱聽足下更弄一瓦。他日果又生女。予告以邱三

谷、儲華谷之說，越一載，遂生一男。

近會澄江郭伯英，閑語中原前輩胡子山、溫以霄、郝吉甫，因論《褚氏遺書》之說，伯英憮然曰：吾爲此書所誤矣。伯英蓋斥用褚氏法者也，連生六女而不悟，後以語松江張士龍之子，可謂以迷指迷矣。因告之曰：速宜改正之可也。伯英曰：改正之法當如何？予曰：陽精先至，陰血從而包之，陽在內則男形成矣。此乾道索坤而成男之謂也。陰血先至，陽精從而包之，陰在內而女形成矣。此坤道索乾而成女之謂也。伯英聞之，笑謝而去。

或疑貴公子侍妾滿前，得子反少，漁郎一夫一婦，得子反多，何也？此理曉然，有何難見。蓋寡欲乃有子，多欲則無子。譬調一杯羹，鹽恰好則有味，鹽少則無味也。士大夫欲得子，法當節欲，否則就枯松而索膏，瀝槀竹而求計，欲得子也難矣。《孝經》云：父母生之，續莫大焉。未得子者，不可不知也。然又有一說，男猶天也，女猶地也，天之雨露未嘗不沾濡也，而地有肥磽之不同，亦有生物者，亦有不生物者，地若瘦瘠，或剛鹵，或瓦礫，而責其不生物，是鑿水而改授藍而朱，徒爾覬望而已，無獲也。

《東漢書・馬勒傳》云：勒祖偃長不滿七尺，常自罪短陋，恐子孫以似也。乃爲子伉娶長妻，伉生勒長八尺三寸。世降俗末，江南士大夫往往溺於聲色，娶妻買妾皆求其稚齒而嬌嫩者，故生子皆輭弱多病而夭亡，甚而醉以入房，神思皆亂，雖得子亦不慧。

陰陽均至，非男非女之身；精血敵分，駢胎品胎之兆。此《褚氏遺書》之說也。或有無糞門者，無産門者，何爲其然也？徐巽《胎育産化論》云：父母大小便急而受胎也。其說出《衛生經》。又有頭如雪而肌肉純白者，或者以爲社日受胎，故男曰社公，女曰社婆，非歟？曰：非也。徐巽《胎育感化論》云：受胎之時，母之經水正行，榮血泛溢，是以成胎，則肌肉色白。褚氏謂血充肌膚則身白是也。毛髮皆白，目視（琉琉）〔眩眩〕者，何也？經云：毛髮者，血之餘。又曰：肝受血而能視，今月水方行，血耗肝虛，毛髮失所潤，目精失所養也。

黃山谷嘗過范景仁，終日相對，正身端坐。景仁言：吾二十年胸中未嘗起思慮，一二年來不甚觀書。若無賓客，則終日獨坐，夜分方睡。雖兒曹讙呼，咫尺不聞。東坡曰：范景仁平生不好佛，晚年清慎，減節嗜欲，物不芥蒂於心，卻是學佛作家。

劉元城云：安世尋常未嘗服藥方，遷謫時年四十有七。先妣必欲與俱，百端墾辭不許，安世念不幸使老親入於炎瘴之地，已是不孝，若非義，固不敢爲，父母惟其疾之憂，如何得無疾，祇有絕欲一事，遂舉意絕之。自是逮今，未嘗有一日之疾，亦無宵寐之變。陳瓘曰：公平生學術，以誠入無，往而非誠。凡絕欲，是真絕欲，心不動故。公曰：然。公曰：安世自絕欲來三十年，氣血意思只如當時。終日接士，反劇談。雖夜不寐，翼朝精神如故。

任萃惠登樞年耆康強，呂許公詢服餌之法。萃惠謝曰：不曉養生之術，但中年讀《文選》有所悟爾。謂石韞玉以山輝，水含珠而川媚也。許公深以爲然。

上蔡曰：色慾已斷二十年來矣。蓋欲有爲，必須強盛，方勝任得，故斷之也。問於勢利如何？曰：打透此關十餘年矣。

元同子曰：仙家只要留得精住，則根本壯盛，生氣日茂。若慾心不息，靈根不固，則精薄而元氣之生日少，漸漸竭盡，以至於亡。禪客曰：若不斷淫慾而學禪觀，猶蒸砂爲飯，雖百千刼，只名熟砂，不得爲飯。然此事須在清心絕念上下工夫。

《中和集》曰：天壬地癸，乃天地元精、元氣，節之於外則成人，益之於內則成丹。世人不知生男生女，實由命分中得，不由人力。若不斷淫絕慾，自爲修養，直待精華耗竭，早至夭亡，大可惜也。又豈知寡慾而得男貴而壽，多慾而得男濁而夭耶？

陸象山曰：初學者能完聚得幾多精神，纔一霍便散了。某平日如何完養，故有許多精神難散。又曰：小心翼翼，昭事上帝。上帝臨汝，無爾貳心，戰戰兢兢，那有閒管時候。此是象山完養工夫。

司馬子微序《天隱子》云：要妙在乎與天地真氣冥契同運。又云：覺氣來則運自己之氣，適與天地之氣皆作。此是至妙術。倘三百六十日內運自己之氣，適合天地之氣三兩次，則自覺身體清和，異於常時，況久久留之，則神仙之道，不難至矣。

《入藥境》乃白鶴山崔希範所作。呂洞賓詩云：因看崔公《入藥境》，令人心地轉分明。夏雲峰、儲華谷、蕭了真皆有注。予觀其書，云：天應星，地應潮。不過謂上下往來爾。若泥其說，則斗杓每月移一辰，月月不同。海潮每日兩至，日日相似。二者安得俱應耶？又有所謂窮戊己，或廖爲窮戊

癸者，遂以癸爲天癸。亦猶《悟真篇》：纔見芽生須急採。或以芽生爲癸生，是皆學三峰之術者妄亂改之，以證其邪說云耳。儲華谷戊癸化大之說、李玉溪坤癸之論，蓋欲反邪（婦）（歸）正而強爲之辭耳。

吡陵霍上谷《丹訣》有一字，玄機，參（門七章）（問七月），無錫亢木石序其書，上谷之子巨川又作《金丹口訣直指》，極論天上有戊己之時，與人身戊己相符。蓋謂坎戊離己也。在天爲日月相望之辰，在人身爲呼吸舍育也。

朱晦菴謂季通曰：陰君丹訣，見濂溪有詩及之，常是此書。行此而得壽考者，乃吃豬而飽者，吾人所知，蓋不止此，乃不免於衰病，豈坐談龍肉而實未得嘗之比耶！愚四十年前注《參同契》時，見呂四行八段錦術，詫其老健，每竊笑之，逮今思之，《參同契》之學實屠龍術，不如四行之宰豬也。知而不爲，乃晦菴所謂坐談龍肉者爾，然學是學者，非屏妻子不可爲也。我輩讀聖人之書，況有父母在，詎敢違天而爲偷生之計哉！然如此嘗夜坐而試之矣。蓋亦略知龍肉之味者也。豈不愈於坐談而不知味者乎！愚少也多病，贏不勝衣，所以苟延（棧）（殘）喘而至今未死，亦《參同契》之力也。

**《醫先・序》** 上醫治未病不治已病，治未病易而無迹，治已病勞而罔功。是故未病者多忽，而已病者始求諸醫。醫雖良，其如病成何！膏肓之諭，惜也。自秦以前，墳典完備，學出於一，養德養生，無二術云。秦以後，坑焚燼漸，幸《素問》猶傳，學者棄而不講，目爲僞撰，蓋不知多參贊至言，非聖弗能也。矧天子以至庶人，脩身爲本，豈有遺身而能用世邪？是在辨之早焉已矣，於是作《醫先》。蓋先未病而醫之，不施餌劑砭針，同躋仁壽之域。覽者庶以監予之心，豈曰不爲良相，當作良醫云爾。嘉靖庚戌夏五既望海鹽沂陽生王文祿。

沂陽生曰：養德、養生，二而無全學也，矧天地大德曰生。今以養德屬儒，曰正道；養生屬仙，曰異端。誤矣。身亡而德安在哉？故孔子慎疾，曰：父母惟疾之憂。教人存仁致中和。孟子曰養氣，持志集義，勿忘勿助。是故立教以醫世，酌人情而制方。周末文靡則僞，故存仁；戰國氣暴則蠽，故集義。存仁，完心也，志定而氣從；集義，順心也，氣生而志固。致中和也，勿忘助也，疾安由作？故曰養德、養生一也，無二術也。

岐伯曰：陽爲氣，陰爲味；味歸形，形歸氣；氣歸精，精歸化；化生精，精生氣，氣生神。黃帝曰：予知百病皆生於氣也。怒則氣上，喜則氣緩，悲則氣消，恐則氣下，寒則氣收，熱則氣泄，驚則氣亂，勞則氣耗，思則氣結。九氣不動，何病之生？沂陽生曰：養生貴養氣，養氣貴養心，養心貴寡慾。寡欲以保元氣，則形強而神不罷。若形壞則神不存，神離則形不固。形譬燈缸盛油，神譬燈油燃火。搖翻燈缸則燈油瀉，炙乾燈油則燈缸裂。必形與神俱，即魂魄足，榮衛調。夫榮血也，衛氣也，氣以衛血，血以榮氣。岐伯曰：根於中者，命曰神機，神去則機息；根於外者，命曰氣立，氣止則化絕。沂陽生曰：神氣之旨妙哉！在心悟之而已。

男子以氣爲主，故貴右手脉盛；女子以血爲主，故貴左手脉盛。然人之身，氣爲衛，血爲榮，無分男女，皆以胃氣爲主，故曰得穀者昌，絕穀者亡。沂陽生曰：胃氣者，中氣也。慎言語則中氣不散而上越，節飲食則中氣不滯而下洩，故《易・頤》象曰：君子慎言語，節飲食。頤者，養也。養生、養德，其可舍諸？東垣李杲專主脾胃，製補中益氣湯，且作箴自警，知本哉！

沂陽生曰：甚矣，精爲至精之寶也。故岐伯云：精者，身之本也。是以精枯則病，精竭則死，夫勞極則精罷，思極則精離，飲食少則精減，房慾頻則精耗。試觀樹木，撥皮膏脂則萎枯矣。夫人曷可妄用其精哉？故曰：精不妄用則氣不散，氣不散則神不移。又曰：思不可用，意不可動。意動則神移，神移則氣散，氣散則精亡。《道德經》曰：致虛極，守靜篤。谷神不死，是謂玄牝。

黃帝曰：地爲之下否乎？岐伯曰：地爲人之下，太虛之中者也。曰：馮乎？曰：大氣舉之也。沂易生曰：勝邵子天地自相依附之說。夫地即血，天即氣。天包地，氣載血。令人骨肉臟腑皆血也，魄也。神靈運用皆氣也，魂也。人死乃魂去魄存，氣散血尚聚也，是以貴養氣。世降氣轉耗也。朱丹溪乃曰：氣有餘血不足，藥專補血。夫氣有餘，邪氣也，正氣何嘗有餘？岐伯曰：人以胃氣爲主。甚矣，貴養氣也。【略】

沂陽生曰：養神之術，去牽引而已矣。牽如牽纜之牽，引如引弓之引。舟欲疾，必牽行之急，矢欲中，必引滿之審。纜斷則舟住矣，矢釋則弓舒矣。欲壽則神凝矣。《大雅》曰：無然叛援，無然欣羨，誕先登於岸。

沂陽生曰：一切病皆生於心，心神安泰，病從何生？不觀農夫冒暑耘耨無暑病，相習忘之也。凡心動即火起，外邪斯入矣，是以貴忘外。《內經》曰：喜怒傷氣，寒暑傷形。沂陽生曰：慎喜戒怒，氣調矣，

禦寒避暑，形固矣。心主之也。苟能雖喜忘喜，不累於喜；雖怒忘怒，不累於怒，雖寒忘寒，不累於寒；雖暑忘暑，不累於暑。形氣豫全，何傷之有？非至人曷足語此！

或問髮白何也？沂陽生曰：省思慮則心血不耗，髮不易白矣，蓋髮屬血也。問鬚白何也？曰：遠色慾則腎精不耗，鬚不易白矣，蓋鬚屬精也。又問：年高則形容老，何也？曰：心爲形役，有耗無益，是以易老。若能一切忘之，則身且忘矣，況年乎？故曰：天若有情天亦老。天之蒼蒼者不變，則人之形容鬚髮亦可以無變也。司馬子微《坐忘論》，欲法太虛云爾。

沂陽生曰：心火不炎，則無瘡瘍諸疾；戒暴怒，則無中氣諸疾。夏至陰生，絕慾至秋分，則無中暑、瘧、痢諸疾，冬至陽生，絕慾至春分，則無傷寒、瘟疫諸疾。此謂順天時，法陰陽以自固，求子則子壽，養生則生怡。

褚澄曰：脾以養氣，肺以通氣，腎以泄氣，心以役氣，肝則氣常生。心虛氣入爲蕩，肺虛氣入爲喘，肝虛氣入目昏，腎虛氣入腰疼。脾獨不與，受食不化，氣將日微，安能有餘以入虛？沂陽生曰：脾之繫於生人大矣，思則傷脾，多食則胃塞而脾不能運，亦受傷。是以養脾者，養氣也。養氣者，養生之要也。【略】

養耳力常飽，養目力常瞑，養臂指常屈伸，養股趾常步履。夏臟宜涼，冬臟宜溫。背陰腹末，雖夏宜溫；胸包心火，雖冬難熱。沂陽生曰：節宣參贊，以位育吾身，在審之而已矣。

沂陽生曰：心血方寸，甚幾希者，旦晝欲火煎熬，牿亡殆盡，則神不能留。非時時靜養之，烏能延生？當念夜氣滋息而慎之，以保命爲要可也。

沂陽生曰：六氣不侵，七情無擾，清虛恬靜之日，日日如之，則病安從生？不變不動而能忘之，則忘日忘年，壽與天地等而不老矣，形安能槁？奈何至易而人不肯爲，日自戕其生理也！蓋慾火炙烈，每日暗損一分，不覺積久損多矣。以原稟厚薄，爲壽之修短也。

參元朱子曰：精字、氣字，從米，是精、氣皆資於米。沂陽生曰：人以穀氣爲主，是以得穀者昌，絕穀者亡。

參元朱子曰：病字從丙，丙，火也，百病皆生於火。沂陽生曰：病字內丙固火，外二點從水，內火盛而外水微，且相間隔則病，水火即濟則無病。仙家火候，火降則水升。水火一也，偏之則二，二則爭。

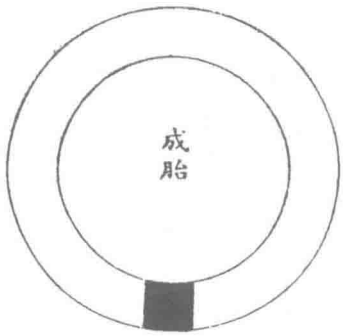
沂陽生曰：冶工鎔金鑄器，必鑪範俱熱，炭火焰紅，一鑄而成，無空缺不完之隙，使一有不熱透，縱成不完也。今鑄人者，可不鼓動天機，陰陽活潑而妄施乎？無病女子經絕一日，男子夜半子時陽生，交感投虛之法，血裹精成男。褚澄曰：陰血先至，陽精隨冲，以血裹精成男。沂易生曰：成胎者，氣射之也，而神從之。蓋精生氣，氣生神。精足則氣足，氣足則神足。

**《廣嗣要語・調理精血論》** 求嗣之要，在乎男精女血充滿而無病也。苟或病焉，必資明醫而證調之。夫精者，血也，水也，陰也，蓋以有形言之也。有形而能時者，則又爲氣，爲火，爲陽所使然也。論曰：孤陽不生，獨陰不成。無陰則陽無所附，無陽則陰無所依。是精兼氣，血兼水，火兼陰陽，總屬賢與命門二脈，以沉靜爲平。若見命門脈微細或絕，陽事痿弱，是爲陽虛，法當補陽；若見命門脈洪大鼓擊，陽事堅舉，是爲相火妄動，法當滋陰制火。啓玄子云：性水之主，以制陽光。正此謂也。若見腎脈洪大或數，遺精尿血，是爲陰虛，法當補陰；若見腎脈虛微太甚，別無相火爲病，法當陰陽雙補。又如經者，血也，水也，陰也，假火色而爲赤也，隨氣而行，依陽以運，亦若精之兼氣血，兼水火，兼陰陽者也。其候以一月爲期，上應月之盈缺，故名月水。應其期則平，失其期則病。先期者血熱也，過期者，血虛也；過期而色淡者，有痰也，或曰虛也；經行而成塊者，血之凝也，或曰風冷乘之也；將行而作疼者，氣之滯也；行後而疼者，氣血俱虛也；經水紫黑色者，氣血俱熱也。雖然，又當察其時之寒暄，脈之遲數，證之冷熱，平而調之，以復常候，不可一途而取。夫男女精血既充，別無他疾，惟守投虛之法，是爲知要。

**《廣嗣要語・直指真源論》** 結胎者，男女精血也。男屬陽而象乾，乾道資始；女屬陰而象坤，坤道資生，陽主動，故能施與；陰主靜，故能承受。夫動靜相參，陰陽相會，必有其時，乃成胎孕。凡經盡一日至三日，新血未盛，精勝其血。血開裹精，精入爲骨，男胎成矣；四日至九日，新血漸長，血勝其精，精開裹血，血入居本，女胎成矣。六日至七日鮮有成者，縱成亦皆女胎。欲求子者，全在經靜三日以裹交合，如俛首拾芥，萬舉萬當。斯時男女無暴怒，毋醉飽，毋食炙煿辛熱，毋用他術贊益，陰陽和平，精血調暢，交而必孕，孕而必育。育而爲子，堅壯強壽。至真切要，在此數語。受妊之後，宜令鎮靜，血氣安和，則胎孕長養。又須內遠七情，外薄五味，大冷大熱之物，皆

在所禁。苟無胎痛、胎動、漏血、瀉痢，及風寒外邪，不可輕易服藥，亦不得交合陰陽，觸動慾火，未産則胎動不常，既産則胎毒不已。降生之後，攝養一如胎前。蓋母食熱則乳熱，母食寒則乳寒，母食膏粱釁烈之物，則乳毒，有是數者，子受其害矣。求嗣之道，誠不出此，然源頭一節，尤當研究。男子十六而精通，必三十而娶；女子十四而天癸至，必二十而嫁，皆欲陰陽二氣完實。或精未通而御女，經始至而近男，未完而傷，未實而動，根本既薄，枝葉必衰，嗣續豈能蕃衍？先儒嘗言：寡慾則有子。蓋寡慾則不妄交合，積氣儲精，待時而動，故能有子。愚謂不止此爲寡慾。凡心有所動，即是慾。心主血而藏神，屬手少陰；腎主精而藏志，屬足少陰。心神外馳，則腎志內亂。其於交會之際，殊無靜一清寧之氣，所泄之物，同歸腐濁而已，安能發育長養於其間哉？《書》曰：人心惟危，道心惟微。夫能精一道心，俾常爲一身之主，則邪思妄念，自爾退聽，欲寡而神益完，不惟多子，抑且多壽。蓋養生尤貴於寡慾故也。

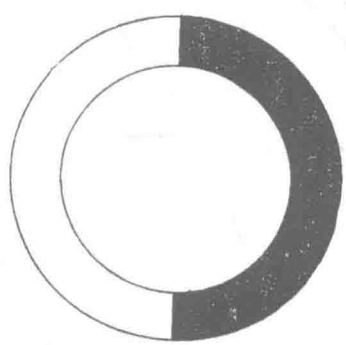
**《廣嗣要語・實陽能入虛陰之圖》**




實陽能入虛陰，謂男子陽精充實。適值女人經後，血海虛靜，子宮正開，與之交合，是謂投虛，一舉而成胎矣。

經靜一日交會者成男，二日者成女，三日成男，四日成女，五日成男，六日成女，取奇陽偶陰之義，六日無用矣。大抵前三日，新血未盛，精勝其血，血開裹精。必成男胎。後三日，新血漸長，血勝其精，精開裹血，多成女胎。交合得夜半後生氣時，有子皆男而壽。

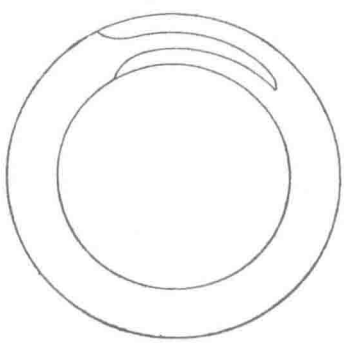
**《廣嗣要語・實陰不能受陽之圖》**



實陰不能受陽，謂女人經盡六日之後，新血方盛，血海充滿，若與交合，以實投實，多不成胎。

又有婦人素稟怯弱，雖經後旬日，血海未滿，亦復成胎。然皆女子，亦血勝其精故也。

**《廣嗣要語・微陽不能射陰之圖》**



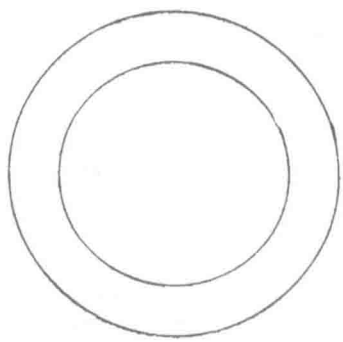
微陽不能射陰，謂男子陽精微薄，雖遇女人血海虛靜之日，流而不射，多不成胎。蓋因平時嗜慾不節，施泄太多所致。法當補益精元，兼用工夫存養，無令妄動，候陽精充實，纔投虛之法，一舉而成矣。

兩尺脈洪大或數，小便常赤，未交易興，既交易泄，或自遺夢遺，真精不

固，治在補陰。

兩尺脈微或遲，小便常清，陽事不舉，勉力入房，未竟先痿，或所泄清冷微薄，治在補陽。

**《廣嗣要語・弱陰不能攝陽之圖》**



弱陰不能攝揚，謂女人陰血衰弱，雖投真陽強盛之精，不能攝入子宮，是以交而不孕，孕而不育。或因病後、産後、經後，將理失宜，勞動過節，虧損陰血所致。治宜調經養血。

**《廣嗣要語・男女服藥論》** 男子以陽用事，從乎火而主動，動則諸陽生；女子以陰用事，從乎水而主靜，靜則衆陰集。故治男子，毋過溫熱以助其陽；治女子，無過寒涼以益其陰。古人黄柏、知母之藥，每用於男子；而乾薑、艾葉之劑，慎施於婦人。男女陰陽自然之體，固有不得而同者。至於七情内傷，六淫外浸，發爲諸病。治熱以寒，制寒以熱，隨證推移，安能執此？但男女嗣續稍遲，雖無疾病，當加調護。男子陽動之體，惟慮合而易失，未獲中其肯綮；女人陰靜之質，多苦交而弗孕，不能遂其生成。由是培養之術，若不可廢。在男子則用思仙丹，收固真陰，以爲持久之計；在女子則用啓榮丸，鼓作微陽，以爲發育之基。竊觀古今種子諸方，不偏於寒，即偏於熱，務張其功以矜世，不析其理以示人，往往服之反致求全之毁，故述貳方，以爲世之求嗣者助焉。

**《廣嗣要語・交會宜忌日》** 宜旺相吉日，春甲乙寅卯，夏丙丁巳午，秋庚辛申酉，冬壬癸亥子。忌弦望晦朔，大風大雨，虹霓雷電，雲霧昏暝，日月薄蝕，三光之下，及春秋冬丙丁日。

本命乃劬勞之日，亦不可行也。右宜謹之慎之。

**《廣嗣要略・調經》** 先期者，血熱，四物加芩、連之類；過期者，血虚，四物加參、芪、白术、陳皮之類；經水紫黑色及有塊者，血熱，四物加黄芩、黄連、香附之類；若見腎肝脈遲微，小腹冷痛者，屬寒，四物加炒乾薑之類；將行而作疼者，血實氣滯，四物加醋炒莪术、玄胡索、木香；挾熱加黄連、柴胡，或四物加桃仁、紅花、香附之類；行後而作疼者，氣血俱虚，八物湯；經行不止，四物加阿膠、地榆、荊芥穗之類。

**《廣嗣要略・調元》** 陽虚，右尺命門脈微細，陽痿精清，還少丹、巨勝子丸；陰虚，左尺腎脈洪大或數，遺精尿血淋澁等症，丹溪大補陰丸、補陰丸、加味虎潛丸；相火妄動，陽事數舉，右尺命門脈洪大。此爲水不勝火，與陰虚同治法，補陰則火自降也，陰陽俱虚，兩尺脈微弱無力，真精清薄，用八味丸、補天丸。

診婦人有妊歌

肝爲血兮肺爲氣，血爲榮兮氣爲衛。陰陽配偶不參差，兩臟通和皆類例。血衰氣旺定無娠，血旺氣衰應有體。尺微關滑尺帶數，流利往來並雀啄。小兒之脈已見形，數月懷胎猶未覺。左疾爲男右爲女，流利相通速來去。兩手關脈大相應，已形亦在通前語。左手帶縱兩個男，右手帶横一雙女。左手脈逆生三男，右手脈順還三女。寸關寸部皆相應，一男一女分形證。有時子死母身存，或即母亡存子命。往來三部通流利，滑數相參皆替替。陽實陰虚脈得明，遍滿胸堂皆逆氣。左手太陽浮大男，右手太陰沉細女。諸陽爲男諸陰女，指下分明長記取。三部沉正等無疑，尺内不止真胎婦。母乘子兮縱氣露，妻乘夫兮横氣助。子乘母兮逆夫參，夫乘妻兮順氣護。小兒日足胎成聚，身熱脈亂無所苦。汗出不食吐逆時，精神結備其中住。滑疾不散胎三月，但疾不散五月母。弦緊牢強滑者安，沉細而微歸泉路。

**《廣嗣要略・便產》** 妊娠七八個月，恐胎氣展大難産，宜服束胎丸；妊娠八九個月，肥厚膏粱之人，胎氣壅隘，宜服枳殼散，間二三日一服，或達生散、救生散；臨月用神寢丸、三合濟生湯。

難產用催生丹、遇仙丹、如聖膏、豬肝蜜酒法。

胎衣不下，或血乾，或血冷凝澁，當用奪命丹、牛膝湯，或前方如聖膏。

一方用紅花一兩，酒煮濃汁服。

一法令產婦自啣髮尾在口，嘔噦即下。

妊娠雜病並產生死二歌

血下如同月水來，漏極胎乾主殺胎，亦損妊母還須慮，爭遣神丹救得回。

欲產之時脈離經，沉細而滑也同名，夜半覺痛應分誕，來日日午定知生。

此歌與前歌皆出《脈訣》也。

**《醫旨緒餘・護胎說》** 凡婦人孕後，當戒之在色，不知自慎，則慾動而子宮復開，豈惟多致半產漏下，即生子亦多瘡毒夭傷。何也？由淫火爍胎也。彼馬牛之類受胎後，牡逼身輒蹄之，使不得近，謂之護胎，何致有半產之事。人惟多慾，故往往不知護也。《產寶論》及《婦人科》俱缺此一款，余故采《菽園雜記》所載者，潤色之如此。

**《遵生八箋・清修妙論箋》** 高子曰：攝生尚玄，非崇異也。三教法門，總是教人修身、正心、立身、行己、無所欠缺。爲聖爲賢，成仙成佛，皆由一念做去。吾人稟二五之精，成四大之體。富貴者，昧養生之理，不問衛生有方；貧窮者，急養身之策，何知保身有道？指神仙之術爲虛誕，視禪林之說爲怪誕也。六欲七情，哀樂銷爍，日就形枯髮槁，疾痛病苦，始索草根樹皮，以活精神命脈。悲哉，愚亦甚矣！保養之道，可以長年，載之簡編，歷歷可指。即《易》有頤卦，《書》有《無逸》，黃帝有《內經》，《論語》有《鄉黨》，居子心悟躬行，則養德養生，兼得之矣。豈皆外道荒唐說也？余閱典籍，隨筆條記成編，箋曰《清修妙論》。

《老子》曰：人生大期，百年爲限。節護之者，可至千歲，如膏之炷小與大耳。衆人大言我小語，衆人多煩我少記，衆人悸怖我不怒。不以人事累意，淡然無爲，神氣自滿，以爲長生不死之樂。

《莊子》曰：能遵生者，雖富貴不以養傷身，雖貧賤不以利累形。今世之人，居高年尊爵者，皆重失之。

《福壽論》曰：貧者多壽，富者多促。貧者多壽，以貧窮自困而常不足，無欲以勞其形、伐其性，故多壽。富者奢侈有餘，賊心害性，所以折其壽也。乃天損有餘以補不足。然有貧而促者，必德不足，是以夭耳。故世人當安其分。若今官爵之非分，車馬之非分，妻妾之非分，屋宇之非分，貨易之非分，神能記之，使之災焉，病焉，夭焉，人不知也。

又曰：故世人幸而得之者，災也；分而得之者，吉也。人年五十，能補其過，悔其咎，布仁惠之恩，垂憫恤之念，奉德不欺，聖人知之，賢人護之，天乃愛之，人乃悅之，鬼神敬之，富貴長守，壽命安康。是去攻劫之患，除水火之災，必可保生，以全上壽矣。

麻衣道者曰：天地人等列三才，人得中道，可以學聖賢，可以爲神仙。況人之數與天地萬物之數等。今之人，不修人道，貪愛嗜欲，其數消減，只與物同也，所以有老病夭殤之患。鑒乎此，必知所以自重，而可以得天元之壽矣。

《陰符經》曰：淫聲美色，破骨之斧鋸也。世之人不能秉靈燭以照迷情，持慧劍以割愛欲，則流浪生死之海，是害先於恩也。

《參贊書》曰：年高之時，陽氣既弱，覺陽事輒盛，必慎而抑之，不可縱心竭意。一度不泄，一度火滅；一度火滅，一度添油。若不制而縱情，則是膏火將滅，更去其油。故《黃庭經》云：急守精室勿妄泄，閉而寶之可長活。

黃帝曰：外不勞形於事，內無思想之患，以恬愉爲務，以自得爲功，形體不敝，精神不散，可壽百歲。

彭祖曰：凡人不可無息，當漸漸除之。人身虛無，但有游氣，氣息得理，而病不生。又曰：道不在煩，但能不思衣，不思食，不思聲色，不思勝負，不思得失，不思榮辱，心不勞，神不極，可壽千歲。

《呂覽》曰：年壽得長者，非短而續之也，畢其數也。畢數之務，在乎去害。何謂去害？大甘、大酸、大苦、大辛、大鹹，五者充形，則生害矣；大喜、大怒、大憂、大恐、大哀，五者接神，則生害矣。大寒、大熱、大燥、大濕、大風、大霖、大霧，七者動精，則生害矣。

仲長統《昌言》曰：屈者以夫伸，蓄者以夫虛，內者以夫外也。氣宜宣而遏之，體宜調而養之，神宜平而抑之，必有次和者矣。夫善養性者得其和。鄰膂二寸謂之關，關者，所以關藏呼吸之氣，稟授四體也。故氣長以關息，氣短者其氣稍升，其脈稍促，其神稍越。至於以肩息而舒，其神稍專，至於以關息而氣衍矣。故養壽者，當致氣於關，是爲要術。

崔瑊《箴》曰：動不肆勤，靜不燕逸，有疾歸天，醫不能恤。太上防疾，

其次萌芽，腠理不蠲，骨髓奈何？

黃帝問岐伯曰：余聞上古之人，春秋皆度百歲，而動作不衰，今人年至半百，而動作衰敝，時世異耶？人將失之耶？對曰：上古之人，其知道者，法於陰陽，和於術數，飲食有節，起居有常，不妄作勞，故能形與神俱，故盡終其天年，度百歲。今人不然也，以酒爲漿，以妄爲常，醉人入房，以欲竭精，耗散其真，不知持滿，不知御神，務快其心，逆於生樂，起居無節，故半百而衰。

《亢倉子》曰：導筋骨則形全，剪情欲則神全，靖言語則福全。

《唐書》有云：多記損心，多語耗氣。心氣內損，形神外散。初雖無覺，久則爲弊。

《續博物志》曰：眼者身之鏡，耳者體之牖，視多則鏡昏，聽衆則牖閉。面者神之庭，髮者腦之華，心悲則面焦，腦減則髮素。精者體之神，明者身之寶，勞多則精散，營竟則明消。

應璩詩曰：昔有行道人，陌上見三叟。年各百餘歲，相與鋤禾莠。往拜問三叟：何以得此壽？上叟前致詞：室內姬粗醜。二叟前致詞：量腹接所受。下叟前致詞：暮臥不覆首。要哉三叟言，所以壽長久。

柳公度年八十九，或問之，曰：吾不以脾胃暖冷物、熟生物，不以元氣佐喜怒，氣海常溫耳。

溫公《解禪六偈》曰：忿怒如烈火，利欲如銛鋒。終朝長戚戚，是名阿鼻獄。顏回甘陋巷，孟軻安自然。富貴如浮雲，是名極樂國。孝悌通神明，忠信行蠻貊。積善來百祥，是名作因果。仁人之安宅，義人之正路。行之誠且久，是名不壞身。道德修一身，功德被萬物。爲賢爲大聖，是名佛菩薩。言爲百世師，行爲天下法。久久不可掩，是名光明藏。

茅季偉詩云：欺誑得錢君莫羨，得了卻是輸他便。來往報答甚分明，只是換頭不識面。多置田莊廣修宅，四鄰買盡猶嫌窄。雕牆峻宇無歇時，幾日能爲宅中客？造作田莊猶未已，堂上哭聲身已死。哭人盡是分錢人，口哭原來心裏喜。衆生心兀兀，常住無明窟，心裏爲欺謾，口中佯念佛。是皆真實不虛話也。聞此則少者當戒，況老人乎！

薛子曰：養得胸中無一物，其大浩然無涯。有欲則邪得而入之，無欲則邪無自而入。且無欲則所行自簡，又覺胸中寬平快樂，靜中有無限妙理。

又曰：常沉靜則含蓄義理深，而應事有力。故厚重靜定寬緩，乃進德之基，亦爲老人養壽之要。

一念之非即遏之，一動之妄即改之。一毫念慮雜妄，便當克去。志固難持，氣固難養。主敬可以持志，少欲可以養氣。

人若不以理制心，其失無涯。故一念之刻即非仁，一念之貪即非義，一念之慢即非禮，一念之詐即非智。此君子不可一念起差，至大之惡，由一念之不善，而遂至滔天。

修德行義，守道養真，當不言而躬行，不露而潛修，外此一聽於天。若計較成仙作祖，邀名延譽，則日夕憂思，況未必遂，徒自勞攘，是爲不知天命。

才舒放即當收斂，才言語便思簡默。不可乘喜而多言，不可乘快而多事。須有包含，則有餘味，發露太盡，恐亦難繼。故慎言語，養德之大；節飲食，養生之大。

積德積善，不知其善，有時而得用；棄禮背義，不知其惡，有時而蒙害。故莊敬日強，輕肆日偷。

聖人不怨天，不尤人，心地多少灑落自在。常人才與人不合即尤人，才不得於事即怨天，其心忿忮勞攘，無一時之寧泰，是豈安命順時之道？

心誠色溫，氣和詞婉，必能動人。若人未己知，不可急求其知；人未己合，不可急求其合。覺人之詐，不形於言，有無限餘味。

佛言苦樂逆順，道在其中。夫素富貴行乎富貴，素貧賤行乎貧賤，素患難行乎患難，素夷狄行乎夷狄，隨寓而安，聖賢也，何有苦樂逆順之異哉？苦樂逆順，固外也，以吾道處之，則無不可。

世人所以不達道者，正以浮幻相纏，役役無了時也。苟能具天眼，勘破世故，則虛名薄利，皆爲吾累。古之人所以適其適，而不適人之所共適者，爲己重也。

人生世間，要見識高速。見識高速，則不爲淺近眩惑。日觀世事之盛衰，夜觀氣運之消長。由其盛衰也，吾以出處應之；由其消長也，吾以進退隨之，則禍可避而害可禳。不然，奔役憧憧，幾何不爲時勢所害？

世間陷阱，在在有之，要人醒醒耳。眼一少昧，足一少偏，心一少惑，則墮落阱中，安能出哉？身在阱中，心悔前日之非，晚矣！此君子貴乎知微。敬者德之聚也。敬則衆善畢集，不敬則怠惰放僻隨至而德敗矣。持敬

而無間斷，則誠矣。未能誠者，由敬而入。敬以存心，其體湛然，自無雜慮。況莊敬亦是保養身心元氣的工夫。

衣垢不澣，器缺不補，對人猶有慚色；行垢不澣，德缺不補，對天豈無愧心。

君子對青天而懼，聞雷震而不驚；履平地而恐，涉風波而不懼。

破爪傷膚，壞梳摘髮，色爲之變；聚珍瘞身，列艷靡骨，心爲之安。

倚富者貧，倚貴者賤，倚強者弱，倚巧者拙。倚仁義道德者，不貧，不賤，不弱，不拙。

化於未明之謂神，止於未爲之謂明，禁於已著之謂察，亂而後制之謂瞽。故於事物之擾，不可不先此三者。

爲家以正倫理，別內外爲本，以尊祖睦族爲先，以勉學修身爲次，以樹藝牧畜爲常。守以節儉，行以慈讓，足己而濟人，習禮而畏法。可以寡過，可以靜攝，而無擾擾於前矣。

吾人不可以不知命，矧老人乎？人之所志無窮，而所得有限者，命也。命不與人謀也久矣，安之故常有餘，違之則常不足。惟介以植內，和以應外，聽其自來，是安命也。

心本可靜，事觸則動。動之吉爲君子，動之凶爲小人。孟子曰：我四十不動心。是不爲外物動也。

泛交不若寡交，多求不若慎守。

易損而難覆者，精也；易躁而難靜者，神也。惟養元氣充滿，則精神融和，遇損遇躁，常有主以制之矣。

造道者可謂之富，失學者可謂之貧，聽天者可謂之達，無恥者可謂之窮。《書》曰：必有容，德乃大；必有忍，乃濟。君子立心，未有不成於容忍，而敗於不容忍也。容則能恕人，忍則能耐事。一毫之拂，即勃然而怒，一事之違，即憤然而發，是無涵養之力，薄福之人也。是故大丈夫當容人，不可爲人容；當制欲，不可爲欲制。

東坡曰：蝸涎不滿殼，聊足以自濡；升高不知疲，竟作粘壁枯。此言深可爲不知進退者戒也。夫人事之役役，計謀之敝敝，人皆以人事可以致富貴，計謀可以立功名，殊不知一作一輟，有造物以宰之。爲之而成者，非其能也，命之至也，適與造物侔也。況爲之而不成者多乎？造物無言也，人不可以惑其聽；造物無形也，人不可以瀆其公。世之人役役敝敝於百年之間，無頃刻之自安者，不亦深可哀也？不足爲造物撓，深足爲造物笑。

心上有刃，君子以含容成德；川下有火，小人以忿怒殞身。

惟心與天一，故理之所得者獨明，而能開人心之迷；心與地一，故水之所汲者獨靈，而能滌人心之陋。故以一杯之水，而能療醫所不治之疾，罔不瘳者，豈由水之靈哉？實資於道之用也。不知者爲妄誕。

人心思火則體熱，思水則體寒。怒則髮豎，驚則汗滴，懼則肉顫，愧則面赤，悲則淚出，慌則心跳，氣則麻痺。言酸則垂涎，言臭則吐唾。言喜則笑，言哀則哭。笑則貌妍，哭則貌媸。又若日有所見，夜必夢擾；日有所思，夜必譫語。夢交則泄精，氣怒則發狂。此皆因心而生者也，人可於靈君使令一刻不在絳宮以統百屬乎？

太一真人曰：予有經三部，共只六字，儒者誦之成聖，道士誦之成仙，和尚誦之成佛，而功德甚大，但要體認奉行。一字經曰忍，二字經曰方便，三字經曰依本分是也。三經不在大藏，只在靈臺。有味乎言哉！

又曰：心靜可以通乎神明，事未至而先知，是不出戶知天下，不窺牖見天道也。蓋心如水也，久而不撓，則澄徹見底，是謂靈明。故心靜可以固元氣，萬病不生，百歲可活。若一念撓渾，則神馳於外，氣散於內，榮衛昏亂，百病相攻，壽元自損。

嵇中散曰：君子知形恃神以立，神須形以存，悟生理之易失，知一過之害生。故修性以保神，安心以全身，愛憎不栖於情，憂喜不修於意，泊然無感，而體氣和平。又呼吸吐納，服食養身，使形神相親，表裏俱濟也。

神農曰：上藥養命，中藥養性。誠知性命之理，因輔養以通也。而世人不察，惟五穀是見，聲色是耽，目惑玄黃，耳務淫哇。滋味煎其臟腑，醴醪煮其腸胃，馨香腐其骨髓，喜怒悖其正氣，思慮消其精神，哀樂殃其平粹。夫以蕞爾之軀，攻之者非一途，易竭之身，而內外受敵，身非木石，何能久乎？

又曰：善養生者，清虛靜泰，少思寡欲。知名位之傷德，故忽而不營，非欲而強禁也。識厚味之害性，故棄而不顧，非貪而後抑也。外物以累心不存，神氣以守白獨著。曠然無憂患，寧然無思慮。又守之以一，養之以和，和理自濟，同乎大順。然後烝以靈芝，潤以醴泉，晞以朝陽，和以五弦，無爲自得，體妙心玄。亡歡而後樂足，遺生而後身存。若此以往，庶可與羨門比壽，

王喬爭年。

《貞白書》曰：質像所結，不過形神。形神合，則是人是物；形神若離，則是靈是鬼。非離非合，佛法所攝；亦離亦合，仙道所依。何以能致爲仙？是修鑄煉之事極，感變之理通也。譬之爲陶，當埏埴爲器之時，是土而異於土，雖燥未燒，遇濕即敗，燒而未熟，不久尚壞。火力既足，表裏堅固，河山有盡，此形無滅。假令爲仙者，以藥石煉其形，以精靈瑩其神，以和氣濯其質，以善德解其纏，萬法皆通，無礙無滯。欲合則乘雲駕霧，欲離則尸解質化，不離不合，則或存或亡。各隨所業，修道講學，以躋仙路，永保長年。

夫人只知養形，不知養神，只知愛身，不知愛神。殊不知形者，載神之車也，神去人即死，車敗馬即奔也。

養壽之法，但莫傷之而已。冬溫夏涼，不失時序之和，所以適身也。若重衣厚褥，體不甚苦，以致風寒之疾；厚味脯臘，醉飽肥甘，以致結聚之患；美色妖冶，嬪妾盈房，以致虛損之禍；淫聲艷曲，怡心悅耳，以致荒耽之惑。故世人不終耆壽，咸多夭歿者，皆由不自愛惜，忿爭盡意，邀名射利，聚毒攻神，內傷骨髓，外消筋肉，血氣枯槁，經絡壅閉，內裏空虛，招來衆疾，一有所感，便不可支。是由正氣日衰，邪氣日盛故耳。

《太上日用經》曰：飲食餐完，禁口端坐，莫起邪念，世事俱忘，存神定意，眼不視物，耳不聽聲，息心內守，調息綿綿，呼吸自在，似有如無。心火下降，腎水上升，口中津生，靈真附體，得至長生，與天齊壽。

《道林攝生論》曰：老人養壽之道，不令飽食便臥，及終日久坐久勞，皆損壽也。時令小勞，不致疲倦，不可強爲不堪之事。食畢，少行百步，以手摩腹百過，消食暢氣。食欲少而數，恐多則難化。先飢而食，先渴而飲，先寒而衣，先熱而解，勿令汗多。不欲多唾，唾不令遠。勿令臥熟撲扇，勿食生冷過多。勿多奔走，勿露臥空階，而冒大寒、大熱、大風、大露。勿傷五味，酸多傷脾，苦多傷肺，辛多傷肝，鹹多傷心，甘多傷腎。此數者，老人猶當加意。

老人攝生，臥起有四時之早晚，興居有至和之常制。調引筋骨有偃仰之方，杜疾閑邪有吞吐之術，流行榮衛有補瀉之法，節宣勞逸有予奪之要。忍怒以全陰氣，忍喜以全陽氣。然後將草木藥餌以救虧缺，後煉金丹以定無窮。他若自己修爲，要當居貧須要安貧，居富切莫矜富。居貧富之中，恒須守道，勿以貧富改志易性。識達道理，似不能言，作大功德，勿自矜伐。年至五十以外，以至百年，美藥勿離於手，善言勿離於口，亂想勿生於心。勿令心生不足，好惡常令歡喜。勿得求全於人，勿得怨天尤命。常當少思、少念、少欲，少事、少語、少笑、少愁、少樂、少喜、少怒、少好、少惡。此十二少者，養性之都契也。多思則神殆，多念則神散，多欲則智亂，多事則形勞，多語則氣喪，多笑則臟傷，多愁則心憍，多樂則意溢，多喜則妄錯昏亂，多怒則百脈不定，多好則專述不理，多惡則憔悴無歡。此十二多不除，喪生之本也。惟無多無少，幾於道矣。

《要記》曰：一日之忌，暮無飽食；一月之忌，暮無大醉；終身之忌，暮常護氣。久視傷血，久臥傷氣，久立傷骨，久行傷筋，久坐傷肉。大飽傷肺，大飢傷氣。勿當屋樑脊下睡臥，臥勿頭向北。勿點燈燭照臥，六神不安。大汗勿脫衣，多得偏風，半身不遂。臥處勿令有孔隙，風入傷人。最寒勿令火爐安向頭旁，令人頭重目赤鼻乾。冬日凍足凍腦，春秋腦足俱凍。寅日剪指甲，午日剪足甲，燒白髮，並吉。勿食父母本生所屬禽獸之肉，令人魂魄飛揚。勿忍溺并怒拋，以致膝冷成痹。勿忍後并強努，以致氣痔腰疼。入廟宇必恭敬，勿姿意注目。見怪勿得驚恐，以怪爲怪。數者是亦養生之大者，當究心焉。

《關尹子》曰：人之平日，忽焉目見非常之物者，皆精有所結而然；病目忽見非常之物，皆心有所歉而然。苟於吾心能於無中示有，則知吾心能於有中示無，但不信之，自然不神。或曰：彼識既昏，誰能不信？應曰：如捕蛇人而不畏蛇，彼雖夢蛇，而心亦不怖。道無鬼神，獨往獨來。

又曰：困天下之智者，不在智而在愚；窮天下之辯者，不在辯而在訥；服天下之勇者，不在勇而在怯。少言者，不爲人所忌；少行者，不爲人所短；少智者，不爲人所勞；少能者，不爲人所役。壯者當知三在四少，以遵吾生，矧高年之人，於此可不更加珍重，以保全天年？

長生之法，保身之道，因氣養精，因精養神，神不離身，乃得常健。

養生大要：一曰嗇神，二曰愛氣，三曰養形，四曰導引，五曰言語，六曰飲食，七曰房室，八曰反俗，九曰醫藥，十曰禁忌。又曰：無勞爾形，無搖爾精，歸心靜默，可以長生。

天地以生成爲德，有生所甚重者，身也，身以安樂爲本。安樂所可致者，以保養爲本。先其本，則本固，本既固，疾病何由而生？壽豈不永？故攝

生有三：曰養神，曰惜氣，曰防疾。忘情去智，恬澹虛無，離事全真，內外清淨，如是則神不內耗，境不外惑，真一不雜，神自寧矣，是曰養神。抱一元之本根，固歸真之精氣，三焦定位，六賊忘形，識界既空，參同斯契，虛實相通，名曰大通，則氣自定矣，是曰惜氣。飲食適時，溫涼合度，出處無犯於八邪，動作不可爲勉強，則身自安矣，是曰防疾。

又曰：善養生者養內，不善養生者養外。外貪快樂，姿情好尚，務外則虛內矣。所謂養內者，使五臟安和，三焦守位，飲食得宜，世務不涉，是可長壽。

《莊子》曰：人之可畏者，衽席飲食之間爲最，而不知預爲之戒者，過也。若能常自謹畏，病疾何由而起？壽考焉得不長？賢者造形而悟，愚者臨病不知，誠可畏也。

勞者，勞於神氣；傷者，傷於形容。飢飽過度則傷脾，思慮過度則傷心，色慾過度則傷腎，喜怒過度則傷肝，悲愁過度則傷肺。又如風寒暑濕則傷於外，飢飽勞役則傷於內。晝感則傷於榮，夜感則傷於衛。經行內外，勞一而二，由二而十，真氣外散，五邪入內，使人肌肉內消，神氣短少，飲食漸減，行步無力，雖欲久生，恐無能矣。

《道院集》曰：游心虛靜，結志玄微，委慮無欲，歸計無爲。凝神滅想，氣和體舒，達延生命，壽與天齊。

又云：檢情攝念，息業養神。悟妄歸真，觀空見性。常習靜明，不爲魔動，心我兩忘，神氣自滿。

又云：止念令靜，觀理令明，不死可能。導氣令和，引體令柔。氣和體柔，長生可求。此皆至妙要論。

一人之身，一國之象也。胸臆之設，猶宮室焉；支體之位，猶郊境焉；骨節之分，猶百川焉；腠理之間，猶四衢焉。神猶君也，血猶臣也，氣猶民也。故至人能理其身，亦猶明君能治其國。愛民安國，愛氣全身；民弊國亡，氣衰身謝。故上士施醫於未病之先，防守於未敗之日。故攝生者，先除六害：一曰薄名利，二曰禁聲色，三曰廉貨財，四曰損滋味，五曰屏虛妄，六曰除嫉妒。六者若存，真經空念，不能挽其衰朽矣。

又曰：冬則朝勿飢，夏則夜勿飽。早起不在雞鳴前，晚起不過日出後。心內澄則真人守其位，氣內定則邪穢去其身。行欺詐則神悲，好爭競則神沮。輕侮於人則減算，殺害於物必傷年。行一善則神魂歡，作一惡則心氣亂。人能寬泰自居，恬淡自守，則神形安靜，災病不生，仙祿注名，鬼簿落籍。壽福安寧，由此兆始。

《上古天真論》曰：女子之數七，丈夫之數八。女子過七七四十九數，則任脈虛，衝脈衰，天癸竭，地道不通，以漸枯槁，華色失榮。丈夫過八八六十四數，則五臟皆衰，筋骨解弛，血脈短促，精氣耗散，天道閉塞，日就憔悴，肌肉無華。故上壽之人，年過常數，皆由衣食充足，藥餌扶護，孝子賢孫，承歡愛養，調其朝夕，適其寒溫，上順天心，下契人理，順天之道，壽命無疆。

岱翁曰：嘗見世人，治高年之人疾患，竟同少年，亂投湯藥，妄行針灸，以攻其病，務欲速愈。殊不知上壽之人，血氣已衰，精神已散，至於視聽聰明不及，手足舉動，肢體不隨，心志沉昏，頭目玄暈，氣脈妄行，則宿疾時發，或秘或散，或冷或熱，此皆老人常態。不慎治之，急投峻藥取效，或吐或汗，或解或利，老弱之人，不能禁架。汗則陽氣泄，吐則胃氣逆，瀉則元氣脫，立致不虞，此老病大忌。更不可用市中買藥，並他人聞說病源，不知藥味，送來服餌，及虎狼之藥，切宜仔細。若身有宿疾，或時發動，則隨其疾狀，用溫平順氣、開胃補虛中和湯藥，調停飲食，或隨食物變饌治之，最爲要法。

養壽之道，與仙佛二教最是捷徑，故清淨明了四字最好。內覺身心空，外覺萬物空，破諸妄相，無可執著，是曰清淨明了。

故《說心法》曰：前不接滅，後不引起，前後斷絕，中間自孤。當體不顧，應時消滅，知體已滅，豁然如空。古事過去空，今事眼前空，未來決定空。一切塵勞，是大虛妄，不可執而爲有，自障吾心，結成煩惱。

《金經大乘法》云：身便是幻，幻時所化，又是幻中之幻。世即是夢，夢時所見，又是夢中之夢。輾轉虛妄，如聲外有響，形外有影，形聲影響，起於一真。影外影爲三等妄，夢中夢是兩重虛。

一切諸有，如夢如幻；一切煩惱，是魔是賊。人生一世中，其夢無數，夢中一一稱我，夢中之我，豈非空乎？要知夢既是空，身亦如夢，何以迷著？

諦思身之未生，有象乎？有名乎？有我乎？身之既化，有象乎？有名乎？有我乎？身前身後，兩不可知，安得於中偏執爲我，愛戀憂怖，終日戚戚？

物之生成謂之造，物之變滅謂之化，性之分別謂之識，一切含識謂之相。相續有情，名隨因報，流轉無窮。有能遺物離人，超出造化之外，卓然獨存，其惟大覺聖人乎？

萬物自萬物，二儀中虛空自無礙；萬念自萬念，一心中虛空自無礙。無數之形，自古生化而不停；無數之情，自古差別而不平；無數之事，自古煩惱而不定；無數之有，自古成壞而不久。往者無跡，來者無極。若悟一一皆空，即當心如太虛，洞然無礙，有何介懷，更生色相？

天地萬物，因妄相和合而生，人世萬事，因妄情交結而成。念起念止皆自心，念起則一切煩惱起，念止則一切煩惱止。何不見心，以息此念？念起即覺，如川欲泄，簣土可塞，襄陵勢絕；如火欲燃，杯水可沃，燎原勢滅。覺念止念，宜速而切。

晁文元曰：修行之法，兩熟居先。智斷之理熟，則事事皆空，豈容留礙；力制之功熟，則念念不起，自然安閑。智斷即觀，力制即止也。

萬溫起而復破，水性常存；千燈明而復滅，火性原在。忘情之心，不住於相，如湯消冰，冰湯俱盡，無可分別；觸境之心，未能不動，如谷應聲，即應即止，無復有餘。

不茹葷飲酒，是祭祀齋，非心齋也。汝能一志，無以耳聽以心聽，無以心聽以氣聽。疏瀹汝心，除嗜欲也；澡雪汝精，去穢累也；掊擊其志，絕思慮也。無思無慮，則心專於道；無嗜無欲，則樂於道；無穢無累，則合於道。心無二想，名曰一志。

《太上九行》曰：行無爲，行柔弱，行守雌，勿先於動，是名上三行；行無名，行清淨，行諸善，是名中三行；行忠孝，行知足，行推讓，是名下三行。不止之心，妄心也；不動之心，真心也。歸心不動，方是自心。此是止息之義，故其文以自心爲息。又曰：息者氣也，自者從也。氣從心起，故心住則息住，心行則息行。所以禪道二宗，以息心爲最切要。

《楞嚴圓覺注》曰：心息相依，息調心靜，入勝定地，似尤簡徑。念起即覺，覺之即無，入三菩提，此最權輿。神氣相合，氣和神清，清和久久，自然長生。

晁公曰：夢覺之初，諸念未念，方寸之室虛白生，此清境可愛；昧爽之初，群動未動，方丈之室虛白生，此靜又更可愛。此時進道，表裏相應，真可樂也。五鼓之後，睡覺而坐，自覺神清氣清，耳中音清，其妙無比。

又曰：垢漸去而鑒漸明，魄漸銷而月漸滿。攻竹木，先節幹則枝葉易去，迎刃而解。日損妄念，先去其胸中尤甚者。懲忿窒欲，老人最要一事。

了知起滅意，決定生死根，不復隨緣轉，是名不動尊。在造化中，身不由己；在情境中，心亦如此。悟妄識真，緣妄入理，率以爲常，至於歿齒。

十魔軍最要提防：一欲，二憂愁，三飢渴，四觸愛，五睡眠，六怖畏，七疑悔，八瞋恚，九利養虛稱，十自高慢人。

圭峰曰：隨時隨處，息業養神。曇倫云：行住坐臥，離念淨心。人可以利濟通達者，常力行之；患難困苦者，力救之，皆如己身之事，此外功德也。修此勿責人報，勿希天佑，天若有靈，人若有知，理合何如哉！清心釋累，懲忿窒欲，求自然智，住無礙行，此內功德也。修此勿期道勝，勿思瑞應，經若不誣，教若不虛，理合何如哉！

齋戒沐浴，此外清淨也；息心玄妙，此內清淨也。

所見有是有不是，此世間妄眼也。無是無不是，方爲出世真眼。所知有可有不可，此爲世間妄心也。無可無不可，方爲出世真心。高一步者，眼界常不分別，心界常得安和。

浮世乃生老病死之洪都，憂悲苦惱之窟宅，此八字無人無之。明悟之人，知彼我同，當於事過即空，不留妄想。

《三根六如論》曰：對眼根之塵，如見夢時物，如變幻化像；對耳根之塵，如聞空中風，如聽禽獸語；對意根之塵，如湯釋冰雪，如冶銷金鐵。

歆然之欲，憋然之忿，隱然之憂，皆逆道心，於身心有損；翛然自得，怡然自適，恬然自息，皆順道心，於心爲益。去彼取此，取之無斁。

《心經》曰：色即是空。非無色之空，恐人執色爲礙耳。空即是色。非有色之色，恐人執空爲礙耳。色空雙泯，心境一如無纖塵可拂，方是了然曠達。

恣口腹者，神仙目之爲啄腐吞腥；佞富貴者，高士比之爲吮癰舐痔。

《造化因心偈》曰：賦象各由心，影響無欺詐。原無造化工，群生自造化。

貫休曰：舉世遭心使，吾師獨使心。萬緣隨日盡，一句不言深。

仕宦之間，暗觸禍機；衽席之上，密涉畏途；輪環之中，枉入諸趣。

故世間有怨府畏途，禍胎鬼趣，積習宴安於其中，不自覺悟者，可爲賢乎？見彼如意極快之事，不當羨慕。世事皆有倚伏，如意處常有大不如意之變。事難縷述，理可盡思，以此對治，自然甘處。

顏回如愚，王湛爲痴，士有隱德，人何由知？權要之門，暄煩會合，道義之宅，闃寂荒涼。

齊己詩云：心清鑒底瀟湘月，骨冷禪中太華秋。陳陶詩云：高僧示我真隱心，月在中峰葛洪井。二詩讀之，令人氣格爽拔。

陰澹語索襲曰：先生棄衆人之所收，收衆人之所棄。宅不彌畝，而志忽九州；形居塵俗，而栖心天外。

《莊子》曰：得者時也，失者順也。安時而處順，哀樂不能入也。

孔旻曰：怒氣劇炎火，焚燒徒自傷。觸來勿與競，事過心清涼。

《關尹子》曰：無一心，五識并馳，心不可一；無虛心，五行皆具，心不可虛；無靜心，萬化密移，心不可靜。借能一則二偶之，借能虛則實滿之，偕能靜則動搖之。惟聖人能斂萬有於一息，故無有一物可役吾之明徹；散一息於萬有，故無有一物可間吾之云爲。

又曰：運者車也，所以運者，是牛非車；思者心也，所以思者，是意非心也。不知所以然而然，惟不知所以然而然，故其來無從，往無在，故能與天地本原不古不今。

《譚子化書》曰：爪髮者我之形，何爪可割而無害，髮可截而無痛，榮衛所不至也。則知我本無害，而筋骨爲之害；我本無痛，而血肉爲之痛。所以喜怒非我作，哀樂非我動。我爲形所昧，形爲我所愛。達此理者，可以出生死之外。

又曰：動而不知其動者，超乎動者也；靜而不知其靜者，超乎靜者也。超乎動，陽不可得而推；出乎靜，陰不可得而移。陰陽不能變，而況萬物乎？故不爲物所誘者，謂之至靜。

形動而心靜，神凝而迹移者，無爲也；閑居而神擾，拱默而心馳者，有爲也。無爲則理，有爲則亂。無爲至易，非至明者，不可致也。

陽之精曰魂與神，陰之神曰尸與魄。神勝則爲善，尸強則爲惡。制惡興善則理，忘善縱惡則亂。理久則尸滅而魄煉，亂久則神逝而魂消。尸滅魄煉，神與形合而爲仙；神逝魂消，則尸與魄同而爲鬼，自然之道也。夫目以娛艷爲華，心以聲名爲貴，身好輕鮮之飾，口欲珍奇之味，耳快美好之音，鼻悅馨香之氣。此六者，皆敗德傷性，伐其靈根者也。有之則宜遠，無之不可求，忘其所趣，任其自然。

心上一毫不留，若有心求樂，則有所着。功名富貴，固無可樂，道德性命，亦無可樂。《莊子》所謂至樂無樂，可以進道。

孔子五十而知天命。知天命，是至誠之道，則與數參而無待於推數矣。人心本無思慮，只是將以往未來之事終日念想。故知事未嘗累人心，人心自累於事，不肯放耳。

《老子》曰：持而盈之，不如其已；揣而銳之，不可長保。金玉滿堂，莫之能守；富貴而驕，自遺其咎。功成名遂身退，天之道。

又曰：五色令人目盲，五音令人耳聾，五味令人口爽，馳騁田獵，令人心狂，難得之貨，令人行妨。是以聖人爲腹不爲目，故去彼取此。

曲則全，枉則直，洼則盈，弊則新，少則得，多則惑。是以聖人抱一，爲天下式。不自見，故明；不自是，故彰；不自伐，故有；不自矜，故長。惟不爭，故天下莫與之爭。所謂曲則全，豈虛言哉？誠全而歸之。

善行無轍跡，善言無瑕謫。善計不容籌策，善行無關鍵而不可開。是聖人常善救人，故無棄人。常善救物，故無棄物。是謂襲明。

又曰：知人者智，自知者明，勝人者力，自勝者強。知足者富，強行者有志，不失其所者久，死而不亡者壽。

名與身孰親？身與貨孰多？得與亡孰病？甚愛必大費，多藏必厚亡。知足不辱，知止不殆，可以長久。

《四十二章經》云：斷欲去愛，識自心源，內無所得，外無所求，心不繫道，亦不結業，是亦爲道。

又曰：佛教十惡，吾亦當戒。身惡三者：殺，盜，淫。口惡四者：兩舌，惡口，妄言，綺語。意惡三者：嫉，妒，恚。此十事不順聖道，名曰大業。有罵佛者，罵止。問：子以禮從人，其人不納，禮歸子乎？今子罵我，我亦不納，子自持禍歸子身矣。猶響應聲，影之追形，終無免離，慎勿爲惡。惡人害賢，猶如仰天吐唾，唾不至天，還墮自身。

佛經有二十難，在吾人，切身似有十四難，不可不勉。貧窮樂舍難；豪貴好善難；忍色忍欲難；被辱不嗔難；有勢不臨難；觸事無心難；

廣學博究難；除人滅我難；心行平等難；不說是非難；睹境不動難；善解方便難；不輕貧賤難；見貨不貪難。

行道守真者善，志與道合者大。

色欲之患，甚於牢獄，牢獄有解脫之時，色交無合魂之禮。情欲所愛，豈憚馳驅？雖有虎口之禍，心存甘伏，投泥自溺。故曰：凡夫透得此門，出塵羅漢。

又曰：人欲愛生，愛從憂生，憂從怖生。若離於愛，何憂何怖？

《仙經》云：覺與陽合，寐與陰并。覺多則魂強，寐久則魄壯。魂強者生之人，魄壯者死之徒也。若餐元和，徹滋味，使神清氣爽，至於晝夜常醒，是得長壽。

又曰：性本至凝，物感而動，習動既久，胡能遽寧？既習動而播遷，可習靜而恬宴。故善習者，寂而有裕；不善習者，煩而無功。是以將躁而制之以寧，將邪而閑之以正，將求而抑之以捨，將濁而澄之以清。於此習久，則物冥於外，神鑒於內，不思靜而心自靜矣。

《大道歌》曰：大道不遠在身中，萬物皆空性不空。性若不空和氣住，氣歸元海壽無窮。欲得身中神不出，莫向靈臺留一物。物在心中神不清，耗散真精損筋骨。神御氣兮氣留形，不須藥物自長生。術則易知訣難遇，縱然遇了不專行。所以千人萬人學，畢竟終無一個成。神若出兮便收來，神返身中氣自回。如此朝朝并暮暮，自然赤子產靈胎。

重陽師曰：老人於十二時中，行住坐臥，一切動中，要把心似泰山，不搖不動，謹守四門，眼、耳、鼻、口，不令內入外出，此名養壽緊要。

又曰：斷緣者，斷塵俗事也。棄事則形不勞，無爲則心自足。恬簡自安，塵累日遠。經云：塞其兌，閉其門，終身不勤。或顯德露能，或救人扶己，或遺問慶吊，以事往還，或假修隱逸，以希譽望，或酒食結朋，以圖厚報。此皆巧蘊心機，以干時利，既非順道，更防養壽。凡此之類，悉令遠去。

《收心論》曰：煩邪亂想，隨覺即除；毀譽善惡，聞即撥去。莫將心受，心受則滿，心滿則道無所居。要令聞見是非，不入於心，是心不外受，名曰虛心。使心不逐外，是名安心。心安而虛，道自來居。

《真觀論》曰：真觀者，智士之先覺，能人之善察也。一餐一寐，俱爲損益之源；一行一言，乃係禍福之本。雖則巧持其末，不如拙戒其本。觀本知末，又非躁競之情。是故收心簡事，日損有爲，體靜心閑，方可觀妙。

人居塵世，難免營求。雖有營求之事，而無得失之心，即有得無得，心常安泰。與物同求而不同貪，與物同得而不同積。不貪即少憂，不積則無失。跡雖同人，心常異俗。

又曰：若色病重者，當知染色都是由想之一字上來。想若不生，終無色事。色想外空，色心內忘，妄想心空，誰爲色主？經云：色者想爾，想悉是空，何關於色？

心如眼也，纖塵入眼則不安。小事關心，心必亂動。既有動病，難入定門。養性靜心，急除此病。

《西昇經》曰：形神合同，故能長久。《生神經》曰：身神並一，則爲真身。入道之人，力有淺深，深則兼被於形，淺則惟及於心。被形者，神人也。及心者，但得慧覺，不免凋謝。何者？慧是心用，用多則心勞，初得少慧，悅而多辨，神氣漏泄，無靈光潤身，遂致早終。若大人含光藏輝，以期全備，凝神寶氣，神與道合。故山有玉，草木以之不凋；人懷道，形骸與之永久。

《坐忘樞要》曰：人心當先去邪僻之行，外事都絕，無以於心。然後內觀正覺，覺一念起，即須除滅，隨起隨滅，務令安靜。惟滅動心，不滅照心，但冥虛心，不冥有心。不依一法，而心常住，此法玄妙，利益甚深。

又曰：得道之人，心身有五時七候。心有五時者，一、動多靜少；二、動靜相半；三、靜多動少；四、無事則靜，事觸還動；五、心與道合，觸而不動。進至此地，罪垢滅盡，無復煩惱，始得安樂。七候者，一、舉動順時，容色和悅；二、宿疾並消，身心輕爽；三、填補天傷，還元復命；四、延數千歲，名曰仙人；五、煉形爲氣，名曰真人；六、煉氣成神，名曰神人；七、煉神合道，名曰至人。雖久學定，心身無五時七候者，促齡穢質，色謝歸空。

《坐忘銘》曰：常默元氣不傷，少思慧燭內光，不怒百神和暢，不惱心地清涼，不求無諂無媚，不執可圓可方，不貪便是富貴，不苟何懼公堂。味絕靈泉自降，氣定真息自長。觸則形弊神逸，想則夢離尸僵。氣漏形歸厚土，念漏神趨死鄉，心死方得神活，魄滅然後魂昌。轉物難窮妙理，應化不離真常。至精潛於恍惚，大象混於渺茫。造化不知規準，鬼神莫測行藏。不飲不食不

寐，是謂真人坐忘。

文逸《曹仙姑歌》云：我爲諸君說真的，命蒂從來在真息。照體長存空不空，靈鑒涵天容萬物。太極布妙人得一，得一須教謹防失。宮室虛閑神自居，靈腑煎熬枯血液。

又曰：朝喪暮損人不知，氣亂精神無所據，細細消磨漸漸衰，用竭元和神乃去。無心心即是真心，動靜兩忘爲離欲。神是性兮氣是命，神不外馳氣自定。本來二物互相親，失卻將何爲本柄？混合爲一復忘一，可與元化同出沒。

又曰：念中景象須除滅，夢裏精神牢執持。元氣不住神不安，蠹木無根枝葉乾。休論涕唾與精血，達本窮源總一般。此物何曾有定位，隨時變化因心意。在體感熱即爲汗，在眼感悲即爲淚，在腎感合即爲精，在鼻感風即爲涕。縱橫流轉潤一身，到頭總是神水潰。神水難言識者稀，資生一切由真氣。但知恬淡無思慮，齋戒寧心節言語。一味醒醐甘露漿，飢渴消除見真素。

又云：不去奪名與逐利，絕了人情總無事。自然決裂滯何人，在我更教誰制御？掀天聲價又何如？倚馬文章何足貴！榮華衣食總無心，積玉堆金成何濟。

又曰：名與身兮果孰親？半生歲月太因循。比來修煉賴神氣，神氣不全空苦辛。可憐一個好基址，金屋玉堂無主人。

譚景升曰：忘形以養氣，忘氣以養神，忘神以養虛。只此忘之一字，是無物也。六祖曰：本來無一物，何處惹塵埃？其斯之謂歟？

白玉蟾曰：薄滋味以養氣，去嗔怒以養性，處卑下以養德，守清淨以養道。名不繫簿籍，心不在勢利，此所以出人之轂，與天爲徒。

又曰：大道以無心爲本，忘言爲用，柔弱爲本，清淨爲基。若施於身，必節飲食，絕思慮，靜坐以調息，安寢以養氣。心不馳則性定，形不勞則精全，神不拔則丹結。然後滅性於虛，寧神於極，可謂不出戶庭而妙道得矣，歲月其有窮乎？

郝太古曰：道不負人，人自負道。日月不速，人算自速。勇猛剛強，不如低心下氣；游歷高遠，不如安靜養素；圖名逐利，不如窮居自適；飽飫珍饈，不如粗糲充腹；羅綺盈箱，不如布袍遮體；說古談今，不如緘口忘言；逞伎誇能，不如抱元守一；趨炎附勢，不如貧窮自樂；懷怨記仇，不如洗心悔過；較長量短，不如安心自怡。道氣綿綿，行之得仙，得意忘言，自超太玄。

釋興曰：六般神用空不空，一顆圓明色非色。人爲六根貪使，不能自神其神。人能眼不貪視美色，耳不貪聽淫聲，鼻不貪聞香馥，舌不貪嗜珍饈，身不貪戀色欲，意不貪忘思慮，一心不動，六門嚴守，物物頭頭，左右護持，不傷真性，神聚氣全，與天長年。

栖雲先生曰：心隨境轉，境逐心生。若要心定，世人愛的我不愛，世人做的我不做，紅塵萬緣，勾引不動，自然心清意靜，陰陽不能陶鑄。

《書》曰：喜樂無極則傷心，心傷則意不存，而皮革焦枯。怒忿炎爍則傷肝，肝傷則血不榮，而筋萎破陰。臨食更忌暴嗔，令人神驚夢逸。心之神發於目，久視則傷心。腎之精發於耳，久聽則傷腎。

《書》云：唾者，溢爲醴泉，聚，流爲華池府，散爲津液，降爲甘露，溉臟潤身，宣通百脈，化養萬神，肢節毛髮，華采堅固，故曰：遠唾不如近唾，近唾不如不唾。

又曰：息心以養氣，息機以死心。

經曰：精氣神爲內三寶，耳目口爲外三寶。常使內三寶不逐物而流，外三寶不誘中而擾。

《天隱子》曰：潔身虛心，深居靜室，收心復性，遺形忘我，萬法通靈，是爲五漸之門。

《孫真人衛生歌》曰：天地之間人爲貴，頭像天兮足像地。父母遺體能寶之，《洪範》五福壽爲最。衛生切要知三戒，大怒大欲並大醉。三者若還有一焉，須防損失真元氣。欲求長生須戒性，火不出兮心自定。木還去火不成灰，人能戒性還延命。貪欲無窮忘卻精，用心不已失元神，勞形散盡中和氣，更仗何因保此身？心若太費費則勞，形若太勞勞則怯，神若太傷傷則虛，氣若太損損則絕。世人欲識衛生道，喜樂有常嗔怒少。心誠意正思慮除，順理修身去煩惱，春噓明目夏呵心，秋吶冬吹肺腎寧，四季常呼脾化食，三焦嘻出熱難停。髮宜多梳氣宜煉，齒宜數叩津宜咽。子欲不死修昆侖，注曰：昆侖即人之頭面也，當如下句修之。雙手揩摩常在面。注曰：以雙手扯攝兩耳，抱頭搖擺，以兩手一呵十搓，擦面四圍，以合骨摩拂雙眼，以雙手抱腦後，以中食二指互擊天鼓，皆修昆

命法也。春月少酸宜食甘，冬月宜苦不宜鹹，夏日增辛聊減苦，秋來辛減少加酸，季月大鹹甘略戒，自然五臟保平安。若能全減身康健，滋味能調少病難。春寒莫著綿衣薄，夏月汗多須換著，秋冬覺冷漸加添，莫待病生才服藥。惟有夏月難調理，伏陰在內忌冰水，瓜桃生冷宜少餐，免至秋冬成瘧痢。身旺腎衰色宜避，養腎固精當節制，常令腎實不空虛，日食須知忌油膩。太飽傷神飢傷胃，太渴傷血多傷氣，飢餐渴飲莫太過，免致膨脖損心肺。醉後強飲飽強食，去此二者不生疾。人資飲食以養生，去其甚者自安逸。食後徐行百步多，手摩臍腹食消磨。夜半靈根灌清水，丹田濁氣切須呵。飲酒可以陶情性，劇飲過多招百病。肺爲華蓋倘受傷，咳嗽勞神能損命。慎勿將鹽去點茶，分別引賊入人家。下焦虛冷令人瘦，傷腎傷脾防病加。坐臥防風吹腦後，腦內受風人不壽。更兼醉飽臥風中，風入五內成災咎。雁有序兮犬有義，黑鯉朝北知臣禮，人無禮義反食之，天地鬼神俱不喜。養體須當節五辛，五辛不節反傷身。莫教引動虛陽發，精竭容枯百病侵。不問在家並在外，若遇迅雷風雨大，急宜端肅畏天威，靜坐澄心須謹戒。恩愛牽纏不自由，利名縈絆幾時休？放寬些子留餘福，免致中年早白頭。頂天立地非容易，飽食暖衣寧不愧，思量難報罔極恩，朝夕焚香拜天地。身安壽永事如何？胸次平夷積善多。惜命惜身兼惜氣，請君熟玩衛生歌。

《西昇經》曰：凡人見人之死亡而哀之，何不哀自身？哀身不如愛神，愛神不如舍神，舍神不如守身，守身長久長存也。神生形，形成於神。形不得神，不能自生；神不得形，不能自成。形神合同，相生相成。神常愛人，人不愛形，故絕去聖智，歸無爲也。

《大有經》曰：形生愚智，天也；強弱壽夭，人也。天道自然，人道自己。始而胎氣充實，生而乳哺有方，長而滋味不偏，壯而聲色有節者，強而壽。始而胎氣虛耗，生而乳哺不足，長而滋味多，壯而聲色恣放者，弱而夭。生長而合度，加之以道養，壽年未可量也。

胡孔明曰：常人不得無欲，又復不得無事，但當和心約念，靜身損物，先去亂神犯性者，此亦嗇神之一術耳。

《黃帝中經》曰：靜者壽，躁者夭。靜而不能養，減壽；躁而能養，延年。然靜易御，躁難持，盡慎養之宜者，靜亦可養，躁亦可養也。凡重貴勢者，雖不中邪，精神內傷，亦多死亡。

又曰：養性者，要使習以成性，性自爲善，外病不得而侵，能治病於未病之先，不特餌藥餐霞。其於平居，五常俱全，百行周備，雖無藥餌，亦可長年。德行不足，縱有金丹，壽亦不永。

嵇中散曰：養生有五難：名利不去爲一難；喜怒不除爲二難；聲色不去爲三難；滋味不薄爲四難；神蕩精散爲五難。五者不去，心雖希壽，口誦至言，咀嚼英華，呼吸太陽，不能挽其天且病也。五者能絕，則信順日濟，道德日全，不祈生而有神，不求壽而延年矣。

扁鵲論曰：食能排邪而安臟腑，神能爽志以資血氣。攝生者，氣正則味順。味順則神氣清，神氣清則合真之靈全，靈全則五邪百病不能乾也。故曰：水濁魚瘦，氣昏人病。夫神者，生之本，本者，生之真。大用則神勞，大勞則形疲也。

《彭祖攝生論》曰：目不視不正之色，耳不聽不正之聲，口不嘗不正之味，心不起不正之念。四者忘魂喪精，減折壽算者也。

《黃帝內傳》曰：食風者靈而延壽算，食穀者多智而勞形神，食草者愚痴而足力，食肉者鄙勇而多嗔，服氣者常存而得道。

《小有經》曰：才所不勝而強思之，傷也；力所不任而強舉之，傷也。深憂而不解，重喜而不釋，皆傷也。

《太上》曰：天之道，利而不害；聖人之道，爲而不爭。故與時爭之者昌，與人爭之者凶。夫不祥者，人之所不爭；垢辱者，人之所不欲。能受人所不欲則足矣，得人所不爭則寧矣。

《妙真經》曰：視過其目者明不居，聽過其耳者精不守，愛過其心者神不居，牽過於利者動即懼。

道言吉凶禍福，窈冥中來。其災禍也，非富貴者可請而避；其榮盛也，非貧賤者可欲而得。惟修福則善應，爲惡則禍來。

又曰：神者魂也，降之於天；鬼者魄也，經之於地。是以神能服氣，形能食味。氣清則魂爽，形勞則魄濁。服氣者綿綿而不死，身騰於天；食味者混混而殂，形歸於地，理自然也。

《上仙經》曰：有者因無而生，形者須神而立。故有乃無之宮，形乃神之宅也。莫不全宅以安主，修身以養神。若氣散歸空，游神爲變，猶火之於燭，燭靡則火不居；水之於堤，堤壞則水不住。魂勞神散，何以長年？

《定觀經》曰：有事無事，常若無心，處靜處暄，其志惟一。制而不著，放而不動，處喧無惡，涉事無惱者，此是真定。以無事爲真定，有事爲應跡。

《群仙語錄》曰：專精養神，不爲物雜謂之清；反神服氣，安而不動謂之靜。制念以定志，靜身以安神，保氣以存精。思慮兼忘，冥想內視，則身神并一，以近於道。

《理論要記》曰：性耽玄虛，情寡嗜好。不知榮華之可貴，非強身以自高；不見淫僻之可欲，非閑防以自正。體至仁，含至靜，超跡塵滓，栖真物表，想道結襟，以無爲爲事，近於仙道，一也。其次，希高敦古，克意尚行。知榮華爲浮寄，忽之而勿顧；知聲色能伐性，損之而勿取。剪陰賊，樹陰德，懲忿欲，齊毀譽，處山林，修清真，近於仙道，二也。其次，身居祿位之場，心游道德之鄉。奉上以忠，臨下以義。於己薄，於人厚，仁慈和易，博愛弘施，外混囂塵，內含澄寂，潛跡密修，好生惡死，近於仙道，三也。其次，瀟灑華門，樂貧甘賤。抱經濟之才，泛然若無；洞古今之事，曠然若虛。爵之不動，祿之不受，確乎以方外爲尚，恬乎以攝生爲務，近於仙道。四也。其次，稟明穎之資，懷秀拔之節，奮志機之旅，當銳巧之師，所攻無敵，一戰而勝。然後靜以安身，和以保神，精以致真，近於仙道，五也。其次，追悔既往，洗心自新，雖失之於壯齒，冀收之於晚年。以功補過，過落而功全；以正易邪，邪忘而正在。坎坷不能易其操，喧嘩不能亂其性，惟精惟一，積以誠著，近於仙道，六也。其次，至忠至孝，至貞至廉，按《真誥》之言，不待修學而自得。比干剖心而不死，惠風溺水而復生。伯夷叔齊之高風，曾參、閔子之大孝。人見其歿，而道見其存。如此善行，充塞天地，謂之隱景潛化，死而不忘，此亦自然，人品超越，近於仙道，七也。人能得此七近，謂之拔陷區，出溺途，碎禍車，登福輿，可與涉養生之玄，神仙之津矣。

《陰陽論》曰：陰陽交泰，萬物化生。故陰陽自少至老，化爲五行。少陽成木，老陽成火，少陰成金，老陰成水，參土而和之，以成夫婦。故木以發之，火以化之，水以滋之，土以和之，金以勁之，故得品物成焉。五勝者，皆以生我爲利，克我爲用，利用相乘，故有成敗。動靜者，終始之道；聚散者，化生之門也。陽其動乎？陰其處乎？動以生之，靜以息之。

髮宜多櫛，齒宜多叩，液宜常咽，氣宜清煉，手宜在面。此爲修昆侖之法。五者爲不死之道。

《太玄經》曰：喜怒傷性，哀樂傷神。傷性則害生，傷神則侵命。故養性以全氣，保神以安心。氣完則體平，心安則神逸，此全生至要訣也。

寒山子曰：修生之道，除嗜去欲，齋神保和，所以無累也。內抑其心，外檢其身，所以無過也。先人後己，知柔守謙，所以安身也。善推於人，不善歸己，所以積德也。功不在大，過不在小，去而不二，所以積功也。然後內行充而外丹至，可以冀道於彷彿耳。

益州老父曰：凡欲身之無病，必須先正其心，使心不亂求，心不狂思，不貪嗜欲，不著迷惑，則心先無病矣。心君無病，則五臟六腑雖有病不難療矣。

《真西山先生衛生歌》：萬物惟人爲最貴，百歲光陰如旅寄。自非留意修養中，未免病苦爲心累。何必餐霞餌大藥，妄意延齡等龜鶴。但於飲食嗜欲問，去其甚者即安樂。食後徐徐行百步，兩手摩脅並腹肚，須臾轉手摩腎堂，謂之運動水與土。仰面仍呵三四呵，自然食毒氣消磨。醉眠飽臥俱無益，渴飲飢餐猶戒多。食不欲粗並欲速，寧可少餐相接續。若教一飽頓充腸，損氣損脾非是福。生食粘膩筋韌物，自死禽獸勿可食。饅頭閉氣不相和，生冷偏招脾胃疾。鮓醬胎卵兼油膩，陳臭腌藏皆陰類，老年切莫喜食之，是借寇兵無以異。炙爆之物須冷吃，不然損齒傷血脈。晚食常宜申酉前，向夜須防滯胸膈。飲酒莫教飲大醉，大醉傷神損心志。酒渴飲水並吃茶，腰腳自茲成重墜。嘗聞避風如避箭，坐臥須教預防患。況因飲後毛孔開，風才一入成癱瘓。不問四時俱暖酒，大熱又須難向口。五味偏多不益人，恐隨肺腑成殃咎。視聽行藏不必久，五勞七傷從此有。四肢亦欲常小勞，譬如戶樞終不朽。臥不壓縮覺貴舒，飽則入浴飢則梳，梳多浴少益心目，默寢暗眠神晏如。四時惟夏難將攝，伏陰在內腹冷滑。補腎湯藥不可無，食肉稍冷休哺啜。心旺腎衰何所忌？特忌疏通泄精氣。臥處尤宜綿密間，宴居靜慮和心意。沐浴盥漱皆暖水，臥冷枕涼皆勿喜。瓜茄生菜不宜食，豈獨秋來多瘧痢？伏陽在內三冬月，切忌汗多陽氣泄。陰霧之中毋遠行，暴雨震雷宜遠避。道家更有頤生旨，第一令人少嗔恚。秋冬日出始求衣，春夏雞鳴宜早起。夜後晝前睡覺來，瞑目叩齒二七回。吸新吐故無令緩，咽漱玉泉還養胎。摩熱手心熨兩眼，仍更揩擦額與面，中指時將摩鼻頻，左右耳眼摩數遍。更能乾浴遍身間，按髀暗須扭兩肩，縱有風勞諸冷氣，何憂腰背復拘攣。噓

呵呼吸吹及呬，行氣之人分六字。果能依用力其間，斷然百病皆可治。情欲雖云屬少年，稍知節養自無愆。固精莫妄傷神氣，莫使苞羽火中燃。有能操履長方正，於名無貪利無競，縱向邪魔路上行，百行周身自無病。

涪翁《食時五觀》：

一曰計功多少，量彼來處。

此食墾植收獲，舂磨淘汰，炊煮乃成，用功甚多。何況殺害生靈，爲己滋味，一人之食，十人作勞。家居則食父母心力所營，縱是己財，亦承餘蔭。仕宦則食民之膏血，大不可言。

二曰忖己德行，全缺應供。

始於事親，中於事君，終於立身。全此三者，應受供養，無愧缺則已。否當愧恥，不敢盡味。

三曰防心爲過，貪等爲宗。

於上味食，務遠物而求難得，是之謂貪。於下味食，起恚怒，以口腹之故鞭撲人，是之謂嗔。食不過充飢，而求食前方丈，是之謂痴。君子食無求飽，離此過也。

四曰正事良藥，爲療形苦。

五穀五蔬以養人，魚肉以養老。形苦者，飢渴爲主病，四百四病爲客病，故須食爲醫藥，以自扶持。是故知足者，舉著常如服藥。

五曰爲成道業，方受此食。

君子無終食之間違仁，先結款狀，然後受食。既食，不可怠於道業。

《達莊論》曰：恬於生而靜於死，恬生則不惑死，靜死則神不離生。故能與陰陽化而不易，從天地變而不移，生究其壽，死終其宜，心氣平治，消息不虧。故求得者喪，爭明者失，無欲者自足，空虛者受實。是以作智巧者害於物，明是考非者危其身。修飾顯潔者惑於生，畏死而崇生者失其貞。

庾闡《神論》曰：天地者，陰陽之形魄；變化者，萬物之游魂。神籟與無窮並吹，大冶與造運齊根。生資聚氣之跡，死寄玄牝之門。視榮辱其猶塵埃，邈高尚而不顧。故能外安恬逸，內體平和。

北宮子曰：衣其短褐，有狐貉之溫；進其茂菽，有稻粱之味；庇其蓬室，若廣廈之蔭；乘其蕈輅，若文軒之飾。終身怡然，不知其爲貧也。

《象山要語》曰：此道非爭競務進者能知，惟靜退者可入。

又曰：君子役物，小人役於手。夫權皆在我，若在物，則爲物役矣。學者不可用心太緊，深山有寶，無心於寶者得之。

利害、毀譽、稱譏、苦樂，能動搖人，釋氏謂之八風。

《大藏經》曰：救災解難，不如防之爲易；療疾治病，不如避之爲吉。今人見左，不務防之而務救之，不務避之而務藥之。譬之有君者不思勵治以求安，有身者不能保養以全壽。是以聖人求福於未兆，絕禍於未萌。蓋災生於稍稍，病起於微微。人以小善爲無益而不爲，以小惡爲無損而不改。孰知小善不積，大德不成；小惡不止，大禍立至。故太上特指心病要目百行，以爲病者之鑒。人能靜坐持照，察病有無，心病心醫，治以心藥，奚俟盧扁，以瘳厥疾？無使病積於中，傾潰莫遏，蕭牆禍起，恐非金石草木可攻。所爲長年，因無病故。智者勉焉。

喜怒偏執是一病，亡義取利是一病，好色壞德是一病，專心繫愛是一病，憎欲無理是一病，縱貪蔽過是一病，毀人自譽是一病，擅變自可是一病，輕口喜言是一病，快意遂非是一病，以智輕人是一病，乘權縱橫是一病，非人自是是一病，侮易孤寡是一病，以力勝人是一病，威勢自協是一病，語欲勝人是一病，貸不念償是一病，曲人自直是一病，以直傷人是一病，與惡人交是一病，喜怒自伐是一病，愚人自賢是一病，以功自矜是一病，誹議名賢是一病，以勞自怨是一病，以虛爲實是一病，喜說人過是一病，以富驕人是一病，以賤訕貴是一病，讒人求媚是一病，以德自顯是一病，以貴輕人是一病，以貧妒富是一病，敗人成功是一病，以私亂公是一病，好自掩飾是一病，危人自安是一病，

陰陽嫉妒是一病，激厲旁悖是一病，多憎少愛是一病，堅執爭鬥是一病，推負著人是一病，文拒鈎錫是一病，持人長短是一病，假人自信是一病，施人望報是一病，無施責人是一病，與人追悔是一病，好自怨憎是一病，好殺蟲畜是一病，蠱道厭人是一病，毀訾高才是一病，憎人勝己是一病，毒藥鴆飲是一病，心不平等是一病，以賢嗔嘻是一病，追念舊惡是一病，不受諫諭是一病，內疏外親是一病，投書敗人是一病，笑愚痴人是一病，煩苛輕躁是一病，擿捶無理是一病，好自作正是一病，多疑少信是一病，笑顛狂人是一病，蹲踞無禮是一病，醜言惡語是一病，輕慢老少是一病，惡態醜對是一病，了戾自用是一病，好喜嗜笑是一病，當權任性是一病，詭譎諛諂是一病，嗜得懷詐是一病，兩舌無信是一病，乘酒凶橫是一病，罵詈風雨是一病，惡言好殺是一病，教人墮胎是一病，干預人事是一病，鑽穴窺人是一病，不借懷怨是一病，負債逃走是一病，背向異詞是一病，喜抵捍戾是一病，調戲必固是一病，故迷誤人是一病，探巢破卵是一病，驚胎損形是一病，水火敗傷是一病，笑盲聾啞是一病，亂人嫁娶是一病，教人捶擿是一病，教人作惡是一病，含禍離愛是一病，唱禍道非是一病，見貨欲得是一病，強奪人物是一病。

此爲百病也。人能一念，除此百病，逐日點檢，使一病不作，決無災害、痛苦、煩惱、凶危，不惟自己保命延年，子孫百世亦永受其福矣。

《大藏經》曰：古之聖人，其爲善也，無小而不崇；其於惡也，無微而不改。改惡崇善，是藥餌也，祿所謂百藥以治之。

思無邪僻是一藥，行寬心和是一藥，動靜有禮是一藥，起居有度是一藥，近德遠色是一藥，清心寡欲是一藥，推分引義是一藥，不取非分是一藥，雖憎猶愛是一藥，心無嫉妒是一藥，教化愚頑是一藥，諫正邪亂是一藥，戒敕惡僕是一藥，開導迷誤是一藥，扶接老幼是一藥，心無狡詐是一藥，拔禍濟難是一藥，常行方便是一藥，憐孤恤寡是一藥，矜貧救厄是一藥，位高下士是一藥，語言謙遜是一藥，不負宿債是一藥，愍慰篤信是一藥，敬愛卑微是一藥，語言端遜是一藥，推直引曲是一藥，不爭是非是一藥，逢侵不鄙是一藥，受辱能忍是一藥，揚善隱惡是一藥，推好取醜是一藥，與多取少是一藥，稱嘆賢良是一藥，見賢內省是一藥，不自誇彰是一藥，推功引善是一藥，不自伐善是一藥，不掩人功是一藥，勞苦不恨是一藥，懷誠抱信是一藥，覆蔽陰惡是一藥，崇尚勝己是一藥，安貧自樂是一藥，不自尊大是一藥，好成人功是一藥，不好陰謀是一藥，得失不形是一藥，積德樹恩是一藥，生不罵詈是一藥，

不評論人是一藥，甜言美語是一藥，災病自咎是一藥，惡不歸人是一藥，施不望報是一藥，不殺生命是一藥，心平氣和是一藥，不忌人美是一藥，心靜意定是一藥，不念舊惡是一藥，匡邪弼惡是一藥，聽教伏善是一藥，忿怒能制是一藥，不干求人是一藥，無思無慮是一藥，尊奉高年是一藥，對人恭肅是一藥，內修孝悌是一藥，恬靜守分是一藥，和悅妻孥是一藥，以食飲人是一藥，助修善事是一藥，樂天知命是一藥，遠嫌避疑是一藥，寬舒大度是一藥，敬信經典是一藥，息心抱道是一藥，爲善不倦是一藥，濟度貧窮是一藥，舍藥救疾是一藥，信禮神佛是一藥，知機知足是一藥，清閑無欲是一藥，仁慈謙讓是一藥，好生惡殺是一藥，不寶厚藏是一藥，不犯禁忌是一藥，節儉守中是一藥，謙己下人是一藥，隨事不慢是一藥，喜談人德是一藥，不造妄語是一藥，貴能援人是一藥，富能救人是一藥，不尚爭鬥是一藥，不淫妓肯是一藥，不生奸盜是一藥，不懷咒厭是一藥，不樂詞訟是一藥，扶老挈幼是一藥。

此爲百藥也。人有疾病，皆因過惡陰掩不見，故應以疾病，因緣飲食、風寒、惡氣而起。由人犯違聖教，以致魂迷魄喪，不在形中，肌體空虛，神氣不守，故風寒惡氣得以中之。是以有德者，雖處幽暗，不敢爲非；雖居榮祿，不敢爲惡。量體而衣，隨分而食，雖富且貴，不敢恣欲；雖貧且賤，不敢爲非。是以外無殘暴，內無疾病也。吾人可不以百病自究，以百藥自治，養吾天和，一吾心志，作耆年頤壽之地也哉！百病一段與《道藏》少異一二，余以家藏宋刻小本考詳，似近人情語，故以刻之。初謂《道藏》國刊，似無訛誤，余閱一藏以遍，魚豕之錯，不可枚舉。

黃帝曰：一陰一陽之謂道，偏陰偏陽之謂疾。兩者不和，若四時中有春無夏，有秋無冬矣。因而和之，是謂聖度。聖人不絕和合之道，但貴於閉密以守天真也。

太上曰：情欲出於五內，魂定魄靜者，生也；情欲出於胸臆，精散神惑者，死也。

書云：聲色動蕩於中，情愛牽纏，心有念，動有著，晝想夜夢，馳逐於無涯之欲，百靈疲役而消散，宅舍無主而傾頹矣。

書云：欲多則損精。人可寶者命，可惜者身，最重者精。肝精不固，目眩無光；肺精不交，肌肉消瘦；腎精不固，神氣減少；脾精不堅，齒髮浮落。若耗散真精不已，疾病隨生，死亡隨至。

《神仙可惜歌》曰：可惜許，可惜許，可惜元陽宮無主。一點既隨穢色枯，百神泣送精光去。三尸喜，七魄怒，血敗氣衰將何補？尺宅寸田屬別人，玉爐丹灶阿誰處？勸世人，休戀色，戀色貪淫有何益？一神去後百神隨，百神去盡人不知。幾待說時說不得，臨時出口泄天機。

《孫真人銘》曰：怒甚偏傷氣，思多太損神。神疲心易役，氣弱病相縈。勿使悲歡極，當令飲食均。再三防夜醉，第一戒晨嗔。亥寢鳴雲鼓，注曰：扣齒三十六下。晨興漱玉津。注曰：早時開眼即以舌攪上下齶，待津生滿口，汩汩咽下，直至丹田。妖神難犯己，精氣自全身。若要無諸病，常當節五辛。注曰：不使鹹酸苦辣甜五味偏傷一臟，致使生疾。安神宜悅樂，注曰：常令心上生歡喜。惜氣保和純。注曰：常使心氣和平，絕躁妄焦爍生怒。壽夭休論命，修行本在人。若能遵此理，平地可朝真。

《象山要語》曰：精神不運則愚，血脈不運則病。

又曰：志固爲之帥，然至於氣之專一，則亦能動志，故不但持其志，又戒之以無暴其氣也。居處飲食，適節宣之宜；視聽言動，嚴邪正之辯，皆無暴其氣之功。

內無所累，外無怕累，自然自在。才有一些他意，便沉重了。徹骨徹髓，見得超然於一身，自然輕清，自然靈大。

陸文達公有二歌，曰：聽、聽、聽，勞我以生天理定。若還懶惰受飢寒，莫到窮來方怨命，虛空自有神明聽。又曰：聽、聽、聽，衣食生身天付定，酒食貪多折人壽，經營太甚違天命。定、定、定。

腎，水也，水生氣，氣即火矣。心，火也，火生液，液即水矣。水可以滋流百脈，火可以熏蒸四大。

經曰：心牽於事，火動於中，有動於中，必搖其精。

天之助人爲善也，至快至周，而略無毫髮之或慳；天之報人之惡也，亦至信至密，而略無毫髮之或漏。細考遠計，自當見爾。

虛齋云：食服常溫，四體皆春；心氣常順，百病自遁。至哉斯言！

又曰：樂莫樂於日休，憂莫憂於多求。古之人雖疾雷破山而不震，雖貨以萬乘而不酬，惟胸中一點堂堂者以爲張主。

張氏曰：一念之善，則天地神祇，祥風和氣，皆在乎此；一念之惡，則妖星厲鬼，凶荒禍害，皆在乎此。可不慎歟？

勸君莫存半點私，若存半點私，終無人不知。勸君莫用半點術，若用半點術，終無人不識。

禍莫大於縱己之欲，惡莫大於言人之非。人非賢莫交，物非義莫取，念非善莫行，事非善莫說。

君子對青天而懼，聞雷霆而不驚；履平地而恐，涉風波而不懼。以責人之心責己則寡過，以恕己之心恕人則全交。

凡人傷巧則可悔之事多，全拙則可悔之事少。

知止自能除妄想，安貧須要禁奢心。故云：良田千頃，日食二升；大廈千間，夜眠八尺。

治生莫若節用，養生莫若寡欲。

戒酒後語，忌食時嗔，忍難忍事，順不明人。口腹不節，致病之由；念慮不正，殺身之本。

又曰：世人之壽，悉可百歲。而以喜怒哀樂，汩沒心源，愛惡嗜欲，戕伐性根，而又揚人之短，掩人之長，顛倒方寸，頃刻萬變，神倦思勞，難全天和。如彼淡泉，汩以五味，欲其不害，其可得乎？

造物勞我以生，逸我以老。少年不勤，是不知勞；老年奔馳，是不知逸。天命我逸而我自勞，可乎？

舊緣漸斷，新緣莫結，醴交勢合，自致日疏，無事安閑，方可修道。

又曰：口中言少，心頭事少，肚中食少，自然睡少。依此四少，神仙可了。

心牽於事，火動於中，心火既動，真精必搖。故當死心以養氣，息機以死心。

又曰：戒滿意之食，省爽口之味。冬食不得太暖，夏食不得太涼。

氣清則神暢，氣濁則神昏，氣亂則神勞，氣衰則神去。故油盡燈滅，髓竭人亡；添油燈焰，補髓人強。

溺愛治容，而作色荒，禪家謂之外感之欲。夜深枕上，思得艷麗，或成宵寐之感，禪家謂之內感之欲。二者之欲，綢繆染著，皆消耗元精。若能離之，則腎水自然滋生，可以上交於心。又若思索文字，忘其寐食，禪家謂之理障。經綸職業，不告劬勤，禪家謂之事障。二者之障，雖非人欲，亦損性靈。若能遣之，則心火不至上炎，可以下交於腎。故曰：塵不相緣，根無所偶，反流全一，六用不行。

《洞神真經》曰：養生以不損爲延年之術，不損以有補爲衛生之經。居安慮危，防未萌也。雖少年致損，氣弱體枯，若晚年得悟，防患補益，血氣有增，而神亦自足，可以延生。

嵇叔夜云：服藥求汗，或有勿獲，愧情一集，渙然流離，是皆情發於中，而形於外也。因知喜怒哀樂，寧不傷人？故心不撓者神不疲，神不疲則氣不亂，氣不亂則身泰壽延矣。

寵辱不驚，肝木自寧；動靜以敬，心火自定；飲食有節，脾土不泄；調息寡言，肺金自全；恬然無欲，腎水自足。此皆吾生藥石，人當請事斯語。

人若知得覺字，便知我大物小，物有盡，我無盡也。四大形骸，皆外物也。榮辱生死，物固有之，安能使我戚戚哉？

有蔽則昏，無蔽則明。耳之蔽聲，目之蔽色，口鼻蔽於嗅味，四肢蔽於淫樂。一掬之力不勝，則群蔽交雜，去禽獸不遠。人要優游自足，心無外想，嗒然坐忘。在身忘身，在事忘事，在家忘家，其受用無量。

無視無聽，抱神以靜，形將自正。必靜必清，無勞汝形，無搖汝精，可以長生。目無所見，耳無所聞，心無所知，汝神守形，形乃長存。

慎內閉外，多知爲敗。靖節之乞食而咏，康節之微醺而歌，非有所得若是乎哉？病從口入，禍從口出，可不慎歟？人不自重，斯召侮矣，人不自強，斯召辱矣。自重自強，侮辱斯遠。人能改過，則善日長而惡日消矣。人能安貧，則用長足而體長舒矣。禍福無不自求之者，後世有星數之說行，而反求諸天；有堪輿之說行，而尤之地矣，於人事獨委焉。萬起萬滅之私，亂吾之心久矣，今當掃去，以全吾湛然之心。

人能愈收斂則愈充拓，愈細密則愈廣大，愈深厚則愈光明。萬事不責於人，則無寒冰烈火之擾吾心。

多言多敗，多事多累，虛中無我，惟善是從。守約者心自空，知止者心自足。

《七部要語》曰：神靜而心和，心和而形全；神躁則心蕩，心蕩則形傷。欲全其形，先在理神。故恬和養神以安於內，清虛栖心不誘於外也。七竅者，精神之戶牖也。志氣者，五臟之使役也。耳目誘於聲色，鼻口悅於芳味，肌體之於安適，其情一也。則精神馳騖而不守，志氣縻於趣舍，五臟滔蕩而不安。嗜欲連綿於外，心氣壅塞於內，憂衍於荒淫之波，留連於是非之境，鮮有不敗德傷生者矣。

人之稟受，性情具焉。性之所感者情也，情之所安者欲也。情出於性而情違性，欲由於情而欲害情。情之傷性，性之妨情，猶煙冰之於水火也。煙生於火而鬱火，冰生於水而遏水。故煙沒而火盛，冰泮而水通。性貞則情銷，情熾則性滅。夫明者剖情以遣累，約欲以守貞。食足以充飢養氣，衣足以蓋形禦寒。美麗之華，不爲滑性；哀樂之感，不以亂神。處於止足之泉，立於無害之岸，此全性之道也。

海蚌未剖，則明珠不顯；昆竹未斷，則鳳音不揚；情性未煉，則神明不發。譬諸金木，金性包水，木性藏火，故煉金則水出，鑽木則火生。人能務學以鑽煉其性，則才慧發矣。

身嘗居善，則內無憂慮，外無畏懼，獨立不慚影，獨寢不愧衾，上可以接神明，下可以對蠻夷，德迴幽明，禎祥畢集。

靈氣謂之神，休氣謂之鬼，煩氣謂之蟲魚，雜氣謂之禽獸，奸氣謂之妖邪。氣之濁者，愚痴凶虐；氣之剛者，高嚴壯健；氣之柔者，仁慈敦篤。所以君子行正氣，小人行邪氣。

形者，氣之聚也，氣虛則形羸；神者，精之成也，精虛則神悴。形者，人也，爲萬物之最靈；神者，生也，是天地之大德。最靈者，爲萬物之首；大德者，爲天地之宗。萬物以停育爲先，天地以清淨是務。故當養其形以愛其神，敬其身以重其生。

理好憎之情，則愛勿近也；和喜怒之情，則怨不犯也。故喜怒亂氣，嗜欲傷性。性相近也，習之以遠，如水性欲清，泥沙污之；人性欲平，嗜欲害之。與性相害，不可兩立。一起一廢，不可俱興。

夫生死之道，弘之在人。生死，常也，確乎在天。但稟以自然，則生死之道，無可而無不可也。或未生而已死，或已死而重生，或不可以生而生，或不可以死而死，或可以死而不死，或可以生而不生，或有生而不如無生，或惜死而所以致死。是以致死之地則生，致生之地則死，或爲知而不可以死，或爲時而不可以生。或云：勞我以生，生者好事也，不可惡其生。又云：休我以死，死者惡事也，不可好其死。凡人心非不好其生，不能全其生，非不惡其死，不能遠其死，哀哉！

口舌者，禍福之宮，危亡之府；語言者，大命之屬，刑禍之部也。言出患入，言失身亡。故聖人當言發而憂懼，常如臨淵履冰。以大居小，以富若貧，處甚卑之谷，游大賤之淵。微爲之本，寡爲之根，懼爲之宅，憂爲之門。可不戒歟！

福者禍之先，利者害之源，治者亂之本，存者亡之根。故上德質而不文，不視不聽，而抱其玄；無心無意，若未生焉；執守虛無，而生自然。原道德之意，揆天地之情，禍莫大於死，福莫大於生。是以有名之名，喪我之養；無名之名，養我之宅；有貨之貨，喪我之賊，無貨之貨，養我之福。

施觀吾曰：存我之道，切在去機。機去身存，機住身死。無機胸中，純白自處。

《景行錄》曰：以忠孝遺子孫者昌，以智術遺子孫者亡。以謙接物者強，以善自衛者良。

又曰：知足常足，終身不辱；知止當止，終身不恥。

《荀子》曰：自知者不怨人，知命者不怨天。怨人者窮，怨天者凶。

又曰：榮辱之大分，安危利害之常體也。先義而後利者榮，先利而後義者辱。榮者常通，辱者常窮。通者常制人，窮者常制於人。

古人云：會做快活人，凡事莫生事；會做快活人，省事莫惹事；會做快活人，大事化小事；會做快活人，小事化無事。

又云：忍是心之寶，不忍身之殃。舌柔常在口，齒折只因剛。思量一忍字，真是快活方。片時不能忍，煩惱日月長。

又曰：木有所養，則根本固而枝葉茂，樑棟之材成。水有所養，則泉源壯而流派長，灌溉之利溥。人有所養，則心神安而識見達，修道之事成。

《真誥》曰：鏡以照面，智以照心。鏡明則塵垢不染，智明則邪惡不生。

《虛皇經》曰：財爲患之本，聚財爲聚業。財爲愛欲根，能招一切罪，若以財非財，始可入道境。

又曰：汝知見世因緣，則知宿世因緣；汝修見世因緣，則知來世因緣。一氣無偏倚，所種還自生。植此荊棘根，如何望喬林？

又云：慈悲之力，最爲廣大，能化一切，能服一切。惡者無與爭，暴者無與抗，所向無與敵，是爲廣大無邊。

又曰：口無是非言，心無人我相，身不受染著，方契無爲道。衆生俱幻化，墮彼色相因。須知樂是苦，一念了無爲。

仙經云：專精養神，不爲物雜謂之清；反神復氣，安而不動謂之靜。制念以定志，靜身以安神，保氣以存精。思慮兼忘，冥想內視，則身神并一。身神并一，則近真矣。

《延命祿》曰：五穀充肌體而不能益壽，百藥療疾延年而不能甘口。充肌甘口者，俗人之所珍；苦口延年者，道士之所寶。

《禁忌篇》曰：善攝生者，臥起有四時之早晚，興居有至和之常制。筋骨有偃仰之方，閑邪有吞吐之術。流行營衛有補瀉之法，節宣勞逸有予奪之要。忍怒以養陰氣，抑喜以養陽氣，然後先將草木以救虧缺，服金丹以定不窮。養性之道，盡於此矣。

《列子》曰：少不勤行，壯不競時，長而安貧，老而寡欲，閑心勞形，養生之方也。

《太平御覽》曰：道者，氣也，寶氣則道長存；秘者，精也，寶精則神長生。精者，血脈之川流，守骨之靈神，精去則骨枯，骨枯則死矣。是以爲道者務寶其精。

《莊子》曰：聖人休休焉則平易矣，平易則恬淡矣。平易恬淡，則憂思不能入，邪氣不能襲，故其德全而神不虧。

又曰：養志者忘形，養形者忘利，致道者忘心。

《真誥》曰：衰年體羸，多爲風寒所乘，當深頤養，晏此無事，上味玄元，栖守絳津，體寂至道，心存內觀，屏彼萬累，蕩濯他念，乃始近其門戶耳。若憂累多端，人事未省，雖復憩靈空洞，存心淡泊，纏綿亦弗能達也。

《玄關秘論》曰：無心於事，則無事於心。故心靜生慧，心動生昏。

仙經曰：子欲長生，當由所生之門，游處得中，進退得所，動靜以法，去留以度，可以延命而愈疾矣。

《本草總篇》曰：攝生之道，莫若守中，守中則無過與不及之害。經曰：春秋冬夏，四時陰陽，生病起於過用。蓋不適其性而強，云爲逐強，處即病生。五臟受氣，蓋有常分，用之過耗，是以病生。善養生者，既無過耗之弊，又能保守真元，何患乎外邪所中也？故善服藥不若善保養，不善保養不若善服藥。世有不善保養又不善服藥，倉卒病生，而歸咎於神天。噫，是亦未嘗思也，可不謹歟！

又曰：未聞道者，放逸其心，逆於生樂，以精神徇知巧，以憂畏徇得失，以勞苦徇禮節，以身命徇利財。四徇不置，心爲之病矣。極力勞形，躁暴氣逆，當風縱酒，食嗜辛鹹，肝爲之病矣。飲食生冷，溫涼失度，久坐久臥，大飽大飢，脾爲之病矣。呼叫過常，辯爭陪答，冒犯寒暄，恣食鹹苦，肺爲之病矣。久坐濕地，強力入水，縱欲勞形，三田漏溢，腎爲之病矣。五病既作，故未老而羸，未羸而病，病至則重，重則必斃。嗚呼！是皆弗思而自取之也，衛生之士，須謹此五者，可致終身無苦。經曰：不治已病治未病。正爲此矣。

《呂氏春秋》曰：凡生之長也，順之也，使生不順者，欲也，故聖人必先適欲。適，節也。室大則多陰，臺高則多陽，多陰則蹶，多陽則痿。蹶者，逆寒疾也，痿躄不能行，此陰陽不適之患也。是故先王不處大室，不爲高臺，味不衆珍，春不輝熱。熱則理塞，脈則閉結，理塞則氣不達；味衆珍則胃充，胃充則中大懣，中大懣則氣不達。以此求長生，其可得乎？

《三因極一方》曰：夫人稟天地陰陽而生者，蓋天有六氣，人有三陰三陽而上奉之；地有五行，人有五臟五腑而下應之。於是資生皮肉、筋骨、精髓、血脈、四肢、九竅、毛髮、齒牙、唇舌，總而成體。外則氣血循環，流注經絡，喜傷六淫。內則精神魂魄志意思，喜傷七情。六淫者，寒、暑、燥、濕、風、

熱是也。七情者，喜、怒、憂、思、悲、恐、驚是也。若持獲得宜，怡然安泰。役冒非理，百痾生焉。

崔公《入藥鏡》曰：物之最靈，惟其人也。身者，乃神化之本。精於人也，若水浮航；氣於人也，如風揚塵；神於人也，似野馬聚空。水涸則航止，風息則塵靜，野馬散而大空長有。精能固物，氣能盛物，精氣神三者，心可不動。其變化也，外忘其形，內養其神，是謂登真之路。嗜欲縱乎心，孰能久去？哀樂傷乎志，孰能久忘？思慮役乎神，孰能久無？利祿勞乎身，孰能久捨？五味敗乎精，孰能久節？酒醴亂乎情，孰能久絕？食佳餚，飲旨酒，顧以姝麗，聽以淫聲，雖精氣強而反禍於身，耳目快而致亂於神，有百端之敗道，以一介而希真，安有養身之驗耳。夫學道者，外則意不逐物而移，內則意不隨心而亂，湛然保於虛寂，造乎清淨之域矣。

上元夫人謂漢武帝曰：汝好道乎？勤而不獲，實有由也。汝胎性暴，胎性淫，胎性奢，胎性酷，胎性賊。暴則使氣奔而攻神，是故神擾而氣竭；淫則使精漏而魂疲，是故精竭而魂消；奢則使真離而魄穢，是故命逝而靈失；酷則使喪仁而自攻，是故失仁而眼亂；賊則使心鬥而口乾，是故內戰而外絕。此五事，皆是截身之刀鋸，刳命之斧斤矣。雖復志好長生，不能遣茲五難，亦何爲損性而自勞乎？

《文中子》曰：靜漠恬淡，所以養生也；和愉虛無，所以據德也。外不亂內，即性得其宜；靜不動和，即德安其位。養生以經世，抱德以終年，可謂能體道矣。

又曰：能尊生，雖富貴不以養傷身，雖貧賤不以利累形。

三茅君《訣》曰：神養於氣，氣會於神，神氣不散，是謂修真。

《元始經》曰：喜怒損性，哀樂傷神，性損則害生，故養性以全氣，保神以安身。氣全體平，心安神逸。此全生之訣也。

達磨《胎息經》曰：元壯既立，猶瓜有蒂，暗注母氣。母呼即呼，母吸即吸，綿綿十月，氣足形圓。心是氣之主，氣是形之根，形是氣之宅，神是形之真。神用氣養，氣因神住，神行則氣行，神住則氣住。此經要妙之義也。

《群仙諸玉》曰：煉精者，煉元精，非淫佚所感之精；煉氣者，煉元氣，非口鼻呼吸之氣；煉神者，煉元神，非心意念慮之神。故此神、氣、精者，與天地同其根，與萬物同其體，得之則生，失之則死。以陽火煉之，則化成陽氣；以陰符養之，則化成陰精。故曰見之不可用，用之不可見。

《養生論》曰：大凡養生，先調元氣。身有四氣，人多不明，四氣之中，各主生死。一曰乾元之氣，化爲精，精反爲氣。精者連於神，精益則神明，精固則神暢，神暢則生健。若精散則人疲，精竭則神去，神去則死。二曰坤元之氣，化爲血，血復爲氣。氣血者通於內，血壯則體豐，血固則顏盛，顏盛則生全。若血衰則髮變，血敗則胸空，胸空則死。三曰庶氣，庶氣者一元交氣，氣化爲津，津復爲氣。氣連於生，生托於氣。陰陽動息，滋潤形骸，氣通則生，氣乏則死。四曰衆氣，衆氣者，穀氣也。穀濟於生，終誤於命。食穀氣雖生，蘊穀氣還死。精能附血，氣能附生，當使循環，即身永固。乾元之陽，陽居陰位，臍下氣海是也。坤元之陰，陰居陽位，胸中血海是也。生者屬陽，陽貫五臟，喘息之氣是也。死者屬陰，陰納五味，穢惡之氣是也。氣海之氣，以壯精神，以填骨髓。血海之氣，以補肌膚，以流血脈。喘息之氣，以通六腑，以扶四肢。穢惡之氣，以亂身神，以腐五臟。

《存神論》曰：物理所不可逃者四：曰生，曰心，曰性，曰情。有生必有心，有心必有性，有性必有情。性則定靜，情則感通，感通之際，二氣必交。交於外，則龍虎飛走，鉛汞漏失。交於中，則龍虎相隨，鉛汞內結，氣所生也。故來入身謂之生，所以通生謂之道。至人以道制情，氤氳之際，能住玄胎；恍惚之中，能擒物象。所以有道合一，神形俱妙之功也。

又云：從色來者，由陰陽之中；從化來者，出陰陽之外。由陰陽中來者，有留形住世之理，故無用之中有用，必奪造化於陰陽。出陰陽外者，有飛靈走性之道，故有爲之中無爲，方獨超升於象外。進退之序，能煉色身而化形，能脫化身而化神。果無序而頓超，理所未聞。

《元道真經》曰：生可冀也，死可畏也。草本根生，去土則死；魚鱉沉生，去水則死；人以形生，去氣則死。故聖人知氣之所在，以爲身寶。

《莊子養生篇》曰：吾生也有涯，向秀曰：生之所稟，各有涯也。而智也無涯。嵇康曰：夫不慮而欲，性之動也。識而發感，智之用也。性動者，遇物而當，足則無餘。智從感而求，倦而不已。故世之所患，常在於智用，不在性動也。以有涯隨無涯，殆已。郭象曰：以有限之性，尋無窮之智，安得而不困哉？已而爲智者，殆而已矣。向秀曰：已困於智矣，又爲智攻之者又殆矣。

《莊子》又曰：達生之情者，不務生之所無以爲，向秀曰：生之所無以爲

者，性表之事也。張湛曰：生理自全，爲分外所爲，此是以有涯隨無涯也。達命之情者，不務智之所無奈何！向秀曰：命盡而死者是。張湛曰：乘生順之理，窮所稟分，豈智所知？

《西山記》曰：人之真氣，大運隨天，元氣，小運隨日，子腎，午心，卯肝，酉肺。故坐子午，取水火交也。

又曰：一體之盈虛消息，皆通於天地，應於萬類。張湛曰：人與陰陽通氣。和之於始，和之於終，靜神滅想，生之道也。始終和，則神志不散。

《妙真經》曰：人常失道，非道失人；人常去生，非生去人。故養生者，慎勿失道，爲道者，慎勿失生。使道與生相守，生與道相保。

《黃老經·玄禾》曰：天道施化，與萬物無窮；人道施化，形神消亡。轉坤施精，精竭形衰。形本生精，精生於神。不以精施，故能與天合德；不與神化，故能與道同式。

又曰：以形化者，尸解之類，神與形離，二者不俱。遂像飛鳥入海爲蛤，而隨季秋陰陽之氣。以氣化者，生可冀也；以形化者，甚可畏也。

《指歸》曰：游心於虛靜，結志於微妙，委慮於無欲，歸指於無爲，故能達生延命，與道爲久。或疑者云：始同起於無外，終受氣於陰陽，載形魄於天地，資生長於食息，而有愚有智，有強有弱，有壽有夭，天耶？人耶？解者曰：夫形生愚智，天也；強弱壽夭，人也。

《河圖帝視萌》曰：侮天地者凶，順天時者吉。春夏樂山高處，秋冬居卑深藏。吉利多福，壽考無窮。

《雜書寶予命》曰：古人治病之方，和以醴泉，潤以元氣，藥不辛不苦，甘甜多味，常能服之，津流五臟，繫之在肺，終身無患。

傳曰：雜食者，百病妖邪所鍾，所食愈少心愈開，年愈益；所食愈多心愈塞，年愈損焉。

《真人大計》曰：奢懶者壽，慳靳者夭，放散劬勞之異也。田夫壽，膏粱夭，嗜欲多少之驗也。處士少疾，游子多患，事務繁簡之殊也。故俗人競利，道士罕營。

彭祖曰：道不在煩，但能不思衣，不思食，不思聲色，不思勝負，不思得失，不思榮辱，心不勞，形不極，常導引納息，但爾可得千歲。欲長生無限者，當服上藥。

仲長統曰：蕩六情者，有心而不以之思，有口而不以之言，有體而不以之安。安之而能遷，樂之而不愛，以之圖之，不知日之益也，不知物之易也。遠思強健，傷人；憂恚悲哀，傷人；喜樂過差，傷人；忿怒不解，傷人；汲汲所願，傷人；戚戚所患，傷人；寒暖失節，傷人；陰陽不交，傷人，凡交須依導引諸術。若能避衆傷人事，而復曉陰陽之術，則是不死之道。大樂氣飛揚，大愁氣不通。用精令人氣力乏，多睡令人目盲，多唾令人心煩，貪美食令人泄痢。俗人但知貪於五味，不知有元氣可飲。聖人知五味之毒爲，故不貪；知元氣可服，故閉口不言，精氣息應也。唾不咽，則氣海不潤，氣海不潤，則津液乏。是以服元氣，飲醴泉，乃延年之本也。

《明醫論》云：疾之所起，自生五勞；五勞既用，二臟先損；心腎受邪，腑臟俱病。五勞者，一曰志勞，二曰思勞，三曰心勞，四曰憂勞，五曰疲勞。五勞則生六極：一曰氣極，二曰血極，三曰筋極，四曰骨極，五曰精極，六曰髓極。六極即爲七傷，七傷變爲七痛。七痛爲病，令人邪氣多，正氣少，忽忽喜怒，悲傷不樂，飲食不生肌膚，顏色無澤，髮白枯槁，甚者令人得大風，偏枯筋縮，四時拘急攣縮，百關隔塞，羸瘦短氣，腰腳疼痛。此由早娶，用精過差，血氣不足，極勞之所致也。

憂畏者，生死之門，禮教之主，存亡之由，禍福之本，吉凶之元也。養性者，失其憂畏，則心亂而不治，形躁而不安，神散而氣越，志蕩而意昏。應生者死，應存者亡，應成者敗，應吉者凶。其憂畏者，其猶水火不可暫忘也。

太上畏道，其次畏物，其次畏人，其次畏身。故憂於身者，不拘於人；畏於己者，不制於彼。慎於小者，不懼於大；戒於近者，不悔於遠。

九仙君論曰：形神相托，神形相成。口受外味以亡識，身受內役以喪精。神離形以散敗，形離神以去生。殊不知皮肉相應，筋骨乃成。肝合筋，其外爪；心合脈，其外色；脾合肉，其外唇；肺合皮，其外毛；腎合骨，其外髮。故外無五傷，以敗五體。

《胎臟論》曰：先除欲以養精，後禁食以存命，是知食胎氣，飲靈元，爲不死之道，返童還年。

古云：衆方囂然，我獨淵默，中心融融，自有真樂。是蓋出乎塵垢之外，而與造物者游也。

軒冕不足爲吾高，而塵埃在我或有所不得避。昔人謂居軒冕之間，當有山林之氣，然則處塵埃之內，不可有市井之習。

瓦盆盛酒與傾金注玉，同一醉也；蹇驢布韉與金鞍駿馬，同一游也；松床莞簟與繡衾玉枕，同一寢也；布袍蒲絮與貂裘狐貉，同一暖也；蔬食菜羹與烹龍炮鳳，同一飽也。知此則貧賤富貴，可以一視矣。

康仲俊年八十六，極康寧。自言少時讀《千字文》有所悟，謂心動神疲四字也。平生遇事，未嘗動心，故老而不衰。

達磨曰：心不緣境，住在本源；意不散流，守於內息；神不外役，免於勞傷。人知心即氣之主，氣即形之根，形者氣之宅，神形之具，令人相因而立。若一事有失，即不合於至理，何能久立焉？

又曰：心靜即神悅，神悅即福生。

《真仙直指》曰：清靜二字，清謂清其心源，靜謂靜其氣海。心源清，則外物不能撓，性定而神明；氣海靜，則邪欲不能作，精全而腹實。

海天秋月道人曰：守清靜恬淡，所以養道；處污辱卑下，所以養德；去嗔怒，滅無明，所以養性；節飲食，薄滋味，所以養氣。然後性定則情忘，形虛則神運，心死則神活，陽盛則陰衰。

《莊注》云：衆竅爲風所鳴，萬形爲化所役。風不能鳴，則衆竅虛；化不能役，則萬形息。

玄英疏曰：藏舟船於海壑，正合其宜；隱山岳於澤中，謂之得所。然造化之力，擔負而趨，變故日新，驟如逝水。昨我今我，新吾故吾，義亦然也。

《林君復集》曰：飽藜藿者鄙膏粱，樂貧賤者鄙富貴。安義命者輕生死，遠是非者忘臧否。

飽肥甘，衣輕暖，不知節者損福；廣積聚，驕富貴，不知止者殺身。

小人詐而巧，似是而非，故人悅之者衆；君子誠而拙，似迂而直，故人知之者寡。

誠無悔，恕無怨，和無仇，忍無辱。

何恬庵錄曰：張飽帆於大江，驟駿馬於平陸，天下之至快，反思則憂。處不爭之地，乘獨後之馬，人或我嗤，樂莫大焉。

口腹不節，致疾之因；念慮不正，殺身之本。驕富貴者戚戚，安貧賤者休休。故景公千駟，不如顏子一瓢。

《武林蓮池宏公戒殺生文》曰：世人食肉，咸謂理所應然，乃恣意殺生，廣積冤債，相習成俗，不知自覺。昔人有言，可爲痛哭流涕長太息者是也。計其迷執，略有七條，開列於左，餘可例推云。

其一曰：生日不宜殺生。哀哀父母，生我劬勞，己身始誕之辰，父母垂亡之日也。是日正宜戒殺，廣行善事，以資冥福，使先亡者早獲超升，見存者增壽延福。何得頓忘母難，殺害生靈？世習不覺其非，可爲痛哭流涕長太息者此也。

其二曰：生子不宜殺生。凡人無子則悲，有子則喜，子母俱安則幸。不思一切禽獸亦各有子，胡爲慶我子生，令他子死母亡，於心安乎？嬰孩始生，不爲造福而反造業，愚亦甚矣，可爲痛哭流涕長太息者此也。

其三曰：祭先不宜殺生。亡者忌辰，及春秋二祭，俱當戒殺以資冥福。雖羅列八珍於前，安能起九泉之遺骨而饗之也。無益而有傷生命，智者不爲也。舉世習行不以爲非，可爲痛哭流涕長太息者此也。

其四曰：祈禳不宜殺生。世人有疾，殺牲祀神以祈福佑，不知己之祀神以求生，反殺他命而活我命，逆天悖理，神其有靈，絕不來饗。種種淫祀亦復類此。舉世習行而不覺其非，可爲痛哭流涕長太息者此也。

其五曰：婚禮不宜殺生。世間婚禮，自閭名納彩，以至成婚，殺生不知其幾。夫婚者，生人之始也，生之始而行殺，理即逆矣。又婚姻，吉禮也，吉日而用凶事，不亦慘乎。此舉世習行而不覺其非，可爲痛哭流涕長太息者此也。

其六曰：燕客不宜殺生。良辰美景，賢主嘉賓，蔬食菜羹不妨清致，何須廣殺生命，窮極肥甘。笙歌燕飲於杯盤，宰割冤號於砧几，嗟乎，有人心者能不悲哉！舉世習行而不以爲非，可爲痛哭流涕長太息者此也。

其七曰：營生不宜殺生。世人爲衣食故，或畋獵，或漁捕，或屠生靈以資生計，我觀不作此業者亦衣亦食，未必其凍餒而死也。殺生營生，神理所怒，以殺昌裕，百無一人。種地獄之深因，受來生之惡報，莫此爲甚，何不別求生計，乃執爲此？七者皆爲痛哭流涕長太息者此也。

《放生文》曰：蓋聞世間至重者生命，天下最慘者殺傷。是故逢擒則奔，蟣蝨猶知避死；將雨而徙，螻蟻尚且貪生。何乃網於山，罟於淵，多方掩取；曲而鉤，直而矢，百計搜羅，使其膽落魄飛，母離子散。或囚籠檻則

如處囹圄，或被刀砧則同臨劇戮。憐兒之鹿，舐瘡痍而寸斷柔腸；畏死之猿，望彎弓而雙重悲淚。恃我強而淩彼弱，理恐非宜；食他肉而補己身，心將安忍？由是昊天垂憫，古聖行仁，解網著於成湯，畜魚興於子産。聖哉流水，潤枯槁以囊泉；悲矣釋迦，代危亡而割肉。天台聖者，鑿放生之池；大樹仙人，護栖身之鳥。贖魚蝦而得度，壽禪師之遺愛猶存；救龍子而傳方，孫真人之慈風未泯。一活螻蟻也，沙彌易短命爲長年，書生易卑名爲上第；一放龜也，毛寶以臨危而脱難，孔愉以微職而封侯。屈師縱鯉於元村，壽增一紀；隨侯濟蛇於齊野，珠報千餘。拯已溺之蠅，酒匠之死刑免矣；舍將烹之鱉，廚婢之篤疾瘳焉。貿死命於屠家，張提刑魂超三界；易餘生於釣艇，李景文毒解丹砂。孫良嗣解繳繒之危，下葬而羽蟲交助；潘縣令設江湖之禁，去任而水族悲號。信老免愚民之牲，祥符甘雨；曹溪守獵人之網，道播神州。雀解銜環報恩，狐能臨井受術。乃至殘軀得命，垂白璧以聞經；難地求生，現黄衣而入夢。施皆有報，事豈無聞，載在簡編，昭乎耳目。普願隨所見物，發慈悲心，捐不慳財，行方便事。或恩周多命，大積陰功；若惠及一蟲，何非善事？苟日增而月累，自行廣而福增，慈滿人寰，名通天府。蕩空冤障，多祉萃於今生；培積善根，餘慶及於後世。倘更助稱佛號，加諷經文，爲其回向西方，令彼永離惡道，則存心愈大，植德彌深，道業資之速成，蓮臺生其勝品矣。

處事不以聰明爲先，而以盡心爲急；不以集事爲急，而以方便爲上。人當自信自守，雖稱譽之，承奉之，悔慢之，亦不爲之加喜；雖毁謗之，亦不爲之加怒。

不可乘喜而多言，不可乘快而易事。

膽欲大，見義勇爲；心欲小，文理密察；智欲圓，應物無滯；行欲方，截然在執。

靜能制動，沉能制浮，寬能制褊，緩能制急。

偶讀醫書，有曰：洗心曰齋，防患曰戒。深有可取。

枚乘曰：欲人無聞，莫若勿言；欲人無知，莫若勿爲。

輕言戲謔最害事，蓋言不妄發，則言出而人信之。苟常輕言戲謔，遇有正事誠實之言，人亦不信。

無夢子時教化村落中，手持木牌，牌上書二詩云：身爲車兮心爲軾，車動軾隨無計息。交梨火棗是誰無？自是不除荆與棘。身爲客兮心爲主，主人平和客安處。若還主客不康寧，精神管定辭君去。是爲知道妙者。

高尚先生曰：形者，生之舍也；氣者，生之元也；神者，生之制也。形以氣充，氣耗形病；神依氣位，氣合神存。修真之士，法於陰陽，和於術數，持滿御神，專氣抱一。以神爲車，以氣爲馬，神氣相合，可以長生。

又曰：全生之術，形氣貴乎安，安則有倫而不亂；精神貴乎保，保則有要而不耗。故保養之道，初不離於形氣精神。

又曰：心爲君主之官，得所養，則血脈之氣旺而不衰，生之本無得而搖也，神之變無得而測也。腎爲作強之官，得所養，則骨隨之氣榮而不枯，臟之本無得而傾也，精之聚無得而奪也。

《梓童寶章》曰：饒一著，添子孫之福壽；退一步，免駟隙之易過；忍一言，免駟馬之難追；息一怒，養身心之精和。

言行擬之古人則德進，功名付之天命則心閑，報應念及子孫則事平，受享慮及疾病則用儉。

好辯以招尤，不若訒默以怡性；廣交以延譽，不若索居以自全；厚費以多營，不若省事以守儉；逞能以誨妒，不若韜精以示拙。

《華嚴經》云：人從第一歡喜地，入第二離垢地，始能行此十善道：一曰性自遠離一切殺生。不蓄刀杖，不懷怨恨，有慚有愧，仁恕具足。於一切衆生有命之者，常生利益之心，是菩薩尚不惡心惱諸衆生，何況於他？起衆生想，故以重意而行殺害。

二曰性不偷盜。於自資財，常知止足，於他慈恕，不欲侵損。若物屬他，起他物想，終不於此而生盜心，乃至一草一葉，不與不取，何況其餘資生之具？

三曰性不邪淫。於自妻知足，不求他妻，於他妻妾，他所護女親族媒定，及爲法所護，尚不生貪染之心，何況從事於非道？

四曰性不妄語。常作實語、真語、時語，乃至夢中亦不忍作覆藏之語，無心欲作，何況故犯？

五曰性不兩舌。於衆生無離間心，無惱害心，不將此語爲破彼故，而向彼說，不將彼語爲破此故，而向此說。未破者不令破，已破者不憎長。不喜離間，不樂離間，不作離間，不說離間語，若實若不實語。

六曰性不惡口。所謂毒害語，粗獷語，苦他語，令他嗔恨語，現前語，不現前語，鄙惡語，庸賤語，不可樂聞語，聞者不悅語，嗔忿語，如火燒心語，怨結語，熱惱語，不可愛語，不可樂語，能壞自身他身語。如是等語，皆悉捨離。常作潤澤語，柔軟語，悅意語，可樂聞語，聞者喜悅語，善入人心語，風雅典則語，多人受樂語，大小悅樂語，身心踊悅語。

七曰性不綺語。常作思審語，時語，法語，順道理語，巧調伏語，隨時籌量決定語，乃至戲笑，尚恒思審，何況故出散亂之言？

八曰性不貪欲。於他財物，他所資用，不生貪心，不願不求。

九曰性離瞋恚。於一切衆生，恒起慈心，利益心，哀憫心，歡喜心，和潤心，攝受心。永舍嗔恨怨害熱惱，常思順行仁慈佑益。

十曰性離邪見，住於正道。不行占卜，不取惡戒，心見正直，無誑無諂，於佛法僧，起決定信。

《清靜經》曰：人神好清而心擾之，心好靜而欲牽之。常能遣其欲而心自靜，澄其心而神自清。

又曰：衆生所以不得真道者，爲有妄心。既有妄心，即驚其神。即驚其神，即著萬物。既著萬物，即生貪求。既生貪求，即是煩惱。煩惱妄想，憂苦身心，便遭濁辱，流浪生死。

《玉樞經》曰：道者以誠而入，以默而守，以柔而用。用誠似愚，用誠似訥，用柔似拙。夫如是則可以忘形，可以忘我，可以忘忘。入道者知止，守道者知謹，用道者知微。能知微則慧光生，能知謹則聖智全。聖智全則慧光生，慧光生則與道爲一，是名真忘。惟其忘而不忘，忘無可忘，無可忘者，即是至道。

《金笥籙》曰：心不留事，一靜可期，此便是覓靜底路。

又曰：目不亂視，神返於心。神返於心，乃靜之本。

《正法眼藏》曰：汝之本性，猶如虛空，返觀自性，了無一物可見，是名正見；了無一物可知，是名真知。無有青黃長短，但見本源清淨，覺體圓明，即名見性成佛，亦名如來知見。

陳茂卿《夙興夜寢箴》爲吾人一日修行矩度，當熟讀之。《箴》曰：雞鳴而寤，思慮漸馳，盍於其間，澹以整之。或省舊愆，或細新得，次第條理，了然默識。本既立矣，昧爽乃興，盥櫛衣冠，端坐斂形。提掇此心，皎如出日，嚴肅整齊，虛明靜一。乃啟方策，對越聖賢，夫子在坐，顏曾後先。聖師所言，親切敬聽，弟子問辯，反覆參訂。事至斯應，則驗於爲，明命赫然，常目在之。事去既已，我則如故，方寸湛然，凝神息慮。動靜循環，惟心是監，靜存動察，勿貳勿叁。讀書之餘，間以游詠，發舒精神，休養情性。日暮人倦，昏氣易乘，齋莊恭敬，振拔精明。夜久斯寢，齊手斂足，不作思惟，心神歸宿。養以夜氣，貞則復元。念茲在茲，日夕乾乾。

《崔子玉座右銘》曰：毋道人之短，毋說己之長。施人慎勿念，受施慎勿忘。世譽不足慕，惟仁爲紀綱。隱心而後動，謗議庸何傷？毋使名過實，守愚聖所臧。在涅貴不緇，暖暖內含光。柔弱生之徒，老氏戒剛強。行行鄙夫志，悠悠故難量。慎言節飲食，知足勝不祥。行之苟有恒，久久自芬芳。

范堯夫《布衾銘》曰：藜藿之甘，綈布之溫，名教之樂，德義之尊，求之孔易，享之常安。綿繡之奢，膏粱之珍，權寵之盛，利欲之繁，苦難其得，危辱旋臻。捨難取易，去危就安，至愚且知，士寧不然？顏樂簞瓢，百世師模。紆居瓊臺，死爲獨夫。君子以儉爲德，小人以奢喪軀。則然斯衾之陋，其可忽諸？

東坡云：釋如白璧，道如黃金，儒如五穀。則近之矣。蓋聖不徙生，生則必有所爲，釋迦孔老易地則皆然也。

龍舒居士云：佛以殺生、偷盜、邪淫爲身三業，而孔子言勝殘、去殺，詩人言文王德及鳥獸昆蟲，是豈不戒殺哉？盜固不在所言矣。孔子言：吾未見好德如好色者，詩人多貪淫亂，是豈不戒邪淫哉？佛以妄言、綺語、兩舌、惡口爲口業。孔子謂人而無信，不知其可，豈不戒妄言也？謂巧言令色，鮮矣仁，豈不戒綺語也？書稱爾無面從，退有後言，豈不戒兩舌也？荀子謂傷人之言，深於矛戟，是未嘗不戒惡口也。佛以貪、嗔、痴爲意三業，孔子言見得思義，則戒貪矣；言不念舊惡，則戒嗔矣；言困而不學，民斯爲下，則戒痴矣。由此言之，儒釋未嘗不同也，其不同者，惟儒止於世間法，釋氏又有出世間法，此其不同耳。

客有問曰：有生即有死，若能無生，即能無死。然則主於治生與長生者，得無死乎？答曰：明德者，心之神明，虛靈不昧，能明此而止於至善，與煉神還虛者，同一圓覺之性，皆不囿於形矣。夫有形則有生死，不囿於形，何生死之有？問曰：然則三教聖人皆不得死乎？答曰：儒云：生，寄

也；死，歸也。道曰：勞我以生，逸我以死。釋曰：生如著衫，死如脫袴。皆離形而超脫耳，非真死也。問曰：三教學人亦能超脫乎？答曰：止至善，與煉神禪定功夫，極難下手，惟上智利根，可由頓漸而入，若下愚鈍根，則未易至也。

龍舒居士曰：人生時，父母妻子，屋宅田園牛羊車馬，以至微細等物，不問大小，或祖傳於己，或自己營爲，或子孫或他人爲己積累而得，色色無非己物。且如窗紙雖微，被人扯破，猶有怒心，一針雖小，被人將去，猶有吝意。倉庫既盈，心猶不足，舉眼動步，無非著愛。一宿在外，已念其家，一僕未歸，已憂其失。種種事物，無不掛懷。一日大限到來，盡皆拋去，雖我此身亦棄物也，況身外者乎？靜言思之，恍如一夢。莊子云：有大覺者，然後知此其大夢也。

了明長老曰：身爲死物，其內活潑潑地者爲活物。莫於死物上作活計，宜於活物上作活計。予深愛此語。

《梵網戒》云：常須自知我是未成之佛，諸佛是已成之佛。汝心佛者，未成佛也；彌陀佛者，已成佛也。未成佛者，久沉欲海，具足煩惱，杳無出期；已成佛者，久證菩提，具足威神，能爲物護。故諸佛勸令衆生念佛，是以我未成之佛，求他已成之佛爲救護耳。是故衆生若不念佛，聖凡永離，父子乖離，長處輪回，去佛遠矣。

朱陶父曰：欲脫輪回，立德爲本；凡修況業，濟物爲先。忠君孝親，固臣子之大節；恭兄友弟，實長幼之當然。夫婦別，朋友信，人倫乃正；道德親，善良近，學行斯全。勿以善小而不爲，莫以欲微而不窒。骨肉貧賤，雖有過而不疏；他人富顯，縱無嫌而莫厚。婚喪凍餒，知不給而量力陰周；病老艱危，見有難而推誠急助。施恩於不報之地，防患於未然之前。毒害勿興於心，讒言莫出諸口。瞞心者，自壞其心；昧己者，自殘乎己。當愛物不可害物，寧譽人無寧毀人。謙受益，滿則必損；惠迪吉，從逆必凶。經乘妙理，依宿德以參求；觀念淨因，訪高人而精進。往生一念，莫更貪生；持念一心，休萌雜念。直下打並，勿令纏綿；奴僕卑幼，切戒欺凌；鵝鴨豬羊，慎毋畜養。埋暴露之枯骨，祭無主之孤魂。橋樑井道，隨心修補；錢財飲食，量力惠施。憐飢寒之乞子，憫殘廢之蒼生。常存利濟，曲盡慈悲。或禽獸之罹於檻阱，繫足倒懸；或魚鳥之掛於網羅，穿腮反翼。雖知萬死，尚冀一生。彼顧盼而哀鳴以求救，我施財而贖命以放生。既隨物而廣施利益，更逢人而普勸淨因。謹三歸，持五戒，悉莊嚴乎淨土；掃六塵，修十善，皆回向於阿彌。凡若此，不止於下生；信如斯，必生於上品。

塵生便掃，莫論是否。百年偶聚，何苦煩惱。太虛之內，無物不有。萬事從寬，其福自厚。右除忿怒。

染性觸物，黏於飴膠。淫愛賊人，毒於戈矛。片時意適，永劫靈消。一絲未斷，塵網難超。右斷嗜欲。

不扣自鳴，鐘鼓爲妖。寧口之羞，斯氣之浮。恂恂吶吶，立誠寡尤。如瓶是守，括囊無咎。右戒多言。

夜結於夢，晝馳於想。起滅萬端，盡屬虛妄。要拔前根，須除後障。一劍當空，群魔消喪。右澄妄想。

弇州山人《養心歌》：

得歲月，延歲月，得歡悅，且歡悅。萬事乘除總在天，何必愁腸千萬結？放心寬，莫膽窄，古今興廢言可徹。金穀繁華眼裏塵，淮陰事業鋒頭血。陶潛籬畔菊花黃，范蠡湖邊蘆花白。臨潼會上膽氣雄，丹陽縣裏簫聲絕。時來頑鐵有光輝，運去良金無艷色。逍遙且學聖賢心，到此方知滋味別。粗衣淡飯足家常，養得一生一世拙。

閩陳山人《逍遙說》：

夫性有定分，理有至極。力不能與命鬥，才不能與天爭。而貪羨之流，躁進之士，乃謂富貴可以力掇，功名可以智取，神仙可以學致，長生可以術得，抱憾老死而終不悟。悲夫！使天下之富必盡如陶朱、倚頓邪？則原憲、黔婁不復爲賢人矣；使天下之壽必盡如王喬、彭祖耶？則顏氏之子、閔氏之孫不復爲善人矣；使天下之仕必盡如稷、契、尹、管耶？則乘田、委吏不復爲孔子矣；使天下之色必盡如毛嬙、西施邪？則嫫母、孟光不復嫁於人矣。蓋富者自富，貧者自貧，壽者自壽，夭者自夭，達者自達，窮者自窮，妍者自妍，醜者自醜。天地不能盈縮其分寸，鬼神不能損益其錙銖。是以達觀君子，立性樂分，含真抱樸，心無城府，行無町畦。天下有道，則皎皎與世相清；天下無道，則混混與世相濁。壓之泰山，不以爲重；付之秋毫，不以爲輕。升之青雲，不以爲榮；墜之深淵，不以爲辱。震之雷霆，不以爲恐；劫之白刃，不以爲懼。視死生爲旦暮，以盈虛爲消息。仰觀宇宙之廓

落，俯視身世之卑戚，如一浮萍之泛大海，一稊米之寄太倉，又何足議輕重於其間哉？故所至皆樂，所處皆適，出於天爲民，入於道爲鄰。若是則何往而不逍遙哉？

嗚呼！治亂，運也；賢否，道也；壽夭，數也；遇不遇，時也。世有才智不相上下，而所遇頓殊，覽此足以自慰矣。

《洗心說》：福生於清儉，德生於卑退，道生於安靜，命生於和暢；患生於多欲，禍生於多貪，過生於輕慢，罪生於不仁。戒眼莫視他非，戒口莫談他短，戒念莫入貪淫，戒身莫隨惡伴。無益之言莫妄說，不干己事莫妄爲。默，默，默，無限神仙從此得；饒，饒，饒，千災萬禍一齊消；忍，忍，忍，債主冤家從此隱；休，休，休，蓋世功名不自由。尊君王，孝父母，禮賢能，奉有德，別賢愚，恕無識。物順來而勿拒，物既去而不追，身未遇而勿望，事已過而勿思。聰明多暗昧，算計失便宜，損人終有失，倚勢禍相隨。戒之在心，守之在志。爲不節而亡家，因不廉而失位。勸君自警於生平，可嘆可警而可畏。上臨之以天神，下察之以地祇，明有王法相繼，暗有鬼神相隨，惟正可守，心不可欺。

**《養生咏玄集・養生膚語》**　天地以氣生人，故人一日一時，未嘗能離乎氣。魚之在水，兩頤翕動，無有停時。人在宇宙間，兩鼻翕張，亦無有停時。所以統轄造化之氣，人賴之以生也。故曰：食其時，百骸理。動其機，萬化安。爲此也。人生奔馳勞頓，氣因之驟矣！驟則出多入少，外者不入，內者愈虛，所以死期將至。惟至人觀天道。執天行，抱神以靜氣。氣歸臍，壽齊天地矣！故知人生天地間，雖可見者，形；所以能長久者，氣。

郭康伯遇神人，授一保身衛生之術，云：但有四句偈，須是在處受持。偈云：自身有病自心知，身病還將心自醫。心境靜時身亦靜，心生還是病生時。郭信用其言。知自護愛，康健倍常，年幾百歲，皆由善攝元氣所致。

天氣常清，天色常明，更無一物撓亂，所以長久。今人所見雲氣，倏忽變現起滅者，皆近地之界，百里而上無有也。譬如人身有七情六慾之干，有三毒六害之擾。豈能長久？誠能至清至明如天地，豈得不如天地之不毀乎？《青天歌》云：青天忽起浮雲障，雲起縱橫遮萬象。養生者辨之！

觸事而感生，善應而勞生，此皆致老之理也。莊子稱：魯有單豹者，巖居而水飲，不與民同利，行年七十而猶有嬰兒之色。余以爲此即養生之理也。人之生也，以有上棟下宇之求，飢食渴飲之資，故不得不與民角利。日夜憂勞其心，無有頃暇，故老及之也。今巖居水飲，則於世無求。不與民同利，則於物無競，無求無競，雖欲不壽，得乎？古人謂之卻老。卻之者，去其可老之道也。

人有喜談道者，余止之曰：道不易談也。不能絕色，不必談道；不能絕世，不必談道。何也？道所以全吾真也，而不絕色，則爲滲漏之軀，真何能全？道所以完吾性也，而不絕世，則爲合塵之徒，性何能全？或者引休妻不是道，及引大隱在市釐爲證，此則禪家最上一乘之妙。若以此爲解，徒使退墮耳。

《衛生歌》云：木還去火不成灰，人能去火方延命。諒哉斯言！夫人之忿怒羨豔，悲壯激切，鼓動奔馳，跳躍翔舞，謳歌叫嘯之類，凡激於人我而發者，夫孰非火之所爲哉？木與木相鑽而火生，人與人相形而慾生，其理一也。人能勘破此理，每事仰損，懲其忿而窒其慾，則五氣自平，六脈自和，延生必矣！

魂魄合而成形。賢愚在德，肥瘦在母，壽夭在父。血盛則肌肥，精足則神壯，神和則德全。此聞之汪弄丸，云以此見天之賦命。生由父之精，而死亦由父之精也。但養和全德，此則由乎己者，不可不知所事。

權德輿文云：舟有溺，騎有墜，寢有魘，飲有醉，食有饐，行有蹶，其甚則皆可以致斃，無非危機。嗚呼！豈獨在於高官尊爵已哉？正在飲食、衽席、輿馬、燕寢之間。人之所易而弗之防，故自陷於危耳。

學道之士，須識吾之一身，從太虛中而來。既從太虛中而來，則此身初亦無有，豈應執著之以爲己物？故此身之靈明，主人必使不著於有，不著於無，一如太虛之無物以擾之。然後本體之心，方得清靜合虛，靈覺常圓。而一切繁華，一切係累，不能奪矣！繁華係累不能奪，則俗心日退，真心日進。退得一分俗心，自能進得一分真心。孟子所謂養心莫善於寡慾者，是也。心自太虛，則身還太虛。所謂僊，所謂佛，何俟多談？

周萊峰以養生術，請錢午江，曰：不過履和適順而已。履和，則不傷和；適順，則不違順。夫天地之氣，至和大順盡之，人身小天地也，豈不可倣天地之長年乎？萊峰刻石臨清公署，製小牙牌勒四字，置衿袖終其身。先輩之重箴言如此！

陰陽本不相對，待造化之生物也。陽入於陰，陰留陽而不得飛，則生；陽出於陰，陽不顧陰而不能留，則死。是生死俱繫於陽，固與陰不相關也。僊家謂：一分陽氣，不盡不死；一分陰氣，不盡不僊。然則陰陽豈可對待言哉？雖然陽之所在，不獨生死繫之，即諸物之靈蠢，亦繫之。人陽氣在上，故耳目聰明，於物最靈；鳥獸陽氣與陰氣混淆，故蠢；草木氣在根，故尤蠢。以此爲言，則人之陽氣安可不寶？耳聾目瞶，陽將散矣。是以君子先時競競，惟陽是守，有以也夫。

人生食用，最宜加謹，以吾身中之氣，由之而升降聚散耳！何者？多飲酒則氣升，多茶飲則氣降，多肉食穀食則氣滯，多辛食則氣散，多鹹食則氣墜，多甘食則氣積，多酸食則氣結，多苦食則氣抑。修真之士，所以調變五臟，流通精神，全賴酌量五味，約省酒食，使不過則可也。

人始死，耳目口鼻手足形體其足，而父母兄弟妻子莫之愛者，謂其神之去也。然則人之所愛，在神不在形矣。而今人所養，顧在形不在神，何耶？今人作文神去，作事神去，好聲神去，好色神去。凡動靜運用紛紜，神無不去，人莫之惜，顧神絕乃獨悲之深焉，是何見之晚也？人之致思發慮，致一思出一神，注一念出一神。如分火焉，火愈分，油愈乾，火愈小，神愈分，精愈竭，神愈少。及其絕而悲之深焉，是何見之晚也？古僊云：神一出便收回，神返身中氣自回。如此朝朝並暮暮，自然翁嫗返童孩。噫！其誠通天地之生機也夫。

高南州云：陰陽交合，造化之妙，無可倫比。因述一術士言：八月十五日夜半子時，俟月色正中，以方諸取月華水盈缸，俟來年五月五日午時，以陽燧置缸上。須臾日照水中，缸中水奔騰翻湧而起，頃之，水盡涸矣。觀其藥候，以爲服食。此丹家煉神水法也。服食雖未易卒得，然因此可以窺造化交合之妙。

卻病之術，有行功一法。虛病宜存想收斂。固秘心志，內守之工夫以補之；實病宜按摩導引，吸努掐攝，外發之工夫以散之；凡熱病宜吐故納新，口出鼻入以涼之；冷病宜存氣閉息，用意生火以溫之。此四法可爲治病捷徑，勝服草木金石之藥遠矣。此得之老方士言。

《道書》云：有妻子者，則爲妻子所累；有富貴者，則爲富貴所累，道不可行也。審如是，必棄妻孥，捐富貴，而後可乎？夫妻孥不病道。病在於累妻孥；富貴不絕道，絕在於累富貴。蓋妻孥富貴，在境而累，不累在心。舜嘗二女裸矣，亦嘗受堯禪矣，不爲許由之逃，務光之辭，而竟無傷於道，此其道之微旨可想已。

王宏宇論修真有難易，曰：吾輩破漏之軀，與童真修煉自別。緣童真原是乾體，不破不漏，非破乾而成離者比。欲修純乾，止用得一段純陽工夫耳。若吾輩必補離成乾，然後更著工夫，所以難也。此論甚合元理。

《續僊傳》有賣藥翁嘗呼曰：有錢不買藥喫，盡作土饅頭去。此言最警悟。人之不爲土饅頭寡矣，人日非而己不悟，何與？但藥有數種，苦不能辨。有靈藥可以益壽延年，有至藥可以起死回生，有神藥可以回陽換骨。若夫金石草木，但可治病，雖有遲速，未後一著，土饅頭如故。

許道人云：人心貴澄靜。若能半夜打坐不倒身，端坐凝寂，則性命入吾囊橐。若夜夜不倒身，則性命在我掌握，長生可冀矣。何者？魂強魄弱故也。又問：何如用工？曰：真人潛深淵，浮游守規中。二語盡矣。

陸元鶴談養生之旨，曰：不過藏神於淵，令不外遊，久之自然神化，毋多談。予唯其語。夫神之爲物，不可以知知，不可以識識。恆留於身，其中炯然，則精氣歸真，神化自現。古仙云：氣是添年藥，心爲使氣神。若能神氣住，便是得仙人。所謂神氣住者，非神也耶。世率稱僊真爲神僊，以其所煉在神也。

鄭龍門見召，指座右二沃丹花，曰：此四本同發，惜止移其二入堂中，今千餘日矣。其二則未暇，爲日色所曝，遂萎謝。且曰：此可以悟養生。若如此花，天豈有所限量邪？余因惕然有警。誠悟此理，則自不置其身於傷生之境。嵇中散一溉後枯之說可信。

壯年嗜慾，一時不見，久之漸至怯薄，譬如富家妄費，一時不見，久之漸至貧窶，自然之理。人所見在旦暮，故不悟耳。推此以觀，凡讀書史，作文字，養生作家，取效亦復如是。弗謂無功，久之自然見效。

偶遇方僧，談終南山苦行道流，多有至二三百歲者。日常掘食黃精、蒼白朮諸藥草以充食。又有服餌茯苓者。其法：山中大松樹多合抱者，搜其根土深數尺，斷樹命根。以大瓮盛蜜與新茯苓放樹根下，春則蜜氣升於樹顛，冬則蜜復降入瓮。如此三年，方取出地。每日啗如拳大一塊，飲水一甌，不復火食。茯苓既是長年之植，又不火食，其享有異壽固宜也。若今世人志

行如常，而欲企異常之壽，不亦難乎哉？

俗謂：人之雄健者曰有氣力。以見力與氣，元自相通，力從氣而出也。凡叫喊跳躍，歌嘯狂舞，奔逸超走之類，凡以力從事者，皆能損氣。古之善養生者，呼不出聲，行不颺塵，不恆舞而熊經鳥申，不長嘯而呼吸元神，殆皆息力以生氣乎。

凡風寒暑溼，在外則爲氣，中於人身則爲毒，或有發爲癰疽，發爲瘧痢者，中伏傷生之道，不可不謹。故人之起居，室之棲止，須秘密堅固，高朗乾燥，斯無患矣！

井不汲不溢，精不用不盈，何以？以水由地中，汲則益之。精充身中，損則充之。本非有溢而盈也。世人不解斯理，謂汲井不見其損，不知汲頻則地元竭。用精不見其耗，不知用頻則真元疲。是以明於汲井之理者，井養而不窮，明於用精之道者，神用而不竭。

有人好養真而未嘗輕事遠遊。曰：昔也，某曾泛舟遊於江，遇風幾覆沒，以是不數游也。余笑曰：閉爾戶，坐爾室，甯獨無江乎哉？夫江之險猶憑舟也。若戶與室之險，在衽與席，在飲與食，甯復有舟可憑哉？奚獨江也？焦若火，凝若冰，利若戈矛，何時而不有，奚獨江也與哉？客曰：吾聞命矣？吾將事遠游。

髮本緇也，而何爲素？齒本縝也，而何爲眊？眸本瞭也，而何爲眊？耳本聰也，而何爲聵？手本攫也，而何爲疲？足本趨也，而何爲痿？肩能負，何爲老而痺？身能任，何爲病而弱？顏能丹，何爲衰而枯？此意可省，其殆生之所以死者耶？其殆死之所以形，見其徵者邪？知生之所以死者，則知死之所以生矣。夫人之形，日日有生，生而不知，所以寶其生，時時有死。死而弗知，所以救其死。及其偃然臥，溘然冥，然後隨而哀之。噫！亦晚矣！夫早服重積者，非至人，烏足語此。

上品上藥，神與氣精。精能生氣，氣能生神，則精氣又生神之本也。保精以裕氣，裕氣以養神，此長生之要方。但心爲精主，意爲氣馬，心馳意動，則精氣隨之行。故正心誠意，爲中心柱子，爲此雖然猶是初功，須到得心慮俱泯，神識兩忘，方是真人境界。心慮俱泯，神識兩忘，爲何？泯其心所以存其心，忘其神所以養其神。氣盛神全，自然底於神化。

顧色泉生平好奉道旨，偶夜夢之海上，有二人從逐而行，相謂曰：此君姓顧，篤好學仙。色泉顧而問之，一人高聲曰：仙沒有，無欲即仙。因與同東行，指海中而去。醒而自思疇昔所夢，非仙也邪？余因無欲即仙一語甚近道。誌之。

真可齋言：嘉靖年閒至京，遇內膳來自吏部李古冲所，得嘗一臠，味極鹹，不可入口。蓋諸物俱用秋石煮製故耳。大抵內膳烹調，五味過厚，食之至有不知其何物者。肉言：食淡極有益。五味盛多能傷生。彼曾至東光縣邨落中，三老人昆弟俱年八十餘，極強健。問之，云：此地難得鹽，吾輩盡淡食，且務農無外事。此不可解養生哉？可齋亦食淡已十年。丹書云：食淡精神爽。老子云：五味令人口爽。以此觀之。五味之用，可無慎哉？

天食人以五氣，地食人以五味。今人口鼻中氣喘急，氣出反爲天地所盜，得天氣之養者寡。日常所養惟賴五味。若過多偏勝，則五臟偏重，不惟不得養，且以戕生矣。試以真味嘗之，如五穀，如菽麥，如瓜果，味皆淡。此可見天地養人之本意。至味皆在淡中，今人務爲濃厚者，殆失其味之正邪！古人稱鮮能知味。不知其味之淡耳。

胡浦南巡撫西江，以勞勩致衰疾。聞方士言，迺多索民閒乳飲，每晨進甌許，無驗。又多索松子取實，日進數盂，代餐飯。半月餘，更覺虛疲不可支。得告歸，竟不起。此胡沙岡言。因思物有形質，豈能復化爲精氣？況諸香走竄腠理，耗散元精，其不驗，宜矣。夫善養生者，豈徒特藥物已哉？

王陽明詩曰：飢來喫飯倦來眠，只此修元元更元。說與世人渾不解，卻於身外覓神仙。昔慧海師或問修道如何用功？師曰：飢來喫飯，困時即眠。一切人喫飯時不肯喫，百種需索。睡時不肯睡，千般計較。眠食不得自如，豈得長生邪？嘗舉示二則公案於道友，且問：百尺竿頭更進步如何？道曰：飢食困眠猶是欲界，須陽長陰消，至氣滿不思食，神滿不思睡，方是究竟。

慾最難制，惟斷乃成。姻家董三岡性剛果，年六旬始舉子。既毓之日，曰：吾將絕慾延壽，觀此子之成立也。諸姬列館，自此俱異處，壽七十八而終。余聞嚴介溪因閹中不和，年方四旬餘即絕慾，至後貴極人臣，果八十五終。寶精之驗如此。

崑山周六觀，蓋癯然一儒也。余曾識荊，能詩善畫，作趙體書亦逼真，又好客，好古玩，好聲伎，好鼓琴。余私念此君精神如此，諸好畢集，何以支

久？逾年，周果不祿。以此見人生所好，自當專一。若多好多能，反能耗神損精，其殆與食少事煩者同一機邪。

張全山官學職，年八十有六，有少容。陳泰巖談其爲人甚可法。官雖小，若以爲貴。家雖貧，若以爲富。年老生一子且幼，若以爲衆且壯也，欣然無憂戚之色，且不形之論議，真實作自家事，宜其壽也。因憶全山對徐存齋云：彼蒼報施，決不差爽。然則全山之得壽，其亦有由致與。

馬見田善談元理，年六十有五，而鬚髮盡黑。李少白不善談元理，行年七十，而鬚髮亦黑，有少容。予嘗以養生術叩見田，曰：不食鹹，不飲茶，寶養精氣神爲主。日坐一室，無所事事。及叩少白，少白無言。但日嬉嬉然，不關心世務，雖患難無憂戚之色而已，然未常絕足城市。然則二君致壽，果相符邪？抑外不相符，而中實無異邪？

心動則神疲。凡諸技倆，營營與人角勝負者，未有不減年算者也。技倆之中，作詩弈棋，勞神獨甚。周萊峰云：某之所見，以弈傷生者四人矣，宋豫齋、王連川、王汾源、郭南洲是已。又云：孫李泉五更作詩，以勞成疾而卒。陳雨泉云：王同墟與客弈，忽瞑目，呼之不應則死矣。弈之勞神如此。噫！傷生之事，豈獨在酒色之間已哉？

嘉定陸筠臺少病寒證，瘥而不慎，遂病亡陽。稍聞人聲，輒悸欲死。服藥累年無效，陸乃盡除藥餌，日事睡臥，待斃而已。如是者五年，病似少瘥，性頗通靈。門有隸人至，呼曰：隸人至矣。有友人至，呼曰：有友人某至。已而數里外之事，率能前知。更年餘迺起，如少壯時，能挽他有力人不能挽之弓。既病起累月，少汩人事，靈知遂昧，不復如其病臥時矣。與余友善。後得子，號蘭室。

過余山，遇顧豫齋與語。豫齋好靜修，築館余山，彌歲不歸。談內養一訣，止是專氣致柔，如嬰兒作不生計，則長生可冀。若分別爾汝高下，有敬慢，有愛憎，皆是有生後事，非未生前工夫也。此言真得修養之奧。

內養秘訣，得之未真切，未可輕試，屢有因之而召禍者。曾見謝賓山之徒，試內視之訣，行火太急，未期痢下五色，死。有一蘇友，從方外學閉氣訣於某塔寺，僅半歲，亦病痢下而亡。某士夫聞一同年，病疽發而殞。云：此必曾學坐功也。詢之果然。以是知遇訣未真，欲益反損。試觀人間煉黃白術，火候少差，鼎爐隨失。況於人身。又非鼎爐可見者比。下工試手者，其慎無倚，信哉。

色易溺人，聖人亦不能卒制，止是遠之而已。故曰：去讒遠色。遠之自可馴致於絕也。飲食亦易動饕貪，故曰：君子遠庖廚也。旨酒則疏，儀狄而絕之疏之云者，殆亦遠之義與？因談食色性也之義而漫論及此，不知可測聖賢制欲之真方否？

道者謝賓山別去數年，復來謁，云：別後過建業，浮彭蠡，之袁南饒廣之間，訪龍虎山遺跡。年餘，還逾匡廬，走荊襄鄭衛諸境，已而過河閒，徙步真保長途，以及北都。居三年，復還寓金焦歲餘。訪賢日久，曾無一遇。但只勘得世情熟破。問：世情若何？曰：只是要占便宜，損人利己而已。遇富人則敬，遇貧人則賤，在在皆然。語音不同，其情一如。既而曰：只討一人我平等人，亦不易得，況肯損己利人，何以學道？余聞之悚然。果能人我一如，是謂無我，是謂克己。巍巍聖境，渺不可即。

吾鄉余山廟塑像甚工，聞寺僧云：舊有一塑工某姓，來自江西。經歲餘，塑諸像，金澤寺像亦其人所塑。成而病，諸侶欲爲延醫，工卻之曰：無以爲也。吾想像臆度，盡吾神矣，此所以病也。世豈有藥物能復吾神哉？竟死。仙廟諸像今具在，諸利罕見其比。

龍生九子不成龍。各有所好。囚牛龍種平生好音樂，今胡琴頭上刻獸頭是；睚眦平生好殺，今刀柄上龍吞頭是；嘲風平生好險，今殿角走獸是；蒲牢平生好鳴，今鐘上獸紐是；霸下平生好重，碑坐獸是；狴犴平生好訟，今獄門獅子頭是；贔屭平生好文，今碑兩傍龍是；蚩吻平生好吞，今殿脊獸頭是。惟龍無好，所以成龍，此可以證無欲即僊之旨。

《龍川紀事》載僊都山道士論養生有內外。精氣，內也，非金石所能堅凝；四肢百骸，外也，非精氣所能變化。欲事內，必調養精氣，極而後內丹成，內丹成則不能死矣。然隱居人間，久之或托尸解而未能變化輕舉，蓋四大本外物和合而成，惟外丹然後可以點瓦礫化皮骨，飛行無礙矣。然內丹未成，內無交之，則服外丹者多死。余謂此論固爲唐皇服丹燥渴而發，然以內丹爲精氣則膠於凡軀，而不知藥自外來之旨；以外丹爲金石則滯於形質，而不知從有入無之妙，豈足通元家之奧義邪？

**《喻林・人事門》** 重生

身也者，親之枝也，敢不敬與？不能敬其身，是傷其親。傷其親，是傷

其本。傷其本，枝從而亡。《禮記・哀公問》

譬如斬手全軀，所存者大故爾。《北史・羊祉烈傳》

所貴乎嗜粱肉者非腐鼠之謂也，所貴乎飲醪醴者非敗酒之謂也，所貴乎尊生者非迫生之謂也。《子華子・陽城胥渠問》

禽子問於楊朱曰：去子體之一毛以濟一世，汝爲之乎？楊子曰：世固非一毛之所濟。禽子曰：假濟，爲之乎？楊子弗應。禽子去語孟孫揚。孟孫揚曰：子不達夫子之心，吾請言之。有侵若肌膚獲萬金者，若爲之乎？曰：爲之。孟孫揚曰：有斷若一節得一國，子爲之乎？禽子默然有間。孟孫揚曰：一毛微於肌膚，肌膚微於一節，省矣。然則積一毛以成肌膚，積肌膚以成一節，一毛固一體萬分中之一物，奈何輕之乎？禽子曰：吾不能所以答子，然則以子之言問老聃、關尹，則子言當矣；以吾言問大禹、墨翟，則吾言當矣。《列子・楊朱》

無趾曰：吾唯不知務而輕用吾身，吾是以亡足。今吾來也，猶有尊足者存，吾是以務全之也。《莊子・德充符》

自三代以下者，天下莫不以物易其性矣！小人則以身殉利，士則以身殉名，大夫則以身殉家，聖人則以身殉天下。故此數子者，事業不同，名聲異號，其於傷性以身爲殉一也。臧與穀二人相與牧羊，而俱亡其羊。問臧奚事，則挾策讀書；問穀奚事，則博塞以遊。二人者，事業不同，其於亡羊均也。伯夷死名於首陽之下，盜跖死利於東陵之上，二人者所死不同，其於殘生傷性均也。奚必伯夷之是而盜跖之非乎？天下盡殉也，彼其所殉仁義也，則俗謂之君子；其所殉貨財也，則俗謂之小人。其殉一也。則有君子焉，有小人焉。若其殘生損性，則盜跖亦伯夷已，又惡取君子小人於其間哉？《莊子・駢拇》

道之真以治身，其緒餘以爲國家，其土苴以治天下。今世俗之君子，多危身棄生以殉物，豈不悲哉？今且有人於此，以隨侯之珠，彈千仞之雀，世必笑之。是何也？則其所用者重而所要者輕也。夫生者，豈特隨侯之重哉？《莊子・讓王》

今謂人曰：予子冠履，而斷子之手足，子爲之乎？必不爲，何故？則冠履不若手足之貴也。又曰：予子天下，而殺子之身，子爲之乎？必不爲。何故？則天下不若身之貴也。《墨子・貴義》

出則以車，入則以輦，務以自佚，命之曰招蹶之機；肥肉厚酒，務以相彊，命之曰爛腸之食；靡曼皓齒，鄭衛之音，務以自樂，命之曰伐性之斧。三患者，貴富之所致也。故古之人，有不肯貴富者矣，由重生故也，非夸以名也，爲其實也。《呂氏春秋・本生》

倕，至巧也。人不愛倕之指，而愛己之指，有之利故也；人不愛昆山之玉，江漢之珠，而愛己之一蒼璧小璣，有之利故也。今吾生之爲我有，而利我亦大矣。論其貴賤，爵爲天子，不足以比焉；論其輕重，富有天下，不可以易之；論其安危，一曙失之，終身不復得。此三者，有道者之所慎也。有慎之而反害之者，不達乎性命之情也。是師者之愛子也，不免乎枕之以糠；是聾者之養嬰兒也，方雷而窺之於堂，有殊弗知慎者。《呂氏春秋・重己》

魏王將入秦，魏敬謂王曰：以河內孰與梁重？王曰：梁重。又曰：梁孰與身重？王曰：身重。又曰：若使秦求河內，則王將與之乎？王曰：弗與也。魏敬曰：河內，三論之下也。身，三論之上也。秦索其下而王弗聽，索其上而王聽之，臣竊不取也。王曰：甚然。乃輒輟行。《呂氏春秋・應言》

身者，所爲也。天下者，所以爲也，審所以爲而輕重得矣。今有人於此，斷首以易冠，殺身以易衣，世必惑之。是何也？冠所以飾首也，衣所以飾身也。殺所飾，要所以飾，則不知所爲矣。世之走利，有似於此。危身傷生，刈頸斷頭以狥利，則亦不知所爲也。韓魏相與爭侵地，昭釐侯有憂色。子華子曰：今使天下書銘於君之前。書之曰：左手攫之則右手廢，右手攫之則左手廢，然而攫之必有天下。君將攫之乎？亡其不與？昭釐侯曰：寡人不攫也。子華子曰：甚善。自是觀之，兩臂重於天下也，身又重於兩臂。韓之輕於天下遠，今之所爭者，其輕於韓又遠，君固愁身傷生，以憂戚不得也。昭釐侯曰：善。子華子可謂知輕重矣。《呂氏春秋・審爲》

尊勢厚利，人之所貪也。使之左據天下圖，而右手刎其喉，愚夫不爲。由此觀之，生尊於天下也。《淮南子・精神訓》

人之所以樂爲人主者，以其窮耳目之欲，而適躬體之便也。今高臺層榭，人之所麗也，而堯樸桶不斷，素題不枅。珍怪奇異，人之所美也，而堯糲粢之飯，藜藿之羹。文繡白狐，人之所好也，而堯布衣揜形，鹿裘御寒。養性之具不加厚，而增之以任重之憂，舉天下而傳之於舜，若解重負然；非直辭

讓，誠無以爲也。此輕天下之具也。《淮南子·精神訓》

生所假也，死所歸也，故弘演直仁而立死，王子慶張掖而受刃，不以所託害所歸也。故世治則以義衛身，世亂則以身衛義。死之日，行之終也。故君子慎一用之。《淮南子·繆稱訓》【略】

夫以君子而與小人相賊害，是人之所謂以狐白補犬羊身，塗其炭，豈不過甚矣哉？《說苑·貴德》【略】

夫全生者，天下之所謂祥也。巫祝以不材爲不祥而弗用，彼乃以不祥全生，乃大祥也。《郭子註莊·人間世》

年長心勞無愛樂之志，是猶羊肉不慕蟻也。《莊子音義·徐無鬼》

龜祝骨於宗祧兮，思反身於綠衣。《文選·秋興賦》

今人用其身也，若爨之然，故曰不足。若用之於善，則與天地相獎。《藝文類聚·木部·桂》

桐生叢谷裏，根孤地寒陰。未霜葉已肅，不風條自吟。不願見彫斲，爲君堂上琴。《藝文類聚·木部·桐詩》

且劇圖刎首，愚者不爲。運斧全身，庸流所鑒。何則？生輕一髮，自重千鈞，不以賈盜明矣。《文苑英華·徐陵還譙上書》【略】

君不見，夫效祀之牛，衣之以朱綵，食之以禾粟，非不樂也！及其用時，鼎鑊在前，刀俎列後。當此之時，雖欲還就孤犢，寧可得乎？《太平御覽·樂部·歌二》

夫德之在人，猶父母於身也；其於萬物，猶珠玉之與瓦鉛也。是以含德之士，重身而輕天下，猶慈父，孝子，不以其有易。其隣大身而細物者，猶良賈察商，不以珠玉易瓦鉛也。《道德經·指歸》卷十

譬如重病之人，不擇良日時節吉凶，唯求良醫。《元陽妙經》卷七

悼菌蟪之危促，羨靈椿兮未央。雖鵬鷃之異類，託逍遙乎一方。《華陽陶隱居集》

如壘仰之高峰，觸之則散，再擊則破。《金庭無爲妙經》

猶如護一目，愛惜不令傷。《大乘妙林經偈》【略】

身之內與外，夫城骨與墻，肉血爲塗，嚴爲怨所破壞。《內身觀章句經·令十》

腳骨上脛骨接之，脛骨上胜骨接之，胜骨上脊骨接之，脊骨上髑髏接之，骨骨相柱，危如累卵。《思惟要略法》

臂如賈客，入海採寶，垂出大海，其舩卒壞，珍寶失盡而自喜慶，舉手而言，幾失大寶！衆人怪，言：汝失財物，裸形得脫，云何喜言幾失大寶？答言：一切寶中，人命第一。《大智度論》卷十三

故前有隋珠，後有虓虎，見之走而不敢取何也？先其命而後其利也。《弘明集·牟子理惑論》

如有一人在須彌山上，以纖縷下之，一人在下持針迎之，中有旋嵐猛風吹縷，難入針孔，人身難得甚過於是。《法苑珠林》卷二十三

兀兀雜類，莫不貪生；蠢蠢迷徒，咸知畏死。所以失林窮虎，及委命於廬中，鎩翮驚禽，遂投身於案側。《法苑珠林》卷六十五

## 養生

山下有雷，頤；君子以慎言語，節飲食。《易·頤》

山止於上，雷動於下，頤之爲用，下動上止。故曰：山下有雷。頤，人之開發言語，咀嚼飲食，皆動頤之事。故君子觀此頤象，以謹慎言語，裁節飲食。先儒云：禍從口出，患從口入。故於頤，養而慎節也。《周易正義·頤》

舒慘殊方，炎涼異節。木皮春厚，桂樹冬榮。《周書·王褒傳》

夫耳之所欲聞者音聲，而不得聽，謂之閼聰；目之所欲見者美色，而不得視，謂之閼明；鼻之所欲向者椒蘭，而不得嗅，謂之閼顫；口之所欲道者是非，而不得言，謂之閼智；體之所欲安者美厚，而不得從，謂之閼適；意之所欲爲者放逸，而不得行，謂之閼性。《列子·楊朱》

室大則多陰，臺高則多陽。多陰則靡，多陽則痿，此陰陽不適之患也。是故先王不處大室，不爲高臺，味不衆珍，衣不燀熱。《呂氏春秋·重己》

嗜肉者，非腐鼠之謂也；嗜酒者，非敗酒之謂也；尊生者，非迫生之謂也。《呂氏春秋·貴生》

今夫樹木者，灌以潔水，疇以肥壤，一人養之，十人拔之，則必無餘蘖，有況與一國同伐之哉！雖欲久生，豈可得乎？《淮南子·淑真訓》

鶴之所以壽者，無宛氣於中，是故食冰；猿之所以壽者，好引其末，是故氣四越。天氣常下施於地，是故道者亦引氣於足，天之氣常動而不滯，是故道者亦不死氣。《春秋繁露·解天之道》

人能以氣爲根，以精爲蔕，如樹根不深則拔，蔕不堅則落。《河上公註老

子・守道》

語曰：圖王不成，其弊可以霸。霸者，王之弊也。霸本當至於王，猶壽當至於百也。不能成王，退而爲霸；不能至百，消而爲夭。王充《論衡・氣壽篇》

且人之生也，以食爲氣，猶草木生以土爲氣矣。拔草木之根，使之離土，則枯而蚤死。閉人之口，使之不食，則餓而不壽矣。王充《論衡・道虛篇》

火蠶十八日，寒蠶三十日餘，以不得踰時之命，而將養有過倍之隆。溫肥者早終，涼瘦者遲竭，斷可識矣。圉馬養而不乘，用皆六十歲。體疲者速彫，形全者難斃，又可知矣。《稽中散集・答難養生論》

嘗有不知蠶者，出口動手皆爲忌祟，不得蠶絲滋甚，爲忌祟滋多，猶自以犯之也。有教之知蠶者，其顯於桑火寒暑燥濕也，於是百忌自息，而利十倍。何者？先不知所以然，故忌祟之情繁；後知所以然，故求之之術正，故忌祟生於不知。使知性猶如蠶，則忌祟無所立矣。《稽中散集・宅無吉凶・攝生論》

防堅則水無漉棄之費，脂多則火無寢曜之患。龍泉以靡割常利，斤斧以日用速弊，隱雪以違暖經夏，藏冰以居深過暑，單帛以裹鏡不灼，凡卉以偏覆越冬。泥壤易消者也，而陶之爲瓦，則與二儀齊其久焉。柞柳速朽者也，燔之爲炭，則可億載而不敗焉。轅豚以優稽晚卒，良馬以陟峻早斃，寒蟲以適己倍壽，南林以處溫長茂。接煞氣則彫瘁於凝霜，值陽和則鬱藹而條秀。物類一也，而榮枯異功，豈有秋收之常限，冬藏之定例哉？而人之受命，死生之期，未若草木之於寒天也。而延養之理，補救之方，非徒溫煖之爲淺益也。久視之效，何爲不然？而世人守近習隘，以仙道爲虛誕，謂黃老爲妄言，不亦惜哉？《抱朴子・內篇・至理》

一人之身，一國之象也。胸腹之位，猶宮室也。四肢之列，猶郊境也。骨節之分，猶百官也。神猶君也，血猶臣也，氣猶民也。故知治身，則能治國也。夫愛其民，所以安其國；養其氣，所以全其身。民散則國亡，氣竭則身死。死者不可生也，亡者不可存也。是以至人消未起之患，治未病之疾，醫之於無事之前，不追之於既逝之後。民難養而易危也，氣難清而易濁也。故審威德所以保社稷，割嗜慾所以固血氣。《抱朴子・內篇・地真》

假求於外物以自堅固，有如脂之養火而火不滅。銅青塗腳，入水不腐，此是借銅之勁以扞其肉也。《抱朴子・內篇・金丹》

夫五穀猶能活人，人得之則生，人絕之則死，又況於上品之神藥，其益人豈不萬倍於五穀耶？《抱朴子・內篇・金丹》

夫木槿、楊柳，斷殖之更生，倒之亦生，橫之亦生，生之易者，莫過斯木也。然埋之既淺，又未得久，乍刻乍剝，或搖或拔，雖壅以膏壤，浸以春澤，猶不脫於枯瘁者，以其根荄不固，不暇吐其萌芽，浸液不得遂結其生氣也。人生之爲體，易傷難養，方之二木，不及遠矣。而所以攻毀之者，過於刻剝，劇乎搖拔也。濟之者鮮，壞之者衆，死其宜也。《抱朴子・內篇・極言》

俱食一物，或獨以結病，非此物之有偏毒也；鈞器齊飲，而或醒或醉者，非酒勢之有彼此也；同冒炎暑，而或獨以暍死者，非天熱之有公私也；齊服一藥，而或昏瞑煩悶者，非毒烈之有愛憎也。《抱朴子・內篇・極言》

衝風赴林，而枯柯先摧；洪濤凌崖，而折隙首頹；烈火燎原，而燥卉前焚；龍椀墜地，而脆者獨破。由茲以觀，則人之無道，體已素病，因風寒暑濕者以發之耳。《抱朴子・內篇・極言》

夫水土不與百卉同體，而百卉仰之以植焉。五穀非生人之類，而生人須之以爲命焉。《抱朴子・內篇・對俗》

衆木不能法松栢，諸蟲不能學龜鶴，是以短折耳。人有明哲，能修彭老之道，則可與之同功矣。《抱朴子・內篇・對俗》

且夫松栢枝葉與衆木則別，龜鶴體貌與衆蟲則殊。至於彭老猶是人耳，非異類而壽獨長者，由於得道，非自然也。《抱朴子・內篇・對俗》

金水在九竅，則死人爲之不朽；鹽鹵沾於肌髓，則脯腊爲之不爛。況於以宜身益命之物納之於己，何怪其令人長生乎？《抱朴子・內篇・對俗》

蚊嗜膚則坐不得安，蝨羣攻則臥不得安。四海之事，何祇若是。《抱朴子・內篇・論仙》

譬猶疫癘之時，醫巫爲貴，異口同辭，唯論藥石，豈可便謂鍼艾之伎，過於長生久視之道乎？《抱朴子・外篇・仁明》

萬人彎弧以向一鵠，鵠能無中乎？萬物眩曜以惑一生，生能無傷乎？《劉子・清神》

人之生也，一息一得耳。向息非今息，故納養而命續；前火非後火，故爲薪而火傳。火傳命續，由夫養得其極矣。《郭子註莊・養生主》

道家之言，鶴曲頸而息，龜潛匿而噎。此其所以爲壽也，服氣養性者法

焉。《李善註文選·郭景純遊仙詩》

種穀於湯之世，值七年之旱，終歸是死。而彼一溉之苗則在後枯，亦猶人處於俗同皆有死，能攝生者則後終也。《李善註文選·嵇叔夜養生論》

且豆令人重，榆令人瞑，合歡蠲忿，萱草忘憂。愚智所共知也。薰辛害目，豚魚不養，常世所識也。蝨處頭而黑，麝食栢而香，頸處險而瘦，齒居晉而黃。推此而言，凡所食之氣，蒸性染身，莫不相應。豈惟蒸之使重而無使輕，害之使闇而無使明，薰之使黃而無使堅，芬之使香而無使延哉？故神農曰上藥養命，中藥養性者，誠知性命之理，因輔養以通也。《文選·嵇叔夜養生論》

人有三百六十節，當天之數。形體有骨肉，如地之厚有孔竅血脉，如川谷也。多食甘者，有益於肉而骨不利；多食苦者，有益於骨而筋不利；多食辛者，有益於筋而氣不利。《意林·公孫文子》

凡藥，上者養命，中者養性，下者養病。《藝文類聚·草部藥》

魚勞則尾赤，人勞則髮白。《埤雅·品物門·魴》

採藥遊名山，將以救年頹。《初學記·道釋部·僊》

穀氣勝元氣，其人肥而不壽。養性之術，常使穀氣少則病不生矣。《初學記·草部·五穀》

逆春氣則少陽不生，肝氣內變。逆夏氣則太陽不長，心氣內洞。逆秋氣則太陰不收，肺氣焦滿。逆冬氣則少陰不藏，腎氣獨沈。夫四時陰陽者，萬物之根本也。所以聖人春夏養陽，秋冬養陰，以從其根，故與萬物沈浮於生長之門。逆其根，伐其本，壞其真矣。《黃帝素問內經·四氣調神大論》

榮氣虛則不仁，衛氣虛則不用，榮衛俱虛則不仁且不用，肉如故也。人身與志不相有曰死。《黃帝素問內經·逆調論》

匠人磨斧斤，礪刀削斲材木。木之陰陽，尚有堅脆。堅者不入，脆者皮弛，至其交節，而缺斤斧焉。夫一木之中，堅脆不同，堅者則剛，脆者易傷，況其材木之不同，皮之厚薄，汁之多少，而各異耶。夫木之蚤花先生葉者，遇春霜烈風，則花落而葉萎；久曝大旱，則脆木薄皮者，枝條汁少而葉萎；久陰淫雨，則薄皮多汁者，皮潰而漉；卒風暴起，則剛脆之木，枝折杌傷；秋霜疾風，則剛脆之木，根搖而葉落。凡此五者，各有所傷，況於人乎！《黃帝素問靈樞經·五變》

五穀爲刳命之鑿，五牙爲長生之根也。《黃帝本行記》

泥丸、絳宮、丹田，三一之宅也。子勤守之，萬毒不傷。《黃帝本行記》

且經冬之草，覆之而不死，露之即見傷，草木植性尚猶如此，況人萬物之靈。《陰符經集註》鬼谷子

即口中津液也，漱而嚥之，則能攻邪破惡，徹於骨髓，若麴蘗之消米，方藥無復能先也。《道德經註疏》卷八

養命養其五臟，五臟爲根，根固葉自茂矣；養形養其五氣，五氣爲源，源深流自長矣。《三十六部尊經·黃庭經》

草木地生，去地而死；魚鼈水生，離水而死；人以氣生，氣去而死。《无上內秘藏經·顯功德品》

八珍促壽，五石延生。《列仙傳》

如蠶在繭中，混混沌沌，故一旦變形易數。《靈寶自然妙經》

動用以太和爲馬，通宣以玄寂爲車。《攝生養性論》

身者得道之器也，炁者致命之根也。根拔則命終，器敗則道去。《聖母資傳·仙道》

五穀充肌體而不能益壽，百藥療疾延年而不甘口。甘口充肌者俗人所珍，苦口延年者，道士之所寶。《養性延命錄·教誡篇》

食穀者智慧聰明，食石者肥澤不老，食芝者延年不死，食元氣者地不能埋，天不能殺。《養性延命錄·教誡篇》

人生大期，百年爲限，節護之者，可至千歲，如膏用小炷與大耳。《養性延命錄·教誡篇》

大計奢懶者壽，慳勤者夭，放散劬怪之異也。田夫壽，膏粱夭，嗜欲少多之驗也。處士少疾，遊子多患，事務繁簡之殊也。故俗人競利，道士罕營。《養性延命錄·教誡篇》

僉自安於蝡蠕，緬無羨於鵠年。《華陽陶隱居集》

上元泥丸者，乃精之泉源，泥丸不開則精不散，而神不離。中元絳宮者，乃神之舍宇，絳宮不動則精不馳，而神不疲。下元丹田者，乃真水之根蒂，丹田不振則精不漏而神不死。《金庭無爲妙經》

生養之道，莫非務本；種植之利，莫若得地。《金庭無爲妙經》

夫有形之所貴者，身也；情識之所貴者，命也。是故飡脂飲血，乘肥衣

輕，欲其怡懌也。餌朮含丹，防生養性，欲其壽考也。《高僧傳・二十論》

譬猶衣履器物，愛之則完全乃久。《弘明集・鄭道子神不滅論》

譬如木杵，常用不止，日夜消減。《法苑珠林》卷四十六

夫人有四肢五藏，壹覺壹寐，呼吸吐納，精氣往來，流而爲榮衛，彰而爲氣色，發而爲音聲，此人之常數也。陽用其精，陰用其形，天人所同也。及其失也，蒸則生熱，否則生寒，結而爲瘤贅，陷而爲癰疽，奔而爲喘，竭而爲焦，故良醫導之以針石，救之以藥劑，聖人和之以至德，輔之以人事。故體有可愈之疾，天地有可消之災也。《法苑珠林》卷九十五

## 殊貨

夫好貨甚者，不見他物之可好；好馬甚者，不見他物之可好；好書甚者，不見他物之可好。吾又安知天下之果可好者，果可惡者哉？《亢倉子・全道篇》

好質白之物者，以黑爲汙；好質黑之物者，以白爲汙。吾又安知天下之正潔汙哉？《亢倉子・全道篇》

人於此嗜酒，嗜肉，肉勝則食，酒勝則飲焉，此二者相與爭勝者行矣，非情欲得酒，性欲得肉也。有人於此好利好義，義勝則義取焉，利勝則利取焉，此二者相與爭勝者行矣，非情欲得利，性欲得義也。其可兼者，則兼取之，其不可兼者，則隻取重焉。《申鑒・雜言下》

赬顏玉理，眄視巧笑，衆目之所悅也。軒皇愛嫫母之魁貌，不易落英之麗容；陳侯悅敦洽之醜狀，弗貿陽文之婉姿。炮羔煎鴻，臛蠵臑熊，衆口之所嗛。文王嗜菖蒲之葅，不易熊肝之味，陽春白雪，激楚採菱，衆耳之所樂也。而漢順聽山鳥之音，云勝絲竹之響；魏文侯好槌鑿之聲，不貴金石之和。鬱金玄懵，春蘭秋蕙，衆鼻之所芳也。海人悅至臭之夫，不愛芳馨之氣。若斯人者，皆性有所偏也。《劉子・殊好》

累榭洞房，珠簾玉戺，人之所悅也，鳥入而憂；聳石巉巖，輪菌糾結，猨狖之所便也，人上而慄；五韺六韶，咸池簫韶，人之所樂也，獸聞而振；懸瀨碧潭，瀾波洶湧，魚龍之所安也，人入而畏。飛鼯甘煙，走貊美鐵，鴟鷄嗜蛇，人好芻豢。鳥獸與人受性既殊，形質亦異，所居隔絕，嗜好不同，未足怪也。《劉子・殊好》

執其所好而與衆相反，則倒白爲黑，變苦成甘，移角成羽，佩蕑當薰，美醜無定形，愛憎無正分也。《劉子・殊好》

聲色芳味，各有正性，善惡之分，皎然自露。不可以皂爲白，以羽爲角，以苦爲甘，以臭爲香，然而嗜好有殊絕者。《劉子・殊好》

雖皇有風雨之好，人有異同之性。庶覿蔀家與剝廬，非蘇世而居政。《文選・魏都賦》

人各有好尚，蘭茝蓀蕙之芳，衆人所好，而海畔有逐臭之夫；咸池六莖之發，衆人所共樂，而墨翟有非之之論，豈可同哉！《文選・曹植與楊德祖書》

譬如嬰兒，自取屎拭，年稍長大，捨前所穢，更樂餘事，年適向老，悉捨諸樂，以法自樂。《修行道地經・地品》

昔公明儀爲牛彈清角之操，伏食如故。非牛不聞，不合其耳也。轉爲蚊虻孤犢之聲，於是奮耳掉尾，蹀躞而聽之。今吾子所聞者，蓋蚊虻之音也。《弘明集・駁夷夏論》

## 又　檢情

先王之藥，所以節百事也，故有五節，遲速本末相及，中聲以降，五降之後，不容彈矣。於是有煩手淫聲，慆堙心耳，乃忘平和，君子弗聽也。物亦如之，至於煩，乃舍也已，無以生疾。《左傳・昭公元年》【略】

體舒則懷卷，視溺則思濟。《北史・常爽、孫景傳》

五色令人目盲，五音令人耳聾，五味令人口爽；馳騁田獵令人心發狂，難得之貨令人行妨。是以聖人爲腹不爲目。《老子・檢欲》

目視雕琢者明愈傷，耳聞交響者聽愈傷，心思玄妙者心愈傷。《關尹子・五鑑篇》

楊朱曰：生民之不得休息爲四事故：一爲壽，二爲名，三爲位，四爲貨。有此四者，畏鬼，畏人，畏威，畏刑，此謂之遁人也。可殺可活，制命在外。不逆命，何羨壽？不矜貴，何羨名？不要勢，何羨位？不貪富，何羨貨？此之謂順民也。天下無對，制命在內。故語有之曰：人不婚宦，情欲失半；人不衣食，君臣道息。周諺曰：田父可坐殺。晨出夜入，自以性之恒；啜菽茹藿，自以味之極；肌肉麤厚，筋節嵚急，一朝處以柔毛綈幕，薦以粱肉蘭橘，心痟體煩，內熱生病矣。商魯之君與田父侔地，則亦不盈一時而備矣。故野人之所安，野人之所美，謂天下無過者。《列子・楊朱》

夫畏塗者，十殺一人，則父子兄弟相戒也，必盛卒徒而後敢出焉，不亦知

乎！人之所取畏者，衽席之上，飲食之間，而不知爲之戒者，過也。《莊子・達生》

今有聲於此，耳聽之必慊，已聽之則使人聾，必弗聽。有色於此，目視之必慊，已視之則使人盲，必弗視。有味於此，口食之必慊，已食之則使人瘖，必弗食。是故聖人之於聲色滋味也，利於性則取之，害於性則全之，此全性之道也。《呂氏春秋・本生》

昔先聖王之爲苑囿園池也，足以觀望勞形而已矣；其爲宮室臺榭也，足以辟燥濕而已矣；其爲輿馬衣裘也，足以逸身煖骸而已矣；其爲飲食酏醴也，足以適味充虛而已矣；其爲聲色音樂也，足以安性自娛而已矣。《呂氏春秋・重己》

夫耳目鼻口，生之役也。耳雖欲聲，目雖欲色，鼻雖欲芬香，口雖欲滋味，害於生則止。在四官者不欲，利於生者則弗爲。由此觀之，耳目鼻口，不得擅行，必有所制。譬之若官職，不得擅爲，必有所制。此貴生之術也。《呂氏春秋・貴生》

耳聞所惡，不若無聞；目見所惡，不若無見。故雷則掩耳，電則掩目，此其比也。《呂氏春秋・貴生》

秋早寒則冬必暖矣，春多雨則夏必旱矣。天地不能兩，而況於人類乎？故古之治身與天下者，必法天地也。尊酌者衆則速盡，萬物之酌大貴之生者衆矣，故大貴之生常速盡，非徒萬物酌之也，又損其生以資天下之人，而終不自知。《呂氏春秋・情欲》

其愛色，費精神；甚愛財，遇禍患。所愛者少，所亡者多。《河上公註・老子儉欲》

夫夏日之不被裘者，非愛之也，燠有餘於身也；冬日之不用翣者，非簡之也，清有餘於適也。夫聖人量腹而食，度形而衣，節於己而已，貪污之心，奚由生哉？《淮南子・淑真訓》

兵甲不用，卻走馬治農田。治身者，卻陽精以糞其身。《河上公註・老子立戒》

射者非矢不中也，學射者不治矢也；御者非轡不行，學御者不爲轡也。知冬日之箑，夏日之裘，無用於己，則萬物之變爲塵埃矣。故以湯止沸，沸乃不止，誠知其本，則去火而已矣。《淮南子・精神訓》

至人量腹而食，度形而衣；容身而遊，適情而行；餘天下而不貪，委萬物而不利；處太廓之宇，游無極之野；登太皇，馮太一，玩天地於掌握之中，天豈爲貧富肥臞哉！《淮南子・精神訓》

五色亂目，使目不明；五聲譁耳，使耳不聰；五味亂口，使口爽傷；趣舍滑心，使行飛揚。此四者，天下之所養性也，然皆人累也。故曰：嗜慾者使人之氣越，而好憎者使人之心勞，弗疾去則志氣日耗。夫人之所以不能終其壽命而中道夭於形戮者何也？以其生生之厚。夫惟能無以生爲者，則所以修得生也。《淮南子・精神訓》

今夫霤水足以溢壺榼，而江河不能實漏巵。故人心猶是也。自當以道術度量，食充虛，衣禦寒，則足以養七尺之形矣。《淮南子・氾論訓》

割痤疽非不痛也；飲毒藥，非不苦也。然而為之者，便於身也。渴而飲水，非不快也；饑而大飧，非不贍也。然而弗爲者，害於性也。此四者，耳目鼻口不知所取去，心為之制。各得其所。由是觀之，欲之不可勝，明矣。《淮南子・詮言訓》

陰陽之氣，在上天亦在人。在人者爲好惡喜怒，在天者爲暖清寒暑。出入、上下、左右、前後，平行而不止，未嘗有所稽留滯鬱也。其在人者，亦宜行而無留，若四時之條條然也。《春秋繁露・如天之爲》

毒智者莫甚於酒，留事者莫甚於樂，毀廉者莫甚於色，摧剛者反己於弱。《說苑・談叢》

鳥獸觸其情者也，衆人則異乎，賢人則異衆人矣，聖人則異賢人矣。《楊子・學行篇》

故美味腐腸，好色惑心，勇夫招禍，辯口至殃。四者，世之毒也。王充《論衡・言毒篇》

夫嗜欲雖出於人而非道之正，猶木之有蝎，雖木之所生，而非木之宜也。故蝎盛則木朽，欲勝則身枯。《嵇中散集・答難養生論》

夫欲官不識君位，思食不擬親戚。何者？止其所不得，則不當生心也。故嗜酒者自抑於鴆醴，貪食者忍饑於漏脯。知吉凶之理，故背之不惑，棄之不疑也。豈恨向不得酣飲與大嚼哉！《嵇中散集・答難養生論》

古之人知酒肉爲甘鴆，棄之如遺；識名位爲香餌，逝而不顧。《嵇中散集・答難養生論》

今談者不覩至樂之情，甘減年殘生，以從所願。此則李斯背儒，以殉一朝之欲，主父發憤，思調五鼎之味耳。《嵇中散集・答難養生論》

夫渴者唯水之是見，酌者唯酒之是求，人皆知乎，生於有疾也。今若以從欲爲得性，則渴酌者非病，淫湎者非過。《嵇中散集・答難養生論》

富貴多殘，伐之者衆也；野人多壽，傷之者寡也。《嵇中散集・答難養生論》

惑目者，必逸容鮮藻也；惑耳者，必妍音淫聲也；惑鼻者，必芷蕙芳馥也；惑口者，必珍羞嘉旨也；惑心者，必勢利功名也。五者畢惑，則或承之禍爲身患者，不亦信乎？《抱朴子・外篇・酒戒》

其抑情也，劇乎隄防之備決；其御性也，過乎腐轡之乘奔。《抱朴子・外篇・誡酒》

蜘蛛張網，蚤蝨不餒。使人智巧，役用萬物，食口衣身，何足劇乎！但患富者無知止之心，貴者有無限之用耳。豈可以一蹶之故，而終身不行，以桀紂之虐，思乎無主也。《抱朴子・外篇・詰鮑》

夫五聲八音，清商流徵，損聰也；鮮華豔采，彧麗炳爛，傷明者也；宴安逸預，清醪芳醴，亂性者也；冶容媚姿，鉛華素質，伐命者也。《抱朴子・內篇・暢玄》

民結繩而用之，足以紀要而已。適故常甘，當故常美。若思夫侈靡，則無時慊矣。《郭子註莊・胠篋》

五闕者，情慾之路，嗜好之府也。目愛綵色，命曰伐性之斤；耳樂淫聲，命曰攻心之鼓；口貪滋味，命曰腐腸之藥；鼻悅芳馨，命曰燻喉之煙；身安輦駟，命曰召蹙之機。此五者，所以養生，亦以傷生。《劉子・防慾》

譬由愚者之養魚鳥也，見天之寒則內魚於溫湯之中，而棲鳥於火林之上。水木者，所以養魚鳥也，養之失理，必至燋爛。色聲芳味，所以悅人也，悅之過理，還以害生。《劉子・防慾》

夫蜂蠆螫指，則窮日煩擾；蚊蚤嚙膚，則通宵失寐。蜂蚊小害，指膚外疾。人入山則避蜂蠆，入室則驅蚊虻。何者？以其害於體也。嗜慾攻心，正性顛倒，嗜慾大害，攻心內疾，方於指膚，亦以多也。《劉子・防慾》

人有牛馬，遊逸不歸，必知收之；情慾放逸而不知收之，不亦惑乎？《劉子・防慾》

出輿入輦，命曰蹙痿之機；洞房清風，命曰寒熱之媒；皓齒蛾眉，命曰伐性之斧；甘脆肥醲，命曰腐腸之藥。《文選・枚乘七發》

有味如醞而不醉人，其味如黍飲之則醉，何也？秦子曰：醉在小人，不在君子。《意林・秦子》

凡病可治也，人不可治也。體羸性弱不堪藥石，或剛暴狷急喜怒不節，或情慾放縱貪淫嗜食，此皆良醫不能加功焉。夫君子病也猶可爲也，必使無病也不可爲矣。蓋謂節其飲食，量其多少也。《太平御覽・疾病部總敘・疾病下》

茲乃伐人之生甚於斤斧，蝕人之性猛於豺狼。《太平御覽・方術部・養生》

跣而上坐者謂之晏，能飲者飲之，不能飲者已謂之醞。齊顏色均衆寡謂之沉，閉門不出者謂之湎。故君子可以宴可以醞，不可以沉不可以湎。《初學記・服食部・酒》

求高反墜，務厚更貧。閉情塞欲，老氏所珍。《困學紀聞》卷十七評文

陰陽失節，則驚風驟雨；人失中和，則爲暴疾。《道德經註疏》卷三

清淨者道之本，榮華者道之殃。子勿憎淡泊，是中有至味。愚癡戀世欲，類蛾投火光，不知其爲害，以至於滅亡。《虛里・四十九章》

譬如有主知典酒，知而不飲，則亦不醉。《元陽妙經》卷七

然養生之具，譬猶水火，不可失適，反爲害耳。《養性延命錄・教誡篇》

所有智慧如空中日，諸煩惱海如微煙障。《金剛三昧本性清淨不壞不滅經・行二》

內外六情之受邪行，猶海受流，餓夫受飯，蓋無滿足也。《佛說太安般守意經・序》

猶如有人近大火坑，遂近遂熱，欲避其熱，當求巧便求滅彼火。《出曜經・三欲品》

如摩樓樹，初生爲葛藤所纏，長便枯死，愛欲之意亦如是。《出曜經・三愛品》

拔愛根本者，如選擇細辛者，所以稱說擇細辛者。有二因緣：一者除病，二者販賣思惟。選擇好者，便取病者得愈，販者得利。《出曜經・三愛品》

恚能自制，如止奔車，是爲善御。《法句經・忿怒品》

如摩樓樹，初生爲葛藤所纏，長便枯死，愛欲之意亦如是。《出曜經・三愛品》

人不持戒，滋蔓如藤。逞情極欲，惡行日增。《法句經・愛身品第二十》

時有五通，比丘名精進力。在山中樹下閑寂求道時，有四禽依附左右，

常得安隱，一者鴿，二者烏，三者毒蛇，四者鹿。是四禽者，晝行求食，暮則還宿。四禽一夜自相問，言：世間之苦，何者爲重？烏言：饑渴最苦。饑渴之時，身羸目冥，神識不寧，投身羅網，不顧鋒刃，我等喪身，莫不由之。以此言之，饑渴爲苦。鴿言：婬慾最苦，色慾熾盛，無所顧念，危身滅命，莫不由之。毒蛇言：瞋恚最苦，毒意一起，不避親疎，亦能殺人，復能自殺。鹿言：驚怖最苦。我在林野，心恒怵惕，畏懼獵師及諸豺狼，髣髴有聲，奔投坑岸，母子相損，肝膽悼悸，以此言之，驚怖爲苦。比丘聞之，即答之曰：汝等所論，是其末耳，不究苦本。天下之苦，無過有身，身爲苦器，憂畏無量。《法句譬喻經·三安寧品》【略】

何時當得闕閉六情？如縶狗、鹿、魚、蛇、猴、鳥，狗樂聚落，鹿樂止澤，魚樂池沼，蛇好穴處，猴樂深林，鳥依虛空。《十住毘婆沙論》卷七

此身猶如車，好惡無所擇。香油及臭脂，等同於調利。《法苑珠林》卷四十二

如水火，擁之煞之，則其用彌全，決之散之，則其勞彌薄。《法苑珠林》卷五十四

豈可放縱心馬？不加轡勒，馳騁情猴，都無制鑌。浮囊既毀，前路何期？德瓶已破，勝緣長絕。《法苑珠林》卷八十二

豈得恣其愚懷，縱情憍蕩。致使善根種子，不復開敷，道樹枝條，彌加枯瘁。《法苑珠林》卷八十三

## 又　修治

山上有水，蹇。君子以反身修德。《易·蹇》

山下有澤，損。君子以懲忿窒欲。《易·損》

六四：損其疾，使遄有喜，無咎。《易·損》

六四：井甃，無咎。象曰：井甃無咎，修井也。《易·井》

鼎之倒趾，失其所利。鼎覆而不失其利，在於寫出否穢之物也。《周易正義·鼎》

他山之石，可以爲錯，他山之石，可以攻玉。《詩·小雅·鶴鳴》【略】

武公能學問聽諫，以禮自修，而成其德美，如骨之見切，如象之見磋，如玉之見琢，如石之見磨，以成其寶器。《毛詩正義·淇澳》

珠曰切，象曰磋，玉曰琢，石曰磨，木曰刻，金曰鏤，革曰剝，羽曰析。鄭氏註《周禮·天官·太宰》【略】

凡療瘍，以五毒攻之，以五氣養之，以五藥療之，以五味節之。凡藥，以酸養骨，以辛養筋，以鹹養脈，以苦養氣，以甘養肉，以滑養竅。《周禮·天官·瘍醫》

物有不圓者，規之使圓；行有不周者，正之使備，猶規正物然。《春秋正義·襄公十四年》【略】

如切如磋者，道學也；如琢如磨者，自修也。《大學》【略】

玉石之被雕磨，猶人自修餙。《爾雅註》【略】

王逸曰：工明於所畫，念其繩墨，則曲木直而惡木好。《史記·屈原列傳註》【略】

意不可恣也。夫木之性以隱括自直，可以人而不如木乎？子不見夫雞耶？聚穀如陵，跪而啄之。若縱子之意，則與雞豈有異乎？《孔叢子·儒服》【略】

譸言敗俗，譸好敗則，姑息敗德。君子謹於言，慎於好，亟於時。吾不見震風之能動瞶也。《揚子·問明》

次七，增其高，又其峭，丘貞。測曰：增高又峭，與損皆行也。《太玄經·第一增》

次八，或擊之，或刺之，修其玄鑒。測曰：擊之刺之，過以衰也。《太玄經·第一童》

次七，拂其惡，從其淑，雄黃食肉。測曰：拂惡從淑，救凶也。《太玄經·第二從》

次七，達於砭割，前亡後賴。測曰：達於砭割，終以不廢也。《太玄經·第二達》

次六，息金消石，往小來奕。測曰：息金消石，美日大也。《太玄經·第二格》

初一：斷心滅斧，冥其繩矩。測曰：斷心滅斧，內自治也。《太玄經·第三斷》【略】

上九，疾其疾，巫醫不失。測曰：疾其疾，能自醫也。《太玄經·第四常》

次八，豐墻峭阯，三歲不築，崩。測曰：豐墻之峭，崩不遲也。《太玄經·第四大》

次七，視其瑕無穢。測曰：視其瑕，能自矯也。《太玄經・第五視》

次五，黃兒以中蕃，君子以之洗於愆。測曰：黃兒以中，過以洗也。《太玄經・第六失》

次八，輔其折盧其缺，其人暉且偈。測曰：輔折盧缺，猶可善也。《太玄經・第六闕》

次二，割其胘贅，利以無穢。測曰：割其胘贅，惡不得大也。《太玄經・第六割》

衣破者補，帶短者續。《武侯十六策・陰察》

貧劣宅屋，不具墻壁宇達，人指訾之。如財貨富愈，起屋築墻，以自蔽鄣，爲之具宅，人弗復非。王充《論衡・率性篇》【略】

夫惡猶疾也，攻之則益悛，不攻則曰甚。故君子相求也，非特興善也，將以攻惡也。惡不廢則善不興，自然之道也。《徐幹中論虛道》

疼痾結於府藏，疾病散於肌體者，必假脈診以察其盈虛，投藥石以攻其所苦。若心非嗜欲所亂，病非寒暑所傷，則醫師之用宜其廢也。《張湛註列・周穆王》

世咸知積小可以高大，而不悟損多可以至少。夫九層起於累土，高岸遂爲幽谷。苟功無廢舍不期朝夕，則無微而不積，無大而不虧矣。今砥礪之與力劒相磨不已，則知其將盡。《張湛註列・湯問》

古人六十笑五十九不遠，迷復乃覺有以也。《抱朴子・外篇・重言》【略】

雲翳於日，則不能照；垢汚於玉，則不能光。《文選・陸士衡演連珠註》

人咸知餙其容而莫知餙其性，性之不飾或愆，禮正斧之藻之，克念作聖。《文選・張華女史箴》

療暑莫如親水，救寒莫如重裘，止謗莫如修身。《意林・物理論》【略】

人咸知鏡其貌，而莫能照其身。《藝文類聚・職官部・丞相箴》【略】

飛塵穢清流，朝雲蔽日光。秋蘭豈不芬，鮑肆亂其芳。河決潰金堤，一手不能障。《藝文類聚・地部・塵詩》【略】

與其澡於水，寧澡於德。水之清猶可穢也，德之服不可塵也。《太平御覽・服用部・澡盤》

其田雖良，薅鋤乃芳；其宅雖善，修移乃昌。《黃帝宅經・上》【略】

形樂志若，病生於脈，治之以灸刺。形樂志樂，病生於肉，治之以鍼石。形苦志樂，病生於筋，治之以熨引。形苦志苦，病生於咽嗌，治之以百藥。形數驚恐，經絡不通，病生於不仁，治之以按摩醪藥。《黃帝素問內經・血氣形志篇》【略】

亦如人中毒，迷悶，心狂亂，以火而炙療，因此得除愈。《大寶積經・三十一》

世間雖有諸醫充滿世界，不能了知三種大患。何以故？彼皆不善又無智，故而不能識貪、瞋、癡等三種大患。彼無智，醫非惟不識三種大患，又不了知三大良藥對治三患。何等爲三？所謂不能了知貪欲大患，不淨良藥而爲對治；瞋恚大患，慈心良藥而爲對治；愚癡大患，緣起良藥而爲對治。如是諸醫惟能療治一二別病，不能普治一切衆病；惟能暫治少時降損，非爲盡病畢竟除瘥。《大寶積經・四十八》【略】

重病離良醫，療治方更劇《菩薩處胎經》卷四【略】

貪爲極熱病，佛是大良醫。《天請問經・當三》

不誦爲言垢，不勤爲家垢，不嚴爲色垢，放逸爲事垢《法句經・塵垢品・第二十二》【略】

譬如藥師，三種病冷、熱、風，病除滅故，應病與藥，佛如是，婬、怒、癡病隨藥滅。《三昧法門經》卷下【略】

身譬如地，善意如禾，惡意如草。不去草穢，禾實不成。人不去惡意，亦不得道。《三慧經・藉八》

學者有苦，不學者無有苦。學者有苦，譬如人田種，當先墾去草穢，便多得收，是爲先苦。不學者無有苦，譬如地不墾，續自生蒺藜惡物，是爲不學無有苦。《三慧經・藉八》

何名爲知病所起，隨起用藥？謂如其病，或從風起，或從癘起，或從痰起，或從癊起，或從骨節起，或積實所起，知如是等病所起處，隨用藥治，令得安樂。《醫喻經》

譬如多食不消，若不療治，於身爲患。《大智度論》卷四十二【略】

若於寒時，爲治寒苦，追求覆障，以爲對治；若於熱時，爲治熱苦，追求沐浴，以爲對治；涉路作業，有劬勞者，爲治勞苦，求按摩等，以爲對治。《瑜伽師地論》卷六十七【略】

持正

天下有山，遯，君子以遠小人，不惡而嚴。《易・遯》

厭浥行露，豈不夙夜？謂行多露。《詩・國風・行露》

出其東門，有女如雲。雖則如雲，匪我思存。縞衣綦巾，聊樂我員。出其闉闍，有女如荼。雖則如荼，匪我思且。縞衣茹藘，聊可與娛。《詩・國風・出其東門》【略】

木以高其枝葉之故，故人不得就而止息也。賢女雖出游流水之上，人無欲求犯禮者，亦由貞潔使之然。《鄭氏箋詩・漢廣》【略】

樂易之君子，其求福修德以俟之，不爲回邪之行要之，如葛藟之延蔓於條枝，是其性也。鄭氏註《禮・表記》【略】

稟仲尼之道，不在奔車之上；資伯夷之運，不處覆舟之下。《宋書・顧覬之傳》

卑而正者可增高，而倚者且崩。《說苑・談叢》

古者楊、墨塞路，孟子辭而闢之，廓如也。後之塞路者有矣，竊自比於孟子。《揚子・吾子篇》

或問：交五聲十二律也，或雅或鄭，何也？曰：中正則雅，多哇則鄭。請問：本曰黃鐘以生之中，正以平之，確乎鄭衛不能入也。《揚子・吾子篇》

鳳鳥蹌蹌，匪堯之庭。亨龍潛升，其貞利乎？《揚子・問明》【略】

言欲使已變節而從俗，猶歸者欲釋階登天之態也。王逸註《楚辭・九章》

言橘受命於江南，不可移徙，種於北地，則化爲枳也。屈原自比志節如橘，亦不可移徙也。王逸註《楚辭・九章》【略】

安肯蹙太山之峻，以適螻柄之中；斂垂天之羽，爲戒旦之役？編於仕類而抑鬱庸兒之下。捨鸞鳳之材，適枳棘之藪，競腐鼠於踞鴟，而枉尺以直尋哉！《抱朴子・外篇・名實》

安肯銜沽以進趨，揭其不貲之寶，以競燕石之焦哉？《抱朴子・外篇・吳失》

若能闊禮門以懸規，標義路以植矩，然後踰垣者折肱，捷徑者滅跡。《文心雕龍・奏啟》【略】

不仰操而苟容兮，譬臨河而無航；欲巧笑以干媚兮，非余心之所嘗。《文選・思玄賦》

既秉丹石心，寧流素絲涕。《文選・謝朓出尚書省詩》【略】

志怦怦而內直兮，履繩墨而不頗；執權衡而無私兮，稱輕重而不差。《補文選・莊忌哀時命》【略】

令薜荔而爲理兮，憚舉趾而緣木。因芙蓉而爲媒兮，憚蹇裳而濡足。登高吾不說兮，入下吾不能。《廣文選・屈平・思美人》

雖松梧之貞脆，豈榮彫其異心。《古文苑・班婕妤擣素賦》

毛伯成既負其才氣，常稱寧爲蘭摧玉折，不作肅敷艾榮。《世說新語・言語》【略】

貞松隆冬以擢秀，金菊吐翹以淩霜。《藝文類聚・歲時部・秋賦》

綠衣雖多，無貴於色。邪徑雖利，無尚於直。《藝文類聚・后妃部・后妃箴》【略】

孔子病，子貢出卜。孔子曰：子待也，吾坐席不敢先，居處若齊，食飲若祭。吾卜之久矣。《困學紀聞》卷七《論語》【略】

雖處穢惡，無所染汙，猶如明珠在少磧中，猶如蓮花在濁水內。《元陽妙經》卷五【略】

夫正道難毀，邪理易退。譬若輕羽，在高遇風則飛；細石在谷，逢流則轉。唯泰山不爲飄風所動，磐石不爲疾流所迴。是以梅李見霜而落葉，松栢歲寒之不凋。信矣。《弘明集・駁夷夏論》

立事不失道德，猶調絃不失宮商。《弘明集・牟子理惑篇》

慎始

天與水違行訟，君子以作事謀始。《易・訟》

凡教在初而法在始。家瀆而後嚴之，志變而後治之，則悔矣。王弼註《易・家人》

陰陽之氣無爲，故積馴履霜，必至於堅冰。以明人事有爲，不可不制其節度，故於履霜而遂以堅冰爲戒，所以防漸慮微，慎終於始也。《周易正義・坤》【略】

將大雨雪，始必微溫，雪自上下，遇溫氣而搏，謂之霰。久而寒勝，則大雪矣。喻幽王之不親九族，亦有漸自微至甚，如先霰後大雪。《鄭氏箋詩・頍弁》【略】

鳳凰生而有仁義之意，虎狼生而有貪戾之心，兩者不等，各以其母。鳴

呼！戒之哉！無養乳虎，將傷天下。故曰：素成胎教之道。《大戴禮記・保傅》

源泉所來也，委流所聚也，始出一勺，卒成不測。鄭氏註《禮・學記》

正其末者端其本，善其後者慎其先。《晉書・潘岳傳》【略】

聖人之與人約結也，上觀其事君也，內觀其事親也。必有可知之理，然後約結。約結而不襲於理，後必相倍。故曰不重之結，雖固必解道之用也，貴其重也。《管子》【略】

楊朱哭衢塗曰：此夫過舉頤步，而覺跌千里者夫！哀哭之，此亦榮辱安危存亡之衢已，此其爲可哀，甚於衢塗。《荀子・王霸》【略】

雞伏卵而未孚，始化之時，謂之涅。《方言・第三》

少小之人，其志易徙，有異於橘也。王逸註《楚辭・九章》

譬猶練絲，染之藍則青，染之丹則赤。十五之子，其猶絲也。其有所漸化爲善惡，猶藍丹之染練絲，使之爲青赤也。青赤一成，真色無異。是故楊子哭岐道，墨子哭練絲也，蓋傷離本，不可復變也。王充《論衡・率性篇》

匠流末者，未若挺冶元兆之中；整已然者，不逮原本乎玄樸之外。《抱朴子・外篇・任命》【略】

高以下基，洪由纖起。川廣自源，成人在始。《文選・張華勵志詩》

夫大事之將興也，由水之出於山也。始於潤濕，見於漣漣，綿綿涓涓，流爲溪谷，汩汩湯湯，濟舟漂石，以成江海，深大不測。《道德經指歸》卷十一

天地之道，始必有終，終必有始。陽氣安於潛龍，故能鑠金；陰氣寧於履霜，故能凝冰；木善秋亳，故能百尋；水樂涓涓，故能成海；飛禽逸於卵穀，故能高翔；羣獸預於胎翔，故能遠走。《道德經指歸》卷十二【略】

一炁無偏阿，所種還自生。植此荊棘根，何上望蹇林。《盧皇・四十九章》

【略】

要終

汔至，亦未繘井，羸其瓶凶。《易・井》

小狐雖能渡而無餘力，將濟而濡其尾，力竭於斯不能續，終險難，猶未足以濟也。濟未濟者，必有餘力也。王弼註《易・未濟》【略】

不矜細行，終累大德。爲山九仞，功虧一簣。《書・旅獒》

未成一簣，猶不爲山，是以聖人乾乾，日昃慎終如始。孔氏傳《書・旅獒》

譬如爲山，已高九仞，其功虧損在於一簣，惟少一簣而止，猶尚不成山。以喻樹德行政，小有不終，德政則不成矣。《尚書正義・旅獒》【略】

詩云：行百里者，半於九十。此言末路之難。《戰國策・秦武王》

始雖垂翅回谿，終能奮翼黽池。可謂失之東隅，收之桑榆。《後漢書・馮異傳》

譬由行舟，雖不橫截迅流，然俄向所趣，漸靡而往，終得其濟。《晉書・劉頌傳》

經始獲其多福，慮終取其少禍。《晉書・陸機傳》

夫唯無損，則至堅矣；夫唯無益，則至厚矣。堅故終不損，厚故終不薄。《晉書・皇甫謐傳》【略】

且以巧鬬力者，始乎陽，常卒乎陰，泰至則多奇巧；以禮飲酒者，始乎治，常卒乎亂，泰至則多奇樂。凡事亦然，始乎諒，常卒乎鄙，其作始也簡，其將畢也必巨。《莊子・人間世》

天地以日月不過，陵谷不遷爲成；人事以長保元亨，攸終厥命爲成。鬼谷子《本經・陰符註》

昔者江出於岷山，其始出也，其源可以濫觴，及其至江之津也，不放舟，不避風，則不可涉也，非維下流水多耶？《荀子・子道》【略】

雨之集無能霑，待其止而能有濡；矢之發無能貫，待其止而能有穿。唯止能止衆止。《淮南子・說山訓》【略】

故觀逐者於其反也，而觀行者於其終也。故舜放弟，周公殺兄，猶之爲仁也。文公樹米，曾子架羊，猶之爲知也。《淮南子・泰族訓》

先暌後合，其道通也；文明上照，幽暗分矣。《京氏易傳・暌上》【略】

官怠於宦成，病加於少愈，禍生於懈惰，攸衰於妻子。察此四者，慎終如始。詩曰：靡不有初，鮮克有終。《說苑・敬慎》

或問：德，有始而無終，與有終而無始也，孰寧？曰：寧先病而後瘳乎？寧先瘳而後病乎？《揚子・孝至篇》【略】

進賢雖微，終焉爲山。《陶靖節集・詩・四言》

又　待時

雲上於天，需；君子以飲食宴樂。《易・需》

九四：歸妹愆期，遲歸有時。象曰：愆期之志，有待而行也。《易・歸

妹》

隼者禽也，弓矢者器也，射之者人也。君子藏器於身，待時而動，何不利之有？《易・上繫》【略】

雖有知慧，不如乘勢；雖有鎡基，不如待時。《孟子・公孫丑上》【略】

寶又不聞，和氏之璧，韞於荊石；隋侯之珠，藏於蚌蛤；呼歷世莫眡，不知其將含景耀，吐英精，曠千載而流夜光也。應龍潛於潢汙，魚黿媟之，不覩其能奮靈德，合風雲，超忽荒而躡昊蒼也。故泥蟠而天飛者，應龍之神也；先賤而後貴者，和隋之珍也；時暗而久章者，君子之真也。《前漢書・敘傳上》

夫懷寶者須世，抱璞者待時。《後漢紀・孝桓上》

含奇謨於朱脣，握神策於玉掌。逍遙川嶽之上，以俟真人之求。《晉書・孫惠傳》【略】

凡人取果，宜待熟時，不撩自落。《北齊書・陸法和傳》

有湯武之賢而無桀紂之時不成，有桀紂之時而無湯武之賢亦不成。聖人之見時，若步之於影不可離。水凍方固，后稷不種后稷之種必待春，故人雖智而不遇時無功。方葉之茂，終日采之而不知，秋霜既下，衆林皆羸。事之難易，不在小大，務在知時。鄭子陽之難，猶狗潰之；齊高國之難，失牛潰之；衆因之以殺子陽、高國。當其時，狗牛猶可以為人唱，而況乎以人為唱乎？《呂氏春秋・首時》

春氣至則草木産，秋氣至則草木落。産與落或使之，非自然也。故使之者至，物莫不爲；使之者不至，物無可爲。古人審其所以使，故物莫不爲用。《呂氏春秋・義賞》

良馬非獨騏驥，利劒非惟干將，美女非獨西施，忠臣非獨呂望。今有馬而無王良之御。有劒而無砥礪之功，有女而無芳澤之飾，有士而不遭文王，道術蓄積而不舒，美玉韞匱而深藏。故懷道者須世，抱璞者待工。《陸子・術事》

聖人不先風吹，不先雷毀，不得已而動，故無累。《淮南子・說山訓》

昏暮不行，候且時明。《焦氏易林・遯之臨》

玄鶴，俊鳥也，君有德則來，無德則去，若鸞鳳矣。故師曠鼓琴，天下玄鶴皆銜明月之珠以舞也。言已聽玄鶴振音晨鳴，乃於高岡之上，義我之顛，見有德之君，乃來下也。以言賢者亦宜自安處，以須明君禮敬已，然後仕也。王逸註《楚辭・九歎》

五稼，非春不生；智者之功，非時不成。《呂氏春秋・首時解》

未春無可爲生，未秋無可爲落。使之者，以其時生則生，時落則落。《呂氏春秋・義賞解》

五玉不能自剖於嵩岫，騰蛇不能無霧而電征，龍淵不能勿操而斷犀兕，景鐘不能莫扣而揚洪聲。金芝須商風而激耀，倉庚俟煙煴而修鳴，騏騄不苟馳以赴險，君子不詭遇以毀名。運屯，則沉渝於勿用；時行，則高竦乎天庭。《抱朴子・外篇・任命》

淇衛忘歸，不能無絃而遠激，振塵之音，不能無器而興哀；超俗拔萃之德，不能立功於未至之時。《抱朴子・外篇・廣譬》

應物有方，居難則易；藏器在身，所乏者時。是以充堂之芳，非幽蘭所難；繞梁之音，實繁絃所思。《文選・陸機演連珠》

望循塗而投軌，遡朔風以理翮。冀雲霧之可憑，希天路之開闢。《藝文類聚・人部・言志賦》

蘭蕙含芳，有時而聲；龍驥跼足，有時而征。《藝文類聚・人部・別友賦》

飛龍可躋，而乾爻在四，帝暗云叫，而閽闔未聞。《文苑英華・請勸進及對岳行幸沈炯表》

夫以含心之荄實，俟夾鐘吐氣。《華陽陶隱居集》

如華始生之時，日光所照，能令開不？不能開也。何以故？以新生故。善根未熟亦如是，不得制戒，何以故？非時節故。《文殊師利問經》卷下

如種大麥及麻豆等，芽始生時已堪用不？不堪用也。何以故？以未熟故。一切衆生，善根未熟亦如是不堪制戒。《文殊師利問經》卷下

如種穀未熟，爲可取不？不可取也，非時尚未有華，何況得米及以糠糈。《文殊師利問經》卷下

若有士夫，初得熱病，不應與藥及餘衆治，所以者何？時未至故。要待時至然後乃治，二處不知是則敗醫。是故病熟然後應治，若未熟者要待時至。《大法鼓經》卷下

如治癰師，知癰已熟破出膿，與藥而去；若癰未熟，是則久住。《大智度論》卷三

又如冬木，雖未有華葉果實，得時節會，則次第而出。《大智度論》卷三十八

譬如癰瘡未熟，醫則不破。但以藥塗令熟，則易破。《大智度論》卷九十九

遇時

上九：何天之衢，亨。《易・大畜》

悠挹清露，沐浴凱風。《吳志・華覈傳》

蘭芷出荒野，萬里升紫庭。《晉書・樂志下》

不患玄黎之不啟，竊樂春英之及時。《晉書・王接傳》

譬如日出之時，向東皆逆。《晉書・徐邈傳》

霸王繼蹤，猶朝日之升扶桑。英豪接踵，若夕月之登濛汜。《晉書・赫連勃勃記》

非夫卜世與乾坤比長，鴻基與山嶽齊固。孰能本枝於千葉，重光於萬祀，履寒霜而踰榮，蒙重氛而彌耀者哉！《晉書・赫連勃勃記》

霑雲雨之餘潤，照日月之末光。《隋書・宇文慶傳・史臣》

不提生於弗器，賤生於無所用。中河失船，一壺千金。貴賤無常，時使物然。《鶡冠子・學問》

空拳握手，委地更起。富饒豐衍，快樂無已。《焦氏易林・乾之履》

谷風布氣，萬物出生。萌庶長養，華葉茂盛。《焦氏易林・坤之乾》

長男少女，相向共語。析薪在尅，福祿歡喜。《焦氏易林・坤之同人》

冰將泮散，鳴雁雍雍。丁男長女，可以會同。《焦氏易林・豫之豫》

黃玉溫德，君子所服。甘露潤暑，萬物生茂。《焦氏易林・蒙之觀》

離載陽光，天下昭明。《焦氏易林・大有之臨》

晨昏潛處，候時煦煦。卒逢白日，爲世榮主。《焦氏易林・大有之中孚》

鴻雁南飛，隨陽休息。轉送天和，千里不衰。《焦氏易林・蠱之離》

條風制氣，萬物出生。明庶長養，花葉壯成。《焦氏易林・賁之小畜》

芽蘖生達，陽唱於外。《焦氏易林・遯之兌》

鄉歲逢時，與生爲期。《焦氏易林・蹇之隨》

啟蟄始生，萬物美榮。《焦氏易林・解之遯》

春陽生草，夏長條枝。萬物蕃滋，充實益有。《焦氏易林・井之巽》

陽春生長，萬物茂壯。《焦氏易林・鼎之蹇》

和氣相薄，膏潤津液，生我嘉穀。《焦氏易林・艮之大過》

東風啟戶，隱伏歡喜。《焦氏易林・艮之睽》

春種穀生，秋刈穀收，求物得物，作事事成，不名爲遇。不求自至，不作自成，是名爲遇。猶拾遺於塗，摭棄於野，若天授地生，鬼助神輔。王充《論衡・逢遇篇》

種葵北園中，葵生鬱萋萋。朝榮東北傾，夕穎西南晞。零露垂鮮澤，朗月耀其輝。豐條並春盛，落葉後秋哀。慶彼晚彫福，忘此孤生悲。《文選・陸士衡園葵詩》

審時

或躍在淵，進，無咎也。《易・乾》

或躍在淵，自試也。《易・乾》

冬寒夏燠，雖有定時，或夏須漸寒，冬當漸熱。雨足則思暘，暘久則思雨。草木春則待風而長，秋則待風而落，皆是無定時也。《尚書正義・洪範》

旱極則水，水極則旱。故於旱時而預蓄舟，水時預蓄車。以待其貴，收其利也。《前漢書・貨殖傳註》

家雞野鵠，猶尚知時，況於人乎？《魏志・管輅傳註》

木方茂盛，終日采而不知；秋風下霜，一夕而殫。《淮南子・說林訓》

使人無度河，可；中河使無度，不可。《淮南子・說林訓》

蝙蝠夜藏，不敢晝行。《焦氏易林・豫之小畜》

秋冬探巢，不得鵲雛。《焦氏易林・觀之屯》

春東夏南，隨陽有功。《焦氏易林・離之困》

狸首伏藏，以夜爲利。《焦氏易林・艮之大畜》

秋蠶不成，冬種不生。《焦氏易林・旅之訟》

上行下效斯謂之教。陳兵策於安平之世，譬令未病者服藥。《意林・正論》

雁候陰陽，待時乃舉。冬南夏北，貴其所有。《藝文類聚・鳥部・雁》

觸露不搖葵，日中不翦韭。《爾雅・翼葵》

主春者鳥星，昏中可以種稷。主夏者心星，昏中可以種黍。主秋者虛星，昏中可以種麥。主冬者昴星，昏中則入山可以具器械。王者南面而坐，視四星之中，而知民之緩急，急則不賦力役。《玉海天文・天文書上》

春氣在毛，夏氣在皮膚，秋氣在分肉，冬氣在筋骨。刺此病者，各以其時

爲齊。故刺肥人者秋冬之齊，刺瘦人者以春夏之齊。《黃帝素問靈樞經·終始》

審理

凡物之有形者，易裁也，易割也。何以論之？有形則有短長，有短長則有小大，有小大則有方圓，有方圓則有堅脆，有堅脆則有輕重，有輕重則有白黑。長短、小大、方圓、堅脆、輕重、白黑之謂理。理定而物易割也。《韓非子·解老》

善用鍼者，從陰引陽，從最引陰，以右治左，以左治右，以我知彼，以表知裏，以觀過與不及之理。《黃帝素問內經·陰陽應象大論》

動而不乘其理，若汎舟而無栧。《太平御覽·舟部·栧》

譬如醫師，持五種藥詣病者家，以藥飲病人，病者飲藥得愈，醫寧復望得故藥復行治人不？《那先比丘經》卷上

譬如鑽火以木，則火可得；析薪求火，火不可得。《大智度論》卷十一

物不生非物者，如石女不生子；非物不生物者，如龜毛不生蒲。《百論》卷下《守九》

如須油者要從麻取，不笮於沙。《十二門論·守六》

亦猶神農唱粒食以充饑虛，黃帝垂衣裳以禦寒暑。若閉口而望飽，裸袒以求溫，不能強與之也。《弘明集·正誣論》

夫目所不覩惟屏爲隔，耳所不聞遐邇致擁。不得以不聞不見，便謂無聲無物。《弘明集·十》

如日垂沒，山陵堆阜。影現東移，理無西逝。《法苑珠林》卷六十九

**《喻林·性理門·貞》** 貞一

天地之道，貞觀者也；日月之道，貞明者也。天下之動，貞夫一者也。《易·上繫》

夫衆不能治衆，治衆者，至寡者也；夫動不能制動，制天下之動者，貞夫一者也。故衆之所以得咸存者，主必致一也；動之所以得咸運者，原必無二也。《周易筮例·明彖》

自統而尋之，物雖衆，則知可以執一御也；由本以觀之，義雖博，則知可以一名舉也。故處璇璣以觀大運則天地之動，未足怪也；據會要以觀方來，則六合輻輳，未足多也。《周易筮例·明彖》

一爲太極。太極者，天地之父母也。《三墳·山墳》

一大之物目天，一塊之物目地，一炁之霩名混沌。《乾坤鑿度·乾鑿度上》

譬如大海，變化億萬蛟魚，水一而已。我之與物，蓊然蔚然，在大化中，性一而已。《關尹子·七釜》

意有變，心無變。意有覺，心無覺。惟一我心，則意者塵往來爾，事者歘起滅爾。吾心有大常者存。《關尹子·五鑑》

音之數不過五，而五音之變不可勝聽也。味之和不過五，而五味之化不可勝嘗也。色之數不過五，而五色之變不可勝觀也。故音者，宮立而五音形矣。味者，甘立而五味停矣。色者，白立而五色成矣。道者，一立而萬物生矣。是故一之理施四海，一之解際天地。萬物之總皆閱一孔，百事之根皆出一門。《淮南子·原道訓》

所謂一者，無匹合於天下者也。卓然獨立，塊然獨處；上通九天，下貫九野；員不中規，方不中矩；大渾而爲一葉，累而無根。《淮南子·原道訓》

今夫萬物之疏躍枝舉，百事之莖葉條蘗，皆本於一根而條循千萬也。若此，則有所受之矣，而非所授者。所授者，無受也，而無不受也。無不受也者，譬如周雲之龍從，遼巢彭濛而爲雨，沈溺萬物而不與爲濕焉。《淮南子·淑真訓》

或問：鳥有鳳，獸有麟，鳥獸皆可鳳、麟乎？曰：羣鳥之於鳳也，羣獸之於麟也，形性。豈羣人之於聖乎？《揚子·問明篇》【略】

天能守一，覆而不舉；地能守一，靜而能處；岳能守一，不避寒暑；海能守一，流而不還；人能守一，必持真仙。《太平御覽·道部養生》

三一者，一身之虛宗，百神之命根，津液之山源，魂精之玉室。《太平御覽·道部·養生》

一者，萬物之所導而變化之至要也，萬方之準繩而百變之權量也。《道德經指歸》卷七

譬如夜室暉光，隨孔而照。光雖萬殊，而本之者一。《無上內秘藏經·妙德品》

如世間火，貴賤皆同。《波羅密多經》卷五百六十七

譬如月輪，有滿未滿，月性無異。《波羅蜜多經》卷五百六十八

譬如初月、十五日月，虧盈有異，月性無差。《勝天王波羅密經》

譬如日輪，體無晝夜，但出時名晝，沒時名夜。《大方廣佛華嚴經》卷二十五

大海之水，惟有一味，無若干味，無不以鹹爲味。《法海經・尺一》

譬如筭數法，筭一乃至筭百，百筭竟還至一。《大智度論》卷四

譬如虛空，雖徧諸色種種相中而不可說有種種相體，唯一味。《佛說佛地經》卷五

譬如大城西門失火，從次燒之，乃到東門，皆冷灰燼，計東門火，非是初火也。然其燋燃不離本火。《修行道地經・五陰成敗品》

譬如樹葉，春夏則青，秋時則黃，冬時則白。隨時異故樹葉則異，而其始終是一葉也。《大方便佛報恩經》卷六

又如乳、酪、酥、醍醐，四時差別，雖隨時有異，而故是一。《大方便佛報恩經》卷六

## 各足

人之有是四端也，猶其有四體也。《孟子・公孫丑上》

夫一人死而天下號者，以爲損也；一人生而四海笑者，以爲益也。然則號、笑非益死損生也。是以至道不損，至德不益，何哉？體足也。《晉書・皇甫謐傳》

彼正正者，不失其性命之情。故合者不爲駢，而枝者不爲跂；長者不爲有餘，短者不爲不足。是故鳧脛雖短，續之則憂；鶴脛雖長，斷之則悲。駢於拇者，決之則泣；枝於手者，齕之則啼。二者或有餘於數，或不足於數，其於憂一也。《莊子・駢拇》

不攖所有，不強所無。譬諸身增則贅，而割則虧。《太玄經・玄瑩》

仕如居宅，可以安身；義如道路，可以安行；禮如衣服，可以表儀；智如燈燭，可以照察；信如符契，可以致誠。《揚子法言註・吾子篇》

性之所期，貴賤同量；理之所極，卑高一歸。是以准月稟水，不能加涼；晞日引火，不必增輝。《文選・陸士衡演連珠》【略】

## 同然

龍子曰：不知足而爲屨，我知其不爲蒉也。屨之相似，天下之足同也。《孟子・告子上》

口之於味，有同耆也。易牙，先得我口之所同耆者也。如使口於味也，其性與人殊，若犬、馬之與我不同類也，則天下何耆皆從易牙之於味也？至於味，天下期於易牙，是天下之口相似也。惟耳亦然。至於聲，天下期於師曠，是天下之耳相似也。惟目亦然。至於子都，天下莫不知其姣也。不知子都之姣者，無目者也。故曰：口之於味也，有同耆焉；耳之於聲也，有同聽焉；目之於色也，有同美焉。至於心，獨無所同然乎？心之所同然者何也？謂理也，義也，聖人先得我心之所同然耳。故理、義之悅我心，猶芻豢之悅我口。《孟子・告子上》

傳曰：人心不同，譬若其面。斯蓋謂大小寤隆醜美之形，至於鼻目衆竅毛髮之狀，未有不然者也。情之異者，剛柔、舒急、倨敬之間。至於趨利避害，畏死樂生，亦復均也。《後漢書・霍諝列傳》

道之所載，四出拓坦，有足者斯踐之矣。夫何故？平故也。《子華子・執中》

惟以我之精，合天地萬物之精，譬如萬水，可合爲一水。以我之神，合天地萬物之神，譬如萬火，可合爲一火。以我之魄，合天地萬之魄，譬如金之爲物，可合異金，而鎔之爲一金。以我之魂，合天地萬物之魂，譬如木之爲物，可接異木，而生之爲一木。《關尹子・四符》【略】

天之所覆，地之所載，六合所包，陰陽所呴，雨露所濡，道德所扶，此皆生一父母而閱一和也。是故槐榆與橘柚合而爲兄弟，有苗與三危通爲一家。夫目視鴻鵠之飛，耳聽琴瑟之聲，而心在鴈門之間。一身之中，神之分離剖叛；六合之內，一舉而千萬里。是故自其異者視之，肝膽胡越；自其同者視之，萬物一圈也。《淮南子・俶真訓》【略】

酒或厚或泊也，非厚與泊殊其釀也，麴蘗多少使之然也。是故酒之泊厚同一麴蘗，人之善惡共一元氣。王充《論衡・率性篇》

人心之於是非也，如口於味也。口得非以己之調膳則獨美，而調人調之則不美也。故君子之於道也，在彼猶在己也。《徐幹・中論・覆辨》

人食五味而生，食五味而死，無有怨而棄之者也。心之於味也亦然。《陰符經集註》太公

譬如一路，或大或小，一切衆生，悉於中行，無障礙。《海空智藏經・哀歎品》

譬如閻浮利地上，種種好樹，若色種種各異，葉葉各異，華華各異，實實各異，種種枝液，其影無有異。《道行波羅蜜經》卷一

鄙聞海無異鹹，湯無異熱。《辨正論》卷一

## 本善

仁，人之安宅也，義，人之正路也。曠安宅而弗居，舍正路而不由，哀哉！《孟子・離婁上》

告子曰：性，猶杞柳也。義，猶桮棬也。以人性爲仁義，猶以杞柳爲桮棬。孟子曰：子能順杞柳之性而爲桮棬乎？將戕賊杞柳，而後以爲桮棬也？如將戕賊杞柳而以爲桮棬，則亦將戕賊人以爲仁義與？《孟子・告子上》

告子曰：性猶湍水也，決諸東方則東流，決諸西方則西流。人性之無分於善不善也，猶水之無分於東西也。孟子曰：水信無分於東西，無分於上下乎？人性之善也，猶水之就下也。人無有不善，水無有不下。今夫水，搏而躍之，可使過顙，激而行之，可使在山。是豈水之性哉？其勢則然也。人之可使爲不善，其性亦猶是也。《孟子・告子上》

仕，人心也。義，人路也。舍其路而不由，放其心而不知求，哀哉！《孟子・告子上》

人，化而爲善。獸，化而爲惡。人而不善者，謂之獸。《鬻子・湯治天下》

石生而堅，蘭生而芳。少有其質，長而愈明。《淮南子・說林訓》

稷爲兒以種樹爲戲，孔子能行以俎豆爲弄。石生而堅，蘭生而香稟善氣，長大就成。故種樹之戲，爲唐司馬；俎豆之弄，爲周聖師。稟蘭石之性，故有堅香之驗。王充《論衡・本性篇》

七緯順度，以光天象；五性順理，以成人行。《劉子・思順》

五玉不染而堅，寒冰不礱而朗。《太平御覽・地部・冰》

譬如冰寒之堂，淳以冰凍而爲梁柱，床席屏帷，莫非冰結就。此中間，云何得火？云何得熱？《海空智藏經・序品》

如魚在水，始生之初，便習江湖，不假教令。亦如玉質本白，黛色本青，火性本熱，水性本冷，不關習學，理分自然。《海空智藏經・序品》

譬如黑雲障於日光，日光之光，不生不滅，不去不來，不有不無。《海空智藏經・問病品》

譬如真金，隨人造作種種瓔珞。《海空智藏經・持誡品》

譬如甘蔗，若人割截，若不割截，不失甘味。《法集經・欲一》

譬如清水，垢來則濁，後時若清，唯除垢耳。清非外來，本性清故。心性本淨，客塵故染，後時清淨，除客塵耳。淨非外來，本性淨故。《大乘莊嚴經論》



譬如水性，體非清濁但由穢不穢，故有清濁名。若泥滓濁亂，故不澄清，雖不澄清，而水清性不失。《佛性論》卷二

無我

凡自有形象者，不可以制他物之形象，猶若海不能制山之形象，山不能制海之形象。遺忘己象者，乃能制衆物之形象也。《周易正義・繫辭上》

聖人力行，猶之發矢，因彼而行，我不自行；聖人堅守，猶之握矢，因彼而守，我不自守。《關尹子・一宇》

如桴扣鼓，鼓之形者，我之有也；鼓之聲者，我之感也。桴已往矣，餘聲尚存，終亦不存而已矣。《關尹子・四符》

我之爲我，如灰中金，而不若礦砂之金。破礦得金，淘砂得金。揚灰終身，無得金者。《關尹子・六七》

枯龜無我，能見大知；磁石無我，能見大力；鐘鼓無我，能見大音；舟車無我，能見遠行。故我一身，雖有智有力，有行有音，未嘗有我。《關尹子・六七》

目自觀目無色，耳自聽耳無聲，舌自嘗舌無味，心自揆心無物。衆人逐外，賢人執於內，聖人皆僞之。《關尹子・六七》

譬如火也，躁動不停，未嘗有我。《關尹子・六七》

爪髮不痛，手足不思，亦我也。豈可以思痛異之。《關尹子・六七》

昔者莊周夢爲胡蝶，栩栩然胡蝶也，自喻適志與，不知周也。俄然覺，則蘧蘧然周也。不知周之夢爲胡蝶與？胡蝶之夢爲周與？周與胡蝶則必有分矣。此之謂物化。《莊子・齊物論》

陽子之宋，宿於逆旅。逆旅人有妾二人，其一人美，其一人惡，惡者貴而美者賤。陽子問其故。逆旅小子對曰：其美者自美，吾不知其美也；其惡者自惡，吾不知其惡也。陽子曰：弟子記之，行賢而去自賢之行，安往而不愛哉！《莊子・山木》

不得其道，若觀傀魚。故聖若鏡，不將不迎，應而不藏，故萬化而無傷。《淮南子・覽冥訓》【略】

自井中視星，所見不過數星；自丘上以望，則見始出也。非明益也，勢使然也。私心，井中也；公心，丘上也。《藝文類聚・天部・星》

水鏡不以妍蚩殊照，芝蘭寧爲貴賤異芳。是以宏道歸於兼濟，至德由乎兩忘。《藝文類聚・雜文部・連珠》

未若茲雪，因時興滅，元陰凝而不昧其潔，太陽曜而不固其節。節豈我名，潔豈我貞。憑雲升降，從我飄零。值物賦象，任地頒形。素因遇立，汚隨染成。縱心皓然，何慮何營？《初學記・天部・雪》

棄己任物，則莫不理。若秦爾有意於爲聲也。則不足以共吹者之求也。《道德經注》【略】

譬如虛空，火災起時，不能焚燒；水災起時，不爲所漂。《大方等大集經》卷十二

如因種有華，種中無華，因華有果，華中無果。《大乘顯識經・推四》【略】

猶如掃簣，淨與不淨悉掃，掃簣不以此而有憎愛，不羞不慙亦不愧，恥我亦如是，心如掃簣。《中阿含經》卷五【略】

縱任有自由謂之我，而外火起滅由薪。火不自在，火無我也。外火既無我，內火類亦然。《僧肇注維摩詰經・方便品》【略】

至虛

若以數數物，則不能極其物數。猶若以萬而數，則不能苞億，以一億而數，則不能苞千億、萬億。遺去數名者，則無所不苞。《周易正義・繫辭上》

今構羣材以成大廈，罔專寢之實。積一毫以致合抱，無檀木之體。《宋書・蠻夷・天竺傳》

若影之象形，響之應聲也。故物至則應，過則舍矣。《管子・心術上》

雲之卷舒，禽之飛翔，皆在虛空中。所以變化不窮，聖人之道則然。《關尹子・三極》

瞻彼闋者，虛室生白。《莊子・人間世》

夫疾風勃木，而不能拔毛髮；雲臺之高，墮者折脊碎腦，而蟲蝨適足以翱翔。夫與蚊蟯同乘天機，夫受形於一圈，飛輕微細者猶足以脫其命，又況未有類也！《淮南子・俶真訓》

夫載哀者聞歌聲而泣，載樂者見哭者而笑，哀可樂者，笑可哀者，載使然也。是故貴虛。《淮南子・齊俗訓》

方船濟乎江，有虛舟從一方來，觸而覆之。雖有忮心，必無怨色。有一人在其中，一謂張之。一謂歙之，再三呼而不應，必以醜聲隨其後，嚮不怒而今怒，嚮虛而今實也。人能虛己以遊於世，孰能訾之！《淮南子・詮言訓》

節欲之本，在於反性；反性之本，在於去載。去載則虛，虛則平。平者道之素也，虛者道之舍也。《淮南子・詮言訓》

鼻之所以息，耳之所以聽，終以其無用者爲用矣。物莫不因其所有而用其所無。以爲不信，視籟與竽。《淮南子・說山訓》

弁冕軺輿，可服而不可好也；太羹之和，可食而不可嗜也；朱絃漏越，一唱而三嘆，可聽而不可快也。故無聲者正其可聽者也，其無味者正其足味者也。《淮南子・泰族訓》

儒墨之師，天下之難和者，而無心猶能和之，況其凡乎！郭子註《莊子・知北遊》

絃有常音，故曲終則改；鏡無畜影，故觸形則照。是以虛己應物，必究千變之容；挾情適事，不觀萬殊之妙。《文選・陸機演連珠》

水性本無泡，激流遂聚沫。即異成貌狀，消散歸虛壑。《藝文類聚・內典部・內典贊》

本出於虛無，感激生精神。譬如起音者，掇絃手動，傳宮、商、角、徵、羽，口氣呼吸元。《西昇經》

意中空虛，如木之浮，如壞之休。《道德經指歸》卷九

和水土燒以成器，器中空無，故得盛受。況聖人心空，故能容物。《道德經注疏》卷一

譬如風聲，聲響遍徹，風質非無，執不可得。《海空智藏經・序品》

譬如箜篌，隨風出聲。何絃無音？何絃無音？《海空智藏經・持誡品》

譬如天丁力士，能摧伏一切魔鬼，唯除大風，何以故？以無礙故。《元陽妙經》卷一

雖惱趣森橫，寂岸層迥，莫不同幻。蘂之開落，不滅不生，比夢象之妍蚩，無染無淨，飄谷投嚮則響毀共銷，月池寢色則物我俱謝。《波羅蜜多經》卷四百二【略】

如虛空界及如風界，俱不可執，非圓成實，亦無色相，而可筭數。《波羅蜜多經》卷五百九十七

如師子王，吼於林野。人中師子，吼於性空。《大寶積經》卷八十六

譬如虛空，悉能容受一切萬物，而是虛空，初無增減。《大方等大集經》卷九

如風行空，無所罣礙。《無盡意菩薩經》卷十一

指會成拳，故無自性。指亦如是，故無他性。羅什譯《維摩詰經・弟子品》

夫有心則有封，有封則不普。以聖心無心，故平等虛空也。僧肇注《維摩詰經・佛國品》

貴於萬物，而始終不改謂之人。而外水善利萬形，方圓隨物，汙隆異適，而體無定，體無定則水無人也。外水既無人，內水類可知也。僧肇注《維摩詰經・方便品》

因物

彼長而我長之。非有長於我也。猶彼白而我白之，從其白於外也。《孟子・告子上》【略】

神清意平，物乃可正。若壅之抑填，正與之正，傾與之傾。《淮南子・齊俗訓》

夫水，一也，而隨高下夷險，有洄激流止之異，似至人之心，因外物難易，有動寂進退之容。張湛注《列子・黃帝》

以一家之平，平萬物，不若任萬物之自平。不應萬物之自應，而欲以其所見應之，必不合矣。郭子注《莊子・列御寇》【略】

磨石所剖，麁細全在人。《莊子音義・天下》【略】

性命之道，雖係於天，然其來也，必憑人而御物。譬如天王冕旒而執契，必因百官司職以立政。李善註《文選・劉孝標辨命論》【略】

譬如蓮花，從於泥生，泥生之生，亦不是泥，亦不非泥。《海空智藏經・問病品》

如木寄生，隨木而生，生非木種。《海空智藏經・問病品》

向言真道，衆生如木中火，非一非異，非即非離。即木有火而木非火，離木無火而火非木，木非是火。故云：非一火不離木，故云非異。《大乘妙林經》

非初焰能燋炷，亦不離初焰能燋炷。非後焰能燋炷，亦不離後焰能燋炷。《波羅蜜多經》卷三百三十

譬如水之與波，不一不異。《仁王護國波羅蜜經》【略】

如面之像現之於鏡，如印之文顯之於泥。《大乘顯識經・推三》

又如多指共合成拳，離指求拳，即無所有。《大乘密嚴經》卷中

譬如印章，以用印泥，印不着泥，亦不離之。如種五穀，苗生莖實，不是本種，亦不離本。《修行道地經・五陰成敗品》【略】

譬如日出，影現於水，隨水大小，水大則影久，水小則速滅。《大智度論》卷三十四

又如火燒草木，然少則速滅，然多則久住。《大智度論》卷三十四

**《攝生要語》** 道林曰：養壽之道，時令小勞，不致疲倦，不可強爲不堪之事。食畢，少行百步，以手摩腹百過，消食舒氣。食欲少而數，恐多則難化。先飢而食，先渴則飲，先寒而衣，先熱而解，勿令汗多。不欲多唾，唾不令遠。勿令臥熟撲扇，勿食生冷過多，勿多奔走，勿露臥空所，而冒大寒、大熱、大風、大霧。勿傷五味，酸多傷脾，苦多傷肺，辛多傷肝，鹹多傷心，甘多傷腎。此數者，老人猶當加意。

《要記》曰：一日之忌，暮無大醉。終身之忌，暮常護氣。久視傷血，久臥傷氣，久立傷骨，久行傷筋，久坐傷肉。大飽傷肺，大飢傷氣。勿當屋梁脊下睡臥，臥勿頭向北。勿點燈燭照臥，六神不安。大汗勿脫衣，多得偏風半身不遂。臥處勿令有孔隙，風入傷人故寒。勿令火爐安向頭傍令人頭重目赤鼻乾。冬日溫足凍腦，春秋腦足俱凍。寅日剪指甲，午日剪足甲，燒白髮，並吉。勿食父母本生所屬禽獸之肉，令人魂魄飛揚。勿忍溺並怒拋，以致膝冷成癉。勿忍後並強努，以致氣痔腰疼。入廟宇，必恭敬，勿恣意注目，見怪勿得驚恐，以怪爲怪。數者是亦養生之大者，當究心焉。

養生大要，一曰嗇神，二曰愛氣，三曰養形，四曰導引，五曰言語，六曰飲食，七曰房室，八曰反俗，九曰醫藥，十曰禁忍。

十魔軍最要提防，一欲，二憂愁，在飢渴，四觸愛，五睡眠，六怖畏，七疑悔，八嗔恚，九利養虛稱，十自高慢人也。髮宜多櫛，齒宜多叩，液宜常嚥，氣宜清鍊，手宜在面。此爲修崑崙之法。

《禁忌篇》曰：善攝生者，臥起有四時之早晚，興居有至和之常制，筋骨有偃仰之方，閑雅有吞吐之術，流行營衛有補瀉之法，節宣勞逸有與奪之要。

呂氏曰：室大則多陰，臺高則多陽，多陰則蹶，多陽則痿。

《唐書》云：多記損心，多語耗氣，心氣內損，形神外散，初雖無覺，久則爲弊。

應璩詩曰：昔有行道人，陌上見三叟，年各百餘歲，相與鋤禾莠。往拜問三叟：何以得此壽？上叟前致詞：室內姬姜醜。二叟前致詞：量腹接所受。下叟前致詞：暮臥不覆首。要哉三叟言，所以壽長久。

柳公度年八十九，或問之曰：吾不以脾胃煖冷物熟生物，不以元氣佐喜怒，氣海常溫耳。

古云：口中言少，心頭事少，肚中食少，自然睡少。依此四少，神仙可了。

《元珠》曰：起居不節，用力過度，則脈絡傷，傷陽則衄，傷陰則下。

書曰：行走勿語，傷氣。語多則住而再語矣。多則腎轉腰疼。

真人曰：常習不唾地，有則含以嚥之，使人精氣常留而目光彩。故曰：遠吐不如近唾，近唾不如不唾。蓋唾津是人身三寶之一。

《閒覽》曰：目疾切忌洗浴，令人目盲。飽食沐髮，冷水並熱泔洗頭，冷水濯足，皆令人頭病。炊湯隔宿，洗體成癬，宜慎。

學山曰：飲食有節，脾土不泄。調息寡言，肺金自全。動靜以敬，心火自定。寵辱不驚，肝木以甯。恬然無慾，腎水自足。

**《食色紳言・飲食紳言》**東坡居士在黃州，嘗書云：自今以往，早晚飲食不過一爵一肉。有尊客則三之，可損不可增。召我者預以此。告：一曰安分以養福，二曰寬胃以養氣，三曰省費以養財。

范文正公曰：吾夜就寐，自計一日食飲奉養之費及所爲之事，果相稱則鼾鼻熟寐，或不然則終夕不能安眠，明日必求所以補之者。

范冲座右戒曰：凡喫飲食，不可揀擇去取。

李若谷爲長社令，日懸百錢於壁，用盡即止。東皮適齊安，日用不過百五十，以竹筒貯，不盡者待賓客。與李公擇書云：口腹之欲，何窮之有？每加節儉，亦是惜福延壽之道。

鄭亨仲曰：吾平生貧苦，晚年登弟，稍覺快意便成奇禍。今學張子韶法，要見舊蘆鹽，風味甚長久。

范忠宣公，平生自奉，養無重肉，不擇滋味麤糲。每退食自公，易衣短褐，率以爲常。自少至老，自小官至大官如一。親族子弟有請教者，公曰：唯儉可以助廉，唯恕可以成德。

張莊簡公性素清約，見風俗奢靡，益崇節儉，以率子孫。書屏間曰：客至留饌，儉約適情。穀隨有而設，酒隨量而傾。雖新親不擾飯，雖大賓不宰牲。匪直戒奢侈而可久，亦將免煩勞以安生。

王公曾與孫冲同榜，冲子京竭公，公留吃飯，飭子弟云：已留孫京吃飯，安排饅頭。饅頭時爲盛饌矣。公飭安排，則非家常飯可知。韓公億與李公若谷同游汝州，趙太守請李爲門客，尤敬待韓。每韓至，令設豬肉。李常簡戲云：久思肉味，請兄早訪。太守禮門客，雖豬肉亦不常設。古人節儉若此。今以饅頭豬肉爲粗食，恒用何哉？唐高錢侍郎兄弟三人，俱居清列，非速客不二羹胾，夕飯惟食蔊菊，所以簪纓濟濟，顯融久長。杜祁公爲相，食於家，一麪一飯，天性清儉。在官不然官燭，油燈一注，熒然欲滅，對客清談而已。故年逾八旬，壽考終吉。李德裕奢侈，一杯羹費錢三萬，晚有南荒之謫。寇萊公少年富貴，不點油燈，夜宴劇飲，燭淚成堆，晚有南遷之禍。人皆以爲奢報，信矣！豈惟臣哉！天寶中，貴戚相競進食，珍羞畢集。失國出奔，至咸陽，日中未食。楊國忠市胡餅，民獻糲飯雜以麥豆，皇孫手掬，未飽而泣。天子不能無暴殄之報，而況吾人乎！

司馬溫公言其先公爲郡牧叛官，客至未嘗不置酒，或三行，或五行，不過七行。酒沽於市，果止梨、栗、棗、柿，殽止脯醢菜羹，器用甕漆。當時士夫家皆然，會數而禮勤，物薄而情厚。近日士夫家酒非內法，果非遠方珍異，食非多品，器皿非滿案，不敢作會。嘗數月營聚，然後發書，風俗頹弊如是。公在洛，丈潞公、范忠宣公約爲真率會，脫栗一飯，酒數行。詩云：隨家所有自可樂，爲具更微誰笑貧。惜富養財，有補風化不小。

仇泰然守四明，與一幕官相得。一日問及公家日用幾何？對曰：十口之家，日用一千。泰然曰：何用許多錢？曰：具少肉，晚菜羹。泰然驚曰：某爲太守，居常不敢食肉，只是吃菜。公爲小官，乃敢食肉，定非廉士。自爾見疎。予嘗謂節儉之益，非止一端。太凡貧淫之過，未有不生於奢侈者。儉則不貪不淫，是可以養德也。人之受用，自有劑量，省嗇淡泊，有久長之理，是可以養壽也。醉濃飽鮮，昏人神志。若疏食菜羹，則腸胃清虛，無滓無穢，是可以養神也。奢則妄取苟求，志氣卑辱。一從儉約，則於人無求，於己無愧，是可以養氣也。故老氏以爲一寶。

佛言受即是空，謂受苦受樂，及一切受用也。如食列數味，放筯即空矣。經云：若食足矣，更強食者，不加色力，但增其患，是故不應無度食也。

四百四種病，宿食爲根本。凡當得病，先宜減食。

斷際禪師曰：有識食，有智食。四大之身，饑瘡爲患，隨順給養，不生貪着，謂之智食；恣情取味，妄生分別，唯求適口，不生厭離，謂之識食。

多食之人有五苦患：一者大便數，二者小便數，三者饒睡眠，四者身重不堪修業，五者多患食不消化，自滯苦際。日中後不食有五福：一者減欲心，二者少臥，三者得一心，四者無有下風，五者身安穩，亦不作病。俱佛說

至人云：人生衣食財祿皆有定數，若儉約不貪，則可延壽。奢侈過求，受盡則終。譬如有錢一千，日用一百，則可十日；日用五十，可二十日。若恣縱貪侈，立見敗亡。一千之數，一日用盡，可不畏哉！或曰：奢侈而壽長者何也？蓋當生之數多也。若更廉儉，則愈長矣。

尹真人曰：三慾者，食慾、睡慾、色慾。三慾之中，食慾爲根。喫得飽則昏睡，多起色心。止可喫三二分飯，氣候自然順暢。飢生陽火煉陰精，食飽傷神氣不升。朝打坐，暮打坐，腹中常忍三分餓。

《禮記》曰：君無故不殺牛，大夫無故不殺羊，士無故殺犬豕。君子遠庖廚，血氣之類弗身踐當作剪殺也也。

老子曰：射飛逐走，發蟄驚棲，縱暴殺傷，非理烹宰，如斯等罪，司命隨其輕重，奪其紀算。算盡則死，死有餘責，殃及子孫。自《禮》以下戒殺。

裴相國曰：血氣之屬必有知，凡有知者必同體。世上欲無刀兵劫，須是衆生不食肉。

陶弘景弟子桓闓先得道，將超昇。弘景問曰：某行教修道勤亦矣，得非有過而淹延在世乎？桓闓曰：君之陰功着矣，所修《本草》以虻蟲、水蛭爲藥，功雖及人，而害於物命，以此一紀之後，當解形去，世署蓬萊都水監耳。言訖乃去。弘景復以草木之藥，可代物命者，著《別行本草》三卷，以贖其過。

曾魯公放生，以蜆蛤之類爲人所不恤而活物之命多也。一日夢被甲者數百人前訴，寤而問其家，有惠蛤蜊數篋者，即遣人放之。夜夢被甲者來謝。

東坡云：余少不喜殺生，時未斷也。近年始能不殺豬羊，然性嗜蠏蛤，故不免殺。自去年得罪下獄，始意不免，既而得脫。遂自此不復殺一物。有餉蠏蛤者放之江中，雖無活理，庶幾萬一，便不活，愈於煎烹也。非有所覬，但已親經患難，不異雞鴨之在庖廚，不復以口腹之故，使有生之類受無量怖苦爾。猶恨未能忘味，食自死物也。

東坡與陳季常往來，每過往之際，輒作泣字韻詩一篇。季常不禁殺，以此諷之。季常既不殺，而里中化之，至今有不食肉者。皆云：未死神先泣。此語使人悽然。

唐張易之兄弟侈於食，競爲慘酷。爲大鐵籠置鵝鴨於內，當中起炭火，銅盆貯五味汁。鵝鴨遶火走，渴即飲汁，火炙痛即迴，表裏皆熱，毛落盡肉赤乃死。昌宗以其法作驢炙。昌儀用鐵鑷釘狗四足按鷹鷂，肉盡則狗未死，號叫酸楚不可聽。易之過昌儀憶馬腸，昌儀從騎鈹肋取腸，良久乃死。後洛陽人饞易之昌宗，肉肥白如熊肪，煎炙而食。打昌儀雙腳折，搖取心肝。孰謂無天報哉？

蔡京作相，大觀間因賀雪，賜宴於京第，庖者殺鶴子千餘。是夕，京夢羣鶴遺以詩曰：啄君一粒粟，爲君糞內肉。所殺知幾多，下筋嫌不足。不惜充君庖，生死如轉轂。勸君慎勿食，禍福相倚伏。京由是不復食。

戴石屏見烹犢延客者，詩云：田家薦栗犢，小小可憐生。未試一犁力。俄遭五鼎烹。朝來古食指，妙絕此杯羹。口腹爲人累，終懷不忍情。

佛印《滿庭芳》詞云：鱗甲何多，羽毛無數，悟來佛性皆同。世人何事，剛愛口頭濃。痛把衆生剖割，刀頭轉，鮮血飛紅，零炮碎炙，不忍見渠儂。喉嚨纔嚥罷，龍腦鳳髓，畢竟無蹤。謾贏得，生前天壽多凶。奉勸世人省悟。休恣意，(擊)(激)惱閻翁，輪迴轉，本來面目，改換片時中。

彌勒尊佛云：人生在世太無知，日日朝朝真是癡。刀割畜生身上肉，自家面上要添肥。喉嚨三寸原無底，何日何年是了期。不顧割他身上肉，猶嫌是肉少精脂。與你黃金十萬兩，誰肯將刀割自皮。饒卻飛禽並走獸，他身也是父娘兒。奉勸諸人觀此頌，慈悲不殺是便宜。偈曰：勸君勤放生，終久得長壽。若發菩提心，大難天須救。

永嘉云：慈悲撫育，不傷物命。水陸空行，一切含識。命無大小，等心愛護。蠢動蜎飛，無令毀損。

陳氏戒殺，或問曰：如六畜等，我若不殺，他人亦殺之。施之山林，豹狼亦殺之。縱使我不殺亦不能救之矣。答曰：六畜等我皆往世作決定殺因，故今受決定殺果。雖佛亦無如之何故，佛教人不殺者，正所以救之也。不作殺業，則無殺因。若決無殺因，則決不受殺報。若勸得一人不殺，則是救得一人不造殺因，免爲畜生；若勸化得千萬人不殺，則救得千萬人免爲

畜生，出離三塗矣。故人能從佛勸化，未聞食肉豹狼能從佛勸化也。

道經云：一切諸衆生，貪生悉懼死。我命即他命，慎勿輕於彼。

了了居士云：體質還異，靈明本不殊。雖然分貴賤，只是別形軀。苦痛教他死，肥甘助己需。休教閻老斷，自想說何如。

抱一子云：殺生恣口腹，罪業足無邊。損財廣濟人，福德不可論。世人如不信，請觀太上篇。有感必有應，毫髮無差焉。

宣和間，富商楊序夢神告曰：子逾旬當死，若能救活億萬物命可免。序曰：大期已迫，物命有限，未易滿數。神曰：魚卵不經鹽漬，三年尚可再活，盍圖之。序乃大書神語於通衢壁間，由是人皆知戒，見人殺魚，就取卵投之江河。如是月餘，復夢神曰：億萬之數已滿，壽可延矣。既而果然。

《禮》曰：麥豕爲酒，非以爲禍也。而獄訟益繁，則酒之流生禍也。是故先王因爲酒禮，一獻之禮，賓主百拜，終日飲而不得醉焉，所以備酒禍也。以下戒飲。

陳公子完奔齊，飲桓公酒，樂。公曰：以火繼之。辭曰：臣卜其晝，未卜其夜。君子曰：酒以成禮，不繼以淫義也。

齊恒公飲管仲酒，仲棄其半曰：臣聞酒入舌出，知出言失，言失身棄。臣以爲棄身不知棄酒。

邴原舊能飲酒，以荒思廢業斷之，八九年酒不向口。

陶侃飲酒有定限，常歡有餘而限已竭。或勸少進，侃悽悵良久，曰：年少曾有酒失，亡親見約，故不敢踰。

劉玄明爲山陰令，告新尹曰：作縣唯日食一升飯，莫飲酒，此爲第一策。

王肅家誡曰：凡爲主人飲客，使有酒色而已，無使至醉。若爲人所強，必退席長跪，稱父戒以辭之。敬仲辭君，而況於人乎？

高允被勑，論集往世酒之敗德者以爲《酒訓》，孝文覽而悅之。

柳玭戒子弟曰：崇好優游，耽嗜麴蘗，以啣杯爲高致，以勤事爲俗流。習之已荒，覺已難悔。

範公質誡子曰：戒爾勿嗜酒，狂藥非佳味。能移謹厚性，化爲凶險類。古今傾敗者，歷歷皆可記。

陳瓘有斗餘酒量，每飲不過五爵。雖會親戚，間有歡適，不過大白滿引，恐以長飲廢事。每日有定課，自雞鳴而起，終日寫閱，不離小齋。倦則就枕，既寤即興，不肯偃仰枕上。每夜必置行燈於床側，自提就案，不呼喚使者。

張文忠公飲量過人，太人人年高，頗憂之。賈存道盧其以酒廢學生疾，示以詩曰：聖君恩重龍頭選，慈母年高鶴髮垂。君寵母恩俱未報，酒如成病悔何追？文忠自是非對親客不飲，終身不至醉。

北齊文宣與左右飲，曰：快哉大樂！王紘曰：長夜荒飲不悟，國破亦有大苦。帝默然。

商受沈酣，上天降喪。義和酒荒，胤侯徂征。鄭大夫伯有掘地築室爲長夜飲，子晳伐而焚之，死於羊肆。楚子反爲司馬，醉而寢。楚王欲與晉戰，召之辭以心疾。王徑入幄，聞酒臭，曰：今日之戰，所恃者司馬，而醉若此，是亡吾國而不恤吾衆也。射殺之。周顯故人與顯飲酒大醉，腐脅而死。灌夫酒酣罵座，武帝伏誅。故裴日休目酒之道：上爲淫溺所化，化爲亡國；下爲凶酗所化，化爲殺身。

元右相阿沙不花，見武帝容色日悴，諫曰：八珍之味不知御，萬金之身不知愛，惟麴蘗是好，嫗嬪是耽，是猶兩斧伐孤樹，未有不顛仆者。次年帝崩，壽三十一。

經云：若常愁苦，愁逐增長。如人喜眠，眠則滋多。貪淫嗜酒，亦復如是。

酒失最上破壞善法，寧以利刀斷於舌根，不以此舌說染欲事。

喜飲酒醉，墮沸屎泥犁之中。罪畢得出，生猩猩中，後得爲人，頑無所知。

善來比丘證阿羅漢降伏毒龍，後飲漿中酒大醉，遂失神通，不能降鱗，豈復能降龍也。俱佛經

洪州廉使閻馬祖曰：喫酒肉即是，不喫即是？祖曰：若喫是中丞祿，不喫是中丞福。

崇真宮道士龔尚賢飲燒酒過多，向斟吹燈，引火入喉中燒死。大抵酒皆有火，非但燒酒也。母族曹翁居京師，九十餘，步履如壯。人問其量，酒涓滴不飲，可知酒之能損壽矣。

金仁山曰：夫人敬則不縱慾，縱慾則不敬。商之君臣一本於敬，舉天下之物不足以動之，況敢荒敗於酒乎？

薛文清曰：酒色之類，使人志氣昏酣荒耗，傷生敗德，莫此爲甚。俗以爲樂，余不知果何樂也。惟心清慾寡，則氣平體胖，樂可知矣。

《活人心》云：酒雖可以陶情性，通血脈，然招風敗腎，爛腸腐胁，莫過於此。飽食之後，尤宜戒之。飲酒不宜粗及速，恐傷破肺。肺爲五臟之華蓋，尤不可傷。當酒未醒，大渴之際，不可喫水及啜茶，多被酒引入腎臟，爲停毒之水，遂令腰腳重墜，膀胱冷痛，兼水腫、消渴、攣躄之疾。

殺生崇飲，口服類也，故附列焉。或曰：天地生物養人，先王爲酒合歡，儒者所不禁也。二戒之示，幾逃禪矣，如廢禮何？嗟夫，舜德好生，禹疏儀狄，聖人未始不戒也。即不能然，若東皮食自死肉，陶侃飲有定限，何如必以此爲迂論迦談而漫不知檢，是假歸儒之名，以文其肆無忌憚之行也而可乎！

**《宋稗類鈔·頤養》** 李博，宣和間仕大府卿，因職事陛對。徽宗問曰：和卿年彌高而色不衰，中外稱卿有內丹之術，可具術以進？博曰：陛下盛德廣淵，睿智日新，學有緝熙於光明。臣雖不學，敢以誠對，謹領聖訓，容臣具術以進。明日乃進曰：臣聞內觀所以存其心也，外觀所以養其氣也。存其心，養其氣，則真火爐鼎日炎，神水華池日盛矣。長生久視上下與天地同流，天道運而不積，聖人知而行之。大道甚易，知其易，行以簡，以簡易而天下之理得也。人之所恃以生者，氣也。氣住則神住，神住則形住，形住，則長生久視，自此始矣。蓋日月運轉，寒暑往來，天地所以長久；吹噓呼吸，吐故納新，真人所以治世。故丹元子曰：形以神住，神以氣集，氣體之充也，形神之舍也。氣實則成，氣虛則奪；氣住則生，氣耗則滅。此廣成子所以保氣，而煙蘿子所以煉氣也。然則一言而盡保煉之妙者，其惟嘿納乎？故曰：一嘿二嘿，雲蒸雨至；三嘿四嘿，內景充實；七嘿九嘿，心火下降，腎水上升。水火既濟，則內丹成。可以已疾，可以保生，可以延年，可以超昇。臣謹刪其繁紊，撮其樞要，直書其妙，以着於篇。上篇曰《進火候》，每日子後午前，若於五更初陽盛時尤佳。就坐榻上，面東或南，握固盤足，合目主腰而坐。澄心靜慮，內藏五藏，仰面合口，鼻中引出清氣。氣極則生，要而嘿之。每一嘿，縮穀道一縮，再引則再如之，至再至三。若氣極不能任，則低頭微開口以吹，寧出勿令耳聞出氣之聲，如此凡三次，是爲進火一周天。俟氣調勻，然後行水。下篇曰《行水候》，進火鼻中取鼻涕，口中取液，聚爲一處，多多益辦。俟甘而熱，即閉口仰面亞腰，左顧一嘿，正中一嘿。分三嘿而下，內想一直下丹田。每一嘿亦縮穀道一縮。如此一遍。是爲行水一周天。每進火行水畢，然後下榻。行履自如。後敘曰：五行水火爲初，人生水火爲急。此是極是易之要法。上奪天地造化。學道修真之士。初行頓覺臍下如火。飲食添進，四肢輕快。是其驗也。行而久之，則髮白再黑，齒落重生。精神全具，復歸嬰兒。寒暑不能侵，鬼神不能寇。千二百歲，壽比彭老，漸爲真人矣。徽宗見而嘉納之。梁師成錄，其說以示人，乃簡易之道，第行之者不能悠久耳。或曰：虞謨君明修養有得，亦祇行此法也。

**《壽世青編·謹疾箴》** 凡人富貴名利，勿強求之，而況此身父母之所遺；才清意氣，勿競爭之，而況此身妻子之所仰。身之柔脆，非木與石。傷之七情，報以百疾。疾之既來，有術奚施。疾之未來，有術不知。我明告子，子尚聽之。色之悅目，惟男女之欲，思所以遠之，如脫桎梏。味之爽口，惟飲食之欲，思所以禁之，如畏鴆毒。多言則傷氣，欲養氣者，言不費。多思則損血，欲養血者，思不越。憂不可積，樂不可縱。形不可太勞，神不可太用。凡此數言，終身宜誦。

《勿藥真言》云：獨宿之妙，不但老年，少壯亦當如此。日間紛擾，心神散亂，全賴夜間休息，以復元氣。若日內心猿意馬，狂妄馳驅，至夜又醉飽而恣情縱欲，不自愛惜，其精神血氣，何能堪此？

**《壽世青編·齋說》** 夫世之持齋，往往以齋之說爲誤，何也？茹素而已，不復知有齋之實事。意謂茹素可以弭災集福，卻病延年，則謬矣。《玉華子》曰：齋者，齊也。齋其心而潔其體也，豈僅茹素而已！所謂齊其心者，澹志寡營，輕得失，勤內省，遠葷酒；潔其體得，不履邪徑，不視惡色，不聽淫聲，不爲物誘，入室閉戶，燒香靜坐，方可謂之齋也。誠能如是，則身中之神明自安，升降不礙，可以卻病，可以長生，可以延福弭罪。

**《壽世青編·食忌說》** 《太乙真人七禁文》其六曰美飲食，養胃氣。彭鶴林云：夫脾爲藏，胃爲府，脾胃二氣，五相表裏。胃爲水穀之海，主納水穀；脾在中央，磨而消之，化爲氣血，以灌溉藏府，榮養周身，所係最重。修養之士，不可不美其飲食以調之。所謂美者，非水陸畢具異品珍饈之謂也，要在乎生冷勿食，麤硬勿食，勿強食，勿強飲。先飢而食，食不過飽，先渴而飲，飲不過多。孔子曰：食饐而餲，魚餒而肉敗不食，色惡不食，臭惡不食，

失飪不食，不時不食，凡此者皆損胃氣，非惟致疾，亦乃傷生。欲希長年，斯宜深戒。而奉老慈幼與觀頤者審之。

**《壽世青編・食飲以宜》** 飲食之宜，當候以飢而進食。食不厭細嚼。仍候焦渴而引飲，飲不厭細呷。毋得飢甚而食，食勿過飽。時覺渴甚而飲，飲勿過多。食不厭精細，飲不厭溫熱。五味毋令勝穀味，肉味毋令勝食氣，食必先食熱，後食冷。

**《壽世青編・修養餘言》** 孫真人曰：人年四十以上，勿食瀉藥。人有所怒，血氣未定，若交合令人發癰疽。遠行疲乏入房，成五勞，少子。忍小便，膝冷成淋。忍大便，成氣痔。水銀不可近陰，鹿、豕二脂不可近陰，皆令人陰痿。養生者，髮宜多梳，面宜常擦。目宜常運，耳宜常筌。舌宜常抵腭，齒宜常叩，津宜常嚥。背宜常暖，胸宜常護，腹宜常摩。穀道宜常撮，足宜常擦湧泉。一身皮膚，宜常乾浴。大小便宜咬齒勿言。又須省多言，省筆札，省交游，省妄想。所一息不可省者，居敬養心耳。飢勿過飽，飽食成癖，病以飽食，夜臥失覆，多霍亂。時病瘥，勿食膾，成痢。食膾勿食乳酪，成蟲病。食兔肉勿食薑，成霍亂。勿食父母本命所屬肉，欲令壽永。勿食自己本命所屬肉，欲令魂魄安甯。勿食一切腦，恐損神。勿食盤面上衆人先用物，成結氣。凡食畢漱口數過，令人齒固。凡食皆熟勝生，少勝多。春天不可衣薄，令傷寒霍亂。濕衣汗衣勿着，令發瘡瘍。夜臥頭勿向北，並勿近火爐，恐損目。夜臥當習閉口，開則氣耗，又恐異氣入口，慎之。凡人夢魘，不得燃燈喚之，亦不可近而急喚。夜夢惡勿說，且起，口含涼水，向東噀之，咒曰：惡夢着艸本，好夢成珠玉。即解。凡夢善惡勿說，獲吉。居處切防令有小隙，小隙之風最劣，勿忍急避。凡在家在外，勿遇大風大雨，震雷昏霧，必是諸煞鬼神經過，宜入室閉戶，燒香恭默，過後乃出，否則恐招損獲咎。

《瑣碎錄》云：臥處不可以首近火，恐傷腦。亦不可當風，恐患頭風。背受風則嗽，肩受風則臂疼。善調攝者，雖盛暑不當風及坐臥露下。

又云：戒酒後語，忌食時嗔，忍難忍事。怒不明人，口腹不節，致病之因，念慮不正，殺身之本。

又曰：酒不顧身，色不顧病，財不顧親，氣不顧命。當其未值，孰不明知，亦能勸人，及到自臨其境，仍復昏迷，當此之時，再思猛省。《楊廉夫集》有路逢三叟詞云：上叟前致詞：大道抱天全。中叟前致詞：寒暑每節宜。下叟前致詞：百歲半單眠。嘗見後山詩中一詞亦此意。蓋出應璩。璩詩曰：昔有行道人，陌上見三叟。年各百歲餘，相與鋤禾莠。往前問三叟，何以得此壽？上叟前致詞：室內姬粗醜。二叟前致詞：量腹節所受。下叟前致詞：夜臥不覆首。要哉三叟言，所以能長久。

保養之道，無過在於平日飲食男女之間能自節愛，即是省身修德。若恣肆無忌，即是過惡，潛滋暗長，甚則疾病應之。雖因風寒外感，或緣內傷七情，實由人違犯聖教，以致魂魄相離，精神失守，肌體空疎，百骸不遂，風寒邪氣，得以中人。若有德者，雖處幽暗，不敢爲非；雖居榮祿，不敢爲惡。量體而衣，隨分而食，雖富貴不敢恣欲，雖貧賤不可強求，是以外無殘暴，內無疾病也。蓋心內澄，則真神守其位；氣內定，則邪穢去其身。行欺詐則神昏，行爭競則神沮。輕侮於人必減算，殺害於物必傷年。行一善則神魂歡，作一惡則必氣亂。人能寬泰自居，恬淡自守，則形神安靜，災病不生，福壽永昌，由茲伊始。

人之越邁疾者，始於心忘其身而病生，繼則過患其身，而病不去。忘身者，在康強時不擇味而飽，不擇風而裸，不擇時而色，不擇醒而醉，不擇里而趨，不擇性而喜怒哀樂，故病乘吾所弗備，既至也，悔無及。

夫人之涕唾便溺也，必有氣焉以充之而後出；草木之華，鳥獸之羽毛也，亦必有脈焉以貫之而後榮。是故氣脈之貴乎養也。已上諸仙乘訓，皆卻病良方，延年妙訣，雖非金丹大旨，然由此而進，未嘗不可以入道也。嗣有大週天三鍊要旨。容圖災木，就正宇內。

**《壽世青編・清心說》** 夫既行運氣功夫，又加以動功，再及靜功，則胸膈舒泰，氣血流行，宿疾沉病爲之頓去。但此心不清，或預料將來，或追悔已往，或爲錢財，或爲聲色，或爲意氣，種種妄想，纏綿糾結，離亂真心，則欲火內生，氣血復乖，前功盡廢矣。病者於是時當自想曰：向者我病篤時，九死一生，幾爲塵下之土，無復立人世間矣。今幸得再生，此餘生也。聲色貨利，皆身外之餘物，至於意氣爭孰，尤覺無謂。兒孫自有兒孫福，更無纖毫牽掛。一切世味淡然漠然，但得自在逍遙，隨緣度日足矣。即此卻病之方，即此延年之藥。又曰：錢財所以養身，若貪取之，必致傷生；聲色所以悅心，若過戀之，必致損身；意氣所以自高，若爭競之，反取自辱；酒肉所以適口，若沉酣之，反能爲害。故曰：酒色財氣傷人物，多少英雄被他惑。若能打

退四亡魔，便是九霄雲外客。

又曰：一人之身，一國之象也。胸臆之間，猶宮府焉；肢體之位，猶郊境焉；骨節之分，猶四衢焉；血脈之道，猶百川焉。神猶君也，精猶臣也。氣猶民也。故至人能理其身，猶人君能治其國。愛民安國，愛氣全身。民弊國亡，氣衰身謝。故善養生者，先除六害，一曰薄名位，二曰廉貨財，三曰少色慾，四曰減滋味，五曰屏虛妄，六曰除嫉妒。如六者尚存，不能自禁，即真經空念，其如衰朽，安得挽乎！

**《壽世青編・勿藥須知》** 臞仙曰：古神聖之醫能療人之心，預使不至於有疾。今之醫者，惟知療人之疾，而不知療人之心，是猶舍本而逐末也。不窮其源而攻其流，欲求疾愈，安可得乎？殊不知病由心生，孽由人作。佛氏謂一切唯心造，良不誣矣。所以人之七情內起，正性顛倒，以致大疾纏身，誠非藥石所能治療。蓋藥能治五行生剋之色身，不能治無形之七情；能治七情所傷之氣血，不能治七情忽起滅動靜無端之變幻。故臞仙又曰：醫不入刑官之家，藥不療不仁者之疾。蓋福有所主，禍有所司。報復之機，無一不驗。因有天刑之疾，自戕之疾。其天刑之疾，由夙世今生所積過愆，天地譴之以致斯疾，此孽原於心也。其自戕之疾者，風寒暑濕之所惑，酒色性氣之所傷，六欲七情生於內，陰陽二氣攻於外，此病生於心也。《仙經》曰：鍊精化氣，鍊氣化神，鍊神還虛。噫！將從何處煉乎？總不出於心耳。故凡思慮傷心，憂悲傷肺，忿怒傷肝，飲食傷脾，淫慾傷腎，藥之所治，只有一半，其一半則全不係藥力，唯要在心藥也。或曰：何謂心藥？予引林鑑堂詩曰：自家心病自家知，起念還當把念醫。只是心生心作病，心安那有病來時。此之謂心藥，以心藥治七情內起之病，此之謂療心。予考歷代醫書之盛，汗牛充棟，反覆詳明，其要主於卻疾。然《內經》有一言可以蔽之曰：不治已病治未病。是也。治有病不若治於無病，療身不若療心。吾以謂使人療，尤不若先自療也。

**《壽世青編・療心法言》** 《素問・天真論》曰：恬澹虛無，真氣從之。精神內守，病安從來？老子曰：人生以百年爲限，節護乃至千歲，如膏之小炷與大炷耳。人大言我小語，人多煩我少記，人悸怖我不怒，淡然無爲，神氣自滿，此長生之藥。

劉河間曰：形者生之舍也，氣者生之元也，神者生之制也。形以氣充，氣耗形病；神依氣立，氣合神存。修真之士，法於陰陽，和於術數，持滿御神，專氣抱一。以神爲車，以氣爲馬，神氣相合，可以長生。又曰：全生之術，形氣貴乎安，安則有倫而不亂；精神貴乎保，保則有要而不耗。故保養之道，初不離乎形、氣、精、神。

達摩曰：心不緣境，住在本源；意不流散，守於內息；神不外役，免於勞傷。人知心即氣之主，氣即形之根，形者氣之宅。神形之具，令人相因而立。若一事有失，即不合於至理，安能久立焉。

老子曰：不見可欲，使心不亂。

《直指》曰：清謂清其心源，靜謂靜其氣海。心源清則外事不能擾，性定而神明；氣海靜則邪欲不能作，精全而體實。

《指歸》曰：游心於虛靜，結志於微妙。委慮於無欲，指歸於無爲。故能達生延命，與道爲久。

《妙真經》曰：人常失道，非道失人；人常去生，非生去人。故養生者，慎勿失道，爲道者，慎勿失生。使道與生相守，生與道相保。

《元道真經》曰：生可冀也，死可畏也。草木根生，去土則死；魚鱉沈生，去水則死；人以形生，去氣則死。故聖人知氣之所在以爲身寶。

《仙經》曰：精、氣、神爲內三寶，耳、目、口爲外三寶。常令內三寶不逐物而流，外三寶不誘中而擾。

又曰：毋勞爾形，毋搖爾精，歸心靜默，可以長生。

《定觀經》曰：惟令定心之上，豁然無覆；定心之下，曠然無塞。舊孽日銷，新孽不造。無所罣礙，逈脫塵病。

又曰：唯滅動心，不滅照心；但凝空心，不凝住心。

純陽祖師曰：老人於十二時中，行住坐臥，一切動中，要把心似泰山，不搖不動，謹守四門。眼耳鼻口，不令內入外出，此名養壽緊要。

《真人大計》曰：奢懶者壽，慳靳者夭，放散劬勞之異也；田夫壽，膏粱夭，嗜慾多少之驗也。處士少疾，游子多患，事務簡煩之殊也。故俗人競利，道士罕營。

《唐書》曰：多記損心，多言耗氣。心氣內損，形神外散，初雖不覺，久則爲弊。

《元始真經》曰：喜怒損性，哀樂傷神。性損則害生，故養性以全炁，保

神以安身。炁全體平，身安神逸，此全生之訣也。

《洞神經》曰：養生以不損爲延年之術，不損以爲有補衛生之經。

《天真論》曰：外不勞形於事，内無思想之患，以恬愉爲務，以自得爲功，形體不敝，精神不散。

《莊子》曰：能尊生者，雖富貴不以養傷身，雖貧賤不以利累形。又曰：吾生也有涯，而智也無涯。以有涯逐無涯，殆矣。已而爲智者，殆而已矣。

《秋聲賦》云：奈何思其力之所不及，憂其智之所不能，宜其渥然丹者爲槁木，黟然黑者爲星星，此士大夫通患也。

又曰：百憂感其心，萬事勞其形，有動於中，必搖其精。人常有多思、多憂之患，方壯遽老，方老遽衰，反此亦長生之法。

孫思邈曰：多思則神殆，多念則智散，多欲則智昏，多事則勞形，多言則氣乏，多笑則傷藏，多悉則心懾，多樂則語溢，多喜則妄錯昏亂，多怒則百節不定。

《小有經》曰：才所不勝，而強思之，傷也；力所不任，而強舉之，傷也；深憂而不解，重喜而不釋，皆傷也。

《淮南子》曰：太喜墜陽，太怒破陰，是以君子有節焉。

《玄珠》曰：起居不節，用力過度，則脈絡傷。傷陽則衄血，傷陰則下血。

書曰：行走勿語，傷氣。語多則住而再語，笑多則腎轉腰疼。

《神仙傳》曰：養壽之道，莫傷之而已。

《素問》曰：食飲有節，起居有常，不妄作勞，故能形與神俱，而盡終其天年。

《真訓》曰：眼者身之鏡，耳者體之牖，視多則鏡昏，聽衆則牖閉。面者神之庭，髮者腦之華。心悲則面焦，腦減則髮素。精者體之神，明者身之寶。勞多則精散，營竟則明消。

《妙真經》曰：視過其目者明不居，聽過其耳者精不守。愛過其心者神不居，牽過於利者動則懼。

《真誥》曰：鏡以照面，智以照心。鏡明則塵垢不染，智明則邪惡不生。

《陰符經》曰：淫聲美色，破骨之斧鋸也。世之人不有秉靈燭以照迷情，持慧劍以割愛欲。流浪生死之海，害生於恩也。

《河圖帝視萌》曰：侮天地者凶，順天時者吉。春夏樂山高處，秋冬居卑深藏。吉利多福，壽考無窮。

《西山記》曰：一體之盈虛消息，皆通乎天地，應乎萬類，和之於始，和之於終。靜神滅想，生之道也。

《衛生訣》云：凡人一日一夜，一萬三千五百息。未嘗休息，減之一息則寒，加之一息則熱。藏府不和，諸疾生焉。故元氣在保養，谷神在守護。

呂洞賓曰：寡言語以養氣，寡思慮以養神，寡嗜欲以養精。精生氣氣生神，神自靈也。是故精絕則氣絕，氣絕則命絕也。是故精、氣、神，人身之内三寶也。

齊丘子曰：喬松所以能凌霜雪者，藏正氣也；美玉所以能犯烈火者，蓄至精也。是以大人晝運靈旗，夜錄神芝，覽所不覽，思所不思，可以冬禦風而不寒，夏禦火而不熱。故君子藏正氣，可以遠鬼神，伏姦佞；蓄至精者，可以保生靈，躋福壽。是故貴乎養氣也。

《素問》曰：謹和五味，骨正筋柔，氣血以流，腠理以密，長有天命。

又曰：食風者靈而延壽算，食穀者多智而勞形神，食草者癡愚而力足，食肉者勇鄙而多嗔，服氣者常存而得道。

傳曰：雜食者百病妖邪所鍾，所食愈少，心愈開，年愈益；所食愈多，心愈塞，年愈損焉。所以服氣者千年不死，故身飛於天，食穀者千百皆死，故形歸於地。

白玉蟾曰：薄滋味以養氣，去嗔怒以養性。處卑下以養德，守清靜以養道。

學山曰：食飲有節，脾土不泄。調息寡言，肺金自全。動靜以敬，心火自定。寵辱不驚，肝木自寧。恬然無欲，腎水自足。

益州老人曰：凡欲身之無病，必須先正其心，使其心不亂求，心不狂思，不貪嗜慾，不着迷惑，則心君泰然矣。心君泰然，則百骸四體，雖有病不難治療。獨此心一動，百患爲招，即扁鵲華佗在旁，亦無所措手乎。

林鑒堂安心詩

我有靈丹一小錠，能醫四海心迷病。些兒吞下體安然，管取延年兼接命。

安心心法有誰知，卻把無形妙藥醫。醫得此心能不病，翻身（挑）〔跳〕入太虛時。

念雜由來業障多，憧憧擾擾竟如何？驅魔自有玄微訣，引入堯天安樂窩。

人有二心方顯念，念無二心始爲人。人心無二渾無念，念絕悠然見太清。

這也了時那也了，紛紛攘攘皆分曉。雲開萬里見清光，明月一輪圓皎皎。

四海遨游養浩然，心連碧水水連天。津頭自有漁郎問，洞裏桃花日日鮮。

性理曰：夫人之心，皆明鏡也，聖人特不塵之耳；夫人之心，皆止水也，聖人特不波之耳。又朱晦菴曰：學者常要提醒此心，惺惺不昧，如日中天，羣邪自息，同一旨也。

齋說

夫世之持齋，往往以齋之說爲誤。何也？茹素而已，不復知有齋之實事。意謂茹素可以弭災集福，卻病延年，則謬矣。《玉華子》曰：齋者，齊也，齊其心而潔其體也，豈僅茹素而已。所謂齊其心者，澹志寡營，輕得失，勤內省，遠葷酒，潔其體者，不履邪徑，不視惡色，不聽淫聲，不爲物誘，入室閉戶，燒香靜坐，方可謂之齊也。誠能如是，則身中之神明自安，升降不礙，可以卻病，可以長生，可以迪福弭罪。

食忌說

《太乙真人七禁文》其六曰：美飲食，養胃氣。彭鶴林云：夫脾爲藏，胃爲府。脾胃二氣，互相表裏。胃爲水穀之海，主納水穀，脾在中央，磨而消之，化爲氣血，以灌溉藏府，榮養周身，所係最重。修養之士，不可不美其飲食以調之。所謂致者，非水陸畢具異品珍饈之謂也，要在乎生冷勿食，麤硬勿食，勿強食，勿強飲，先飢而食，食不過飽，先渴而飲，飲不過多。孔子曰：食饐而餲，魚餒而肉敗不食，色惡不食，臭惡不食，失飪不食，不時不食。凡此者皆損胃氣，非惟致疾，亦乃傷生。欲希長年，斯宜深戒。而奉老慈幼與觀頤者審之。

食飲以宜

飲食之宜，當候已飢而進食，食不厭細嚼，仍候焦渴而引飲，飲不厭細呷。毋待飢甚而食，食勿過飽，時覺渴甚而飲，飲勿過多。食不厭精細，飲不厭溫熱。五味毋令勝穀味，肉味毋令勝食氣，食必先食熟，後食冷。

**《老老恒言·和暢》**《定觀經》曰：勿以涉事無厭，故求多事；勿以處喧無惡，強來就喧。蓋無厭無惡，事不累心也，若多事就喧，心即爲事累矣。《冲虛經》曰：務外遊，不如務內觀。

心不可無所用，非必如槁木，如死灰，方爲養生之道。靜時固戒動，動而不妄動，亦靜也。道家所謂不怕念起，惟怕覺遲。至於用時戒雜，雜則分，分則勞，惟專則雖用不勞，志定神凝故也。

人藉氣以充其身，故平日在乎善養。所忌最是怒，怒心一發，則氣逆而不順，窒而不舒，傷我氣，即足以傷我身。老年人雖事值可怒，當思事與身孰重，一轉念間，可以渙然冰釋。

寒煖飢飽，起居之常。惟常也，往往易於疎縱，自當隨時審量。衣可加即加，勿以薄寒而少耐；食可置即置，勿以悅口而少貪。《濟生編》曰：衣不嫌過，食不嫌不及，此雖救偏之言，實爲得中之論。

春冰未泮，下體寧過於煖，上體無妨畧減。所以養陽之生氣。綿衣不可頓加，少煖又須暫脫。北方語曰：若要安樂，不脫不着。南方語曰：若要安樂，頻脫頻着。

夏月冰盤，以陰乘陽也；冬月圍爐，以陽乘陰也。陰陽俱不可違時，《內經》曰：智者之養生也，必順四時而調寒暑。然冬寒猶可近火，火在表也，夏熱必戒納涼，涼入裏也。

《濟世仁術編》曰：手心通心竅。大熱時以扇急扇手心，能使遍體俱涼。愚謂不若諺語云：心定自然涼。心定二字可玩味。

**《老老恒言·省心》**六淫之邪，其來自外，務調攝所以卻之也。至若七情內動，非調攝能卻。其中喜怒二端猶可解釋，儻事值其變，憂、思、悲、怒、驚五者，情更發於難遏。要使心定則情乃定，定其心之道何如？曰：安命。

凡人心有所欲，往往形諸夢寐，此妄想惑亂之確證。老年人多般涉獵過來，其爲可娛可樂之事，滋味不過如斯，追憶間，亦同夢境矣。故妄想不可有。並不必有，心逸則日休也。

世情世態，閱歷久，看應爛熟。心衰面改，老更奚求。諺曰：求人不如求己。呼牛呼馬，亦可由人。毋少介意。介意便生忿，忿便傷肝，於人何損，徒損乎己耳！

少年熱鬧之場，非其類則弗親。苟不見幾知退，取憎而已。至與二三老友，相對閒談，偶聞世事，不必論是非，不必較長短，慎爾出話，亦所以定心氣。

語云：及其老也，戒之在得，財利一關，似難打破。亦念去日已長，來日已短，雖堆金積玉，將安用之？然使恣意耗費，反致奉身匱乏，有待經營，此又最苦事，故節儉二字，始終不可忘。

衣食二端，乃養生切要事，然必購珍異之物，方謂於體有益，豈非轉多煩擾。食但慊其心所欲，心欲淡泊，雖肥濃亦不悅口；衣但安其體所習，鮮衣華服，與體不相習，舉動便覺乖宜。所以食取稱意，衣取適體，即是養生之妙藥。

凡事擇人代勞，事後核其成可也。或有必親辦者，則毅然辦之。亦有可姑置者，則決然置之。辦之所以安心，置之亦所以安心，不辦又不置，終日往來縈懷，其勞彌甚。

老年肝血漸衰，未免性生急躁，旁人不及應，每至急躁益甚，究無濟於事也，當以一耐字處之。百凡自然就理，血氣既不妄動，神色亦覺和平，可養身兼養性。

年高則齒落目昏，耳重聽，步蹇澀，亦理所必致。乃或因是怨嗟，徒生煩惱。須知人生特不易到此地位耳，到此地位，方且自幸不暇，何怨嗟之有？

壽爲五福之首，既得稱老，亦可云壽，更復食飽衣煖，優游杖履，其獲福亦厚矣。人世間境遇何常，進一步想。終無盡時，退一步想，自有餘樂。《道德經》曰：知足不辱，知止不殆，可以長久。

身後之定論，與生前之物議，己所不及聞，不及知，同也。然一息尚存，必無願人毀己者，身後亦猶是耳。故君子疾沒世而名不稱，非務名也。常把一名字着想，則舉動自能檢飭，不至毀來。否即年至期頤，得遂考終，亦與草木同腐。《道德經》曰：死而不亡者壽。謂壽不徒在乎年也。

**《老老恒言・見客》**《記・王制》曰：七十不與賓客之事。蓋以送迎僕僕，非老年所能勝。若夫來而不往，《記》以爲非禮，豈所論於老年？予嘗有《掃徑詩》云：積閒成懶癖難砭，掃徑欣看客跡添。若要往來拘禮法，爾音金玉亦無嫌。

見客必相揖，禮本不可廢，但恐腰易作酸，此禮竟宜損棄。腰爲腎之府，腎屬水，水動則生波。又按《蠡海集》云：肺居上，肝居下，一鞠躬則肺俯肝仰矣。故嵇康言：禮豈爲我輩設，愚謂揖豈爲老年設。

客至進茶，通行之禮，茶必主客各一，謂主以陪客也。老年交好來往，定皆習熟，止以佳茗進於客可耳。若必相陪，未免強飲，或謂設而不飲，亦可，又安用此虛文。

老年人着衣戴帽，適體而已，非爲客也，熱即脫，冷即着。見客不過便服，如必肅衣冠而後相接，不特脫着爲煩，寒溫亦覺頓易，豈所以適體乎。《南華經》曰：是適人之適，而不自適其適者也。倘有尊客過訪，命闍人婉辭也可。

凡客雖盛暑，其來也必具衣冠，鵠立堂中，俟主人衣冠而出。客已熱不能勝，當與知交約，主不衣冠，則客至即可脫冠解衣，本爲便於主，卻亦便於客。

喜談舊事，愛聽新聞，老人之常態，但不可太煩，亦不可太久，少有倦意而止。客既在座，勿用周旋。如張潮詩所云我醉欲眠卿且去，可也。大呼大笑，耗人元氣，對客時亦須檢束。

往赴筵宴，周旋揖讓，無此精力，亦少此意興。即家有客至，陪坐陪飲，強以所不欲，便覺煩苦。至值花晨月夕，良友歡聚，偶爾開樽設饌，隨興所之可也，毋太枯寂。

慶弔之禮，非老年之事，自應概爲屏絕。按《禮》重居喪，《曲禮》猶曰：七十惟衰麻在身，飲酒食肉處於內。又《王制》曰：八十齋喪之事弗及也。況其他乎。

**《老老恒言・出門》**邵子自言四不出：大風、大雨、大寒、大熱也。愚謂非特不可出門，即居家亦當密室靜攝，以養天和。大雷、大電，尤當緘口肅容，敬天之怒。如值春秋佳日，扶杖逍遙，儘可一抒沈鬱之抱。

偶然近地遊覽，茶具果餌，必周備以爲不時之需。置食簏，竹編如盒，叠作數層，外以環約之，使一手可提。《記・王制》曰：膳飲從於遊，乃兼具酒食，如近地亦非必備。

春秋寒煖不時，即近地偶出，綿夾衣必挈以隨身，往往頃刻間氣候迥異。設未預備，乍煖猶可，乍涼即足爲患。

乘興而出，不過邇在村郭間。可泛小舟。舟前後必障蔽。樂天詩所謂一莖竹篙剔船尾，兩幅青幕覆船頭也。舟中不能設椅，屹坐搖杌。殊覺不寧。製環椅無足，平置舟板上，與坐環椅無別。居家時不妨移置便榻，亦堪小坐。

舟中另置褥，厚而狹者，可坐可臥。另置枕，短而高者，可靠手，可枕首。微覺懶倦，有此則坐臥胥安。

足力尚健者，備遊山鞋，每製必二緉。上山則底前薄後厚，下山則底前厚後薄，趁宜而着，命童子攜之。古人有登山屐，去屐前齒，亦此意。

摺疊櫈，游具也，四足，兩兩交加，邊則但具前後，以木綿縷綳爲面，軟而可折，今俗稱馬踏子，其制仿自前明，見《三才圖會》。予詩有穩坐看山權當榻，不妨摺疊入遊囊之句。凡出門，命攜以相隨，足力倦即堪少坐，不必專爲遊山也。

太白詩：飯顆山頭逢杜甫，頭戴笠子日卓午。又，東坡戴笠行雨中，繪《笠屐圖》。笠爲古人所恒用，禦雨兼障日。夏秋之初，或倚杖而出，亦可預辦，製以棕與藤，俱嫌少重，竹爲骨，皂紗蒙其上，似較輕便。另用紗二寸許，垂於笠邊，謂之笠檐，亦堪障日。

老年出不遠方，無過往來鄉里，《曲禮》曰：行役以婦人，謂設有不得已而遠行，所以慮之周也，以婦人者，婦人舉動柔和，故用之。然此亦古人優體衰羸，不嫌過於委曲，苟有勤謹童僕，左右習慣者，未始不可用。

遠道行李，必作信宿計。各項周備外，其要尤在牀帳，辦濶大摺疊櫈二。其制見前。或棕綳之，或皮綳之。兩櫈相接而排，長廣恰如牀式，聞軍營中多用此。帳用有骨子可以架起者。制詳四卷帳內

嚴冬遠出，另備帽，名將軍套，皮製邊，邊開四口，分四塊。前邊垂下齊眉，後邊垂下遮頸，旁邊垂下遮耳及頰，偶欲摺上，扣以紐，仍如整邊，趁寒趁煖，水陸俱當。

**《老老恒言·防疾》** 心之神發於目，腎之精發於耳。《道德經》曰：五色令人目盲，五音令人耳聾，謂淆亂其耳目，即耗敝其精神。試於觀劇時驗之，靜默安坐，暢領聲色之樂，非不甚適，至歌闌舞罷，未有不身疲力倦者，可恍悟此理。

久視傷血，久臥傷氣，久坐傷肉，久立傷骨，久行傷筋，此《內經》五勞所傷之說也。老年惟久坐，久臥不能免，須以導引諸法，隨其坐臥行之。導引有睡功、坐功。見本卷末。使血脈流通，庶無此患。

男女之欲，乃陰陽自然之道。《易·大傳》曰天地絪縕，男女構精，是也。然《傳》引損卦爻辭以爲言，損乃損剛益柔之象，故自然之中，非無損焉。老年斷慾，亦盛衰自然之道，損之爻辭曰：窒慾是也。若猶未也。自然反成勉強，則損之又損，必至損年。

五藏俞穴，皆會於背。夏熱時，有命童僕扇風者，風必及之，則風且入藏，貽患非細，有汗時尤甚。縱不免揮扇，手自揮動，僅及於面，猶之御風而行，俱爲可受。靜坐則微有風來，便覺難勝，動陽而靜陰，面陽而北陰也。

時疫流行，乃天地不正之氣，其感人也，大抵由口鼻入。吳又可諭曰：呼吸之間，外邪因而乘之，入於膜原是也。彼此傳染，皆氣感召，原其始，莫不因風而來。《內經》所謂風者，善行而數變。居常出入，少覺有風，即行以衣袖掩口鼻，亦堪避疫。

窗隙、門隙之風，其來甚微。然逼於隙而出。另有一種冷氣，分外尖利，譬之暗箭焉。中人於不及備，則所傷更甚，慎毋以風微而少耐之。酷熱之候，俄然大雨時行，院中熱氣逼入於室，鼻觀中並覺有腥氣者，此暑之鬱毒，最易傷人。《內經》曰：夏傷於暑，秋爲痎瘧。須速閉窗牖，毋使得入，雨歇又即洞開，以散室中之熱。再如冷水潑地，亦有暑氣上騰，勿近之。

飽食後不得急行，急行則氣逆，不但食物難化，且致壅塞。《內經》所謂濁氣在上，則生膜脹。飢不得大呼大叫，腹空則氣既怯，而復竭之，必傷肺胃，五藏皆稟氣於胃，諸氣皆屬於肺也。

凡風從所居之方來，爲正風，如春東風，秋西風，其中人也淺；從衝後來爲虛風，如夏北風，冬南風，溫涼因之頓異，傷人最深，當加意調養，以補救天時。涼即添衣，溫毋遽脫。退避密室，勿犯其侵。

三冬天地閉，血氣伏，如作勞出汗，陽氣滲泄，無以爲來春發生之本，此乃致病之原也。春秋時大汗，勿遽脫衣，汗止又須即易，濕氣侵膚，亦足爲累。

石上日色曬熱，不可坐，恐發臀瘡；坐冷石恐患疝氣。汗衣勿日曝，恐

身長汗斑。酒後忌飲茶，恐脾成酒積。耳凍勿火烘，烘即生瘡。目昏毋洗浴，浴必添障。凡此日用小節，未易悉數，俱宜留意。

**《老老恒言・慎藥》** 老年偶患微疾，加意調停飲食，就食物中之當病者食之，食亦宜少，使腹常空虛，則絡脈易於轉運，元氣漸復，微邪自退，乃第一要訣。藥不當病，服之每未見害，所以言醫易，而醫者日益多。殊不知既不當病，便隱熱受其累，病家不覺。醫者亦不自省。愚謂微病自可勿藥有喜，重病則寒涼攻補。又不敢輕試。諺云：不服藥爲中醫。於老年尤當。

病有必欲服藥者，和平之品甚多，儘可施治。俗見以爲氣血衰弱，攻與補皆必用人蔘。愚謂人參不過藥中一味耳，非得之則生，弗得則死者。且未必全利而無害，故可已即已。苟審病確切，必不可已。寧謂人蔘必戒用哉！

凡病必先自己體察，因其所現之證，原其致病之由，自頂至踵，寒熱痛癢何如？自朝至暮，起居食息何？如則病情已得，施治亦易，至切脈又後一層事。所以醫者在乎問之詳，更在病者告之周也。

方藥之書，多可充棟，大抵各有所偏，無不自以爲是。竊攷方書，最古者莫如《内經》。其中所載方藥，本屬無多，如不寐用半夏秫米湯，鼓脹用雞矢醴，試之竟無效，他書可知。總之，同一藥，而地之所産各殊；同一病，而人之稟氣又異。更有同一人，同一病，同一藥，而前後施治有效有不效。乃欲於揣摹仿佛中求其必當，良非易事。方藥之所以難於輕信也。

本草所載藥品，每曰服之延年，服之長生，不過極言其效而已。以身一試可乎。雖扶衰補弱，固藥之能事，故有謂治已病，不若治未病。愚謂以方藥治未病，不若以起居飲食調攝於未病。

凡感風感寒暑，當時非必遽病。《内經》所謂：邪之中人也，不知於其身。然身之受風受寒暑，未有不自知。病雖未現，即衣煖飲熱，令有微汗，邪亦可從汗解。《道德經》曰：夫惟病病，是以不病。

病中食粥，宜淡食，清火利水，能使五藏安和，確有明驗。患泄瀉者尤驗。《内經》曰：胃陽弱而百病生，脾陰足而萬邪息。脾胃乃後天之本，老年更以調脾胃爲切要。

人乳汁，方家謂之白硃砂，又曰仙人酒。服食法：以瓷碗浸滾水内，候熱，擠乳入碗，一吸盡之，勿少冷。又法：以銀鍋入乳，烘乾成粉，和以人參末，丸如棗核大，腹空時嚥化兩三丸，老人調養之品，無以過此，此則全利而無害。然非大有力者不能辦。

程子曰：我嘗夏葛而冬裘。飢食而渴飲。節嗜慾，定心氣，如斯而已矣。蓋謂養生卻病，不待他求，然定心氣，實是最難事，亦是至要事。東坡詩云：安心是藥更無方。

術家有延年丹藥之方，最易惑人，服之不但無驗，必得暴疾。其藥大抵煅煉金石，故峻厲彌甚。《列子》曰：稟生受形，既有制之者矣，藥石其如汝乎？或有以長生之說問程子，程子曰：譬如一爐火，置之風中則易過，置之密室則難過。故知人但可以久生，而不能長生。老年人惟當謹守燼餘，勿置之風中可耳。

**《老老恒言・消遣》** 筆墨揮灑，最是樂事。素善書畫者，興到時，不妨偶一爲之。書必草書，畫必蘭竹，乃能縱横任意，發抒性靈，而無拘束之嫌。飽食後不可捉筆，俯首倚案，有礙胃氣，若因應酬促逼，轉成魔障。

棋可遣閒，易動心火；琴能養性，嫌磨指甲。素即擅長，不必自爲之。幽牕邃室，觀奕聽琴，亦足以消永晝。

能詩者偶爾得句，伸紙而書，與一二老友共賞之，不計工拙，自適其興可也。若拈題或和韻，未免一番着意。至於題照，及壽言輓章，概難徇情。

法書名畫，古人手跡所存，即古人精神所寄。牕明几淨，展玩一過，不啻晤對古人，諦審其佳妙，到心領神會處，儘有默默自得之趣味在。

院中植花木數十本，不求名種異卉，四時不絕便佳。呼童灌溉，可爲日課，玩其生意，伺其開落，悦目賞心，無過於是。

鶴，野鳥也。性卻閒靜，園圃寬濶之所，即可畜，去來飲啄，任其自如。對之可使躁氣頓蠲。若籠畫眉，架鸚鵡，不特近俗，並煩調護，豈非轉多一累。

堦前大缸貯水，養金魚數尾，浮沈旋繞於中，非必池沼。然後可觀，閒竚時觀魚之樂，即樂魚之樂，既足怡情，兼堪清目。

拂塵滌硯，焚香烹茶，插瓶花，上簾鉤，事事不妨身親之，使時有小勞，筋骸血脈，乃不凝滯，所謂流水不腐，戶樞不蠹也。

**《怡情小錄・睡味》** 《癸辛志》曰：飽食緩行初睡覺，一甌新茗侍兒煎。脱巾斜倚藤牀坐，風送水聲來耳邊。裴晉公詩也。細書妨老讀，長簟愜昏眠。取快且一息，抛書還少年。半山翁詩也。相對蒲團睡味長，主人與客兩相

忘。須叟客去主人睡，一枕西窗半夕陽。陸放翁詩也。讀書已覺眉稜重，就枕方歡骨節和。睡去不知天早晚，西窗殘日已無多。僧有規詩也。老讀文書興易闌，須知塵冗不如閒。竹牀瓦枕虛堂上，臥看江南雨後山。呂榮陽詩也。紙屏石枕竹方牀，手倦拋書午夢長。睡起莞然成獨笑，數聲漁笛在滄浪。蔡持正詩也。余習懶成僻，每遇暑盡，必須偃息。客有嘲孝先者，即哦此以自解。但苦枕熱，展轉數四。後見前輩言荊公嗜睡，夏月多用方枕，睡久氣蒸枕熱，則轉一方冷處。此非真知睡味，未易語此也。

**《怡情小錄・睡訣》** 孝先曰：花竹幽窗午夢長，此中與世暫相忘。華山處士如容見，不覓仙方覓睡方。睡亦有方，希夷意謂：息魂離仙不動也。《遺教經》云：乃有煩惱毒蛇，睡在汝心。毒蛇既出，乃可安眠之謂。近世西山蔡季通有《睡訣》云：睡側而屈，睡覺而伸，早晚以時。先睡心，後睡眼。晦翁以此爲古今未發之妙。

**《怡情小錄・四休》** 太醫孫景初，自號四休居士。山谷問其說，四休答曰：麤茶淡飯飽即休，補破遮寒煖即休。三平四滿過即休，不貪不妒老即休。山谷曰：此安樂法也。守欲者，不伐之家也。知足者，極樂之國也。四休家有三畝園，花木鬱鬱，客來煮茗，談上都貴游，人閒可喜事，或茗寒酒冷，賓主相忘。其居與余相望，暇則步草徑相尋，作小詩，遺家僮歌之，以侑酒茗。詩曰：太醫診得人閒病，安樂延年萬事休。

**《怡情小錄・道侶》** 自昔士之閒居野處者，必有同道同志之士，相與往來，故有以自樂。淵明詩曰：昔欲居南村，非爲卜其宅。聞多素心人，樂與數晨夕。又云：鄰曲時來往，抗言談往昔。奇文共忻賞，疑義相與析。則南村之鄰，豈庸庸之士哉！杜少陵與朱山人詩曰：相近竹參差，相過人不知。幽花欹滿徑，野水細通池。歸客村非遠，殘尊席更移。嘆君多道氣，從此數追隨。李太白與范居士詩曰：忽憶范野人，閒園養幽姿。又云：還傾三五酌，自詠猛虎詞。近作十日歡，遠爲千載期。風流自簸蕩，謔浪偏相宜。觀此則朱山人、范居士者，可爲非常流矣。

**《怡情小錄・五事》** 倪正父鋤經堂述五事：靜坐第一，觀書第二，看山水花木第三，與良朋講論第四，教子弟讀書第五。

**《怡情小錄・十供》** 齊齋十供云：讀義理書，學法貼字，澄心靜坐，益友清談，小酌半醺，澆花種竹，聽琴玩鶴，焚香煎茶，登城觀山，寓意弈棋。十者之外，雖有他樂，吾不易矣。

**《怡情小錄・六館》** 高太素隱商山，起六館，曰春雪水融館，清夏晚雲館，中秋午月館，冬日方出館，暑簟清風館，夜階急雨館，各製一銘。

**《怡情小錄・老境從容》** 邵康節吟曰：年老逢春雨乍晴，雨晴況復近清明。天低宮殿初長日，風煖林園未囀鶯。花似錦時高閣望，草如茵處小車行。東君見賜何多也，況復人閒久太平。又云：堯夫非是愛吟詩，詩是堯夫志喜時。明着衣冠爲士子，高談仁義作男兒。敢於世上明開眼，肯向人間浪皺眉。六十七年無事日，堯夫非是愛吟詩。《擊壤集》一編，老人怡神悅目，時可吟玩。公喜飲酒，命之曰太和湯，飲不過多，不喜大醉。其詩曰：飲未微酡，口先吟哦。吟哦不足，遂及浩歌。所居之室，名安樂窩，冬暖夏涼，遇有睡思，則就枕。其詩曰：墻高於肩，室大如斗。布被暖餘，藜藿飽後。氣吐胸中，充塞宇宙。聞人說人之善，就而和之，又從而喜之。語曰：樂見善人，樂聞善事。樂道善言，樂行善意。晚教二子以六經，家素業儒，口未嘗不道儒言，身未嘗不蹈儒行。其詩曰：義軒之書，未嘗去手。堯舜之談，未嘗離口。當中和天，同樂易友。吟自在詩，飲歡喜酒。百年升平，不爲不偶。七十康強，不爲不壽。老境從容，孰有如康節者乎？

**《怡情小錄・居常待終》** 徐勉曰：冬日之陰，夏日之陽，良辰美景，負杖躡履，逍遙自樂，臨池觀魚，披林聽鳥。濁酒一杯，彈琴一曲，求數刻之樂，庶幾居常以待終。

**《怡情小錄・守志》** 陶隱居書曰：偃蹇園巷，從容郊邑，守一介之志，非敢蔑榮嗤俗，自致雲霞，蓋任性靈而直往，保無用以得閒。壟薪井汲，樂有餘歡，切松煮术，此外何務。

**《怡情小錄・對酌壙中》** 司空圖預爲壽藏，故人來者，引之壙中，賦詩對酌。人或難之，圖曰：達人大觀，幽顯一致，非止暫游此中，公何不廣哉！布衣鞉杖，出則以女家人鸞臺自隨。歲時村社會集，圖必造之，與野老同席，曾無傲色。

**《怡情小錄・卜築》** 長松怪石，去墟落不下一二十里爲徑，緣崖涉水，於草莽閒數四，左右兩三家相望，鷄犬之聲相聞，竹籬茅舍，蕪處其閒，蘭菊藝之，臨水時種梅柳。霜月春風，自有餘思，兒童婢僕，皆布衣短褐以給薪水，釀村酒而飲之，案有雜書，《莊周》《太元》《楚詞》《黃庭》《陰符》《楞嚴》《圓

覺》數十卷而已。杖藜躡履，往來窮谷大川，聽流水，看激湍，鑑澄潭，步危橋，坐茂林，探幽壑，升高峰，顧無樂而死乎。

又　草堂之中，竹牕之下，必置一榻，時或困倦，偃仰自如。日閒牕下一眠，甚是清爽，時夢乘白鶴遊於太空，俯視塵壤，有如蟻壘，自謂莊子夢爲蝴蝶，入於桃溪，當與子休相類。又曰：草堂之中，或草亭僻室，製爲琴室，地下埋一大缸，缸中懸一銅鐘，上以石墁，或用板鋪，上置琴磚或木几，彈琴其聲空空清亮，自有外物氣度。出《神陰記》。

又　江文通曰：常願幽居築宇，絕棄人事。苑以丹林，池以綠水，左倚郊甸，右帶嬴澤。清春爰謝，則接武平皋。素秋澄景，則獨酌虛室。侍女三四，趙女數人，不則逍遙數紀，彈琴詠詩，朝露幾閒，忽忘老之將至。淹之所學，盡此而已矣。

**《怡情小錄・居閒》**　居閒勝於居官，其事不一。其最便者，尤於暑月見之。自早燒香食罷，便搔首。衩袒羣敷從事，藤床竹几，高枕北牕。清風時來，反患太涼。挾策就枕，困來熟睡。晚涼浴罷，杖履逍遙，臨池觀月，乘高取風，採蓮剝芡，剖瓜雪藕，白醪三杯，取醉而適。其爲樂，殆未可以一二數也。

又　曾南豐曰：宅有桑麻，田有杭稌，而渚有蒲蓮，弋於高以追鳧燕之上下，緡於深而逐鱣鮪之潛泳，吾所以衣食其力而無媿於心也。息有喬木之蘩陰，藉有豐草之幽香，登山而淩雲，覽天地之奇變，弄泉而乘月，遺氛埃之溷濁，此吾取其怠倦而樂於自遂也。

# 環境衛生總部


主　編：吳永貴　馬逢升　常傲冰

副主編：馬逢升　彭　泉　羅　燕　常傲冰

編　委：陳清華　徐　梅　楊勝林　李　媛

岳勝難　何婧琳　王　璟　周紅黎

戴　翥　張雪冰　岳崇俊　馬鳳麗

趙懷清　馬開翼　韓豔麗　郝敬紅

馬　珊　馬素紅

# 《環境衛生總部》提要

一、《環境衛生總部》為《中華大典・醫藥衛生典・衛生學分典》總部之一，為中醫藥衛生養生文獻整理研究，所收資料主要論述環境與健康的關係，內容涉及人與自然環境，如四時調攝，以防外感六淫的侵襲；人與社會環境，如修身養性，平和心志以防七情內傷。

二、《環境衛生總部》，主要收集環境衛生健康的資料，上及先秦，兩漢以降至明清，經、史、子、集中凡環境與衛生、修身健康的文獻資料，盡在收集整理研究之中。

三、《環境衛生總部》按《中華大典》工作細則的體例進行編排，以環境居處部、天時地理部、災疫部三部為經，題解、論說、綜述、傳記、紀事、雜錄、藝文爲緯目，條分縷析，首尾一貫。

四、環境居處部主要收錄居處環境、庭院布局、山水風物、房屋建設、生活起居等內容；天時地理部主要收錄天時、氣候、地域環境、四時調攝的內容；災疫部收錄災害防禦、健康與疾病，尤其是傳染病原因及其預防治療的資料。內容全面系統，為研究環境與健康打下基礎。

五、環境與健康、疾病防治為中醫學重要組成部分。歷代各家極為重視，積累了豐富的文獻資料。但長期未作過系統的整理研究，此為首次進行，其難度可見一斑。由於醫學涵蓋自然與社會各學科知識，文獻資料覆蓋面極廣。此次整理，即是醫學文獻研究，也是醫學文化積累，也對其他學科起到工具檢索的作用，在國學各學科中具重要學術地位。

# 目錄


環境居處部……四六三
題解……四六三
論說……四六三
綜述……四七六
紀事……五〇九
著錄……五一〇
雜錄……五一一
藝文……五三二
天時地理部……五五三
題解……五五三
論說……五五四
綜述……五九六
雜錄……六二一
災疫部……六三一
題解……六三一
論說……六三一
綜述……六四九
傳記……七〇一
紀事……七〇八

# 環境衛生總部

## 環境居處部

### 題解

《論語・子路》　居處恭，執事敬，與人忠。雖之夷狄，不可棄也。

《論語・陽貨》　夫君子之居喪，食旨不甘，聞樂不樂，居處不安。

《後漢書・袁安傳》　居處仄陋，以學耕為業。

《天隱子養生書・安處》　何謂安處？曰：非華堂邃宇、重裀廣榻之謂也。在乎南面而坐，東首而寢，陰陽適中，明暗相半。屋無高，高則陽盛而明多；屋無卑，卑則陰盛而暗多。故明多則傷魄，暗多則傷魂。人之魂陽而魄陰，傷于明暗，則疾病生焉。此所以居處之室，必使之能向天地之氣，若有亢陽之攻肌，淫陰之侵體，豈不傷哉！修養之漸，倘不法此，非安處之道。

《元史・余闕傳》　乃集有司與諸將議屯田戰守計，環境築堡寨，選精甲外捍，而耕稼於中。

《遵生八箋・起居安樂箋》　知恬逸自足者，為得安樂本；審居室安處者，為得安樂窩；保晨昏怡養者，為得安樂法；閑溪山逸游者，為得安樂觀；識三才避忌者，為得安樂戒；嚴賓朋交接者，為得安樂助。加之內養得術，丹藥效靈，耄耋期頤，坐躋上壽，又何難哉？

又　人之家室，土厚水深，居之不疾，故人居處，隨其方所，皆欲土厚水深。土欲堅潤而黃，水欲甘美而清。常坐之處，極令四面周密，勿令少有細隙，致風得入壁間。風峻人不易知，其傷人最重，初時不覺，久能中人。夫風者，天地之氣也。能生成萬物，亦能損人，有正有邪故耳。

### 論說

《詩經・大雅・公劉》　既溥既長，既景迺岡，相其陰陽，觀其流泉。

又　逝彼百泉，瞻彼溥原。迺陟南岡，乃覯于京。

《管子・水地》　地者，萬物之本原，諸生之根菀也。美惡賢不肖，愚俊之所生也。水者，地之血氣，如筋脈之通流者也。故曰：水具材也。何以知其然也？曰：夫水淖弱以清，而好灑人之惡，仁也。視之黑而白，精也。量之不可使概，至滿而止，正也。唯無不流，至平而止，義也。人皆赴高，己獨赴下，卑也。卑也者，道之室，王者之器也。而水以為都居。準也者，五量之宗也。素也者，五色之質也。淡也者，五味之中也。是以水者，萬物之準也。諸生之淡也，違非得失之質也。是以無不滿無不居也，集於天地，而藏於萬物。產於金石，集於諸生，故曰水神。集於草木，根得其度，華得其數，實得其量，鳥獸得之，形體肥大，羽毛豐茂，文理明著，萬物莫不盡其幾，反其常者，水之內度適也。夫玉之所貴者，九德出焉，夫玉溫潤以澤，仁也。鄰以理者，知也。堅而不蹙，義也。廉而不劌，行也。鮮而不垢，潔也。折而不撓，勇也。瑕適皆見，精也。茂華光澤，竝通而不相陵，容也。叩之，其音清搏徹遠，純而不殺，辭也。是以人主貴之，藏以為寶，剖以為符瑞，九德出焉。人，水也。男女精氣合，而水流形。三月如咀。咀者何？曰：五味。五味者何？曰：五藏。酸主脾，鹹主肺，辛主腎，苦主肝，甘主心。五藏已具，而後生肉。脾生隔，肺生骨，腎生腦，肝生革，心生肉。五肉已具，而後發為九竅。脾發為鼻，肝發為目，腎發為耳，肺發為竅，五月而成，十月而生。生而目視，耳聽，心慮。目之所以視，非特山陵之見也，察於荒忽。耳之所聽，非特雷鼓之聞也，察於淑湫。心之所慮，非特知於麤麤也，察於微眇，故修要之精。是以水集於玉而九德出焉。凝蹇而為人，而九竅五慮出焉。此乃其精也，精麤濁蹇，能存而不能亡者也。伏閽能存而能亡者，蓍龜與龍是也。龜生於水，發之於火，於是為萬物先，為禍福正。龍生於水，被五色而游，故神。欲小則化如蠶蠋。欲大則藏於天下，欲上則凌於雲氣，欲下則入於深泉。變化無

日，上下無時，謂之神。龜與龍，伏闇能存而能亡者也。或世見，或世不見者，生蝎與慶忌。故涸澤數百歲，谷之不徙，水之不絕者，生慶忌。慶忌者，其狀若人，其長四寸，衣黃衣，冠黃冠，戴黃蓋，乘小馬，好疾馳，以其名呼之，可使千里外一日反報。此涸澤之精也。涸川之精者，生於蝎。蝎者，一頭而兩身，其形若虵，其長八尺，以其名呼之，可以取魚鼈。此涸川水之精也。是以水之精麤濁蹇，能存而不能亡者，生人與玉。伏闇能存而能亡者，蓍龜與龍。或世見或不見者，蝎與慶忌。故人皆服之，而管子則之。人皆有之，而管子以之。是故具者何也？水是也。萬物莫不以生，唯知其託者能為之正。具者，水是也。故曰：水者何也？萬物之本原也，諸生之宗室也，美惡賢不肖愚俊之所產也。何以知其然也？夫齊之水道燥而復，故其民貪麤而好勇。楚之水淖弱而清，故其民輕果而賊。越之水濁重而洎，故其民愚疾而垢。秦之水汧最而稽，淤滯而雜，故其民諰諰葆詐，巧佞而好利。燕之水萃下而弱，沈滯而滭，故其民愚戇而好貞，輕疾而易死。宋之水輕勁而清，故其民閒易而好正。是以聖人之化世也，其解在水。故水一則人心正，水清則民心易。一則欲不污，民心易則行無邪。是以聖人之治於世也，不人告也，不戶說也，其樞在水。

**《禮記・內則》**　子事父母，雞初鳴，咸盥漱，櫛縰笄總，拂髦冠緌纓，端韠紳，搢笏，左右佩用，偪屨著綦。

婦事舅姑，如事父母，雞初鳴，咸盥漱，櫛縰笄總，衣紳。左佩紛帨，刀礪，小觿、金燧。右佩玦捍，管、遰、大觿、木燧。衿纓綦屨。【略】

男女未冠笄者，雞初鳴咸盥漱，櫛縰，拂髦，總角，衿纓，皆佩容臭。【略】

凡內外，雞初鳴，咸盥漱，衣服，斂枕簟，灑掃室堂及庭，布席，各從其事。孺子蚤寢晏起，唯所欲，食無時。【略】

在父母舅姑之所，有命之，應唯，敬對，進退周旋慎齊。升降出入揖游，不敢噦噫、嚏咳、欠伸、跛倚、睇視，不敢唾洟。寒不敢襲，癢不敢搔。不有敬事，不敢袒裼。不涉不撅，褻衣衾不見裏。父母唾洟不見。冠帶垢，和灰請漱，衣裳垢，和灰請澣。衣裳綻裂，紉箴請補綴。五日則燂湯請浴，三日具沐。其間面垢，燂潘請靧。足垢，燂湯請洗。少事長。

**又**　凡養老，有虞氏以燕禮，夏后氏以饗禮，殷人以食禮，周人脩而兼用之。凡五十養於鄉，六十養於國，七十養於學，達於諸侯，八十拜君命，一坐再至，瞽亦如之。九十者使人受。五十異粻，六十宿肉，七十貳膳，八十常珍，九十飲食不違寢，膳飲從於遊可也。六十歲制，七十時制，八十月制，九十日修，唯絞紛衾冒，死而後制。五十始衰，六十非肉不飽，七十非帛不煖，八十非人不煖，九十雖得人不煖矣。五十杖於家，六十杖於鄉，七十杖於國，八十杖於朝，九十者天子欲有問焉，則就其室，以珍從。七十不俟朝，八十月告存，九十日有秩。五十不從力政，六十不與服戎，七十不與賓客之事，八十齊喪之事弗及也。五十而爵，六十不親學，七十致政。凡自七十以上，唯衰麻為喪。凡三王養老，皆引年。八十者，一子不從政，九十者，其家不從政，瞽亦如之。凡父母在，子雖老不坐。有虞氏養國老於上庠，養庶老於下庠。夏后氏養國老於東序，養庶老於西序。殷人養國老於右學，養庶老於左學。周人養國老於東膠，養庶老於虞庠，虞庠在國之西郊。有虞氏皇而祭，深衣而養老。夏后氏收而祭，燕衣而養老。殷人冔而祭，縞衣而養老。周人冕而祭，玄衣而養老。曾子曰：孝子之養老也，樂其心，不違其志。樂其耳目，安其寢處，以其飲食忠養之。孝子之身終，終身也者，非終父母之身，終其身也。是故父母之所愛亦愛之，父母之所敬亦敬之。至於犬馬盡然，而況於人乎！

**《荀子・禮論》**　禮起於何也？曰：人生而有欲，欲而不得，則不能無求，求而無度量分界，則不能不爭，爭則亂，亂則窮。先王惡其亂也，故制禮義以分之，以養人之欲，給人之求。使欲必不窮乎物，物必不屈於欲，兩者相持而長，是禮之所起也。故禮者，養也。芻豢稻粱，五味調香，所以養口也。椒蘭芬芷，所以養鼻也。雕琢刻鏤黼黻文章，所以養目也。鐘鼓管磬，琴瑟竽笙，所以養耳也。疏房檖貌越席牀第几筵，所以養體也。故禮者，養也。君子既得其養，又好其別。曷謂別？曰：貴賤有等，長幼有差，貧富輕重，皆有稱者也。故天子大路越席，所以養體也。側載睪芷，所以養鼻也。前有錯衡，所以養目也。和鸞之聲，步中武象，趨中韶護，所以養耳也。龍旗九旂，所以養信也。寢兕，持虎，蛟韅，絲末，彌龍，所以養威也。故大路之馬，必倍至教順，然後乘之，所以養安也。孰知夫出死要節之所以養生也。孰知夫出費用之所以養財也。孰知夫恭敬辭讓之所以養安也。孰知夫禮義文理之所以養情也。故人苟生之為見，若者必死。苟利之為見，若者必害。苟怠惰偷儒之為安，若者必危。苟情說之為樂，若者必滅。故人一之於禮義，則兩得

之矣。一之於情性，則兩喪之矣。故儒者將使人，兩得之者也；墨者將使人，兩喪之者也。是儒墨之分也。禮有三本，天地者，生之本也；先祖者，類之本也；君師者，治之本也。無天地惡生，無先祖惡出，無君師惡治，三者偏亡焉無安人。故禮上事天，下事地，尊先祖而隆君師，是禮之三本也。故王者，天太祖，諸侯不敢壞，大夫士有常宗，所以別貴始，貴始得之本也。郊止乎天子，而社至於諸侯，道及士大夫，所以別尊者事尊，卑者事卑，宜大者巨，宜小者小，故有天下者，事十世；有一國者，事五世；有五乘之地者，事三世；有三乘之地者，事二世；持手而食者，不得立宗廟。所以表積厚，積厚者，流澤廣。積薄者，流澤狹也。大饗，尚玄尊。俎生魚，先大羹，貴食飲之本也。饗尚玄尊而用酒醴，先黍稷而飯稻粱。祭嚌大羹而飽庶羞，貴本而親用也。貴本之謂文，親用之謂理。兩者合而成文，以歸大一，夫是之謂大隆。故尊之尚玄酒也，俎之尚生魚也，豆之先大羹也，一也。利爵之不醮也，成事之俎不嘗也，三臭之不食也，一也。大昏之未發齊也，大廟之未入尸也，始卒之未小斂也，一也。大路之素未集也，郊之麻絻也，喪服之先散麻也，一也。三年之喪，哭之不文也，清廟之歌，一倡而三歎也，縣一鍾尚拊之膈，朱弦而通越也，一也。凡禮始乎棁，成乎文，終乎悅校。故至備情文俱盡。其次情文代勝，其下復情以歸大一也。天地以合，日月以明，四時以序，星辰以行，江河以流，萬物以昌，好惡以節，喜怒以當，以為下則順，以為上則明，萬物變而不亂，貳之則喪也。禮豈不至矣哉。立隆以為極而天下莫之能損益也。本末相順，終始相應，至文以有別，至察以有說。天下從之者治，不從者亂，從之者安，不從者危。從之者存，不從者亡。小人不能測也，禮之理誠深矣。堅白同異之察，入焉而溺，其理誠大矣。擅作典制辟陋之說，入焉而喪，其理誠高矣。暴慢恣睢，輕俗之屬，入焉而隊。故繩墨誠陳矣，則不可欺；以曲直衡誠縣矣，則不可欺；以輕重規矩誠施矣，則不可欺；以方圓君子審於禮，則不可欺；以詐偽故繩者直之，至衡者平之至，規矩者方圓之至，禮者人道之極也。然而不法禮，不足禮，謂之無方之民。法禮，足禮，謂之有方之士。禮之中焉能思索，謂之能慮；禮之中焉能勿易，謂之能固。能慮能固，加好者焉，斯聖人矣。故天者，高之極也；地者，下之極也；無窮者，廣之極也。聖人者，道之極也。故學者固，學為聖人也。非特學為無方之民也。禮者以財物為用，以貴賤為文，以多少為異，以隆殺為要，文理繁，情用省，是禮之隆也。文理省，情用繁，是禮之殺也。文理情用，相為內外，表裡並行而雜，是禮之中流也。故君子上致其隆，下盡其殺，而中處其中。步驟馳騁厲騖不外是矣，是君子之壇宇宮廷也。人有是士君子也，外是民也。於是其中焉，方皇周挾，曲得其次序，是聖人也。故厚者，禮之積也；大者，禮之廣也；高者，禮之隆也；明者，禮之盡也。《詩》曰：禮儀卒度，笑語卒獲。此之謂也。禮者，謹於治生死者也。生，人之始也。死，人之終也。終始俱善，人道畢矣。故君子敬始而慎終，終始如一，是君子之道，禮義之文也。夫厚其生而薄其死，是敬其有知而慢其無知也，是姦人之道而倍叛之心也。君子以倍叛之心，接臧穀，猶且羞之，而況以事其所隆親乎！故死之為道也，一而不可得再復也，臣之所以致重其君，子之所以致重其親，於是盡矣。故事生不忠厚，不敬文，謂之野。送死不忠厚，不敬文，謂之瘠。君子賤野而羞瘠，故天子棺槨十重，諸侯五重，大夫三重，士再重。然後皆有衣衾多少厚薄之數，皆有翠翣文章之等，以敬飾之，使生死終始若一。足以為人願，是先王之道，忠臣孝子之極也。天子之喪動四海，屬諸侯。諸侯之喪動通國，屬大夫。大夫之喪動一國，屬修士。修士之喪動一鄉，屬朋友。庶人之喪，合族黨動，州里刑餘。罪人之喪，不得合族黨。獨屬妻子，棺槨三寸，衣衾三領，不得飾棺，不得晝行以辱殣，凡緣而往埋之。反無哭泣之節，無衰麻之服，無親疏月數之等，各反其平，各復其始，已葬埋，若無喪者而止，夫是之謂至辱。禮者，謹於吉凶不相厭者也。紸纊聽息之時，則夫忠臣孝子亦知其閔已，然而殯斂之具，未有求也；垂涕恐懼，然而幸生之心未已，持生之事未輟也；卒矣，然後作具之。故雖備家必踰日然後能殯，三日而成服。然後告遠者出矣，備物者作矣。故殯久不過七十日，速不損五十日。是何也？曰：遠者可以至矣，百求可以得矣，百事可以成矣；其忠至矣，其節大至，其文備矣。然後月朝卜日，月夕卜宅，然後葬也。當是時也，其義止，誰得行之！其義行，誰得止之！故三月之葬，其貌以生設飾死者也，殆非直留死者以安生也，是致隆思慕之義也。喪禮之凡：變而飾，動而遠，久而平。故死之為道也，不飾則惡，惡則不哀；尒則翫，翫則厭，厭則忘，忘則不敬。一朝而喪其嚴，親而所以送葬之者不哀不敬，則嫌於禽獸矣，君子恥之。故變而飾，所以滅惡也；動而遠，所以遂敬也；久而平，所以優生也。禮者，斷長續短，損有餘，益不足，達愛敬之文，而滋成行義之美者也。故文飾麤惡，聲樂哭泣，恬愉憂

戚，是反也。然而禮兼而用之，時舉而代御。故文飾、聲樂，恬愉，所以持平奉吉也；羸衰哀泣，所以持險奉凶也。故其立文飾也，至於窕冶；其立羸衰也，不至於瘠棄；其立聲樂恬愉也，不至於流淫惰慢；其立哭泣哀戚也，不至於隘慑傷生。是禮之中流也。故情貌之變足以別吉凶，明貴賤親疏之節，期止矣。外是，姦也。雖難，君子賤之。故量食而食之，量要而帶之。相高以毀瘠，是姦人之道也，非禮義之文，非孝子之情也，將以有為者也。故說豫娩澤，憂戚萃惡，是吉凶憂愉之情發於顏色者也。歌謠謑笑，哭泣諦號，是吉凶憂愉之情發於聲音者也。芻豢稻粱，酒醴餚鬻，魚肉菽藿酒漿，是吉凶憂愉之情，發於食飲者也。卑絻、黼黻、文織，資麤、衰絰、菲總、菅屨，是吉凶憂愉之情發於衣服者也。疏房、檖貌，越席、床第、几筵，屬茨、倚廬、席薪、枕塊，是吉凶憂愉之情發於居處者也。兩情者，人生固有端焉。若夫斷之繼之，博之淺之，益之損之，類之盡之，盛之美之，使本末終始莫不順比，足以為萬世則，是禮也。非順孰修為之君子，莫之能知也。故曰：性者，本始材朴也；偽者，文理隆盛也。無性則偽之無所加，無偽則性不能自美。性偽合，然後聖人之名一，天下之功於是就也。故曰：天地合而萬物生，陰陽接而變化起，性偽合而天下治。天能生物，不能辨物也；地能載人，不能治人也；宇中萬物，生人之屬，待聖人然後分也。詩曰：懷柔百神，及河喬嶽。此之謂也。

**《呂氏春秋・季春紀・盡數》**　二曰：天生陰陽，寒暑燥濕，四時之化，萬物之變，莫不為利，莫不為害。聖人察陰陽之宜，辨萬物之利以便生，故精神安乎形，而年壽得長焉。長也者，非短而續之也，畢其數也。畢數之務，在乎去害。何謂去害？大甘、大酸、大苦、大辛、大鹹，五者充形則生害矣。大喜、大怒、大憂、大恐、大哀，五者接神則生害矣。大寒、大熱、大燥、大濕、大風、大霖、大霧，七者動精則生害矣。故凡養生，莫若知本，知本則疾無由至矣。精氣之集也，必有入也。集於羽鳥，與為飛揚；集於走獸，與為流行；集於珠玉，與為精朗；集於樹木，與為茂長；集於聖人，與為夐明。精氣之來也，因輕而揚之，因走而行之，因美而良之，因長而養之，因智而明之。流水不腐，戶樞不蠹，動也。形氣亦然。形不動則精不流，精不流則氣鬱。鬱處頭則為腫，為風；處耳則為掏，為聾；處目則為瞘，為盲；處鼻則為鼽，為窒；處腹則為張，為府；處足則為痿，為蹷。輕水所多禿與癭人；重水所多尰與躄人；甘水所多好與美人；辛水所多疽與痤人；苦水所多尪與傴人。凡食，無彊厚味，無以烈味重酒，是以謂之疾首。食能以時，身必無災。凡食之道，無饑無飽，是之謂五藏之葆。口必甘味，和精端容，將之以神氣，百節虞歡，咸進受氣。飲必小咽，端直無戾。今世上下篤禱祠，故疾病癒來。譬之若射者，射而不中，反修於招，何益於中？夫以湯止沸，沸愈不止，去其火則止矣。故巫醫毒藥，逐除治之，故古之人賤之也，為其末也。

**《漢書・食貨志》**　《洪範》八政，一曰食，二曰貨。食謂農殖嘉穀可食之物，貨謂布帛可衣，及金刀龜貝，所以分財布利通有無者也。二者，生民之本，興自神農之世。斲木為耜，煣木為耒，耒耨之利以教天下，而食足；日中為市，致天下之民，聚天下之貨，交易而退，各得其所，而貨通。食足貨通，然後國實民富，而教化成。黃帝以下通其變，使民不倦。堯命四子以敬授民時，舜命後稷以黎民祖饑，是為政首。禹平洪水，定九州，制土田，各因所生遠近，賦入貢棐，林遷有無，萬國作乂。殷周之盛，《詩》《書》所述，要在安民，富而教之。故《易》稱天地之大德曰生，聖人之大寶曰位；何以守位曰仁，何以聚人曰財。財者，帝王所以聚人守位，養成羣生，奉順天德，治國安民之本也。故曰：不患寡而患不均，不患貧而患不安。蓋均亡貧，和亡寡，安亡傾。是以聖王域民，築城郭以居之，制廬井以均之，開市肆以通之，設庠序以教之。士農工商，四民有業。學以居位曰士，闢土殖穀曰農，作巧成器曰工，通財鬻貨曰商。聖王量能授事，四民陳力受職，故朝亡廢官，邑亡敖民，地亡曠土。理民之道，地著為本。故必建步立畝，正其經界。六尺為步，步百為畝，畝百為夫，夫三為屋，屋三為井，井方一里，是為九夫。八家共之，各受私田百畝，公田十畝，是為八百八十畝，餘二十畝以為廬舍。出入相友，守望相助，疾病相救，民是以和睦，而教化齊同，力役生產可得而平也。民受田，上田夫百畝，中田夫二百畝，下田夫三百畝。歲耕種者為不易上田；休一歲者為一易中田；休二歲者為再易下田；三歲更耕之，自爰其處。農民戶人已受田，其家衆男為餘夫，亦以口受田如比。士工商家受田，五口乃當農夫一人。此謂平土可以為法者也。若山林藪澤原陵淳鹵之地，各以肥磽多少為差。有賦有稅。稅謂公田什一及工商衡虞之入也。賦共車馬甲兵士徒之役，充實府庫賜予之用。稅給郊社宗廟百神之祀，天子奉養百官，祿食庶事之費。民年二十受田，六十歸田。七十以上，上所養也；十歲以下，上

所長也；十一以上，上所彊也。種穀必雜五種，以備災害。田中不得有樹，用妨五穀。力耕數耘，收穫如寇盜之至。還廬樹桑，菜茹有畦，瓜瓠果蓏殖於疆易。雞豚狗彘毋失其時，女修蠶織，則五十可以衣帛，七十可以食肉。在墜曰廬，在邑曰里。五家為鄰，五鄰為里，四里為族，五族為黨，五黨為州，五州為鄉。鄉，萬二千五百戶也。鄰長位下士，自此以上，稍登一級，至鄉而為卿也。於里有序而鄉有庠。序以明教，庠則行禮而視化焉。春令民畢出在墜，冬則畢入於邑。其《詩》曰：四之日舉止，同我婦子，饁彼南畝。又曰：十月蟋蟀，入我牀下，嗟我婦子，聿為改歲，入此室處。所以順陰陽，備寇賊，習禮文也。春，將出民，里胥平旦坐於右塾，鄰長坐於左塾，畢出然後歸，夕亦如之。入者必持薪樵，輕重相分，班白不提挈。冬，民既入，婦人同巷，相從夜績，女工一月得四十五日。必相從者，所以省費燎火，同巧拙而合習俗也。男女有不得其所者，因相與歌詠，各言其傷。是月，餘子亦在於序室。八歲入小學，學六甲五方書計之事，始知室家長幼之節。十五入大學，學先聖禮樂，而知朝廷君臣之禮。其有秀異者，移鄉學於庠序。庠序之異者，移國學於少學。諸侯歲貢少學之異者於天子，學於大學，命曰造士。行同能偶，則別之以射，然後爵命焉。孟春之月，羣居者將散，行人振木鐸徇於路，以采詩，獻之大師，比其音律，以聞於天子。故曰：王者不窺牖戶而知天下。此先王制土處民，富而教之之大略也。故孔子曰：道千乘之國，敬事而信，節用而愛人，使民以時。故民皆勸功樂業，先公而後私。其《詩》曰：有渰淒淒，興雲祁祁，雨我公田，遂及我私。民三年耕，則餘一年之畜。衣食足而知榮辱，廉讓生而爭訟息，故三載考績。孔子曰：苟有用我者，期月而已可也，三年有成，成此功也。三考黜陟，餘三年食，進業曰登；再登曰平，餘六年食；三登曰泰平，二十七歲，遺九年食。然后至德流洽，禮樂成焉。故曰：如有王者，必世而後仁，繇此道也。

**《諸病源候論・蟲毒病諸候・沙蝨候》** 山內水間有沙蝨，其蟲甚細，不可見。人入水浴及汲水澡浴，此蟲著身，及陰雨日行草間，亦著人，便鑽入皮裏。其診法：初得時，皮上正赤，如小豆黍粟，以手摩赤上，痛如刺。過三日之後，令百節疼，強痛寒熱，赤上發瘡。此蟲漸入至骨，則殺人。人在山澗洗浴，竟巾拭燋，燋如芒毛針刺，熟看見處，以竹簪挑拂去之。已深者，用針挑取蟲子。正如疥蟲著爪上，映光方見行動也。挑不得，灸上三七壯則蟲死病除。

**《諸病源候論・癭瘤等病諸候・癭候》** 癭者，由憂恚氣結所生，亦曰：飲沙水，沙隨氣入於脈博頸下而成之。初作與癭核相似，而當頸下也，皮寬不急，垂揬揬然是也。【略】《養生方》云：諸山水黑土中，出泉流者，不可久居，常食令人作癭病，動氣增患。

**《千金要方・養性・居處法》** 凡人居止之室，必須周密，勿令有細隙，致有風氣得人。小覺有風，勿強忍之，久坐必須急急避之，久居不覺，使人中風。古來忽得偏風，四肢不隨，或如角弓反張，或失音不語者，皆由忽此耳。身既中風，諸病總集，邪氣得便，遭此致卒者，十中有九。是以大須周密，無得輕之，慎焉慎為。所居之室，勿塞井及水瀆，令人聾盲。

凡在家及外行，卒逢大颶風、暴雨、震電、昏暗、大霧，此皆是諸龍鬼神行動經過所致。宜入室閉戶，燒香靜坐，安心以避之。待過後乃出。不爾損人，或當時雖未苦，於後不佳矣。又陰霧中亦不可遠行。

凡家中有經像，行來先拜之，然後拜尊長，每行至則峻坐焉。

凡居家不欲數沐浴，若沐浴則必須密室，不得大熱，亦不得大冷，皆生百病。冬浴不必汗出霢霂，沐浴後不得觸風冷。新沐髮訖，勿當風，勿濕紮髻，勿濕頭臥，使人頭風眩悶，髮禿面黑，齒痛耳聾，頭生白屑。饑忌浴，飽忌沐，沐訖，須進少許食飲乃出。夜沐髮，不食即臥，令人心虛，饒汗多夢。又夫妻不用同日沐浴，常以晦日浴，朔日沐吉。凡炊湯經宿洗人體成癬，洗面無光，洗腳即疼痛作甑畦瘡。熱泔洗頭，冷人濯之，作頭風。飲水沐頭，亦作頭風時行病。新汗解，勿冷水洗浴，損心包不能復。

凡居家，常戒約內外長幼，有不快即須早道，勿使隱忍以為無苦，過時不知，便為重病，遂成不救。小有不好，即按摩挼捺，令百節通利，洩其邪氣。凡人無問有事無事，常須日別蹋脊背、四肢一度，頭項苦，令熟蹋，即風氣時行不能著人。此大要妙，不可具論。

凡人居家及遠行，隨身常有熟艾一升，備急丸、辟鬼丸、生肌藥、甘濕藥、丁腫藥、水銀、大黃、芒硝、甘草、乾薑、桂心、蜀椒。不能更蓄餘藥，此等常不可闕少。及一兩卷百一備急藥方，並帶辟毒蛇蜂蠍毒藥隨身也。

凡人自覺十日以上康健，即須灸三數穴以洩風氣。每日必須調氣補瀉，按摩導引為佳。勿以康健便為常然，常須安不忘危，預防諸病也。

**《千金翼方・退居》**　論曰：人生一世，甚於過隙，役役隨物，相視俱盡，不亦哀乎！就中養衛得理，必免夭橫之酷。若知進而不知退，知得而不知喪，嗜欲煎其內，權位牽其外，其於過分內熱之損，胡可勝言，況乎身滅覆宗之禍，不絕於世哉。今撰退居養志七篇，庶無禍敗夭橫之事，若延年長生，則存乎別錄。高人君子，宜審思之。

擇地

山林深遠，固是佳境，獨往則多阻，數人則喧雜，必在人野相近，心遠地偏，背山臨水，氣候高爽，土地良沃，泉水清美，如此得十畝平坦處，便可構居。若有人功可至二十畝，更不得廣，廣則營為關心，或似產業，尤為煩也。若得左右映帶，崗阜形勝，最為上地。地勢好，亦居者安，非他望也。

締搆

看地形向背，擇取好處。立一正屋三間，內後牽其前梁稍長，柱令稍高，椽上著棧，棧訖上著三四寸泥。泥令平，待乾即以瓦蓋之，四面築牆，不然塹壘，務令厚密，泥飾如法。須斷風隙，拆縫門窗，依常法開後門。若無瓦，草蓋令厚二尺，則冬溫夏涼。於簷前西間，作一格子房以待客，客至引坐，勿令入寢室及見藥房，恐外來者有穢氣損人壞藥故也。若院外置一客位最佳。堂後立屋兩間，每間為一房，修泥一準正堂，門令牢固，一房著藥。藥房更造一立櫃，高腳為之，天陰霧氣，櫃下安少火，若江北則不須火也。一房著藥器，地上安厚板，板上安之，着地土氣，恐損。正屋東去屋十步造屋三間，脩節準上，二間作廚，北頭一間作庫，庫內東牆施一棚，兩層，高八尺，長一丈，闊四尺，以安食物。必不近正屋，近正屋則恐煙氣及人，兼慮火燭，尤宜防慎。於廚東作屋二間，弟子、家人寢處。於正屋西北，立屋二間通之，前作格子，充料理曬曝藥物，以籬院隔之。又於正屋後三十步外，立屋二間，椽梁長壯，柱高間闊，以安藥爐。更以籬院隔之，外人不可至也。西屋之南，立屋一間，引簷中隔着門，安功德，充念誦人靜之處。中門外，水作一池，可半畝餘，深三尺，水常令滿，種支荷菱芡，繞池岸種甘菊，既堪採食，兼可閱目怡閑也。

服藥

人非金石，況犯寒熱霧露，既不調理，必生疾癘。常宜服藥，辟外氣和臟腑也。平居服五補七宣丸、鍾乳丸，量其性冷熱虛實，自求好方常服。其紅雪三黃丸、青木香丸、理中丸、神明膏、陳元膏、春初水解散、天行茵陳丸散，皆宜先貯之，以防疾發，忽有卒急，不備難求。臘日合一劑烏膏楸葉膏，以防癰瘡等。若能服食，尤是高人。世有偶學合鍊，又非真好，或身嬰朝紱，心迫名利，如此等輩，亦何足言。今退居之人，豈望不死羽化之事，但免外物逼切，庶幾全其天年。然小小金石事，又須閑解神精丹，防危救急所不可闕耳。伏火丹砂，保精養魂，尤宜長服。伏火石硫黃，救腳氣，除冷癖，理腰膝，能食有力。小還丹愈疾去風。伏火磁石，明目堅骨。火煉白石英、紫石英，療結滯氣塊，強力堅骨。伏火水銀，壓熱鎮心。金銀膏，養精神，去邪氣。此等方藥，固宜留心功力，各依本草。其餘丹火，以冀神助，非可卒致。有心者亦宜精懇，儻遇其真。

飲食

身在田野，尤宜備贍，須識罪福之事，不可為食損命。所有資身，在藥菜而已。料理如法，殊益於人。枸杞、甘菊、術、牛膝、苜蓿、商陸、白蒿、五加，服石者不宜吃。商陸以上藥，三月以前苗嫩。

**《太平御覽・夏至》**　《續漢書・禮儀志》曰：夏至日浚井改水，冬至鑽燧改火，可去溫病也。

**《世醫得效方・房中補益法》**　論曰：人年四十以下，多有放恣，四十以上，即頓覺氣力一時衰退，衰退既至，衆病蜂起，久而不治，遂至不救。凡人氣力自有盛而過人者，亦不可抑忍久而不洩，致生癰疽。若年過六十，強有數旬不得交合，意中平平者，自可閉固也。昔正觀初有一野老，年七十餘，詣余云：數日來陽氣益盛，思與家嫗晝寢，春事皆成，未知垂老有此，為善惡耶？余荅之曰：是大不祥。子獨不聞膏火乎？夫膏火之將竭也，必先暗而後明，明止則滅。今足下年邁桑榆，久當閉精息欲，茲忽春情猛發，豈非反常耶？竊為足下憂之，子其勉歟！後四旬，發病而死。此其不慎之效也。如斯之輩非一，且疏一人以最將來耳。所以善攝生者，凡覺陽事輒盛，必謹而抑之，不可縱心竭意以自賊也。若一度制得，則一度火滅，一度增油。若不能制，縱情施瀉，即是膏火將滅，更去其油，可不深自防！所患人少年時不知道，知道亦不能信行之，至老乃知道，便以晚矣，病難養也！晚而自保，猶得延年益壽。若年少壯而能行道者，神僊速矣。或曰：年未六十，當閉精守一為可爾否？曰：不然。男子不可無女，女不可無男。無女則意動，意動則神勞，神勞則損壽。若念真正無可思者，則大佳長生也。然而萬無一有，強抑

鬱閉之，難持易失，使人漏精尿濁，以致鬼交之病，損一而當百也。交會者當避丙丁日，及弦望晦朔，大風、大雨、大霧、大寒、大暑、大雷電、大霹靂，天地晦冥，日月薄蝕，虹霓地動，則損人神，不吉。損男有倍，令女得病，有子必癡癡頑愚，瘖瘂聾聵，攣跛盲眇，多病短壽，不孝不仁。又避日月星辰，火光之下，神廟佛寺之中，井欄圊廁之側，塚墓尸柩之傍，皆所不可。夫交合如法，則有積德，大智善人降託胎中，仍令性行調順，所作和合，家道日隆，祥瑞競集。若不如法，則有薄福愚癡，惡人來託胎中，仍令父母性行凶險，所作不成，家道日否，殃咎屢至，雖生成長，家國滅亡。夫禍福之應，有如影響，此乃必然之理，可不再思之！若欲求子者，但待婦人月經絕後一日、二日、五日，擇其王相日，如春甲乙、夏丙丁、秋庚辛、冬壬癸，以生氣時夜半後乃施瀉，有子皆男，必壽而賢明高爵也。以月經絕後二日、四日、六日施瀉，有子必女。過六日後勿得施瀉，既不得子，也不成人。人有所怒，血氣未定，因以交合，令人發癰疽。又不可忍小便交合，使人淋，莖中痛，面失血色，及遠行疲乏來入房，為五勞虛損，少子。婦人月事未絕而與交合，令人成病得白駁也。

**《至正直記・上都避暑》** 國朝每歲四月，駕幸上都避暑為故事，至重九，還大都。蓋劉太保當時建此說，以上都馬糞多，一也；以威鎮朔漠，二也；以車駕知勤勞，三也。還大都之日，必冠世祖皇帝當時所戴舊氈笠，比今樣頗大。蓋取祖宗故物，一以示不忘，一以示人民知感也。上都本草野之地，地極高，甚寒，去大都一千里。相傳劉太保遷都時，因地有龍池，不能乾涸，乃奏世祖，當借地於龍。帝從之。是夜三更雷震，龍已飛上矣。明日，以土築成基，至今存焉。亂後，車駕免幸，聞宮殿已為寇所焚燬。上都千里皆紅寇，稱偽龍鳳年號，亦豈非數耶！

**《至正直記・江浙可居》** 江浙之可居者，金陵為上，京口毘陵次之，吳興又次之。錢唐之華，姑蘇之（澆）〔饒〕，可游不可居。故曰：蘇不如杭越之薄，鄞之鄙，溫之淫，台之狡，或可游，亦不可息。故曰：台不如溫，溫不如鄞，鄞不如越。諺云：慳越薄。凡邊江臨海之民，多狡獷悍暴難制。又曰：溫賊台鬼，衢毒婺痞，鄞不知恥，越薄如紙。

**《至正直記・卜居近水》** 卜居近水，最雅致，且免火盜之患。然非地脈厚者不可居，只可為行樂之所。擇鄉村為上，負郭次之，城市又次之。山少而秀，水瀦而澄者，可作居。山多而頑僻者，不可居，蓋嵐氣能損人真氣也。凡宅必倚地勢，有來龍生脈者，能出人材。面對秀峯清水，則出聰明。若作圃，須要水四分，竹二分，花藥二分，亭館二分，然後能悅人心目，可游可息。

**《至正直記・淮南可居》** 淮南可居者，滁陽為上，儀真次之，舒城又次之。中原自古稱風土之厚，惟鄒魯之邦為上，聖賢之遺風存焉。洛陽、汴梁次之，餘未得其全美者矣。蓋強悍之俗，戰爭之所由生也。故曰：東南生氣，西北戰場。

**《至正直記・黟縣老民》** 潘多吉嘗為黟縣教諭，云縣有深山，可入數百里，中有老民，或過百二三十歲者，或自言前宋年號者，皆未嘗知有本朝也。其山忽崩陷發洪，流出大木片長數丈，廣二三丈，狀類海舟，底宛如木釘相連，不用鐵者。多吉不曉其意，一老民云：此恐是前世物，遇天翻地覆遺下耳。山民多不食鹽醬，亦未嘗誡，故能栖碧，謂此過去世界也。混沌之物，豈起自盤古，豈世人止如是耶？獨不知盤古以先又幾千萬萬年也。今之世乃見在世界，久而混沌如上世了，又復開闢如盤古時，此乃未來世界也。吾又嘗聞金陵城中人有于延祐間掘井，深及數丈，遇巨木阻泉，復廣掘木之兩頭處不得見，遂鑿斷出之，長二三丈，高廣數尺，磨洗認之，乃香楠也。此地豈非萬餘載耶，乃有是木，意當時必江水也。俗所謂海變桑田，容有是乎？世傳此等事亦多矣，未暇記耳。

**《至正直記・善權寺地勢》** 荊溪善權寺地勢甚妙，向山似覆鉢盂，所以止出僧流，形局之內，左泉射脊後山，有凹處風吹，常被盜訟。至正庚寅春，主僧繼祖西印，江西人，善地理，因築土牆於左臂之內，又築石牆以塞其凹風。且言門景太空敞，亦築牆圍以關鎖，寺遂無事。寺有前賢讀書臺。寺之地勢，結穴為三，天、地、人也。寺得其地，尚存天、人耳。西印與予舊，嘗言：金陵蔣山寺之巔，可望西江遠來之水，豈云小哉？又言：前輩士人多就名山妙處讀書，蓋借取其王氣，而為靈變也。是以往往名山多名公讀書處。又聞鍾山有紫氣，如煙縹緲，可望而不可見，眞佳兆也。

**《景岳全書・京師水火說》** 凡欲避其毒者，惟看房室最密之所極為可慮，但于頂槅開留一竅，或于窓紙揭開數楞，則其氣自透去，不能下滿，乃可無慮矣。

**《稽中散集・宅無吉凶攝生論附》** 若乃忘地道之爽塏，而立制於帷

牆，則所見滋褊。從達者觀之，則夫乾，確然示人易矣。夫坤，隤然示人簡矣。天地易簡，而懼以細苛，是更所以為逆也。是以君子奉天明而事地察。世之工師，占成居則險，使造新則無徵，世人多其占舊，因其造新，是見舟之行於水，而欲推之陸，是不明數也。夫舊新之理，猶卜筮也。【略】

多飲而走，則為痰支，數行而風，則為癢毒，久居於濕，則要疾偏枯，好內不怠，則昏喪文房，若此之類，災之所以來，壽之所以去也，而掘基築宅，費日苦身，以求之疾生於形，而治加於土木，是疾無瘳矣。《詩》曰愷悌君子，求福不回者，匪避誹謗而為義然也，蓋知回匪所求福也。故壽強，專氣致柔，少私寡慾，直行情性之所，宜而合於養生之正度，求之於懷抱之內而得之矣。

嘗有不知蠶者，出口動手皆為忌祟，不得蠶絲滋甚，為忌祟滋多，猶自以犯之也，有教之知蠶者，其顯於桑火寒暑燥濕也，於是百忌自息，而利十倍，何者？先不知所以然，故忌祟之情繁，後知所以然，故求之之術正，故忌祟生於不知，使知性猶如蠶，則忌祟無所立矣。多食不消，含黃丸而筮祝讀祟，或從乞胡求福者，凡人皆所笑之，何者？以智能達其無禍也，故忌祟舉生於不知，由知者言之，皆乞胡也。

設為三公之宅，而令愚民居之，必不為三公，可知也。夫壽夭之不可求，甚於貴賤，然則擇百年之宮，而望殤子之壽，孤逆魁岡，以速彭祖之夭，必不幾矣，或曰愚民必不得久居公侯宅，然則果無宅也，是性命自然，不可求矣。有賊方至，不疾逃獨安，須臾遂為所虜。然則避禍趣福，無過緣理。避賊之理，莫如速逃，則斯善矣。養生之道，莫如先知，則為盡矣。夫避賊宜速章章然，故中人不難覩，避禍之理冥冥然，故明者不易見。其於理動不可要求一也。

孔子有疾，醫曰：子居處適也，飲食藥也，有疾天也。醫焉能事，是以知命不憂原，始反終遂，知死生之說，夫時日譴祟，古之盛王無之，而季王之所好聽也，制壽宮而得夭短，求百男而無立嗣，必佔不啓之陵，而陵不宿草，何者，高臺深宮，以隔寒暑，靡色厚味，以毒其精，亡之於實，而求之於虛，故性命不遂也。或曰所問之師不工，則天下無工師矣，夫一棲之雞，一欄之羊，賓至而有死者，豈居異哉，故命有制也。

**《秘中散集・難宅無吉凶攝生論》**　又云多食不消，必須黃丸。苟命自當生，多食何畏而服良藥？若謂服藥是相之所，一宅豈非是一耶？若謂雖命猶當須藥自濟，何知相不須宅以自輔乎？若謂藥可論而宅不可說，恐天下或有說之者矣。既曰壽夭不可求，甚於貴賤，而復曰善求壽強者，必先知災疾之所自來，然後可防也。然則壽夭，果可求耶？不可求也。

既曰彭祖七百殤子之夭，皆性命自然，而復曰不知防疾致壽去夭，求實於虛，故性命不遂，此為壽夭之來生於用身，性命之遂得於善求。然則夭短者，何得不謂之愚；壽延者，何得不謂之智。苟壽夭成於愚智，則自然之命不可求之論，奚所措之？凡此數者，亦雅論之矛楯矣。論曰：專氣致柔，少私寡欲，直行情性之所宜，而合養生之正度，求之於懷抱之內而得之矣。又曰：善養生者，和為盡矣。

夫危邦不入，所以避亂政之害；重門擊柝，所以避狂暴之災；居必爽塏，所以遠風毒之患。凡事之在外能為害者，此未足以盡其數也，安在守一和，而可以為盡乎？夫專靜寡欲，莫若單豹行年七十，而有童孺之色，可謂柔和之用矣。而一旦為虎所食，豈非恃內而忽外耶？若謂豹相正當給廚，雖智不免，則寡欲何益，而云養生可得。若單豹以未盡善而致災，則輔生之道不止於一和。苟和未足保生，則外物之為患者，吾未知其所齊矣。

先師所立，而一朝背之，必若湯周未為盛王。幸更詳之，又當知二賢何如足下耶？論曰：賊方至，以疾走為務；食不消，以黃丸為先。子徒知此為賢於安須臾與求乞胡，而不知制賊疾於無形，事功幽而無跡也。夫救火以水，雖自多於抱薪，而不知曲突之先物矣。況乎天下微事，言所不能及，數所不能分，是以古人存而不論，神而明之，遂知來物，故能獨觀於萬化之前，收功於大順之後，百姓謂之自然而不知所以然。若此豈常理之所逮耶？今形象著明有數者，猶尚滯之，天地廣遠，品物多方，智之所知，未若所不知者衆也。今執辟穀之術，謂養生已備，至理已盡，馳心極觀，齊此而還，意所不及，皆謂無之，欲據所見，以定古人之所難言，得無似螻蛄之議冰耶？欲以所識，而決古人之所棄，得無似戎人問布於中國，覩麻種而不事耶？吾怯於專斷，進不敢定禍福於卜相，退不敢謂家無吉凶也。

論曰：師占成居，則有驗。使造新，則無徵。請問占成居而有驗者，為但占墻屋耶？占居者之吉凶也？若占居者而知盛衰，此自占人，非占成居也。占成居而知吉凶，此為宅自有善惡，而居者從之，則當吉之人受災於凶宅妖逆，無道獲福於吉居，爾為吉凶之致，惟宅而已，更令由人也。新便無徵

耶？若吉凶，故當由人，則雖成居，何得而云有驗耶？若此果可占耶？不可占耶？果有宅耶，其無宅也。論曰：宅猶卜筮，可以知吉凶，而不能為吉凶也。應曰：此相似而不同，卜者吉凶無豫待物，而應將來之地也。相宅不問居者之賢愚，惟觀已然有傳者已成之形也，猶覩龍顏而知當貴，見縱理而知餓死。然各有由，不為闇中也。今見其同於得吉凶，因謂相宅與卜不異，此猶見琴而謂之箜篌，非但不知琴也。縱如論宅與卜同，但能知而不能為，則吉凶已成，雖知何益？卜與不卜，了無所在，而古人將有為必曰：問之龜筮吉，以定所由差，此豈徒也哉？此復吾之所疑也。武王營周則云考卜，惟王宅是鎬京。周公遷邑，乃卜澗瀍，終惟洛食。又曰：卜其宅兆而安厝之，古人修之於昔。如彼足下非之於今，如此不知，誰定可從。論曰：為三公宅，而愚民必不為三公，可知也。或曰：愚民必不得以久居公侯宅，然則果無宅也。應曰：不謂吉宅能獨成福，但謂君子既有賢才，又卜其居，復順積德，乃享元吉，猶夫良農，既懷善藝，又擇沃土，復加耘耔，乃有盈倉之報耳。今見愚民不能得福於吉居，便謂宅無善惡。何異覩種田之無十千而謂田無壤堉耶？良田雖美，而稼不獨茂；卜宅雖吉，而功不獨成。相須之理誠然，則宅之吉凶未可惑也。今信徵祥則棄人理之所宜，守卜相則絕陰陽之吉凶，持知力則忘天道之所存，此何異識時雨之生物，因垂拱而望嘉穀乎？是故疑惟之論生，偏是之議興，所託不一，烏能相通。若夫兼而善之者，得無半非冢宅耶？論曰：時日譴祟，古盛王無之，季王之所好，聽此言善矣。顧其不盡然，湯禱桑林，周公秉圭，不知是譴祟非也，吉日惟戊，既伯既禱，不知是時日非也。此皆足下家事。

**《養老奉親書・戒忌保護》**　人，萬物中一物也，不能逃天地之數。若天癸數窮，則精血耗竭，神氣浮弱，返同小兒，全假將護以助衰晚。

若遇水火、兵寇、非橫驚怖之事，必先扶持老人於安穩處避之，不可喧忙驚動。尊年之人，敝漏卑濕，不可令居；卒風暴寒，不可令冒；煩暑燠熱，不可令中；陰霧晦暝，不可令饑；廢宅欹宇，不可令入；墳園荒墓，不可令游；危險之地，不可令行；澗淵之水，不可令渡；暗昧之室，不可令孤。若此事類頗多，不克備舉。但人子悉意深慮，過為之防，稍有不便於老人者，皆宜忌之，以保長年。

**《外科精要・飲食居處戒忌》**　李氏云：病疽之人，起居七情，尤當深戒。卧室潔淨馨香，使氣血流暢。

**《素問病機氣宜保命集・中風論》**　又《經》曰：飲食自倍，腸胃乃傷。起居如驚，神氣乃浮。是以聖人春木旺，以膏香助脾；夏火旺，以膏腥助肺。金用事，膳膏臊以助肝；水用事，膳膏膻以助心。所謂因其不勝而助之也。故食飲之常，保其生之要者，五穀五果五畜五菜也。脾胃待此而倉廩備。

有中風濕者，夏月多有之。其證身重如山，不能轉側。宜服除濕去熱之藥治之。不可用針，可用灸。今具六經續命湯，通治八風五痹痿厥等疾。以一歲為總，以六經為別。【略】

《內經》曰：春食涼，夏食寒，秋食溫，冬食熱。是謂春夏養陽，秋冬養陰。人能於飲食起居之間，順四時之氣而行之，邪氣何由得生也。

**《三元延壽參贊書・地元之壽起居有常者得之》**　人之身，仙方以屋子名之。耳眼口鼻，其臆牖門戶也；手足肢節，其棟樑榱桷也；髮毛體膚，其壁瓦垣牆也。曰氣樞，曰血室，曰意舍，曰倉廩玄府，曰泥丸絳宮，曰紫房玉闕，曰十二重樓，曰賁門，曰飛門，曰玄牝等門，蓋不一也，而有主之者焉。今夫屋，或為暴風疾雨之所飄搖，螫蟲蟻蠹之所侵蝕，或又為鼠竊狗盜之所損壞，苟聽其自如而不知檢，則日積月纍，東傾西頹而不可處矣。蓋身者，屋也。心者，居室之主人也。主人能常為之主，則所謂牖戶棟榱垣壁皆完且固，而地元之壽可得矣。

**《明醫雜著・或問東垣丹溪治病之法》**　北方多寒，南方多熱，江湖多濕，嶺南多瘴，謂其得此氣多，故亦多生此病，非謂北病無熱，南病無寒也。

**《明醫雜著・擬治嶺南諸病》**　春秋時月，人感山嵐瘴霧之氣，發寒熱，胸膈飽悶，不思飲食，此毒氣從鼻口入內也。治當清上焦，解內毒，行氣降痰，不宜發汗。

嶺南炎方瀕海，地卑土薄，故陽氣常泄，陰氣常盛，四時放花，冬無霜雪，一歲之間，暑熱過半，窮臘久晴，或至搖扇。人居其間，氣多上壅，膚多汗出，腠理不密，蓋陽不反本而然也。陽燠既泄，則使人本氣不堅，陽不下降，常浮而上，氣浮而不堅，則玄府開疏，汗液易泄，故內寒外熱，上熱下寒之症由生也。治當固陽氣、實腠理為主。

若寒溫失節，汗身脫衣巾，感冒風寒之氣，氣閉發熱，頭疼，此則傷寒類

也。但嶺南氣溫，易出汗，故多類瘡，重則寒熱不退，輕則為瘡。南方氣升，故嶺南人得此病者，卒皆胸滿，痰涎壅塞，飲食不進，與北方傷寒只傷表而裏自和者不同。

嶺南之地，濕熱薰蒸，腠理不閉，津液妄泄，陽氣內虛，法當調補肺氣為主。

嘉靖甲申春，南都大疫，煎聖散子，普濟老幼並服，來者接踵，死者塞途，良可哀憫！殊不知此方因嶺南風土而作，且浙之與廣，相去萬里，殊域異方，天時人事，大不相侔，豈有概一治療而無誤者哉！

**《明醫指掌・濕證》**　東南土薄濕多生，風雨山蒸屬外因。西北地高濕疾少，乳醪濕面內因成。腰如石墜頭如裹，聲壅如同甕裏鳴。肢節痛兮兼痿痹，四肢緩縱不能行。脈來沉緩無疑惑，疸腫虛浮泄利頻。上下分消施汗泄，若然濕鬱取風升。

夫濕有自外入者，有自內出者，必須審其方土。東南地土卑下多陰雨，濕氣必從外入，多自下起，故重腿腳者多，治當汗散，久則滲泄。西北地高無濕，人多食濕面、潼乳、酒醪，以飲多快食為尚，或酒後寒氣怫鬱，濕不得越，病從內生。故多腹皮脹滿，水蠱浮腫，按之如泥之病，治須通利二便，甚則逐水驅之，責其根在內也。然南北方土，其內外所因感，亦互有之，但有多少之殊耳，不宜執一見也。

**《慎言・見聞》**　見聞梏其識者多矣。其大有三：怪誕，梏中正之識；牽合傳會，梏至誠之識；篤守先哲，梏自得之識。三識梏而聖人之道離矣。故君子之學，遊心於造化之上，體究乎萬物之實，求中正至誠之理而執之。聞也，見也，先哲也，參伍之而已矣。

飭怪，類獨行也，足以譁衆；養交，類孚世也，足以市譽。有道者恒恥之，亦要諸守道，自信得矣。是故誠積而衆服，道廣而朋來。

具神明之性者，學道之本也。天不畀之以神明，命也。天與之神矣，而不學以充之，是自棄者也。學矣，襲謬踵陋，不能致精以合天人，是挈明入昧也。二者皆負於天者也，是以君子咎之。寡神識而限於命者，君子弗咎也。

或問：義集矣，而氣不充，有是乎？王子曰：否。凡以氣之餒者，皆理之不直者也。義集則直矣，而何不充之有？曰：有不敢為者。何也？曰：蓋有之矣，其不明諸道，而懾於利害者爾，要皆鄙夫之心為之。君子之於道也，精於人物之理，達於天地造化之秘，而無不明。明則進退取舍，死生禍福，咸有一定之擬。加之義集而氣充，所謂介如石者有之矣。安有利害之恐，以動其中乎？安有鄙吝自私之心，而友自蝕其氣乎？故明道者，養氣之助；氣充者，明道之成。

事物之實翳於見，信傳聞者惑；事理之精契於思，憑記問者粗；事機之妙得於行，徒講說者淺。孔門之學多聞有擇，多見而識也；思不廢學，學不廢思也；文猶乎人，而歉躬行之未得也。後之儒者，任耳而棄目，任載籍而棄心靈，任講說而略行事，無怪乎駁雜日長而蔽其塗矣。

學道而寡通變，則無順施之政。為政而離經術，不過徇俗之才。此道學、政術歧而二塗矣。故學求適用，而政自道出，則幾也。物各得其分謂之仁，事適其宜謂之義，周羣倫之情謂之智，真實以御物謂之誠。是道也，學之能裕於己，則禮樂刑政，一以貫之而無不可施矣。此孔孟之學術也。

世之學者，所入之塗二：穎敏者易解悟，每暗合於道，故以性為宗，以學為資；篤厚者待資藉，始會通於道，故以學為宗，以純為資。由所造異，故常相詆焉，皆非也。孔子曰：默而識之，學而不厭，何有於我！於己也不有焉，又向詆人也歟？

夢，思也，緣也，咸心之跡也。夢較勝否，斯驕吝之心未滅已；夢較利，斯忮求之心未滅已。

古人之學也尊師，故道德之成也，足以裕己而成化。今之人於友不親焉，況師乎？無怪乎道德之不古若也。或曰：六經，周孔典籍炳也。曰：此其大法也。其權衡之妙，不可傳者與！其人俱往矣，不可得而親炙矣，此惟默契道體者能之。其次莫如得師友，得也者於道也什九，不得也者於道也什一。

學有記誦而能言其義者，施之治事，猶扞格焉，與道二故也。情思而能言者，由乎中出矣，行猶有滯焉者，物之變極未盡也，踐履之熟而能言者，內外之契周而參伍之變神，言無不實矣，可以宰世，可以議道，可以訓遠。

或問學，曰：明理而躬行之。請益，曰：改過。請益，曰：堅其志，勿急其効，雖作聖可也。

學博而後可約，事歷而後知要，性純熟而後安禮。故聖人教人，講學、力行並舉，積久而要其成焉。故道非淺迫者所可議也。

義然後可以語命，不義則畔道矣。得也謂之道倖，喪也謂之道誅。命云乎哉，命云乎哉！

務高遠而乏實踐之仁，其弊也狂；務執古而無泛觀之智，其弊也迂。狂則精實之學可以救之，迂則達變之學可以救之。

義理明，天下無難處之事，固也。緩不能斷，弱不能振，亦明而不能行矣。是故窮理，養才與氣，不可偏一也。窮理在致知之精，養才氣在行義之熟。

學者於道，貴精心以察之，驗諸天人，參諸事會，務得其實而行之，所謂自得也已。使不運吾之權度，逐逐焉惟前言之是信，幾於拾果核而啖之者也，能知味也乎哉！

虛明者，能求萬物之情也已；公忠者，能正萬物之實也已。虛無物淆故明，忠無物撓故公。虛明也者，智之體也；公忠也者，仁之用也。是故明王修之，則天德而致治；人臣修之，以王道而輔運；學者修之，和禮義而安身。

靜，生之質也，非動弗靈；動，生之德也，非靜弗養。聖人知乎此，精之於人事，和之於天性，順之於德義，其機若謀，其成若符，其適若休。常之謂天道，純之謂大德，是謂與神合機，非求於動而能若是哉！世之人知求養，而不知求靈，致虛守靜，離物以培其根，而不知察於事會。是故淡而無味，靜而愈寂，出恍入惚，無據無門，於道奚存乎？諺有之曰：土閉不活，不蘄而塊；水閉不流，不蘄而漊。言靈之不入也。

學者欲要名於俗，而求異於常，未有不淫於邪說而陷於異流者。陰陽家之足以知天也，五行家之足以知命也，術數家之足以知人也。皆聖道之蟊賊也。世之惑也久矣。安得推明孔氏之徒而與之共學乎？

人有一事不合於義，則受累於一事，即非浩然之氣矣。

不見可欲，使心不亂，大賢以下之事也。

昏塞故狹小，虛明故廣大。

人心澹然無欲，故外物不足以動其心；物不能動其心則事簡，事簡則心澄，心澄則神，故威而遂通天下之故。是故無欲者，作聖之要也。

耳目之聞見，善用之足以廣其心，不善用之適以狹其心。其廣與狹之分，相去不遠焉，在究其理之有無而已矣。

學者於貧賤富貴不動其心，死生禍福不變其守，則天下之事無不可為矣。

義以御事，有守有權。守者，恒自得於事也多迷焉；權者，恒濟事於己也多迷焉。故不失己而濟者義，權之上者也，不然，不如守而已矣。

心為道主，未有不能養心而能合道者，未有不能寡欲而心得養者。

道無二本，心之理一，故也。事變萬殊，聖人乃時措。

氣有以恐懼而勝者，畏法者也；有以義理而勝者，樂天者也。

易即時措之道，隨時變易，無有窮已。故曰：生生之謂易。

感而遂通者，能達之天下；知幾其神者，能退藏於密。

貪欲者，衆惡之本；寡欲者，衆善之基。

靜而無動則滯，動而無靜則擾。皆不可久，此道筌也，知此而後謂之見道。天動而不息，其大體則靜，觀於星辰可知已；地靜而有常，其大體則動，觀於流泉可知已。

動靜者，合內外而一之道也。心未有寂而不感者，理未有感而不應者，故靜為本體，而動為發用。理之分備，而心之妙全，皆神化之不得已也。聖人主靜，先其本體養之云爾。感而遂通，左右逢原，則靜為有用，非固惡夫動也。世儒以動為客，感而惟重乎靜，是靜是而動非，靜為我真，而動為客假，以內外為二，近佛氏之禪以厭外矣。

**《遵生八箋・居室安處條》**　序古名論　《天隱子》曰：吾謂安處者，非華堂邃宇，重裀廣榻之謂也。在乎南面而坐，東首而寢，陰陽適中，明暗相半。屋無高，高則陽盛而明多，屋無卑，卑則陰盛而暗多。故明多則傷魄，暗多則傷魂。人之魂陽而魄陰，苟傷明暗，則疾病生焉。此所謂居處之室，尚使之然，況天地之氣，有亢陽之攻肌，淫陰之侵體，豈可不防慎哉？脩養之漸，倘不法此，非安處之道。術曰：吾所居室，四邊皆牕戶，遇風即闔，風息即開。吾所居座，前簾後屏，太明即下簾以和其內映，太暗則捲簾以通其外耀。內以安心，外以安目。心目皆安，則身安矣。明暗尚然，況太多事慮，太多情欲，豈能安其內外哉？

**《折肱漫錄・養形篇》**　暑月勞役於暑中，及炎房逼淺，受暑而病者，名中暍。其避暑納凉於深林大厦之間而病者，名中暑。攝養家於三伏之候，但居於寬廠稍凉處，使不至中暍即已，切不可因熱貪凉，處於陰寒之地以爲快。暑中勞役，非人情所樂，此必出於不得已。然名利與此身亦須稍分輕重。至

於遇凉招疾，乃所自取，於人何尤。

四時偶遇怪風，切須謹避。《内經》所言厲風殆謂此。《内經》論風之爲害獨詳，要知避風亦是攝養家要事。古云：避風如避箭，避色如避仇。真藥石之言也。風固宜防，露尤須避。風屬陽，露屬陰。陰氣中人，最易得疾。故夏月不宜久坐露下納凉，秋來多致患瘧。每日將昏時即有露氣，其氣能直透房櫳，故夜卧須閉窗而後睡，次日體自舒健。

幽靜之趣，最宜於山居，然孱弱之軀，即山居亦有不宜處，山中多嵐濕雲霧之氣，久處能傷脾氣。人身中惟心腎不交，百病生焉。造化至春，天氣下降，地氣上升，是成三陽泰卦而萬物萌生。人若心火太炎，則天氣不降矣。腎氣不盛，則地氣不升矣。是爲否象，精氣何從生？心君火也，火性炎上，故念一起即火炎，念若滅即火息。吾人有一時無念者乎？此火所以日炎，而水所以日涸也。若常常止念靜觀，則心氣自降，心氣常降則腎氣自漸升，而還泰象矣。朱大復先生教人：心常放下，目亦常向下。上者降，則下者自升。亦交心腎之法也。

丹溪先生云：天地以五行更迭衰旺而成四時。人之五臟六腑亦應之而衰旺。四月屬巳，五月屬午，爲火大旺。火爲肺金之夫，火旺則金衰。六月屬未，土大旺。土爲水之夫，土旺則水衰。況腎水常藉肺金爲母，以補其不足。古人於夏月必獨宿而淡味，保養金水二臟。經曰：冬藏精者，春不病溫。十月屬亥，十一月屬子，正火氣潛藏之候，必養其本然之真，而爲來春發生之本。若於此時不恣欲以自殘，至春升之際，根本壯實，何病之可言哉？要知冬夏二季，壯年以寡慾，老年宜絕慾，斯爲攝生之道。

《内經》云：腎有久病者，可寅時面向南，淨神不亂思，閉氣不息七遍，以引頸瞧氣順之，如瞧甚硬物。如此七遍後，餌舌下津，納氣。自是元門要領，後世千門百竇，總不能出此範圍。

《内經》云：暑當與汗皆出，勿止。又云：夏是汗不出者，秋成風瘧。要知盛暑汗出，乃時令使然，非泄氣散液之比。常於暑月夜卧，閉窗汗出淋漓，次日反健，若卧於凉處，次日必倦，即此可知。故盛暑避於陰凉之地，雖一時快意，必至成疾。雖然若奔趨名利酷暑褰襜，以致大汗不止者，其泄氣傷生，又不可同日道矣。

**《宋稗類鈔・頤養・環境居住》**　東坡云：嶺南天氣卑陋，氣蒸溽，而海南尤甚。夏秋之交，物無不腐壞者。人非金石，其何能久？然儋耳頗有老人，百有餘歲者往往皆是，八九十歲者不論也。乃知壽夭無定。習而安之，則冰蠶火鼠，皆可以生。吾當湛然無思，寓此覺於物表，使折膠之寒無所施其冽，流金之暑無所措其毒，百余歲何足道哉！彼愚老人初不知此，特如蠶鼠生於其中，兀然受之而已。一呼之溫，一吸之凉，相續，亡有間斷，雖長生可也。莊子曰：天之穿之，日夜無間。人則固塞其竇，豈不然哉！九月二十七日，秋霖雨不已，顧視幃帳間有螻蟻，皆已腐爛。感嘆不已，信手書此。時戊寅歲也。

**《宋稗類鈔・草木》**　揚文公《談苑》記江南後主患清暑閣前草生，徐鍇令以桂屑布甎縫中，宿草盡死。《呂氏春秋》云：桂枝之下無雜木。蓋桂枝味辛螫故也。《雷公炮炙論》云：以桂為丁，以釘木中，其木即死。一丁至微，未必能螫大木，自其性相制耳。

**《壽世青編・居處宜忌說》**　凡人居處，隨其方所，皆欲土厚水深。土欲堅闊而黃，水欲甘美而清。常坐之處，令其四面周密，勿令小有細隙，致風得入，人不易知，其傷人最重，初時不覺，久能中人。夫風者，天地之氣也，能生成萬物，亦能損人，有正有邪故耳。初入腠理，漸至肌膚，內傳經脈，達藏府，傳變既深，為患不小。故《素問》云：夫上古聖人之教下民也，皆謂之虛邪賊風，避之有時。又《養生書》云：避風如避箭。若盛者所居，兩頭通屋，街堂夾道，風回凉爽，其為害尤甚，養生者當慎之。

寢室宜忌說

凡人卧床當令高，則地氣不及，鬼吹不干。鬼氣侵人，常因地氣逆上耳。人卧室宇，當令潔淨，淨則受靈氣，不潔則受故氣。故氣之亂人室宇，所為不成，所依不立，即一身亦爾，當常令沐浴。

居室安處論

《天隱子》曰：吾謂安處者，非華堂邃宇，重煙廣榻之謂也。在乎南面而坐，東首而寢，陰陽適中，明暗相半。屋無高，高則陽盛而明多；屋無卑，卑則陰盛而暗多。故明多而則傷魄，暗多則傷魂。人之魂陽而魄陰，苟傷明暗，則疾病生焉。此所謂居處之室，尚使之然。況天地之氣，有亢陽之攻肌，淫陰之侵體，豈可不防，慎哉！修身之士，倘不法此，非安處之道。曰：吾所居室，四邊皆窓戶，遇風即閉，風息即開。吾所居室，前簾後屏，太明即下簾，

以和其內映；太暗則捲簾，以通其外耀。內以安心，外以安目，心目俱安，則身安矣。明暗且然，況太多思慮，太多情欲，豈能安其內外哉？

**《延齡纂要》** 居室得宜論

《天隱子》曰：謂安處者，非華堂邃宇、重褥廣榻之謂也，在乎南面而坐，東首而寢，陰陽適中，明暗相半。屋不在高，高則陽盛而明多；屋不在卑，卑則陰盛而暗多。故明多則傷魄，暗多則傷魂。人之魂陽而魄陰，苟傷明暗，則疾病生焉。此所謂居處之室，尚使之然。況天地之氣，有充陽之功，肌體淫陰之侵，豈可不防慎哉？倘不法此，非安處之道，又宜前簾後屏。太明即下簾以和其內映，太暗則捲簾以通其外耀，內以安心外以安目，心目俱安，則身安矣。明暗且然，況思慮情欲大過者，豈能安其內外哉？

寢室宜忌

凡人卧床常令高，高則地之陽氣不浸。室宇當令潔淨，淨則受靈氣，不潔則受濁氣。故氣之亂人，非室宇所為不成，所衣不潔。即一身亦然當常令沐浴潔淨。

慎居處說

子輿氏曰：知命者不立巖墻之下，以死生自有正命。明見其危而故泰然處之，是自速其死也。而或諉諸修短之有數，不已惑乎？有志修養者，居處之慎，固當隨在。水淵不惟凜然於巖墻之下，況明明巖墻在望，可不知所自愛乎？至是以録所見聞數事，以與修養者共鑒。

一、住宅不可近倚高坳大樹，至往往見坳崩樹倒，舉家被壓者，平日心不防閑故也。

一、至幼時，聞衡山山内出龍，後千餘往觀，峒陷皆活埋之。蓋緣崗中龍出，水洗磐空，兼以濕土，頃加千餘人重載，焉有不陷？

一、有舟子置江大水，繫舟河畔大樹上，夜間岸崩樹倒，舟被壓沉，人葬江魚之腹。意其繫舟之時，必謂得此大樹可藉以安，不知以大樹而附在河畔，正一巖墻勢也，安可恃乎？

一、黄蓮坪，宋宅，墻基盡用土磚砌上，適值天雨日久，水透磚爛，夜半墻傾，一家多被壓害。

一、士人周某，賦性曠達，耽於酒色，有所素契之人，居近古寺，彼因即僑寓寺中，以便來往，其坐卧之處，墻壁欹側，土亦糜腐，而彼病軀羸瘦，泰然其中，反自謂能隨遇以安。一日作不立乎巖墻之下題文，理解極逗。有友閱而笑之曰：文則佳矣，獨惜立身之常，在此文反面中耳。周聞之愕然，隨負笈歸。越二日而寺壁傾倒，老僧一人，亦因為肩送行李得免。周益大悟，力改前非，舊病頓痊。後出囊金，修復古寺，於向所居止之地，額一匾曰：知命處。仍寓其中，究心保養，老而益壯，壽至九十而終。

**《調疾飲食辯・諸水有毒》** 《本草綱目》曰：

沙河中水，飲之令人瘖。聲啞也。

陰地流泉，行人飲之，成瘴瘧，損脚力。

兩山夾水及流水有聲音者，久飲令人成癭疾。

澤中停水，五、六月有魚鱉精，飯之令人成痕病。即無之，久停之水，總不宜人飲食、藥餌。說見前止水條。

古井、溜井，井無欄謂之溜井，井欄古名銀床。唐人句曰：井梧花落盡，一半在銀床。久無人汲者，夏月行人縱渴甚，不可妄飲。有毒甚者，能殺人。《周易》所以雲井道不可不革也。

作硫黄氣。熱甚處可燔猪、羊，熟鷄卵，非有瘋癩病人，不宜輕入。《漁隱叢書》曰：天下温泉，惟黄山是朱砂泉，春時水色微紅。長安驪山是礬石泉，俱不甚作氣。有砒信處，亦有温泉，其水大毒。《本草會編》曰：盧山温泉，患瘋癩及楊梅瘡人，飽食入池，久浴至汗出乃止，旬日自愈。按：温泉天下有處甚多，其下不有硫黄，即有砒石，總皆有毒，浴且不宜輕入，況可入飲食、藥餌乎？獨驪山者可浴。白香山《長恨歌》曰：春寒賜浴華清池，温泉水滑洗凝脂。此乃地脈之奇也，他處慎之。【略】

春夏大雨，山水暴漲，有毒。山居別無他水可汲者，宜搗蒜或白礬末少許，投水缸中。已受其毒，梅葉煎湯解之。無梅葉，礬、蒜俱可。《本草會編》曰：昔在潯陽，忽一日城中馬死數百。詢之，雲數日前，大雨洗出山中蛇蟲之毒，馬飲其水故也。

秋冬水涸，湖蕩溝渠停蓄之水，雖無甚毒，極能作脹傷脾。澤居必須飲此水者，亦宜常搗礬、蒜投之。然住居此地，若無高阜可以鑿井，常飲此水，其人丁總不繁盛，非樂土也。陸羽《茶經》，尚知辨天下〔水〕性之美惡，況病人飲食、藥餌，反不知辨，豈不戾哉。以上並見《本草綱目》。

**《調疾飲食辯・井泉水》** 醫書之用井水，隨出初出曰新汲，出甕未放

曰無根，謂未曾放於落地。平旦首汲曰井華。平人、病人飲食藥餌，新汲水最佳。蓋夏月陽氣用事。陰伏於下，井水極冷；冬月陰氣用事，陽潛於下，井水微温，此皆地脈陰陽之正理。若汲之既久，則失其本性，與地面停蓄者何殊？隔宿尤劣。其新汲冷泉之入藥，《集簡方》治中砒石毒，倉猝不能得藥，速速多飲冷水，輕者得吐利即解，解後仍宜頻飲。重者亦可緩死待救。然毒輕則解，毒重則膨脹而死，其死反速，此不可不知也。又治中烏啄毒，即川烏、草烏。方同上。《濟急方》治中濛汗毒，《經驗方》治中煤炭煙毒，不速治，能殺人。均以冷水灌之。《千金方》治馬汗或馬毛入瘡毒，其氣入腹亦殺人。冷水浸之。不可浸者，不住手淋洗之。内飲美酒取醉，立瘥。《肘後方》治誤服熱藥，或吐，或衄，或發狂；頻飲冷水，以安為度。《保壽方》治疔疽惡瘡初起，痛癢或麻木，身發寒熱，乃極毒之候；急用針刺破，擠盡惡血，令人口噙冷水吮之，水温吐去，再噙吮，至痛癢皆住即愈。《延壽方》治鼻衄不止；冷水淋洗後項風池、風府，或浸濕布巾帖之。《傷寒論》曰：病人欲飲水者，少少與之。不特傷寒，凡一切時行熱病、瘟疫諸症，但大熱大渴，急欲得凉水者，均可用。宜頻飲一二口，不可頓飲過多。

**《調疾飲食辯・露水》**　夜中無雲星光照，吸地中滋潤之氣，昇於半空，降而為露。故陰晦之夕，及不見星光之所，如樹下、屋中，雖地濕亦無露。其性屬陰，最能長養萬物，月能吸海水為潮汐，星能吸地氣為霜露，故其性皆屬陰，説見揭子宣《璇璣遺述》。飲之能退大熱，止消渴。出《本草拾遺》。凡有此二症，服藥不效危急者，宜多用瓷盤承取，實有奇功。秋露秉肅殺之氣，宜煎潤肺殺祟之藥。出《醫學正傳》。柏葉上露，能明目，旦旦洗之，熱眼極效，寒者禁用。出《綱目》。《續齊諧記》曰：赤鬆先生八月一日取柏葉上露以明眼。《鷄跖集》曰：八月一日作五明囊，盛百草露，可以明目。

**《調疾飲食辯・雨水》**　《綱目》曰：立春雨水，宜煎發散及中氣不足、清水不昇之藥。此説出虞搏《醫學正傳》，然不拘何日雨水。尚未落地，其性清真，用供病人飲食藥餌，無不相宜。若夏秋暴雨，承取其水，冷如冰雪，煎時行暑熱之藥，更有應驗。

**《調疾飲食辯・霜水》**　霜即露也，然禀寒冷肅殺之氣，結而為霜，其性極寒，較雪尤甚。凡雪水所主之病，霜皆能治之。而解毒退熱之功，於時行瘟疫尤為親切。收藏宜冬至後立春前，日未出時，用鷄翎掃取菘、芥葉上者，舊瓦器藏，如藏雪水法。

霜雪水，解春秋時行瘟疫、暑熱、癘、痢等毒，實有奇效。而苦於無人收取，則危急時萬不可得，醫者所以宜司歲備物也。

**《調疾飲食辯・勞水》**　《傷寒論》名甘瀾水。《綱目》曰：用流水置大盆中，以勺高揚千萬遍，有沸泡相逐，乃取用之。水味咸而體重，勞之則甘而輕，取其不助腎氣而益脾胃也。此解大誤，總是取其善行不止，觀下二方可見。其來最古，《靈樞》治衛氣常行於陽，不得入於陰，目不得瞑，多年不寐，半夏秫米湯：用千里長流水八昇，揚之萬遍，半夏五昇，秫米一昇，炊以葦薪，取汁一昇，飲一小杯，以知為度。此欲行衛氣，使得入於陰也。《傷寒論》治發汗後，臍下悸，茯苓桂枝甘草湯：茯苓一兩，桂枝三錢，甘草二錢半，甘瀾水煮服之。此欲假其善行，而去臍下蓄水也。凡病經絡阻滯，及内有積水，中滿臚脹等人，飲食之中能用此水，亦可以助藥力也。

**《調疾飲食辯・冰》**　藏冰於冬，及夏而用，借其陰寒，以制暑熱，理之所有也。故《拾遺》曰：去熱煩。《日用本草》曰：解煩渴，消暑毒。《綱目》曰：治傷寒，陽毒，熱甚昏迷。冰之用如此，已不可謂不大。且能殺蝗蝻。

## 綜　述

**《周禮・秋官》**　赤友氏掌除牆屋，以蜃炭攻之，以灰洒毒之。鄭玄注：洒，灑也，凡隙屋除其狸蟲。

**《管子・右士經》**　惟有道者，能備患於未形也，故禍不萌。

**《孫子兵法・行軍》**　凡軍好高而惡下，貴陽而賤陰，養生處實，軍無百疾，是謂必勝。

**《呂氏春秋・盡數》**　流水不腐，戶樞不蠹，動也。形氣亦然，形不動則精不流，精不流則氣鬱。鬱處頭則為腫為風。

**《漢書・蒯伍江息夫傳》**　穿井得水洒敢飲。

**《金匱要略・禽獸魚蟲禁忌并治》**　穢飯、餲肉、臭魚，食之皆傷人。

**《秘中散集・宅無吉凶攝生論附》**　夫鑿龜數筴，可以知吉凶，然不能為吉凶，何者？吉凶可知，而不可為也。夫先筮吉卦，而後名之無福，猶先築

利宅，而後居之無報也。占舊居以譴祟則可，安新居以求福則不可，則猶卜筮之說耳。俗有裁衣種穀，皆擇日，衣者傷寒，種者失澤。凡火流寒至則授衣，時雨既降則當下種，賊方至則當疾走。今舍實趣虛，故三患隨至。凡以忌祟治家者，求福而其極皆貧，故有知星宿衣不覆之諺。古言無虛，不可不察也。

**《嵇中散集・釋難宅無吉凶攝生論》** 夫謹於邪者，慢於正，詳於宅者，略於和。欲以為先，亦非齊於所稱也。今足下廣之望之以矣，元亨利貞卜之吉，繇隆準龍顏公侯之相者，以其數所遇，而形自然不可為也，使顏準可假，則無相繇吉可為，則無卜矣。今設為吉宅，而幸福報譬之，無以異假顏準而望公侯也。是以子陽鏤掌，巨君運魁，咸無益於敗亡。故吾以無故而居者可占，何惑象數之理也。設吉而後居者不可，則何假為之說也。然則非宅制人，人實徵宅耶，其無宅也，似未思其本耳，獵夫從林其所遇者，或禽或虎，遇禽所吉，遇虎所凶，而虎也，善卜可以知之耳，是故知吉凶，非為吉凶也，故其稱曰無遠近幽深，遂知來物，不曰遂為來物矣。然亦卜之盡，蓋理所以成相命者也，至乎卜世與年，則無益於周錄矣，若地之吉凶，有虎禽之類。

又 子之言神，將為彼耶？唯吾亦不敢明也。夫私神立，則公神廢；邪忌設，則正忌喪；宅墓占，則家道苦；背向繁，則妖心興。子之言神，其為此乎？則唯吾之所疾爭也。苟大獲其類，不患微細，是以見餅冰而知天下之寒，察旋機而得日月之動。足下細蠶種之說，因忽而不察，是噎溺未知所在，亦莫辨有舟稼也。夫命者，所稟之分也。信順者，成命之理也。故曰君子修身以俟命，知命者不立於巖牆之下，何者？是天遂之實也。猶食非命，而命必胥食，故然矣。若吾論曰：居怠行逆，不能令彭祖夭，則足下舉信順之難是也。論之所說，信順既修，則宅葬無貴，故辟之壽宮無益殤子耳。足下不云殤子以宅延，彭祖亦以宅壽。壽夭之說，使之灼然，若信順之遂期，怠逆之夭性，而徒曰天下或有能說之者。子而不言，誰與能之？夫多食傷性，良藥已病，相之所一也。誣彼實此，非所以相證也。夫壽夭不可求之宅，而得之和，故論有不知之者，足下忘於意，而責於文，抑不本矣。難曰：唐虞之世，命何同延？長平之卒，命何同短？今論命者，當辨有無，無疑衆寡也，苟一人有命，千萬皆一也，若使此不行係命，將係宅耶，則唐虞之世，宅何同吉？長平之卒居何同凶？亦復吾之所疑也。

**《續博物志》** 土乾則生蚤，地濕則生蚊。

**《抱朴子內篇・雜應》** 食不可過飽，不欲極渴而飲，飲不欲過多。飽食過多則結積聚，渴飲過多則成痰澼。不欲甚勞，不欲甚佚，不欲流汗，不欲多唾，不欲奔走車馬，不欲極目遠望，不欲多啖生冷，不欲飲酒當風，不欲數數沐浴，

不欲廣志遠願，不得規造異巧。冬不欲極溫，夏不欲窮涼。

**《藝文類聚・居處部一》** 《易》曰：上古穴居而野處，後世聖人易之以宮室，上棟下宇，以待風雨。

《鹽鐵論》曰：貴人之家，梓匠斲巨為小，以圓為方，上成雲氣，下成山林。

《漢武故事》曰：上起神屋，鑄銅為柱，黃金塗之，赤玉為階。椽亦以金，刻玳瑁為禽獸，以薄其上，椽首皆作龍首，銜鈴，流蘇懸之。鑄銅為竹，以赤白石脂為泥，椒汁和之，以火齊薄其上。扇屏悉以白琉璃作之，光照洞徹，以白珠為簾箔，玳瑁壓之。以象牙為牀，以琉璃珠玉明月夜光，雜錯天下珍寶為甲帳，其次為乙帳，甲以居神，乙上自御之。前庭植玉樹，珊瑚為枝，以碧玉為葉，或青或赤，悉以珠玉為之，子皆空其中，如小鈴，鎗鎗有聲，蔑摽作鳳皇，軒翥若飛狀。

《漢書》曰：趙皇后姊為昭儀，居昭陽舍，其中庭彤采，而砌皆銅沓黃金塗，白玉階，壁帶往往為黃金釭函，藍田璧明珠翠羽飾之。又曰：五侯大治第宅，起土山漸臺，洞門高廓閣道，百姓歌之曰：五侯初起，曲陽最怒。壞決高都，連竟外杜。成都侯商嘗病，欲避暑，從上借明光宮。又穿長安城，引內漕水以行船，立羽蓋，張周帷，楫櫂越歌，上幸商第，見赤墀青瑣。又曰：梁孝王築東苑，方三百里，廣睢陽城七十里，大治宮室，為複道，自宮連屬於平臺，三十餘里。

《東觀漢記》曰：琅琊孝王京就國都，雅好宮室，窮極技巧，壁帶玉飾以金銀。

張璠《漢記》曰：山陽督郵張儉，奏中常侍侯覽，起第十六區，皆高樓四周，連閣洞門，文井蓮華，壁杜綵畫，魚池臺苑，擬諸宮闕。

《董生書》曰：《禮》，天子之宮在清廟，左涼室，右明堂，後路寢。四室者，足以避寒暑而不高大也。夫高近陽，廣室多陰，故室適形而正。

仲長統《昌言》曰：今為宮室者，崇臺數十層，長街十百仞，延袤臨浮雲，上樹九丈旗，珠玉翡翠以為飾，連帷為城，構帳為宮，起臺樹則高數百丈，壁帶珠玉，土披緹錦。

曹植《表》曰：詔使周觀，初玩雲盤，北觀疏圃，遂步九華，神明特處，譎詭天然，誠可謂帝室皇居者矣。雖崑崙閬風之麗，文昌之居，不是過也。

《羅含別傳》曰：桓宣武以含為別駕，以官廨寺諠擾，非靜默所處，乃於城西池小洲上，立茅茨之屋，竹果蔭宇，伐木為牀，織葦為席，布衣蔬食，晏若有餘。

**《藝文類聚・居處部四》　宅舍**

《晏子》曰：景公使更晏子之宅，曰：子之宅近市，湫隘囂塵，不可居，請更子宅。曰：臣之先臣，居此宅焉。臣不足以代之。

《漢書》曰：蕭何買田宅，必居窮僻處，不治垣舍。曰：令後世賢，師吾儉。不賢，無為勢家所奪。又曰：魯共王壞孔子舊宅，以廣宮室，聞鍾磬琴瑟之聲，遂不敢壞。復於其壁中得古經傳。

《續漢書》曰：吳漢嘗出征，妻子在後買田業。漢還，讓之曰：軍師在外，吏士不足，何多買田宅乎？遂盡分以與昆弟外家。

《裴楷別傳》曰：楷營新宅，基宇甚麗，當移住。與兄共遊行，床帳儼然，檐軒疎朗，兄心甚願之，而口不言。楷心知其意，便使兄住。

王隱《晉書》曰：魏舒少孤，為外家甯氏所養。甯起宅，相者云：當出貴外甥。舒曰：當為外家成此宅相。

《漢舊儀》曰：高皇帝家在豐中陽里，為沛泗上亭長。及為天子，立沛廟，祠豐故宅。

《風俗通》曰：宅不西益，俗說西者為上，上益宅者，妨家長也。原其所以西益者。

《禮記》曰：南向北向，西方為上。

《爾雅》曰：西南隅謂之奧，尊長之處也。不西益者，難動搖之爾，審西益有害，增廣三面，豈能獨吉乎！

《三輔決錄》曰：郭詳為太尉長史，起大宅，在高陵城西，世稱曰長史宅。

《吳志》曰：周瑜與孫策同年，相友善。瑜推道南大宅以舍策，升堂拜母，有無通共。又曰：陳表家財，盡於養士，死之日，妻子露立，太子登為起居宅。

《婁承先傳》曰：婁玄到廣州，遂徘徊躑躅於仲翔宅故處，哀咽悽愴，不能自勝。

《搜神記》曰：魏郡張氏本富，忽衰死財散，賣宅與程應。應舉家疾病，賣與何文。文先獨持大刀，暮入北堂梁上，一更中，有一人長丈餘，高冠赤幘，呼曰細腰。細腰應諾。何以有人氣？荅：無。便去。文因呼細腰，問：向赤衣冠是誰？荅曰：金也，在西壁下。問：君是誰？答云：我，杵也，今在竈下。文掘得金三百斤，燒去杵，由此大富，宅遂清寧。

《抱朴子》曰：葛盧有大功，受爵，立宅舍於博望里，于今基兆石礎在焉。又曰：臨汜縣有廖氏，世老壽，後移，子孫輒殘折。他人居其故宅，復累世壽，乃知是宅所為，不知其何故，疑井水赤，乃掘井左右，得古人埋丹沙數十斛，丹汁入井，是以飲水而得壽。

《襄陽記》曰：李衡每欲治家，妻輒不聽，後密遣客十人，於武陵龍陽洲上作宅，種橘千樹。臨死勅兒曰：汝母每惡吾治家，故窮如是。吾州里有千頭木奴，不用汝衣食，歲上一匹絹，亦當足用爾。亡後二十餘日，兒白母。母曰：此當種柑橘也。汝家失十戶客七八年，必汝父遺為宅。晉咸康中，其宅上枯樹猶存。

范汪《荊州記》曰：宛有三女樓，作子胥宅。又曰：義陽六縣安昌里，有光武宅，枕白水陂，所謂龍飛白水也。

庾仲雍《荊州記》曰：秭歸縣有屈原宅、伍胥廟，擣衣石猶存。

《瀨鄉記》曰：老子祠在瀨鄉曲仁里，譙城西出五十里，老子平生時，教化學仙故處也。漢桓帝修建屋宇，為老子廟。廟北二里，李夫人祠，是老子舊生宅也。

劉楨《京口記》曰：糖頵山，山周迴二里餘，山南隅，隔路得郤鑒故宅，五十餘畝。

戴延之《西京記》曰：東陽門外道北，吳蜀二主第宅，去城二里，墟墓猶存。又曰：潼關北去蒲坂城六十里，中有舜廟。城外有宅井，及二妃壇。南去城二十里有山，舜所耕山，上亦有山。

《述征記》曰：豐圻豐水西九十里，有漢高祖宅。又曰：山陽縣城東北

二十里，魏中散大夫嵇康園宅，今悉為丘墟。而父老猶謂嵇公竹林地，以時有遺竹也。

盛弘之《荊州記》曰：新野郡西七里，有梅溪，源出紫山，南流注淯，故老傳溪西有百里奚宅。

庭

《左傳》曰：初楚恭王無冢適，有寵子五人，無適立焉。既乃與巴姬密埋璧於太室之庭，使五人齋而入拜，平王弱抱而入，再拜皆壓紐。

《羅含別傳》曰：含致仕還家，庭中忽自生蘭。此德行幽感之應。

《語林》曰：謝太傅問諸子姪曰：子弟何豫人事，正欲使其佳？諸人莫有言。車騎荅曰：譬如芝蘭玉樹，欲使其生庭階也。

壇

《管子》曰：桓公即壇而立，甯戚、鮑叔、隰朋、〔易牙〕、賓須無，皆差肩而立。

《莊子》曰：孔子遊乎緇帷之林，休坐乎杏壇之上，弟子讀書，孔子絃歌鼓琴。奏曲未終，有漁父者，下船而來，左手據膝，右手持頤以聽，曲終而招子貢、子路二人俱對。客指孔子曰：彼何為者？子路曰：魯之君子也。

《新序》曰：秦欲伐楚，使者往觀楚王之寶器。楚王聞之，召昭奚恤問焉。恤對曰：此觀吾國之得失而圖之，寶器於賢臣，夫珠玉玩好之物，非國之重寶也。遂使恤發精兵三百人，陳於西門之內，為東面之壇一，為西面之壇一，秦使者至，恤曰：貴客也，請就上位。

徐靈期《南嶽記》曰：南嶽山上有飛壇，懸水激石，飛湍百仞，即孫溫伯所喪身處也。又有曲水壇，水行石上成溝瀆，如世人臨河壇也。三月三日，時來逍遙。

《梁州記》曰：沔陽城，先沔陽縣所治也。在漢水南，舊蕭何所築也。劉備為漢王，權住此城，盟於城下，今門外有盟壇猶存。

室

《老子》曰：鑿戶牖以為室，當其無，有室之用。

《管子》曰：堯有衢室之問者，下聽於民也。

《晏子》曰：景公謂晏子曰：寡人欲朝夕相見，為夫子築室於閨內，可乎？對曰：臣聞之，隱而顯，近而結，唯至賢耳。如臣者，飾其容止以待命，猶恐罪戾也。今君近之，是遠之也。又曰：景公問晏子曰：吾欲服聖人之服，居聖人之室，如此則諸侯其至乎？對曰：法其節儉則可，法其服室無益。

《尚書大傳》曰：子夏讀書畢，見夫子。夫子問焉：子何為於書？對曰：書之論事，昭昭若日月之明，離離若參辰之錯行，上有堯舜之道，下有三王之義，商所受於夫子者，志之不敢忘也。雖退而窮思河濟之間，深山之中，壤室編蓬為戶，於中彈琴，詠先王之道，則可發憤慷慨矣。

《神異經》曰：西北荒有石室，有二十人同居，齊壽千二百歲。

《十洲記》曰：崑崙山上有瓊華之室。

《淮南子》曰：西方有金室。

《列仙傳》曰：彭祖，殷大夫也。歷夏至商末，號七百歲，歷陽有彭祖仙室。

《漢書》曰：文帝徵賈誼入見，上方受釐，坐宣室，因感鬼神事，與誼言之。

《三輔黃圖》曰：明堂有十二室，法十二月。

謝承《後漢書》曰：陳蕃家貧，不好掃室，客怪之者，或曰：可一掃乎？蕃曰：大丈夫當為國掃除天下，豈徒室中乎！

楊龍驤《洛陽記》曰：顯陽殿北有避雷室，西有御龍室。

雷次宗《豫章記》曰：望秦縣有一石室，入室十餘里，有水廣數十步，清淺，遊者伐竹為筏以過水，幽邃無極，莫能究其源，出好鍾乳。

盛弘之《荊州記》曰：始興機山東，有兩巖相向，如鴈尾，石室數十所，經過時聞有金石絲竹之聲。

《嵩高山記》曰：山下巖中有石室，中有自然經書，自然飲食。

《漢宮殿名》曰：神明臺，武帝造，高五丈，上有九室，今人謂之九天臺。武帝求神仙，恒置九天道士百人。

《洛陽宮殿名》曰：洛陽有望舒涼室、含章鞠室、靈芝鞠室、清涼暑室。

齋

王孚《安成記》曰：太和中，陳郡殷府君引水入城，穿池。殷仲堪又於池北立小屋讀書，百姓于今呼曰讀書齋。

廬

《周官》曰：凡國野之道，十里有廬，廬有飲食。

《漢書》曰：武帝詔嚴助，居厭承明之廬。

《東觀漢記》曰：耿純率宗族歸光武，時郡國多降邯鄲。純兄歸，燒宗家廬舍。上以問純，純曰：恐宗人賓客，卒有不同，故焚燒廬舍，絕其反顧之望，上大笑。又曰：承宮少孤，年八歲，為人牧豬。鄉里徐子明《春秋》，授諸生數百人。宮過其廬下，見諸生講，好之，因亡其豬而聽經，豬主怪其不還，行求索，見宮，欲笞之，門下生共禁，乃止。

《魏志》曰：管寧聞公孫度令行於海外，遂至遼東，度虛館以侍之，既往見度，乃廬於山下。時避難者多居郡南，而寧居北，示無還志。

皇甫謐《高士傳》曰：世莫知焦先所出，或言生漢末，無父母兄弟，見漢衰，乃不言。常結草為廬，冬夏袒露，垢污如泥。後野火燒其廬，先因露寢，遭大雪，先袒卧不移，人以為死，就視如故。

《洛陽故宮名》曰：侍中廬，在南宮中。

道路

《史記》曰：文帝行至灞陵，是時慎夫人從，上示慎夫人新豐曰：此走邯鄲道也。

《三輔故事》曰：桂宮周遭十里，內有複道，橫北渡，西至神明臺。

《漢書》曰：惠帝為東朝長樂宮，作複道，方築高帝廟南。叔孫通曰：陛下築複道，高帝寢衣冠，月出遊高廟。子孫奈何宗廟道上行哉？惠帝懼曰：急壞之。通曰：人主無過舉，今已作，百姓皆知矣。願陛下益廣宗廟，大孝本也。帝從之。又曰：元帝即位，成帝為太子。上嘗召太子，出龍樓門，不敢絕馳道，直至城門得絕，乃度。上遲之，問其故，以狀對。上乃令太子得絕馳道。

《東觀漢記》曰：逢萌被徵上道，迷不知東西。云：朝廷徵我者，為聰明叡智，有益於政。方面不知，安能濟政？即駕而歸。

《博物志》曰：文王以太公為灌壇令，期年，風不鳴條。文王夢一婦人甚麗，當道而哭，問其故，曰：我泰山之女，嫁為西海婦，欲歸，灌壇令當道，有德，吾不敢以乘風雨過。

任豫《益州記》曰：江曲由左擔道，按圖在陰平縣北，於城都為西。其道至險，自北來者，擔在左肩，不得度擔也。鄧艾束馬懸車之處。

## 又門

《釋名》曰：門，捫也。在外為人所捫摸，障衛也。

《爾雅》曰：閎謂之門，正門謂之應門。

《易》曰：重門擊柝，以待暴客。

《周官》曰：掌舍，掌王會同之舍。設梐枑再重，設車宮轅門，為壇壝宮棘門，為帷宮設旌門，無宮則供人門。

《詩義問》曰：橫一木作門，而上無屋，謂之衡門。

《左傳》曰：楚子囊鄭子耳，圍于桐門。又曰：王叔之宰曰：輦門主實之人，而皆凌其上，其難為上矣。又曰：鄭大水，龍鬬于時門之外。

《魯連子》曰：先生見孟嘗君於杏唐之門。

《越絕書》曰：楚門，春申君時造，楚人從入，故號楚門。

《史記》曰：金馬門者，宦者署門也。門傍有銅馬，故謂之曰金馬門。

《賈誼書》曰：天子宮門曰司馬門。又曰：高帝瓜分天下，以王有功之臣，擇良日，立諸侯洛陽上東門之外。

《說苑》曰：于公築治廬舍，謂匠人曰：為我高門，我治獄未嘗有冤，後世必有封侯者，令容高蓋駟馬。及後果封為西平侯。

《漢書》曰：元帝為太子，謹慎。初居桂宮，上急召太子，出龍樓門，不敢絕馳道。又曰：太液池南有璧門。又曰：陳平家貧，以席為門，然門外多長者車轍。

《吳越春秋》曰：子胥為吳造大城。陵門八，象天八風；水門八，法地八窓。

范曄《後漢書》曰：孔融云：鄭君里門，四方所由觀禮，其廣令容高車結駟，名為通德門。

《漢宮殿名》曰：長安有宣平門、覆盎門、萬秋門、橫門、東都有宣德門、元成門、青綺門、章義門、仁壽門、磾石門。

《魏書》曰：文帝初在東宮，集諸儒於朝肅城門內，講論大義，侃侃無倦。

《古今地名》曰：河南有鼎門，九鼎所定。

《華陽國志》曰：蜀城十里，有昇仙橋，送客觀。司馬相如初入長安，題其門曰：不乘赤車駟馬，不過汝下。

《吳地記》曰：闔閭門者，吳王闔閭所作也。名為闔閭門，高樓閣道，後由此出伐楚，改曰破楚門。

《世說》曰：楊修為魏武主簿，作相國門，始構榱桷。魏武自看，使人題門作活字，便去。楊脩見，即令壞之。既竟，曰：門中活，闊字，王嫌門大也。

樓

《爾雅》曰：狹而修曲曰樓。

《說文》曰：樓，重屋也。櫨澤中守竹樓也。

《黃帝占軍氣決》曰：諸將軍氣如城樓。

《史記》曰：方士言武帝曰：黃帝為五城十二樓，以候神人。帝乃立神明臺井幹樓，高五十丈，輦道相屬。

《十洲記》曰：崐崙山有十二玉樓。

《漢書》曰：甘延壽，少以良家子，善騎射，嘗超踰羽林亭樓，由是遷為郎。

《吳越春秋》曰：范蠡為句踐立飛翼樓，以象天門。

《東觀漢記》曰：上至廣阿，止城門樓上，披輿地圖，指示鄧禹曰：天下郡國如是，我乃始得一處，卿言天下不足定，何也？

《吳志》曰：劉基美容姿，孫權愛敬之。權暑時，嘗於船中宴樓上，作雷雨，權以蓋自覆，又命覆基，餘人不得也。

《虞氏家記》曰：吳小城白門，蓋吳王闔閭所作也。至秦始皇，守宮吏燭鷰窟，失火燒宮，而此樓故存。

《晉宮閣名》曰總章觀，儀鳳樓一所在觀上，廣望觀之南，又別有翔鳳樓。

《瀨鄉記》曰：老子廟有皇天樓、九柱樓、靜念樓，皆畫仙人雲氣。

袁彥伯《羅山疏》曰：仰望石樓，眇然在雲中。

《世說》曰：凌雲樓樓觀極精巧，先稱平衆材，輕重當宜，然後造構，乃無錙銖相負揭。臺雖高峻，恒隨風搖動。魏明帝登臺，懼其勢危，則以大材扶持之，樓即便頹壞。論者謂輕重力偏故也。

《幽明錄》曰：鄴城鳳陽門五層樓，去地二十丈，長四十丈，廣二十丈。安金鳳皇二頭於其上，一頭飛入漳河，清浪見在水底，一頭今猶存。

《述異傳》曰：荀瑰字叔偉，寓居江陵，憩江夏黃鶴樓上，望西南有物飄然，降自雲漢，俄頃已至，乃駕鶴之賓也。鶴止戶側，仙者就席，羽衣虹裳，賓主歡對。辭去，跨鶴騰空，眇然煙滅。

櫓

《釋名》曰：櫓，露上無覆屋也。

《孫子兵法》曰：攻城之法，修櫓枹楯，其器械三月而後成。

陸機《洛陽記》曰：洛陽城，周公所制，東西十里，南北十三里。城上百步有一樓櫓，外有溝渠。

觀

《釋名》曰：觀者，於上觀望也。

《列子》曰：岱輿山上臺觀，皆金玉仙聖飛相來往。

《史記》曰：公孫卿謂武帝曰：仙人好樓居。於是上令長安作飛廉桂觀，甘泉則作延壽觀。

《漢書》曰：甘露二年，冬十二月，上幸萯陽宮屬玉觀。又曰：孝成皇帝，元帝太子也，生甲觀畫堂。

《三輔黃圖》曰：武帝起鳺鵲觀、神明觀、集靈觀、陽祿觀。

《漢宮殿名》曰：長安有臨仙觀、渭橋觀、仙人觀、霸昌觀、蘭池觀、平樂觀、九華觀、豫章觀、三章觀、昆明觀、走馬觀、華光觀、封巒觀、走狗觀、天梯觀、瑤臺觀、流渠觀、相思觀、長平觀、宜春觀、華池觀、射熊觀、迎風觀、露寒觀。

《魏志》曰：明帝置崇文觀，徵善屬文者以充之。

陸機《洛陽記》曰：宮中有臨高、陵雲、宣曲、廣望、閶風、萬世、修齡、總章、聽訟，凡九觀，皆高十六七丈，以雲母著窓裏，日曜之，煒煒有光輝。

華延儁《洛陽記》曰：洛陽城十八觀，皆施玄檻鐵籠，疏雲母幌。

《華山記》曰：南嶺東巖北面，有二小山，一山有雙石竪生，號曰石門。一山石孤崖特秀，上有客觀，涉之遠者，眺千里。

堂

《說文》曰：堂，殿也。

《釋名》曰：堂，猶堂堂，高顯貌也。

《禮記》曰：堂上不趨，堂上接武，堂下布武。又曰：覲禮，天子不下堂而見諸侯。下堂見諸侯，天子之失禮也。由夷王以下。

《莊子》曰：覆杯水於坳堂之上，則芥為之舟。置杯焉則膠，水淺而舟大也。

《楚辭》曰：魚鱗屋兮龍堂。

《十洲記》曰：崑崙山有光碧之堂。

《說苑》曰：聖人於天下，譬猶一堂之上也。今有滿堂飲酒者，有一人猶向隅而泣，則一堂之人皆為之不樂。

《漢武內傳》曰：上元夫人言，西王母有六甲之術，用之可以遊景雲之宮，登流霞之堂。

《漢武故事》曰：玉堂去地十二丈，基階皆用玉也。

《漢書》曰：玉堂在太液池南。

《續漢書》曰：中平二年，造萬金堂於西園。

《論衡》曰：王者之堂，墨子稱堯舜堂高三尺，儒家以為卑下，假使之然。高三尺之堂，蓂莢生於階下，須臨堂察之，起視堂下之莢，孰與懸，日歷於庋坐，顧輒見之也。

《風俗通》曰：殿堂象東井形，刻作荷菱。荷菱，水物也，所以厭火。

《晉宮閣名》曰：洛陽宮有則百堂、蠡斯堂、休徵堂、延祿堂、承慶堂、仁壽堂、綏福堂、含芳堂、樂昌堂、椒華堂、芳音堂、永光堂。

摯虞《決疑要注》曰：殿堂之上，唯天子居牀，其餘皆幅席，席前設筵。

《禮》天子之殿，東西九筵，南北七筵，故曰度堂以筵，度室以几。

《華陽國志》曰：文翁立講堂，作石室，一曰玉堂，在城南，初堂遇火，太守更修立，又增二石室。

《虞氏家記》曰：虞潭，右衛將軍，太夫人年高，求解職，被詔不聽。特假百日，迎母東歸，起堂養親。親集會，作詩言志。

《齊地記》曰：臨淄城西門外，有古講堂，基柱猶存，齊宣王修文學處也。

城

《淮南子》曰：鯀作九仞之城。

《說文》曰：城以盛民也。墉，城垣也。

《博物志》曰：禹作城。彊者攻，弱者守，敵者戰。城郭自禹始也。

《周書》曰：周公作大邑成周于土中。立城，方千六百一十丈，郛方七十二里。南繫于洛水，北因于陝山。

《公羊傳》曰：城雉者何？五板而堵，五堵而雉，百雉而城。

《史記》曰：秦二世欲漆城，優旃曰：善哉！漆城蕩蕩，寇來不得上。固難為陰屋爾，二世乃止。

《淮南子》曰：崑崙山有曾城九重。

《列女傳》曰：齊人杞梁，襲莒，戰而死。其妻無所歸，乃枕夫尸於城下而哭之，七日而城崩，妻遂投淄水而死。

《太康地記》曰：梁孝王築睢陽城，方二十里，以鼓唱節杵而後下，和之者稱睢陽，因以為名。

《漢書》曰：神農之教曰：有石城十仞，湯池百步，帶甲百萬，而無粟不能守也。又曰：膠東前國王，治膠河，水分流繞城下，故號膠河。

《風俗通》曰：衆心成城。

《俗說》曰：衆人同心者，可共築起一城。同心共飲，雒陽酒可盡也。

《關中記》曰：長安城皆墨壤，城今赤如火，堅如石。父老所傳，盡鑿龍首山土為城，又諸臺闕亦爾。

王隱《晉書》曰：涼州城有臥龍形，故名臥龍城。南北七十里，東西三十里，本匈奴所築也。

《襄陽耆舊傳》曰：龐德公在沔水上，至老不入襄陽城。

《丹陽記》曰：石頭城，因山為城，江以為池，地形險固，尤有奇勢。

《秦州記》曰：金城郡，漢元始六年置。應劭曰：初築城得金，故曰金城。

盛弘之《荊州記》曰：樊城西北有鄾城，西百餘里有穀城，穀伯綏之國，城門有石人焉，刊其腹云：摩兆鞬，摩兆鞬，慎莫言。疑此亦周太史廟金人緘口銘背之流也。

《荊州圖經》曰：江夏郡所治夏口城，其西南角，因磯為高墉，枕流，上則迴眺山川，下則激浪崎嶇，是曰黃鵠磯。實乃舟人之所艱也。

《益州記》曰：益州城，張儀所築，錦城在州南，蜀時故宮也，處號錦里。

《齊地記》曰：不夜城，在陽遷東南。蓋古有日夜出此城，以不夜名，異之也。

館

《說文》曰：館，客舍也。

《周禮》曰：五十里有市，市有候館。候館有積，以待朝聘之官也。

《戰國策》曰：燕昭王見郭隗曰：齊因孤國之亂，而襲破燕。對曰：帝者與師處，王者與友處。古者人君，以千金求千里馬者，三年不得。涓人請求之，三月，得千里馬。馬已死，買其骨五百金，反以報君，君大怒。對曰：死馬尚市，況生馬乎？期年，千里馬至者三。王欲士，先從隗，隗且見事，況賢於隗者乎！昭王乃築館而師之，樂毅、鄒衍、劇辛、皆爭走燕，遂以破齊。

《漢書》曰：元帝幸長楊射熊館，布車騎大獵。揚雄作賦以諫。又曰：公孫弘起徒步數年至宰相，封侯。於是起客館，開東閣，以延賢人，與參謀議。弘身食一肉脫粟之飯，故人賓客仰衣食俸祿皆以給之，家無所餘。弘年八十終。後李蔡、嚴青翟、趙周、石慶、公孫賀、劉屈氂繼踵為丞相者，客館丘墟而已。至賀、屈氂時，壞已為馬廄、車庫、奴婢室矣。

《魏志》曰：管寧，字幼安，與同縣邴原相友，俱遊學於異國。聞公孫度令行於海外，遂與平原王烈等至于遼東，度虛館以候之。

《世說》曰：魏明帝為外祖母築館於甄氏。既成，謂左右曰：館當何以為名？侍中繆襲曰：陛下聖思齊於哲王，罔極過於曾閔，此館之興，情鍾舅氏，宜以渭陽為名。

《荊州圖副》曰：襄陽縣南有桃林館，是則餞行送歸之所萃也。

又　宮

《世本》曰：禹作宮。

《釋名》曰：宮，穹也，屋見垣上穹隆也。

《方言》曰：吳有館娃之宮。

《禮記》曰：儒有一畝之宮，環堵之室。

《大戴禮》曰：周時德澤和洽，蒿茂大，以為宮柱者，名曰蒿宮。

《毛詩》曰：定之方中，作于楚宮，揆之以日，作于楚室。又曰：鼓鐘于宮，聲聞于外。

《管子》曰：黃帝有合宮，以聽政。

《穆天子傳》曰：天子升于崑崙之邱，以觀帝之宮。

《越絕書》曰：美人宮周五百九十步，土城者，句踐所習教美人西施、鄭旦宮室。

《列子》曰：周穆王時，西胡國有化人來，王執化人之袪，騰而上天，暨化人之宮，構以金銀，絡以珠玉，出雲雨之上，實為清都紫微也。

《孟子》曰：齊宣王見孟子於雪宮。

《呂氏春秋》曰：武王勝殷，靖箕子之宮。

《史記》曰：騶子之燕，昭王擁篲先驅，請列弟子之座而受業，築碣石宮，親往師之。

《神異經》曰：東方有宮，青石為牆高三仞，左右闕高百丈，畫以五色，門有銀榜，以青石碧鏤，題曰：天地長男之宮。西方有宮，白石為牆，五色黃門，有金榜而銀鏤，題曰：天地少女之宮。西南方有宮，以金為牆，門有金榜，以銀，題曰：天皇之宮。南方有宮以赤石為牆，赤銅為門，有銀榜，題曰：天地中女之宮。北方有宮，以黑石為牆，題曰：天地中男之宮。東南有宮，以黃石為牆，以黃碧鏤，題曰：天地少男之宮。西北有宮，以黃銅為牆，題曰：地皇之宮。

《十洲記》曰：青邱山上有紫宮，天真仙女多遊於此。又曰：方丈山上有琉璃宮。

《列仙傳》曰：鉤弋夫人，齊人也，右手拳。望色者云：東方有貴人氣，及到，姿色甚偉。帝披其手，得一鉤，手尋下不拳，故名其宮曰鉤弋宮。

《說苑》曰：楚使使聘齊，齊王享之梧宮。使者曰：大哉梧乎。王曰：江海之魚吞舟，況大國之樹也。

《漢武帝故事》曰：上起明光宮，發燕趙美女二千人充之。建章、未央、長樂三宮，皆複道相屬，懸棟飛閣，不由徑路。

《漢書》曰：武帝六年冬，幸雍回中，春作首山宮。又曰：上祠神人于交門宮，若有向坐拜者，作交門之歌。又曰：幸河東之明年正月，鳳皇集，祓祠於所集處，得玉寶，起步壽宮。又曰：柏梁災，越巫勇之，乃曰：越俗，有火災，復起屋，必以大用勝服之。於是起建章宮，為千門萬戶。又曰：秦倚曲臺之宮，懸衡天下。

《三輔故事》曰：桂宮周匝十里，內有光明殿、走狗臺，土山紫複道，橫北度，從宮中西上城，至神明臺。

《三輔黃圖》曰：有夜光宮、望遠宮、照臺宮、蒲萄宮、棠梨宮、資陽宮、長平宮、五柞宮。

《漢宮闕名》曰：長安有長樂宮、未央宮、長門宮、鼓簧宮、承光宮、林光宮、宜春宮、池陽宮、長平宮、黃山宮、望仙宮、長楊宮、集靈宮、萬歲宮、延壽宮、祈年宮、通天宮、馺娑宮。

《東觀漢記》曰：帝遺單于饗賜作樂百戲，上幸離宮臨觀。

《魏略》曰：大秦國城中有五宮，相去各五十里，宮室皆以水晶為柱，食器亦然。

王隱《晉書》曰：高堂隆刻鄴宮屋材云：後若干年，當有天子居此宮。惠帝止鄴宮，治屋者土剝更泥，始見刻字，計年正合。

闕

《廣雅》曰：象魏，闕也，

《釋名》曰：闕，闕也。在門兩傍，中央闕然為道也。

《周官》曰：太宰以正月懸治法於象魏。

《禮記》曰：昔者仲尼與於蜡賓，事畢，出遊于觀之上，喟然而嘆，仲尼之嘆，蓋嘆魯也。

《左傳》曰：哀公三年，司鐸火，踰公宮，季桓子至，命藏象魏，曰：舊章不可忘。

《文子》曰：老子云：身處江海之上，心在魏闕之下。

《史記》曰：蓬萊、方丈、瀛洲，此三山在海中，諸仙人不死藥皆在焉，黃金白銀為闕。又曰：建章宮東鳳闕，高二十丈。

《神異經》曰：東南有石井，其方百丈，上有二石闕，俠東南面，上有蹲熊，有榜著穴，題曰地戶。又曰：東北大荒中，有金闕，高百丈，上有明月珠，徑三丈，光照千里，中有金階，西北入兩闕中，名天門。

《十洲記》曰：崑崙山有水精闕。

《列仙傳》曰：衛靈公與夫人夜坐，聞車聲轔轔，至闕而止，過闕復有聲。公問夫人曰：知此為誰？夫人曰：此蘧伯玉也。公曰：何以知之？夫人曰：妾聞禮下公門，式路馬，今蘧伯玉衛之賢大夫也。敬於事上，必不闇昧廢禮，是以知之。公使人視之，果伯玉也。

《三輔舊事》曰：未央宮東有蒼龍闕，北有玄武闕。

應劭《漢官儀》曰：高祖既登帝位，鉤陽固始細陽歲遣雞鳴歌士，常謳於闕下。

《漢官典職》曰：偃師去宮三十五里，望朱雀闕，其上鬱樸與天連。

《魏志》曰：明帝作凌霄闕。

《蜀志》曰：譙周嘗聞杜瓊曰：昔周徵君羣，以為當塗高者，魏也，其義何也？瓊答曰：魏，闕名也。當塗言高，聖人取類言爾。

《關中記》曰：未央宮東有青龍闕，北有玄武闕。《漢書》所謂北闕者也。建章宮圓闕，臨北道，鳳在上，故曰鳳闕也。閶闔門內東，有折風闕，一名朗風闕。

王隱《晉書》曰：漢末博士，燉煌侯瑾，善內學，語弟子曰：涼州城西有泉水當竭，當有雙闕起其上。魏嘉平中，武威太守起學舍，築闕於此。

《瀛鄉記》曰：老子廟前有兩石闕，大闕高九尺八寸，下三重石墀，闕邊各有子闕。

山謙之《丹陽記》曰：太興中，議者皆言漢司徒許彧墓闕，可徙施之，王茂弘弗欲，後陪乘出宣陽門，南望牛頭山兩峰，曰天闕也，豈煩改作，帝然之。

鄧德明《南康記》曰：南康縣歸義山，去縣七百里，下有石城，高數丈，遠望嵯峨，靈闕騰空，故老謂之神闕。

臺

《爾雅》曰：四方而高曰臺。

《山海經》曰：西王母之山，有軒轅臺。射者不敢西向，畏軒轅之臺。

《歸藏》曰：昔者夏后啟葬，享神於晉之墟，作為璿臺，於水之陽。

《左傳》曰：夏后啟，有鈞臺之饗。又曰：楚子成章華之臺，以與諸侯落之。

《老子》曰：九層之臺，起於累土。

《穆天子傳》曰：盛姬，盛伯之子也。天子賜之上姬之長，乃為之臺，是曰重璧之臺。

《賈子》曰：翟王使使者之楚，楚王欲誇之，饗客章華之臺，三休，乃至於上。

《呂氏春秋》曰：有娀氏有二佚女，為九成臺，飲食必以鼓。

《王孫子》曰：昔衛公坐重華之臺，侍御數百，隨珠照日，羅衣從風。

《史記》曰：漢武帝起柏梁臺，高數十丈。又曰：寡婦清，其先得丹穴

而擅其利。清，寡婦也，能守其業，用財自衛，秦始皇以為貞婦而客之，為築女懷清臺。

陸賈《新語》曰：楚靈王作乾谿之臺，百仞之高，欲登浮雲，窺天文。

《新序》曰：魏王將欲為中天之臺，許綰負插而入，曰：聞大王將為中天之臺，願加一力，臣聞天與地相去萬九千里，其趾當方一千里，盡王之地，不足為臺趾。王默然，罷築者。

《三輔故事》曰：龍臺高六丈，去豐水縣五里。

《漢書》曰：文帝嘗欲作露臺，召工計之，直百金。曰：百金，中民十家之產，吾奉先帝宮室，常恐羞之，何以臺為？

《三輔宮殿簿》曰：長樂宮有臨華臺、神仙臺。

《博物志》曰：江陵有臺甚大，而惟有一柱，衆梁皆共此柱。

《魏志》曰：黃初六年，築東巡臺。七年，築九華臺。

《晉宮闕名》曰：鄴有銅雀臺、織室臺。

《陳留風俗傳》曰：浚儀有師曠、倉頡城，城上有列仙吹臺。

《鄴中記》曰：鄴城西北立臺，皆因城為基趾，中央名銅雀臺，北則冰井臺。又曰：西臺高六十七丈，上作銅鳳，牕皆銅籠，疏雲母幌，日之初出，乃流光照曜。

《嵩高山記》曰：山有玉女臺，云漢武帝見三仙玉女，因以名臺。

《益州記》曰：鴈橋東有嚴君平卜處，土臺高數丈也。

《荊州圖記》曰：江陵縣東有天井臺，飛軒光映，背邑面河，寔郊鄘遊憩之佳處也。

《幽明錄》曰：海中有金臺，出水百丈，結構巧麗，窮盡神工，橫光巖渚，竦曜星漢。

《吳地記》曰：吳王闔廬十一年，起臺於姑蘇山，因山為名，西南去國三十五里，春夏遊焉。後夫差復高而飾之，越伐吳，遂見焚。太史公云：余登姑蘇，望五湖，五湖去此臺二十餘里。

戴延之《西征記》曰：官度臺，去青口澤六十里，魏武所造也。破袁紹於此。

楊龍驤《洛陽記》曰：陵雲靈高二十三丈，登之見孟津。

鄧德明《南康記》曰：雩都君山上，有玉臺，方廣數丈，周迴盡是白石柱，柱自然石覆，如屋形也，四面多松杉，遙眺峨峨，嚮像羽人之館，風雨之後，景氣明淨，頗聞山上有鼓吹之聲，山都木客，為舞唱之節。

《廣州記》曰：尉陀立臺，以朝漢室，圓基千步，直峭百丈，螺道登進，頂上三畝，朔望升拜，號為朝臺。

伏琛《齊地記》曰：秦始皇二十八年，至琅邪，大樂之，留三月，作琅邪臺，臺亦孤山也，然高顯出於衆山之上。

## 殿

《秦始皇本紀》曰：始皇作前殿阿房，東西五百步，南北五十丈，上可以坐萬人，下可以建五丈旗。

《漢書》曰：宣帝幸河東之明年，鳳皇集上林，乃作鳳皇殿，以答嘉瑞。又曰：班伯少受詩於師丹，大將軍王鳳薦伯，召見，宴昵殿中，誦說有法，拜為中常侍。時上方向學，鄭寬中張禹，朝夕入說《尚書》《論語》於金華殿中，詔伯受焉。三輔宮殿，名曰未央宮，有麒麟殿、椒房殿。又曰長樂宮，前殿宣德殿、通光殿、高明殿。

《漢宮閣名》曰：長安，有臨華殿、神仙殿、高門殿、朱鳥殿、增城殿、宣室殿、永明殿、鳳皇殿、飛雲殿、昭陽殿、鴛鴦殿、釣臺殿、合歡殿、蕭何、曹參、韓信並有殿。

《東觀漢記》曰：明帝欲起北宮，尚書僕射鍾離意上書諫，出為魯相。後起德陽殿，殿成，百官大會，上謂公卿曰：鍾離尚書若在，不得成此殿。

范曄《後漢書》曰：中平三年，復修玉堂殿。

《風俗通》曰：殿堂象東井形，刻作荷菱。菱，水物也，所以厭火。

《漢官典職》曰：德陽殿，周旋容萬人，激洛水於殿下。

《魏志》曰：青龍三年秋，洛陽崇華殿災，改名九龍殿。

《魏略》曰：青龍二年，起太極殿。

《洛陽故諸宮名》曰：洛陽南宮有卻非殿、銅馬殿、敬法殿、清涼殿、鳳皇殿、嘉德殿、黃龍殿、竹殿。

楊龍驤《洛城記》曰：顯陽殿北有雲氣殿。

《洛陽宮殿簿》曰：明光、徽音、式乾、暉章、含章、建始、仁壽、宣光、嘉福、百福、芙蓉、九華、流圃、華光、崇光。

戴延之《西征記》曰：太極殿上有金井欄、金博山、金轆轤，蛟龍負山

於井上，又有金師子在龍下。

摯虞《決疑要注》曰：凡大殿乃有陛，堂則有階無陛也。左城右平者，以文塼相亞次，城者為階級也。九錫之禮，納陛以登，謂受此陛以上。

坊

《漢宮闕名》曰：洛陽故北宮，有九子坊。

《晉宮闕名》曰：洛陽宮有顯昌坊、修成坊、綏福坊、延祿坊、休徵坊、承慶坊、桂芬坊、椒房坊、舒蘭坊、藝文坊。

王隱《晉書》曰：東宮坊有醉相殺者，中丞奏郎官從事孫鑠杖一百，鑠奏，東宮是行馬內，而推行馬外官，為違法令，詔中丞令史各仗一百。

王珉《答徐邈書》曰：見傅咸彈孫詹事。或云是宮，或云坊，或云寺，此東宮中別有坊，又中庶子稱坊，詹事稱寺。寺同於九卿耳，坊是通名，如天朝之稱臺省也。

**《藝文類聚・產業》**　農

《管子》曰：先王者，為民興利除害，故天下之民歸之。所謂興利者，利農事也；所謂除害者，禁害農者也。

《尸子》曰：有虞氏身有南畝，妻有桑田。神農並耕而王，所以勸耕也。

《韓子》曰：歷山農者侵畔，舜往耕，期年讓畔。

《史記》曰：弃為兒時，好種樹、麻、菽，麻菽美。及為成人，遂好耕農，相地之宜，宜穀者耕稼穡之，民皆法則之。

《漢書》曰：《洪範》八政，一曰食，二曰貨。食謂農殖嘉穀，可食之物。又曰：楊季，官至廬江太守，漢元鼎間避仇，後遡江上，處岷山之陽曰郫，有田一壓，有宅一區，世世以農桑為業。

《東觀漢記》曰：樊重世善農稼，好貨殖。

田

《家語》曰：虞、芮二國，爭田而訟，連年不決，乃相謂曰：西伯仁人也，盍往質焉。入其境，則耕者讓畔，行者讓路；入其朝，則士讓為大夫，大夫讓為卿。虞、芮之君曰：嘻，吾儕小人，不可以入君子之朝，遂以其所爭為閒田。

《漢書》曰：陳平少時家貧，好讀書，治黃帝老子之術。有田三十畝，與伯居，伯常耕，縱平使游學。又曰：貢禹上書曰：臣禹年老家貧，資不滿萬錢，妻子糠豆不贍，短褐不完，有田百三十畝。陛下過意徵臣，臣賣田百畝，以供車馬。

又曰：張禹為人謹厚，內殖貨財，及富貴，多買田，至四百頃，皆涇渭溉灌，極膏腴。又曰：太始二年，趙中大夫白公，奏穿渠，引涇水，首起谷口，尾入櫟陽江渭中，溉四千五百餘頃，因名白渠。民歌之曰：田於何所，池陽谷口。鄭國在前，白渠起後。舉插為雲，決渠為雨。涇水一石，其泥數斗。且溉且糞，長我禾黍。

華嶠《後漢書》曰：周燮專精《禮》《易》，不讀非聖之書，不修賀問之好。有先人草廬，結于岡畔，下有陂田，常肆勤以自給，非身所耕漁不食。

晉《中興書》曰：郭翻少有志操，居貧無業。起往古荒田，先立表題，經年無主，然後乃作。將熟，有認之者，翻悉推與之。

蕭廣濟《孝子傳》曰：原平墓下有數十畝田，不屬原平。每農月，耕者恒裸。原平不欲使慢其墳墓，乃歸賣家資，買此田。三農之月，輒束帶垂泣，躬自耕墾。【略】

議　晉陸機《大田議》曰：臣聞隆名之主，不改法而下治；陵夷之世，不易術而民怠。夫商人逸而利厚，農人勞而報薄，道農以利則耕夫勤，節商以法則游子歸。

論　魏王粲《務本論》曰：古者之理國也，以本為務；八政之於民也，以食為首。是以黎民時雍，降福孔皆也。故仰司星辰，以審其時；俯耕籍田，以率其力；封祀農稷，以神其事；祈穀報年，以寵其功。設農師以監之，置田畯以董之。黍稷茂則喜而受賞，田不墾則怒而加罰。都不得有游民，室不得有懸耜。野積踰冬，奪者無罪；場功過限，竊者不刑。所以競之於閉藏也。先王藉田以力，任力以夫，議其老幼，度其遠近，種有常時，耘有常節，收有常期，此賞罰之本。種不當時，耘不及節，收不應期者，必加其罰；苗實踰等，必加其賞也。農益地辟，則吏受大賞也；農損地狹，則吏受重罰。夫火之災人也，甚於怠農；慎火之力也，輕於秬耘。通邑大都，有嚴令則火稀，無嚴令則燒者數，非賞罰不能齊也。

園

《易》曰：賁于丘園。

《說文》曰：樹果曰園，樹菜曰圃。

《莊子》曰：漢陰丈人灌園，鑿隧而入井。

《韓子》曰：昔彌子瑕有寵於衛，與君遊於果園。食桃而甘，以其半啖君，君曰愛我哉！

《史記》曰：公儀休相魯，拔園葵，去織婦。又曰：董仲舒下帷講誦，三年不觀於舍園。

《漢書》曰：和帝詔有司，自京師果園，悉假與貧人。

《國語》曰：趙簡子田於蘧。蘧，園名。

《三秦記》曰：漢武有名園曰樊川，一名御宿。有大梨如五升瓶，名含消。

《漢書》曰：明帝詔：先帝時靈芝生芳林園中，自吾建成承露已來，甘露復降芳林園。

《淮南子》曰：夫臨江之鄉，其人汲水以溉其園，江水弗減也。又曰：山有猛獸，林木為之不斬；園有螫蟲，藜藿為之不采。

謝承《後漢書》曰：法真隱居大澤，講論術藝，歷年不問園圃。又曰：吳祐遷膠東侯相，時濟北戴宏父為縣丞，宏年十六，從在丞舍，祐每行園，常聞諷讀之音，甚奇之，與為友。宏卒成儒宗，知名東夏，為河間相，因自免歸家，不復仕。灌園蔬，以經書教授，年九十八卒。

《華陽國志》曰：何隨家養竹園，人盜其笋，隨行遇見，恐盜者覺怖走，竹傷其足，挈履徐步而歸。

《桂陽先賢記》曰：蘇統嘗除門庭，有衆賓來，統告母曰：人招統去，已種藥著後園梅樹下，可治百疾，一葉愈一人，賣此藥，過足供養。

《魏志》曰：明帝起景陽山於芳林園中。又曰：京城內有園，患無水。傅玄先生乃作翻車，令童轉之，灌水更入，其功百倍。

《向秀別傳》曰：秀常與呂安灌園於山陽，收其利以供酒食之費。

《晉宮闕名》曰：洛陽有瓊圃園、靈芝園、石祠園、鄴有鳴鵠園、蒲萄園、華林園。

《世說》曰：簡文入華林園，顧謂左右曰：會心處不必在遠，翳然林水，便自有濠濮間想，覺鳥獸禽魚，自來親人。又曰：王子敬入會稽，經吳門。顧辟疆有名園，先不識主人，逕往其家，值顧方集賓友，酣飲園中。而王遊歷既畢，指麾好惡，傍若無人。顧勃然曰：不足齒之倉爾。使驅其左右出門，王獨坐輿上，展轉顧望，而僕從不至，遂移時。又曰：管寧、華歆，園中鋤菜，見地有片金，管揮鋤與瓦石不異，華捉而擲之。

《法顯記》曰：舍衛精舍東北六百里，毗舍佉毋作精舍，請佛及僧此處。故在祇洹舍大園落，有二門，一門東向，一北向，此園即須達長者布金錢買地處也。精舍當中央，佛住此處最久，說法度人，經行坐處，亦盡起塔，皆有名字。又曰：拘夷那竭城東行，到毗舍離城北，有大林，重閣精舍，佛住處，及阿難半身塔。其城裏，本菴婆羅女家，為佛起塔，今故在城南三里道西，菴婆羅女以園施佛住處。

### 圃

《傳》曰：晉侯取蔦氏之圃以為囿。

《論語》曰：樊遲請學為圃。子曰：吾不如老圃。

《列子》曰：三畝之圃不能耘。

《山海經》曰：槐江之山，實惟帝之平圃。即懸圃也。

《淮南子》曰：崑崙山有層城九重，其高萬一千里。懸圃涼風在崑崙之中，是其疏圃。疏圃之池，滿足漢水。

《穆天子傳》曰：春山之澤，清水出泉，溫和無風，飛鳥百獸之所飲食，先王之所謂懸圃。

### 蠶

《禮記》曰：古者天子諸侯，必有公桑，蠶室近川而為之。卜三宮之夫人世婦之吉者，使入蠶室，奉種浴于川，桑于公桑。又曰：季春之月，后妃齊戒親桑，以勸蠶事。蠶事既登，分繭稱絲，以供郊廟之服。

《東觀漢記》曰：明德馬后，置織室、蠶室於濯龍中，往來觀視，內以為娛樂，外以先女功。

《續漢書》曰：貴人助蠶，璅瑣釵，加簪珥。又曰：光武建武二年，野蠶成繭，野民收其絮。

《玄中記》曰：大月氏有牛，名曰日及。割取肉一二斤，明日瘡愈，漢人入國，示之以為珍異。漢人曰：吾國有蟲，大如小指，名曰蠶，食桑葉，為人吐絲，外國復不信有之。

《古今注》曰：元帝永元四年，東萊郡東半山，有野蠶為繭。繭生蛾，蛾生卵，卵著石，收得萬餘石，民以為蠶絮。

織

《魏志》曰：中山恭王袞，徙封濮陽。太和二年就國，尚儉約，敕妃妾紡績織紝，習為家人之事。

《博物志》曰：近世有居海渚者，每年八月，有浮查來。此人乃立於槎上，忽忽不覺晝，奄至一處，有城郭屋舍，望室中，多見織婦。見一丈夫牽牛，渚次飲之，驚問此何處？荅曰：君可詣蜀，問嚴君平。

《搜神記》曰：南海之外有鮫人，水居如魚，不廢績織。

鍼

《吳書》曰：虞翻年十二，有客詣翻兄，不遇之。翻乃與客書曰：磁石不受曲鍼。

市

《列子》曰：昔齊人有欲金者，清旦衣冠而之市，適鬻金者所，因攫其金而去。吏捕問之，對曰：取金之時，不見人，徒見金。

《魯連子》曰：孟嘗逐於齊。譚裕子曰：富貴則就，貧賤則去，此物之必至，而理固然也，願君忽怨，請以市論。朝則盈，夕則虛，非朝愛而夕憎之也，求存故往，求亡故去，勢使然也。

《漢書》曰：楚王戊與吳通，申公、白公二人諫，不聽。衣之赭衣，使杵臼椎舂於市。又曰：刺繡文，不如倚市門。此言末業貧者之資。又曰：司隸校尉解光，奏王根曰：縱橫恣意，大治室第，中立土山，而立兩市，殿上赤墀，戶下青瑣。

《東觀漢記》曰：樊重治家產業，起廬舍，高樓連閣，陂池灌注，竹木成林，閉門成市。

華嶠《後漢書》曰：宋登為汝陰令，為政明能，號稱神父。出為潁川太守，市無二價，道不拾遺。

《漢名臣奏》曰：太尉屬應劭等議，以為鮮卑隔在漠北，犬羊為羣，無君長帥，廬落之居。又其天性貪而無信，故自漢興于茲，數犯障塞，且無寧歲，吏民創禁，不與交關，唯至胡市，乃成靡服，非畏威懷德，實玩中國珍異之故耳。

戴延之《西征記》曰：洛陽舊有二市，一曰金市，在宮西大城內。

教　梁簡文帝《移市教》曰：臨淮作守，白鹿隨而忘反；蕭令解綬，黃雀從而不歸。況復衛卒遮車，追民擁榜，瞻言前古，眇愧弘多。吾旅泊東川，阻茲涸水，日中揔會，交貿遷移，雖樊無外取，要得所求。而旗亭舊體，自有常處，不容近違。孔奮遠逐曹參，正恐舊肆盈虛，或成彫廢。

周庾信《荅移市教》曰：昔張楷碩儒，尚移弘農之市，宜官妙篆，猶致酒壚之客，況復德總鄰周，聲高梁楚，希風慕義之士，舉袂成帷，卧轍反車之流，磨肩相接，遂使王充閱市之處，遠出荒郊，石苞販鐵之所，翻臨涯岸，聖德謙虛，未忘謳湫，欲令吹簫舞鶴，還反舊鄘，賣卜屠羊，請辭新闠，而交貿之黨好留，豳岐之衆難遣。

**《保生要錄・調胸肢體門》**　養生者，形要小勞，無至大疲。故水流則清，滯則污。養生之人，欲血脈常行，如水之流。坐不欲至倦，行不欲至勞，頻行不已，然宜稍緩，即是小勞之術也。故手足欲時其屈伸，兩臂欲左挽右挽如挽弓法，或兩手雙拓如拓石法，或雙拳築空，或手臂左右前後輕擺，或頭項左右顧，或腰胯左右轉，時俯時仰，或兩手相捉，細細捩如洗手法，或兩手掌相摩令熱，掩目摩面，事間隨意為之，各十數過而已。每日頻行，必身輕目明，筋節血脈調暢，飲食易消，無所擁滯。體中小不佳，快為之即解。舊導引方太煩，崇貴之人不易為也。今此術不擇時節，亦無度數，乘閑便作，而見効且速。

夫人夜卧，欲自以手摩四肢胷腹十數過，名曰乾浴。卧欲側而曲膝，益氣力。常時濁唾則吐，清津則嚥。常以舌拄上齶，聚清津而嚥之。潤五臟，悅肌膚，令人長壽不老。《黃庭經》曰：口為玉池大和宮，嗽嚥靈液災不干。又曰：閉口屈舌食胎津，使我遂鍊獲飛仙。頻叩齒令齒牢，又辟惡。夫人春時暑月，欲得晚眠早起，秋欲早眠早起，冬欲早眠晏起。早不宜在雞鳴前，晚不宜在日出後。熱時欲舒暢，寒月欲收密。此合四氣之宜，保身益壽之道也。

**《保生要錄・論衣服門》**　臣聞衣服厚薄，欲得隨時合度。是以暑月不可全薄，寒時不可極溫。盛熱能著單，熟衣卧熟帳，或腰腹膝脛已來覆被，極宜人。冬月綿衣莫令甚厚，寒則頻添重數，如此則令人不驟寒驟熱也。故寒時而熱則減，減則不傷於溫；熱時而寒則加，加則不傷於寒。寒熱若時，妄自脫著，則傷於寒熱矣。寒欲漸著，熱欲漸脫。腰腹下至足脛欲得常溫，胷上至頭欲得稍涼。涼不至凍，溫不至燥。衣為汗濕，即時易之。熏衣火氣未

歇，不可便著。夫寒熱平和，形神恬靜，疾疹不生，壽年自永。

**《混俗頤生錄・患風消息》** 人患久風，固難將息。凡風疾之人，髓竭肉疎，則風入骨間，故肢節不遂，骨虛血薄之故也。稽其由，皆有所因，或是夏月當風乘涼便至睡，或酒後操扇取風，好喫毒魚、豬肉之使也。況江淮地偏，又多下濕，夏月炎熱，風氣鬱蒸，多患此疾。

**《攝生纂錄・居處篇》** 攝理法

夫攝理者，先在水土，所習必欲高燥之處。《左傳》云：土厚水深，居之不疾，若下濕之地，必能損人。今南人多夭，北人多壽，此其驗也。《淮南》云：堅土人剛，弱土人肥，壚土人大，沙土人細，息土人美，耗土人醜。山氣多男，澤氣多女，水氣多瘖，風氣多聾，林氣多癭，木氣多傴，濕氣多瘇，石氣多力，陰氣多瘻，暑氣多夭，寒氣多壽，谷氣多痹，丘氣多狂，廣氣多仁，陵氣多貪。輕土人利，重土人遲，清水音小，濁水音大。湍水人輕，遲水人重，中土多聖。

凡人皆牽水土以爲善惡，從此觀之，安可不擇地而居耳。古者巢居穴處，人皆長壽者，何也？豈非巢居則迥，穴處則密，人不受巢穴之風故也。自上棟下宇，巢穴便生，衆疾咸臻，夭壽日促。今之居處，房屋不可高大虛敞，非唯風霧難防，亦使精神恍散。《呂氏春秋》云：臺高則多陽，室大則生痿，陽則生蹙。且亦有豐屋之誡，可不慎哉！古人之所居，但取門墻周密，墻宇幽深，使纖毫之風，無所從入，自然衆疾不生矣。覺有風穴，即須避之。

凡細隙之風爲害尤切。古來忽中風，四肢不遂，角弓反張，失音，皆由忽此。身既中風，衆病總集，邪鬼得便，以致夭枉。古者洛陽市青店店主坐處，柱上有孔如鍼頭，而前後店主不悟，皆同病而死，此其驗也。所居之室，必令潔淨。朝夕恒欲焚香，則人不受惡氣，常得和氣。又養生之人，須有日月規鏡及石精金光劒，及生犀、麝香、雄黄、丹砂，以自衛，大吉。又《仙經》云：以大盆盛清水，當户安之，拔大刀橫上，令刃向外，懸明鏡於上，書制邪符於鏡傍，則百邪不敢犯，犯者皆見血在水中。又説但懸孔好九寸明鏡於背後，則邪魅不敢隱形矣。

忌諱法

又宅中姓上利地，不得安熏穢。西北隅爲天門，亦不可糞穢，不可安井厠，務使清潔，大吉。又宅内最大樹，勿伐之，如自死即除之。西南種桃。井上勿種桃，桃花入井，不祥。又宅心無種桑、種桃，勿種木槿。勿簸箕盛糞，勿令破食器入厠中。勿塞井，勿斷道路，無故燃火入門，皆不祥。

又四方相厭法：五離日不可遠行，忽行在路，遇大風、霧、雷、電，當入室避之，不爾，久必重病。若凌晨在山、水中，及風露中行，大損人，不得不飲酒，佩雄黄爲佳。

丁公殺鬼丸仙人所授方

虎頭骨、丹砂、真珠、雄黄、雌黄、曾青、女青、鬼臼、皂莢、桔梗、芎藭、白芷、蒼术、蕪荑、鬼箭、鬼督郵、藜蘆、菖蒲。

右十八味各二分，擣篩蜜和如彈丸帶之。男左女右，百邪不敢近人，夢寐不亂，魂魄常安。凡人居止移動，避病，皆有吉處。攝生君子皆宜用之。畏虺蛇之屬，必佩蜈蚣、麝香，又佩武都雄黄三兩，已上則不敢近人矣。又誦儀康，入山不逢虎；心念儀方，入澤不逢蛇。又燒牛羊角，行則虎狼不敢近人，大吉。若已爲蛇所中，則以少許雄黄末納瘡中，亦立愈矣。

若江南沙濕之處有沙蝨、水弩之屬，大爲人害，可帶生麝香及神符金丹，皆辟之，若能常存真一，則百毒不犯者矣。

**《養生類纂・屋舍》** 宅欲左有流水，謂之青龍；右有長道，謂之白虎；前有汚池，謂之朱雀；後有丘陵，謂之玄武。為最貴地。若無此相，凶。不然種樹，東種桃柳，南種梅棗，西栀榆，北柰杏。《地理新書》。

宅東有杏樹，凶；宅北有有李，宅西有桃，皆為淫邪；宅西有柳，為被刑戮；宅東種柳，益馬；宅西種棗，益牛；中門有槐，富貴三世；宅後有榆，百鬼不敢近。同上。

凡宅東下西高，富貴雄豪。前高後下，絕無門戶；後高前下，多足牛馬。凡宅地欲平坦，名曰梁土；後高前下，名曰晉上，居之並吉；西高東下，名曰魯土，居之富貴，當出賢人；前高後下，名曰楚土，居之凶；四面高，中央下，名曰衛土，居之先富後貧。同上。

凡宅不居當衝口處，不居古寺廟及祠社鑪冶處，不居草木不生處，不居故軍營戰地，不居正當水流處，不居山脊衝處，不居大城門口處，不居對獄門處，不居百川口處。同上。

凡宅東有流水，達江海，吉；東有大路，貧；北有大路，凶；南有大路，富貴。同上。

凡樹木皆欲向宅，吉；背宅，凶。凡宅地形卯酉不足，居之自如；子午不足，居之大凶；子丑不足，居之口舌。南北長，東西狹，吉；東西長，南北狹，初凶後吉。同上。

凡人居洪潤光澤陽氣者，吉；乾燥無潤澤者，凶。同上。

凡宅前低後高，世出英豪；前高後低，長幼昏迷；左下右昂，男子榮昌，陽宅則吉，陰宅不強；右下左高，陰宅豐豪，陽宅非吉，主必奔逃。兩新夾故，死須不住；兩故夾新，光顯宗親；新故俱半，陳粟朽貫。實東空西，家無老妻；有西無東，家無老翁。壞宅留屋，終不斷哭；宅材鼎新，人旺千春；薦屋半柱，人散無主；間架成隻，潛資衣食；接棟造屋，三年一哭。同上。

凡住祖父之宅而欲脩造，即依祖上作陽宅、陰宅，運用方隅，如是則累代富貴，子孫隆盛。如居處不利，即宜轉陽作陰，或移陰為陽，吉。同上

凡人居止之室，必須周密，勿令有細隙，致有風氣得入。竟有風，勿強忍之，久坐公須急急避之。《千金要方》。

居處不得綺靡華麗，令人貪婪無厭，乃患害之源，但令雅素淨潔。同上。

蓋屋布椽，不得當柱頭梁上著，須是兩邊騎梁著，云不得以小壓大也。《瑣碎録》。

凡造屋，切忌先築牆圍并外門，必難成。同上。

凡起新屋，防木匠放木築於屋柱下，令人家不吉，更防有倒木作柱，令人不吉。同上。

起宅畢，其門刷以醇酒及散香末，蓋禮神之至也。同上。

人家不可多種芭蕉，久而招祟。同上。又云人家房戶前不宜多種芭蕉，俗云引兒，又云婦人得血疾。

住宅四畔，竹木青翠，進財。《魯般宅經》。

屋架與間不欲雙，隻為大吉。水簷頭相射，主殺傷；內射外，外人死；外射內，內人當。凡屋外簷廣闊為上，不得逼促斜雨潑壁，家多痢疾，風吹不著，不用服藥。廨屋漏漿，新婦無良；梁棟偏欹，家多是非；屋勢傾斜，賭博貪花；尾移棟摧，子孫貧羸。同上。

凡柱尾為斗，枋尾為升，升在斗下，為不順，主有不孝子弟；斗在升下，大吉。同上。

凡桁梁以木頭朝柱，主人大吉，木匠有成。同上

宅四面交衝，使子孫怯弱。《八王子宅經》。

古路靈壇，神前佛後，水田爨灶之所，其地並不堪居。同上。

宅若前高後下，法主孤兒寡婦，令男子懶惰，使女子淫奔。同上。

宅中聚水汪汪，養蚕桑之難得。同上。

屋頭有厦，衰病莫不由斯。同上。

桑樹不宜作屋木，死樹不宜作棟梁。袁天剛《陰陽禁忌曆》。

何謂安處？曰：非華堂邃宇重裀廣榻之謂也。在乎南向而坐，東首而寢，陰陽適中，明暗相半。屋無高，高則陽盛而明多；屋無卑，卑則陰盛而暗多。故明多則傷魄，暗多則傷魂。人之魂陽而魄陰，苟傷明暗則疾病生焉，此所謂居處之高，尚使之然。況天地之氣，有亢陽之攻肌，淫陰之侵體，豈不防慎哉？修養之漸，倘不法此，非安處之道，術曰：吾所居室四邊皆窓戶，遇風即闔，風息即開。吾所居座前簾後屏，太明則下簾以和其內映，太暗則捲簾以通其外曜。內以安心，外以安目，必目皆安則身安矣。明暗尚然，況太多事慮，太多情慾，豈能安其內外哉？故學道以安處為次。《天隱子》

樓

居宅造樓，莫近街頭，低吉高凶，能招五通。《揔聖曆》。

門樓重屋須榮貴。袁天剛《陰陽禁忌曆》。

廳堂

居宅廳後不宜作龜頭。《瑣碎録》。

畫堂應干，須用偶數，則室家和睦。同上。

私居廳不必廣大，亦要數隻，廳上單棟，恐招內政預事。同上。

私居堂要十分華飾，夫婦偕老，子孫昌盛。同上。

有廳無堂，孤寡難當。同上。

堂前有榴樹，吉。《地理新書》。

南廳連於西屋，令歲月之憂煎。《八王子宅經》。

折裏為廳，終不利；折廳為裏，則無妨。袁天剛《陰陽禁忌曆》。

庭軒

大樹近軒，疾病連綿。《揔聖曆》。

中庭種樹主分張。《袁天剛陰陽禁忌曆》。

門庭雙棗喜加祥。同上。

庭心樹木名閑困，長直庭心主禍殃。同上。

房室床帳附

人卧室宇，當令潔盛。盛則受靈〔氣〕，不盛則受故氣。故氣之亂人室宇者，所為不成，所作不立一身亦爾，當數洗沐澡潔，不爾無冀。《真誥》。

人卧床，當令高，高則地氣不及，鬼吹不干。鬼炁之侵人，常依地而逆上耳，高（調）〔謂〕三尺以上也。昔有人病在地，卧於病中，乃見鬼於壁穿下以手為管吹之，此即是鬼吹之事也。同上。

房室當頭莫安櫃，房門兩壁莫開窓。袁天剛《陰陽禁忌曆》。

房門不得正對天井，主此房人口頻災。《魯般宅經》。

竈房門亦不可對其房門，主口舌病患。同上。

門戶

凡門以栗木為関者，夜可以遠盜。《從容録》。

凡門面兩畔壁須大小一般，左大換妻，右大孤寡。《魯般宅經》。

門面上枋空蛀窟痕，主動溫瘡痍之疾。門棟柱不著地，無穿長棟柱空蛀，家長聲盲。門塞棟柱，家憂俱，退財破田血畜耗。如大門十柱，小門六柱，皆著地，吉。門高於壁，法多哭（血）〔泣〕，門裝虚坐，頻招瘟火；糞屋對門，癰瘇常存；倉口向門，家退動瘟；搗石門居，屋出離書；門前直屋，家無餘穀；門口水坑，家破伶仃；大樹當門，羅鼓天瘟；牆頭衝門，常被人論；交路夾門，人口不存；衆路直衝，家無老翁；門被水射，家散人啞；神社對門，常病時瘟；門中水出，財散冤屈；門著井水，家招神鬼。同上。

正門前不宜種柳。《瑣碎録》

所居向巽方開門，及隙穴開窓之類，立有災害。

人家門左右不可安神堂，主三年一次哭。同上。

掃糞草置門下，令人患白虎病，東人呼為歷骨風白虎鬼。如貓在糞堆中，亦云糞神。療法以雞子揩病人，痛呪頭，送著糞堆，頭勿反。《顧本草》。

凡宅門下水出，財物不聚。《地理新書》。

東北開門，多招恠異之重重。《八王子宅曆》。

宅戶三門莫相對。袁天剛《陰陽禁忌曆》

井，竈竭釜附

勿跋井，今古大忌。《雲笈七籤》

俗以清明日淘井為新。同上。

凡開井近江、近海處，須擇江風順日開，則吹江水入泉，脉必甘，若海風順日，則吹海水入泉，脉必醎。謂：如江在井之西南方，是日有西南風則鑿之。同上。

禳井沸，取東向，三百六十步内覓一青石，以酒煑放井中，立止。同上。

勿越井越竈。《感應篇》。

井於竈邊，虚耗年年。《撼聖曆》。又《鎖碎録》云：井若近竈，年年虚耗。

井竈相看，法主男女之内亂。《八王子宅經》。

井竈不可令相見，女子祭竈事不祥。袁天剛《陬阢禁忌曆》。

井北竈南家五逆，井畔栽桃物業荒。同上。

廳内堂前難鑿井，主人堂後莫開泉。同上。

凡於廳屋安竈，兩火煌煌，主有灾殃。同上。

竈前無禮，家必破；竈前歌笑，要驚惶。袁天剛《陰陽禁忌曆》。

糞土無令壅竈前。同上。

竈中午夜絕燒煙。同上。午夜乃是后帝竈君交會之夜，宜避之，即安。

作竈法：長七尺九寸，上象北斗，下應九州；廣四尺，象四時；高三尺，象三才；口闊一尺二寸，象十二時；安兩釜，象日月；突大八寸，象八風。須倣新塼淨洗，以淨土和合，香水合泥，不可用壁泥相雜，大忌之。以豬肝和泥，令婦人孝順。《陰陽百忌曆》。

凡作竈泥，先除地面土五寸，即取下面淨土，以井花水并香合泥，大吉。同上。

凡竈面向西、向南，吉；向東、向北，凶。同上。

竈神晦日歸天，白人罪。《淮南》。

竈主食夢者，得食。《解夢書》。

子孫滿堂，竈在明堂。徵音明堂在午，宫音明堂在子，羽音明堂在戌，商角音明堂在申。《地揔聖曆》。

天井

凡四向堂屋前，著過道中亭，有二天井，象日月，為屋有眼目，主大發少灾。若只作一天井，亦發，只是多出患眼及損少丁婦。《魯般宅經》。

天井著花欄，主搖佚。同上。又云：天井置欄，主病心痛障眼著花欄，小口患。

凡人家天井方為上，不可直長，主喪禍。同上。

廳前天井，停水不出，主病患，父子相拘，有下濕腸風之疾及漏肚傷孕之厄。同上。

天井栽木大凶。同上。

窓

門壁有窓招橫事。袁天剛《陙陙禁忌曆》。

開天窓宜就左邊，乃青龍開眼，吉。《瑣碎録》。

溝瀆

溝渠通浚，屋宇潔净，無穢氣，不生瘟疫病。《瑣碎録》。

水路衝門，悖逆兒孫，水穿宅過東流，無禍。《揔聖曆》。

水若倒流宅，主女為家長。《八王子宅經》。

水從門出，主耗散之貧窮。同上。

廁

凡人上廁之時，先離廁前三五步，咳嗽三兩声，其神在廁中即自然回避。上廁不得唾於廁中，並唾於四面及唾於壁上廁神，免得生瘡痍。廁中生蛆，以蓴菜一把投於廁瓶中，即無。《瑣碎録》。

**《醫說・食忌》** 鼠盜忌食　夜藏飲食於器中，覆之不密，鼠欲盜食不可得，環器而走，淚墮器中。食之者得黃疾，通身如蠟，針藥難治，食胡羊肉，不可食松子。

淡食

鹽傷筋，醋傷骨，淡飯吃了肥木腯。多言損氣，多記損心，多怒傷精，多笑傷神。

飲食不可露天

凡飲食不可放在露天，恐飛絲墮飲食中。食之令人咽喉生泡，急以白礬巴豆燒灰吹入口内，或急擦即差。《瑣碎錄》。

雜忌

茅屋漏水墮諸脯肉上，食之成癥結。及暴肉作脯，不肯乾者，祭神肉無故自動，蜘蛛及行蜂落食肉上。凡食無故色變，脯臘入火炙不動，不得火而自動者，皆能殺人，不可食之。夜卧當耳勿有孔，吹即耳聾。遠行疲乏而來勿入房，成五勞。旦起勿開目洗面，令人目澁失明。父淚母淚不得墮子目中，即精破生翳。《修真秘訣》。

勿過食

某見數老人，飲食至少。其說亦有理，内侍張茂則每食不過粗飯一盞許，濃膩之物，絕不向口，老而安寧，年八十餘卒。茂每勸人，必曰：旦暮少食，無大飽。王晳龍圖造食物，必至精細，食不盡一器，食包子不過一二枚爾，年八十卒。臨老尤康強，精神不衰。王為予言：食取補氣，不飢則已，飽生衆疾，至用藥物消化，尤傷和也。劉元祕監，食物尤薄，僅飽即止，亦年八十而卒。劉監尤喜飲酒，每飲酒更不食物，啖少果實而已。循州蘓侍郎每見某，即勸令節食，言食少則臟氣流通而少疾。蘓公貶瘴鄉累年，近六十而傳聞亦康健無疾，蓋得此力也。蘓公飲酒而不飲藥，每與客食，未飽公已捨匕筯。《張太史明道雜誌》。

食鼈不可食莧

《方書》言：食鼈不可食莧。溫革郎中，因併啖之，自此苦腹痛，每作時，幾不知人。疑鼈莧所致，而未審。乃以二物令小蒼頭食之，遂得病，與革類而委頓尤劇，未幾遂死。舁其尸置馬廄，未斂也。忽小鼈無數，自九竅湧出，散走廄中，惟遇馬溺者，輒化為水。革聞自臨視，掊聚衆鼈，以馬溺灌之，皆即化為水。於是革飲馬溺遂差。或云：白馬溺尤良，溫革字叔皮。《瑣碎錄》。

食蟹反惡

陳正卿云：頃年與一承局同航船承局者，為舟中人言，嘗為同官差往昌國，見白蟹不論錢，因買百錢得數十枚，痛飲大嚼，且食紅柿，至夜忽大吐，繼之以血，昏不省人，病垂殆，同邸有知其故者憂之。忽一道人云：唯木香可解。但深夜無此藥，偶有木香餅子一帖，試用之。病人口已噤，遂調藥灌，即漸漸甦省，吐定而愈。《百一選方》。

銅器不可蓋食

銅器蓋食，器上汗滴食中，令人發惡瘡内疽，食性忌之也。

炊湯不宜洗面體

炊湯經宿，洗面令人無顏色，洗體令人成癬；未經宿者洗面令人亦然。

食驢鱉漏肉之戒

食驢肉喫荆芥茶，殺人。食鼈肉同莧菜，殺人。茅舍漏滴在肉上食之，

殺人。此三事尤宜戒之。《三說本草》。

食勿多飽多卧

食謹勿多，多則生病；飽勿多卧，卧則心蕩。心蕩多失性，食多生病則藥不行。《集異記》。

發暴

浙中人因食瓜匏，多要發吐瀉霍亂，謂之發暴。以致於有不救者為何？瓜匏種之在土，不久值時暖，易長易成，使人食之則發暴。若同香菜共食，則可免。香菜，今香薷也，今人所謂香菜和食瓜子是矣。《名醫錄》。

飲食忌

凡人食欲少而數，不欲頓而多。食不欲急，急則損脾。法當熟嚼令細。冷食不用熱水漱口，熱食不用冷水漱口。食必先食熱，然後食冷。

醉飲過度

酒有大毒大熱，大寒凝海，唯酒不冰，其至熱也；飲之昏亂，易人本性，其至毒也。若解風寒，宣血脈，消邪氣，引藥勢，不過於酒也。若醉飲過度，盆傾斗量，毒氣攻心，穿腸腐脇，此喪生之源也。《修真秘訣》。

黃帝雜忌法

一日之忌，暮無飽食；一月之忌，晦無大醉；一歲之忌，暮無遠行；終身之忌，暮無燃燭行房。鹹傷筋，醋傷骨，飽傷肺，饑傷氣。久視傷血，久卧傷氣，久立傷骨，久坐傷肉，久行傷筋。凡向北勿安床，勿面北坐，夜卧勿覆其頭，人魘勿令燃燈，喚之定死無疑。正月寅日燒白髮吉，凡寅日翦手甲，午日翦足甲，又燒白髮，吉。《戎幕雜談》。

飲食禁

食黃顙魚，不可服荆芥。吳人魏幾道志在妻家，啖黃魚羹罷，採荆芥和茶而飲。少焉，足底奇癢，上徹心肺，跣足行沙中，馳宕如狂，足皮皆破欲裂。急求解毒藥餌之，幾兩日乃止。

食蜜不可食鮓

韶州月華寺側民家設僧供，新蜜方熟，羣僧飽食之。有某院長老兩人，還至半道，遇村墟賣鮓，不能忍嚥，買食盡半斤，是夕皆死。

食河豚不可服風藥

李悲郎中過常州，王子雲縉為郡，招之晨餐，辦河豚為饌。李以故不食，遣歸餉妻。妻方平明服藥，不以為慮，啜之甚美。即時口鼻流血而絕。李未終席，訃音至矣。《三說奚堅志》。

飲食宜緩

王介玉頃嘗道旁食，有一老人進言，飲食須用緩。蓋脾喜溫，不可以冷熱犯之，唯緩食冷熱之物至脾皆溫矣。又因論飲食大冷熱，則傷陰陽之氣。《晁氏夜話》。

陰地流泉不可飲

陰地流泉，二月、八月，行塗之間勿飲之，令人夏發瘧瘴，又損腳令軟；五月、六月，勿飲澤中停水，食著魚鼈精，令人病鼈瘕也。《本草》。

食禁

荆芥一名假蘇，《本草》謂性溫，不然，實微涼。吾竄嶠嶺久，數見食黃顙魚，偶犯荆芥者，必立死，甚於鉤吻毒矣。物性相反，有可畏如是，世人於食禁，殆不可不知。百衲居士《鐵圍山叢談》。

禽獸蟲魚肉異不可食

禽獸蟲魚之屬，或有感渗氣所生，形色變異者，皆為毒物，謹勿食之。謂物有形質變異者，如獸有歧尾，蟹有獨螯，羊一角，雞四足是也。物有形色變異者，如白鳥玄首，烏雞白首，白馬青蹄，白馬黑頭是也。有形色無異其肉變怪者，如落地不沾灰塵，經宿肉體尚暖，曝炙不燥，入水自動之類是也。有皮肉無異，腸臟變改者，如肝色青黯，腎氣紫黑，魚無腸膽，牛肝葉孤之類是也。有一物常食性善，與他物相反，過口而害人者，如鮀魚同鹿肉食之殺人，羊肉同鱠酪食之害人，羊肝得生椒破人臟，豬肉得胡荽爛人臍是也。有一物常食性平，與它物相感入腹成動物者，如鱠生同酥乳食之變諸蟲，鼈肉與莧菜食之還生鼈，牛肉同豬肉食之成寸白蟲，豬羊肉以桑楮柴煮炙食之亦成寸白也。東虢婁居中《食治通說》。

勿食生鮮

旋殺物命以應急需，既虧愛物之仁，又失養口體之正。且肉未停冷，動性猶存，鱠生之屬損人尤甚。昔有食魚鱠而生病者，用藥下之，已變蟲形而能動，有鱠縷尚存，故可驗也。有食鼈肉而成疾者，用藥下之，已成動物而能行，有類鼈狀，故可驗也。諸肉膾而食之生蟲成病者甚多，一切微細物命旋烹不熟，食之害人，固不可測，為癥、為痕、為痼疾、為奇病，此不可不知，亦不

可忽者也。《食治》。

四時不食

《金匱要略》方曰：春不食肝，夏不食心，秋不食肺，冬不食腎，四季不食脾，謂畜獸五臟能益人五臟。春時木旺，肝氣盛脾氣敗，故不食肝，食之則肝氣愈盛，脾氣愈敗，因成脾病，則難治也。或春月肝經受病，明有虛證，亦宜食肝以補之，或春月肝氣太盛，即宜食肺以抑之。又云：肝病禁辛，心病禁鹹，脾病禁酸，肺病禁苦，腎病禁甘，五味遞相尅制，故禁之也。或肝氣太盛，因而生病，亦宜辛味以制之，更在心智變通，不可全執定論，它臟倣此。《食治》。

飽勿便睡

偶食物飽甚，雖覺體倦，無輒就寢，可運動徐行約百餘步，然後解帶、鬆衣、伸腰、端坐，兩手按摩心腹，交叉來往約一二十過，復以兩手自心脇間按擦，向下約十數過，令人腹氣通，不致壅塞過飽，食物隨手消化也。

生物食之無益

食物可生嗽者，唯有果核，時新初市無，貴先嘗，貴在實成氣足以走。趁市利之物，多未成熟故也。時果鮮，味易於可口，無喜其甘酸，至於意足而後已。棗栗之屬經火熟者稍多，食雖無妨，亦忌於飽飯之後。菜品中以蘿蔔下麪，茵陳和羹皆生用為宜，葛苣嫩苗，蕪菁肥根，苦薏落藸，雖可生嗽，皆不益腸胃。不若淹俎煮羹以為麪飯之佐也。百穀之屬，固不可生食，一切動物皆然。或鱠魚如絲抹肉成縷，沃醋食之，已失食養之正。有將蛤蜊、螃蟹析殼乘活而嗽者，肉味致用，豈有是理？既輕殘物命，還輕忽自己之性命也。生食果菜自有所損，此又所損之彌甚，以好生之德，衛生之經，併失之故也。《食治》。

食無求飽

《論語》云：不多食。又曰食無求飽，謂食物無務於多，貴在能節，所以保沖和而順頤養也。若貪生務飽，淤塞難消，徒積暗傷，以召疾患。蓋食物飽甚，耗氣非一，或食不下而上湧嘔吐以耗靈源，或飲不消而作痰咯唾以耗神水。大便頻數而洩，耗穀氣之化生；溲便利滑而濁，耗源泉之浸潤。致於精清冷而下漏，汗淋漓而外泄，莫不由食物而過傷，滋味太厚。如能節滿意之食，省爽口之味，常不至於飽甚者，即頰頰必無傷物，物皆為益，糟粕變化，早晚溲便，按時華精，和凝上下，津液含蓄，神藏內守，榮衛外護，邪毒不能犯，疾疹無由作，故知聖人之立言垂教，足以為養生之大經也。東虢婁居中《食治通說》。溲與溲同用。

飲食以時

飲食以時，饑飽得中。水穀變化，沖氣和融。精血以生，榮衛以行。腑臟調平，神志安寧，正氣充實於內，元真通會於外。內外邪疹，莫之能干，一切疾患無從而作也。

食飲以宜

食飲之宜，舉其大畧。當候以饑而後食，食不厭熟嚼。仍候焦渴而引飲，飲不厭細呷。無待饑甚而後食，食不可太飽。或覺微渴而省飲，飲不欲太頻。漿不欲甘酸，肉無貪肥脆。食不厭精細，飲不厭溫熱。飯無令少於麪菜，常令稱於肉。肉不厭軟暖，菜不可生茹，五味無令勝穀味，肉味無令勝食氣。滋味欲澹而和，食時當謹其度。故得食飲常美，津液常甘，身輕而不倦，神清而少睡。胃腑通暢而少噫，胃脘寬紓而不脹。省解帶摩腹之勞，免食藥耗氣之失，皆目前近效也。（同上）

粥能暢胃生津液

張文潛《粥記・贈潘邠老》：張安道，每晨起，食粥一大盌，空腹胃虛，穀氣便作，所補不細。又極柔膩，與腸腑相得，最為飲食之良。妙齊和尚說：山中僧每將旦，一粥甚繫利害，如或不食，則終日覺臟腑燥渴。蓋能暢胃氣，生津液也。今勸人每日食粥，以為養生之要，必大笑。大抵養生性命，求安樂，亦無深遠難知之事，正在寢食之閒耳。或者讀之果笑文潛之說。然予觀《史記》，陽虛侯相趙章病，太倉公診其脈曰：法五日死，後十日乃死。所以過期者，其人嗜粥，故中臟實，故過期。師言曰：安穀者過期，不安穀者不及期。由是觀之，則文潛之言又似有證。後又見東坡一帖云：夜饑甚，吳子野勸食白粥，云能推陳致新，利膈養胃。僧家五更食粥，良有以也。粥既美快，粥後一覺，尤不可說。

五味致疾

五味養形，過則致病。故多食鹹則脈凝澁而變，多食苦則皮槁而髮拔，多食酸則肉胝皺而唇揭，多食甘則骨痛而髮落，多食辛則筋急而爪枯。《本事方》。

飲酒面青赤

飲酒者，肝氣微則面青，心氣微則面赤。

魚無腮不可食

《養生方》云：魚無腮不可食，食之令人五月發癩。《巢氏病源》。

**《脾胃論・脾胃虛實傳變論》** 聖人旨意，重見疊出，詳盡如此，且垂戒云：法於陰陽，和於術數，食飲有節，起居有常，不妄作勞，故能形與神俱，而盡終其天年，度百歲乃去。由是言之，飲食起居之際，可不慎哉！

**《脾胃論・遠欲》** 名與身孰親？身與貨孰多？以隋侯之珠，彈千仞之雀，世必笑之，何取之輕而棄之重耶！殘軀六十有五，耳目半失於視聽，百脈沸騰而煩心，身如衆派漂流，瞑目則魂如浪去，神氣衰於前日，飲食減於襄時，但應人事，病皆彌甚，以己之所有，豈止隋侯之珠哉？安於淡薄，少思寡慾，省語以養氣，不妄作勞以養形，虛心以維神，壽夭得失，安之於數，得喪既輕，血氣自然諧和，邪無所容，病安增劇？苟能持此，亦庶幾於道，可謂得其真趣矣。

**《南村輟耕録・厠籌》** 今寺觀削木爲籌，置溷圊中，名曰厠籌。《北史》：齊文宣王嗜酒淫泆，肆行狂暴。雖以楊愔爲相，使進厠籌。然則愔所進者，豈即此與。按《説文》：厠，清也，從廣，則聲。《韻書》初吏切，間也，雜也，次也，圊也。居高臨垂邊曰厠，高岸夾水曰厠。《史記・太倉公傳》：豎奉劍從王之厠。《汲黯傳》：衛青大將軍侍中，上踞厠見之。注：如淳曰：厠，音則，謂牀邊，據牀視之。一云：溷，厠也。厠，牀邊側。《漢書注》：如淳曰：厠，溷也。孟康曰：厠，邊側也。師古曰：如説是也。仲馮曰：厠，當從孟説。愚意，古者見大臣，則御坐爲起，夫武帝固以奴隸待青，亦不應踞溷圊而見之。然漢文居灞北，臨厠，使慎夫人鼓瑟。注：韋昭曰：高岸夾水爲厠。即此推之，則凡厠者，皆取其在兩物間爲義。又《郅都傳》，賈姬如厠，有野彘入厠，命都擊之。則此之如厠，亦恐非是溷圊。它如《劉安別傳》謫守都厠三年。《莊子・庚桑篇》適其偃。註：偃，屏厠也。屏厠則以偃溲。《儀禮・既夕禮》：甸人築坫坎，隸人涅厠塞厠。《萬石君傳》建取親中裙厠牏，身自澣洒。注：孟康曰：厠，行清。牏，行中受糞函也。至於晉侯食麥脹如厠陷而卒，趙襄子如厠執豫讓，高祖鴻門會如厠召樊噲等，及如厠見栢人，金日磾如厠擒莽何羅，范睢佯死置厠中，李斯如厠見鼠，陶侃如厠見朱衣，王敦如厠食棗，劉寔誤入石崇厠，郭璞被髮厠上，劉季和厠上置香爐，沈慶之夢鹵簿入厠中，崔浩焚經投厠中，錢義厠神，李赤厠鬼，崩曉盟孔悝於厠，曹植戒露頂入厠之類，則真溷圊矣。

**《至正直記・地理之應》** 地理之應，亦有可驗者。若金陵之鍾阜龍蟠，石城虎踞，真帝王之居也。此漢末諸葛武侯之言，必有得于地理之形勢者。自吳而至六朝，皆常都之。然舊都距秦淮十八里，迫倚覆舟山紫薇之形也。南唐新城在秦淮河上，即今之集慶府城也，地勢不及六朝遠矣。句容之三茆山，原自丫頭山。地理家嘗謂丫頭峯不尖，所以只主黃冠之流。若尖則為雙文筆峯，必主出文章狀元。丫頭俗呼為丫角貪狼，蓋陰陽者流以九星配山水者，固不足據。然其有是形者主是應，或可信矣。溧陽函山前地脈一支過谿，直抵黨城，又過溪至紫雲山。凡在此脈上居止而得水汪洋回抱者，大則富，小則溫飽。天曆己巳旱，山東頑民欲引洮湖水灌溉，恨此脈截斷谿間，縱石工鑿斷三五尺，而巡檢申德興禁之不能止，因大訶曰：此州里之地脈，關係禍福！遂躍馬鞭擊之。雖移文州司，責頑民之罪，已被其所損矣。山前一境，自前代舊稱無貧乏者，皆地脈之應也。幸賴申君，不為深害。然山間樹木與夫脈上人家，由是而日見消廢矣。地理之驗，豈偶然哉！此予之目擊耳聞，而鄉人亦以此為痛恨。

**《至正直記・鍾山王氣》** 鍾山王氣，昔時在二十餘里之內，自丁亥以後，氣如紫煙，遠接淮西，亦異事也。揚州興廢不常，山水之勝又有時而興也。唐人有詩云：天下三分明月夜，二分無賴是揚州。洪容齋《筆記》云：女真之寇亂揚州，百里之間，虛無人煙，至隆興以後復盛，德祐末兵亂又廢。父老嘗云：自揚州至中原，七百餘里無人煙。至元貞以後復盛。至正甲午以後，今如荒野，不知何時復興也？

**《三元延壽參贊書・衣着》** 書云：春冰未泮，衣欲下厚上薄，養陽收陰，繼世長生。

書云：春天不可薄衣，傷寒，霍亂，食不消，頭痛。

書云：大汗能易衣佳，或急洗亦好。

書云：大汗偏脫衣，得偏風，半身不遂。

書云：濕衣，汗，不可久著，發瘡及風瘙，二腑不利。

書云：飲酒汗出，脫衣，靴，韈，當風取涼，成腳氣。

書云：冬時綿衣氈褥之類，急寒急着，急換急脫。

陶隱居云：綿衣不用頓加添，稍暖又宜時暫脫。

《鎖碎録》云：若要安樂，不脫不着，北方語也。

若要安樂，頻脫頻着，南方語也。

**《三元延壽參贊書・坐卧》**　書云：久坐傷肉，久卧傷氣。坐勿背日，勿當風濕，成勞。坐卧於塚墓之傍，精神自散。

書云：卧出而風吹之，血凝於膚爲痺，凝於脉爲血行不利，凝於足爲厥。

書云：燭燈而卧，神魂不安。卧宜側身屈膝，不損心氣。覺宜舒展，精神不散。舒卧招邪魅。孔子云：寢不尸。【略】

書云：卧處頭邊勿安火爐，日久引火氣，頭重，目赤，鼻乾，發腦癰，瘡癤。

書云：卧習閉口，氣不失，邪不入。若張口，久成消渴，失血色。又夜卧勿覆頭，得長壽。濯足而卧，四肢無冷病。又醉卧當風，使人發瘡。醉卧黍穰中，發瘡，患大風，眉墮。又雷鳴時仰卧，星月下偃卧，當風中醉卧，以人扇之，皆不可也。

隱居云：卧處須當傍虛歇，烘焙衣衾，常損人。【略】

書云：汗出不可露卧及浴，使人身振，寒熱風瘧。

書云：坐卧處有隙風，急避之。尤不宜體虛年老之人。

**《泰西水法》**　試水美惡，辨水高下，其法有五。

煮試

取清水，置淨器煮熟，傾入白磁器中，候澄清，下有沙土者，此水質惡也。水之良者無滓。又水之良者，以煮物，則易熟。

日試

清水置白磁器中，向日下，令日光正射水，視日光中若有塵埃絪縕，如遊氣者，此水質惡也。水之良者，其澄澈底。

味試

水元行也，元行無味，無味者真水，凡味皆從外合之故。試水以淡為主味佳者次之，味惡為下。

稱試

有各種水，欲辨美惡，以一器更酌而稱之，輕者為上。

紙帛試

又法：用紙或絹帛之類，色瑩白者，以水蘸而乾之，無迹者為上也。

**《遵生八箋・居室安處條》**　居室建置

燠閣　南方暑雨時，藥物、圖書、皮毛之物皆為黴潤壞盡。今造閣，去地一丈有多，閣中循壁為廚二三層，壁間以板弭之，前後開牖，樑上懸長笕，物可懸者，懸於笕中，餘置格上。天日晴明，則大開牖戶，令納風日爽氣。陰晦則密閉，以杜雨濕。中設小爐，長令火氣溫鬱。又法：閣中設床二三，床下收新出窯炭實之。乃置畫片床上，永不黴壞，不須設火。其炭至秋供燒，明年復換新炭。床上切不可卧，卧者病瘡，屢有驗也。蓋火氣所爍故耳。

清閟閣　雲林堂閣尤勝，客非佳流，不得入。堂前植碧梧四，令人揩拭其皮。每梧墜葉，輒令童子以針綴杖頭，亟挑去之，不使點污，如亭亭綠玉。苔蘚盈庭，不容人踐，綠褥可愛。左右列以松桂蘭竹之屬，敷紆繚繞。其外則高木修篁，鬱然深秀。周列奇石，東設古玉器，西設古鼎尊罍，法書名畫。每雨止風收，杖履自隨，逍遥容與，詠歌以娛。望之者，識其為世外人也。

觀雪庵　長九尺，闊八尺，高七尺，以輕木為格，紙布糊之，以障三面。上以一格覆頂面，前施幃幔，捲舒如帳。中可四坐，不妨設火食具，隨處移行，背風帳之，對雪瞻眺，比之擅帳，似更清逸。施之就花，就山水，雅勝之地，無不可也。謂之行窩。

松軒　宜擇苑囿中空明塏爽之地構立，不用高峻，惟貴清幽。八牖玲瓏，左右植以青松數株，須擇枝榦蒼古，屈曲如畫，有馬遠、盛子昭、郭熙狀態甚妙。中立奇石，得石形瘦削，穿透多孔，頭大腰細，裊娜有態者，立之松間，下植吉祥、蒲草、鹿蔥等花，更置建蘭一二盆，清勝雅觀。外有隙地，種竹數竿，種梅一二，以助其清，共作歲寒友想。臨軒外觀，恍若在畫圖中矣。

高子書齋說

高子曰：書齋宜明靜，不可太敞。明淨可爽心神，宏敞則傷目力。牖外四壁，薜蘿滿墻，中列松檜盆景，或建蘭一二，遶砌種以翠芸草令遍，茂則青蔥欝然。傍置洗硯池一，更設盆池，近牖處，蓄金鯽五七頭，以觀天機活潑。齋中長桌一，古硯一，舊古銅水注一，舊窯筆格一，斑竹筆筒一，舊窯筆洗一，糊斗一，水中丞一，銅石鎮紙一。左置榻床一，榻下滾腳凳一，床頭小几一，上置古銅花尊，或哥窯定瓶一。花時則插花盈瓶，以集香氣；閒時置蒲石於上，收朝露以清目。或置鼎爐一，用燒印篆清香。冬置煖硯爐一，壁間掛古

琴一，中置几一，如吳中雲林几式佳。壁間懸畫一。書室中畫惟二品，山水為上，花木次之，禽鳥人物不與也。或奉名畫山水雲霞中神佛像亦可。名賢字幅，以詩句清雅者可共事。上奉烏思藏鎏金佛一，或倭漆龕，或花梨木龕以居之。上用小石盆一，或靈壁應石，將樂石，崑山石，大不過五六寸，而天然奇怪，透漏瘦削，無斧鑿痕者為佳。次則燕石，鍾乳石，白石，土瑪瑙石，亦有可觀者。盆用白定官哥青東磁均州窯為上，而時窯次之。凡外爐一，花瓶一，匙筯瓶一，香盒一，四者等差遠甚，惟博雅者擇之。然而爐製惟汝爐、鼎爐、戟耳彝爐三者為佳。大以腹橫三寸極矣。瓶用膽瓶花觚為最，次用宋磁鵝頸瓶，餘不堪供。壁間當可處，懸壁瓶一，四時插花。坐列吳興筍凳六，禪椅一，拂塵，搔背，棕箒各一，竹鐵如意一。右列書架一，上置《周易古占》《詩經傍注》《離騷經》《左傳》、林註《自儆》二編、《近思錄》《古詩記》《百家唐詩》、王李詩、《黃鶴補注》《杜詩說海》《三才廣記》《經史海篇》《直音》《古今韻釋》等書。釋則《金剛鈔義》《楞嚴會解》《圓覺註疏》《華嚴合論》《法華玄解》《楞伽註疏》《五燈會元》《佛氏通載》《釋氏通鑑》《弘明集》《六度集》《蓮宗寶鑑》《傳燈錄》。道則《道德經新注指歸》《西升經句解》《文始經外旨》《沖虛經四解》《南華經義海纂微》《仙家四義》《列仙通鑑》《參同分章釋疑》《陰符集解》《黃庭經》《紫金丹》《正理大全》《修真十書》《悟真》等編。醫則《黃帝素問》《六氣玄珠密語》《難經脈訣》《華佗內照》《巢氏病源》《證類本草》《食物本草》《聖濟方》《普濟方》《外臺秘要》《甲乙經》《朱氏集驗方》《三因方》《永類鈐方》《玉機微義》《醫壘元戎》《醫學綱目》《千金方》《丹方》諸書。閒散則《草堂詩餘》《正續花間集》《歷代詞府》《中興詞選》。法帖，真則《鍾元常季直表》《黃庭經》《蘭亭記》。隸則《夏承碑》《石本隸韻》。行則《李北海陰符經》《雲麾將軍碑》《聖教序》。草則《十七帖》《草書要領》《懷素絹書千文》《孫過庭書譜》。此皆山人適志備覽，書室中所當置者。畫捲舊人山水、人物、花鳥，或名賢墨跡，各若干軸，用以充架。齋中永日據席，長夜篝燈，無事擾心，閱此自樂，逍遙餘歲，以終天年。此真受用清福，無虛高齋者得觀此妙。

茆亭　以白茆覆之，四構為亭，或以棕片覆者更久。其下四柱，得山中帶皮老棕本四條為之，不惟淳樸雅觀，且亦耐久。外護闌竹一二條，結於蒼松翠蓋之下，修竹茂林之中，雅稱清賞。

檜柏亭　植四老柏以為之，製用花匠竹索結束為頂成亭，惟一簷者為佳，圓製亦雅。若六角二簷者俗甚。桂樹可結，羅漢松亦可。若用薔薇結為高塔，花時可觀，若以為亭，除花開後，荊棘低垂，焦葉蠢蟲，撩衣刺面，殊厭經目，無論玩賞。

圜室　臞仙曰：圜室之製，人各不同，予所志者，取法於天地範圍之理，上圓下方。經一丈有二，中隔前後二間，前間開日月圓竅於東西，以通日月之光，後間於頂上孔開牕撐放，以取天門靈氣。艮上塞戶，令不通達，以閉鬼戶之意。此余所製也。

九徑　江梅、海棠、桃、李、橘、杏、紅梅、碧桃、芙蓉，九種花木，各種一徑，命曰三三徑。詩曰：三徑初開是蔣卿，再開三徑是淵明。誠齋奄有三三徑，一徑花開一徑行。

茶寮　側室一斗，相傍書齋，內設茶竈一，茶盞六，茶注二，餘一以注熟水。茶臼一，拂刷，淨布各一，炭箱一，火鉗一，火筋一，火扇一，火斗一，可燒香餅。茶槃一，茶囊二，當教童子專主茶役，以供長日清談，寒宵兀坐。煎法另具。

藥室　用靜屋一間，不聞雞犬之處，中設供案一，以供先聖藥王。分置大板桌一，光面堅厚，可以和藥。大鐵碾一，石磨一，小碾一，乳鉢大小二，堅筒一，用以搗珠末不飛。擣臼一，大小中稀篩各一，大小密絹篩各一，棕掃帚一，淨布一，銅鍍一，火扇一，火鈐一，大小盤秤各一，藥櫃一，藥廂一。葫蘆瓶罐，此藥家取用無算，當多蓄以備用。凡在藥物所需，俱當置之。藥室平時密鎖，以杜不虞，此又君子所先。

又　選擇黃曆臺曆二說

高子曰：家居選擇，似不可緩，然而日者成書頗煩，無俟余為撮概，惟《奇門》《演禽》二書最為卜筮緊要，每有異驗，余深知之。惜乎浩闊無容舉畧，今之黃曆臺曆，內有二事，人不多識，持揭以明之。

黃曆每月下有某日日傳嫦訾之次，當用甲丙庚壬時，此為四大吉時也，百凡用之至吉。但十二時中曾無甲時丙時，其說云何？嫦訾者，正月亥將也，為之月將。其十二將俱逆行，自亥始。正月雖過一二十日，其將未交，惟看曆上正月下某日日傳嫦訾之次，方作正月論。已先之日，俱作十二月將

算。交月之後，每用時，甲取寅卯二時之中各半用之，是吉時也。丙取巳午之中，庚取申酉，壬取亥子是也。又如二月戌將降婁，當用艮巽坤乾四時，艮取丑寅二時之中各半，巽取辰巳，坤取未申，乾取戌亥是也。三月酉將大梁過傳，當用癸乙丁辛四時，癸取子丑，乙取卯辰，丁取午未，辛取酉戌是也。四月申將實沉將換，而用時又以甲丙庚壬，三項實輪，無變法也。五月未將鶉首，六月午將鶉火，七月巳將鶉尾，八月辰將壽星，九月卯將大火，十月寅將析木，十一月丑將星紀，十二月子將玄枵，每月惟以黃曆月建下考之。須記雖過二月，還用正月將選擇，是最緊要。

又如京師臺曆，每月下有義字、專字、伐字、制字、寶字，其五字何也？此為奇門選日訣也。假如甲子日，子水生甲木，下生上也，為義。乙丑日，乙木克丑土，上克下也，為制。戊辰日，上下無犯，為專。庚午日，午火克庚金，下克上也，為伐。丁丑日，丁火生丑土，上生下也，為寶。故用日當以五字消息用之。大率寶、義為上吉，專為平，制、伐為凶也。特述以備參考。

居處生旺吉凶宜忌

《保生要錄》曰：人之家室，土厚水深，居之不疾，故人居處隨其方所，皆欲土厚水深。土欲堅潤而黃，水欲甘美而清。常坐之處，極令四面周密，勿令少有細隙，致風得入，壁間風峻，人不易知，其傷人最重，初時不覺，久能中人。夫風者天地之氣也，能生成萬物，亦能損人，有正有邪故耳。初入腠理，漸至肌膚，內傳經脈，達於臟腑，傳變既深，為患不小。故云：避風如避箭。盛暑所居兩頭通屋，衝堂夾道，風回涼爽，其為害尤甚，養生者當更慎之。

《黃帝宅經》曰：陽宅即有陽氣抱陰，陰宅即有陰氣抱陽。陰陽之宅者，即龍也。陽宅龍頭在亥，尾在巳；陰宅龍頭在巳，尾在亥。其狀在龍者，陽龍赤，陰龍青，各有命坐，切忌犯也。凡從巽向乾，從午向子，從坤向艮，從酉向卯，從戌向辰，移轉為陽。已上移轉及上官所住，不計遠近，悉入陽也。從乾向巽，從子向午，從艮向坤，從卯向酉，從辰向戌，移轉為陰。已上移轉，悉名入陰。故福德之方，動依天道、天德、月德，生氣到其位，即修令清潔闊厚，即一家獲安，榮華富貴。天之福德者，宅之財命也。財命既壯，何愁不榮，故須勤修。再入陰入陽，是名無氣。三度重入陰陽，謂之無魂。四入謂之無魄。魂魄既無，即家破逃散，子孫絕滅也。連犯不止，即絕門滅嗣，此之謂也。若一陰陽往來，即合天道，自然吉昌之象也。

又云：其宅乃窮，急翻故宮。宜拆形禍方舍，卻益福德方也。翻宅平墻，可以銷殃。宅之行年不利，或口舌疾病等事，即宜翻刑禍之方，添益福德。改移墻壁，即災消禍滅，致大吉昌也。

又云：刑禍之方缺復荒，福德方連接長，吉也。刑禍之方墻宜薄，屋宜低，荒蕪無事。福德方及墻屋宜連接，高朗壯實也。刑禍之方縮復縮，猶恐災殃往相逐。福德之方拓後拓，子子孫孫受榮樂。刑禍之方戒侵拓也，不得大縮，縮即氣不足，不足則損財祿，不吉。福德之方宜戒侵拓，亦不得大過，太過即成福會，至微不消，厚福所臨也。凡事足大過，所侵拓之數過於本宅，名曰太過。

又云：宅中姓上吉利地，不得破損與污穢。西比天門緊要方，勿安糞土與牛廝。又云：宅有五虛，令人貧耗；五實，令人富昌。宅大人少，一虛；門面大，內窄小，二虛；墻院不完整，三虛；井竈不一處，四虛；宅地多屋少〔人〕，庭院廣闊，五虛；宅少人多，一實；宅大門小，二實；墻院週完，三實；宅地相停，四實；宅水溝東南流，五實。又云：勿以接木為柱，及自死樹為柱，皆不祥。

又云：宅乃漸昌，勿棄室堂。不得因富就改造也。不衰莫移，是為受殃。舍居就廣，未必有歡，計口半造，必得壽考。言宅不宜廣也。

每年逐月有生氣死氣之位，修生氣者，福德來集，言月生氣與天道月德合其吉路也。犯死氣之方者，立見禍殃。

逐月生死二氣所主方位

正月生氣在子癸，死氣在午丁。
二月生氣在丑艮，死氣在未坤。
三月生氣在寅甲，死氣在申庚。
四月生氣在卯乙，死氣在酉辛。
五月生氣在辰巽，死氣在戌乾。
六月生氣在巳丙，死氣在亥壬。
七月生氣在午丁，死氣在子癸。
八月生氣在未坤，死氣在丑艮。
九月生氣在申庚，死氣在寅甲。
十月生氣在酉辛，死氣在卯乙。
十一月生氣在戌乾，死氣在辰巽。
十二月生氣在亥壬，死氣在巳丙。

逐月土氣所沖方位

《宅經》曰：凡修築垣墻，連造宅舍，土氣所沖之方，人家即有災殃，宜依法禳之，吉。

正月土氣沖丁未方，二月沖坤，三月沖壬亥，四月沖辛戌，五月沖乾，六

月沖寅甲，七月沖癸丑，八月沖艮，九月沖丙巳，十月沖辰乙，十一月沖巽，十二月沖甲庚。已上當細看之，犯必有災。

天道吉方此法人多不知，故表出於此。

子午年坤艮　寅申年乙辛　丑未年甲庚

卯酉年乾巽　辰戌年丙壬　巳亥年丁癸

方隅土木等神，其祭文曰：茲者建造屋宇，其木泥石繪畫之人所有魘鎮咒詛，不出百日，乃使自受其殃。預先盟於羣靈，則災禍無干於我，使彼自受，而我家宅寧矣。造船者亦如此例。梓人最忌倒用木植，必取生氣，根下而稍上。其魘者倒用之，使人家不能長進，作事顛倒。解法以斧頭擊其木曰：倒好倒好，住此宅內，世世溫飽。

又若造前樑，臨上乃移為後樑，魘曰：前樑調後樑，必定先死娘。卯眼內放竹楔者，魘曰：枸卯放竹，不動自哭。使人家屋內常有哭聲。有刻人像書咒於身，以釘釘於屋上，釘眼令瞎，釘耳令聾，釘口令啞，釘心令有心疾，釘門使房主不得在家，令出門，釘之終不得安居屋內。如釘床以竹釘十字釘之，或畫人形紙符於內，使卧床之人疾病不安。此梓人魘鎮之大略。解之之法，其屋既成，用水一盆，使家人各執柳枝蘸水繞屋灑之，咒曰：木郎木郎，遠去他方，作者自受，為者自當，所有魘鎮，與我無妨，急急一如太上律令敕。則無患矣。

如瓦匠魘，有合脊中放土人船傘之類，或壁中置一匙一筯，曰：只許住一時，其家便破。如甃砌門限，堵塞之下，用荷葉包飯於下，以筯十字安在上，令有嘔噎之疾。有砌竈用木刻人，以瓦刀朝其寢，或向廳堂，使其刀兵相殺。石匠鑿人形置磉上，又畫匠彩梁俱有魘呪，說破不妨。凡木匠魘人，必插木篾在首，不令插之，即不靈矣。

**《老老恒言・書室》**　學不因老而廢，流覽書冊，正可藉以遣閑，則終日盤桓，不離書室。室取向南，乘陽也。《洞靈經》曰：太明傷魂。愚按魂為陽氣之英也，魄為陰體之精也，所謂傷者，即目光可驗。如太明就暗，則目轉昏，傷其陽也；太暗就明，則目轉眯，傷其陰也。又《呂氏春秋》曰：室大多陰，多陰則瘿。瘿者，喻言肢體懈弛，心神渙散之意。

室中當戶，秋冬垂幕，春夏垂簾，總為障風而設。晴暖時，仍可鉤簾卷幕，以挹陽光。《內經》曰：風者，百病之始也。又曰：古人避風，如避矢石焉。其危詞相儆如此，當隨時隨地留意避之。

三秋涼氣尚微，垂幕或嫌其密，酌疎密之中，以簾作裏，藍色輕紗作面，夾層製之。日光掩映，蔥翠照入几榻間。許丁卯詩所謂翠簾凝晚香也，可以養天和，可以清心目。

每日清晨，室中洞開牖戶，掃除一遍，雖室本潔淨，勿暫輟，否則漸生故氣。故氣即同鬱蒸之氣，入於口鼻，有損脾肺，脾開竅於口，肺開竅於鼻也。古人掃必先灑水，濕日積，似亦非宜。嚴冬取乾雪灑地而掃，至佳，常時用木屑微潤以水，亦能黏拌塵灰，不使飛揚，則倍加潔淨。

卑濕之地不可居。《內經》曰：地之濕氣，感則害皮肉筋脈。甎鋪年久，即有濕氣上侵，必易新甎。鋪以板，則濕氣較微。板上亦可鋪氈，不但舉步和軟，兼且氈能收濕。《春秋左氏傳》晉平公疾，秦伯使醫和視之，有雨淫腹疾之語。謂雨濕之氣，感而為泄，故梅雨時，尤宜遠濕。

南北皆宜設牖，北則雖設常關，盛暑偶開，通氣而已。淵明常言五六月中，北牖下卧，遇涼風暫至，自謂是羲皇上人。此特其文辭佳耳，果如此，人秋未有不病者，毋為古人所愚。

牖作左右開闔者，檻必低，低則受風多。宜上下兩扇，俗謂之合牖。晴明時掛起上扇，仍有下扇作障，雖坐牖下，風不得侵。牖須櫺疏則明，糊必以紙則密。

三冬日行南陸，光入牖牖，最為可愛。如院中東西牆峻，日已出而牖未明，日方斜而牖頓暗。惟兩旁空闊，則紅日滿牖，可以永晝。予嘗作園居詩，有好是東西牆放短，白駒挽得駐疎櫺之句。

室前庭院寬大，則舉目開朗，懷抱亦暢。更須樹陰疎布，明暗適宜。如太逼室，陽光少而陰氣多，易滋濕蒸入室之弊。北向院小，濕蒸彌甚，坐榻勿近之。

長夏院中陽光照灼，藍色布為幄以障之，妥矣。微嫌光猶耀目，不若荻簾漏影，兼得通風。或剪松枝帶葉作棚，時覺香自風來，更妙。如以席蓬遮蔽，非不幽邃，然久居於中，偶見日色，反易受暑。

高樓下日不上逼，其西偏者，日過午即影移向東，三伏時可以暫遷書室於此。兼令檐下垂簾，院中障日，南牖向明而時啟，北牖雖設而常關。起居其中，儘堪銷夏。

**《老老恒言・書几》**　几，猶案也，桌也，其式非一。書几乃陳書冊，設筆硯，終日坐對之几。長廣任意，而適於用者，必具抽替二三，以便雜置文房之物。抽替不可深，深不過二寸許，太深未免佔下地位，坐必礙膝。或左右作抽替，而空其坐處，則深淺俱可。

檀木、癭木，作几極佳，但質堅不能收濕，梅雨時往往蒸若汗出，惟香楠無此弊。或以漆微揩之，其弊仍不免矣。有黑漆退光者，杜少陵詩所謂拂拭烏皮几是也。口鼻呼吸，几面即浮水氣，著手有跡，黏紙污書，不堪書几之用。

几上文具羅列，另以盤陳之，俗稱多陳盤。或即於几邊上作矮欄，勿雕飾，高不過寸，前與兩旁，三面相同。其兩旁欄少短，僅及几之半，則手無障礙。以此雜陳文具，得有遮攔，較勝於盤。

大理石，肇慶石，堅潔光潤，俱可作几面，暑月宜之。又有以洋玻璃作几面，檀木鑲其邊，錫作方池承其下，養金魚及荇藻於其中，靜對可以忘暑。

冬月以氈鋪几，非必增暖，但使着手不冷，即覺和柔適意。蘇子由詩：細氈淨几讀文史。《漢舊儀志》云：冬月加綈錦於几，謂之綈几。則鋪氈便可謂之氈几。夏月鋪以竹蓆，《書・顧命》曰：敷重篾蓆。註：竹蓆也。古設以坐，今鋪於几，取其涼滑。緣以邊，邊下垂簷數寸，乃不移動，亦可為几飾。

《記・玉藻》曰：君子居恆當戶，謂向明而坐也。凡設書几，向南，偏著東壁為當。每有向南之室，設書几向西者，取其作字手迎天光，此又隨乎人事之便。位置之宜，非必泥古。予舊有《自題書室》詩：蘿薜緣牆松倚天，園居愛此最幽偏。面西一几南牕下，三十年來坐榻穿。憶予春秋二十有八，始起居此室，自今計之，幾五十年，几榻未嘗少更也。

几下腳踏矮凳，坐時必需。欖之製，大抵面作方檻，僅供腳踏而已。當削而圓之，寬着其兩頭，如轆轤可以轉動。腳心為湧泉穴，俾踏處時時轉動，心神為之流暢，名滾腳凳。或几足下，四周鑲作轆轤式，寬如几面，更覺踏處舒展。

**《老老恒言・坐榻》**　有卧榻寬而長者，有坐榻僅可容身。服虔《通俗文》曰：榻者，言其塌然近地也。常坐必坐榻乃適，元微之詩望山移坐榻，輕則便於移也。因其後有靠，旁有倚，俗通稱為椅子，亦曰環椅。椅面墊貴厚，冬月以小條褥作背靠，下連椅墊鋪之，皮者尤妙。

卧榻亦可坐，盤膝跏趺為宜，背無靠，置豎墊，燈草實之，則不下墜。旁無倚，置隱囊左右各一，不殊椅之有靠有環也。隱囊似枕而高，俗曰靠枕。《顏氏家訓》曰：梁朝全盛時，貴游子弟，坐棋子方褥，憑班絲隱囊。

環椅之上，有靠有倚，趺坐更適，但為地有限，不能容膝。另備小杌，與椅高低相等者，並於椅之前，上鋪以褥，坐極寬平，冬月最宜。偶欲正坐，去杌甚便。

有名醉翁椅者，斜坦背後之靠而加枕，放直左右之環面而增長。坐時伸足，分置左右，首卧枕，背着斜坦處。雖坐似眠，偶倦時，可以就此少息。

有名飛來椅者，卧榻上背靠也，木為匡，穿以藤，無面無足，如鏡架式。其端圓似枕，可枕首。後有橫榦架起，作高低數級，惟意所便，似與豎墊相類，用各有宜。

安置坐榻，如不着牆壁，風從後來，即為賊風。製屏三扇，中高旁下，闊不過丈，圍於榻後，名山字屏。放翁詩虛齋山字屏是也。可書座右銘，或格言黏於上。

李氏《一家言》有煖椅式，腳下四圍鑲板，中置爐火。非不溫暖，但老年腎水本虧，腎惡燥，何堪終日熏灼。北地苦寒，日坐煖炕，亦祇宜於北地。又有涼杌式，杌下錫作方池，以冷水注之，尤屬稚氣。

**《老老恒言・杖》**　杖曰扶老，既可步履借力，且使手足相顧，行不急躁。其長須高過於頭一尺許，則出入門戶，俾有窒礙，可以留心檢點。雖似少便，《荀子》曰：便者，不便之便也。古人制作，蓋有深意在。

《記・王制》曰：五十杖於家，六十杖於鄉，七十杖於國，八十杖於朝。禮所當用，用之可也，毋強作少壯，棄置弗問。

杖用竹，取其輕而易舉，故扶杖必曰扶邛，亦曰扶筇。按邛竹，產蜀之邛州。根有三歧為異，又節高如鶴膝者，出蜀之敘州，為筇竹。竹類不一，質厚始堅，乃當於用。藤亦可為杖，產兩廣者佳。有謂藤不及竹，其質較重；有謂竹亦不及籐，年久則脆而易折。物無全用，大抵如是。

《周禮》伊耆氏掌王之齒杖，謂賜老者杖也。《後漢書》民年七十授杖，其端以鳩鳥為飾。鳩者，不噎之鳥也。欲老人飲食不噎，即祝哽、祝噎之意。嘗見舊銅鳩，朱翠爛斑，的是漢時杖頭物。蓋古以銅為之，竊意琢以玉，雕以

香，俱可，非定用銅也。杖之下，須以銅鑲，方耐用，短則鑲令長二三寸亦可。下必微銳，着地不滑。

近時多用短杖，非杖也。其長與腰齊，上施橫幹四五寸，以便手執，名曰拐。取梅柘條，老而堅緻，天然有歧，出可執者為佳。少壯俱攜以遊山，及行遠道，頗借其力。若老年或散步曠野，或閒立庭除，偶一攜之。然恆情喜便易而厭委曲，往往用拐不用杖，製作之本意，恐漸就湮也。

杖頭下可懸備用物，如阮修以錢掛杖，所謂杖頭錢是也。其式以銅圈釘於杖頭下，相去約五六寸，物即縛於圈。有以小瓶插時花，為杖頭瓶。《抱朴子》曰：杖懸葫蘆，可貯丹藥。又《五岳圖》：入山可辟魑魅。

杖有銘，所以寓勸戒之意，古人恆有之。予嘗自銘其竹杖曰：左之左之，毋爭先，行去自到兮，某水某山。所謂左之者，扶杖當用左手，則右腳先向前，杖與左腳隨其後，步履方為穩順，扶拐亦然。予近得邛竹杖，截為拐，根有三歧，去其一，天然便於手執，恰當邛竹之用，或不與削圓方竹同譏也。取《易》履卦九二之爻辭，鐫於上曰：履道坦坦，幽人貞吉。

**《老老恒言・衣》**　衣服有定製，邵子曰：為今人，當服今時之衣。惟長短寬窄，期於適體，不妨任意製之。其厚薄酌乎天時，綿與絮所用各異，大抵初冬需薄綿，不如絮之薄而勻；嚴冬需厚絮，不如綿之厚而軟。按《急就篇》注曰：新者為綿，故者為絮。今俗以繭絲為綿，木棉為絮。木棉，樹也，出嶺南，其絮名吉貝。江淮間皆草本，通謂之木棉者，以其為絮同耳。放翁詩：奇溫吉貝裘。東坡詩：江東賈客木棉裘。蓋不獨皮衣為裘，絮衣亦可名裘也。

虞、夏、商、周，養老各異其衣，見諸《禮記》。要之溫煖適體，則一也。如今制有口衣，出口外服之，式同袍子。惟袖平少寬，前後不開胯，兩旁約開五六寸，俗名之曰一箍圓。老年禦寒皮衣，此式最善。極寒時再辦長套，表毛於外穿之。古人着裘，必以毛向外。裘之外，加衣曰裼。

皮衣毛表於外，當風則毛先受之，寒氣不透裏也。如密室靜坐無取此，且多着徒增其重。另置大襖，襯入一箍圓內，其長略相等，紬裏紬面，上半厚裝綿，下半薄裝絮，四邊縫聯，則暖氣不散，溫厚同於狐貉，而輕軟過之。晉謝萬曰禦寒無復勝綿者，洵非虛語，特非所論於當風耳。

方春天氣和煖，穿夾襖如常式。若襯入袍子內，製半截者，前後兩幅，斜裁而倒合之，下闊上狹以就腰，聯其半邊，繫以帶如裙，亦似古人下裳之意，欲長欲短，可隨繫帶之高下。有作半截夏衫，聯上截以鈕扣，又有以紗葛作一箍圓，此皆應酬所需，不稱老年之服。

隋制有名貉袖者，袖短身短，圉人服之，蓋即今之馬褂，取馬上便捷。家居之服，亦以便捷為宜。仿其裁製，胸前加短襟，袖少窄，長過肘三四寸，下邊縫聯，名曰緊身，隨寒煖為加外之衣。夾與棉與皮必俱備，為常服之最適。

式如被幅，無兩袖，而總摺其上以為領，俗名一口總，亦曰羅漢衣。天寒氣肅時，出戶披之，可禦風，靜坐亦可披以禦寒。《世說》：王恭披鶴氅行雪中。今制蓋本此，故又名氅衣，辦皮者為當。

肺俞穴在背。《內經》曰：肺朝百脈，輸精於皮毛，不可失寒煖之節。今俗有所謂背搭，護其背也，即古之半臂，為婦人服，江淮間謂之綽子，老年人可為乍寒乍煖之需。其式同而製小異，短及腰，前後俱整幅，以前整幅作襟，仍扣右肩下，襯襟須窄，僅使肋下可綴扣，則平勻不堆垛，乃適寒煖之宜。

領衣同半臂，所以綴領，布為之，則澀而不滑，領無上聳之嫌。鈕扣仍在前兩肋下，前後幅不用緝合，以帶一頭縫着後幅，一頭綴鈕，即扣合前幅，左右同。外加衣，欲脫時，但解扣，即可自衣內取出。

夏雖極熱時，必着葛布短半臂，以護其胸背。古有兩當衫，謂當胸當背，亦此意。須多備數件，有汗即更，晚間亦可着以就寢，習慣不因增此遂熱。

冬夜入寢，毋脫小襖，恐易着冷。裝綿薄則反側為便。式如緊身，袖小加長而已。《左傳》衷其袒服，以戲於朝。注曰：袒音日，近身衣。《說文》曰：日日所常服也。即小襖之類。

襯衣亦曰汗衫，單衣也，製同小襖，着體服之。衫以頻浣取潔，必用杵搗。《升庵外集》云：直舂曰搗。今易作臥杵搗之，取其便也。既搗微漿，候半乾疊作小方，布裹其外，復用杵搗，使漿性和柔，則着體軟滑。有生薑取汗浣衫者，療風濕寒嗽諸疾。

**《老老恒言・帽》**　《通典》曰：上古衣毛冒皮，則帽名之始也。陽氣至頭而極，寧少冷，毋過熱。狐貂以製帽，寒甚方宜。若冬月常戴，恐遏抑陽氣，未免眩暈為患。入春為陽氣宣達之時，尤不可以皮帽暖之。《內經》謂春夏養陽，過煖則遏抑太甚。如遏抑而致汗，又嫌發泄矣，皆非養陽之道。帽頂紅緯，時制也，少為宜，多則嫌重。帽帶或可省，老年惟取簡便而已。

腦後為風門穴，脊梁第三節為肺俞穴，易於受風。辦風兜如氈雨帽以遮護之，不必定用氈製，夾層紬製亦可。綴以帶二，縛於頷下，或小鈕作扣，並得密遮兩耳。家常出入，微覺有風，即攜以隨身，兜於帽外。瞿佑《詩話》云：元廢宋故宮為寺，西僧皆戴紅兜。蓋亦用以障風者。

《周禮》：天官掌皮，共毳毛為氈。《唐書・黠戛斯傳》：諸下皆帽白氈。《遼史》：臣僚戴氈冠。今山左張秋鎮所出氈帽，羊毛為之，即本於古。有質甚軟者，乍戴亦似與首相習，初寒最宜，漸寒鑲以皮邊，極寒添以皮裏，各製而酌用之。禦冬之帽，殆無過此。

幅巾能障風，亦能禦寒。裁製之式，上圓稱首，前齊眉帖額，額左右有帶，繫於腦後，其長覆及肩背。巾上更戴皮帽亦可。又有截幅巾之半，綴於帽邊下，似較簡便。唐《輿服志》有所謂帷帽，此彷彿似之。《後漢書》云：時人以幅巾為雅，用全幅皁而向後，不更着冠，但幅巾束首而已。按全幅不裁製，今俗婦人用之，古以為雅，今異宜也。

乍涼時需夾層小帽，亦必有邊者。邊須軟，令隨手可摺，則或高或下，方能稱意。又有無邊小帽，按《蜀志》：王衍晚年，俗競為小帽，僅覆其頂，俛首即墮，謂之危腦帽。衍以為不祥，禁之。今小帽無邊者，蓋亦類是。

梁有空頂帽，隋有半頭幘，今兒童帽箍，大抵似之。虛其頂以達陽氣，式最善。每見老年，仿其式以作睡帽，竊意春秋時家常戴之，美觀不足，適意有餘。

**《老老恒言・帶》**　帶之設，所以約束其服，有寬有狹，飾以金銀犀玉，不一其制，老年但取服不散漫而已。用徑寸大圈，玉與銅俱可，以皂色紬半幅，一頭縫住圈上，圍於腰，一頭穿入圈內，寬緊任意勒之。即將帶頭壓定腰旁，既無結束之勞，又得解脫之便。

有用鉤子聯絡者，不勞結束，似亦甚便。《吳書》所謂鉤絡帶類是。但腰間寬緊惟意所適，有時而異，鉤子雖可作寬緊兩三層，終難恰當，未為適意之用。

古人輕裘緩帶，緩者寬也，若緊束縛，未免腰間拘板。少壯整飭儀容，必緊束垂紳，方為合度。老年家居，宜緩其帶，則營衛流行，胸膈兼能舒暢。《南華經》曰：忘腰帶之適也。又放翁詩云：寬腰乍餉餘。

或製腰束以代帶，廣約四五寸，作夾層者二。緝其下縫，開其上口，並可代囊。圍於服外，密綴鈕扣，以約束之。《記・玉藻》曰：大夫大帶四寸。注謂廣之度也。然則古制有帶廣四寸者，腰束如之，似亦可稱大帶。

帶可結佩。古人佩觿佩礪，咸資於用。老年無須此，可佩小囊，或要事善忘，書而納於中，以備省覽。再則剔齒籤與取耳具，一時欲用，等於急需，亦必囊貯。更擦手有巾，用絺及用紬用皮，隨時異宜，俱佩於帶。老年一物不周，遂覺不適，故小節亦必加詳。

**《老老恒言・襪》**　襪以細針密行，則紮堅實，雖平勻觀美，適足未也。須紬裏布面，夾層製就，翻入或綿或絮，方為和軟適足。又樂天詩云：老遣寬裁韈。蓋不特脫着取便，寬則倍加溫煖耳。其長宜過膝寸許，使膝有蓋護，可不另辦護膝。護膝亦曰蔽髀，《內經》曰：膝者筋之府，不可着冷，以致筋攣筋轉之患。

靸韈頗煖，出陝西者佳。擇其質極軟滑者，但大小未必恰當，豈能與足帖然？且上口薄，不足護其膝，初冬可着。或購寬大者，緝以皮裏，則能增其煖，膝亦可護。

有連袴韈，於袴腳下，照韈式裁製，紮薄裝之。既着外仍加襪，不特煖勝於常，襪以內亦無袴腳堆摺之弊。

《內經》曰：陰脈集於足下，而聚於足心。謂經脈之行，三陰皆起於足，所以盛夏即穿厚韈，亦非熱不可耐。此其驗也，故兩足四時宜煖。《雲笈七籤》有秋宜凍足之說，不解何義。至夏穿紮襪，自必作熱，用麻片搥熟，實之即妥，不必他求也。或天氣煩熱，單與夾韈，俱可暫穿。按韈制見商代，曰角韈，兩幅相承，中心繫帶，今穿單夾韈，亦需帶繫，乃不下墜。老年祇於韈口後，綴一小鈕以扣之，可免束縛之痕。

韈內將木瓜曝研，和絮裝入，治腿轉筋。再則韈底先鋪薄絮，以花椒、肉桂研末滲入，然後緝就，乍寒時即穿之，可預杜凍瘡作患。或用樟腦，可治腳氣。陶弘景曰：腿患轉筋時，但呼木瓜名，及書土作木瓜字皆驗。此類乎祝由，存其說可耳。

韈外加套，上及於股，所謂套袴。本屬馬上所用，取其下體緊密，家居辦此，亦頗適於體。可單可夾，可綿可皮，隨天時之寒暖，作套外之加減。

韈以內，更襯單韈，其長必與加外韈等，半截者不堪用。冬月有以羊毛撚線編就，舖中現成售者，亦頗稱足。而煖如穿皮，裏韈則無藉此。

**《老老恒言・鞋》** 鞋即履也，舄也。《古今注》曰：以木置履底，乾臘不畏泥濕。《輟耕錄》曰：舄本鵲字，舄象取諸鵲，欲人行步知方也，今通謂之鞋。鞋之適足，全係乎底。底必平坦，少彎即礙趾，鞋面則任意為之。樂天嘗作飛雲履，黑綾為質，素紗作雲朵，亦創製也。

用氈製底最佳，暑月仍可着，熱不到腳底也。鋪中所售布底及紙底，俱嫌堅實，家製布底亦佳。製法：底之向外一層，薄鋪絮，再加布包，然後針緝。則着地和軟，且步不作聲，極為稱足。

底太薄，易透濕氣。然薄猶可取，晴燥時穿之，頗輕軟。若太厚，則堅重不堪穿。唐釋清珙詩，所謂老年腳力不勝鞋也。底之下，有用皮托者，皮質滑，以大棗肉擦之，即澀滯，總不若不用尤妥。

《事物紀原》曰：草謂之履，皮謂之履。今外洋哈剌八，有底面純以皮製，內地亦多售者，式頗雅。黃梅時潮濕，即居常可穿，非雨具也。然質性堅重，老年非宜。

鞋取寬緊恰當。惟行遠道，緊則便而捷。老年家居宜寬，使足與鞋相忘，方能穩適。《南華經》所謂忘足履之適也。古有履用帶者，寬則不妨帶繫之。按元《輿服志》履有二帶，帶即所以綰履者。

冬月足冷，勿火烘，脫鞋趺坐，為煖足第一法。綿鞋亦當辦，其式鞋口上添兩耳，可蓋足面。又式如半截鞾，皮為裏，愈寬大愈煖，鞋面以上不縫，聯小鈕作扣，則脫着便。

陳橋草編涼鞋，質甚輕，但底薄而鬆，濕氣易透，暑天可暫着。有椶結者，椶性不受濕，梅雨天最宜。黃山谷詩云：桐帽棕鞋稱老夫，又張安國詩云：編椶織蒲繩作底，輕涼堅密穩稱趾。俱實錄也。

製鞋有純用綿者，綿撚為條，染以色，面底俱以綿編。式以矗俗，然和軟而煖，勝於他製。卧室中穿之最宜，趺坐亦穩貼。東坡詩所謂便於盤坐作跏趺也。又《本草》曰：以糯稻稈藉鞾鞋，煖足去寒濕氣。

暑天方出浴，兩足尚餘濕氣，或辦拖鞋。其式有兩旁無後跟，鞋尖亦留空隙以通氣，着少頃，即宜單襪裹足，毋令太涼。

**《老老恒言・雜器》** 眼鏡為老年必需，《蕉庵漫錄》曰：其制前明中葉傳自西洋，名靉靆。中微凸，為老花鏡。玻璃損目，須用晶者。光分遠近，看書作字，各有其宜。以凸之高下別之。晶亦不一，晴明時取茶晶、墨晶，陰雨及燈下，取水晶、銀晶。若壯年即用以養目，目光至老不減。中凹者為近視鏡。

骨節作酸，有按摩之具曰太平車。或玉石，或檀木，琢為珠，大徑寸而匾，如算盤珠式，可五可六，鑽小孔貫以鐵條，折條兩頭合之，連以短柄，使手可執。酸痛處，令人執柄挼捺，珠動如車輪，故曰太平車。聞喇嘛治病，有推拏法，此亦其具也。

搥背以手，輕重不能調。製小囊，絮實之，如蓮房，凡二，綴以柄，微彎，似蓮房帶柄者。令人執而搥之，輕軟稱意，名美人拳。或自己手執，反肘可搥，亦便。

隱背，俗名搔背爬，唐李泌取松樛枝作隱背是也。製以象牙或犀角，雕作小兜扇式，邊薄如爪，柄長尺餘。凡手不能到，持此搔之，最為快意，有以川山甲製者，可搔癬疥能解毒。

《西京雜記》廣川王發魏襄王冢，得玉唾壺，此唾壺之始也。今家常或瓷或錫，可以多備，隨處陳設。至寢時，枕旁尤要，偶爾欲唾，非此不可。有謂遠唾不如近唾，近唾不如不唾。此養生家之說。《黃氏日抄》曰：鬼畏唾。愚謂唾非可畏，蓋人之陽氣，唾必着力發泄之，陽氣所薄故畏耳，或有此理。養生貴乎不唾，正恐發泄陽氣也。

冬寒頻以爐火烘手，必致十指燥裂。須銀製煖手，大如鶩卵，質極薄，開小孔，注水令滿，螺旋式為蓋，使不滲漏。投滾水內，有頃取出煖手，不離袖則煖可永日。又有玉琢如卵，手握得煖氣，即溫和不斷。

暑天室有熱氣，非風不驅。辦風輪如紡車式，高倍之，中有轉軸，四面插木板扇五六片。令人舉柄搖動，滿室風生，頓除熱氣。特不可以身當之耳。《三才圖會》謂軍器中，有用此置地窖內，扇揚石灰者。

冬用暖鍋，雜置食物為最便，世俗恆有之。但中間必分四五格，使諸物各得其味。或錫製碗，以銅架架起，下設小碟，盛燒酒燃火煖之。

深夜偶索湯飲，猝不能辦，預備煖壺，製以錫，外作布囊，厚裝絮以囊之，納諸木桶中，煖可竟夜。《博古圖》有溫酥壺，如膽瓶式，入滾水內化酥者。古用銅，今或用錫，借為煖湯之備，亦頃刻可俟。按《頤生錄》曰：凡器銅作蓋者，氣蒸為滴，食之發瘡。則用銅不如用錫，用錫更不如用瓷。

椶拂子。以椶櫚樹葉，擘作細絲，下連葉柄，即可手執。夏月把玩，以逐

蚊蚋，兼有清香，轉覺雅於麈尾。少陵有詩云：不堪代白羽，有足驅蒼蠅。山野銷夏之具，亦不可少此。

**《老老恒言・卧房》**　室在旁曰房。《相宅經》曰：室中央為《洛書》五黄，乃九宫尊位，不敢當尊。故卧須旁室。老年宜於東偏生氣之方，獨房獨卧，靜則神安也。沈佺期詩云：了然究諸品，彌覺靜者安。房以内，除設牀之所，能容一几一榻足矣。房以外，令人伺候，亦擇老年者，不耽酣睡，聞呼即應乃妥。

《易》言君子洗心，以退藏於密。卧房為退藏之地，不可不密，冬月尤當加意。若牖若門，務使勿通風隙，牖闔處必有縫，紙密糊之。《青田祕記》曰：卧房牖取偶，門取奇，合陰陽也。故房門宜單扇，極窄，僅容一身出入。更懸氈幕，以隔内外，按《造門經》：門之高低闊狹，隨房大小方向，另制尺量之。妄斷禍福，此假陰陽而神其説，可勿泥。

卧房暗則能斂神聚氣，此亦陰陽家之説。《易》隨卦之象辭曰：君子以嚮晦入宴息。卧房必嚮晦而後入，本無取乎塏爽，但老年人有時起居卧房，暗則又非白晝所宜。但勿寬大，寧取塏爽者，或牖外加簾，酌明暗而上下之也可。

房開北牖，疎櫺作牖，夏為宜，冬則否，牖内須另製推板一層以塞之。《詩・豳風》云：塞向墐戶。注曰：向北出牖也。北為陰，陰為寒所從生，故寒以禦之也。

冬以板鋪地平，誠善，入夏又嫌隔住地氣，未免作熱。置矮腳櫈數張，凳面大三四尺，量房寬窄，鋪滿於中，即同地平板。夏月去櫈，亦屬兩便。卧房與書室並宜之。

《蠡海集》曰：春之氣自下而升，故春色先於曠野；秋之氣自上而降，故秋色先於高林。寒氣亦自上而降，故子後霜落時，寒必甚。氣隨霜下也，椽瓦疎漏，必厚作頂板以禦之。即長夏日色上逼，亦可隔絕熱氣。如板薄，僅足承塵而已，徒添鼠窟以擾夜眠。

牖戶雖極緊密，難免針隙之漏，微風遂得潛入。北地禦寒，紙糊遍室，則風始斷絕，兼得塵飛不到，潔淨爽目。老年卧房，可仿而為之，每歲初冬，必重糊一度。

長夏日曬酷烈，及晚尚留熱氣，風即挾熱而來。故卧房只宜清晨洞啟牖戶，以散竟夜之鬱悶，日出後俱必密閉。牖外更下重幃遮隔，不透微光，并終日毋令入。入氣即致熱也，蓋熱皆從外至，非内生耳。入寢時，但卷幃，亦勿開牖，枕簟胥含秋意。

樓作卧房，能杜濕氣，或謂梯級不便老年。華佗《導引論》曰：老年筋縮足疲，緩步階級，以展舒之。則登樓正可借以展舒，諺又有寒暑不登樓之説。天寒所畏者風耳，如風無漏隙，何不宜之有？即盛夏但令牖外遮蔽深密，便無熱氣内侵。惟三面板隔者，木能生火也。按《吴興掌故》有銷暑樓，顔真卿題額，則樓亦可銷暑也。又韓偓詩云：寢樓西畔坐書堂。則樓宜寢，并可稱寢樓。然少覺不適，暫遷樓下，詎曰非宜。

卧所一斗室足矣，如地平鋪板，不嫌高過於常，須去地二尺許，令板下前後氣通。入冬仍以板塞，向南微開小隙而已，縱不及樓居，亦足以遠濕氣。

北方作地炕，鋪用大方磚，墊起四角，以通火氣。室之北壁，外開火門，熏令少熱，其煖已徹晝夜。設牀作卧所，冬寒亦似春溫，火氣甚微，無傷於熱，南方似亦可倣。

**《老老恒言・床》**　《記・内則》云：安其寢處。安之法，牀為要。服虔《通俗文》曰：八尺曰牀。故牀必寬大，則盛夏熱氣不偪。上蓋頂板，以隔塵灰，後與兩旁，勿作虚欄。鑲板高尺許，可遮護汗體。四腳下周圍，板密鑲之，旁開小門，隆冬置爐於中，令有微煖。或以物填塞，即冷氣勿透。板須可裝可卸，夏則卸去。牀邊上作抽屜二，便於置物備用。

安牀着壁，須杉木板隔之。杉質鬆，能斂濕氣，若加油漆，濕氣反凝於外。頭卧處近壁，亦須板隔，否則壁土濕蒸，驗之帳有黴氣，人必受於不覺。《竹牖瑣語》曰：黄梅時，以乾櫟炭置牀下，堪收濕，晴燥即撤去，卧久令人病瘡。

牀低則卧起俱便，陸放翁詩所謂綠藤水紋穿矮牀也。如甎地安牀，恐有地風暗吹，及濕氣上透，須辦牀墊，稱牀大小，高五六寸，其前寬二尺許，以為就寢竚足之所。今俗有所謂踏牀者，牀前另置矮櫈，既有牀墊，踏牀可省。

煖牀之制，上有頂，下有墊，後及兩旁，俱實板作門，三面鑲密，紙糊其縫，設帳於内，更置幔遮於帳前，可謂深煖至矣。入夏則門亦可卸，不礙其為涼爽也。今俗所謂煖牀，但作虚欄繞之，於煖之義奚取。

《説文》曰：簟，竹蓆也。昌黎詩云卷送八尺含風漪是也。今以木鑲方

匡，或棬穿，或藤穿，通謂之簟。竊意溫涼異候，床不得屢易，簟則不妨更換。夏宜棬穿者，取其疎；冬宜藤穿者，取其密。陝西有以牛皮繃若鼓，作冬月卧簟，尤能隔絕冷氣。

盛夏暫移牀於室中央，四面空虚，即散煩熱，樓作卧室者更妥。牕牖不可少開，便微風得入卧所。凡室有裏外間者，則開戶以通煩悶之氣，戶之外，又不嫌牕牖洞達矣。

**《老老恒言·帳》** 帳必與床稱，夏月輕紗製之。《齊東野語》云：紗之至輕者曰輕容。王建《宫詞》云嫌羅不着愛輕容是也。又須量牀面廣狹，作帳底如帳頂，布為之，帳下三面縫連，不但可以禦蚊，凡諸蟲蚤之類，亦無間得入。

夏帳專在禦蚊，其前兩幅闔處，正蚊潛入之徑也，須以一幅作夾層五六寸，以一幅單層納入，再加小鈕二三，扣於帳外，則蚊不能曲折以入。《東方朔别傳》曰：蚊喜肉而惡煙。禁其來，不若驅其去，撈水面浮萍曝乾，加雄黄少許，燒煙熏室，可並帳外驅之。劉著詩云雷聲吼夜蚊，亦得免矣。

紗帳須高廣，范蔚宗詩所謂修帳含秋陰也。有以細竹截竿，横掛帳中，安置衣帕為便，冬月頗宜，夏則多一物，則增一物之熱。至腳後可設小几，陳茗椀、瓶花、佛手、柑等類。有枕旁置末麗，夜來香者，香濃透腦，且易引蟲蟻，須用小棬籃置之，懸於帳頂下。二花香有餘，色不足，惟供晚賞。凡物豐此即嗇彼，亦造物自然之理。

予曾以荷花折置帳中，夜半後，瓣放香，吐辛烈之氣，睡夢中觸鼻驚醒，其透腦為患可知。因憶茂叔香遠益清之説，真善於體物也。若移置帳外，能使隔帳香來，斯尤獨絕，香濃故耳。

另有小帳之製，竹為骨，四方同於牀，或彎環如弓樣，或上方而窄，下方而寬，如覆斗樣。《釋名》所謂斗帳是也。帳罩於外，大小稱乎骨，隨處可張，頗為輕便。又有扇帳、荷包帳，俱非居家便用，無取也。

冬月帳取低小，則煖氣聚，以有骨子小帳，即設諸大床内。牀之外，頂板覆其上，四面更以布作圍，周匝亦如帳。牀大帳小，得圍遮護，乃益其煖。若煖床三面鑲板，竟設小帳於中，作圍贅矣。

紙可作帳，出江右，大以丈計，名皮紙，密不漏氣，冬得奇暖。或布作頂，少令通氣。東坡詩：困眠得就紙帳煖。劉後村詩：紙帳鐵擎風雪夜。又元張昱詩：隔枕不聞巫峽雨，繞牀惟走剡溪雲。或繪梅花於上，元陳泰詩：夢回蘄竹生清寒，五月幻作梅花看。蓋自宋元以來，前人賞此多矣，如有題詠，并可即書於帳。

《南史》梁武帝有木棉布皂帳，名曰古終。木棉布質厚於紬，煖即過之。竊意宫幃中所以用此者，乃寓崇儉之意，不然，則帳之煖，又豈獨木棉布哉？《晉書·元帝紀》：帝作布帳練帷，皆崇儉也。宫幃中猶有崇儉如此者，士庶之家宜知節矣！

有竹簾極細，名蝦鬚簾，見《三湘雜志》。夏製為帳，用骨子彎環如弓樣者，簾分四片，前二後一，頂及兩旁，彎環合一，布緣其連，多綴以鈕，稱骨子扣之。前二片中分處，入寢亦扣密，則蚊可禦，疎漏生涼，似勝於紗。

《輟耕錄》云：宫閣制，有銀鼠皮壁帳、黑貂皮煖帳。壁帳豈尋常易辦，皮煖帳世俗恆有，非必黑貂耳。但就枕如入暗室，曉夜不能辨，必於帳前開如圓月，紗補之以通光，玻瓈尤為爽亮。

有名紗櫥，夏月可代帳，須樓下一統三間，前與後俱有廊者，方得為之。除廊外，以中一間左右前後，依柱為界，四面繃紗作牕，牕不設櫺，透漏如帳，前後廊簷下，俱另置牕，俾有掩蔽，於中驅蚊陳几榻，日可起居，夜可休息，為銷夏安適之最。

帳有籠罩牀外，牀内設擱版如几，腳後横欄，搭衣帕之類，似屬妥便。但帳不能作底，又褥不能壓帳，僅以帶縛牀外。冬則煖氣不固，夏則不足禦蚊，武林僧房有此制。

**《老老恒言·枕》** 《釋名》云：枕，檢也，所以檢項也。側曰頸，後曰項，太低則項垂，陽氣不達，未免頭目昏眩；太高則項屈，或致作疼，不能轉動。酌高尺寸，令側卧恰與肩平，即仰卧亦覺安舒。《顯道經》曰：枕高肝縮，枕下肺蹇。以四寸為平枕。

《唐書》：明皇為太子時，嘗製長枕，與諸王共之。老年獨寢，亦需長枕，則反側不滯一處。頭為陽，惡熱，即冬月輾轉枕上，亦不嫌冷。如枕短，卧得熱氣，便生煩躁。

囊枕之物，乃製枕之要。菉豆皮可清熱，微嫌質重；茶葉可除煩，恐易成末；惟通草為佳妙，輕鬆和軟，不蔽耳聰。《千金方》云：半醉酒，獨自宿。軟枕頭，煖蓋足。能息心，自瞑目。枕頭軟者甚多，盡善無弊，殆莫過通

草。

放翁有頭風便菊枕之句，菊花香氣，可清頭目，但恐易生蠹蟲。元馬祖常詩云：半夜歸心三徑遠，一囊秋色四屏香。前人蓋往往用之。《清異錄》：盧文杞枕骨高，凡枕之堅實者不用，縫青繒充以柳絮。按《本草》柳絮性涼，作枕亦宜，然生蟲之弊，尤捷於菊。吳旻《扶壽方》以菊花艾葉作護膝。

藤枕，以藤麤而編疎者，乃得涼爽。若細密止可飾觀，更加以漆，既不通氣，又不收汗，無當於用。藤枕中空，兩頭或作抽替可藏物，但勿置香花於內，以致透腦。《物類相感志》曰：枕中置麝少許，絕惡夢。麝能通關，鎮心，安神故也，偶用則可，久則反足為累。

側卧耳必着枕，老年氣血易滯，或患麻木，甚且作痛。辦耳枕，其長廣如枕，高不過寸，中開一孔，卧時加於枕，以耳納入。耳為腎竅，枕此并杜耳鳴耳塞之患。

《山居清供》曰：慈石搥末，和入囊枕，能通耳竅，益目光。又女廉藥枕，以赤心柏木，製枕如匣，納以散風養血之劑，枕面密鑽小孔，令透藥氣，外以稀布裹之而卧。又《升庵外集》云：取黃楊木作枕，必陰晦夜伐之，則不裂。按木枕堅實，夏月晝卧或可用。《箴銘彙鈔》：蘇彥楠榴枕銘頤神靖魄，須以寧眠。恐未然也。

瓷器作枕，不過便榻陳設之具。《格古論》曰：定窯有瓷枕，製極精巧，但枕首寒凝入骨。東坡詩：暫借藤床與瓦枕，莫教孤負北牕涼。北牕涼氣，已不宜受，況益之瓦枕乎！石枕亦然。

枕底未緝合時，囊實後不用緝合，但以鈕聯之。凡筆札及緊要物，可潛藏於內，取用甚便。《漢書》曰：淮南王有《枕中鴻寶苑秘書》。其製蓋類是。

一枕可兩用，曰摺疊枕。先製狹條如枕長，厚徑寸，或四或五，再以單層布總包其外，分界處以針緝其邊。一緝其左之上，一緝其右之下。可左摺右摺而疊之。疊之作枕，平鋪即作墊，此便榻可備之物。

凡仰卧腿舒，側卧兩膝交加，有上壓下之嫌。辦膝枕，小於枕首者，置諸被側，或左或右，以一膝任意枕之最適。

竹編如枕，圓長而疎漏者，俗謂之竹夫人，又曰竹几，亦以枕膝。東坡詩：聞道牀頭惟竹几，夫人應不解卿卿。山谷曰：竹夫人，蓋涼寢竹器，慰臂休膝，似非夫人之職。名以青奴，有詩云：我無紅袖堪娛夜，祇要青奴一味涼。老年但宜用於三伏時，入秋則涼便侵人，易為膝患。

有名竹夾膝者，取貓頭大竹，削而光之，置諸寢，其用同於竹夫人。唐陸龜蒙有詩云：截得筼簹冷似龍，翠光橫在暑天中。但嫌實不漏氣，着體過涼，老年無取。

**《老老恒言・席》**　席之類甚多，古人坐必設席，今則以作寢具。如竹席，《尚書》謂之筍席，今俗每於夏月卧之。但新者耗精血，陳者不收汗。或極熱時，以其着體生涼，偶一取用。兩廣所出藤席亦同。

蒲席見《周禮》，又《三禮圖》曰士蒲席。今俗亦常用。質頗柔軟，適於羸弱之體，其尤佳者，如嘉紋席、龍鬚席，即蒲同類，雖不出近地，猶為易購。《顯道經》曰：席柔軟，其息乃長。謂卧安則能久寐也。

藤竹席，老年既不宜久卧常卧。柔軟者或嫌少熱，襯以藤竹席，能借其涼。深秋時即柔軟席，亦微覺冷。輒以布作褥衣而卧，又恐太熱，布作面，蒲席作裏，二者緝合，則溫涼恰當。《詩》云乃安斯寢，庶幾得之。

貴州土產，有紙席，客適餉予。其長廣與席等，厚則什倍常紙，雖細而頗硬，卧不能安，乃為緊卷，以杵搥熟，柔軟光滑，竟同絨製，又不嫌熱，秋末時需之正宜。

《周禮・地官》：司几筵掌五席中，有熊席。注曰：獸皮為席也。今有以牛皮作席者，出口外。製皮法：拔去毛極淨，香水浸出臊氣，染以紅色，名香牛皮。晉《東宮舊事》有赤皮席，今蓋仿而為之。皮性煖，此卻着身有涼意，質亦軟滑，夏月頗宜。《河東備錄》云：豬皮去毛作細條，編以為席，滑而且涼，號曰壬癸席。又《晉書》：羊茂為東郡守，以羊皮為席。然則凡皮皆可作席，軟滑必勝草織者。

古人席必有緣，緣者，猶言鑲邊也。古則緣各不同，所以飾席，今惟取耐用。緣以紬與緞，不若緣以布。

盛暑拭席，亦用滾水，方能透發汗濕。有愛涼者，汲井水拭之，陰寒之氣，貽患匪小。又有以大木盆盛井水置牀下，雖涼不着體，亦非所宜。惟室中几案間，設冰盤，則涼氣四散，能清熱而無損於人。

席底易為蚤所伏，殊擾安眠。《物類相感志》曰：苦楝花曝乾，鋪席底，

驅即盡。《千金月令》曰：大棗燒煙熏牀下，能辟蚤。其生衣襦間者為虱。《抱朴子》曰：頭虱黑，着身變白，身虱白，着頭變黑，所漸然也。《酉陽雜俎》曰：嶺南人病，以虱卜，向身為吉，背身為凶。又《草木子》曰：虱行必向北。竊意虱喜就暗，非果向北也。銀硃和茶葉熏衣，可除之。

**《老老恒言·被》** 被宜裏面俱紬，毋用錦與緞，以其柔軟不及也。裝絲綿者，厚薄各一，隨天時之宜，或厚或薄，以其一着體蓋之。外多備裝絮者數條，酌寒煖加於裝綿者之上。絮取其勻薄，取其以漸可加，故必多備。

《身章撮要》曰：大被曰衾，單被曰裯。老年獨卧，着身蓋者，被亦宜大，乃可摺如封套式，使煖氣不散。此外酌寒煖漸加其上者，必狹尺餘，兩邊勿摺，則寬平而身之轉側舒。有以單被襯其裏，牽纏非所適，祇於夏初需之，亦用狹者，夾被同。

老年畏寒，有以皮製被，皮衣宜表毛於外，皮被宜着毛於體。面用紬，薄加絮，寬大可摺為妥。然較以絲綿裝者，究之輕軟勿及。

被取煖氣不漏，故必闊大，使兩邊可摺，但摺則卧處不得平勻，被内亦嫌偪窒。擬以兩邊緝合如筒，勿太窄，須酌就寢之便。且反側寬舒，腳後兼緝合之。錫以名曰繭子被，謂如蠶繭之周密也。

《嶺南志異》曰：邕州人選鵝腹之毳毛裝被，質柔性冷，宜覆嬰兒，兼辟驚癇。愚謂如果性冷，老年亦有時宜之，特嬰兒體屬純陽，利於常用。又《不自棄文》曰：食鵝之肉，毛可遺也，峒民縫之以禦臘。柳子厚詩亦云：鵝毛禦臘縫山罽。然則性冷而兼能禦臘，所謂煖不傷熱，囊被之物，竟屬盡美。

《江右建昌志》：產紙大而厚，揉軟作被，細膩如繭，面裏俱可用之，薄裝以綿，已極溫煖。唐徐寅詩：一牀明月蓋歸夢，數尺白雲籠冷眠。明龔詡詩：紙衾方幅六七尺，厚軟輕溫膩而白。霜天雪夜最相宜，不使寒侵獨眠客。可謂曲盡紙被之妙。龔詩云獨眠，紙被正以獨眠為宜。

有摘玫瑰花囊被，去蒂曬乾，先將絲瓜老存筋者，剪開搥軟作片，約需數十，以線聯絡，花鋪其上，紗製被囊之。密針行如麽眼方塊式，乍涼時覆體最佳。玫瑰花能養血疏肺氣，得微煖，香彌甚。絲瓜性清寒，可解熱毒。二物本不甚貴，尋常猶屬能辦。

冬月子後霜落時，被中每覺加冷。東坡詩所謂重衾腳冷知霜重也。另以薄棉被兜住腳後，斜引被角，置諸枕旁。覺冷時，但伸一手牽被角而直之，即可蓋煖。凡春秋天氣，夜半後俱覺稍涼，以夾被置牀内，趁意加體，亦所以順天時。《詩·杕杜》篇疏云從旦積煖，故日中之後必熱，從昏積涼，故夜半之後必涼。

《記·王制》曰：八十非人不煖。《本草》曰：老人與二七以前少陰同寢，藉其熏蒸，最為有益。少陵詩煖老須燕玉是也。愚謂老年以獨寢為安，或先令童女睡少頃，被煖則起，隨即入寢。既藉熏蒸之益，仍安獨寢之常，豈非兩得。倘氣血衰微，終宵必資人以煖，則非如《王制》所云不可。

《法藏碎金》曰：還元功夫，全在被中行之。擇少女肥白無病者，晚間食以淡粥，擦齒漱口極淨，與之同被而寢。至子後令其呼氣，吸而嚥之，再則令其舌抵上腭，俟舌下生津接而咽之，真還元之秘也。愚按，此說近採補詭異之術，然《易·大過》之爻辭曰：枯楊生稊。謂老陽得少陰以滋長也。蓋有此理，姑存之。《參同契》有鉛汞丹鼎之說，惑世滋甚。或有以飛昇之術問程子，答曰：縱有之，只恐天上無着處。

熏籠祇可熏香，若以煖被，火氣太甚。當於欲寢時，先令人執爐，遍被中移動熨之，但破冷氣，入寢已覺溫煖如春。《西京雜記》曰：長安有巧工作熏爐，名被中香。外體圓，中為機環，使爐體常平，以此熏被至佳。近亦有能仿而為之，名香毬。《衛生經》曰：熱爐不得置頭卧處，火氣入腦恐眩暈。

有製大錫罐，熱水注滿，緊覆其口，徹夜納諸被中，可以代爐，俗呼湯婆子。然終有濕氣透漏，及於被褥，則必及於體，暫用較勝於爐。黄山谷名以腳婆。明吳寬詩：窮冬相伴勝房空。《博古圖》：漢有溫壺，為注湯溫手足之器，與湯婆子同類。

夏月大熱時，裸體而卧，本無需被，夜半後汗收涼生，必備葛布單被覆之。葛布廓索，不全着體，而仍可遮護，使勿少受涼，晨起倍覺精神爽健。

**《老老恒言·褥》** 穩卧必得厚褥，老人骨瘦體弱，尤須褥厚，必宜多備，漸冷漸加。每年以其一另易新絮，緊着身鋪之，倍覺鬆軟。挨次遞易，則每年皆新絮褥着身矣。駱駝絨裝褥，煖勝於常，但不易購。北地苦寒，有鋪褥厚至盈尺者，須實木板牀卧之，則軟而能平，故往往以卧氈炕為適。

司馬溫公曰：劉恕自洛陽歸，無寒具，以貂褥假之。凡皮皆可制褥，羊士諤《皮褥》詩云：青氈持與藉，重錦裁為飾。謂以氈襯其底，以錦緣其邊

也，卧時以毛着身，方與絮褥異。有用藏氆氌作褥面，或西羢單鋪褥面。被須俱用狹者，不然，褥弗着體，雖暖不覺。

蘆花一名蓬蕞，可代絮作褥。《本草》曰性寒，以其稟清肅之氣多也。質輕颺，囊入褥，即平實稱體。老年人於夏秋初卧之，頗能取益。亦有用以囊被者，元吳景奎詠蘆花被云：雁聲髣髴瀟湘夜，起坐俄驚月一牀。但囊被易於散亂，若蒙以絲綿，又慮其熱，惟極薄裝之，極密行之。

陽光益人，且能發鬆諸物。褥久卧則實，隔兩三宿，即就向陽處曬之，毋厭其頻。被亦然，不特綿絮加鬆，終宵覺有餘煖，受益確有明驗。黃梅時，卧席尤宜頻曬。《異苑》云：五月勿曬薦席。此不足據。范石湖詩云：候晴先曬席。惟長夏為忌，恐暑氣伏於内，侵人不及覺。

羸弱之軀，盛夏不能去褥而卧。或用麻皮搥熟，截作寸斷，葛布為褥裏面，以此實之。雖質鬆適體，其性微溫，非受益之物。有刮竹皮曝乾裝褥，則涼血除熱，勝於麻皮。又《本草》云：凡骨節痛，及瘡瘍，不能着席卧者，用麩裝褥卧之。麩，麥皮也，性冷質軟，并止汗。較之竹皮，受益均而備辦易。且類而推之，用以囊枕，亦無不可。

《四川邛州志》：其地產椶甚夥，居民編以為薦。《釋名》曰：薦，所以自薦藉也。無裡面，無緣飾，蒲葦皆可製，棕薦尤鬆軟而不煩熱，夏月用之，不嫌任意加厚，以支瘦骨。曹植《九詠》曰：茵薦兮蘭席。薦亦古所用者。

《交廣物產錄》：高州出紙褥，其厚寸許，以杵搥軟，竟同囊絮。老年於夏秋時卧之，可無煩熱之弊。亦有以葛布數十層製褥者。

褥底鋪氊，可藉收濕，卧時熱氣下注，必有微濕，得氊以收之。有用油布單鋪褥底，晨起揭褥，單上濕氣可證，油布不能收濕也。《南華經》曰：民濕寢則腰疾偏死。此非濕寢，然每夜如是，受濕亦甚，必致疾。

**《老老恒言・便器》**　老年夜少寐，不免頻起小便，便壺實為至要。製以瓷與錫，俱嫌取携頗重，惟銅可極薄為之。但質輕又易傾覆。式須邊直底平，規圓而匾，即能平穩。

大便用圊桶，坐畧久，即覺腰腿俱酸，坐低而無依倚故也。須將環椅於椅面開一孔，孔大小如桶，鋪以絮墊。亦有孔如椅面，桶即承其下，坐既安然，並杜穢氣。

《山居清供》曰：截大竹整節，以製便壺。半邊微削，令平作底，底加以漆。更截小竹作口，提手亦用竹片黏連。又有擇葫蘆扁瓢，中灌桐油浸透，製同於竹。此俱質輕而具樸野之意，似亦可取。再大便用環椅如前式，下密鑲板，另搆斗室，着壁安置，壁後鑿穴，作抽替承之，此非老年所必辦。

《葆元錄》曰：飽則立小便，飢則坐小便。飽欲其通利，飢欲其收攝也。愚謂小便惟取通利，坐以收攝之，亦非確論。至於冬夜，宜即於被中側卧小便，既無起坐之勞，亦免冒寒之慮。

膀胱為腎之府，有下口，無上口，以氣滲入而化，入氣不化，則水歸大腸，為泄瀉。東坡《養身雜記》云：要長生，小便清；要長活，小便潔。又《南華經》曰：道在屎溺。屎溺詎有道乎？良以二便皆由化而出，其為難化、易化、遲化、速化，在可知不可知之間。所謂藏府不能言，故調攝之道，正以此驗得失。

《衛生經》曰：欲實脾，必疏膀胱。愚謂利水固可實脾，然亦有水利而脾不實者，惟脾實則水無不利，其道維何！不過曰節食少飲，不飲尤妙。

欲溺即溺，不可忍，亦不可努力。愈努力則愈數而少，腎氣窒寒，或致癃閉。孫思邈曰：忍小便，膝冷成痺。

《元關真諦》曰：每卧時，舌抵腭，目視頂，提縮穀道，即嚥津一口，行數次，然後卧，可愈頻溺。按此亦導引一法，偶因頻溺行之則可，若每卧時如是，反致濇滯。《内經》曰：通調水道。言通必言調者，通而不調，與濇滯等。

或問通調之道如何？愚謂食少化速，則清濁易分，一也；薄滋味，無黏膩，則滲泄不滯，二也；食久然後飲，胃空虛則水不歸脾，氣達膀胱，三也；且飲必待渴，乘微燥以清化源，則水以濟火，下輸倍捷，四也。所謂通調之道，如是而已。如是猶不通調，則為病，然病能如是通調，亦以漸可愈。

《悟真錄》曰：開眼而溺。眼中黑睛屬腎，開眼所以散腎火。又曰緊咬齒而溺。齒乃腎之骨，宣泄時俾其收斂，可以固齒。《詩・魯頌》曰：黃髮兒齒。謂齒落復生也，此則天禀使然。養生家有固齒之法，無生齒之方，故齒最宜惜，凡堅硬物亦必慎。

腎氣弱則真火漸衰，便溏溺少，皆由於此。《菽園雜記》曰：回回教門調養法，惟煖外腎，夏不着單袴，夜則手握腎丸而卧。愚謂手心通心竅，握腎丸以卧，有既濟之功焉。嘗畜猴，見其卧必口含外腎。《本草》謂：猴能

引氣，故壽。手握腎丸，亦引氣之意。又有以川椒和綿裹腎丸，可治冷氣入腎。

小便太清而頻則多寒，太赤而短則多熱。赤而濁，着地少頃，色如米泔者，則熱甚矣。大便溏泄，其色或淡白，或深黃，亦寒熱之辨，黑如膏者，則脾敗矣，是當隨時體察。

每大便後，進食少許，所以濟其氣乏也。如飽後即大便，進湯飲以和其氣，或就榻暫眠，氣定即起。按《養生彙論》有：擦摩臍腹及諸穴者。若無故頻行之，氣內動而不循常道，反足致疾。予目見屢矣，概不錄。

《六硯齋三筆》曰：養生須禁大便泄氣，值腹中發動，用意堅忍，十日半月，不容走泄，久之氣亦定。此氣乃穀神所生，與真氣為聯屬，留之則真氣得其協助而日壯。愚謂頻泄誠耗氣，強忍則大腸火鬱。孫思邈曰：忍大便成氣痔。況忍愈久，便愈難，便時必至努力，反足傷氣。總之養生之道，惟貴自然，不可纖毫着意，知此思過半矣！《黃庭經》曰：物有自然事不煩，垂拱無為心自安。《道德經》曰：地法天，天法道，道法自然。

**《老老恒言・夜坐》** 日未出而即醒，夜方闌而不寐，老年恆有之。黃昏時如輒就寢，則愈不能寐。必坐有頃，坐時先調息以定氣，寒聰掩明，屏除雜想，或行坐功運動一番。《亢倉子》曰：體合於心，心合於氣，氣合於神，神合於無。夜坐如此，即安睡之妙訣。

五臟之精氣，上注於目。坐時燈光照耀，即閉目亦似紅紗罩之，心因目動，遂致淆亂神明，須置隱燈。放翁詩所云小幟幛燈便細書是也。使光不射目，兼養目力，若滅燈而坐更妥。《楞嚴經》曰：開眼見明，名為見外；閉眼見暗，名為見內。《荀子》曰：濁明外景，清明內景。意同。

坐久腹空，似可進食，亦勿輒食，以攙胃氣。《內經》曰：胃不和則卧不安。或暮進湯飲以煖之，酒更不可飲。氣血入夜而伏，酒性動散，兩相妨也。夜不食薑亦此意。

剪燭夜話，此少壯之常。老年若不檢束，愈談笑愈不倦，神氣浮動，便覺難以收攝。鮑氏《皇極經世注》曰：人之神，晝在心，夜在腎。蓋腎主納氣，談笑則氣不納，氣不納則神不藏。所以終夜無寐，談笑亦足致之。

夜以更點為候，如更點無聞，何所取準？拈香一炷或兩炷，隨其坐之久暫，令每夜同之，則氣血之動定有常，入寢始覺安然。四時夜有長短，各酌其宜可也。

予嘗有《秋夜詩》云：薄醉倦來禁不得，月光窺牖引人看。凡值月明時，推窗看月，事所恆有。然呼吸間易感風露，為從煖室中頓受涼氣耳。《內經》曰：因於風露，乃生寒熱。秋月彌佳，尤宜戒看。

夏夜時刻甚短，即早卧僅及冬夜之半。陳傅良詩所謂短夜得眠常不足。縱未就枕，宜寢室中坐少頃。至若風檐露院，涼爽宜人，非不快意，但夜氣暗侵，每為病根所伏。大凡快意處，即是受病處，老年人隨事預防，當於快意處發猛省。又不獨此夜坐納涼之一節也。

夜坐乃凝神於靜，所以為寐計耳。按《紫巖隱書》曰：每夜欲睡時，繞室行千步，始就枕。其說卻與坐相反，蓋行則身勞，勞則思息，動極而返於靜，亦有其理。首篇論安寢，愚謂有操、縱二法。此夜坐是以靜求靜，行千步是以動求靜，與操縱意相參，可以體驗得之。

**《老老恒言・燕居》** 養靜為攝生首務。五官之司，俱屬陽火，精髓血脈，則陰精也。陰足乃克濟陽。《內經》曰：陰精所奉其人壽，陽精所降其人夭。降者，降伏之降，陰不足而受陽制，立見枯竭矣。養靜所以養陰，正為動時揮運之用。

《顯道經》曰：骨湧面白，血湧面赤，髓湧面黃，肌湧面黑，精湧面光，氣湧面澤。光澤必根乎精氣，所謂啐然見於面也。按精氣二字俱從米，是精氣又必資乎米。調停粥飯，飢飽適時，生精益氣之功孰大焉。

《記・王制》云：九十飲食不離寢，寢謂寢處之所，乃起居卧室之意。如年未九十，精力衰頹者，起居卧室，似亦無不可。少視聽，寡言笑，俱足寧心養神，即卻病良方也。廣成子曰：無視無聽，抱神以靜，形將自正。

心者，神之舍，目者，神之牖，目之所至，心亦至焉。《陰符經》曰：機在目。《道德經》曰：不見可欲，使心不亂。平居無事時，一室默坐，常以目視鼻，以鼻對臍，調勻呼吸，毋間斷，毋矜持，降心火入於氣海，自覺遍體

## 紀事

**《南史・何佟之傳》** 劉澄為性彌絜，在縣，埽拂郭邑。路無橫草，水翦

虫穢。

**《東京夢華錄・馬行街北諸醫鋪》**　馬行北去，乃小貨行，時樓大骨傳藥鋪，直抵正係舊封邱門，兩行金紫醫官藥鋪，如杜金鈎家、曹家、獨勝元、山水李家，口齒咽喉藥；石魚兒、班防禦、銀孩兒、栢郎中家，醫小兒；大鞋任家，產科。其餘香藥鋪席，官員宅舍，不欲遍記。夜市北州橋又盛百倍，車馬闐擁，不可駐足，都人謂之裏頭。

**《宋史・輿服志》**　宮室　汴宋之制，侈而不可以訓。中興，服御惟務簡省，宮殿尤朴。皇帝之居曰殿，總曰大內，又曰南內，本杭州治也。紹興初，創爲之。休兵後，始作崇政、垂拱二殿。久之，又作天章等六閣。寢殿曰福寧殿。淳熙初，孝宗始作射殿，謂之選德殿。八年秋，又改後殿擁舍爲別殿，取舊名，謂之延和殿，便坐視事則御之。他如紫宸、文德、集英、大慶、講武，惟隨時所御，則易其名。紫宸殿，遇朔受朝則御焉；文德殿，降赦則御焉；集英殿，臨軒策士則御焉；大慶殿，行册禮則御焉；講武殿，閱武則御焉。其實垂拱、崇政二殿，權更其號而已。二殿雖曰大殿，其脩廣僅如大郡之設廳。淳熙再脩，止循其舊。每殿爲屋五間，十二架，脩六丈，廣八丈四尺。殿南簷屋三間，脩一丈五尺，廣亦如之。兩朵殿各二間，東西廊各二十間，南廊九間。其中爲殿門，三間六架，脩三丈，廣四丈六尺。殿後擁舍七間，即爲延和，其制尤卑，陛階一級，小如常人所居而已。奉太上則有德壽宮，重華宮，壽康宮，奉聖母則有慈寧宮，慈福宮，壽慈宮。德壽宮在大內北望仙橋，故又謂之北內，紹興三十二年所造，宮成，詔以德壽宮爲名，高宗爲上皇御之。重華宮即德壽宮也，孝宗遜位御之。壽康宮即寧福殿也。初，丞相趙汝愚議以秘書省爲泰寧宮，已而不果行，以慈懿皇后外第爲之。上皇不欲遷，因以舊寧福殿爲壽康宮，光宗遜位御之。大內苑中，亭殿亦無增，其名稱可見者，僅有復古殿、損齋、觀堂、芙蓉閣、翠寒堂、清華閣、櫂木堂、隱岫、澄碧、倚桂、隱秀、碧琳堂之類，此南內也。北內苑中，則有大池，引西湖水注之，其上疊石爲山，象飛來峰。有樓曰聚遠，禁籞周回，四分之。東則香遠、清深、月臺、梅坡、松菊三徑、清妍、清新、芙蓉岡，南則載忻、欣欣、射廳、臨賦、燦錦、至樂、半丈紅、清曠、瀉碧，西則冷泉、文杏館、静樂、浣溪，北則絳華、早船、俯翠、春桃、盤松。皇太子宮曰東宮。其未出閣，但聽讀於資善堂，堂在宮門內。已受册，則居東宮，宮在麗正門內。紹興三十二年始置，孝宗居之；莊文太子立，復居之。光宗爲太子，孝宗謂輔臣曰：今後東宮不須拗建，朕宮中宮殿，多所不御，可移脩之。自是皆不別建。淳熙二年，始拗射堂一，爲游藝之所，圃中有榮觀玉淵清賞等堂，鳳山樓，皆宴息之地也。幕殿，即周官大、小次也。東都時，郊壇大次謂之青城，祀前一日宿齋詣焉。其制，中有二殿，外有六門：前曰泰禋，後曰拱極，東曰祥曦，西曰景曜，東偏曰承和，西偏曰迎禧。大殿曰端誠，便殿曰熙成。中興後，以事天尚質，屢詔郊壇不得建齋宮，惟設幕屋而已。其制，架木而以葦爲障，上下四旁周以幄帝，以象宮室，謂之幕殿。及行事，又於壇所設小次。大、小次之外，又有望祭殿，遇雨則行事於中。東都時爲瓦屋五間，周圍重廊。中興後，惟設葦屋，蓋倣清廟茅屋之制也。

臣庶室屋制度。宰相以下治事之所曰省、曰臺、曰部、曰寺、曰監、曰院，在外監司、州郡曰衙。在外稱衙而在內之公卿、大夫、士不稱者，按唐制，天子所居曰衙，故臣下不得稱。後在外藩鎮亦僭曰衙，遂爲臣下通稱。今帝居雖不曰衙，而在內省部、寺、監之名，則仍唐舊也。然亦在內者爲尊者避，在外者遠君無嫌歟？私居，執政、親王曰府，餘官曰宅，庶民曰家。諸道府公門得施戟，若私門則爵位穹顯經恩賜者，許之。在內官不設，亦避君也。凡公宇，棟施瓦獸，門設棨戟。諸州正牙門及城門，並施鴟尾，不得施拒鵲。六品以上宅舍，許作烏頭門。父祖舍宅有者，子孫許仍之。凡民庶家，不得施重栱、藻井及五色文采爲飾，仍不得四鋪飛檐。庶人舍屋，許五架，門一間兩廈而已。

## 著錄

**《遵生八箋・起居安樂箋》**　高子曰：吾生起居，禍患安樂之機也。人能安所遇而遵所生，不以得失役吾心，不以榮辱勞吾形，浮沉自如，樂天知命，休休焉，無日而不自得也，是非安樂之機哉？若彼偃仰時尚，奔走要塗，逸夢想於燕韓，馳神魂於吳楚，遂使當食忘味，當卧忘寢，不知養生有方，日用有忌，毒形蠹心，枕戈蹈刃，禍患之機乘之矣，可不知所戒哉？余故曰：知恬逸自足者，為得安樂本；審居室安處者，為得安樂窩；保晨昏怡養者，為

得安樂法；閒溪山逸遊者，為得安樂歡；識三才避忌者，為得安樂戒；嚴寘朋交接者，為得安樂助。加之內養得術，丹藥效靈，耄耋頤頤，坐躋上壽，又何難哉？錄古成說，間附己意為編，箋曰：《起居安樂》。

**《老老恒言・自序》** 孟子言：老吾老以及人之老。庭棟久失怙恃，既無吾老之可老。今吾年七十有五，又忽忽不覺老之及吾，宜有望於老吾者之使吾克遂其老也。嗣孫應穀，年甫弱齡，未能老吾之老，并不知吾之老，吾惟自知其老，自老其老而已。老之法，非有他也。宋張耒曰：大抵養生求安樂，亦無深遠難知之事，不過起居寢食之間爾。昨歲壬辰，自秋而冬，以迄今春，薄病纏綿，動多拂意，此正老態畢現，欲得所以老之法，能薈萃其類者，卒罕成書也。爰於卧室呻吟之餘，隨物留心體察，閒披往籍，凡有涉養類者，摘取以參得失，亦祇就起居寢食瑣屑求之。《素問》所謂適嗜欲於世俗之常，絕非談神仙講丹藥之異術也，縱無解於老，亦自成其為老，更無待於老吾者，而所以老之法在是，而吾所以自老其老亦在是，隨筆所録，聚之以類，題曰《老老恒言》。其中有力易辦者，有力不易辦者，有易辦而亦非必辦者，有不易辦而不可不辦者，既存其說，遂付梓以公諸世，是即所謂及人之老，可各竭其力，各老其老，俾老者起居寢食咸獲康寧之福，竟若不自知其老，優游盛世，以享餘年，吾之老與人之老，得同為太平安樂之壽民，豈非大幸與！豈非大幸與！乾隆三十八年歲在昭陽大荒落之涂月上浣慈山居士曹庭棟書於觀妙樓。

## 雜錄

**《魏書・靈徵志》** 太宗泰常七年九月，溫泉出於涿鹿。人有風寒之疾，入者多愈。興和元年冬，西兗州濟陰郡宛句縣濮水南岸有泉涌出，色清味甘，飲者愈疾。四遠奔湊，齊獻武王令於泉所營立廬舍。尚書奏賞刺史粟千石，太守粟五百石，縣令粟二百石，以旌善政。所感先列言者，依第出身。詔可。

**《吳郡圖經續記・風俗》** 泰伯遜天下，季札辭二國，德之所化遠矣。更歷兩漢，習俗清美。昔吳太守糜豹出行屬城，問功曹唐景風俗所尚，景曰：處家無不孝之子，立朝無不忠之臣，文為儒宗，武為將帥。時人以為善言。陸機詩云：山澤多藏育，土風清且嘉。泰伯導仁風，仲雍揚其波。豈不然哉！蓋朱買臣、陸機、顧野王之徒，顯名於歷代，而人佞文；支遁、道生、慧響之儔，唱法於羣山，而人尚佛。故吳人多儒學，喜施捨，蓋有所由來也。然誇豪好侈，自昔有之。《吳都賦》云：競其區宇，則并疆兼巷；矜其宴居，則珠服玉饌。亦非虛語也。自本朝承平，民被德澤，垂髫之兒皆知翰墨，戴白之老不識戈矛。所利必興，所害必去。原田腴沃，常獲豐穰；澤地沮洳，寖以耕稼。境無劇盜，里無奸兇，可謂天下之樂土也。顧其民崇棟宇，豐庖廚，嫁娶喪葬，奢厚逾度，捐財無益之地，靡產不急之務者為多。惟在位長民者，有以化之耳。

**《乾道臨安志・風俗》** 吳地，古揚州之境也。其俗躁勁輕揚，故曰揚州或云州。界多水，水波揚也。《周官・職方氏》曰：揚州之民，二男而五女；其畜宜鳥獸；其穀宜稻。《吳越春秋》云：人性脆而愚水行山處，以船為車，以楫為馬，悦兵而敢死。《漢志》曰：吳粵之君皆尚勇，故其民好用劍，輕死易發，文身斷髮，以避蛟龍之害。應劭曰：常在水中，故斷其髮。文其身以象龍子，故不見傷害也。數與楚接戰，互相兼并，故吳越風俗，畧與楚同。《隋志》曰：江南之俗，火耕水耨，魚稻富饒，不憂飢餒，信鬼神。

**《新安志・州郡》** 風俗

自虞夏以州論風土，漢用戰國時封域。大者兼星，以三二數，連秦漢二十餘郡，地廣則論其略，後世郡陿則俗亦別。新安故秦二縣，在山谷間，地廣遠。自漢世常使丹陽都尉分治於此，逮為郡之後，吏治益詳。又稍割其三陲以為他郡，益陿易治，然其人自昔特多以材力保捍鄉土為稱。其後寖有文士。黄巢之亂，中原衣冠，避地保於此，後或去或留，俗益嚮文雅。宋興，則名臣輩出。其山挺拔廉厲，水悍潔，其人多為御史、諫官者。山限壤隔，民不染他俗，勤於山伐，能寒暑惡衣食，女子正潔不淫佚，雖饑歲不鬻妻子，山谷民衣冠至年不變。自唐末賦不屬天子，驟增之民則益貧，然力作重遷，猶瘉於他郡。比年多徙舒池無為界中，歙為負郭縣。其民之弊好，委人事泥，葬隴卜窀，至擇吉歲，市井列屋，猶稍哆其門以傚吉嚮。休寧俗亟多學者，山出美材，歲聯為桴下浙河，往者多取富。女子始生則為植楸，比嫁斬賣以供百用，女以其故或預自蓄藏。始秦黟地廣，今更為小縣，俗淳儉；績溪俗有二，

由徽嶺以南壤瘠賦重而民貧，其北壤沃賦平人有餘，則柔循。然愚民嗜儲積至不欲多男，恐子益多而貲分始少。蘇公謫為令，與民相從為社，民其樂之。其後里中社輒以酒肉饋長吏，下及佐史，至今五六十年，費益廣，更以為病。婺源阻五嶺，其趨鄱陽，徑易唐末，常使總浮梁、德興諸縣，鹽榷且專其兵與鄱通，封疆則民俗近之。前世賢吏多表其民之良以為勸，祁門水入於鄱，民以茗、漆、紙、木行江西，仰其米自給，俗重蠶，至熏浴齋潔以飼之。此其大凡也。賢則察之以施化，否則拂之更歸咎於俗。

**《寶慶四明志・郡志》**　《輿地廣記》曰：淮海惟揚州人性輕揚而尚鬼好祀。《晉地理誌》曰：江南之地，躁勁厥性輕揚。亦曰：州界多水，水波揚也。《會稽志》曰：其民勤於身儉，於家奉祭祀，力溝洫，有禹之遺風焉。《漢・地理志》曰：吳粵之君皆好勇，故其民至今好用劒，輕死易發。《宋書・史臣》曰：會土帶海傍湖，良疇數十萬頃，膏腴上地，畝直一金。鄮杜之間，不能比也。《隋・地理志》曰：會稽數郡川澤沃衍，有海陸之饒，珍異所聚，故商賈並湊。其人君子尚禮，庸庶淳龐，故風俗澄清，而道教隆洽，亦其風氣所尚也。孫策命虞翻以功曹，為吾蕭何守會稽。晉元帝亦謂諸葛恢曰：今之會稽，昔之關中，其富實概可知矣。明得會稽郡之三縣，三面際海，帶江匯湖，土地沃衍，視昔有加。古鄞縣乃取貿易之義，居民喜游販魚鹽。頗易抵冒，而鎮之以靜，亦易為治。南通閩廣，東接倭人，北距高麗，商舶往來，物貨豐溢，出定海有蛟門、虎蹲，天設之險，實一要會也。高宗駐蹕吳山，明為甸畿。孝宗命元子保釐，禮俗日盛，家詩戶書，科第取數既多，且間占首選，衣冠文物，甲于東南。記曰：廣谷大川異制，民生其間異俗。俗誠異也，轉移之則繫乎人爾。

瀕海多颶風。《南越志》云：颶者，具四方之風也，常以五六月發。未至時，雞犬為之不鳴。《嶺表錄》云：秋夏間有暈如虹者，謂之颶母，必有颶風。小坡蘇過叔黨賦云：斷霓飲海而北指，赤雲夾日而南翔。此颶之漸也。發則排戶破牖，殞瓦擗屋，礮擊巨石，揉拔喬木，勢翻涔澥，響振坤軸。鼓千尺之清瀾，翻百仞之陵谷，濟之以雨，尤為可畏。禾已花實而值之，則閭境絕穗，俗之所當備也。

有土此有守宰制之權，教化之樞。于是乎，屬既列郡之沿革及境土、分野、風俗，宜以守次之。

**《寶慶四明志・奉化縣志》**　風俗

右山左海，土狹人稠，日以墾闢為事。凡山巔水湄有可耕者，累石塹土，高尋丈而延袤數百尺，不以為勞。仰事俯育，僅僅無餘，人窘於財，亦憚於為非。富家大族皆訓子弟以詩書，故其俗以儒，素相先不務驕奢士之。貧者雖儲無擔石，而衣冠楚楚，亦不至於垢弊。大抵受性剛直任氣尚義，吏胥則轉為頑悍，甚於他邑。瀕海小民業，網罟舟楫之利，出沒波濤間，變化如神，習使然也。

**《寶慶四明志・慈溪縣志》**　風俗

邑有董孝之遺風，人知孝愛，樂循理，舊矣。皇朝以來，楊公適、杜公醇，又以行義為之師表，自是文物益盛。王荊公安石有云：慈溪小邑，無珍產滛貨，以來四方游販之民。田桑之美，有以自足，無水旱之憂也。無游販之民，故其俗一而不雜，有以自足，故其人畏刑而易治。所見之士，亦多美茂易成也。

**《寶慶四明志・定海縣志》**　風俗

帶江瀕海之地，蠻舶之賈於明，明舟之販于他郡，率由此出入，鮫門、虎蹲可以艤纜，謂之泊潮縣。御前水軍，雲屯數千竈，人物阜繁，魚鹽富衍，士習相承，皆詩書禮義之訓，而山谷之民，耕桑樂業，有老死不識縣邑者，俗多醇厚云。

**《寶慶四明志・昌國縣志》**　風俗

海島之地，俗多醇厚，魚鹽雖富，而亦輕財。嚴谷之民，有老死不識城郭者。自熙寧創邑，至紹熙癸丑百有二十載，而應儀登進士第，詩書文物寖盛矣。

**《寶慶四明志・象山縣志》**　風俗

土狹而人尚儉，訟稀而賦易辦。宦游者謂之海東道院。士夫安於恬退，庸庶勤於耕墾。少蠶織，多漁鹽，無巨室，無巨商。淳厚有古之遺風焉。

**《遵生八箋・起居安樂箋上》**　恬逸自足條　序古名論

羅鶴林曰：唐子西詩云：山靜似太古，日長如小年。余家深山之中，每春夏之交，蒼蘚盈堦，落花滿徑，門無剝啄，松影參差，禽聲上下。午睡初足，旋汲山泉，拾松枝，煮苦茗啜之。隨意讀《周易》《國風》《左氏傳》《離騷》

《太史公書》，及陶杜詩、韓蘇文數篇。從容步山徑，撫松竹，與麛犢共偃息于長林豐草間，坐弄流泉，漱齒濯足。既歸竹牕下，則山妻稚子作筍蕨，供麥飯，欣然一飽。弄筆牕間，隨大小作數十字，展所藏法帖、筆蹟、畫卷縱觀之，興到則吟小詩，或草《玉露》一兩段，再烹苦茗一杯。出步溪邊，邂逅園翁溪友，問桑麻，說杭稻，量晴校雨，探節數時，相與劇談一餉。歸而倚杖柴門之下，則夕陽在山，紫綠萬狀，變幻頃刻，恍可人目。牛背笛聲，雨雨來歸，而月印前溪矣。味子西此句，可謂妙絕。然此句妙矣，識其妙者蓋少。彼牽黃臂蒼，馳獵於聲利之場者，但見滾滾馬頭塵，匆匆駒隙影耳，烏知此句之妙哉？人能真知此妙，則東坡所謂無事此靜坐，一日是兩日，若活七十年，便是百四十，所得不已多乎？

延叔堅曰：吾昧爽櫛梳，坐於客堂，朝則誦羲文之易，虞夏之書，歷公旦之典禮，覽仲尼之春秋。夕則逍遙內階，詠詩南軒，百家衆氏，投閑而作，洋洋乎其盈耳，煥爛乎其溢目，紛紛欣兮其獨樂也。當此之時，不知天之為蓋，地之為輿，不知世之為人，己之有軀。雖漸離擊筑，傍若無人；高鳳讀書，不知暴雨，方之于吾，未足況也。

仲長統曰：凡遊帝王之門者，欲以立身揚名耳。而名不常存，人生易滅，優游偃仰，可以自娛，欲卜居清曠，以樂其志。論之曰：使居有良田廣宅，背山臨流，溝池環帀，竹木周布，場圃築前，菓園倚後。舟車足以代步涉之難，使令足以息四體之役。養親有兼珍之膳，妻孥無苦身之勞。良朋萃至，則陳酒殽以之；嘉時吉日，則烹羔豚以奉之。躊躇畦苑，游戲平林，濯清泉，追涼風，釣遊鯉，弋高鴻，風於舞雩之下，詠歸高堂之上。安神閨房，思老氏之玄虛，呼吸精和，求至人之彷彿。與達者數子，論道講書，俯仰兩儀，錯綜人物。彈《南風》之雅操，發清商之妙曲，逍遙一世之上，睥睨天地之間，不受當時之責，永保性命之期。如是則可以凌霄漢，出宇宙之外矣。豈羨夫入帝王之門哉？

秦子敕曰：昔堯優許由，非不弘也，洗其兩耳；楚聘莊周，非不廣也，執竿不顧。得曝背隴畝之中，誦顏氏之簞瓢，詠原憲之蓬戶，時翱翔兮林澤，與沮溺為等儔。聽玄猿之悲吟，察鶴鳴於九皐，身安為樂，無憂為福。處空虛之名，居不靈之龜，知我者希，則我貴矣。斯乃得志之秋，何困苦之戚也邪？

王右軍既去官，與東土人士營山水弋釣之娛，又與道士許邁共修服食，偏採名藥，不遠千里，游東土中諸郡名山，泛滄海，嘆曰：我卒當以樂死。

陶元亮曰：少學琴書，偶愛閒靜，開卷有得，便欣然忘食。見樹木蔭，時鳥變聲，亦復歡然有喜。常言五六月中，北牕下卧，遇涼風暫至，自謂羲皇上人。

陶弘景愛山水，每經澗谷，必坐卧其間，吟詠盤桓，不能自已。謂門人曰：吾見朱門廣廈，雖識其華樂，而無欲往之心。望高巖，瞰大澤，雖知此難立，恒欲就之。且永明中求祿，得輒差舛，若不爾，豈得為今日之事？豈惟身有仙相，亦緣勢使之然。

蕭大圜曰：留侯追蹤於赤松，陶朱陳術於辛文，良有況乎？智不逸羣，行不高物，而欲辛苦一生，何其僻也！豈如知足知止，蕭然無累，北山之北，棄絕人間，南山之南，超逾世網。面修原而帶流水，倚郊甸而枕平皐，築蝸舍于叢林，構環堵於幽薄。近瞻煙霧，遠睇風雲，藉纖草以蔭長松，結幽蘭而援芳桂，仰翱禽於百仞，俯泳鱗於千尋。菓園在後，開牕以卧花卉；蔬圃居前，坐簷而看灌畝。二頃以供饘粥，十畝以給絲麻。侍兒三五，可充紝織，家僮數四，足代耕耘。沽酪牧羊，協潘生之志，畜雞種黍，應莊叟之言。穫菽尋氾氏之書，露葵徵尹君之錄。烹羔豚而介春酒，迎伏臘而俟歲時。披良書，探至頤，歌篇篇，唱嗚嗚。可以娛神，可以散慮。有朋自遠，揚搉古今，田畯相過，劇談稼穡，斯亦足矣，樂不可支。永保性命，何畏憂責？

王摩詰惟喜奉佛，居嘗蔬食，不茹葷血。得宋之問藍田別墅，在輞口，輞水周於舍下，竹洲花塢。與道友裴迪，浮舟往來，彈琴賦詩，嘯詠終日。在京師，日飯數十名僧，以玄譚為樂。齋中無所有，唯茶鐺酒臼，經案繩牀而已。

樂天云：洛城內外六七十里間，凡觀寺丘墅，有泉石花竹者靡不游，人家有美酒鳴琴者靡不過，有圖書歌舞者靡不觀。自居守洛川，洎布衣家以宴遊召者，亦時時往。每良辰美景，或雪朝月夕，好事者相過，必為之先拂酒罍，次開篋詩。酒酣，乃自援琴，操宮聲，弄《秋思》一遍。

樂天《廬山草堂記》云：堂中設木榻四，素屏二，漆琴一張，儒道佛書各數卷。樂天既來為主，仰觀山，俯聽泉，傍睨竹樹雲石，自辰及酉，應接不暇。俄而物誘氣隨，外適內和，一宿體寧，再宿心恬，三宿後，頹然嗒然，不知其然而然矣。

醉吟先生宦遊三十載，將退居洛下，所居有池五六畝，竹數千竿，喬木數

千株，臺榭舟舩，具體而微。與嵩山僧如滿為空門友，平泉客韋楚為山水友，彭城劉夢得為詩友，皇甫朗之為酒友，每一相遇，欣然忘歸。

蘇子美《答韓持國》曰：此伏臘稍足，居室稍寬，無應接奔走之勞，耳目清曠，不設機關以待人，心安閒而體舒放。三商而眠，高春而起，靜院明牕，羅列圖史琴樽以自娛。有興則汎小舟，出盤門二門，吟嘯覽古於江山之間，渚茶野釀，足以消憂，尊鱸稻蟹，足以適口。又多高僧隱君子，佛廟絕勝，家有林園，珍花奇石，曲池高臺，魚鳥留連，不覺日暮。

阮孝緒著《高隱傳》：言行超逸，名氏勿傳，為上品；始終不耗，名姓可錄，為中品；掛冠人世，棲心塵表，為下品。

歸去來兮，田園將蕪胡不歸？既自以心為形役，奚惆悵而獨悲。悟已往之不諫，知來者之可追，實迷途其未遠，覺今是而昨非。舟搖搖以輕颺，風飄飄而吹衣。問征夫以前路，恨晨光之熹微。乃瞻衡宇，載欣載奔。僮僕歡迎，稚子候門。三徑就荒，松菊猶存。攜幼入室，有酒盈罇。引壺觴以自酌，眄庭柯以怡顏，倚南牕以寄傲，審容膝之易安。園日涉以成趣，門雖設而常關。策扶老以流憩，時矯首而遐觀。雲無心以出岫，鳥倦飛而知還。景翳翳以將入，撫孤松而盤桓。歸去來兮！請息交以絕游，世與我而相違，復駕言兮焉求！悅親戚之情話，樂琴書以消憂。農人告余以春及，將有事於西疇。或命巾車，或棹孤舟，既窈窕以尋壑，亦崎嶇而經丘。木欣欣以向榮，泉涓涓而始流。善萬物之得時，感吾生之行休。已矣乎，寓形宇內復幾時，曷不悉心任去留？胡為乎，遑遑欲何之？富貴非吾願，帝鄉不可期。懷良辰以孤往，或植杖而耘耔，登東皐以舒嘯，臨清流而賦詩。聊乘化以歸盡，樂夫天命復奚疑！

太醫孫景初，自號四休居士，山谷問其說，四休答曰：麤茶淡飯飽即休，補破遮寒煖即休，三平四滿過即休，不貪不妬老即休。山谷曰：此安樂法也。少欲者，不伐之家也；知足者，極樂之國也。四休家有三畝園，花木欝欝，客來煮茗，談上都貴游人間可喜事，或茗寒酒冷，賓主相忘。其居與余相望，暇則步草徑相尋，作小詩遺家僮歌之，以侑酒茗。詩曰：大醫診得人間病，安樂延年萬事休。又曰：無求不著看人面，有酒可以留人嬉。欲知四休安樂法，聽取山谷老人詩。

山谷四印云：我提養生之四印，居家所有更贈君。百戰百勝，不如一忍；萬言萬當，不如一默。無可揀擇眼界平，不藏秋毫心地直。我肱三折得此醫，自覺雨踵生光輝。蒲團日靜鳥吟時，爐燻一炷試觀之。四休四印，老少富貧，無量無邊，普同供養。

倪正父《鋤經堂》述五事：靜坐第一，觀書第二，看山水花木第三，與良朋講論第四，教子弟讀書第五。

齊齋十樂云：讀義理書，學法帖字，澄心靜坐，益友清談，小酌半醺，澆花種竹，聽琴玩鶴，焚香煎茶，登城觀山，寓意弈棋。十者之外，雖有他樂，吾不易矣。

邵康節吟曰：年老逢春雨乍晴，雨晴況復舊清明。天低宮殿初長日，風煖林園未囀鶯。花似錦時高閣望，草如茵處小車行。東君見賜何多也，況復人間久太平。又云：堯夫非是愛吟詩，詩是堯夫志喜時。明著衣冠為士子，高談仁義作男兒。敢於世上明開眼，肯向人間浪皺眉。六十七年無事日，堯夫非是愛吟詩。《擊壤集》一編，老人怡神悅目，時可吟玩。公喜飲酒，命之曰太和湯，飲不過多，不喜太醉。其詩曰：飲未微酡，自先吟哦，吟哦不足，遂及浩歌。所寢之室，名安樂窩，冬煖夏涼，遇有睡思則就枕。其詩曰：墻高於肩，室大如斗，布被煖餘，藜藿飽後。氣吐胸中，充塞宇宙。聞人說人之善，就而和之，又從而喜之，語曰：樂見善人，樂聞善事，樂道善言，樂行善意。晚教二子以六經，家素業儒，口未嘗不道儒言，身未嘗不蹈儒行。其詩曰：羲軒之書，未嘗去手；堯舜之談，未嘗離口。當中和天，同樂易友。吟自在詩，飲歡喜酒。百年昇平，不為不偶；七十康強，不為不壽。老境從容，孰有如康節者乎？

陶彭澤性嗜酒，家貧不能常得。親舊知其如此，或置酒招之，造飲輒醉而退，曾不恡情去留。環堵蕭然，不蔽風日，短葛穿結，簞瓢屢空，晏如也。

陶弘景書曰：偃蹇園巷，從容郊邑，守一介之志，非敢蔑榮嗤俗，自致雲霞。蓋任性靈而直往，保無用以得閒。隴薪井汲，樂有餘歡，切松煮術，此外何務。

謝靈運《逸民賦》曰：有酒則舞，無酒則醒，不明不晦，不昧不類。蕭條秋首，兀冥春中，弄琴明月，酌酒和風。禦清風以遠路，拂白雲而峻舉，指寰中以為期，望象外而延佇。又曰：推天地於一物，橫四海於寸心。超塵埃以貞觀，何落落此心胷。

徐勉曰：冬日之陽，夏日之陰，良辰美景，負杖躡履，逍遙自適。臨池觀魚，披林聽鳥，濁酒一盃，彈琴一曲，求數刻之樂，庶幾居常以待終。

謝譿不妄交接，門無雜賓，有時獨醉，曰：入吾室者，但有清風；對吾飲者，惟有皓月耳。

歌者袁絢，嘗從子瞻與客游金山，適中秋，天宇四壁，一碧無際，如江流傾湧，月色如晝，遂共登金山妙高臺，命絢歌其《水調歌頭》曰：明月幾時有？把酒問青天。歌罷，公自起舞。

伯倫肆意放蕩，以宇宙為狹，常乘鹿車，攜一壺酒，使人荷鍤隨之。云：死便掘地以埋。土木形骸，遨游一世。

謝幾卿性通脫，遇樂游宴，不得醉而還，因詣道邊酒壚，停車褰幔，與車前三騶對飲，觀者如堵，幾卿自若。

陳暄嗜酒沈湎，兄子秀憂之，致書諷諫。暄答云：昔周伯仁渡江惟三日醒，吾不以為少。鄭康成一飲三百杯，吾不以為多。吾嘗譬酒猶水也，可以濟舟，亦可以覆舟。故江諮議有言：酒猶兵也，兵可千日而不用，不可一日而不備。酒可千日而不飲，不可一飲而不醉。美哉江公，可與共論酒矣。何水曹眼不識杯鍾，吾口不離瓢杓，汝寧與何同日而醒，與吾同日而醉乎？政言其醒可及，其醉不可及也。速營糟丘，吾將老焉。爾無多言，非爾所及。

司空圖預為壽藏，故人來者，引之壙中，賦詩對酌。人或難之，圖曰：達人大觀，幽顯一致，非止暫遊此中，公何不廣哉？布衣鳩杖，出則以女家人鸞臺自隨。歲時村社會集，圖必造之，與野老同席，曾無傲色。

韓熙載肆情坦率，不持名檢，伎樂殆以百數，所得月俸，盡散諸姬。熙載敝衣芒履，作瞽者，持獨絃琴，俾舒雅執板挽之，隨房乞食為樂。

子瞻在儋耳，因試筆，嘗自書云：吾始至南海，環視天水無際，凄然傷之，曰：何時得出此島邪？已而思之，天地在積水中，九州在大瀛海中，中國在少海中，有生孰不在島者？覆盆水於地，芥浮於水，蟻附於芥，茫然不知所濟。少焉水涸，蟻即逕去，見其類，出涕曰：幾不復與子相見。豈知俯仰之間，有方軌八達之路乎？念此可為一笑。

瀟洒張郎搆一蘆軒，銘曰：吾軒之中，并無長物。纖蘆成瓦，紙帳為屏。墻不禦風，牕不掩月。相對二子，刈書是悅。勤兒課，摹古帖。有茶則飲，有香則焚。衲衣素餐，家風甚拙。閉門謝客，不知世故，吾性自別。有漫草詩云：林畔闌珊處，泥垣浸碧濠。性歧延客寡，室陋滌塵勞。玄學揚雄辨，經翻劉向騷。食瓢家俸短，睡起日偏高。

《絕交書》云：但願守陋巷，教養子孫，時與親舊敘闊，陳說平生，濁酒一杯，彈琴一曲，志願畢矣。

又云：聞道士遺言，餌朮黃精，令人壽永，意甚信之。遊山澤，觀魚鳥，心甚樂之。一行作吏，此事俱廢，安能捨其所樂，而從其所懼哉？

王逸少曰：夫人之相與俯仰一世，或取諸懷抱，晤言一室之內。或因寄所託，放浪形骸之外。雖取舍萬殊，靜躁不同，當其欣於所遇，暫得於己，快然自足，不知老之將至。及其所之既倦，情隨事遷，感慨係之矣。悲夫！

《閒遊賦》曰：蔭映崖流之際，偃息琴書之側，寄心松竹，取樂魚鳥，則澹泊之願，於是畢矣。

韓退之曰：窮居而閒處，升高而望遠，坐茂樹以終日，濯清泉以自潔。採於山，美可茹；釣於水，鮮可食。起居無時，惟適所安。與其有譽於前，孰若無毀於後；與其有樂於身，孰若無憂於心。窮居荒涼，草樹茂密，出無驢馬，因與人絕，一室之內，有以自娛。

《澄懷錄》曰：長松怪石，去墟落不下一二十里，鳥徑緣崖，涉水於草莽間數四，左右兩三家相望，雞犬之聲相聞。竹籬茅舍，蕪處其間，蘭菊藝之，臨水時種梅柳，霜月春風，自有餘思。見童婢僕，皆布衣短褐，以給薪水，釀村酒而飲之。案有雜書《莊周》《太玄》《楚詞》《黃庭》《陰符》《楞嚴》《圓覺》數十卷。布袍，杖黎躡屐，徃來窮谷大川，聽流水，看激湍，鑒澄潭，步危橋，坐茂林，探幽壑，升高峯，顧無樂而死乎？

《雜志》曰：居閒勝於居官，其事不一，其最便者，尤於暑月見之。自早燒香食罷，便可脫衫巾除帬鞾從事，藤牀竹几，高枕北牕，清風徐來，不患太涼，挾策就枕，困來熟睡。晚涼夢醒浴罷，逍遙臨池觀月，乘高取風，採蓮剝芡，削瓜斷藕，白醪三杯，取醉而適，其為樂殆不減羲皇上人也。

曾南豐曰：宅有桑麻，田有秔稌，而渚有菱芡。弋於高，以追鳧雁之上下；緡於深，而取魴鯉之潛泳。吾所以衣食其力，而無媿於心也。陰有喬木之繁蔭，藉有豐草之幽香。登高而望遠，覽天地之奇變；弄泉而乘月，遺世俗之塵氛。此吾取其怠倦而樂於自遂也。

東坡云：歲行盡矣，風雨凄然，紙牕竹屋，燈火青熒，時於此有少趣。

誠齋曰：鳥啼花落，欣然有會於心。遣傾家僮，滌酒尊，傾白酒，釂一梨花磁琖，急取詩詞，快讀數過以嚥之，蕭然不知在塵埃間也。

又曰：因葺舊廬，疏渠引泉，周以花木，中設琴尊。故人過逢，瀹茗弈棋，杯酒淋浪，殆相忘塵世也。

水心曰：上下山水，穿幽透深，永日留連，欣然有會，向人鋪說，無異好聲美色。

又曰：松竹迷道，庭花合圍，著山人衣，躡遊山屐逍遙，賓送日月于林蒨中。倦遊而返，則危坐清吟，抱膝長嘯，婚嫁有無，皆落莫置之如度外事。聞名勝士，欣然迎至，靜對清談，與究仙佛二氏所以離合見性命真處，如有契心相視，而笑莫逆於心。

李太白詩：清風明月不用一錢買。《赤壁賦》云：惟江上之清風，與山間之明月，耳得之而為聲，目遇之而成色，取之無禁，用之不竭，是造物之無盡藏也。東坡之意，蓋自太白詩句得來。夫風月不用錢買，而取之無禁，太白詩之所言信矣。然而能知清風明月為可樂者，能有幾人。清風明月，一歲之間，亦無幾日。人即能知此樂，或為俗事相奪，或為病苦纏所，欲樂不能者。有閒居無事，遇此清風明月不用錢買，又無人禁，而不知此樂者，是自生障礙也。

陶潛性真率，貴賤造之者，有酒輒設。潛若先醉，便語客曰：我醉欲眠，君且去。

劉含度性虛遠，有氣調，風流跌宕，名高一時。嘗云：不須名位，所須衣食。不用身後之譽，惟重目前所見。

梁忠烈世子性愛林泉，特好散逸。論曰：吾嘗夢為魚，因化為鳥。方其夢也，何樂如之？及其覺也，何憂斯類，良繇吾之不及魚鳥遠矣。故魚鳥飛浮，任其志性，吾之進退，長在掌握，舉首懼觸，搖足恐墮，使吾終得與魚鳥同遊，則去世如脫屣耳。

裴中立不信數術，每語人曰：雞豬魚蒜，逢著則吃；生老病死，時至則行。

高子漫談

高子曰：古云：得一日閒方是福，做千年調笑人癡。又云：人生無百年，長懷千歲憂。是為碌碌於風塵，勞勞於夢寐者言耳。吾生七尺，豈不欲以所志干雲霄，挾劍寒星斗耶？命之所在，造化主宰之所在也，孰與造化競哉？既不得於造化，當安命於生成，靜觀物我，認取性靈，放情宇宙之外，自足懷抱之中，狎玩魚鳥，左右琴書。外此何有於我？若彼潛形，追鹿豕，浪游樂志，共煙霞沉醉。潔身者乃負甑而逃，抱道者以圖形為恥。豈果不以華彩為榮，甘以寂寞為樂哉！是皆不得於造化，意富貴之畏人，不如貧賤之肆志，故能棄衆人之所取，取衆人之所棄耳。味無味於虛無之淵，忘無忘於玄冥之府，身居塵俗，志橫兩間，居在山林而神浮八極，何能使生為我酷，形為我毒，身為我桎梏，乃踽踽涼涼，為造物哂哉？樂恬逸者，當與把臂作謦咳語。

高子自足論

高子曰：居廟堂者，當足於功名；處山林者，當足於道德。若赤松之遊，五湖之泛，是以功名自足；彭澤琴書，孤山梅鶴，是以道德自足者也。知足者，雖富貴不艷於當時，芳聲必振於千古；否則不辱於生前，必災禍於沒世。故足之於人，足則無日而不自足，不足則無時而能足也。又若迫於飢寒，困於利達者，謂人可以勝天，乃營營於飽煖聲華。孰知此命也，非人也，命不足於人，人何能足我也？故子房之高蹈遐舉，功蓋千古；少伯之滅跡潛踪，名著人間。淵明嗜酒，人未病其沉酣；和靖栽梅，世共稱其閑雅。是皆取足於一身，無意於持滿，能以功名道德為止足，故芳躅共宇宙周旋，高風同天地終始耳。人能受一命榮，竊升斗祿，便當謂足於功名；弊裘短褐，糲食菜羹，便當謂足於衣食；竹籬茅舍，蓽竇蓬牕，便當謂足於安居；藤杖芒鞋，蹇驢短棹，便當謂足於騎乘；有山可樵，有水可漁，便當謂足於莊田；殘卷盈床，圖書四壁，便當謂足於珍寶；門無剝啄，心有餘閒，便當謂足於榮華；布衾六尺，高枕三竿，便當謂足於安享；看花酌酒，對月高歌，便當謂足於歡娛；詩書充腹，詞賦盈編，便當謂足於豐瞻。是謂之知足常足，無意於求足未足者也。足果可以力致倖求哉？我故曰：能自足於窮通者，是得浮雲富貴之夷猶；能自足於取捨者，是得江風山月之受用；能自足於眼界者，是得天空海闊之襟懷；能自足於貧困者，是得簞瓢陋巷之恬淡；能自足於辭受者，是得茹芝採蕨之清高；能自足於燕閒者，是得衡門泌水之靜逸；能自足於行藏者，是得歸雲倦鳥之舒徐；能自足於唱酬者，是得一詠一觴之曠達；能自足於居處者，是得五柳三徑之幽閒；能自足於嬉遊者，是得浴沂舞雩之瀟灑。若此數者，隨在皆安，無日不足，人我無競，身世兩忘，自有無窮妙處，

打破多少塵勞。奈何捨心地有餘之足，而抱意外無饜之貪，果何得哉？似亦愚矣。觀彼進功名於百尺，棄道德於方寸，日汲汲於未足，如金張貴逞，終蹈身災；石鄧財雄，卒罹族滅。君子可不以水月鏡花為幻，好謙惡盈為戒哉？又若鄙陋者，原石火頃炎，冰山乍結，即便心思吞象，目無全牛，務快甲第雲連，金珠山積，舉世莫與之比，慾猶未滿，此正所謂不知足者也。吾知棘林之駝，粘壁之蝸，是皆此輩耳。其與留有餘不盡以還造化者何如哉？

**《遵生八箋・居室安處條》** 序古名論　高太素隱商山，起六館，曰春雪未融館，清夏晚雲館，中秋午月館，冬日方出館，暑簟清風館，夜階急雨館。各製一銘。

神隱曰：草堂之中，竹牕之下，必置一榻。時或困倦，偃仰自如，日閒牕下一眠，甚是清爽。時夢乘白鶴游於太空，俯視塵壤，有如蟻壘。自為莊子，夢為蝴蝶，入於桃溪，當與子休相類。又曰：草堂之中，或草亭僻室，制為琴室，地下埋一大缸，缸中懸一銅鐘，上以石墁，或用板鋪，上置琴磚或木几彈琴，其聲空朗清亮，自有物外氣度。

東坡守汝陰，作亭以帷幕為之，世所未有。其制若亭，四圍柱架空揷成之。裝起則以帷幕圍之，拆束則揭而他徃。其銘略云：乃作新亭，簷楹欒梁，鑿枘交設，合散靡常。不油仰承，清幄四張。我所欲徃，十夫可將。與水升降，除地布牀。又云：豈獨臨水？無適不臧。春朝花郊，秋夕月場，無脛而趨，無翼而翔。敝又改為，其費易償。榜曰擇勝，名實允當。又觀子由繼作四言詩，內云：視身如傳，苟完不求。山盤水嬉，習氣未廖。風有翠幄，雨有赤油。匪車匪舟，亦可相攸。則晴用布帷，雨用油幕可知。

唐子西云：有軒數間，松竹迷道，庭花合圍，直堂屋之後，人事之所不及，賓游之所不至。徃徃獨坐於此，解衣盤礴，箕踞胡床之上，含毫賦詩，曝背閱書，以釋忽忽之氣自妙。

《山家清事》云：擇故山濱水地，環籬植荆，間栽以竹，餘丈，植芙蓉三百六十，入芙蓉二丈，環以松梅，入此餘三丈。重籬外，芋栗羊棗桃李，內植梅。結屋前茅後瓦，入閣名尊經，藏古今書。左塾訓子，右道院迎賓。進舍三：寢一，讀書一，治藥一。後舍二：其一儲酒，穀，列山具農具；一安僕役庖湢。婢一，童一，園丁二。前鶴屋養鶴，後犬一二足，驢四諦，牛四角。客至具蔬食酒核，暇則讀書課農圃，毋苦吟，以安天年。

潘岳《閒居賦》曰：太母在堂，覽止足之分，廣浮雲之志，築室種樹，逍遙自得。池沼足以漁釣，春稅足以代耕。灌園鬻蔬，供朝夕之膳；牧羊酤酪，俟伏臘之資。凜秋暑退，熙春寒徃，微雨新晴，六合清朗。太夫人乃御板輿，升輕軒，遠覽王畿，近周家園。席長筵，列子孫，柳垂陰，車結軌，或宴於林，或禊於汜。昆弟斑白，兒童稚齒，稱萬壽以獻觴，或一思而一喜。壽觴舉，慈顏和，浮杯樂飲，絲竹駢羅，頓足起舞，抗音高歌。人生安樂，孰知其他？

王子猷嘗暫寄人空宅，便命種竹。或曰：暫住，何煩爾主？王嘯詠良久，指竹曰：何可一日無此君？

柳子厚曰：把荷鍤，決溪泉，為圃以給茹。其隙則浚池溝，藝樹木，行歌坐釣，望青天白雲，以此為適，亦是老死亡戚戚者。

孫公仲益曰：新宅落成，市聲不入耳，俗軌不至門。客至共坐，青山當戶，流水在左，輒談世事，便當以大白浮之。

懿代崇佛法，迎佛骨至，起不思議堂以奉之。

杜祁公別墅起蒼葛館，室形亦六，器用亦六角，以象蒼花之六出焉。

陶學士曰：余啣命渡淮，入廣陵界，維舟野次，縱步至一村圃，有碧蘆方數畝。中隱小室，榜曰秋聲館，時甚愛之，不知誰家別墅，意主人亦雅士也。

宜春城中有堆阜，郡人謂之袁台，地屬李致。致有文馳聲，衆為築室於袁臺，取登東山而小魯之義，榜為小魯軒。

宣城何子華，有古橙四株，面橙建堂，榜曰剖金。霜降橙熟，開樽潔饌，與衆共之。

陳犀罷司農少卿，省女兄於姑蘇。適上元夜觀燈，車馬喧騰，目奪神醉，嘆曰：涉冰霜，泛煙水，乍見此高明世界，遂覺神朗。頓還舊館。

武陵儒者苗彤，事園池以接賓客，建野春亭，內中雜植山野花草，五色錯雜。

李愚語人曰：予夙夜在公，不曾漫遊華胥國，意欲於洛陽買水竹處，作蝶菴，謝事居之。菴中當以莊周為開山第一祖，陳摶配食。若忙者，難為主籍供職。

王震為國子博士，好觀雨中浮漚疎稠出沒，每雨，就四階狹擁處，寓目而心醉焉。張麟瑞戲之曰：公宜以此亭名曰醉漚。

又　高子　花謝詮評

高子曰：歐陽公示謝道人種花詩云：深紅淺白宜相間，先後仍須次第栽。我欲四時攜酒賞，莫教一日不花開。余意山人家得地不廣，開徑怡閒，若以常品花卉植居其半，何足取也。四時所植，余為詮評：牡丹譜類，數多佳本，遇目亦少。大紅如山茶石榴色者，寓形於圖畫有之，托根於土壤未見。他如狀元紅、慶雲紅、王家紅、小桃紅，雲容露濕，飛燕新粧。茄紫、香紫、臙脂樓、潑墨紫，國色煙籠，玉環沉醉。尺素、白剪絨，水晶簾捲，月露生香。御衣黃、舞青霓、一捻紅、綠蝴蝶，玳瑁闌開，朝霞散彩。數種之外，無地多栽。芍藥在廣陵之譜，三十有奇，而余所見，亦惟數種。金帶圍、瑞蓮紅、冠羣芳，衣紫塗朱，容閒紅拂。千葉白、玉逍遙、舞霓白、王盤盂，膩雲軟玉，色艷綠珠。粉繡球、紫繡球，俗名麻葉粉團。歡團霞臉，次第粧新。碧桃、單瓣白桃，瀟洒霜姿，後先態雅。垂絲海棠、鐵梗海棠、西府海棠、木瓜海棠、白海棠，含煙照水，風韻撩人。玉蘭花、辛夷花，素艷清香，芳鮮奪目。千瓣粉桃，俗名二色桃。緋桃，俗名蘇州桃花，瓣如剪絨，非絳桃也。若絳桃，惡其開久色惡。大紅單瓣桃，玄都異種，未識劉郎。千瓣大紅重臺石榴、千瓣白榴、千瓣粉紅榴、千瓣鵝黃榴、單瓣白粉二色榴，西域別枝，堪驚博望。紫薇、粉紅薇、白薇、紫禁漏長，卧延涼月。金桂、月桂，四時開，生子者。廣寒高冷，雲外香風。照水梅、花開朵朵下垂。綠萼梅、玉蝶梅、磬口臘梅，黃色如蜜，紫心，瓣如白梅少大，曾於洪宣公山亭見之，其香撲人。今云臘梅者皆荷花瓣也。僅免狗英。月瘦煙橫，騰吟孤嶼。粉紅山茶、千瓣白山茶、大紅滇茶、大如茶盞，種出雲南。瑪瑙山茶，紅黃白三色夥作堆心，外大瓣，朱砂紅色。寶珠鶴頂山茶，中心如饅，叢簇可愛，若吐白鬚者，不佳。霞蒸雪釀，沉醉中山。大紅槿、千瓣白槿、殘秋幾朵，林外孤芳。茶梅花，小朵粉紅黃心，開在十一月各花凈盡之時，得此可玩。茗花，香清，插瓶可久可玩。冷月一枝，齋頭清供。我之所見，調亦同，倘人我好惡不侔，用捨惟人自取。若彼草花百種，橫占郊原，茲為品題，分為三乘。花之丰采不一，況栽成佔地無多，奇種剪裁，當與兼收並蓄，更開十徑，醉賞四時。

高子草花三品說

高子曰：上乘高品，若幽蘭、建蘭、蕙蘭、朱蘭、白山丹、黃山丹、剪秋羅、二色雞冠，一花中分紫白二色，同出一蒂。黃蓮、千瓣茉莉、紅芍、千瓣白芍、玫瑰、秋海棠、白色月季花、大紅佛桑、臺蓮，花開落盡，蓮房中每顆仍發花瓣。夾竹桃花、單瓣水仙花、黃萱花、黃薔薇、菊之紫牡丹、白牡丹、紫芍藥、銀芍藥、金芍藥、蜜芍藥、金寶相、魚子蘭、菖蒲花、夜合花。

已上數種，色態幽閒，豐標雅淡，可堪盆架高齋，日共琴書清賞者也。中乘妙品，若百合花、五色戎葵，此宜多種。余家一畝中收取花朵一二百枝。此類形色不同，共有五十多種，能作變態，無定本也。白雞冠、矮雞冠、洒金鳳仙花、四面蓮、迎春花、金雀、素馨、山礬、紅山丹、白花蓀、紫花蓀、吉祥草花、福建小梔子花、黃蝴蝶、鹿蔥、剪春羅、夏羅、番山丹、水木樨、鬧陽花、石竹、五色罌粟、黃白杜鵑、黃玫瑰、黃白紫三色佛桑、金沙羅、金寶相、麗春木香、紫心白木香、黃木香、荼縻、間間紅、十姊妹、鈴兒花、凌霄、虞美人、蝴蝶滿園春、含笑花、紫花兒、紫白玉簪、錦被堆、雙鴛菊、老少年、鴈來紅、十樣錦、秋葵、醉芙蓉、大紅芙蓉、玉芙蓉。各種菊花、甘菊花、金邊丁香、紫白丁香、萱花、千瓣水仙、紫白大紅各種鳳仙、金鉢盂、錦帶花、錦茄花、拒霜花、金莖花、紅荳花、火石榴、指甲花、石巖花、牽牛花、淡竹花、蔓莢花、木清花、真珠花、木瓜花、滴露花、紫羅欄、紅麥、番椒、綠豆花。

已上數種，香色間繁，丰采各半。要皆欄檻春風，共逞四時粧點者也。下乘具品，如金絲桃，鼓子花、秋牡丹、纏枝牡丹、四季小白花，又名接骨草，史君子花、金荳花、金錢花、紅白郁李花、繅絲花、葛苣花、掃帚雞冠花、菊之滿天星、枸杞花、虎茨花、茨菇花、金燈、銀燈、羊躑躅、金蓮、千瓣銀蓮、金燈籠，各種藥花，黃花兒，散水花，槿樹花，白荳花，萬年青花，孩兒菊花，纏枝蓮，白蘋花，紅蓼花，石蟬花。已上數種，鉛華粗具，姿度未閒，置之籬落池頭，可填花林疎缺者也。已上種種，是皆造物化機，撩人春色，分布寰宇。吾黨盡植林園，以快一時心目，無愧歐公詩教可也。

高子盆景說

高子曰：盆景之尚，天下有五地最盛：南都，蘇，松二郡，浙之杭州，福之浦城，人多愛之。論值以錢萬計，則其好可知。但盆景以几桌可置者為佳，其大者列之庭樹中物，姑置勿論。如最古雅者，品以天目松為第一，惟杭城有之，高可盈尺，其本如臂，針毛短簇，結為馬遠之欹斜結曲，郭熙之露頂攫拿，劉松年之偃亞層疊，盛子昭之拖拽軒翥等狀，載以佳器，槎牙可觀，他樹蟠結，無出此製。更有松本一根二梗三梗者，或栽三五窠，結為山林排匝，高下參差，更多幽趣。林下安置透漏窈窕昆石，應石，燕石，臘石，將樂石，靈

壁石、石筍，安放得體。可對獨本者，若坐岡陵之巔，與孤松盤桓，其雙本者，似入松林深處，令人六月忘暑。除此五地，所產多同，惟福之種類更夥。若石梅一種，乃天生形質，如石燕石蟹之類，石本發枝，含花吐葉，歷世不敗，中有美者，奇怪莫狀。此可與杭之天目松為匹，更以福之水竹副之，可充几上三友。水竹高五六寸許，極則盈尺，細葉老榦，瀟疎可人，盈盈數竿，便生渭川之想，亦盆景中之高品也。次則枸杞之態多古，雪中紅子扶疎，時有雪壓珊瑚之號，本大如拳，不露做手。又如檜柏耐苦，且易蟠結，亦有老本蒼柯，針葉青鬱，束縛盡解，若天生然，不讓他本，自多山林風致。他如虎茨，余見友人家有二盆，本狀笛管，其葉十數重疊，每盆約有一二十株為林，此真元人物也。後為俗人所敗。又見僧家元盆，奇古作狀，寶玩令人忘餐，竟敗豪右。美人蕉盈尺上盆，蕉傍立石，非他樹可比。此須擇異常之石，方愜心賞。他如榆椿、山東青、山黃楊、雀梅、楊婆奶、六月霜、鐵梗海棠、櫻桃、西河柳、寸金羅漢松、娑羅松、剔牙松、細葉黃楊、玉蝶梅、紅梅、綠萼梅、瑞香桃、絳桃、紫薇、結香、川鵑、李杏、銀杏、江西細竹、素馨、小金橘、牛奶橘、冬時纍纍朱實，至春不凋。小茶梅、海桐、纓絡栢、樹海棠、老本黃楊，已上皆可上盆。但木本奇古，出自生成為難得耳。又如深山之中，天生怪樹，種落嚴實年深，木本雖大，樹則婆娑，雖見數本，名不可識，似更難得。又如菖蒲之種有六：金錢、牛頂、臺蒲、劍脊、虎鬚、香苗。看蒲之法，妙在勿令見泥與肥為上，勿澆井水，使葉上有白星，壞苗。不令日曝，勿冒霜雪，勿見醉人油手，數事為最。種之崑石、水浮石中，欲其苗之蒼翠蕃衍，非歲月不可。往見友人家有蒲石一圓，盛以水底，其大盈尺，儼若青壁。其背乃先時拳石種蒲，日就生意，根窠蟠結，密若羅織，石竟不露，又無延蔓，真國初物也。後為腥手摩弄，缺其一面，令人悵然。大率蒲草易看，盆古為難。若定之五色劃花，白定繡花、劃花，方圓盆以雲板腳為美，更有八角圓盆，六角環盆，定樣最多，奈無長盆。官窯哥窯圓者居多，緣環者亦有，方則不多見矣。如青東磁，均州窯，圓者居多，長盆亦少。方盆菱花葵花製佳，惟可種蒲。先年蔣石匠鑿青紫石盆，有區長者，有四方者，有長方四入角者，其鑿法精妙，允為一代高手。傳流亦少，人多不知。又若廣中白石紫石方盆，其製不一，雅稱養石種蒲，單以應石置之，殊少風致。亦有可種樹者。又如舊龍泉官窯盈三二尺大盆，有底沖全者，種蒲可愛。若我朝景陵茂陵，所製青花白地官窯方圓盆底，質細青翠，又為殿中名筆圖畫，非窯匠描寫，曾見二盆上蘆雁，不下絹素。但盆惟種蒲者多，種樹者少也。惟定有盈尺方盆，青東磁間或有之。均州龍泉有之，皆方而高深，可以種樹。若求長樣，可列樹石雙行者絕少。曾見宣窯粉色裂紋長盆，中分樹水二漕，製甚可愛。近日燒有白色方圓長盆甚多，無俟他求矣。其北路青綠泥窯，俗惡不堪經眼。更有燒成鬼子、蟾蜍、劉海、荔枝、黨仙，中間二孔種蒲，此皆兒女子戲物，豈容污我仙靈？見之當擊碎撞破，為菖蒲脫災。山齋有崑石蒲草一具，載以白定劃花水底，大盈一尺三四，寸製川石數十子，紅白交錯，青綠相間，日汲清泉養之，自謂齋中一寶。

### 擬花榮辱評

高子曰：花之遭遇榮辱，即一春之間，同其天時，而所遇迥別。故余述花雅稱為榮，凡二十有二：其一、輕陰蔽日。二、淡日蒸香。三、薄寒護蕊。四、細雨逞嬌。五、淡煙籠罩。六、皎月篩陰。七、夕陽弄影。八、開值清明。九、傍水弄妍。十、朱闌遮護。十一、名園閒靜。十二、高齋清供。十三、插以古瓶。十四、矯歌艷賞。十五、把酒傾歡。十六、晚霞映彩。十七、翠竹為隣。十八、佳客品題。十九、主人賞愛。二十、奴僕衛護。二十一、美人助粧。二十二、門無剝啄。此皆花之得意春風，及第逞艷，不惟花得主榮，主亦對花無愧，可謂人與花同春矣。其疾憎為辱，亦二十有二：一、狂風摧慘。二、淫雨無度。三、烈日銷爍。四、嚴寒閉塞。五、種落俗家。六、惡鳥翻啣。七、驀遭春雪。八、惡詩題詠。九、俗客狂歌。十、兒童扳折。十一、主人多事。十二、奴僕懶澆。十三、藤草纏攪。十四、本瘦不榮。十五、搓捻憔悴。十六、臺榭荒涼。十七、醉客嘔穢。十八、築瓦作瓶。十九、分枝剖根。二十、蟲食不治。二十一、蛛網聯絡。二十二、麝臍薰觸。此皆花之空度青陽，芳華憔悴，不惟花之寥落主庭，主亦對花增愧矣。花之遭遇一春，是非人之所生一世同邪？

### 家居種樹宜忌

《地理心書》曰：人家居止種樹，惟栽竹四畔青翠鬱然，不惟生旺，自無俗氣。東種桃柳，西種（拓）〔桅〕榆，南種梅棗，北種柰杏為吉。又云：宅東不宜種杏，宅南北不宜種李，宅西不宜種柳。中門種槐，三世昌盛；屋後種榆，百鬼退藏。庭前勿種桐，妨礙主人翁。屋內不可多種芭蕉，久而招祟。堂前宜種石榴，多嗣，大吉。中庭不宜種樹取陰，栽花作闌，惹淫招損。《陰

陽忌》云：庭心樹木多閒困，長植庭心主禍殃。大樹近軒多致疾，門庭雙棗喜加祥。門前青草多愁怨，門外垂楊更有妨。宅內種桑并種槿，種桃終是不安康。

**《遵生八箋・起居安樂箋下》**　晨昏怡養條　序古名論

書室修行法：心閒手懶，則觀法帖，以其可作可止也。手心俱閒，則寫字作詩文，以其可以兼濟也。心手俱懶，則坐睡，以其不強役于神也。心不甚定，宜看詩及雜短故事，以其易于見意，不滯於久也。心閒無事，宜看長篇文字，或經註，或史傳，或古人文集，此甚宜於風雨之際及寒夜也。又曰：手冗心閒則思，心冗手閒則卧，心手俱閒，則著作書字，心手俱冗，則思早畢其事，以寧吾神。

胡昭曰：目不欲視不正之色，耳不欲聽污穢之聲，鼻不欲向膻腥之氣，口不欲嘗毒辣之味，心不欲謀欺詐之事。反此辱身損壽。

青牛道士曰：勿過樂，樂人不壽。但莫強為力所不能舉物。從朝至暮，常有所為，使外體不息，覺勞即止，止復為之，此與導引無異耳。

《枕中方》曰：怡養之道，勿久行，久坐，久卧，久言。不強飲食，亦忘憂苦愁哀。饑即食，渴乃飲，食止行百步，夜勿食多。凡食後行走，約過三里之數，乃寢。

崔寔《箴》曰：動不肆勤，靜不宴逸，有疾歸天，醫無能恤。太上防疾，其次萌芽，腠理不蠲，骨髓奈何？

《搜神記》曰：天清地寧，人物營營，名利奔迫，喜怒交爭。思永厥壽，彌喪其生，何不寡欲，端守爾精？

《家語》曰：人有三死，而非其命也，乃自取也。夫寢處不時，飲食不節，勞逸過度，三者疾共殺之。

《通天論》曰：氣味辛甘發散為陽，酸苦涌泄為陰。是以一身之中，陰陽運用，五行相生，莫不由於飲食也。若少年之人，真元氣壯，失於饑飽，傷於生冷，以根本強盛，未易為患。其高年之人，真氣耗竭，五臟衰弱，全在飲食以生氣血。若生冷無節，饑飽失宜，調停無度，動成疾患。但人之疾病，未有不因八邪而感，八邪者，風寒暑濕饑飽勞逸也。居常之食，大抵宜在溫熱熟軟，忌粘硬生冷。每朝宜進平補下元藥一服，女人平補血海藥。無燥熱者，方可以豬羊腎作米粥一杯以壓之。諸品粥皆可。食後行走一二百步，令運動消散。飲食不可頓飽，頻頻而食，使脾胃易化，穀氣長存。恐頓飽傷脾，不能消納，遂成疾病。無疾不宜服藥，只宜調停飲食，自然無患矣。

《養老新書》曰：人為萬物中一物也，不能逃天地之數，若天癸數窮，則精血耗竭，神氣浮弱，返同小兒，全藉將護，以助衰晚。若遇水火兵寇非橫驚怖之事，必先扶持老人於安處避之，不可喧忙驚動。高年之人，一遭大驚，便致冒昧，因生餘疾。凡喪葬凶禍，不可令弔；疾病危困，不可令問；悲哀憂愁之事，不可令人報知；穢污臭敗，不可令食；粘硬毒物，不可令餐；弊漏卑濕，不可令居；卒風暴雨，不可令冒；煩暑燠熱，不可令中；動作行步，不可令勞；暮夜之食，不可令飽；陰霧晦暝，不可令饑；假借鞍馬，不可令乘；偏僻藥餌，不可令服；廢宅敬宇，不可令入；墳園塚墓，不可令游；危險之地，不可令行；澗淵之水，不可令渡；闇昧之室，不可令居；凶禍遠報，不可令知；輕盈女婢，不可令親；家緣冗事，不可令營。若此事類頗多，不克備舉。但人子悉意深慮，過為之防，稍不便於老人者，皆宜忌之，以保長年。常宜游息精藍，崇尚佛教，使神識趣向，一歸善道。此養老之奇術也。

《癸辛志》曰：飽食緩行初睡覺，一甌新茗侍兒煎。脫巾斜倚藤牀坐，風送水聲來耳邊。裴晉公詩也。細書妨老讀，清簟愜昏眠。取快且一息，拋書還少年。王平山詩也。相對蒲團睡味長，主人與客兩相忘。須臾客去主人睡，一枕西牕半夕陽。陸放翁詩也。讀書已覺眉稜重，就枕方歡骨節和。睡去不知天早晚，西牕殘日已無多。僧有規詩也。老讀文書興易闌，須知塵冗不如閑。竹床瓦枕虛堂上，卧看江南雨後山。呂榮陽詩也。紙屏石枕竹方牀，手倦拋書午夢長。睡起莞然成獨笑，數聲漁笛在滄浪。蔡持正詩也。余習懶成僻，每遇暑晝，必須偃息。客有嘲孝先者，即哦此以自解。但苦枕熱，輾轉數四，後見前輩言荊公嗜睡，夏月當用方枕，睡久氣蒸枕熱，則轉一方冷處。此非真知睡味，未易語此也。

孝先曰：花竹幽牕午夢長，此中與世暫相忘。華山處士如容見，不覓仙方覓睡方。睡亦有方。希夷意謂息魂離神不動也。《遺教經》云：乃有煩惱毒蛇睡在汝心，毒蛇既出，乃可安眠之謂。近世西山蔡季通有《睡訣》云：睡側而屈，睡覺而伸，早晚以時，先睡心，後睡眼。晦翁以為此古今未發之妙。

高子怡養立成

高子曰：恬養一日之法：雞鳴後睡醒，即以兩手呵氣一二口，以出夜間積毒。合掌承之，搓熱，擦摩兩鼻傍及拂熨兩目五七遍。更將兩耳揉捏扯拽，捲向前後五七遍。以兩手抱腦後，用中食二指彈擊腦後各二十四。左右聳身舒臂，作開弓勢，通互五七遍後，以兩股伸縮五七遍。叩齒，漱津滿口，作三嚥，少息。因四時氣候寒溫，酌量衣服。起服白滾湯三五口，名太和湯。次服平和補脾健胃藥數十丸。少頃，進薄粥一二甌，以蔬菜壓之。勿過食辛辣及生硬之物。起步房中，以手鼓腹行五六十步。或往理佛，焚香誦經，念佛作西方功德。或課兒童學業，或理家政。就事歡然，勿以小過動氣，不得嗔吐用力。杖入園林，令園丁種植蔬菜，開墾溝畦，芟草灌花，結縛延蔓，斫伐橫枝，毋滋冗雜。時即採花插瓶，以供書齋清玩。歸室寧息閉目，兀坐定神。頃就午餐，量腹而入，毋以食爽過多，毋求厚味香燥之物以燥五內。食畢，飲清茶一二杯，即以茶漱齒，凡三吐之，去牙縫積食。作氣起，復鼓腹行百餘步而止。或就書室，作書室中修行事。或接客談玄，說閒散話。毋論是非，毋談權勢，毋涉公門，毋貪貨利。或共客享粉糕麪食一二物，啜清茗一杯，忌食水團粽子油煠堅滯膩滑等食。起送客行，或共步三二百步歸，或晝眠起，或行吟古詩，以宣暢胷次幽情，能琴者撫琴一二操。時自酌量身服，寒煖即為加減，毋得忍寒不就增服。於焉杖履門庭林薄，使血脈流通。時乎晚餐，量腹饑飽，或飲酒十數杯，勿令大醉，以和百脈。篝燈冬月看詩，或說家。一二鼓始就寢，主人晏卧，可理家庭火盜生發。睡時當服消痰導滯利膈和中藥一劑。心頭勿想過去未來人我惡事，惟以一善為念，令人不生惡夢。時或心神不寧，常多夢魘，當以硃砂三錢，作紅絹袋盛之，置髮頂內。或以麝臍毛殼置枕內魘之。或臨卧時口誦婆刪婆演帝二十一遍，絕夢魘更驗。想此為主夜之神諱也。房中暗燈上置茶湯令煖，以供不時之需。榻前時焚蒼朮諸香，勿令穢污，以辟不祥。夏月不可用水展席，冬月不可以火焙衣，二事甚快一時，後日疾作不淺。老人衰邁，冬月畏寒，可以錫造湯婆注熱水，用布囊包以避濕。先時擁被團簇，臨睡甚煖，又可溫足，且遠火氣。此吾人一日安樂之法，無事之法。無事外，無難為，人能行之，其為受福，實無盡藏也。是非養壽延年之近者歟？毋以近而忽之，道不在遠，此之謂耳。

怡養動用事具

二宜牀　式如常製涼床，少濶一尺，長五寸，方柱四立，覆頂當做成一扇濶板，不令有縫。三面矮屏，高一尺二寸作欄。以布漆畫梅，或蔥粉灑金亦可。下用密穿棕簟。夏月，內張無漏帳，四通涼風，使屏少護汗體，且蚊蚋蟲蟻無隙可入。冬月，三面并前兩頭作木格七扇，糊以布骨紙面，先分格數鑿孔，竣裝紙格以禦寒氣。更以冬帳閉之，帳中懸一鑽空葫蘆，口上用木車頂蓋，鑽眼插香入葫蘆中，俾香氣四出。牀內後柱上釘銅鉤二，用掛壁瓶。四時插花，人作花伴，清芬滿牀，卧之神爽意快。冬夏兩可，名曰二宜。較彼雕鑾蜿嵌，金碧輝映者，覺此可久。

無漏帳　帳製幔天罩牀，此通式也。孰知夏月蚊蚋緣下而上，雖閉如無。余所製帳有底，罩帳之下，如綴頂式，以麤布為之，紉其三面，前餘半幅下垂，張於牀內，上下四方，無隙可漏，何物得侵？夏月以青紗為之，吳中疎紗甚妙。冬月以白厚布，或厚絹為之。上寫蝴蝶飛舞，種種意態，儼存蝶夢餘趣。或用紙帳作梅花，似更清雅。

竹榻　以斑竹為之，三面有屏，無柱。置之高齋，可足午睡倦息。榻上宜置靠几，或布作扶手協坐靠墩。夏月上鋪竹簟，冬用蒲席。榻前置一竹踏，以便上牀安履。或以花梨、花楠、柏木、大理石鑲，種種俱雅，在主人所好用之。

石枕　枕製不一，即石枕。雖宋磁白定居多。有尸枕，亦舊窯者，長可一尺，古墓中得之，甚不可用。有特燒為枕者，長可二尺五寸，濶六七寸者。有青東磁錦上花者，有劃花定者，有孩兒捧荷偃卧，用花捲葉為枕者。此製精絕，皆余所目擊，南方一時不可得也。有用磁石為枕，如無大塊，以碎者琢成枕面，下以木鑲成枕，最能明目益睛，至夜可讀細書。有菊枕，以甘菊作囊盛之，置皮枕、涼枕之上，覆以枕席，睡者妙甚。

女廉藥枕神方

藥枕　用五月五日、七月七日取山林柏木，鋸板作枕，長一尺三寸，高四寸，以柏心赤者為之。蓋厚四五分，工製精密，勿令走氣，又可啟閉。蓋上鑽如粟米大孔三行，行四十孔，凡一百二十孔，內實藥物二十四品，以按二十四氣。計用飛廉，意以仁、欵冬花、肉蓯蓉、川芎、當歸、白芷、辛夷、白朮、藁本、木蘭、蜀椒、官桂、杜蘅、柏實、秦椒、乾薑、防風、人參、桔梗、白薇、荊實、蘼蕪、白蘅各五錢，外加毒者八味以應八風，烏頭、附子、藜蘆、皂角、茜草、礬石、半夏、細辛。右總三十二物，各五錢，咬咀為末，和入枕匣裝實，外用布囊

縫好。枕過百日，面有光澤；一年，體中風疾一切皆癒，而且身香；四年，髮白變黑，齒落更生，耳目聰明，神方秘驗。此方乃女廉以傳玉青，玉青傳於廣成子，聖聖相傳，不可輕忽。常以密袱包蓋，勿令出氣。

蒲花褥　九月採蒲略蒸，不然生蟲，曬燥，取花如柳絮者，為卧褥或坐褥。皆用麤布作囊乘之，裝滿，以杖鞭擊令勻，厚五六寸許，外以褥面套囊，虛軟溫燠，他物無比。春時後，去褥面出囊，炕燥收起，歲歲可用。

隱囊　榻上置二墩，以布青白翦花為之，高一尺許，內以棉花裝實，縫完，旁繫二帶，以作提手。榻上睡起，以兩肘倚墩小坐，似覺安逸，古之制也。

靠背　以雜木為框，中穿細籐如鏡架然，高可二尺，濶一尺八寸，下作機局，以準高低。置之榻上，坐起靠背，偃仰適情，甚可人意。

靠几　以水磨為之，高六寸，長二尺，濶一尺有多。置之榻上，側坐靠肘，或置薰爐、香合、書卷，最便三物。吳中之式雅甚，又且適中。

蘆花被　深秋採蘆花裝入布被中，以玉色或蘭花布為之。仍以蝴蝶畫被覆蓋，當與莊生同夢。且八九月初寒覆之，不甚傷煖。北方無用，不過取其清耳。

紙帳　用藤皮繭紙纏於木上，以索纏緊，勒作皺紋，不用糊，以線折縫縫之。頂不用紙，以稀布為頂，取其透氣。或畫以梅花，或畫以蝴蝶，自是分外清致。

倚牀　高尺二寸，長六尺五寸，用藤竹編之，勿用板，輕則童子易擡。上置倚圈靠背如鏡架，後有撐放活動，以適高低。如醉卧、偃仰觀書并花下卧賞俱妙。

短榻　高九寸，方圓四尺六寸，三面靠背，後背少高。如傍置之佛堂、書齋閒處，可以坐禪習靜，共僧道談玄，甚便斜倚，又曰彌勒榻。

藤墩　蒲墩止宜於冬月，三時當置藤墩，如畫上者，甚有雅趣。否則近日吳興所製版面竹凳，堅實可坐。又如八角水磨小凳，三角凳，俱入清齋。吳中漆嵌花螭圓凳，當置之金屋，為阿嬌持觴介主之用。

書枕　臘仙製，用紙三大卷，狀如碗，品字相疊，束縛成枕，頭枕上卷，每卷綴以朱籤牙牌，下垂，一曰太清天籙，一曰南極壽書，一曰蓬萊仙籍。用以枕於書牕之下，便作一夢清雅。

袖爐　焚香攜爐，當製有蓋透香，如倭人所製漏空罩蓋漆鼓薰爐，似便清齋焚香，炙手薰衣，作烹茶對客清談之具。今有新鑄紫銅有罩蓋方圓爐，式甚佳，以之為袖爐，雅稱清賞。

蒲石盆　書齋蒲石之供，夜則可收燈煙，曉取垂露潤眼，此為至清具也。須擇美石上種蒲草。得有舊石，種蒲年遠，青蔥鬱然者，妙絕。盛以官哥均州定窯方圓盆中，養以河水。天落水時，令出見天日，夜受風露，則草石長青。若置之書齋，塵積蒲葉山石，則憔悴甚矣，須常念之。

仙椅　臘仙云：默坐凝神運用，須要坐椅寬舒，可以盤足後靠。椅製：後高扣坐身作荷葉狀者為靠腦，前作伏手，上作托頦，亦狀蓮葉。坐久思倦，前向則以手伏伏手之上，頦托托頦之中，向後則以腦枕靠腦，使筋骨舒暢，血氣流行。

隱几　以怪樹天生屈曲若環帶之半者為之，有橫生三了作足為奇。否則裝足作几，實之榻上，倚手頓顙可卧。《書》云隱几而卧者，此也。余見友人吳破瓢一几，樹形皺皮，花細屈曲奇怪，三足天然，摩弄瑩滑，宛若黃玉。此老攜以遨遊，珍惜若寶，此誠稀有物也。今以美木取曲為之，水磨光瑩，亦可據隱。此式知者甚少，廟中三清聖像，環身有若圍帶，即此几也，似得古製。近日塑像，去其半矣。

梅花紙帳　即榻牀外立四柱，各柱掛以銅瓶，插梅數枝。後設木版約二尺，自地及頂，欲靠以清坐。左右設橫木，可以掛衣。角安斑竹書貯一，藏畫三四，掛白塵拂一。上作一頂，用白楮作帳罩之，前安踏牀，左設小香几，置香鼎燃紫藤香。榻用布衾，菊枕，蒲褥，乃相稱道人還了鶯鶯債，紙帳梅花醉夢間之意。古云：千朝服藥，不如一夜獨宿。倘未能了雨雲業，能不愧此鐵石心。當驅移去寒枝，毋令冷眼偷笑。

滾凳　湧泉二穴，人之精氣所生之地，養生家時常欲令人摩擦。今置木凳，長二尺，濶六寸，高如常，四桯鑲成。中分一檔，內二空，中車圓木二根，兩頭留軸轉動，凳中鑿竅活裝。以腳踹軸滾動，往來腳底，令湧泉穴受擦，無煩童子，終日為之便甚。

蒲墩　以蒲草為之，高一尺二寸，四面編束細密，且甚堅實。內用木車坐版，以柱托頂，久坐不壞。蒲團大經三尺者，席地快甚。吳中置者，精妙可用。

如意　古人以鐵為之，防不測也，時或用以指畫向往，後有雕竹為之。

近得天生樹枝，摩作如意，精巧入神。復得竹鞭樹枝，屈結如意，肖生而柄亦天成，不事琢磨，無一毫斧鑿痕，執之光瑩如玉，其堅比鐵，惜不多得。

竹鉢　鉢盂持以飲食，道家方物。舊有瘿木為瓢，內則灰漆。近制取深山巨竹，車旋為鉢，光潔炤人。上刻銘字，填以大青，真物外高品。

禪椅　禪椅較之長椅，高大過半，惟水摩者為佳。斑竹亦可。其制惟背上枕首橫木濶厚，始有受用。

禪衣　瑣哈喇絨為之，外紅裏黃，其形似胡羊毛片，縷縷下垂，用布織為體。其用耐久，來自西域，價亦甚高，惟都中有之，似不易得。今以紅褐為外，黃綢為裏，中絮繭綿，坐以圍身，亦甚溫煖不俗。

佛堂　內供釋伽三身，或一佛二菩薩像，或供觀音烏思藏鎏金之佛。價雖高大，其金鎏甚厚，且慈容端整，結束得真，印結趺跏，妙相具足，宛如現身。人能供理，亦增善念。案頭以舊磁淨瓶獻花，淨碗酌水，列此清供。晝爇印香，夜燃石燈，稽首焚修，當得無量莊嚴功德。

禪燈　高麗石者為佳，角者絕不可用。有日月二石，惟月燈在在有之，日燈百無一二。月燈灼以油火，其光白瑩，真如初月出海。其日燈得火內炤，一室皆紅，曉日東升，不是過也。有小者尤更可愛，價亦倍高。

鐘磬　得古銅漢鐘，聲清韻遠，舊靈壁石磬，色黑性堅者各一，懸之佛堂，焚香敲擊，以清俗耳。故詩有云：數聲鐘磬是非外，一箇閒人天地間。是真有得於閒者，老人身閒，當以此聲為快心悅耳。

念珠　以菩提子為上。近有檢勻細子，琢磨加工，持念輕便，甚可人意。有玉製者，有龍充造者，云是龍鼻骨磨成，色黑，嗅之微有腥香。有以檀香車入菩提子中孔，著眼引繩，謂之灌香子。世廟初，惟京師一人能之，價定一分一子為格，余曾得之，果絕技也。又見宋以玉碾骷髏，鑽通六竅，貫線作記。有紅色瑪瑙者，亦如此製。又見西方細膩紅者，內作銅管，外作佛字，管外用硃砂，質青，每粒四面，白菊黃心花朵，其精巧獨擅。取天然者，有大金剛子，小金剛子，小者貴甚。草子用久如漆，瑪瑙、琥珀、金珀、水晶、人頂骨，以傍宗眼血實色紅者為佳，枯黑為下，珊瑚惡甚。車磲椰子珠，作扁樣，紫檀烏木棕竹車者，亦雅。珠上記念，有宋做玉降魔杵五供養，天生小葫蘆，玉製界刀斧子，鰲魚轉輪子，皆掛弔珠上，作記念千萬數也。宣德成化時，有番僧入貢，進獻小輪子如榧狀，外塑花巧，色具紅黃，中藏小經一卷製成，用作念珠記總，此最相宜。先年極多，今不可得矣。又見番僧攜至佩經，或皮袋，或漆匣，上有番篆花樣文字，四方三寸，厚寸許。匣外兩傍為耳，繫繩佩服。余曾開匣視之，經文朱書，其細密精巧，中華不及。此真梵王物也。當佩服持珠，作人間有髮僧，坐卧西風黃葉中，捧念西方大聖，較之奔逐利名，哀哀寒暑者，自覺我輩閒靜。

聖臘燭方　槐角子二斤，八月收。　白膠香一兩。　硫黃四兩。　先將角子搗爛，將膠香化開，入器中，一同熬爛。次下硫黃，用槐條攪，用小指大竹筒，長七八寸，將三物灌入，陰乾，去其竹筒，每條可點一二十日。

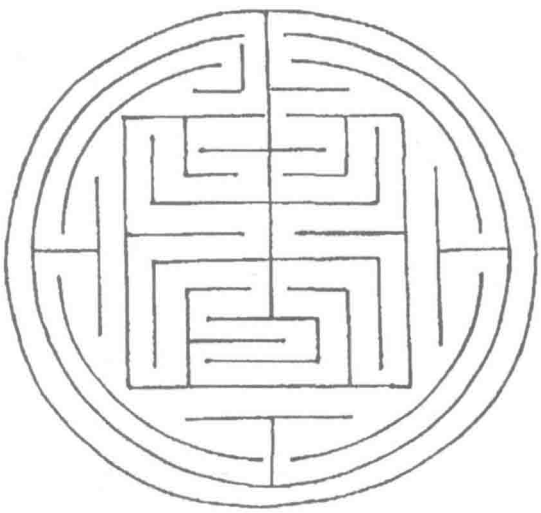
聖燈方　浮萍六月收。　瓦松六月收。　遠志　黃丹　蛤粉各一兩。　為細末，每油一兩，入藥一錢，點燈可炤一月。

印香供佛方并圖　齋室中燒香，不可一日無者。其法另具。若印香供佛，其為印模，有焚一日者，有焚六時者，其香料隨造，但料重則香。余所製方如左，亦內府舊方，少損益耳。

夢覺菴玅高香方共二十四，味按二十四氣，用以供佛。

沉速四兩　黃檀四兩　降香四兩　木香四兩　丁香六兩　乳香四兩　檢芸香六兩　官桂八兩　甘松八兩　三柰八兩　薑黃六兩　玄參六兩　丹皮六兩　丁皮六兩　辛夷花六兩　大黃八兩　藁本八兩　獨活八兩　藿香八兩　茅香八兩　白芷六兩　荔枝殼八兩　馬蹄香八兩　鐵面馬牙香一斤　淮產末香一斤　入炒硝一錢，有此二物引火，且焚無斷滅之患。大小香印四具，圖附如左。

長春永壽香印圖



福壽香印圖

四印如式，印旁鑄有邊闌提耳，隨爐大小取用。先將爐灰築實，平正光整，將印置於灰上，以香末鍼入印面，隨以香鍼築實空處。多餘香末細細鍼起，無少零落。用手提起香印，香字以落爐中，若少欠缺，以香末補之。焚燒可以永日，小者亦一二時方滅。伴經史，供佛坐，不可少也。

焚供天地三神香方

昔有真人悉濟，居三公山石窯中，苦毒蛇猛獸邪魔干犯，遂下山改居華陰縣庵栖息。三年，忽有三道者投庵借宿，至夜，談三公山石窯之勝。內一人云：吾有奇香，能救世人苦難，焚之道得自然玄妙，可昇天界。真人得香，復入山中，坐燒此香，毒蛇猛獸悉皆遯避。忽一日，道者散髮背琴，虛空而來，將此香方鑿於石壁，乘風而去。題名三神香，能開天門地戶，通靈達聖，

入山可驅猛獸，可免刀兵，可免瘟疫，久旱可降甘雨，渡江可免風波。有火，焚燒；無火，口嚼從空噴于起處，龍神護助。靜心修合，無不靈驗。

沈香　乳香　丁香　白檀　香附　藿香各二錢　甘松二錢　遠志一錢　藁本三錢　白芷三錢　玄參二錢　零陵香　大黃　降真　木香　茅香　白及　栢香　川芎　三柰各二錢五分

用甲子日攢和，丙子搗末，戊子和合，庚子印餅，壬子入合收起，煉蜜為丸，或刻印作餅，寒水石為衣。出入帶入葫蘆為妙。

臘仙異香

沈香　檀香各一兩　冰片　麝香各一錢　棋楠香　羅合　欖子　滴乳香各五錢

丸味為末，煉蔗漿合和為餅，焚之以助清氣。

雞消炭　竈中燒柴，下火取出，罈閉成炭，不拘多少，搗為末。用塊子石灰化開，取濃灰和炭末加水調成。以毛竹一筒，劈作兩半，合脫成錠，曬乾，燒用終日不消。

獸炭　細骨炭十觔，鐵屎塊十觔，用生芙蓉葉三觔，合搗為末。糯米粥和成劑，塑作麒麟獅子之形，曬乾，每燃一枚，三日不滅。如不用，以灰掩之。

留宿火法　好胡桃一枚，燒半紅埋熱灰中，三五日不滅。

香橼盤橖　香橼出時，山齋最要一事。得官哥二窯大盤，或青東磁龍泉盤，古銅青綠舊盤，宣德暗花白盤，蘇麻尼青盤，朱砂紅盤，青花盤，白盤，數種以大為妙，每盆置橼二十四頭，或十二三者，方足香味，滿室清芬。其佛前小几上，置香橼一頭之橖，舊有青東磁架，龍泉磁架最多，以之架玩，可堪清供。否則以舊人珠雕茶橖亦可，惟小樣者為佳。

插瓶花法　插梅瓶中，置硫黃一錢，以熱湯插之。芙蓉、牡丹、芍藥、蜀葵、萱草，俱用大滾湯插之，緊塞瓶口，則不焦能開。插蓮以泥塞摘斷孔內，先入瓶底，後方加水養之。插梔子將剪斷處敲碎，加鹽些少於瓶，加水養之則開。茲錄草草，後有備細條目。【略】

游具

竹冠　制維偃月、高士二式為佳，他無取焉。間以紫檀黃楊為之，亦可近取櫻木為冠，以其形肖微似，以此束髮，終少風神。若帶唐巾漢巾，可以簪花。漢巾之製，去唐式不遠，前摺較後兩旁少窄三四分，頂角少方。二製之外，皆非山人家所取。但五岳真形圖，人當佩帶，入山可拒虎狼，尋壑可遠魑魅。今以唐巾玉圈取作方式篆圖琢成，帶之甚雅，且圈非徒設。五岳圖有二三篆法，惟《道藏經》所載似真，圖具後幅。

披雲巾　踏雪當置臘仙雲巾，或綿或氈為之。匾巾方頂，後用披肩半幅，內絮以綿，或托以氈，可避風寒，不必風領煖帽作富貴態也。

道服　不必立異，以布為佳，色白為上，如中衣四邊緣以緇色布亦可。次用茶褐布為袍，緣以皂布，或絹亦可。如禪衣非兜羅綿，以紅褐為之。月衣之製，鋪地儼如月形，穿起則如披風道服。二者用以坐禪，策蹇披雪避寒，俱不可少。

文履　用白布作履，如世俗之鞋。用皂絲縧一條，約長一尺三四寸許，折中交屈之，以其屈處綴履頭近底處取起，出履頭一二分而為二。復綴其餘縧，於履面上雙交，如舊畫圖，分其兩稍綴履口兩邊緣處，是為絢。於牙底相接處，用一細絲縧，周圍綴於縫中，是為繶。又以履口納足處，周圍緣以皂絹，廣一寸，是為純。又於履後綴二皂帶以繫之，如世俗鞋帶，是為綦。如黑履，則用皂布為之，而以白或藍為絢繶純綦是也。

道扇　其扇有二：有紙糊者，有竹編者。近日新安置扇，其竹篾如紙，編織細密，製度精佳。但不宜漆，輕便可攜，何扇勝此？紙糊如此式樣亦佳，但得竹根紫檀妙柄為美。舊有鶖毛扇，即羽扇也。但無能者製度精致，今製似不堪執。

拂塵　古有紅拂塵尾，紅拂乃富貴家用物，毋論塵尾，似不易得。近有以天生竹邊如靈芝如意形者，斫為拂柄，甚雅。其拂惟以長棕為之，不必求奇，以白尾為妙。余有萬歲藤一小枝，玲瓏透漏，儼肖龍形，製為拂柄，可快披拂。

雲扇　以蓑草及棕為之，雲頭如芒鞋。或以白布為鞋，青布作高挽雲頭，鞋面以青布作條，左右分置，每邊橫過六條，以象十二月意。後用青雲，口以青緑，似非塵土中著腳行用，當為山人濟勝之具。

竹杖　惟合竹為佳，有以之字竹、方竹、老竹鞭為之者，亦雅。近日以荊木如杖形者，原其上有雙枝厚根處，雕為雙芝，摩滑如玉，亦可人意。得有三代商嵌金銀碧瑱古銅鳩鳥杖頭，須用棕竹為杖。余見有全身鏨金銀者，形亦古甚，下有銅管，亦三代物也，製甚可愛。得此全副，老人受用無量。外此用

萬歲藤、蔈藿為杖，形雖奇怪，此為老衲行具，恐非山人家扶老也，姑置不取。

瓢杯　取木之瓢肖杯者，磨琢成杯式，惟三種為最：桃杯，蓮杯，芝杯。余所藏三杯，克肖真形。其外種類甚夥且奇，要之，適用無如三者。

瓢瓢　有形如芝者，有如瓠者，山人家攜帶用以飲泉。大不過五六寸，而小者半之。惟以水磨其中，布擦其外，光彩如漆，明亮燭人，雖水濕不變，塵污不受，庶入精妙鑒賞。

斗笠　其製有二：一名雲笠，以細藤作笠，方廣二尺四寸，以皂絹蒙之，綴簷以遮風日。一名葉笠，以竹絲為之，上以櫸葉細密鋪蓋，甚有道氣。二物貴在輕便。

葫蘆　有天生一寸小葫蘆，最可人意，用以綴為衣紐，又可懸於念珠，價高不甚多見，惟京師有之。若用杖頭掛帶乘藥者，二三寸葫蘆亦妙。其長腰鸛鵴葫蘆，可懸藥籃左畔，似不可少。

藥籃　即水火籃也。製有佳者，惟遠紅漆為佳。內實應驗方藥、膏藥，以便隨處濟人，山童攜之，亦多物外風致。近有藤絲編者不佳，以大毛竹車旋者太重。

棋籃　圍棋礶子，近日永嘉以藤編為礶，製巧用堅，雖墮地觸石，曾無損裂。外以藤編為籃，攜此一礶，其輕便可愛，誠游具中一妙品也。書室中不宜有此。

詩筒葵牋　白樂天與微之常以竹筒貯詩，往來賡唱，故和靖詩云帶斑猶恐俗，和節不妨山之句。既有詩，可無吟牋？許判司遠以葵箋見惠，綠色而澤，入墨覺有精采。詢其法，乃采帶露蜀葵葉研汁，用布揩抹竹紙上，伺少乾，用石壓之。許嘗有詩云：不采傾陽色，那知戀主心？不獨便于山家，且知葵藿傾陽之意。

韻牌　余刻詩韻上下二平聲為紙牌式，名曰韻牌。每韻一葉，總三十葉。山游水泛，人取一葉，唫以用韻，似甚便覽。近有四韻，刻已備矣。恐山游水泛，無暇作長篇百韻，此余始作意也。

葉牋　余作葉牋三種，以蠟板研肖葉紋，用剪裁成，紅色者肖紅葉，綠色者肖焦葉，黃色者肖貝葉，皆取閩中羅紋長箋為之，此亦山人寄興岑寂所為。若山游偶得絕句，書葉投空，隨風飛颺，泛舟付之中流，逐水浮沉，自有許多幽趣。

坐毯　花時席地，每用鹿皮為之，人各一張，奈何毛脫不久。以蒲團、棕團坐之甚佳。余意挾青氈一條，臨水傍花處，展地共坐，更便卷舒攜帶耳。

衣匣　以皮護杉木為之，高五六寸，蓋底不用板幔，惟布裹皮面，軟而可舉，長闊如氈包式，少長一二寸。攜於春時，內裝綿夾便服，以備風寒驟變。夏月裝以夾衣。秋與春同。冬則綿服煖帽圍項等件。匣巾更帶搔背、竹鈀，并鐵如意，以便取用。

便轎　入山用之，如今市中俗云兜轎式也。但坐身涼簟兩旁，用銅或鐵打成橋梁，雙鉤下鑻涼簟兩頭，鉤上作眼待簡，扛上用銅製二鑻下垂，作竅以受銅鉤，對眼用簡釘住，如懸掛然。人坐其上，背靠扛上圈圍，不惟安適，且上山下山，如履平地，以其機關常平故耳。何有前撲後仰之患？扛子得有閩產紫荊木為之，輕細而堅，愈重愈力，他木俱不勝也。

輕舟　用以泛湖棹溪，形如剡船，長可二丈有餘，頭闊四尺，內容賓主六人，僮僕四人。中倉四柱結頂，幔以篷簟，更用布幕走簷罩之。兩旁硃欄，欄內以布絹作帳，用蔽東西日色，無日則懸鉤高捲。中置桌凳。後倉以藍布作一長幔，兩邊走簷，前縛中倉柱頭，後縛船尾釘兩圈處，以蔽僮僕風日，更著茶爐，煙起忽若圖畫中一孤航也。舟惟底平，用二畫槳，更佳。

疊桌　二張，一張高一尺六寸，長三尺二寸，闊二尺四寸，作二面折腳活法，展則成桌，疊則成匣，以便攜帶，席地用此擡合，以供酬酢。其小几一張，同上疊式，高一尺四寸，長一尺二寸，闊八寸，以水磨楠木為之，置之坐外，列爐焚香，置瓶插花，以供清賞。

提盒　余所製也，高總一尺八寸，長一尺二寸，入深一尺，式如小廚，為外體也。下留空，方四寸二分，以板閘住，作一小倉，內裝酒杯六，酒壺一，筯子六，勸杯二。上空作六格，如方合底，每格高一寸九分。以四格，每格裝碟六枚，置菓殽供酒觴。又二格，每格裝四大碟，置鮭菜供饌筯。外總一門，裝卸即可關鎖，遠遊提，甚輕便，足以供六賓之需。

提爐　式如提盒，亦余製也。高一尺八寸，闊一尺，長一尺二寸，作三撞。下層一格，如方匣，內用銅造水火爐，身如匣方，坐嵌匣內。中分二孔，左孔炷火，置茶壺以供茶。右孔注湯，置一桶子小鐺有蓋，頓湯中煮酒。長日午餘，此鐺可煮粥供客。傍鑿一小孔，出灰進風。其壺鐺迴出爐格上太露不雅，外作如下格方匣一格，但不用底以罩之，便壺鐺不外見也。一虛一實

共二格，上加一格，置底蓋以裝炭，總三格成一架，上可箚關，與提盒作一副也。

備具匣　余製以輕木為之，外加皮包厚漆如拜匣，高七寸，闊八寸，長一尺四寸。中作一替，上淺下深，置小梳匣一，茶盞四，骰盆一，香爐一，香盒一，茶盒一，匙筯瓶一。上替內小硯一，墨一，筆二，小水注子，水洗一，圖書小匣一，骨牌匣一，骰子枚馬盒一，香炭餅盒一，途利文具匣一，內藏裁刀、錐子、挖耳、挑牙、消息、肉叉、修指甲刀銼、發剋等件，酒牌一，詩韻牌一，詩筒一，內藏紅葉各箋以錄詩，下藏梳具匣者，以便山宿。外用關鎖以啟閉，攜之山遊，似亦甚備。

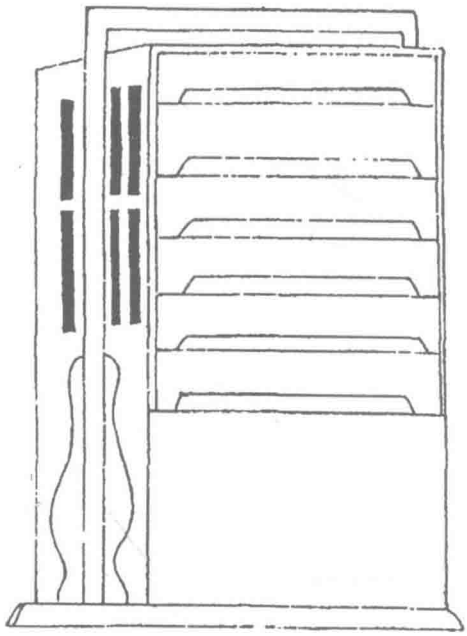
酒尊　注酒遠遊，古有窯器甚佳，銅提次之，近以錫造者惡甚。余意磁者負重，銅者有腥，不若蒲蘆作具，內用堅漆，挾之遠遊，似甚輕便。山遊當與已上三物，束以二架，共作一肩，彼此助我逸興。

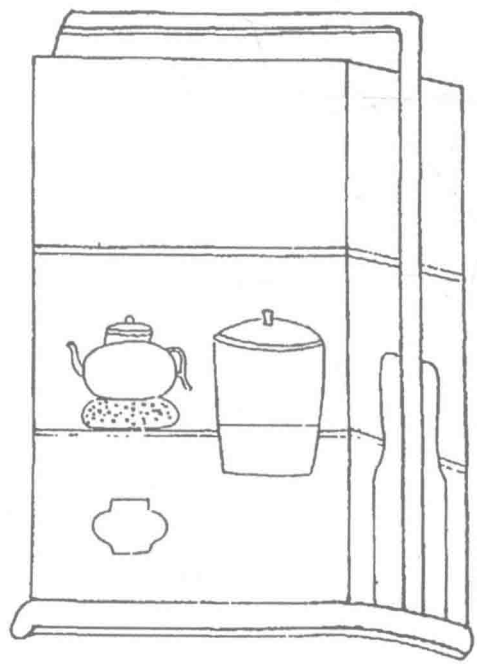
提盒式

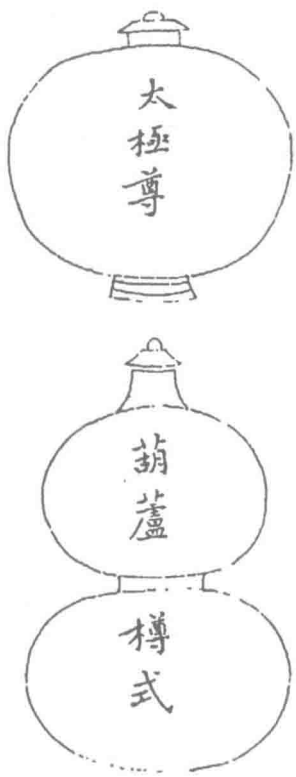
提爐式

匏樽式

五嶽圖四式具後







## 道藏經五嶽真形圖鏡背五嶽形圖

右五嶽圖二式，一出《道藏》，一出唐鏡模下，不特製為唐巾玉圈用之，當以此用黃素朱書，裱作小卷，長可三四寸，飾以軸帶，掛之杖頭，與葫蘆作伴。山人持以逸遊，謂非負圖先生輩歟。其所當佩，說如《藏經》云。

《藏經》曰：五岳之神，分掌世間人物，各有攸屬。如太山乃天帝之孫，羣靈之府，為五嶽祖，主掌人間生死貴賤修短。衡嶽主掌星象分埜，水族魚龍。嵩嶽主掌土地山川，牛羊食啗。華嶽主宰金銀銅鐵，飛走蠢動。恒嶽主掌江河淮濟，四足負荷等事。《抱朴子》曰：修道之士，棲隱山谷，須得五嶽真形圖以佩之，則山中魑魅虎蜮，一切妖毒皆莫能近。漢武帝元封三年七月七日，受之西王母，流布人間。後太初年中，李充自稱馮翊人，三百歲，荷草器負圖遊遊，武帝見之，封負圖先生。故世人能佩此圖，渡江海，入山谷，夜行郊埜，偶宿凶房，一切邪魔、魑魅魍魎、水怪山精悉皆隱遁，不敢加害。家居供奉，橫惡不起，禎祥永集云。故此圖不獨用為佩軸，家居裱成畫圖安奉亦可。

### 三才避忌條

#### 天時諸忌

聖人曰：勿怨天。又曰：君子敬天之威，則省其過咎而改之。故吾人起居，不知三才避忌，必犯災害，何以能安樂哉？故人當勿指天為証，勿怒視日月星辰。行住坐卧莫裸體，以褻三光。勿對三光濡溺，勿月下歡淫，勿唾流星，勿久視雲漢。大風、大雨、大雷、大雪、大露不可出行，當靜坐敬畏。勿嗔怨風雨，勿指虹霓。重霧三日必大雨，未雨不可出行。雷鳴勿仰卧，遠出觸寒而歸，勿面向火，勿就吃熱食。衣濕汗即脫，勿開口喝冷。大寒大暑勿可出入。伏熱者勿驟飲水，衝寒者勿驟飲湯，勿瀆寒而寢。日出則出，日入則入，朝出莫飢，暮息莫飽。朔不可泣，晦不可歌。此天時避忌之要略也。

#### 地道諸忌

坤主厚載，萬物生成，人賴以生，敢不寅畏，以褻地靈。勿以刀杖怒擲地，勿輕掘地，深三尺即有土氣，傷人。勿裸卧地上。入深山當持明鏡以行，使精魅不敢近。入山念儀方二字以卻蛇，念儀康二字以卻虎，念林兵二字以卻百邪。入山至山腳，先退數十步方上山，山精無犯。入山將後衣裾摺三指挾於腰，蛇蟲不敢近。渡江河朱書禹字佩之，吉。寫土字於手心，下船無恐怖。深山流出冷水不可飲，水有沙蟲處不可浴。有水弩蟲處不可渡，蟲射人

影即死。先以物擊水，蟲散方可渡。行熱勿以河水洗面。陂湖水有小影，是魚秧勿食。井水沸起者勿食，屋漏勿悞食，塚井中有毒勿食。凡濁水要急飲，入杏仁泥，少攪十數次，即可飲。夏月冰勿多食，雖貪一時之快，久則成疾。此地忌之大略也。

人事諸忌

人為萬物之靈，有生之所當重者也，豈可不以生我者為急，乃以賊我者為務也？遵生者，當知所重。五臟喜香潔，惡腥膻，食必擇可。勿搔首披髮覆面。肝惡風，心惡熱，肺惡寒，脾惡濕，腎惡滲。髮不可悞入鮓食。甲寅日割指甲，甲午日割腳指甲，此為三尸游處，故以斬除之。不可向北唾，犯魁罡。唾遠損氣，唾多損神。汗出毛孔，勿令扇風，恐為風中。凡汗之所出，本於五臟，飲食飽熱，汗出於胃，飽甚胃滿，故汗出於胃也。驚悸奪精，汗出於心，驚奪心精，神氣浮越，陽內薄之，故汗出於心也。持重遠行，汗出於腎，骨勞氣越，腎復過疲，故持重遠行，汗出於腎也。疾走恐懼，汗出於肝，暴役於筋，肝氣疲極，故疾步恐懼，汗出於肝也。搖動勞苦，汗出於脾，動作用力，穀精四布，脾化水穀，故汗出於脾也。故勞傷汗出成病。勿令汗入飲食，食後以紙撚入鼻，引嚏數次，令人氣通，明目化痰。勿強忍大小便，勿努力大小便。夜間宜開眼出溺。行走勿語，行遠乘馬勿回顧，傷神。凡行遠，常存魁罡在頭上。夜行宜數叩齒，鬼神畏齒聲也。夜行及冥卧，心中懼者，當存日月光，入我明堂中，百邪自散。勿久行，傷肝；勿久立，傷骨；勿久坐，傷肉。勿跂牀懸腳，勿竪膝坐。大樹下不可坐，防陰氣傷人。坐卧莫當風。冷石不可坐，成疝。日曬熱石不可坐，生瘡。雞鳴時叩齒三十六遍，舌舐上齶，待神水滿口，漱而嚥之，口誦四海神名三遍，止鬼辟邪，令人無疾。東海神阿明，南海祝良，西海巨乘，北海禺強。早起食生薑以辟穢氣，下牀先左腳，吉。漱齒勿用棕刷，敗齒。夜半勿哭泣，勿對北詈罵，勿卒驚呼，勿恚怒，令神魂不安。勿大樂，使氣飛揚；勿多笑，傷臟；多喜，令人亡錯昏亂。食勿語，寢勿言。勿多念，內志恍惚；勿多思，則神怠；勿思慮，傷心；勿久卧，傷氣。勿頭向北，春夏向東，秋冬向西。夜卧防牀頭有隙進風。夜眠勿以腳懸高處。勿卧開口，以泄真氣。勿以手壓心口，令人夢魘。勿尸卧，勿以筆畫人面為戲，使魂不認尸，多致死者。勿露卧。睡醒覺熱，勿飲水又睡。凡夢勿語人。勿燃燭照寢，令人神魂不安。人卧忽不醒，勿急以燈炤之，殺人。就黑暗處，以指甲掐其人中，或口咬大拇指甲處，而唾其面。勿當風沐浴，勿沐髮未乾即寢。勿冷水洗沐，飢勿沐，飽忌沐。洗頭不可用冷水，成頭風。勿沐浴同日，沐者，洗頭；浴者，澡身也。有眼疾不可浴。午後勿洗，頭汗出勿洗，沐浴無常，不吉。當考之《月令》沐浴日，吉。旦起勿開眼洗面，盛熱勿以水洗面，勿以大熱湯漱口，凡有腳汗，勿入水洗。凡夏至後丙丁日，冬至後庚辛日，不宜交合。大月十七日，小月十六日，此名毀敗日，不宜交合。大喜大怒，男女熱病未好，陰陽等疾未癒，并新產月經未淨，俱不可交合。勿醉飽入房。勿每月二十八日交合，人神在陰。帳幕內忌燃燭行房。凡本命甲子庚申不可入房。雷電風雨不可交合。此為人事之忌大略耳，人能謹而戒之，心獲安樂，無諸疾苦，再加調和飲食，餐服藥餌，百年之壽，人皆可至，幸毋忽之。

賓朋交接條

序古名論

《白虎通》曰：朋友之道有四，近則正之，遠則稱之，樂則思之，患則死之。

《揚子法言》曰：朋而不心，面朋也；友而不心，面友也。

《家語》曰：夫內行不修，身之罪也；行修而名不彰，友之罪也。故君子入則篤行，出則友賢。

《禮記》曰：君子之交淡如水，小人之交甘如醴。君子淡以成，小人甘以壞。

《漢書》曰：李德公所交，皆捨短取長，好成人之美。時荀爽、賈彪，雖俱知名，而不相能，德公並交二子，情無適莫，世稱其正。

胡質曰：古人之交也，取多知其不貪，奔北知其不怯，聞流言而不信，故可終也。

禰衡，字正平，少與孔文舉作爾汝之交。時衡未二十，而文舉已五十餘矣。

荀巨伯遠看友人疾，值胡賊攻郡，友人語伯曰：吾旦死矣，子可去。伯曰：遠來視之，今有難而捨之去，豈伯意耶？賊既至，謂伯曰：大軍至此，一郡俱空，汝何人獨止耶？伯曰：友人有疾，不忍委之，寧以己身代友人之命。賊聞斯言，異之，乃相謂曰：我輩無義之人，而入有義之國。乃偃而退，一郡

獲全。

山濤與嵇、阮一面，契若金蘭。山妻韓氏覺濤與二人異常交，問之，濤曰：當年可以為友者，惟此二人。妻曰：負羈之妻，亦親觀趙狐，意欲窺之，可乎？濤曰：可。他日，二人來，勸濤止之宿，具酒食，妻穿墻視之，達旦忘返。濤入曰：二人何如？曰：君子致不如，正當以識度耳。濤曰：伊輩亦以我識度為勝。

晉王越鎮海昌，以王安期為記識參軍，雅相知重。敕世子毘曰：學之所益者淺，體之所安者深。閑習禮度，不如式瞻儀型，諷味遺言，不如親承旨音。王參軍人倫之表，汝其師之！

齊太原孫伯翳，家貧，嘗映雪讀書，放情物外，棲志丘壑，與王令君亮、范將軍為莫逆之交。王范既相二朝，欲以吏職相處，伯翳曰：人生百年，有如風燭，宜怡神養性，琴酒寄情，安能棲棲役曳若此？嵇康所不堪，予亦未能也。

梁王繹博覽羣書，才辨冠世，不好聲色，愛重名賢，與裴子野、蕭子雲布衣交。白居易與元相國稹友善，以詩道著名，號《元白集》。內有哭元相詩云：相看掩淚俱無語，別有傷心事豈知？想得咸陽原上樹，已抽三丈白楊枝。

許棠久困名場。咸通末，馬戴佐大同軍幕，棠往謁之，一見如舊識。留連數月，但詩酒而已，未嘗問所欲。忽一旦大會賓友，命使者以棠家書授之。棠驚愕，莫知其來。棠啓緘密視久之，乃是言馬戴已潛遣一价恤其家矣。其用情周渥，人所不及如此。

《風土記》曰：越俗性率朴，初與人交有禮，封土壇，祭以犬雞，祝曰：卿乘車，我帶笠，他日相逢下車揖，我步行，卿乘馬，後日相逢卿當下。

自昔士之閒居野處者，必有同道同志之士相與往來，故有以自樂。淵明詩曰：昔欲居南村，非為卜其宅，聞多素心人，樂與數晨夕。又云：鄰曲時來往，抗言談往昔。奇文共忻賞，疑義相與析。則南村之鄰，豈庸庸之士哉？杜少陵與朱山人詩曰：相近竹參差，相過人不知。幽花欹滿徑，野水細通池。歸客村非遠，殘尊席更移。看君多道氣，從此數追隨。李太白與范居士詩曰：忽憶范野人，閒園養幽姿。又云：還傾三五酌，自詠猛虎詞。近作十日歡，遠為千載期。風流自簸蕩，謔浪偏相宜。觀此則朱山人、范居士者，可為非常流矣。

周益公嘗訪楊誠齋于南溪之上，留詩云：楊監全勝賀監家，賜湖豈比賜書華？回環自闢三三徑，頃刻能開七七花。門外有田供伏臘，望中無處不煙霞。卻慚下客非摩詰，無畫無詩只謾誇。誠齋續賀相歡，好事者繪以為圖。誠齋題曰：平叔曾過魏秀才，何如老子致元台？蒼松白石青苔徑，也不傳呼宰相來。誠齋長嗣東山先生，以集英殿修撰致仕家居，年八十。曾雲巢年尤高，嘗攜茶袖詩訪伯子，其詩云：褰衣不待履霜回，到得如今也樂哉。泓穎有時供戲劇，軒裳無用任塵埃。眉頭猶自懷千恨，興到何如酒一杯？知道華山方睡覺，打門聊伴茗奴來。伯子和詩亦佳，其風味不減前二老也。二老相訪，高誼如此。

古延方士，湖州東林沈東老，能釀十八仙白酒。一日有客自號回道人，長揖於門，曰：知公白酒新熟，遠來相訪，願求一醉。公見其風骨秀偉，跫然起迎。徐觀其碧眼有光，與之語，其聲清圓，於古今治亂、老莊、浮圖氏之理，無所不通，知其非塵埃人也。因出酒器十數於席間，曰：聞道人善飲，欲以鼎先為壽，如何？公曰：飲器中鐘鼎為大，屈巵螺杯次之，梨花蕉葉最小，請戒侍人，次第速斟，當為公自小至大以飲之。笑曰：有如顧愷之食蔗，漸入佳境也。又約，周而復始。常易器滿斟於前，笑曰：所謂杯中酒不空也。回公興至即舉杯，命東老鼓琴，回公浩歌以和之。又欲以圍棋相娛，止奕數子，輒拂去，曰：秖恐棋終爛斧柯。回公自日中至暮，已飲數斗，無酒色。東老欲有所叩，回公曰：聞公自有黃白之術，未嘗妄用，且篤於孝義，又多陰功，此余今日來尋而將以發之也。東老因叩長生輕舉之術，回公曰：四大假合之身，未可離形而頓去。東老攝衣起謝，有以喻之。回公曰：此古今所謂第一最上極則處也。飲將達旦，甕中所釀，止留糟粕，而無餘瀝。回公曰：久不游浙中，今日為公而來，當留詩以贈。然吾不學世人用筆。乃就劈席上石榴，畫字題於庵壁。其色微黃而漸加黑，其詩曰：西鄰已富憂不足，東老雖貧樂有餘。白酒釀來緣好客，黃金散盡為收書。已而告別。東老依關送至舍西，天漸明矣，握手並行，至舍西石橋，回公即先度乘風而去，莫知所終。

古延名衲，成都一僧，誦《法華經》甚專，雖經兵亂，卒不能害。忽一仙僕至，云：先生請師誦經。引行過溪嶺數重，煙嵐中一山居。僕曰：先生老病起晚，請誦至《寶塔品》見報，欲一聽之。至此果出，野服杖藜，兩耳垂

肩。焚香聽經罷，入不復出。以藤盤、竹筯，秫飯一盂，枸菊數甌，無鹽酪，美若甘露，得襯錢一鐶。僕送出路口，問曰：先生何姓名？僕于僧掌中書孫思邈三字，僧大駭，僕遽失之。三日，山中尋求，竟迷舊路，歸視襯資，乃金錢一百文也。由茲一飯，身輕無疾，天禧中僧一百五十歲，後隱不見。

李東谷曰：君子以文會友，以友輔仁。友之者，友其德也。當親密之時，握手論心，必使君臣、父子、兄弟、夫婦之倫，粹然一出於正，此交友第一義也。夫何世變日薄，友道掃地，惟酒饌追隨，有無周濟，穢言相謔，術數相勝。於規圓便利，諂諛取容，此妾婦耳，非友也。啗以濡沫，使效奔走，此奴隸耳，非友也。恐少有攖拂，而取疎遠，故隨事苟徇而顯親密。乘人父子之睚眥，即導之以不慈不孝；乘人兄弟之閱墻，即導之以不悌不恭；乘人夫婦之反目，即導之以不琴不瑟。謬引古今，眩亂是非，指鹿為馬，以鳥為鸞，皆此輩也。取友又當以此自鑑，毋為人欺，毋過責于此輩，遠而敬之，以為友道戒。

又曰：故舊不遺，則民不偷，世俗薄，故舊衰。友人平日同筆硯，同出處，同貧賤，同患難，相與相愛，不啻骨肉。一旦得志，視若路人，因而多以忘舊為憾。此特不能理遣耳。宜如何？若故人死亡而終身不相接，足矣。故友道難乎其振哉！

林可山《山林交盟》曰：山林交與市朝異，禮貴簡，言貴直，所尚貴清。善必相薦，過必相規，疾病必相救藥，書啟必直言事。初見用刺，不拘服色，主人肅入，序至稱呼，以兄及表，不以官講。問必實言所知所聞事。有父母，必備刺拜報謁同，自後傳入，一揖，坐。詩文隨所言，毋及外事、時政異端。飲饌隨所具會，次坐序齒，不以貴賤。僧道易飲隨量，詩隨意，坐起自如，不許逃席。乏使令，則供執役。請必如期，無速客，例有幹，實告。及歸，不必謝。凡涉忠孝友愛事，當盡心。毋慢嫉前輩，須接引後學，以追古風。貴介公子有志於古道，必不驕人以自滿。苟非其人，不在茲約。凡我同盟，願如金石。

高子交友論

高子曰：《毛詩序》云：自天子以至庶人，未有不須友道以成者也。但今之世，友道日偷，交情日薄，見則握手相親，背則反舌相詆，何人心之不古乃爾？此輩自薄，非薄我也。不知詆我以悅他人，他人有心亦防爾詆。自己展轉猜忌，智巧百出，視友道為路塵，宜管鮑陳雷之絕世也。吾意初與人交，深情厚貌，不易洞曉，何術以知其心地之善惡，情性之邪正也？但以吾心之美惡邪正以交其人，彼雖奸險，欲伺我隙，我無隙可伺，彼將奈何？彼雖貪婪，欲窺我敗，我無敗可窺，彼將奈何？與之談，必先以仁義，彼之愚我邪我之言，勿聽也。與之飲，必敬以酒食，彼之誘我亂我之事，勿行也。我無私，彼將何以行其私？我無好，彼將何以投吾好？自防謹密，則郭郭堅完，外操矛盾，何以禍我？但今之人，自作惡業醜行，始欲人協己謀，取必與，乃厚人若骨肉，雖父母妻子不若也。苟所謀倖成，則人必挾我，求不遂，即變交好為寇仇，非金帛相酬，則禍矣。果人禍我？抑果自禍而然耶？人心孰不樂為善？但以正感正，以邪感邪，邪正分於應感，豈果人人皆小人，而世無君子耶？道誼之在天下，亦未全滅也，但千百中一二耳，奈何移君子之道誼，而求之於市人，在在有之也。此又何說哉？近輩有與勝己者談，不問其言之是非，嘖嘖是贊，聽彼大言不慙。與不若己者談，不論其言之可否，嘐嘐是詆，愧彼緘言似訥。遂使過無從知，善無從進，直諒之道，三益之友，淹沒無聞矣。夫貴者能以直友為可重，則事功日進，而望譽日隆。富者能以直友為可寶，則家業日昌，而聲名日著。奈何對貴者而言直，不惟交疎，且目為妄人；語富者而言直，不惟友薄，且名為惡客。求其德賢者而親之，恥佞人而遠之者，幾人哉？非富貴之高品，不能自別也。但以直自居，以道自重者，是果為妄人？又果為惡客？乃曲譽取憐，求為富貴交耶？借得貴者一顧盼，所榮幾多？富者一饜飫，所飽幾日？靡靡焉以直道自委，甘心效奴隸之恭，妾媵之媚以悅人哉！古者貴擇交，且交以心，匪交以面也；交不能擇，友不以心，是誠面交矣，何能久且敬哉？故君子寧寡交以自全，抱德以自重，乃鄙泛交以求榮，趣附以自賤也。又若一輩，與富者交，惟欲利其利；與貴者交，惟欲利其勢。使世人不以勢利橫胷中，不以智巧媒徑路，則人人聖賢矣，又何慕富之德，貴之賢，乃委身於白日，相從於朱門哉？即其慷慨，能分潤於一朝，我獨何心，甘受人憐耶？人當以此心諒人之心，勿以世道求古之道，則交全而誼厚矣。他如同門同業，一貴一貧，在貴者當念其窮，勿以路人視故人，分所有以周急，厚道也。在窮者亦當安其窮，勿羨人以怨人，希所有以自足，亦厚道也。奈何貴者不古，而窮者不明？昧此二者，何得於友耶？舉世皆爾爾，果何人為丈夫哉？交情乃見矣。彼山人詞客，邁德弘道，賁於丘園，抱河岳

之靈，而飄然浪游，欲出與寰宇為友者，此正吾人所欲交與游，願聞其藝而甘心焉者。惜乎今之時，同調者罕其人，而朱門無容轍，遂使諸君冥心物外，介然絕俗，高枕岩阿，而無意海宇，使中原意氣，化作秋雲，尚友之心，不得圓滿如意，是一恨也。彼堪輿諸家，欲兆我先知富貴禍福之機者，皆高賢也。奈老人無意於榮枯，何能從人起朽骨而辟山靈，轉災年而為福日，汲汲乎逐高賢之足輿力騎哉？敢謝所聞，而且從吾之僻也。余寡交，自少及老無幾人，皆余社友也。況性不能附人就事成苟合，追復古道雖拳拳，奈何世之涼德往往耳。吾於友道重有感於今日，安得大執金剛如達摩西來，化度友道，使復古敦素，頓脫一切業心惡劫，共歡無我無人法界，證上菩提？此余第一大願。

## 藝文

**《詩經・小雅・古風之什・信南山》**　信彼南山，維禹甸之。畇畇原隰，曾孫田之。我疆我理，南東其畝。上天同雲，雨雪雰雰。益之以霢霂，既優既渥。既霑既足，生我百穀。疆場翼翼，黍稷彧彧。曾孫之穡，以為酒食。畀我尸賓，壽考萬年。中田有廬，疆場有瓜。是剝是菹，獻之皇祖。曾孫壽考，受天之祜。

**《詩經・大雅・生民之什・公劉》**　篤公劉，于胥斯原，既庶既繁。既順迺宣，而無永歎。篤公劉，逝彼百泉，瞻彼溥原。迺陟南岡，乃覯于京。篤公劉，既溥既長，既景迺岡。相其陰陽，觀其流泉。其軍三單，度其隰原。徹田為糧。度其夕陽，豳居允荒。

**《江文通集・青苔賦》**　余鑿山楹為室，有青苔焉，意之所之，故為是作云：嗟青苔之依依兮，無色類而可方，必居閑而就寂，以幽意之深傷。故其處石，則松栝交陰，泉雨長注，（絶）（横）碉俯視，崩壁仰顧。悲凹嶮兮，唯流水而馳騖，遂能崎屈上生，班駁下布。異人貴其貞精，道士悅其迴趣。咀松屑以高想，捧丹經而永慕。若其在水則鏡帶湖沼，錦匝池林，春塘秀色，陽鳥好音。青郊未謝兮白日照，路貫千里兮綠草深。迺生水而搖蕩，遂出波而沉滔。假青條兮總翠，借黃華兮舒金。遊梁之客，徒馬疲而不能去；兔園之女，雖蠶饑而不自禁。至於脩臺廣廡，幽閣閒楹，流黃之織，琴瑟且鳴。戶牖秘兮不可見，履袂動兮覺人聲。迺蕪階翠地，繞壁點牆。春禽悲兮蘭莖紫，秋蟲吟兮蕙實黃。晝遙遙而不暮，夜永永以空長。零露下兮在梧楸，有美一人兮歙以傷。若迺崩隍千仞，毀冢萬年。當其志力雄俊，才圖驕堅，錦衣被地，鞍馬耀天，淇上相送，江南採蓮，妖童出鄭，美女生燕，而頓死艷氣於一旦，埋玉玦於窮泉，寂兮如何！苔積網羅，視青蘼之杳杳，痛百代兮恨多。故其所詣必感，所感必哀。哀以情起，感以怨來，魂慮斷絕，精念徘徊者也。彼木蘭與豫章，既中繩而獲天。及薜荔與蘼蕪，又懷芬而見表。至哉！青苔之無用，吾孰知其多少。

**《江文通集・蓮花賦》**　余有蓮華一池，愛之如金，宇宙之麗，難息絕氣，聊書竹素，儻不滅焉。

檢水陸之具品，閱山海之異名。珍爾秀之不定，乃天地之精英；殖東國之流詠，出西極而擅名。方翠羽而結葉，比碧玉而為莖，藥金光而絕色，藕冰折而玉清。載紅蓮以吐秀，披絳華以舒英。故香氛感俗，淑氣參靈，躑躅人世，茵蓙祇冥，青桂羞烈，沉水慚馨。於是生乎澤陂，出乎江陰，見綵霞之夕照，覿雕雲之晝臨。既翕艷於洲漲，亦映曖於川潯，奪夜月及熒光，掩朝日與艷火，出金沙而延曜，被淥波而覃拖，冠百草而絕羣，出異類之衆夥，故僊聖傳圖，英隱流記，一為道珍，二為世瑞，發青蓮於王宮，驗奇花於陸地，若其江淡澤芬，則照電爍日，池光沼綠，則明璧洞室，曜長洲而瓊文，映青崖而火質，或憑天淵之清峭，或殖疏圃之蒙密，故河北櫂歌之姝，江南採菱之女，春水厲兮楫潺湲，秋風駛兮舟容與，著縹芰兮出波，擘湘蓮兮映渚。迎佳人兮北燕，送上客兮南楚，知荷華之將晏，惜玉手之空佇。迺為謠曰：秋雁度兮芳草殘，琴柱急兮江上寒。願一見兮道我意，千里遠兮長路難。若其華實各名，根葉異辭，既號芙渠，亦曰澤芝。麗詠楚賦，艷歌陳詩，非獨瑞草，爰兼上藥。味靈丹砂，氣驗青艿，乃可棄劍海岫，龍舉雲萼，畫臺殿兮霞蔚，圖縑縞兮炳爍。永含靈於洲渚，長不絕兮川壑。

**《藝文類聚・總載居處》**　《楚辭》曰：像設君室靜閑安，高堂邃宇檻層軒。層臺累榭臨高山，網戶朱綴刻方連。冬有突夏夏室寒，經堂入奥朱塵延。砥室翠翹掛曲瓊，翡阿拂壁羅幬張。翡帷翠幬飾高堂，紅壁沙版玄玉梁。仰觀刻桷畫龍蛇，坐堂伏檻臨曲池。芙蓉始發雜芰荷，紫莖屏風文緣波。又曰：築室兮水中，葺之兮以荷蓋。荃壁兮紫壇，播芳椒兮成堂。桂棟

兮蘭橑，辛夷楣兮藥房。

詩　陳孔奐名都一何綺詩曰：京洛信名都，佳麗擬蓬壺。九華彫玳瑁，百福上椒塗。黃金絡騶裏，蓮花裝鹿盧。咸言儀服盛，無勝執金吾。

陳沈炯詩曰：名都一何綺，春日吐光輝。高樓雲母扇，複殿琉璃扉，昭儀同輦出，高安連騎歸。欲知天子貴，千門應紫微。

陳周弘正詩曰：名都宮觀綺，金壁藻華璫。吹臺望鵁鶄，舞殿接披香。繡轂遊丹水，彫輦出平陽。陸離徒照眼，何解憂人腸。

賦　漢揚雄《蜀都賦》曰：蜀都之地，古曰梁州。禹治其江，淳皋彌望，鬱乎青葱，丹鳳玲瓏，石鱓水螭。於近則有瑕英菌芝，玉石江珠；於遠則有銀鉛錫碧，馬犀象齒。西有鹽泉鐵冶，橘林銅陵，其傍則有期牛兕旄，金馬碧雞。其竹則宗生族攢，俊茂豐美，夾江緣山，尋卒而起。其深則有猵獺沉鱓，水豹蛟蛇；其都門二九，四百餘閭。兩江珥其市，九橋帶其流。苴竹浮流，龜磧若蝎，風胎雨殼，衆物駭目。百華投春，隆隱芳芬。螭燭若揮，錦布繡望，芒芒兮無幅。其布則筒中黃潤，一端數金，雕鏤釦器，百技千工。上乃使有伊之徒，調夫五味，甘甜之和，芍藥之羹。江東鮐鮑，隴西牛羊，五肉七菜，膠厭腥臊。若其吉日嘉會，期於送春之陰，迎夏之陽。置酒於榮川之閒宅，設坐於華都之高堂。延帷揚幕，接帳連岡，郤公之徒，相與如平揚瀕巨沼，羅車百乘，期會投宿，觀者方隄，行船競逐也。

後漢班固《西都賦》曰：賦者，古詩之流，或以抒下情而通諷諭，或以宣上德而盡忠孝，雍容揄揚，亦雅頌之亞也。西土耆老，有陋洛邑之議，故臣作《兩都賦》。漢之西都，在乎雍州。左據函谷二崤之阻，表以太華終南之山；右界褒斜隴首之險，帶以洪河涇渭之川。披三條之廣路，立十二之通門，英俊之域，紱冕所興，冠帶如雲，七相五公。其陽則崇山隱天，幽林穹谷，陸海珍藏，藍田美玉；其陰則冠以九嵕，陪以甘泉，下有鄭白之沃，衣食之源。提封五萬，疆埸綺紛。溝塍刻鏤，原隰龍鱗。決渠降雨，荷鍤成雲。離宮別館，神池靈沼。其中則有九真之麟，大宛之馬，黃支之犀，條枝之鳥。其宮室也，體象乎天地，經緯乎陰陽，樹中天之華闕，豐冠山之朱堂，因瓌材而究奇，抗應龍之虹梁，列梵檽以布翼，荷棟桴而高驤，彫玉瑱以居楹，裁金璧以飾璫；左城右平，重軒三階，閨房周通，門闥洞開；列鐘虡於中庭，立金人於端闈。增盤崔嵬，登降炤爛，殊形詭制，每各異觀，乘茵步輦，唯所息宴。後宮則有掖庭椒房，后妃之室，茝若椒風，披香發越。蘭林蕙草，鴛鸞飛翔之列；昭陽特盛，隆乎孝成，隋侯明月，錯落其間，金缸銜璧，是為列錢，翡翠火齊，流曜含英，珊瑚碧樹，周阿而生。後宮之號，十有四位，窈窕繁華，更盛迭貴。又有天祿石渠，典籍之府，講論乎六藝，稽合乎異同；周以鉤陳之位，衛以嚴更之署，周廬千列，徼道綺錯，輦路經營。脩途飛閣，陵墱道而超西墉，混建章而連外屬，神明鬱其特起，遂偃蹇而上躋，軼雲雨於太半，虹蜺迴帶於棼楣。攀井幹而未半，目眩轉而意迷。靈草冬華，神木叢生，抗仙掌以承露，擢雙立之金莖。爾乃盛娛遊之壯觀，曜威靈而講武事。命荊州使起鳥，詔梁野而驅獸，毛群肉填，飛羽上覆，列卒周匝，星羅雲布。矢不單殺，中必疊雙，風毛雨血，灑野蔽天。於是天子乃登屬玉之館，歷長楊之樹，陳輕騎以行狩，騰酒車以斟酌。割鮮野饗，舉烽命爵，大輅鳴鑾，容與徘徊。集乎豫章之宇，臨乎昆明之池。左牽牛而右織女，似雲漢之無涯。茂樹蔭蔚，芳草被隄，若摛錦與布繡，燭耀乎其陂。玄鶴白鷺，鳧鷖鴻雁，沉浮往來，雲集霧散，鬱鬱相望，邑邑相屬，國籍十世之基，家承百年之業。又《東都賦》曰：王莽作逆，漢祚中缺，於是聖皇握乾符，闡坤珍，披皇圖，稽帝文。赫然發憤，應若興雲。遂超大河，跨北嶽，立號高邑，建都河洛。系唐統，接漢緒，茂育群生，恢復彊宇。若乃順時節而蒐狩，簡車徒以講武。歷騶虞，覽駟驖，嘉車攻，采吉日，禮官整儀，乘輿乃出。於是發鯨魚，鏗華鍾，登玉輅，乘時龍，元戎竟野，戈鋋彗雲，羽毛掃蜺，旌旗拂天，然後舉烽伐鼓，申令三驅，輶車霆擊，驍騎電騖，指顧倏忽，獲車已實，樂不極盤，殺不盡物。於是薦三犧，效五牲，禮神祇，懷百靈，覲明堂，臨辟雍，登靈臺，考休徵，列百僚而賛羣后，穹皇儀而展帝容。《明堂詩》曰：於昭明堂，明堂孔陽。聖皇宗祀，穆穆煌煌。《辟雍詩》曰：乃流辟雍，辟雍湯湯。聖皇蒞止，造舟為梁。《靈臺詩》曰：三光宣精，五行布序。習習祥風，祁祁甘雨。《寶鼎詩》曰：岳修貢兮川效珍，吐金景兮敞浮雲。寶鼎見兮色紛紜，煥其炳兮被龍文。《白雉詩》曰：敞靈篇兮披瑞圖，獲白雉兮效素烏。嘉祥阜兮集皇都，髮皓羽兮奮翹英。

後漢張衡《西京賦》曰：昔班固睹世祖遷都於洛邑，懼將必踰溢制度，不能遵先聖之正法也。故假西都賓盛稱長安舊制，有陋洛邑之議，而為東都

主人折禮衷以答之，張平子薄而陋之，故更造焉，有馮虛公子者，言於安處先生曰：秦據雍而強，周即豫而弱，高祖都西而泰，光武處東而約。先生獨不見西京之事歟？漢氏初都在渭之涘，秦里其朔，實為咸陽。左有崤函重險，桃林之塞，綴以二華，巨靈贔屭，高掌遠蹠，以流河曲，厥跡猶存，右有隴坻之隘，隔閡華戎，岐梁汧雍，陳寶鳴雞在焉。於前則終南太一，隆窟崔崒，隱轔鬱律，連岡兮嶓冢，爰有藍田珍玉，是之自出；於後則高陵平原，據渭踞涇；其遠則九嵕甘泉，固陰沍寒，日北至而含凍，此焉清暑，寔為地之奧區神皋。昔者太帝悅秦穆公而觀之，饗以鈞天廣樂，帝有醉焉，乃為金策，錫用此土，而剪諸鶉首。自我高祖之始入也，乃覽秦制，跨周法。正紫宮於未央，表嶢闕於閶闔，疏龍首以抗殿，狀嵬峨以岌嶪，蔕倒茄於藻井，披紅葩之狎獵，飾華榱與璧璫，流景曜之暐煜。彫楹玉碣，繡栭雲楣，三階重軒，鏤檻文楩，左平右墉，青瑣丹墀，仰福帝居，陽曜陰藏，洪鐘萬鈞，猛虡趪趪，負筍業而餘怒，乃奮翅而騰驤。若夫長年神仙，宣室玉堂，麒麟朱鳥，龍興含章，正殿路寢，用朝群辟，嘉木樹庭，芳草如積，高門有閌，列坐金狄。後宮則昭陽飛翔，增成合歡，蘭林披香，鳳皇鴛鴦。故其館室次舍，采飾纖縟，裛以藻繡，文以朱綠，翡翠火齊，絡以美玉，流懸黎之夜光，綴隋珠以為燭。於是鉤陳之外，閣道穹隆，屬長樂與明光。徑北通乎桂宮，恣意所幸，下輦成燕，窮年忘歸，猶不能徧覛。往昔之遺館，獲林光於秦餘，處甘泉之爽塏，乃隆崇而弘敷，既新作於迎風，增露寒與儲胥。通天眇以竦峙，逕百常而莖擢。翔鵾仰而弗逮，況青鳥與黃雀，伏櫺檻而俯聽，聞雷霆之相激。柏梁既災，越巫陳方。建章是經，用厭火祥。圜闕竦以造天，若雙碣之相望。鳳騫翥於甍標，咸遡風而欲翔。干雲霧而上達，狀亭亭以迢迢。神明崛其特起，井幹疊而百增。上飛闥而仰眺，正覩瑤光與玉繩。列瀛洲與方丈，夾蓬萊而駢羅。長風激於別島，起洪濤而颺波。海若遊於玄渚，鯨魚失流而蹉跎。立脩莖之仙掌，承雲表之清露。屑瓊蕊以朝食，必性命之可度。爾乃廓開九市，通闤帶闠，旗亭五重，俯察百隧。上林禁苑，跨谷彌阜。東至鼎湖，邪界細柳，掩長揚而連五柞，繞黃山而欵牛首。乃有昆明靈沼，黑水玄沚，周以金堤，樹以柳杞，豫章珍館，揭焉中峙，牽牛立其左，織女處其右，日月於是乎出入，象扶桑與濛汜。其魚則鮪鯢鱨魦，脩額短項，大口折鼻，詭類殊種；鳥則鸕鷀鴰鴇，鴛鵝鴻鶤，南翔衡陽，北棲鴈門。於是孟冬作陰，寒風肅殺，雨雪飄颻，冰霜慘烈。天子乃駕雕軫，六駿駮，戴翠帽，倚金較。華蓋承辰，天罼先驅，千乘雷動，萬騎龍趨。縱獵徒，赴長莽，迾卒清候，武士赫怒。河渭為之波盪，吳岳為之阤堵。百禽悛遽，騤瞿奔觸，喪精亡魂，失歸忘趣，矢不虛捨，鋋不苟躍。當足見蹍，值輪被轢，乃使迅羽輕足，尋景追括，鳥不暇舉，獸不得發，青骹摯於韝下，韓盧噬於緤末。於是鳥獸殫，目觀窮，遷延邪睨，集乎長揚之宮，酒車酌醴，方駕授饔。升觴舉燧，既釂鳴鐘。儴佯乎五柞之館，旋憩乎昆明之池。浮鷁首，翳雲芝，垂翟葆，建羽旗，齊拽女，縱棹歌，奏淮南，度陽阿。大駕幸乎平樂，帳甲乙而襲翠被，臨迴望之廣場，程角觝之妙戲，烏獲扛鼎，都盧尋橦，衝狹鷰濯，胷突銛鋒，跳丸劍之揮霍，走索上而相逢，度曲未終，雲起雪飛，巨獸百尋，是為蔓延，神山崔嵬，欻從背見，白象行孕，垂鼻轔囷。海鱗變而成龍，狀蜿蜿以蝹蝹，舍利颬颬，化為仙車，驪駕四鹿，芝蓋九葩，奇幻儵忽，易貌分形，吞刀吐火，雲霧杳冥，畫地成川，流渭通涇，百馬同轡，騁足並馳，橦末之枝，態不可彌，秘舞更奏，妙材騁技，始徐進而羸形，似不勝乎羅綺，紛縱體而迅赴，若驚鶴之群羆，要紹修態，麗服颺菁，昭邈流眄，一顧傾城，列爵十四，競媚取榮，盛衰無常，唯愛所丁，衛后興於鬒髮，飛燕寵於輕體。又《東京賦》曰：是時也，七雄並爭，競相高以奢麗，楚築章華於前，趙建叢臺於後，秦政利觜長距，終得擅場，思專其侈，以莫己若也，乃搆阿房，起甘泉，結雲閣，觀南山，百姓不能忍，是用息肩於大漢，高祖膺籙受圖，順天行誅，掃項軍於垓下，紲子嬰於枳塗，因秦宮室，據其府庫。且夫天子有道，狩在海外，守位以仁，不恃隘害，秦負阻於二關，卒開項而受沛，彼偏據而規小，豈若宅中而圖大，昔先王之經邑也，掩觀九隩，靡地不營，土圭測影，不縮不盈，揔風雨之所交，然後以建王城，審曲面勢，泝洛背河，左伊右瀍，西阻九阿，盟津達其後，大谷通其前，迴行道乎伊闕，斜徑捷乎轘轅，太室作鎮，揭以熊耳，底柱輟流，鐔以太岯，漢初弗之宅也，故宗緒中圮，巨猾閒釁，竊弄神器，歷載三六，偷安天位，我世祖忿之，乃龍飛白水，鳳翔參墟，授鉞四七，共工是除，區宇乂寧，思和求中，睿哲玄覽，都茲洛宮。逮至顯宗，六合殷昌，既新崇德，遂作德陽，昭仁惠於崇賢，抗義聲於金商，建象魏之兩觀，旌六典之舊章，濯龍芳林，九谷八谿，芙蓉覆水，秋蘭被涯，永安離宮，脩竹冬青，陰池幽流，玄泉冽清，鵯鶋秋棲。鶻雕春鳴，鵙鳩鸝黃，關關嚶嚶，於南則前殿雲

臺，和懽安福，諸門曲樹，斜阻城洫，奇樹珍果，鉤盾所職；於東則洪池清籞，淥水澹澹，內阜川禽，外豐葭茨；其西則平樂都場，示遠之觀，龍雀蟠蜿，天馬半漢，乃營三宮，布政頒常，複廟重屋，於斯胥洎，龍輅充庭，雲旗拂霓，夏正三朝，庭燎晰晰。春日載陽，合射辟雍，設業設虡，宮懸金鏞，鼖鼓路鼗，樹羽幢幢，張大侯，制五正，設三乏，罷司旌，天子乃撫玉輅，時乘六龍，發鯨魚，鏗華鍾，攝提運衡，徐至於射宮，禮事展，樂物具，王夏闋，騶虞奏，決拾既次，彤弓斯彀。達餘萌於暮春，昭誠心以遠喻，三農之隙，耀威中原，歲惟仲冬，大閱西園，乃馭小戎，撫輕軒，戈矛若林，牙旗繽紛，迄乎上林，結徒為營，敘和樹表，司鐸授鉦，坐作進退，節以軍聲，火烈具舉，武士星敷，鵝鸛鳥麗，箕張翼舒，馭不詭遇，射不翦毛，升獻六禽，時膳四膏，成禮三驅，解罘放麟，不窮樂以訓儉，不殫物以昭仁，爾乃卒歲大儺，驅除群癘，倀子萬童，丹首玄製，桃弧棘矢，所發無臬，飛礫雨散，剛癉必斃，煌火馳而星流，逐赤疫於四裔。又《南都賦》曰：於顯樂都，既麗且康，陪京之南，居漢之陽，剖周楚之豐壤，跨荊豫而為疆，其寶利珍怪，則金采玉璞，隋珠夜光，太一餘糧，中黃穀玉，松子神陂，赤靈解角，耕父揚光於清泠之泉，游女弄珠於漢皐之曲，其水蟲則有蠬龜鳴蛇，潛龍伏螭，其鳥則有鴛鴦鵠鷺，鴻鵠鴛鵝，嚶嚶和鳴，澹澹隨波。其香草則薜荔蕙若，蘼蕪蓀蓀，晻曖蓊蔚，含棼吐芳；酒則九醞甘醴，十旬兼清，醪敷徑寸，浮蟻若萍，其甘不爽，醉而不醒，獻酢既交，率禮無違，彈棻片撫箜，流風徘徊，於是暮春之禊，元巳之辰，方軌齊軫，祓於陽濱，朱帷連網，曜野映雲，脩袖繞繚而滿庭，羅襪躡蹀而容與，翩綿綿其若絕，眩將墜而復舉，於是群士放逐，馳于沙場，俯貫魴鱮，仰落雙鵰，魚不及竄，鳥不暇翔，車雷震而風厲，馬鹿超而龍驤，夕暮而歸，其樂難忘。

後漢杜篤《論都賦》曰：天命有聖，託之大漢，大漢開基，高祖有勳，斬白蛇，屯黑雲，蹈滄海，跨崑崙。劉敬建策，初都長安，太宗承流，守之以文，孝武因其餘財，府帑之畜，深入匈奴，割裂王庭，連綏耳，鎖雕題，摧天督，牽象犀。沃野千里，原隰彌望，保植五穀，桑麻條暢，濱據南山，帶以涇渭，號曰陸海，蠢生萬類。城池百尺，阨塞要害，一人奮戟，三軍沮敗，於時聖帝，赫然申威，南禽公孫，北脅強胡，西平隴冀，東據洛都。今天下新定，矢石之勤始瘳，未遑於論都，而遺思雍州也。

後漢崔駰《反都賦》曰：漢歷中絕，京師為墟，光武受命，始遷洛都，客有陳西土之富，云洛邑褊小，故略陳禍敗之機，不在險也，建武龍興，奮旅西驅，虜赤眉，討高胡，斬銅馬，破骨都，收翡翠之駕，據天下之圖。上帝受命，將昭其烈，潛龍初九，真人乃發，上貫紫宮，徘徊天闕。幄狼弧，蹈參伐，陶以乾坤，始分日月。觀三代之餘烈，察殷夏之遺風，背崤函之固，即周洛之中。興四郊，建三雍，禪梁父，封岱宗。

漢傅毅《洛都賦》曰：惟漢元之運會，世祖受命而弭亂。體神武之聖姿，握天人之契贊，尋往代之規兆，仍險塞之自然，被崑崙之洪流，據伊洛之雙川，挾成皋之嚴阻，扶二崤之崇山。分畫經緯，開正塗軌，序立廟祧，面朝後市。歎息起霄霧，奮袂生風雨，覽正殿之體制，承日月之皓精，騁流星於突陋，追歸鴈於軒輊，帶蟠龍之疏鏤，垂菡萏之敷榮，顧濯龍之臺觀，望永安之園藪，渟清沼以汎舟，浮翠虬與玄武，桑宮繭館，區制有規，后帥九嬪，躬敕工女。近則明堂辟雍靈臺之列，宗祀揚化，雲物是察；其後則有長岡芒阜，屬以首山，通谷岉坷，石瀨寒泉，於是乘輿鳴和，按節發軔，列翠蓋，方龍輈。備五路之時副，撫三辰之旗旌，傅說作僕，羲和奉時，千乘雷駭，萬騎星鋪，絡驛相屬，揮沫揚鑣。群僊列於中庭，發魚龍之巨偉，羨門拊鼓，偓佺操麾。講武農隙，校獵因田，搜幽林以集禽，激通川以御獸，跨乘黃，射遊麋，弦不虛控，目不徒睎，解腋分心，應箭殪夷，然後弭節容與，淥水之濱，垂芳餌於清流，出旋瀨之潛鱗。

魏徐幹《齊都賦》曰：齊國實坤德之膏腴，而神州之奧府，其川瀆則洪河洋洋，發源崑崙，驚波沛厲，浮沫揚奔，南望無垠，北顧無鄂，蒹葭蒼蒼，莞菰沃若，瑰禽異鳥，群萃乎其間，帶華蹈縹，披紫垂丹。應節往來，翕習翩翻，靈芝生乎丹石，發翠華之煌煌。其寶玩則玄蛤抱璣，駿蚌含璫，構夏殿以宏覆，起層樹以高驤，龍楹螭桷，山品雲牆，其後宮內庭，嬪妾之館，衆偉所施，極巧窮變，然後脩龍榜，遊洪池，折珊瑚，破琉璨。日既仄而西舍，乃反宮而棲遲，歡幸在側，便嬖侍隅，含清歌以詠志，流玄眸而徵眄，竦長袖以合節，紛翩翻其輕迅。王乃乘華玉之輅，駕元駿之駿，武騎星散，鉦鼓雷動，旌旗虹亂，盈乎靈圃之中。於是羽族咸興，毛群盡起，上蔽穹庭，下被阜藪。

魏劉楨《魯都賦》曰：昔大庭氏肇建厥居，少昊受命，亦都茲焉，山則連岡屬嶺，暧魁峽北，紫金揚暉於洪崖，水精潛光乎雲穴，岱宗邈其層秀，千

氣霧以高越。其木則赤桋青松，文莖蕙棠，洪幹百圍，高徑穹皇；竹則填彼山垠，陔彌阪域，夏簜攢包，勁條竝殖，翠實離離，鳳皇攸食。水產衆夥，各有彝倫，頒首華尾，豐顱重斷，戴兵挾刃，盤甲曲鱗。且觀其時謝節移，和族綏宗，招歡合好，肅戒友朋。蛾眉清眸，顏若雪霜，插曜日之珍笄，珥明月之珠璫。舞人就列，整飾容華，和顏揚眸，眄風長歌；飄乎猋發，身如轉波，尋虛騁跡，顧與節和；縱脩袖以終曲，若奔星之赴河，及其素秋二七，天漢指隅，民胥祓禊，國於水游，緹帷彌津，丹帳覆洲，蓋如飛鶴，馬如游魚，應門巖巖。朱扉含光，路殿巋其隆崇，文陛巘其高驤。聽迅雷於長除，若有聞而復亡，其園囿苑沼，駢田接連，淥池分浪，以帶石垠，文隅瓊岸，華玉依津，邦乃大狩，振揚炎威，教民即戎。講習興師，落幕包括，連結營圍，毛群隕殪，羽族殲剝，填崎塞畎，不可勝錄。

魏劉邵《趙都賦》曰：且敝邑者，固靈州之敞宇，而天下之雄國，南則有洪川巨瀆，黃水濁河，發河積石，徑拂太華，灑為九流，入於玄波；其東則有天浪水府，百川是鍾，包絡坤維，連薄太濛；北則有陶林玄壇，增冰沍寒；西則有靈邱平圃，邪接崑崙。其近則有天井句注，飛壺太行，璀錯磥硌，屬阜連岡；龍首嵯峨以岪鬱，羊坂輪崛以屹嵣。清漳發源，濁滏汨越，湯泉涫沸，洪波漂厲。爾乃都城萬雉，百里週回，九衢交錯，三門旁開，層樓竦閣，連棟結階，峙華爵以表甍，若翔鳳之將飛。正殿儼其造天，朱櫺赫以舒光；盤虬螭之蜿蜒，承雄虹之飛梁；結雲閣於南宇，立叢臺於少陽，及至暮秋涉冬，則風烈寒猛，豺鷙攫，鷹隼奮翰，國乃講武，狩於清源，駕騖冥之駿駁，抗沖天之旌旃，北連昭餘，南屬呼沲，西眄太陵，東結繚河。然後嵠子放機，戈矛亂發，決班鬐，破文頞，當手斃僵，應弦倒越。爾乃進夫中山名倡，襄國妖女，狄鞮妙音，邯鄲才舞，六八駢羅，遞奏迭舉，體凌浮雲，聲哀激楚。其珍玩服物，則昆山美玉，元珠曲環，輕綃啟繒，織纊綈紈；其器用良馬，則六弓四弩，綠沉黃間，堂嵠魚腸，丁令角端。飛兔奚斯，常驪紫燕，豐鬒確顱，龍身鵠頸，目如黃金，蘭筋參精，迅躡飛浮，軼響追聲。若乃至季春元巳，辰火熾光，挺新贈往；祓於水陽，朱幕蔽野，綵帷連岡，妖冶呈飾，顏如春英。

晉左思《蜀都賦》曰：夫蜀都者，蓋兆基於上世，開國於中古；廓靈關而為門，包玉壘而為宇；帶二江之雙流，抗峨眉之重阻；於前則跨躡犍牂，枕倚交趾，經塗所亘，五千餘里。於是乎邛竹緣嶺，菌桂臨崖，旁挺龍目，側生荔枝；布綠葉之萋萋，結朱實之離離；孔翠群翔，犀象競馳，白雉朝雊，猩猩夜啼；金馬騁光而絕影，碧雞倏忽而曜曦，火井沉熒於幽泉，高爓飛扇於天垂。於後則卻背華容，北指崑崙，緣以劍閣，阻以石門；流漢湯湯，驚浪雷奔，望之天迴，即之雲昏；水物殊品，鱗介異族，或藏蛟螭，或隱碧玉；其樹則有木蘭梫桂，杞櫹椅桐；楩柟幽藹於谷底，松柏蓊蔚於山峰；擢脩幹，竦長條，扇飛雲，拂輕霄；羲和假道於峻岐，陽烏迴翼乎高標。於東則左綿巴中，百濮所充；外負銅梁於宕渠，內函要害於膏腴；丹砂赩熾出其坂，蜜房郁毓被其阜；山圖采而得道，赤斧服而不朽。交讓所植，蹲鴟所伏，百藥灌叢，寒卉冬馥；其中則有青珠黃環，碧砮芒硝，或豐綠荑，或蕃丹椒；紅葩紫飾，柯葉漸苞；敷蕊葳蕤，落英飄颻；溝洫脈散，疆里綺錯；黍稷油油，稉稻漠漠。指渠口以為雲門，灑滮池而為陸澤。爾乃邑居隱賑，夾江傍山，家有鹽泉之井，戶有橘柚之園。百果甲坼，異色同榮，朱櫻春熟，素奈夏成。若乃大火流，涼風厲，白露凝，微霜結；紫梨津潤，樼栗罅發，蒲萄亂潰，石榴競裂，晨鳧旦至，候鴈銜蘆，木落南翔，冰泮北徂，雲飛水宿，哢吭清渠。其深則有鱣鮪鱒魴，鯑鱧魦鱨，差鱗次色。錦質報章。闢二九之通門，畫方軌之廣塗；營新宮於爽塏，擬承明而起廬；結陽城之延閣，飛觀榭乎雲中；開高軒以臨山，列綺窓以瞰江。內則宣化之闥，崇禮之闈，華闕雙邈，重門洞開，金鋪交映，玉題相暉，亞以少城，接乎其西，列隧百重，羅肆巨千，賄貨山積，纖麗星繁，都人士女，袨服靚粧；布有橦華，麵有桄榔，邛竹傳節於大夏之邑，蒟醬流味於番隅之鄉，闤闠之里，伎巧之家，百室離房，機杼相和，貝錦斐成，濯色江波。若夫王孫之屬，郄公之倫，從禽於外，巷無居人，並乘驥子，俱服魚文。西踰金隄，東越玉津，戟食鐵之獸，射噬毒之鹿，拍貙氓於葽草，彈言鳥於森木；拔象齒，戾犀角，鳥鎩翮，獸廢足，殆而朅，來相與；第如滇池，集乎江洲，試水客，漾輕舟，娉江妃，與神遊。將饗獠者，張弈幕，會平原，酌醪酤，割芳鮮，飲御酣，賓旅旋，車馬雷駭，轟轟填填。近則江漢炳靈，世載其英，蔚若相如，皭若君平，王褒煒燁而秀發，揚雄含章而挺生，幽思絢道德，摛藻掞天庭。又《吳都賦》曰：東吳王孫，辴然而咍曰：夫上圖景宿，辯於天文者也；下料物土，析於地理者也，鳥策篆素，玉諜石記，烏聞梁岷有陟方之館，行宮之基歟，而吾子獨未聞大吳之壯麗乎！且有吳之開國也，造自泰伯，宣於延陵，固其經略，上當星紀，拓土畫疆；指衡岳以鎮野，目龍川而帶坰；

百川泒別，歸海而會；控清引濁，混濤並瀨，濆薄沸騰，寂寥長邁，出乎大荒之中，行乎東極之外。於是乎長鯨吞航，脩鯢吐浪，躍龍騰蛇，蛟鯔琵琶，溯洄順流，噞喁沉浮；鳥則鵾雞鸀鳿，鷞鵠鷺鴻，鶢鶋避風，候鴈造江，湛淡羽儀，隨波參差，理翮整翰，容與自玩，彫啄蔓藻，刷盪漪瀾，蚌蛤珠胎，與月虧全，巨鼇贔屭，首冠靈山，大鵬繽翻，翼若垂天，洪桃盤屈，丹桂灌叢，瓊枝抗莖而敷蘂，珊瑚幽茂而玲瓏。增岡重阻，列真之宇，江妃於是往來，海童於是宴語。草則藿蒳豆蔻，薑彙非一，石帆水松，東風扶留，布濩皋澤，蟬聯陵邱，夤緣山嶽之岊，冪歷江海之流。木則平仲君遷，松梓古度，楠榴之木，相思之樹，宗生高岡，族茂幽阜，擢本千尋，垂蔭萬畝，與風飄颺，颮瀏颼飀，鳴條暢律，飛音響亮，蓋象栞築並奏，笙竽俱唱。其竹則篔簹林箊，桂箭射筒，柚梧有篁，篻簩有叢，苞筍抽節，往往縈結，綠葉翠莖，冒霜停雪，梢雲無以喻，嶰谷不能連，鸑鷟食其實，鵷雛擾其間。其果則丹橘餘甘，荔枝之林，檳榔無柯，椰葉無陰。其琛賂則琨瑤之阜，銅鍇之垠，火齊之寶，駭雞之珍，赬丹明璣，金華銀樸，紫貝流黃，縹碧素玉。其荒陬譎詭，則有龍穴內蒸，雲雨所儲，陵鯉若獸，浮石若桴，雙則比目，片則王餘，窮陸飲木，極沉水居，泉室潛織而卷綃，淵客慷慨而泣珠。象耕鳥耘，此之自改，煑海為鹽，采山鑄錢，國稅再熟之稻，鄉貢八蠶之緜，造姑蘇之高臺，臨四遠而特建，帶朝夕之濬池，佩長洲之茂苑。闚東山之府，則環寶溢目，觀海陵之倉，則紅粟流衍。彫欒鏤楶，青瑣丹楹，圖以雲氣，畫以仙靈，高闈有閌，洞門方軌，朱闕雙立，馳道如砥；樹以青槐，亙以淥水，桃笙象簟，韜於筒中，蕉葛升越，弱於羅紈。命官帥而擁鐸，將校獵乎具區，吳王乃巾玉輅，軺驌驦，羽毛揚蕤，雄戟燿鋩，貝胄象弭，織文鳥章，六軍袀服，四騏龍驤；猩猩啼而就擒，鸞鸞笑而被格，屠巴蛇，出象骼，斬鵬翼，掩廣澤，結輕舟而競逐，迎潮水而振緡，精衛銜石而遇繳，文鰩夜飛而觸綸。指包山以為期，集洞庭而掩留，數軍實乎桂林之苑，饗戎旅乎落星之樓。又《魏都賦》曰：魏國先生，有睟其容，乃盱衡而誥曰：異乎交益之士，劍閣雖嶂，憑之者蹶，洞庭雖濬，負之者北。且魏土者畢昴之所應，虞夏之餘人，先王之桑梓，列聖之遺塵。爾其彊域，則旁極齊秦，結湊冀道，開胸殷衛，跨躡燕趙；墨井鹽池，玄滋素液，厥田惟中，厥壤惟白。思重爻，摹大壯，覽荀卿，采蕭相，枌橑複結，欒櫨疊施。丹梁虹申以並亘，朱桷森布而支離，綺井列疏以懸蒂，華蓮重葩而倒披。於前宣明顯陽，順德崇禮，重闈洞出，鏘鏘濟濟；於後椒鶴文石，永巷壺術，楸梓木蘭，次舍甲乙。增構峨峨，清塵剽剽，雲雀踶甍而矯首，壯翼摛鏤於青霄，雷雨杳冥而未半，曒日籠光於綺寮。碩果灌叢，圍木竦尋，篁條懷風，蒲萄結陰，丹藕凌波而的皪，綠芰汎濤而浸潭；羽翮頡頏，鱗介浮沉，澄流十二，同原異口，蓄為屯雲，泄為行雨。內則街衢輻湊，朱闕結隅，石杠飛梁，出控漳渠，疏通溝以濱路，羅青槐以蔭途。

晉庾闡《揚都賦》曰：子未聞揚都之巨偉也，左滄海，右岷山，龜鳥津其落，江漢演其源，碣金摽乎象浦，注桐柏乎元川。昔句吳端委，延州儷臧，高讓殆於庶幾，英風亞乎潁陽；土映黃旗之景，巒吐紫蓋之祥，巖栖赤松之館，岫啟縉雲之堂；龍符渙而夏德興，羣神萃而玉帛昌也，天包龍軫，地奄衡霍，玄聖所遊，陟方所託。我皇晉之中興，而駿命是廓，靈運啟於中宗，天網振其絕絡。於是乎源澤浩瀁，林阜隱薈，彭蠡吞江，荊牙吐瀨；赴三峽之隘，洞九川之會，泮五嶺而分流，鼓沱潛而碎沛。漨渤灪滃，潢漾擁涌，驚波霆激，駭浪川動，東注尾閭，呼踰洞庭，茫若雲漢，窈若青城，其山則重岡峨屼，峻嶺嵦崿，陽侯鱗萃，龍濤綺錯，嶗弗磊砢，嵬嵬鄱薄，旁帶千溪，下同萬壑；木則灌以杞梓，被以沙棠，結根九疑，布葉天柱，林為五嶽之苑，材為八都之府，掃飛虹，虧陽景，拂白雪而增翠，凌廣莫而敷穎；竹則簳風箘簵，筱簜林箊，單棘箜杪，蓊蔚蕭疎，貞條梢風，勁節集霧，望之猗猗，即之倩倩，蒼浪之竿，東南之箭，其林可游，其芳可薦；草則陵苔海藻，山英江蘺，綸組菁茅，繁露卷施；獸則騊駼狻猊，鋸牙披蹄，登重巘，蹲嶪巇，噫氣則風生，噴沫則雨灑，其間則有騰猨夭嶠，閃儵柯杪，風母果然，星流電遷，或淩虛赴絕，或繚繞希聞；鳥則鷦鵬孔翠，丹穴之羽，鳴鳳自歌，翔鸞自舞；魚則鮫鱣鰽鮪，比目鱨魦，脩鯤橫海，徵鯨偃波，其中則有靈蛟白黿之族，種繁六眸，類豐三足，鸚螺蛻骨，寄居負敖，餘泉如輪，文蚳如琢；果則黃甘朱橙，楊桃琵琶，林蔚八桂之叢，色耀三珠之華，爾其寶怪，則有瑤琨琅玕，青碧素珉，陽珠散火，陰甲潛珍，雲英水玉，錯燿龍鱗，煥若金膏，晃若燭銀，琉璃冰朗而外映，珊瑚觸石而構翹，牙簟裂文於象齒，火布濯穢於炎焱。西岨石城，則舟車之所混並；東盡金塘，則方駕之所連箱。其中則有龍坻華屋，晨鳧之舸，青雀飛艫，餘皇鼓柂，鷁首鋪於黃宮，盤蛟纏於赤馬，爰有蘭堂華室，高門重構，羅鼎玉食，絲竹並奏，龍驥汗血於廣塗，朱輪擊轂而輻湊。

晉傅玄《正都賦》曰：撫琴瑟，陳鍾虡，吹鳴簫，擊靈鼓，奏新聲，理秘舞；乃有材童妙妓，都盧迅足，緣脩竿而上下，形既變而景屬，忽跟挂而倒絕，若將墜而復續，虵縈龍虵，委隨紆曲，杪竿首而腹旋，承嚴節之繁促。於是神嶽雙立，岡巒岑崟，靈草蔽崖，嘉木成林。東父翳青蓋而遐望，西母使三足之靈禽，丹蛟吹笙，文豹鼓琴，素女撫瑟而安歌，聲可意而入心，偓佺企而鶴立，和清響而哀吟。

**《藝文類聚・居處部・宮闕臺殿坊》**　宮

詩《楚辭》曰：鱗屋兮龍堂，紫貝闕兮朱宮。詩　《梁簡文帝新成安樂宮》詩曰：遙看雲霧中，刻角映丹虹。珠簾通曉日，金花拂夜風。欲知弦管處，來過安樂宮。周明帝過舊宮，詩曰：玉燭調秋氣，金輿歷舊宮。還如過白水，更似入新豐。秋潭漬晚菊，寒井落疎桐。奉杯延故老，今聞歌大風。陳陰鏗《新成安樂宮》詩曰：新宮實壯哉，雲裏望樓臺。迢遙翔鵾仰，連翩賀雀來。重簷寒露宿，丹井夏蓮開。砌石披新錦，梁花畫早梅。欲知安樂盛，歌管雜塵埃。

賦　漢劉歆《甘泉宮賦》曰：軼陵陰之地室，過陽谷之秋城。迴天門而鳳舉，躡黃帝之明庭。冠高山而為居，乘崑崙而為宮。按軒轅之舊處，居北辰之閎中。背共工之幽都，向炎帝之祝融。封巒為之東序，緣石闕之天梯。桂木雜而成行，芳胏蠁之依依。翡翠孔雀，飛而翱翔，鳳皇止而集栖。甘醴涌於中庭兮，激清流之瀾瀾。黃龍遊而蜿蟺兮，神龜沈於玉泥。離宮特觀，樓比相連，雲起波駭，星布彌山；高巒峻阻，臨眺曠衍，深林蒲葦，涌水清泉；芙蓉菡萏，菱荇蘋蘩，豫章雜木，梗松柞械，女貞烏勃，桃李棗橪。

魏卞蘭《許昌宮賦》曰：入南端以北眺，望景福之嵯峨。飛棟列以山峙，長途邈以委虵。見欒櫨之交錯，覩陽馬之承阿。轉挾轕以相因，若流水之揚波。木無小而不磈，材靡隱而不華。懿采色而發越，瑋巧飾之繁多。雙轅承枌，丹梁端直，明窓列布，綺井崩嶷。其陰則有望舒涼室，羲和溫房，隆冬御絺，盛夏重裘。同一宇之深邃，致寒暑於陰陽。脩欄蔭於階砌，崇棟拂乎旻蒼。綺組發華，翡翠生光，丹草周隅，靈木成行。非窈窕之至貴，孰能升於斯堂。坐金人於閨闥，列鐘簴於廣庭。天鹿軒翥以揚怒，師子鬱拂而負楨。珍果敷華，蘭芷垂榮，百壁照曜，飛響應聲。扣角則春風至，彈商則秋風征。歷神芝之峻觀，幸安昌之巍巍。進鼓舞之秘伎，絕世俗而入微。興七盤之遞奏，觀輕捷之翩翾，或遲或速，乍止乍旋。似飛鳧之迅疾，若翔龍之遊天。趙女撫瑟，楚媛清謳，秦箏慷慨，齊舞絕殊，衆技並奏，揄巧騁奇，千變萬化，不可勝知。樂戲闋，遊觀足；登承光，坐華幄；論稽古，反流俗；退虛偽，進敦朴；寶賢良，賤珠玉。豈必世而後仁，在時主之所欲。

魏楊修《許昌宮賦》曰：於是儀北極以搆榱，希形制乎太微。結雲閣之崔嵬。植神木與靈草，紛蓊蔚以參差。爾乃置天臺於宸角，列執法於西南。築舊章之兩觀，綴長廊之步櫩。重閨禁之窈窕，造華蓋之幽深。儉則不陋，奢則不盈，黎民子來，不督自成。於是天子乃具法服，戒群僚。鐘鼓隱而雷鳴，警蹕嘈而響起，晻藹低徊，天行地止，以入乎新宮，臨南軒而向春方，負黼扆之屏風，憑玉几而按圖書，想往昔之興隆。

北齊邢子才《新宮賦》曰：擬二儀而構路寢，法三山而起翼室。何大廈之眈眈，而斯干之秩秩。豈西京之足偉，故東都之所匹。爾其狀也，則瓌譎屈奇，瀾漫陸離，嵯峨崔嵬，巉巖參差。若密雲之乍舉，似鵬翼之中垂。布菱華之與蓮蒂，咸反植而倒施。若承露而將轉，似含風而欲披。土成黼黻，木化蛟螭。布紅紫之融泄，間朱黃之赫曦。獸狂顧而猶動，鳥將騫而以疲。木神水怪，海若山祇，千變萬化，殊形異宜。陰梁北注，陽鳥南施，百楹列倚，千櫨代支。或據險而形固，或居安而勢危。

頌　漢王褒《甘泉宮頌》曰：甘泉山，天下顯敞之名處也。前接大荊，後臨北極；左撫仁鄉，右望素域。其宮室也，仍巘辟而為觀，攘抗岸以為階，壓波瀾而鱗坻，馳道列以曲遠。覽除閣之麗靡，覺堂殿之巍巍，徑落莫以差錯。編玳瑁之文桷，鏤螭龍以造牖。采雲氣以為楣，神星羅於題鄂。虹蜺往往而繞櫨，縵倏忽其無垠。意能了之者誰？竊想聖主之優游，時娛神而款縱；坐鳳皇之堂，聽和鸞之弄；臨麒麟之域，驗符瑞之貢；詠中和之歌，讀太平之頌。

宋孝武帝《巡幸舊宮頌》曰：惟皇敬眷，永慕徐京。列裝青野，動斬丹庭。榮和首律，景澤開年。林坰發色，川郊列泉。沿泝遙衍，登陟迴懸。踐域負外，即宮臨山。思甲陵寢，歡結枌都。眇懷沛濟，勤念宛吾。納壽遺老，設飲先居。堂序朝秀，充廷集閭。

梁沈約《朝丹徒故宮頌》曰：聖祖神傑，堯蹤漢烈。岳峻雄圖，天張武節。墜命既升，霸略將騁。清渭走烽，濁河獻警。特峭劍關，憑深桂嶺。彝

章委闕，禮樂沉河。極壓傾搆，引溺危波，盡物稱瑞，窮靈委和。元精翼日，丹羽巢阿。

銘　後漢李尤《永安宮銘》曰：合歡黃堂，中和是遵。舊廬懷本，新果暢春。候臺集道，俾司星辰。豐業廣德，以協天人。萬福來眇，嘉娛永欣。

表　梁沈約《為柳兗州世隆上舊宮表》曰：舊宮蘊靈千古，合祥百代，萬祇相祉。八神警室，事超齊甸。義邁譙宮。故能屬輦道於天階，命帝闕於霄路。實宜樹闕疏壤，寫極上穹，克播徽塵，永光盛烈。

闕

詩　陳江總《詠雙闕》詩曰：象闕連馳道，反宇照方疏。刻鳳棲清漢，圖龍入紫虛。屢逢膏露灑，幾遇祥煙初。競言百尺麗，寧方萬丈餘。

賦　魏繁欽《建章鳳闕賦》曰：築雙鳳之崇闕，表大路以遐通。上規圜以穹隆，下矩折而繩直。長楹森以駢停，修桷揭以舒翼。象元圃之層樓，肖華蓋之麗天。當蒸暑之煖赫，步北楹而周旋。鷦鵬振而不及，豈歸鴈之能翔。抗神鳳以甄甍，似虞庭之鏘鏘。櫨六翮以撫跱，俟高風之清涼。華鍾金獸，列在南廷。嘉樹蓊蔓，奇鳥哀鳴。臺榭臨池，萬種千名。周櫚輦道，屈繞紆縈。

銘　後漢李尤《闕銘》曰：皇上尊嚴，萬姓載依。國都攸處，建設端闈。表樹兩觀，雙闕巍巍。

梁陸倕《石闕銘》曰：昔舜格文祖，禹至神宗。周變商俗，湯黜夏政。雖革命殊乎因襲，揖讓異於干戈。而曆緯冥合，天人啟基。克明克俊，大庇生民。其揆一也，在齊之季，昏虐君臨，威侮五行。怠棄三正，蹲地無歸，瞻烏靡託，我皇帝拯之。乃操斗極，把鉤陳，翼百神，提萬福，指麾而四海隆平，下車而天下大定。以為象闕之制，其來已遠，春秋設舊章之教，經禮垂布憲之文；戴記顯游觀之言，周史書樹闕之夢。北荒明月，西極流精。海岳黃金，河廷紫貝。蒼龍玄武之制，銅雀鐵鳳之工。或以聽窮省冤，或以布治懸法；或表正王居，或光崇帝里。晉氏寢弱，宋歷威夷，禮經舊典，寂寥無記；鴻規盛烈，堙沒罕稱。乃假雙闕於牛頭，託遠圖於博望。有欺耳目，無補憲章。惟帝建國，正位辨方。周營洛涘，漢啓岐梁。居因業盛，文以化光。爰有象闕，是惟舊章。青蓋南洎，黃旗東指。懸法無聞，藏書不紀。大人造物，龍德休否。建此百常，興茲雙起。偉哉偃蹇，壯矣巍巍。傍映重疊，上連翠微。布教方顯，挾日初暉。懸書有附，委篋如歸。

表　梁沈約《上建闕表》曰：恭惟哲后，舊章必修。眇矚前王，後古為貴。伏惟陛下，忻咨故實，率由令典。昔在有晉，經創江左，邦訓莫釐，遠國多缺，萬雉之外，兩觀弗興，空指南峰，懸法無所，世歷三代，年將二百。非所以經世成務，垂業後昆，天德圓應，憲章自遠。詔匠人建茲象闕，俯藉愛禮之心。以申子來之願，式表端闈，儀刑萬國，使觀風而至，復聞正歲之典。遐想之士，少寄懷古之目。

臺

詩　晉陸機《擬古詩》曰：高臺一何峻，迢迢峻而安。綺窗出塵冥，飛階躡雲端。佳人撫瑤瑟，纖手清且閑。芳音隨風結，哀響馥若蘭。玉容誰能顧，傾城在一彈。

梁簡文帝《琴臺詩》曰：蕪階踐昔徑，復想鳴琴遊。音容萬春態，高名千載留。弱枝生古樹，舊石染新流。由來遞相歎，逝川終不收。

梁庾肩吾《過建昌故臺詩》曰：魯國觀遺殿，韓城想舊臺。仲宣原隰滿，子建悲風來。夏蓮猶反植，秋窓尚左開。圖雲仍溜雨，畫水即生苔。及君歡四望，知余悲七哀。

賦　魏文帝《登臺賦》序曰：建安十七年，春遊西園，登銅雀臺，命余兄弟並作，其詞曰：登高臺以騁望，好靈雀之麗嫻。飛閣崛其特起，層樓儼以承天。步逍遙以容與，聊遊目於西山。溪谷紆以交錯，草木鬱其相連。風飄飄而吹衣，鳥飛鳴而過前。申躊躇以周覽，臨城隅之通川。

魏陳王曹植《登臺賦》曰：從明后而嬉遊，聊登臺以娛情。見太府之廣浦，觀聖德之所營。建高殿之嵯峨，浮雙闕乎太清。立沖天之華觀，連飛閣乎西城。臨漳川之長流，望衆果之滋榮。仰春風之和穆，聽百鳥之悲鳴。天工坦其既立，家願得而獲呈；揚仁化於宇內，盡肅恭於上京。惟桓文之為盛，豈足方乎聖明。休矣美矣！惠澤遠揚，翼佐皇家，寧彼四方，同天地之矩量，齊日月之輝光。

晉陸雲《登臺賦》曰：永寧中，巡幸鄴宮三臺，登高有感，乃作賦云：爾乃佇眄瑤軒，流目綺寮。中原方華，綠葉振翹。歷玉陛而容與，步蘭堂以逍遙。曲房縈而窈眇，長廊邈而蕭條。於是聊樂近遊，薄言儻佯。綺疏列於東序，朱戶立乎西廂。感舊物之咸存，悲昔人之云亡。憑虛檻而遠想，審歷

命於斯堂。於是精疲遊倦，白日藏輝。鄙春登之有情，惡荆臺之忘歸。聊弭節而駕言，悵將逝而徘徊。

晉孫楚《韓王臺賦》曰：酸棗寺門外，夾道左右，有兩故臺，訪諸父老，云韓王聽訟觀也。望韓王之故臺，尋往代之所營。雙闕碣以峻峙，貫雲氣而上征。歷千載而特立，顯妙觀於太清。薄邯鄲之叢臺，陋楚國之章華。邈岧嶢以抗極，豈岑樓之能加。乃至宮觀宏敞，增臺隱天。伐文梓於萬仞，發玉石於三泉。優倡角烏烏之聲，蛾眉戲白雪之舞。紛淫衍以低仰，翳脩袖而容與。

晉盧諶《登鄴臺賦》曰：顯陽隗其顛隧，文昌鞠而為墟。銅爵隕於臺側，洪鐘寢於兩除。奚帝王之靈宇，為狐兔之攸居。

銘　後漢李尤《雲臺銘》曰：周氏舊居，惟漢襲因。崇臺嶒峻，上擬蒼雲。垂示億載，俾率舊章。人修其行，而國其昌。

殿

賦　後漢李尤《德陽殿賦》曰：開三階而參會，錯金銀於兩楹。入青陽而窺總章，歷戶牖之所經。連璧組之潤漫，雜虯文之蜿蜒。爾乃周閣迴匝，峻樓臨門，朱闕巖巖，嵯峨概雲。青瑣禁門，廊廡翼翼，華蟲詭異，密采珍縟。達蘭林以西通，中方池而特立。果竹鬱茂以蓁蓁，鴻鴈沛裔而來集。德陽之比，斯曰濯龍，葡萄安石，蔓延蒙籠，橘柚含桃，甘果成叢，文榥曜水，光映煌煌。

後漢王延壽《魯靈光殿賦》序曰：魯靈光殿者，蓋景帝程姬之子，恭王餘之所立也。遭漢中微，自西京未央建章之殿，盜賊奔突，皆見隳壞，而靈光巋然獨存，意者豈非神明依憑支持，以保漢室也。賦曰：瞻彼靈光之為狀也，則嵯峨崔隗，崑巍嶵崍。吁！可畏乎其駭人也。岧嶢倜儻，豐麗博敞，洞膠葛兮其無垠也。於是乃歷夫太階，以造其堂；俯仰顧眄，東西周章；彤彩之飾，澔澔汧汧，流離爛漫。素壁暠曜以月照，丹柱翕赩而電烻；鴻壙幌以爣閬，飈蕭條以清泠；動滴瀝而成響，音雷應其若驚；耳嘈嘈以失聽，目矎矎而喪精；駢密石與琅玕，齊玉璫與璧瑛。於是詳察其棟宇，觀其結構，規矩應天，上憲觜陬；倔佹雲起，嶔崟離楼；三间四表，八維九隅；萬楹叢倚，磊砢相扶。爾乃懸棟結阿，天窻綺疏；圓淵方井，反植荷蕖；發秀吐榮，菡萏披敷；綠房紫的，窋窕垂珠；雲楶藻梲，龍桷雕鏤；飛禽走獸，因木生姿。朱鳥舒翼以峙衡，騰蛇蟉虯而繞榱；白鹿孑蜺於欂櫨，蟠螭宛轉而承楣；狡兔跧伏於柎側，猨狖攀椽而相追。胡人遙集於上楹，儼雅跽而相對；神仙諤諤於棟閒，玉女窺窓而下視。圖畫天地，品類群生；雜物奇怪，山神海靈；寫載其狀，託之丹青；千變萬化，事各繆形；隨色象類，曲得其情。上紀開闢邃古之初，五龍比翼，人皇九頭；伏羲麟身，女媧蛇軀；鴻荒朴略，厥狀睢盱。漸臺臨池，層曲九城；屹然特立，的爾殊形；高經華蓋，仰看天庭；飛陛揭孽，緣雲上征；中坐垂景，俯視流星；千門相似，萬戶如一；巖突洞出，逶迤詰屈；周行數里，仰不見日。

魏何晏《景福殿賦》曰：立景福之祕殿，備皇居之制度。爾乃豐層覆之耽耽，建高基之堂堂，羅疏柱之汨越，肅坻鄂之鏘鏘，飛簷翼以軒翥，反宇巘以高驤。遠而望之，若摛朱霞而曜天文；近而察之，若仰崇山而載垂雲。爾乃開南端之豁達，張筍簴之輪豳；華鍾杌其高懸，悍獸仡以儷陳。爾其結搆則脩梁彩制，下褰上奇；桁梧複疊，勢合形離；赩如蜿虹，赫如奔螭；皎皎白间，離離列錢；晨光內照，流景外烻；金楹齊列，玉舄承跋；青瑣銀鋪，是為閨闥。溫房承其東序，涼室據其西偏；開建陽則朱炎艷，啟金光則清風臻。清露瀼瀼，淥水浩浩；樹以嘉木，植以芳草；悠悠元魚，皠皠白鳥。爾乃文以朱綠，飾以碧丹；點以銀黃，爍以琅玕。清風萃而成響，朝日曜而增鮮。

魏韋誕《景福殿賦》曰：瞻大廈之穹崇，結層搆而高驤；脩棟迪以虹指，飛甍竦而鳳翔；榱桷駢逼以星羅，軒檻曼延而悠長；伏應龍於反宇，乘流蘇以飄揚。於是周覽升降，流目詳觀；叢楹負極，飛檻承櫟；桁梧綺錯，楶梲鱗攢；芙蓉側植，藻井懸川。望舒涼室，羲和溫房；元冬則煖，炎夏則涼；總寒暑於區宇，制天地之陰陽。又有外城金狄，詭貌殊姿；列于應門，肅有容威。若乃離殿別館，粲如列星；安昌延休，清宴永寧，美百號之特居，嘉休祥之令名；步雕輦以逍遙，時容與於蘭庭。又有教坊講肆，才士布列，新詩變聲，曲調殊別。吟清之激哇，發角徵與白雪；音感靈以動物，超世俗以獨絕。然後御龍舟兮翳翠蓋，吳姬擢歌，越女鼓枻，詠採菱之清謳，奏淥水之繁會。

魏夏侯惠《景福殿賦》曰：周步堂宇，東西眷眄；綵色光明，粲爛流延；素壁暠瀁，赫奕倩練。爾乃察其奇巧，觀其微形，嶔岑紆曲，盤牙欹傾。或夭矯而雲起，或詰屈而鐶縈。衆木附枝以連注，欒梧倚亞而相經。若乃仰

觀綺窻，周覽菱荷，流彩的皪，微秀發華，纖莖葳蕤；順風揚波，含光內燿，嫋嫋紛葩，曾櫨外周，榱桷內附。或因勢以連接，或邪詭以盤搆，於是乎飛閣連延，馳道四周；高樓承雲，列觀若浮；挹朝露之華精，漱醴泉之清流。

宋孝武《華林清暑殿賦》曰：若夫瑤樹未清，瓊室流炎；熏風夕烈，熾景晨嚴；高巒廢駕，遊衢輟驂。思延寒於夏堂，豈徒聞於遺籍；伊涼燠之可變，粤在今之猶昔。密眄林梁，側眺池籞，起北阜而置懸湖，沿西原而殿清暑；編茅樹基，採椽成宇，轉流環堂，浮清浹室，闢西櫺而鑒斜月，高東軒而望初日。粤乃炎精待戒，青祇將畢，濯禊在辰，風光明密。婉祥鱗於石沼，儀瑞羽於林術，浮觴無屆，展樂有時。惟歡洽矣，含歌受辭，歌曰：山懷風兮谷吐泉，清潭邃兮遠氣宣。符深情兮應遙心，促千里兮測雲天。

宋江夏王劉義恭《華林清暑殿賦》曰：構禦暑之清宮，傍測景之西岑；列喬梧以蔽日，樹長楊以結陰；醴泉湧於椒室，迅波經于蘭庭；業芳芝以爭馥，合百草以競馨；飾丹壤以和璧，加疏楯以連城。至于朱明在運，鬱夕嚣晨，寒堂涼結，清觀風臻。覽茲宇之靈緯，啟聖情以寤神；豈宣曲之妄擬，焉甘泉之足陳。

宋何尚之《華林清暑殿賦》曰：逞綿亘之虹梁，列雕刻之華榱，網戶翠錢，青軒丹墀。若乃奧室曲房，深沈冥密，始如易修，終焉難悉。動微物而風生，踐椒塗而芳質。觴遇成宴，暫遊累日，卻倚危石，前臨濬谷，終始蕭森，激清引濁，涌泉灌於臺扈，遠風生於楹曲。暑雖殷而不炎，氣方清而含育。哀鵠唳暮，悲猿啼曉；靈芝被崖，仙華覆沼。

銘　後漢李尤《德陽殿銘》曰：皇穹垂象，以示帝王。紫微之則，弘讓彌光。大漢體天，承以德陽。崇弘高麗，苞受萬方。內宗朝貢，外示遐荒。

陳徐陵《太極殿銘》曰：夫紫蓋黃旗，揚都之王氣長久；虎踞龍蟠，金陵之地體貞固。天居爽塏，大寢尊嚴，高應瑞門，仰模營室。歸于有德，譬彼河圖。傳我休明，義同商鼎。太極殿者，法氏象亢，王者之位以尊，左平右城，天子之堂為貴。往朝煨燼，多歷年所，世道隆平，宜其休復。監軍鄒子度啟稱即日忽有一大梓柱，從流來泊，在後渚岸，嵯峨容與。若漢水之仙槎，搖漾波濤；似新亭之龍剎，孤拔靈山。允彰天睨。昔梁氏承聖，將圖繕修，東虜窺江，西胡犯畢，定之方中，亟興師旅，揆之以日，輒有災故。是知秦人所止，實漢祖而為宮；吳都佳氣，乃元皇而斯宅。千櫨赫奕，萬栱崚層，植綠芰而動微風，舒丹蓮而制流火。甘泉遠望，觀正殿之崢嶸；函谷遙看，美皇居之佳麗。信可以齊三光而示宇宙，會萬國而朝諸侯。爰命微臣，乃為銘曰：

雍時相望，參差未央。偃師迴顧，崔嵬德陽。高捫太乙，正睹瑤光。峨峨靈柱，赫赫流樟。美矣宮室！嘉哉令日！御宸垂旒，當朝靖蹕。樂備韶夏，禮兼文質。帝旅無諠，王旗斯謐。肅肅卿士，邕邕承弼。漢座雕屏，周人檻檻。城隅有勒，殿省皆銘。況復皇寢，宜昭國經。方流典訓，永樹天廷。

陳沈炯《太極殿銘》曰：臣聞在天成象，紫宮所以昭著；在地成形，赤縣居其區宇。太極殿者，資兩儀之意焉，大壯顯其全模，土圭測其正影。周曰路寢，漢稱前殿，雖名號參差，其實一也。主上未明求衣，日旰忘食，隳樂壞禮，造次留神，漢陛秦除，莫不葺復。而此殿興造，累歲未成；外遘戎機，內憂民力，劬勞深慮，荏苒移時，至陳永定，六合既清，五禮稍備，雕楹玉舄；華榱璧瑞，揆之有日，而猶一柱。楩楠豫章，地淪外寇，楚材晉用，非復我求。既而新亭前江，有流查甚壯，盤根錯節，枝葉蔥蒨，津人以聞，正堪時用，於是將作受詔，冬官奉職，百工並作，屢降乘輿，匠石磨礱，必經天旨，儉而不固，泰而不奢，億兆填填而樂成也。曾未數旬，煥然雲搆，昔晉朝繕造，文杏有闕，梅梁瑞至，畫以標花，自是迄今。又獲神物，即樟樹焉，殿之某間即某柱是也。銘曰：軒轅狹堂，夏后卑宮，文來質往，蹇產彌崇，體制八都，開茲萬戶；灼爍雄梁，徘徊大廡；璧月霄懸，卿雲晝聚；豈伊開陽，飛來應柱；嘉辰令月，新寢告成，青槐赤棘，郎將思兵。翠被負扆，百辟公卿。鐘鼓八佾，簫韶九成。庸臣再拜，天子萬齡。

表　梁王筠《上太極殿表》曰：四海為家，義存威重。萬國來朝，事惟壯觀，憲北辰之居所，正南面之尊貴。繡桷鏤檻，延曜光輝。虹柱虹梁，杳冥雲霧，非許鄴之敢倫，豈雍豫之能擬，且工徒樂業，庶民自競，一勞永逸，不日而成，信可以宴饗百神，朝覲群后者矣。臣過荷寵榮，祿秩優潤，謹率丹款，上夫一言，不足微申鳧躍，伏深慚悚。

坊

賦　梁蕭子範《直坊賦》曰：余以天監六年，為洗馬，十七年，復直中舍之坊，感恩懷舊，悽然而作。歲惟奄茂，清明送風，承恩從官，自府遊宮。信吾生之多幸，達六合之大同，何坊禁之寥闊，對長庭之蕪永。門幽幽而重

閉，室愔愔而内靜，應曉刻而坐朝，聽鳴鐘而自警。雖生風於蟭螟，終罕曜於陽景。頗留連於九思，恆慇勤於三省。於時也，春果餘英，夏條垂實。殿穹隆而起陰，槐連拳而負日。傍高墉之邐迤，觀層扉之鬱律。寫學宮於洛都，摹畫堂於漢室，臺榭千名，仙靈間出。

**《藝文類聚・居處部・門樓檐觀堂城館》**　門

《楚辭》：望長楸而太息，涕淫淫其若霰。過夏首而西浮，顧龍門而不見。

《毛詩》曰：衡門之下，可以棲遲。又曰：乃立皋門，皋門有伉，乃立應門，應門將將。

銘　後漢李尤《門銘》曰：門之設張，為宅表會。納善閉邪，擊柝防害。又《中東門銘》曰：中東處仲，月值當卯。倉庚有聲，隼鷹匿爪。除去桎梏，獄訟勿考。又《開陽城門銘》曰：開陽在孟，位月惟巳。清明冠節，大陽進起。又《津城門銘》曰：津名自定，位月在未。溫風鬱暑，鷹鳥習鷙。又《廣陽門銘》曰：廣陽位孟，厥月在申。涼風從時，白露已分。又《雍城門銘》曰：雍門處中，位月在酉。盲風寒濁，燕歸山阜。又《夏城門銘》曰：夏門值孟，位月在亥。陰陽不通，蝘蜓匿彩。迎冬北壇，從陰所在。又《穀城門銘》曰：穀門北中，位當于子。太陰主刑，殺伐為首。

晉摯虞《門銘》曰：祿無常家，福無定門。人謀鬼謀，道在則尊。

文　後魏溫子昇《閶闔門上梁祝文》曰：維王建國，配彼太微。大君有命，高門啟扉。良辰是簡，穆卜無違。雕梁乃架，綺翼斯飛。八龍杳杳，九重巍巍。居宸納祜，就日垂衣。一人有慶，四海攸歸。

樓

詩　古詩曰：西北有高樓，上與浮雲齊。交疏結綺窓，阿閣三重階。

宋文帝《登景陽樓》詩曰：崇堂臨萬雉，曾樓跨九成。瑤軒籠翠幌，組幕翳雲屏。階上曉露潔，林下夕風清。蔓藻嬛綠葉，芳蘭媚紫莖。極望周天險，留察浹神京。交渠紛綺錯，列植發華英。

梁武帝《登北顧樓》詩曰：歇駕止行警，迴輿暫遊識。清道巡丘壑，緩步肆登陟。鴈行上差池，羊腸轉相逼。歷覽窮天步，曬曬盡地域。南城連地險，北顧臨水側。深潭下無底，高岸長不測。舊嶼石若構，新洲花如織。

梁簡文帝《奉和登北顧樓》詩曰：春陵佳麗地，濟水鳳皇宮。況此徐方域，川岳邁同澧。皇情愛歷覽，遊陟擬崆峒。聊驅式道候，無勞襄野童。霧崖開早日，晴天歇晚虹。去帆入雲裏，遙星出海中。又《登烽火樓》詩曰：聳樓排樹出，卻堞帶江清。陟峰試遠望，鬱鬱盡郊京。萬邑王畿曠，三條綺陌平。亙原橫地險，孤嶼派流生。悠悠歸棹入，眇眇去帆驚。水煙浮岸起，遙禽逐霧征。又《水中樓影》詩曰：水底罘罳出，萍間反宇浮。風生色不壞，浪去影恆留。

梁沈約《登玄暢樓》詩曰：危峰帶北阜，圓鼎出南岑。中有凌風樹，迴望川之陰。岸險每增減，湍平互淺深。水流本三派，臺高乃四臨。上有離群客，客有慕歸心。落暉映長浦，煥景燭中潯。雲生嶺乍黑，日下溪半陰。信美非吾土，何事不抽簪。

梁劉孝綽《登陽雲樓》詩曰：吾上陽臺上，非夢高唐客。迴首望長安，千里懷三益。顧惟慚入楚，降私等申白。西阻水潦收，昭丘霜露積。龍門不可見，空慕凌霜栢。

梁王臺卿《詠水中樓影》詩曰：飄飄似雲度，亭亭如蓋浮。熟看波不動，還是映高樓。

賦　魏王粲《登樓賦》曰：登茲樓以四望，聊暇日以銷憂。覽斯宇之所處，實顯敞而寡仇。接清漳之通浦，倚曲阻之長洲。北彌陶牧，西接昭丘。雖信美而非吾土，曾何足以少留！馮軒檻以遙望，向北風而開襟。平原遠而極目，蔽荊山之高岑。路遙迤而脩迴，川既漾而濟深。昔尼父之在陳，有歸與之歎音。鍾儀幽而楚奏，莊舄顯而越吟。人情同於懷土，豈窮達之異心！惟日月之逾邁，俟河清其未極。冀王道之一平，假高衢而騁力。步棲遲而徙倚，白日忽其西匿。風蕭瑟而並興，天慘慘而無色。獸狂顧以求羣，鳥相鳴而鼓翼。原野闃其無人，征夫行而未息。循階除而下降，氣交憤於胸臆。夜參半而不寐，悵盤桓以反側。

晉孫楚《登樓賦》曰：有都城之百雉，加曾樓之五尋。從明王之登遊，聊暇日以娛心。鳴鳩拂羽於桑榆，游鳧濯翅於素波。牧豎吟嘯於行陌，舟人鼓枻而揚歌。百僚雲集，促坐華臺，嘉肴滿俎，旨酒盈杯。談三墳而詠五典，釋聖哲之所裁。

晉棗據《登樓賦》曰：懷離客之遠思，情慘憒而惆悵。登茲樓而逍遙，聊因高以遐望。感斯州之厥域，實帝王之舊疆。挹滹沱之濁河，懷通川之清

漳。原隰開闢，蕩臻夷藪，桑麻被野，黍稷盈畝，禮儀既度，民繁財阜。懷桑梓之舊愛，信古今之同情。鍾儀慘而南音，莊舄感而越聲。豈吾人之狹隘，能去心而無營。情戚戚於下國，意乾乾於上京。

晉郭璞《登百尺樓賦》曰：在青陽之季月，登百尺以高觀。嘉斯遊之可娛，乃老氏之所歎。撫凌檻以遙想，乃極目而肆運。情眇然以思遠，悵自失而潛慍。瞻禹臺之隆崒，奇巫咸之孤峙。美鹽池之滉汙，察紫雰而霞起。異傅巖之幽人，神介山之伯子。揖首陽之二老，招鬼谷之隱士。嗟王室之蠢蠢，方構怨而極武。哀神器之遷浪，指綴旒以譬主。雄戟列於廊廡，戎馬鳴乎講柱。寤苕華而增怪，歎飛騶之過戶。陟茲樓以曠眺，情慨爾而懷古。

銘　宋鮑照《凌煙樓銘》曰：瞰列江楹，望景延除，積清風路，含彩煙途；俯窺淮海，俛眺荊吳，我王結駕，藻思神居。宜此萬春，脩靈所扶。

櫓

賦　晉歐陽建《登櫓賦》曰：登茲櫓以遐眺，闢曾軒以高眄。仰天塗之綿邈，俯平原之曠衍。嘉蒼春之令節，悅和風之微扇。傍觀八隅，周覽四垂，面孤立之峻峙，岨曲岸之脩崖，植榆楸以成列，插垂柳之差差。寓目忽以終日，情亹亹而忘疲。

觀

詩　陳江總《侍宴玄武觀》詩曰：詰曉三春暮，新雨百花朝。星宮移渡漢，天馭動行鑣。旆轉蒼龍闕，塵飛飲馬橋。翠觀迎斜照，丹樓望落潮。鳥聲雲裏出，樹影浪中搖。歌吟奉天詠，未必待聞韶。

賦　後漢崔駰《大將軍臨洛觀賦》曰：濱曲洛而立觀，營高壤而作廬。處崇顯以閒敞，超絕鄰而特居。列阿閣以環匝，表高臺而起樓。步輦道以周流，臨軒檻以觀魚。於是迎夏之首，末春之垂，桃枝夭夭，楊柳猗猗。既乃日垂西陽，中曜內光。弛銜縱策，逸如奔颸。

後漢李尤《平樂觀賦》曰：乃設平樂之顯觀，章祕瑋之奇珍。習禁武以講捷，厭不羈之遐鄰。徒觀平樂之制，鬱崔嵬以離婁。赫巖巖其崟嶺，紛電影以盤紆。彌平原之博敞，處金商之維陬。大廈累而鱗次，承岩嶢之翠樓。過洞房之轉闥，歷金環之華鋪。南切洛濱，北陵倉山，龜池泱漭，果林榛榛，天馬沛艾，鬣尾布分。爾乃太和隆平，萬國肅清。殊方重譯，絕域造庭。四表交會，抱珍遠并。雜還歸誼，集于春正。翫屈奇之神怪，顯逸才之捷武。百僚于時，各命所主。方曲既設，祕戲連敘。逍遙俯仰，節以鞉鼓。戲車高橦，馳騁百馬。連翩九仞，離合上下。或以馳騁，覆車顛倒。烏獲扛鼎，千鈞若羽。吞刃吐火，燕躍鳥峙。陵高履索，踊躍旋舞。飛丸跳劍，沸渭回擾。巴渝隈一，踰肩相受。有仙駕雀，其形蚴虯。騎驢馳射，狐兔驚走。侏儒巨人，戲謔為耦。禽鹿六駁，白象朱首。魚龍曼延，峨嵯山阜。龜螭蟾蜍，挈琴鼓缶。又《東觀賦》曰：敷華實於雍堂，集幹質于東觀。東觀之藝，孽孽洋洋。上承重閣，下屬周廊。步西蕃以徙倚，好綠樹之成行。歷東厓之敞座，庇蔽茅芾甘棠。前望雲臺，後匝德陽。道無隱而不顯，書無闕而不陳。覽三代而采宜，包郁郁之周文。

魏陳王曹植《遊觀賦》曰：靜閑居而無事，將遊目以自娛。登北觀而啟路，涉雲路之飛除。從熊羆之武士，荷長戟而先驅。罷若雲歸，會如霧聚。車不及迴，塵不獲舉。奮袂成風，揮汗如雨。又《臨觀賦》曰：登高墉兮望四澤，臨長流兮送遠客。春風暢兮氣通靈，草含幹兮木交莖。丘陵窟兮松柏青，南園蔓兮果戴榮。樂時物之逸豫，悲予志之長違；嘆東山以遲勤，歌式微以詠歸。進無路以效公，退無隱以營私；俯無鱗以遊遁，仰無翼以翻飛。

銘　後漢李尤《東觀銘》曰：周氏舊區，皇漢寔循。房闥內布，疎綺外陳。升降三除，貫啟七門。是謂東觀，書籍林泉。列侯弘雅，治掌藝文。

堂

詩　梁庾肩吾《詠蔬圃堂詩》曰：北堂多暇豫，時駕總鸞鑣。路靜繁葭徹，輪輕羽蓋飄。臨空坐飛觀，迴首望浮橋。風長旦鐘近，地迴洛城遙。疎林不礙日，涸浦暫通潮。徒然等賓從，並作愧群僚。

賦　陳江總《雲堂賦》曰：覽黃圖之棟宇，規紫宸於太清。何面勢之膠葛，信不日之經營。仰一時之壯麗，跨萬古之威靈。吐觸石之奇色，混高堂之舊名。若乃三階八戶，百栱千楹，瑩以玉琇，飾以金英，綠芰懸插，紅蕖倒生。於時木葉聲寒，壺人唱靜，承露擎虛，相風照迥。天子乃下輦開宴，出豫娛神。文懸日月，思革風塵。是附鳳之多幸，愧屠龍之不真。

頌　晉庾闡《樂賢堂頌》曰：峩峩隆構，岌岌其峻。階延白屋，寢登髦俊。神心所寄，莫往非順。靈圖表像，平敷玉潤。遊虬一壑，栖鸞一叢。川澄華沼，樹拂椅桐。林有晨風，翮有西雍。高觀迴雲，疏森綺窓。洋洋帝猷，恢恢天造。思樂雲基，克配祖考。仰瞻崑丘，俯懷明聖。玄珠雖朗，離人莫

映。清風徘徊，微言絕詠。有邈高構，永廓靈命。

銘　後漢李尤《堂銘》曰：因邑制宅，爰興殿堂。夏屋渠渠，高敞清涼。家以師禮，修奉蒸嘗。延賓西階，主近東廂。宴樂嘉客，吹笙鼓簧。

城

詩　梁簡文帝《從頓還城》詩曰：漢渚水初淥，江南草復黃。日照蒲心暖，風吹梅蕊香。征艫艤湯塹，歸騎息金隍。舞觀衣恆襞，歌臺弦未張。持此橫行去，誰念守空牀。又《登城詩》曰：日影半東簷，靖念空杼軸。小堂倦縹書，華池滿脩竹。寂寞既寡悰，登城望原陸。遙山半吐雲，嚴飆時響谷。靡靡見虛煙，森森視寒木。落霞乍續斷，晚浪時迴復。遠矚既濡翰，徒自勞心目。短歌雖可裁，緣情非霧穀。又《登城北望》詩曰：登樓傳昔賦，出薊表前聞。霸陵忽迴首，河隄徒望軍。茲焉聊迴眺，極目杳難分。一水斜開岸，雙城遙共雲。

梁江淹《登紀南城》詩曰：恭承前嘉惠，末官至南荊。斂衽承光彩，端笏奉仁明。再逢綠草合，重見翠雲生。江甸知禮富，漢渚聞教清。君王澹以思，樹羽望楚城。年積衣劍滅，地遠宮館平。

賦　魏文帝《登城賦》曰：孟春之月，惟歲權輿，和風初暢，有穆其舒；駕言東邁，陟彼城隅，逍遙遠望，乃欣以娛。平原博厥，中田闢除；嘉麥被壟，緣路帶衢；流莖散葉，列倚相扶。水幡幡其長流，魚裔裔而東馳；風飄飄而既臻，日掩蔓而西移。望舊館而言旋，永優游而無為。

晉　孫楚《登城賦》曰：有都城之百雉，加層樓之五尋。從明王以登遊，聊暇日以娛心。涇渭汩以阻邁，卉木鬱而成林。晞朝陽之素暉，羨綠竹之茂陰。望秦墳於驪山，睹八陵於北岑。營巷基峙，列宅萬區。黎民布野，商旅充衢。杞柳綢繆，芙蓉吐芳。俯依青川，仰翳朱楊。體象濛汜，幽若扶桑。白日為之晝昏，鳥禽為之頡頏。

宋鮑照《蕪城賦》曰：崒若斷岸，矗似長雲。製磴石以禦衝，糊赬壤以飛文。觀基扃之固護，將萬祀而一君。出入三代，五百餘載，竟瓜剖而豆分。至若白楊早落，蹇草前衰，稜稜霜氣，簌簌風威，孤蓬自振，驚沙坐飛。通池既已夷，峻隅又已頹。直視千里外，唯見起黃埃。若夫藻扃黼帳，歌臺舞閣之基，璇淵碧樹，弋林釣渚之館，吳蔡齊秦之聲，魚龍爵馬之翫，皆薰歇燼滅，光沉響絕。東都妙姬，南國佳人，蕙心紈質，玉貌絳脣，莫不埋魂幽石，委骨窮塵。豈憶同輦之愉樂，離宮之苦辛。歌曰：邊風起兮城上寒，井徑滅兮丘壟殘。千齡兮萬代，共盡兮何言。

梁吳筠《吳城賦》曰：古樹荒煙，幾百千年，云是吳王所築，越王所遷。東有鑄劍殘水，西有舞鶴故墀。縈具區之廣澤，帶姑蘇之遠山。僕本蓄怨，千悲憶恨，況復荊棘蕭森，叢蘿彌蔓。亭梧百尺，皆歷地而生枝；階筠萬本，或至杪而無葉。不見春荷夏槿，唯聞秋蟬冬蝶。木魅晨走，山鬼夜驚。不知九州四海，乃復有此吳城。

銘　後漢李尤《京師城銘》曰：天險匪登，地險丘陵，帝王設險，乾坤是承。

館

詩　晉袁宏《擬古詩》曰：高館百餘仞，迢遞虛中亭。文幌曜瓊扇，碧疏映綺櫺。

賦　晉張協《玄武館賦》曰：爾乃地勢夷敞，既膏且腴，環以翠林，帶以赤渠。尋厥先之攸基，寔張氏之舊墟。何魏后之周覽，遂築館而起廬，既號玄武，是曰石樓。於是崇墉四匝，豐廈詭譎；爛若丹霞，皎如素雪；璀璨皓旰，華璫四垂；接棟連阿，崒嵂參差；朱戶青鋪，幽闥祕閨。於是高樓特起，竦峙岧嶢，飛甍四注。上概浮霄，直亭亭以孤立，迎千里之清飆，陽扉南啟，陰軒北達，春牖左開，秋窗右豁，仰視雲根，俯臨天末。木則楸梓夾路，蓊蔚如林，洪幹十圍，脩枝百尋。

晉潘尼《東武館賦》曰：東武館者，蓋東武陽侯之館也。嘉大雅之洪操，美明哲之保身。懲都邑之迫險，靡里巷之囂塵。慕古公之胥宇，羨孟氏之審鄰。將遷居於爽塏，乃投跡於里仁，前則行旅四湊，通衢交會，水泛輕舟，陸方羽蓋；後則崇山崔嵬，茂林幽藹，彌望遠覽，滉瀁夷泰，表裏山河，出入襟帶。若乃潛流旁注，飛渠脈散，芙蓉映渚，靈芝蔽岸。於是逍遙靈沼，遊豫華林；彎弓撫彈，娛志蕩心；括不空縱，綸不苟沉；遊鱗雙躍，落羽相尋；膳夫進俎，虞人獻鮮；春醴九醞，嘉豆百籩；隨波泝流，乍往乍旋。

銘　後漢李尤《高安館銘》曰：巍巍高安，明聖是修。嶕嶢麗館，窓闥列周。長除臨起，檻檻相承。聖朝明察，同保休徵。又《平樂館銘》曰：乃興平樂，弘敞麗光。層樓通閣，禁闥洞房，棼梁照曜，朱華飾璫。騁武舒祕，以示幽荒。加榮普覆，然後來王。

**《藝文類聚・居處部・宅舍庭壇室齋廬道路》** 宅舍

詩　齊竟陵王蕭子良《行宅詩》曰：余稟性端疎，屬愛閑外。往歲羈役浙東，備歷江山之美，名都勝境，極盡登臨；山原石道，步步新情；迴池絕澗，往往舊識；以吟以詠，聊用述心。詩曰：訪宇北山阿，卜居西野外。幼賞悅禽魚，早性羨蓬艾。

陳江總《歲暮還宅詩》曰：悒然想泉石，驅駕出城臺。翫竹春前筍，驚花雪後梅。青山殊可對，黃卷復時開。長繩豈繫日，濁酒傾一杯。又《南還尋草市宅詩》曰：紅顏辭翠洛，白首入幰轅。乘春還故里，徐步採芳蓀。徑毀悲嵇仲，林殘憶巨原。見桐猶識井，看柳尚知門。花落空難遍，鳥啼靜易喧。無人訪語默，何處敘寒溫。百年獨如此，傷心豈復論。

賦　魏陳王曹植《閑居賦》曰：何吾人而介特，去朋匹而無儔；出靡時以娛志，入無樂以銷憂；何歲月之若駛，復民生之無常；感陽春之發節，聊輕駕而遠翔。登高丘以延企，時薄暮而起予；仰歸雲以載奔，過蘭蕙之長圃。冀芬芳之可服，結春蘅以延佇；入虛廓之閑館，步生風之廣廡。踐密邇之脩除，即蔽景之玄宇；翡鳥翔於南枝，玄鶴鳴於北野；青魚躍於東沼，白鳥戲於西渚。遂乃背通谷，對綠波，藉文茵，翳春華，丹轂更馳，羽騎相過。

晉潘岳《閑居賦》曰：岳讀汲黯傳，至司馬安四至九卿，而良史書之，題以巧宦之目，未嘗不慨然廢書而歎曰：嗟乎！巧誠有之，拙亦宜然。於是覽止足之分，庶浮雲之志。池沼足以漁釣，春稅足以代耕；灌園鬻蔬，供朝夕之膳；牧羊酤酪，俟伏臘之費，此亦拙者之為政也，乃作閑居之賦。於是退而閑居洛水之涘，身齊逸民，名綴下士，陪京泝伊，面郊後市。浮梁黝以徑度，靈臺傑而高峙；窺天文之秘奧，究人事之終始。爰定我居，築室穿池；長楊映沼，芳枳樹籬；遊鱗瀺灂，菡萏敷披；竹木蓊蔚，靈果參差。張公大谷之梨，梁侯烏椑之柿；周文弱枝之棗，房陵朱仲之李，靡不畢植。三桃表櫻胡之別，二柰曜丹白之色；石榴蒲萄之珍，磊落漫衍乎其側；梅杏郁棣之屬，繁榮藻麗之飾。華實照爛，言所不能極也。菜則蔥韮蒜芋，青笋紫薑；蘘荷依蔭，時藿向陽；綠葵含露，白薤負霜。柳垂陰，車結軌；陸摘紫房，水挂赬鯉。或宴于林，或禊于汜。

晉庾闡《閑居賦》曰：於是宅鄰京郊，宇接華郭；聿來忘懷，茲焉是託。鳥棲庭林，燕巢于幕。既乃青陽結蔭，木瑾開榮；森條霜重，綠葉雲傾。陰興則暑退，風來則氣清。前臨塘中，眇目長洲；晨渠吐溜，歸潮夕流。顧有崇臺高觀，凌虛遠遊。若夫左瞻天宮，右眄西嶽；鷰飛彤素，嶺敷翠綠；朝霞時清，滄浪靡濁；黃綺繫其雲棲，漁父欣其濯足。至于體散玄風，神陶妙象；靜因虛來，動率化往；蕭然忘覽，豁爾遺想；榮悴靡期，孰測幽朗。故細無形骸之狹，巨非天地之廣；音興於萬韻，理絕乎一響。

晉束晳《近遊賦》曰：世有逸民，在乎田疇；宅彌五畝，志狹九州；安窮賦於下里，寞玄澹而無求。乘篳輅之偃蹇，駕蘭單之疲牛；連掉索以為鞅，結斷梗而作鞦；攀華門而高蹈，揭徘徊而近遊。井則兩家共一，園則去舍百步；貫雞穀於歲首，收縷繼於初牙，其男女服飾，衣裳之制，名號詭異隨迭，設繫襦以禦冬，脅汗衫以當熱；帽引四角之縫，裙為素條之殺。書兒啼於客堂，設杜門以避吏；婦皆卿夫，子呼父字。及至三農間隙，遘結婚姻，老公戴合歡之帽，少年著蕞角之巾。

梁沈約《郊居賦》曰：惟至人之非已，固物我而自忘。自中智以下愚，咸得性以為場。伊吾人之褊志，無經世之大方。思依林而羽戢，願託水而鱗藏。值龍顏之鬱起，乃憑風而矯翼；指皇邑而南轅，駕脩衢以騁力。余平生而耿介，實有心於獨往；思幽人而軫念，望東皋而長想；本忘情於徇物，徒羈紲於人壤；應屬歎於牽絲，陸興言於世網，爾乃傍窮野，指荒郊，編霜茨，葺寒茅，構栖噪之所集，築町疃之所交。因犯檐而刊樹，由妨基而剪巢；織宿楚而成門，藉外廡而為戶；既取陰於庭樾，又因籬於芳杜。草則蘋萍茨芝，菁藻蒹菰；石衣海髮，黃荇綠蒲；動紅荷於輕浪，覆碧葉於澄湖。其陸卉則紫蘚綠蘚，天薯山韭，鴈齒麋舌，牛脣兔首。若乃園宅殊制，田圃異區；李衡則橘林千樹，石崇則雜果萬株；竝豪情之所侈，非儉志之所娛；欲令紛披翁鬱，吐綠攢朱。開丹房以四照，舒翠葉而九衢。其林鳥則翻泊頡頏，遺音下上；楚雀多名，流鶯雜響；或斑尾而綺翼，或綠衿而絳顙；好葉隱而枝藏，乍間關而來往。其水禽則大鴻小鴈，天駒澤虞；秋鶚寒鷺，修鵠短鳧；翅抨流而起沫，翼鼓浪而成珠。其魚則赤鯉青魴，纖鰷巨鱮，碧鱗朱尾，脩顱偃頷；小則戲渚成文，大則噴流揚白。惟鍾巖之隱鬱，表皇都而作峻；蓋望秩之所宗，含風雲而吐潤。孤嶝橫插，洞穴斜經，千丈萬仞，三襲九成；亘繞州邑，款跨郊坰；素煙晚帶，白霧晨縈。近循則一巖異色，遠望

則百嶺俱青。時言歸於陋宇，聊暇日以翱翔；獸依庭而莫駭，魚忉沼而不綱。晚樹開花，初英落蕤，異林而分丹素，因風而雜紅紫。紫蓮夜發，紅荷曉舒；輕風微動，芬芳襲余。冰懸垝而帶坻，雪縈松而蔽野；鴨屯飛而不散，鴈高翔而欲下。傷余情之頹暮，憂與愁其相溢；悲異軫而同歸，歡殊方而並失。時復託情魚鳥，歸閑蓬蓽。傍闕吳娃，前無趙瑟。唯以天地之恩莫報，書事之官不述；徒重於高門之地，不載於良史之筆。長太息以何言，羞愧心之非一。

銘　晉習鑿齒《諸葛武侯宅銘》曰：達人有作，振此頹風。彫薄蔚采，鴟闌唯豐。義範蒼生，道格時雍。自昔爰止，於焉盤桓。躬耕西畝，永嘯東巒。跡逸中林，神凝巖端。罔窺其奧，誰測斯歡。堂堂偉匠，婉翮揚朝。傾巖搜寶，高羅九霄。慶雲集矣，鸞鶱亦招。

啟　梁元帝《謝敕賜第啟》曰：竊以漢賜五倫，寔云清吏。魏寵衛臻，用旌庸直。未如靈光輪奐，睢陽爽塏。北連城闕，有似甄侯之舍；東望市鄽，榮深豫章之圃。昔狼望未平，冠軍辭宅，馬池猶隔。雍丘讓邸，臣慚霍曹遠志。但識君命無違，再思庸陋，九殞非答。

梁劉孝儀《為王儀同謝宅啟》曰：昔晏嬰湫隘，齊景營其爽塏；孫歷無家，晉武為之築館。或功高千載，德重一時，故蒙考室之榮，以降葺宇之澤，並辭而處，傳芳前載。臣才愧昔人，恩同往哲，豈宜妄荷，重增疵忝。但匈奴未滅，遽當輪奐之美；環堵為室，遂得歌哭於斯。又《為武陵王謝賜第啟》曰：竊以南望朱鳥，北距蒼龍，右帶御溝，左迴青路。畢晏嬰之湫隘，同潘岳之閑居。臣幼自宮掖，長遊城府，雖輪奐之美多門，而館第之私未暇。今輕舟將反，高門遽錫，遂葺家築室，百堵皆興，雲屋連甍，一朝弘敞。

梁庾肩吾《謝東宮賜宅啟》曰：肩吾居異道，南才非巷北。流寓建春之外，寄息靈臺之下，豈望地無湫隘，里號乘軒，巷轉幡旗，門容幰蓋。況乃交垂五柳，若元亮之居；夾石雙槐，似安仁之縣；卻瞻鍾阜，前枕洛橋。池通西舍之流，窓映東鄰之棗。來歸高里，翻成侍封之門；夜坐書臺，非復通燈之壁。才下應王，禮加溫阮；官成名立，無事非恩。

表　晉陸雲《聞起西園第宜遵節儉之制表》曰：臣聞有國者，不患宮室之不崇，患在令名之不立。是以賢人之在富貴，莫不卑身節欲，損己挹情，用能保其國家。今聞百世，歷觀古今，以約失之者實寡，以奢失之者蓋多。世祖武皇帝，富有四海，貴為天子，居無離宮之館，身御家人之服，先帝豈欲以此道止於治身而已者哉！固將必欲遺訓百世，貽燕子孫，此固殿下所宜祇奉也。

議　晉潘岳《上客舍議》曰：謹按客舍逆旅之設，其所由來遠也。行者賴以頓止，居者薄收其直，交易貿遷，各得其所，因民成利，惠加百姓。《語》曰：許由辭帝堯之命，而舍於逆旅。《春秋外傳》曰：晉陽處父，遇甯戚於逆旅，魏武帝亦以為宜，其詩曰：逆旅整設，以通商賈。然則自唐到于今，未有不得客舍之法，唯商鞅有之，此固非聖世之所言也。方今四海會同，九服納貢，八方翼翼，公私滿路，近畿入輳，客商亦稠，蒭秣成行，器用取給。又諸劫盜，皆起於迴絕，而止乎人衆。十里蕭條，則姦宄生心；連陌接館，則寇情震懾。且聞聲有救，已發有追；不救有罪，不追有戮；禁暴捕亡，恆有司存。凡此皆客舍之益，道路之要，姦吏所植也。率歷代之舊俗，獲行留之歡心，使客舍灑掃以待，征旅擇家而息，豈非衆庶顒顒之望？

庭

賦　陳沈炯《幽庭賦》曰：矧幽庭之閑趣，具春物之芳華；轉洞房而隱景，偃飛閣而藏霞。築山川於戶牖，帶林苑於東家；草纖纖而垂綠，樹搔搔而落花。於是秦人清歌，趙女鼓筑，嗟光景之遲暮，詠群飛之棲宿，顧留情於君子，豈含姿於嬌淑。於是起而長謠曰：故年花落今復新，新年一故成故人。那得長繩繫白日，年年月月但如春。

壇

銘　周庾信《堯登壇銘》曰：登壇洛汭，沉玉河湄。丹圖馭馬，練甲乘龜。榮光上幕，休氣連帷。雖存堯讓，終見文思。

室

《毛詩》曰：斯干宣，王考室也。築室百堵，西南其戶。

《楚辭・九歌》曰：糜何為兮庭中，蛟何為兮水裔。朝馳余馬兮江皐，夕濟兮西澨。聞佳人兮召余，將騰駕兮皆逝。築室兮水中，葺之兮以荷蓋。

《楚辭》曰：鑿山楹而為室兮，下披衣於水渚。霧濛濛其晨降兮，雲依斐而承宇。又曰：網戶朱綴刻方連，些冬有突夏夏室寒。

詩　宋吳邁遠《遊廬山觀道士石室》詩曰：蒙茸衆山裏，往來行跡稀。尋嶺達仙居，道士披雲歸。似著周時冠，狀披漢時衣。安知世代積，服古人不衰。得我宿昔情，知我道無為。

齊王融《移席琴室應司馬教》詩曰：雪崖似留月，蘿徑若披雲。潺湲石溜瀉，脩巒山雨聞。

梁任豫《夏遼省宅》詩曰：風棹出天街，星言指沈室。頓楫俄毀垣，惻然悼窮陋。春為發大道，夏為激潮折。貴者陋懷居，鄙人安朝夕。生長數十載，幸祐見衰白。堂遺孤孩音，庭餘笋亂跡。入似聚族慰，出為里仁惜。

賦　晉潘岳《狹室賦》曰：歷甲第以遊觀，旋陋巷而言歸；伊余館之褊狹，良窮弊而極微。閣戾戾以互掩，門崎嶇而外扉；室側戶以攢楹，檐接桷而交榱。當祝融之御節，熾朱明之隆暑，沸體慤其如鑠，珠汗揮其如雨。若乃重陰晦冥，天威震曜，漢潦沸騰，叢溜奔激，臼竈為之沈溺，器用為之浮漂。彼處貧而不怨，嗟民生之收難。匪廣廈之足榮，有切身之近患。青陽萌而畏暑，白藏兆而懼寒；獨味道而不悶，喟然向其時歎。

晉庾闡《狹室賦》曰：居不必阨，食不求簞，豈獨蓬蓼可永，而隆棟招患。奚必膏粱非美，而飲疏以飡。醪俎可以充性，不極欲以折龍肝。清室可以遊暑，不冽泳而興夏寒。于時融火炎炎，鶉精共耀，南羲熾暑，夕陽傍照，爾乃登通扉，闢櫺幌，絺幕蹇，閑堂敞，微飆凌闈而直激，清氣乘虛以曲蕩，溫房悄悽以興涼，軒檻寥豁以外朗。

齋

詩　晉湛方生《後齋詩》曰：解纓復褐，辭朝歸藪。門不容軒，宅不盈畝。茂草籠庭，滋蘭拂牖。撫我子姪，攜我親友。茹彼園蔬，飲此春酒。開櫺攸瞻，坐對川阜。心焉孰託，託心非有。素搆易抱，玄根難朽。即之匪遠，可以長久。

梁簡文帝《山齋詩》曰：玲瓏繞竹澗，間關通槿蕃。缺岸新成浦，危石久為門。北榮下飛桂，南柯吟夜猿。暮流澄錦磧，晨冰照采鸞。

梁庾肩吾《和竹齋詩》曰：百拱橫笴節，千櫨跨簟竿。迴龍仍作柱，置笛且成欒。向嶺分花徑，隨階轉藥欄。蜂歸憐蜜熟，鷰入重巢乾。欲仰天庭淡，終知學步艱。

陳徐陵《奉和簡文帝山齋詩》曰：架嶺承金闕，飛橋對石梁。竹密山齋冷，荷開水殿香。山花臨舞席，水影照歌牀。

賦　宋謝靈運《山居賦》曰：上古巢居穴處曰巖棲，居山曰山居，在林野曰丘園，在郊郭曰城傍。四者不同，可以理推。昔仲長願言：流水高山，應璩作書，邙阜洛川，勢有偏側，地闕周員。至若鳳巖二臺，雲夢青丘，漳渠淇園，橘林長洲。雖千乘之珍苑，孰嘉遁之所遊；覽明達之撫運，乘機感而理默。悼三閭之浮江，矜望諸之去國；仰前哲之遺訓，俯性情之所便；奉微軀以宴息，保息事以乘閑。爰初經略，杖策孤征；入澗水涉，登嶺山行；紆頂不息，窮泉不停；櫛風沐雨，犯露乘星；研其淺思，罄其短規；非龜非筮，擇良選奇；剪榛開徑，尋石覓崖，四山周迴，雙流透迤。陵名山而屢止，過巖室而披情；雖未偕於至道，且緬絕於世纓。若乃南北兩居，水通陸阻，觀風瞻雲，方知厥所，九泉別澗，五谷異嶼。抗北頂以葺館，瞰南風以啟軒；羅層崖於戶裏，鏡清瀾於窓前。修竹葳蕤以翳薈，灌木森叢以蒙茂，蘿蔦蔓延以攀援，香花芬薰而媚秀。日月投光於柯間，風露披清於峴岫。夏涼寒燠，隨時取適；此焉卜寢，玩水弄石。及其二川合流，異源同口，赴隘入險，俱會山首。瀨排沙以積岸，島倚渚以超阜。畦町斷藝，含藥藉芳，綠葵春節以懷露，白薤感時而負霜，伊昔齠齔，寶愛斯文；援紙握管，會性通神；詩以言志，賦以敷陳；爰暨山棲，彌歷年紀。幸多暇日，自求諸己。

贊　宋顏延年《新喻侯茅齋贊》曰：葦草作壯，采茅昭儉。哲人素節，貴而能貶。羈結茨危，瞰臨涯隒。

銘　隋江總《永陽王齋後山亭銘》曰：叢臺造日，淄館連雲。錦牆列繢，繡地成文。吾王卓爾，逸趣不羣。梅梁蕙閣，桂棟蘭枌。竹深蓋雨，石暗迎曛。激流疑蹙，搆峰似削。苔滑危磴，藤攀聳嶕。樹影搖窓，池光動幕。月澄遙瀲，風清近壑。雪岸難消，花園易落。高桐百尺，垂楊五株。開榮九畹，結秀三珠。山條紫的，水葉紅鬚。抽芳繞霤，接翠分衢。亭謹旅鶴，浦噪驚鳧。前列牧馬，後招郇伯。諷誦楚詩，精微沛易。叢桂留賞，散金匪惜。不羨睢陽，還嗤碣石。馳聲終古，服義無斁。

廬

碑　後漢張超《靈帝河間舊廬碑》曰：赫赫在上，陶唐是承。繼德二祖，四宗是憑。上龜鑒乎羲農，中結軌乎夏商。元首既明，股肱惟良。乃因舊宇，福德所基。修飾經構，農隙得時。樹中天之雙闕，崇冠山之華堂。通樓閑道，丹階紫房。金窓鬱律，玉壁內璫。青蒲充庖，朱草棲箱。川魚踴躍，雲鳥舞翔。煌煌大漢，含德乾剛。體效日月，驗化陰陽。格于上下，震暢八荒。三光宣曜，四靈効祥。天其嘉享，豐年穰穰。騶虞奏樂，鹿鳴蕘觴。二

祝致告，福祿來將。永保萬國，南山無量。

道路

《楚辭》曰：心不怡之長久兮，憂與愁之相接。惟郢路之遼遠兮，江與夏之不可涉。

碑　陳徐陵《丹陽上庸路碑》曰：臣聞在天成象，咸池屬於五潢；在地成形，滄海環於四瀆。國險者固其金湯，儲蓄者因於轉漕。貨財為禮，專俟會通；厥田為上，皆資滲漉。大矣哉，坎德之為用也！是以握圖之主，財以利民；御斗之君，因之顯教。上哉少昊，初命水官，逖矣高陽，爰重冥職，舜為太尉，於是九澤載疏，禹作司空，然後百川咸導。開華山於高掌，鑿靈沼於周原，莫匪神功，皆由聖德。我大梁之受天明命，勞己濟民，有道稱皇，無為曰帝。若夫雲雷草創，剪商黜夏之勳，鑄寶鼎於昆吾，安能紀勒？陳鴻鐘於豐岳，豈議揄揚？斯固名言之所絕也。及乎膺斯寶運，大拯橫流，屈至道於汾陽，勞凝神於藐射。聖人作樂，簫韶備以九成。哲王盡禮春官，揔於三代，豈止金門桴竹，玉尺調鐘。公帶獻明堂之圖，匡衡建后土之議，若斯而已矣。天降丹鳥，既序《孝經》；河出應龍，乃弘《周易》。若夫固天將聖，垂意藝文；五色相宣，八音繁會，不移漏刻，纔命口占；御紙風飛，天章海溢。皆紫庭黃竹之詞。晨露卿雲之藻。漢之兩帝，徒有詠歌；魏之三祖，空云詩賦。以為彭老之教，終沒愛河；儒墨之宗，方離火宅。豈知五時八會之殊文，天上人中之妙典。雪山羅漢，爭造論門；鷲嶺名僧，俱傳經藏。香象之力，特所未勝；秋兔之毫，書而莫盡。忠信為寶，禳祈免於白駒；明德惟馨，山川舍於騂犢。至如月離金虎，泥染石牛；薈蔚朝興，滂沱晚注。而清蹕纔動，纖羅不搖；高閑將臨，油雲自闢。陽烏馭日，寧懼武賁之弓；飛雨蔽天，無待期門之箠；震維舉德，非曰尚年；若發居酆，猶莊在漢。濤如白馬，既礙廣陵之江；山曰金牛，用辨梅湖之路。專州典郡，青鳧赤馬之船；皇子天孫，鳴鳳飛龍之乘。莫不欣斯利涉，玩此脩渠。乍擁節而長歌，乃摛金而鳴籟。斯實曠世之奇功，無疆之鴻烈者也。銘曰：后王降德，于衆兆民。高文象緯，妙義幾神。業冠遷夏，功踰入秦。時惟大畜，象及同人。慧雨方霑，禪枝獨春。帝德惟厚，皇恩甚深。觀乎禹跡，見我堯心。

**《藝文類聚・產業・農田園圃蠶》**　賦　晉束晳《勸農賦》曰：惟百里之置吏，各區別而異曹。考治民之賤職，美莫當乎勸農。專一里之權，擅百家之勢。及至青幡禁乎游惰，田賦度乎頃畝。與奪在已，良薄浹口。受饒在於肥脯，得力在於美酒。若場功畢，租輸至，錄社長，召閭師。條牒所領，注列名諱。則雞豚爭下，壺榼橫至。遂乃定一以為十，拘五以為二。蓋由熱啖紆其腹，而杜康咥其胃。

田

詩　宋陶潛《雜詩》曰：種豆南山下，草盛豆苗稀。晨興理荒穢，帶月荷鋤歸。

梁劉孝綽《報王永興觀田詩》曰：重門寂已暮，案牘罷囂塵。輕涼生筍席，微風起扇輪。浮瓜聊可賓，溢酒亦成珍。復有寒泉井，兼以瑩心神。睠彼忘言客，閑居伊洛濱。顧已慚困地，徒知薑桂辛。但願崇明德，無謂德無鄰。

園

《詩》曰：樂彼之園。又曰：園有桃。又曰：無踰我園。又曰：遊于北園。

子建詩曰：清夜遊西園。

古詩曰：鬱鬱園中柳。

詩　晉陶潛《雜詩》曰：開荒南野際，守拙歸園田。方澤十餘畝，草屋八九間。餘竹蔭後檐，桃李羅堂前。結廬在人境，而無車馬喧。問君何能爾，心遠地自偏。採菊東籬下，悠然望南山。秋菊有佳色，裛露掇其英。汎此忘憂物，遠我達世情。

宋謝靈運《還舊園詩》曰：浮舟千仞壑，揔轡萬尋巔。流沫不足險，石牀豈為艱。夫子昭情素，探懷授佳篇。

宋謝莊《北宅祕園詩》曰：夕天霽晚氣，輕霞澄暮陰。微風清幽幌，餘日照青林。收光漸窗歇，窮園自荒深。綠池翻素景，秋槐響寒音。伊人儻同愛，絃酒共棲尋。

齊竟陵王《遊後園詩》曰：託性本禽魚，栖情閒物外。蘿徑轉連綿，松軒方杳藹。邱壑每淹留，風雲多賞會。

齊王儉《春日家園詩》曰：徙倚未云暮，陽光忽已收。羲和無停晷，壯士豈淹留。苒苒老將至，功名竟不修。稷契匡虞夏，伊呂翼商周。撫躬謝先哲，解紱歸山邱。

梁簡文帝《遊韋黃門園》詩曰：息車冠蓋里，停轡仲長園。簷疎遠興積，賓至羽觴繁。又《夜遊北園》詩曰：星芒侵嶺樹，月暈隱城樓。暗花舒不覺，明波動見流。又《臨後園》詩曰：隱淪遊少海，神仙入太華。我有逍遙趣，中園復可嘉。千株同落葉，百尺共尋霞。

梁元帝《遊後園》詩曰：暮春多淑氣，斜景落高舂。日照池光淺，雲歸山望濃。入林迷曲徑，度渚隔危峰。又《晚景遊後園》詩曰：高軒聊騁望，煥景入川梁。波橫山渡影，雨罷葉生光。日移花色異，風散水文長。

梁沈約《宿東園》詩曰：槿籬疎復密，荆扉新且故。樹頂鳴風飈，草根積霜露。驚麕去不息，征鳥時返顧。茅棟嘯愁鴟，平岡走寒兔。夕陰帶層阜，長煙引輕素。又《行園詩》曰：寒瓜方卧壠，秋菰亦滿陂。紫茄紛爛漫，綠芋鬱參差。初菘向堪把，時韭日離離。

賦　漢枚乘《梁王兔園賦》曰：脩竹檀欒，夾池水旋，兔園並馳道。鸇鶚鷂鵰，翡翠鴝鵒，巢枝穴藏。被塘臨谷，聲音相聞，啄尾離屬。於是晚春早夏，邯鄲襄國，相與雜沓而往款焉，高冠扁焉，長劍閑焉，左挾彈焉，右執鞭焉，日移樂衰遊觀西園。從容安步，鬬雞走兔，俛仰釣射，煎熬炰炙，極樂到暮。若夫采桑之婦，連袖方路。

齊謝朓《遊後園賦》曰：積芳兮選木，幽蘭兮翠竹；上蕪蕪兮陰景，下田田兮被谷；左蕙畹兮彌望，右芝原兮寫目；山霞起而削成，水積明以經復。於是敞風闥之藹藹，聳雲館之迢迢；周步檐以升降，對玉堂之泬寥。爾乃日栖榆柳，霞照夕陽，孤蟬已散，去鳥成行。惠氣湛兮帷殿肅，清陰起兮池館涼。

梁裴子野《遊華林園賦》曰：諒無庸於殿省，且棲遲而不事。譬籠鳥與池魚，本山川而有思。伊暇日而容與，時遨遊以蕩志。正殿則華光弘敞，重臺則景陽秀出。赫奕翬煥，陰臨鬱律；絕塵霧而上征，尋雲霞而蔽日；經增城而斜趣，有空巃之石室。在盛夏之方中，曾匪風而自慄。溪谷則沱潛泒別，峭峽則險難壁立。積峻竇溜闌干，草石苔蘚駮犖。叢攢既而登望，徙倚臨遠凴空。廣觀逖聽，靡有不通。

梁江淹《梁王兔園賦》曰：或重古輕今者。僕曰：何為其然哉？無知音則已矣，聊為古賦體，以奮枚叔之製云。於是金塘緬演，綠竹被坂，繚繞青翠，若近復遠。水鳥鴛鴦，鸍鴇鴻鴈，上飛衡陽，下宿沔漢，十十五五，忽合而復散。於是大夫之徒，稱詩而歸。春陽始曉，未華未稀，卒逢邯鄲之女，蕙色玉質，綺裳下見，錦衣上出。

周庾信《小園賦》曰：若夫一枝之上，巢父得安巢之所；一壺之中，壺公有容身之地。豈必連闥洞房，南陽樊重之第；綠墀青瑣，西漢王根之宅。余有數畝之廬，寂寞人外，聊以擬伏臘，聊以避風霜。雖復晏嬰近市，不求朝夕之利；潘岳面城，且適閑居之樂。爾乃窟宅徘徊，聊同鑿坏。琴號珠柱，書名玉杯；有棠梨而無館，足酸棗而非臺。猶得欹側八九丈，從斜數十步，榆柳三兩行，梨桃百餘樹。撥蒙密兮見窓，行欹側兮得路；蟬有翳兮不驚，雉無羅兮何懼。草樹混淆，枝格相交；山為簣覆，水有堂坳；崎嶇兮狹室，穿漏兮茅茨。檐直倚而妨帽，戶平行而礙眉。坐帳無鶴，支牀有龜；鳥多閑暇，花隨四時。心則歷陵枯木，髮則睢陽亂絲。一寸二寸之魚，三竿兩竿之竹；離披落格之藤，爛熳無叢之菊。落葉半牀，狂花滿屋；名為野人之家，是謂愚公之谷。誠偃息於茂林，乃久羨於抽簪；雖有門而常閉，實無水而恒沈；草無忘憂之意，花無長樂之心；鳥何事而逐酒，魚何情而聽琴。薄晚閑閨，老幼相攜，蓬頭王霸之子，椎髻梁鴻之妻。樹搔搔而風急，天慘慘而雲低；聚空倉而雀噪，驚懶婦而蟬啼。昔早濫於吹噓，藉文言之慶餘；門有通德，家藏賜書。遂乃山崩川竭，氷碎瓦裂。關山則風月悽愴，隴水則肝腸斷絕；百齡兮倏忽，菁華兮已晚。不雪鴈門之踦，先念鴻陵之遠。非淮海兮可變，非金丹兮能轉。不曝骨兮龍門，終低頭兮馬阪。

頌　晉潘尼《後園頌》曰：茫茫在昔，悠悠結繩。太樸未散，玄化霑凝。羲皇繼踵，三代相承。五德更王，文質迭興。天命匪諶，祐謙輔信。乃眷我皇，光有大晉。應期納祚，天人是順。和氣四充，惠澤旁潤。神祇告祥，四靈效質。遊龍升雲，儀鳳翳日。甘露晨流，醴泉湧溢。華夏既寧，八荒靜謐。人亦有言，吾何以休。乃延卿士，從皇以遊。長筵遠布，廣幕四周。嘉肴惟芳，旨酒思柔。巖巖峻岳，湯湯玄流。翔鳥鼓翼，游魚載浮。明明天子，肅肅庶官。文士濟濟，武夫桓桓。講藝華林，肄射後園。威儀既具，弓矢斯閑。恂恂謙德，穆穆聖顏。賜以宴飲，詔以話言。黍稷既登，貨財既豐。仁風潛運，皇化彌隆。征夫釋甲，戰士罷戎。遐夷慕義，絕域望風。無或慢易，在始慮終；無或安逸，在盈思沖。

引　謝莊《懷園引》曰：鴻飛從萬里，飛飛河岱起。辛勤越霜露，聯翩溯江汜。去舊國，違舊鄉，舊海悠且長。迴首瞻東路，延翮向秋方。登楚都，

入楚關，楚地蕭瑟楚山寒。歲去冰未已，春來鴈不還。風肅幌兮露濡庭，漢水初綠柳葉青，朱光靄靄雲英英，離禽喈喈又晨鳴；菊有秀兮松有貌，憂來年去容髮衰。流陰逝景不可追，臨堂危坐悵欲悲。試託意兮向芳蓀，心綿綿兮屬荒樊；想綠蘋兮既冒沼，念幽蘭兮已盈園。夭桃晨暮發，春鶯旦夕喧。青苔蕪石路，宿草塞蓬門。

詠　晉湛方生《遊園詠》曰：諒茲境之可懷，究川阜之奇勢。水窮清以澈鑒，山鄰天而無際。乘初霽之新景，登北館以悠矚。對荊門之孤阜，傍漁陽之秀岳。乘夕陽而含詠，杖輕策以行遊。襲秋蘭之流芬，幔長猗之森修。任緩步以升降，歷丘墟而四周。智無涯而難恬，性有方而易適。差一豪而遽乖，徒理存而事隔。故羈馬思其華林。籠雉想其皋澤。矧流客之歸思，豈可忘於疇昔。

啟　梁張纘《謝東宮賚園啟》曰：性愛山泉，頗樂閑曠，雖復伏膺堯門，情存魏闕。至於一丘一壑，自謂出處無辨。常願卜居幽僻，屏避喧塵，傍山臨流，面郊負郭，依林結宇，憩桃李之夏陰，對徑開軒，採橘柚之秋實。而王畿陸海，畝號一金；涇渭土膏，豪傑所競。徙居好時，必待使越之裝；別館河陽，亦資牧荊之富。此園左帶平湖，修陂千頃；右臨長薄，清潭百仞；前逼逸陌，朝夕爽塏；後望鍾阜，表裏煙霞。每賸春迎夏，華卉競發，背秋向冬，雲物澄霽；歸瞰戶牖，不異登臨，升降階墀，已窮歷覽。舟楫所屆，累日不能究其源；魚鳥之豐，山澤不能喻其美。

圃

《毛詩》曰：九月築場圃。又曰：折柳樊圃。

《楚辭》曰：忽死蘭圃，楚有蕙圃。

詩　梁庾肩吾《從皇太子出玄圃》詩曰：春光起麗譙，屣履步山椒。閣影臨飛蓋，鳷鳴入洞簫。水還登故渚，樹長蔭前橋。綠荷生倚葉，丹藤上細苗。顧循慚振藻，何用擬瓊瑤。

銘　陳江總《玄圃石室銘》曰：儼嚴石檝，儻宇石牆。地云正域，道示修羊。紫煙碧露，絳雪玄霜。廣成不踐，王烈未翔。移華甲觀，徙搆震方。遠跨飛梁，俛臨倒景。瓊蓯珠樹，金階玉井。映日分暉，搖風共影。岫濃翠合，林虛桂靜。朔去偷桃，董來貨杏。檐非刻削，戶恣登臨。迎春花近，避暑涼深，秋雲卷闇，冬霰停陰。桐棲鳳采，竹化龍吟，輕飛亂色，激溜成音。天縱儲睿，生知作兩。弦誦餘隙，仁智為賞。河曲停遊，洛濱息往。祥梨吐秀，瑞鷰流響。一物或鐫，萬國斯仰。

蠶

賦　晉楊泉《蠶賦》曰：惟陰陽之產物，氣陶化而播流。物受氣而含生，皆纏綿而自周。伊夫蠶之為物，功巨大而弘優；成天子之袞冕，著皇后之盛服；昭五色之玄黃，作四時之單複。是以王者貴此功焉，使皇后命三宮之夫人及世婦之吉者，親桑于北官。二月初吉，遂布令於天下，百辟兆民，使咸務焉。是以仲春之月，吉日庚午，既差我馬，惟蠶之祖；編使童男，作以童女；溫室既調，蠶母入處；陳布況種，柔和得所。晞用清明，浴用穀雨；爰求柔桑，切若細縷；起止得時，燥濕是候；逍遙偃仰，進止自如；仰似龍騰，伏似虎趺；員身方腹，列足雙俱；昏明相推，日時不居。粵召役夫，築室于房；于房伊何，在庭之東；東受日景，西望餘陽；既酌以酒，又挹以漿；壺飧在側，敷修在旁，我鄰我黨，我助我康。於是乎，蠶事畢矣！大務時成，閣紆卷薄；灑掃宮庭，蠶母須飾，從容自寧。至于再宿三日，乃開闔啟房，是瞻是觀。方者四張，員者紆盤；縱者相屬，橫者交連。分薪柴而解著，繭絲互而相攀；競以筐攫，載笑載言；惰者悅而忘懈，劣者勉以增勤。是月也，天子以太牢之禮，獻繭于寢廟，皇后親繅三盆，然後頒於夫人世婦。至于百辟卿士，下及兆民，咸趨繅事。爾乃絲如凝膏，其白伊雪，以為衣裳，冠冕服飾，禮神納賓，各有分職，以洽百禮，罔不斯服。夫功也起於綿，綿成於翼，翼頌之難，周論之罔極，殷斯勤斯，如何勿憶。

織

《毛詩》曰：跂彼織女，終日七襄，雖則七襄，不成報章。

詩　古詩曰：迢迢牽牛星，皎皎河漢女。纖纖擢素手，札札弄機杼。

梁簡文帝《詠中婦織流黃詩》曰：翻花滿階砌，愁人獨上機。浮雲西北起，孔雀東南飛。調絲時繞腕，易蹋乍牽衣。鳴梭逐動釧，紅粧映落暉。

梁劉孝威《在郡縣遇見人寄織婦》詩曰：妖姬含怨情，織素起秋聲。度梭環玉動，踏蹋佩珠鳴。經稀疑杼澁，緯斷恨絲輕。蒲萄始欲罷，鴛鴦猶未成。雲棟共徘徊，紗窓相向開。窓疎眉語度，紗輕眼笑來。曨曨隔淺沙，的的見粧華。鏤玉同心藕，雜寶連枝花。紅巾向後結，金簪臨鬢斜。機頂挂

流蘇，機傍垂結珠。青絲引伏兔，黃金繞轆轤。艷采裙邊出，芳脂口上渝。百城交問遺，五馬共踟躕。直為閨中人，守故不要新。夢啼漬花枕，覺淚濕羅巾。獨眠真自難，重衾猶覺寒。逾憶凝脂緩，彌想橫塵歡。行驅金絡騎，歸就城南端。南端稍有期，想子亦勞思。羅襦久應罷，花釵堪更治。新粧不點黛，余還自畫眉。

陳徐陵《詠織婦》詩曰：織織運玉指，脈脈正蛾眉。振躡開交縷，停梭續斷絲。簷前初月照，洞戶朱帷垂。弄機行掩淚，彌令織素遲。

陳蕭銓《賦婀娜當軒織》詩曰：東南初日照秦樓，西北織婦正嬌羞。綺窓猶垂翡翠幌，珠簾半上珊瑚鉤。新粧入機映春牖，弄杼鳴梭挑纖手。何曾織素讓新人，不掩流蘇推中婦。三日五匹未言遲，衫長腕弱繞輕絲。綾中轉躡成離鵠，錦上迴文作別詩。不惜紈素同霜雪，更傷秋扇篋中辭。

賦　後漢王逸《機婦》曰：帝軒龍躍，庶業是昌。俯覃聖思，仰覽三光。爰制布帛，始垂衣裳。於是取衡山之孤桐，南岳之洪樟，結靈根於盤石，託九層於巖傍。性條暢以端直，貫雲表而剋良。儀鳳晨鳴翔其上，怪獸群萃而陸梁。於是乃命匠人，潛江奮驤，踰五嶺，越九岡，斬伐剖析，擬度短長，勝復迴轉，剋像乾形，大匡淡泊，擬則川平，光為日月，蓋取昭明。三軸列布，上法合星，兩驥齊首，儼若將征，方圓綺錯，微妙窮奇，蟲禽品獸，物有其宜，兔耳跲伏，若安若危，猛犬相守，竄身匿蹄，高樓雙峙，下臨清池，遊魚銜餌，瀺灂其陂，鹿盧竝起，纖繳俱垂，一往一來，匪勞匪疲。於是暮春代謝，朱明達時，蠶人告訖。舍罷獻絲，或黃或白，蜜蠟凝脂，纖纖靜女，經之絡之，爾乃窈窕淑媛，美色貞怡。解鳴珮，釋羅衣，披華幕，登神機，乘輕杼，覽牀帷，動搖多容，俯仰生姿。

晉楊泉《織機賦》曰：伊百工之為技，莫機巧之最長，似人君之列位，象百官之設張。立匡郭之制度，如城隔之員方，應萬機以布錯，實變態之有章。是以孟秋之月，首殺庶物，工民呈材，取彼椅梓，貞幹脩枝，名匠騁工，美乎利器，心暢體通。膚合理同，規矩盡法，因事作容，好無不媚，事無不供。於是乎女工就，素絲輕，貫綜紀，簡姦清。織女揚翬，美乎如芒，麗姿妍雅，動有令光，足閑蹈躡，手習檻匡，節奏相應，五聲激揚，濁者含宮，清者應商，和聲成柔，慷慨成剛，屈申舒縮，沈浮抑揚，開以厭間，闔以高梁，進以懸魚，退以俠彊，氣變相應，陰感乎陽，僶俛不及，進卻頡頏。事物之宜，法天之常，既合利用，得道之方。

鍼

賦　楚荀況《鍼賦》曰：有物於此，生於山阜，處於室堂，無知無功，善治衣裳，不盜不竊，穿窬而行，日夜合離，以成文章，已能合從，又善連橫，下覆百姓，上飾帝王。

漢曹大家《鍼縷賦》曰：鎔秋金之剛精，形微妙而直端。性通遠而漸進，博庶物而一貫。惟鍼縷之列跡，信廣博而無原。退逶迤以補過，似素絲之羔羊。何斗筲之足箄，咸勒石而升堂。

市

詩　梁庾肩吾《看放市》詩曰：旗亭出御道，游目暫迴車。既非隨舞鶴，聊自入看書。懸罏識季主，牓酒見相如。日中人已合，黃昏故未疎。

陳張正見《賦得日中市朝滿》詩曰：雲閣綺霞生，旗亭麗日明。塵飛三市路，蓋入九重城。竹葉當壚滿，桃花帶綬輕。唯見爭名利，安知大隱情。

**《遵生八箋・起居安樂箋下》**　序古名遊

陶弘景曰：山川之美，自古共談。高峰入雲，清流見底，兩岸石壁，五色交輝，青林翠竹，四時備美。曉霧將歇，猿鳥亂鳴，夕日欲頹，沉鯉競躍。實為欲界之仙都，自康樂以來，未有語其奇者。

羊祜樂山水，每風景佳日，必登峴山，嘯詠終日。常語從事曰：自有宇宙，便有此山，由來賢達勝士，登此遠望，如我與卿者多矣，皆湮沒無聞，使人悲傷。如百歲後有知，魂魄猶應登此。

劉歊隱居求志，尤愛山水，登危履險，必盡幽遐，人莫能及。人皆嘆其有濟勝之具。

李白登華山落雁峰，曰：此山最高，呼吸之氣，想通帝座，恨不攜謝朓驚人詩來，搔首問青天耳。

象耳山有李白留題，曰：夜來月下臥醒，花影零亂，滿人襟袖，疑如濯魄於冰壺中也。

柳子厚曰：上高山，入深林，窮回溪，幽泉怪石，無遠不到。到則披草而坐，傾壺而醉。醉則更相枕以卧，意有所極，夢亦同趣。

張衡賦曰：仲春令月，時和氣清，原隰鬱茂，百草滋榮。王睢鼓翼，倉庚哀鳴，交頸頡頏，關關嚶嚶。於焉逍遙，聊以娛情。于時曜靈俄景，繼以望

舒，極盤遊之至樂，雖日夕以亡劬。

簡文《入華林園》曰：會心處不必在遠，翳然林泉，便自有濠濮間想也。不覺鳥獸禽魚，自來親人。

東坡曰：江山風月，本無常主，閒者便是主人。

王摩詰《夜登華子岡》，輞水漣漪，與月上下，他山遠火明滅。林外深巷，寒犬吠聲如豹。村墟夜舂，復與疎鐘相間。此時獨坐，童僕靜默。每思曩昔，攜手賦詩，當待春仲，卉木萋發，輕鯈出水，白鷗矯翼，露濕青皐，麥雉朝雊，倘能從我游乎？

韓持國為守，每春到，常日設十客之具於西湖，事委僚吏，即造湖上。有士大夫過即邀之，座滿九客而止，即與樂飲終日。曾存之問曰：無乃有不得已者乎？公曰：汝少年安知，吾老矣，未知復有幾春？若待可與飲者而後從之，吾之為樂無幾，而春亦不吾待矣。

臞仙曰：江上一蓑，釣為樂事，釣用輪竿，竿用紫竹，輪不欲大，竿不宜長，但絲長則可釣耳。豫章有叢竹，其節長又直，為竿最佳。竿長七八尺，敲針作鉤，所謂：一鉤掣動滄浪月，釣出千秋萬古心。是樂志也，意不在魚。或於紅蓼灘頭，或在青林古岸，或值西風撲面，或教飛雪打頭，於是披蓑頂笠，執竿煙水，儼在米芾《寒江獨釣圖》中。比之嚴陵渭水，不亦高哉！

又曰：河內置一小舟，繫於柳根陰處。時乎閒暇，執竿把釣，放乎中流，可謂樂志於水。或於雪霽月明，桃紅柳媚之時，放舟當溜，吹簫笛以動天籟，使孤鶴乘風唳空。或扣舷而歌，飽飡風月，回舟返棹，歸卧松牕，逍遙一世之情，何其樂也！

許掾好游山水，體便登陟。人云許非徒有勝情，實有濟勝之具。

王子敬云：從山陰道上行，山川自相映發，使人應接不暇。若秋冬之際，尤難為懷。

《澄懷錄》云：每遇勝日，有好懷抱，袖手吟古人詩足矣。青山秀水，眼到即可舒嘯，何必居籬落下，後為己物。

又曰：每登高岡，步邃谷，延留燕坐，見懸崖瀑流，古木垂蘿，閣閒岑寂之處，終日忘返。

《勉經堂志》曰：登高山，下觀城市如蟻垤，不知其間幾許人往來奔走，如蜂釀蜜，如蠅爭血，從高望之，真可一笑。山之高於城市能幾何？已自如此，況真仙在太虛中，下視塵土，又何翅蟻垤乎哉？

謝皐羽曰：天地間雲嵐木石，崇丘絕壑，足以發奇潛老，多人跡所不到。故人之靜者，得與世相忘，而自樂其樂，恒專己而不讓，至鶉衣蒙垢，土面蓬首，獨甘心焉。

越人王冕，當天大雪，赤腳上潛岳峰，四顧大呼曰：遍天地皆白玉合成，使人心膽澄徹，便當仙去。

高子游說

高子曰：時值春陽，柔風和景，芳樹鳴禽，邀朋郊外踏青，載酒湖頭泛棹。問柳尋花，聽鳥鳴於茂林；看山弄水，修禊事於曲水。香堤艷賞，紫陌醉眠。杖錢沽酒，陶然浴沂舞風；裀草坐花，酣矣行歌踏月。喜鸂鶒之睡沙，羨鷗鳧之浴浪。夕陽在山，飲興未足，春風滿座，不醉無歸。此皆春朝樂事，將謂閒學少年時乎？夏月則披襟散髮，白眼長歌，坐快松楸綠陰，舟泛芰荷清馥，賓主兩忘，形骸無我。碧筒致爽，雪藕生涼。喧畢避俗，水亭一枕來薰；疎懶宜人，山閣千峰送雨。白眼徜徉，幽歡絕俗，蕭騷流暢，此樂何多？秋則憑高舒嘯，臨水賦詩，酒泛黃花，饌供紫蠏。停車楓樹林中，醉卧白雲堆裏。登樓詠月，飄然元亮高閒；落帽吟風，不減孟嘉曠達。觀濤江渚，興奔雪浪雲濤。聽雁汀沙，思入蘆花夜月。蕭騷野趣，爽朗襟期，較之他時，似更閒雅。冬月則杖藜曝背，觀禾刈於東疇；策蹇沖寒，探梅開於南陌。雪則服驚飛玉，取醉村醪；霽則足躡層冰，騰吟僧閣。泛舟載月，興到剡溪，醉榻眠雲，夢寒玄圃，何如湖上一蓑，可了人間萬事。四時游冶，一歲韶華，毋令過眼成空，當自偷閒尋樂。已矣乎！吾生幾何？胡為哉每懷不足？達者悟言，于斯有感。山人游具，聊備如左。

**《昆明大觀樓長聯》**　五百里滇池，奔來眼底。披襟岸幘，喜茫茫空闊無邊！看，東驤神駿，西翥靈儀，北走蜿蜒，南翔縞素。高人韻士，何妨選勝登臨。趁蟹嶼螺洲，梳裹就風鬟霧鬢，更蘋天葦地，點綴些翠羽丹霞。莫孤負：四圍香稻，萬頃晴沙，九夏芙蓉，三春楊柳。（昆明孫髯翁先舊句。）

數千年往事，注到心頭。把酒凌虛，歎滾滾英雄誰在？想漢習樓船，唐標鐵柱，宋揮玉斧，元跨革囊。偉烈豐功，費盡移山心力。儘珠簾畫棟，卷不及暮雨朝雲，便斷碣殘碑，都付與蒼煙落照。只贏得：幾杵疎鐘，半江漁火，兩行秋雁，一枕清霜。光緒十四年戊子春正月二日西林岑毓英重立。

# 環境衛生總部

## 天時地理部

### 題解

**《尚書・周官》** 司空掌邦土，居四民，時地利。

**《周易大傳・乾》** 先天而天弗違，後天而奉天時。

**又** 大哉乾元，萬物資始，乃統天。雲行雨施，品物流形，大明終始，六位時成，時乘六龍以御天。乾道變化，各正性命。

**《孟子・公孫丑》** 天時不如地利，地利不如人和。

**《荀子・王霸》** 農夫樸，力而寡能，則上不失天時，下不失地利，而百事不廢。

**《呂氏春秋・盡數》** 天生陰陽、寒暑、燥湿、四時之化，萬物之變，莫不為利，莫不為害。聖人察陰陽之宜，辨萬物之利以便生，故精神安乎形，而年壽得長焉。長也者，非短而續之也，畢其數也。畢數之務，在乎去害。何謂去害？大甘、大酸、大苦、大辛、大鹹，五者充形，則生害矣。大喜、大怒、大憂、大恐、大哀，五者接神，則生害矣。大寒、大热、大燥、大溼、大風、大霖、大霧，七者動精，則生害矣。故凡養生，莫如知本，知本則疾無由至矣。

**《鶡冠子・王鐵》** 天者，誠其日德也。日誠出誠入，南北有極。故莫弗以為法則。天者，信其月刑也。月信死信生，終則有始。故莫弗以為政。天者，明星其稽也。列星不亂，各以序行。故小大莫弗以章。天者，因時其則也，四時當名，代而不干，故莫弗以為必然。天者，一法其同也。前後左右，古今自如，故莫弗以為常。

**《春秋繁露・四時之副》** 天有十端，天、地、陰、陽、水、土、金、木、火、人。凡十端。天亦〔有〕喜怒之氣，哀樂之心，與人相副，以類合之，天人一也。

**《春秋繁露・如天之為》** 天地之間，有陰陽之氣，常漸人者，若水常漸魚也。所以異於水者，可見與不可見耳。其澹澹一也。然則人之居天地之間，其猶魚之離水一也。

**《春秋元命苞》** 地者，易也。言養物懷任，交易變化，含吐應節。故其立字土，力於乙者為地。

地所以右轉者，氣濁精少，含陰而起遲。故轉右迎天佐其道。

**《物理論》** 天者，君也。夫地有形而天無體，譬如灰焉，煙在上，灰在下也。渾天説天，言天如車輪，而日月但從上過，夜從下過，故得出卯入酉，或以斗極難之。

北極，天之中，陽氣之北極也。極南為太陽，極北為太陰。太陽則能照，故為昏明寒暑之極也。

日者，太陽之精也，夏則陽盛陰衰，故晝長夜短。冬則陰盛陽衰，故晝短夜長，氣之引也。行陰陽之道長，故出入卯酉之北，行陰陽之道短，故出入卯酉之南，春秋陰陽等，故日行中平，晝夜等也。

地者，底也。陰體下著也。地者，卦曰坤，其德曰母。其神曰祇，亦曰媼，大而名之曰黃地祇，小而名之曰神州，亦曰后土。其神曰祇，祇，成也。百生萬物備成也。其卦為坤，其德曰母。地形有高下，氣有剛柔，物有巨細，味有甘苦，鎮之以五嶽，積之以邱陵，播之以四瀆，流之以四川，蓋氣自然之體也。地發黃泉，周伏迴轉，以生萬物。地者，天之根本也。形西北高而東南下，東西長，南北短，其盡四海者也。

**《本朝政要策・天時》** 察天時以授民，則萬象不可不謹也。

**《瘍醫大全・論五運六氣》** 五運者，金、木、水、火、土也。六氣者，風、寒、暑、濕、燥、火也。天干取運，地支取氣，天干有十，配合則為五運，地支十二，對沖則為六氣；天氣始於甲，地氣始於子，天地相合，則為甲子；天氣終於癸，地氣終於亥，天地相合，則為癸亥。陰陽相間，剛柔相須，是以甲子之後，乙丑繼之，壬戌之後，癸亥繼之，三十年為一紀，六十年為一週。有主運焉，有客運焉，有主氣焉，有客氣焉，主運主氣，萬古而不易。客運客氣，每歲而迭遷。自天地、兄弟次序而言之，甲乙東方木也，丙丁南方火也，戊己中央土也，庚辛西方金也，壬癸北方水也。

## 論說

**《關尹子・四符篇》**　物而駕八荒，是道也，能見精神而人生，能忘精神而超生。吸氣以養精，如金生水。吸風以養神，如木生火，所以假外以延精神。漱水以養精，精之所以不窮；摩火以養神，神之所以不窮，所以假內以延精神。若夫忘精神，而超生者，吾嘗言之矣。

**《文子・自然》**　老子曰：清虛者，天之明也。無為者，治之常也。去恩惠，舍聖智，外賢能，廢仁義，滅事故，棄佞辯，禁姦偽，則賢不肖者齊於道矣。靜則同，虛則通。至德無為，萬物皆容。虛靜之道，天長地久，神微周盈，於物無宰。十二月運行，周而復始。金木水火土，其勢相害，其道相待。故至寒傷物，無寒不可；至暑傷物，無暑不可。故可與不可皆可。是以大道無所不可，可在其理，見可不趨，見不可不去，可與不可，相為左右，相為表裏。凡事之要，必從一始，時為之紀，自古及今，未嘗變易，謂之天理。上執大明，下用其光。道生萬物，理於陰陽，化為四時，分為五行，各得其所。與時往來，法度有常，下及無能，上道不傾，羣臣一意。天地之道，無為而備，無求而得，是以知其無為而有益也。

老子曰：樸至大者無形狀，道至大者無度量。故天圓不中規，地方不中矩。往古來今謂之宙，四方上下謂之宇，道在其中而莫知其所。故見不遠者不可與言大，知不博者不可與論至。夫稟道與物通者，無以相非。故三皇五帝，法籍殊方，其得民心一也。若夫規矩勾繩，巧之具也，而非所以為巧也。故無絃雖師文不能成其曲，徒絃則不能獨悲；故絃，悲之具也，非所以為悲也。至于神和，遊於心手之間，放意寫神，論變而形於絃者，父不能以教子，子亦不能受之於父，此不傳之道也。故蕭條者形之君也，而寂寞者，音之主也。

老子曰：天地之道，以德為主。道為之命，物以自正。至微其內，不以事貴。故不待功而立，不以位為尊，不待名而顯，不須禮而莊，不用兵而強。故道立而不教，明照而不察。道立而不教者，不奪人能也。明照而不察者，不害其事也。夫教道者，逆於德，害於物。故陰陽四時，金木水火土，同道而異理，萬物同情而異形，智者不相教，能者不相受。故聖人立法以導民之心，各使自然，故生者無德，死者無怨，天地不仁，以萬物為芻狗。聖人不仁，以百姓為芻狗。夫慈愛仁義者，近狹之道也。狹者，入大而迷。近者，行遠而惑。聖人之道，入大不迷，行遠不惑，常虛自守，可以為極，是謂天德。

老子曰：聖人天覆地載，日月照臨，陰陽和，四時化，懷萬物而不同，無故無新，無疎無親，故能法天者，天不一時，地不一材，人不一事，故緒業多端，趨行多方。故用兵者，或輕或重，或貪或廉，四者相反，不可一也。輕者欲發，重者欲止，貪者欲取，廉者不利非其有也。故勇者可令進鬬，不可令持堅；重者可令固守，不可令凌敵；貪者可令攻取，不可令分財；廉者可令守分，不可令進取；信者可令持約，不可令應變。五者，聖人兼用而材使之。夫天地不懷一物，陰陽不產一類。江海不讓水潦以成其大，山林不讓枉橈以成其崇，聖人不辭其負薪之言以廣其名。夫守一隅而遺萬方，取一物而棄其餘，則所得者寡，而所治者淺矣。

老子曰：天之所覆，地之所載，日月之所照，形殊性異，各有所安。樂所以為樂者，乃所以為悲也；安所比為安者，乃所以為危也。故聖人之牧民也，使各便其性，安其居，處其宜，為其所能，周其所適，施其所宜。如此，即萬物一齊，無由相過。天下之物，無貴無賤，因其所貴而貴之，物無不貴；因其所賤而賤之，物無不賤。故不尚賢者，言不放魚於木，不沈鳥於淵。昔堯之治天下也，舜為司徒，契為司馬，禹為司空，后稷為田疇，奚仲為工師。其導民也，水處者漁，林處者採，谷處者牧，陵處者田。地宜其事，事宜其械，械宜其材，皐澤織網，陵阪耕田。如是則民得以所有易所無，以所工易所拙。是以離叛者寡，聽從者衆，若風之過蕭，忽然而感之，各以清濁應物。莫不就其所利，避其所害。是以鄰國相望，雞犬之音相聞，而足跡不接於諸侯之境，車軌不結於千里之外，皆安其居也。故亂國若盛，治國若虛，亡國若不足，存國若有餘。虛者，非無人也，各守其職也。盛者，非多人也，皆徼於末也。有餘者，非多財也，欲節而事寡也。不足者，非無貨也，民鮮而費多也。故先王之法，非所作也，所因也；其禁誅，非所為也，所守也，上德之道也。

老子曰：以道治天下，非易人性也，因其所有而條暢之。故因即大，作即小。古之瀆水者，因水之流也；生稼者，因地之宜也；征伐者，因民之欲也。能因，則無敵於天下矣。物必有自然，而後人事有治也。故先王之制

法，因民之性而為之節文，無其性，不可使順教；有其性，無其資，不可使遵道。人之性，有仁義之資，其非聖人為之法度，不可使向方。因其所惡以禁奸，故刑罰不用，威行如神。因其性，即天下聽從；怫其性，即法度張而不用。道德者，則功名之本也，民之所懷也。民懷之，則功名立。古之善為君者，法江海。江海無為以成其大，窓下以成其廣，故能長久。為天下谿谷，其德乃足。無為，故能取百川；不求，故能得；不行，故能至。是以取天下而無事。不自貴故富，不自見故明，不自矜故長，處不有之地，故為天下王。不爭，故莫能與之爭。終不為大，故能成其大。江海近於道，故能長久，與天地相保。王公修道則功成而不有，不有即強固，強固而不以暴人，道深即德深，德深即功名遂成，此謂玄德。深矣遠矣，其與物反矣。天下有始，莫知其理，唯聖人能知所以。非雄非雌，非牝非牡，生而不死，天地以成，陰陽以形，萬物以生。故陰與陽，有圓有方，有短有長，有存有亡，道為之命。幽沉而無事，於心甚微，於道甚當，死生同理，萬物變化，合於一道。簡生忘死，何往不壽？去事與言，慎無為也。守道周密，于物不宰，至微無形，天地之始。萬物同於道而殊形，至微無物，故能周恤。至大無外，故為萬物蓋；至細無內，故為萬物貴。道以存生，德以安形。至道之度，去好去惡，無有知故，易意和心，無以道迆。夫天地專而為一，分而為二，反而合之，上下不失；專而為一，分而為五，反而合之，必中規矩。夫道至親不可疎，至近不可遠，求之遠者，往而復反。

**《荀子・天論》**　天行有常，不為堯存，不為桀亡，應之以治則吉，應之以亂則凶。彊本而節用，則天不能貧；養備而動時，則天不能病；脩道而不貳，則天不能禍。故水旱不能使之飢渴，寒暑不能使之疾，祆怪不能使之凶。本荒而用侈，則天不能使之富，養略而動罕，則天不能使之全，倍道而妄行，則天不能使之吉。故水旱未至而飢渴，寒暑未薄而疾，祆怪未至而凶，受時與治世同，而殃禍與治世異，不可以怨天，其道然也。故明於天人之分，則可謂至人矣。不為而成，不求而得，夫是之謂天職。如是者，雖深其人不加慮焉，雖大不加能焉，雖精不加察焉，夫是之謂不與天爭職。天有其時，地有其財，人有其治，夫是之謂能參。舍其所以參而願，其所參則惑矣。列星隨旋，日月遞炤，四時代御，陰陽大化，風雨博施，萬物各得其和以生，各得其養以成，不見其事而見其功，夫是之謂神。皆知其所以成，莫知其無形，夫是之謂天。唯聖人為不求知天，天職既立，天功既成，形具而神生，好惡喜怒哀樂藏焉，夫是之謂天情。耳目鼻口形能各有接而不相能也，夫是之謂天官。心居中虛以治五官，夫是之謂天君。財非其類，以養其類，夫是之謂天養。順其類者謂之福，逆其類者謂之禍，夫是之謂天政。暗其天君，亂其天官，棄其天養，逆其天政，背其天情，以喪天功，夫是之謂大凶。聖人清其天君，正其天官，備其天養，順其天政，養其天情，以全其天功，如是則知其所為，知其所不為矣，則天地官而萬物役矣。其行曲治，其養曲適，其生不傷，夫是之謂知天。故大巧在所不為，大智在所不慮，所志於天者已，其見象之可以期者矣。所志於地者已，其見宜之可以息者矣。所志於四時者已，其見數之可以事者矣。所志於陰陽者已，其見知之可以治者矣。官人守天，而自為守道也。治亂天耶？曰：日月星辰瑞歷，是禹桀之所同也。禹以治，桀以亂，治亂非天也，時耶！曰：繁啟蕃長於春夏，畜積收臧於秋冬，是又禹桀之所同也。禹以治，桀以亂，治亂非時也地耶！曰：得地則生，失地則死，是又禹桀之所同也。禹以治，桀以亂，治亂非地也。《詩》曰：天作高山，大王荒之。彼作矣，文王康之。此之謂也。天不為人之惡寒也輟冬。地不為人之惡遼遠也而輟廣。君子不為小人之匈匈也而輟行，天有常道矣，地有常數矣，君子有常體矣。君子道其常，小人計其功，詩曰何恤人之言兮，此之謂也。楚王後車千乘，非知也，君子啜菽飲水，非愚也，是節然也。若夫心意脩，德行厚，知慮明，生於今而志乎古，則是其在我者也。故君子敬其在己者，而不慕其在天者；小人錯其在己者，而慕其在天者。君子敬其在己者，而不慕其在天者，是以日進也。小人錯其在己者，而慕其在天者，是以日退也。故君子之所以日進，與小人之所以日退一也。君子小人之所以相懸者，在此耳。星墜木鳴，國人皆恐，曰：是何也？曰：無何也。是天地之變，陰陽之化，物之罕至者也。怪之可也，畏之非也。夫日月之有蝕，風雨之不時，怪星之黨見，是無世而不常有之，上明而政平，則是雖並世起無傷也。上闇而政險，則是雖無一至者無益也。夫星之墜，木之鳴，是天地之變，陰陽之化，物之罕至者也。怪之可也，畏之非也。物之已至者，人祆則可畏也。楛耕傷稼，耘耨失歲，政險失民，田稼歲惡，糴貴民飢，道路有死人，夫是之謂人祆。政令不明，舉錯不時，本事不理，夫是之謂人祆。禮義不脩，內外無別，男女淫亂，則父子相疑，上下乖離，寇難並至，夫是之謂人祆。祆是生於亂，三者錯，無安國。其

說甚邇，其蓄甚慘，勉力不時，則牛馬相生，六畜作祆，可怪也，而不可畏也。傳曰：萬物之怪，書不說，無用之辯，不急之察，棄而不治。若夫君臣之義，父子之親，夫婦之別，則日切磋而不舍也。雩而雨何也？曰：無何也，猶不雩而雨也。日月食而救之，天旱而雩，卜筮而後決大事，非以為得求也，以文之也。故君子以為文，而百姓以為神，以為文則吉，以為神則凶。在天者莫明於日月，在地者莫明於水火，在物者莫明於珠玉，在人者莫明於禮義，故日月不高，則光輝不赫；水火不積，則煇潤不博；珠玉不睹乎外，則王公不以為寶；禮義不加於國家，則功名不白。故人之命在天，國之命在禮。君人者，隆禮尊賢而王，重法愛民而霸，好利多詐而危，權謀傾覆，幽險而盡亡矣。大天而思之，孰與物畜而制之，從天而頌之，孰與制天命而用之，望時而待之，孰與應時而使之。因物而多之，孰與騁能而化之，思物而物之，孰與理物而勿失之也。願於物之所以生，孰與有物之所以成，故錯人而思天，則失萬物之情。百王之無變，足以為道貫。一廢一起，應之以貫，理貫不亂，不知貫，不知應變。貫之大體，未嘗亡也。亂生其差，治盡其詳。故道之所善，中則可從，畸則不可為，匿則大惑。水行者表深，表不明則陷。治民者表道，表不明則亂。禮者，表也。非禮，昏世也，昏世，大亂也。故道無不明，外內異表，隱顯有常，民陷乃去。萬物為道一偏，一物為萬物一偏，愚者為一物一偏，而自以為知道，無知也。慎子有見於後，無見於先。老子有見於詘，無見於信。墨子有見於齊，無見於畸。宋子有見於少，無見於多。有後而無先，則群衆無門。有詘而無信，則貴賤不分。有齊而無畸，則政令不施。有少而無多，則群衆不化。《書》曰：無有作好，遵王之道。無有作惡，遵王之路。此之謂也。

**《素問・金匱真言論》**　黃帝問曰：天有八風，經有五風，何謂？岐伯對曰：八風發邪，以為經風，觸五藏，邪氣發病。所謂得四時之勝者，春勝長夏，長夏勝冬，冬勝夏，夏勝秋，秋勝春，所謂四時之勝也。

東風生於春，病在肝，俞在頸項；南風生於夏，病在心，俞在胷脇；西風生於秋，病在肺，俞在肩背；北風生於冬，病在腎，俞在腰股；中央為土，病在脾，俞在脊。故春氣者病在頭，夏氣者病在藏，秋氣者病在肩背，冬氣者病在四支。故春善病鼽衄，仲夏善病胷脇，長夏善病洞泄寒中，秋善病風瘧，冬善病痺厥。故冬不按蹻，春不鼽衄，仲夏不病胸脇，長夏不病洞泄寒中，秋不病風瘧，冬不病痺厥，飧泄，而汗出也。夫精者，身之本也。故藏於精者，春不病溫。夏暑汗不出者，秋成風瘧。此平人脈法也。

故曰：陰中有陰，陽中有陽。平旦至日中，天之陽，陽中之陽也；日中至黃昏，天之陽，陽中之陰也；合夜至雞鳴，天之陰，陰中之陰也；雞鳴至平旦，天之陰，陰中之陽也。故人亦應之。夫言人之陰陽，則外為陽，內為陰。言人身之陰陽，則背為陽，腹為陰。言人身之藏府中陰陽，則藏者為陰，府者為陽。肝心脾肺腎五藏皆為陰，膽胃大腸小腸膀胱三焦六府皆為陽。所以欲知陰中之陰陽中之陽者何也？為冬病在陰，夏病在陽，春病在陰，秋病在陽，皆視其所在，為施針石也。故背為陽，陽中之陽，心也；背為陽，陽中之陰，肺也；腹為陰，陰中之陰，腎也；腹為陰，陰中之陽，肝也；腹為陰，陰中之至陰，脾也。此皆陰陽表裏內外雌雄相輸應也，故以應天之陰陽也。帝曰：五藏應四時，各有收受乎？岐伯曰：有。東方青色，入通於肝，開竅於目，藏精於肝，其病發驚駭，其味酸，其類草木，其畜雞，其穀麥，其應四時，上為歲星，是以春氣在頭也。其音角，其數八，是以知病之在筋也，其臭臊。南方赤色，入通於心，開竅於耳，藏精於心，故病在五藏，其味苦，其類火，其畜羊，其穀黍，其應四時，上為熒惑星，是以知病之在脉也。其音徵，其數七，其臭焦。中央黃色，入通於脾，開竅於口，藏精於脾，故病在舌本，其味甘，其類土，其畜牛，其穀稷，其應四時，上為鎮星，是以知病之在肉也。其音宮，其數五，其臭香。西方白色，入通於肺，開竅於鼻，藏精於肺，故病在背，其味辛，其類金，其畜馬，其穀稻，其應四時，上為太白星，是以知病之在皮毛也。其音商，其數九，其臭腥。北方黑色，入通於腎，開竅於二陰，藏精於腎，故病在谿，其味鹹，其類水，其畜彘，其穀豆，其應四時，上為辰星，是以知病之在骨也。其音羽，其數六，其臭腐。故善為脉者，謹察五藏六府，一逆一從，陰陽、表裏、雌雄之紀，藏之心意，合心於精，非其人勿教，非其真勿授，是謂得道。

**《素問・六節藏象論》**　黃帝問曰：余聞天以六六之節，以成一歲，人以九九制會，計人亦有三百六十五節以為天地，久矣，不知其所謂也？岐伯對曰：昭乎哉問也，請遂言之。夫六六之節，九九制會者，所以正天之度，氣之數也。天度者，所以制日月之行也；氣數者，所以紀化生之用也。天為陽，地為陰；日為陽，月為陰；行有分紀，周有道理，日行一度，月行十三度而有奇焉，故大小月三百六十五日而成歲，積氣餘而盈閏矣。立端於始，表

正於中，推餘於終，而天度畢矣。帝曰：余已聞天度矣，願聞氣數何以合之？岐伯曰：天以六六為節，地以九九制會，天有十日，日六竟而周甲，甲六復而終歲，三百六十日法也。夫自古通天者，生之本，本於陰陽，其氣九州九竅，皆通乎天氣。故其生五，其氣三，三而成天，三而成地，三而成人，三而三之，合則為九，九分為九野，九野為九藏，故形藏四，神藏五，合為九藏以應之也。

帝曰：余已聞六六九九之會也，夫子言積氣盈閏，願聞何謂氣？請夫子發蒙解惑焉。岐伯曰：此上帝所秘，先師傳之也。帝曰：請遂聞之。岐伯曰：五日謂之候，三候謂之氣，六氣謂之時，四時謂之歲，而各從其主治焉。五運相襲，而皆治之，終期之日，周而復始，時立氣布，如環無端，候亦同法。故曰：不知年之所加，氣之盛衰，虛實之所起，不可以為工矣。

帝曰：五運之始，如環無端，其太過不及何如？岐伯曰：五氣更立，各有所勝，盛虛之變，此其常也。帝曰：平氣何如？岐伯曰：無過者也。帝曰：太過不及奈何？岐伯曰：在經有也。帝曰：何謂所勝？岐伯曰：春勝長夏，長夏勝冬，冬勝夏，夏勝秋，秋勝春，所謂得五行時之勝，各以氣命其藏。帝曰：何以知其勝？岐伯曰：求其至也，皆歸始春，未至而至，此謂太過，則薄所不勝，而乘所勝也，命曰氣淫。不分邪僻內生，工不能禁。至而不至，此謂不及，則所勝妄行，而所生受病，所不勝薄之也，命曰氣迫。所謂求其至者，氣至之時也。謹候其時，氣可與期，失時反候，五治不分，邪僻內生，工不能禁也。帝曰：有不襲乎？岐伯曰：蒼天之氣，不得無常也。氣之不襲，是謂非常，非常則變矣。帝曰：非常而變，奈何？岐伯曰：變至則病，所勝則微，所不勝則甚，因而重感於邪，則死矣。故非其時則微，當其時則甚也。

帝曰：善。余聞氣合而有形，因變以正名。天地之運，陰陽之化，其於萬物，孰少孰多，可得聞乎？岐伯曰：悉哉問也！天至廣不可度，地至大不可量，大神靈問，請陳其方。草生五色，五色之變，不可勝視。草生五味，五味之美，不可勝極。嗜欲不同，各有所通。天食人以五氣，地食人以五味。五氣入鼻，藏於心肺，上使五色脩明，音聲能彰。五味入口，藏於腸胃，味有所藏，以養五氣，氣和而生，津液相成，神乃自生。帝曰：藏象何如？岐伯曰：心者，生之本，神之變也，其華在面，其充在血脈，為陽中之太陽，通於夏氣。肺者，氣之本，魄之處也，其華在毛，其充在皮，為陽中之太陰，通於秋氣。腎者，主蟄，封藏之本，精之處也，其華在髮，其充在骨，為陰中之少陰，通於冬氣。肝者，罷極之本，魂之居也，其華在爪，其充在筋，以生血氣，其味酸，其色蒼，此為陽中之少陽，通於春氣。脾胃大腸小腸三焦膀胱者，倉廩之本，營之居也，名曰器，能化糟粕，轉味而入出者也。其華在唇四白，其充在肌，其味甘，其色黃，此至陰之類，通於土氣。凡十一藏，取決於膽也。

故人迎一盛病在少陽，二盛病在太陽，三盛病在陽明，四盛已上為格陽。寸口一盛病在厥陰，二盛病在少陰，三盛病在太陰，四盛已上為關陰。人迎與寸口俱盛四倍已上為關格，關格之脈羸，不能極於天地之精氣，則死矣。

**《素問・異法方宜論》** 黃帝問曰：醫之治病也，一病而治各不同，皆愈，何也？岐伯對曰：地勢使然也。

故東方之域，天地之所始生也，魚鹽之地，海濱傍水，其民食魚而嗜鹹，皆安其處，美其食。魚者使人熱中，鹽者勝血，故其民皆黑色疏理，其病皆為癰瘍，其治宜砭石，故砭石者，亦從東方來。

西方者，金玉之域，沙石之處，天地之所收引也，其民陵居而多風，水土剛強，其民不衣而褐薦，其民華食而脂肥，故邪不能傷其形體，其病生於內，其治宜毒藥，故毒藥者，亦從西方來。

北方者，天地所閉藏之域也，其地高陵居，風寒冰冽。其民樂野處而乳食，藏寒生滿病，其治宜灸焫。故灸焫者，亦從北方來。

南方者，天地所長養，陽之所盛處也，其地下，水土弱，霧露之所聚也，其民嗜酸而食腑。故其民皆緻理而赤色，其病攣痺，其治宜微鍼。故九鍼者，亦從南方來。

中央者，其地平以濕，天地所以生萬物也衆，其民食雜而不勞，故其病多痿厥寒熱，其治宜導引按蹻，故導引按蹻者，亦從中央出也。

故聖人雜合以治，各得其所宜，故治所以異而病皆愈者，得病之情，知治之大體也。

**《素問・診要經終論》** 黃帝問曰：診要何如？岐伯對曰：正月二月，天氣始方，地氣始發，人氣在肝。三月四月，天氣正方，地氣定發，人氣在脾。五月六月，天氣盛，地氣高，人氣在頭。七月八月，陰氣始殺，人氣在肺。九月十月，陰氣始冰，地氣始閉，人氣在心。十一月十二月，冰復，地氣合，人氣

在腎。

故春刺散俞，及與分理，血出而止，甚者傳氣，間者環也。夏刺絡俞，見血而止，盡氣閉環，痛病必下。秋刺皮膚，循理，上下同法，神變而止。冬刺俞竅於分理，甚者直下，閒者散下。春夏秋冬，各有所刺，法其所在。

春刺夏分，脈亂氣微，入淫骨髓，病不能愈，令人不嗜食，又且少氣。春刺秋分，節攣逆氣，環為咳嗽，病不愈，令人時驚，又且哭。春刺冬分，邪氣著藏，令人脹，病不愈，又且欲言語。夏刺春分，病不愈，令人解墮。夏刺秋分，病不愈，令人心中欲無言，惕惕如人將捕之。夏刺冬分，病不愈，令人少氣，時欲怒。秋刺春分，病不已，令人惕然欲有所為，起而忘之。秋刺夏分，病不已，令人益嗜卧，又且善夢。秋刺冬分，病不已，令人洒洒時寒。冬刺春分，病不已，令人欲卧不能眠，眠而有見。冬刺夏分，病不愈，氣上，發為諸痺。冬刺秋分，病不已，令人善渴。

凡刺胃腹者，必避五藏。中心者，環死。中脾者，五日死。中腎者，七日死。中肺者，五日死。中鬲者，皆為傷中，其病雖愈，不過一歲必死。刺避五藏者，知逆從也。所謂從者，鬲與脾腎之處，不知者反之。刺胃腹者，必以布憿著之，乃從單布上刺，刺之不愈復刺。刺鍼必肅，刺腫搖鍼，經刺勿搖，此刺之道也。

帝曰：願聞十二經脈之終奈何？岐伯曰：太陽之脈，其終也戴眼反折瘛瘲，其色白，絕汗乃出，出則死矣。少陽終者，耳聾百節皆縱，目睘絕系，絕系一日半死，其死也色先青，白乃死矣。陽明終者，口目動作，善驚妄言，色黃，其上下經盛，不仁，則終矣。少陰終者，面黑齒長而垢，腹脹閉，上下不通而終矣。太陰終者，腹脹閉不得息，善噫善嘔，嘔則逆，逆則面赤，不逆則上下不通，不通則面黑，皮毛焦而終矣。厥陰終者，中熱嗌乾，善溺心煩，甚則舌卷卵上縮而終矣。此十二經之所敗也。

**《素問・脈要精微論》** 黃帝問曰：診法何如？岐伯對曰：診法常以平旦，陰氣未動，陽氣未散，飲食未進，經脈未盛，絡脈調勻，氣血未亂，故乃可診有過之脈。切脈動靜而視精明，察五色，觀五藏有餘不足，六府強弱，形之盛衰，以此參伍，決死生之分。

夫脈者，血之府也，長則氣治，短則氣病，數則煩心，大則病進，上盛則氣高，下盛則氣脹，代則氣衰，細則氣少，濇則心痛，渾渾革至如涌泉，病進而色弊，綿綿其去如弦絕，死。

夫精明五色者，氣之華也，赤欲如白裹朱，不欲如赭；白欲如鵝羽，不欲如鹽；青欲如蒼璧之澤，不欲如藍；黃欲如羅裹雄黃，不欲如黃土；黑欲如重漆色，不欲如地蒼。五色精微象見矣，其壽不久也。夫精明者，所以視萬物，別白黑，審短長。以長為短，以白為黑，如是則精衰矣。

五藏者，中之守也，中盛藏滿，氣勝傷恐者，聲如從室中言，是中氣之濕也。言而微，終日乃復言者，此奪氣也。衣被不斂，言語善惡，不避親疏者，此神明之亂也。倉廩不藏者，是門戶不要也。水泉不止者，是膀胱不藏也。得守者生，失守者死。

夫五藏者，身之強也，頭者，精明之府，頭傾視深，精神將奪矣。背者，胸中之府，背曲肩隨，府將壞矣。腰者，腎之府，轉搖不能，腎將憊矣。膝者，筋之府，屈伸不能，行則僂附，筋將憊矣。骨者，髓之府，不能久立，行則振掉，骨將憊矣。得強則生，失強則死。

岐伯曰：反四時者，有餘為精，不足為消。應太過，不足為精，應不足，有餘為消。陰陽不相應，病名曰關格。

帝曰：脈其四時動奈何？知病之所在奈何？知病之所變奈何？知病乍在內奈何？知病乍在外奈何？請問此五者，可得聞乎？岐伯曰：請言其與天運轉大也。萬物之外，六合之內，天地之變，陰陽之應，彼春之暖，為夏之暑，彼秋之忿，為冬之怒。四變之動，脈與之上下，以春應中規，夏應中矩，秋應中衡，冬應中權。是故冬至四十五日，陽氣微上，陰氣微下；夏至四十五日，陰氣微上，陽氣微下。陰陽有時，與脈為期，期而相失，知脈所分，分之有期，故知死時。微妙在脈，不可不察，察之有紀，從陰陽始，始之有經，從五行生，生之有度，四時為宜，補寫勿失，與天地如一，得一之情，以知死生。是故聲合五音，色合五行，脈合陰陽。

是知陰盛則夢涉大水恐懼，陽盛則夢大火燔灼，陰陽俱盛則夢相殺毀傷；上盛則夢飛，下盛則夢墮；甚飽則夢予，甚飢則夢取；肝氣盛則夢怒，肺氣盛則夢哭，短蟲多則夢聚衆，長蟲多則夢相擊毀傷。

是故持脈有道，虛靜為保。春日浮，如魚之遊在波；夏日在膚，泛泛乎萬物有餘；秋日下膚，蟄蟲將去；冬日在骨，蟄蟲周密，君子居室。故曰：知內者按而紀之，知外者終而始之。此六者，持脈之大法。

心脉搏堅而長，當病舌卷不能言；其耎而散者，當消環自已。肺脉搏堅而長，當病唾血；其耎而散者，當病灌汗，至今不復散發也。肝脉搏堅而長，色不青，當病墜若搏，因血在脅下，令人喘逆；其耎而散色澤者，當病溢飲，溢飲者渴暴多飲，而易入肌皮腸胃之外也。胃脉搏堅而長，其色赤，當病折髀；其耎而散者，當病食痺。脾脉搏堅而長，其色黃，當病少氣；其耎而散色不澤者，當病足骭腫，若水狀也。腎脉搏堅而長，其色黃而赤者，當病折腰；其耎而散者，當病少血，至今不復也。

帝曰：診得心脉而急，此為何病？病形何如？岐伯曰：病名心疝，少腹當有形也。帝曰：何以言之？岐伯曰：心為牡藏，小腸為之使，故曰少腹當有形也。帝曰：診得胃脉，病形何如？岐伯曰：胃脉實則脹，虛則泄。

帝曰：病成而變何謂？岐伯曰：風成為寒熱，癉成為消中，厥成為巔疾，久風為飧泄，脉風成為癘。病之變化，不可勝數。

帝曰：諸癰腫筋攣骨痛，此皆安生？岐伯曰：此寒氣之腫，八風之變也。帝曰：治之奈何？岐伯曰：此四時之病，以其勝治之愈也。

帝曰：有故病五藏發動，因傷脉色，各何以知其久暴至之病乎？岐伯曰：悉乎哉問也！徵其脉小色不奪者，新病也；徵其脉不奪其色奪者，此久病也；徵其脉與五色俱奪者，此久病也；徵其脉與五色俱不奪者，新病也。肝與腎脉並至，其色蒼赤，當病毀傷不見血，已見血，濕若中水也。

尺內兩傍，則季脅也，尺外以候腎，尺裏以候腹中。附上，左外以候肝，內以候鬲；右外以候胃，內以候脾。上附上，右外以候肺，內以候胷中；左外以候心，內以候膻中。前以候前，後以候後。上竟上者，胷喉中事也；下竟下者，少腹腰股膝脛足中事也。

麤大者，陰不足，陽有餘，為熱中也。來疾去徐，上實下虛，為厥巔疾；來徐去疾，上虛下實，為惡風也。故中惡風者，陽氣受也。有脉俱沉細數者，少陰厥也。沉細數散者，寒熱也。浮而散者為眴仆。諸浮不躁者皆在陽，則為熱，其有躁者在手。諸細而沈者皆在陰，則為骨痛；其有靜者在足。數動一代者，病在陽之脉也，洩及便膿血。諸過者切之，澁者陽氣有餘也，滑者陰氣有餘也。陽氣有餘為身熱无汗，陰氣有餘為多汗身寒，陰陽有餘則无汗而寒。推而外之，內而不外，有心腹積也。推而內之，外而不內，身有熱也。推而上之，上而不下，腰足清也。推而下之，下而不上，頭項痛也。按之至骨，脉氣少者，腰脊痛而身有痺也。

**《素問・藏氣法時論》** 黃帝問曰：合人形以法四時五行而治，何如而從？何如而逆？得失之意，願聞其事。岐伯對曰：五行者，金木水火土也，更貴更賤，以知死生，以決成敗，而定五藏之氣，間甚之時，死生之期也。

帝曰：願卒聞之。岐伯曰：肝主春，足厥陰少陽主治，其日甲乙，肝苦急，急食甘以緩之。心主夏，手少陰太陽主治，其日丙丁，心苦緩，急食酸以收之。脾主長夏，足太陰陽明主治，其日戊己，脾苦濕，急食苦以燥之。肺主秋，手太陰陽明主治，其日庚辛，肺苦氣上逆，急食苦以泄之。腎主冬，足少陰太陽主治，其日壬癸，腎苦燥，急食辛以潤之，開腠理，致津液，通氣也。

病在肝，愈於夏，夏不愈，甚於秋，秋不死，持於冬，起於春，禁當風。肝病者，愈在丙丁，丙丁不愈，加於庚辛，庚辛不死，持於壬癸，起於甲乙。肝病者，平旦慧，下晡甚，夜半靜。肝欲散，急食辛以散之，用辛補之，酸瀉之。

病在心，愈在長夏，長夏不愈，甚於冬，冬不死，持於春，起於夏，禁溫食熱衣。心病者，愈在戊己，戊己不愈，加於壬癸，壬癸不死，持於甲乙，起於丙丁。心病者，日中慧，夜半甚，平旦靜。心欲耎，急食鹹以耎之，用鹹補之，甘寫之。

病在脾，愈在秋，秋不愈，甚於春，春不死，持於夏，起於長夏，禁溫食飽食濕地濡衣。脾病者，愈在庚辛，庚辛不愈，加於甲乙，甲乙不死，持於丙丁，起於戊己。脾病者，日昳慧，日出甚，下晡靜。脾欲緩，急食甘以緩之，用苦寫之，甘補之。

病在肺，愈在冬，冬不愈，甚於夏，夏不死，持於長夏，起於秋，禁寒飲食寒衣。肺病者，愈在壬癸，壬癸不愈，加於丙丁，丙丁不死，持於戊己，起於庚辛。肺病者，下晡慧，日中甚，夜半靜。肺欲收，急食酸以收之，用酸補之，辛寫之。

病在腎，愈在春，春不愈，甚於長夏，長夏不死，持於秋，起於冬，禁犯焠炙熱食溫灸衣。腎病者，愈在甲乙，甲乙不愈，甚於戊己，戊己不死，持於庚辛，起於壬癸。腎病者，夜半慧，四季甚，下晡靜。腎欲堅，急食苦以堅之，用苦補之，鹹寫之。

夫邪氣之客於身也，以勝相加，至其所生而愈，至其所不勝而甚，至於所生而持，自得其位而起。必先定五藏之脉，乃可言間甚之時，死生之期也。

肝病者，兩脇下痛引少腹，令人善怒，虛則目眩眩無所見，耳無所聞，善恐如人將捕之。取其經，厥陰與少陽，氣逆，則頭痛、耳聾不聰、頰腫，取血者。

心病者，胃中痛，脇支滿，脇下痛，膺背肩甲間痛，兩臂內痛，虛則胃腹大，脇下與腰相引而痛，取其經，少陰太陽，舌下血者。其變病，刺郄中血者。

脾病者，身重善肌肉痿，足不收行，善瘈脚下痛，虛則腹滿腸鳴，飧泄食不化，取其經，太陰陽明少陰血者。

肺病者，喘咳逆氣，肩背痛，汗出尻陰股膝髀腨胻足皆痛，虛則少氣不能報息，耳聾嗌乾。取其經，太陰足太陽之外，厥陰內血者。

腎病者，腹大脛腫，喘咳身重，寢汗出憎風，虛則胃中痛，大腹小腹痛，清厥意不樂。取其經，少陰太陽血者。

肝色青，宜食甘，粳米牛肉棗葵皆甘。心色赤，宜食酸，小豆犬肉李韭皆酸。肺色白，宜食苦，麥羊肉杏薤皆苦。脾色黃，宜食鹹，大豆豕肉栗藿皆鹹。腎色黑，宜食辛，黃黍雞肉桃蔥皆辛。辛散，酸收，甘緩，苦堅，鹹耎。毒藥攻邪，五穀為養，五果為助，五畜為益，五菜為充，氣味合而服之，以補精益氣。此五者，有辛酸甘苦鹹，各有所利，或散或收，或緩或急，或堅或耎，四時五藏，病隨五味所宜也。

**《素問・寶命全形論》**　黃帝問曰：天覆地載，萬物悉備，莫貴於人，人以天地之氣生，四時之法成，君王衆庶，盡欲全形，形之疾病，莫知其情，留淫日深，著於骨髓，心私慮之。余欲鍼除其疾病，為之奈何？岐伯對曰：夫塩之味鹹者，其氣令器津泄；絃絕者，其音嘶敗；木敷者，其葉發；病深者，其聲噦。人有此三者，是謂壞府，毒藥無治，短鍼無取，此皆絕皮傷肉，血氣爭黑。

帝曰：余念其痛，心為之亂惑反甚，其病不可更代，百姓聞之，以為殘賊，為之奈何？岐伯曰：夫人生於地，懸命於天，天地合氣，命之曰人。人能應四時者，天地為之父母；知萬物者，謂之天子。天有陰陽，人有十二節；天有寒暑，人有虛實。能經天地陰陽之化者，不失四時；知十二節之理者，聖智不能欺也；能存八動之變，五勝更立，能達虛實之數者，獨出獨入，呿吟至微，秋毫在目。

帝曰：人生有形，不離陰陽，天地合氣，別為九野，分為四時，月有小大，日有短長，萬物並至，不可勝量，虛實呿吟，敢問其方？岐伯曰：木得金而伐，火得水而滅，土得木而達，金得火而缺，水得土而絕，萬物盡然，不可勝竭。故鍼有懸布天下者五，黔首共餘食，莫知之也。一曰治神，二曰知養身，三曰知毒藥為真，四曰制砭石小大，五曰知府藏血氣之診。五法俱立，各有所先。今末世之刺也，虛者實之，滿者泄之，此皆衆工所共知也。若夫法天則地，隨應而動，和之者若響，隨之者若影，道無鬼神，獨來獨往。

帝曰：願聞其道。岐伯曰：凡刺之眞，必先治神，五藏已定，九候已備，後乃存鍼，衆脉不見，衆凶弗聞，外內相得，無以形先，可玩往來，乃施於人。人有虛實，五虛勿近，五實勿遠，至其當發，間不容瞚。手動若務，鍼耀而勻，靜意視義，觀適之變，是謂冥冥，莫知其形，見其烏烏，見其稷稷，從見其飛，不知其誰，伏如橫弩，起如發機。

帝曰：何如而虛？何如而實？岐伯曰：刺虛者須其實，刺實者須其虛。經氣已至，慎守勿失。深淺在志，遠近若一，如臨深淵，手如握虎，神無營於衆物。

**《素問・八正神明論》**　黃帝問曰：用鍼之服，必有法則焉，今何法何則？岐伯對曰：法天則地，合以天光。帝曰：願卒聞之。岐伯曰：凡刺之法，必候日月星辰，四時八正之氣，氣定乃刺之。是故天溫日明，則人血淖液而衛氣浮，故血易寫，氣易行；天寒日陰，則人血凝泣而衛氣沈。月始生，則血氣始精，衛氣始行；月郭滿，則血氣實，肌肉堅；月郭空，則肌肉減，經絡虛，衛氣去，形獨居。是以因天時而調血氣也。是以天寒無刺，天溫無疑。月生無寫，月滿無補，月郭空無治，是謂得時而調之。因天之序，盛虛之時，移光定位，正立而待之。故曰月生而寫，是謂藏虛；月滿而補，血氣揚溢，絡有留血，命曰重實；月郭空而治，是謂亂經。陰陽相錯，真邪不別，沈以留止，外虛內亂，淫邪乃起。

帝曰：星辰八正何候？岐伯曰：星辰者，所以制日月之行也。八正者，所以候八風之虛邪以時至者也。四時者，所以分春秋冬夏之氣所在，以時調之也。八正之虛邪而避之勿犯也。以身之虛而逢天之虛，兩虛相感，其氣至

骨，入則傷五藏，工候救之，弗能傷也。故曰：天忌不可不知也。

帝曰：善。其法星辰者，余聞之矣，願聞法往古者。岐伯曰：法往古者，先知鍼經也。驗於來今者，先知日之寒溫，月之虛盛，以候氣之浮沉，而調之於身，觀其立有驗也。觀其冥冥者，言形氣榮衛之不形於外，而工獨知之，以日之寒溫，月之虛盛，四時氣之浮沉，參伍相合而調之，工常先見之，然而不形於外，故曰觀於冥冥焉。通於無窮者，可以傳於後世也，是故工之所以異也，然而不形見於外，故俱不能見也。視之無形，嘗之無味，故謂冥冥，若神彷彿。

虛邪者，八正之虛邪氣也。正邪者，身形若用力，汗出，腠理開，逢虛風，其中人也微，故莫知其情，莫見其形。上工救其萌牙，必先見三部九候之氣，盡調不敗而救之，故曰上工。下工救其已成，救其已敗。救其已成者，言不知三部九候之相失，因病而敗之也。知其所在者，知診三部九候之病脉處而治之，故曰守其門戶焉，莫知其情而見邪形也。

帝曰：余聞補寫，未得其意。岐伯曰：寫必用方，方者，以氣方盛也，以月方滿也，以日方溫也，以身方定也，以息方吸而內鍼，乃復候其方吸而轉鍼，乃復候其方呼而徐引鍼，故曰寫必用方，其氣而行焉。補必用員，員者行也，行者移也，刺必中其榮，復以吸排鍼也。故員與方，非鍼也。故養神者，必知形之肥瘦，榮衛血氣之盛衰。血氣者，人之神，不可不謹養。

帝曰：妙乎哉論也！合人形於陰陽四時，虛實之應，冥冥之期，其非夫子，孰能通之？然夫子數言形與神，何謂形？何謂神？願卒聞之。岐伯曰：請言形，形乎形，目冥冥，問其所病，索之於經，慧然在前，按之不得，不知其情，故曰形。帝曰：何謂神？岐伯曰：請言神。神乎神，耳不聞，目明心開而志先，慧然獨悟，口弗能言，俱視獨見，適若昏，昭然獨明，若風吹雲，故曰神。三部九候為之原，九鍼之論不必存也。

**《素問・離合真邪論》** 黃帝問曰：余聞九鍼九篇，夫子乃因而九之，九九八十一篇，余盡通其意矣。經言氣之盛衰，左右傾移，以上調下，以左調右，有餘不足，補寫於榮輸，余知之矣。此皆榮衛之傾移，虛實之所生，非邪氣從外入於經也。余願聞邪氣之在經也，其病人何如？取之奈何？岐伯對曰：夫聖人之起度數，必應於天地，故天有宿度，地有經水，人有經脉。天地溫和，則經水安靜，天寒地凍，則經水凝泣，天暑地熱，則經水沸溢，卒風暴起，則經水波涌而隴起。夫邪之入於脉也，寒則血凝泣，暑則氣淖澤，虛邪因而入客，亦如經水之得風也，經之動脉，其至也亦時隴起，其行於脉中循循然，其至寸口中手也，時大時小，大則邪至，小則平，其行無常處，在陰與陽，不可為度，從而察之，三部九候，卒然逢之，早遏其路。吸則內鍼，無令氣忤，靜以久留，無令邪布，吸則轉鍼，以得氣為故，候呼引鍼，呼盡乃去，大氣皆出，故命曰寫。

帝曰：不足者，補之奈何？岐伯曰：必先捫而循之，切而散之，推而按之，彈而怒之，抓而下之，通而取之，外引其門，以閉其神，呼盡內鍼，靜以久留，以氣至為故，如待所貴，不知日暮，其氣以至，適而自護，候吸引鍼，氣不得出，各在其處，推闔其門，令神氣存，大氣留止，故命曰補。

帝曰：候氣奈何？岐伯曰：夫邪去絡入於經也，舍於血脉之中，其寒溫未相得，如涌波之起也，時來時去，故不常在。故曰方其來也，必按而止之，止而取之，無逢其衝而寫之。真氣者，經氣也，經氣太虛，故曰其來不可逢，此之謂也。故曰候邪不審，大氣已過，寫之則真氣脫，脫則不復，邪氣復至，而病益蓄，故曰其往不可追，此之謂也。不可掛以發者，待邪之至時而發鍼寫矣，若先若後者，血氣已盡，其病不可下，故曰知其可取如發機，不知其取如扣椎，故曰知機道者不可掛以發，不知機者扣之不發，此之謂也。

帝曰：補寫奈何？岐伯曰：此攻邪也，疾出以去盛血，而復其真氣，此邪新客，溶溶未有定處也，推之則前，引之則止，逆而刺之，溫血也。刺出其血，其病立已。

帝曰：善。然真邪以合，波隴不起，候之奈何？岐伯曰：審捫循三部九候之盛虛而調之，察其左右上下相失及相減者，審其病藏以期之。不知三部者，陰陽不別，天地不分。地以候地，天以候天，人以候人，調之中府，以定三部。故曰刺不知三部九候病脉之處，雖有大過且至，工不能禁也。誅罰無過，命曰大惑，反亂大經，真不可復，用實為虛，以邪為眞，用鍼無義，反為氣賊，奪人正氣，以從為逆，榮衛散亂，眞氣已失，邪獨內著，絕人長命，予人天殃，不知三部九候，故不能久長。因不知合之四時五行，因加相勝，釋邪攻正，絕人長命。邪之新客來也，未有定處，推之則前，引之則止，逢而寫之，其病立已。

**《素問・通評虛實論》** 黃帝問曰：何謂虛實？岐伯對曰：邪氣盛則

實，精氣奪則虛。帝曰：虛實何如？岐伯曰：氣虛者肺虛也，氣逆者足寒也，非其時則生，當其時則死。餘藏皆如此。

帝曰：何謂重實？岐伯曰：所謂重實者，言大熱病，氣熱脉滿，是謂重實。

帝曰：經絡俱實何如？何以治之？岐伯曰：經絡皆實，是寸脉急而尺緩也，皆當治之，故曰滑則從，濇則逆也。夫虛實者，皆從其物類始，故五藏骨肉滑利，可以長久也。

帝曰：絡氣不足，經氣有餘，何如？岐伯曰：絡氣不足，經氣有餘者，脉口熱而尺寒也。秋冬為逆，春夏為從，治主病者。帝曰：經虛絡滿何如？岐伯曰：經虛絡滿者，尺熱滿，脉口寒濇也，此春夏死，秋冬生也。帝曰：治此者奈何？岐伯曰：絡滿經虛，灸陰刺陽，經滿絡虛，刺陰灸陽。

帝曰：何謂重虛？岐伯曰：脉氣上虛尺虛，是謂重虛。帝曰：何以治之？岐伯曰：所謂氣虛者，言無常也。尺虛者，行步恇然。脉虛者，不象陰也。如此者，滑則生，濇則死也。

帝曰：寒氣暴上，脉滿而實，何如？岐伯曰：實而滑則生，實而逆則死。帝曰：脉實滿，手足寒，頭熱，何如？岐伯曰：春秋則生，冬夏則死。脉浮而濇，濇而身有熱者死。帝曰：其形盡滿何如？岐伯曰：其形盡滿者，脉急大堅，尺濇而不應也，如是者，故從則生，逆則死。帝曰：何謂從則生，逆則死？岐伯曰：所謂從者，手足溫也，所謂逆者，手足寒也。

帝曰：乳子而病熱，脉懸小者何如？岐伯曰：手足溫則生，寒則死。帝曰：乳子中風熱，喘鳴肩息者，脉何如？岐伯曰：喘鳴肩息者，脉實大也，緩則生，急則死。

帝曰：腸澼便血，何如？岐伯曰：身熱則死，寒則生。帝曰：腸澼下白沫何如？岐伯曰：脉沉則生，脉浮則死。帝曰：腸澼下膿血，何如？岐伯曰：脉懸絕則死，滑大則生。帝曰：腸澼之屬，身不熱，脉不懸絕，何如？岐伯曰：滑大者曰生，懸濇者曰死，以藏期之。

帝曰：癲疾何如？岐伯曰：脉搏大滑，久自已；脉小堅急，死不治。帝曰：癲疾之脉，虛實何如？岐伯曰：虛則可治，實則死。

帝曰：消癉虛實何如？岐伯曰：脉實大，病久可治，脉懸小堅，病久不可治。

帝曰：形度骨度脉度筋度，何以知其度也？

帝曰：春亟治經絡，夏亟治經俞，秋亟治六府，冬則閉塞。閉塞者，用藥而少鍼石也。所謂少鍼石者，非癰疽之謂也，癰疽不得頃時田。癰不知所，按之不應手，乍來乍已，刺手太陰傍三痏與纓脉各二。掖癰大熱，刺足少陽五，刺而熱不止，刺手心主三，刺手太陰經絡者，大骨之會各三。暴癰筋縪，隨分而痛，魄汗不盡，胞氣不足，治在經俞。

腹暴滿，按之不下，取手太陽經絡者，胃之募也，少陰俞去脊椎三寸傍五，用員利鍼。霍亂，刺俞傍五，足陽明及上傍三。刺癇驚脉五，鍼手太陰各五，刺經太陽五，刺手少陰經絡傍者一，足陽明一，上踝五寸刺三鍼。

凡治消癉仆擊，偏枯痿厥，氣滿發逆，甘肥貴人，則高梁之疾也。隔塞閉絕，上下不通，則暴憂之病也。暴厥而聾，偏塞閉不通，內氣暴薄也。不從內外中風之病，故瘦留著也。蹠跛，寒風濕之病也。

黃帝曰：黃疸暴痛，癲疾厥狂，久逆之所生也。五藏不平，六府閉塞之所生也。頭痛耳鳴，九竅不利，腸胃之所生也。

**《素問・瘧論》** 黃帝問曰：夫痎瘧皆生於風，其蓄作有時者何也？岐伯對曰：瘧之始發也，先起於毫毛，伸欠乃作，寒慄鼓頷，腰脊俱痛，寒去則內外皆熱，頭痛如破，渴欲冷飲。

帝曰：何氣使然？願聞其道。岐伯曰：陰陽上下交爭，虛實更作，陰陽相移也。陽並於陰，則陰實而陽虛，陽明虛則寒慄鼓頷也；巨陽虛則腰背頭項痛，三陽俱虛則陰氣勝，陰氣勝則骨寒而痛；寒生於內，故中外皆寒；陽盛則外熱，陰虛則內熱，外內皆熱則喘而渴，故欲冷飲也。此皆得之夏傷於暑，熱氣盛，藏於皮膚之內，腸胃之外，此榮氣之所舍也。此令人汗空疏，腠理開，因得秋氣，汗出遇風，及得之以浴，水氣舍於皮膚之內，與衛氣並居。衛氣者，晝日行於陽，夜行於陰，此氣得陽而外出，得陰而內薄，內外相薄，是以日作。

帝曰：其間日而作者何也？岐伯曰：其氣之舍深，內薄於陰，陽氣獨發，陰邪內著，陰與陽爭不得出，是以間日而作也。

帝曰：善。其作日晏與其日早者，何氣使然？岐伯曰：邪氣客於風府，循脊而下，衛氣一日一夜大會於風府，其明日日下一節，故其作也晏，此先客於脊背也，每至於風府則腠理開，腠理開則邪氣入，邪氣入則病作，以此日作

稍益晏也。其出於風府，日下一節，二十五日下至骶骨，二十六日入於脊內，注於伏膂之脉，其氣上行，九日出於缺盆之中，其氣日高，故作日益早也。其間日發者，由邪氣內薄於五藏，橫連募原也，其道遠，其氣深，其行遲，不能與衛氣俱行，不得皆出，故間日乃作也。

帝曰：夫子言衛氣每至於風府，腠理乃發，發則邪氣入，入則病作。今衛氣日下一節，其氣之發也，不當風府，其日作者奈何？岐伯曰：此邪氣客於頭項，循膂而下者也，故虛實不同，邪中異所，則不得當其風府也。故邪中於頭項者，氣至頭項而病；中於背者，氣至背而病；中於腰脊者，氣至腰脊而病；中於手足者，氣至手足而病。衛氣之所在，與邪氣相合，則病作。故風無常府，衛氣之所發，必開其腠理，邪氣之所合，則其府也。

帝曰：善。夫風之與瘧也，相似同類，而風獨常在，瘧得有時而休者，何也？岐伯曰：風氣留其處，故常在；瘧氣隨經絡沉以內薄，故衛氣應乃作。

帝曰：瘧先寒而後熱者，何也？岐伯曰：夏傷於大暑，其汗大出，腠理開發，因遇夏氣淒滄之水寒，藏於腠理皮膚之中，秋傷於風，則病成矣。夫寒者陰氣也，風者陽氣也，先傷於寒而後傷於風，故先寒而後熱也，病以時作，名曰寒瘧。

帝曰：先熱而後寒者，何也？岐伯曰：此先傷於風而後傷於寒，故先熱而後寒也，亦以時作，名曰溫瘧。其但熱而不寒者，陰氣先絕，陽氣獨發，則少氣煩冤，手足熱而欲嘔，名曰癉瘧。

帝曰：夫經言有餘者瀉之，不足者補之。今熱為有餘，寒為不足。夫瘧者之寒，湯火不能溫也，及其熱，冰水不能寒也，此皆有餘不足之類。當此之時，良工不能止，必須其自衰乃刺之，其故何也？願聞其說。岐伯曰：經言無刺熇熇之熱，無刺渾渾之脉，無刺漉漉之汗，故為其病逆未可治也。夫瘧之始發也，陽氣並於陰，當是之時，陽虛而陰盛，外無氣，故先寒慄也。陰氣逆極，則復出之陽，陽與陰復並於外，則陰虛而陽實，故先熱而渴。夫瘧氣者，並於陽則陽勝，並於陰則陰勝，陰勝則寒，陽勝則熱。瘧者，風寒之氣不常也，病極則復。至病之發也，如火之熱，如風雨不可當也。故經言曰：方其盛時必毀，因其衰也，事必大昌。此之謂也。夫瘧之未發也，陰未並陽，陽未並陰，因而調之，真氣得安，邪氣乃亡，故工不能治其已發，為其氣逆也。

帝曰：善。攻之奈何？早晏何如？岐伯曰：瘧之且發也，陰陽之且移也，必從四末始也，陽已傷，陰從之，故先其時堅束其處，令邪氣不得入，陰氣不得出，審候見之，在孫絡盛堅而血者皆取之，此真往而未得並者也。

帝曰：瘧不發，其應何如？岐伯曰：瘧氣者，必更盛更虛，當氣之所在也，病在陽，則熱而脉躁；在陰，則寒而脉靜，極則陰陽俱衰，衛氣相離，故病得休；衛氣集，則復病也。

帝曰：時有間二日或至數日發，或渴或不渴，其故何也？岐伯曰：其間日者，邪氣與衛氣客於六府，而有時相失，不能相得，故休數日乃作也。瘧者，陰陽更勝也，或甚或不甚，故或渴或不渴。

帝曰：論言夏傷於暑，秋必病瘧，今瘧不必應者，何也？岐伯曰：此應四時者也。其病異形者，反四時也。其以秋病者寒甚，以冬病者寒不甚，以春病者惡風，以夏病者多汗。

帝曰：夫病溫瘧與寒瘧而皆安舍？舍於何藏？岐伯曰：溫瘧者，得之冬中於風，寒氣藏於骨髓之中，至春則陽氣大發，邪氣不能自出，因遇大暑，腦髓爍，肌肉消，腠理發泄，或有所用力，邪氣與汗皆出，此病藏於腎，其氣先從內出之於外也。如是者，陰虛而陽盛，陽盛則熱矣，衰則氣復反入，入則陽虛，陽虛則寒矣，故先熱而後寒，名曰溫瘧。

帝曰：癉瘧何如？岐伯曰：癉瘧者，肺素有熱，氣盛於身，厥逆上衝，中氣實而不外泄，因有所用力，腠理開，風寒舍於皮膚之內，分肉之間而發，發則陽氣盛，陽氣盛而不衰則病矣。其氣不及於陰，故但熱而不寒，氣內藏於心，而外舍於分肉之間，令人消爍脫肉，故命曰癉瘧。

帝曰：善。

**《素問・欬論》** 黃帝問曰：肺之令人欬，何也？岐伯對曰：五藏六府皆令人欬，非獨肺也。帝曰：願聞其狀。岐伯曰：皮毛者，肺之合也，皮毛先受邪氣，邪氣以從其合也。其寒飲食入胃，從肺脉上至於肺則肺寒，肺寒則外內合邪因而客之，則為肺欬。五藏各以其時受病，非其時各傳以與之。人與天地相參，故五藏各以治時感於寒則受病，微則為欬，甚者為泄為痛。乘秋則肺先受邪，乘春則肝先受之，乘夏則心先受之，乘至陰則脾先受之，乘冬則腎先受之。

帝曰：何以異之？岐伯曰：肺欬之狀，欬而喘息有音，甚則唾血。心欬之狀，欬則心痛，喉中介介如梗狀，甚則咽腫喉痺。肝欬之狀，欬則兩脇下

痛，甚則不可以轉，轉則兩胠下滿。脾欬之狀，欬則右脇下痛陰陽引肩背，甚則不可以動，動則欬劇。腎欬之狀，欬則腰背相引而痛，甚則欬涎。

帝曰：六府之欬奈何？安所受病？岐伯曰：五藏之久欬，乃移於六府。脾欬不已，則胃受之，胃欬之狀，欬而嘔，嘔甚則長蟲出。肝欬不已，則膽受之，膽欬之狀，欬嘔膽汁。肺欬不已，則大腸受之，大腸欬狀，欬而遺失。心欬不已，則小腸受之，小腸欬狀，欬而失氣，氣與欬俱失。腎欬不已，則膀胱受之，膀胱欬狀，欬而遺溺。久欬不已，則三焦受之，三焦欬狀，欬而腹滿，不欲食飲。此皆聚於胃，關於肺，使人多涕唾而面浮腫氣逆也。

帝曰：治之奈何？岐伯曰：治藏者治其俞，治府者治其合，浮腫者治其經。

帝曰：善。

**《素問・厥論》**　黃帝問曰：厥之寒熱者何也？岐伯對曰：陽氣衰於下，則為寒厥，陰氣衰於下，則為熱厥。

帝曰：熱厥之為熱也，必起於足下者何也？岐伯曰：陽氣起於足五指之表，陰脉者集於足下而聚於足心，故陽氣勝則足下熱也。

帝曰：寒厥之為寒也，必從五指而上於膝者，何也？岐伯曰：陰氣起於五指之裏，集於膝下而聚於膝上，故陰氣勝則從五指至膝上寒，其寒也，不從外，皆從內也。

帝曰：寒厥何失而然也？岐伯曰：前陰者，宗筋之所聚，太陰陽明之所合也。春夏則陽氣多而陰氣少，秋冬則陰氣盛而陽氣衰。此人者質壯，以秋冬奪於所用，下氣上爭，不能復，精氣溢下，邪氣因從之而上也，氣因於中，陽氣衰，不能滲營其經絡，陽氣日損，陰氣獨在，故手足為之寒也。

帝曰：熱厥何如而然也？岐伯曰：酒入於胃，則絡脉滿而經脉虛，脾主為胃行其津液者也，陰氣虛則陽氣入，陽氣入則胃不和，胃不和則精氣竭，精氣竭則不營其四支也。此人必數醉，若飽以入房，氣聚於脾中不得散，酒氣與穀氣相薄，熱盛於中，故熱遍於身，內熱而溺赤也。夫酒氣盛而慄悍，腎氣有衰，陽氣獨勝，故手足為之熱也。

帝曰：厥或令人腹滿，或令人暴不知人，或至半日遠至一日乃知人者何也？岐伯曰：陰氣盛於上則下虛，下虛則腹脹滿，陽氣盛於上則下氣重，上而邪氣逆，逆則陽氣亂，陽氣亂則不知人也。

帝曰：善。願聞六經脉之厥狀病能也。岐伯曰：巨陽之厥，則腫首頭重，足不能行，發為眴仆。陽明之厥，則癲疾欲走呼，腹滿不得臥，面赤而熱，妄見而妄言。少陽之厥，則暴聾頰腫而熱，脇痛，骭不可以運。太陰之厥，則腹滿膨脹，後不利，不欲食，食則嘔，不得臥。少陰之厥，則口乾溺赤，腹滿心痛。厥陰之厥，則少腹腫痛，腹脹涇溲不利，好臥屈膝，陰縮腫，骭內熱。盛則寫之，虛則補之，不盛不虛，以經取之。

太陰厥逆，骭急攣，心痛引腹，治主病者。少陰厥逆，虛滿嘔變，下泄清，治主病者。厥陰厥逆，攣腰痛，虛滿前閉譫言，治主病者。三陰俱逆，不得前後，使人手足寒，三日死。太陽厥逆，僵仆嘔血善衄，治主病者。少陽厥逆，機關不利，機關不利者，腰不可以行，項不可以顧，發腸癰不可治，驚者死。陽明厥逆，喘欬身熱，善驚衄嘔血。

手太陰厥逆，虛滿而欬，善嘔沫，治主病者。手心主少陰厥逆，心痛引喉，身熱，死，不可治。手太陽厥逆，耳聾泣出，項不可以顧，腰不可以俛仰，治主病者。手陽明少陽厥逆，發喉痺，嗌腫，痓，治主病者。

**《素問・針解》**　黃帝問曰：願聞九鍼之解，虛實之道。岐伯對曰：刺虛則實之者，鍼下熱也，氣實乃熱也。滿而泄之者，鍼下寒也，氣虛乃寒也。菀陳則除之者，出惡血也，邪勝則虛之者，出鍼勿按。徐而疾則實者，徐出鍼而疾按之，疾而徐則虛者，疾出鍼而徐按之。言實與虛者，寒温氣多少也。若無若有者，疾不可知也。察後與先者，知病先後也。為虛與實者，工勿失其法。若得若失者，離其法也。虛實之要，九鍼最妙者，為其各有所宜也。補寫之時者，與氣開闔相合也。九鍼之名，各不同形者，鍼窮其所當補寫也。刺實須其虛者，留鍼陰氣隆至，乃去鍼也。刺虛須其實者，陽氣隆至，鍼下熱乃去鍼也。經氣已至，慎守勿失者，勿變更也。深淺在志者，知病之內外也，近遠如一者，深淺其候等也。如臨深淵者，不敢墮也。手如握虎者，欲其壯也。神無營於衆物者，靜志觀病人，無左右視也。義無邪下者，欲端以正也。必正其神者，欲瞻病人目制其神，令氣易行也。所謂三里者，下膝三寸也。所謂跗之者，舉膝分易見也。巨虛者，蹻足骭獨陷者。下廉者，陷下者也。

帝曰：余聞九鍼，上應天地四時陰陽，願聞其方，令可傳於後世，以為常

也。岐伯曰：夫一天、二地、三人、四時、五音、六律、七星、八風、九野，身形亦應之，鍼各有所宜，故曰九鍼。人皮應天，人肉應地，人脉應人，人筋應時，人聲應音，人陰陽合氣應律，人齒面目應星，人出入氣應風，人九竅三百六十五絡應野。故一鍼皮，二鍼肉，三鍼脉，四鍼筋，五鍼骨，六鍼調陰陽，七鍼益精，八鍼除風，九鍼通九竅，除三百六十五節氣，此之謂各有所生也。人心意應八風，人氣應天，人髮齒耳目五聲應五音六律，人陰陽脉血氣應地，人肝目應之九。

九竅三百六十五。人一以觀動靜，天二以候五色，七星應之以候髮毋澤，五音一以候宮商角徵羽，六律有餘不足應之，二地一以候高下有餘，九野一節俞應之，以候閉節，三人變，一分人候，齒泄多血少，十分角之變，五分以候緩急，六分不足，三分寒關，節第九分四時，人寒溫燥濕，四時一應之，以候相反，一四方各作解。

**《素問・四時刺逆從論》** 厥陰有餘病陰痺，不足病生熱痺，滑則病狐疝風，濇則病少腹積氣。少陰有餘病皮痺隱軫，不足病肺痺，滑則病肺風疝，濇則病積溲血。太陰有餘病肉痺寒中，不足病脾痺，滑則病脾風疝，濇則病積心腹時滿。陽明有餘病脉痺身時熱，不足病心痺，滑則病心風疝，濇則病積時善驚。太陽有餘病骨痺身重，不足病腎痺，滑則病腎風疝，濇則病積善時巔疾。少陽有餘病筋痺脇滿，不足病肝痺，滑則病肝風疝，濇則病積，時筋急目痛。是故春氣在經脉，夏氣在孫絡，長夏氣在肌肉，秋氣在皮膚，冬氣在骨髓中。帝曰：余願聞其故。岐伯曰：春者，天氣始開，地氣始泄，凍解冰釋，水行經通，故人氣在脉。夏者，經滿氣溢，入孫絡受血，皮膚充實。長夏者，經絡皆盛，內溢肌中。秋者，天氣始收，腠理閉塞，皮膚引急。冬者蓋藏，血氣在中，內著骨髓，通於五藏。是故邪氣者，常隨四時之氣血而入客也，至其變化不可為度，然必從其經氣，辟除其邪，除其邪則亂氣不生。

帝曰：逆四時而生亂氣奈何？岐伯曰：春刺絡脉，血氣外溢，令人少氣；春刺肌肉，血氣環逆，令人上氣；春刺筋骨，血氣內著，令人腹脹。夏刺經脉，血氣乃竭，令人解㑊；夏刺肌肉，血氣內却，令人善恐；夏刺筋骨，血氣上逆，令人善怒。秋刺經脉，血氣上逆，令人善忘；秋刺絡脉，氣不外行，令人臥不欲動；秋刺筋骨，血氣內散，令人寒慄。冬刺經脉，血氣皆脫，令人目不明；冬刺絡脉，內氣外泄，留為大痺；冬刺肌肉，陽氣竭絶，令人善忘。凡此四時刺者，大逆之病，不可不從也，反之則生亂氣相淫病焉。故刺不知四時之經，病之所生，以從為逆，正氣內亂，與精相薄，必審九候，正氣不亂，精氣不轉。帝曰：善。

刺五藏，中心一日死，其動為噫。中肝五日死，其動為語。中肺三日死，其動為欬。中腎六日死，其動為嚏欠。中脾十日死，其動為吞。刺傷人五藏必死，其動，則依其藏之所變候知其死也。

**《春秋繁露・天地之行》** 天地之行美也。是故春襲葛，夏居密陰，秋避殺風，冬避重漯，就其和也。衣欲常漂，食欲常饑，體欲常勞，而無長佚居多也。凡天地之物，乘以其泰而生，厭於其勝而死，四時之變是也。故冬之水氣，東加於春而木生，乘其泰也。春之生，西至金而死，厭於勝也。生於木者至金而死，生於金者至火而死。春之所生而不得過秋，秋之所生不得過夏，天之數也。飲食臭味，每至一時，亦有所勝有所不勝之理，不可不察也。四時不同氣，氣各有所宜，宜之所在，其物代美，視代美而代養之同。時美者，雜食之，是皆其所宜也。故薺以冬美，而芥以夏成，此可以見冬夏之所宜服矣。冬，水氣也，薺，甘味也，乘於水氣而美者，甘勝寒也。薺之為言濟與濟，大水也。夏火氣也，荼苦味也，乘於火氣而成者苦，勝暑也。天無所言，而意以物，物不與羣物同時而生死者，必深察之，是天所以告人也。故薺成告之甘，芥成告之苦也，君子察物而成告謹，是以至薺不可食之時，而盡遠甘物，至芥成就也。天獨所代之成者，君子獨代之，是冬夏之所宜也。春秋雜物其和，而冬夏代服其宜，則當得天地之美，四時和矣。凡（釋）〔擇〕美之大體，各因其時所之美而違天不遠矣。是故當百物大生之時，羣物皆生，而難不惜其命所以救窮也。推進光榮，褒揚其善，所以助明也。受命宣恩，輔成君子，所以助化也。功成事就，歸德於上，所以致義也。是故地明其理，為萬物母，臣明其職，為一國宰。母不可以不信，宰不可以不忠。母不信則草木傷其根，宰不忠則奸臣危其君。根傷則亡其枝葉，君危則亡其國。故為地者務暴其形，為臣者務著其情。

一國之君，其猶一體之心也。隱居深宮，若心之藏於胸，至貴無與敵，若心之神無與雙也。其官人上士，高清明而下重濁，若身之貴目而賤足也；任羣臣無所親，若四肢之各有職也；內有四輔，若心之有肝肺脾腎也；外有百

官，若心之有形體孔竅也；親聖近賢，若神明皆聚於心也；上下相承順，若肢體相為使也；布恩施惠，若元氣之流皮毛腠理也；百姓皆得其所，若流血氣和平，形體無所苦也；無為致太平，若神氣自通於淵也，致黃龍鳳凰，若神明之致玉女芝英也。君明，臣蒙其功，若心之神體得以全；臣賢，君蒙其恩，若形體之靜而心得以安。上亂下被其患，若耳目不聰明，而手足為傷也；臣不忠而君滅亡，若形體妄動而心之喪。是故君臣之禮，若心之與體。心不可以不堅，君不可以不賢；體不可以不順，臣不可以不忠。心所以全者，體之力也；君所以安者，臣之功也。

是以天高其位而下其施，藏其形而見其光。序列星而近至精，考陰陽而降霜露。高其位，所以為尊也，下其施，所以為仁也，藏其形，所以為神也，見其光，所以為明也，序列星，所以相承也，近至精，所以為剛也，考陰陽，所以成歲也，降霜露，所以生殺也。為人君者，其法取象於天，故貴爵而臣國，所以為仁也；深居隱處，不見其體，所以為神也；任賢使能，觀聽四方，所以為明也；量能授官，賢愚有差，所以相承也；引賢自近，以備股肱，所以為剛也；考實事功，次序殿最，所以成世也；有功者進，無功者退，所以賞罰也。是故天執其道，為萬物主。君執其常，為一國主。天不可以不剛，主不可以不堅，天不剛則列星亂其行，主不堅則邪臣亂其官。星亂則亡其天，臣亂則亡其君。故為天者務剛其氣，為君者務堅其政。剛堅然後陽道制命。地卑其位而上其氣，暴其形而著其情，受其死而獻其生，成其事而歸其功。卑其位所以事天也，上其氣所以養陽也，暴其形所以為忠也，著其情所以為信也，受其死所以藏終也，獻其生所以助明也，成其事所以助位也，歸其功所以致義也。為人臣者，其法取象於地，故朝夕進退，奉職應對，所以事貴也；供設飲食，候視疚疾，所以致養也；委身致命，事無專制，所以致養也；竭愚寫情，不飾其過，所以為忠也；伏節死義，代四時也。而人之所治也，安取久留，當行之理而必待四時也。此之謂壅，非其中也。人有喜怒哀樂，猶天之有春夏秋冬也。喜怒哀樂之至，其時而欲發也，若春夏秋冬之至，其時而欲出也，皆天氣之然也。其宜直行，而無鬱滯一也。天終歲乃一偏，此四者而人主終日不知過，此四之數其理。故不可以相待，且天之欲利人，非直其欲利穀也。除穢不待，時況穢人乎？

**《春秋繁露・威德所生》**　天有和有德，有平有威，有相受之意，有為政之理，不可不審也。春者天之和也，夏者天之德也，秋者天之平也，冬者天之威也。天之序，必先和然後發德，必先平然後發威。此可以見不和不可以發慶賞之德，不平不可以發刑罰之威。又可見德生於和，威生於平也。不和無德，不平無威，天之道也，達者以此見之矣。我雖有所愉而喜，必先和心以求其當，然後發慶賞以立其德。雖有所忿而怒，必先平心以求其政，然後發刑罰以立其威。能常若是者，謂之天德，行天德者，謂之聖人。為人主者，居至德之位，操殺生之勢，以變化民。民之從主也，如草木之應四時也。喜怒當寒暑，威德當冬夏。冬夏者，威德之合也，寒暑者，喜怒之偶也。喜怒之有時而當發，寒暑亦有時而當出，其理一也。當喜而不喜，猶當暑而不暑；當怒而不怒，猶當寒而不寒也；當德而不德，猶當夏而不夏也；當威而不威，猶當冬而不冬也。喜怒威德之不可以不直處而發也，如寒暑冬夏之不可不當其時而出也。故謹善惡之端，何以效其然也？《春秋》采善不遺小，掇惡不遺大，諱而不隱，罪而不忽，以是非，正理以褒貶。喜怒之發，威德之處，無不皆中其應，可以參寒暑冬夏之不失其時已。故曰：聖人配天。

**《春秋繁露・如天之為》**　陰陽之氣，在上天亦在人。在人者為好惡喜怒，在天者為暖清寒暑。出入上下、左右、前後，平行而不止，未嘗有所稽留滯鬱也。其在人者，亦宜行而無留，若四時之條條然也。夫喜怒哀樂之止動也，此天之所為人性命者。臨其時致上而欲發其應，亦天應也，與暖清寒暑之至其時而亦發無異。若留德而待春夏，留刑而待秋冬也，此有順四時之名，實逆於天地之經。在人者亦天也，奈何其久留天氣，使之鬱滯，不得以其正周行也。是故天行穀朽寅，而秋生麥，告除穢而繼乏也。所以成功繼乏，以贍人也。天之生有大經也，而所周行者，又有害功也，除而殺殛者，行急皆不待時也，天之志也，而聖人承之以治。是故春修仁而求善，秋修義而求惡，冬修刑而致清，夏修德而致寬。此所以順天地，體陰陽。然而方求善之時，見惡而不釋；方求惡之時，見善亦立行；方致清之時，見大善亦立舉之；方致寬之時，見大惡亦立去之。以效天地之方生之時有殺也，方殺之時有生也。是故志意隨天地，緩急倣陰陽。然而人事之宜行者，無所鬱滯，且恕於人，順於天，天人之道兼舉，此謂執其中。天非以春生人，以秋殺人也。當生者曰生，當死者曰死。非殺物之任，擬神明亂世之所起亦博，若是皆因天地之化以成敗。物乘陰陽之資，以任其所為故為惡。愆人力而功傷，名自過

也。天地之間有陰陽之氣常漸人者，若水常漸魚也，所以異於水者，可見與不可見耳，其澹澹也。然則人之居天地之間，其猶魚之離水一也。其無間若氣而淖於水，水之比於氣也，若泥之比於水也，是天地之間若虛，而實人常漸，是澹澹之中，而以治亂之氣與之流通，相殺饌也。故人氣調和，而天地之化美，殺於惡而味敗，此易之物也。推物之類，以易見難者，其情可得。治亂之氣，邪正之風，是殺天地之化者也。生於化而及殺，化與運連也。《春秋》舉世事之道。夫有書天之盡與不盡，王者之任也。《詩》云天難忱斯，不易維王，此之謂也。夫王者不可以不知天，知天詩人之所難也。天意難見也，其道難理，是故明陽陰入出，實虛之處，所以觀天之志，辨五行之本末，順逆，小大，廣狹，所以觀天道也。天志人，其道也義，為人主者，予奪生殺，各當其義。若四時，列官置吏，必以其能，若五行，好仁惡戾，仁德遠刑，若陰陽，此之謂能配天。天者其道長萬物，而王者長人。人主之大，天地之參也。好惡之分，陰陽之理也。喜怒之發，寒暑之比也。官職之事，五行之義也。以此長天地之間蕩。

**《論衡・自然》** 天地合氣，萬物自生，猶夫婦合氣，子自生矣。萬物之生，含血之類，知饑知寒，見五穀可食，取而食之；見絲麻可衣，取而衣之。或說以為，天生五穀以食人，生絲麻以衣人，此謂天為人作農夫、桑女之徒也，不合自然，故其義疑未可從也。試依道家論之：天者，普施氣萬物之中，穀愈飢而絲麻救寒，故人食穀，衣絲麻也。夫天之不故生五穀絲麻以衣食人，由其有災變，不欲以譴告人也，物自生而人衣食之，氣自變而人畏懼之。以若說論之厭於人心矣。如天瑞為故，自然焉在，無為何居？何知天之自然也。以天無口目也，案有為者，口目之類也。口欲食而目欲視，有嗜欲於內，發之於外，口目求之，得以為利欲之為也。今無口目之欲，於物無所求索，夫何為乎？何以知天無口目也？以地知之。地以土為體，土本無口目。天地夫婦也，地體無口目，亦知天無口目也。使天體乎宜與地同，使天氣乎氣若雲煙，雲煙之屬，安得口目。或曰：凡動行之類，皆本無有為，有欲故動。動則有為，今天動行與人相似，安得無為。曰：天之動行也，施氣也。體動氣乃出，物乃生矣。由人動氣也，體動氣乃出，子亦生也。夫人之施氣也，非欲以生子，氣施而子自生矣。天動不欲以生物而物自生，此則自然也。施氣不欲為物而物自為，此則無為也。謂天自然無為者何？氣也。恬澹無欲，無為、無事者也，老聃得以壽矣。老聃稟之於天，使天無此氣，老聃安所稟受此性。師無其說而弟子獨言者，未之有也。或復於桓公，公曰：以告仲父。左右曰：一則仲父，二則仲父，為君乃易乎！桓公曰：吾未得仲父，故難。已得仲父，何為不易？夫桓公得仲父，任之以事，委之以政，不復與知，皇天以至優之德，與王政而譴告人，則天德不若桓公，而霸君之操，過上帝也。或曰：桓公知管仲賢，故委任之。如非管仲亦將譴告之矣。使天遭堯舜，必無譴告之變。曰：天能譴告人君，則亦能故命聖君，擇才若堯舜，受以王命，委以王事，勿復與知。今則不然，生庸庸之君，失道廢德，隨譴告之，何天不憚勞也。曹參為漢相，縱酒歌樂，不聽政治，其子諫之，笞之二百，當時天下無擾亂之變，淮陽鑄偽錢，吏不能禁，汲黯為太守，不壞一鑪，不刑一人，高枕安卧，而淮陽政清。夫曹參為相，若不為相，汲黯為太守，若郡無人。然而漢朝無事，淮陽刑錯者，參德優而黯威重也。計天之威德，孰與曹參汲黯？而謂天與王政，隨而譴告之，是謂天德不若曹參厚，而威不若汲黯重也。蘧伯玉治衛，子貢使人問之，何以治衛？對曰：以不治治之。夫不治之治，無為之道也。或曰：太平之應，河出圖，洛出書。不畫不就，不為不成，天地出之，有為之驗也。張良遊泗水之上，遇黃石公授太公書，蓋天佐漢誅秦，故命令神石為鬼書授人，復為有為之效也，曰：此皆自然也。夫天安得以筆墨而為圖書乎？天道自然，故圖書自成。晉唐叔虞、魯成季友生，文在其手，故叔曰虞，季曰友。宋仲子生，有文在其手，曰：為魯夫人。三者，在母之時，文字成矣。而謂天為文，字在母之時，天使神持錐筆墨刻其身乎！自然之化，固疑難知，外若有為，內實自然。是以太史公記黃石事，疑而不能實也。趙簡子夢上天，見一男子在帝之側，後出見人當道，則前所夢見在帝側者也。論之以為趙國且昌之狀也。黃石授書，亦漢且興之象也，妖氣為鬼，鬼像人形，自然之道，非或為之也。草木之生，華葉青蔥，皆有曲折，象類文章，謂天為文字，復為華葉乎！宋人或刻木為楮葉者，三年乃成。孔子曰：使地三年乃成一葉，則萬物之有葉者寡矣。如孔子之言，萬物之葉，自為生也。自為生也，故能並成，如天為之，其遲當若宋人刻楮葉矣。觀鳥獸之毛羽，毛羽之采色，通可為乎？鳥獸未能盡實。春觀萬物之生，秋觀其成，天地為之乎，物自然也。如謂天地為之，為之宜用手，天地安得萬萬千千手，並為萬萬千千物乎！諸物在天地之間也，猶子在母腹中也，母懷子氣，十月而生，鼻口耳目，

髮膚毛理，血脈脂腴，骨節爪齒，自然成腹中乎？母為之也。偶人千萬，不名為人者，何也？鼻口耳目非性自然也。武帝幸王夫人，王夫人死，思見其形，道士以方術作夫人形，形成出入宮門，武帝大驚，立而迎之，忽不復見，蓋非自然之真。方士巧妄之偽，故一見恍忽，消散滅亡，有為之化，其不可久行，猶王夫人形不可久見也。道家論自然，不知引物事以驗其言行，故自然之說未見信也。然雖自然，亦須有為輔助，耒耜耕耘，因春播種者，人為之也。及穀入地，日夜長大，人不能為也。或為之者，敗之道也。宋人有閔其苗之不長者，就而揠之，明日枯死。夫欲為自然者，宋人之徒也。問曰：人生於天地，天地無為。人稟天性者，亦當無為而有為，何也？曰：至德純渥之人，稟天氣多，故能則天。自然無為，稟氣薄少，不遵道德，不似天地，故曰不肖。不肖者，不似也。不似天地，不類聖賢，故有為也，天地為鑪，造化為工，稟氣不一，安能皆賢？賢之純者，黃老是也。黃者，黃帝也；老者，老子也。黃老之操，身中恬澹，其治無為，正身恭己而陰陽自和，無心於為而物自化，無意於生而物自成。《易》曰：黃帝堯舜，垂衣裳而天下治。垂衣裳者，垂拱無為也。孔子曰：大哉，堯之為君也，惟天為大，惟堯則之。又曰：巍巍乎舜禹之有天下也，而不與焉。周公曰：上帝引佚。上帝謂舜禹也，舜禹承安繼治，任賢使能，恭己無為，而天下治。舜禹承堯之安，堯則天而行，不作功邀名，無為之化自成。故曰：蕩蕩乎民無能名焉，年五十者，擊壤於塗，不能知堯之德，蓋自然之化也。《易》曰：大人與天地合其德。黃帝堯舜，大人也，其德與天地合，故知無為也。天道無為，故春不為生，而夏不為長，秋不為成，冬不為藏。陽氣自出，物自生長。陰氣自起，物自成藏，汲井決陂，灌溉園田，物亦生長，霈然而雨，物之莖葉根垓，莫不洽濡。程量澍澤，孰與汲井決陂哉！故無為之為大矣。本不求功，故其功立。本不求名，故其名成。沛然之雨，功名大矣，而天地不為也，氣和而雨自集。儒家說夫婦之道，取法於天地。知夫婦法天地，不知推夫婦之道，以論天地之性，可謂惑矣。夫天覆於上，地偃於下，下氣烝上，上氣降下，萬物自生其中間矣。當其生也，天不須復與也，猶子在母懷中，父不能知也。物自生子，自成天地，父母何與知哉？及其生也，人道有教訓之義，天道無為，聽恣其性，故放魚於川，縱獸於山，從其性命之欲也。不驅魚令上陵，不逐獸令入淵者，何哉？拂詭其性，失其所宜也。夫百姓魚獸之類也，上德治之，若烹小鮮，與天地同操也。商鞅變秦法，欲為殊異之功，不聽趙良之議，以取車裂之患，德薄多欲，君臣相憎怨也。道家德厚，下當其上，上安其下，純蒙無為，何復譴告。故曰：政之適也。君臣相忘於治，魚相忘於水，獸相忘於林，人相忘於世，故曰天也。孔子謂顏淵曰：吾服汝忘也，汝之服於我亦忘也。以孔子為君，顏淵為臣，尚不能譴告，況以老子為君，文子為臣乎！老子、文子，似天地者也。淳酒味甘，飲之者醉不相知，薄酒酸苦，賓主嗛蹙，夫相譴告，道薄之驗也。謂天譴告，曾謂天德不若淳酒乎！禮者，忠信之薄，亂之首也。相譏以禮，故相譴告。三皇之時，坐者于于，行者居居，乍自以為馬，乍自以為牛，純德行而民瞳矇，曉惠之心，未形生也。當時亦無災異，如有災異，不名曰譴告。何則？時人愚蠢，不知相繩責也，末世衰微，上下相非，災異時至，則造譴告之言矣。夫今之天，古之天也，非古之天厚，而今之天薄也。譴告之言生於今者，人以心准況之也。誥誓不及五帝，要盟不及三王，交質子不及五伯。德彌薄者信彌衰，心險而行詖，則犯約而負教，教約不行則相譴告。譴告不改，舉兵相滅。由此言之，譴告之言，衰亂之語也，而謂之上天為之，斯蓋所以疑也。且凡言譴告者，以人道驗之也。人道君，譴告臣，上天譴告君也。謂災異為譴告，夫人道臣亦有諫君，以災異為譴告，而王者亦當時有諫上天之義，其效何在？苟謂天德優，人不能諫優，德亦宜玄默不當，譴告萬石，君子有過不言，對案不食，至優之驗也。夫人之優者，猶能不言。皇天德大，而乃謂之譴告乎！夫天無為故不言，災變時至，氣自為之。夫天地不能為，亦不能知也。腹中有寒，腹中疾痛，人不使也，氣自為之。夫天地之間，猶人背腹之中也。謂天為災變，凡諸怪異之類，無小大薄厚，皆天所為乎！牛生馬，桃生李，如論者之言，天神入牛腹中為馬，把李實提桃間乎！牢曰：子云：吾不試故藝。又曰：吾少也賤，故多能鄙事。人之賤不用於大者，類多伎能。天尊貴高大，安能撰為災變，以譴告人。且吉凶蚩色見於面，人不能為，色自發也。天地猶人身，氣變猶蚩色，人不能為蚩色，天地安能為氣變！然則氣變之見，殆自然也。變自見，色自發，占候之家，因以言也。夫寒溫譴告，變動招致，四疑皆已論矣。譴告於天道尤詭，故重論之，論之所以難別也。說合於人事，不入於道意，從道不隨事，雖違儒家之說，合黃老之義也。

**《白虎通・天地》**　天道所以左旋，地道右周，何？以為天地動而不別，

行而不離。所以在旋右周者，猶君臣陰陽相對之義。男女惣名為人，天地所以無惣名何？曰：天圓地方不相類，故無總名也。君舒臣疾卑者，宜勞天，所以反常行，何？以為陽不動無以行其教，陰不靜無以成其化。雖終日乾乾，亦不離其處也。故《易》曰終日乾乾，反覆道也。

**《白虎通・禮樂》** 天之所生，地之所載，咸蒙德施也。顓頊曰：六莖者，言和律曆以調陰陽，莖者，著萬物也。帝嚳曰：五英者，言能調和五聲以養萬物，調其英華也。堯曰：大章大明，天地人之道也。

所以懲忽宮商角則宜。君父有節，臣子有義，然後四時和。四時和，然後萬物生，故謂之瑟也。琴者，禁也，所以禁止淫邪，正人心也。磬者，夷則之氣也，象萬物之盛也。

**《金匱要略・臟腑經絡先後脉證》** 夫人稟五常，因風氣而生長，風氣雖能生萬物，亦能害萬物，如水能浮舟，亦能覆舟。若五藏元真通暢，人即安和，客氣邪風，中人多死。千般疢難，不越三條：一者，經絡受邪，入藏府，為內所因也；二者，四肢九竅，血脈相傳，壅塞不通，為外皮膚所中也；三者，房室、金刃、蟲獸所傷。以此詳之，病由都盡。

問曰：有未至而至，有至而不至，有至而不去，有至而太過，何謂也？師曰：冬至之後，甲子夜半少陽起，少陽之時陽始生，天得溫和。以未得甲子，天因溫和，以為未至而至也；以得甲子而天未溫和，此為至而不至也；以得甲子而天大寒不解，此為至而不去也；以得甲子而天溫和如盛夏五、六月時，此為至而太過也。

**《孫真人攝養論》** 正月腎氣受病，肺臟氣微。宜減鹹酸，增辛味，助腎補肺，安養胃氣。勿冒冰凍，勿極溫暖，早起夜臥，以緩形神。勿食生蔥，損人津血。勿食生蓼，必為癰痼，面起游風。勿食蟄藏之物，減折人壽。勿食虎豹狸肉，令人神魂不安。此月四日，宜拔白髮；七日宜靜念思真，齋戒增福；八日宜沐浴，其日忌遠行。

二月腎氣微，肝當正王。宜減酸增辛，助腎補肝，宜靜腸去痰水，小洩皮膚微汗，以散玄冬蘊伏之氣。勿食黃花菜、陳醋、葅，發痼疾。勿食大小蒜，令人氣壅，關膈不通。勿食葵及雞子，滯人血氣，沍精。勿食兔及狐貉肉，令人神魂不安。此月八日，宜拔白髮；九日忌食一切魚，仙家大畏；十四日不宜遠行。仲春氣正，宜節酒保全真性。

三月腎氣已息，心氣漸臨，木氣正王。宜減甘增辛，補精益氣，慎避西風，散體緩形，便性安泰。勿專殺伐，以順天道。勿吃黃花菜、陳醋、葅。發癰痼，起瘟疫。勿食生葵，令人氣脹，化為水疾。勿食諸脾，脾神當王。勿食雞子，令人終身昏亂。此月三日，忌食五臟及百草心，食之天地遺殃。六日宜沐浴；十二日宜拔白髮；二十七日忌遠行，宜齋戒，念靜思真。

四月肝臟已病，心臟漸壯。宜增酸減苦，補腎助肝，調胃氣。勿暴露星宿，避西北二方風。勿食大蒜，傷神魂，損膽氣。勿食生薤，令人多涕唾，發痰水。勿食雞雉肉，令人生癰疽，逆元氣。勿食鱔魚，害人。此月四日，宜沐浴，拔白髮；七日宜安心靜慮，齋戒，必有福慶。其日忌遠行。

五月肝臟氣休，心正王。宜減酸增苦，益肝補腎，固密精氣，臥起俱早。每發洩，勿露體星宿下，慎避北風。勿處濕地，以招邪氣。勿食薤韭，以為癰痼，傷神損氣。勿食馬肉及麞鹿肉，令人神氣不安。此月五日，宜齋戒，清靜。此日忌見一切生血，勿食一切菜。十六日切忌嗜欲，犯之夭壽，傷神。其日忌遠行。二十七日宜沐浴，拔白髮。

六月肝氣微，脾臟獨王。宜減苦增鹹，節約肥濃，補肝助腎，益筋骨，慎東風，犯之令人手足癱瘓。勿用冷水浸手足。勿食葵，必成水癖。勿食茱萸，令人氣壅。此月六日，宜齋戒沐浴，吉。其日又宜起土興工。二十四日宜拔白髮，其日忌遠行。二十七日宜沐浴，念靜思真，施陰騭事，吉。

七月肝心少氣，肺藏獨王。宜安寧情性，增鹹減辛，助氣補筋，以養脾胃。無冒極熱，勿恣涼冷，無發大汗。勿食茱萸，令人氣壅。勿食豬肉，損人神氣。此月勿思惡事，仙家大忌。五日宜沐浴，七日宜絕慮，齋戒。九日謝前僭，求祈新慶。二十八日宜拔白髮。二十九日忌遠行。

八月心臟氣微，肺金用事。宜減苦增辛，助筋補血，以養心肝。無犯邪風，令人骨肉生瘡，以為瘋痢。勿食小蒜，傷人神氣，魂魄不安。勿食豬肚，冬成嗽疾，經年不差。勿食雞雉肉，損人神氣。此月四日，勿市鞋履附足之物，仙家大忌。十八日宜齋戒，思念吉事，天人興福之時。二十一日宜拔白髮，忌遠行，去而不返。又宜沐浴，吉。

九月陽氣已衰，陰氣大盛，暴風數起，切忌賊邪之風。宜減苦增咸，補肝益腎，助脾資胃。勿冒風霜，無恣醉飽。勿食純菜，有蟲不見。勿食姜蒜，損

人神氣。勿食經霜生菜及瓜，令人心痛。勿食葵，化為水病。勿食犬肉，減算夭壽。此月九日，宜齋戒。十六日宜沐浴，拔白髮。二十七日忌遠行，呼為羅網之日。

十月心肺氣弱，腎氣強盛。宜減辛苦，以養腎臟。無傷筋骨，勿洩皮膚。勿妄針灸，以其血澀，津液不行。勿食生椒，損人血脈。勿食生薤，以增痰水。勿食熊、豬肉、葅菜，衰人顏色。此月一日，宜沐浴。四日、五日勿責罰，仙家大忌。是月十日忌遠行，十三日宜拔白髮。十五日宜齋戒，靜念思真，必獲福慶，二十日切忌遠行。

十一月腎臟正王，心肺衰微。宜增苦味絕鹹，補理肺胃。勿灸腹背，勿暴溫暖，慎避賊邪之風，犯之令人面腫，腰脊強痛。勿食貉肉，傷人神魂。勿食螺蚌蟹鱉，損人元氣，長尸蟲。勿食經夏醋，發頭風，成水病。勿食生菜，令人心痛。此月三日，宜齋戒靜念。十日宜拔白髮，其日忌遠行，不可出，宜念善，天與福，去災。十六日宜沐浴，吉。

十二月土當王，水氣不行。宜減甘增苦，補心助肺，調理腎臟。勿冒霜露，勿洩津液及汗。勿食葵，化為水病。勿食薤，多發痼疾。勿食鼈鱉。

**《鍾呂傳道集・論天地》**　呂曰：所謂天地之機，可得聞乎？

鍾曰：天地之機，乃天地運用大道，而上下往來，行持不倦，以得長久堅固，未嘗輕泄於人也。

呂曰：天地之於道也，如何謂之運用之機？如何謂之行持之機？運用如何起首？行持如何見功？

鍾曰：大道既判而有形，因形而有數。天得乾道，以一為體，輕清而在上，所用者，陽也；地得坤道，以二為體，重濁而在下，所用者，陰也。陽升陰降，互相交合。乾坤作用，不失於道。而起首有時，見功有日。

呂曰：天得乾道，所用者陽也。陽主升，何以交於地？地得坤道，所用者陰也。陰主降，何以交於天？天地不交，陰陽如何得合？陰陽不合，乾坤如何作用？乾坤既無作用，雖有起首之時、見功之日，大道如何可得也？

鍾曰：天道以乾為體，陽為用，積氣在上。地道以坤為體，陰為用，積水在下。天行道，以乾索於坤。一索之而為長男，長男曰震，再索之而為中男，中男曰坎，三索之而為少男，少男曰艮。是乃天交於地，以乾道索坤道而生三陽。及乎地行道，以坤索於乾。一索之而為長女，長女曰巽，再索之而為中女，中女曰離，三索之而為少女，少女曰兌。是此地交於天，以坤道索乾道而生三陰，三陽交合於三陰而萬物生，三陰交合於三陽而萬物成。天地交合本以乾坤相索，而運行於道。乾坤相索而生六氣，六氣交合而分五行，五行交合而生成萬物，方其乾道下行，三索既終，其陽復升。陽中藏陰，上還於天。坤道上行，三索既終，其陰復降。陰中藏陽，下還於地，陽中藏陰。其陰不消乃曰真陰。真陰到天，因陽而生。所以陰自天降，陰中能無陽乎！陰中藏陽，其陽不滅，乃曰真陽。真陽到地，因陰而發，所以陽自地升。陽中能無陰乎！陽中藏陰，其陰不消，復到於地，陰中藏陽，其陽不滅，復到於天，周而復始，運行不已，交合不失於道，所以長久堅固者如此。

呂曰：天地之機運行於道而得長久，乃天地作用之功也。惟人也，雖有聰明之性，留心於清淨，欲奉行大道，小則安樂延年，中則長生不死，大則脫質升仙，如何作用？運行大道，法效天機，而亦得長久堅固，浩劫常存。

鍾曰：大道無形，因彼之所得而為形。大道無名，因彼之所有而為名。天地得之而曰乾坤道，日月得之而曰陰道陽道，人若得之，朝廷則曰君臣之道，閨門則曰夫婦之道，鄉黨則曰長幼之道，庠序則曰朋友之道，家庭則曰父子之道，是見於外者，莫不有道也。至於父母交會，其父則陽先進而陰後行，以真氣接真水，心火與腎水相交，煉為精華，精華既出，逢母之陰，先進以水，滌蕩於無用之處，逢母之陽，先進以血，承受於子宮之前。精血為胞胎，包含真氣而入母子宮。積日累月，真氣造化成人。如天地行道，乾坤相索而生三陰三陽。真氣為陽，真水為陰。陽藏水中，陰藏氣中。氣主於升，氣中有真水，水主於降，水中有真氣。真水乃真陰也，真氣乃真陽也。真陽隨水下行，如乾索於坤上曰震，中曰坎，下曰艮，比之於人，以中為度，自上而下，震為肝，坎為腎，艮為膀胱。真陰隨氣上行，如坤索於乾下曰巽，中曰離，上曰兌，比之於人，以中為度，自下而上，巽為膽，離為心，兌為肺，形象既備，數足離母。既生之後，元陽在腎，因元陽而生真氣，真氣朝心，因真氣而生真液，真液還元，上下往復，若無虧損，自可延年。如知時候無差，抽添有度，自可長生。若造作無倦，修持不已，陰盡陽純，自可超凡入聖。此乃天機深造之理，古今不傳之事。公若信心而無猶豫，以利名若枷紐，恩愛如寇讎，避疾病若怕死亡之難，防失身於別殼，慮透靈於異類。委有清淨之志，當且杜其根源，無使走失元陽，耗散真氣。氣盛而魂中無陰，陽壯而魄中有氣，一升一降，取

法無出乎天地，一盛一衰，往來亦似乎日月。

**《侶堂山類辯・鍼經論》**　《靈樞》古名《鍼經》，《隋書・經籍志》謂之《九靈》，唐王冰改為《靈樞》，蓋亦有所本也。其中論藏府陰陽，雌雄配合，精神氣血，生死原流，營衛之經行出入，經脉之終始循環，三陰三陽有血氣之多少，手經足經，分尺寸之短長。五藏五行之氣，外合皮肉筋骨，四方四時之令，內通肺腎心肝。十二經脉合地之十二經水，十一藏府，應天之六律五音。天地日月，配形身之上下，人與天地參也。生長收藏，隨寒暑之往來，而人亦應之。脉隨呼吸，應周天之二十八宿。營隨衛轉，合晝夜之百刻陰陽，十二經中，分是動所生之病證。五藏脉法，有緩急滑澁之提綱。論五藏神，內舍五情五志。分五形人，外具五色五音。察面王，即知藏府之凶吉，審形氣，便知壽命之短長。論氣之陰陽清濁，有順有逆。味之酸辛甘苦，有忌有宜。論內傷之病，分別陰陽喜怒。外感之疾，各有部署形層。百病之起，有寒熱虛實。湯液之法，有補瀉溫凉。其間義理精微，不能盡述。苟非生知睿聖，焉能洞察隔垣。誠三才之原始，實醫學之上乘，後世視為鍼經而忽之。醫者能明正氣之生始出入，而後知邪病之虛實淺深。舍根本之大道，而反循末務。設遇盤根錯節，靡不意亂心迷。若能潛心此經，自然出類拔萃。

**《天原發微・天樞》**　愚嘗參酌先師之論，而得其說。曰：北辰不動，為天之樞。朱子曰：緣人取此，為極不可，無箇記認，所以就其旁取一小星，謂之極星。問：極星動不動，曰：也動，只是他近那辰處，雖動不覺。今以管窺極星見，其動去只在管裏面，不動出去，向來人說，北極不動。至宋時人，方推得是北極只在北辰邊頭，而極星依舊動。舊說皆以紐星，即天極在正北為天心，不動，今驗天極亦晝夜運轉，其不移處，乃在天極星內一度有半，故渾象扛轂正中置之不動，以象天心也。

地上之數起於一，二而六之，為十二月，二而四之，為二十四气，二而三之，為七十二候。此十二辟中，所以藏了七十二候，四正卦中所以藏了二十四气，六十卦中所以藏了三百六十日。漢始，以驚蟄為正月中氣，雨水為二月節。至前漢末始改故律，《曆志》云：正月立春，節雨水中。二月驚蟄，節春分中。言蟄蟲正月始驚，二月大驚。故移居後云三統曆穀雨。三月節清明中，按通卦驗及今曆，以清明為三月節穀雨中，餘并與《律曆志》同，《月令》紀十二月時候，體例不一，氣候在前，先言之在後，後言之其二至二分之月，皆再紀時候者，以二至是陰陽之始，終二分是陰陽之交會，此節之大者，聖王所加謹。

**《脉訣匯編・脉位法天地五行論》**　人配天地，而稱三才，人身儼然一小天地也。凡兩間之理，無所不應，他不具論，即如脉之合於五行者，粲若指掌，請得而陳之。北方為坎，水之位也。南方為離，火之位也。東方為震，木之位也。西方為兌，金之位也。中央為坤，土之位也。試南面而立，以觀兩手之部位，心屬火居寸，亦在南也。腎屬水居尺，亦在北也。肝屬木居左，亦在東也。肺屬金居右，亦在西也。脾屬土居關，亦在中也。以五行相生之理言之，天一生水，故先從左尺腎水，生左關肝木，肝木生左寸心火。心火為君主，其位至高不可下，乃分權於相火。相火寓于右腎，腎本水也，而火寓焉。如龍伏海底，有火相隨。右尺相火，生右關脾土，脾土生右寸肺金，金復生水，循環無端，此相生之理也。更以五行相尅之理言之，相火在右尺，將來尅金，賴對待之左尺，實腎水也。火得水制，則不乘金矣。脾土在右關，將來尅水，賴對待之左關，實肝木也。土得木制，則不侮水矣。肺金在右寸，將來尅木，賴對待之左寸，實心火也。金得火制，則不賊木矣。右手三部，皆得左手三部制矣，而左手三部，竟無制者，獨何歟？右寸之肺金，有子腎水，可復母雝。右關之脾土，有子肺金，可復母雝。右尺之相火，有子脾土，可復母雝。是制於人者仍可制人，相制而適以相成也。此相尅之理也。人誠能體天地之道，以保其身，脉何有不調者哉。

**《脉訣匯編・運氣論》**　嘗讀《內經》，至《天元紀論》七篇，推申運氣，玄蘊難窺，未嘗不廢書三歎也。夫是天地之綱紀，變化之淵源，非通於《大易》《洪範》，曆元律法之說者，其敢橫心以解，矢口而談哉！無惑乎當今之人，置而弗講久矣！先哲有言曰：不明五運六氣，簡遍方書何濟。如經文所載，尺寸反，左右交，指下稍爾不明，生死何從臆斷。業已志醫，可不沉思力索乎？總其大綱，在五運之太過不及，而勝復所以生也。太過者其氣勝，勝而無制，則傷害甚矣。不及者其氣衰，衰而無復，則敗亂極矣。此勝復循環之道，出乎自然者也。故其在天則有五星運氣之應，在地則有萬物盛衰之應，在人則有臟腑疾病之應。如木強勝土，則歲星明而鎮星暗，土母受侮，子必復之，故金行伐木以救困土，則太白增光，歲星反晦也。凡氣見於上，則災

應于下，宿屬受傷，逆犯必甚，五運互為勝復，其氣皆然。在病如木勝肝強，必傷脾土，肝勝不已，燥必復之，而肝亦病矣。燥勝不已，火必復之，而肺亦病矣。此五藏互為盛衰，其氣亦皆然也。夫天運之有太過不及，即人身之有虛實也。惟其有虛而後強者勝之，有勝而後承者復之。無衰則無勝矣，無勝則無復矣。無勝無復，其氣和平，焉得有病。恃強肆暴，元氣泄盡，焉得無虛？故曰：有勝則復，無勝則否。勝微則復微，勝甚則復甚。勝復之微甚，繇變化之盛衰。故經之所載，天時地化人事，至詳至備，蓋以明其理之有合也。即如《周易》三百八十四爻，乃開明易道之微妙而教人。因易以求理，因象以知變。故孔子曰：書不盡言，言不盡意。此其大義，正與本經相同。夫天道玄微，本不易測。及其至也，聖人有所不知。故凡讀《易》者，當知《易》道有此變，不當曰變止於此也。讀運氣者，當知天道有是應，不當曰應盡于是也。今姑舉其大畧，或疫氣偏行，而一方皆病風溫。或清寒傷藏，則一時皆犯瀉利。或痘疹盛行，而多凶多吉，期各不同。或疔毒遍生，而是陰是陽，每從其類。或氣急咳嗽，一鄉並興。或筋骨疼痛，人皆道苦。或時下多有中風。或前此盛行痰火。諸如此者，以衆人而患同病，謂非運氣之使然歟！至其精微，則人多陰受，而識者為誰。夫人殊稟賦，令易寒暄，利害不侔，氣交使然。故凡以太陽之人，而遇流行之氣，以太陰之人，而逢赫曦之紀，強者有制，弱者遇扶，氣得其平，何病之有！或以強陽遇火，則炎烈生矣。陰寒遇水，則冰霜至矣。天有天符，歲有歲會，人得無人和乎！能先覺預防者，上智也。能因機辨理者，明醫也。既不能知，而且云烏有者，下愚也。然運氣亦有不可泥者，如肝木素虛，脾氣太盛，而運值太角，肝氣稍實，脾氣方平。五藏類然。又內外兩因，隨時感觸，雖當太過之運，亦有不足之時；不及之運，亦多有餘之患。倘執而不通，能無損不足而益有餘乎！況歲氣之在天地，亦有反常之時。故冬有非時之溫，夏有非時之寒，春有非時之燥，秋有非時之暖，犯之者病。又如春氣西行，秋氣東行，夏氣北行，冬氣南行。卑下之地，春氣常存；高阜之境，冬氣常在。天不足西北而多風，地不滿東南而多濕。又況百里之內，晴雨不同，千里之外，寒暄各別。則方土不同，而病亦因之，此皆法外之道也。若不知常變之道，盛衰之理，主客承制之位，每每鑿經文以害經意，徒欲以有限之年辰，概無窮之天道，隱微幽顯，誠非易見，管測求全，誠亦陋矣。復有不明氣化，如馬宗素之流，假仲景之名，而為《傷寒鈐法》等書，用氣運之更遷，擬主病之方治，拘滯不通，斯為大謬。又有偏執己見，不信運氣，蓋亦未精思耳。是以通于運氣者，必當順天以察運，因變以求氣，如杜預之言曆曰：治曆者當順天以求合，非為合以驗天。知乎此而後可以言曆。運氣之道，獨不然哉。若徒爾紛紜，執有執無，且疑且信，罕一成之見，圓機之用者，未足與議也。

**《脈訣匯辨・審象論》**　一曰：准時令者，所以見四時之變其狀，各自不同，脉與之應也。十二月大寒至二月春分，為初之氣，厥陰風木主令，經曰：厥陰之至，其脉弦。春分至小滿為二之氣，少陰君火主令，經曰：少陰之至，其脉鉤。小滿至六月大暑為三之氣，少陽相火主令，經曰：少陽之至，大而浮。大暑至八月秋分，為四之氣，太陰濕土主令，經曰：太陰之至，其脉沉。秋分至十月小雪，為五之氣，陽明燥金主令，經曰：陽明之至，短而澀。小雪至十二月大寒為六之氣，太陽寒水主令，經曰：太陽之至，大而長。一曰：察真藏脉者，所以明不治之脉與決短期，徃而不返，如水之流。止而不揚，如杯之覆。使其在肺，則上而微茫，下而斷絕，無根蕭索。使其在腎，則解散而去，欲藏無入，去如解索，彈搏而來，所藏盡出，來如彈石。在命門右腎與左腎同，但內藏相火，故其絕也，忽爾靜中一躍，如蝦之遊，如魚之翔，火欲絕而忽焰之象也。使其在膀胱，則泛濫不收，至如湧泉，以其藏津液而為州都之官，故絕形如此。凡斯六者，皆脉中至為喫緊之處，況有象可求，學者精勤，則熟能生巧，三指多回春之德矣。若不揣者，乃妄圖形象，弄巧成拙，最為可笑。夫脉理淵微，須心領神會，未可以言求，而可以圖標乎！如脉之浮沉、大小、長短、弦細，猶可圖也，如遲數、結促，亦何從描畫乎！欲學岐黃精蘊，而為紙上筌蹄，是又執形象而趨於愚妄者矣。

**《仇池筆記・五穀耗地氣》**　吾昔有田在蘄水，僅種一斗，得稻十斛。問其故，云連山皆野草散木，不生五穀，地氣不耗，故發如此。以是知五穀耗地氣為最甚。王莽末，天下旱蝗，黃金一觔易粟一斗。至漢建武六年，野蠶成繭，被於山澤，至五年漸少，而農事益脩，蓋土不生穀，地氣無所耗，蘊蓄日久發而為野蠶旅穀其理甚明。凡地不生草木者，多產金錫，亦其理也。書此以為衛生之方。

**《養老奉親書・春時攝養》**　屬性：春屬木，主發生。宜戒殺，茂於恩惠，以順生氣。春，肝氣旺，肝屬木，其味酸，木能勝土。土，屬脾，主甘，當春

之時，其飲食之味，宜減酸益甘，以養脾氣。肝氣盛者，調噓氣以利之。順之，則安；逆之，則少陽不生，肝氣內變。春時，陽氣初昇，萬物萌發。正、二月間，乍寒乍熱。高年之人，多有宿疾，春氣所攻，則精神昏倦，宿患發動。又復經冬已來，擁爐熏衾，啖炙飲熱，至春成積，多所發泄，致體熱頭昏，膈壅涎嗽，四肢勞倦，腰脚不任，皆冬所發之疾也，常宜體候。若稍利，恐傷臟腑。別主和氣，凉膈化痰之藥消解。或只選食治方中性稍凉、利飲食、調停與進，自然通暢。

若別無疾狀，不須服藥。常擇和暖日，引侍尊親，於園亭樓閣虛敞之處，使放意登眺，用攄滯懷，以暢生氣；時尋花木游賞，以快其意。不令孤坐，獨眠，自生鬱悶。春時，若親朋請召，老人意欲從歡，任自遨遊，常令嫡親侍從，惟酒不可過飲。春時，人家多造冷饌、米食等，不令下與；如水團兼粽粘冷肥僻之物，多傷脾胃，難得消化，大不益老人，切宜看承。春時，天氣燠暖，不可頓減綿衣。緣老人氣弱，骨疏，怯風冷，易傷肌體。但多穿袂衣，過暖之時，一重漸減一重，即不致暴傷也！

**《養老奉親書・夏時攝養》** 屬性：夏時屬火，主於長養。夏心氣旺，心主火，味屬苦，火能克金。金屬肺，肺主辛。當夏之時，宜減苦增辛，以養肺氣。心氣盛者，調呵氣以疏之。順之，則安。逆之，則太陽不長，心氣內洞。盛夏之月，最難治攝。陰氣內伏，暑毒外蒸，縱意當風，任性食冷，故人多暴泄之患。惟是老人，尤宜保護。若檐下過道，穿隙破窗，皆不可納凉。此爲賊風，中人暴毒。宜居虛堂淨室，水次木陰，潔淨之處，自有清凉。

每日凌晨，進温平順氣湯散一服。飲食温軟，不令太飽，畏日長永，但時復進之。渴宜飲粟米温飲，荳蔻熟水。生冷肥膩，尤宜減之。緣老人氣弱，當夏之時，納陰在內，以陰弱之腹，當冷肥之物，則多成滑泄，一傷正氣，卒難補復，切宜慎之。若須要食瓜果之類，量虛實少爲進之。緣老人思食之物，若有違阻，意便不樂，但隨意與之。才食之際，以方便之言解之，往往知味便休，不逆其意，自無所損。

若是氣弱老人，夏至以後，宜服不燥熱、平補腎氣暖藥三二十服，以助元氣，若蓯蓉丸、八味丸之類。

宜往潔雅寺院中，擇虛敞處，以其所好之物悦之。若要寢息，但任其意，不可令久眠。但時時令歇，久則神昏，直召年高相協之人，日陪閒話，論往昔之事，自然喜悦，忘其暑毒。細湯名茶，時爲進之。晚凉方歸。

**《養老奉親書・秋時攝養》** 屬性：秋屬金，主於肅殺。秋，肺氣旺，肺屬金，味屬辛，金能克木。木屬肝，肝主酸。當秋之時，其飲食之味，宜減辛增酸，以養肝氣。肺氣盛者，調氣以泄之。順之，則安；逆之，則太陰不收，肺氣焦滿。

秋時，淒風慘雨，草木黄落。高年之人，身雖老弱，心亦如壯。秋時思念往昔親朋，動多傷感。季秋之後，水冷草枯，多發宿患，此時人子，最宜承奉，晨昏體悉，舉止看詳。若顔色不樂，便須多方誘説，使役其心神，則忘其秋思。

其新登五穀，不宜與食，動人宿疾。若素知宿患，秋終多發，或痰涎喘嗽，或風眩痺癖，或秘泄勞倦，或寒熱進退。計其所發之疾，預於未發以前，擇其中和應病之藥，預與服食，止其欲發。今布秋時湯藥如後。

**《養老奉親書・冬時攝養》** 屬性：冬屬水，主於斂藏。冬，腎氣旺，屬水，味屬鹹。水克火，火屬心，心主苦。當冬之時，其飲食之味，宜減鹹而增苦，以養心氣。腎氣盛者，調吹氣以平之。順之，則安；逆之，則少陰不藏，腎之水獨沉。

三冬之月，最宜居處密室，温暖衾服，調其飲食，適其寒温。大寒之日，山藥酒、肉酒，時進一杯，以扶衰弱，以禦寒氣，不可輕出，觸冒寒風。緣老人血氣虛怯，真陽氣少，若感寒邪，便成疾患，多爲嗽、吐逆、麻痺、昏眩之疾。冬燥煎爐之物，尤宜少食。冬月，陽氣在內，陰氣在外，池沼之中，冰堅如石，地裂橫墾，寒從下起，人亦如是。故盛冬月，人多患膈氣滿急之疾，老人多有上熱下冷之患。如冬月陽氣在內，虛陽上攻，若食炙爆燥熱之物，故多有壅噎、痰嗽、眼目之疾。亦不宜澡沐。陽氣內蘊之時，若加湯火所逼，須出大汗。高年陽氣發泄，骨肉疏薄，易於傷動，多感外疾，惟早眠晚起，以避霜威。晨朝宜飲少醇酒，然後進粥。臨卧，宜服微凉膈化痰之藥一服。今列冬時湯藥如後。

**《混俗頤生録・春時消息》** 人稟陰陽五行，四時肅殺之氣，差若毫髮，瘵癘則生。是以首足象天地，血脈象江河，毛髮象草木，嗔怒象雷電，兩目狀日月，嗜慾稟生植。氣候小差，人多疾疫，既反其令，瘵癘則生。細而察之，萬不失一。

凡春中，宜發汗、吐利、針灸，宜服續命湯、薯蕷丸甚妙。自冬至後，夜半一陽生，陽氣吐，陰氣納。心膈宿熱，陽氣相衝，若兩虎相逢狹道，必鬬矣。春夏之交，遂使傷寒虛熱時行之患，良由冬月附火及食熱物，心膈宿痰流入四肢之故也。其患者，不啻十有六七。二月已來，採取東引桃枝並葉各一握，水三升，煎取二升已來。早朝空心服之，亦不必全盡，但吐卻心膈痰飲，即不為害。能四時依此吐，殊勝瀉。瀉即令人下焦虛冷，吐即去心腑客熱，除百病。小兒即與茵陳丸、犀角丸瀉之，以小兒未經人事，即不畏瀉，亦須審其冷熱虛實，不得浪為。若是男子，事須下瀉，除腳氣衝心，膀胱冷，疼痛，膿水，三焦不通，即須瀉，常得通暢，不要苦瀉。夏月尤忌瀉，為泄陰氣故也。丈夫四十已上不宜苦瀉。

春深稍宜和平將息，綿衣稍宜晚脫，不可令背寒。寒即傷肺，令鼻塞咳嗽。似熱即去之，稍冷即加之，甚妙。肺俞五藏之表，胃俞十二經脈之長，最不可失寒熱之節。俗諺云：避風如避箭，避色如避亂，勤解逐時衣，少餐申後飯。斯言可寶耳。覺虛熱，食上常服紅雪，時服柴胡湯、三黃丸。如玄參，甚去虛熱，兼治勞明目。自春秋之際，萬病發動之時，固宜將攝矣。

**《混俗頤生録・夏時消息》**　立夏三伏內腹中常冷，特忌下利，泄陰氣故也。夏中不宜針灸，唯宜發汗。夏至後，夜半一陰生，唯宜服熱物，兼喫補腎湯藥等。非唯性熱之物，亦常宜温暖飯食。況夏一季心王腎衰，最宜補息。盛熱時，不宜喫冷淘麻飲，粉粥蜜漿，飽食後喫，必起霍亂。又生菜、茄子，緣腹中常冷，食此凝滯難消之物，多為癥塊。若患冷氣風疾之人，更須忌之。夏月不問老小，常喫暖物，至秋必不患赤白痢、瘧疾、霍亂。但腹中常暖，諸疾皆不能作，為陽氣壯盛耳。時人不能將攝，日高餐飯，空腹喫茶。緣腎納鹹，被鹽引茶入腎，令人下焦虛冷，手足疼痺，飯食後喫三兩椀不妨，似飢即不再喫。限丈夫有痃癖、五痔、風疳、冷氣、勞瘦、虛損，女人有血氣、頭風，偏不宜茶。所以消食滌昏煩，空心啜之實醒濫。盛熱時宜於隱處寢臥，輒不得於星月下露地偃坐兼便，睡著使人操扇風，特宜忌之。常見人養新生孩子畏熱，睡著後多扇風，兼於風涼之處臥，此愛之甚，然猶善養馬者，以筐盛糞，以蝦盛溺，設蚊蚋即使人撲之，以附之不時，則驚蹙，毀首，辟胃，此意有所至，而愛有所亡，可不慎歟！以此孩子多患臍風、手足攣掣、口撮，俗號猢猻噤，不知其由，又曰鬼魅，可謂謬哉。以此則之，萬不失一。夏月不宜晚起，令人四肢昏沉，精神懵昧。勿冷水浴，使人虛熱眼暗，筋脈蹶逆，霍亂轉筋。常以飢沐飽浴，以飢即不再浴，限浴了避風。小兒亦如之。衝熱來勿以冷水洗手面及淋背，犯之必患陰黃，但漱口即可矣。勿當操扇，祖露，多令人患刺風、風癉。亦勿飲冷水，成癖氣，結氣及水穀重下等痢。生菜、茄子、瓜，甚不宜人，尤忌向夜食之，唯麤人辛苦之士消殺得。瓜雖理氣，尤暗人眼。如驢馬食之，即日眼爛，不可不明矣。食熱物汗出即拭卻，勿扇風，殊佳。勿夜食，尤忌喫肉麵、生冷、粘膩之物，為夏月夜短，有年之人腹中常冷，或不消化，多患腹脹、霍亂之疾。勿當風臥濕，緣常出汗，體虛，風拍著人，多患風痺，手足不遂，言語謇澀，四肢癱瘓，偏風等。雖不盡害，亦有當時中者，有不便中者。逢年之盛，遇月之滿，得時之和，即幸而獲免。若遇年之弱，值月之空，失時之和，無不中者。昔有人代皆不壽，來告彭祖，祖遂周視其人寢臥之處，果有一穴，當其腦戶。頭是三百六十諸陽之總會，以賊風吹注，陽氣散盡，日月深久則斃矣。祖使斂其穴，其人果壽矣。所謂懷仁抱義，未見其益，有時而用，此乃諭將攝之謂也；棄仁背信，未見其損，有時而亡，此乃諭不能調護之故。損益之道，其理彰然。夏月不欲數沐，數沐則心覆，令人健忘，兼甚引風。每晨梳頭一二百下，仍不得梳頭皮，兼於無風處梳之，自然去風明目矣。

**《混俗頤生録・秋時消息》**　立秋後稍宜和平將攝，春秋之際，故疾發動之時，切須安養，量其自性將理。秋中不宜吐及發汗，令人消爍，藏腑不安，唯宜針灸，下利進湯散以助陽氣。止若患積勞，五痔，消渴等病，不宜喫乾飯、炙煿、自死牛肉、生鱠、雞、豬、濁酒、陳臭鹹醋、粘滑難消之物，及生菜、瓜果、毒魚、鮮鮭、醬之類。若風氣，冷病，痃癖之人，亦不宜上件之物。若自知夏月冷喫物稍多，至秋患赤白痢兼瘧，即宜以童子小便二升，並大腹檳榔五顆，和子細切，煎取八合，下生薑汁一合，臘雪三分或二分，早朝空心分為兩服，瀉三兩行。夏月所食冷物及膀胱有宿水，冷膿，悉為此藥行逐，即不為患耳。此藥是乘氣湯藥，縱年老之人，亦宜服之，且不奪氣力，兼不虛人，況秋利又當其時。此湯理腳氣，兼理諸氣，其方甚克効，故附之於此。丈夫瀉後三兩日，以薤白粥加羊腎，空心補之，殊勝服諸補藥。每晨睡覺瞑目叩齒三七下，咽津，以手掌相收，令熱熨眼，唯遍數多為妙。此法去風明目，無以

加之。

**《混俗頤生録・冬時消息》** 冬則伏陽生，内有疾宜吐。心膈多熱，特忌發汗，畏泄陽氣故也。宜服浸酒補藥，以迎陽氣。寢臥之時消息稍宜虚歇，大約如此。若此宿疾，須自酌量，不得准此。綿衣稍宜晚著，仍漸漸加厚，不得頓溫，此乃將息之妙矣。又不得令火氣擁聚，但免寒即可以。若遇大寒，不得頻於火上烘炙，尤甚損人。手足皆應心，多炙手，遂引火氣，使人心多燥熱。所喫熱物及附火熱氣，皆積在心頭，心屬火故也。夫冷藥不治熱極，熱藥不治冷極，水流濕，火就燥故也。凡服藥先看諸藏其有不足處，置其所損則補之，皆有效驗。人之服藥多不相當，為受性皆不同耳。亦不用火炙衣服令暖，著之亦甚損人。春夏之交，陰氣既入，不能調護陽氣，流入四肢，遂致時行熱疾之作也，甚者狂走妄語。若便服冷藥十有二三，縱話者，亦不免攣躄、喪明、髮落、瘡疥等。凡陰陽二毒，傷寒是天行之別號，只有療法即無可法。七日内可療，七日外不可療，其驗若此。藥之用豈宜差誤？覺是此疾，不等便服冷藥，若是陽毒萬一得差，若正陰毒服以冷藥，手下狼狽，深宜詳審，不可參差。每日一浴，冀通血脈，腠理通和。每擬浴時盡飽食，夜間即浴，浴後即喫一兩盞酒便臥，不得衝風，且一宵安眠，房事切忌，他時所利。每食後服好紅雪或服三黄丸更妙。飲食之間，四十已上稍宜温，四十已下稍宜寒。若先有宿疾，冷衾之中自審息，不得准此。凡冬月所蓋熱被、氈褥等，稍熱即減之，凝寒即加之。諺云：服藥不如勤脱著。誠哉斯言。但是諸疾切忌食熱肉、酒、麪、炙煿之物，多食令人血脈不行，饌饌、餛飩平常之時亦不宜熱喫。冬月若食熱物，至春夏交，必為瘡癘矣。

**《頤身集・攝生消息論・春季攝生消息》** 春三月，此謂發陳，天地俱生，萬物以榮。夜卧早起，廣步於庭，被髮緩行，以使志生。生而勿殺，與而勿奪，賞而勿罰，此養氣之應，養生之道也。逆之則傷肝。肝木味酸，木能勝土，土屬脾主甘。當春之時，食味宜減酸益甘以養脾氣，春陽初昇，萬物發萌，正二月間，乍寒乍熱。高年之人，多有宿疾，春氣所攻，則精神昏倦，宿病發動。又兼冬時，擁爐熏衣，啗炙炊煿成積，至春發泄。體熱頭昏，壅隔疫噉，四肢倦怠，腰脚無力，皆冬所蓄之疾，常當體候。若稍覺發動，不可便行疏利之藥，恐傷臟腑，別生餘疾。惟用消風、和氣、凉膈、化痰之劑，或選食治方中，性稍凉，利飲食，調停以治，自然通暢。若無疾狀，不必服藥。春日融和，當眺園林亭閣，虚敞之處，用攄滯懷，以暢生氣。不可兀坐，以生抑鬱。飯酒不可過多，米麪團餅，不可多食，致傷脾胃，難以消化。老人切不可以饑腹多食，以快一時之口，致生不測。天氣寒暄不一，不可頓去綿衣。老人氣弱骨疏體怯，風冷易傷腠裏，時備袷衣，遇暖易之一重，漸減一重，不可暴去。

劉處士雲：春來之病，多自冬至後夜半一陽生。陽無吐，陰無納，心膈宿熱與陽氣相衝，兩虎相逢，狹道必鬥矣。至於春夏之交，遂致傷寒虚熱時行之患，良由冬月焙火食炙，心膈宿痰流入四肢之故也。當服祛痰之藥以導之，使不爲疾。不可令背寒，寒即傷肺，令鼻寒咳嗽。身覺熱甚，少去上衣；稍冷莫强忍，即便加服。肺俞五藏之表，胃俞經絡之長，二處不可失寒熱之節。諺雲：避風如避箭，避色如避亂，加減逐時衣，少餐申後飯是也。

**《頤身集・攝生消息論・肝臟春旺》** 春三月，水旺天地氣生，欲安其神者，當澤及群刍，恩沾庶類，無竭川澤，毋傷萌芽，好生勿殺，以合太清，以合天地生育之氣，夜卧早起，以合平道。若逆之則毛骨不榮，金木相尅而諸病生矣。

**《頤身集・攝生消息論・夏季攝生消息》** 夏三月，屬火，生於長，養心氣，火旺，味屬苦。火能尅金，金屬肺，肺主辛，當夏飲食之味，宜減苦增辛以養肺。心氣當呵以疏之，噓以順之。三伏内腹中常冷時，忌下利，恐泄陰氣，故不宜針灸，惟宜發汗。夏至後夜半一陰生，宜服熱物兼服補腎湯藥。夏季心旺腎衰，雖大熱，不宜吃冷淘冰雪、密冰、凉粉、冷粥，飽腹受寒，必起霍亂。少食瓜茄生菜，原腹中方受陰氣，食此凝滯之物，多結症塊。若患冷氣痰火之人，切宜忌之，老人尤當慎護。平居檐下、過廊、街堂、破窗，皆不可納凉，此等所在雖凉，賊風中人最暴；惟宜虚堂，净室，水亭，木陰潔净空敞之處，自然清凉。更宜調息净心，常如冰雪在心，炎熱亦於吾心少減；不可以熱爲熱，更生熱矣。每日宜進温補平順丸散，飲食温暖，不令大飽，時時進之，宜桂湯荳蔻熱水，其於肥膩當戒。不得於星月下露卧，兼使睡著，使人扇風取凉，一時雖快，風入腠裏，其患最深。貪凉兼汗身當風而卧多風痺。手足不仁，語言蹇澀，四肢癱瘓。雖不人人如此，亦有當時中者，亦有不便中者，其説何也？逢年歲方壯，遇月之滿，得時之和，即幸而免，至後還發，若或年力衰邁，值月之空，失時之和，無不中者。頭爲諸陽之總，尤不可風卧處，宜密

防小隙微孔以傷其腦户。夏三月，每日梳頭一二百下，不得梳著頭皮，當在無風處梳之，自然去風明目矣。

《養生論》曰：夏謂蕃秀，天地氣交，萬物華實。夜卧早起，無厭於日，使志無怒，使華成實，使氣得泄，此夏氣之應，長養之道也。逆之則傷心，秋發痎瘧，收斂者少，冬至病重。又曰：夏氣熱，宜食菽以寒之，不可一於熱也。禁飲食湯，禁食過飽，禁濕地卧并穿濕衣。

**《頤身集・攝生消息論・心臟夏旺》**　心合辰之巳午，外應南岳，上通熒惑之精。【略】故夏三月，欲安其神者，則含忠履孝，輔義安仁，安息火熾，澄和心神，外絶聲色，内薄滋味，可以居高，朗還眺望，早卧早起，無厭於日，順於正陽，以消暑氣；逆之則腎心相争，火水相尅，火病由此而作矣。

**《頤身集・攝生消息論・秋季攝生消息》**　秋三月，主肅殺，肺氣旺，味屬辛。金能尅木，木屬肝，肝主酸。當秋之時，飲食之味，宜減辛增酸以養肝氣。肺盛則用咽以泄之。立秋以後，稍宜和平將攝。但春秋之際，故疾發動之時，切須安養，量其自性將養，秋間不宜吐并發汗，令人消爍，以致臟腑不安；惟宜針灸，下利進湯散以助陽氣。又若患積勞、五痔、消渴等病，不宜吃乾飯炙煿，並自死牛肉，生繪鷄猪，濁酒陳臭，鹹醋粘滑難消之物，及生菜、瓜果、鮓醬之類；若風氣、冷病、痃癖之人，亦不宜食。若夏月好食冷物過多，至秋患赤白痢疾兼瘧疾者，宜以童子小便二昇，並大腹檳榔五箇細剉，同便煎取八合，下生薑汁一合，和收起臘雪水一鍾，早朝空心，分爲二服，瀉出三兩行夏月所食冷物，或胸膈有宿水冷膿，悉爲此藥祛逐，不能爲患。此湯名承氣，雖老人亦可服之，不損元氣，況秋痢，又當其時；此藥又理脚氣，悉可取效；丈夫瀉後兩三日，以薤白煮粥加羊腎同煮，空心服之，殊勝補藥。又當清晨，睡覺閉目叩齒二十一下，咽津，以兩手搓熱熨眼數次，多於秋三月行此，極能明目。又曰：季秋謂之容平，天氣以急，地氣以明，早卧早起，與鷄俱興，使志安寧，以緩秋形，收斂神形，使秋氣平，無外其志，使肺氣清。此秋氣之應，養收之道也。逆之則傷肺，冬爲滲泄，奉藏者少。秋氣燥，宜食麻以潤其燥，禁寒飲并穿寒濕内衣。《千金方》曰：三秋服黄芪等丸一二劑，則百病不生。

**《頤身集・攝生消息論・肺臟秋旺》**　肺屬西方金，爲白帝，神形如白虎，象如懸磬。肺者勃也，言其氣勃鬱也。重三斤三兩，六葉兩耳，總計八葉，色如縞映紅，居五臟之上，對胸，若覆蓋然，故爲華蓋。肺爲脾子，爲腎母。下有七魄如嬰兒名，屍狗、伏屍、雀陰、吞賊、非毒、除穢、辟臭，乃七名也。夜卧及平旦時，叩齒三十六通，呼肺神及七魄名，以安五臟。鼻爲之宫。左爲庚，右爲辛，在氣爲咳，在液爲涕，在形爲皮毛也。上通氣至腦户，下通氣至脾中，是以諸氣屬肺，故肺爲呼吸之根源，爲傳送之宫殿也。肺之脈出於少商，又爲魄門，久卧傷氣。腎邪入肺則多涕，肺生於右爲喘咳。大腸爲肺之府，大腸與肺合，爲傳瀉行導之府。鼻爲肺之宫，肺氣通則鼻知香臭，肺合於皮，其榮毛也，皮枯而毛落者，肺先死也。肺納金，金受於寅，生於巳，旺於酉，病於亥，死於午，墓於醜。爲秋，日爲庚辛，辰爲申酉。其聲商，其色白，其味辛，其臭腥，心邪入肺則惡腥也；其性義，其情慮。肺之外應五嶽，上通太白之精，於秋之王日，存太白之氣入於肺，以助肺神。肺風者，鼻即塞也，容色枯者，肺乾也，鼻癢者，肺有蟲也；多恐懼者，魄離於肺也。身體黧黑者，肺氣微也；多怒氣者，肺盛也；不耐寒者，肺勞也，肺勞則多睡。好食辛辣者，肺不足也；腸鳴者，肺氣壅也，肺邪自入者，則好笑，故人之顏色瑩白者，則肺無病也。肺有疾，用咽以抽之。無故而咽，不祥也。秋三月，金旺主殺，萬物枯損，欲安其魄而存其形者，當含仁育物，施恩斂容。陰陽分形，萬物收殺，雀卧鷄起，斬伐草木，以順秋氣。長肺之剛，則邪氣不侵；逆之則五臟乖，而諸病作矣。

**《頤身集・攝生消息論・相肺臟病法》**　肺病熱，右頰赤，肺病色白而毛槁，喘咳氣逆，胸背四肢煩痛，或夢美人交合，或見花旛衣甲日月雲鶴貴人相臨。肺虚，則氣短，不能調息，肺燥，則喉乾，肺風，則多汗畏風，咳如氣喘，且善暮甚。氣病上逆，急食苦以泄之，又曰：宜酸以收之，用辛以補之，苦以瀉之。禁食寒，肺惡寒也。肺有病，不聞香臭，鼻生瘜肉，或生瘡疥，皮膚燥癢，氣盛咳逆，唾吐膿血，宜服排風散。

**《頤身集・攝生消息論・冬季攝生消息》**　冬三月，天地閉藏，水冰地坼，無擾乎陽，早卧晚起，以待日光，去寒就温，毋泄皮膚，逆之腎傷。春爲痿厥，奉生者少。斯時伏陽在内，有疾宜吐；心膈多熱，所忌發汗，恐泄陽氣故也。宜服酒浸藥，或山藥酒一二杯，以迎陽氣。寢卧之時，稍宜虚歇，寒極方加綿衣，以漸加厚，不得一頓便多。惟無寒即已，不得頻用大火烘炙，尤甚損人；手足應心，不可以火炙手，引火入心，使人煩躁；不可就火烘炙食物，冷

藥不治熱極，熱藥不治冷極，水就濕，火就燥耳。飲食之味，宜減酸增苦以養心氣。冬月腎水味鹹，恐水尅火，心受病耳，故宜養心。宜居處密室，温暖衣衾，調其飲食，適其寒温，不可冒觸寒風。老人尤甚，恐寒邪感冒，爲嗽逆麻痺昏眩等疾。冬月陽氣在内，陰氣在外，老人多有上熱下冷之患，不宜沐浴，陽氣内蘊之時，若加湯火所逼，必出大汗，高年骨肉疏薄，易於感動，多生外疾，不可早出，以犯霜威；早起，服醇酒一杯以禦寒，晚服消痰凉膈之藥以平和心氣，不令熱氣上涌。切忌房事，不可多食炙煿肉麪餛飩之類。

**《頤身集・攝生消息論・腎臟冬旺》** 《内景經》曰：腎屬北方水，爲黑帝，生對臍，附腰脊，重一斤一兩，色如縞映紫，主分水氣，灌注一身，如樹之有根。左曰腎，右名命門，生氣之府，死氣之廬，守之則存，用之則竭。爲肝母，爲肺子，耳爲之宫。天之生我，流氣而變謂之精，精氣往來謂之神，神者，腎藏其情智，左屬壬，右屬癸，在辰爲子亥，在氣爲吹，在液爲唾，在形爲骨，久立傷骨，爲損腎也。應在齒，齒痛者，腎傷也。經於上焦，榮於中焦，衛於下焦。腎邪自入則多唾，膀胱爲津液之府，榮其髮也。《黄庭經》曰：腎部之宫元闕圓，中有童子名上元，主諸臟腑九液源，外應兩耳百液津。其聲羽，其味鹹，其臭腐，心邪入腎則惡腐。凡丈夫，六十腎氣衰，髮變齒動，七十形體皆困，九十腎氣焦枯，骨痿而不能起牀者，腎先死也。腎病則耳聾骨痿，腎合於骨，其榮在髭。腎之外應北岳，上通辰星之精，冬三月，存辰星之黑氣，入腎中存之。人之骨痛者，腎虚也；人之齒多齟者，腎衰也；人之齒墮者，腎風也；人之耳痛者，腎氣壅也；人之多欠者，腎邪也；人之腰不伸者，腎乏也；人之色黑者，腎衰也；人之容色，紫面有光者，腎無病也，人之骨節鳴者，腎羸也。肺邪入腎則多呻，腎有疾，當吹以瀉之，吸以補之。其氣智，腎氣沉滯，宜重吹則漸通也。腎虚則夢入暗處，見婦人、僧尼、龜鱉、駝馬、旗槍，自身兵甲，或山行，或溪舟。故冬三月，乾坤氣閉，萬物伏藏，君子齋戒，謹節嗜慾，止聲色以待陰陽之定，無競陰陽以全其生，合乎太清。

**《頤身集・攝生消息論・相腎臟病法》** 腎熱者，頤赤，腎有病，色黑而齒槁，腹大體重，喘咳汗出惡風，腎虚則腰中痛。腎風之狀，頸多汗惡風，食慾下，膈寒不通，腹滿脹，食寒則泄，在形黑瘦。腎燥，急食辛以潤之，腎病堅，急食鹹以補之，用苦以瀉之，無犯熱食，無著暖衣。腎病臍下有動氣，按之牢。若痛苦，食不消化，體重骨疼，腰胯膀胱冷痛，脚痛，或脾小便餘瀝，疝瘕所纏，宜服腎氣丸。

**《本草綱目・序例》** 四時用藥 李時珍曰：《經》云：必先歲氣，毋伐天和。又曰：昇降浮沉則順之，寒熱温凉則逆之。故春月宜加辛温之藥，薄荷、荆芥之類，以順春昇之氣；夏月宜加辛熱之藥，香薷、生薑之類，以順夏浮之氣；長夏宜加甘苦辛温之藥，人參、白术、蒼术、黄檗之類，以順化成之氣；秋月宜加酸温之藥，芍藥、烏梅之類，以順秋降之氣；冬月宜加苦寒之藥，黄芩、知母之類，以順冬沉之氣，所謂順時氣而養天和也。《經》又云：春省酸增甘以養脾氣，夏省苦增辛以養肺氣，長夏省甘增鹹以養腎氣，秋省辛增酸以養肝氣，冬省鹹增苦以養心氣。此則既不伐天和而又防其太過，所以體天地之大德也。昧者舍本從標，春用辛凉以伐木，夏用鹹寒以抑火，秋用苦温以泄金，冬用辛熱以涸水，謂之時藥。殊背《素問》逆順之理，以夏月伏陰，冬月伏陽，推之可知矣。雖然月有四時，日有四時，或春得秋病，夏得冬病，神而明之，機而行之，變通權宜，又不可泥一也。王好古曰：四時總以芍藥爲脾劑，蒼术爲胃劑，柴胡爲時劑，十一臟皆取决於少陽，爲發生之始故也。凡用純寒純熱之藥，及寒熱相雜，並宜用甘草以調和之，惟中滿者禁用甘爾。

**《本草綱目・節氣水》** 時珍曰：一年二十四節氣，一節主半月，水之氣味，隨之變遷，此乃天地之氣候相感，又非疆域之限也。《月令通纂》云：正月初一至十二日止，一日主一月。每旦以瓦瓶秤水，視其輕重，重則雨多，輕則雨少。觀此，雖一日之内，尚且不同，況一月乎。

立春，清明二節貯水，謂之神水。主治：宜浸造諸風脾胃虚損諸丹丸散及藥酒，久留不壞。

寒露，冬至，小寒，大寒四節，及臘日水。主治：宜浸造滋補五臟及痰火積聚蟲毒諸丹丸，並煮釀藥酒，與雪水同功。

立秋日五更井華水。主治：長幼各飲一杯，能却瘧痢百病。

重午日午時水。主治：宜造瘡痢瘡瘍金瘡，百蟲蠱毒諸丹丸。

小滿芒種，白露三節内水。主治：並有毒。造藥，釀酒醋一應食物，皆易敗壞。人飲之，亦生脾胃疾。

**《本草綱目・草部目録》** 李時珍曰：天造地化而草木生焉。剛交於柔而成根荄，柔交於剛而成枝幹。萼屬陽，華實屬陰。由是草中有木，木中

有草。得氣之粹者爲良，得氣之戾者毒。故有五行焉，金、木、水、火、土。五氣焉，香、臭、羶、腥、膻。五色焉，青、赤、黄、白、黑。五味焉，酸、苦、甘、辛、鹹。五性焉，寒、熱、温、凉、平。五用焉。昇、降、浮、沉、中。

**《醫旨緒餘・醫通緒論》**　風土異宜，自然氣隔，古分南北二政，自今輿圖，以河界南北，而江之東，關之西，可類從矣。南北云者，陰陽之軌，四方之轂，八風之輻輳也。

人之稟賦，參天兩地，一氣流行而已。氣失其平之謂疾，疾甚之謂病，三才相因之謂機，機動之謂時。《陰符經》曰：天發殺機，移星易宿。地發殺機，龍蛇起陸。人發殺機，天地反覆。又曰：食其時，百骸理；動其機，萬化安。又曰：三才既宜，三盜既安。嗚呼！此可以契醫之三昧矣乎。

**《醫旨緒餘・删定野山秘抄種子論》**　《易》曰：天地絪縕，萬物化醇；男女媾精，萬物化生。則絪縕者，升降凝聚之謂也；媾精者，配合交感之謂也。必二氣合，則化自生矣。否則獨陽不生，獨陰不成，惡能望其化生哉！然則人之不孕育者，豈夫婦竟無一交媾之遇耶？遇而不識不會，是亦獨陰獨陽之謂也。不知者諉於天命，則泥矣。間有倡爲資藥餌以養精血，候月水以種孕育，又多峻補以求詭遇，則嗣未必得，而害已隨之，此固予之痛惜也久矣。因究種子之道有四：一曰擇地，二曰養種，三曰乘時，四曰投虚是也。何也？蓋地則母之精也，種則父精也，時則兩精交媾之時也，虚則去舊生新之初也。又嘗聞之師曰：不受胎之原有二，陰失其道而不能受者，以氣勝血衰故也。衰則寒熱乘之，氣凝血滯，而營衛不和，經水先後多寡不一也。陽失其道而不能施者，以氣虚精弱故也，弱則原于色欲過度，耗其精元，精元既弱，譬之射者力微矢枉，安能中的。究斯二者，皆由不能自寶，以致真元耗散，陽不施，陰不受，陰涸陽枯，則生生之道息矣。猶乃歸之天命，不亦悞哉！以是種子者，必地盛則種可投，又必時與虚俱得焉，可成孕而生子矣。雖然，至難養者精，至難遇者時與虚，苟不憑以藥餌之力，示以調攝之宜，候以如期之法，則養與遇竟茫然矣。又知種子之法，以調經養精為首，而用藥須審平和，夫婦尤必相保守，旬日之間，可使精元俱盛，待時而合。時則所謂三十日中兩日半也，經候至此，積穢蕩滌既盡，新血初生，時與虚俱會，而可以施其巧矣。又恐情竇不開，陰陽背（弛）〔馳〕，續有奇砭以動其慾，庶子宫開而真元媾合，兩情暢美，雖平生不孕者亦孕矣，尚何疑哉。是乃歷試歷驗，百發百中者也。嗚呼！是説也，豈畔道云乎哉！亦以培植元氣，順養天真，特資藥力以佐助之，所謂人定亦可以勝天者是也。由是而知，始而無嗣者，非天也，人自戕天也；繼而有嗣者，亦非天也，人能成其天也。故曰：斯道順則成人，逆則成丹，慎毋以天命自諉也。噫！以天命自諉者，良可惜哉。

**《慎柔五書・師訓》**　凡四時之令，皆有寒熱温凉，有及時来者謂之正令。譬如春宜温而反寒，謂之不及；春宜温而先熱，謂之太過。宜温而寒，用香蘇散解之。如當春得正令，夏初反復嶂峭，其春初之令未除也，猶宜香蘇散解之。倘春遇極温，即為太過，則口渴、舌燥之症見矣。第發熱而不惡寒者，謂之温病。此温令之過，治有温病條説具。四時各有時令之病，各有時令之藥，咸以此類推之。

若夏時四五六月正當夏令，而寒凛凛猶春初之意，香蘇猶不免耳。若當時小便赤、口渴等症見，此時令症也，宜五苓、清暑益氣、十味香薷之類治之。若當時不熱，至秋七八月天气暑熱，人患前症，仍以前湯治之。是治其不及之症，而調其不及之候也。

譬如春天正令，三月温和，偶或風寒大作，即有感冒傷風寒之症。若五六月正令大熱，偶或大雨，遍地塵熱之氣，為寒雨逼入人家，即為受暑之症，宜清暑益氣湯解之。

**《慎柔五書・醫勞歷例》**　凡病遇時節則變換不定，或又加者，蓋遇時節，則天地之氣或升或降，而人身之氣亦應之。病者精氣尚冲，猶能与時令相應。若元氣久虚之人，無以助升降之氣，上升則頭眩、嘔噦，下降則足熱、身寒，反為氣候所牽，而身不能為之主矣。

脾胃病，十分虚，死于初春，亦有望春而死者。八分虚，死于孟春。五六分，死于仲春。及醫之不得其當者，雖原無死道，而業已醫壞，至季春不能挨矣。清明前后二三日，尤為不爽。

肺腎病，起于春，十分虚，死于初夏，亦有望夏而死者。八分虚，死于仲夏，六分虚，死于季夏。

**《泰西水法・温泉》**　温泉可以療病者，何也？凡治病之藥，皆以其味，四元行皆無味，故真水不能為藥。以水為藥，必藉他味焉。温泉出於硫黄。硫黄為藥，多所主治而過於酷烈，醫方謂其效雖緊，其患更速，難可服餌。温泉本水而得硫之精氣，故為勝之。又温泉療病，用之薰浴者什九，用之湯飲

者什一。薰沐者，其熱毒不致入於腸胃，而性力卻能達於腠理，則利多而害少焉。第同一溫泉，性味各異，其所主治亦悉不同。西國一大郡，其山間所出溫泉數十道，每道各有主治。昔有國主徵集名醫辨其性理，又多用罪囚患諸對症者累試累驗，然後定為方術。是何泉水？本何性味？主何疾病？作何薰蒸？或是沐浴，或是湯飲，用何藥物以為佐助，設立薰蒸器具，沐浴盆池，刊刻石碑詳著方法，樹之本所。凡染病者，依方療治，多得差焉。今溫泉所在有之，亦有沐浴而得愈疾者。若更講求試驗如前所云，所拯救疲癃當復不少也。

**《泰西水法・藥露》**　凡諸藥係草木果蓏穀菜諸部，具有水性者，皆用新鮮物料依法蒸餾得水，名之為露。今所用薔薇露，則以薔薇花作之。其他藥所作皆此類也。凡此諸露以之為藥，勝諸藥物，何者？諸藥既乾既久，或失本性。如用陳米作酒，酒多無力小。西洋用葡萄乾作酒，味亦薄焉。若以諸藥煎為湯飲，味故不全。間有因煎失其本性者，若作丸散並其查滓下之，亦恐未善。凡人飲食，蓋有三化：一曰火化，烹煮熟爛；二曰口化，細嚼緩嚥；三曰胃化，蒸變傳送。二化得力，不勞於胃，故食生食冷，大嚼急嚥，則胃受傷也。胃化既畢，乃傳於脾。傳脾之物，悉成乳糜，次乃分散達於周身。其上妙者，化氣歸筋；其次妙者，化血歸脈。用能滋益精髓，長養肌體，調和榮衛。所云妙者，飲食之精華也，故能宣越流通，無處不到。所存糟粕，乃下於大腸焉。今用丸散，皆乾藥合成，精華已耗。又須受變於胃，傳送於脾，所沁入宣布能有幾何？其餘悉成糟粕下墜而已。病人脾胃有如老弱，祇應坐享見成飲食，而乃令操臼執爨責以化治乎？今用諸水，皆諸藥之精華，不待胃化脾傳，已成微妙。裁下於咽，即能流通宣越沁入筋脈，裨益弘多。又蒸餾所得，既於諸物體中最為上分，復得初力，則氣厚勢大焉。不見燒酒之味醲於他酒乎？西國市肆中所鬻藥物，大半是諸露水，每味用器盛置。醫官止主立方，持方詣肆和藥付之。然且有不堪陳久者，國主及郡邑長吏歲時遣官巡視諸肆，令取過時之藥。是水料者即傾棄之，是乾料者即雜燒之，蓋慮陳久之藥無益於疾或反致損也。其製法，先造銅鍋平底直口，下稍廣，上稍斂，不論大小，皆高四五寸。次造錫兜牟，用鉛或銀尤勝也，製如兜牟，上為提梁，下口適合銅鍋之口，罩在其外，錫口內去口一寸許，周遭作一錫槽，槽底欲平，無令積水。錫口外去口一寸許，安一錫管，管通於槽，其勢斜下，管之底平於槽之底，寧下無高，以利水之出也。次造竈，與常竈同法。安鍋之處，用大磚蓋之四旁，以磚甃成一窩，塗之黏土。以銅鍋底為模，銅鍋底入於竈，窩深二寸，窩底大磚並泥厚二寸。欲作諸露，以物料治淨長大者，剉碎之，花則去蒂與心，置銅鍋中，不須按實，按實氣不上行也。置銅鍋入竈窩內，兜牟蓋之，文火燒之，磚熱則鍋底熱，熱氣升於兜牟即化為水，沿兜牟而下，入於溝，出於管，以器承之。兜牟之上，以布蓋之，恒用冷水濕之。氣升遇冷即化水。候物料既乾而易之，所得之水以銀石甕器貯之，日晒之，令減其半，則水氣盡，能久不壞。玻璨尤勝，透日易耗故也。他凡為香，以其花草作之，如薔薇、木樨、茉莉、梅、蓮之屬。凡為味，以其花草作之，如薄荷、茶、茴香、紫蘇之屬。諸香與味，用其水皆勝其物，若藥肆多作諸藥露者，則為大竈，高數層，每層置數器，凡數十器，或平作大竈，置數十器皆蒸火一處，數十器悉得水焉。其薪火人力俱省數倍矣。

**《醫貫・陰陽論》**　朔望分陰陽者，初一日為死魄，陰極陽生。初三日而朏，十三日而幾望，十五則盈矣。漸至二十以後，月廓空虛，海水東流，人身氣血亦隨之。女人之經水期月而滿，滿則溢，陰極而少陽生，始能受孕，故望以前屬陽。

**《醫學綱目・陰陽臟腑部》**　人受天地之氣以生，天之陽氣為氣，地之陰氣為血。故氣分常有餘，血分常不足。何以言之？天地為萬物父母。天大也，為陽，而運於地之外。地居天之中，為陰。天之大，氣舉之。日，實也，亦屬陽，而運於月之外；月，缺也，屬陰，稟日之光以為明者也。人身之陰氣，其消長視月之盈缺。故人之生也，男子十六歲而精通，女子十四歲而經行，是有形之後，猶有待於乳哺水穀以養，陰氣始成而後可與陽氣為配，以能成人，而為人之父母。古人必近三十、二十而後嫁娶，可見陰氣之難於成，而古人之善於攝養也。《禮記》注曰：惟五十後養陰者有以加。《內經》曰：年四十陰氣自半而起居衰矣。

又曰：男子六十四歲而精絕，女子四十九歲而經斷。夫以陰氣之成，止供給得三十年之視聽言動，已先虧矣。夫人之情慾無涯，以此難成易虧之陰氣，若之何而可以從恣也？《經》曰：陽者，天氣也，主外；陰者，地氣也，主內。故陽道實而陰道虛。又曰：至陰虛，天氣絕；至陽盛，地氣不足。虛與盛之所在，非吾之過論也。蓋主閉藏者，腎也；司疏洩者，肝也。二臟皆有

相火，而其系上屬於心。心，君火也，為物所感則易動。心動則相火亦動，動則精自走。相火翕然而起，雖不交會亦暗流而疏洩矣。所以聖賢只是教人收心養心，其旨深矣。天地以五行更迭衰旺而成四時，人之五臟六腑亦應之而衰旺。四月屬巳，五月屬午，為火大旺。火為肺金之夫，火旺則金衰。六月屬未，為土大旺。土為水之夫，土旺則水衰，況腎水常藉肺金為母，以補助其不足，故《內經》諄諄於資其化源也。古人夏月必獨宿而淡味，兢兢業業於愛護。保養金水二臟，正嫌火土之旺爾。《內經》又曰：冬不藏精者，春必病溫。十月屬亥，十一月屬子，正火氣潛伏閉藏，以養其本然之真，而為來春發生升動之本。若於此時恣嗜欲以戕賊，至春升之際，下無根本，陽氣輕浮，必有溫熱之病。夫夏月火土之旺，冬月火氣之伏，此論一年之虛耳。若上弦前、下弦後，月廓月空，亦為一月之虛。大風大霧、虹霓飛電、暴寒暴熱，日月薄蝕，憂愁忿怒，驚恐悲哀，醉飽勞倦，謀慮勤動，又皆為一日之虛。若病患初退，瘡痍正作，尤不止於一日之虛而已。今人多有春末夏初，患頭痛腳軟，食少體熱，仲景謂春夏劇，秋冬瘥，而脉弦大者，正世俗所謂注夏病也。若犯此四者之虛，似難免此。夫當壯年便有老態，仰事俯育，一切隳壞。興言至此，深可驚懼。古人謂不見所欲，使心不亂。夫以溫柔之感於身，聲音之感於耳，顏色馨香之感於目鼻，誰是鉄漢，心不為之動也。唯善攝生者，於此五箇月出居於外，苟值一月之虛，亦宜暫遠帷幕，各自珍重，保全太和，期無負敬身之教，幸甚。

**《醫學入門・天地人物氣候相應說》**　經十二，絡十五，凡二十七，氣血相貫，無有休息。故一歲陰陽升降，會於立春；一日陰陽曉昏，會於寅時。榮衛循環，上應天之度數，下應地之分野。天有宿度，地有經水，人有經脈。經水者，謂海水、清水、渭水、湖水、沔水、泗水、江水、淮水、漯水、河水、漳水、濟水也。經脈者，謂手足三陰三陽之脈，所以言者，以內外參合，人氣應之，故言及也。內足陽明，外合海水；內足太陽，外合清水；內足少陽，外合渭水；內足太陰，外合湖水；內足厥陰，外合沔水；內足少陰，外合汝水；內手陽明，外合江水；內手太陽，外合淮水；內手少陽，外合漯水；內手太陰，外合河水；內手心主，外合漳水；內手少陰，外合濟水，內外輸應。氣衛於外，以充皮膚；血榮於中，以營經絡。周人身一體而無間，應漏水百刻而不違，日夜一萬三千五百息，乃平人之常也。察陰陽，決生死，雖經絡流注，如環之無端，豈能逃於脈之三部耶？至於草木昆蟲，盡皆得氣之先，所以雖乾枯陳朽，亦可以調臟腑而治疾病，其氣同也。

**《軒岐救正論・素問六十年運氣病治之紀》**　辰壬戊歲　上太水陽司天　中木運太　下太土陰在泉　其化上苦温，中酸和，下甘温，藥食宜也。主病眩掉瞑。

辰戊戊歲　上太陽司天　中火運太　下太陰在泉　其化上苦温，中甘和，下甘温，藥食宜也。主病熱鬱。

甲辰甲戊歲　上太陽司天　中土運太　下太陰在泉　其化上苦熱，中苦温，下苦温，藥食宜也。主病濕下重。

庚辰庚戊歲　上太陽司天　中金運太　下太陰在泉　其化上苦熱，中辛温，下甘熱，藥食宜也。主病燥悶滿。

丙辰丙戊歲　上太陽司天　中水運太　下太陰在泉　其化上苦熱，中鹹温，下甘熱，藥食宜也。主病大寒。

凡此太陽司天之政，氣化運行先天，此下總結辰戊年太陽司天，六氣之化也。凡子寅辰午申戌六陽年，皆為太過。丑亥酉未巳卯六陰年，皆為不及。太過之氣，常先天時而至，故其所生長收藏氣化運行皆蚤不及之氣，常後天時而至故，其氣化運行皆遲。如《交變大論》曰：太過者先天，不及者後天。本篇後文曰：運太過則其至先。運不及則其至後。皆此義也。

丁卯丁酉歲　上陽明司天　中木運少　下少火陰在泉　其化上苦小温，中辛和，下鹹寒，藥食宜也。主灾三宮。

癸卯癸酉歲　上陽明司天　中火運少　下少陰在泉　其化上苦小温，中鹹温，下鹹寒，藥食宜也。主灾九宮。

己卯己酉歲　上陽明司天　中土運少　下少陰在泉　其化上苦小温，中甘和，下鹹寒，藥食宜也。主灾五宮。

乙卯乙酉歲　上陽明司天　中金運少　下少陰在泉　其化上苦小温，中苦和，下鹹寒，藥食宜也。主灾七宮。

辛卯辛酉歲　上陽明司天　中水運少　下少陰在泉　其化上苦小温，中苦和，下鹹寒，藥食宜也。主灾一宮。

凡此陽明司天之政，氣化運行後天，此總言卯酉年陽明司天，六氣之化也。凡此卯酉十年，歲氣不足，故氣化運行後天。

壬寅壬申歲　上少相火陽司天　中木運太　下厥木陰在泉　其化上鹹寒，中酸和，下辛凉，藥食宜也。病掉眩支脇驚駭。

戊寅戊申歲　上少陽司天　中火運太　下厥陰在泉　其化上鹹寒，中甘和，下辛凉，藥食宜也。病上熱鬱血溢泄心痛。

甲寅甲申歲　上少陽司天　中土運太　下厥陰在泉　其化上鹹寒，中鹹和，下辛凉，藥食宜也。病體重肘腫痞飲。

庚寅庚申歲　上少陽司天　中金運太　下厥陰在泉　其化上鹹寒，中辛温，下辛凉，藥食宜也。病肩背胸中。

丙寅丙申歲　上少陽司天　中水運太　下厥陰在泉　其化上鹹寒，中鹹温，下辛温，藥食宜也。病寒浮腫。

凡此少陽司天之政，氣化運行先天。

丁丑丁未歲　上太土陰司天　中木運少　下太水陽在泉　其化上苦温，中辛温，下甘熱，藥食宜也。主灾三宮。

癸丑癸未歲　上太陰司天　中火運少　下太陽在泉　其化上苦温，中鹹温，下甘熱，藥食宜也。主灾九宮。

己丑己未歲　上太陰司天　中土運少　下太陽在泉　其化上苦熱，中甘和，下甘熱，藥食宜也。主灾五宮。

乙丑乙未歲　上太陰司天　中金運少　下太陽在泉　其化上苦熱，中酸和，下甘熱，藥食宜也。主灾七宮。

辛丑辛未歲　上太陰司天　中水運少　下太陽在泉　其化上苦熱，中苦和，下苦熱，藥食宜也。主灾一宮。

凡此太陰司天之政，氣化運行後天。

壬子壬午歲　上少火陰司天　中木運太　下陽金明在泉　其化上鹹寒，中酸凉，下酸温。藥食宜也。主病支滿。

戊子戊午歲　上少陰司天　中火運太　下陽明在泉　其化上鹹寒，中甘寒，下酸温，藥食宜也。主病血溢上熱。

甲子甲午歲　上少陰司天　中土運太　下陽明在泉　其化上鹹寒，中苦熱，下酸熱，藥食宜也。病中滿身重。

庚子庚午歲　上少陰司天　中金運太　下陽明在泉　其化上鹹寒，中辛温，下鹹温，藥食宜也。主病下清。

丙子丙午歲　上少陰司天　中水運太　下陽明在泉　其化上鹹寒，中鹹熱，下酸温。藥食宜也。主病寒下。

凡此少陰司天之政，氣化運行先天。

丁巳丁亥歲　上厥水陰司天　中木運少　下少火陽在泉　其化上辛凉，中辛和，下鹹寒，藥食宜也。主灾三宮。

癸巳癸亥歲　上厥陰司天　中火運少　下少陽在泉　其化上辛凉，中鹹和，下鹹寒。藥食宜也。主灾九宮。

己巳己亥歲　上厥陰司天　中土運少　下少陽在泉　其化上辛凉，中甘和，下鹹寒，藥食宜也。主灾五宮。

乙巳乙亥歲　上厥陰司天　中金運少　下少陽在泉　其化上辛凉，中酸和，下鹹寒，藥食宜也。主灾七宮。

辛巳辛亥歲　上厥陰司天　中水運少　下少陽在泉　其化上辛凉，中苦和，下鹹寒，藥食宜也。主灾一宮。

凡此厥陰司天之政，氣化運行後天。

愚按人秉天地之氣以生，天人一理也。五運六氣，陰陽之變，勝復之作，而人身應之。《經》曰：隨其氣所在期於左右。從其氣則和，違其氣則病。迭移其位者病，失守其位者危，寸尺反者死，陰陽交者死。又曰：先立其年，以知其氣，而主病之陰陽、虚實、逆從、生死，毋外此以為氣診矣。

**《陳修園醫書七十二種・靈素集注節要》**《四氣調神論》曰：春三月，此為發陳。發，啓也。陳，故也。春陽上升，發育萬物，啓故從新，故曰發陳。天地俱生，萬物以榮。天地之氣俱主生發，而萬物亦以生榮。夜臥早起，廣步於庭。夜臥早起，發生氣也。廣寬，緩也。所以運動生陽之氣。被髮緩形，以使志生。東方風木之氣直上巔頂，被髮者，疎達肝木之氣也。緩，和緩也。舉動舒徐以應春和之氣。志者，五臟之志也。志意者所以御精神，收魂魄，適寒温，和喜怒者也。是以四時皆當順其志焉。生而勿殺，予而勿奪，賞而勿罰。皆所以養生發之德也，故君子啓蟄不殺，方長不折。此春氣之應，養生之道也。四時之令，春生夏長，秋收冬藏，此春氣以應養生之道。逆之則傷肝，夏為寒變，奉長者少。逆謂逆其生發之氣也，肝屬木，王於春，春生之氣逆，則傷肝，肝傷則至夏為寒變之病，因奉長者少故也。蓋木傷而不能生火，故於夏月火令之時，反變而為寒病。夏三月，此為蕃秀。蕃，茂也，陽氣浮長，故為茂盛而華秀也。天地氣交，萬物華實。夏至陰氣微上，陽氣微下，故為之天地氣交，陽氣化施，陰氣結成，成化相合，故萬

物華實也。夜臥早起，無厭於日。養長之氣，不宜惰也。使志無怒，使華英成秀。長夏火土用事，怒則肝氣易逆，脾土易傷。華者，心之華也，言神氣也。使氣得泄。若所愛在外。夏氣浮長，故欲其疎泄則膚腠宣通，時氣疎暢，有若好樂之在外也。此夏氣之應，養長之道也。逆之則傷心，秋爲痎瘧，奉收者少，冬至重病。心屬火，至於夏逆夏長之氣，則傷心矣。心傷至秋爲痎瘧，因奉收者少故也。蓋夏之陽氣浮長於外，至秋而收斂於內，夏失其長，秋何以收。至秋時，陰氣上升，下焦所出之陰，與上焦所逆之陽，陰陽相搏而爲寒熱之陰瘧也。夫陽氣發原於下焦，陰臟春生於上，夏長於外，秋收於內，冬存於下。今夏逆於上，秋無以收，收機有礙，則冬無所存，陽不歸原，是根氣已損，至冬時寒水當令，無陽熱溫配，故冬時爲病，甚危險也。秋三月，此爲容平。容，盛也，萬物皆盛實而平定也。天氣以急，地氣以明。寒氣上升，地氣下降。早臥早起，與雞俱興。雞鳴早而出時晏，與春夏之早起少遲，所以養秋收之氣也。使志安甯，以緩秋刑。陽和日退，陰寒日生，故使神志安甯，以避肅殺之氣。收斂神氣，使秋氣平，無外其志，使肺氣清。皆所可順秋收之氣而使肺金清靜也。此秋氣之應，養收之道也。逆之則傷肺，冬爲飧泄，奉藏者少。蓋秋收而後冬藏，陽存於陰而爲釜底之燃，以腐水穀。秋失其收則奉存者少，至冬寒水用事，陽氣下虛，則水穀不化，而爲飧泄矣。冬三月，此爲閉藏。萬物收藏閉塞而成冬令矣。水冰地坼音折，無擾乎陽。坼，裂也。陽氣收存，故不可煩擾以洩陽氣。早臥晚起，必待日光。順養閉存之氣，必待日光，避寒邪也。使志若伏若匿，若有私意，若已有得。夫腎存志，心存神，用三若字者，言冬令雖主閉存而心腎之氣時相交合，故曰私者，心有所私得也。使志無外求，則神氣內存也。去寒就温，無泄皮膚，使氣亟奪。夫陽氣亡於至陰，發於質表，外不固密，則裏氣亟起以外應。故無洩皮膚之陽，而使急奪其根氣也。此冬氣之應，養存之道也。逆之則傷腎，春爲痿厥，奉生者少。蓋肝木生於冬水，主春生之氣，養筋，筋失其養，則爲痿，生氣下逆則爲厥。天氣清淨光明者也。上節論順四時之氣而調養其神，然四時順序，先由天氣之和，如天地不和，則四時之氣亦不正矣，故以下復論天地之氣焉。藏德不止，故不下也。上天之氣至清淨光明，然明德惟存而健運不息者也。夫天氣下降，地氣上升，斯成地天之泰，惟其運用不止，故不必下而後謂之下也。蓋言天氣布於六合，九州化生萬物，而體位仍尊高也。天明則日月不明，邪害空竅。天地至光明者也，明德存隱，故晝明者日焉，夜明者月焉。若不存而彰著於外，是天明而日月不明矣，天德不存則虛其清淨高明之體，而邪乘虛以害之，故曰天運當以日光明。陽因而主衛外者也，如人之陽不固密於上，不衛於護外，則邪走空竅而爲害矣，此言天包乎地陽，包乎陰，然當存隱固密而不宜外張下泄者也。陽氣者閉塞，地氣者冒明。陽氣者，天氣也，此承上交而復言天德惟存，而無運用不息之機，則地氣上乘而昏冒其光明矣。上節言虛其存德之體，此節言失其不止之機也。雲霧不精，則上應白露不下。地氣升而爲雲爲霧，天氣降而爲雨爲露，露霧不精，是地氣不升也。地氣不升，則天氣是以上應，白露不下，上節言天地閉塞，此節言地氣伏存，天地不交，而爲否矣。交通不表，萬物命故不施，不施則各木多死。表，外也，揚也，言天地之氣雖上下交通，而不表彰於六合九州之外，則萬物之命不能受施化矣。不施則各木多死。蓋木爲萬物之始生也，上節言交通於上下，此節言不運用於四方也。惡氣不發，風雨不節，白露不下，則菀藁不榮。菀，茂木也。槁，禾稈也。上節言天地之氣不施則各木多死，此復言四時之氣不應則草木不榮，蓋天地之氣不和，而四時之氣亦不正矣。惡氣，忿怒之氣也，《脈要精微論》曰：彼秋之忿成冬之怒，惡氣不發，則失其勁肅嚴凜之令矣。風雨不節則失其溫和明曜之政矣。白露不下，則無滋蒸濕澤之濡矣。若四時失序，雖茂木嘉禾，而亦不能榮秀也。賊風數至，暴雨數起，天地四時不相保，與道相失，則未央絕滅。此總結上文而言天地四時不相保，其陰陽和平，而又失其修養之道，則未久而有絕滅之患矣。惟聖人從之，故身無奇病，萬物不失，生氣不竭。惟聖人能順天地四時之不和，而修養其神氣。故無奇暴之害。夫萬物有自然之生氣，雖遇不正之陰陽，而不至於絕滅。惟人爲嗜欲所傷，更逆其時，則死。聖人內修養生之道，外順不正之時，與萬物不失其自然，而生氣不絕也。《陰陽應象論》曰：能知七損八益，則二者可調，不知用此，則早衰之節也。女子以七爲紀，男子以八爲紀，七損八益者，言陽常有餘，而陰常不足也。然陽氣生於陰精，知陰精之不足，而無使其虧損，則二者可調。不知陰陽相生之道，而用此調養之法，則年未半百而早衰矣。年四十而陰氣自半也，起居衰矣。男子以八爲期，故四十而居半。陰氣，腎氣精氣也，陰氣漸虛則起居自疲倦矣。年五十體重，耳目不聰明矣。《經》曰：腎虛肝虛脾虛，皆令人體重煩悶。又曰：液脫者，骨肉屈伸不利，年五十而精液血液皆虛，是以體重而不輕便也，精氣虛而不能升於上，則耳目不聰明矣。年六十陰痿，氣大衰，九竅不利，下虛上實，涕泣俱出矣。人年六十逾七八之期，天癸竭，腎氣大衰而陰事痿矣，九竅爲水注之氣，癸水竭而精氣衰，則九竅爲之不利矣，精竭於下，水乏於上，而涕泣俱出矣。《解精微論》曰：精神去，目涕泣出也。故曰知之則強，不知則老。如七損八益而能固守，其精則陰陽俱盛，而筋真壯強。不知陰陽所生之原，以欲竭其精，以耗散骨氣，至半百而衰老矣。故同出而各異耳。神氣生於陰精，故同出於天乙之真，而有精氣神三者之異名耳。智者察同，愚者察異，愚者不足，智者有餘。察，知也，省也。智者省其陰陽同出於天真，不妄作勞，則陽完而陰亦固矣。精神內守，則陰盛而氣亦外強，知陰陽之相生，同則精氣常爲有餘。愚者止知名之有異，如煩勞則陽氣外張，而不知精亦內絕，如逆之傷腎，則春陽之氣亦

無所資生，不知陽爲陰之固，陰爲陽之根，而精氣恆不足矣。有餘則耳目聰明，身體輕強，老者復壯，壯者益治。有餘則陽氣充而耳目聰明，精血足而身體強健，精神完固，能卻老而全形，壯者益充滿而平治也。是以聖人爲無爲之事，樂恬澹之能，從欲快志於虛無之守，故壽命無窮，與天地終。此聖人之治身也。此言治之聖人，世與逸世之真人不同，壽僅可以百數，然亦有修身之道，而壽命無窮，與天地終始，行所無事，則外不勞形，內無思想，恬澹虛無，則精神內守，真氣從之，其知道者，自然亦歸於真人也。

**《宜麟策續編・飲食戒飲》** 凡飲食之類，則人之臟氣各有所宜，似不必過為拘執。惟酒多者為不宜。蓋胎種先天之氣，極宜清楚，極宜充實。而酒性淫熱，非惟亂性，亦且亂精，精為酒亂，則濕熱其半，真精其半耳。精不充實，則胎元不固，精多濕熱則他日痘疹、驚風、脾敗之類，率已受造於此矣。故凡欲擇期布種者，必宜先有所慎，與其多飲，不如少飲，與其少飲，猶不如不飲。此亦胎元之一大機也。欲為子嗣之計者，其毋以此為後着。

**《宜麟策續編・附衍慶編調經至言》** 天地生生之理，止陰陽二氣，合則生之理全，分則人之質定。故男秉陽，女秉陰，男肖日，女肖月。男子生氣，一日一動；女子生氣，一月一週。夜半子時，男子生機所發；月經行日，女子生意所萌。能於此生生之時，加意保護，便可卻病延年，此一定之理也。每思世間女子，較男子頗逸。至於富貴之家，閨閣婦女，錦衣美食，曲房深室，無飢寒風露筋力勞苦之事，然癆瘵偏多，疾病時作，此何故哉？蓋其受病甚微，起於所忽而不自知也。大抵女子年十四則天癸至，月事時下，此時生意勃然，凡以生以育，皆由於此耳。第其將行之時，新者未生，舊者欲去，意中必有煩躁之態，異於平日，彼時能自知經將欲行，一切起居，便當加意調攝，勞碌氣惱，俱不宜犯。最不可飲食冷物，坐臥冷處。蓋寒冷乃肅殺之氣，最害生意。況經行之時，凡百骸四肢，毛孔皆開，然後舊血入於衝脈而下，彼時若一受寒氣，不論何處，其欲下之血，即停留不行。初則止須毫毛之聚，逐日血行周身，至於所凝之處，則滯而不行，日積日多，此瘀血癆，癥瘕痞塊、癰癤腸噎，行經疼痛短縮，所由來也。至於淨後二三日內，則百骸四肢，皆生新血，此時一受冷氣，則生機鬱遏，無論何處受冷，則此處便不生發，此血枯癆症，黃瘦無力，心脾脹悶，月經過期，白帶諸病，所由生也。當其時感之至微，原不知覺，至病已成，醫家又隨病施治，不究所由，此婦人所以多病也。況當貴之家，婦女素習驕恣，又善於掩飾，甜瓜冷果，一時可口，禁之不能，且好吃生冷，則胃氣內寒，見熱便怕，不知一時之爽利有限，日久之疼痛難當，以致不能生育，種種受害，皆由於此，今特指出。凡天下婦女，能于經行時，戒生冷氣惱，如產後調攝一般，每月不過五六日，使百病自除。此時服藥，亦易收效。故去積行瘀，須於經行之時，趁勢下之；補養調理，須於經淨一日，乘機助之，其奏功必速於往日，此中實具至妙元機。奈天下庸醫，茫如霧露，嗣後見此書者，信而遵行，若有疾婦女，半年之內，有不脫體安吉者，誓斷吾舌。茲因衍慶編成，特著此論以贅於後，使天下婦女知之，不惟永無疾苦，而廣嗣多男，亦庶幾少助天下大生之德耳！

**《宜麟策續編・乾道・畜德一》** 《孕元立本章》云：天地之大德曰生。人者，天地之心也。具此生理，生生無窮。乃有無子者曷故？觀夫層冰積雪，天行肅殺之令，地合閉蟄之德，斯時生物亦鮮矣。人之氣稟無偏，而生機偶歇者，非其心之所趨，冬秋陰慘之氣深，春夏陽和之氣少乎？故不可錄曰：殘惡之人多無子，陰賊之人多無子，好殺之人多無子，淫亂之人多無子，財緊之人多無子，清刻之人多無子，狷隘之人多無子，好潔之人多無子，是豈天定之哉？由人心之自致耳。然人心至靈，如舟之有舵，一捩便轉。其捩轉之術如何？曰：存仁而已矣。仁者，生之德，是以草木蔬穀百菓之核，名之曰仁，植之無有不生者也。人能在在存仁，隨地隨時，不放過去。如有言責者用其言，如林給事疏減賑米，妻夢神責，二子皆死，門戶遂絕，則奏疏活人者，後嗣蕃昌必矣。有官職者盡其職，如虞允文禁民溺女，本無子而有子之類。將兵者不嗜殺，如曹彬徐達子孫貴盛之類。掌刑者不妄刑，如馬默除島囚投海之例，本無嗣而有子之類。富者不私其富，一切衆生，以財為命，凍者得之煖，飢者得之飽，離者得之合，死者得之生，財聚於我，寬一分，則人受一分之福，其仁豈不薄哉！多男之慶有必然者。貧賤者能盡其誠。如任奔走效口舌，以解人之厄，恤人之難，隱人之過，成人之善，步步是仁。所謂不費錢功德也。非求嗣之捷徑乎！凡此皆自盡其心而已，然已默契夫天地生物之心，種荳者其苗必荳，種瓜者其苗必瓜，斷斷然矣。夫所謂捩轉云何？即改過之謂也，人非聖賢，孰能無過。過而能改，即求仁得仁。是故存仁之道，以改過為先，欲求有子而且賢者，可不以此為首務哉！

**《宜麟策續編・乾道・畜德二》** 又云：夫子贊乾元資始曰大。贊坤元資生曰至。坤者順承乎天以成其生物之功。故曰：妻者，齊也。是以子嗣之有無，重在男子，尤重在婦人。婦人雖不與户外事，倘其悖謬垂戾之性

成，而門内先受其禍，既失其坤順之德，豈能着生物之功？或孕而不育，育而不壽者多矣！婦人之心，求子最切。禱祀求神，神弗福也，曷若近而求之門内耶？公姑孝之，夫主敬之，妯娌和之，奴婢恤之，庶事寬之，如是則戾氣消，和氣溢，作善降祥，瓜瓞之慶，神必福之矣！又有婦人焉，性非兇暴，貌似柔和，亦艱於子嗣者，蓋婦人秉質於陰，易流為毒，其家庭日用之常，處心積慮之地，煞有關係。常見有能幹之婦，其營家也勤而儉，其持己也謹而嚴，錙銖之數無差，恩怨之分至晰，揆其大較，不過自私自利之心多，恕人寬人之地少，似乎無大失德，然而家業暗替，子息杳然何哉？蓋婦人之德，不期於寬厚，即流於刻薄。剥削元氣於冥冥之中，是為隱慝，故不特悖謬乖戾，為無嗣之顯端，即事事義勝於恩，已非坤厚生物之體矣！婦人無子，即干七出之條，可不痛自修省，贊夫為善，以期螽斯麟趾之慶哉！

**《宜麟策續編・精血盛衰之驗》**　褚尚書曰：飲食五味，養髓骨肉血肌膚毛髮。男子為陽，陽中必有陰，陰中之數八，故一八而陽精升，二八而陽精溢。女子為陰，陰中必有陽，陽中之數七，故一七而陰血升，二七而陰血溢。陽精陰血，皆飲食五味之秀實也。方其升也，智慮開明，齒牙更始，髮黄者黑，筋弱者强，暨其溢也。凡充身肢體手足耳目之餘，雖針芥之瀝，無有不下。凡子形肖父母者，以其精血嘗於父母之身，無所不歷也。是以父一肢廢，則子一肢不肖其父，母一目虧，則子一目不肖其母。精未通而御女以通其精，則五體有不滿之處，異日有難狀之疾，陰已痿而思色以降其精，則精不出内敗，小便道澁而為淋，精已耗而復竭之，則大小便道牽疼，愈疼則愈欲大小便，愈便則愈疼。女人天癸既至，踰十年無男子合則不調，未踰十年思男女合亦不調，不調則舊血不出，新血誤行，或潰而入骨，或變而之腫，或雖合而難子，合男子多則瀝枯，虚人产乳衆則血枯殺人，觀其精血，思過半矣！

**《宜麟策續編・聚精之道有五》**　袁了凡先生云：聚精之道，一曰寡慾，二曰節勞，三曰息怒，四曰戒酒，五曰慎味。今之談養生者，多言採陰补陽，久戰不泄，此為大謬。腎為精之府，凡男女交接，必擾其腎，腎動則精血隨之而流。外雖不泄精已離宫。未能堅忍者，亦必有真精數點，隨陽之痿而溢出，此其驗也。如火之有烟焰，豈有復反於薪者哉！是故貴寡慾。精成於血，不獨房勞之交，損吾之精，凡日用損血之事，皆当深戒。如目勞於視，則血於視耗。耳勞於聽，則血以聽耗。心勞於思，則血於思耗。吾隨事而節之，則血得其養，而與日俱積矣。是故貴節勞，主閉藏者，腎也，司疎泄者，肝也。二臟皆有相火，而其系上屬於心。心，君火也。怒則傷肝而相火動，動則疎泄者用事，而閉藏不得其職，雖不交合亦暗流而潜耗矣。是故當息怒。人身之血，各歸其舍則常凝，酒能動血，人飲酒則面赤，手足俱红，是擾其血而奔馳之也。血氣既衰之人，數月無房事，精始厚而可用。然使一夜大醉，精隨薄矣，是故宜戒酒。《内經》云：精不足者，補之以味。然釀鬱之味，不能生精，惟恬淡之味，乃能補精耳。蓋萬物皆有真味，調和勝而真味衰矣。不論腥素淡，煮之得法，自有一段冲和恬淡之氣，益人腸胃。《洪範》論味而曰稼穡作甘。世間之物，惟五穀得味之正，但能澹食穀味，最能養精。又凡煮粥飯，中有厚汁滚作一團者，此米之精液所聚也，食之驟能生精，試之有效。

**《宜麟策續編・葆真為種子首務》**　《大生要旨》云：大寒之後，必有陽春，天地之道，不蟄封則不發育也。今人之無子者，往往勤於色慾，豈知施泄無度，陽精必薄。縱慾適情，真氣乃傷，妄欲得子，其能孕乎？夫男象天主施，女象地主受，一施一受，其姓始成。今其所施，全非先天濃鬱之氣，不過後天澆漓渣滓之物。縱使陰受可化，而實無陽施之用矣。故有心種子者，毋傷於思慮，毋耗其心神，毋意馳於外而内虚，毋志傷於内而外駁，毋以酒為色媒，毋以藥而助火，葆精彙神。静養日久，及至陰陽交媾，兩神相搏，其一點先天元真之氣，勃勃生育之機，即寓於情慾大動之時，萬舉而萬當矣。《内經》云：陰平陽秘，精神乃治。陰陽離決，精氣乃絶。《老子》曰：必清必静，毋摇爾精。《人鏡經》曰：精氣盛則生二男。諺云：寡慾多男子。歷歷名言，不特老而無子者，當奉為龜鑑，即壯年難子者，亦須尊為節符。《寡慾廣嗣篇》云：世人無不急於生子，亦知生子之道，精氣交媾，鎔液成胎。故少慾之人恒多子，且易育，氣固而精凝也。多慾之人恒艱子，且易夭，氣泄而精薄也。譬之釀酒然，斗米下斗水，則酒濃，且耐久，其質全也，斗米倍下水，則淡，三倍四倍，則酒非酒，水非水矣，其真元少也。今人夜夜淫縱，遍御妾婢，精氣妄泄，邪火上升，邪火愈熾，真陽愈枯，安能成胎？即僥倖生子，亦不能育，或殤於痘，或殤於驚。痘者，熱毒，驚者，熱風。毒者，父母之真精不足。風者，父母之真氣不固也。昔有人艱於子息，醫者教以節慾靜攝，勿勞心神，心靜則精不摇，神完則氣不走。每妻經淨，乃一交媾，否則各榻。如是

半年，妻果有娠。娠後即異榻，足月之後，果生男子，後来天花只三五粒。彼求子而廣蓄婢妾，不知節慾，豈有當哉！

**《宜麟策續編・藥忌燥熱》**　《大生要旨》云：天地之道，祇貴和平。太熱則陽亢，太寒則陰凝。陰凝肅殺，人果知之，陽亢消爍，人都不察。常見世之艱於子嗣者，搆覓傳方，希圖種子。其方大抵興陽壯熱之品居多，甚至煆煉金石，及製取毒穢悍劣諸物，劫盡其陰，以為培陽。益以房幃重耗，漸至髓消肉減，神昏氣奪，毛瘁色枯，尚不知為藥所悞，可勝道哉！

**《宜麟策續編・色戒男淫》**　陳成卿曰：養生家言男淫損人，尤倍於女。蓋男為陽，兩陽相亢，必竭其精，精竭則寒，寒則不能生育，故求嗣者當首戒男淫。且穀道為幽冷穢濁之地，屢屢犯之，氣偏為戾。縱陽未衰而有子，非生而不育，即長亦為敗家之子。知以後嗣為重者，可不畏乎！況溺於此者，或痿廢，或失明，未老先衰，不一而足。是以有子者亦當深戒也。人能痛自改悔，誓不再蹈前非，外資藥力，內養生機，久久堅持，陽和漸復，不特寧馨有慶，且康壽可期矣。

**《宜麟策續編・合男女必當其年》**　《褚尚書求男論》云：建平孝王妃姬，皆麗無子。擇民家未笄女子入御，又無子。問曰：求男有道乎？澄對曰：合男女必當其年，男雖十六而精通，必三十而娶，女雖十四而天癸至，必二十而嫁。皆慾陰陽完實，然後交而孕，孕而育，育而子堅壯强壽，今未笄之女，天癸始至，已近男色，陰氣早泄，未完而傷，未實而動，是以交而不孕，孕而不育，育而子脆不壽，此王之所以無子也。然婦人有所產皆女者，有所產皆男者，大王誠能訪求多男婦人至宮府，有男之道也。王曰：善。未再期，生六男。夫老陽遇少陰，老陰遇少陽，亦有子之道也。

**《宜麟策續編・百脈齊到則孕成》**　程鳴謙云：褚澄氏言：男女交合，陰血先至，陽精後衝而男形成，陽精先入，陰血後參而女形成。信斯言也。人有精先洩而生男，精後洩而生女者，獨何歟？東垣曰：經水纔斷一二日，血海始淨，感者成男。四五日，血脈已旺，感者成女，至於六七日後，則雖交感亦不成胎，信斯言也。人有經始斷，交合生女，經久斷交合生男者，亦有四五日以前交合無孕，八九日以後交合有孕者，獨何歟？俞子本撰《廣嗣要略》，著方立圖，謂實陽能入虛陰，實陰不能受陽，即東垣之故見也。又謂微陽不能射陰，弱陰不能攝陽，信斯言也。世有厄羸之夫，怯弱之婦，屢屢受胎，雖欲止之而不能止者，亦有血氣方剛，精力過人，顧乃艱於育嗣而莫之救者，獨何歟？朱丹溪論治，專以婦人經水為主，然富貴之家，侍妾已多，其中寧無月水當期者乎？有已經前夫頻頻生育，而娶此以圖其易者，顧亦不能得胎，更遣與他人，轉盼生男矣！豈不能受孕於此，而能受孕於彼乎？愚以為父母之生子，如天地之生物。《易》曰：坤道其順乎，承天而時行。夫知地之生物。不過順承乎天則。知母之生子，亦不過順承乎父而已。知母之順承乎父，則種子者果以婦人為主乎？以男子為主乎？然所謂主於男子者，不拘老少強弱，康寧病患，精易洩難洩，只以交感之時，百脈齊到為善耳。交感而百脈齊到，雖老弱病患易洩，亦可以成胎。交感而百脈參差，雖少強，雖康寧，雖難洩，亦難以成胎矣！婦人所搆之血，固由於百脈合聚，較之男子之精，不能無輕重之分也。孔子贊乾元資始曰大，贊坤元資生曰至。得無意乎？若男婦之辨，又不以精血先後為拘，不以經盡幾日為拘，不以夜半前後交感為拘，不以父強母弱母強父弱為拘，只以精血各由百脈齊到者別勝負耳！是故精之百脈齊到，有以勝乎血則成男矣。血之百脈齊到，有以勝乎精則成女矣。至有既孕而小產者，有產而不育，有育而不壽者，有壽而黃耇無疆者，則亦精血之堅脆，分為修短耳。世人不察其精血之堅脆已定於稟受之初，乃以小產專責之母，以不育專付之兒，以壽夭專諉之數，不亦謬乎？

**《宜麟策續編・種子須知絪縕之時》**　袁了凡云：天地生物，必有絪縕之時，萬物化生，必有樂育之時。猫犬至微，將受娠也，其雌必狂呼而奔跳，以絪縕樂育之氣觸之而不能自止耳，此天然之節候，生化之真機也。世人種子有云：三十時辰兩日半，二十八九君須算。此特言其大概耳，非的論也。《丹經》云：一月止有一日，一日止有一時。凡婦人一月經行一度，必有一日絪縕之候於一時辰，間氣蒸而熱，昏而悶，有欲交接不可忍之狀，此的候也。於此時逆而取之則成丹，順而施之則成胎矣。其曰三日月出庚。又曰溫溫鉛鼎，光透簾幃，皆言其景象也。當其慾情濃動之時，子宮內有如蓮花蕊者，不拘經淨幾日，自然挺出陰中，如蓮蕊初開。婦人洗下體，以手探之自知也，但含羞不肯言耳。男子預密告之，令其自言，一舉即中矣。

**《宜麟策續編・娠子論》**　《娠子論》云：至精纔化，一氣方凝，始受胞胎，漸成形質。子在腹中，隨母聽聞。自妊娠之後，則須行坐端嚴，性情和悅，常處靜室，多聽美言，令人講讀詩書，陳說禮樂，耳不聞非言，目不觀惡

事，如此則生男女，福壽敦厚，忠孝賢明。不然，則生男女，多鄙賤不壽而愚頑，此所謂外象而內感也。昔太妊懷文王，耳不聽惡聲，目不視惡色，口不出惡言，世傳胎教之道，此之謂也。

**《宜麟策續編・逐月養胎》** 徐之才曰：妊娠一月，名胎胚。飲食精熟，酸羹受御，宜食大麥，毋食腥辛，是謂纔正。是月足厥陰脈養胎，不可針灸其經。足厥陰屬肝，主筋及血。一月之時，血行否澁，不為力事，寢必安靜，無令恐畏。

妊娠二月，名始膏。毋食辛臊，居必靜處，男子勿勞，百節皆痛，是為胎始。是月足少陽脈養胎，不可針灸其經。少陽屬膽，主精。二月之時，兒精成於胞裏，當慎護之，勿驚動也。

妊娠三月，名始胎。此時未有定象，見物而化。欲生男者，操弓矢，欲生女者，弄珠璣，欲子美好，數視璧玉，欲子賢良，端坐清虛，是謂外象而內感者也。是月手心主脈養胎，不可針灸其經。屬心。毋悲哀思慮驚動。

妊娠四月，始受水精以成血脈，食宜稻，宜魚，是謂盛血氣，以通耳目，而行經絡。是月手少陽脈養胎，不可針灸其經。內輸三焦。此時兒六腑順成，當靜形體。和心志，節飲食。

妊娠五月，始受火精以成其氣，臥必晏起，沐浴浣衣，深其居處，厚其衣服，食稻粱，羹牛羊，和以茉萸，調以五味，是謂養氣以定五臟。是月足太陰脈養胎，不可針灸其經，屬脾。此時兒四肢皆成，毋太飢飽，毋食乾燥，毋自炙熱，毋太勞倦。

妊娠六月，始受金精以成其筋，身欲小勞毋逸，出游于野，食宜鸑鳥猛獸之肉，是謂變腠理，紉筋，以養其力，以堅背膂。是月足陽明脈養胎，不可針灸其經。屬胃，主口目。此時兒口目皆成，調五味，食甘美，毋太飽。

妊娠七月，始受水精以成其骨，勞身搖肢，毋使定止，動作屈伸，以運血氣，居處必燥，飲食避寒，食稻粱以密腠理，是謂養骨而堅齒。是月手太陰脈養胎，不可針灸其經。屬肺，主皮毛。此時兒皮毛已成，毋多言哭，毋洗浴，毋薄衣，毋飲冷。

妊娠八月，始受土精以成膚革，和心靜息，無使氣極，是謂密腠理而光澤顏色。是月手陽明脈養胎，不可針灸其經。屬大腸，主九竅。此時兒九竅皆成，毋食燥物，毋輒失食，毋忍大便。

妊娠九月，始受石精以成皮毛，六腑百節，莫不畢備，飲醴食甘，緩帶自持而待之，是謂養毛髮，致才力。是月足少陰脈養胎，不可針灸其經。屬腎，主續縷。此時兒脈絡續縷皆成，毋處濕冷，無著炙衣。

妊娠十月，五臟俱備，六腑齊通，納天地氣於丹田，故使關節人神皆備，只俟時而生。是月足太陽脈養胎，不可針灸其經。屬膀胱。宜服滑胎藥。

**《宜麟策續編・胎教遵言》** 張石頑曰：胎教之說，世都未諳。妊娠能遵而行之，不特無產難之虞，且生子鮮胎毒殤夭之患，誠為廣嗣要旨，姑以大概陳之。婦人經後四十餘日不轉，即謹房室，慎起居，薄滋味，養性情，刻刻存心，與執持寶玉無異。舉趾必徐，行立勿仰，坐不實其前陰，卧勿久偏一側，弗舉手攀高取物，勿擎手沐浴簏頭，不可看異形，不可獨處暗室，毋登高，毋臨深，毋移重，毋蹉跌，忌耽坐嗜卧，使氣血凝滯。雖不可負重作勞，然須時時小役四體，則經絡流動，胎息易於運動，腰腹漸粗。飲食不宜過飽，茶湯更須節省，大熱大凉，總非所宜。犬羊鱉鼈等一切有毒之物，固宜切禁，即椒薑常用之品，亦須少嘗。其豕肉醇酒濕麪之類，縱不能摒絕不食，亦不可恣啖。歸精於胎，過於蕃長，致母臨蓐難產。而子在胞中，禀質肥脆，襁褓必多羸困。即如沃壤之草木，移植堉土，枝葉得不凋委乎？甫交三月，即當滿裹其腹。胎氣漸長，僅可微鬆其束，切勿因其氣急滿悶而頓放之。在夏洗澡，須避熱湯。冬時寤寐，勿迫爐炭。其最甚者，尤在不節交合，淫火盡歸其子，以釀痘疹疥癩之毒。然須妊娠禀性安靜，不假強為，方遵實濟。若強制以違其性，則鬱火彌熾，此與恣情無禁者雖截然兩途，而熱歸胎息則一。嘗見有切於求嗣者，得孕即分處房帷，而子仍歿於痘，豈非強制，其火彌熾之明驗乎？蓋人之志欲匪一，苟未能超出尋常，又須曲體母情，適其自然之性，使子氣安和，是即所謂胎教也。當知胎教原非一端，若懷子受驚，則子多胎驚。懷子抱鬱，則子多結核流注。懷子恐懼，則子多癲癎。懷子常起貪妄之念，則子多貪吝。懷子常挾憤之心，則子多暴狠。懷子常造綺語詭行，則子多詐偽。非但懷子之後，當檢束身心，而經淨交感，慎毋恣肆，以遺胎息之患。若大醉後媾精，精中多著酒濕，則子多不育，大怒後媾精，精中多挾怒火，即子多乖戾。大勞後媾精，精中不滿真氣，則子多孱弱。若夫熱藥助戰，作意秘精，精中流行毒悍，則子多異疾。至於風雨雷電媾精，感觸震氣，則子多怪類。以此言之，則三元五臘，宜確遵禁戒，誕育自是不凡。宗祧重務，安得視

為嬉戲哉。

**《宜麟策續編・保孕六説》**《胎前節養篇》云：一除惱怒。凡受胎後切不可打罵人。蓋氣調則胎安，氣逆則胎病。惱怒，則否塞不順，肝氣上冲，則嘔吐衄血。脾肺受傷，肝氣下注，則血崩帶下，滑胎小產。欲生好子者，必須先養其氣，氣得其養，則生子性情和順，有孝友之心，無乖戾之習，所謂和氣致祥，一門有慶，無不由胎教得之。

二禁房勞。保胎以絕慾為第一要事，試觀猫犬至微，尚知有孕不復交合，何況人為萬物之靈，豈反不如之耶？所以婦人於經過一二日，交感之後，只宜分牀獨宿，清心靜養，則臨盆易生易育，得子少病多壽。倘或房勞不慎，必致陰虛火旺，半產滑胎，可不謹歟。

三戒生冷。胎前喜食生冷，只因懷孕以後，多惱多氣，不慎房勞，以致火旺口渴。殊不知生冷等物，豈能退血分之熱？徒使脾胃受傷。瘧疾、痢疾，嘔吐、泄瀉諸病，皆由此起。病則消耗精液，口渴愈甚。惟戒惱怒，慎房勞，服健脾補血之藥，調理本原，可保平復。否則臨產之虛脱，產後之絕證，斷不免也。

四慎寒温。胎前感冒外邪，或染傷寒時證，鬱熱不解，往往小產墮胎，攸關性命。要知起居飲食，最宜調和。夏不登樓，宜著地氣。夜不露坐，宜煖背腹。古人有言，不受寒自不發熱，不傷風自不咳嗽。此為胎前緊要關頭。

五服藥餌。胎前產後，藥能起死回生。世人鑑誤治之害，遂言胎產不必服藥，迷亂人意，以致失於調補，株守含忍，勉強臨盆，諸證蜂起。若知接養有方，隨時調治，其所安全母子者，藥餌之功，正復不淺也。

六宜靜養。胎前靜養，乃第一妙法。不校是非，則氣不傷矣。不争得失，則神不勞矣。心無嫉妒，則血自充矣。情無淫蕩，則精自足矣。安閒寧靜，即是胎教。紹宗祧之重，承舅姑之歡，叶琴瑟之和，衍螽斯之慶。所以古人必先靜養，無子者遵之，即能懷孕。懷孕者遵之，即為易育。靜養所關，豈不大哉？

**《宜麟策續編・忌多浴》**《護生編》云：凡覺受妊，不可抬手洗頭，不可曲身洗足，不可熱湯多洗下體，易致竅開胎墮。初受胎及臨月，尤宜禁戒。關係不小也。

**《宜麟策續編・論胎肖》**《月令》：先雷三日，奮木鐸以令兆民。曰雷將發聲，有不戒其容止者，生子不備，必有凶災。是可知民生垂疣枝指，朦聾喑啞，侏儒跛躄，形體不備者，其來有故矣。聖人早戒於生身受氣之初，後人徵驗於凝質象形之際。所謂胎肖之説，其言豈不可信哉？《罪雪錄》云：磻昌高八舍家，軒墀間畜龜，數年生育至百餘，其家產子四五人，皆龜胸傴僂。至正末，越有夫婦二人，於大善寺金剛神側，縛葦而居，其婦產一子，首兩肉角，鼻孔昂縮，類所謂夜叉形。陳白雲家，籬落間植决明，家人摘以下茶，生三子，皆短而跛，而王氏女甥亦跛，予皆識之。會稽民朱氏，一子亦然，其家亦多種之，悉拔去。《胎養保真論》云：吾見鄙俗婦人，懷胎時看搬傀儡，裝神像，舞猴戲者，後生子貌多肖之。《便產須知》云：孕婦應避宰殺凶殘之事，不見殘廢穢毒之人。種種瑣言，其旨叅於聖訓，可忽乎哉？蓋胎元化始，未有定儀，如鑑納形，有感隨象，自然之理也。

**《羅遺篇・增補五運六氣司天在泉南政北政義》**　司天在泉　□位司天，正南也。二合天，右間右寸，西南也。□間右尺，西北也。四合地，正位在泉，正北也。左間左尺，東北也。六合天，左間左寸，東南也。此言司天在泉之部位也。

南政北政　戊土運居中，掌南方之政令。曰：南政外，四運居四方。上坐正北之政令，曰：北政以年。

次第佈之南政，逢陰不應北政，逢陽不應。按《經》云：必先歲氣，勿伐天和，不應者天和之脉也。醫不知此，鮮不以爲病脉，而誅伐勿過，喜功生事，則輕者重，而重者死矣。

五運　手太陰氣絕，則皮毛焦，津液去，爪枯毛折。毛折者，毛先死也。丙日篤，丁日死。

手少陰氣絕，則脉不通，血不流，髮不澤，故其面黑如漆柴者，血先死。壬日篤，癸日死。

足太陰氣絕，則脉不榮肌肉，唇舌肉軟肉萎，人中滿，唇反。唇反者，肉先死。甲日篤，乙日死。

足厥陰氣絕，則筋絕。筋者聚於陰器，而脉絡於舌本也。筋急則唇青，舌捲卵縮則筋先死。庚日篤，辛日死。

足少陰氣絕，則骨枯肉不能着。骨肉不相親也。齒長而垢，髮無澤，骨先死，戊日篤，己日死。

五陰氣絕，則目系轉，轉則目運，目運者爲志先死。則一日半日間也。此言五藏五行之氣終也。

六陽氣絕，則陰與陽相離。離則腠理發泄，絕汗乃出。故旦占夕死，夕占旦死。此言六府六陽之氣終也。

銓按：五陰之氣，本乎先天之水火也。心繫上，繫於目系，目系轉者，心氣將絕也。火之精爲神，水之精爲志，神生於精，火生於水，志死神絕，故死甚速也。六陽應天之氣，根於陰而出於陽，是以六陽將絕，則知陰與陽相離矣。所以不能終天運之一周，而旦占夕死，夕占旦死也。

六氣　初之氣，厥陰風木，大寒立春雨水驚蟄。二之氣，少陰君火，春分清明穀雨立夏。三之氣，少陽相火，小滿芒種夏至小暑。四之氣，太陰濕土，大暑立秋處暑白露。五之氣陽，陽明燥金，秋分寒露霜降立冬。六之氣，太陽寒水，小雪大雪冬至小寒。

一歲之中，分司六氣，而各主有六十天也。

**《侶堂山類辯・太陰陽明論》**　三陰三陽者，天之六氣也。五藏六府者，有形之五行也。胃屬土，而陽明主秋令之燥。陽明者，胃之悍氣，別走陽明，猶膀胱乃津液之府，而太陽之氣爲巨陽，五行、六氣之有別也。夫兩陽合明，故曰陽明，陽盛之氣也，故胃土之氣柔和，土主柔順。而陽明之氣燥熱，是以陽明得中見少陰之濕化，則陰陽相和矣。胃土得戊癸之合，則火土之氣盛矣。故陽明之氣宜于和柔，胃土之氣宜於強盛，如火土之氣弱，而又乘太陰之濕，則水穀不消而爲虛泄矣。此宜人參橘皮甘草半夏之類，以助胃。白朮、蒼朮、厚朴、茯苓、薑棗之類，以益脾。甚者加附子以助癸中之火。若陽明悍熱之氣盛，而不得太陰之化，則陽與陰絕，漸能食而瘦矣。此又宜黄連枳實之類以抑胃，芪朮薑棗之類以扶脾，易老東垣以枳朮丸爲半補半消之法。皆不得五行六氣之理，先聖立方之意。

**《侶堂山類辯・四氣逆從論》**　《經》云：升降浮沉則順之，寒熱溫涼則逆之，謂春宜用升，以助生氣。夏宜用浮，以助長氣，秋時宜降，以順收令。冬時宜沉，以順封藏，此藥性之宜順四時者也。春氣溫，宜用涼。夏氣熱，宜用寒。秋氣涼，宜用溫。冬氣寒，宜用熱。此用氣之宜逆四時者也，而病亦如之。然時氣、病氣，又皆有常有變，知其常變，反其逆從，可以把握陰陽，裁成造化矣。

**《侶堂山類辯・辯九竅》**　《經》云：天氣下降，氣流于地。地氣上升，氣騰于天。天地交而生化萬物。人秉天地陰陽之氣而生，是以人之形身，應天地之日月、五星、山川、谿谷，而人之九竅，亦應地天之泰卦也。上三竅皆偶，下三竅皆奇，肺、心、肝爲陰中之陽，而開竅皆偶。脾、腎爲陰中之至陰，而開竅皆奇，此天地爐錘之妙用也。奇偶之間，名曰人中，蓋以此中分人之上下陰陽也。肺開竅于鼻，心開竅于耳，肝開竅于目，脾開竅于口，腎開竅于二陰。玉師曰：腎將兩藏，故開竅于二陰。是五臟五陰之氣，通于九竅者也。六府不和，則九竅爲之不利，是六府六陽之氣，通於九竅者也。九竅爲水注之氣，是藏府之津液，外注於九竅者也。陰中有陽，陽中有陰，陰陽交互，上下和平，水隨氣而運于外，是天地交而九竅通也。若陰陽不和，則九竅閉塞，水道不行，則形氣消索矣。

**《侶堂山類辯・四時・辯傷》**　春傷於風，夏生飧泄。秋傷於濕，冬生咳嗽。

東方生風，春之氣也。中央生濕，土之氣也，主于夏秋之交，故曰秋傷于濕。玉師曰：土主四氣之七月、八月，故秋傷於濕。夫身半以上爲陽，身半以下爲陰，腰以上爲天，腰以下爲地。故陽者，天氣也，主外。陰者，地氣也，主內。故喉主天氣，嗌主地氣。嗌乃胃土之門，脾脈貫胃絡嗌。陽受風氣，陰受濕氣。風乃陽邪，故傷于風者，上先受之。陽病者，上行極而下，故春傷于風，夏生飧泄。濕乃陰邪，故傷于濕者，下先受之。陰病者，下行極而上，故秋傷于濕，冬生咳嗽。此天地陰陽之邪，隨人氣之上下升降者也。

張開之曰：因上受之邪，而生在下之病。下受之邪，而生在上之病，故曰生，謂從上而生于下，從下而生于上也。

冬傷于寒，春必病溫。夏傷于暑，秋必痎瘧。

溫病、瘧病，皆邪伏于內，而後發者。寒乃陰邪，冬時陽氣內盛，故邪伏于在外皮膚之間。冬至一陽始生，至春陽氣盛長，外伏之陰邪與陽相遇，邪正相搏，寒已化熱，故春發爲溫病也。陰遇陽則化熱，陽遇陰不隨正氣所化，故與陰氣寒熱交爭。暑乃陽邪，夏時陽氣在外，裏氣虛寒，故邪伏于裏陰募原之內。夏至一陰始生，至秋陰氣盛長，內伏之陽邪與陰相遇，邪正相持，故發爲往來寒熱之痎瘧。痎瘧，陰瘧也。陰邪發陽病，陽邪發陰病，皆人氣之所化。此天地陰陽之邪隨人氣之外內出入者也。夫《內經》首重天地陰陽之氣，寒暑往來，升降

出入，人居天地氣交之中，隨四時之寒暑往來，而四時之風寒暑濕，又隨人氣之升降出入。東垣不明經旨，反穿鑿綴緝，而安道譏之。安道譏之，而亦不能闡發其經義，是使後人而復譏後人也。

開之曰：春時陽氣盛長，秋時陰氣盛長，伏邪必隨氣而外出，故曰必。

**《侶堂山類辯・十干化五行論》**　黃帝問曰：五運之數，土主甲己，金主乙庚，水主丙辛，木主丁壬，火主戊癸，願問其所始也。岐伯曰：昭乎哉問也！臣覽《太始天元冊》文，丹天之氣，經于牛女戊分；黔天之氣，經於心尾己分。黔，音金。蒼天之氣，經于危室柳鬼。素天之氣，經于亢氐昴畢，玄天之氣，經于張翼婁胃。所謂戊己分者，奎壁角軫，則天地之門戶也。夫候之所始，道之所生，不可不通也。此岐伯論五行之化，始于五方之天象：丹赤色，火之氣也。牛女在癸度，經于牛女戊分，戊癸合而化火也。黔黃色，土之氣也。心尾在甲度，經于心尾己分。甲己合而化土也。蒼青色，水之氣也，危室在壬度，柳鬼在丁度，丁壬合而化木也。素白色，金之氣也。亢氏在乙度，昴畢在庚度，乙庚合而化金也。玄黑色，水之氣也。張翼在丙度，婁胃在辛度，丙辛合而化水也。夫丹、黔、蒼、素、玄，天之五氣也。丹、黔、蒼、素、玄，天之五色也。青、黃、赤、白、黑，地之五色也。在天之五色化生地之五色。金木水火土，地之五行也。天之十干，經于五方之分，陰陽配合而化生五氣。天之五氣，化生地之五行，所謂在天成象，在地成形。五行之中，有二火。在地為木，在天為風；在地為火，在天為熱；在地為土，在天為濕，在地為金，在天為燥；在地為水，在天為寒；在地為火，在天為暑。是地之五行，化生天之六氣。

**《侶堂山類辯・草木不凋論》**　草木寒不黃隕，及花發于冬者，得冬令寒水之資也。木生于水，水通于天，水火相濟，水由地行，水氣之通于四藏者也。如麥門冬、款冬花、枇杷葉、側柏葉、山豆根、巴戟天之類，腎之肺藥也。黃連、菖蒲、山梔、南燭、茶花、梅花之類，腎心之藥也。厚朴、豆蔻、丁香、枳橘之類，腎之脾藥也。菌桂、箠竹、密蒙花、女貞實之類，腎之肝藥也。夫腎為水臟，受藏五臟之精，而復還出于四臟，入肝為淚，入心為血，入脾為涎，入肺為涕，上下交通，而外注于九竅。是以得寒水之草木，能啟陰氣，上滋四臟，復能導四臟之氣而下交于陰，又匪獨腎氣之通于四臟。五臟之氣皆相貫通，而藥性亦然。如棗仁，脾之心藥也，石斛，脾之腎藥也，芍藥，脾之肝藥也，桑皮，脾之肺藥也。類而推之，總不出五行之生化。

**《戴震集・周禮太史正歲年解》**　中數云者，日躔發斂一周，凡三百六十有五日，小餘不及四分日之一，十二分之，自前中氣入後中氣，三十日而有盈分。朔數云者，月與日會以成一月，凡十二月三百五十四、五日，有閏月則三百八十四日。日月同行，謂之合朔。自前朔距後朔，三十日而有虛分。中朔之法，馮相氏職之矣。

**《瘍醫大全・論五運六氣》**　太極肇分，而有天地陰陽，陰陽不測謂之神。天有陰陽，地亦有陰陽，天以陽生陰長，地以陽殺陰藏，人在氣交之中，所以具五臟六腑，以應五運六氣之數也。五運者，金、木、水、火、土也。六氣者，風、寒、暑、濕、燥、火也。天干取運，地支取氣，天干有十，配合則為五運，地支十二，對沖則為六氣；天氣始於甲，地氣始於子，天地相合，則為甲子；天氣終於癸，地氣終於亥，天地相合，則為癸亥。陰陽相間，剛柔相須，是以甲子之後，乙丑繼之，壬戌之後，癸亥繼之，三十年為一紀，六十年為一週。有主運焉，有客運焉，有主氣焉，有客氣焉，主運主氣，萬古而不易，客運客氣，每歲而迭遷。自天地、兄弟次序而言之，甲乙，東方木也；丙丁，南方火也；戊己，中央土也；庚辛，西方金也；壬癸，北方水也。詩曰：大寒，木運始行。初清明前三火運，居芒種，後三土運，是立秋，後六金運推，立冬後九，水運伏。週而復始，萬年如此，主運也。自其夫婦配合而言之，甲與己合而化土，乙與庚合而化金，丙與辛合而化水，丁與壬合而化火，此客運也。甲己之年，甲為土運，初之運，即土也，土生金；二之運，即金也，五行倣此相生，每一運各主七十二日零五刻，此天干，在上為陽，所以主乎運也。又以地支循環次序而言之，寅卯屬春，木也；巳午屬夏，火也；辰戌丑未屬四季，土也；申酉屬秋，金也；亥子，屬冬水也。木化風，主於春，故風為初之氣；火化熱，主於夏初春末，故火為二之氣；相火化暑，主於炎夏，故暑為三之氣；炎暑大行，金化清燥，土居中焉，主乎四季之末，故濕為四之氣；金為丙婦，帶火之氣，所以燥也，主乎秋，故燥為五之氣；水化寒，嚴冽乃行，主於冬，故寒為六之氣，此主氣也。自其對沖定位而言之，子午少陰君火天，陽明燥金應在泉，丑未太陰濕土上，太陽寒水雨連綿，寅申少陽相火旺，厥陰風木地相聯，卯酉却與子午反，辰戌巳亥亦皆然。

## 子午二年客氣定局熱化之圖

子午二年，乃少陰君火司天，陽明燥金在泉，司天主上半年六個月，在泉主下半年六個月，餘倣此。子午二年，初氣太陽，二氣厥陰，三氣少陰，四氣太陰，五氣少陽，六氣陽明，此客氣定局也。主氣，每歲俱從厥陰風木起。

## 丑未二年客氣定局濕化之圖

丑未二年，乃太陰濕土司天，太陽寒水在泉，初氣厥陰，二氣少陰，三氣太陰，四氣少陽，五氣陽明，六氣太陽。

## 寅申二年客氣定局火化之圖

寅申二年，乃少陽相火司天，厥陰風木在泉，初氣少陰，二氣太陰，三氣少陽，四氣陽明，五氣太陽，六氣厥陰。

## 卯酉二年客氣定局燥化之圖

卯酉二年，乃陽明燥金司天，少陰君火在泉，初氣太陰，二氣少陽，三氣陽明，四氣太陽，五氣厥陰，六氣少陰。

辰戌二年客氣定局寒化之圖

辰戌二年，乃太陽寒水司天，太陰濕土在泉，初氣少陽，二氣陽明，三氣太陽，四氣厥陰，五氣少陰，六氣太陰。

巳亥二年客氣定局風化之圖

巳亥二年，乃厥陰風木司天，少陽相火在泉，初氣陽明，二氣太陽，三氣厥陰，四氣少陰，五氣太陰，六氣少陽。

前圖乃客氣也。每一氣，主旺六十日八十七刻半有奇，此地支在下為陰，所以主乎氣也。然客運之流行也，有太過焉，有不及焉；太過之年，甲、丙、戊、庚、壬，五陽干也；不及之年，乙、丁、己、辛、癸，五陰干也。太過其至，先大寒前十三日交，名曰先天；不及其至，後大寒後十三日交，名曰後天；平氣之年，正大寒日交，名曰齊天。客氣之升降也，有正化焉，可對化焉，正化之歲，謂午、未、寅、酉、辰、亥之年也。對化之歲，謂子、丑、申、卯、戌、巳之年也。正化者令之實，從本其數生，對化者令之虛，從標其數庶，一期之中，主運以位而相次於下，客運以氣而周流於上，此客氣加於主運之上，主氣臨於客氣之下，天時所以不齊，民病之所由生也。

六甲年，土運太過，則雨濕流行，濕病乃生，腎水受邪，治當除濕以補腎。六己之年，土運不及，則木氣乘旺，反見風化，風病乃行，治當益脾以平木。六丙之年，水運太過，則寒氣大行，寒病乃生，心火受邪，治當逐寒以補心。六辛之年，水運不及，則土氣乘旺，反見濕化，濕病乃行，治當補腎以除濕。六戊之年，火運太過，則熱氣大行，熱病乃生，肺金受邪，治當降火以補肺。六癸之年，火運不及，則水氣乘旺，反見寒化，寒病乃行，治當補心以逐寒。六庚之年，金運太過，則燥氣流行，燥病乃生，肝木受邪，治當清燥以補肝。六乙之年，金運不及，則火氣乘旺，反見熱化，熱病乃行，治當平木以補脾。六壬之年，木運太過，則風氣大行，風病乃生，脾土受邪，治當平木以補脾。六丁之年，木運不及，則金氣乘旺，反見燥化，燥病乃行，治當補肝以清燥，此客運之治法也。太陽寒水，治以辛熱；陽明燥金，治以溫苦；少陽相火，治以鹹寒；太陰濕土，治以苦熱；少陰君火，治以苦寒；厥陰風木，治以辛涼，此六氣之治法也。然運氣之所以有變者，以相得則和，不相得則病，又有相得而病者，以下臨上位不當也，五行相生為相得，相尅為不相得，上臨下為順，下臨上為逆，運氣相同，名曰天符。司天者，司之為言直也，直行天令，上之位也。歲運者，運之為言動也，主天地之間人物化生之氣，中之位也。在泉者，生地之化，行乎地中，下之位也。當年之中，司天之氣與中氣運相同者，曰天符。天氣生運，曰順化。天氣尅運，曰天刑。運生天氣，曰小逆。運尅天氣，曰不和。運臨本氣之位，曰歲會。當年十干建運與年辰十二律。五行相會，曰歲會。丙子、戊午、丁卯、乙酉，水火木金之運臨之，土無定位，寄旺於四季之末，各旺十八日有奇，甲辰、甲戌、己丑、己未是也。土運臨之已上八年，乃云歲會。外又有四年，壬寅皆木，庚申皆金，是二陽年。癸巳皆火，辛亥皆水，是二陰年，亦是運與年辰相會，而不為歲會者，謂不當。四年正中月之故也，除二陽年則二陰年雖不名歲會，亦在上下五行相佐，皆為平

氣之歲，天符歲會相合，名曰太乙天符。太過之運加地氣，曰同天符。不及之運加地氣，曰同歲會。《經》曰：先立其年，以明其氣。每年先立氣運，審其太過不及，然後以地之主氣為本，天之客氣加臨於上為標，以求六化之變。如氣之勝也，微者隨之，甚者制之；氣之復也，和者平之，暴者奪之，皆隨勝氣，安其屈伏，以平為期。《明堂詩》曰：甲膽乙肝丙小腸，丁心戊胃己脾鄉，庚屬大腸辛屬肺，壬屬膀胱癸腎臟，三焦亦向壬宮寄，胞絡同歸入癸方。此言人秉天干之氣而生也。又曰：肺寅大卯胃辰宮，脾巳心午小未中，申膀酉腎心胞戌，亥三子膽丑肝通。此言地支通注氣血以時也。觀此二詩，則天地之氣，無時不流通於人身矣。故一氣不通，不能生化。天有六氣，人以三陰三陽而上奉之。地有五行，人以五臟六腑而下應之，臟為陰而其數奇，以應五運。蓋五行質具於地，而氣則行於天也，腑為陽而其數偶，以應六氣。蓋六淫雖降於天，而勢必充於地也。子午為天地之中正，君火位焉，手少陰心經，足少陰腎經，子宮居之，辰戌為七政之魁罡，寒水位焉，手太陽小腸經戌宮，足太陽膀胱經，辰宮居之，然火從水化，水隨腎至，故少陰為藏位，與太陽隔而氣相合為腑也。丑未為歸藏之標本，濕土位焉，手太陰肺經，丑宮足太陰脾經，未宮居之。卯酉為日月之道路，燥金位焉，手陽明大腸經，卯宮足陽明胃經，酉宮居之，然子隨母居，土旺金盛，故太陰為臟位，與陽明隔而氣相合為腑也。巳亥為天地之門戶，風木位焉，手厥陰心胞絡經，足厥陰肝經，亥宮居之。寅申握生化之始終，相火位焉，足少陽膽經，寅宮手少陽三焦經，申宮居之，然相火寄於肝腎，膽者肝之腑，心胞絡者腎之配，故厥陰為臟位，與少陽隔而氣相合為腑也。南政三陰司天，則皆寸不應。三陰在泉，則皆尺不應，北政三陰司天，則皆尺不應，三陰在泉，則皆寸不應。不應者，則皆沉脉也。凡脈之司天在泉不應者，皆以少陰而論之，故北政之歲，人氣面北而寸北尺南，地左間之氣在右寸，地右間之氣在左寸，天左間之氣在右尺，天右間之氣在左尺。《經》曰：必先歲氣，毋伐天和。又曰：不知年之所加，氣之盛衰，不可以為工。學者合而觀之，更精於脉證，乃自得之。噫！儒之道博約而已，醫之道運氣而已，學人豈可忽忽而不精究歟！

**《醫門法律・申治病不本四時之律》**　凡治病，而逆四時，生長化收藏之氣，所謂違天者不祥，醫之罪也。

**《醫門法律・治不本四時》**　不本四時者，不知四時之氣各有所本，而逆其氣也。春生本於冬氣之藏，夏長本於春氣之生，長夏之化，本於夏氣之長，秋收本於長夏之化，冬藏本於秋氣之收。如冬氣不藏，無以奉春生，春氣不生，無以奉夏長。不明天時，則不知養藏養生之道從何補救。

**《醫門法律・申治病不審地宜之律》**　凡治病，不察五方風氣，服食居處，各不相同，一概施治，藥不中窾，醫之過也。

治不法天之紀、地之理，則災害至矣。

天時見上，地之寒、溫、燥、濕、剛、柔，五方不同。人病因之，故《內經》以《異法方宜》名篇，可見聖神隨五方風氣，而異其法以宜民也。

東方之民，食魚而嗜鹹，魚者使人熱中，鹽者勝血，故其民皆黑色疏理，其病皆為癰瘍，其治宜砭石，故砭石者，亦從東方來。

魚發瘡，鹽發渴，血弱而熱，易為癰瘍。

西方之民，陵居而多風，水土剛強，其民不衣而褐薦，華食而脂肥，故邪不能傷其形體，其病生於內，其治宜毒藥。故毒藥者，亦從西方來。

水土剛強，飲食脂肥，膚腠閉封，血氣充實，外邪不能傷。病生於喜怒思憂恐，及飲食男女之過甚也。

北方其地高，陵居風寒冰冽，其民樂野處而乳食，藏寒生滿病，其治宜灸，故灸焫者，亦從北方來。

水寒冰冽，故生病於藏寒也。

南方其地下，水土弱，霧露之所聚也，其民嗜酸而食腑，緻理而赤色，其病攣痺，其治宜微鍼，故九鍼者，亦從南方來。

食腑所食不芬香也，酸味收斂，故人皆肉理密緻。陽盛之處，故色赤。濕熱內淫，故筋攣脈痺也。

中央地平以濕，民食雜而不勞，故其病多痿厥寒熱，其治宜導引按蹻，故導引按蹻者，亦從中央出也。

東方海，南方下，西方北方高，中央之地平以濕，地氣異，生病殊焉。

**《醫門法律・申治病不先歲氣之律》**　凡治病，不明歲氣盛衰，人氣虛實，而釋邪攻正，實實虛虛，醫之罪也。

不知年之所加，氣之盛衰，虛實之所起，不可以為工矣。

不知歲運之盛衰，自不知人氣之虛實。

失時反候，五治不分，邪僻內生，工不能禁也。

不知氣之至與不至，而失其時，反其候，則五運之治，盛衰不分。其有邪僻內生，病及於人者，雖醫工莫能禁之，繇其不知時氣也。

不知合之四時五行，因加相勝，釋邪攻正，絕人長命。不知邪正虛實，而妄施攻擊，奪人真元，殺人於冥冥之中，故為切戒。

必先歲氣，無伐天和。無盛盛，無虛虛，而遺人夭殃，無致邪，無失正，絕人長命。

**《醫門法律・申治病不疏五過之律》** 凡診病，不問三常，不知比類，不察神志，不遵聖訓，故犯無忌，醫之過也。

凡未診病者，必問嘗貴後賤，雖不中邪，病從內生，名曰脫營。嘗富後貧，名曰失精，五氣留連，病有所并。粗工診之，不在藏府，不變形軀，診之而疑，不知病名。身體日減，氣虛無精，病深無氣，洒洒然時驚病深者，以其外耗於衛，內奪於營，良工所失，不知病情，此亦治之一過也。

過在不問病情之所始也。

凡欲診病者，必問飲食居處。暴樂暴苦，始樂後苦，皆傷精氣，精氣竭絕，形體毀沮，暴怒傷陰，暴喜傷陽，厥氣上行，滿脈去形。愚醫治之，不知補寫，不知病情，精華日奪，邪氣乃并，此治之二過也。過在不知病人七情所受，各不同也。

**《外經微言・善養篇》** 雷公問于岐伯曰：春三月，謂之發陳；夏三月，謂之蕃秀；秋三月，謂之容平；冬三月，謂之閉藏。天師詳載《四氣調神大論》中。然調四時則病不生，不調四時則病必作。所謂調四時者，調陰陽之時令乎？抑調人身陰陽之氣乎？願晰言之。岐伯曰：明乎哉問也！調陰陽之氣在人不在時也。春三月，調木氣也，調木氣者，順肝氣也。夏三月，調火氣也，調火氣者，順心氣也。秋三月，調金氣也，調金氣者，順肺氣也。冬三月，調水氣也，調水氣者，順腎氣也。肝氣不順，逆春氣矣，少陽之病應之。心氣不順，逆夏氣矣，太陽之病應之。肺氣不順，逆秋氣矣，太陰之病應之。腎氣不順，逆冬氣矣，少陰之病應之。四時之氣可不調乎。調之實難，以陰陽之氣不易調也，故人多病耳。雷公曰：人既病矣，何法療之？岐伯曰：人以胃氣為本，四時失調，致生疾病，仍調其胃氣而已。胃調脾自調矣；脾調而肝心肺腎無不順矣。雷公曰：先時以養陰陽，又何可不講乎？岐伯曰：陽根于陰，陰根於陽。養陽則取之陰也，養陰則取之陽也。以陽養陰，以陰養陽，貴養之于豫也，何邪能干乎？閉目塞兌，內觀心腎，養陽則漱津送入心也，養陰則漱津送入腎也，無他異法也。雷公曰：善。天老問曰：陰陽不違背而人無病，養陽養陰之法，止調心腎乎？岐伯曰：《內經》一書，皆養陽養陰之法也。天老曰：陰陽之變遷不常，養陰養陽之法，又烏可執哉？岐伯曰：公言何善乎！奇恒之病，必用奇恒之法療之。豫調心腎，養陰陽于無病之時也。然而病急不可緩，病緩不可急，亦視病如何耳！故不宜汗而不汗，所以養陽也；宜汗而急汗之，亦所以養陽也。不宜下而不下，所以養陰也；宜下而大下之，亦所以養陰也。豈養陽養陰，專尚補而不尚攻乎？用攻于補之中，正善于攻也；用補于攻之內，正善于補也。攻補兼施，養陽而不損于陰，養陰而不損于陽，庶幾善于養陰陽者乎！天老曰：善。

陳士鐸曰：《善養》一篇，俱非泛然之論，不可輕用攻補也。

**《外經微言・司天在泉分合篇》** 天老問曰：司天在泉，二氣相合，主歲何分？岐伯曰：歲半以上，天氣主之，歲半以下，地氣主之。天老曰：司天之氣主上半歲乎？在泉之氣主下半歲乎？岐伯曰：然。天老曰：司天之氣何以主上半歲也？岐伯曰：春夏者，天之陰陽也，陽生陰長，天之氣也，故上半歲主之。天老曰：在泉之氣何以主下歲也？岐伯曰：秋冬者，地之陰陽也。陰殺陽藏，地之氣也，故下半歲主之。天老曰：一歲之中，天地之氣截然分乎？岐伯曰：天地之氣，無日不交。司天之氣始于地之左，在泉之氣本乎天之右，一歲之中，互相感召，虽分而實不分也。天老曰：然則司天在泉，何必分之乎？岐伯曰：不分言之，則陰陽不明，奚以得陰中有陽，陽中有陰之義乎。司天之氣始于地而終于天，在泉之氣始于天而終于地，天地升降環轉不息，實有如此，所以可合而亦可分之也。天老曰：司天之氣何以始于地？在泉之氣何以始于天乎？岐伯曰：司天之氣始于地之左，地中有天也；在泉之氣始于天之右，天中有地也。天老曰：善。

陳士鐸曰：司天在泉，合天地以論之，纔是善言天地者。

**《外經微言・四時六氣異同篇》** 天老問曰：五臟合五時，六經應六氣，然《診要經絡篇》以六氣應五臟而終于六經，《四時刺逆從論》以六經應四時而終于五臟，《診要篇》以經脉之生于五臟而外合于六經，《四時刺逆從論》以經脉本于六氣而外連于五臟，何也？岐伯曰：人身之脉氣，上通天，下合地，未可一言盡也，故彼此錯言之耳。天老曰：章句同而意旨異，不

善讀之，吾恐執而不通也。岐伯曰：醫統天地人以立論，不知天，何知地，不知地，何知人，脉氣循于皮肉筋骨之間，内合五行，外合六氣，安得一言而盡乎，不得不分之以歸于一也。天老曰：請問歸一之旨。岐伯曰：五時之合五藏也，即六氣之合五藏也；六氣之應六經也，即五時之應六經也。知其同，何難知異哉。天老曰：善。

陳士鐸曰：何嘗異，何必求同，何嘗同，不妨言異，人惟善求之可耳。

**《外經微言・三合篇》**　雷公問曰：寒暑燥湿風火，此六氣也，天地之運化，何合于人而生病？岐伯曰：五行之生化也。雷公曰：人之五藏，分金木水火土，彼此有勝負而人病，此藏腑之自病也，何關于六氣乎？岐伯曰：藏腑之五行，即天之五行，地之五行也，天地人三合而生化出矣。雷公曰：請問三合之生化。岐伯曰：東方生風，風生木，木生酸，酸生肝，肝生筋，筋生心，在天為風，在地為木，在體為筋，在氣為柔，在藏為肝，其性為暄，其德為和，其用為動，其色為蒼，其化為榮，其蟲毛，其政為散，其令宣發，其變摧拉，其眚隕落，其味為酸，其志為怒，怒傷肝，悲勝怒，風傷肝，燥勝風，酸傷筋，辛勝酸，此天地之合人肝也。南方生熱，熱生火，火生苦，苦生心，心生血，血生脾，在天為熱，在地為火，在體為脉，在氣為炎，在藏為心，其性為暑，其德為顯，其用為燥，其色為赤，其化為茂，其蟲羽，其政為明，其令鬱蒸，其變炎爍，其眚燔燘，其味為苦，其志為喜，喜傷心，恐勝喜，熱傷氣，寒勝熱，苦傷氣，鹹勝苦，此天地之合人心也。中央生濕，濕生土，土生甘，甘生脾，脾生肉，肉生肺，在天為濕，在地為土，在體為肉，在氣為充，在藏為脾，其性靜堅，其德為濡，其用為化，其色為黄，其化為盈，其蟲倮，其政為謐，其令雲雨，其變動注，其眚淫潰，其味為甘，其志為思，思傷脾，怒勝思，濕傷肉，風勝濕，甘傷脾，酸勝甘，此天地之合人脾也。西方生燥，燥主金，金生辛，辛生肺，肺生皮毛，在天為燥，在地為金，在體為皮毛，在氣為成，在藏為肺，其性為凉，其德為清，其用為固，其色為白，其化為斂，其蟲介，其政為勁，其令霧露，其變肅殺，其眚蒼落，其味為辛，其志為憂，憂傷肺，喜勝憂，熱傷皮毛，寒勝熱，辛傷皮毛，苦勝辛，此天地之合人肺也。北方生寒，寒生水，水生鹹，鹹生腎，腎生骨髓，髓生肝，在天為寒，在地為水，在體為骨，在氣為堅，在藏為腎，其性為凛，其德為寒，其用為藏，其色為黑，其化為肅，其蟲鱗，其政為静，其令為寒，其變凝冽，其眚冰雹，其味為鹹，其志為恐，恐傷腎，思勝恐，寒傷血，燥勝寒，鹹傷血，甘勝鹹，此天地之合人腎也，五藏合金木水火土，斯化生之所以出也。天地不外五行，安得不合哉。雷公曰：五行止五，不應與六氣合也。岐伯曰：六氣即五行也。雷公曰：五行五而六氣六，何以相合乎？岐伯曰：使五行止五，則五行不奇矣，五行得六氣，則五行之變化無窮。余所以授六氣之論，而臾區乃肆言之也。雷公曰：六氣之中各配五行，獨火有二，此又何故？岐伯曰：火有君相之分耳。人身火多于水，五藏之中，無藏非火也，是以天地之火亦多于金木水土也，正顯天地之合于人耳。雷公曰：大哉言乎！釋蒙解惑，非天師之謂歟。請載登六氣之篇。

陳士鐸曰：五行不外五藏，五藏即六氣之論也。因五行止有五，惟火為二，故六氣合二火而論之，其實合五藏而言之也。

**《外經微言・三才並論篇》**　鬼臾區問曰：五運之會，以司六氣，六氣之變，以害五藏，是五運之陰陽，即萬物之綱紀，變化之父母，生殺之本始也。夫子何以教區乎？岐伯曰：子言是也。臾區退而作《天元紀》各論，以廣五運六氣之義。岐伯曰：臾區之言，大而肆乎？雖然，執臾區之論概治五藏之病，是得一而失一也。臾區曰：何謂乎？岐伯曰：五運者，五行也。談五運即闡五行也。然五行止有五，五運變成六，明者視六猶五也，昧者眩六為千矣。臾區曰：弟子之言非歟？岐伯曰：子言是也。臾區曰：弟子言是，夫子有後言，請啜之。岐伯曰：醫道之大也，得子言，大乃顯，然而醫道又微也，執子言，微乃隱，余所以有後言也。雖然，余之後言，正顯子言之大也。臾區曰：請悉言之。岐伯曰：五運乘陰陽而變遷，五藏因陰陽而變動。執五運以治病，未必有合也，舍五運以治病，未必相離也。遺五運以立言，則醫理缺其半，統五運以立言，則醫道該其全，予故稱子言之大而肆也。鬼臾區曰：請言缺半之理。岐伯曰：陰陽之氣，有盈有虚。男女之形，有强有弱，盈者虚之兆，虚者盈之機，盖兩相伏也。强者弱之媒，弱者强之福，盖兩相倚也。合天地人以治邪，不可止執五運以治邪也。合天地人以扶正，不可止執五運以扶正也。鬼臾區曰：醫道合天地人者，始無弊乎？岐伯曰：人之陰陽，與天地相合也。陽極生陰，陰極生陽，未嘗異也。世疑陰多于陽，陰有群陰，陽無二陽也，誰知陽有二陽乎。有陽之陽。有陰之陽，君火為陽之陽，相

火為陰之陽。人有君火相火，而天地亦有之，始成其為天，成其為地也。使天地無君火，萬物何以昭蘇，天地無相火，万物何以震動。天地之君火，日之氣也；天地之相火，雷之氣也。雷出于地而轟于天，日臨于天而照于地，蓋上下相合，人亦何獨不然。合天地人以治病則得其全，執五運以治病則缺其半矣。鬼臾區稽首而叹曰：大哉聖人之言乎！區無以測師矣。

陳士鐸曰：六氣即五行之論，知五行即知六氣矣。世不知五運，即不知五行也，不知五行，即不知六氣矣。

**《外經微言・地氣合人篇》** 大撓問曰：天人同氣，不識地氣亦同于人乎？岐伯曰：地氣之合于人氣，《素問》《靈樞》已詳哉言之，何公又問也？大撓曰：《内經》言地氣，統天氣而並論也，未嘗分言地氣。岐伯曰：三才並立，天氣即合于地氣，地氣即合于人氣，原不必分言之也。大撓曰：地氣有獨合于人氣之時，請言其所以合也。岐伯曰：言其合則合，言其分則分。大撓曰：請言人之獨合于地氣。岐伯曰：地有九州，人有九竅，此人之獨合于地也。大撓曰：《内經》言之矣。岐伯曰：雖言之，未嘗分晰之也。大撓曰：請言其分。岐伯曰：左目合冀，右目合雍，鼻合豫，左耳合揚，右耳合兗，口合徐，臍合荆，前陰合營，後陰合幽也。大撓曰：其病何以應之？岐伯曰：冀之地氣逆而人之左目病焉，雍之地氣逆而人之右目病焉，豫之地氣逆而人之鼻病焉，揚之地氣逆而人之左耳病焉，兗之地氣逆而人之右耳病焉，徐之地氣逆而人之口病焉，荆之地氣逆而人之臍病焉，營之地氣逆而人之前陰病焉，幽之地氣逆而人之後陰病焉，此地氣之合病氣也。大撓曰：有驗有不驗，何也？岐伯曰：驗者，人氣之漓也，不驗者，人氣之固也。固者多，漓者少，故驗者亦少，似地氣之不盡合人氣也。然而，合者，理也。大撓曰：既有不驗，恐非定理。岐伯曰：醫統天地人以言道，烏可缺而不全乎。寧言地氣聽其驗不驗也。大撓曰：善。

陳士鐸曰：地氣實合于天，何分于人乎。地氣有驗不驗者，非分于地氣，已説其合，胡必求其合哉。

**《外經微言・六氣獨勝篇》** 雍父問曰：天地之氣，陰陽盡之乎？岐伯曰：陰陽足以包天地之氣也。雖然，陰陽之中變化錯雜，未可以一言盡也。雍父曰：請言其變。岐伯曰：六氣盡之矣。雍父曰：六氣是公之已言也，請言所未言。岐伯曰：六氣之中，有餘不足，勝復去留，臾區言之矣，尚有一端未言也。遇司天在泉之年，不隨天地之氣轉移，實有其故，不可不論也。雍父曰：請悉論之。岐伯曰：辰戌之歲，太陽司天，而天柱不能窒抑之，此肝氣之勝也。己亥之歲，厥陰司天，而天蓬不能窒抑之，此心氣之勝也。丑未之歲，太陰司天，而天蓬不能窒抑之，此包絡之氣勝也。子午之歲，少陰司天，而天衝不能窒抑之，此脾氣之勝也。寅申之歲，少陽司天，而天英不能窒抑之，此肺氣之勝也。卯酉之歲，陽明司天，而天内不能窒抑之，此腎氣之勝也。雍父曰：司天之勝，予知之矣，請言在泉之勝。岐伯曰：丑未之歲，太陽在泉，而地晶不能窒抑之，此肝膽之氣勝也。寅申之歲，厥陰在泉，而地玄不能窒抑之，此心與小腸之氣勝也。辰戌之歲，太陰在泉，而地玄不能窒抑之，此包絡三焦之氣勝也。卯酉之歲，少陰在泉，而地蒼不能窒抑之，此脾胃之氣勝也。己亥之歲，少陽在泉，而地彤不能窒抑之，此肺與大腸之氣勝也。子午之歲，陽明在泉，而地阜不能窒抑之，此腎與膀胱之氣勝也。雍父曰：予聞順天地之氣者昌，逆天地之氣者亡，今不為天地所窒抑，是逆天地矣，不夭而獨存，何也？岐伯曰：順之昌者，順天地之正氣也；逆之亡者，逆天地之邪氣也。順可逆而逆可順乎？雍父曰：同是人也，何以能獨勝乎？岐伯曰：人之强弱不同，縱慾與節慾異也。雍父曰：善。

陳士鐸曰：天蓬地玄，獨有二者，正分其陰陽也。陰陽同而神亦同者，正顯其順逆也。可見宜順不宜逆矣。

**《外經微言・天人一氣篇》** 大撓問于岐伯曰：天有轉移，人氣隨天而轉移，其故何也？岐伯曰：天之轉移，陰陽之氣也，人之氣亦陰陽之氣也。安得不隨天氣為轉移乎。大撓曰：天之氣分春夏秋冬，人之氣惡能分四序哉？天之氣配日月支干，人之氣惡能配兩曜一旬十二時哉？岐伯曰：公泥于甲子以論天也。天不可測而可測，人亦不可測而可測也。天之氣有春夏秋冬，人之氣有喜怒哀樂，未嘗無四序也。天之氣有日月，人之氣有水火，未嘗無兩曜也。天之氣有甲乙丙丁戊己庚辛壬癸，人之氣有陽蹻陰蹻帶衝任督陽維陰維命門胞絡，未嘗無一旬也。天之氣有子丑寅卯辰巳午未申酉戌亥，人之氣有心肝脾肺腎心包膽胃膀胱三焦大小腸，未嘗無十二時也。天有氣，人即有氣以應之。天人何殊乎？大撓曰：天之氣萬古如斯，人之氣何故多變動乎？岐伯曰：人氣之變動，因乎人，亦因乎天也。春宜温而寒，則春行冬令矣；春宜温而熱，則春行夏令矣；春宜温而凉，則春行秋令矣。夏宜

熱而温，則夏行春令也；夏宜熱而凉，則夏行秋令也；夏宜熱而寒，則夏行冬令也。秋宜凉而熱，非秋行夏令乎？秋宜凉而温，非秋行春令乎？秋宜凉而寒，非秋行冬令乎？冬宜寒而温，是冬行春令矣；冬宜寒而熱，是冬行夏令矣；冬宜寒而凉，是冬行秋令矣。倒行逆施，在天既變動若此，欲人臟腑中不隨天變動，必不得之數矣。大撓曰：天氣變動，人氣隨天而轉移，宜盡人皆如是矣，何以有變有不變也？岐伯曰：人氣隨天而變者，常也；人氣不隨天而變者，非常也。大撓曰：人氣不隨天氣而變，此正人守其常也，天師謂非常者，予不得其旨，請言其變。岐伯曰：宜變而不變，常也，而余謂非常者，以其異于常人也。斯人也，必平日固守元陽，未喪其真陰者也。陰陽不調，隨天氣之變動，彼自行其陰陽之正令，故能不變耳。大撓曰：彼變動者，何以治之？岐伯曰：有餘者瀉之，不足者補之，鬱則達之，熱則寒之，寒則温之，如此而已。

陳士鐸曰：天人合一，安能變乎？説得合一之旨。

**《外經微言・六氣分門篇》**　雷公問于岐伯曰：五運六氣合而不離，統言之可也，何鬼臾區分言之多乎？岐伯曰：五運不可分，六氣不可合。雷公曰：其不可合者，何也？岐伯曰：六氣之中有暑火之異也。雷公曰：暑火皆火也，何分乎？岐伯曰：火不一也。暑，外火，火，内火也。雷公曰：等火耳，火與火相合而相應也，奈何異視之？岐伯曰：内火之動，必得外火之引，外火之侵，必得内火之召也，似可合以立論，而終不可合以分門者，内火與外火異也。蓋外火，君火也；内火，相火也。君火即暑，相火即火，暑乃陽火，火乃陰火。火性不同，烏可不區而别乎？六氣分陰陽，分三陰三陽也。三陰三陽中分陽火陰火者，分君相之二火也。五行概言火而不分君相，六氣分言火而各配支干，二火分配而暑與火各司其權，各成其病矣，故必宜分言之也。臾區之説非私言也，實聞予論而推廣之。雷公曰：予昧矣，請示世之不知二火者。

陳士鐸曰：五行止有一火，六氣乃有二火，有二火乃分配支干矣。支干雖分，而君相二火實因六氣而異，言之於不可異而異者，異之於陰陽之二火也。

**《外經微言・五運六氣離合篇》**　鬼臾區問曰：五運與六氣並講，人以為異，奈何？岐伯曰：五運非六氣，則陰陽難化，六氣非五運，則疾病不成，二者合而不離也。夫寒暑濕燥風火，此六氣也；金木水火土，此五運也。六氣分為六，五運分為五，何不可者。詎知六氣可分而五運不可分也。蓋病成于六氣，可指為寒暑濕燥風火，病成于五運，不可指為金木水火土。以金病必兼水，水病必兼木，木病必兼火，火病必兼土，土病必兼金也。且有金病而木亦病，木病而土亦病，土病而水亦病，水病而火亦病，火病而金亦病也。故六氣可分門以論症，五運終難拘歲以分門，誠以六氣隨五運以為轉移，五臟因六氣為變亂，此分之不可分也。鬼臾區曰：然則何以治六氣乎？岐伯曰：五運之盛衰，隨五臟之盛衰為强弱，五臟盛而六氣不能衰，五臟强而六氣不能弱，逢司天在泉之年，寒暑濕燥風火有病有不病者，正五臟强而不弱也，所以五臟盛者，何畏運氣之侵哉。鬼臾區曰：善。

陳士鐸曰：六氣之病因五臟之不調也，五臟之不調即五行之不正也，調五行即調六氣矣。

## 綜　述

**《釋名・釋天》**　日，實也，光明盛實也。月，缺也，滿則缺也。光，晃也，晃晃然也，亦言廣也，所照廣遠也。景，境也，明所照處有境限也。晷，規也，如規畫也。曜，耀也，光明照耀也。星，散也，列位布散也。宿，宿也，星各止宿其處也。氣，餼也，餼然有聲而無形也。風，兖豫司冀横口，合唇言之。風，汜也，其氣博汜而動物也。青徐言風踧口，開脣推氣言之。風，放也，氣放散也。陰，陰也，氣在内奥陰也。陽，揚也，氣在外發揚也。寒，捍也，捍挌也。暑，煮也，熱如煮物也。熱，爇也，如火所燒爇也。雨，羽也，如鳥羽動則散也。春，蠢也，動而生也。夏，假也，寬假萬物使生長也。秋，緧也，緧迫品物使時成也。冬，終也，物終成也。四時，四方各一時。時，期也。物之生死各應節期而止也。年，進也，進而前也。歲，越也，越故限也。唐虞曰：載載生物也，殷曰祀，祀，巳也，新氣升故氣已也。五行者，五氣也，於其方各施行也。金，禁也，其氣剛嚴能禁製也。木，冒也，華葉自覆冒也。水，準也，準平物也。火，化也，消化物也，亦言毀也，物入中皆毀壞也。土，吐也，能吐生萬物也。子，孳也，陽氣始萌孳生於下也，於易為坎。坎，險也。丑，紐也，寒氣

自屈紐也，於易為艮。艮，限也，時未可聽物生限止之也。寅，演也，演生物也。卯，冒也，載冒土而出也，於易為震。二月之時，雷始震也。辰，伸也，物皆伸舒而出也。巳，已也，陽氣畢布已也，於易為巽，巽，散也，物皆生布散也。午，仵也，陰氣從下上與陽相仵逆也，於易為離。離，麗也，物皆附麗陽氣以茂也。未，昧也，日中則昃向幽昧也。申，身也，物皆成其身體，各申束之使備成也。酉，秀也，秀者，物皆成也，於易為兌。兌，說也，物得備足皆喜說也。戌，恤也，物當收斂矜恤之也，亦言脫也，落也。亥，核也，收藏百物，核取其好惡真偽也，亦言物成皆堅核也。甲，孚也，萬物解孚甲而生也。乙，軋也，自抽軋而出也。丙，炳也，物生炳然皆著見也。丁，壯也，物體皆丁壯也。戊，茂也，物皆茂盛也。己，紀也，皆有定形可紀識也。庚，猶更也，庚堅強貌也。辛，新也，物初新者，皆收成也。壬，妊也，陰陽交物懷妊也，至子而萌也。癸，揆也，揆度而生乃出之也。霜，喪也，其氣慘毒，物皆喪也。露，慮也，覆慮物也。雪，綏也，水下遇寒氣而凝綏綏然也。霰，星也，水雪相搏，如星而散也。霢霂，小雨也，言裁霢歷霑漬，如人沐頭，惟及其上枝而根不濡也。雲，猶云，云衆盛意也，又言運也，運，行也。雷，碌也，如轉物有所碌雷之聲也。電，殄也，乍見則殄滅也。震，戰也，所擊輒破若攻戰也，又曰辟歷辟折也，所歷皆破折也。雹，炮也，其所中物皆摧折，如人所盛砲也。虹，攻也，純陽攻陰氣也。又曰蝃蝀其見，每於日在西而見於東，啜飲東方之水氣也。見於西方曰升，朝日始升而出見也。又曰美人陰陽不和，婚姻錯亂，淫風流行，男美於女，女美於男，恒相奔隨之時，則此氣盛，故以盛時名之也。霓，嚙也，其體斷絕，見於非時，此災氣也，傷害於物如有所食嚙也。暈，捲也，氣在外捲結之也，日月俱然。陰而風曰曀，曀，翳也，言掩翳日光使不明也。風而雨土曰霾，霾，晦也，言如物塵晦之色也。珥，氣在日兩旁之名也，珥，耳也，言似人耳之在面旁也。日月虧曰食，稍稍侵虧，如蟲食草木葉也。晦，灰也，火死為灰，月光盡似之也。朔，蘇也，月死復蘇生也。弦，月半之名也，其形一旁曲一旁直，若張弓施弦也。望，月滿之名也。月大十六日，小十五日，日在東，月在西，遙相望也。昏，損也，陽精損滅也。晨，伸也，旦而日光復伸見也。祲，侵也，赤黑之氣相侵也。氛，粉也，潤氣著草木，因寒凍凝色白，若粉之形也。霧，冒也，氣蒙亂覆冒物也，蒙，日光不明，蒙蒙然也。彗，星光稍似彗也，孛蒲沒反星，星旁氣孛孛然也。筆星，星氣有一枝末銳似筆也。流星，星轉行如流水也。枉矢，齊魯謂光景為枉矢，言其光行若射矢之所至也，亦言其氣枉暴有所災害也。厲，疾氣也，中人如磨厲傷物也。疫，役也，言有鬼行疫也。疵，截也，氣傷人如有斷截也。災，栽也，火所燒滅之餘曰栽，言其於物如是也。害，割也，如割削物也。異者，異於常也。眚，瘖也，如病者瘖瘦也。慝，態也，有姦態也。妖，殀也，殀害物也。孽，孽也，過之如物見髡孽也。

**《釋名・釋地》** 地者，底也，其體底下載萬物也，亦言諦也，五土所生莫不信諦也。《易》謂之坤。坤，順也，上順乾也。土，吐也，吐生萬物也。已耕者曰田。田，填也，五稼填滿其中也。壤，濃也，肥濡意也。廣平曰原。原，元也，如元氣廣大也。高平曰陸。陸，漉也，水流漉而去也。下平曰衍，言漫衍也。下濕曰隰。隰，蟄也，蟄濕意也。下而有水曰澤，言潤澤也。地不生物曰鹵。鹵，爐也，如爐火處也。徐州貢土五色，有青黃赤白黑也。土青曰黎，似黎草色也。土黃而細密曰埴。埴，膩也，黏膩如脂之膩也。土赤曰鼠肝，似鼠肝色也。土白曰漂。漂，輕飛散也。土黑曰盧，盧然解散也。

**《釋名・釋山》** 山，產也，產生物也。土山曰阜。阜，厚也，言高厚也。大阜曰陵。陵，隆也，體高隆也。山頂曰冢。冢，腫也，言腫起也。山旁曰陂，言陂陁也。山脊曰岡。岡，亢也，在上之言也。山旁隴間曰湧。湧，猶桶，桶狹而長也。山大而高曰嵩。嵩，竦也，亦高稱也。山小高曰岑。岑，嶄也，嶄然也。上銳而長曰嶠，形作橋也。小山別大山曰甗。音彥。甗，甑也，甑一孔者，甗形孤出處似之也。山多小石曰磽。磽，堯也，每石堯堯獨處而出見也。山多大石曰礉。礉，學也，大石之形，學學然也。山有草木曰岵。岵，怙也，人所怙取以為事用也。山無草木曰屺。屺，圮也，無所出生也。山上有水曰埒。埒，脫也。脫而下流也。石載土曰岨。岨，臚然也，土載石曰崔嵬，因形名之也。山東曰朝陽，山西曰夕陽，隨日所照而名之也。山下根之受霤處曰甽。甽，吮也，吮得山之肥潤也。山中蓁木曰林。林，森也，森森然也。山足曰麓。麓，陸也，言水流順陸燥也。山體曰石。石，格也，堅捍格也。小石曰礫。礫，料也，小石相枝柱其間，料料然出內氣也。

**《白虎通・八風》** 故曰：條風至，地暖明。庶風至，萬物產。清明風至，物形乾。景風至，棘造實。涼風至，黍禾乾。昌盍風至，生薺麥。不周風

至，蟄蟲匿。廣莫風至，則萬物伏。是以王者承順之。條風至則出輕刑，解稽留明。庶風至則修封疆，理田疇。清明風至出幣帛，使諸侯。景風至則爵有德，封有功。涼風至，報地德，化四鄉。昌盍風至則申象刑，飾囹圄。不周風至則築宮室，修城郭。廣莫風至則斷大辟，行獄刑。

**《白虎通・禮樂》**　東夷之樂，持矛舞，助時生也；南夷之樂，持羽舞，助時養也；西夷之樂，持戟舞，助時煞也；北夷之樂，持干舞，助時藏也。誰制夷狄之樂，以為先聖王也。先王惟行道德，和調陰陽，覆被夷狄。故夷狄安樂，來朝中國。

**《仁齋直指・不治已病治未病》**　故宜夜卧過早起於發成之春，早起夜卧於蕃莠之夏。以之緩形無怒而遂其志，以之食涼食寒而養其陽。聖人春夏治未病者如此，與雞俱興於容平之秋，必待日光於閉藏之冬，以之斂神匿志而私其意，以之食溫食熱而養其陰，聖人秋冬治未病者如此【略】。今以順四時調養神志而為治未病者，是何意耶？蓋保身長全者，所以為聖人之道，治病十全者，所以為上工術。不治已病治未病之説，著於《四氣調神大論》。厥有旨哉，昔黄帝與天師難疑答問之書，未嘗不以攝養為先，始論乎天真，次論乎調神。既以法於陰陽，而繼之以調於四氣，既曰食飲有節，而又繼之以起居有常，諄諄然以養生為急務者，意欲治未然之病，無使至於已病難圖也。

**《緯略・春秋時論養生》**　晉侯有疾，鄭伯使公孫僑如晉聘，且問疾。叔向問焉，曰：寡君之疾病，卜人曰：實沉、台駘為祟。史莫之知，敢問此何神也？子產曰：若君身，則亦出入飲食，哀樂之事也。山川星辰之神，又何為焉？僑聞之，君子有四時：朝以聽政，晝以訪問，夕以修令，夜以安身。於是乎節宣其氣，勿使有所壅閉湫底，以露其體。湫，集也。底，滯也。露，羸也。一之則血氣集滯而體羸露。今無乃一之，則生疾矣。左氏昭公

晉侯求醫于秦伯。秦伯使醫和視之，曰：疾不可為也。是謂：近女室，疾如蠱。非鬼非食，惑以喪志。良臣將死，天命不祐。公曰：女不可近乎？對曰：節之。先王之樂，所以節百事也。故有五節。五聲之節。

遲速本末以相及，中聲以降，五降之後，不容彈矣。于是有煩手淫聲，慆堙心耳，乃忘平和，君子弗聽也。物亦如之，至于煩，乃舍也已，無以生疾。君子之近瑟琴，以儀節也，非以慆心也。天有六氣，降生五味，發為五色，徵為五聲，淫生六疾。六氣曰陰、陽、風、雨、晦、明也。分為四時，序為五節，過則為菑。陰淫寒疾，陽淫熱疾，風淫末疾，雨淫腹疾，晦淫惑疾，明淫心疾。女，陽物而晦時，淫則生內熱惑蠱之疾。今君不節不時，能無及此乎？趙孟曰：何謂蠱？對曰：淫溺惑亂之所生也。於文，皿蟲為蠱。穀之飛亦為蠱。在《周易》，女惑男，風落山，謂之蠱。皆同物也。趙孟曰：良醫也。厚其禮歸之。

**《緯略・五時食》**　蔡邕《月令論》曰：問者曰：春食麥、羊，夏食菽、雞魚之屬，但以為時味之宜，不合於五行，《月令》服飾器械之制，皆從五行者説，所食獨不以五行，不已略乎。曰：亦嘗思之矣，凡十二辰之會五時所食者，必家人所蓄，丑牛未羊戌犬酉雞亥豕而已，其餘虎以下非食也。

**《緯略・避風》**　《養性經》曰：治身之道，春避青風，夏避赤風，秋避白風，冬避黑風，孫思邈論衛生以為人當避暗風箭風者，蓋此之謂也。

**《脈經・診四時相反脉證》**　春三月木王，肝脉治，當先至，心脉次之，肺脉次之，腎脉次之。此為四時王相順脉也。到六月土王，脾脉當先至而反不至，反得腎脉，此為腎反脾也，七十日死。是謂腎反脾，夏，火王，心脉當先至，肺脉次之，而反得腎脉，是謂腎反脾。期五月、六月，忌丙丁。

脾反肝，三十日死。何為脾反肝？春，肝脉當先至，而反不至，脾脉先至，是謂脾反肝。期正月、二月，忌甲乙。

腎反肝，三歲死，何謂腎反肝？春，肝脉當先至，而反不至，腎脉先至，是謂腎反肝也。期七月、八月，忌庚辛。

腎反心，二歲死。何謂腎反心？夏，心脉當先，而反不至，腎脉先至，是謂腎反心也。期六月，忌戊己。

**《脈經・腎膀胱部》**　腎象水，與膀胱合為府。膀胱為津液之府。其經足少陰，足少陰，腎脉也。與足太陽為表裏。足太陽，膀胱脉也。其脉沈沈，腎脉之大形也。其相秋三月，秋金王，水相。其王冬三月，廢春三月，囚夏三月，其死季夏六月。其王日壬癸，王時人定、夜半。其困日丙丁，困時禺中、日中，其死日戊己。

**《脈經・肺大陽部》**　肺象金，與大腸合為府。大腸為傳導之府也。其經手太陰，手太陰，肺脉也。與手陽明為表裏。手陽明，大腸脉也。其脉浮，浮，肺脉之

大形也。其相季夏六月。季夏土主金相。其王秋三月，廢冬三月，囚春三月，死夏三月，夏火王，金死。其王日庚辛，王時晡時、日入，其困日甲乙，困時平旦、日出。其死日丙丁，死時禺中、日中。

**《脈經・脾胃部》** 脾象土，與胃合為府。胃為水穀之府。其經足太陰。太陰，脾之脉也。與足陽明為表裏。陽明，胃脉。其脉緩，緩，脾脉之大形也。其相夏三月，火王土相。王季夏六月，廢秋三月，囚冬三月，死春三月。其王日戊己，王時食時、日。昳困日壬癸，困時人定、夜半。其死日甲乙，死時平旦、日出。並木時也

**《脈經・心小腸部》** 心象火，與小腸合為府。小腸為受盛之府也。其經手少陰手少陰，心脈也。與手太陽為表裏。手太陽，小腸脈也。其脉洪，洪，心脉之大形。其相春三月。木王火相。王夏三月，廢季夏六月，囚秋七月，金王火囚，死冬三月。水王火死。其王日丙丁，王時禺中、日中。其困日庚辛，困時晡時、日入，其死日壬癸，死時人定、夜半。

**《脈經・肝膽部》** 肝象木，肝於五行象木。與膽合為府，膽為清淨之府。其經足厥陰，厥陰肝脉。與足少陽為表裏。少陽，膽脉也，臟陰腑陽，故為表裏。其脉弦，弦肝脉之大形也。其相冬三月，冬水王木相。王春三月，廢夏三月，夏火王木癈。囚季夏六月，死秋三月。秋金王木死。其王日甲乙，王時平旦，日出。並木也。其困日戊己，困時食時、日，其死日庚辛，死時晡時、日入。並金也。

**《脈經・平人得病所起》** 何以知春得病？無肝脉也。無心脉，夏得病。無肺脉，秋得病。無腎脉，冬得病。無脾脉，四季之月得病。

**《隋書・五行志》** 《易》以八卦定吉凶，則庖犧所以稱聖也；《書》以九疇論休咎，則大禹所以為明也；《春秋》以災祥驗行事，則仲尼所以垂法也。天道以星象示廢興，則甘石所以先知也。是以祥符之兆可得而言，妖訛之占，所以徵驗。夫神則陰陽不測，天則教人遷善，均乎影響，殊致同歸。漢時有伏生、董仲舒、京房、劉向之倫，能言災異，顧盼六經，有足觀者。劉向曰：君道得則和氣應，休徵生；君道違則乖氣應，咎徵發。夫天有七曜，地有五行。五事愆違，則天地見異，況於日月星辰乎！況於水火金木土乎！若梁武之降號伽藍，齊文宣之盤遊市里，陳則蔣山之鳥呼曰：奈何！周則陽武之魚乘空而鬬，隋則鵲巢鄰帳，火炎門闕，豈唯天道，亦曰人妖，則祥眚呈形，于何不至。亦有脫略政教，張羅罻羿，崇信巫史，重增愆罰。昔懷王事神而秦兵逾進，萇弘尚鬼而諸侯不來。性者，生之靜也；欲者，心之使也。置情攸往，引類同歸。雀乳於空城之側，鷃飛于鼎耳之上。短長之制，既曰由人。黔隧崇山，同車共軫。必有神道，裁成倚伏。一則以為殃孽，一則以為休徵。故曰：德勝不祥而義厭不惠。是以聖王常由德義，消伏災咎也。

《洪範・五行傳》曰：木者東方，威儀容貌也。古者聖王垂則，天子穆穆，諸侯皇皇。登輿則有鸞和之節，降車則有佩玉之度，田狩則有三驅之制，飲食則有享獻之禮。無事不出境。此容貌動作之得節，所以順木氣也。如人君違時令，失威儀，田獵馳騁，不反宮室，飲食沉湎，不顧禮制，縱欲恣睢，出入無度，多繇役以奪人時，增賦稅以奪人財，則木不曲直。

齊後主武平五年，鄴城東青桐樹，有如人狀。京房《易傳》曰：王德衰，下人將起，則有木生為人狀。是時後主怠於國政，耽荒酒色，威儀不肅，馳騁無度，大發繇役，盛修宮室，後二歲而亡。木不曲直之效也。

七年，宮中有樹，大數圍，夜半無故自拔。齊以木德王，無故自拔，亡國之應也。其年，齊亡。

開皇八年四月，幽州人家以白楊木懸竈上，積十餘年，忽生三條，皆長三尺餘，甚鮮茂。仁壽二年春，盩厔人以楊木為屋梁，生三條，長二尺。京房《易傳》曰：妃后有顓，木仆反立，立斷枯復生，獨孤后專恣之應也。

仁壽元年十月，蘭州楊樹上松生，高三尺，六節十二枝，《宋志》曰：松不改柯易葉，楊者危脆之木，此永久之業，將集危亡之地也。是時帝惑讒言，幽廢冢嫡，初立晉王為皇太子。天戒若曰，皇太子不勝任，永久之業，將致危亡。帝不悟。及帝崩，太子立，是為煬帝，竟以亡國。

仁壽四年八月，河間柳樹無故枯落，既而花葉復生。京房《易飛候》曰：木再榮，國有大喪。是歲，宮車晏駕。

《洪範・五行傳》曰：金者西方，萬物既成，殺氣之始也。古之王者，興師動衆，建立旗鼓，以誅殘賊，禁暴虐，安天下，殺伐必應義，以順金氣。如人君樂侵陵，好攻戰，貪城邑之賂，以輕百姓之命，人皆不安，外內騷動，則金不從革。

陳禎明二年五月，東冶鐵鑄，有物赤色，大如斗，自天墜熔所。隆隆有聲，鐵飛破屋而四散，燒人家。時後主與隋雖結和好，遣兵度江，掩襲城鎮，將士勞敝，府藏空竭。東冶者，陳人鑄兵之所。鐵飛為變者，金不從革之應。

天戒若曰，陳國小而兵弱，當以和好為固，無鑄兵而黷武，以害百姓。後主不悟，又遣偽將陳紀、任蠻奴、蕭摩訶數寇江北，百姓不堪其役。及隋師渡江，而二將降款，卒以滅亡。

《洪範・五行傳》曰：火者南方，陽光為明也。人君向南，蓋取象也。昔者聖帝明王，負扆攝袂，南面而聽斷天下。攬海内之雄俊，積之於朝，以續聰明，推邪佞之偽臣，投之于野，以通壅塞，以順火氣。夫不明之君，惑於讒口，白黑雜揉，代相是非，衆邪並進，人君疑惑。棄法律，閒骨肉，殺太子，逐功臣，以孽代宗，則火失其性。

**《舊唐書・五行志》**　昔禹得河圖、洛書六十五字，治水有功，因而寶之。殷太師箕子入周，武王訪其事，乃陳《洪範》九疇之法，其一曰五行。漢興，董仲舒、劉向治《春秋》，論災異，乃引九疇之説，附於二百四十二年行事，以推咎徵天人之變。班固叙漢史，採其説，入《五行志》。綿代史官，因而纘之。今略舉大端，以明變怪之本。經曰：水曰潤下，火曰炎上，木曰曲直，金曰從革，土爰稼穡。又曰：建用皇極。傳曰：畋獵不時，飲食不享，出入不節，奪民農時，及有姦謀，則木不曲直。棄法律，逐功臣，殺太子，以妾為妻，則火不炎上。好治宫室，飾臺榭，内淫亂，犯親戚，侮父兄，則稼穡不成。好戰功，輕百姓，飾城郭，侵邊境，則金不從革。簡宗廟，不禱祠，廢祭祀，逆天時，則水不潤下。經曰：敬用五事。謂：貌曰恭，言曰從，視曰明，聽曰聰，思曰睿。恭作肅，從作乂，明作哲，聰作謀，睿作聖。又曰：建用皇極，皇建其有極。傳曰：貌之不恭，是謂不肅，厥咎狂，厥罰恒雨，厥極凶。時則有服妖，時則有龜孽，時則有雞禍，時則有下體生上之痾，時則有青眚青祥。凡草木之類謂之妖，蟲豕之類謂之孽，六畜謂之禍，及人謂之痾，其則異物生謂之眚，身外而來謂之祥也。言之不從，是謂不乂，厥咎僭，厥罰恒，暘厥疾憂，時則有詩妖，時則有介蟲之孽，時則有犬禍，時則有口舌之痾，時則有白眚白祥，視之不見，是謂不哲。厥咎豫，厥罰恒燠，厥極疾。時則有草妖，時則有羸蟲之孽，時則有羊禍，時則有目痾，時則有赤眚赤祥。聽之不聰，是謂不謀。厥咎急，厥罰恒寒，厥極貧。時則有鼓妖，時則有魚孽，時則有豕禍，時則有耳痾，時則有黑眚黑祥。思之不睿，是謂不聖。厥咎蒙，厥罰恒風，厥極凶短折，時則有脂夜之妖，時則有華孽，時則有牛禍，時則有心腹之痾，時則有黄眚黄祥。皇之不極，是謂不建。厥咎眊，厥罰恒陰，厥極弱。時則有射妖，時則有龍蛇之孽，時則有馬禍，時則有下體代上之痾，時則有日月亂行，星辰逆行。九疇名數十五，其要五行、皇極之説，前賢所以窮治亂之變，談天人之際，蓋本於斯。故先錄其言，以傳於事。京房《易傳》曰：臣事雖正，專必地震。其震，於水則波，於木則搖，於屋則瓦落。大經在辟而易臣，茲謂陰動。又曰：小人剥廬，厥妖山崩，茲謂陰乘陽，弱勝強。劉向曰：金木水沴土，地所以震。《春秋》災異，先書地震、日蝕，惡陰盈也。

**《歲時廣記・春》**　《月令》曰：孟春行夏令，則雨水不時，草木蚤落，國時有恐；行秋令則民其大疫，殰風暴雨總至，藜莠蓬蒿並興；行冬令則水潦為敗，雪霜大摯，首種不入。

《月令》曰：季春行冬令，則寒氣時發，草木皆肅，國有大恐；行夏令，則民多疾疫，時雨不降，山林不收；行秋令，則天多沈陰，淫雨蚤降，兵革並起。

**《歲時廣記・夏》**　《月令》曰：仲夏行冬令，則雹凍傷穀，道路不通，暴兵來至；行春令，則五穀晚熟，百螣時起，其國乃饑；行秋令，則草木零落，果實早成，民殃於疫。

**《歲時廣記・秋》**　《周書・時訓》曰：立秋之日涼風至，後五日白露降，後五日寒蜩鳴。涼風不至，國無嚴政。白露不降，民多欬病。寒蜩不鳴，人臣力爭。處暑之日，鷹乃祭鳥，後五日天地始肅，後五日農乃登穀。

《月令》曰：孟秋行冬令，則陰氣大勝，介蟲敗穀，戎兵乃來；行春令，則其國乃旱，陽氣復還，五穀無實；行夏令，則國多火災，寒熱不節，民多虐疾。

《月令》曰：季秋行夏令，則其國大水，冬藏殃敗，民多鼽嚏；行冬令，則國多盜賊，邊境不寧，土地分裂；行春令，則暖風來至，民氣懈惰，師興不居。

**《歲時廣記・冬》**　《月令》曰：仲冬行夏令，則其國乃旱，氛霧冥冥，雷乃發聲；行秋令，則天時雨汁，瓜瓠不成，國有大兵；行春令，則蝗蟲為敗，水泉咸竭，民多疥癘。

《月令》曰：季冬行秋令，則白露蚤降，介蟲為妖，四鄙入保；行春令，則胎夭多傷，國多固疾，命之曰逆；行夏令，則水潦敗國，時雪不降，冰凍消釋。

**《天原發微・司氣》** 寧按：《月令註》馬氏云：鴈北鄉順陽而復也。雉，火畜也，感於陽而後有聲。雞，木畜也，麗於陽而後有形。陳氏曰：征鳥鷹隼之屬，以其善擊，故曰征厲，疾者，猛厲而迅疾也。○魯齋此條註文有云，在玄枵女虛危之次，竊詳此句，上無所起，下無所接，不知所言者何事，稽之《月令》，云季冬日在婺女，是月命有司大難，音那，驅疫也。旁磔。音責，裂牲也。註云季春惟國家之難，仲秋惟天子之難，此則下及庶人，又以陰氣極盛，故云大難也，旁磔謂四方之門，皆披磔其牲以攘除陰氣，不但如季春之九門磔攘而已，舊說此月日經虛危，司命二星在虛北，司祿二星在司命北，司危二星在司祿北，司中二星在司危北，此四司者，鬼官之長，又墳四星在危，東南墳墓，四司之氣能為厲鬼，將來或為災厲，故難磔以攘之，事或然也，按魯齋所引必此一段事，而傳錄有脫漏耳。按天子難國難，俱載《月令》。《春秋傳》曰：分至啟閉，必書雲物為備。

分謂春分秋分，至謂夏至冬至，啟謂立春立夏，閉謂立秋立冬。唐孔氏曰：二至是陰陽之始終，二分是陰陽之交會，是節之大者。故古人以二至二分而觀雲物。物即色也。保章氏曰：以五雲物之色，辨吉凶、水旱，降豐荒之祲象。青為蟲，白為喪，赤為兵荒，黑為水，黃為豐。皆視日旁雲氣之色，以驗祲象，以知十二物之分野，所降下之國有豐荒也。

保章氏曰：以十二物以察天地之和。

風即氣也。古人皆吹十二律，以候十二辰之風氣，能別祆祥。今無吹律之法，故其道亡。《春秋傳》：楚師伐鄭。師曠曰：吾驟歌北風，又歌南風。南風不競多死聲，楚必無功。愚按：師曠吹律，以觀楚強弱。北風者，無射夾鐘以北，南風者，姑洗以前，南風弱則知楚無功。王氏昭禹曰：十二風生於十二辰之位，天地六氣，合以生風。震為明庶風，離為景風，兌為閶闔風，坎為廣莫風。此四正卦之風也。艮為條風，立春亦曰條風。巽為清明風，立夏亦曰清明風。坤為涼風，立秋亦曰涼風。乾為不周風，立冬亦曰不周風。此四維卦之風。又兼四立而言，八卦并四立為十二風也。八風主乎八卦，《傳》曰：舞以行八風。又曰：十二風應十二律。出師之日吹律合聲，望敵知吉凶，聞聲效勝負。餘見後吹律說。

朱子曰：天地只是一氣。發生之初為春氣，長得過便為夏，收斂便為秋，消縮便為冬，明年又復從春起。

仁義便如陰陽，四端便如四時，分四時四端便如八節只一氣，而有消長爾，一分二，二分四，三其四為十二，兩其十二，二十四，三其二十四，七十二，散為十百千萬，不過天三地兩而已。

鶴山魏氏曰：秋為陰中，春為陽中。

陰氣始五月，終十月，故七月八月為陰中，陰中雖兼有陽，陰為主。陽氣始十一月，終四月，正月二月為陽中，陽中雖兼有陰，陽為主。

朱子曰：自今年冬至至明年冬至，只是一氣，周匝把來拆做兩截，則春夏為陽，秋冬為陰，分做四截，便是四時，又分做二十四氣，七十二候，皆自此始。

二十四氣者，孔云：正月立春節雨水中，二驚蟄節春分中，三穀雨節清明中，四立夏節小滿中，五芒種節夏至中，六小暑節大暑中，七立秋節處暑中，八白露節秋分中，九寒露節霜降中，十立冬節小雪中，十一大雪節冬至中，十二小寒節大寒中。雨水者，雪散而為雨水，自上而下曰雨，北風凍之而為雪，東風解之而為水。驚蟄者，蟄蟲驚而走出。穀雨者，雨以生百穀。清明，物生清淨明潔。小滿，物長於此，小得盈滿。芒種，有芒之穀可稼種。小暑、大暑，就極熱之中，分為大小，月初為小，月半為大。處暑，暑將退伏潛處。白露，陰氣漸重，露凝色白。寒露，露氣寒，將欲凝結。小雪、大雪，十月初小，十一月轉大。小寒、大寒，十二月初寒為小，月半寒為大。二十四氣，氣有十五日有餘。每氣中半分之為四十八氣，氣有七日半有餘。《周禮》有四十八箭，是一氣易一箭也。凡二十四氣，三分之，氣間五日有餘。故年有七十二候也。

歐子曰：七十二候各置中節，即初候也。以候策累加之，即次候。六十四卦置中氣，即公卦也。以策累加之，即次卦也。五行用事置四立之節而命之，即春木夏火秋金冬水用事之初也。置四季之節各以維策加之，即土用事也。

《易》曰：坎，正北方之卦也。又曰：兌，正秋也。又曰：先王以至日閉關。

後世氣候節序，《易》已備之矣。坎既言正北方卦，則震東兌西離南，不言可見。兌正秋者，秋分也。則震春分、離夏至、坎冬至，不言可見。《復・大象》言：至日閉關，冬至也。則姤為夏至，不言可見。人能明《易》，則

陰陽消長之氣，可觸類而知矣。

十二辟卦之爻，應七十二候中節。前為初候，朔氣前三日也；後為次候，朔氣後三日也。候以分內外故也。六十卦應三百六十日。一年十二月有十二中氣，則置十二公卦以主之。如十一月坎初六，冬至公中孚，是中氣。辟、復候屯內，為朔氣前三日也。小寒坎九二，十二月節候屯外，大夫、謙卿睽，是次卦也，為朔氣後三日也。四立者，立冬水、立春木、立夏火、立秋金。皆四孟之節，五行用事之初也。四季者，居乾坤艮巽四維之位，為辰戌丑未。四季之月正，土用事之時也。四正卦，坎離震兌也。每卦一爻，統兩卦半兩爻，統五卦成一月六爻，統十五卦分六氣，成三月，為一時。統而論之四時，四六二十四也。分而言之，有節、有氣、有候，各有條而不亂。姑以意釋之，未審得歐公之意否？或曰：甲己一月六變，十二月則七十二變。謂之候亦通。

《司天考》曰：七十二者，五行化成之數是為經法。陽之策三十六而兩之；陰之策二十四而三之。陰陽之數，無往不合，七十二候亦自此推。

七十二候，王司監用之於曆，極其精妙。愚嘗求其說而不得，終夜以思，久而方悟。曰：此即乾坤二卦之策。乾一爻三十六，兩爻七十二，六爻二百一十六。坤一爻二十四，三爻七十二，六爻一百四十四。用之一年，則三百六十日之數盡矣。又以五行之氣分之，水木火金，分旺四時，共得四七二百八十八日。又欠七十二日，以足一周之數。於是以土四季當之，每季十八日為辰戌丑未之月。又每月六日屬土，應一月辟卦六爻以見五行，離土不得。一年四季，一月六日，皆有土以寄王其中。所以天地間，萬民萬物萬事萬化並資之，以為生長收藏之地，故曰候焉。讀者，當諒其苦思不止，甲己之變而已也。

觀物張氏曰：四時八節各以三變。以十為一曰旬。三旬而一月，九旬而一時，三十六旬而四時畢。以五為一曰候，三候而一氣，九候而一節，七十二候而八節。周天有四時，一時四月，一月四十日，四四一十六而各去其一，是以一時三月，一月三十日，體數雖四而一者常不用，用數有三有九，故三旬為一月，三月九十日為一時，五日一候者，一月六候，五六三十日也。三候一氣者，十五日也，九候一節者，八九之候而氣節周也。愚嘗恨今之司曆者，徒登其候之名，而未必研其義，請逐一條之，免墮於與百姓日用，而不知之域。

七十二候名義。

以十一月中蚯蚓結起候者用，冬至甲子上元曆始也，以東風解凍起候者，本人正為重用五代馬重績，新曆正月雨水為氣首也。

又　正月　東風解凍者，春風發散，寒凍之氣也。蟄蟲始振者，初始振動而未出，至二月，乃大驚而出。魚上冰者，當盛寒時，伏冰下，逐其溫暖，至正月陽氣上始，遊水上而近於冰。獺祭魚者，此時魚肥美，先祭而後食也。鴻鴈來者，大鴻小鴈自外來，於中國將北反其居。《通卦驗》云：立春雉雊雞乳，雨水降，條風至。條風，東風也，猛風，風之甚也，動搖草木，有聲故曰草木萌動，是為可耕之候。

二月　桃始華，應驚蟄候，又五日而倉庚鳴鸝黃，又曰黃栗留，又曰鶩黃。商庚楚雀，齊人謂搏黍。今曰布穀，與搏黍聲相近。鳲鳩、鵴鵒皆其號也。鷹化為鳩，至秋時則鳩化鷹。玄鳥，燕也，又曰鴅鳥以施生時來，巢人堂宇而孚乳，嫁娶之象，所以商簡狄吞而生契。陽在陰內不得出，奮擊之而雷發。其陽聲電者，陽之光，陽在外，陰有所麗，故閃爍而為電。又曰電是陽光，陽微則光不見。皆陽氣漸盛以擊於陰，其光乃見，故云始電

寧按：《禮記・月令》註，方氏云歲有二十四氣，七十二候，此所言者候也，候非其正，故或先或後言之，曆所言者氣也，氣則正矣，故於氣至則言之，鷹好殺而擊以秋，鼠好貪而出以夜，皆陰類也。鳩鴽皆陽類也，卯辰者，陽之中，故仲春則鷹化為鳩，季春則田鼠化為鴽，蓋陰為陽所化，物理如此。爵乳子而集以春，雉求雌而雊以朝，皆陽類也，蛤蜃皆陰類也，戌亥者，陰之極也，故秋則爵入大水為蛤，孟冬則雉入大水為蜃，蓋陽為陰所化，物理如此。草腐則螢之類也，螢則明之類也，季夏則腐草為螢，蓋離之明極於此故也，是皆化而已。於鷹鼠言，化於腐草，爵雉則直言，為何哉？蓋因形移易，曰化，鷹之為鳩，鼠之為鴽，皆因形移易而已，故言化，腐草則植物也，螢則動物也，爵雉飛物也，蛤蜃潛物也，植物為動，飛物為潛，則不特因形移易矣，而化固不足以言之，故皆直言為而已。

三月　桐始華，田鼠化為鴽。鴽，鵪也，一云鴾母鼠，陰類，陽氣盛，故化為鴽，陰氣盛，則鴽復化為鼠。虹，蝀蝀也，雄虹謂明盛者，雌蜺謂闇微者，虹是陰陽交會之氣，純陰純陽則虹不見，若雲薄漏日，日照雨滴則虹生。萍，浮

萍也，又曰蘋，曰藻，水草也。鳴鳩拂其羽，蠶將生之候，飛而翼相擊，趍農急也。鵴鳩，又曰鶻鵃，似山鵲而小，青黑色，尾短，多聲，故曰鳴鳩。載勝降于桑者，織紝之鳥，一名鳲鳩。降桑以示婦當務本也。《內宰》云仲春率命婦躬桑，浴種，蠶龍精，月直大火，則浴其種。

寧按：《月令註》馬氏云田鼠化為鴽，則陰類之愿者遷乎陽而其性和也。萍始生則以陰物之浮以承陽者也。嚴陵方氏曰：虹者，天地訌潰之氣也，陰干陽所乃見而出，故又謂之蝀焉，陽方得中則陰莫能干，至於辰則已過中矣，故為陰所干而虹見也。

四月　螻蟈鳴，蛙也。《周禮·蟈氏》註云蝦蟆當夏氣之盛，而鳴聲怒。蚯蚓，陰物，感正陽之氣而出。王瓜生，色赤，感火之氣而生。苦菜秀，感火之氣而苦味成。靡草葶藶之屬，以其枝葉細，故云靡草。六陽之月，至陰之草，不勝陽而死。

寧按：《月令註》陳氏云：王瓜，《本草》作菝葜，其根似瓜，亦可釀酒。馬氏曰：螻蟈鳴則陰而伏者，乘陽而鳴也，蚯蚓出則陰而屈者，乘陽而伸也，王瓜生則陽物之勝陰邪者也，故其色赤，苦菜秀則火炎上，故其味苦。又按《月令》及今官歷於靡草死下有麥秋至三字合補之，湊足六候。陳氏云：秋者，百穀成熟之期，此於時雖夏，於麥則秋，故云麥秋也。

五月　螳蜋生。又曰螳螂。一名不過，其子名螵蛸。燕趙曰食虎，齊杞東曰馬穀，鵙始鳴。七月，將寒之候也。鷹地晚寒，五月則鳴，反舌百舌也。今曰蝦蟆。其舌本著口，側末內向。靡信云：曾取屠視之，其舌反向後。鄭不然之，乃知反舌。春始鳴，至五月稍止，其聲數轉故名反舌或蝦蟆。舌性自然，不必以為反舌也。鹿，陽類，感陰氣而角解。今醫家用鹿茸補陰是也。蟬亦陰類，感而鳴。半夏，生藥名也，陽極陰生。

寧按《月令》註陳氏云：螳蜋，一名天馬，言其飛捷如馬也。鵙，博勞也。方氏曰：螳蜋、鵙，皆陰類，故或感微陰而生，或感微陰而鳴，反舌百舌也，謂能反覆其舌而為百鳥語，然其鳴也，感陽中而發，故感微陰而無聲。鹿好羣而相比，則陽類也，故夏至感陰生而角解。麋多欲而善迷，則陰類也，故冬至感陽生而角解，此所以不同也。半夏，藥名，當夏半而生也。

六月　溫風始至。溫厚之氣至季夏而極也。蟋蟀，蚚也，亦名促織，生土中，季夏羽翼稍成，未能遠飛，故居壁，七月則遠飛在野。鷹感二陰之氣乃有殺心，學習擊搏之事。焦問云：仲秋，鳩化為鷹，仲春，鷹化為鳩。此六月，何有鷹學習乎？張逸答曰：鷹雖為鳩，自有真鷹可習。腐草得暑濕之氣，故為螢，不言化者，螢不復為腐草矣，土潤溽暑，大雨時行。

寧按：《月令註》應氏曰：物得氣之先，殺氣未肅而鷙猛之鳥已習於擊，迎殺氣之微也。涼風未至而鳴陰之物已。居乎壁，迎涼氣之微也。朱氏曰：腐草為螢，離明之極，故幽類化為明類也。陳氏曰：溽，濕也。土之氣潤，故蒸鬱而為濕，暑大雨，亦以之而時行。

七月　涼風至。寒候也，白露降，金色也，寒蟬鳴，得陰氣之正。寒蜩，又曰寒蜋，似蟬而小。青赤鷹殺，鳥不敢先。嘗示民報本也，又示不有武功，天地始肅，禾乃登。

寧按：《月令註》馬氏云：涼風至，則天地之仁氣散矣。白露降，則陰乘陽而其候交矣。寒蟬鳴，則物之生於暑者，其聲變矣。鷹乃祭鳥，用始行戮，則時主殺氣，而物之司殺者，應是而動也，於是乎可以設罻羅矣，鷹至不仁也，猶祭然後食之，而況於人乎？方氏曰：秋者，陰之始，故於孟秋言，天地始肅，禾乃登。謂稷為五穀之長，熟於此時也。

八月　鴻鴈來。《孟春》言：自外來於內，此又言自北而來南。玄鳥歸，為仲秋之候。春至秋歸，歸藏蟄本，處羣鳥養羞。羞，食之美，養之以備冬藏。蟄蟲啓戶於雷發聲之時，故坯戶於雷收聲之時。坯戶者，戶穴也，增益穴四畔，使通明處稍小。以時尚溫猶須出，十月寒甚方閉之。雷，二月陽中發聲，八月陰中收聲。陰縮，故水始涸也。《國語》曰：辰角見而雨畢，天根見而水涸，雨畢而除道，水涸而成梁。八月，宿直昴畢，主雨。天根氏房之間，辰角見。九月本，天根見；九月末，本末相去二十一日餘。

寧按：《月令註》陳氏云：《孟春》言鴻鴈來，自南而來北也。此言來，自北而來南也。水本氣之所為，春夏氣至故長，秋冬氣反故涸。

九月　鴻鴈來賓。云仲秋來者為主，季秋來者為賓。又云仲秋來則過去，季秋來則客止。未去爵，入大水，化為蛤，飛化為潛也。鞠有黃華，獨記其色，以其華應陰之盛，愚謂五陰不能剝一陽，故吐其美為華。豺祭于天，然後戮禽而食。孟秋鷹祭鳥，飛者形小，其成為速。季秋豺祭獸戮禽，走者形大，其成為遲。草木黃落，反本也。蟄蟲咸俯，皆垂頭向下，以隨陽氣之在內

也。

寧按：《月令註》陳氏云：禽者，鳥獸之總名，鳥不可曰獸，獸亦可曰禽，故鸚鵡不曰獸，而猩猩通曰禽也。方氏曰：桃華於仲春，桐華於季春，皆不言有獨，於鞠言之者，以萬物皆華於陽，獨鞠華於陰而已。故特言有桃華之紅，桐華之白，皆不言其色。獨鞠言其色而曰黃者，以華於陰中，其色正應陰之盛故也。

十月　水始冰。季秋霜降，至此始冰。履霜，堅冰至也。地始凍，水冰則地凍。可知雉入大水為蜃，大蛤曰蜃，飛化為潛也。虹藏不見，季春陽勝陰，故虹始見。孟冬陰勝陽，故虹藏不見。天氣上騰，五月一陰生。天氣上騰，至十月六陰俱升，六陽已謝。天體在上，陽歸虛無。故云：上騰地氣，六陰在下用事。故云：下降也。閉塞而成冬者，陽氣下藏地中，陰氣閉，固而成冬也。

寧按：《月令註》陳氏云：陰陽氣交而為虹，此時陰陽極乎辨，故虹伏。方氏曰：天氣上騰，地氣下降，則天地辨而各正其位矣，以各正其位，故天地不通，以其不通，故閉塞也。

十一月　鶡鳴不鳴者，蓋鳥之夜鳴求旦，乃陰類而求陽，故感一陽而不鳴，虎始交者，亦陰類感一陽而交也。荔挺出，荔香，草感陽而香，馬鬣也。蚯蚓結者，蚯蚓出穴，屈首下向，陽氣氣動，欲宛而上首，故其結而屈。麋角解者，鹿陽獸，夏至得一陰而解角。麋，陰獸，冬至得一陽而解角。水泉動者，坎，天一之陽所生也。

寧按：《月令註》陳氏云：鶡旦夜鳴，求旦之鳥也。方氏曰：夫夜鳴則陰類也，然鳴而求旦，則求陽而已，故感微陽之生而不鳴，則以得所求故也。虎，陰物而交，亦感微陽之生故也。又曰凡物之氣，感陰者腥，感陽者香，陽方長矣，故芸始生，荔挺出。蚯蚓結者，以感正陽之氣，而後出，故微陽雖生而猶結焉。結，言形之未解也。陳氏又曰：水者，天一之陽所生，陽生而動，言枯涸者漸滋發也。

十二月　鴈，北鄉者，自南而趨北。早者則此月北鄉，晚者二月乃北鄉，鵲始巢者，鵲知歲所在，以來歲之氣兆，故巢也，早者十一月。《詩緯》云：復之日，鵲始巢是也。雉雊者，火畜也，感陽有聲，故雊。雞乳者，雞木畜也，麗於陽而有形，故乳在立春節，以立春在此月也。征鳥厲疾者，時殺氣盛極，故鷹隼之屬，取鳥疾捷嚴猛也。水澤腹堅者，冰堅達內，謂腹厚實。在玄枵女虛危之次出土牛者，出作也，月建丑為土，能克水，作土牛，以送寒氣，使陰氣不為來歲之害也。此七十二候，各有其義，觸景興思，可以寓感時動物之嘆，故特書之。

**《天原發微・天樞》**　西山蔡氏問曰：極星只在天中，東西南北皆取正於極，而極星皆在其上，何也？朱子無以荅，後思之曰：只是背坐極星，極星便是北，而南則無定位。

《公羊傳》曰：北辰曰大辰，常居其所，迷惑不知東西者，視此永嘉。鄭氏曰：北極居天之中而常在人北，以天形北傾也。或曰：斗杓可指東西，而辰則無為。曰：觀其所指，則知辰之所在。書傳曰：日月，天之使也；星辰，天之期也。一左一右，更有經緯。蓋自斗杓之所如言之，則謂之建；自日月之所會言之，則謂之辰。斗柄左移，日月右徙，故辰與建常相合焉。月行及日，會而為辰。辰本無體，兼星而見。故天正之吉辰在星紀。自北而西，則地正之於天，玄枵以正之於豕韋。而西陸之降婁、大梁、實沈，南陸之鶉首、鶉火、鶉尾，東陸之壽星、大火、析木，其朔月可知也。《春秋外傳》所謂：日月底於天廟者，言建寅之月，辰在諏訾；建亥之月，辰在天漢。日月會於龍豵，蓋因朔月之所在，以知辰；因辰之所合，以知斗之建焉。

愚按：斗杓與北辰相脈絡，北辰為十二辰之統，斗杓則指十二辰者也。又《公羊傳》謂：大火為大辰，此則夾鐘生於房心之氣。為天帝之明堂，亦曰天宮。非北辰之大辰比也。如正月建寅，辰在東北，日月卻在西北之亥。氣便相應者，以寅與亥合也。日月都是。如北斗，每月所指，辰曰建斗。第一星為魁，四為衡，七為杓。用昏建者，杓屬陰；夜半建曰衡，居平旦建者，魁屬陽。曆家以建除滿，平定執，破危成，收開閉，凡十二日，周而復始，觀所值以定吉凶。每交一月節，必疊兩值日。如正月寅日，值建一卯，三辰之類，與斗杓所指相應。

《易傳》曰：大衍之數五十，其用四十有九，一者太極也。寧按：太極二字，孔子始於《易・繫辭》發之，自後千五百年無人識得破，直至濂溪周子，始契其妙，而建圖作書以明之。魯齋亦嘗言之於《太極》之篇矣。今於

《天樞》篇復引馬季長之説，則其理有未然者。蓋太極者一理，渾然無形象，方所之可指，而為造化之樞紐者也，北辰者，居中不動而為天之樞紐者也，此則無方所之可求，彼則居其中而不動，又豈可真以相擬乎。周子所謂：無極而太極，是言無形而有理也，其曰太極動而生陽，靜而生陰，兩儀所以立也。其曰：陽變陰，合而生水、火、木、金、土，五行所以具也。在天成象，曰日月星辰，在地成形，曰水火土石。莫非五行之所為也，五者之氣流行順布，由是四時行，百物生焉。今曰太極生兩儀，則聖人已言之矣，又曰兩儀生日月，日月生四時，四時生五行，五行生十二月，又何其悖於理乎。夫天地之化，儱侗相續而来，一年一周，聖人因其有生長收藏之序，而分之為四時，又分為十二月、二十四氣、七十二候，使民知播種收穫之節，又教之以鋤耘灌溉之宜，便是聖人裁成輔相之道，由是觀之，太極生陰陽，陰陽生五行，五行生萬物，是以天地造化之自然，不涉纖毫人力，至於一歲分四時，四時分十二月，又分二十四氣、七十二候，乃聖人因造化之流行而裁制之，使民用天時、因地利而有以成其生遂之功，此二事一属天，一属人，甚顯然易見，豈可比而同之乎？魯齋博極羣書，馳騁上下，其所得固多矣，而於此乃取馬季長之謬説而敷演之，是未免碔砆之混美玉也，惜哉！

又　太一是帝座，如人主之居北極。如帝都在紫微者，在七十二度，常見不隱之中。故有北辰之號。

前《志》言：天極其一明者，太一常居。太一天皇，大帝北辰，以起節度，亦為紫微宫。天帝居中，紫之言此，中之言宫。此宫之中，天神圖法，陰陽開闔，皆在其中。朱漢上曰：辰為天樞，而不動之處猶在極星之下，聖人言居其所曰北辰。而占天者，必曰：極星之下者，詳畧異也。

或問：北辰之為天樞，何也？曰：天圓而動，包乎地外。地方而靜，處乎天中。故天之形，半覆地上，半繞地下，而左旋不息。惟此為不動而謂之樞焉。其他諸星，則與二十八宿同一運行。

朱子曰：北辰常居其所，蓋天形運轉，晝夜不息，而此為之樞，如輪之轂，如磑之臍，雖欲動而不可得，非有意於不動也，若太微之在翼，天市之在尾，攝提之在亢，其南距赤道也，皆近，其北距天極也，皆遠，則固不容於不動，而不免與二十八宿同其運行也，故其或東或西，或隱或見，各有度數，仰而觀之，蓋無晷刻之，或停也。今曰是與在紫微者，皆居其所而為不動者。四，則是一天而四樞，一輪而四轂，一磑而四臍也。分寸一移，則其輻裂而瓦碎也無日矣。若之，何而能為運轉之無窮哉？胡五峯説有三箇極星不動，殊不可曉。若以天運譬如極盤，則極星只是中間帶子，所以不動，若是三箇不動，則不可轉矣。

又　邵子曰：天渾渾於上而不可測也，故觀斗數以占天。斗之所建。天之行也。魁建子，杓建寅，星以寅為晝也。斗有七星，是以晝夜不過七分。

張氏曰：星以寅為晝者中，星以寅為旦，戌為昏。日以卯酉為中，則十二分而用七，星以寅戌為限，則十分而用七矣。愚演之曰：天道左旋，以辰為體，無物之氣，不可見已，渾渾之中，惟星可指，日月五星，從地右行，斗杓所建，四時以平。大衍五十，一為太極，四十有九，是為七七分而用之，各有所入。一為天體，一為七政，一居中央，是為北斗。四列四方，是為七宿。蓋天地四方，以斗為樞，天運四時，自斗而指。斗正則時正，時正則斗正。故曆有差法，斗無差度。善治曆者，質諸斗而已矣。

北斗七星在太微，北魁四星為璇璣，杓三星為玉衡。斗，人君之象，號令之主也。輔星輔為開陽，第八星。佐斗成功，丞相像也。《晉志》。

一至四為魁，五至七為杓。一曰天樞，二曰璇，三曰璣，四曰權，五曰玉衡，六曰開陽，七曰搖光。樞為天，天子象陽，德也。璇為地，女主象陰，形也。璣為人，曰令星主火。權為時，曰伐星主水。玉衡為音，曰殺星主土。開陽為律，曰危星主木，主天倉五穀。搖光為星，亦曰應星，主金。輔一星，輔於開陽，所以佐斗成功，主危正矯不平。或問曰：斗有七星，并輔星為八星，家又謂斗有九星，主九州，何耶？或又謂《天官書》言孟諏攝提者，星名。隨斗杓所指，以建十二月。以此星而足為九，可乎？曰：此無明證，不可從也。張平子妙於知天，言北斗與四宫星共為五七，則七星為斗確乎，不可增也。瞽史之學易流於誕。吾儒寧缺疑可也。歐陽子曰：天人之際遠矣。使一藝之士，布算積分，捨經從史以求合焉，不亦艱哉！

《天官書》曰：所謂璇璣、玉衡，以齊七政，杓携龍角，衡殷南斗，魁枕參首。前《志》曰：用昏建者杓，杓自華以西南；夜半建者衡，衡殷中州河濟之間；旦建者魁，魁海岱以東北也。

携，連也。龍角，天田也。東七宿共為龍形。殷，中也。玉衡居中，南北之斗相殷也。杓斗之尾星，第七也。尾為陰，昏陰位，故主西南。衡星居中，

昏杓建於寅。夜半衡，亦建於寅也。魁斗之首星屬陽，故主東北，所以斗杓連東方龍角之星。

《要義》曰：斗所建，地上辰。辰所會，天上次。斗與辰合。按：斗柄所建十二辰，而左旋日體十二月，與月合宿而右轉。但斗之所建，建在地上十二辰。故言子丑之等。辰者，日月之會。會在天上十二次。故言諏訾降婁之等。以十二律，是候氣之管。聲之陰陽各有合，如黃鐘十一月建子，合大呂，十二月建丑之類。是斗與辰合宿，而成日月之會。

斗星亦隨天運轉。

孔氏曰：斗星一日一夜，亦隨天轉過一周，而行天一度。聖王觀斗所建，命其四時，以分十二月之會。

《詩》曰：維北有斗，西柄之揭。朱子曰：北斗，常見不隱者也。南斗，柄固指西。若北斗而西柄，則亦秋時也。

董氏曰：斗四星，其方為斗，三星為柄，垂而下揭。斗隨天旋轉，四時各有畛界。故《春秋傳》曰：斗有環域是也。李子堅曰：北斗為天喉舌，斟酌元氣，運平四時。《太玄》亦曰：陰質北斗，夜則測陰。言陰夜質正於北斗，以歷日月，定時成歲也。又北極與南極相對，是為樞星。南隱北見，人多舉其見者言之，以其居天之中故也。北斗之星七，其數奇。對南斗之星六，其數偶。是天亦如此巧也。南斗註文已見《少陽》篇。

**《又》**　維北有辰，為紐為樞，居中不動，旋斗杓於外，以建四時，齊七政也。《西志》曰：中宮天極星其一明者，太一之常居也。愚謂一者，氣數之始，物無不統，常居者，居中不動之義也。《東志》曰：北辰星含元垂曜建帝形，運機授度張百精。三階九列，斗衡太微，攝提之屬，百二十官，二十八宿各布列下，應十二子，天地設位星辰之象備矣。愚謂：曰合、曰垂、曰建、曰運、曰授、曰張、曰屬、曰布、與應九字，爾最宜玩味，蓋言辰極無不包括天地，星辰之象於其中，故曰備矣。含為元氣，散為星曜，張為百精，建為斗衡。班固曰：攝提直斗杓，所指以建時節，故亦曰天樞焉。二十八宿，即布列於十二辰者。十二辰，即統於北辰者。故曰居其所，而衆星共之。《爾雅疏》謂：斗杓所建以正四時，故謂之辰。北辰即總十二辰在其中，斗杓即指十二辰者，傳記多言北斗不言北辰者，以辰居中，無為藏諸用也，故無迹可指。可指而言者，斗杓所建而已，其言北斗則北辰可知。

程子曰：北辰自是不動，便為氣之主，為星之最尊也，故衆星四面環繞而歸向之。

**又**　愚按：北極五星，在紫微垣中。北頭一星，在天心。四方去各九十一度，九十一度者，四九三百六十五度四分度之一。四方輻湊將來，辰星居中，即北頭一星之內，無星處是也。衆星咸共者，北辰在天，為天之心，猶心在人，為身之主，手足耳目，血脉膚體，無一不關也。世無非人也，而人君南面，以為之主；天體無非辰也，北辰居中，以為之主。以至周天之度，萬有之夥，莫不脉絡於是。是則不動之辰，以為羣動之本，故曰無形者，有形之統。不用之一，即無極之極，降而在我者也。嗚呼，精矣！

朱子曰：北極為天之樞，以其居中，故曰北極。南極在地下中處，南北相對，天雖轉，他却在中不動。天形如雞子旋轉，極如一物橫亘其中，兩頭抨定，一頭在北上，是為北極，一頭在南上，是為南極。太一如帝座，在紫微者，故有北辰之號。是中間無星處些子不動，緣人要取此為極。如輪之轂，如磑之臍，天圓繞地，左旋不息，惟此其樞軸不動之處，則在南北之兩端焉。

南極低入地下三十六度，故周回七十二度之中，常隱不見。《唐書》說：有人至海上，見南極下有數大星甚明，亦在七十二度之內，北極高出地上三十六度，故周回七十二度，常見不隱。北極之星，正在常見不隱七十二度之中，常居其所不動，其旁則經星隨天左旋，日月為緯右轉，更迭隱見，若環繞而歸向之。唐一行謂：大約南北相去八萬餘里，南林邑國，北極高十七度；安南都護府，北極高二十一度。其餘州不同。太史南說：等至海中南望，老人星下，衆星燦然，皆古所未名。或問：南極見老人壽星，則是南極也。解見朱子，答曰：南極不見，是南遶自有一箇老人星，南極高時，解浮得起來。

**《六經天文編・天道・天行健》**　胡氏曰：天者乾之形，乾者天之用。天之形，望之其色蒼，然南樞入地下三十六度，北樞出地上三十六度，狀如倚杵，此天形也。言其用，則一晝一夜之間，凡行九十餘萬里，夫人一呼一吸，謂之一息。一息之間，天已行八十餘里。人之一晝一夜，有一萬三千六百餘息，是故一晝一夜而天行九十餘萬里，則天之健用可知。程氏曰：傳謂天形如雞子，上規之星常見，下規之星常隱，中規日月五星之所由。二十八宿布於其間，半覆地上，半繞地下，以所行度數知之，故觀天之行，有以見重乾之

象。朱氏曰：天一而已，但言天行則見其一，日一週，而明日又一週。若重複之象，非至健不能也。或問乎邵子曰：天何依？曰：依乎地。地何附？曰：附乎天。天地何所依附？曰：自相依附，天依形，地附氣。其形也有涯，其氣也無涯。但天之形，員如彈丸，朝夜運轉，其南北兩端，後高前下，乃其樞軸不動之處。其運轉者，亦無形質，但如勁風之旋。當晝則自左旋而向右，向夕則自前降而歸後。當夜則自右轉而復左，將旦則自後升而趨前旋，轉無窮，升降不息，是為天體，而實非有體也。地則氣之查滓聚成，形質者，但以其束於勁風。旋轉之中，故得以兀然浮空，甚久而不墜耳。皇帝問於岐伯曰：地有憑乎？岐伯曰：大氣舉之，亦謂此也。

**《六經天文編・天道・天文》** 鄭氏曰：離為日。日，天文也。艮為石。石，地文也。天文在下，地文在上，天地之文交相飾成貴。漢上朱氏曰：以天文言之，無非剛柔交錯，陰陽之精，在地象物成列，光耀離合，皆剛柔也。日，陽也，而為離。月，陰也，而為坎。緯星動者，陽也，而太白辰星為陰。經星不動者，陰也，而析木鶉首為陽。北斗振天，二極不動，故曰天文也。聖人觀乎天文，則知剛柔有常矣。故南面而立，視昏旦之星，日月之次，以知四時寒暑之變。春震秋兌，泰之時也。夏離冬坎，賁之時也。泰易為賁，四時互變，時變之象也。離有坎，日降而月升也。坎復成離，月降而日升也。天氣也而成文，地形也而有理，形散為氣，明而幽也。氣聚成形，幽而明也。仰觀乎天，凡地之成形者，莫不有是文。俯察乎地，凡天之成象者，莫不具是理。故分而為二，揲之以四，生二儀四象八卦，成三百八十四爻，萬有一千五百二十策，皆源於太極。知此，則知幽明之故也。鳥獸之文，即天文。《太玄》曰：察龍虎之文，觀鳥龜之理，舉鳥獸則龜見矣。仰觀龍虎鳥龜之文，其形成於地。俯觀山川原隰之宜，其象見於天。凡在地者，皆法天者也。或問：天有形乎？曰：天積陽也，氣也。《易》曰日月麗乎天，百穀草木麗乎土，日月附麗乎天，亦若百穀草木之麗乎土。天果有質歟？日月之行或遲或速，奔星上下前後，或卑或高，不得自如。莊周曰：天之蒼蒼，其正色耶。其視下也，亦若是而已。列禦寇曰：日月星辰，積氣中之有光耀者。郝萌曰：天了無質。鄭康成曰：天清明無形。或曰星隕石何也？曰：光耀既散，氣凝為石，如人之精神既散，形亦剛彊矣。故曰：在天成象，在地成形。成形者，皆地也。坎，坤體也，坎中之乾，二五也。乾陽流於坤陰，故月以速為退，月體不明，待日而明，明者，乾也。橫渠曰：日月之精，互藏其宅是也。《乾》言日月合其明者，坎離互用也。《豫》言日月不過者，坎為月伏，離為日，日月會于北方也。《恒》言日月得天者，乾九四之五，變離坎也。小畜上九，中孚六四，歸妹六五。月幾望者，小畜四有伏坎，巽有伏震。月在東，日在西，望也。中孚、訟坎變震，月在東，亦望也。歸妹六五，月在東，日在西，亦望也。然曰：幾望者，小畜、中孚坎在四也。歸妹六五，爻在五也。坎在四，若五則中矣。是故日望月，則月食。月掩日，則日食，坎離之交勝也。離在地為火，在天為日，乾體也，其中畫乃坤之二五，橫渠所謂陰陽之精，互藏其宅歟？行遲者，陰麗乎陽也。《晉》曰晝者，日出地上，進而中也。《豐》曰宜日中者，九四之五也。離九三，《豐彖》曰日昃者，日中而又西也。乾九三既濟，曰終日者，日在下也。《豫》六二曰不終日者，二動之，五成離，日在上也。《夬》九二曰暮夜者，動成離，日在西方之下，日薄于虞淵之時也。或曰：夕，日入為夕。大畜曰日新者，大壯一變，需坎月離曰合照也。再變大畜，艮終復始，日新也。《益》曰日進者，初九自下而進也。卜丘楚論十日，其說源於《易》之晝夜，又為大明者，懸象著明，莫大於日月，而月受明於日，陽為大，陰為小，故曰大明。乾大明終始，晉進而麗乎大明，皆日也。又為明者，日月相推而生明。屯九五求四，四往之五，訟初往四，皆坎月在東，月之明也。大有九四離動，井九五旅上體。日在上，日之明也。困初六、豐九四曰幽不明者，日在西而隱伏也。大有、賁、同人，明夷曰：文明者，離居二五也。坤為文，又為光者，日月之明，無所不及也。孟子曰：日月有明，容光必照。管輅曰：日中為光，《易》九言光者，皆明之所及也。坤之化光者，舍坎離也。觀之觀光者，四五交也。頤之光者，四施初也。夬之光者，離自下升也。未濟之光者，二五易也。需光亨者，大壯四之五，日西月東，四五得位也。凡言未光者，皆未能行也。屯九五未之二也，噬嗑九四噬六五而後光也。晉上九反三，自治而後光也。夬九五中行，上決而後光也，萃九五之二，而後光也。凡言光明者，兼體用也。老子曰：用其光復歸於明，體用合一，光明無盡，履剛中正而不倚，故離目下升光明不疚，言無私照也。謙以剛濟柔，故坎自上降，萬物化光，言皆相見也。艮行止動靜，不失其時，故坎離下濟其道光明，言久不息也。凡言光大者，其象與光明同。曰大者，指陽爻也。坤曰光大者，初三五也。渙六四曰光大者，二從四也。咸九四可以光大

者，九也。四來初往，則離坎成。四往初來，則離坎毀。未光大也。益自否之九四，三變離坎而成益，大者光也。言光輝者，日月之光揮散也。言暉者，主離日也。管輅曰：朝日為暉，或曰星辰何象也？曰艮離也。邵雍曰：離為星，賁，艮上離下，《彖》曰柔來文剛，又曰分剛上而文柔，天文也。班固曰：陰陽之精，其本在地。張衡曰：地有山嶽，精鍾為星。蓋星辰者，地之精氣，上發乎天而有光耀者也。星，日之餘也。辰，月之餘也。月生於日之所照也。衆星被耀，因水轉光，三辰同形，陰陽相配，其體則艮也。《河洛》篇曰：天中極星，崑崙之墟。天門明堂，太山之精，中挺三台也。五靈諸侯也。岍岐荊山壺中雷首太嶽砥柱，東方之宿也。析城王屋太行恒山碣石西傾朱圉，北方之宿也。鳥鼠太華熊耳外方桐柏嶓冢陪尾，西方之宿也。荊山內方大別岷山衡山九江敷淺原，南方之宿也。九隘之險，九河之曲，濱水三危，汶江九折，上為列星諸賢之論，不詭於經矣。故精數氣，歇坎極離，見乃有隕星。其光燭地者，離也。隕而成石，或為阜。堆塵沙者，艮也。日為陽，月為陰，歲熒惑鎮，為陽。太白辰為陰，斗魁為陽。尾為陰，天南為陽。北為陰，東為陽，西為陰，日月東行天西轉，日自牽牛至東井，分剛上而文柔也。月自角至壁，柔來而文剛也。五星東行，有遲有速，北斗西行，昏明迭建，二十八宿，分配五行，各有陰陽，四時隱見，至於中外之宮，無名之星河，漢之精皆發乎陰陽者也。則二氣交錯成天之文，信矣。蘇氏曰：天地一物也，陰陽一氣也，或為象，或為形，所在之不同，故在云者明其一也。象者，形之精華發於上者也。形者，象之體質留於下者也。人見其上，下直以為兩矣。豈知其未嘗必一耶，由是觀之世之所謂變化者，未嘗不出於一而兩於所在也。自兩以往有不可勝計者矣。

**《六經天文編・天道・五辰》**　天地氣數合而成五行，復升為五氣，五氣之精為五辰。聖人正五事，修五行，調五氣，則五辰自然順軌。故曰：撫于五辰，亦猶五行之精凝於地，而為金銀鉛汞砂也。黃氏曰：五辰緯星。凡星皆出辰沒戌，故五星為五辰，十二舍經星亦為十二辰。歲星司肅典，致時雨。熒惑司哲典，致時燠。太白司乂典，致時暘。辰星司謀典，致時寒。填星司聖典，致時風。經星有常不變，緯星有伏有息，有進有退，與日相終始，變則不可準，難齊，惟聖人能安之，而以日星為紀，日成月要歲會由是而出，故庶績凝焉。葉氏曰：五行散之，在陰以配日者，謂之辰，別之居方以會日月者，亦謂之辰，其實一也。王氏《運氣論》曰：五運六氣之說，不見於儒者之六經，而見於醫家之《素問》。夫《素問》乃先秦古書，雖未必皆黃帝、岐伯之言，然秦火以前，春秋戰國之際，有如和緩，秦越人輩，雖甚精於醫，其察天地陰陽五行之用，未能若是精密也。且夫寒暑燥濕風火者，天之陰陽。三陰三陽上奉之木火土金水五者，地之陰陽生長化收藏，下應之而五運行於其間，即五行之化氣也。天數中於五戊居之，地數中於六巳居之，戊巳土也。化氣必以五六，故甲己化土而居於其首，土生金故乙庚次之，金生水故丙辛次之，水生木故丁壬次之，木生火故戊巳次之，此化氣之序也。地之三陰三陽亦五行爾，而火獨有二，五行之妙理也。蓋木王於東，火王於南，金王於西，水王於北，而土王於四維。戊附於戌，而在乾。巳附於辰，而在巽。而未之對衝在丑，故辰戌丑未寄王之位也。未在西南，其卦為坤，其時為長夏，以其處四時之中。呂氏《月令》謂之中央土，此土正王之位也。春木生火，秋金生水，冬水生木，而夏火制金生氣絕矣。惟土王於西南，然後以火生土，以土生金，四時之序，循環不窮，然火方王於午土，遽王於未，則火氣必耗。故君火以名其氣溫，而未熱。相火以位與太陰同處未申之間，奉君令以行暑氣，於是火不能耗於土，不屈於金，故丙盛則庚伏，此火所以獨分君相之位也。天氣始於甲，地氣始於子，子甲相合，命曰歲立，曰行四周而為二紀。天以六為節，故氣以六期而為一備。地以五為制，故運以五歲而一周，運統一歲於四時之表，氣分六位於一歲之中，風雨燥濕寒暑其應有候，其至有期，然用以占焉，往往不效，非《素問》之無驗用，其說者知常而不知變故也。凡物理有常必有變，雖天地之運動往來消息盈虛可以逆其必然者，常也。若其變則無所不至，可知而不可必也。嘗試即其常而言之，五太之運是為太過，其至先時五少之運是為不及，其至後時，惟平氣則不疾不徐，其至以時，其大署如此。火運上臨少陰，水運上臨太陽，木運上臨厥陰，金運上臨陽明，土運上臨太陰，謂之天符，木運臨卯，火運臨午，金運臨酉，水運臨子，土運臨四維，謂之歲會。五太與在泉氣同，謂之同天符。五少與在泉氣同，謂之同歲會。若是者，其氣和。土運上見少陽，金運上見厥陰，謂之運刑天，若是者，其氣垂，此皆運之常也。主氣各居一步，厥陰主初，少陰，少陽次之。太陰，陽明又次之。太陽主終，六位不遷，客氣與歲推移。子歲太陽之水為初，丑歲厥陰之木為初，迭相往來而少陽之為初，氣乃在太陰之後，半歲已前，司天

主之，半歲已後，在泉主之，其大畧如此。若其情則有相得與不相得，其位則有順有逆。相得者，木火相臨，火土相臨之類也。不相得者，金木相臨，水火相臨之類也。父臨子，則順木居少陽之位是已，反此則寒水居金位，斯逆矣。君臨臣則順，君火居少陽之位是已，反此則相火居君火之位，斯逆矣。此皆六氣之常也。及論其變則有正，有邪。於是有變，有勝，有復，有鬱，有發，有淫，有承。當時而行者，正也。非時而行者，邪也。當時而行，其過則為變。非時而行，其至則為勝。其救則為復，抑而不伸則為鬱，鬱而怒起，則為發。陵其所勝，則為淫。極而必反，則為承。假如太角之化為啟，拆而變為摧拉。太徵之化為暄，燠而變為炎烈。正化之為變者然也。少角木氣不足，清勝而熱復，少徵火氣不足，寒勝而雨復，邪化之正復然也。寒甚而無陽燄，是為火鬱，熱甚而無淒清，是為金鬱。抑而不伸者然也。水鬱而發，則為冰雹。土鬱而發，則為飄。驟鬱抑而怒起者然也。風淫所勝，則克太陰，熱淫所勝，則克陽明，陵其所勝者也。相火之下，水氣承之，濕土之下，風氣承之。極則有反者然也。然摧拉之變，不應普天。悉皆大風炎烈之變，不應薄海。悉皆燔灼清氣之勝，不應宇宙。無不明潔。雨氣之復，不應山澤，無不蒸潺鬱也。發也，淫也，承也，其理皆然，凡此者，其應非有候，其至非有期，是以可知，而不可必也。其應非有候，則有不時而應者矣。其至非有時，則有卒然而至者矣。是故千里之遠，其變相似者，有之。百里之近，其變不同者，亦有之。即其時，當其處，隨其變，而占焉，則吉凶可知。況《素問》所以论天地之氣化者，將以觀其變，而救民之疾也。夫大而天地，小而人之一身，五行之氣皆在焉。天地之氣，有常无變，則人亦和平，而无災。天地之氣，變而失常，則疾癘之所從出也。是故木氣勝，則肝以實病，脾以虛病。火氣勝，則心以實病，肺以虛病，此醫者所能致察。儒者不得其詳也。至於官天地，理陰陽，順五行，使冬無愆陽，夏無伏陰，春無淒風，秋無苦雨，和平之氣行於兩間。國無水旱之災，民無妖孽之病，此儒者所當致察，醫家未必能知也。《素問》亦畧言之矣。五行之精，是為五緯，與運氣相應，有歲星，有畏星，以此察其行之逆順，而占其吉凶，然必曰德者，福之過者，罰之則是運氣之和平而為休祥。有德者，召之也。運氣之垂庚而為災眚，有過者致之也。雖然，其説畧而未詳，吾儒之經則詳矣。《洪範》九疇始於五行中，於皇極終於五福六極，聖人建極於上，以順五行之用。是以天下之民，有五福而無六極。有五福皆可以康寧矣。無六極皆免於疾病，此其道。固有行乎運氣之外者，是謂大順。成周之時，嘗見之由庚之詩作，而陰陽得由其道。華黍之詩作，而四時不失其和。由儀之詩作，而萬物各得其宜，此建皇極順五行，使民有五福而無六極之驗也。是故《素問》方伎之書，而《洪範》則聖人經世之大法也。知有《素問》，不知有《洪範》，方伎之流也；知有《洪範》，不知有《素問》，儒者何病焉。

**《六經天文編・禮記・月令夏時》**　《正義》曰：案吕不韋集諸儒士著為《十二月紀》，合十餘萬言，名為《吕氏春秋》。篇首皆有《月令》，與此文同，是一證也。又周無太尉，唯秦官有太尉，而此《月令》云：乃命太尉，此是官名，不合周法，二證也。又秦以十月建亥為歲首，而《月令》云為來歲授朔日，即是九月為歲終，十月為授朔，此是時不合周法，三證也。又周有六冕，郊天迎氣則用大裘，乘玉輅，建大常日月之章，而《月令》服飾車旗，並依時色，此是事不合周法，四證也。然案秦始皇十二年，吕不韋死，十六年并天下，然後以十月為歲首，歲首用十月，時不韋已死十五年，而不韋不得以十月為正，不用秦正而用夏時者，以夏數得天正，故用之也。《周禮》雖以建子為正，其祭祀田獵亦用夏正也。《通典》曰：按《月令》本出於《管子》，即周時人也。至秦吕不韋編為《吕氏春秋》，漢戴聖又取集成《禮記》，證其根本，並周制。《大衍曆議》曰：《夏小正》雖頗疎簡失傳，乃羲和遺迹，何承天循大戴之説，復用夏時，更以正月甲子，夜半合朔，雨水為上元，進乖《夏曆》，退非周正，故近代推《月令》《小正》者，皆不與古合。《開元曆》推夏時立春日在營室之末，昏東井二度中。古曆以參右肩為距，方當南正，故《小正》曰：正月初昏，斗杓懸在下。魁枕參首，所以著參中也。季春，在昴十一度半，去參距星十八度，故曰：三月，參則伏。立夏，日在井四度，昏角中。南門右星入角距西五度，其左星入角距東六度，故曰：四月初昏，南門正，昴則見。五月節，日在輿鬼一度半，參去日道最遠，以渾儀度之，參體始見，其肩股猶在濁中。房星正中，故曰：五月，參則見，初昏，大火中。八月，參中則曙，失傳也。辰伏則參見，非中也。十月初昏，南門見，亦失傳也。定星方中，則南門伏，非昏見也。林氏曰：小戴氏之書，謂孔子於杞得夏時焉。鄭氏以為，夏后氏四時之書也。今小戴氏《月令》，則吕不韋所作也。其於季秋之月，合百縣為來歲受朔。蓋秦人以建亥為正故也。小戴知

夏時出於夫子，而近取秦人所作為何耶？世所傳大戴《禮》，而《夏小正》在焉。鄭氏注釋：《月令》引《夏小正》，蓋不一而足也。欲以夏后氏之遺書發揮後來者耳，是《夏小正》之書所為。近古不可誣也。今其書具存，其於春正月，則魚陟負冰，農緯厥耒。二月，則有鳴倉庚。三月，則田鼠化為鴽。此於《月令》句讀或小有不合者，如所謂昴則見初昏，參則見浮游。又有所謂俊風寒日，穫黍蓄蘭，剝鱓鳴札，此其戛戛乎，為三代遺篇也。

**《六经天文篇・禮記・八風》**　《正義》曰：服虔以為八卦之風。乾音石，其風不周。坎音革，其風廣莫。艮音匏，其風融。條風一名融。震音竹，其風明庶。巽音木，其風清明。離音絲，其風景。坤音土，其風涼。兌音金，其風閶闔。

沈氏曰：案《樂緯》云：坎主冬至，樂用管。艮主立春，樂用塤。震主春分，樂用鼓。巽主立夏，樂用笙。離主夏至，樂用絃。坤主立秋，樂用磬。兌主秋分，樂用鐘。乾主立冬，樂用祝敔。此八方之音，既有二說，未知孰是。

陳氏曰：主朔易者，坎也。故其音革，其風廣莫。為果蓏者，艮也。故其音匏，其風融。震為竹，故其音竹，其風明庶。巽為木，故其音木，其風清明。兌為金，故其音金，其風閶闔。乾為玉，故其音石，其風不周。瓦，土器也。故坤音瓦，而風涼。蠶，火精也。故離音絲，其風景。

**《六經天文編・禮記・氣候》**　《素問》曰：五日謂之候，三候謂之氣。六氣謂之時，四時謂之歲。《正義》曰：漢時以驚蟄為正月中，《夏小正》正月啟蟄。雨水為二月節。漢末以雨水為正月中，驚蟄為二月節。是劉歆作《三統曆》時改之也。《三統曆》二月節，穀雨清明中，按《通卦驗》及今曆，唯以清明為三月節，穀雨為三月中，餘皆同。漢上朱氏曰：二十四氣，七十二候，見於周公之時訓。吕不韋取以為《月令》焉。其上則見於《夏小正》。《夏小正》者，夏后氏之書，孔子得之於杞者也。夏建寅，故其書始於正月，周建子而授民時，巡狩烝享皆用《夏正》，故其書始於立春。《夏小正》具十二月，而無中氣，有候應，而無日數。至於時訓，乃五日為候，三候為氣，六十日為節。二書詳畧雖異，其大要則同。豈時訓因《小正》而加詳歟。左氏《傳》曰：先王之正時也，履端於始，舉正於中，歸餘於終，中謂中氣也。漢詔曰：昔者，黃帝合而不死，名察發斂，定清濁起五部，建氣物分數，氣謂二十四氣也，則中氣其來尚矣。仲尼贊《易》時，已有時訓觀七月一篇，則有取於時訓可知。《易・通卦驗》，易家傳先師之言，所記氣候比之時訓晚者，二十有四，早者三，當以時訓為定，故子雲太玄二十四關子。明論七十二候，皆以時訓。《太衍曆議》曰：七十二候，原於周公，時訓月令，雖頗有增益，然先後之次則同。自後魏始載于曆，乃依《易軌》所傳，不合經義，今改從古。《春秋正義》曰：《夏小正》曰正月啓蟄，其傳曰：言始發蟄也。故漢氏之始，以啓蟄為正月中，雨水為二月節，及太初以後，更改氣名以雨水為正月中，驚蟄為二月節，以迄於今，踵而不改。吕氏曰：《月令》本於《吕氏春秋》，《吕氏》本於《夏小正》，而《小正》之文乃曰：魚陟負冰，《淮南・時則訓》亦曰魚上負冰，上猶陟也。小戴去一負字，於文為闕。《夏小正》正月雁北向。《吕氏春秋》《淮南・時則訓》皆曰孟春之月候鴈北，蓋鴈以北方為居，自北而南，則謂之來，自南而北則謂之北。正月非來南之時也。其誤可見。當從《小正》《吕覽》《淮南》作鴻雁北為允。

**《六經天文編・天道・冬夏風雨》**　蔡氏曰：好風者，箕星。好雨者，畢星。漢《志》言：軫星亦好雨。意者，星宿皆有所好也。日有中道，月有九行。中道者，黃道也。北至東井，去極近；南至牽牛，去極遠；東至角西至婁，去極中是也。九行者，黑道二出，黃道北赤道二出，黃道南白道二出，黃道西青道二出，黃道東並黃道為九行也。日極南至于牽牛，則為冬至。極北至于東井，則為夏至。南北中東至角西至婁，則為春。秋分月立春，春分從青道立秋，秋分從白道立冬，冬至從黑道立夏，夏至從赤道。所謂日月之行，則有冬有夏也。月行東北，入于箕，則多風；月行西南，入于畢，則多雨。所謂月之從星，則以風雨也。夏氏曰：日月之行，則有冬有夏。蓋夏則陽用事，日當進而北，晝則進而長，陽勝則為溫暑。冬則陰用事，日當退而南，晝則退而短，陰勝則為風寒。此皆，行必循軌故，所以有冬夏也。月之從星則以風雨者，月行立春東從青道，立秋西從白道，立冬北從黑道，立夏南從赤道。箕東北宿畢，西南宿月。若失道妄行，東入箕，則旱風；西入畢，則陰雨。此月從星，則以風雨也。

**《六經天文編・禮記・六氣》**　葉氏曰：醫和以陰陽、風雨、晦明為天之六氣。《素問》以寒、暑、燥、濕、風、火為陰陽之六氣。與《洪範》小異。陰之氣為寒，陽之氣為燠。明之氣為暘，暑之氣為燠。燥之氣為暘，濕之氣

為雨。要不逃乎五行，則亦《洪範》而已。吕氏曰：五六天地之數，《素問》書亦不出五六兩字，如六元、六氣之類，皆是。雖所用處有不同，而五六之數則一。蓋陰陽互相交也。天之數，是五，而今卻是六。地之數六，而今却是五。正是天氣下降，地氣上騰。

**《六經天文編・周禮・十二風》** 易氏曰：三代不推曆，而曆未嘗不正。以曆起於律而每月足以候其氣也。昔黄帝得嶰谷之管，而神瞽為之制十二律。以此候十二月之氣，無非天地之中，氣以此調十二月之聲，無非天地之和聲。是謂十有二風之占，何謂十有二風？艮為條風，從大吕太蔟之律。震為明庶，風從圜鐘之律。巽為清明，風從姑洗中吕之律。離為景風，從蕤賓之律。坤為涼風，從函鐘夷則之律。兌為閶闔，風從南吕之律。乾為不周，風從無身應鐘之律。坎為廣莫，風從黄鐘之律。傳所謂八風從律是已，然特八風而已，每風行於兩月之間，各得四十五日，有奇如八卦之分直，四時亦然。以十二月言之，亦曰十有二風，其法於緹室之中，因逐月律管以為入。地之淺深，月氣至則葭灰飛，此所以察天地之和。然左氏載師曠歌北風，又歌南風，而知晉楚之勝負，妖祥之應可決於此，即治歷之道。

王氏曰：十有二風，風之生於十二辰之位者也。蓋天地之氣合以生風。八風本乎八卦。四維之風兼於其月。故艮為條風，而立春亦曰條風。巽為清明風，而立夏亦曰清明風。坤為涼風，而立秋亦曰涼風。乾為不周風，而立冬亦曰不周風。故八風變而言之，又謂十二風。

**《六經天文編・周禮・星辰》** 《疏》云五緯即五星，言緯者二十八宿，隨天左轉為經，五星右旋為緯。《星備》云五星初起牽牛，此云星明是五緯。又《星備》云歲星一日行十二分度之一，十二歲而周天。熒惑日行三十三分度之一，三十三歲而周天。鎮星日行二十八分度之一，二十八歲而周天。太白日行八分度之一，八歲而周天。辰星日行一度，一歲而周天。是五緯所行度數之事。二十八星面有七，不當日月之會，直謂之星。若日月所會，則謂之宿，謂之辰，謂之次，亦謂之房。故《書》云：辰弗集于房。朱氏曰：緯星陰中之陽，經星陽中之陰。

**《六經天文編・周禮・圭景》** 鄭司農曰：測土深，謂南北東西之深也。日南謂立表處大南，近日也。日北謂立表處大北，遠日也。景夕謂日跌景，乃中立表處，大東近日也。景朝謂日未中而景中，立表處大西，遠日也。土圭之長，尺有五寸，以夏至之日立八尺之表，其景適與土圭等，謂之地中。今潁川陽城地為然。康成曰：晝漏半，而置土圭，表陰陽，審其南北景短於土圭，謂之日南，是地於日為近南也。景長於土圭，謂之日北，是地於日為近北也。東於土圭，謂之日東，是地於日為近東也。西於土圭謂之日西，是地於日為近西也。如是則寒暑陰風偏而不和，是未得其所求。凡日景於地千里而差一寸，景尺有五寸者，南戴日下，萬五千里地，與星辰四遊升降於三萬里之中，是以半之得地之中也。畿方千里取象於日一寸，為止。《疏》曰馮相氏云：冬夏致日，春秋致月，皆以土圭度之。是以《冬官・考工記》云：土圭尺有五寸，以致日三光。《考靈耀》云四遊升降於三萬里中，下云日至之景，尺有五寸，謂之地中，則是半三萬里，而萬五千里與土圭等，是千里差一寸，算法亦然。言此者，欲見經日南日北之等，皆去中表千里為術，景長景短，皆差一寸。《通卦驗》云冬日至樹，八尺之表，日中視其晷，是以知用八尺表，而以晝漏半度景也。景一寸差千里，故於地中尺五寸，景去南戴日下萬五千里，《考靈耀》言四游升降者，春分之時，地與星辰復本位，至夏至之日，地與星辰東南游，萬五千里下降亦然，至秋分還復正。至冬至地與星辰西北游亦萬五千里，上升亦然。至春分還復正，進退不過三萬里，故云地與星辰四游升降於三萬里之中，是以半之得地之中也。《元命包》云：日圓望之廣尺以應千里。故鄭注《王制》云象日月之大也。《考靈耀》曰從上臨下八萬里，天以圓覆，地以方載。《河圖括地象》曰：天不足西北，地不足東南。西北為天門，東南為地戶。天門無上，地戶無下。又云：極廣長，南北二億三萬一千五百里，東西二億三萬三千里。又云：天左動起於牽牛，地右動起於畢廣。《雅》云：天圜南北二億三万二千五百里七十五步，東西短減四步，周六億十萬七百里二十五步。從地至天，億一萬六千七百八十七里半。下度地之厚，與天高等。《天度》云東方七宿七十五度，南方七宿百一十二度。西方七宿八十度，北方七宿九十八度。四分宿之一四方三百六十五度，四分度之一度二千九百三十二里。二十八宿間相距積百七萬九百一十三里，徑三十五萬六千九百七十里。易氏曰：鄭氏之説，本於《考靈耀》，謂土圭之法，以一分當百里，以一寸當千里。日景於地，凡千里而差一寸，故於潁川陽城之地，置一表為中表，又於中表之四面各去千里，而置四表，晝漏半，則各參以土圭之景。以驗南北東西。其景皆有一寸之差，其説果可從

乎？殊不知大司徒所謂日南、日北、日東、日西者，特四時測景之灋。如夏至日在南陸，躔於東井，景長尺有五寸，故曰日南則景短，多暑。冬至日在北陸，躔於牽牛，景長丈有三尺，故曰日北則景長，多寒。秋分日在東陸，躔於角，其景常候以夕，故曰日東則景夕，多風。春分日在西陸，躔於婁，其景常候以朝，故曰日西則景朝，多陰。四時之間，春秋不可致日，故日景不言尺寸之度。冬至日景雖言尺寸之度，而實過於土圭之制，惟夏至之日，景長尺有五寸，正與土圭等，所以求地中。昔堯之敬授人時，皆以中星驗日景，而獨於仲夏言敬致，致即致日也。致日於尺，有五寸之景，此即求中之法。地中既正，是以因其日之東南西北而知天地於此乎。合因其景之長短，朝夕而知四時於此乎？交多風多陰得其序，而知風雨於此乎？會多寒多暑得其序，而知陰陽於此乎？和以至百物阜安，又造化沖和之氣，其應然也。匠人建國，主王國而言也。大司徒之建國，以土圭之灋測土深，以正日景日至之景。尺有五寸，謂之地中，此則贊大司徒求地中，而已。水地以縣置槷，以縣者，此二縣字有先後之序。先於造城之處，以水平地於四旁，立四柱以繩縣之，其繩附柱不偏，量其四旁，適均則其地平矣。方於中立八尺之表，表即槷也。復以繩縣之，其繩附柱不偏而後眡表之景，又於四旁之地為規圜之勢，畫以識之，日出於東，其景在西，則識其出景之端。日入於西，其景在東，則識其入景之端。景之兩端既定，中屈其所，量之繩而兩者相合，則地中可驗，又慮其所規之不正也。復以出入之景，與日中之景三者相參，故曰參。又慮其所參之，或偏也，復以日中之景與極星之度，兩者相攷，故曰考。且極星之度，何與於日中之景，凡以驗日景之中而已。蓋夏至日在南陸，躔於東井，去極六十六度有奇，而其景尺有五寸。冬至日在北陸，躔於牽牛，去極一百一十六度有奇，而其景丈有三尺。春分日在西陸，躔於婁。秋分日在東陸，躔於角，去極九十一度有奇，而其景均焉。觀日躔去極之遠近，以驗四時，攷四時日景之短長，以求地中，則東西可正，故日以正朝，夕東西既正，然後度日景，兩交之間，屈其繩之半，以指槷而求合乎規圜之勢，則南北亦正矣。王氏曰：以日景正其朝，則地之中得矣。以極星正其夕，則天之中得矣。《書》曰自服于土中，又曰其自時配皇天則洛邑。非特地之中，亦天之中矣。《大衍曆議》曰：宋元嘉中，南征林邑，五月立表望之，日在表北交州，影在表南三寸，林邑九寸一分，交州去洛水陸之路九千里，蓋山川回折使之然。以表考其弦，當五千乎。開元十二年，測交州。夏至在表南三寸三分，與元嘉所測畧同。使者大相元太言：交州望極，纔高二十餘度。八月海中望老人星下列星粲然明大者，甚衆。古所未識，乃渾天家以為常，沒地中者也。大率去南極二十度已上之星，則見太史監南宮説擇河南平地，設水準繩墨植表而以引度之，自滑臺始白馬，夏至之晷尺五寸七分，又南百九十八里百七十九步，得浚儀岳臺，晷尺五寸三分，又南百六十七里二百八十一步，得扶溝晷尺四寸四分，又南百六十里百一十步，至上蔡武津晷尺三寸六分半，大率五百二十六里二百七十步，晷差二寸餘，而舊説王畿千里影差一寸，妄矣。吳王蕃考先儒所傳以戴日下，萬五千里為句，股斜射陽城，考周徑之率，以揆天度，當千四百六里二十四步有餘。今測日晷距陽城五千里，已在戴日之南，則一度之廣皆三分減二，南北極相去八萬里，其徑五萬里，宇宙之廣，豈若是乎？然則蕃之術，以蠡測海者也。《隋・天文志》曰：先儒皆云夏至立八尺表於陽城，其影與土圭等，案《尚書》、《考靈耀》，稱日永景尺五寸，日短景尺三寸。《易・通卦驗》曰夏至景一尺四寸八分，冬至一丈三尺。《周髀》云成周土中夏至景一尺六寸，冬至景一丈三尺五寸。劉向《鴻範傳》曰：夏至景長一尺五寸八分，冬至一丈三尺一寸四分。春秋二分景七尺三寸六分，後漢四分曆、魏景初曆、宋元嘉曆、大明祖沖之歷，皆與《考靈耀》同，漢魏及宋所都皆別四家。曆法候景則齊，且緯候所陳，恐難依據劉向二分之景，直以率推，非因表候定其長短，《考靈耀》、《周髀》、張衡《靈憲》及鄭玄注《周官》並云日影於地千里而差一寸。宋元嘉十九年壬午，使使往交州測影，夏至之日，影出表南三寸二分，何承天遙取陽城，云夏至一尺五寸，計陽城去交州路當萬里，而景實差一尺八寸二分，是六百里而差一寸也。又梁大同中二至所測，以八尺表率取之夏至，當一尺一寸七分，疆後信都芳注《周髀四術》稱永平元年戊子，當梁天監之七年，見洛陽測影，又見公孫崇集諸朝士共觀秘書影。同是夏至日，其中影皆長一尺五寸八分，以此推之，金陵去洛，南北略當千里而影差四寸，則二百五十里而影差一寸也。王朴曰：古者植圭於陽城，以其近洛也。蓋尚慊其中乃在洛之東偏。開元十二年，遣使天下候影，南距林邑，北距橫野，中得浚儀之岳臺，應南北弦居地之中。

**《六經天文編・禮記・天地日月星辰》**　《月令正義》曰：老子云：道生一者，一則混元之氣，與太初太始太素同，又與《易》之太極，《禮》之

太一，其義不殊，皆為氣形之始也。一生二者，謂混元之氣分為二，二則天地也。與《易》之兩儀，又與《禮》之大一，分而為天地同也。二生三者，謂參之以人為三才也。三生萬物者，謂天地人既定，萬物備生，其間分為天地說，有多家狀貌之殊。凡有六等。一曰：蓋天。文見《周髀》，如蓋在上。二曰：渾天。形如彈丸，地在其中，天包其外，猶如雞卵白之繞黃。揚雄、桓譚、張衡、蔡邕、陸績、王肅、鄭玄之徒，並所依用。三曰：宣夜。舊說云，殷代之制，其形體事義，無所出以言之。四曰：昕天。昕讀為軒，言天北高南下，若車之軒，是吳時姚信所說。五曰：穹天。云穹隆在上，虞氏所說不知其名也。六曰：安天。是晉時虞喜所論，注《考靈耀》用渾天之法。案鄭注《考靈耀》云天者，純陽清明無形，聖人則之，制璿璣玉衡以度其象，如鄭此言，則天是太虛，本無形體，但指諸星運轉，以為天耳。但諸星之轉，從東而西，必三百六十五日四分日之一，星復舊處，星既左轉，日則右行，亦三百六十五日四分。日之一至舊星之處，即以一日之行而為一度，計二十八宿一周天。凡三百六十五度四分度之一，是天之一周之數也。天如彈丸，圍圜三百六十五度四分度之一。案《考靈耀》云一度二千九百三十二里千四百六十一分里之三百四十八，周天百七萬一千里者，是天圓周之里數也。以圍三徑一言之，則直徑三十五萬七千里，此為二十八宿周迴直徑之數也。然二十八宿之外，上下東西各有萬五千里。是為四遊之極，謂之四表，據四表之內，并星宿內總有三十八萬七千里。然則天之中央，上下正半之處，則一十九萬三千五百里。地在於中，是地去天之數也。鄭注《考靈耀》云地蓋厚三萬里，春分之時，地正當中，自此地漸漸而下，至夏至之時，地下遊萬五千里，地之上畔與天中平。夏至之後地漸漸向上，至秋分地正當天之中央，自此地漸漸而上。至冬至上遊萬五千里，地之下畔與天中平。自冬至後地漸漸而下，此是地之升降於三萬里之中。但渾天之體雖繞於地，地則中央正平，天則北高南下。北極高於地三十六度南極下於地三十六度然則北極之下三十六度，常見不沒，南極之上三十六度，常沒不見。南極去北極一百二十一度餘，若逐曲計之，則一百八十一度餘，若以南北中半言之，謂之赤道去南極九十一度餘，去北極亦九十一度餘，此是春秋分之日道也。赤道之北二十四度為夏至之日，道去北極六十七度也。赤道之南二十四度為冬至之日，道去南極亦六十七度。地有升降，星辰有四遊。又鄭注《考靈耀》云：天旁行四表之中，冬南夏北，春西秋東，皆薄四表而止，地亦升降於天之中。冬至而下，夏至而上。二至上下，蓋極地厚也。地與星辰俱有四遊升降。四遊者，自立春地與星辰西遊。春分西遊之極，地雖西極，升降正中，從此漸漸而東。至春末復正，自立夏之後北遊。夏至北遊之極，地則升降極下，至夏季復正。立秋之後，東遊秋分。東遊之極地，則升降正中，至秋季復正，立冬之後南遊。冬至南遊之，極地則升降極上，冬季復正。此是地及星辰四遊之義也。星辰亦隨地升降，故鄭注《考靈耀》云：夏日道上與四表平，下去東井十二度為三萬里，則是夏至之日，上極萬五千里星辰，下極萬五千里，故夏至之日下至東井三萬里也。日有九道，故《考靈耀》云：萬世不失九道謀。鄭注引《河圖帝覽嬉》云：黃道一，青道二出黃道東，赤道二出黃道南，白道二出黃道西，黑道二出黃道北，日春東從青道，夏南從赤道，秋西從白道，冬北從黑道。立春，星辰西遊，日則東遊。春分，星辰西遊之極，日東遊之極，日與星辰相去三萬里。夏則星辰北遊，日則南遊。夏至星辰北遊之極，日南遊之極，日與星辰相去三萬里。以此推之，秋冬放此可知。計夏至之日，日在井星，正當嵩高之上，以其南遊之極，故在嵩高之南萬五千里，所以夏至有尺五寸之景也。於時日又上極，星辰下極。故日下去東井三萬里也。然鄭四遊之極元，出《周髀》之文，但日與星辰四遊相反。春分日在婁，則婁星極西，日體在婁星之東，去婁三萬里，以度言之，十二度也。則日沒之時，去昏中之星，近校十度。旦時日極於東，去旦中之星，遠校十度。若秋分日在角，則角星極東，日體在角星之西，去角三萬里。則日沒之時，去昏中之星，遠校十度，旦時日極於西，去旦中之星，近校十度，此皆歷乖違，於數不合。但二十八宿從東而左行，日從西而右行一度，逆沿二十八宿，按《漢書・律曆志》云：冬至之時，日在牽牛初度，春分之時，日在婁四度。夏至之時，日在東井三十一度。秋分之時，日在角十度。若日在東井，則（晝）極長，八尺之表，尺五寸之景。若春分在婁，秋分在角，晝夜等，八尺之表，七尺五寸之景。冬至日在斗，則晝極短，八尺之表，一丈三尺之景，一丈三尺之中，去其一尺五寸，則餘有一丈一尺五寸之景，是冬夏往來之景也。凡於地千里，而差一寸，則夏至去冬至，體漸南漸下，相去二十萬五千里。又《考靈耀》云：正月假上八萬里，假下一十萬四千里。所以有假上假下者。鄭注《考靈耀》之意，以天去地十九萬三千五百里。正月雨水之時，日在上，假於天八萬里。下至

地一十一萬三千五百里。夏至之時，日上極與天表平也。後日漸向下，故鄭注《考靈耀》之意，以天去地十九萬三千五百里，正月雨水之時，日在上，假於天八萬里，下至地一十一萬三千五百里。夏至之時，日上極與天表平也。後日漸向下，故鄭注《考靈耀》云：夏至日與表平，冬至之時，日下至於地八萬里，上至於天十一萬三千五百里也。委曲俱（具）〔見〕。《考靈耀注》凡二十八宿及諸星，皆循天左行，一日一夜一周天，一周天之外更行一度，計一年三百六十五周天四分度之一。日月五星則右行，日一日一度，月一日一十三度十九分度之七，此相通之數也。今曆象之說，則月一日至於四日，行最疾。日行十四度餘。自五日至八日，行次疾，日行十三度餘。自九日至十九日，行則遲，日行十二度餘。自二十日至二十三日，又小疾，日行十三度餘。自二十四日至於晦，行又最疾，日行一十四度餘。此是月行之大率也。二十七日月行一周天，至二十九日強半，月及於日，與日相會，乃為一月。故《考靈耀》云：九百四十分為一日。（一）〔二〕十九日與四百九十九分為月。是一月二十九日之外，至第三十日分至四百九十九分。月及於日，計九百四十分，則四百七十為半。今四百九十九分，是過半二十九分也。月是陰精，日為陽精。故《周髀》云：日猶火，月猶水，火則外光，水則含景。故月光生於日所照，魄生於日所蔽，當日則光盈，就日則明盡。京房云：月與星辰，陰者也，有形無光，日照之，乃有光。先師以為日似彈丸，月似鏡體，或以為月亦似彈丸，日照處則明，不照處則闇。劉熙《釋名》云：日，實也，大明盛實。月，闕也，滿則缺也。《說題辭》云：星精陽之榮也，陽精為日，日分為星，故其字日下生也。天高地下，日盈月闕，眾星度少，井斗度多，日月右行，星辰左轉，四遊升降之差，二儀運動之法，非由人事所作，皆是造化自然。邵子曰：天圓而地方，天南高而北下，是以望之如倚。蓋然地東南下，西北高，是以東南多水，西北多山，天覆地，地載天，天地相函，故天下有地，地上有天。月者，日之影也。月體本黑，受日之光而白。方氏曰：日者，循星以進退者也。月者，應日以死生者也。星者，日所舍辰者，星所次以其得陽之精，故謂之星，以其所次有時，故謂之辰也。日月星辰，即《堯典》所言曆象，《洪範》所言五紀是矣。宿言宿之於此，離言離之於彼。劉氏曰：陰氣合陽於天，上則為日星，是以其光下垂焉。陽氣合陰於地，下則為山川，是以其竅上通焉。山川者，五行之本也。故天之氣，出入於地中，則升為四時。地之氣，凝結於天上，則降為五行。真氏曰：日星麗乎天陽之為也，山川麗乎地陰之為也，秉者，主持之謂。陽主精氣，故為日星之光。日，太陽也。星，少陽也。陰主形質，故為山川之竅。播者，布也。謂陰陽二氣分為五行，而布為四時也。和猶合也，謂陰陽和合，而月始生也。月，太陰也。本有質而無光，其盈虧也。以受日光之多少。月之朔也，始與日合，越三日而明，生八日而上弦其光半，十五日而望其光滿。此謂三五而盈也。既望而漸虧，二十二日，而下弦其虧。半三十日而晦其光，盡此所謂三五而闕也。方其晦也，是為純陰，故魄存而光泯。至日月合朔，而明復生焉。和而月生，蓋取此義。朱氏曰：天包乎地，地特天中之一物耳，湯谷蒙汜，固無其所。然日月出水，乃昇於天，及其西下又入于水。故其出入似有處所，而所行里數，歷家以為周天，赤道一百七萬四千里，日一晝夜而一周。春秋二分，晝夜各行其半，而夏長冬短，一進一退，又各以其什之一焉。日以其光加於月魄，而為之明，如人登車而載於其上也。故曰月未望則載魄於西，既望則終魄于東，其遡於日乎，言月之方生，則以日之光，加被於魄之西，而漸滿其東，以至於望而後圓，及既望矣，則以日之光終守其魄之東，而漸虧其西，以至於晦而後盡。蓋月遡日，以為明未望，則日在其右。既望，則日在其左。故各向其所在而受光，如民向君之化而成俗也。說揚子者，皆以載為哉，固失其指，而李軌解魄為光，尤為乖謬，至宋貫之、司馬公，始覺其非然，遂欲改魄為朏，則亦未深考此載字之義，而失之愈遠矣。唯近歲王伯照以為，未望則魄為明，所載似得其理，既而又曰：既望則明，為魄所終，則是下句當曰終明，而不當為終魄矣。星亦受日之光，凡天地之光皆日也。陸氏曰：地載萬物天垂象，則昭布在上，皆地之精神也。

**《女科百問・第六十二問》**　時氣溫病皆能損胎？答曰：《陰陽大論》云：春氣溫和，夏氣暑熱，秋氣清凉，冬氣凜冽，此則四時正氣之序也。冬時嚴寒，萬類深藏，君子固密，則不傷於寒。若傷於寒者，凡名傷寒耳。其一歲之中，長幼之病多相似者，故名時行之氣也。其傷於四時之氣，皆能為病。以傷寒為毒者，以其最盛殺厲之氣，中而即病者，名曰傷寒。不即病，寒毒藏於肌膚，至春變而為溫病，至夏變而為暑病。暑病者，熱極重於溫也。詳此三證，皆因寒氣而受邪，寒極生熱，熱氣熏煮其胎，故損也。

**《養老奉親書・四時養老通用備疾藥法》**　《四氣調神論》曰：陰陽

四時者，萬物之終始，死生之本也。逆之則灾害生，從之則苛疾不起，是謂得道。春温以生之，夏熱以長之，秋凉以收之，冬寒以藏之，若氣反於時，則爲疾癘，此天之常道也，順之則生，逆之則病。《經》曰：觀天之道，執天之行，盡矣。人若能執天道生殺之理，法四時運用而行，自然疾病不生，長年可保。

**《素問病機氣宜保命集》** 掉，搖也。眩，昏亂旋運也。風主動故也。所謂風氣甚，而頭目眩運者，由風木旺，必是金衰不能制木，而木復生火，風火皆屬陽，多為兼化，陽主乎動，兩動相搏，則為之旋轉。故火本動也，焰得風則自然旋轉。如春分至小滿，為二之氣，乃君火之位，自大寒至春分七十三日，為初之氣，乃風木之位，故春分之後，風火相搏，則多起飄風，俗謂之旋風是也，四時多有之。由五運六氣千變萬化，沖蕩擊搏，推之無窮，安得失時而便謂之無也。但有微甚而已。人或乘車躍馬，登舟環舞而眩運者，其動不正，而左右紆曲，故《經》曰：曲直動搖，風之用也。

人近火氣者，微熱則癢，熱甚則痛，附近則灼而為瘡，皆火之用也。或癢痛如針輕刺者，猶飛迸火星灼之然出。癢者，美疾也。故火旺於夏，而萬物蕃鮮榮美也。炙之以火，潰之以湯，而癢轉甚者，徵熱之所使也；因而癢去者，熱令皮膚縱緩，腠理開通，陽氣得泄，熱散而去故也。或夏熱皮膚癢，而以冷水沃之不去者，寒能收斂，腠理閉密，陽氣鬱結，不能散越，怫熱内作故也。癢得爬而解者，爬為火化，微則亦能令癢；甚則癢去者，爬令皮膚辛辣，而屬金化；辛能散，故金化見則火力分而解矣。或雲痛為實，癢為虛者，非謂虛為寒也，正謂熱之微甚也。或疑瘡瘍皆屬火熱。而反腐爛出膿水者，何也？猶骨肉果菜，至於熱極，則腐爛而潰為污水也。潰而腐爛者，水之化也。所謂五行之理，過極則勝己者反來制之，故火熱過極，則反兼于水化。又如鹽能固物，令不腐爛者，鹹寒水化，制其火熱，使不過極，故得久固也。萬物皆然。

鼽者，鼻出清涕也。夫五行之理，微則當其本化，甚則兼有鬼賊。故《經》曰：亢則害，承乃制也。《易》曰：燥萬物者，莫乎火。以火煉金，熱極而反化為水，及身熱極，則反汗出也；水體柔順，而寒極則反冰如地也。土主濕陰雲雨而安靜，土濕過極，則反為驟注。

烈風，雨淫潰也。木主温和而生榮，風大則反涼而毀折也。金主清涼，秋涼極而萬物反燥也。皆所謂過極則反兼鬼賊之化，制其甚也。由是肝熱甚則出泣，心熱甚則出汗，脾熱甚則出涎，肺熱甚則出涕，腎熱甚則出唾也。或云：冬，陽在内而陰在外，地上寒而地中暖，夏則反此者，乃真理也。假令冬至為地陰極，而生陽上升，至夏則陽在上而陰在地中者，當地上熱而地中寒可也。奈何夏至為天陽極，而生陰下降，至冬則入地反暖，地上反寒歟！所謂四時天氣者，皆隨運氣之興衰也。然歲中五運之氣者，風、暑、燥、濕、寒各主七十三日五刻，合為期歲也。歲中六部之主位者，自大寒至春分屬木，故温和而多風也；春分至小滿屬君火，故暄暖也；小滿至大暑屬相火，故炎熱也；大暑至秋分屬土，故多濕陰雲雨也；秋分至小雪屬金，故凉而物燥也；小雪至大寒屬水，故寒冷也。然則豈由陰陽升降於地之内外乎？

或問曰：人冬陽在内而熱，夏陰在内而寒者，何也？答曰：俗已誤之久矣！夫一身之氣，皆隨四時五運六氣興衰，而無相反矣。適其脈候，明可知也。如夏月心火生而熱，則其脈滑數洪大而長，煩熱多渴，豈為寒也？餘候皆然。夫六氣變亂而為病者，乃相兼而同為病。風熱燥同，多兼化也。寒濕性同，多兼化也。性異而兼化者有之，亦已鮮矣。或制甚而兼化者，乃虛象也。如火熱甚而水化制之，反為戰慄者，大抵熱甚，而非有寒氣之類也。故渴為熱在裏，而寒戰反渴引飲也。又如以火煉金，熱極而反化為水。雖化為水，止為熱極而為金汁，實非寒水也。

**《三元延壽參贊書・天時避忌》** 《内經》云：陽出則出，陽入則入，無擾筋骨，無見霧露。違此三時，形乃困薄。

《經》云：大寒、大热、大风、大霧，勿冒之。天之邪气，感則害人五臟。水穀寒热，感則害人六腑。地之濕氣，感則害人皮肉筋脉。

書云：犯大寒而寒至骨髓，主腦逆，頭痛，齒亦痛。

又云：不遠熱而熱至，則頭痛身熱，肉痛生矣。

真人曰：在家在外，忽逢大風、暴雨、震雷、昏霧，皆是諸龍鬼神經過，宜入室燒香靜坐以避之，過後方出，吉，不爾殺人。

《書忌》云：朔不可哭，晦不可歌，招凶。

**《三元延壽參贊書・旦暮避忌》** 書云：早出，含熯生薑少許，辟瘴開胃。又旦起，空腹不宜見尸，臭氣入鼻，舌上白起，口臭。欲見，宜飲少酒。

真人曰：平明欲起時，下床先左腳，一日無災咎，去邪兼辟惡。如能七星步，令人長壽樂。

又清旦常言善事，聞惡事則向所來方，三唾之，吉。

又旦勿嗔恚，暮無大醉，勿遠行。

《經》曰：平旦人氣生，日中陽氣隆，日西陽氣已虛，氣門乃閉。是故暮而收（拒）〔聚〕，無擾筋骨，無見霧露。違此三時，形乃困薄。

書云：夜行，用手掠髮，則精邪不敢近。常咬齒，殺鬼邪。又夜臥，二足伸屈不並，無夢泄。

真人云：夜夢惡，不須說。旦以水面東噀之，咒曰：惡夢着草木，好夢成珠玉，吉。

有教人廣者曰：朝不可虛，暮不可實。

**《三元延壽參贊書・四時調攝》**《內經》曰：春三月，此謂發陳，夜臥早起，生而勿殺。逆之則傷肝，夏為寒變，奉長者少。

又曰：春傷於風，夏必飧泄。

書云：春夏之交，陰雨卑濕，或引飲過多，令患風濕，自汗，體重，轉側難，小便不利。

《內經》曰：夏三月，此謂蕃秀。夜臥早起，使志無怒，使氣得泄。逆之，則傷心，秋為痎瘧，奉收者少。

陶隱居云：四時惟夏難將息，伏陰在內腹冷滑，補腎湯劑不可無，食物稍冷休哺啜。

書云：夏冰止可隱映飲食，不可打碎食之。入腹，冷熱相搏成疾。

書云：夏至以後迄秋分，須慎肥膩餅霍油酥之屬，此物與酒漿瓜菓極理相妨。所以多疾者，為此也。

陶隱居云：冷枕涼床心勿喜。

書云：夏不用露臥，令皮膚厚成癬，或作面風。

書云：夏傷暑，秋痎瘧。忽大寒，勿受之，患時病由此。

書云：暑月，日曬處有石不可便坐。熱生瘡，冷成疝。

書云：盛熱帶汗當風，不宜過自日中來，勿用冷水沃面，成目疾。伏熱者，未得飲水，及以冷物迫之，殺人。

書云：五六月，澤中停水，多有魚鱉精，飲之成瘕。

《內經》曰：秋三月，此謂容平，早臥早起，使志安寧。逆之則傷肺，冬為飧泄，奉藏者少。

書云：秋傷於濕，上逆而咳，發為痿厥。又立秋日勿浴，令皮膚麤燥，因生白屑。又八月一日後，微火煖足，勿令下冷。

《內經》曰：冬三月，此謂閉藏，水冰地坼，無擾乎陽，早臥晚起，必待日光，去寒就溫，毋泄皮膚。逆之則傷腎，春為痿厥，奉生者少。

書云：冬時，忽大熱，勿受之，患時病由此。又曰：冬傷於寒，春必病溫。

書云：冬時，天地閉，血氣藏。作勞，不宜汗出，冷背。

書云：冬寒，難近火，不可令火氣聚，不須於火上烘炙。若炙手煖則已，不已損血，令五心熱。

書云：大雪中，跣足人不可便以熱湯洗，或隨飲熱酒，足趾隨墮。又觸寒來，寒未解，勿便飲湯食熱物。

《四氣調神論》曰：夫四時陰陽者，萬物之根本也，所以聖人春夏養陽，秋冬養陰，與萬物沉浮於生長之門。逆其根則伐其本，壞其真矣。故陰陽四時者，萬物之終始，死生之本也。逆之則災害生，從之則苛疾不起，是謂得道。故《天真論》曰：有賢人者，逆從陰陽，分別四時，將從上古，合同於道，亦可使益壽而有極時也。

**《赤水玄珠・火熱門》**火熱門火之與熱，微甚之間而已，各標門戶，近贅，今歸之於一，便尋治也。

明火篇《五運六化篇》曰：君火之化熱，主春末夏初，行暄淑之令而不行炎暑，應君之德也。

生生子曰：諸書言火不一，於雜症中言者，往往至言火雜症，而兼令氣者，雖間有之，而未暢也。愚謂天有六氣，火居其二。地有五行，火居其一。人之五臟，德合五行，火之有二，君相是已。火之在《易》為離。離者內陰外陽，主乎動者也。動則生，故曰天不能遠火以生物，人不能遠火以有生。過動則變而反消爍於物也。在禦之何如爾！按《內經・氣交變天論篇》云：南方生熱，熱生火，其令熱，其變消爍，其災燔炳。又《運氣五行生死順逆篇》曰：火主於南，應夏。火之為言，化也。言能化生萬物也。顧其為疾，不獨待於君相，凡五志之火，皆致眚也。岐伯舉病機一十九條，而屬火者五。此先聖論火者大抵也。後之言火者，無論其他，且以丹溪之特識，乃分君火為人火，相火為天火，而後之人翕然頌之。愚竊以為未然也。夫火有天

人，不可以君相而分屬天人，何也？六六之氣，以君火為二之氣，經以熱稱之。以相火為三之氣，經以暑稱之。是君相皆可以火稱也。惟人之攝養失宜，則五臟之火，隨觸而見。觸之於心之經，心之絡，心之臟，皆君火也，固可以人火稱之。若觸之於包絡，觸之於三焦，此相火也，亦可以人火稱也。而獨以天火稱之何哉？又曰：見於天者，出於龍雷則木之氣，出於海則水之氣。雖其取譬，無非欲狀相火之烈。然但可以論五臟厥陽之火，而非君相。令氣有定位，有倫序者言也。彼造化之所以生生無窮者，以其有不易之定體為之主，然後四時行而萬物生。蓋天人之理一致，若外內君相之火，亦必先有定位，而後可以言變化。惟善攝生者，其五行五志之火，有以默裨其生生之功，故人莫得而見其端。及其過極，則酷烈之勢始見。書謂：寂然不動，感而遂通是已。愚故曰：治火熱之症，必先察夫令氣之流行，而參治之可也。雖非火令司天之年，然一歲中，既有此君相二節之氣，治病者安得舍令氣而不加察之乎？諸書乂妄以命門為相火，而主方即以滋陰降火湯為專劑。以故今之治虛怯者，未數月而多至殞促。固司命者陰柄其權，或亦治火之源未徹，而妄投藥劑，有以致之乎？吾祁汪子良《醫學質疑》有《外內君相篇》，言之頗悉。言外者，有曰火邪自天，氣血感之而為病也。得非令氣之天火歟！言內者，有曰：乃人之調養失宜，正氣自傷而為病也。得非所觸五志之人火者歟！外內之因不同，補瀉之治自別。以外君相言之，則有令氣之序；以內君相言之，則少陰、少陽，厥陰自明，五志之火自見也。況內外証治甚該，瑩然可法，似補前人所未臻。雖其所約諸方，未必能一一中其肯綮，推其意，極欲正其外內君相之名，表其虛虛實實之治，為後人作梯堦，工之與緻，不遑計也。而亦不以君相分天人也。愚故錄之於左，以俟明哲採焉。

**《赤水玄珠・風門》**　明風篇　生生子曰：風，春之令氣也，木之所司，肝為之主。《素問・六化篇》云：木之化風，主於春。春之為言蠢也。陽氣蠢動，故風所以鼓舞萬物，為天號令。岐伯曰：東方生風，風生木，其臟為肝，其志為怒，故怒傷肝，風傷肝。肝為足厥陰之經。以六氣言之，自十二月大寒節起，至二月春分節止，是初之氣，厥陰風木用事，人有感其令氣者，為傷風。其有不即發於令氣，而四時亦有傷風之症者，時人謂之四時感冒。感有淺深，治有緩急，令既不同，治亦有異。故首述經文以明風之體，有所據，而人天咸一之理實寓焉。後別治法，以見風之變症無常，非簡約可盡。先賢有言曰：風乃百病之長，善行而數變。非易言也。信夫！

**《赤水玄珠・疫門》**　凡衆人病一般者，此天行時疫。治有三法：宜補、宜散、宜降。用大黃、黃芩、黃連、人參、桔梗、蒼朮、防風、滑石、香附、人中黃，為末，神麯糊為丸，每服五七十丸。氣虛四君子，血虛四物，痰多二陳湯作使送下。熱甚者加童便。生生子曰：夫溫病，有冬傷於寒不即發，過時而為春溫者，有冬不藏精者，有感四時不正之氣者，有君相二火加臨，而沿門闔境相似者，有用和解法者，有用補法者，有用寒涼者，有用清法者。各推其所因而施治之。毋執熱之一途，而槩用寒涼法也。

大抵治時疫，當按邪在何經，及參之時月，故奏效甚捷。

**《赤水玄珠・暑門》**　明暑篇　《五運六化篇》曰：相火之化，暑，主於夏。夏之為言大也，與午同意。炎暑乃行，有中、有冒、有傷，有暑風，乃三之氣也。

**《赤水玄珠・燥門》**　明燥篇　生生子曰：諸書視燥為風熱，為血少，是固然矣。予謂諸書僅言病機耳，而令氣則未之及也。夫燥是六氣中五之氣也。《運氣六化篇》已明言之。其論曰：在地成形，在天為氣。行有五而氣有六，以分君火相火之化。六氣化者，謂寒濕暑燥風火也。乃天之元氣，然後三陰三陽上奉之謂之標。六氣皆有一化，舉大概也。而《難經》亦曰：辛，商也，丙之柔則金之化明矣。觀運氣，以卯酉為陽明燥金司天者，又豈無所本哉！夫金者，西方之氣，在人主肺。運氣所以不言肺而言陽明者，緣肺為華蓋，雖陰臟，居膈上，處陽之部位，必待陽而後發，故屬陽明也。金之化清與燥，主於秋，為五之氣，主秋分后六十日有奇，自斗建酉正至亥之中。天度至此，清氣乃行，萬物皆燥也。一年之間，有此必然之勢，亦有此必然之理也。何以然？金屬庚辛，辛為丙婦，帶火之氣，故燥。予故曰：《素問》言燥者，指令氣也。諸書云燥者，指病機也。燥之胎自丙中來，故古人有云：莫治風，莫治燥，治得火時風燥了。此深得夫燥之旨者，同志者詳之。

《內經・病機》云：諸澁枯涸，乾勁皴揭，皆屬於燥。

燥本風熱論　《原病式》云：經曰：風、熱、火，同陽也；寒、燥、濕，同陰也。又燥濕小異也，然燥雖屬秋陰，而異於寒濕，故反同其風熱也。故火熱盛，金衰而風生，則風能勝濕，熱能耗液而反寒，陽實陰虛，則風熱勝於水濕，而為燥也。凡人風病多因熱甚而風燥者，為其兼化，以熱為其主也。然

陽實陰虛，而風熱太甚，以勝水濕，因而成燥。肝主於筋，而風氣自甚，又燥熱加之，液還聚於胸膈，則筋太燥也。燥金主於取勝，勁切緊急，故為病筋脈勁强緊急而口噤也。或病燥熱太甚，而脾胃乾涸，成消渴者。或風熱燥甚，怫鬱在表，而裏氣不舒，善伸數欠，筋脈拘急。或時惡寒，或筋惕而搐，脈浮數而絃也。風、熱、燥并鬱甚於裡，故煩滿而或閟結也。及風癇之發作者，由熱甚而風燥，為兼化，涎溢胸膈而瘈瘲昏冒僵仆也。凡此諸症，皆由熱甚而生。風燥各有異者，由風、熱、燥各微甚不等故也。所謂中風或筋緩者，因其風熱勝濕而為燥，乃燥之甚也。然筋緩不收而痿痺，及諸膭鬱病痿，皆屬金肺，乃燥之化也。如秋深燥甚，草木痿落而不收，病之象也。是以手得血而能握，足得血而能步。夫燥之為病者，血液衰少也。而又氣血不能通暢，故病然也。

**《赤水玄珠・濕門》**　明濕篇　生生子曰：六氣之中，濕為四之氣，土之所司，脾為之主。《五運六化篇》曰：土之化，曰濕曰雨。主於長夏。長夏，謂六月也。土生於火，長在夏中，既長而旺，土潤溽暑，濕化行也。蓋燥則土生，乾則土死，泉出地中，濕化信矣。經曰：地氣上為雲，天氣下為雨，雨出地氣，雲出天氣，則土雨之化見也。經曰：濕勝則濡洩。人每夏月洩瀉，多以胃苓湯、益元散、五苓散取效者，實治濕令之勝也。

**《赤水玄珠・氣門》**　《內經》曰：百病皆生于氣。氣，一也，因所觸而為九：怒、喜、悲、恐、寒、熱、驚、思、勞也。故怒則氣上，喜則氣緩，悲則氣消，恐則氣下，寒則氣收，炅則氣泄，驚則氣亂，思則氣結，勞則氣耗。

**《赤水玄珠・寒門》**　明寒篇　生生子曰：寒，冬之令氣也。六之終氣也。水之所司，腎為之主。《運氣六化篇》曰：冬之為言終也。《素問・天元紀大論篇》鬼臾區曰：道生智，元生神。神在天為風，在地為木；在天為熱，在地為火；在天為濕，在地為土；在天為燥，在地為金；在天為寒，在地為水。又《五行大論篇》曰：北方生寒，寒生水，水生鹹，鹹生腎。在體為骨，在氣為堅，在臟為腎。其性為凜，其德為寒。其用為閉，其色為黑，其化為肅。故造化非嚴凜殺厲以固閉之，則無以藏蓄微陽，為春生之本。故曰冬令嚴寒，萬類潛藏，君子固密。啟玄子曰：冬三月，此謂閉藏，水冰地拆，無擾乎陽，夜卧晏起，必待日光。示人隨時調攝也。設令防閑少踈，彼體虛者，觸冒之，傷太陽寒水之經，而為外感之証，即時而病，頭項痛，腰脊强，脈浮而緊，名曰傷寒。其症浩大，傳變多端。愚故採諸家傷寒，另為一卷以統治之。茲特以病機屬於內因者，條列於斯。所以別內外，以見先賢用心有定宗，又使後習調劑有定向也。故首著中寒，而以雜症屬寒者亦隸焉。

**《學古診則・運氣分南政北政而脈之尺寸有不應之變》**　如北政之歲，少陰在泉，則兩手寸口不應，厥陰在泉，則右寸不應，太陰在泉，則左寸不應。南政之歲，少陰司天，則兩手寸口不應。厥陰司天，則右寸不應。太陰司天，則左寸不應。諸不應者，反其診，則見也。故北政之歲，三陰在下，則寸不應。三陰在上，則尺不應。南政之歲，三陰在天，則寸不應。三陰在泉，則尺不應。左右同法，此皆變中之常也。

**《內經知要・道生》**　月建在子，風從南來，對沖之火反勝也；月建在卯，風從西來，對沖之金克木也；月建在午，風從北來，對沖之水克火也；月建在酉，風從東來，對沖之木反勝也，必審其方，隨時令而避之也。

**《王氏醫存・五方水土爲病》**　五方水土飲食，各能移人腸胃。凡故土生長，則習與性成，若久客他方，水土不同，腸胃豈無少改特改而致病者？在東南方，常是濕熱、痰燥；在西北方，常是寒瀉、疼麻。亦有水土性烈者，偏生異病。如湖北天門地方，人生飲嗉，久客於此，亦生飲嗉。姑蘇閶門水垢甚，居人白潤，久客此者亦然。大樑水斥鹵，客此數日，即作泄，惟其土人不不患瘧、疥。又凡一州一縣之地，山居水村，常亦有異。按準水左右，五穀俱全，南向專食米，北向兼食麥，秫、豆。又南有潮濕，惡煙、毒瘴；北有寒風，嚴凍，家用煤炕。致病之端，各宜分辨。

**《萬病回春・運氣候節交應時刻數訣》**　前九之年二月中，今年元旦日時同；月月十五是初一，千年萬載不移宮；三十六年寒露逢，日主時辰一般同；今歲立春值此日，時時刻刻在其中；四十七年加兩月，今年閏月過此宮；閏年只在閏月起，三年兩頭再加逢。五時二刻驚蟄求二月節，春分二月中；十四時刻清明頭三月節，穀雨三月中；立夏一日三時六四月節，小滿四月中；芒種一日九候攸五月節，至夏五月中；二日二時二小暑六月節，大暑六月中；二日四時七刻秋七月節，處暑七月中；白露三朝單六刻八月節，秋分八月中；寒露三朝六時收九月節，霜降九月中；立冬三朝十一二十月節，小雪十月中；大雪四四兩頭流十一月節，冬至十一月中；小寒四日九時六十二月節，大寒十二月中；五日三時打春牛正月節，雨水正月中。

**《萬病回春・十二月七十二候歌》** 立春正月春氣動，東風能解凝寒凍，土底蟄蟲始振搖，魚陟負冰相戲泳；半月交得雨水後，獺祭魚時隨應候，候雁時催也北鄉，那堪草木萌芽透；驚蟄二月節氣浮，桃始開花放樹頭，鴝鵒鳴動無休歇，催得胡鷹化作鳩；春色平分才一半，同時玄鳥重相見，雷乃發聲天際頭，閃閃雲開始見電；芳菲三月報清明，梧桐枝上始含英，田鼠化鴽人不覺，虹橋始見雨初晴；三月中時交穀雨，萍始生遍間洲渚，鳴鳩自拂其羽毛，載勝降於桑樹隅；立夏四月節相爭，知他螻蟈爲誰鳴，無端蚯蚓縱橫出，有意王瓜取次生；小滿瞬時更迭至，間尋苦菜争榮處，靡草干朽死欲枯，微看初暄麥秋至；芒種一番新換豆，不謂螳螂生如許，鳩者鳴時聲不休，反舌無聲沒半語；夏至才交陰始生，鹿乃角解養新茸，陰陰蜩始鳴長日，細細田間半夏生；小暑乍來渾未覺，温風時至襲簾幕，蟋蟀才居屋壁諸，天崖又見鷹始摯；大暑雖炎猶自好，且看腐草爲螢秒，匀匀土潤散溽蒸，大雨時行蘇枯槁。大火西流入立秋，涼風至透内房幽，一庭白露微微降，幾個寒蟬鳴樹頭；一瞬中間處暑至，鷹乃祭鳥誰教汝，天地屬金始肅清，禾乃登堂收幾許；無可奈何白露秋，大鴻小雁來南洲，舊時玄鳥都歸去，教令諸禽各養羞；自入秋分八月中，雷始收聲斂震宫，蟄蟲壞户先爲御，水始涸兮勢向東；寒露人言晚節佳，鴻雁來賓時不差，雀入大水化爲蛤，争看籬菊有黄花；休言霜降非天意，豺乃祭獸班時意，草木皆黄落葉天，蟄蟲咸俯迎寒氣；誰着書來立冬信，水始成冰寒日進，地始凍兮折裂開，雉入大水潛爲蜃；逡巡小雪年華暮，虹藏不見知何處，天昇地降雨不交，閉塞成冬如禁固；紛飛大雪轉凄迷，鶡鴠不鳴焉肯啼，虎始交後風生壑，荔挺出時霜滿溪；短日漸長冬至矣，蚯蚓結泉更不起，漸漸林間麋角解，水泉摇動温井底；去歲小寒今歲又，雁聲北鄉春去舊，鵲尋枝上始爲巢，雉入寒煙時一雊；一年時盡大寒來，鷄始乳兮如乳孩，征鳥當權飛厲疾，澤腹彌堅凍不開；五朝一候如鱗次，一歲從頭七十二，達人觀此發天機，多少干坤無限事。

**《月令輯要・正月令・節序》** 食雞辟疫　增《肘後方》冬至日，取赤雄雞作腊，至立春日煮，食至盡，勿分他人，辟禳瘟疫。

**《月令輯要・二月令・節序》** 神麴散　原《遵生八牋》春分後宜服神麴散，其方用蒼术、桔梗各二兩，附子一兩，茯苓二兩，炮細辛一兩，搗篩為散，紅絹囊盛之。一人佩帶，一家無病。有染時疫者，取囊中之藥一錢，新汲水調服，取汗即愈。

**《月令輯要・二月令・日次》** 採雲母石　原《遵生八牋》春分宜採雲母石煉之，用礬或草生露水，或五月茅屋滴下簷水，俱可煉，久服延年。

**又** 枸杞湯　增《千金月令》二月二日取枸杞煎晚沐，令人光澤，不老不病。《枕中記》西河女子服枸杞法，正月上寅采根，二月上卯治服之。

**又** 收桃葉　原《遵生八牋》三月二日收桃葉曬乾，搗末，井花水服一錢，治心痛。

**又** 枸杞湯　原《雲笈七籤》常以三月三日取枸杞煮作湯湯沐浴，令人光澤，不病不老。

**又** 羊齒灰　原《遵生八箋》三月三日取羊齒燒灰，治小兒羊癇寒熱。

**又** 採藉姑　增《農政全書》陶弘景曰：藉姑，三月三日採根，曝乾，可療飢。

**又** 采柳絮　增《四民月令》三月三日以及上除，采柳絮，可以愈瘡。

**《月令輯要・三月令・民用》** 益肝補腎　原《雲笈七籤》季春萬物發陳，天地俱生，陽熾陰伏，臥起俱早。是月肝臟氣伏，心當向王，宜益肝補腎，以順其時。

**《月令輯要・三月令・政典》** 去茲毒　原《管子》當春三月，萩室熯造，鑽燧易火，杼井易水，所以去茲毒也。注：熯，謂以火乾也。三月之時，陽氣盛發，易生瘟疫，萩木鬱臭，以辟毒氣，故燒之於新造之室，以禳祓也。四時易火，至春則取榆柳之火。春時之井又當復杼之，以易其水，凡此皆去時滋長之毒。

**《月令輯要・四月令・民用》** 枸杞湯沐浴　原《遵生八牋》四月初四日、七日、八日、九日，取枸杞煎湯沐浴，令人不老，肌膚光澤。

**又** 芥心草　增《圖經本草》芥心草，生淄州，引蔓白色，根黄色，四月采苗葉搗末，治瘡疥甚效。

**又** 羊腎粥　原《千金月令》四月節内宜食羊腎粥，其法先以菟絲子一兩，研煮取汁濾浄，和麪煮，將羊腎一具，切條，葱炒作臛，食之補腎，療眼暗赤腫。

**《月令輯要・四月令・天道》** 不熱方　原《抱朴子》或問不熱之道，答曰：以立夏日，服六壬六癸之符，或服元冰之丸，或服飛霜之散，暑不能侵

也。幼伯子王仲都，衣以重裘，暴於夏日，周以十鑪，身不流汗，蓋用此方。

**《月令輯要・四月令・節序》**　不疰夏　增《説林》立夏日啖李，令不疰夏。《嘉定縣志》立夏之日，男女各試葛衣，乞鄰家麥為飯，云鮮疰夏之疾。

**《月令輯要・夏令・民用》**　養肺氣　原《千金方》夏七十二日，宜省苦增辛，以養肺氣。

**《月令輯要・五月令・民用》**　補腎助肺　增《雲笈七籤》仲夏火氣漸壯，水力衰弱，宜補腎助肺，調理胃氣，以順其時。

**《月令輯要・五月令・日次》**　側栢丸　增《太平御覽》五月五日，采五方側柏葉三觔，遠志去心二觔，白茯苓去皮一觔，為末，煉蜜和丸，用仙靈脾酒下，日服三十丸，可以延年益壽。

**又**　鵲窠炙病　增《酉陽雜俎》鵲搆窠，取在樹杪枝，不取墮地者，又纏枝受卵，端午日午時焚其窠，炙病者疾立愈。

**《月令輯要・六月令・節序》**　消暑熱　增《抱朴子》三伏中，用黃芪、茯苓煎膏，入甘草末二分，以井涼水調服，治譫狂，大消暑熱毒氣。

**《侶堂山類辯・奇偶分兩辯》**　《至真要論》曰：近者奇之，遠者偶之。汗者不以奇，下者不以偶。夫近奇遠偶者，謂奇上而偶下。猶天地之定位也。下宜奇而汗宜偶者，以降者謂天，升者謂地。地氣升而後能為雲為雨也。夫天地陰陽之道，天氣下降，氣流于地，地氣上升，氣騰于天，不則天地四塞而汗從何來？有不明天地氣交之道者，泥於近奇遠偶之句，反改為汗不以偶，下不以奇，此不通之甚也。

**《目經大成・因暑因濕天行》**　因暑

有深堂高閣，過受涼風或瓜梨鮮果，多茹生物，陰能遏陽，熱氣不能伸越，必頭痛肌熱，肢節酸疼，心煩吐瀉，惡寒無汗，此靜而得之為逆暑，主以大順散，不效加參附。

因濕

有在天之濕，雨、露、霧是也，在天者本乎氣，故先中表之營衛。有在地之濕，泥、水是也，在地者本乎形，故先傷血肉筋骨。有飲食之濕，茶、酒、乳酪是也，夫飲食歸水穀之海，有人有出，受得應不言禍，然洋溢淹浸，一時詎能化行，故傷脾胃。

天行氣運

大要少陰司天之政，風熱參布，雲物沸騰，目瞑而痛；太陰司天，濕土橫流，寒乃時至，氣鬱於上，瞼腫赤爛；厥陰司天，風燥火侵，目眚。或水衰金弱，木侮所勝，昏障泣出；相火秉令，陽氣布，候乃大溫，火勝目赤。陽明太過，燥淫所勝，白眼脹，眥瘍；寒水不及，濕乃大行，復則大風暴發，目視眩眊。

**《戴震集・周禮太史正歲年解二》**　《周禮》之書，曰歲終，曰正歲，曰春秋冬夏，皆夏時也。夏數得天，以夏時經紀庶事，斯順而易明。然周之頒朔，必以周正，故用夏謂之歲，用周謂之年。太史按其從夏時所行之事，合以周之曆日，此之謂正歲年以序事也。後儒或謂正月之吉亦夏時，其説曰：凌人：掌冰政，杜子春改政爲正，屬下句。歲十有二月，令斬冰，三其凌。十二月爲夏之十二月，則正月亦爲夏之正月，舍此無證也。

**《戴震集・璿璣玉衡》**　《堯典》：日中星鳥，以殷仲春。日永星火，以正仲夏。宵中星虛，以殷仲秋。日短星昴，以正仲冬。日夜分曁永短，終古不變者也。星鳥之屬，列星之舉目可見，大小有差，闊狹有常，相距不移徙者也。終古不變者，因乎地而生里差。相距不移徙者，以考日躔而生歲差。唐、虞時春分日在胃、昴之間，故鳥中。夏至日在七星，故火中。火，心也。秋分日在氐、房之間，故虛中。冬至日在虛，故昴中。鳥，南陸蒼龍房心，東陸玄武虛危，北陸昴，西陸昴同日西下。龍角東陞，鳥值南虛，在極之北，四正之位，各協其方。然則列星四象，辨自羲和，仲春初昏，不違天部也。《夏小正》五月初昏大火中，協於星火仲夏之文。而《春秋傳》張趯曰：火星中而寒暑退。謂季冬寒退旦中，季夏暑退昏中也。凡星，未中見而東陞，過中乃西流。季夏六月火中，故《豳詩》曰七月流火。《小正》與《堯典》合，《春秋傳》與《詩》合。星以紀候者，先後一月。虞、夏日躔所在與周差一次，與今差二次，星之見伏昏旦中悉因之而異，此其大經也。

二十八舍十二次，周時之文始詳。《春秋傳》：婺女爲玄枵維首。又曰：玄枵，虛中也。據是遞之：星紀，斗、牽牛也；玄枵，婺女、虛、危也；娵訾之口，營室、東壁也；降婁，奎婁也；大梁，胃、昴也；實沈，畢、觜觿、參也；鶉首，東井、輿鬼也；鶉火，柳、七星、張也；鶉尾，翼、軫也；壽星，角、

亢也；大火，氐、房、心也；析木之津，尾、箕也。玄枵一曰天黿，一曰顓頊之虛。娵訾之口，一曰豕韋。斗或以建星，觜觿以罰，東井、輿鬼以狼、弧，假恆星識日月之躔逶。恆星蓋二萬五千餘年循黃道右旋一終，古在赤道外者，今迪而入乎赤道內；古在赤道內者，今迪而出乎赤道外。星之與內外衡相值也，並古今殊。日發斂一終而成歲，於黃道無差數，冬至起外衡仍復乎外衡。而星則異其所，其爲差數也微，是謂歲差。故歲功終古不忒，而星之見伏昏旦中，隨時爲書以示民，千百年然後一易。周人以斗、牽牛爲紀首，命曰星紀。自周而上，日月之行不起於斗、牽牛也。然則十二次之名，蓋周時始定。唐、虞冬至日在虛、玄枵次也，今冬至日在箕初析木之津次也。

**《戴震集・迎日推策記》** 爲儀象，考識日躔渾圜而中規之象。赤道距規四分圜周之一，設其樞象北極也。爲規載之日子午之規。半出於地平，規隨北極高下以察各方之節氣，刻分斜絡赤道外，內爲規象黃道，距黃道四分圜周之一，是爲北極璿璣。璿璣者，黃道極也。準赤道爲規法，二分之規曰中衡，赤道也。冬至之規曰外衡，夏至之規曰內衡，凡十有三衡。分至之間截黃道爲六者四，應一歲之中氣節氣。衡百度，度六十分，應晝夜之刻分。分十有二秒，以知里差。經歲三百六十有五日不滿四分日之一，以是爲日躔黃道之度分。是故黃道日也，赤道刻也。

星儀，考識昏旦中，設其樞以象星極，爲游規而載之，以知歲差。規設北極焉，載於子午之規，以周知一歲。婺女爲玄枵之維首，而周分十有二次，以紀日月之躔離。察星極以知右旋，察北極以知左旋，天行之大致舉矣。天左旋，日月星隨之而左者，晝夜之象也。各爲經緯，是以知日月星皆右旋。右旋者，發斂之軌也。日之盈縮，月之遲疾，五步之，益以留退有規法，以知差數。日月五步之規法，盈縮之故也。一逆一順，自然而成至，動有常之機也。

《洪範》五紀，一曰歲，二曰月，三曰日，四曰星辰，五曰曆數。分至啓閉，紀於歲者也。朔望朏霸，紀於月者也。永短昏昕，紀於日者也。列星見伏昏旦中，日躔月逶，紀於星辰者也。盈縮經緯，終始相差，紀於曆數者也。紀於歲者，察之日行發斂。紀於月者，察之日月之會，交道表裏。紀於日者，察之晝夜刻漏，出入里差。紀於星辰者，察之十有二次。紀於曆數者，隨時測驗，積微成著，修正而不失。

**《臺海使槎録・風信》** 淡水，在磺山之下。日出，磺氣上騰，東風一發，感觸易病。雨則磺水入河，食之往往得病以死。七八月，芒花飛颺入水，染疾益衆。風候與他處迥異，秋冬東風更盛。

## 雜錄

**《禮記・内則》** 雞初鳴，咸盥漱。

**《吴越春秋》** 句踐之出游也，休息食室於冰厨。

**《蠻書・山川江源》** 高黎共山在永昌西，下臨怒江。左右平川，謂之穹賧，湯浪加萌所居也。草木不枯，有瘴氣。自永昌之越賧，途經此山，一驛在山之半，一驛在山之巔。朝濟怒江登山，暮方到山頂。冬中山上積雪苦寒，秋夏又苦穹賧、湯浪毒暑酷熱。河賧賈客在尋傳羈離未還者為之謡曰：冬時欲歸來，高黎共上雪。秋夏欲歸來，無那穹賧熱。春時欲歸來，平中絡賂絕。絡賂，財之名也。

大雪山在永昌西北，從騰充過寶山城，又過金寶城以北大賧，周迴百餘里，悉皆野蠻，無君長也。地有瘴毒，河賧人至彼中瘴者，十有八九死。閣羅鳳嘗使領軍將於大賧中築城，管制野蠻。不逾週歲，死者過半，遂罷棄，不復往來。

**《江文通集・四時賦》** 北客長欷，深壁寂思。空牀連流，圭窗淹滯。網絲蔽月，青苔繞梁。春華虛艷，秋月徒光。臨飛鳥而魂絕，視浮雲而意長。測代序而饒感，知四時之足傷。若乃旭日始暾，蕙草可織，園桃紅點，流水碧色。思舊都兮心斷，憐故人兮無極。至若炎雲峯起，芳樹未移，澤蘭生坂，朱荷出池。憶上國之綺樹，想金陵之蕙枝。基夫秋風一至，白露團團，明月生波，螢火迎寒。眷庭中之梧桐，念機上之羅紈，至於冬陰北邊，永夜不曉。平蕪際海，千里飛鳥。何嘗不夢帝城之阡陌，憶故都之臺昭。是以軫琴情動，戛瑟涕落，逐長夜而心殞，隨白日而形削。故秦人秦聲，楚音楚奏，聞歌更泣，見悲已疚。實由魂氣愴斷，外物非救。參四時而皆難，況僕人之末陋也。

**《千金翼方・藥錄纂要》** 論曰：夫藥採取不知時節，不以陰乾暴乾，雖有藥名，終無藥實，故不依時採取，與朽木不殊，虛費人功，卒無裨益，其法雖具大經，學者尋覽，造次難得，是以甄別，即日可知耳。

葳蕤立春後採，陰乾。菊花正月採根，三月採葉，五月採莖，九月採花，十一月採實，皆陰乾。白英春採葉，夏採莖，秋採花，冬採根。絡石正月採。飛廉正月採根，七八月採花，陰。藁本正月、二月採，曝三十日成。通草正月採，陰。女菀正月、二月採，陰。烏頭、烏喙正月、二月採，春採為烏頭，冬採為附子，八月上旬採根，陰。蒴藋春夏採葉，秋冬採莖根。柏葉四時各依方面採，陰。枸杞春夏採葉，秋採莖實，冬採根，陰。茗春採。桃梟正月採。天門冬二月、三月、七月、八月採，暴。麥門冬二月、三月、八月、十月採，陰。朮二月、三月、八月、九月採，暴。黃精二月採，陰。乾地黃二月、八月採，陰。薯蕷二月、八月採，暴。甘草二月、八月採，暴乾，十日成。人參二月、四月、八月上旬採，暴乾，無令見風。牛膝二月、八月、十月採，陰。細辛二月、八月採，陰。獨活二月、八月採，暴。升麻二月、八月採，日乾。柴胡二月、八月採，暴。龍膽二月、八月、十一月、十二月採，陰。巴戟天二月、八月採，陰。白蒿二月採。防風二月、十月採，暴。黃連二月、八月採。沙參二月、八月採，暴。王不留行二月、八月採。黃耆二月、十月採，陰。杜若二月、八月採，暴。茜根二月、三月採，暴。當歸二月、八月採，陰。秦艽二月、八月採，暴。芍藥二月、八月採，暴。前胡二月、八月採，暴。知母二月、八月採，暴。栝蔞二月、八月採根，暴，三十日成。石龍芮五月五日採子，二月、八月採皮，陰。石韋二月採，陰。狗脊二月、八月採，暴。萆薢二月、八月採，暴。菝葜二月、八月採，暴。白芷二月、八月採，暴。紫菀二月、三月採，陰。百合二月、八月採，暴。牡丹二月、八月採，陰。防己二月、八月採，陰。地榆二月、八月採，暴。莎草根二月、八月採。大黃二月、八月採，火乾。桔梗二月、八月採，暴。甘遂二月採，陰。赭魁二月採。天雄二月採，陰。貫衆一月、八月採，陰。虎掌二月、八月採，陰。白斂二月、八月採，暴。羊桃一月採，陰。狼毒二月、八月採，陰。鬼臼二月、八月採。茯苓、茯神二月、八月採，陰。桂二月、八月、十月採，陰。杜仲二月、五月、六月、九月採。商陸二月、八月採，日乾。丁香二月、八月採。榆皮二月採皮，暴乾，八月採實。豬苓二月、八月採，陰。秦皮二月、八月採，陰。石南二月、四月採葉，八月採實，陰。藍葉二月、三月採，暴，本草無。赤箭三月、四月、八月採，暴。防葵三月三日採，暴。芎窮三月、四月採，暴。徐長卿三月採。黃芩三月三日採，陰。大青三月、四月採，陰。玄參三月、四月採，暴。苦參三月、八月、十月採，暴。杜蘅三月三日採，暴。紫草三月採，陰。白薇三月三日採，陰。紫參三月採，火乾。澤蘭三月三日採，陰。王瓜三月採，陰。垣衣三月三日採，陰。艾葉三月三日採，暴。水萍三月採，暴。芫花三月三日採，陰。澤漆三月三日、七月七日採，陰。藜蘆三月採，陰。羊躑躅三月採，陰。茵芋三月三日採，陰。射干三月三日採，陰。青葙子三月採莖葉，陰，五月、六月採子。紫葛三月八月採，日乾。白附子三月採。桑上寄生三月三日採，陰。厚朴二月、九月、十月採，陰。蕪荑三月採，陰。黃環三月採，陰。烏芋三月三日採，暴。桃花三月三日採，陰。苦菜三月三日採，陰。遠志四月採，陰。菥萓子四月、五月採，暴。景天四月四日、七月七日採，陰。蒲黃四月採。蘭草四月、五月採。蘼蕪四月、五月採，暴。白頭翁四月採。夏枯草四月採。溲疏四月採。鼠尾草四月採葉，七月採花，陰。昌蒲五月、十二月採，陰。卷柏五月、七月採，陰。澤瀉五月、六月、八月採，陰。葉，五月採；實，九月採。車前子五月五日採，陰。茺蔚子五月採。石龍芻五月七日採，暴。丹參五月採，暴。天名精五月採。肉蓯蓉五月五日採，陰。蛇牀子五月採，陰。茵蔯蒿五月及立秋採，陰。旋花五月採，陰。葛根五月採，暴。酸漿五月採，陰。蠡實五月採，陰。大小薊五月採。葒草五月採實。旋復花五月採，日乾。鳶尾五月採。半夏五月、八月採，暴。莨菪子五月採。蜀漆五月採，陰。藺茹五月採，陰。萹蓄五月採，陰。生漆夏至後採。蕤核五月、六月採，日乾。松蘿五月採，陰。五加皮五月、七月採莖，十月採根，陰。莽草五月採，陰。郁李根五月、六月採。欒華五月採。覆盆子五月採。梅實五月採，火乾。杏核人五月採。

**《西山群仙會真記・養形篇》**　《西山記》曰：仲夏仲冬之月，善養形者，處於深堂，避其大寒大熱之氣，而伏其肌膚。非特此也，先寒而衣，衣不得頓多；先暖而解，解不得頓少。久勞則安閑以保極力之處，久逸則導引以行稍滯之氣。暑不當風，當風則榮閉而衛結；夏不臥濕，臥濕則氣散而血注。冬不極熱，極熱則腎受虛陽，而春夏肝與心，有壅蔽之疾也；夏不極涼，極涼則心抱浮寒，而秋冬肺與腎有沉滯之患也。不可極渴而飢而食，食不過飽，過飽則傷神，飢則損胃。不可極渴而飲，飲不過多，多則損氣，渴則傷血。沐用旬，浴用五。夫五則五氣流傳遍，浴之榮衛通暢。旬則數滿復還，真氣在腦，沐之則耳目聰明。若頻頻浴者，血凝而氣散，雖肌體光澤，久而氣自損矣。故有癱瘓之疾者，氣不勝血，神不勝形也。若頻頻沐者，氣壅於上，腦滯於中，令人體重形疲，久而經絡不能通暢。故古人以陽養陽，陽不耗散；以陰鍊陽，陽不損弱。如一年，春夏養陽，秋冬養陰，是借陰養陽，以陽消陰也。

**《水經注》**　承淵山又有墉城，金臺玉樓，相似如一，淵精之闕，光碧之堂，瓊華之室，紫翠丹房，景燭日暉，朱霞九光，西王母之所治，真官仙靈之所宗，上通旋機。元氣流布，玉衡常理，順九天而調陰陽。品物羣生，希奇特

出，皆在于此。天人濟濟，不可具記。

**《益部方物略記》** 蟬不能蛻，委於林下，花生厥首，茲謂物化。

蟬花二川山林中皆有之，蟬之不蛻者，至秋。則花。其頭長一二寸，黃碧色，治小兒瘈瘲，又能已瘧。

葉能螫人，有花無實，冒冬弗悴，可以袪疾。

燖麻自劍以南，處處有之，或觸其葉如蜂螫人，以溺濯之，即解。莖有刺葉，似花葉，或青或紫，善治風腫，按杜詩當作蕤。

厥生在右，水蕩其液，觸梗凝體，品亞南舶。

水硫黃出資榮州山磵。中秋潦已收，里人布茅水上，流沫擁聚，取而熬之，復投于水則成。號真珠黃。以淺黃色者為上，其用次海舶所來者。

附堇而生，翠莖紫蕤，生蜀者良，三建則非。

附子生綿州彰明縣者最良。有一子重及一兩者，花色紫。《本草》言：附子無正種，附鳥頭而生，然則與鳥頭、天雄、附子共一物耳。陶弘景以天雄、鳥頭、附子皆出建平，謂之三建，唐人非之。以綿、龍二州所生為良，今則彰明者佳。

脩榦澤葉，結實如綴，膚解核零，可用治痺。

石爪生峨眉山中。樹端挺葉肥滑如冬青，甚似桑。花色淺黃，實長不圓，赦解而子見，以甚形似爪，里人名之。煮為液，（黃）善能治痺。

柔葉美根，冬不殞零，采而掇之，可糝于羹。

芎蜀中處處有之。葉為蘼蕪，《楚辭》謂江蘺者。根為芎，似雀腦者善。成都九月九日藥市，芎與大黃如積，香溢于廛。或言其在若胡桃者不可用，人多蒔於園檻，葉落時，可用作羹。蜀少寒，莖葉不萎。今醫家最貴川芎、川大黃云。

葉大莖赤，根若巨皿，治疾則多，方家所詺。音暝。

大黃蜀大山中多有之，尤為東方所貴。苗根皆長盈二尺。《本草》言之尤詳。藥市所見，大者治之為枕，紫地錦文。唐人以為產蜀者性和厚沉深，可以治病。形似牛舌緊緻者，善。蜀所生藥尚多，如川之巴豆，峽之椒，梓之厚朴，尚數十輩。

黃葩翠葉，圓實而澤，咀久還甘，或號菴勒。

餘甘子生戎瀘等州山。樹大葉細，似槐實。若李而小，咀之前苦，後歆歆有味。故號為餘甘。核有稜，或六或七，解硫黃毒，即本草所謂菴摩勒者。

長葉叢生，背點星布，高醫近識，傳疽可愈。

金星草生峨眉青城山。葉似萱草，其背有點，雙行相偶，黃澤類金星。人號金星草，亦云金釧草，皆以肖似取之。今醫家以傳疽瘡甚良。

**《吳郡志・風俗》** 牛欄，亦名牛宮。吳地下濕，冬寒，即牛入欄，唐人謂之牛宮。陸龜蒙有《祝牛宮詞》，其《序》曰：冬十月，耕牛違寒，築宮納而造之。建之前日，老農請乞靈于土官，以從鄉教。予勉之而為辭：四牸三牯，中一去乳，天霜降寒，納此室處。老農物物，度地不畝，東西幾何？七舉其武。南北幾何？丈二加五。偶楹當間，載尺入土。太歲在亥，餘不足數。上締蓬茅，下遠官府。耕耨何時，飲食得所。或寢或臥，免風免雨。宜爾子孫，實我倉庾。

魚具 吳中水國，矢魚之具尤多。陸龜蒙、皮日休嘗為《魚具詩》序其事：大凡結繩持網者，總謂之網。（罟網）罟之流曰罛、曰罾、曰罺側交反，圓而縱捨曰罩，挾而昇降曰（罝女減切，緡而竿者總謂之筌。筌之流曰筒、曰車。橫川曰梁，承虛曰笱。編而沈之曰箄音卑，矛而卓之曰矠。音冊，矛也。棘而中之曰义，鏃而綸之曰射，扣而駭之曰桹，以薄板置瓦器上，擊之以驅魚。置而守之曰神，鯉魚三百六十歲，蛟龍輒率而飛去。年置一神守之，則不能去矣，神龜也。列竹於海澨曰滬，吳之滬瀆是也。錯薪於水中曰簃音糝，所載之舟曰舴艋，所貯之器曰笭箵。其他或術以招之，或藥而盡之。皆出於詩書雜傳及今之聞見，可考而驗不誣。又擇其任詠者作十五題，以諷其所謂十五題者：曰網、曰罩、曰罝、曰釣筒、曰釣車、曰魚梁、曰叉魚、曰射魚、曰鳴桹、曰滬、曰簃、曰種魚、曰藥魚、曰舴艋、曰笭箵。《松陵集》。

魚斗者，吳俗以斗數魚，今以二斤半為一斗。買賣者多論斗，自唐至今如此。皮日休《釣侶》詩云：趂眠無事避風濤，一斗霜鱗換濁醪。莫怪兒童呼不得，盡行烟雨漉車螯。吳中賣魚論斗。

吳下全盛時，衣冠所聚，士風篤厚，尊事耆老。來為守者多前輩名人，亦能因其習俗以成美意。舊通衢皆立表揭為坊名，凡士大夫名德在人者，所居往往以名坊曲：元參政絳所居，名衮繡坊；富祕監嚴所居，名德壽坊；蔣密學堂家產芝草，名芝草坊；范侍御師道所居，名豸冠坊；盧龍圖秉奉其親八十餘，名德慶坊；朱光祿所居有園池號樂圃，名樂圃坊。臨水亭館，以待賓客舟航者，亦或因其人相近為名：褒德亭，以德壽富氏也；旌隱亭，以靈芝蔣氏也。此風惟吳邦見之。《石林避暑錄》。

晉周玘以憂憤謂子勰曰：害我者諸傖子也。吳人謂中州人曰傖。云陸

玩食酪得疾，與王導牋云：僕雖吳人，幾作傖鬼。蓋輕易之詞。

吳中自昔號繁盛，四郊無曠土，隨高下悉為田。人無貴賤，往往皆有常產。以故俗多奢少儉，競節物，好遊遨。歲首即會於佛寺，謂歲懺。士女闐咽，殆無行路。親友有經歲不相面者，多於此時相見。或慶或弔，紛然。議姻親，覘壻婦，亦多決於此時。上元彩燈巧麗，它郡莫及。有萬眼羅及琉璃毬者，尤妙天下。以糖圓、春繭為節食。爆糯穀於釜中，名孛婁，亦曰米花。每人自爆，以卜一歲之休咎。春時用六柱船，紅幕青蓋，載簫鼓以遊，虎丘、靈巖為最盛處。寒食則拜掃墳墓。競渡亦用清明、寒食。四月八日，浮屠浴佛，偏走閭里。重午以角黍、水纏、綵索、艾花，畫扇相餉。夏至復作角黍以祭，以束粽之草繫手足而祝之，名健粽，云令人健壯。又以李核為囊帶之，云療饐。七夕有乞巧會，令兒女輩悉預，謂之小兒節。重九以菊花、茱萸嘗新酒，食栗、粽、花糕。十月朔，再謁墓，且不賀朔。是日開爐，不問寒燠，皆熾炭。俗重冬至，而略歲節。臈日併力舂一歲糧，藏之土瓦龕中，經歲不蛀壞，謂之冬舂米。十六日，婦女祭厠姑，男子不得至。二十四日祭竈，女子不得預。二十五日食赤豆粥，云辟瘟，舉家大小無不及，下至婢僕貓犬皆有之；家人有出外者，亦貯其分，名曰口數粥。是夕爆竹及儺田間燃高炬，名照田蠶。歲節祭饗用，除夜祭畢，則復爆竹，焚蒼朮及辟瘟丹。家人酌酒，名分歲。食物有膠牙餳、守歲盤。夜分祭瘟神，易門神、桃符之屬。夜向明，則持杖擊灰積，有祝詞，謂之打灰堆。蓋彭蠡廟中如願故事，吳中獨傳。此一歲風俗之大略也。

**《吳郡志・風俗》**　吳之土風習俗，《隋志》詳矣。江南之俗，火耕水耨，食魚與稻，以漁獵為業。雖無蓄積之資，然而亦無饑餒。其俗信鬼神，好淫祀。父子或異居，大抵然也。其人並習戰，號為天下精兵。俗以五月五日為鬬力之戲，各料彊弱相敵，事類講武。宣城、毗陵、吳郡、會稽、餘杭、東陽，其俗皆同。然數郡川澤沃衍，有海陸之饒。珍異所聚，故商賈並湊。其人君子尚禮，庸庶淳龐，故風俗澄清，而道教隆洽，亦其風氣所尚也。《隋志》。《華誼論》云：吳有發劍之節，趙有挾色之客。《郡國志》云：吳俗好用劍輕死，又六朝時多鬬將戰士。按諸說吳俗蓋古如此。本朝文教漸摩之久，如五月鬬力之戲，亦不復有。惟所謂尚禮、淳龐、澄清、隆洽之說則自若。豈詩所謂美教化、移風俗者與！

**《桂海虞衡志・志蟲魚》**　鸚鵡螺狀如蝸牛。殼磨治出精，采亦雕琢為盃。

珠出合浦，海中有珠池，蜑户没水探蚌取之，歲有豐耗，多得謂之珠熟。相傳海底有處所如城郭，大蚌居其中，有怪物守之不可近。蚌之細碎，蔓延於外，始得而采。硨磲似大蚌，海人磨治其殼，為諸玩物。

**《能改齋漫録・養病不如閒》**　滎陽公紹聖中謫居歷陽，閉戶却掃，不交人物。嘗有詩云：老讀文書興易闌，須知養病不如閒。竹林敧枕虛堂上，卧看江南雨後山【略】。

紹興辛亥冬，撫州祥符觀松，降甘露若飴。有郎官徐其姓者，獻《甘露古松》詩於太守。其詩略曰：仙臺之陽石壇東，下有亭亭太古松。又曰至誠感格合天意，露零青松真上瑞云云。太守以為祥，因奏于朝，坐言章罷郡。先人時謂予曰：熙寧六年冬，建昌軍距城五里，甘露降於進士徐上交別業大松上，濃厚如酒，其味香甜。上交折獻於太守張郎中子方，子方率僚屬觀之，欲以上聞。路過鳳凰山下，牧童見車馬，皆叫呼曰：此山松上亦多甘露，何獨彼耶？各持松葉餂弄，以示不誤。時有野夫賣藥於市者，語人曰：太守不察耳。何者為甘露？露從天降，必遍於數畝，豈止松乎？吾嘗客華陰，縣民亦有以甘露告縣者。令因出按之，有道人笑焉。令怒，械繫之。道人曰：譬如人身精液，流通均布六七十年中。若夫壽促，必涌併於未死之前。此松殆將槁耳，官人若不信，請覓我，以俟明春，此松必不榮也。令如其説，至期果驗焉。軍民得其説，因省。景祐丙子，城西天慶觀松，昔嘗一枝有甘露，因往驗之。昔時甘露所降之枝，果已先朽，張守因不復奏知。先人因言：鄉里松有甘露亦甚多，其實非也，乃松液耳。

**《至正直記・鹹物害人》**　鹹物能害人。予避地四明，久知地卑濕，民多食鹹，其病患者多疝氣腎癀癀，或墜下如斗者，或大如瓜者，蓋食鹽腥所致。嘗會張謙受都事云：某長於浙西，素無疝疾，自至正戊戌夏來四明，因日食少鹽味，竟患疝，遂戒之，今不甚苦。又會西域馬元德云：近苦外腎癀如瓜，服藥不效。蓋日食鹹故也。又會崑山豪獲施五者云：其家從役者數人，皆長自大都，今至四明五年閒咸患腎癀，亦曰食鹹腥故也。予舊有脉痔疾，無疝氣，自至四明，痔血倍于前時，忽患外腎偏墜，蓋鹹能走血墜腎故也。

姪兒輩皆患疝，自至此地，隨俗日食鹽，且鹽價廉，可爲度歲計，由是而致疾也。苦欲戒之爲不能，時助滋味耳。

**《昌國州圖志・敘州》** 風俗　壤地褊小，又皆斥鹵，穀粟絲枲之產雖微，漁鹽舟楫之利甚博。無恒產而有恒心者，惟士爲能，風聲氣習，有於越之俗焉。

**《宋史・五行志・五行》** 天以陰陽五行，化生萬物。盈天地之間，無非五行之妙用。人得陰陽五行之氣以爲形，形生神知而五性動，五性動而萬事出，萬事出而休咎生。和氣致祥，乖氣致異，莫不於五行見之，《中庸》至誠之道，可以前知。國家將興，必有禎祥，國家將亡，必有妖孽。見乎蓍龜，動乎四體。禍福將至，善必先知之，不善必先知之。人之一身動作威儀，猶見休咎，人君以天地萬物爲體，禎祥妖孽之致，豈無所本乎？故由漢以來，作史者皆志五行，所以示人君之戒深矣。自宋儒周敦頤《太極圖説》行世，儒者之言五行，原於理而究於誠，其於《洪範》五行、五事之學，雖非所取，然班固、范曄志五行已推本之，及歐陽修《唐志》，亦采其説，且於庶徵惟述災眚，而休祥闕焉亦豈無所見歟？舊史自太祖而嘉禾、瑞麥、甘露、醴泉、芝草之屬，不絕於書，意者諸福畢至，在治世爲宜。祥符、宣和之代，人君方務以符瑞文飾一時，而丁謂、蔡京之姦，相與傅會而爲欺，其應果安在哉？高宗渡南，心知其非，故《宋史》自建炎而後，郡縣絕無以符瑞聞者，而水旱、札瘥一切咎徵，前史所罕見，皆屢書而無隱。於是六主百五十年，兢兢自保，足以圖存。《易・震》之《彖》曰：震來虩虩，恐致福也。人君致福之道，有大於恐懼脩省者乎？昔禹致羣臣於會稽，黃龍負舟，而執玉帛者萬國。孔甲好鬼神，二龍降自天，而諸侯相繼畔商；桑穀　共生於朝，雉升鼎耳而雊，而大戊、武丁復修成湯之政。穆王得白狼白鹿，而文武之業衰焉。徐偃得朱弓矢，宋潛有雀生鸇，二國以霸，亦以之亡。大概徵之休咎，猶卦之吉凶，占者有德以勝之則凶可為吉，無德以当之則吉乃為凶。故德足勝妖，則妖不足慮，匪德致瑞，則物之反常者皆足為妖。妖不自作，人實興之哉！今因先後史氏所紀休咎之徵，彙而輯之，作《五行志》。

**《元史・五行志・金不從革》** 至正十年正月甲戌，棣州白晝空中有聲，自西北而來，距州二十里隕於地，化為石，其色黑，微有金星散布其上。有司以進，遂藏之司天監。十一月冬至夜，陝西耀州有星墜於西原，光耀燭地，聲如雷鳴者三，化為石，形如斧，一面如鐵，一面如錫，削之有屑，擊之有聲。十六年冬十一月，大名路大名縣，有星如火，自東南流，尾如曳彗，墜入於地，化為石，青黑光瑩，狀如狗頭，其斷處類新割者。有司以進，太史驗視云：天狗也。命藏於庫。十九年四月己丑，建寧路甌寧縣有星墜於營山前，其聲如雷，化為石。二十三年六月庚戌，益都臨朐縣龍山有星墜入於地，掘之深五尺，得石如磚，褐色，上有星如銀，破碎不完。

**《江南通志・輿地志》** 黃山，在府西北百三十里，舊名黟山，唐改今名。山盤踞宣池，江浙諸郡而為鎮于徽，高一千一百八十仞。世傳黃帝與容成子、浮丘公煉藥于此，故有浮丘，容成諸峰。漢末會稽太守陳業遁跡此山。有三十六峯，水源如之。又有二十四溪，十二洞八巖，詳具山志。《郡國志》稱天目高二萬仞，而低于黃山者，以徽郡已與天目齊，而此山又特高，鄰郡諸山，皆此山之支壠也。山上諸峰有如削成，煙嵐無際，雷雨在下，其覆城洞室，巖竇瀑泉，則無峰不有，信為靈仙之窟宅也。山中多黃連、紫朮，有湯泉出香溪中，常湧丹砂，浴之愈疾。西北類太華。

又　百藥山在太湖縣北七十里，相傳唐白居易曾居此，後以白樂名山。絕巇有洞，時聞異香，懸溜可愈熱疾。又傳高真人修煉之所，石牀丹竈尚存。

又　龍門山在太平縣西北四十里，巖壁峭拔，中有石竇如門，產茶及諸藥草。

又　黃山在太平縣南三十里，當徽寧二郡界。高數千仞，盤亙三百里。《圖經》稱為軒轅棲真之所。上有古木靈藥，流泉香美，能已百病。按舊《志》云：山有三十六峯，屬太平者八，曰翠微、曰天都、曰望仙、曰九龍、曰聖泉、曰疊嶂、曰仙人、曰芙蓉，餘詳徽州府。

又　七井山在石埭縣西七十里，其山與貴池接，延袤數十里，中有七井。炎暑亦涼，上有望夫尖，竹木蓊翳，多產藥材。

又　紫金山在壽州東北十里，《五代史》云：周顯德四年征淮南，南唐援兵營於紫金山，與壽州城中烽火相應。宋太祖率殿前諸軍擊紫金山，連珠砦拔之，遂下壽州即此。上有淮南王宴客處，間拾小金牌，可療疾，疑丹砂所化也。

又　福泉山在廬江縣南十里，山下有泉清澈，飲之可以愈疾。南十里有

菖蒲山，產九節菖蒲。

又　香泉在州北三十五里，其水色深碧，沸白香氣襲人，故名。有患瘡疥者，浴之即愈，名平疥泉。梁昭明嘗浴此，一名太子湯。

又　藥山在霍邱縣南八十里，山產半夏、蒼术諸藥。

又　勾吳　江南本勾吳舊俗，左思所謂率土論都，獨端委所彰，高節所興者也。《漢書・地理志》以為東海淮泗之間屬魯，沛楚山陽屬宋。其民有聖人之教化，近先王之遺風。又以為異粵與楚接，比數相并兼，其俗略同。蓋其文辭之失巧，與齊竊不求積聚者，自古已然，然風俗者教化之所移易，非獨其水土之性殊，氣習之所尚不同也。

又　滁州　地僻訟簡，其俗安閒。滁介於江淮之間，舟車商賈，四方賓客之所不至，民生不見外事而安於畎畝衣食。習尚勤儉，專力農桑。雖風俗淳厚而尚氣節，易以德化，難以力服。

又　潁州府　汝南之別，皆急疾有氣勢《漢書・地理志》。舊傳其俗傲蕩，今則好尚稼穡，重於禮文，其風皆變於古《隋書・志》。民性安舒，多衣冠舊族。土地褊薄，迫於營養，洛俗然也。汝陰在二京之交，頗同於洛邑《宋史・志》。民淳訟簡而物產美，土厚水甘而風氣和歐陽脩《思潁詩序》。里巷敦扶持之教，男女別飲食之筵《元史・志》。汝潁人率性真直，賤商務農《寰宇記》，尚氣安愚《風土記》，汝潁固多奇士《貴嵩論》。風俗清麗，人備文武舊《志》。平原曠野，土壤饒沃，水陸四通五達，而無崇山峻谷之險阻舊《志》。仁厚之俗，勤農事，惡衣服。人皆忠義，本於張巡、許遠之表率《亳州志》。人性質樸，惟務農桑，今則工商交作，詞訟簡少。俗尚禮義，視昔為盛《異聞集》。

又　和州　楚越之地，飯稻羹魚，不待賈而足。地勢饒，食無饑饉之患，以故皆窳偷生，無積聚而多貧《史記》。歷陽人性躁勁，風氣果決。自平陳之後，俗頗尚淳，質好儉約《隋志》。女工尚堅全，男工尚緻闢。市無虫眩，工無彫彤，無遊人異物以遷其志唐劉禹錫《記》。四民各安其業，而儒雅之風尤甚《和州志》。

又　泗州　地接齊魯，民尚淳樸，以信義為先，與洙泗通源，雍容揖讓，有古君子風舊《志》。泗人性舒緩樸直，城市之民不為商，鄉落之民鮮識字，士習文雅清恬，愿慤學校，畏清議，仕宦顧名節《泗州志》。盱眙自古稱為壯縣，民强勁，易馴以義元揭傒斯。天長民樸而愿，士質而文《龍侍御記》。

又　廣德州　民力於南畝，不務商賈《漢・地理志》。民淳事簡，號江東道院《南畿志》。人性直好義，君子業儒術而尚質樸，小人崇節儉而務農桑。婦女不出戶閣，富貴不服羅綺宋曾鞏《志》。境大壤沃，食貨富穰曾鞏《鼓角樓記》。

又　六安州　舒六之貢利盡荊楚。淮右名州沃野千里，民力田疾作輸納以時，庶幾家給人足。六地介南北，剛柔適中，文業武功，彪炳史冊。民勤耕稼，士崇氣節，皆以禮讓相先，無復囂訟。

**《臺海使槎錄・氣候》**　臺灣，環海孤峙，極東南之奧，氣候與漳泉相似。熱多於寒，故花則經歲常開，葉則歷年不落。春燠獨先，夏熱倍酷，秋多烈日，冬鮮凄風。四五月之交，梅雨連旬，多雷電，山溪水漲。自秋及春，則有風而無雨，多露少霧。田禾播種以後，亦喜露而畏雨。至月早升，地常震，風發不時，此一郡之大概也。諸羅自半線以南，氣候同於府治。半線以北，山愈深，土愈燥，水惡土瘠，煙瘴愈厲，易生疾病，居民鮮至，雞籠社孤懸。海口地高風烈，冬春之際，時有霜雪，此又一郡之中而南北異宜者矣。

**《臺海使槎錄・習俗》**　鴉片煙，用麻葛同鴉土切絲於銅鐺內煮成鴉片，拌煙另用竹筒實以椶絲，羣聚吸之。索值數倍於常煙。專治此者，名開鴉片館。吸二三次後，便刻不能離。暖氣直注丹田，可竟夜不眠。土人服此為導淫具，肢體萎縮，臟腑潰出，不殺身不止。官弁每為嚴禁。常有身被逮繫猶求緩須臾，再吸一筒者。鴉片土出噶喇吧。

**《戴震集・與丁開衢書》**　《易玄星紀譜》頗不通。上層列二十八宿，各注總度，終於三百六十五，無小餘。次層列十二次，注分野，終於三百六十，後不接續。三層用孟喜《易》坎、離、震、兌四正卦之爻配二十四氣者，四層用李溉所傳《卦氣圖》十二辟卦之爻配七十二候者，亦終於三百六十，後不接續。五層用諸侯、大夫、卿、公辟六十卦之爻爻錯綜之，以一爻配玄之二贊，亦終於三百六十，後不接續。六層列《玄》之八十一首及其準《易》，因空格附記諸家所推《玄》之九贊，配日躔宿度與節氣次舍之屬。七層、八層列《玄》之九贊與五層相配。

**《戴震集・中星》**　《周官經》土圭之法，測土深、正日景以求地中。日南景短，日北景長，取中而得尺有五寸，以是求南之中。日東景夕，日西景朝，時刻相差比，以是求東西之中。蓋所謂測土深者，以南北言也。聖人南

面而聽天下以法天，故南北爲經，東西爲緯，南北爲深、爲輪，東西爲廣。表景短長，即南北遠近，必測之而得，故曰測土深。所謂正日景者，以東西言也。地中景正，日加午，東方已過午後而爲景夕，西方尚在午前而爲景朝。《周髀》立晝夜異處加四時相及之算，謂地中與東西相距四分圜周之一則地中午。東方酉，西方卯，自卯至午，自午至酉，皆四時也。必正其日中之景以審時之相差，故曰正日景。兼是二者，一爲南北里差，一爲東西里差。測非獨夏至，夏至日中景最短，及其最長，皆以土圭度之。古人用是考黃、赤二道，猶漢已降之考北極高下也。寒暑進退，晝夜永短，悉因之，而隨地不同。

**《戴震集・原象》** 《論語》之北辰，《周髀》所謂正北極，是爲左旋之樞。日躔黃道，其極曰黃道極，《周髀》所謂北極璿機環繞正北極者也，月道之極又環繞璿機者也，是爲右旋之樞。璿機之環繞正北極而成規也，冬至夜漏中起正北極之下，日加卯在正北極左，日加午在正北極上，日加酉在正北極右，晝夜一周而過一度。春分夜漏中則起正北極之左，夏至起正北極之上，秋分起正北極之右，冬至而復起於正北極下。如是終古不變，以與日躔黃道相應。凡三百六十五日小餘不滿四分日之一，日發斂一終。月道斜交乎黃道，凡二十七日小餘過日之半，月逡其道一終。日月之會，凡二十九日小餘過日之半以起朔，十二朔凡三百五十四日有奇分而近歲終，積其差數置閏月，然後地序之從乎日行發斂者以正。故《堯典》曰：期三百有六旬有六日，以閏月定四時成歲。言六日者，舉成數。

日兆月而月乃有光，人自地視之，惟於望得見其光之盈，朔則日之兆月，其光嚮日，下民不可得見，餘以側見而闕。日月之行，朔而薄於交道，日爲月所揜則日食。日高月卑，其間相去蓋遠，故其食分淺深，隨地之方所見者不同。望薄交道，而月入闇虛則月食。張衡《靈憲》之文曰：當日之衝，光常不合者，蔽於地也，是謂闇虛。月過則食。闇虛之爲地景，故食分淺深，見者皆同。

月出入黃道表裏，最遠不及六度。日發斂於赤道外內四十餘度之間。赤道者，中衡也。古有分至啓閉謂之八節，準以設衡。其五衡與外衡、內衡，發斂所極至也。中衡，南北之中分也。自南斂北，入次四衡爲春，入次二衡爲夏，當其衡啓也。自北發南，出次二衡爲秋，出次四衡爲冬，當其衡閉也。《周髀》之七衡六間則準乎中氣十有二。其衡之規法，由來遠矣。

日之發斂以赤道爲中，月之出入以黃道爲中，此天所以有寒暑進退，成生物之功也。凡地之方所，近日下，盛陽下行，故暑；日遠側照則氣寒。寒暑之候，因地而殊。中土值內衡之下以北。其外衡之下以南，寒暑與中土互易。中衡之下，兩暑而無寒，暑漸退如春秋分乃復。南北極下，凝陰常寒矣。

**《戴震集・記夏小正星象》** 建寅之月，夏以爲正月。於時日躔降婁。初昏參已過中猶云參中者，舉大體言之，非若後代求諸度分之細也。斗杓縣在下者，《史記》杓攜龍角，衡殷南斗，魁枕參首，參中則魁南上，杓北下矣。

二月，日躔大梁。

三月，日躔實沈。參伏者，日所在之宿，故伏而不見也。

四月，日躔鶉首，故昴朝覿。南門在亢氐之南。

五月，日躔鶉火，故參朝覿。大火中者，夏以建午之月，合於《堯典》曰永星火，以正仲夏之文，時之相去未遠也。周以建未之月，《春秋傳》張趯曰：火星中而寒暑退。謂建未之月暑退昏中，建丑之月寒退旦中也。此惟周時則然。凡星未中，左旋進而上；過中，左旋流而下。《詩》七月流火，合乎《月令》季夏昏火中。皆周時數百年間也。

六月，日躔鶉尾。斗魁北下，故杓南上也。

七月，日躔壽星。漢案戶者，與戶南北直也。織女三星恆嚮降婁，壽星西沒則降婁東升，故初昏織女東嚮。斗杓縣在下者，魁枕參首，旦參中，故斗杓北下而旦，魁參相應也。

八月，日躔大火。辰則伏者，《爾雅》：大火謂之大辰。大辰，房心尾也。心三星中明大者，凡言大火主焉，此所謂辰也。日在則其心不見，故曰伏，同日出沒矣，去日半次而後朝覿。旦參中者，已過中猶言之，舉大體也。

九月，日躔析木之津。辰繫於日者，辰，心也，日將出，心乃見東方。

十月，日躔星紀。南門二星朝見於東南隅，非昏見也。言初昏者，失其傳也。織女北嚮而旦，星紀東升，故降婁直北，織女恆嚮降婁者也。

十有一月，日躔玄枵。

十有二月，日躔娵訾之口。

凡夏時日躔所在，與今差二次，與周時差一次，星之見伏旦昏中悉因之而異。

**《戴震集・九道八行說》** 月道出入黃道內外，二十七日有奇而交道一

終。交終不復於原處，其差一度又幾半度。每年之差，自東而西十九度奇。

古曆家有九道八行之説，所以考其差也。借青朱白黑以别之，借八節之名以命之。春分青道爲正東，立春青道爲東南，冬至黑道爲正北，立冬黑道爲東北，秋分白道爲正西，立秋白道爲西北，夏至朱道爲正南，立夏朱道爲西南。如交在冬至南緯二十三度半而入陰曆，半交必在春分黄道内五度半。春分無南北緯，則月北緯五度半，是爲春分青道。凡三十交，退在立冬南緯十六度奇而入陰曆，半交必在立春黄道内五度半。立春南緯十六度奇，則月南緯幾十一度，是爲立春青道。又三十交，退在秋分無南北緯而入陰曆，半交必在冬至黄道裏五度半。冬至南緯二十三度半，則月南緯十八度，是爲冬至黑道。又三十交，退在立秋北緯十六度奇而入陰曆，半交必在立冬黄道裏五度半。立冬南緯十六度奇，則月南緯幾十一度，是爲立冬黑道。又三十交，退在夏至北緯二十三度半而入陰曆，半交必在秋分黄道裏五度半。秋分無南北緯，則月北緯五度半，是爲秋分白道。又三十交，退在立夏北緯十六度奇而入陰曆，半交必在立秋黄道裏五度半。立秋北緯十六度奇，則月北緯幾二十二度，是爲立秋白道。又三十交，退在春分無南北緯而入陰曆，半交必在夏至黄道裏五度半。夏至北緯二十三度半，則月北緯二十九度，是爲夏至朱道。又三十交，退在立春南緯十六度奇而入陰曆，半交必在立夏黄道裏五度半。立夏北緯十六度奇，則月北緯幾二十二度，是爲立夏朱道。又三十交，退在冬至，月復循青道。以四年過半循二青道，四年過半循二黑道，四年過半循二白道，四年過半循二朱道，十八年過半八行一周。

古曆以自南而北交於黄道爲中交，常以中交爲主，今曆謂之正交。古曆自北而南爲正交，今曆謂之中交。日食朔，當交也。月食望，當交也。

九道自宋人疑之，至元而遂廢。考諸古曆，未有明析其必分之故者。由今思之，可以知交道出入焉，可以考當交、半交距赤道遠近焉，可以明交終所差、每月交於某宫某度焉，可以辨交之中終與朔望不齊、每朔望去交遠近及當交而有食焉。古法之廢而宜舉者此也。

**《戴震集・周髀北極璿機四游解二》**　月建之説，由來古矣。漢人據《逸周書》以爲斗杓移辰者，失其傳也。正北極以爲中，北極璿機環繞而成規，均分之爲十有二宫。冬至夜半璿機起正北子位，是謂建子。晝夜一周，又過一度。古度法。小寒則過丑宫，大寒爰直丑位，是謂建丑。立春過寅宫，啟蟄今爲雨水。爰直寅位，是謂建寅。雨水今爲驚蟄。過卯宫，春分爰直卯位，東游所極。是爲建卯。穀雨今爲清明。過辰宫，清明今爲穀雨。爰直辰位，是謂建辰。立夏過巳宫，小滿爰直巳位，是謂建巳。芒種過午宫，夏至爰直午位，南游所極。是謂建午。小暑過未宫，大暑爰直未位，是謂建未。立秋過申宫，處暑爰直申位，是謂建申，白露過酉宫，秋分爰直酉位，西游所極。是謂建酉。寒露過戌宫，霜降爰直戌位，是謂建戌。立冬過亥宫，小雪爰直亥位，是謂建亥。大雪過子宫，冬至而復起子宫。北游所極。如是終古不變。非若北杓所指。虞、夏迄今已差兩次也。

祖沖之曰：月位稱建。諒以氣之所本，名隨實著，非謂斗杓所指。近校漢時已差半次。審斗節時，其效安在？今考北極璿機四游與日躔黄道發斂相應，而二十四氣因之，祖氏所謂諒以氣之所本，雖未能確言，其識卓矣。

**《脉訣刊誤・診候入式歌》**　左心小腸肝膽腎，右肺大腸脾胃命。腎十二經動脉循環無端，始於手太陰，終於足厥陰。一晝夜五十周，朝於寸口，會於平旦。《内經》診以平旦，《難經》獨取寸口。寸口者，即手太陰之經渠穴也。上古診法有三，其一，各於十二經動脉見處分爲三部，天地人以候各臟腑。其二，以寸口與人迎參之，以驗引繩四時之大小，以決其病。春弦夏洪鈎，秋似毛冬石，依經分節氣。

《素問》曰：春脉如弦，其氣來耎弱輕虚以滑，端直以長，故曰弦。夏脉如鈎，其氣來盛去衰，故曰鈎。秋脉如浮，其氣來輕虚以浮，來急去散。冬脉如營，其氣來沉以搏，故曰營。《難經》曰：春弦，脉來厭厭聶聶，如循榆葉。阿阿緩若春楊柳，此是脾家居四季。

四時之末，土旺十八日。此脾土之本位，然而四時之候，四藏之脉，皆以脾土胃氣爲本。《難經》曰：脾者中州，其和平不可得見，衰乃見耳。來如雀之啄，如水之漏下，是脾家之衰見也。《脉經》曰：六月季夏建未，坤之間，土之位，脾旺之時，其脉火，阿阿而緩，名曰平脉。今脉訣增春楊柳以爲法象。蔡氏曰：凡脉不大不細，不長不短，不浮不沉，不滑不澁，應手中和，意思欣欣，難以名狀，爲胃氣，亦可謂善於形容者矣。

今按《脉經》所言：四時之平脉者，有胃氣之脉也。病脉者，四時脉多，而胃氣少者也。死脉者，但有四時脉，而無胃氣者也。如此則胃氣之脉，隨四時而寓於當時之脉之中，爲平脉也。不可得而見，亦不可得而形容。其

曰：阿阿而緩者，專以四季十八日中所診而見者言之耳。

**《脉訣刊誤・診四時病五行相克歌》** 春得秋脉定知死，死在庚辛申酉裏。夏得冬脉亦如然，還于壬癸為期爾。嚴冬診得四季脉，戊己辰戌還是厄。秋得夏脉亦同前，為緣丙丁相刑尅。季月季夏得春脉，克在甲寅應病極。直逢乙卯亦非良，此是五行相鬼賊。

**《脉訣刊誤・訣四時虛實歌》** 一藏有五邪，今只取虛實微三邪作歌及立名。

又只取二邪而遺其一，今改作診五邪歌。

春得冬脉只是虛，兼令補腎病自除。若是夏脉緣心實，還應瀉子自無虞。夏秋冬月皆如是，所勝為微不勝賊。在前為實，後為虛。春中若得四季脉，不治多應病自除。

**《脉訣刊誤・四時平脉》** 凡診病須先要識時脉、胃脉、與藏府平脉，然後及于病脉。時脉：謂春三月，六部中俱帶弦。夏三月俱帶洪，秋三月俱帶浮，冬三月俱帶沉。胃脉：謂中按得之脉和緩。藏府平脉已見前章。凡人藏府脉既平，胃脉和，又應時脉，乃無病者也。反此為病。

**《脉理會參・二十八脉詳辨》** 浮脉　浮為輕清在上之象，在卦為乾，在時為秋，在人為肺。夫肺職掌秋金，天地之氣，至秋而降，且金性重而下垂，何以與浮脉相應乎？不知肺金雖沉，然所主者實陽氣也。又處於至高，為四臟六腑之華蓋，輕清之用，與乾天合德，故與浮脉相應耳。

洪脉　大抵洪脉，只是根脚闊大，却非堅硬。若大而堅硬，則為實脉，而非洪脉矣。《內經》謂大則病進，謂其氣方張也。又曰夏脉如鈎，夏脉，心脉也。南方火也，萬物所以盛長也，其氣來盛去衰，故曰鈎。反此者病。反者，其氣來盛去亦盛。

沉脉　沉脉在卦為坎，在時為冬，在人為腎。黃帝曰：冬脉如營，冬為萬物含藏，其氣來沉以耎，故曰營。

夫腎之為藏，配坎應冬。萬物蟄藏。陽氣下陷，烈為雪霜，故其脉主沉陰而居裏。若悞與之汗，則如蟄蟲，出而見霜。若悞與之下，則如飛蛾，入而見湯，此叔和之至言也。

緩脉　脉緩以寬舒和緩為義。與緊脉正相反也。在卦為坤，在五行為土，在時為四季之末，在人身為足太陰脾經。若陽寸陰尺，上下同等，浮大而軟，無有偏勝，為緩而和勻。不浮、不沉、不大、不小、不疾、不徐，意思欣欣悠悠揚揚，難以名狀者，此真胃氣脉也。土為胃氣之母，中氣調和，則百病不生。一切脉中皆須挾緩，謂之胃氣。非病脉也。

數脉　數之為義，躁急而不能中和也。火性急速，故陽盛之症，脉來必數。肺部見之，為金家賊脉，秋月逢之，為尅令凶徵。

弦脉　弦如琴絃之挺直，而略帶長也。在卦為震，在五行為木，在四時為春，在五藏為肝，為寒在少陽。《經》曰：少陽之氣，溫和軟弱，故脉為弦。其氣來而實強，為太過，病在外，令人善怒，其氣不實而微，為不及，病在中，令人胸脇痛引背，兩脇脹滿，又肝脉來濡弱迢迢，如循長竿末梢，曰肝平。若過實則肝病，急勁則肝死。弦脉與長脉皆主春令，但弦為初春之象，陽中之陰，天氣猶寒，故如琴弦之端直而挺然，稍帶一分之緊急也。長為暮春之象，純屬於陽，絕無寒意，故如木榦之迢以長，純乎發生之氣象也。

長脉　長脉之應，與前弦脉略同。但弦之木，為萬物之始生。此主春生之正令。天地之氣至此而發舒，故脉象應之為長脉也。《內經》云：長則氣治。李月池曰：心脉長者，神强氣旺，腎脉長者，蒂固根深。皆言平脉也。然惟長而和緩，乃合春生之氣，為健旺之徵。長而硬滿，即屬火亢之形，而為疾病之應也。

**《河源紀略・雜錄》** 《明史》：西海水草豐美，番人環居之。專務畜牧，日益繁滋，素號樂土。

**又** 《漢書・西域傳》：諸國大率土著，有城郭田畜，與匈奴、烏孫異俗。蒲犁國、寄田、莎車、依耐國少穀，寄田，疏勒、莎車、輪臺以東捷枝、渠犁皆故國也。廣饒水草，田美種五穀，與中國同時熟。其傍國惟錐刀，貴黃金、彩繒，可以易穀食。

**又** 又搜粟都尉桑宏羊與丞相御史奏言：故輪臺以東接枝、渠犁，皆故國，地廣饒，水草有溉，田五十頃。以上處溫和田美，可益通溝渠，田一歲有積穀。募人壯健，有累重，敢徙者詣田所，就畜積為本業，益墾溉田，稍築列亭障，連城而西，以威西國。

**又** 《唐書・吐谷渾傳》：吐蕃使請河西九曲之地，以為金城，公主湯沐之所。既得九曲，其地肥良，堪頓兵畜牧。

**又** 《元史》河源附錄：大雪山，山腹至頂皆雪，冬夏不消。土人言：

遠年成水時，六月見之。

又曰：崑崙以西，人簡少，多處山南。山皆北穹，峻水亦散漫。獸有髦牛、野馬、狼、狗、羬羊之類。其東山益高地益漸，下岸狹隘，有狐可一躍而越之處。按輪臺、尉犁、扜彌、捷枝諸地，皆在塔里木大河之北，濱於大河。其精絕、戎盧、且末諸國在大河之南，為今沙磧地，亦濱大河，與北境相望。漢設都護，置屯田卒，以其地壤肥衍可耕牧。今回部語謂：沃野可耕之地，為塔里木，古今形勢悉相符合。是則河水灌溉之益，在西域已受其利，不獨秦隴開渠引水取資饒裕也。

**《昆明縣志・風土志》** 建甯郡，其氣平，冬不極寒，夏不極暑，盛夏如五月，盛冬如九月，天下之異地，海內惟有此。馮時可《滇行紀畧》：雲南最爲善地，六月如中秋，不用挾扇衣葛。嚴冬雖雪滿山原而寒不侵膚，不用圍爐服裘，地氣高寒無霜瀼，日月與星校中州倍大。望後至二十，月猶滿。花木多異種，温泉隨地皆有。四季如春，日炙如夏，稍陰如秋，一雨如冬，此通乎滇境言之也。

# 環境衛生總部

## 災疫部

### 題解

**《易林・師之大有》** 災疫病民，鰥寡愁忧。

**《後漢書・楊經傳》** 比年久旱，災疫未息。

**《舊唐書・五行志》** 太史伯陽甫謂周君曰：天地之氣，不過其序。若過其序，人亂也。人政乖錯，則上感陰陽之氣，陽伏而不能出，陰迫而不能升，於是有地震。

**《新唐書・五行志》** 萬物盈於天地之間，而其為物最大且多者有五：一曰水，二曰火，三曰木，四曰金，五曰土。其用於人也，非此五物不能以為生，而闕其一不可，是以聖王重焉。夫所謂五物者，其見象於天也為五星，分位於地也為五方，行於四時也為五德，稟於人也為五常，播於音律為五聲，發於文章為五色，而總其精氣之用謂之五行。

蓋王者之有天下也，順天地以治人，而取材於萬物以足用。若政得其道，而取不過度，則天地順成，萬物茂盛，而民以安樂，謂之至治。若政失其道，用物傷夭，民被其害而愁苦，則天地之氣沴，三光錯行，陰陽寒暑失節，以為水旱、螟蝗、風雹、雷火、山崩、水溢、泉竭、雪霜不時、雨非其物，或發為氛霧、虹蜺、光怪之類，此天地災異之大者。

夫所謂災者，被於物而可知者也，水旱、螟蝗之類是已。異者，不可知其所以然者也，日食、星孛、五石、六鷁之類是已。

### 論說

**《素問・刺法論》** 《遺篇刺法論》黃帝曰：余聞五疫之至，皆相染易，無問大小，病狀相似，不施救療，如何可得不相移易者？岐伯曰：不相染者，正氣存內，邪不可干，避其毒氣，天牝從來，復得其往，氣出於腦，即不邪干。氣出於腦，即室先想心如日。欲將入於疫室，先想青氣自肝而出，左行於東，化作林木。次想白氣自肺而出，右行於西，化作戈甲。次想赤氣自心而出，南行於上，化作焰明。次想黑氣自腎而出，北行於下，化作水。次想黃氣自脾而出，存於中央，化作土。五氣護身已畢，以想頭上如北斗之煌煌，然後可入於疫室。

又一法，於春分之日，日未出而吐之。又一法，於雨水日後，三浴以藥泄汗。

**《白虎通義・災變》** 天所以有災變何？所以譴告人君，覺悟其行，欲令悔過修德，深思慮也。《援神契》曰：行有點缺，氣逆於天，情感變出，以戒人也。災異者何謂也？《春秋潛潭巴》曰：災之言傷也，隨事而誅。異之言怪，先感動之也。何以言災有哭也？《春秋》曰：新宮火，三日哭。《傳》曰：必三日哭何？禮也。災三日哭，所以然者，宗廟先祖所處，鬼神無形體也。今忽得天火，得無為災所中乎？故哭也。變者何謂？變者，非常也。《耀嘉》曰：禹將受位，天意大變，迅風靡木，雷雨晝冥。服乘者何謂？衣服乍大乍小，言語非常。故《尚書大傳》曰：時則有服乘也。孽者何謂也？曰：介蟲生為非常。《尚書大傳》曰：時則有介蟲之孽，時則有龜孽。堯遭洪水，湯遭大旱，示有譴告乎？堯遭洪水，湯遭大旱，命運時然。所以或災變，或異何？各隨其行，因其事也。霜之為言亡也，陽以散雲。雹之為言合也，陰氣專精，積合為雹。日食者，必殺之何？陰侵陽也。鼓用牲於社。社者眾陰之主，以朱絲縈之，鳴鼓攻之，以陽責陰也。故《春秋》曰：日食鼓用牲於社。所以必用牲者，社，地別神也，尊之。故不敢虛責也。日食，大水則鼓用牲於社，大旱則雩祭未雨，非苟虛也，勑陽責下，求陰之道也。月食救之者，陰失明也，故角尾交日。月食救之者，謂夫人擊鏡，傅人擊杖，庶人之妻楔搔。太平之時，時雨時霽，下以恆陽而以時陽，天地之氣宣也。

**《脉經・平霍亂轉筋脈證》**　問曰：病有霍亂者何？師曰：嘔吐而利，此為霍亂。

問曰：病者發熱、頭痛、身體疼、惡寒而復吐利，當屬何病？師曰：當為霍亂。霍亂吐利止，而復發熱也。傷寒其脉微澀，本是霍亂，今是傷寒，卻四、五日至陰經上，轉入陰必吐利。

轉筋為病，其人臂脚直，脉上下行。微弦，轉筋入腹，雞屎白散主之。

平黄疸寒熱瘧脉證

凡黄候，其寸口脉近掌無脉。口鼻冷，並不可治。脉沉，渴欲飲水，小便不利者，皆發黄。

腹滿，舌燋黄，躁不得睡，屬黄家。

師曰：病黄疸，發熱煩喘，胸滿口躁者，以發病時火劫其汗，兩熱所得。然黄家所得，從濕得之。一身盡發熱而黄，肚熱，熱在裏，當下之。

師曰：黄疸之病，當以十八日為期治之，十日以上為差，反劇為難治。

又曰：疸而渴者，其疸難治；疸而不渴者，其疸可治。發於陰部，其人必嘔；發於陽部，其人振寒而發熱也。

**《諸病源候論・溫病諸候》**　溫病候　經言：春氣溫和，夏氣暑熱，秋氣清凉，冬氣冰寒，此四時正氣之序也。冬時嚴寒，萬類深藏，君子固密。則不傷於寒。觸冒之者，乃為傷耳。其傷於四時之氣，皆能為病。而以傷寒為毒者，以其最為殺厲之氣焉。即病者為傷寒，不即病者為寒毒，藏於肌骨中。至春變為溫病，是以辛苦之人，春夏必有溫病者，皆由其冬時觸冒之所致也。凡病傷寒，而成溫者，先夏至日者，為病溫。後夏至日者，為病暑，其冬復有非節之暖。名為冬溫，毒與傷寒大異也。有病溫者，汗出輒復熱，而脉躁，病不為汗衰，狂言不能食。病名為何也？曰：病名曰陰陽交，陰陽交者死。人所以汗出者，皆生於穀，穀生於精，今邪氣交爭於骨肉之間，而得汗者，是邪却而精勝。則當食而不復熱，熱者邪氣也，汗者精氣也，今汗出而輒復熱者，是邪勝也。汗出而脉尚躁盛者死，今脉不與汗相應，此不稱其病也。其死明矣。狂言者是失志，失志者死，今見三死，不見一生。雖愈必死，凡皮膚熱甚，脉盛躁者，病溫也。其脉盛而滑者，汗且出也。凡溫病人二三日，身軀熱，脉疾頭痛。食飲如故，脉直疾，八日死。四五日頭痛，脉疾喜吐，脉來細十二日死，此病不治。八九日，脉不疾，身不痛，目不赤，色不變，而反利，脉來牒牒，按不彈手，時大，心下鞕，十七日死。病三四日以下不得汗。脉大疾者生，脉細小難得者死。不治也，下利腹中痛甚者，死，不治。其湯熨針石，別有正方。【略】

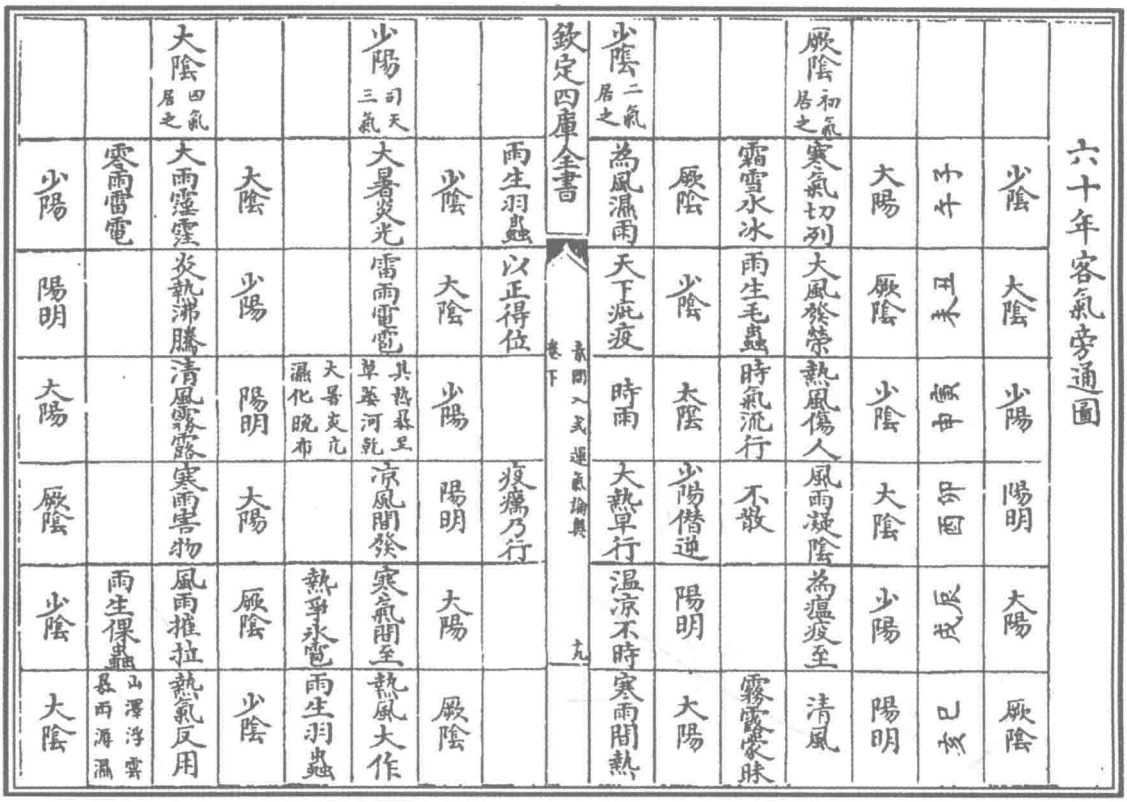
溫病令人不相染易候　此病皆因歲時不和，溫凉失節，人感乖戾之氣，而生病。則病氣轉相染易，乃至滅門，延及外人。故須預服藥及為法術以防之。

疫癘病候　其病與時氣溫熱等病相類。皆由一歲之内，節氣不和，寒暑乖候，或有暴風疾雨。霧露不散，則民多疾疫。病無長少，率皆相似，如有鬼厲之氣，故云：疫癘病。

瘴氣候　夫嶺南青草黄茅瘴，猶如嶺北傷寒也。南地暖，故太陰之時，草木不黄落，伏蟄不閉藏，雜毒因暖而生，故嶺南從仲春訖仲夏，行青草瘴。季夏訖孟冬，行黄芒瘴，量其用藥體性，嶺南傷寒，但節氣多溫，冷藥小寒於嶺北。

**《素問入式運氣論奥》**　論九宮分野

論曰：五運不及之歲，則有災宫所向之位，故不可一槩而論災也。經曰：九星懸朗，七曜周旋者，乃天之九星所主之分野，故少角歲云災。三宫東室震位，天衝司也，少徵歲云災。九宫南室離位，天英司也，少宫歲云災。五宫中室，天禽司也，寄位二宫坤位，少商歲云災。七宫西室兑位，天柱司也，少羽歲云災。一宫北室坎位，天蓬司也，皆以運氣不及之方言之。按《天元玉冊》曰：天蓬一水，正之宫也。天芮二土，神之應宫也。天衝三木，正之宫也。天輔四木，神之應宫也。天禽五土，正之宫也。天心六金，神之應宫也。天柱七金，正之宫也。天任八火，神之應宫也。天英九火，正之宫也。下以應九州之分野，謂冀、兗、青、徐、揚、荆、豫、梁、雍也。




論六十年客氣

別有一圖在上卷首

司天在泉，四間氣紀步，各主六十日八十七刻半。客行天令，居於主氣之上，故有溫涼寒暑，曚暝明晦，風雨霜雪，電雹雷霆不同之化，其春溫夏暑，秋涼冬寒，四時之正令，豈能全為運與氣所奪。則當其時，自有微甚之變矣。布此六十年，客氣旁通，列於主位之下者，使知其氣之所在大法也。其天符歲會，平氣支干逆順，氣與運相生相尅，客勝主勝，災化分野，交時先後，淫勝鬱復，嘉祥災變，各各不同，則經與玄珠皆備見之，審天時，占氣候，若符契之相合也。而六氣極則過亢，災害生矣。故氣極則反由是所乘之氣居下，以乘之。經所謂相火之下，水氣承之者是也。又有中見之氣從之。《經》所謂：少陽之上火氣治之，中見厥陰是也。蓋陽極則陰生，陰極則陽生，斯五行相濟之妙用也。其中見者，乃手足經六合藏府，相乘之化者是也。在天地間，則氣自應之矣。

《三因方・勞瘵敘論》　夫骨蒸、殗殜、復連、尸疰、瘵疰、蟲疰、毒疰、熱疰、冷疰、食疰、鬼疰等，皆曰傳尸者，以疰者，注也。病自上注下，與前人相似，故曰疰。其變有二十二種，或三十六種，或九十九種。大略令人寒熱盜汗，夢與鬼交，遺泄白濁，髮乾而聳，或腹中有塊，或腦後兩邊有小結核，連復數箇，或聚或散，沉沉默默，咳嗽痰涎，或咯膿血，如肺痿、肺癰狀；或復下痢，羸瘦困乏，不自勝持，積月累年，以至於死，死後乃疰易傍人，以至滅門者有之。更有飛尸、遁尸、塞尸、喪尸、尸疰等，謂之五疰，及大小附著等証不一。知其所苦，無處不惡，乃挾諸鬼邪而害人。以三因推之，內非七情所忤，

外非四氣所襲，雖若麗乎不內外因，奈其証多端，傳變遷移，難以推測。故自古及今，愈此病者，十不得一。所謂狸骨、獺肝、天靈蓋、銅鏡鼻，徒有其說，未嘗見效，惟膏肓俞、崔氏穴，若早知灸之可愈，若稍晚亦不濟也。

**《三因方・敘疫論》**　夫疫病者，皆四時不正之氣，春夏有寒清時，秋冬有暄熱時，一方之內，長幼病狀率皆相類，此即謂之天行是也。若春時應暖，而清氣折之，則責邪在肝，病曰青筋牽；夏時應暑，而寒氣折之，則責邪在心，病曰赤脉攢；秋時應涼，而熱氣折之，則責邪在肺，病曰白氣貍；冬時應寒，而暖氣折之，則責邪在腎，病曰黑骨瘟，土無正形因火而名，故附金木水火而變，病曰黃肉隨。其天行之病，大則流毒天下，次則一方一鄉，或偏着一家，悉由民庶宿業所致。故天地神祇，假茲不正之氣而行責罰。且人命有遭逢，時有否泰，故有偏着一家者。既有斯害氣，還以天地所生之物而防備之。命曰賢人知方。

**《仲景傷寒補亡論・瘟疫》**　輕經時而發者，必重也。且如傷寒一病，仲景以為冬傷於寒中而即病者，名曰傷寒。蓋初感即發，無蘊積之毒氣，雖為傷寒，而其病亦輕。仲景又曰：不即病，寒毒藏於肌膚，至春變為溫病，至夏變為熱病，是則既傷於寒，又感於溫，兩邪相搏合為一病。如人遇盜，又有同惡濟之者，何可支也？故傷寒，冬不即發，遇春而發者，比於冬之傷寒為重也。又有夏至而發者，蓋寒毒淺近，在膚腠正氣易勝，故難久留，是以即發，其毒稍深則入於肌肉，正氣不能勝，必假春溫之氣開疎腠理，而後可發，是以出為溫病。又其毒之盛者，經時既久，深入骨髓，非假大暑消爍，則其毒不可動，此冬傷於寒，至夏為熱病者。所以又重於溫也，故古人謂冬傷於寒，輕者夏至以前發為溫病，甚者夏至以後發為暑病也。此三者其為傷寒，本一也，惟有即發不即發之異，隨脈變動，遂大不同。又有冬不傷寒，至春感不正之氣而病，其病無寒毒之氣為之根，雖名溫病，又比冬傷於寒，至春再感溫氣，為病輕。然春溫冬寒之病，乃由自感自致之病也。若夫一鄉、一邦、一家皆同患者，是則溫之為疫者。然也非冬傷於寒，自感自致之病也。蓋以春時應煖而反寒，夏熱反涼，秋涼反熱，冬寒反煖，氣候不正，盛強者感之必輕，衰弱者得之必重，故名溫疫。亦曰天行時行也。設在冬寒之日，而一方、一鄉、一家皆同此病者，亦時行之寒疫也。大抵冬傷於寒，經時而後發者，有寒毒為之根，再感四時不正之氣而病，則其病安得不重？如冬病傷寒，春病溫氣，與夫時行瘟疫之類，皆無根本蘊積之類，纔感即發，中人淺薄，不得與寒毒蘊蓄，有時而發者，同論也，惟溫毒一病，既非傷寒，又非溫病，乃在冬時，表嘗感寒，先感冬溫不正之毒，後復為寒所折，膚腠閉密，其毒進不得入，退不得泄，必假天氣暄熱去其外寒，而後溫氣得通。鬱積既久，毒傷肌膚，故斑如錦文，或爛為瘡，而後可出。仲景曰：其冬有非節之煖，名為冬溫，冬溫之毒與傷寒大異，謂此溫毒也。亦有所感，輕淺則易出。所感深重，則非節之煖，人人皆感。故每為疫，其實先溫後寒，所以與傷寒大異。然而時之氣，有正有不正，何也？大論曰：春氣溫和，夏氣暑熱，秋氣清涼，冬氣冰冽，此則四時正氣之序。所謂四時正氣之病也。又曰：春時應煖而反大寒，夏時應熱而反大涼，秋時應涼而反大熱，冬時應寒而反大溫，此非其時而有其氣，是以一歲之中，長幼之病多相似者，此則時行之氣，是謂不正之氣，毒傷人者也。雍論傷寒名例，已見於初卷，今辨析時行溫疫詳言，著於篇下。

**《三因方・霍亂敘論》**　霍亂之病，為卒病之最者。以人起居無時，揮霍之間，便至變亂，悶絕不救，甚為可畏，臨深履危，不足以喻，有生之流，不可不達其旨趣。蓋其病因，涉於內外不內外，三種具備。而讀《傷寒論》者，見有本是霍亂，今是傷寒之說，便謂霍亂是傷寒。殊不知因傷寒致霍亂，只是外因一証耳，況風水濕皆有此証，殊不知喜怒思憂，飲食飢飽，皆能致霍亂之証，故不得不備論。

**《直指方・附瘟疫》**　瘟疫方論

《內經》曰：蒼天之氣清净則志意治，順之則陽氣固，雖有賊邪弗能害也。又曰：冬不藏精者，春必病瘟。是以多感於房勞辛苦之人，安樂者未之有也，俗名瘟病。《雜著》云：冬溫為病，此乃天時不正，陽氣反泄，藥忌溫熱。時行寒疫，却在溫暖之時，時本溫暖而寒，反為病。此亦天時不正，陰氣反逆，藥忌寒涼。又云：此病多發於春夏，一概相同者，此天地之厲氣，當參運氣而施治也。

**《秘傳眼科龍木論・天水行後赤眼外障》**　此眼初患之時，忽然赤腫淚出。若有患者，或輕或重，還從一眼先患，後乃相牽俱損。

詩曰：

忽然赤疼腫相並，天行赤眼是為名。
厲竹熱氣相傳染，躰性隨人有重輕。

瀉肝湯飲應須服，瞼中鎌血更星星。
秦皮湯洗吞丸藥，不瘥經年玉翳生。
忌毒也須將息治，不須鉤烙恐傷睛。
若將痛藥強為點，損敗神光實可驚。
醫療之門何最穩，多餐涼藥得平平。
□□翳膜得消散，善散□之自見徵。

**《名方類證醫書大全・霍亂》** 霍亂之證，多兼乎吐瀉。皆由飲食不節，或過食肫膾乳酪之物，傷於五臟，停積胃脘，脾弱不能運化，又爲風寒之氣所干，陰陽隔絕，揮霍變亂而成。此證輕則上吐下瀉，兩腳轉筋，甚者遍體轉筋，腹肚疼痛，手足厥冷。若欲絕者。倉卒之際，宜於臍中灼艾及用蓼一把，煎湯泡洗，次投以姜附湯、理中湯之類。其脉洪大者易治，脉微腎縮舌捲者難治。又有霍亂而不吐瀉者，止其類吐不吐，類利不利，頃刻之間，便致悶絕。當多灌鹽湯，引其必吐宿食殆盡，然後以嚴氏加減理中湯、治中湯歛二調之。既愈之後煩熱多渴者，以麥門冬湯調之。夏月中暑亦能令人霍亂吐瀉，臨證又當詳審。

亂吐瀉者，加橘紅青橘各一兩，名治中湯。○若乾霍亂，心腹作痛，先以鹽湯少許頻服，候吐出令透，即進此藥。○若嘔吐者，於治中湯內加丁香、半夏一兩，每服生薑十片同煎。○若泄瀉者，加橘紅、茯苓一兩，名補中湯。○若溏泄不已者，於補中湯內加附子一兩。○不喜飲，水穀不化者，再加縮砂仁一兩共成六味。○若霍亂吐下心腹作痛，手足逆冷，於本方內去白朮加熟附，名四順湯。○若傷寒結胃，先以桔梗、枳殼等分煎服，不愈者及諸吐利後，胃痞欲絕，心膈高處急痛，手不可近者，加枳實、茯苓，名枳實理中湯。○若渴者，再於枳实理中湯內加栝蔞根一兩。○若霍乱後轉筋者，理中湯內加火煅石膏一兩。○若臍築者，腎氣動也。去朮加官桂一兩半，腎惡燥故去朮，恐作奔豚，故加官桂。○若悸多者，加茯苓一兩，若渴欲飲水者，去白朮加附子一兩。○若飲酒過多及啖炙煿熱食發鼻衄，加川芎一兩，若傷胃吐血，以此藥能中脘分，利陰陽，安定血脉，只用本方。

暑　五苓散去桂薑，煎冷服，治中暑霍亂吐利。方見暑門。

黃連香薷散　薑煎極冷服。方見暑門。

水浸丹　治伏暑傷冷，冷熱不調，霍亂吐利，口渴。黃丹水飛一兩，各二錢半，炒。巴豆二十五個，去皮心油。右同研勻，用黃蠟鎔作汁，和為丸梧子大，每服五丸，水浸半時，別以新汲水吞下

桂苓甘露散　治胃暑霍亂。方見暑門。

枇杷葉散方見中暑門。　治中暑，轉筋煩渴引飲。

霍香正氣散　黃連香薷散　各相拌，和薑蔥煎服，名二香散，治暑湿相搏，霍亂轉筋，煩渴悶亂。

濕　霍香正氣方載傷寒門。　治濕氣霍亂吐瀉。

七情　七氣湯　治七氣欝結五臟之間，互相刑尅，陰陽不和，揮霍变亂，吐利交作。

半夏湯洗五兩　厚朴薑製　桂心各三兩　白芍藥　茯苓各四兩　紫蘇葉　橘皮各二兩　人參一兩　右咬咀，每服四錢，水一盞，薑七片，棗一枚，煎空心熱服。

食傷　治中湯　治食傷吐瀉兼胃脘有寒。方見脾胃門。

又方　治傷食霍亂吐利，以楠木同薑煎熱服效。

煩渴　秘方　淡木瓜、枇杷葉同煎湯溫服。

既濟湯　治霍亂後虛煩不得眠。

人參　甘草　淡竹葉炙。各四兩　麥門冬去心一兩　附子炮半兩　半夏湯洗五錢　右咬咀每服四錢，水一盞，薑五片，粳米百餘粒，煎，空心溫服。

五十六　麥門冬湯　治霍亂已愈，煩熱多渴，小便不利。

**《浙西水利書・災疫论》** 災疹之後必有疾疫，乘其羸十不救一。謂之天災，實由饑耳。如能使民以時，導達溝瀆，保其稼穡，俾百姓不饑而死，曷為其勞哉！

**《壽世保元・瘟疫》** 脉陽濡弱，陰弦緊，更遇濕氣，變為瘟疫。瘟病汗不出，出不至足者死。厥逆汗自出，脉堅强急者生，虛軟者死。

一、論天行瘟疫傳染。凡患瘟疫之家，將出病人衣服於甑上蒸過，則一家不染。若親戚鄉里有患瘟疫，去看問，先將清油抹鼻孔，任進，候出外又將紙捻在於鼻內，探取噴嚏三五箇，則不染。又方以雄黃末塗鼻孔，行動從客位而入。男子病，穢氣出于口，女子病積氣出于陰門，其相對坐立之間。必須識其向背。一、斷瘟疫法。令人不相傳染，密以艾炙病人牀四角各一壯，勿令人知秘法也。

《赤水玄珠・勞瘵》　按勞瘵之症，曰骨蒸、殗殜、伏連、尸疰、勞疰、蟲疰、毒疰、冷疰、食疰、鬼疰。若骨髓熱者，爲骨蒸。半卧半起者，爲殗殜。五臟内傳爲伏連。諸疰者，即今之傳尸也。蓋疰者，注也，自上注下，與前人相似，故曰疰。其變多種，大概令人寒熱，沉沉默默，不的知其所苦，而無處不患，若寒熱自汗，面白目乾，口苦神昏，善恐，不能獨卧，傳在肝也。若寒熱，面黑，鼻燥，善忘，大便秘澀，口舌生瘡，傳在心也。若寒熱面青，唇黄，舌本強硬，言語不出，飲食無味，羸瘦吐涎，傳在脾也。若寒熱，面赤，鼻白，乾燥毛折，咯嗽喘急，吐涎膿血，傳在肺也。若寒熱，面黄，耳焦，腳肹痠痛，小便白濁，遺瀝，腹痛，傳在腎也。此皆傳尸勞瘵之所苦者。然世人聞其名，則神驚而志恐，一抱其病，謂之必死無生，往往淹延，竟至不救，傷哉！此病四方之民皆有之，然東南之民，患者接踵，有傳染而殞絕子孫者。西北之民，百無一二，是何故耶？蓋西北之地，土厚水深，居民食麵啖肉，不嗜湯飲，居稟實，臟腑固。東南之地，土薄水淺，居民食米啖魚，多嗜湯飲，居稟弱，臟腑滑。所稟既殊，血氣亦異，方土之所致也。凡人一身之間，三尸九蟲均有之矣，人呼則呼，人吸則吸，北人肌肉厚，膚腠密，有以滋養，隱而不動。南人肌肉薄，膚腠疏，無以滋養，動而不隱。不隱則害人。始而呼吸血氣，血氣既少，呼吸真氣，真氣已衰，其蟲亦困，將隨人殞。獨肺蟲一種，則稟殺厲之氣，已成靈物，人將氣絕，飛遁而出，變化不測，一着虚衰之人，則至於死，所以謂之傳尸癆瘵。

《赤水玄珠・霍亂門》霍亂者，揮癨撩亂，其勢急暴，有似鬼祟，實非邪也。乃内有所傷，外有所感，陰陽乖隔而成。此前人格論。

《赤水玄珠・時行氣》　《陰陽大論》云：春氣溫和，夏氣暑熱，秋氣清凉，冬氣冷冽，此則四時正氣之序也。冬時嚴寒，萬類深藏，君子固密，則不傷於寒，觸冒之者，乃名傷寒耳。其傷於四時之氣者，皆能爲病，以傷寒爲毒者，以其最成殺厲之氣也。

中而即病者名曰傷寒，不即病者，寒毒藏於肌膚，至春變爲溫病。至夏變爲暑病，暑病者，熱極重於溫也。是以辛苦之人，春夏多溫熱病，皆由冬時觸寒所致，非時行之氣也。凡時行者，春時應暖而復大寒，夏應大熱而反大凉，秋時應凉而反大熱，冬時應寒而反大溫，此非其時而有其氣。是以一歲之中，長幼之病多相似者，此其時行之氣也。

夫欲候知四時正氣爲病及時行疫氣之法，皆當按斗曆占之。

九月霜降節後宜漸寒，向冬大寒，至正月雨水節後，宜解也，所以謂之雨水者，以冰雪解而爲雨水故也。至驚蟄二月節後，氣漸和暖，向夏大熱，至秋便凉。

從霜降以後，至春分以前，凡有觸冒霜露，體中寒即病者，謂之傷寒也。其冬有非節之暖者，名曰冬溫。冬溫之毒，與傷寒大異。冬溫復有先後，更相重沓，亦有輕重，爲治不同，證如後章。

從立春節後，其中無暴大寒，又不冰雪，而有人壯熱爲病者，此屬春時陽氣，發於冬時伏寒，變爲溫病。

成云：此爲溫病也。《内經》曰：冬傷於寒，春必病溫。

從春分以後，至秋分節前，天有暴寒者，皆爲時行寒疫也。三月、四月，或有暴寒，其時陽氣尚弱，爲寒所折，病熱猶輕；五月、六月，陽氣已盛，爲寒所折，病熱則重；七月、八月，陽氣已衰，爲寒所折，病熱亦微。其病與溫及暑病相似，但治有殊耳。

中云：此時天令漸熱，一時不正之寒感之，包時令熱氣在内，故發爲疫病，非冬傷寒之謂也，故成云此疫氣也。

十五日得一氣，於四時之中，一時有六氣，四六名爲二十四氣。

成云：節氣十二，中氣十二，共二十四。《内經》云：五日爲之候，三候謂之氣，六氣謂之時，四時爲之歲。

中云：節氣者，如立春正月節之類也。中氣者，如雨水正月中之類也。然氣候亦有應至而不至，或有未應至而至者。或有至而不去者，或有至而太過者，皆成病氣也。《金匱要略》曰：冬至之後，甲子夜半，少陽起，少陰之時，陽始生，天得溫和。以未得甲子，天因溫和，此爲未至而至也。以得甲子，而天未溫和，此爲至而不至也。以得甲子而天大寒不解，此爲至而不去也。以得甲子而天溫如盛夏五六月時，此爲至而太過也。《内經》曰：至而和則平，至而甚則病，至而反者病，至而不至者病，未至而至者病。

中云：非特冬爲然，余三時亦當以此法觀之。但冬甲子，尤一歲氣運所關耳。

但天地動靜，陰陽鼓擊者，各正一氣耳。

成云：天地之氣鼓擊而生春夏秋冬，寒熱溫和，各正一氣也。

是以彼春之暖，爲夏之暑；彼秋之忿，爲冬之怒。

成云：春暖爲夏暑，從生而至長也。秋忿爲冬怒，從肅而至殺也。是故冬至之後，一陽爻升，一陰爻降也。夏至之後，一陽氣下，一陰氣上也。斯則冬夏二至，陰陽合也。春秋二分，陰陽離也。陰陽交易，人變病焉。此君子春夏養陽，秋冬養陰，天地之剛柔也。小人觸冒必嬰暴疹，須知毒烈之氣，留在何經，而發何病，詳而取之。

是以春傷於風，夏必飧泄。夏傷於暑，秋必病瘧。秋傷於濕，冬必咳嗽。冬傷於寒，春必病溫。此必然之道，可不審明之。

成云：當春之時，風氣大行，春傷於風，風氣通於肝，肝以春適王，風雖入之，不能即發，至夏肝衰，然後始動。風淫末疾，則當發於四肢。夏以陽氣外盛，風不能外發，故攻內而爲飧泄。飧泄者，下利米穀不化，而色黃。當秋之時，濕氣大行，秋傷於濕，濕則干於肺，肺以秋適王，濕雖入之，不能即發，至冬肺衰，然後濕始動也。雨淫腹疾，則當發爲下利。冬以陽氣固，濕氣不能下行，故上逆而爲咳嗽。當夏之時，暑氣大行，夏傷於暑，夏以陰主內，暑雖入之，勢未能動，及秋陰出而陽爲內主，然後暑動傳陰而爲痎瘧。痎者，二日一發；瘧者，一日一發。當冬之時，寒氣大行，冬傷於寒，冬以陽爲主內，寒雖入之，勢未能動；及春陽出而陰爲內主，然後寒動傳陽而爲溫病。是感冒四時正氣爲病，必然之道。

**《景岳全書・雜證謨・瘟疫》** 避疫法

瘟疫乃天地之邪氣，若人身正氣內固，則邪不可干，自不相染。故避之之法，惟在節慾節勞，或於房室勞倦之後，尤不可近，仍勿忍饑以受其氣，皆要法也。至於却邪之法，則如《刺法論》所云：天牝從來，復得其往，氣出於腦，即不干邪。蓋天牝者，鼻也。鼻受天之氣，故曰天牝。氣自空虛而來，亦欲其自空虛而去，即天牝從來，復得其往也。正以氣通於鼻，鼻通於腦，毒入腦中，則流布諸經，令人相染矣。氣出於腦，謂嚏之，或張鼻以泄之，或受氣於室，則泄氣於外，而大吸精氣以易之，則邪從鼻出，而毒氣自散，此却邪於外之法也。又如想心如日等法。蓋膽屬少陽，為中正之官，少陽氣壯，則臟氣賴以俱壯而邪不能入，此强中禦邪之法也。凡探親診疾，事有不容已者，但知此諸法，則雖入最穢之地，自可保其無慮。一方治天行時氣，宅舍怪異，用降真香燒焚，大解邪穢。小兒帶之，能解諸邪，最驗。一法以福建香茶餅，不時噙口中，大辟傷寒瘴氣穢惡。

《醫統》曰：男子病，邪氣出於口；女人病，邪氣出於前陰。其相對坐立之間，必須識其向背。或以雄黃末塗鼻孔中，行動從容，察位而入。凡入病家，此亦醫人之不可不知也。

**《景岳全書・瘟疫》** 瘟疫熱毒辨治

瘟疫本即傷寒，然亦有稍異。以其多發於春夏，且因時氣偏行，大小相似，必待日數足，然後得汗而解者，是為瘟疫之證。雖古法云：瘟病在三陽者多，三陰者少，然亦不可拘泥。若見陰證陰脈，是即三陰病也，大宜辨而治之。

**《醫方考・瘟疫門》** 敘曰：瘟疫以六婬致疾，證狀各各不同，自非良醫，鮮有明者。吾嘗執贄遠邇而求學益，叩及瘟疫諸證，即擅名之士猶訥焉。今考方十二首，詳辨其證，庶幾乎活人之補也。

觸冒四時不正之氣，而成時氣病，憎寒壯熱，頭疼身痛，口渴。人人相似者，此方主之。謂春時應暖而反大寒，夏時應熱而反大涼，秋時應涼而反大熱，冬時應寒而反大溫，此非其時而有其氣。是以一歲之中，長幼之病多相似也。藥之為性，辛者得天地之金氣，於人則為義，故能匡正而黜邪。瘟毒表裏俱盛，五心煩熱兩目如火，鼻乾面赤，大渴舌燥者，此方主之。寒毒藏於肌膚，至夏變為熱病；熱病未除，更遇溫熱，名曰瘟毒。熱病之最重者，寒能制熱，故用石膏；苦能下熱，故用芩、連、梔、蘗；佐以麻黃、淡豉之發散者，以溫熱至深，表裏俱實，降之則鬱，揚之則越，鬱則溫熱猶存，兼之以發揚，則炎炎之勢皆熄矣。此內外分消其勢，兵之分擊者也。

寒疫頭疼身熱，無汗惡風，煩燥者，此方主之。春分以後，至秋分節前，天有暴寒，抑遏陽氣，不得泄越，有上件諸證者，皆為時行寒疫。表有風寒，故見太陽證頭痛身熱，無汗惡風；裏有溫熱，故見煩躁。疫癘積熱，時生疙瘩結毒，俗稱流注，面腫咽塞者，此方主之。經曰：榮氣不從，逆於肉理，乃生毒癰，又曰：熱勝則腫，故疫癘之餘熱，解之未盡，逆留於分肉之間，則作上件諸證。

**《醫宗己任編・時毒》** 時毒者，感四時不正之氣，初發狀似傷寒，五七日間，乃能殺人。日外，不治自愈。

**《痰火點雪・傳屍鬼疰》** 夫病曰：屍疰者，以其身為蟲所蛀，蟲蛀其

屍，有蝨賊蝕物之害，是故名焉。然症與癆瘵彷彿，惟遞傳染，累世不絕，有伏連殗殜等名，總曰傳屍病也。溯所自來，蓋有一種鬼疰屍氣，伏於人身，使人精氣血液日耗，漸致陽盛陰虧，煎熬熏爍，血液結搏，漸而變為怪異之蟲，日蝕月蛀，臟腑消潰，蝕盡氣絕則死。乾坤生意，已詳圖式矣。謂初世之蟲，形若人髮馬尾，再世，則小者若蛔，大者若蛇，至于九世，則類人類鬼，其狀不一，令人可驚。始于熏陶漸染，旋踵至極，一死即一病，甚至滅門絕戶者有之。自古惟葛氏之法最奇，但以世久湮其證論，獨存數方而已。觀所立諸方，皆主參耆者，蓋有真知實見，以正勝邪。猶良農治畦，滋之以糞，五穀濃盛，則稊稗自蔑矣。今觀者，不知作者之意，遂棄而勿用，何也？彼以參耆為峻補，以蒿口為峻攻，殊無定見，三思反惑。或以歸地補陰，或以芩連降火，陰藉陽生之法，昧而不求，懵然無悟。若此之劑，陰何以生？蟲何以殺？徒潰其腸腹而已，更何益耶？當此之際，醫與病家，鮮不袖觀鼠首，束手傍徨，以俟天年者，良可悼哉！愚謂是症之法，但與癆瘵少異，必君以殺蟲，臣以養正，佐以益水清金，使以滋陰抑陽，則善矣。越于是法，豈其然乎？凡素有病此之家，則人人自當驚惕，毋酗酒，毋恣欲，毋偏七情，謹禁六淫，保護元氣，所謂本固則邦寧，邪何以入？其所以染者，皆不知持滿，以酒為漿，以妄為常，以欲喪其真，邪乘虛入，而後乃染。《經》曰邪之所湊，其氣必虛，正此謂耳。要之病既着體，則當以死為念，兢兢業業，絕諸欲，薄厚味，諸法亦當早施，庶不貽禍。倘不守其戒，不珍其命，迨至傳遞諸臟，則真敗邪勝，即葛君之神，復何濟耶！

**《柳選四家醫案・痧疫門》**爛喉痧證，來勢甚暴。甫周一日，丹疹密隱。咽喉已腐，壯熱無汗。大便泄瀉，煩躁渴飲，脘腹按之痛。邪不外達，熾盛於裏。燎原之勢，不可嚮邇。恐其遽爾內陷，昏喘生變。

**《醫學心悟・論疫》**時疫之症，來路兩條，去路三條，治法五條，盡矣。何謂來路兩條？疫有在天者，有在人者，如春應溫而反寒，夏應熱而反涼，秋應涼而反熱，冬應寒而反溫，非其時而有其氣，自人受之，皆從經絡而入，或為頭痛、發熱、咳嗽，或為頸腫、發頤、大頭。天行之類，斯在天之疫也。若夫一人之病，染及一室，一室之病，染及一鄉，一鄉之病，染及闔邑，此乃病之穢氣相傳染，其氣息俱從口鼻而入，其見症增寒壯熱，胸膈滿悶，口吐黃涎，乃在人之疫，以氣相感，與天無涉，所謂來路兩條者此也。夫在天之疫，從經絡而入，宜分寒熱，用辛溫辛涼之藥以散邪，如香蘇散、普濟消毒飲之類，俾其從經絡入者，仍從經絡出也。在人之疫，從口鼻而入，宜用芳香之藥以解穢，如神朮散、藿香正氣散之類，俾其從口鼻入者，仍從口鼻出也。至於經絡、口鼻所受之邪傳入臟腑，漸至潮熱譫語，腹滿脹痛，是為毒氣歸內，非疏通腸胃，無由以解其毒，法當下之，其大便自行者，則清之，下後而餘熱不盡者，亦清之，須令臟腑之邪從大便出也。所謂去路三條者此也。夫發散、解穢、清中、攻下，共四法耳，而謂治法有五，何也？大抵邪之所湊，其氣必虛，體虛受邪，必須以補法駕馭其間，始能收效萬全，如氣虛補氣，血虛補血。古人所用參蘇飲、人參白虎湯、人參拔毒散、黃龍湯、四順清涼飲，方內有人參，當歸，其意可想而知矣。於前四法中加以補法，乃能左右咸宜，縱橫如意，邪氣退而元氣安，所謂治法五條者此也。熟此五法，而融會貫通，其於治疫也，何難之有？

**《醫效秘傳・瘟疫》**瘟疫者，渾身壯熱，憒憒不爽，沿門闔境，遞相傳染，盛於春夏之間者是也。雖因時氣而得，然所感者皆由惡毒異氣而成，非若春寒夏涼秋熱冬溫之類也。夫天地間之氣，升於春，浮於夏，不無有惡毒者在焉。人在氣中莫知也，若正氣虛者，遂致傳染。或病者身熱，其氣蒸蒸浮越於外，若正氣虛者，亦致傳染。然感天地之邪者，在春夏間，感病人之邪者，無分春夏者也。是以獄中此病，四時無間，最易傳染，其不染者，由正氣內實，邪不能感也。然感是邪者，從口鼻而入也，由是正被邪侵，怫鬱煩擾，而病作矣。雖因天地之邪，實自內出者也。故感受之因，異傷寒，異溫暑，異非時感冒之寒疫。

傷寒

傷寒者，冬時觸冒寒邪，而病即發者也。其症頭項痛，腰脊強，發熱惡寒，不煩躁，無汗，脈來浮緊而濇。若在冬時霜降後及春分前，宜用麻黃湯。

冬溫溫毒

冬溫者，冬感溫氣而成，即時行之氣也。何者？冬令嚴寒而反溫熱，人觸冒之，名曰：冬溫。冬溫之病，與傷寒大異，以溫則氣泄，是失其閉藏之令矣。故古人用補中益氣帶表藥以治之。

溫毒者，或冬令嚴寒，觸冒寒邪，待天氣暄熱而發。或傷寒之熱未已，再遇溫熱，變為溫毒。溫毒為病，最重也。治宜寒涼大解其熱。若邪熱日深，

毒氣不泄，發為癮疹斑爛與時氣發斑，其病尤重。或升麻葛根湯，或化斑湯治之。

寒疫

寒疫者，非時感冒之暴寒，亦時行之氣也。傷寒例曰：從春分以後至秋分節前，天有暴寒，皆時行寒疫也。

熱病

熱病者，冬傷於寒不即發，至春又不發，鬱而至夏發者是也。其病身熱頭痛煩渴，不惡寒，脈洪而盛。蓋因夏月時熱兩盛，治宜苦辛寒，清解為主。寒邪鬱久化熱。《經》曰：熱病者，傷寒之類也，故主苦辛寒法以救之。

溫病熱病，其脈洪大有力，此陽症見陽脈也，可治。若脈來沈微細小，此陽症見陰脈也，必死。《經》曰：溫病攘攘，大熱脈小足冷者死。

晚發

晚發者，清明後、夏至前，而發者是也。

傷寒

寒者，冬月嚴寒殺厲之氣也。然有冒、有傷、有中之不同。

**《蘭臺軌範・病源》** 一歲之內，節氣不和，寒暑垂候，或有暴風疾雨，霧露不散，則民多疾疫，無長少，卒皆相似，如有鬼厲，故云疫癘。

中惡：精神衰弱，為鬼神之氣卒中之，卒然心腹刺痛，悶亂欲死。凡卒中惡腹大而滿者，診其脈緊大而浮者死，緊細而浮者生。又中惡吐血數升，脈沉數細者死，浮焱如疾者生。脈大段如此，亦不可泥。卒然吐血多者，多係中惡，莫作吐血治。

尸厥：陰陽逆也。其狀如死，猶微有息而不恒，脈尚動而形無知也。脈沉大而滑，身溫而汗，此為入腑，氣復自愈。若唇青身冷，此為入臟，即死。

尸氣：人有觸值死尸，或臨尸，其尸氣入腹內，與尸虫相接成病，其發亦心腹刺痛，脹滿氣急，但聞尸氣則發，故謂之尸氣。

諸注：謂邪氣居住人身內，故名為注。又注易旁人也，乃有三十六種，九十九種，而方皆不顯其名。所載有風、鬼、轉、生、死、邪、氣、寒、熱、冷、蠱、毒、惡、忤、遁、走、溫、喪、哭、殃、食、水、骨、血、溫、痺、勞、微、泄、石、產、土、飲，以上諸注，皆正氣虛而邪氣傳綿也，與諸尸病相近。

又有九種注：一曰風注，二曰寒注，三曰氣注，四曰生注，五曰涼注，六曰酒注，七曰食注，八曰水注，九曰尸注。

**《萬病驗方・瘟疫》** 瘟疫者，其病與時氣溫熱等證相類。乃天地不時之厲氣，感而受之，狀若傷寒，遞相傳染。若體氣壯盛，感之淺者，輕而易療；若元氣虛敗，感之深者，重而難愈。其證自外而入，當從仲景傷寒法變通治之。若天行時毒疫癘，初覺憎寒體重，次傳頭面腫痛，或咽喉不利，舌乾口燥，值饑渴之後患之，最宜用普濟消毒飲。

**《萬病驗方・時毒》** 薛立齋曰：齊氏云：時毒者，為四時邪毒之氣，而感之于人也。其候發于鼻面、耳項、咽喉，赤腫无頭，或結核有根。令人憎寒壯熱，頭疼或肢體痛。甚者，恍惚不寧，咽喉閉塞，人不識者，將謂傷寒，便服解藥，一二日腫气增益，方悟，始求醫藥。原夫此疾，古方无論，世俗通為丹瘤，病家惡言時疾，切恐傳染，考之于經，曰：人身忽經变赤，狀如涂丹，謂之丹毒。此風熱惡毒所爲，謂之丹瘤，与夫時毒特不同耳。蓋時毒者，感四時不正之气，初發如傷寒，五七日之間，乃能殺人。治者宜精辨之。此病，若五日以前，精神昏乱，咽喉闭塞，語声不出，头面不腫，食不知味者，必死之候，治之无功矣。然而此疾，有阴有陽，有可汗，有可下，苟且粗工，但云熱毒，只用寒藥，殊不知病有微甚，治有逆從，不可不审。凶年劳役普患者，不宜用峻利之劑，安裏为主，普濟消毒飲最善，此治時毒之良法也。

**《外科正宗・時毒》** 夫時毒者，天行時氣之病也。春當溫而反寒，夏宜熱而反涼，秋當涼而反熱，冬宜寒而反溫，此四時不正之氣，感於人發成斯疾也。自有陰陽、表裏、寒熱、虛實分治。初起與風寒相類，惟頭、面、耳、項發腫為真，其患既得，寒熱交作，體強頭眩，脈浮緊數者，為邪在表，以荊防敗毒散或萬靈丹發汗以散之；如兩目鼻面漸次傳腫者，乃正陽明受病，其患煩腫發熱，便秘口乾，多熱少寒，脈數有力，為邪在裏，五利大黃湯、四順清涼飲下之；又頭角兩耳前後結腫者，乃手少陽經受之，其患耳鳴筋痛，寒熱嘔吐，口苦咽乾，煩躁時甚，當以知母石膏湯、小柴胡湯和之，通用防風通聖散加牛蒡、元參解毒攻裏；勞役凶荒，沿門闔巷傳染者，普濟消毒飲、藿香正氣散以安之；表裏俱解，腫尚不消，宜砭去惡血；腫熱甚者，如意金黃散敷之；微熱不紅堅硬者，沖和膏選而用之；自後仍不消者，必欲作膿，宜托裏消毒散加白芷、皂角針托之；已潰體倦食少者，補中益氣湯；膿穢脾虛，食而嘔吐者，香砂六君子湯；潰而不斂者，十全大補湯。又有毒中三陽，自項之以上

俱發腫者，光如水色，雙目合縫，唇似豬形，口角流涎，腫不消潰，聲音不出，飲食不入，咽喉腫閉，牙關難開，破流臭水，穢氣連綿不絕者，犯此俱為不治。

**《外科正宗・時毒看法》**　初起寒熱交作，頭面一處作腫，紅赤發熱疼痛者易。已成高腫發熱，疼痛有時，語聲清朗，湯藥易入者輕。已潰，膿稠堅，腫漸消，疼痛漸減，飲食漸進，身溫者吉。潰後膿水漸止，腫退肌寬，神彩精寧，睡臥安穩者順。初起多寒少熱，頭、面、耳、項俱腫，光如水晶，不熱者險。已成漫腫無頭，牙關緊閉，湯水不入，聲音不出者逆。已潰，膿水清稀，氣味敗臭，腫痛不除，如屍發胖者死。潰後臭水淋漓，腫不知痛，手足多冷，常出譫言者死。

**《外科正宗・時毒治法》**　寒熱交作，頭眩體痛，六脈浮緊，邪在表也，宜汗散之。頭面赤腫作痛，口燥咽乾，大便秘實，邪在裏也，下之。外有寒熱，內亦口乾，脈弦有力，表裏俱實，發表攻裏。表裏俱解，腫痛仍不消者，乃瘀血凝滯，宜砭去惡血。砭血之後，腫痛仍作不消者，已欲作膿，宜托裏健脾。腫痛日多而脹痛者，已有膿，急針之，更兼補托脾胃。潰後腫痛不減，膿清腥穢，脾胃弱也，更宜溫中健脾。饑年時毒流行，傳染者忌用攻發，當和解宜養正氣。

**《瘟疫明辨・原序》**　瘟疫一症，歷代明哲具有成方。如仲景有大青龍湯、陽旦湯、越婢湯、黃芩湯、白虎湯、大小柴胡湯、三承氣湯、麻黃升麻湯。諸條列瘟疫之見症，為汗法、下法、和法、雙解法。輕重深淺，纖毫備具，特散見於諸經條中，而未嘗直指其名為瘟疫。非不欲明言也，其書本傷寒立論，而互為區別之，書非專論瘟疫之書。且上古文辭簡易，詳於辨症而不詳於立名，欲人從症上細辨，則不必名上區別，而自無混治之失。嗣是而後，河間有《宣明五氣論》，則論瘟疫較詳，立法更備。如桂苓甘露飲、黃連解毒湯、三已效方、涼膈散、人參石膏湯、雙解散諸方皆是，而亦未正其名。易老東垣大羌活湯、九味羌活湯，立方更備，而亦無專書，無特名。至吳又可先生，貫串古今，融以心得，著《時行瘟疫》一論，真可謂獨闢鴻濛，揭日月於中天矣。顧其書具在，而時賢有未見而不用其法，或雖見其書而不能信者，無怪矣。有口誦其書嘖稱道，而對症施方，仍多不用其法，口則曰：此時症也。而手則仍用《傷寒》之方，拘《傷寒》之法者，比比皆然。愚揣其情，必非知而不用也，知其名而未得其辨症之法耳。愚目擊心傷，不揣固陋，而取吳子之原本，或註釋，或增訂，或刪改，意在辨瘟疫之通體異於傷寒。而尤慎辨於見症之始，故首增辨氣、辨色、辨脈、辨舌、辨神諸論於開卷，使閱者一見瞭然。則吳子之書人人可用，而瘟疫之橫夭者少，生全者多，誠斯世斯民之幸也！

**《瘟疫明辨・序二》**　醫不難於用藥，而難於審症。昔陳氏素中著《傷寒辨症》四卷，恐人誤以溫熱病混同傷寒論治，特為揭出。曰：傷寒如何？溫熱病如何？俾覽者如別黑白，其用心可謂仁矣。外見吳氏又可《瘟疫論》，其症與溫熱病大概彷彿，而實有不同，蓋傷寒不常有而溫熱病常有，溫熱病常有而溫疫則不常有也。夫冬傷於寒，春必病溫。春為溫病，夏則為熱病，此固無歲無之。若溫疫或數年一見焉，或數年不一見焉。吳氏謂為天地別有一種厲氣，人感之，其邪連募原，舍於夾脊之間，附近於胃，出表陷裏，傳變不一。誠哉，斯言也！有譏其鑿空妄談，恣用大黃剋削元氣，貽人殀枉，不亦過歟！然何以定其為溫疫？當天災流行之時，沿門闔境，老少相似，不難辨也。其中亦有雜症誤治者。況值時疫初起，冒昧錯認，冤沉苦海，差以毫釐，失之千里矣。此《溫疫明辨》一書，所以繼又可而作也。其臨症有辨氣、辨色、辨舌、辨神、辨脈五條。論治有汗、下、清、和、補五法。其餘剖析疑似，探微抉奧，剴切詳明，了無剩義。得是書而又可論中之旨，愈暢善學者，研究而有得焉。引而伸之，解類旁通，凡遇溫熱病與傷寒，亦可朗朗然明辨之矣。然則謂是書為又可之功臣，可為素中之功臣亦可。乾隆壬申立夏日萊堂汪祺識。

**《陳修園醫書七十二種七十二種・瘟疫明辨》**　辨氣

風寒，氣從外收斂入內，病無臭氣觸人。間有作臭氣者，必待數日轉陽明府症之時，亦只作腐氣，不作屍氣。瘟疫，氣從中蒸達於外，病即有臭氣觸人，輕則盈於牀帳，重則蒸然一室，且專作屍氣，不作腐氣，以人身藏府，氣血津液得生氣則香，得敗氣則臭。瘟疫敗氣也，人受之，自藏府蒸出於肌表。氣血津液，逢蒸而敗，因敗而溢，溢出有盛衰，充塞有遠近也。五行原各有臭氣，木臊金腥，心焦脾香腎腐，以臭得其正，皆可指而名之。若瘟疫，乃天地之雜氣，非臊、非腥、非焦、非腐，其觸人不可名狀，非鼻觀精者，不能辨之。試察廁間糞氣，與凶地屍氣，自判然矣。辨之既明，治之毋惑。知為瘟疫而非傷寒，則凡於頭痛發熱諸表症，不得誤用辛溫發散，於諸裏症，當清當下者，亦不得遲回瞻顧矣。

辨色

風寒主收斂，斂則急，面色多繃急而光潔。瘟疫主蒸散，散則緩，面色多鬆緩而垢晦。人受蒸氣，則津液上溢於面，頭目之間多垢滯，或如油膩，或如煙熏，望之可憎者，皆瘟疫之色也。一見此色，雖頭痛發熱，不宜輕用辛熱發散。一見舌黃煩渴諸裏症，即宜攻下，不可拘於下不厭遲之說。

辨舌

風寒在表，舌多無胎，即有白胎，亦薄而滑。漸傳入裏，方由白而黃，由黃而燥，由燥而黑。瘟疫一見頭痛發熱，舌上即有白胎，且厚而不滑，或色兼淡黃，或粗如積粉。若傳經入胃，則兼二三色。又有白胎即燥，與至黑不燥者，大抵疫邪入胃，舌胎頗類風寒，以兼濕之故，而不燥耳。惟在表時舌胎白厚，異於傷寒。能辨於在表時不用辛溫發散，入裏時而用清涼攻下，斯得矣。

辨神

風寒之邪傷人，令人心知所苦，而神自清。如頭痛作寒熱之類，皆自知之。至傳裏入胃，始神昏譫語。緣風寒爲天地正氣，人氣與之乖忤而後成邪，故其氣不昏，人神情也。瘟疫初起，令人神情異常，而不知所苦，大概煩躁者居多。或如癡如醉，擾亂驚悸，及問其何所苦，則不自知。即間有神清而能自主者，亦多夢寐不安，閉目即有所見，有所見即譫妄之根。緣瘟疫爲天地邪氣，中人人病，中物物傷，故其氣專昏人神情也。

辨脈

瘟疫之脈，傳變後與風寒頗同，初起時與風寒迥別。風寒從皮毛而入，一二日脈多浮，或兼緊，兼緩，兼洪而皆浮，迨傳入裏，始不見浮脈，其至數亦清楚而不糢糊。瘟疫從中道而變，自裏出表，一二日脈多沉，迨自裏出表，脈始不沉，乃不浮不沉而數，或兼弦兼大，而皆不浮，其至數則糢糊而不清楚，其初起脈沉遲，勿作陰寒斷。沉者，邪在裏也；遲者，邪在陰分也。脈象同於陰寒而氣色舌胎神情，依前諸法辨之，自不同於陰寒。或數而無力，亦勿作虛視，緣熱蒸氣散，脈不能鼓指，但當解熱，不宜補氣。受病之因有不同，故同脈而異斷也。

辨時行疫癘與風寒異氣

風主疎泄，寒主凝泣，二氣雖有不同，然皆冷而不熱。其中人也，鬱而不宣，方其初受在表，均宜溫散，麻黃湯、桂枝湯、芎蘇十神、神朮等方，皆散寒之劑，非解熱之劑。時行之氣，屬濕溫二氣合成，熱而不冷，其中人也，則臟腑腐敗。方其初傳在表，即宜涼解，大青龍湯、六神通解散、九味羌活湯、葳蕤湯、大羌活湯、人參散驚散，質解熱之劑，非散塞之劑也。以解熱之劑治風塞，輕則塞中之變，重則厥逆亡陽。以散寒之劑治瘟疫，輕則劒渴譫妄，重則枯竭亡陰，此氣不可不辨也。

辨時行疫癘與風異受

風寒從表入裏，自皮毛而肌肉，而筋脈，而胸膈，而腸胃，一層漸深一層，不能越此而入彼。故汗不厭早，下不厭遲，爲和爲解，淺深毫不可紊，以其氣皆屬冷。一層收斂入一層，必待寒化爲熱，邪斂入內，方可攻下涼解，否則邪未入裏，預用攻利涼解，虛其裏氣，反引表邪內陷，而成結胸痞利諸險證也。時症從口鼻而入，先中中焦，後變九傳，其傳自裏出表。雖出表，而裏未必全無邪留，經過之半表，未必全無邪干。故下不厭早，汗不厭遲，爲和爲解，淺深必不可拘。以其氣皆屬熱，熱能作蒸，不必鬱變。而此蒸即帶彼熱，當其未出表時，強欲溫表，在始則引毒熱成燎原之勢，爲斑劒狂喘諸凶，在末則傷真陰爲枯槁沉昏厥逆諸危也。

辨傳經

瘟疫傳經，與風寒不同，風寒從表入裏，故必從太陽而陽明，而少陽，而入胃。若瘟疫則邪從中道而出表入裏，惟視人何經本氣之強弱爲傳變。故吳又可曰：疫邪有先表後裏者，有先裏後表者，有但表不裏者，有但裏不表者，有表勝於裏者，有裏勝於表者，二句吳又可本作有表裏偏勝者一句。有表而再表者，有裏而再裏者，有表裏分傳者，此爲九傳。愚按所謂表者，發熱惡寒頭痛，頭眩，項強，背痛，腰疼，腿膝足脛酸痛，自汗，無汗，及頭腫面腫，耳目赤腫，項腫，發斑發疹皆是。所謂裏者，渴嘔胸滿，腹滿腹痛，脇滿脇痛，大便不通，大便泄瀉，小便不通，小便黃赤澁痛，及煩躁譫妄沉昏，舌燥，舌卷，舌強，口咽赤爛皆是。在風寒從表入裏，裏症必待漸次閉鬱而成。故見表症，不必兼見裏症，且入裏之後，表多自解。故見裏證之後，不必復見表證。若溫疫本從中道而出表，故見表症時，未有不兼一二裏症者，且未有不兼見一二半表裏之少陽證者。仲景所云：陽明少陽合病，必自下利。三陽合病，脈浮大上關上，但欲眠睡，目合則汗。三陽合病，腹滿身重，難以轉側，口不仁而面垢，譫語遺尿。皆指瘟疫言，非指風寒言也。且瘟疫屬蒸氣，出表入裏，原自

不常有，入裏下之，而餘邪不盡，仍可出表者。嘗見譫妄沉昏之後，病愈數日，復見頭疼發熱，復從汗解者，此所謂表而再表，風寒必無是也。更有下證全具，用承氣湯後，裏氣通而表亦達，頭痛發熱，得汗而解，移時復見舌黑胸滿，腹痛譫妄，仍待大下而後愈者。此所謂裏而再裏，風寒必無是也。若夫表裏分傳之症，風寒十無一二，疫症十有六七。但據傳經之專，雜以辨之。一經專見一經證者，多風寒。一經雜見二三經證者，多疫症。日久漸轉屬者多風寒，一日驟傳一二經，或二三經者，多疫症。則雖病有變態，而風寒不混於疫症，疫症不混於風寒，施治自無訛誤矣。至若辨氣、辨色、辨舌、辨神，俱已清楚。而投之以治疫之藥，復有不效者。則以時疫有獨發，有兼夾他症之故，是以辨時疫異於他症矣。至挾他症者，則此人時疫與彼人時疫，又有不同，尤當細辨。其兼症凡五種，夾症凡十種，詳列於後。

**《陳修園醫書七十二種・急治喉疹要法》**　今庚申地喉病流行，傷人過於咸豐癸卯年。浙省疫氣流行，變患痘疹爛喉等病，更酷且廣。今將杭州周光遠所刊名醫王士雄先生《醫案》中，保痘喉神妙三方併論，及治驗可法者三案，指盡病機，治法絲絲入扣。暨抄近時上海諸善士，印送《白喉忌表書》中之三方。與王氏大意相同，專主清降氣火，敗減血毒，無一味表散提透害人之藥。合二書推治喉患，實活命仙法濟人寶筏也。今均照原書刊錄於後：

錄論

上年秋燥冬暖，霜雪稀少，河井乾涸。吾杭自九月間起，天花流行，十不救五。小兒之殤於是者，日以百計。先生曰：此痘疫也。治法當與常痘有異，惜幼科未之察耳。且天令發泄，不主閉藏，入春恐多喉患。特刊加味三豆飲方，俾未曾佈痘者預服免患，將出者恣飲冀輕。又勸人頻服青龍白虎湯，以杜春來喉患。不料其言果應。三春不雨，喉症甚多。醫者猶不悟其致病之因，僅知發散，正如火上添油。先生胸有成竹，一以仲聖白虎湯爲救焚主劑藥。若已及於營分者，用晉三犀角地黃湯相機加減。又刊青龍白虎湯暨錫類散方，廣爲印送，賴此以活者，不可勝數。

加味三豆飲　生菉豆　生黃豆　生黑大豆或用生白扁豆亦可。　金銀花　生甘草　水煎服。

先生原刻自注云：古方三豆飲，爲痘證始終可服之妙藥。未出時常服，痘可使稀；將出時急服，重可冀輕，已出時恣服，逆可轉順；盡出時頻服，毒可易清。俗傳種痘是密室烘花，更有初生小兒，於十八日內服藥，令其出痘之法，是揠苗助長。此等矯揉造作，陰受其害者，古今來不知幾恆河沙數矣。至於種種稀痘之方，皆無意義。或以毒藥損人元氣，或以穢物致生別恙，慎勿爲其所惑。惟此方藥，極簡易，性最平和，味不惡劣，易辦易服，不必論其體質，久服無弊。誠盡善盡美之王道藥也。杭人惑於患痘，不食豆之說甚屬可鄙，今特辯明，冀人醒悟。凡小兒能啜飲後，即以此藥日日代茶。誠保赤之首章焉。原方用赤豆，性燥傷陰，予以黑大豆易之，更有補陰之績，雖燥令燥體，皆無礙矣。再益銀花、甘草而化毒之功尤勝。或疑銀花性涼，似難久用，不知三豆皆穀也，性能實脾，得銀花以濟之，更覺沖和。況小兒體純陽極，宜此甘涼補陰之味。豈特稀痘，尤能明目消疳，不生瘡癤、泄瀉等病，其功未能殫述也。

青龍白虎湯　橄欖　生蘆菔　水煎服。

先生自注云：此予自製方也。橄欖色青，清足厥陰內寄之火風，而靖其上騰之焰；蘆菔色白，化手太陰外來之燥熱而肅其下行之氣。合而爲劑，消經絡留滯之痰，解膏粱魚麵之毒。用以代茶，則龍馴虎伏，臟腑清和，豈但喉病之可免耶。且二味處處皆有，人人可服，物易功優，久任無弊，實能弭未形之患，勿以平淡而忽諸。

錫類散吹至喉開痛除爲度。推治諸毒下疳，梅毒犯喉，亦神效，勝六神丸百倍。

西牛黃五釐　象牙屑焙三分　飛淨青黛六分　人指甲六釐男女各三釐。　真珠三分　梅花冰片三釐　壁錢二十個俗名喜兒窠，木枚上不用。　共研極細，吹入患處。流出惡涎。即愈。

先生自注云：此專治爛喉痧疹之神方也。尤鶴年載於《金匱翼》云：張瑞符傳此方以救人而得子。故予名之曰錫類散。

**《陳修園醫書七十二種・時方妙用》**　時疫

程山齡云：時疫之症，須知有來路兩條，去路五條。何謂來路兩條？疫有在天者在人者，如春應溫而反寒，夏應熱而反涼，秋應涼而反熱，冬應寒而反溫。非其時而有其氣，自人受之，皆從經絡而入，或爲頭痛發熱咳嗽，或頸腫發頤大頭風之類，斯在天之疫也。若一人之病，染及一室，一室之病，染及一鄉，以及闔邑。病氣穢氣，互相傳染。其氣從口鼻而入，其見症增寒壯熱，

胸膈飽悶，口吐黃涎。乃在人之疫，以氣相感，與天無涉，所謂來路兩條者此也。避疫之法，惟在節慾節勞，仍勿忍饑以受其氣。膽爲中正之官，膽氣壯則十一經之氣賴以俱壯，邪不能入。《醫統》云：男人病邪氣出於口，女人病邪氣出於前陰。其對坐之間，必須識其向背，或以雄黃塗鼻孔中，從容察位而入。

**《陳修園醫書七十二種·經驗要方十九種·霍亂痧》** 痛而不吐瀉者，名乾霍亂，毒入血分，宜放痧。新食宜吐，久食宜消，食消下結宜攻。痛而吐瀉者，毒入氣分，宜刮痧。有痧筋則放，宜調其陰陽之氣。須知腸胃食積宜驅不宜止，止則益痛。若吐瀉而後痛者，此因瀉糞穢觸，宜用藿香正氣。須防食積血滯，或消或攻，或活血。彼山藥、茯苓及燥濕之劑，温暖之藥，皆不可亂投。乾霍亂盤腸大痛。先放痧。【略】

一人晚覺腹痛，吐瀉數十次，痛益甚。宿食雖吐瀉，乃毒入血分，血瘀作痛也。

**《陳修園醫書七十二種·急痧應靈散》** 霍亂一症，皆由寒邪鬱結，氣閉不通，因而吐瀉交作，後至力乏陰虛，血液枯涸，則筋脈攣急，手足拘。即俗名吊腳痧也。此症朝發夕死，夕發朝亡。無論藥力不及，即重猛烈之品，而熱劑刮陰，終於不救。此散藥雖峻猛，而納於劑中，自能溫通臟腑，不致傷陰。乃古名醫所傳，試無不驗，識者珍之。治痢症，能溫通減輕，治陰症亦見效，但須善其後耳。

**《陳修園醫書·霍亂論》** 總義

《素問·六元正紀大論》云：太陰所至，爲中滿霍亂吐下。太陰濕土之氣，内應於脾中滿霍亂吐下，皆中焦濕邪爲病。第土無定氣，分寄於四季。又惟夏季爲獨旺，蓋大暑至秋分六十日是太陰司令，恰與君相二火合化。喻氏以三氣同推，允爲卓見。故太陰所至，亦不必拘定司天在泉而論也。如霍亂一病，每發於夏秋之間者，正以濕土司氣而從熱化耳。若其人中陽素餒，本已土不勝濕，而復襲涼飲冷，則濕從寒化而成霍亂者，亦有之。真陰素虧，則濕從熱化，故六淫之邪多隨人之體質爲變易。非盡屬天運之自然也。然熱化者天運之自然，寒化者他氣之所逆。知常知變，庶可以治霍亂焉。

《靈樞·經脈篇》云：足太陰厥氣上逆，則霍亂。足太陰脾，土臟也。其應在濕，其性喜燥，鎮中樞而主升清降濁之司。惟濕太盛，而滯其升降之機，則濁反厥逆於上，清反抑陷於下，而爲霍亂。雖有熱化寒化之分，必以治中焦之濕爲要領也。

《傷寒論》云：問曰：病有霍亂者何？答曰：嘔吐而利，名曰霍亂。此設爲問答以明霍亂之病，謂邪在上者多邪，在下者多利。邪在中焦，上逆而爲嘔吐，復下注而利者，則爲霍亂。霍亂者，揮霍悶亂，成於頃刻，變動不安之謂也。若上不能納，下不能禁之，久病但名吐利，不得謂之霍亂也。

又云：霍亂頭痛，發熱，身疼痛，熱多欲飲水者，五苓散主之。寒多不用水者，理中丸主之。霍亂該吐下而言。頭痛發熱身疼痛，則霍亂之表證也。而有寒熱之分者，以中焦土位，乃陰陽之交，而無一定之性。從陰化則爲寒，每因寒涼而病始發，冬月多有之。從陽化則爲熱，因暑熱而病始發，夏秋多有之。然因寒者口必不渴，稍渴者病必屬於熱。仲景又云：下利欲飲水者，以有熱故也。故寒熱二證，即在此辨。五苓散去水以泄熱，理中丸燠土以祛寒。雄推此例，分列熱證，寒證於左。冀醫者判別陰陽，庶不倒行逆施，而蹈絕人長命之戒。

熱證

《素問·六元正紀大論》云：土鬱之法，爲嘔吐霍亂。諸鬱之發，必從熱化。土鬱者中焦濕盛，而升降之機乃窒。其發也，每因吸受暑穢，或飲食停滯，遂至清濁相干，亂於腸胃，而爲上吐下瀉。治法如平胃散能宣土鬱而分陰陽，連朴飲能祛暑穢而行食滯。若驟傷飽食而脘脹脈滑，或脈來濇數模糊，胸口按之則痛者，雖吐，猶當以鹽湯探吐，吐盡其食，然後以黃芩加半夏湯、致和湯之類調之。

又云：不遠熱，則熱至。熱至，則身熱吐下霍亂。此明指霍亂，有因熱而成者。奈《病源》《三因》等書，咸謂霍亂無不本之風冷，遂致薛立齋、張介賓輩，專主於寒，印定後人眼目。凡患熱霍亂者，皆爲此數公殺之矣。且不遠熱三字亦非，但以藥食爲言，如勞役於長途田野之間，則暑邪自外而入矣，宜白虎湯、六一散之類甘寒以清之。或安享乎醇酒膏粱之奉，則濕熱自内而生矣，宜梔豉湯、黃芩加半夏湯、連朴飲之類苦辛以泄之。其有暑入傷元，白虎湯可以加參。氣虛招暑用參朮，必佐清邪。昔賢成法，自可比例而施，奈昧者妄謂勞傷之病宜補，膏粱之體必虛，不察其常，侈談其變，信手溫熱，動輒殘生，良由讀書不明理，反爲書所蔽，欺己欺人，彼自不覺耳。

《傷寒論》云：問曰：病發熱，頭痛身疼，惡寒吐利者，此屬何病？答曰：此名霍亂。自吐下又利，止復更發熱也。霍亂之病，雖由内蘊濕熱而然，但既有發熱、頭痛、身疼、惡寒之表證，則治法必當兼理其表，此仲聖主五苓散之意也。然表證又當分別，如吸受風暑之邪，而兼煩躁、面垢、齒燥者，宜平胃去术加栀豉、竹葉、薄荷、木瓜、扁豆之類。惟感冒風涼之邪者，宜五苓散。若兼冷食停滯，而寒熱似瘧者，宜十味香薷飲加減，或六和湯之類。若挾痰飲而兼眩暈者，霍香正氣散加減。蓋内蘊之邪，每因外觸之氣而發也。亦有暑暍直侵脾胃，與内邪相協爲虐。迨裏氣和而吐利止，則邪復還之表，而爲發熱者，駕輕湯主之。寒霍亂後，表不解者，有仲聖之桂枝法在。

劉守真曰：三焦爲水穀傳化之道路，熱氣甚則傳化失常，而吐利霍亂，火性躁動故也。此守真釋《内經》吐下霍亂屬熱之文也。按嘉言云：《内經・病機十九條》敍熱病獨多，賴河間逐病分詳明晰，所以後世宗之。故原病式不可不讀也。夫以著陰病論之喻氏，猶且折服如是，其斷非一偏之見可知矣。故徐洄溪有寒霍亂百不得一之說，然不可謂竟無也，間亦有焉，要在臨證深加詳審耳。乃薛立齋之流未窺至理，敢以寒多立論，豈非甘獲罪於先賢，妄貽殃於後世耶！

張鳳逵曰：暑氣入腹，惡心腹痛，上吐下瀉，瀉如水注。春分以後，秋分以前，少陽相火，少陰君火，太陰濕土，三氣合行其政。故天之熱氣下，地之濕氣上，人在氣交之中受其蒸淫之氣，由口鼻入而擾其中，遂致升降失司，清濁不分。所瀉者，皆五臟之津液，急宜止之。然止非通因塞用之謂也。濕甚者，胃苓湯分利陰陽，暑亦自去。熱甚者，桂苓甘露飲清其暑火，濕亦潛消。若火甚之體，内本無濕而但吸受暑邪者，白虎湯之類宜之。蓋臟性有陰陽之別，陰虛者火旺，雖病發之時，適犯生冷，而橘朴等僅宜暫用。陽虛者濕勝，雖寒潤之品，非其所宜，如胃苓湯已爲合法。縱或體氣極弱，亦不過補氣清邪並用，若因其素秉之虛，而忘其現病之暑，進以丁附薑桂之劑，真殺人不轉睫矣。且傷暑霍亂，有身熱煩渴，氣粗喘悶而兼厥逆躁擾者，慎勿認作陰證，但察其小便必黄赤，舌苔必粘膩或白厚，宜然照湯澄冷服一劑，即現熱象，此時若投薑附藥，轉見渾身青紫而死矣。甚有手足厥冷少氣，唇面爪甲皆青，腹痛自汗，六脈俱伏，而察其吐出酸穢，瀉下臭惡，便溺黄赤者，是熱伏厥陰也。熱極似陰，急作地漿水煎竹葉石膏湯服之。又有吐瀉後身冷如冰，脈沉欲絕，湯藥不下，或發噦，亦是熱伏於内，醫不能察，投藥稍溫，愈服愈吐，驗其口渴，以涼水與之即止，後以駕輕湯投之，脈漸出者生。然暑之爲病，傷之驟者則發之暴，傷之漸者則發之緩。故九月時候猶多伏暑，霍亂之證，醫者不可不知。

《金匱云》：轉筋之爲病，其人臂腳直脈上下行，微弦。轉筋入腹者，雞矢白散主之。

尤在涇曰：肝主筋，上應風木。肝病生風，則爲轉筋。其人臂腳直，脈上下行，微弦，《經》云諸暴強直皆屬於風也。轉筋入腹者，脾土虛，而肝木乘之也。雞爲木畜，其矢微寒，而能祛風濕以利脾氣。故取以治是病焉。雄按：薛一瓢以轉筋與痙證同雄義亦本此。

《原病式》云：轉反戾也，熱氣燥爍於筋，則攣瘛而痛。火主燔灼，躁動故也。或以爲寒客於筋者，誤也。蓋寒主收引，然止爲厥逆，禁固，屈伸不利，安得爲轉也。所謂轉者，動也。陽動陰靜，熱證明矣。夫轉筋者，多由熱甚，霍亂吐利所致。以脾胃土衰，則肝木自盛，而熱爍於筋，故轉筋也。夫發渴則爲熱，凡霍亂轉筋而不渴者，未之有也。

張路玉曰：嘔吐泄瀉者，濕土之變也。轉筋者，風木之變也。濕土爲風木所剋，則爲霍亂轉筋。平胃散加木瓜主之。有一毫口渴，即是伏熱，種種燥熱之藥，誤服即死，雖五苓散之桂，亦宜酌用。【略】

郭右陶曰：先吐瀉而心腹絞痛者，從穢氣而發者，多先心腹絞痛而吐瀉者，從暑氣而發者多。然吐瀉之霍亂，乃暑穢傷人氣分，宜用油鹽（括）〔刮〕其皮膚，則痧不内攻。若心胸脹悶，腹中絞痛，或如板硬，或如繩縛，或如筋弔，或如錐刺刀割，雖痛極而不吐瀉者，名乾霍亂。乃邪已入榮，宜以針刺出血，則毒有所泄。然後再審其因而藥之。若痧脹已極，難於刮刺者，又必先以藥救醒，乃可以回生，明此三法，庶可十全。

張路玉曰：脾胃喜香燥，惡臭濕，若素多濕滯，而犯臭氣，則正氣鬱遏，腹痛乃作。或上連頭額俱痛，或下連腰腿俱痛，有痛死不知人，少間復蘇者，有腹痛不時上攻，水漿不入，數日不已者，甚至欲吐不吐，欲瀉不瀉，或四肢厥逆，面青脈伏，或遍體壯熱，面紫脈堅，但與生黄豆嚼之，覺香甜者是臭毒也。急以燒鹽探吐，或以童便製香附四五錢爲末，停湯頓服最妙。舉世有用水刮肩背及臂者，有以苧麻水濕刮之者，有以磁碗油潤刮之者，有以磁鋒針

刺委中出血者，總欲使腠理開通之意耳。其脈多伏，或細小緊濇，或堅勁搏指，中帶促結，皆是陰逆陽伏之象，不可誤認陰寒而投熱藥。雖砂仁之辛溫香竄，亦不可輕用。若見面青脣黑，脈勁搏指，厥逆喘促，多不可救也。又有感惡毒異氣之番痧證，卒然昏倒，腹痛，面色黑脹，不呼不叫，如不急治，兩三時即斃。有微發寒熱，腹痛麻瞀，嘔惡神昏者，或濈濈汗出，或隱隱發斑，或毒邪掀發於表也。有發即瀉利厥逆，腹脹無脈者，此毒邪內伏也，所患最暴，多有不及見斑而死者，大抵與霍亂相似。初覺即以莜麥焙燥，去殼取末三錢，溫湯調服，重者少頃再服即安。蓋莜麥能鍊腸胃滓穢，降氣寬胸，而治濁滯，爲痧毒之專藥。其毒甚而黑者，急砭委中穴，去黑血以泄毒邪。蓋驟發之病，勿慮其虛，非此急奪，束手待斃。倘無莜麥，或服之不應，即宜理氣爲先。如香蘇散加薄荷荊芥，辛涼透表，次則辟邪爲要，梔子豉湯加牛蒡、生甘草，解毒安中。表熱勢甚，清熱爲急，黃芩湯加連翹木通，分利陰陽。斑點深赤，急用芫蔚湯下其血分之毒。如見煩擾腹脹，脈來數疾，急投涼膈散。如《局方》以竹葉易生薑，則毒從下奪。熱劇神昏，雖合三黃，多不可救。煩渴引飲遺尿，速清陽明，白虎湯加葱豉，使毒從表化。以上諸法，在未經誤藥，庶可挽回一二。曾見一商，初到吳會，暢飲酣歌，席間霎時不安，索生薑湯一啜而逝。又有朔客到楓，覓混澡浴，忽然眩暈嘔逆，到舟即斃。且有誤認傷寒，而與發散，周身斑紫如雲而死者。亦有誤認痲疹，而與檳榔櫻桃核湯，咽痛失音而死者。蓋初起，即昏憒不省，脈多沉匿不顯，或渾渾不清，故辨治最難也。

王晉三曰：痧者，寒熱之濕氣，皆可以爲患，或四時寒濕凝滯於脈絡，或夏月濕熱鬱遏於經隧，或鼻聞臭氣而阻逆經氣，或內因停積而壅塞府氣，則胃脘氣逆，皆能脹滿作痛，甚至昏憒欲死。西北人以楊柳枝蘸熱水鞭其腹，謂之打寒痧。東南人以油碗或油線刮其胸背手足內腑，謂之刮痧。以碗鋒及扁針刺舌下指尖及曲池委中出血，謂之鋼痧。更服玉樞丹以治其內，是皆內外達竅，以泄其氣，則氣血得以循度而行，其脹即已，實即霍亂耳，非另有痧邪也。

雄按方書從無痧證之名，惟乾霍亂有俗呼絞腸痧者是。世俗之有痧，殆不知起於何時也。至醫說始載葉氏用蠶退紙治痧之法，而江民瑩誤爲解佈證，雖爲杭董浦所譏，然亦可見從前痧證不多，故古人皆略而不詳也。迨國初時，其病漸盛，自北而南，所以又有滿洲病與番痧之名。右陶因襲雲林青筋之說，而著《痧脹玉衡》一書。推原極變，其說甚辨。而痧之證治乃備。路玉復分臭毒、番痧爲二者，蓋謂惡氣更毒於穢氣也。晉三又辨痧，即外邪驟入，阻塞其正氣流行之道之謂。而痧之病義益明，至情志多鬱之人，稍犯涼熱，即能成痧。且不時舉發，亦由氣血失其宣暢也。郭氏雖有截痧方，而用藥殊乖。江氏以香附芩梔撫芎爲劑，最爲合法。若乾霍亂之治，雖以探吐，刮背爲妙。然有不因痰濕飲食之滯，但爲暑暍之氣擾亂於中者，又當以新汲水地漿將等治之。其尋常痧症，及種種不同之痧，與霍亂相殊者，《玉衡》書具在，茲不多贅。

寒證

《素問・氣交變大論》云：歲土不及，民病飧泄霍亂。歲土不及，則脾胃素虛之人，因天運而更見其虛，中陽既虛，寒濕自盛，以致朝食暮瀉而爲飧泄，甚加嘔吐而爲霍亂。觀其與飧泄並稱，則知利者必是清穀，而非臭穢，吐者亦必澄澈，而非酸濁。小便之利，口之不渴，又從而可必矣。如此纔是寒濕霍亂，可以理中湯之類治之。且寒霍亂多見於安逸之人，以其深居靜處，陽氣不伸，加以坐卧風涼，起居任意，冰瓜水果，恣食爲常。雖在盛夏之時，原不可謂之暑病。王安道論之詳矣。輕則藿香正氣散，或平胃加木香、生薑、半夏、霍香之類。濕盛而四肢重著，骨節煩疼者，胃苓湯加木香、霍香、大腹皮之類。七情鬱結，寒食停滯者，七香飲。頭痛惡寒無汗者，以香薷飲先解其表，隨以大順散等調其裏。如果脈弱陽虛，腹痛喜得溫按，瀉出不臭者，來復丹。若吐瀉不止，元氣耗散，或水粒不入，或口渴喜冷，而不多飲，或惡寒戰慄，手足逆冷，或煩熱發躁，揭去衣被，但察其瀉出不臭者，乃內虛陰盛格陽，宜理中湯，甚則四逆湯加食鹽少許。更有暴瀉如水，冷汗四逆，脈弱不能言者，急進漿水散救之，並宜冷服。然此輩實由避暑，而反爲寒傷致病，若誤投清暑之劑，而更助其陰，則頃刻亡陽莫挽矣。前人有治此病而愈者，尚未確識其爲寒也。遂謂夏月暑病，通宜溫熱。噫！自己錯認面目，而欲傳信後人，何異癡人說夢耶！

《傷寒論》云：吐利汗出，發熱惡寒，四肢拘急，手足厥逆者，四逆湯主之。此陽虛之體，寒邪得以直入而爲霍亂也。發熱惡寒者，身雖熱而惡寒，身熱爲格陽之假象，惡寒爲虛冷之真諦也。四肢拘急，手足厥逆者，陽氣衰

少，不柔於筋，不溫於四末也。首重汗出者，爲陽有外亡之象，故經用四逆湯祛其既入之寒，而挽其將去之陽。若止見厥逆惡寒，四肢拘急，脈來沉細弦緊，面如塵土，瀉出不臭，雖屬陰寒，而無汗出之候者，但宜冷香飲子治之。寒主收引，故四肢拘急，乃筋強不能屈伸之謂，與熱證之轉筋迥別。臨診極宜分辨，苟或顛倒誤施，禍成反掌。

又云：既吐且利，小便復利而大汗出，下利清穀，内寒外熱，脈微欲絕者。四逆湯主之。此亦虚冷霍亂之候，四肢拘急，手足厥逆，虚冷之著於外也。下利清穀，脈微欲絕，虚冷之著於内也。虚冷甚於内，則反逼其陽於外矣。故其外候，每多假熱之象，或煩躁去衣而欲坐地，或面赤喜冷而不欲嚥，或脈大虚弦而不任按。是皆元氣耗散，虚陽失守，甚加喘噦，最爲危險。惟四逆湯可以驅内勝之陰，而復外散之陽。但小便復利，下利清穀八字，最宜著眼。靈胎所謂一證不具，即當細審也。倘熱霍亂，因暑邪深入，而滯其經隧，顯脈細肢寒之假象者，必有溺赤便臭之真諦，臨證慎毋忽焉。

又云：吐下已斷，汗出而厥，四肢拘急，脈微欲絕者，通脈四逆加豬膽汁湯主之。

尤在涇曰：吐下已止，陽氣當復，陰邪當解，乃汗出而厥，四肢拘急而又脈微欲絕，則陰無退散之期，陽有散亡之象，於法爲較危矣。故於四逆加乾薑一倍，以救欲絕之陽。而又虚溫熱之過，反爲陰氣所拒而不入，故加豬膽汁之苦寒以爲嚮導之用，即《内經》盛者從之之意也。

又云：吐利止而身痛不休者，當消息和解其外，宜桂枝湯小和之。吐利止，裏已和也。身痛不休者，表未解也。故須桂枝和解其外，所謂表病裏和，汗之則愈也。但此爲寒霍亂之兼有風寒表邪者而言。熱霍亂後之表不解者，不得妄引此例。雄擬駕輕湯最爲合治，然其意亦不敢出仲聖之範圍也。詳其一曰消息，再曰小和之者，蓋以吐利之餘，裏氣已傷，故必消息其可汗而汗之，亦不可大汗而可小和之也。況彼熱霍亂之後，津液尤虚，其可妄施汗法乎！此雄之所以但以輕清爲制也。

又云：少陰病吐利，手足厥冷，煩躁欲死者，吳茱萸湯主之。少陰病吐利，煩躁四逆者死。寒中少陰，吐利交作，陰盛邪極而陽氣不勝也。然先厥冷而後煩躁，猶有陽欲復而來爭之兆。故以吳茱萸溫裏散寒，人參大棗益虚安中，爲治也。若先煩躁而四逆者，陽不勝而將絕也，故死。此二條，本少陰中寒，非霍亂也。然既明霍亂之治，不得不列其類證，蓋恐後人遇此等病，亦以霍亂法用之，即仲聖列霍亂於《傷寒論》之意耳。

**《醫法心傳・溫疫原考》**　嘗考仲景先師著《傷寒雜病論》十六卷，自西漢至晉，曾歷兩朝，數經兵燹，相傳《卒病論》六卷，久不可復覩矣。即《傷寒論》亦遺亡過半。迨王叔和搜羅斷簡殘編，不全遺稿，編爲序例。以三百九十七法，一百一十三方，流播人間，傳之奕禩，不爲無功。惜其雜以己意，以溫病爲伏寒、暴寒。妄立四變，攙入《傷寒論》中，以致後學不能出其窠臼，莫不以溫病爲傷寒，莫不以傷寒之方法治溫病，混淆不清，貽害非淺。自吳又可參悟仲景之旨，著《瘟疫論》，然後知與傷寒治法，有霄壤之殊。又攷疫症多端，有葡萄瘟、捻頸瘟、蝦蟆瘟、大頭瘟、瓜瓤瘟、楊梅瘟、疙瘩瘟、軟腳瘟、絞腸瘟、鸕鷀瘟、龍鬚瘟、蠏爪瘟、版腸瘟、結肋瘟、蚤刺瘟、地蔔瘟、扣頸瘟、啞瘴瘟、手足麻瘟等名，共二十種。而又可所論瘟疫，特其一耳。至霍亂、瀉痢、喉痺、丹毒、眼疾、咳嗽、風瘟、暑瘟、濕瘟、秋瘟、冬瘟，俱能傳染，故謂之雜疫。此感時行不正之氣而成者，或寒或熱，或寒熱錯雜，是當參酌寒溫，消息治之。若瘟疫之症，係天地間病尸穢惡疵癘之雜氣，無形無聲，氣交流行，人相傳染，由口鼻而入，先入膜原。膜原在半表半裏，陰陽交界之區，邪伏其中，鬱久蒸熱，突然而發。並無感冒之因，人自不覺耳。至分佈三焦，則三焦如焚，火症迭出。故溫疫之病，從血分傳出氣分，陽症居多，而無陰症。必内潰然後從裏達表，戰汗而愈。非同傷寒，從氣分傳入血分，有寒有熱也。治溫疫之法，雖非一端，其要旨在存津液。如初起忌表汗，恐傷津液也，繼則清解攻毒，早下之以存津液也。至補陰諸方法，何莫非養其津液哉！蓋疫痛煎熬，最傷津液，惟恐津液燒枯，邪毒不能傳化而出，至成下閉上脫之危候，則不可救治矣。余故云：治溫疫得其竅，較治傷寒頗易。若不得其竅，較治傷寒更難。傳云：苟得其要，一言而終；不得其要，流散無窮。其斯之謂與！

治溫疫以存津液爲主，本又可論中秘而不宣之旨。此能獨抉其竅，所以讀書貴在心靈性慧，悟其要旨，非徒以呫嗶爲功也。仲綸識。

**《冷廬醫話・霍乱轉筋》**　即霍亂轉筋是也。初起先腹痛，或不痛，瀉利清水，頃刻數十次，少者十餘次，未幾即手筋抽掣，嘔逆，口渴恣飲，手足厥逆，脈微欲絕，甚則聲嘶舌短，目眶陷，目上視，手足青紫色，或偏身青筋硬凸

如索，汗出脈絕，急者旦發夕死，夕發旦死，緩者二三日或五六日死，世醫認為暑濕，妄投涼瀉，或認為痧氣，妄投香散，十香丸、臥龍丹之類。鮮有不斃。宜用當歸四逆加吳茱萸生薑湯。當歸二錢、炒白芍錢半、桂枝錢半、炙草一錢。

**《鼠疫約編・探源篇》** 羅芝園曰：昔之論瘟疫者，皆曰風、寒、暑、濕、燥、火之六氣。自明末時吳又可起，從而闢之。曰：六氣者，天地之淫氣，常有者也。疫氣者，兩間之戾氣濁氣，不常有者也。斯言也徵之老子而可見。老子云：大兵之後，必有凶年。凶年之後，必有瘟疫。是知以兵燹而致旱潦，以旱潦而釀疵癘。此瘟疫所由起也。自後論疫氣者，皆主其說。陳修園先生更添病人之毒氣，又兼言夫繼起，不第言夫初起也。友人吳子存甫據鼠死疫作，直斷為地氣，言之鑿鑿，亦不為無見。然律以動靜互根之義，無天氣之鼓盪，焉能使地氣之發舒？則言地氣者，必兼言天氣，其說乃全。但天氣遠而清，人所難見。地氣近而濁，人所易見耳。統而言之曰：天地之氣足矣。言疫氣所從入，吳又可、吳鞠通、楊玉甫皆謂獨從口鼻入。玉甫又據天氣為清邪，獨從鼻入。地氣為濁邪，獨從口入。修園謂天地之氣，暗中摩盪，從毛孔入。病人之氣，當面噴薄，從口鼻入，似不必拘，蓋自其分而言，則曰天、地、人之氣。自其合而言，則曰混雜之氣。何能隔別使何氣從口入，何氣從鼻入，何氣從毛孔入乎？主口鼻入者，對風寒由毛孔入而言，別樣疫證可說得去，惟鼠疫實說不去，其先起核而後身熱者，必由毛孔入，由外而入內。其先身熱而後起核者，必由口鼻入，由內而入外。此證之犖然各別者也。所論雖屬探原，究無關治病之輕重，管見偶及，用以質諸高明，吳子存曰：光緒十六年冬間，鼠疫盛行，疫將作則鼠先死，人感疫氣輒起癆瘵，緩者三五日死，急者頃刻。醫師束手。聞有打斑割血，用大苦寒劑得生者，十僅一二而已。先是同治間，此證始於安南，延及廣西，遂至雷廉沿海城市，至是吳川附城作焉。明年正月，梅菉黃坡及信宜東鎮皆有之，三月後，高州郡城亦大作，斃者每以二三千計。離城市稍遠者，染得病歸，村鄉亦有之。四月後，則癆瘵者鮮死，死者又變為焦熱、衄血、疔瘡、黑斑諸證。初有知廣西雷廉之事者，勸諸人亟逃，人皆迂之。久之禍益劇，乃稍信前說。見鼠死則盡室以行，且多服解毒瀉熱之品，由是獲免者甚眾，越端午乃稍稍息。事後細詢中疫之家，乃歎曰：信哉！此地氣，非天氣也。何者？同一邑也，城市者死，山林者免焉；同一宅也，泥地黑濕者死，鋪甎築灰者免焉；暗室蔽風者死，居廳居樓者免焉。況一宅中婢女小兒多死，坐臥貼地且赤足踏地也，婦人次之，常在室也，男子靜坐，又次之，寡出不舒散也。且疫作時，其宅每熱氣從地升，猛者如筒煙上噴，緩者如爐煙繚繞，觸之則頭暈目赤而心躁，急取涼風吹解，病乃可救。當其時宅中人為氣所感，憒然不覺也。旁觀者見熱氣自足而脛而股而腰，若不出見風，熱氣逼至胸膛喉舌間，則病作矣。有平時在墟市得病者，舁歸家，其轎門迎風者愈，閉轎門者竟死。且有棺斂將葬，盜盡竊其衣服，夜得風露涼解，遂生者，其故亦瞭然矣。所可恨者，富貴之人，珍重太過，不敢見風，不肯服寒峻之品，遂至韞熱不救。至婢女得病，又慮其傳染，病未甚，即棄置不顧，此真俗見之悞也。夫鼠穴於土中受地氣獨早也。顧其死者，目必突而赤，頃刻有蛆，氣極臭穢，移置他處，轉面向風，勿觸其氣。嘗有鼠朽腐箱內，婦女開箱，觸其臭即暈跌死；有見死鼠甚巨，舞摩玩弄而後瘧之，歸坐即死，有鼠將死，而貓噬之，貓死。人食其貓，人死。高州城外瘧鼠處，牛齕其草，牛死，犬亦如是。彼鼠之生者，則渡水遠逃。常銜青草，但不知此草何名，可以作治疫之藥否？所逃之處，則皆清涼近水之區也。既而匪徒偏傳放藥，藉端滋事，人心惶惑，或謂是疫皆毒藥所致，識者非也。所慮者，廣西雷廉二十年來，皆十一月疫起，五月疫止。城市者重，村落者輕，恐高州亦難免後禍，吾不知醫，無從剖析方劑，姑就所聞於朋友者，述其避法治法於後。【略】

論鼠疫當清其源法　何謂鼠疫？疫將作而鼠先斃，人觸其氣，遂成為疫。蓋地氣暴發，惟鼠得之最先。鼠當中毒之際，熱渴既甚，以水為可救療，嘗於水缸恣飲滿腹。甚至案上茶杯，稍沾餘滴。人不之察，誤食其餘，而受毒遂不淺矣。固不獨目覩斃鼠不及掩鼻，感觸其氣已也。竊思疫氣之作，避之既無可避，防之復不勝防，徒窮其流而不清其源，亦未為得法。倘聞鄰近鼠死頗多，先於家中牀榻櫃櫃之下，將赤小豆、白蘿蔔、俗呼菜頭。荸薺、俗呼尾黎。清解之物，散佈地上，俾中毒之鼠竊食，亦可解免。鼠既無恙，尚何有穢濁之氣哉？所費無多，請嘗試之。愚昧之見，閱者幸勿以為迂也。

避疫篇

吳子存曰：避之之法，當無事時，庭堂房屋，洒掃光明；廚房溝渠，整理潔淨；房閒窗戶，通風透氣。凡黑濕處切勿居住，聞近鄰有鼠死，即要時時照察。埋鼠時掩鼻轉面，勿觸其氣。如誤觸其氣，急取逆風吹散之。此《內

經》所謂避其毒氣。天牝鼻也從來，復得其往之法也。並宜時常用如意油拭鼻，以避邪氣，家中人不可坐臥貼地，奴婢小兒俱要穿鞋，農人亦宜穿草鞋，以隔地氣。分界各村赤腳者多死，後俱穿鞋，遂安。疫勢稍急，即宜遽避，得大樹下陰涼當風處爲妙，樹下避疫，外夷法也。驗之本地，屋在樹下俱平安。或泛舟水上尤妙，否則居近水當風處亦佳。雷廉十餘年，凡船戶及蜑家，即漁戶棚，從無犯此證者，可知也。水以大江大塘爲勝，若止水小塘，當疫發時，無不翻底黃濁者，然仍勝於無水處。若不得近水，則嶺頂四面當風處亦好。各鄉避居嶺坳者有禍，居嶺頂者安，得風故也。居城者，能上城堞避之亦可。高州居城堞者，俱平安。倘無處可避，則每日全家男女，俱出屋外有樹木處高坐吹涼，夜間回家，仍要開窗透風。且用極幼細之沙，厚鋪牀底，將房間屋瓦，拆開見天，自然平安。此神授方，用之有驗。設避居他宅，必須清涼疏爽，不可衆人擁雜一處，反易致病。倘或感病，即時移出大樹下當風處。必要高牀高櫈，切勿近地，若近地則感受毒氣，更速之死。觀避出而睡平地者，死反多於在家，其故可知也。平時不可食煎炒太熱物，不可飲冷凍湯水。男女或因房事感起者難救。尤宜戒慎節慾爲是。

《內經》云：欲入疫室，先想青氣自肝而出，左行於東，化爲林木；次想白氣自肺而出，右行於西，化作戈甲；次想赤氣自心而出，南行於上，化作焰明；次想黑氣自腎而出，北行於下，化爲水；次想黃氣自脾而出，存於中央，化作土。五氣護身已畢，以想頭上如北斗之煌煌。然後可入於疫室。

右節錄《素問・刺法論》避疫聖法。若能靜心調息，一志凝神，以運氣法行之，無不靈驗。

避疫之法，陳修園有言：惟在節慾節勞，仍勿忍饑，以受其氣。又膽爲中正之官，膽氣壯，則十一經之氣賴以俱壯，邪不能入。

《醫統》云：男人病邪出於口，女人病邪出於前陰。其對坐之間，必須識其向背，或以雄黃塗鼻孔中，從容察位而入。《人生須知》云：家有瘟疫，取初病人衣服於甑上蒸過，一家不染。

《夷堅志》載：黃紙朱書簏簇乙三字懸之，可以避疫鬼。

再用黃紙朱書玉清文昌大洞仙經八字，貼於門楣，可保安吉，屢試屢驗。

又除夕三更黃紙朱書天行已過四字，貼於門首，可避瘟疫。

凡入瘟疫之家看病，入房門，須左足先進，自不爲所染。此余世傳秘訣。

又方：凡入病人家，用香油調雄黃、蒼术末塗鼻孔。既出，用紙條刺鼻取嚏，再飲雄黃酒一杯，決無傳染。

又方：用辟毒丹藥舖有製。以紗囊盛之，掛於心前，凡入瘟疫之家，鼻嗅此丹。即能噴嚏，邪氣從鼻入者，又由鼻而出。最爲捷效，屢試屢驗。

又方：用太乙紫金錠藥舖有製。磨井水塗鼻孔，或用開水沖服少許，即不傳染。屢試屢驗，幸勿輕視。自《內經》云起，至此條鄭增。

此外更有經驗辟疫妙方。詳載驗方篇中。

**《研經言》**　溫疫總論　寒與熱為定名，溫與疫為虛位。傷寒例雖以溫兼正氣，疫貼時氣，其實溫者，蘊也，疫者，役也。苟有蘊蓄在內，而其病如相役使者，不論寒熱，皆得稱為溫疫例，據時稱以示別，不必泥看。能知此義，而後百家之言溫疫者，可一一以意逆之也。夫溫與疫既為虛位，則其為病不一。但因於寒暑，而又有四時不正之氣挾之，則為天行溫疫，屬傷寒；若因於寒暑，而又有山川林谷及天地雰霧之氣抑之，則為瘴疫溫瘴，亦通稱為溫疫；因於寒暑，而又有鬼神之氣乘之，則為癘疫，亦稱溫疫，屬雜病；若因於寒暑，而又有飲食之氣間之，則發為雜病，如霍亂、癆、疸之類，皆不稱為溫疫，屬雜病。條分縷析，而後溫疫諸雜出之論，不至目炫。此溫疫數者中，惟鬼神一因與因於寒暑者，言多相混，近世不能分別，須細參《病源》卷十癘疫、瘴氣兩候及《千金》卷九《辟溫篇》自明。《病源》癘瘴不與溫病同篇，而另列為一卷，《千金》以兩溫分居二篇首尾，豈無意哉？而鬼神之不兼溫疫者，自屬中惡，與傷寒法無涉。猶瘴不兼溫疫，但謂之瘴；飲食不兼溫疫，但謂之傷飲食而已。

溫疫說

溫也，疫也，溫疫也。三病之稱，第稱溫疫者為定名，而稱溫、稱疫者為虛位。溫者，蘊也。儒書謂夫子溫良，言容之蘊；詩教溫柔，言辭之蘊；良玉溫潤，言彩之蘊。醫書謂春氣溫和，言陽之蘊；則病之稱溫，必以其邪之蘊也。蘊寒曰溫，蘊熱亦曰溫。《傷寒例》冬傷於寒，至春變為溫病，是蘊寒者；冬有非節之暖，名曰冬溫，及《巢源》冬感非時之煖，至春亦為溫病，是蘊熱者。所蘊不同，而其為溫則同也。言乎其治，則一於寒，何也？其初則異，其終則同也。然而論治可通者，臨文必不可通，著書之指，固與臨症別也。疫者役也，傳染之時，病狀相若，如役使也。役於寒曰疫，役於熱亦曰

疫。《傷寒例》之疫是役於寒者，《巢源》《千金》以下諸書之疫，半是役於熱者，所役不同，而其為疫則同也。然此所謂寒若熱者，非正邪之寒熱也，必感夫反時者始相役也。故溫有正邪之溫，而疫無不由於賊邪。古謂賊邪病為時氣，一曰時行，故後世稱疫為時疫。然時氣乃賊邪之混稱，不暇詳其傳染與否也。其傳染者，若僅目之為時氣，則無以示別也。且傳染之氣，惡於不傳染者，不得不別也。疫氣惡，故疫亦曰癘疫，癘之為言惡也，此疫之別於時氣也。或曰：如此則役於熱者，不幾與溫相混乎？曰：否。冬溫亦以傳染者為疫，其未經傳染，或止就一人言之者，直稱溫，不得稱疫。溫者先乎病以言之，疫者後乎病以言之，以其各有寒若熱，故曰虛位。若合溫、疫兩字以名之之病，則惟《傷寒例》陽脈濡弱，陰脈弦緊，遇溫氣變為溫疫者，可以當之。以其先有溫邪，又傳染時氣中之寒之役使者，例不得另立一名，故疊此兩字以呼之，所謂定名也。至於溫熱云者，其指多本《內經》先夏至為溫，後夏至為熱之文，而括其輕重之謂，倘知溫之為蘊，則溫、熱兩病之僅皆屬溫可決已。周揚俊以《溫熱暑疫》名其書，而王孟英著《溫熱經緯》，復雜取《傷寒論》文，皆由不能識別，則不敢正稱，而姑以含糊囫圇，可以附古，可以欺今之溫熱兩字為藏身之固，使人不便顯言其非耳！近世醫說之不足恃類此。

駁吳喻二家說溫疫之非

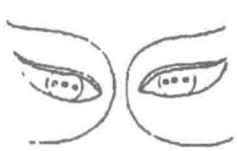
泉昔著《溫疫說》以證其自時氣來，復慨吳又可、喻嘉言之惑人也，而為此駁。吳、喻之言曰：溫疫感受，異於傷寒，異於溫熱，又異於非時寒疫，是天地間另有一種厲氣為之。夫謂溫疫異於傷寒、溫熱，與傷寒例合可，謂溫疫異於非時寒疫，與例不合，而合猶可。例文以溫疫即寒疫之變。至謂另有一種厲氣，則例無此文，不可。天地間止有六氣，其厚者即為厲氣，厲氣有毒，毒者厚也。此外果有另一種氣，可與並列為七，何以軒、岐、鵲、景如此神聖，而無一字及之？原大兵荒後所以有疫者，非謂人屍混處之故，以人憂勞倍苦，則正氣倍虛，非時之氣易入，而為病易深耳！要其所感之氣，仍是六氣。天何嘗特設另一種厲氣，以困此身遭兵荒者乎？吳、喻不解例意，妄斥叔和。豈知仲景書賴叔和存，無叔和即無仲景也。

**《醫碥・瘟疫病論》** 瘟疫非傷寒也，世醫誤以為傷寒矣。傷寒感天地之常氣，此感天地之厲氣也。邪自口鼻入，內不客臟腑，外不客經，舍于伏脊之內，去表不遠，附近于胃，乃表裏分界，是為半表半裏，《針經》所謂橫連膜原是也。凡邪在經為表，在胃為裏，今邪在膜原，正當經胃交關之所。病之始發，凜凜惡寒，甚則厥逆，陽熱鬱極而通，則厥回而中外皆熱。始而惡寒，既而發熱，非若傷寒發熱而兼惡寒也。瘟初起，先憎寒後發熱，頭痛身疼，脈洪而數，其脈不浮不沉，蓋以邪在膜原故也。不可認為傷寒表証而發其汗，邪不在經，汗之徒傷。又不可下，邪不在裏，下之無益。宜達原飲疎之。

## 綜述

**《金匱要略》** 六畜自死，皆疫死，則有毒，不可食之。

**《銀海精微・天行赤眼》** 天行赤眼者，謂天地流行毒氣，能傳染於人，一人害眼，傳於一家，不約大小，皆傳一遍，是謂天行赤眼。腫痛沙澁難開，或五日而愈。此一候之氣，其病安矣。【略】




問曰：一人患眼，傳於一家者何也？答曰：天時流行，瘴毒之氣相染。治宜解毒涼血清熱。

**《後漢書・五行志》** 《五行傳》曰：棄法律，逐功臣，殺太子，以妾為妻，則火不炎上。謂火失其性而為災也。又曰：視之不明，是謂不悊。厥咎舒，厥罰常燠，厥極疾。建武中，漁陽太守彭寵被徵。書至，明日潞縣火災起城中，飛出城外，燔千餘家，殺人。京房《易傳》曰：上不儉，下不節，盛火

數起，燔宮室。儒說火以明為德而主禮。時寵與幽州牧朱浮有隙，疑浮見浸譖，故意狐疑，其妻勸無應徵，遂反叛攻浮，卒誅滅。

和帝永元八年十二月丁巳，南宮宣室殿火。是時和帝幸北宮，竇太后在南宮。明年，竇太后崩。

十三年八月己亥，北宮盛饌門閣火。【略】

《五行傳》曰：簡宗廟，不禱祠，廢祭祀，逆天時，則水不潤下。謂水失其性而為災也。又曰：聽之不聰，是謂不謀。厥咎急，厥罰恒寒，厥極貧。

和帝永元元年七月，郡國九大水，傷稼。京房《易傳》曰：顯事有知，誅罰絕理，厥災水。其水也，而殺人，隕霜，大風，天黃。饑而不損，茲謂泰，厥水水殺人。辟遏有德，茲謂狂，厥水水流殺人，已水則地生蟲。歸獄不解，茲謂追非，厥水寒殺人。追誅不解，茲謂不理，厥水五穀不收。大敗不解，茲謂皆陰，厥水流入國邑，隕霜殺穀。是時，和帝幼，竇太后攝政，其兄竇憲幹事，及憲諸弟皆貴顯，並作威虩虐，嘗所怨恨，輒任客殺之。其後竇氏誅滅。

十二年六月，潁川大水，傷稼。是時和帝幸鄧貴人，陰有欲廢陰后之意，陰后亦懷恚怨。一曰，先是恭懷皇后葬禮有闕，竇太后崩後，乃改殯梁后，葬西陵，徵舅三人皆為列侯，位特進，賞賜累千金。

殤帝延平元年五月，郡國三十七大水，傷稼。董仲舒曰：水者，陰氣盛也。是時帝在襁抱，鄧太后專政。【略】

《五行傳》曰：治宮室，飾臺榭，內婬亂，犯親戚，侮父兄，則稼穡不成。謂土失其性而為灾也。又曰：思心不容，是謂不聖。厥咎霧，厥罰恒風，厥極凶短折。【略】

世祖建武二十二年九月，郡國四十二地震，南陽尤甚，地裂壓殺人。其後武谿蠻夷反，為寇害，至南郡，發荊州諸郡兵，遣武威將軍劉尚擊之，為夷所圍，復發兵赴之，尚遂為所沒。

章帝建初元年三月甲申，山陽、東平地震。

獻帝初平四年六月，右扶風大風，發屋拔木。【略】

章帝七八年間，郡縣大螟傷稼，語在《魯恭傳》，而紀不錄也。是時章帝用竇皇后讒，害宋、梁二貴人，廢皇太子。【略】

中平二年七月，三輔螟蟲為害。

明帝永平十八年，牛疫死。是歲遣竇固等征西域，置都護、戊己校尉。固等適還而西域叛，殺都護陳睦、戊己校尉閻寵。於是大怒，欲復發興討，會秋明帝崩，是思心不容也。【略】

眊，厥罰恒陰，厥極弱。

安帝元初六年夏四月，會稽大疫。

延光四年冬，京都大疫。

桓帝元嘉元年正月，京都大疫。二月，九江、廬江大疫。延熹四年正月，大疫。

靈帝建寧四年三月，大疫。

熹平二年正月，大疫。

光和二年春，大疫。

五年二月，大疫。

中平二年正月，大疫。

獻帝建安二十二年，大疫。

**《宋書・天文志》** 青龍二年，是年夏，大疫；冬，又大病，至三年春乃止。

**又** 泰始四年六月壬寅，太白犯輿鬼。占曰：民大疾，死不收。其年，普天大疫。

**《宋書・五行志》** 晉惠帝元康元年七月，雍州大旱，殞霜疾疫。關中飢，米斛萬錢。

元康七年七月，秦雍二州大旱。故其年氐羌反叛，雍州刺史解系敗績。是年正月，周處、盧播等復敗，關西震亂。交兵彌歲，至是飢疫薦臻，戎、晉並困，朝廷不能振，詔聽相賣鬻。

**又** 吳孫權赤烏五年，大疫。

吳孫亮建興二年四月，諸葛恪圍新城。大疫，死者太半。

吳孫皓鳳皇二年，疫。

**又** 晉武帝太始十年，大疫。吳土亦同。

晉武帝咸寧元年十一月，大疫，京都死者十萬人。

晉武帝太康三年春，疫。

晉惠帝元康二年十一月，大疫。

元康十年五月，秦、雍二州疾疫。

晉孝懷帝永嘉四年五月，秦、雍州饑疫至秋。

永嘉六年，大疫。

晉元帝永昌元年十一月，大疫，死者十二三；河朔亦同。

晉成帝咸和五年五月，大饑且疫。

晉穆帝永和九年五月，大疫。

晉海西太和四年冬，大疫。

晉孝武帝太元五年五月，自冬大疫，至于此夏，多絕戶者。

晉安帝義熙元年十月，大疫，發赤斑乃愈。

義熙七年春，大疫。

又　宋文帝元嘉四年五月，京都疾疫。

孝武帝大明元年四月，京邑疾疫。

大明四年四月，京邑疾疫。

又　魏文帝黃初四年三月，宛、許大疫，死者萬數。

魏明帝青龍二年四月，大疫。

青龍三年正月，京都大疫。

**《魏書・天象志》**　高宗興安四年六月，諸將討吐谷渾，什寅遂絕河窮躡之。會軍大疫，乃還。是歲三月，流星數萬西行。占曰：小流星百數，四面行者，庶人遷之。象既而吐谷渾舉國西遁，大軍又隨躡之。

又　永平二年七月庚辰，有流星起，騰虵入紫宮，抵北極而滅。天戒若曰：彼光後王道者，以馭陰陽之變矣。將有水旱之沴，地震之祥，而後災加皇極焉。明年夏四月，平陽郡大疫，死者幾三千人。平陽，鬼星之分也。秋，州郡二十大水，冀定旱饑。

**《魏書・靈徵志》**　顯祖皇興二年十月，豫州疫，民死十四五萬。

世宗永平三年四月，平陽之禽昌、襄陵二縣大疫。自正月至是月，死者二千七百三十人。

又　人痾

劉歆說：貌之不恭，是謂不肅。上嫚下暴，則陰氣勝，水傷百穀，衣食不足，姦宄並作。故其極惡也，一曰民多被刑，貌醜惡也。班固以為，六畜謂之禍，言其著也，及人謂之痾。痾，病貌。言寢深也。

太宗永興三年，民烏蘭喉下生骨，狀如羊角，長一尺餘。

高祖太和十六年五月，尚書李沖奏：定州中山郡毋極縣民李班虎女獻容，以去年九月二十日右手大拇指甲下生毛九莖，至十月二十日長一尺二寸。

肅宗熙平二年十一月己未，并州表送祁縣民韓僧真女令姬從母右脇而生。靈太后令付掖庭。

正光元年五月戊戌，南兗州下蔡郡有大人跡見，行七步，跡長一尺八寸，廣七寸五分。

高祖延興三年秋，秀容郡婦人一產四男，四產十六男。

莊帝永安三年十一月丁卯，京師民家妻產男，一頭、二身、四手、四腳、三耳。

又　世宗正始二年三月，徐州蠶蛾喫人，尪殘者一百一十餘人，死者二十二人。

**《梁書・武帝紀》**　天監二年，是夏多癘疫。〔天監〕三年，是歲多疾疫。

**《隋書・五行志》**　普通二年五月，琬琰殿火，延燒後宮三千餘間。中大通元年，朱雀航華表災。明年，同泰寺災。大同三年，朱雀門災，水沴火也。是時帝崇尚佛道，宗廟牲牷，皆以麪代之，又委萬乘之重，數詣同泰寺，捨身為奴，令王公已下贖之。初陽為不許，後為嘿許，方始還宮。天戒若曰：梁武為國主，不遵先王之法，而淫於佛道，橫多糜費，將使其社稷不得血食也。天數見變而帝不悟，後竟以亡。及江陵之敗，闔城為賊隸焉，即捨身為奴之應也。【略】

武定五年八月，廣宗郡火，燒數千家。

後齊後主天統三年，九龍殿災，延燒西廊。四年，昭陽、宣光、瑤華三殿災，延燒龍舟。是時讒言任用，正士道消，祖孝徵作歌謠，斛律明月以誅死。讒夫昌，邪勝正之應也。京房《易傳》曰：君不思道，厥妖火燒宮。

開皇十四年，將祠泰山，令使者致石像神祠之所。未至數里，野火欻起，燒像碎如小塊。時帝頗信讒言，猜阻骨肉，滕王瓚失志而死，創業功臣，多被夷滅，故天見變，而帝不悟，其後太子勇竟被廢黜。

大業十二年，顯陽門災，舊名廣陽，則帝之姓名也。國門之崇顯，號令之所由出也。時帝不遵法度，驕奢荒怠，裴蘊、虞世基之徒，阿諛順旨，掩塞聰

明，宇文述以讒邪顯進，忠諫者咸被誅戮。天戒若曰：信讒害忠，則除廣陽也。《洪範・五行傳》曰：水者，北方之藏，氣至陰也。宗廟者，祭祀之象也。故天子親耕以供粢盛，皇后親蠶以供祭服。敬之至也。發號施令，十二月咸得其氣，則水氣順。如人君簡宗廟，不禱祀，逆天時，則水不潤下。

梁天監二年六月，大末、信安、安豐三縣大水。《春秋考異郵》曰：陰盛臣逆人悲，則水出河決。是時江州刺史陳伯之、益州刺史劉季連舉兵反叛，師旅數興，百姓愁怨，臣逆人悲之應也。

六年八月，建康大水，濤上御道七尺。七年五月，建康又大水。是時數興師旅，以拒魏軍。十二年四月，建康大水。是時大發卒築浮山堰，以遏淮水，勞役連年，百姓悲怨之應也。

中大通五年五月，建康大水，御道通船。京房《易飛候》曰：大水至國，賤人將貴。蕭棟、侯景僭稱尊號之應也。

後齊河清二年十二月，兗、趙、魏三州大水。天統三年，并州汾水溢。讖曰：水者純陰之精，陰氣洋溢者，小人專制。是時和士開、元文遥、趙彦深專任之應也。

武平六年八月，山東諸州大水。京房《易飛候》曰：小人踊躍，無所畏忌，陰不制於陽，則涌水出。是時羣小用事，邪佞滿朝。閹豎嬖倖，伶人封王，此其所以應也。

開皇十八年，河南八州大水。是時獨孤皇后干預政事，濫殺宮人，放黜宰相。楊素頗專。水陰氣，臣妾盛彊之應也。

仁壽二年，河南、河北諸州大水。京房《易傳》曰：顓事有智，誅罰絕理，則厥災水。亦由帝用刑嚴急，臣下有小過，帝或親臨斬決，又先是柱國史萬歲以忤旨被戮，誅罰絕理之應也。

大業三年，河南大水，漂沒三十餘郡。帝嗣位以來，未親郊廟之禮，簡宗廟，廢祭祀之應也。

常雨水

梁天監七年七月，雨至十月乃霽。《洪範・五行傳》曰：陰氣彊積，然後生水雨之災。時武帝頻年興師，是歲又大舉北伐，諸軍頗捷，而士卒罷敝，百姓怨望，陰氣畜積之應也。

陳太建十二年八月，大雨霪霖。時始興王叔陵驕恣，陰氣盛彊之應也。明年，宣帝崩，後主立。叔陵刺後主於喪次。宮人救之，僅而獲免。叔陵出閤，就東府作亂。後主令蕭摩訶破之，死者千數。

東魏武定五年秋，大雨七十餘日，元瑾、劉思逸謀殺後齊文襄之應也。

後齊河清三年六月庚子，大雨，晝夜不息。至甲辰，山東大水，人多餓死。是歲，突厥寇并州，陰戎作梗，此其應也。

天統三年十月，積陰大雨。胡太后淫亂之所感也。

武平七年七月，大霖雨，水潦，人戶流亡。是時駱提婆、韓長鸞等用事，小人專政之罰也。

後周建德三年七月，霖雨三旬。時衛剌王直潛謀逆亂。屬帝幸雲陽宮，以其徒襲肅章門，尉遲運逆拒破之。其日雨霽。

大雨雪

梁普通二年三月，大雪，平地三尺。《洪範・五行傳》曰：庶徵之常，雨也，然尤甚焉。雨，陰也；雪，又陰畜積甚盛也。皆妾不妾、臣不臣之應。時義州刺史文僧朗以州叛於魏，臣不臣之應也。

大同三年七月，青州雪，害苗稼。是時交州刺史李賁舉兵反，僭尊號，置百官，擊之不能克。

十年十二月，大雪，平地三尺。是時邵陵王綸、湘東王繹、武陵王紀並權侔人主，頗為驕恣，皇太子甚惡之，帝不能抑損。上天見變，帝又不悟。及侯景之亂，諸王各擁彊兵，外有赴援之名，内無勤王之實，委棄君父，自相屠滅，國竟以亡。

東魏興和二年五月，大雪。時後齊神武作宰，發卒十餘萬築鄴城，百姓怨思之徵也。

武定四年二月，大雪，人畜凍死，道路相望。時後齊霸政，而步落稽舉兵反，寇亂數州，人多死亡。

後齊河清二年二月，大雪連雨，南北千餘里，平地數尺，繁霜晝下。是時突厥木杆可汗與周師入并州，殺掠吏人，不可勝紀。

天統二年十一月，大雪。三年正月，又大雪，平地二尺。武平三年正月，又大雪。是時馮淑妃、陸令萱内制朝政，陰氣盛積，故天變屢見，雷雨不時。

陳太建元年七月，大雨。震萬安陵華表，又震慧日寺剎，瓦官寺重閣門下一女子震死。京房《易飛候》曰：雷雨霹靂丘陵者，逆先人令，為火殺人

者，人君用讒言殺正人。時蔡景歷以奸邪任用，右僕射陸繕以讒毀獲譴，發病而死。

十年三月，震武庫。時帝好兵，頻年北伐，內外虛竭，將士勞敝。既克淮南，又進圖彭、汴，毛喜切諫，不納。由是吳明徹諸軍皆沒，遂失淮南之地。武庫者，兵器之所聚也，而震之，天戒若曰：宜戢兵以安百姓。帝不悟，又大興軍旅，其年六月，又震太皇寺剎、莊嚴寺露槃、重陽閣東樓、鴻臚府門。太皇、莊嚴二寺，陳國奉佛之所，重陽閣每所游宴，鴻臚賓客禮儀之所在，而同歲震者，天戒若曰：國威已喪，不務修德，後必有恃佛道，耽宴樂，棄禮儀而亡國者。陳之君臣竟不悟。至後主之代，災異屢起，懼而於太皇寺捨身為奴，以祈冥助，不恤國政，耽酒色，棄禮法，不修鄰好，以取敗亡。

齊武平元年夏，震丞相段孝先南門柱。京房《易傳》曰：震擊貴臣門及屋者，不出三年，佞臣被誅。後歲，和士開被戮。

木冰

東魏武定四年冬，天雨木冰。《洪範·五行傳》曰：陰之盛而凝滯也。木者少陽，貴臣象也。將有害，則陰氣脅木，木先寒，故得雨而冰襲之。木冰一名介，介者兵之象也。時司徒侯景制河南，及神武不豫，文襄懼其為亂而徵之，景因舉兵反。豫州刺史高元成、襄州刺史李密、廣州刺史暴顯並為景所執辱，貴臣有害之應也。其後左僕射慕容紹宗與景戰於渦陽，俘斬五萬。

後齊天保二年，雨木冰三日。初，清河王岳為高歸彥所譖，是歲以憂死。

武平元年冬，雨木冰；明年二月，又木冰。時錄尚書事和士開專政。其年七月，太保、琅邪王儼矯詔殺之。領軍大將軍庫狄伏連、尚書右僕射馮子琮並坐儼賜死。九月，儼亦遇害。

六年、七年，頻歲春冬木冰。其年周師入晉陽，因平鄴都。後主走青州，貴臣死散，州郡被兵者不可勝數。

大雨雹

梁中大通元年四月，大雨雹。《洪範·五行傳》曰：雹，陰脅陽之象也。時帝數捨身為奴，拘信佛法，為沙門所制。

陳太建二年六月，大雨雹。十年四月，又大雨雹。十三年九月，又雨雹。時始興王叔陵驕恣，陰結死士，圖為不逞，帝又寵遇之，故天三見變。帝不悟。及帝崩，叔陵果為亂逆。【略】

旱

梁天監元年，大旱，米斗五千，人多餓死。《洪範·五行傳》曰：若持亢陽之節，興師動衆，勞人過度，以起城邑，不顧百姓，臣下悲怨。然而心不能從，故陽氣盛而失度，陰氣沉而不附。陽氣盛，旱災應也。初，帝起兵襄陽，破張沖，敗陳伯之，及平建康，前後連戰，百姓勞敝，及即位後，復與魏交兵不止之應也。

陳太建十二年春，不雨至四月。先是周師掠淮北，始興王叔陵等諸軍敗績，淮北之地皆沒於周，蓋其應也。

東魏天平四年，并、肆、汾、建、晉、絳、秦、陝等諸州大旱，人多流散。是歲，齊神武與西魏戰於沙苑，敗績，死者數萬。

東魏武定二年冬春旱。先是西魏師入洛陽，神武親帥軍大戰於邙山，死者數萬。

後齊天保九年夏，大旱。先是大發卒築長城四百餘里，勞役之應也。

乾明元年春，旱。先是發卒數十萬築金鳳、聖應、崇光三臺，窮極侈麗，不恤百姓，亢陽之應也。

河清二年四月，并、晉已西五州旱。是歲，發卒築軹關。突厥二十萬衆毀長城，寇恒州。

後主天統二年春，旱。是時大發卒，起大明宮。

開皇四年已後，京師頻旱。時遷都龍首，建立宮室，百姓勞敝，亢陽之應也。

大業四年，燕、代緣邊諸郡旱。時發卒百餘萬築長城，帝親巡塞表，百姓失業，道殣相望。

八年，天下旱，百姓流亡。時發四海兵，帝親征高麗，六軍凍餒，死者十八九。

十三年，天下大旱。時郡縣鄉邑，悉遣築城，發男女，無少長，皆就役。【略】

寒

東魏武定四年二月，大寒。人畜凍死者，相望於道。京房《易飛候》曰：誅過深，當燠而寒。是時，後齊神武作相。先是爾朱文暢等謀害神武，事泄伏誅，諸與交通者，多有濫死。

河清元年，歲大寒。京房《易傳》曰：有德遭險，茲謂逆命。厥異寒。讖曰：殺無罪，其寒必異。是時帝淫於文宣李后，因生子，后愧恨，不舉之。帝大怒，於后前殺其子太原王紹德。后大哭，帝偓后而撞殺之，投于水中，良久乃蘇。寃酷之應。

梁天監三年三月，六年三月，並隕霜殺草。京房《易傳》曰：興兵妄誅，謂亡法，厥罰霜。是時，大發卒，拒魏軍於鍾離，連兵數歲。

大同三年六月，朐山隕霜。

陳太建十年八月，隕霜，殺稻菽。是時，大興師選衆，遣將吳明徹，與周相拒於呂梁。

蟲妖

梁大同初，大蝗，籬門松柏葉皆盡。《洪範・五行傳》曰：介蟲之孽也。與魚同占。京房《易飛候》曰：食祿不益聖化，天視以蟲。蟲無益於人而食萬物也。是時公卿皆以虛澹為美，不親職事，無益食物之應也。

後齊天保八年，河北六州、河南十二州蝗。畿人皆祭之。帝問魏尹丞崔叔瓚曰：何故蟲？叔瓚對曰：《五行志》云：土功不時則蝗蟲為災。今外築長城，內修三臺，故致災也。帝大怒，毆其頰，擢其髮，溷中物塗其頭。役者不止。九年，山東又蝗，十年，幽州大蝗。《洪範・五行傳》曰：刑罰暴虐，貪饕不厭，興師動衆，取城修邑，而失衆心，則蟲為災。是時帝用刑暴虐，勞役不止之應也。

後周建德二年，關中大蝗。

開皇十六年，并州蝗。時秦孝王俊哀刻百姓，盛修邸第。後竟獲譴死。

【略】

常風

梁天監六年八月戊戌，大風折木。京房《易飛候》曰：角日疾風，天下昏。不出三月中，兵必起。是歲魏軍入鍾離。

承聖三年十一月癸未，帝閱武於南城，北風大急，晉天昏闇。《洪範・五行傳》曰：人君瞀亂之應。時帝既平侯景，公卿咸勸帝反丹陽，帝不從，又多猜忌，有瞀亂之行，故天變應之以風。是歲為西魏滅。

陳天嘉六年七月癸未，大風起西南，吹倒靈臺候樓。《洪範・五行傳》以為大臣專恣之咎。時太子沖幼，安成王頊專政，帝不時抑損。明年崩，皇太子嗣位，頊遂廢之。

太建十二年六月壬戌，大風吹壞皋門中闥。十二年九月，夜又風，發屋拔樹。始興王叔陵專恣之應。

至德中，大風吹倒朱雀門。

禎明三年六月丁巳，大風自西北，激濤水入石頭（淮）〔城〕。是時，後主任司馬申，誅戮忠諫。沈客卿、施文慶專行邪僻。江總、孔範等崇長淫縱，杜塞聰明，瞀亂之咎。

後齊河清二年，大風，三旬乃止。時帝初委政佞臣和士開，專恣日甚。

天統三年五月，大風，晝晦，發屋拔樹。天變再見，而帝不悟。明年帝崩。後主詔內外表奏，皆先詣士開，然後聞徹。趙郡王叡、馮翊王潤按士開驕恣，不宜仍居內職，反為士開所譖，叡竟坐死。士開出入宮掖，生殺在口，尋為琅邪王儼所誅。

七年三月，大風起西北，發屋拔樹。五日乃止。時高阿那瓌、駱提婆等專恣之應。

開皇二十年十一月，京都大風，發屋拔樹，秦、隴壓死者千餘人。地大震，皷皆應。淨剎寺鍾三鳴，佛殿門鎖自開，銅像自出戶外。鐘鼓自鳴者，近鼓妖也。揚雄以為人君不聰，為衆所惑，空名得進，則鼓妖見。時獨孤皇后干預政事，左僕射楊素權傾人主。帝聽二人之讒，而黜僕射高熲，廢太子勇為庶人，晉王鈞虛名而見立。思心瞀亂，陰氣盛之象也。鎖及銅像，並金也。金動木震之，水沴金之應。《洪範・五行傳》曰：失衆心甚之所致也。高熲、楊勇無罪而咸廢黜，失衆心也。

仁壽二年，西河有胡人，乘騾在道，忽為迴風所飄，并一車上千餘尺，乃墜，皆碎焉。京房《易傳》曰：衆逆同志，至德乃潛，厥異風。後二載，漢王諒在并州，潛謀逆亂，車及騾騎之象也。升空而墜，顛隕之應也。天戒若曰，無妄動車騎，終當覆敗，而諒不悟。及高祖崩，諒發兵反，州縣響應，衆至數十萬。月餘而敗。【略】

黃眚黃祥

梁大同元年，天雨土。二年，天雨灰，其色黃。近黃祥也。京房《易飛候》曰：聞善不及，茲謂不知。厥異黃，厥咎龍，厥災不嗣。蔽賢絕道之咎也。時帝自以為聰明博達，惡人勝己。又篤信佛法，捨身為奴，絕道蔽賢之

罰也。【略】

後周大象二年正月，天雨黃土，移時乃息。與大同元年同占。時帝昏狂滋甚，期年而崩，至于靜帝，用遜厥位。絕道不嗣之應也。

開皇二年，京師雨土。是時帝懲周室，諸侯微弱，以亡天下，故分封諸子，並為行臺，專制方面。失土之故，有土氣之祥，其後諸王各謀為逆亂。京房《易飛候》曰：天雨土，百姓勞苦而無功。其時營都邑。後起仁壽宮，頹山堙谷，丁匠死者大半。

木金水火沴土

梁天監五年十一月，京師地震，木金水火沴土也。《洪範・五行傳》曰：臣下盛，將動而為害。京房《易飛候》曰：地動以冬十一月者，其邑饑亡。時交州刺史李凱舉兵反。明年，霜，歲儉人饑。

普通三年正月，建寧地震。是時，義州刺史文僧朗以州叛。

六年十二月，地震。京房《易飛候》曰：地冬動有音，以十二月者，其邑有行兵。是時，帝令豫章王琮將兵北伐。

中大通五年正月，建康地震。京房《易飛候》曰：地以春動，歲不昌。是歲大水，百姓饑饉。

大同二年十一月，建康地震。京房《易飛候》曰：地震以十一月，邑有大喪及饑亡。明年，霜為災，百姓饑。

三年十月，建康地震。是歲，會稽山賊起。

七年二月，建康地震。是歲，交州人李賁舉兵，逐刺史蕭諮。

九年閏正月，地震。李賁自稱皇帝，署置百官。

太清三年四月，建康地再震。時侯景自為大丞相、錄尚書，帝所須不給。是月，以憂憤崩。

陳永定二年五月，建康地震。時王琳立蕭莊於郢州。

太建四年十一月，地震。陳寶應反閩中。

禎明元年正月，地震。施文慶、沈客卿專恣之應也。

東魏武定二年十一月，西河地陷而且然。京房《易妖占》曰：地自陷，其君亡。祖暅曰：火，陽精也；地者，陰主也。地然，越陰之道，行陽之政，臣下擅恣，終以自害。時後齊神武作宰，而侯景專擅河南。後二歲，神武果崩，景遂作亂，而自取敗亡之應。

後齊河清二年，并州地震。和士開專恣之應。

後周建德二年，涼州地頻震。城郭多壞，地裂出泉。京房《易妖占》曰：地分裂，羌夷叛。時吐谷渾頻寇河西。

開皇十四年五月，京師地震。京房《易飛候》曰：地動以夏五月，人流亡。是歲關中飢，帝令百姓就糧於關東。

仁壽二年四月，岐雍地震。京房《易飛候》曰：地動以夏四月，五穀不熟，人大飢。

三年，梁州就谷山崩。《洪範・五行傳》曰：崩散落，背叛不事上之類也。梁州為漢地。明年，漢王諒舉兵反。

大業七年，祇柱山崩，壅河，逆流數十里。劉向《洪範・五行傳》曰：山者，君之象；水者，陰之表，人之類也。天戒若曰，君人擁威重，將崩壞，百姓不得其所。時帝興遼東之師，百姓不堪其役，四海怨叛。帝不能悟，卒以滅亡。

《洪範・五行傳》曰：皇之不極，是謂不建。厥咎瞀，厥罰常陰，厥極弱。時則有射妖，則有龍蛇之孽，則有馬禍。

雲陰

開皇二十年十月，久陰不雨。劉向曰：王者失中，臣下彊盛而蔽君明，則雲陰。是時，獨孤后遂與楊素陰譖太子勇，廢為庶人。

**《通典・食貨》** 後魏明帝永興中，頻有水旱。神瑞二年，又不熟，於是分簡尤貧者就食山東。勅有司勸課田農曰：前志有之，人生在勤，勤則不匱。凡庶人不畜者祭無牲，不耕者祭無盛，不樹者死無槨，不蠶者衣無帛，不績者喪無縗。教行三農，生殖九穀。自是人皆力勤，歲數豐穰，畜牧滋息。

後魏文帝大統十一年大旱，十二年，祕書丞李彪上表：請別立農官，取州郡戶十分之一為屯田人。相水陸之宜，料頃畝之數，以贓贖雜物市牛科給，令其肆力。一夫之田，歲責六十斛，甄其正課并征戍雜役。行此二事，數年之中則穀積而人足矣。帝覽而善之，尋施行焉。自此公私豐贍，雖有水旱，不為害也。【略】

裴延儁為幽州刺史，范陽郡有舊沈渠，徑五十里。漁陽燕郡有故戾諸堰，廣袤三十里。皆廢毀多時，莫能修復，水旱不調，人多饑餒。延儁自度水形營造，未幾而就，溉田萬餘頃，為利十倍。【略】

晉武帝咸寧元年，詔曰：今年霖雨過差，又有蟲災。潁川、襄城自春以來，略不下種，深以為慮。主者何以為百姓計。當陽侯杜元凱上疏曰：臣輒思惟，今者水災，東南特劇，非但五穀不收，居積并損。下田所在渟汙，高地皆多墝埆，百姓困窮，方在來年。雖詔書切告長吏二千石為之設計，不廓開大制，定其趣舍之宜，恐徒文具，所益蓋薄。當今秋夏蔬食之時，而百姓已有不贍，前至冬春，野無青草，則必指仰官穀以為生命。此乃一方之大事，不可不早為思慮。臣愚謂既以水為田，當恃魚菜螺蜂，而洪波汎溢，貧弱者終不能得。今者宜大壞兗及荊河州東界，兗州東界，今濟陽、濟陰、東平、魯郡之間。荊河州東界，今汝南、汝陰、譙郡之間也。諸陂，隨其所歸而宣導之。令饑者盡得水產之饒，百姓不出境界之內，朝暮野食，此目下日給之益也。水去之後，填淤之田，畝收數鍾。至春大種五穀，五穀必豐，此又明年之益也。杜君又言：諸欲修水田者，皆以火耕水耨為便，非不爾也。然此施於新田草萊，與百姓居相絕離者耳。往者東南草創人稀，故得火田之利。頃來戶口日增，而陂堰歲決，良田變生蒲葦，人居沮澤之際，水陸失宜，放牧絕種，樹木立枯，皆陂之害也。陂多則土薄水淺，潦不下潤。故每有雨水，輒復橫流，延及陸田。言者不思其故，因云此土不可陸種。臣計漢之戶口，以驗今之陂處，皆陸業也。其或有舊堰，則堅完修固，非今所謂當為人害也。臣見尚書胡威啟宜壞陂，其言懇。至臣又見宋漢侯相應遵上便宜，求壞泗陂，徙運道。時下都督度支共處，當各據所見，不從遵言。臣按遵上事，運道東詣壽春，有舊渠，可不由泗陂出。泗陂在彼地界，壞地凡萬三千餘頃，傷敗成業。遵縣領應佃二千六百口，可謂至少，而猶患地狹，不足肆力，此皆水之為害也。當所共郵，而都督度支方復執異，非所見之難，直以不同害理也。人心所見既不同，利害之情又有異，軍家之與郡縣，士大夫之與百姓，其意莫有同者，此皆偏其利以忘其害，此理之所以未盡，而事之所以多患也。臣又按，荊河州界中度支所領佃者，州郡大軍雜士，凡用水田七千五百餘頃耳。計三年之儲，不過二萬餘頃。以常理言之，無為多積無用之水。況於今者水潦瓮溢，大為災害，臣以為宜發明詔，勑刺史二千石，漢氏舊堰及山谷私家小陂，皆當修繕以積水。其諸魏氏以來所造立及諸因雨決溢蒲葦馬腸陂之類，皆決瀝之。長吏二千石躬先勸戒，諸食力之人並一時附功令，比及水凍，得粗枯涸。其所修功實之人，皆以畀之。其舊陂堰溝渠當有所補塞者，比尋求微跡，一如漢時故事，早為部分列上，須冬閒東南休兵交代，各留一月以佐之。夫川瀆有常流，地形有定體，漢氏居人衆多，猶以無患，今因其所患而宣瀉之，蹟古事以明近，大理昭然，可坐論而得。臣不勝愚意，嘗竊謂最是今日之實益也。朝廷從之。【略】

東晉張闓為晉陵內史，時所部四縣並以旱失田，闓乃立曲阿新豐塘，溉田八百餘頃，每歲豐稔，葛洪為其頌，乃徵入拜大司農。【略】

東晉元帝督課農功，二千石長吏以入穀多少為殿最。其宿衛要任，皆令赴農，使軍各自佃，即以為廩。大興中，三吳大饑，後軍將軍應詹上表曰：魏武帝用棗祗、韓浩之議，廣建屯田，又於征伐之中，分帶甲之士，隨宜開墾，故下不甚勞，大功尅舉。間者流人奔東吳，東吳今儉，皆以還返。江西良田，曠廢未久，火耕水耨，為功差易。宜簡流人，興復農官，功勞報賞，皆如魏氏故事。一年中與百姓，二年分稅，三年計賦稅以使之。公私兼濟，則倉庾盈億，可計日而待之。【略】

〔开皇〕十四年，關中大旱，人饑，帝幸洛陽，因令百姓就食。從官並准見口賑給，不以官位為限。【略】

〔河清三年，〕是時頻歲大水，州郡多遇沉溺，穀價騰踊，朝廷遣使開倉以糶之，而百姓無益，飢饉尤甚矣。【略】

大唐武德〔二年制〕，凡水旱蟲霜為災，十分損四分以上免租，損六分以上免租調，損七分以上課役俱免。【略】

〔唐〕麟德三年，米每斗值五文。永淳元年，京師大雨，饑荒，米每斗四百錢，加以疾疫，死者甚衆。【略】

〔唐〕開元四年，山東諸州大蝗。紫微令姚崇奏言：臣聞《毛詩》云：秉彼蟊賊，以付炎火。又漢光武詔曰：勉順時政，勸督農桑，去彼螟蜮，以及蟊賊。此並除蝗之義也。及蝗既解飛，夜必投火，臣請切勑所在夜中設火，火邊掘大坑，且焚且瘞，除之可盡。乃遣使分道驅除瘞埋。朝臣多言不可。玄宗以問崇，崇對曰：常人執文，不識通變。凡事有違經合道而適權者。魏時山東有蝗傷稼，緣小忍不除，遂使苗稼總盡，人至相食。後秦時有蝗，禾稼及木草俱盡，牛馬至相噉毛尾。今山東蝗蟲，所在充滿，儻不救其收穫，百姓未免流離，事屬安危，不可膠柱。縱使除之不盡，猶勝養以成災。若驅逐不得，臣在身官爵，並請削除。玄宗許之。黃門監盧懷慎謂崇曰：蝗是天災，

豈可制以人事。外議籍籍，咸以為殺蝗太多，和氣有傷，猶可停罷。崇曰：楚王吞蛭，厥疾用瘳。叔敖斷蛇，其福乃降。趙宣子至賢也，恨用其犬。孔宣父將聖也，不愛其羊。皆志在安人，思不失禮。今既救人殺蟲，天道固應助順。若因此致禍，崇請以身當之。懷慎更不能答。崇令埋瘞之，累月方盡。其後漸豐熟。【略】

後魏孝莊時，祕書丞李彪上表曰：昔之哲王，莫不克勤稼穡，故堯湯水旱，人無菜色，蓋由備之也。漢家乃設常平，魏氏以兵糧制屯田，軍國取濟光武。一畝不實，罪及牧守，皆明君恤人若此。今山東饑，京師儉，臣以為宜析州郡常調九分之二，京都度支歲用之餘，各立官司。年豐糴積於倉，儉則減私之十二糶之。如此，人必力田以買官絹，又務貯錢以取官粟，年豐則常積，歲凶則直給。明帝神龜、正光之際，自徐揚內附之後，徐，今彭城郡。揚，今壽春郡。收內兵資，與人和糴，積為邊備也。北齊河清中，令諸州郡皆別置富人倉。初立之日，准所領中下戶口數，得一年之糧，逐當州穀價賤時，斟量割當年義租充入。齊制，歲每人出粟租二石，義租五斗，粟租送臺，義租納郡，以備水旱。穀貴，下價糶之，賤則還用所糴之物，依價糴貯。後周文帝初制六官，司倉掌辨九穀之物，以量國用。足，蓄其餘，以待凶荒；不足，則止餘用。用足，則以粟貸人，春頒秋斂。隋文帝開皇三年，衛州置黎陽倉，陝州置常平倉，華州置廣通倉，轉相灌注，漕關東及汾、晉之粟，以給京師。京師置常平監。五年，工部尚書長孫平奏：古者三年耕而餘一年之積，九年作而有三年之儲，雖水旱為災，人無菜色，皆由勸導有方，蓄積先備。請令諸州百姓及軍人勸課當社，共立義倉，收穫之日，隨其所得，勸課出粟及麥，於當社造倉窖貯之。即委社司，執帳檢校，每年收積，勿使損敗。若時或不熟，當社有饑饉者，即以此穀賑給。自是諸州儲峙委積。至十五年，以義倉貯在人間，多有費損，詔曰：本置義倉，止防水旱，百姓之徒，不思久計，輕爾費損，於後乏絕。又北境諸州，異於餘處，靈、夏、甘、瓜等十一州，所有義倉雜種，並納本州。若人有旱儉少糧，先給雜種及遠年粟。十六年，又詔，秦、渭、河、廓、豳、隴、涇、寧、原、敷、丹、延、綏、銀等州社倉，並於當縣安置。又詔，社倉准上中下三等稅，上戶不過一石，中戶不過七斗，下戶不過四斗。大唐武德五年，廢常平監。八年敕，諸州斗秤，京太府校。貞觀初，尚書左丞戴胄上言曰：水旱凶災，前聖之所不免。國無九年儲蓄，禮經之所明誡。今喪亂之後，戶口凋殘，每歲租米，不實倉廩，隨即出給，纔供當年。若遇凶災，將何振恤？故隋開皇立制，天下之人，節級輸粟，名為社倉。終於文皇，得無饑饉。及大業中，國用不足，並取社倉，以充官費，故至末塗，無以支給。今請自王公以下，爰及衆庶，計所墾田稼穡頃畝，每至秋熟，准見田苗，以理勸課，盡令出穀。稻麥之鄉，亦同此稅。各納所在，為立義倉。年穀不登，百姓饑饉，當所州縣，隨便取給。太宗曰：既為百姓，先作儲貯，官為舉掌，以備凶年。非朕所須，橫生賦斂，利人之事，深是可嘉。宜下有司，議立條制。戶部尚書韓仲良奏：王公以下墾田，畝納二升。其粟麥粳稻之屬，各依地土。貯之州縣，以備凶年。制從之。自是天下州縣始置義倉，每有饑饉，則開倉賑給。

**《舊唐書・五行志》** 永淳元年六月十二日，連日大雨，至二十三日，洛水大漲，漂損河南、立德、弘敬、洛陽、景行等坊二百餘家，壞天津橋及中橋，斷人行累日。先是，頃降大雨，沃若懸流，至是而泛溢衝突焉。西京平地水深四尺已上，麥一束止得一二升，米一斗二百二十文，布一端止得一百文。國中大饑，蒲、同等州沒徙家口並逐糧，饑餒相仍，加以疾疫，自陝至洛，死者不可勝數。西京米斗三百已下。

**又** 貞觀十二年正月二十二日，松、巂二州地震，壞人廬舍。二十年九月十五日，靈州地震，有聲如雷。二十三年八月一日，晉州地震，壞人廬舍，壓死者五十餘人。三日，又震。十一月五日，又震。永徽元年四月一日，又震。六月十二日，又震。高宗顧謂侍臣曰：朕政教不明，使晉州之地，屢有震動。侍中張行成曰：天，陽也；地，陰也。陽，君象；陰，臣象。君宜轉動，臣宜安靜。今晉州地震，彌旬不休，臣將恐女謁用事，大臣陰謀。且晉州，陛下本封，今地屢震，尤彰其應。伏願深思遠慮，以杜其萌。帝深然之。開元二十二年二月十八日，秦州地震。先是，秦州百姓聞州西北地下殷殷有聲，俄而地震，壞廨宇及居人廬舍數千間，地坼而復合。震經時不定，壓死百餘人。玄宗令右丞相蕭嵩致祭山川，又遣倉部員外郎韋伯陽往宣慰，存恤所損之家。至德元年十一月辛亥朔，河西地震有聲。地裂陷，壞廬舍，張掖、酒泉尤甚。至二年六月始止。

大曆二年十一月壬申，京師地震，有聲自東北來，如雷者三。四年二月丙辰夜，京師地震，有聲如雷者三。貞元三年十一月己卯夜，京師地震，是夕者三，巢鳥皆驚，人多去室。東都、蒲、陝亦然。四年正月朔日，德宗御含元

殿受朝賀。是日資明，殿階及欄檻三十餘間，無故自壞，甲士死者十餘人。其夜，京師地震。二日又震，三日又震，十八日又震，十九日又震，二十日又震。帝謂宰臣曰：蓋朕寡德，屢致后土震驚，但當修政，以答天譴耳。二十三日又震，二十四日又震，二十五日又震，時金、房州尤甚，江溢山裂，屋宇多壞，人皆露處。至二月三日壬午，又震，甲申又震，乙酉又震，丙申又震。三月甲寅，又震。己未又震，庚午又震，辛未又震。京師地生毛，或白或黃，有長尺餘者。五月丁卯，又震。八月甲辰，又震。其聲如雷。九年四月辛酉，京師又震，有聲如雷。河中尤甚，壞城壘廬舍，地裂水湧。十年四月戊申，又震。十三年十月乙未日午時，震從東來，須臾而止。

元和七年八月，京師地震，憲宗謂侍臣曰：昨地震，草樹皆搖，何祥異也？宰臣李絳曰：昔周時地震，三川竭，太史伯陽甫謂周君曰：天地之氣，不過其序。若過其序，人亂也。人政乖錯，則上感陰陽之氣，陽伏而不能出，陰迫而不能升，于是有地震。又孔子修《春秋》所紀災異，先地震，日蝕，蓋地載萬物，日君象，政有感傷，天地見眚，書之示戒，用儆後王。伏願陛下體勵虔恭之誠，動以利萬物，綏萬方為念，則變異自消，休徵可致。九年三月丙辰，嵩州地震，晝夜八十震方止，壓死者百餘人。太和九年二月乙卯，京師地震。開成元年二月乙亥夜四更，京師地震，屋瓦皆墜，戶牖之間有聲。二年十一月乙丑夜，地南北微震。大中三年十月，京師地震，振武、天德、靈武、鹽、夏等州皆震，壞軍鎮廬舍。

武德六年七月二十日，嵩州山崩，川水咽流。貞觀八年七月七日，隴右山崩，大蛇屢見。太宗問秘書監虞世南曰：是何災異？對曰：春秋時梁山崩，晉侯召伯宗而問焉。對曰：國主山川，故山崩川竭，君為之不舉，降服出次，祝幣以禮焉。晉侯從之，卒亦無害。漢文帝九年，齊、楚地二十九山同日崩。文帝出令，郡國無來獻，施惠于天下，遠近歡洽，亦不為災。後漢靈帝時，青蛇見御。座晉惠帝時，大蛇長三百步，經市入廟。今蛇見山澤，蓋深山大澤，實生龍蛇，亦不足怪也。唯脩德可以消變。上然之。十七年八月四日，原州昌松縣瀉池谷有石五，青質白文，成字曰：高皇海出多子李元王八十年太平天子李世民千年太子李治書燕山人士樂太國主尚汪潭獎文仁萬千古大王五王六王七王十□毛才子七佛八菩薩及上果佛田天子文武貞觀昌大聖延四方上下治示孝仙戈八為善。涼州奏。其年十一月三日，遣使祭之，曰：嗣天子某，祚繼鴻業，君臨寓縣，夙興旰食，無忘于政，導德齊禮，愧於前修。天有成命，表瑞貞石，文字昭然，歷數唯永。既旌高廟之業，又錫眇身之祚。迨于皇太子治，亦降貞符，具紀姓氏，列于石言。仰瞻睿漢，空銘大造，甫惟寡薄，彌增寅懼。敢因大禮，重薦玉帛，上謝明靈之貺，以申祇慄之誠。祇永徽四年八月二十日，隕石十八于同州馮翊縣，光曜，有聲如雷。上問于志寧曰：此何祥也？當由朕政之有闕。對曰：按《春秋》，隕石于宋五，內史過曰：是陰陽之事，非吉凶所生。自古災變，杳不可測，但恐物之自爾，未必關于人事。陛下發書誡懼，責躬自省，未必不為福矣。

永昌中，華州敷水店西南坡，白晝飛四五里，直抵赤水，其坡上樹木禾黍，宛然無損。

則天時，新豐縣東南露臺鄉，因大風雨雹震，有山踊出，高二百尺，有池，周三頃，池中有龍鳳之形，禾黍之異。則天以為休徵，名為慶山。荊州人俞文俊詣闕上書曰：臣聞天氣不和而寒暑隔，人氣不和而疣贅生，地氣不和而堆阜出。今陛下以女主居陽位，反易剛柔，故地氣隔塞，山變為災。陛下以為慶山，臣以為非慶也。誠宜側身修德，以答天譴。不然，恐災禍至。則天怒，流於嶺南。

開元十七年四月五日，大風震電，藍田山開百餘步。

乾元二年六月，虢州閿鄉縣界黃河內女媧墓，天寶十三載因大雨晦冥，失其所在，至今年六月一日夜，河濱人家忽聞風雨聲，比見其墓踊出，上有雙柳樹，下有巨石二，柳各長丈餘。郡守圖畫以聞，今號風陵堆。

大曆十三年，郴州黃芩山崩震，壓殺數百人。

建中初，魏州魏縣西四十里，忽然土長四五尺數畝，里人駭異之。明年，魏博田悅反，德宗命河東馬燧、潞州李抱真討之，營于陘山。幽州朱滔、恒州王武俊帥兵救田悅，王師退保魏縣西。朱滔、武俊、田悅引軍與王師對壘。三年十一月，朱滔僭稱冀王，武俊稱趙王，田悅稱魏王。悅時壘正當土長之所，及僭署告天，乃因其長土為壇以祭。魏州功曹韋稔為《益土頌》以媚悅。馬燧聞之，笑曰：田悅異常賊也。

貞觀十一年七月一日，黃氣竟天，大雨，穀水溢，入洛陽宮，深四尺，壞左掖門，毀宮寺一十九，洛水暴漲，漂六百餘家。帝引咎，令羣臣直言政之得失。中書侍郎岑文本曰：伏唯陛下覽古今之事，察安危之機，上以社稷為

重，下以億兆為念，明選舉，慎賞罰，進賢才，退不肖。聞過必改，從諫如流。為善在於不疑，出令期於必信。頤神養性，省畋游之娛，去奢從儉，減工役之費。務靜方內，不求闢土，載櫜弓矢，而無忘武備。凡此數者，願陛下行之不怠，必當轉禍為福，化咎為祥。況水之為患，陰陽常理，豈可謂之天譴而繫聖心哉！十三日，詔曰：暴雨為災，大水泛溢，靜思厥咎，朕甚懼焉。文武百寮，各上封事，極言朕過，無有所諱。諸司供進，悉令減省。凡所力役，量事停廢。遭水之家，賜帛有差。二十日詔廢明德宮及飛山宮之玄圃院，分給河南、洛陽遭水戶。九月，黃河泛溢，壞陝州河北縣及太原倉，毀河陽中潭。太宗幸白馬坂以觀之。

永徽五年六月，恒州大雨，自二日至七日。滹沱河水泛溢，損五千三百家。總章二年七月，冀州奏：六月十三日夜降雨，至二十日，水深五尺，其夜暴水深一丈已上，壞屋一萬四千三百九十區，害田四千四百九十六頃。九月十八日，括州暴風雨，海水飄上，壞永嘉、安固二縣城百姓廬舍六千八百四十三區，殺人九千七十、牛五百頭，損田苗四千一百五十頃。

咸亨元年五月十四日，連日澍雨，山水溢，溺死五千餘人。

永淳元年六月十二日，連日大雨，至二十三日，洛水大漲，漂損河南立德弘敬、洛陽景行等坊二百餘家，壞天津橋及中橋，斷人行累日。先是，頓降大雨，沃若懸流，至是而泛溢衝突焉。西京平地水深四尺已上，麥一束止得一二升，米一斗二百二十文，布一端止得一百文。國中大饑，蒲、同等州沒徙家口并逐糧，饑餒相仍，加以疾疫，自陝至洛，死者不可勝數。西京米斗三百已下，二年三月，洛州黃河水溺河陽縣城，水面高於城內五六尺。自鹽坎已下至縣十里石灰，並平流，涯橋南北道無不碎破。

文明元年十月，溫州大水，漂流四千餘家。長安三年，寧州大霖雨，山水暴漲，漂流二千餘家，溺死者千餘人。流屍東下。十七日，京師大雨雹，人有凍死者。四年，自九月至十月，晝夜陰晦，大雨雪。都中人畜，有餓凍死者。令開倉賑恤。

神龍元年七月二十七日，洛水漲，壞百姓廬舍二千餘家。詔九品已上直言極諫，右衛騎曹宋務光上疏曰：臣聞自昔后王，樂聞過，罔不興，拒忠諫，罔不亂。何者，樂聞過則下情通，下情通則政無缺，此其所以興也。拒忠諫則羣議壅，羣議壅則主孤立，此其所以亂也。伏見明敕，令文武九品已上直言極諫，大哉德音，其堯、舜之用心，禹湯之責己也。臣嘗讀書，觀天人相與之際，考休咎冥符之兆，有感必通，其間甚密。是以政失於此，變生於彼，亦猶影之像形，響之赴聲，動而輒隨，各以類應。故《易》曰：天垂象，見吉凶，聖人象之。竊見自夏已來，水氣悖戾，天下郡國，多罹其災。去月二十七日，洛水暴漲，漂損百姓。謹按《五行傳》曰：簡宗廟廢祭祀，則水不潤下。夫王者即位，必郊祀天地，嚴配祖宗，是故鬼神歆饗，多獲福助。自陛下光臨寶極，綿歷炎涼，郊廟遲留，不得殷薦，山川寂寞，未議懷柔。暴水之災，殆因此發。臣又按，水者陰類，臣妾之道。陰氣盛滿，則水泉迸溢。加之虹蜺紛錯，暑雨滯淫，雖丁厥時，而汨恒度，亦陰勝之沴也。臣恐後庭近習，或有離中饋之職，干外朝之政，伏願深思天變，杜絕其萌。又自春及夏，牛多病死，疫氣浸淫，于今未息。謹按《五行傳》曰：思之不睿，時則有牛禍。意者萬機之事，陛下或未躬親乎？昔太戊有異，木生于朝，伊陟戒以脩德，厥妖用殄，高宗有飛雉雊于鼎，祖己陳以政事，殷道再興。此皆視履考祥，轉禍為福之明鑑也。晁錯曰：五帝其臣不及，則自親之。今朝廷怪異，雖則多矣。然皆仰知陛下天光。大願勤思德容，少凝大化，以萬方為念，不以聲色為娛，以百姓為憂，不以犬馬為樂。暫勞宵旰，用緝明良，豈不休哉。天下幸甚，臣聞三王之朝，不能免淫亢，太平之時，不能無小孽。備禦之道，存乎其人。若細微之災，恬而不怪，及禍變成象，駭而圖之，猶水決而繕防，疾困而求藥，雖復黽俛，亦何救哉。夫災變應天，實繫人事，故日蝕脩德，月蝕脩刑。若乃雨暘或愆，則貌言為咎，雩禜之法，在于禮典。今暫逢霖雨，即閉坊門，棄先聖之明訓，遵後來之淺術，時偶中之，安足神耶。蓋當屏翳收津，豐隆戢響之日也。豈有一坊一市，遂能感召星靈，暫閉暫開，便欲發揮神道，必不然矣。何其謬哉！至今巷議街言，共呼坊門為宰相，謂能節宣風雨，燮理陰陽。夫如是，則赫赫師尹，便為虛設，悠悠蒼生，復何所望？自數年已來，公私俱竭，戶口減耗。家無接新之儲，國無候荒之蓄。陛下不出都邑，近觀朝市，則以為率土之人，既康且富。及至踐閭陌，視鄉亭，百姓衣牛馬之衣，食犬彘之食，十室而九空，丁壯盡於邊塞，孤孀轉於溝壑，猛吏淫威奪其毒，暴徵急政破其資。馬困斯跌，人窮乃詐，或起為姦盜，或競為流亡，從而刑之，良可悲也。臣觀今之貶俗，率多輕佻，人貧而奢不息，法設而偽不止。長吏貪冒，選舉私謁。樂多繁淫，器尚浮巧。稼穡之人少，商旅之人多。誠願坦然更化，以身

先之，端本澄源，滌瑕蕩穢。接凋殘之後，宜緩其力役，當久弊之極，宜法訓敦龐。良牧樹風，賢宰垂化，十年之外，生聚方足，三代之美，庶幾可及。臣聞太子者，君之貳，國之本，《易》有其卦，天有其星，今古相循，率由茲道。陛下自登皇極，未建元良，非所以守器承祧，養德贊業。離明不可輟曜，震位不可久虛，伏願早擇賢能，以光儲副，上安社稷，以慰黎元。且姻戚之間，謗議所集，假令漢帝無私於廣國，元規切讓於中書，天下之人，安可户說。稽疑成患，馮寵生災，所謂愛之適足以害之。至如武三思等，誠能輟其機務，授以清閒，厚祿以富其身，蕃錫以奬其意，家國俱泰，豈不優乎？夫爵賞者，君之重柄。《傳》曰：惟名與器，不可假人。自頃官賞，頗亦乖謬，大勳未滿于人聽，高秩已越于朝倫，貪天之功，以為己力。秘書監鄭普思、國子祭酒葉靜能，或挾小道以登朱紫，或因淺術以取銀黄，既虧國經，實悖天道。《書》曰：制理於未亂，保邦於未危。此誠理亂安危之時也。伏願欽祖宗之丕烈，傷王業之艱難，遠佞人，親有德，乳保之愛，妃主之家，以時接見，無令媟瀆。凡此數者，當今急務，唯陛下留神採納，永保康寧。疏奏不省，右僕射唐休璟以霖雨為害，咎在主司，上表曰：臣聞天運其工，人代之而為理，神行其化，為政資之以和。得其理則陰陽以調，失其和則災沴斯作。故舉才而授，帝唯其難，論道於邦，官不必備。頃自中夏，及乎首秋，郡國水災，屢為人害。夫水，陰氣也。臣實主之。臣忝職右樞，致此陰沴，不能調理其氣，而乃曠居其官。雖運屬堯年，則無治水之用，位侔殷相，且闕濟川之功，猶負明刑，坐逃皇譴。皇恩不棄，其若天何？昔漢家故事，丞相以天災免職。臣竊遇聖時，豈敢覥顏居位。乞解所任，待罪私門，冀移陰咎之徵，復免夜行之眚。

神龍二年三月壬子，洛陽東十里有水影，月餘乃滅。四月，洛水泛溢，壞天津橋，漂流居人廬舍，溺死者數千人。三年，滄州雨雹，大如雞卵。

開元五年六月十四日，鞏縣暴雨連日，山水泛漲，壞郭邑廬舍七百餘家，人死者七十二，汜水同日漂壞近河百姓二百餘户。八年夏，契丹寇營州，發關中卒援之，軍次漉池縣之闕門，野營穀水上。夜半，山水暴至，二萬餘人皆溺死，唯行網役夫撈捕，覺水至，獲免逆旅之家，溺死死人漂入苑中如積。其年六月二十一日夜，暴雨，東都穀、洛溢，入西上陽宮，宮人死者十七八。畿内諸縣，田稼廬舍蕩盡。掌闕兵士，凡溺死者一千一百四十八人。京城興道坊一夜陷為池，一坊五百餘家俱失。其年，鄧州三鴉口大水塞谷，初見二小兒以水相潑，須臾，有大蛇十圍已上，張口向天，人或斫射之，俄而暴雷雨，漂溺數百家。十年二月四日，伊水泛漲，毀都城南龍門天竺、奉先寺，壞羅郭東南角，平地水深六尺已上，入漕河，水次屋舍，樹木蕩盡。河南汝、許、仙、豫、唐、鄧等州，各言大水害秋稼，漂沒居人廬舍。十四年六月戊午，大風拔木發屋，端門鴟吻盡落，都城内及寺觀落者約半。七月十四日，瀍水暴漲，流入洛漕，漂沒諸州租船數百艘，溺死者甚衆，漂失揚、壽、光、和、廬、杭、瀛、棣租米一十七萬二千八百九十六石，并錢絹雜物等。因開斗門決堰，引水南入洛，漕水燥竭，以搜漉官物，十收四五焉。七月甲子，懷、衛、鄭、滑、汴、濮、許等州澍雨，河及支川皆溢，人皆巢舟以居，死者千計，資產苗稼無孑遺。滄州大風，海運船沒者十二，失平盧軍糧五千餘石，舟人皆死。潤州大風從東北，海濤奔上，沒瓜步洲，損居人。是秋，天下八十五州言旱及霜，五十州水，河南、河北尤甚。十五年七月甲寅，雷震興教門樓兩鴟吻，燒樓柱，良久乃滅。二十日，鄜州雨，洛水溢入州城，平地丈餘，損居人廬舍，溺死者不知其數。二十一日，同州損郭邑及市，毀馮翊縣。八月八日，沔池六十三州大水損禾稼，居人廬舍，河北尤甚。十八年六月乙丑，東都瀍水暴漲，漂損揚、楚、淄、德等州租船。壬午，東都洛水泛漲，壞天津、永濟二橋及漕渠斗門，漂損提象門外助舖及仗舍，又損居人廬舍千餘家。二十七年八月，東京改作明堂。訛言官取小兒埋于明堂下，以為厭勝。村邑童兒藏于山谷，都城騷然，或言兵至。玄宗惡之，遣主客郎中王倕往東都及諸州宣慰百姓，久之乃定。二十九年，暴水，伊、洛及支川皆溢，損居人廬舍，秋稼無遺，壞東都天津橋及東西漕，河南北諸州，皆多漂溺。天寶十載，廣陵郡大風駕海潮，淪江口大小船數千艘。十三載秋，京城連月澍雨，損秋稼。九月，遣閉坊市北門，蓋井，禁婦人入街市，祭玄冥大社，禁門。京城坊市牆宇，崩壞向盡。東方瀍、洛水溢隄穴，衝壞一十九坊。

上元二年，京師自七月霖雨，八月盡方止。京城宮寺廬舍多壞，街市溝渠中漉得小魚。

永泰元年，先旱後水。九月，大雨，平地水數尺，溝河漲溢。時吐蕃寇京畿，以水自潰而去。二年夏，洛陽大雨，水壞二十餘坊及寺觀廨舍。河南數十州大水。

大曆四年秋，大雨。是歲，自四月霖澍，至九月，京師米斗八百文，官出

太倉米賤糶以救饑人。京城閉坊市北門，門置土臺，臺上置壇及黃幡以祈晴。秋末方止。五年夏，復大雨，京城饑，出太倉米減價以救人。十二年秋，大雨。是歲，春夏旱，至秋八月雨，河南尤甚，平地深五尺，河決，漂溺田稼。

貞元二年夏，京師通衢水深數尺。吏部侍郎崔縱，自崇義里西門為水漂浮行數十步，街舖卒救之獲免，其日，溺死者甚衆。東都、河南、荊南、淮南江河泛溢，壞人廬舍。四年八月，連雨，灞水暴溢，溺殺渡者百餘人。八年秋，大雨，河南、河北、山南、江淮凡四十餘州大水，漂溺死者二萬餘人。時幽州七月大雨，平地水深二丈，鄭、涿、薊、檀、平五州，平地水深一丈五尺。又徐州奏：自五月二十五日雨，至七月八日方止，平地水深一丈二尺，郭邑廬里屋宇田稼皆盡，百姓皆登丘塚山原以避之。

元和七年正月，振武界黃河溢，毀東受降城。五月，饒、撫、虔、吉、信五州山水暴漲，壞廬舍，虔州尤甚，水深處四丈餘。八年五月，許州奏：大雨摧大隗山，水流出，溺死者千餘人。六月庚寅，京師大風雨，毀屋揚瓦，人多壓死。水積城南，深處丈餘，人明德門，猶漸車輻。辛卯，渭水暴漲，毀三渭橋，南北絕濟者一月。時所在霖雨，百源皆發，川瀆不由故道。丙申，富平大風，折樹一千二百株。辛丑，出宮人二百車，人得娶納，以水害誡陰盈也。九年秋，淮南、宣州大水。十一年五月，京畿大雨，害田四萬頃，昭應尤甚，漂溺居人。衢州山水涌，深三丈，壞州城，民多溺死。浮梁、樂平溺死者一百七十人，為水漂流不知所在者四千七百戶。潤、常、湖、陳、許等州各損田萬頃。十二年秋，大雨，河南北水害稼。其年六月，京師大雨，街市水深三尺，壞廬舍二千家，含元殿一柱陷。十五年九月十一日至十四日，大雨兼雪，街衢禁苑樹無風而摧折，連根而拔者不知其數。仍令閉坊市北門以禳之。滄州大水。長慶二年十月，好時山水泛漲，漂損居人三百餘家，河南陳、許二州尤甚。詔賑貸粟五萬石，量人戶家口多少，等第分給。

太和三年四月，同官暴水，漂沒三百餘家。六年，徐州自六月九日大雨至十一日，壞民舍九百家。四年夏，鄆、曹、濮雨，壞城郭田廬向盡。蘇、湖二州水，壞六堤，水入郡郭，溺廬井。許州自五月大雨，水深八尺，壞郡郭居民大半。會昌元年七月，襄州漢水暴溢，壞州郭。均州亦然。則天時，宗秦客以佞幸為內史，受命之日，無雲而雷聲震烈，未周歲而誅。

延和元年六月，河南偃師縣之李材村，有霹靂閃入人家，地震裂，濶丈餘，長十五里，測之無底。所裂之處，井廁相通，所衝之家，棺柩出植平地無損，竟不知其故。儀鳳三年十一月十四日，雨水冰。開元十五年七月四日，雷震興教門兩鴟吻，欄檻及柱災。二十九年十一月二十二日，雨木冰，凝寒凍冽，數日不解。寧王見而歎曰：諺云樹稼達官怕，必有大臣當之。其月王薨。

乾元三年閏四月，大霧，大雨月餘。是月，史思明再陷東都，京師米斗八百文，人相食，殍骸蔽地。永泰元年二月甲子夜，雷電震烈。三月，降霜為木冰。辛亥，大風拔木。

大曆二年三月辛亥夜，京師大風發屋。十一月，紛霧如雪，草木冰。十年四月甲申夜，大雨雹，暴風拔樹，飄屋瓦，宮寺鴟吻飄失者十五六，人震死者十二，損京畿田稼七縣。七月己未夜，杭州大風，海水翻潮，飄蕩州郭五千餘家，船千餘隻，全家陷溺者百餘戶，死者四百餘人。蘇、湖、越等州亦然。

貞元二年正月，大雨雪，平地深尺餘。雪上有黃色，狀如浮埃。四年正月，陳留十里許雨木，皆大如指，長寸餘，木有孔通中，所下立者如植。其年，宣州暴雨震電，有物墮地，猪首，手腳各有兩指，執一赤斑蛇食之。逡巡，黑雲合，不見。八年二月，京師雨土。五月己未，暴風破屋拔樹，太廟屋及諸門寺署壞者不可勝計。十年六月辛丑晦，有水鳥集於左藏庫。其夜暴雨，大風拔樹。十七年二月五日大雨雹七日，大霜。十六夜，大雨，震雷且電。十九日，大雨雪而電。

元和三年四月壬申，大風毀含元殿西闕欄檻二十七間。八年三月丙子，大風拔崇陵上宮衙殿西鴟尾，并上宮西神門六戟竿折，行牆四十間簷壞。

長慶元年九月壬寅，京師震電，大風雨。四年五月庚辰，大風吹壞延喜、景風二門。

太和八年六月癸未，暴風雷雨壞長安縣廨及經行寺塔。同、華大旱。七月辛酉，定陵臺大風雨，震，東廊之下地裂一百三十尺，其深五尺。詔宗正卿李仍叔啟告修之。九年四月二十六日夜，大風，含元殿四鴟吻皆落，拔殿前樹三，壞金吾仗舍，發樓觀內外城門數處，光化門西城牆壞七十七步。是日，廢長生院，起內道場，取李訓言沙汰僧尼故也。

開成元年夏六月，鳳翔、麟游縣暴風雨，飄害九成宮正殿及滋善寺佛舍，壞百姓屋三百間，死者百餘人，牛馬不知其數。長安四年九月，後霖雨並雪，

凡陰一百五十餘日，至神龍元年正月五日，誅二張，孝和反正，方晴霽。先天二年四月，陰，至六月一百餘日，至七月三日，誅竇懷貞等一十七家，方晴。

景龍中，東都霖雨百餘日，閉坊市北門，駕車者苦甚泞，街中言曰：宰相不能調陰陽，致滋恒雨，令我泞行。會中書令楊再思過，謂之曰：於理則然，亦卿牛劣耳。

貞元二十一年，順宗風疾，叔文用事，連月霖雨不霽。乃以憲宗為皇太子，制出日即晴。《傳》所謂皇之不極，厥罰恒陰，皆此數也。

貞觀二年六月，京畿旱，蝗食稼。太宗在苑中掇蝗，咒之曰：人以穀為命，而汝害之，是害吾民也。百姓有過，在予一人。汝若通靈，但當食我，無害吾民。將吞之，侍臣恐上致疾，遽諫止之。上曰：所冀移災朕躬，何疾之避？遂吞之。是歲蝗不為患。

開元四年五月，山東蝗蝗害稼，分遣御史捕而埋之。汴州刺史倪若水拒御史，執奏曰：蝗是天災，自宜修德。劉聰時，除既不得，為害滋深。宰相姚崇牒報之曰：劉聰偽主，德不勝妖，今日聖朝，妖不勝德。古之良守，蝗蟲避境，若言修德可免，彼豈無德致然。今坐為食苗，忍而不救，因此饑饉，將何以安？卒行埋瘞之法，獲蝗一十四萬，乃投之汴河流者不可勝數。朝議喧然，上復以問崇，崇對曰：凡事有違經而合道，反道而適權者，彼庸儒不足以知之。縱除之不盡，猶勝養之以成災。帝曰：殺蟲太多，有傷和氣，公其思之。崇曰：若救人殺蟲致禍，臣所甘心。八月四日，敕河南、河北檢校捕蝗使狄光嗣、康瓘、敬昭道、高昌、賈彥璿等，宜令待蟲盡而刈禾將畢，即入京奏事。諫議大夫韓思復上言曰：伏聞河北蝗蟲，頃日益熾，經歷之處，苗稼都盡。臣望陛下省咎責躬，發使宣慰，損不急之務，去至冗之人。上下同心，君臣一德，持此至誠，以答休咎。前後捕蝗使望並停之。上出符疏付中書姚崇，乃令思復往山東檢視蟲災之所，及還，具以聞。二十五年，貝州蝗食苗，有白鳥數萬，羣飛食蝗，一夕而盡。明年，榆林闕有蚵蚾食苗，羣雀來食，數日而盡。

天寶三載，貴州紫蟲食苗，時有赤鳥羣飛，自東北來食之。廣德元年秋，蚵蚾食苗，關西尤甚，米斗千錢。興元元年秋，關輔大蝗，田稼食盡，百姓饑，捕蝗為食，蒸曝，颺去足翅而食之。明年夏，蝗尤甚，自東海西盡河、隴，羣飛蔽天，旬日不息。經行之處，草木牛畜毛，靡有孑遺。關輔已東，穀大貴，餓饉枕道。京師大亂之後，李懷光據河中，諸軍進討，國用罄竭。衣冠之家，多有殍殕者。旱甚，灞水將竭，井皆無水。有司奏國用裁可支七旬。德宗減膳，不御正殿。百司不急之費，皆減之。

元和元年夏，鎮、冀蝗，害稼。長慶三年秋，洪州旱，螟蝗害稼八萬頃。太和元年秋，旱，罷選舉。開成二年，河南、河北旱，蝗害稼，京師旱尤甚，徙市，閉坊南門。四年六月，天下旱，蝗食田，禱祈無効，上憂形於色。宰臣曰：星官奏天時當爾，乞不過勞聖慮。文宗懍然改容曰：朕為天下主，無德及人，致此災旱。今又彗星滴見于上，若三日內不雨，當退歸南內，卿等自選賢明之君以安天下。宰臣嗚咽流涕不能已。是歲，河南府界黑蟲食苗。河南、河北蝗，害稼都盡。鎮、定等州，田稼既盡，至于野草樹葉細枝亦盡。會昌元年，山南鄧、唐等州蝗，害稼。

貞觀十三年四月二十九日，雲陽石燃方丈，晝如炭，夜則光見，投草木於其上則焚，歷年方止。證聖元年正月十六日夜，明堂火，延及天堂。京城光照如晝，至曙並為灰燼。則天欲避殿徹樂，宰相姚璹以為火因麻主，人護不謹，非天災也，不宜貶損。乃勸則天御端門觀酺，引建章故事，令薛懷義重造明堂以厭勝之。則天時，建昌王武攸寧置內庫，長五百步，二百餘間，別貯財物以求媚。一夕為天災所燔，玩好並盡。景龍中，東都凌空觀災，火自東北來，其金銅諸像，銷鑠並盡。

開元五年，洪、潭二州災，火延燒郡舍。郡人先見火精赤曒曒飛來，旋即火發。十五年，衡州災，火延燒三四百家。郡人見物大如瓮，赤如燭籠，此物所至，即火發。十八年二月十八日，大雨雪，俄又雷震，飛龍厩災。

天寶二年六月七日東都應天門觀災。延燒左右延福門，經日不滅。九載三月，華嶽廟災。十載正月，大風，陝州運船失火，燒二百一十五隻，損米一百萬石，舟人死者六百人，又燒商人船一百隻。其年八月六日，武庫災，燒二十八間十九架，兵器四十七萬件。寶應元年十一月，廻紇焚東都宜春院，延及明堂，甲子日而盡。

廣德元年十二月二十五夜，鄂州失火，燒船三千船，延及岸上居人二千餘家，死者四五千人。

大歷十年二月，莊嚴寺佛圖災。初有疾風，震雷薄擊，俄而火從佛圖中出，寺僧數百人急救之，乃止。棟宇無損。

貞元七年，蘇州火。十九年四月，家令寺火。二十年四月，開業寺火。

元和四年，御史臺舍火。七年，鎮州甲仗庫一十三間災，節度使王承宗殺主守，坐死者百餘人。承宗方拒天軍，而兵仗為災所焚，天意嫉也。十年四月，河陰轉運院火。十一月，獻陵寢宮永巷火。十一年十二月，未央宮及飛龍草場火，皆王承宗、李師道謀撓用兵，陰遣盜縱火也。時李師道於鄆州起宮殿，欲謀僭亂。既成，是歲為災並盡，俄而族滅。

太和元年十月甲辰，昭德宮火，延燒至宣政東垣及門下省，至晡方息。八年十二月，昭成宮火。九年六月乙亥朔，西市火。會昌三年六月，萬年縣東市火，燒屋宇貨財不知其數。又西內神龍宮火。

大順二年七月，汴州相國寺佛閣災。是日曉，微雨，震電，寺僧見赤塊在三門樓藤網中，周遮一帀而火作。良久，赤塊北飛，越前殿飛入佛閣藤網中，如三門周遶轉而火作。如是三日不息，訖為灰燼。

貞觀初，白鵲巢于殿庭之槐樹，其巢合歡如腰鼓，左右稱賀。太宗曰：吾常笑隋文帝好言祥瑞。瑞在得賢，白鵲子何益於事？命掇之，送于野。高宗文明後，天下頻奏雌雉化為雄，或半化未化，兼以獻之，則天臨朝之兆。

調露元年，突厥溫傅等未叛時，有鳴鵝羣飛入塞，相繼蔽野，邊人相驚曰：突厥雀南飛，突厥犯塞之兆也。至二年正月，還復北飛，至靈夏已北。悉墜地而死，視之，皆無頭。裴行儉問右史苗神客曰：鳥獸之祥，乃應人事，何也？對曰：人雖最靈，而稟性含氣，同於萬類，故吉凶兆於彼，而禍福應於此。聖王受命，龍鳳為嘉瑞者，和氣同也。故漢祖斬蛇而驗秦之必亡，仲尼感麟而知己之將死。夷羊在牧，殷紂已滅。鸛鵒來巢，魯昭出奔。鼠舞端門，燕刺誅死。大鳥飛集，昌邑以敗。是故君子虔恭寅畏，動必思義，雖在幽獨，如承大事，知神明之照臨，懼患難之及己。雉升鼎耳，殷宗側身以脩德，鵬上坐隅，賈生作賦以敘命。卒以無患者，德勝妖也。

大曆八年四月戊申，乾陵上仙觀之尊殿，有雙鵲銜泥及柴，補殿之巢壞，凡十五處。其年九月，大鳥見於武功殿，羣鳥隨而噪之。神策將軍張日芬射得之，肉翅狐首，四足，足有爪，其廣四尺三寸，其毛色赤，形類蝙蝠。十一年，渭州獲赤烏。十三年五月，左羽林軍鸛鵒乳雀。

貞元三年三月，中書省梧桐樹有鵲以泥為巢。四年夏，汴、鄭二州羣鳥皆飛入田緒、李納境內，銜木為城，高二三尺，方十里。緒納惡之，命焚之，信宿而復，烏口皆流血。十年四月，有大鳥飛集宮中，食雜骨數日，獲之，不食而死。六月辛未晦，水鳥集左藏庫。十四年秋，有烏色青，類鳩鵲，息於宋郊，所止之處，羣烏翼衛，朝夕啣稻粱以哺之。睢陽之人適野聚觀者旬日，人不知其名，郡人李翺見之曰：此鸞也，鳳之次。

長慶元年六月，濮州雷澤縣人張憲家榆樹烏巢，因風墮二雛，別樹鵲引二烏雛於巢哺之。開成二年六月，真興門外野鵲巢於古塚。永徽中，黑齒常之戍河源軍，有狼三頭，白晝入軍門，射之斃。常之懼，求代。將軍李謹代常之軍，月餘卒。先天初，洛陽市人牽一羊，左肋下有人手，長尺許，以之乞丐。

開元二年，韶州鼠害稼，千萬為羣。三年，有熊白晝入廣陵城，月餘，都督李處鑒卒。永泰二年十一月，乾陵赤兔見。

大曆二年三月，河中獻玄狐。四年九月己卯，虎入京城長壽坊元載私廟，將軍周皓格殺之。六年八月丁丑，太極殿內廊下獲白兔。八年七月，白鼠出內侍省十二年六月，苑內獲白鼠。十三年六月戊戌，隴右汧源縣軍士趙貴家，猫鼠同乳，不相害，節度使朱泚籠之以獻。宰相常袞率百寮拜表賀，中書舍人崔祐甫曰：此物之失性也。天生萬物，剛柔有性，聖人因之，垂訓作則。禮，迎貓，為食田鼠也。然貓之食鼠，載在祀典，以其能除害利人，雖微必錄。今此貓對鼠，何異法吏不能觸邪，疆吏不勤扞敵？據禮部式錄三瑞，無貓不食鼠之目。以此稱慶，理所未詳。以劉向《五行傳》言之，恐須申命憲司，察聽貪吏，誡諸邊境，無失儆巡，則貓能致功，鼠不為害。帝深然之。

建中四年五月，滑洲馬生角。貞元四年二月，太僕寺郊牛生犢，六足，太僕卿周皓白宰相李泌，請上聞，泌笑而不答。又京師人家豕生子，兩首四足，有司以白御史中丞竇參，請上聞，參寢而不奏。三月癸丑，鹿入京師西市門，衆殺之。

元和七年十一月，龍州武安川會田中嘉禾生，有麟食之，復生。麟之來，一鹿引之，羣鹿隨之，光華不可正視。使畫工圖麟及嘉禾來獻。八年四月，長安西市門家豕生子，三耳八足，自尾分為二。太和九年八月，易定監軍小將家馬，因飲水吐出寶珠一，獻之。

貞觀中，汾州言青龍見，吐物在空中，有光明如火。墜地，地陷，掘之得玄金，廣尺，長七寸。

大足元年，虔州別駕得六眼龜，一夕而失。神龍中，渭河有蝦蟇，大如一石鼎，里人聚觀，數日而失。是歲大水漂溺京城數百家，商州水入城門，襄陽水至樹杪。先天二年六月，西京朝堂磚堦，無故自壞。磚下有大蛇長丈餘，蝦蟇大如盤，面目赤如火，相向鬬。俄而蛇入大樹，蝦蟇入于草。其年七月三日，玄宗誅竇懷貞、岑羲等十七家。

開元四年六月，郴州馬嶺山下，有白蛇長六七尺，黑蛇長丈餘。兩蛇鬬，白蛇吞黑蛇，至麤處，口眼流血，黑蛇頭穿白蛇腹出，俄而俱死。旬日內桂陽大雨，山水暴溢，漂五百家，殺三百餘人。天寶中，洛陽有巨蛇，高丈餘，長百尺，出於芒山下。胡僧無畏見之，歎曰：此欲決水注洛城。即以天竺法咒之，數日蛇死。祿山陷洛之兆也。李揆作相前一月，有大蝦蟇如牀，見室之中，俄失所在。占者以為蟇天使也，有福慶之事。

乾元二年九月，通州三岡縣放生池中，日氣下照，水騰波涌上，有黃龍躍出，高丈餘，又於龍旁數處，浮出明珠。大曆八年，京師金天門外水渠獲毛龜。

貞元三年，李納獻毛龜。元和七年四月，野州柯城縣有黃、青、白三龍各一，翼風雷自梅天陂起，約高二百尺，凡六里，降于浮塘坡。九年四月，道州二青龍見于江中。

太和二年六月七日，密州卑產山北面有龍見。初，赤龍從西來，續有青龍、黃龍從南來，後有白龍、黑龍從山北來，並形狀分明。自申至戌，方散去。天寶初，臨川郡人李嘉胤所居柱上生芝草，狀如天尊像，太守張景夫拔柱以獻。上元二年七月甲辰，延英殿御座生白芝，一莖三花。肅宗製《玉靈芝詩》三篇，羣臣皆賀。占曰：白芝主喪。明年，上皇、肅宗俱崩。二年九月，含輝院生金芝。永泰二年二月，京城槐樹有蟲食葉，其形類蠶。其年六月，太廟第二室芝草生。

大曆四年三月，潤州上元縣芝草生，一莖四葉，高七寸。八年，廬州廬江縣紫芝生，高一丈五尺。九年九月，晉州神山縣慶唐觀檜樹已枯重榮。十二年五月甲子，城都府人郭遠，因樵獲瑞木一莖，有文曰天下太平四字，其年十一月，蔡州汝陽縣芝草生，紫莖黃蓋。

興元元年八月，亳州貞元縣大空寺僧院李樹，種來十四年，纔長一丈八尺，今春枝忽上聳，高六尺，周圍似蓋，九尺餘。又先天太后墓槐樹上有靈泉漏出，今年六月，其上有云氣五色，又黃龍再見于泉上。

元和十一年十二月雷，桃李俱花。長慶三年十二月，水不冰，草萌芽，如正二月之候。

神龍二年三月，洛陽東七里有水影，側近樹木車馬之影，歷歷見水影中，月餘方滅。乾元二年七月，嵐州合河闕黃河水，四十里間，清如井水，經四日而後復。寶應元年九月甲午，華州至陝州二百餘里，黃河清，澄澈見底。大曆二年，醴泉出櫟陽，愈疾。

貞元四年七月，自陝州至河陰，河水色如墨，流入汴河，止于汴州城下，一宿而復。寶曆二年，亳州言出聖水愈病。江淮已南，遠來奔湊求水。浙西觀察使李德裕奏論其妖。宰相裴度判汴州所申狀曰：妖由人興，水不自作。牒汴州觀察使損塞訖申。

玄宗初即位，東都白馬寺鐵像頭無故自落於殿門外。後姚崇秉政，以僧惠範附太平亂政，謀汰僧尼，令拜父母，午後不出院，其法頗峻。

大曆十三年二月，太僕寺廨有佛堂，堂內小脫空金剛左臂上忽有黑汗滴下，以紙承色，色即血也。明年五月，代宗崩。

**《新唐書・五行志》** 貞觀十年，關內、河東大疫。十五年三月，澤州疫。十六年夏，穀、涇、徐、戴、虢五州疫。十七年夏，澤、濠、廬三州疫。十八年，廬、濠、巴、普、郴五州疫。二十二年，卿州大疫。永徽六年三月，楚州大疫。

永淳元年冬，大疫，兩京死者相枕於路。占曰：國將有恤，則邪亂之氣先被于民，故疫。景龍元年夏，自京師至山東、河北疫，死者千數。寶應元年，江東大疫，死者過半。貞元六年夏，淮南、浙西、福建道疫。元和元年夏，浙東大疫，死者大半。太和六年春，自劍南至浙西大疫。開成五年夏，福、建、台、明四州疫。咸通十年，宣、歙、兩浙疫。大順二年春，淮南疫，死者十三四。

**又** 《五行傳》曰：田獵不宿，飲食不享，出入不節，奪民農時，及有姦謀，則木不曲直。謂生不暢茂，多折槁，及為變怪而失其性也。又曰：貌之不恭，是謂不肅。厥咎狂，厥罰常雨，厥極凶。【略】

永徽二年十一月甲申，陰霧凝凍封樹木，數日不解。劉向以為木少陽，貴臣象。此人將有害，則陰氣脅木先寒，故得雨而冰也。亦謂之樹介，介，兵

象也。【略】

麟德元年十二月癸酉，氛霧終日不解。甲戌，雨木冰。儀鳳三年十一月乙未，昏霧四塞，連夜不解。丙申，雨木冰。【略】

延載元年十月癸酉，白霧，木冰。景龍四年三月庚申，雨木冰。【略】

二十九年，亳州老子祠枯樹復榮。是年十一月己巳，寒甚，雨水冰，數日不解。永泰元年三月庚子，夜霜，木有冰。大曆二年十一月，紛霧如雪，草木冰。貞元元年十二月，雨木冰。二十年冬，雨木冰。元和十五年九月己酉，大雨，樹無風而摧者十五六，近木自拔也。占曰：木自拔，國將亂。長慶三年十一月丁丑，雨木冰。寶曆元年十一月丙申，雨木冰。七年十二月丙戌，夜霧，木冰。開成四年九月辛丑，雨雪，木冰。十月己巳，亦如之。會昌元年十二月丁丑，雨木冰。四年正月己酉，雨木冰。庚戌，亦如之。

武德六年秋，關中久雨。少陽曰暘，少陰曰雨，陽德衰則陰氣勝，故常雨。貞觀十五年春，霖雨。永徽六年八月，京城大雨。顯慶元年八月，霖雨，更九旬乃止。開元二年五月壬子，久雨，禁京城門。十六年九月，關中久雨。害稼。天寶五載秋，大雨。十二載八月，久雨。十三載秋，大霖雨，害稼，六旬不止。九月，閉坊市北門，蓋井，禁婦人入街市，祭玄冥太社，禁明德門，壞京城垣屋殆盡，人亦乏食。至德二載三月癸亥，大雨，至甲戌乃止。上元元年四月，雨，訖閏月乃止。二年秋，霖雨連月，渠竇生魚。永泰元年九月丙午，大雨，至于丙寅。大曆四年四月，雨，至于九月，閉坊市北門，置土臺，臺上置壇，立黃幡以祈晴。六年八月，連雨，害秋稼。貞元二年正月乙未，大雨雪，至于庚子，平地數尺，雪上黃黑如塵。五月乙巳，雨，至于丙申，時大飢，至是麥將登，復大雨霖，衆心恐懼。十年春，雨，至閏四月，間止不過一二日。十一年秋，大雨。十九年八月己未，大霖雨。元和四年四月，冊皇太子寧，以雨霑服罷。十月，再擇日冊，又以雨霑服罷。近常雨也。六年七月，霖雨害稼。十二年五月，連雨。八月壬申，雨，至于九月戊子。十五年二月癸未，大雨。八月，久雨，閉坊市北門。宋、滄、景等州大雨，自六月癸酉至于丁亥，廬舍漂沒殆盡。寶曆元年六月，雨，至于八月。太和四年夏，鄆、曹、濮等州雨，壞城郭廬舍殆盡。五年正月庚子朔，京城陰雪，彌旬。開成五年七月，霖雨，葬文宗，龍輴陷不能進。大中十年四月，雨，至于九月。咸通九年六月，久雨，禁明德門。乾符五年秋，大霖雨，汾、澮及河溢流害稼。廣明元年秋八月，大霖雨。天復元年八月，久雨。【略】

鼠妖　武德元年秋，李密、王世充隔洛水相拒，密營中鼠，一夕渡水盡去。占曰：鼠無故皆夜去，邑有兵。貞觀十三年，建州鼠害稼。二十一年，渝州鼠害稼。顯慶三年，長孫無忌第有大鼠見於庭，月餘出入無常，後忽然死。龍朔元年十一月，洛州貓鼠同處。鼠隱伏象盜竊，貓職捕嚙，而反與鼠同，象司盜者廢職容姦。弘道初，梁州倉有大鼠，長二尺餘，為貓所嚙，數百鼠反嚙貓。少選，聚萬餘鼠，州遣人捕擊殺之，餘皆去。景雲中，有蛇鼠鬬于右威衛營東街槐樹，蛇為鼠所傷。鬬者，兵象。景龍元年，基州鼠害稼。開元二年，韶州鼠害稼，千萬為羣。天寶元年十月，魏郡貓鼠同乳。同乳者，甚于同處。大曆十三年六月，隴右節度使朱泚於兵家得貓鼠同乳以獻。太和三年，成都貓鼠相乳。開成四年，江西鼠害稼。咸通十二年正月，汾州孝義縣民家鼠多銜蒿芻巢樹上。鼠穴居，去穴登木，賤人將貴之象。乾符三年秋，河東諸州多鼠，穴屋、壞衣，三月止。鼠，盜也。天戒若曰：將有盜矣。乾寧末，陝州有蛇鼠鬬于南門之內，蛇死而鼠亡去。【略】

《五行傳》曰：棄法律，逐功臣，殺太子，以妾為妻，則火不炎上。謂火失其性而為災也。京房《易傳》曰：上不儉，下不節，盛火數起，燔宮室。蓋火主禮云。又曰：視之不明，是謂不哲。厥咎舒，厥罰常燠，厥極疾。【略】

貞觀四年正月癸巳，武德殿北院火。十三年三月壬寅，雲陽石燃，方丈，晝則如灰，夜則有光，投草木則焚，歷年乃止。火失其性而沴金也。二十三年三月，甲弩庫火。永徽五年十二月乙巳，尚書司勳庫火。顯慶元年九月戊辰，恩州、吉州火，焚倉廩、甲仗、民居二百餘家。十一月己巳，饒州火。證聖元年正月丙申夜，明堂火，武太后欲避正殿徹樂，宰相姚璹以為火因人，非天災也，不宜貶損。后乃御端門觀酺，引建章故事，復作明堂以厭之。是歲，內庫災，燔二百餘區。萬歲登封元年三月壬寅，撫州火。久視元年八月壬子，平州火，燔千餘家。景龍四年二月，東都凌空觀災。開元五年十一月乙卯，定陵寢殿火。是歲，洪州、潭州災，延燒州署，州人見有物赤而暾暾飛來，旋即火發。十五年七月甲戌，興教門樓柱災。是年，衡州災，延燒三百餘家，州人見有物大如甕，赤如燭籠，所至火即發。十八年二月丙寅，大雨雪，俄而雷震，左飛龍廄災。占曰：天火燒廄，兵大起。十月乙丑，東都宮佛光寺火。

天寶二年六月，東都應天門觀災，延燒左、右延福門，經日不滅。京房《易傳》曰：君不思道，天火燔其宮室。九載三月，華岳廟災，時帝將封西嶽，以廟災乃止。十載八月丙辰，武庫災，燔兵器四十餘萬。武庫，甲兵之本也。寶應元年十二月己酉，大府左藏庫火。廣德元年十二月辛卯夜，鄂州大風，火發江中，焚舟三千艘，延及岸上民居一千餘家，死者數千人。大曆十年二月，莊嚴寺浮圖災。初有疾風震電，俄而火從浮圖中出。貞元元年，江陵度支院火，焚江東租賦百餘萬。十三年正月，東都尚書省火。十九年四月，家令寺火。二年七月，洪州火，燔民舍萬七千家。元和七年六月，鎮州甲仗庫災，主吏坐死者百餘人。八年，江陵大火。十一年十一月甲戌，元陵火。李師道起宮室於鄆州，將謀亂，既成而火。太和二年十一月甲辰，禁中昭德寺火，延至宣政東垣及門下省，宮人死者數百人。三年十月癸丑，仗內火。四年三月，陳州、許州火，燒萬餘家。十月，浙西火。十一月，揚州海陵火。八年三月，揚州火。皆燔民舍千區。五月己巳，飛龍神駒中厩火。十月，揚州市火，燔民舍數千區。十二月，禁中昭成寺火。開成二年六月，徐州火，延燒民居三百餘家。四年十二月乙卯，乾陵火。丁丑晦，揚州市火，燔民舍數千家。會昌元年五月，潞州市火。三年六月，西內神龍寺火；萬年縣東市火，焚廬舍甚衆。六年八月，葬武宗，辛未，靈駕次三原縣，夜大風，行宮幔城火。乾符四年十月，東都聖善寺火。大順二年六月乙酉，幽州市樓災，延及數百步。七月癸丑甲夜，汴州相國寺佛閣災。是日暮，微雨震電，或見有赤塊轉門譙藤網中，周而火作。頃之，赤塊北飛，轉佛閣藤網中，亦周而火作。既而大雨暴至，平地水深數尺，火益甚，延及民居，三日不滅。

常燠　天寶元年冬，無冰。先儒以為陰失節也。又曰：知罪不誅，其罰燠，夏則暑殺人，冬則物華實。蓋當寒反燠，象宜刑而賞之也。貞元十四年夏，大燠。元和九年六月，大燠。長慶二年冬，少雪，水不冰凍，草木萌羙如正月。廣明元年十一月，暖如仲春。【略】

《五行傳》曰：治宮室，飾臺榭，內淫亂，犯親戚，侮父兄，則稼穡不成。謂土失其性，則有水旱之災，草木百穀不熟也。又曰：思心不睿，是謂不聖。厥咎霧，厥罰常風，厥極凶短折。【略】

貞觀元年，關內饑。總章二年，諸州四十餘饑，關中尤甚。儀鳳四年春，東都饑。調露元年秋，關中饑。永隆元年冬，東都饑。永淳元年，關中及山南州二十六饑，京師人相食。垂拱三年，天下饑。大足元年春，河南諸州饑。景龍二年春，饑。三年三月，饑。先天二年冬，京師、岐、隴、幽州饑。開元十六年，河北饑。乾元三年春，饑，米斗錢千五百。廣德二年秋，關輔饑，米斗千錢。永泰元年，饑，京師米斗千錢。貞元元年春，大饑，東都、河南、河北米斗千錢，死者相枕。二年五月，麥將登而雨霖，米斗千錢。十四年，京師及河南饑。十九年秋，關輔饑。元和七年春，饑。八年，廣州饑。九年春，關內饑。十一年，東都、陳、許州饑。長慶二年，江淮饑。太和四年，河北及太原饑。六年春，劒南饑。九年春，饑，河北尤甚。開成四年，溫、台、明等州饑。大中五年冬，湖南饑。六年夏，淮南饑，海陵、高郵民於官河中漉得異米，號聖米。九年秋，淮南饑。咸通三年夏，淮南、河南饑。九年秋，江左及關內饑，東都尤甚。乾符三年春，京師饑。中和二年，關內大饑。四年，關內大饑，人相食。光啟二年二月，荊、襄大饑，米斗三千錢，人相食。三年，揚州大饑，米斗萬錢。大順二年春，淮南大饑。天祐元年十月，京師大饑，常風。武德二年十二月壬子，大風拔木。《易》巽為風，重巽以申命。其及物也，象人君誥命，其鼓動於天地間，有時飛沙揚塵，怒也，發屋拔木者，怒甚也。其占：大臣專恣而氣盛，衆逆同志，君行蒙暗，施於事則皆傷害，故常風。又飄風入宮闕，一日再三，若風聲如雷，觸地而起，為兵將興。貞觀十四年六月乙酉，大風拔木。咸亨四年八月己酉，大風落太廟鴟尾。永隆二年七月，雍州大風害稼。弘道元年十二月壬午晦，宋州大風拔木。嗣聖元年四月丁巳，寧州大風拔木。垂拱四年十月辛亥，大風拔木。永昌二年五月丁亥，大風拔木。神龍元年三月乙酉，睦州大風拔木。崔玄暐封博陵郡王也，大風折其輅蓋。二年六月乙亥，滑州大風拔木。景龍元年七月，郴州大風，發屋拔木。八月，宋州大風拔木，壞廬舍。二年十月辛亥，滑州暴風發屋。三年三月辛未，曹州大風拔木。開元二年六月，京師大風發屋，大木拔者十七八。四年六月辛未，京師、陝、華大風拔木。九年七月丙辰，揚州、潤州暴風雨，發屋拔木。十四年六月戊午，大風拔木發屋，端門鴟尾盡落。端門，號令所從出也。十九年六月乙酉，大風拔木。二十二年五月戊子，大風拔木。天寶十一載五月甲子，東京大風拔木。十三載三月辛酉，大風拔木。永泰元年三月辛亥，大風拔木。大曆七年五月乙酉，大風拔木。十年五月甲寅，大風拔木。貞元元年七月庚子，大風拔木。六年四月甲申，大風雨。八年五月己未，暴風發

太廟屋瓦，毀門闕、官署、廬舍不可勝紀。十年六月辛未，大風拔木。十四年八月癸未，廣州大風，壞屋覆舟。元和元年六月丙申，大風拔木。三年四月壬申，大風毀含元殿欄檻二十七間。占為兵起。四年十月壬午，天有氣如煙，臭如燔皮，日昳大風而止。五年三月丙子，大風毀崇陵上宮衙殿鴟尾及神門戟竿六，壞行垣四十間。八年六月庚寅，京師大風雨，毀屋飄瓦，人多壓死者。丙申，富平大風，拔棗木千餘株。十二年春，青州一夕暴風自西北，天地晦冥，空中有若旌旗狀，屋瓦上如蹂躪聲。有日者占之曰：不及五年，茲地當大殺戮。長慶二年正月己酉，大風霾。十月，夏州大風，飛沙為堆，高及城堞。三年正月丁巳朔，大風，昏霾終日。四年六月庚寅，大風毀延喜門及景風門。太和八年六月癸未，暴風壞長安縣署及經行寺塔。九年四月辛丑，大風拔木萬株，墮含元殿四鴟尾，拔殿廷樹三，壞金吾仗舍，發城門樓觀內外三十餘所，光化門西城十數雉壞。開成三年正月戊辰，大風拔木。五年四月甲子，大風拔木；五月壬寅，亦如之；七月戊寅，亦如之。會昌元年三月，黔南大風飄瓦。咸通六年正月，絳州大風拔木，有十圍者。十一月己卯晦，潼關夜中大風，出如吼雷，河噴石鳴，羣鳥亂飛，重關傾側。十二月，大風拔木。乾符五年五月丁酉，大風拔木。廣明元年四月甲申，京師及東都、汝州雨雹，大風拔木。四年六月乙巳，太原大風雨，拔木千株，害稼百里。光化三年七月乙丑，洺州大風，拔木發屋。天復二年，昇州大風，發屋飛大木。【略】

貞觀二十一年八月，萊州螟。開元二十二年八月，榆關蚜蚘蟲害稼，入平州界，有羣雀來食之，一日而盡。【略】

二十六年，榆關蚜蚘蟲害稼，羣雀來食之。三載，青州紫蟲食田，有鳥食之。廣德元年秋，蚜蚘蟲害稼，關中尤甚，米斗千錢。貞元十年四月，江西溪澗魚頭皆戴蚯蚓。長慶四年，絳州蚜蚘蟲害稼。太和元年秋，河東、同號等州蚜蚘蟲害稼。開成元年，京城有蟻聚，長五六十步，闊五尺至一丈，厚五寸至一尺者。四年，河南黑蟲食田。【略】

貞觀七年三月丁卯，雨土。二十年閏三月己酉，有黃雲闊一丈，東西際天。黃為土功。永徽三年三月辛巳，雨土。景龍元年六月庚午，陝州雨土。十二月丁丑，雨土。天寶十三載二月丁丑，雨黃土。大曆七年十二月丙寅，雨土。貞元二年四月甲戌，雨土。八年二月庚子，雨土。太和八年十月甲子，土霧晝昏，至于十一月癸丑。開成元年七月乙亥，雨土。咸通十四年三月癸巳，雨黃土。中和二年五月辛酉，大風，雨土。天復三年二月，雨土，天地昏霾。天祐元年閏四月甲辰，大風，雨土。木火金水沴土。武德二年十月乙未，京師地震。陰盛而反常則地震，故其占為臣彊，為后妃專恣，為夷狄犯華，為小人道長，為寇至，為叛臣。七年七月，雋州地震，山摧壅江，水噎流。

貞觀七年十月乙丑，京師地震，十二年正月壬寅，松、巂二州地震，壞廬舍。二十年九月辛亥，靈州地震，有聲如雷。二十三年八月癸酉朔，河東地震，晉州尤甚，壓殺五十餘人。乙亥，又震；十一月乙丑，又震。永徽元年四月己巳朔，晉州地震；己卯，又震。六月庚辰，又震，有聲如雷。二年十月，又震。十一月戊寅，定襄地震。帝始封晉王，初即位而地屢震，天下將由帝而動搖象也。儀鳳二年正月庚辰，京師地震。永淳元年十月甲子，京師地震。垂拱三年七月乙亥，京師地震。四年七月戊午，又震。八月戊戌，神都地震。延載元年四月壬戌，常州地震。大足元年七月乙亥，揚、楚、常、潤、蘇五州地震。二年八月辛亥，劍南六州地震。景龍四年五月丁丑，剡縣地震。景雲三年正月甲戌，并、汾、絳三州地震，壞廬舍，壓死百餘人。

開元二十二年二月壬寅，秦州地震，西北隱隱有聲，坼而復合，經時不止，壞廬舍殆盡，壓死四千餘人。二十六年三月癸巳，京師地震。至德元載十一月辛亥朔，河西地震，裂有聲，陷廬舍，張掖、酒泉尤甚，至二載三月癸亥乃止。大曆二年十一月壬申，京師地震，自東北來，其聲如雷者。三年五月丙戌，又震。十二年，恒、定二州地大震，三日乃止，束鹿、寧晉地裂數丈，沙石隨水流出平地，壞廬舍，壓死者數百人。建中元年四月己亥，京師地震。三年六月甲子，又震。四年四月甲子，又震。五月辛巳，又震。貞元二年五月己酉，又震。三年十一月丁丑夜，京師、東都、蒲、陝地震。四年正月庚戌朔夜，京師地震；辛亥、壬子、丁卯、戊辰、庚午、癸酉、甲戌、乙亥，皆震，金、房二州尤甚，江溢山裂，屋宇多壞，人皆露處。二月壬午，京師又震，甲申、乙酉、丙申，三月甲寅，己未，庚午，辛未，五月丙寅，丁卯，皆震。八月甲午，又震，有聲如雷；甲辰，又震。九年四月辛酉，又震，有聲如雷，河中、關輔尤甚，壞城壁廬舍，地裂水湧。十年四月戊申，京師地震；癸丑，又震，侍中渾瑊第有樹湧出，樹枝皆戴蚯蚓。十三年七月乙未，又震。元和七年八月，京師地震，草樹皆搖。九年三月丙辰，雋州地震，晝夜八十，壓死百餘人，地陷者三十里。十年十月，京師地震。十一年二月丁丑，又震。十五年正月，穆

宗即位，戊辰，始朝羣臣於宣政殿，是夜地震。太和二年正月壬申，地震。七年六月甲戌，又震。九年三月乙卯，京師地震，屋瓦皆墜，戶牖間有聲。開成元年二月乙亥，又震。二年十一月乙丑夜，又震。四年十一月甲戌，又震。會昌二年正月癸亥，宋、亳二州地震。十二月癸未，京師地震。大中三年十月辛巳，上都及振武、河西、天德、靈武、鹽夏等州地震，壞廬舍，壓死數十人。十二年八月丁巳，太原地震。咸通元年五月，上都地震。六年十二月，晉、絳二州地震，壞廬舍，地裂泉湧，泥出青色。八年正月丁未，河中、晉、絳三州地大震，壞廬舍，人有死者。十三年四月庚子朔，浙東、西地震。乾符三年六月乙丑，雄州地震，至七月辛巳止，州城廬舍盡壞，地陷水湧，傷死甚衆。是月，濮州地震。十二月，京師地震有聲。四年六月庚寅，雄州地震。六年二月，京師地震，有聲如雷，藍田山裂水湧。中和三年秋，晉州地震，有聲如雷。光啓二年春，成都地震，月中數十。占曰：兵、饑。十二月，魏州地震。乾寧二年三月庚午，河東地震，山摧。貞觀八年七月，隴右山摧。山者高峻，自上而隕之象也。垂拱二年九月己巳，雍州新豐縣露臺鄉大風雨，震電，有山湧出，高二十丈。【略】

《五行傳》曰：簡宗廟，不禱祠，廢祭祀，逆天時，則水不潤下。謂水失其性，百川逆溢，壞鄉邑，溺人民而為災也。又曰：聽之不聰，是謂不謀。厥咎急，厥罰常寒，厥極貧。時則有鼓妖，時則有豕禍，時則有耳痾，時則有雷電、霜、雪、雨、雹、黑眚黑祥，惟火沴水。水不潤下。貞觀三年秋，貝、譙、鄆、泗、沂、徐、濠、蘇、隴九州水。水，太陰之氣也。若臣道顓，女謁行，夷狄彊，小人道長，嚴刑以逞，下民不堪其憂，則陰類勝，其氣應而水至。其謫見於天，月及辰星與列星之司水者為之變，若七曜循中道之北，皆水祥也。四年秋，許、戴、集三州水。七年八月，山東、河南州四十大水。八年七月，山東、江淮大水。十年，關東及淮海旁州二十八，大水。十一年七月癸未，黃氣際天，大雨，穀水溢，入洛陽宮，深四尺，壞左掖門，毀官寺十九，洛水漂六百餘家。九月丁亥，河溢，壞陝州之河北縣及太原倉，毀河陽中潭。十六年秋，徐、戴二州大水。十八年秋，穀、襄、豫、荊、徐、梓、忠、縣、宋、亳十州大水。十九年秋，沁、易二州水，害稼。二十一年八月，河北大水，泉州海溢，驩州水。二十二年夏，瀘、越、徐、交、渝等州水。永徽元年六月，新豐、渭南大雨，零口山水暴出，漂廬舍，宣、歙、饒、常等州大雨，水溺死者數百人。秋，齊、定等州十六，水。二年秋，汴、定、濮、亳等州水。四年，杭、夔、果、忠等州水。五年五月丁丑夜，大雨，麟游縣山水衝萬年宮玄武門，入寢殿，衛士有溺死者。六月，河北大水，滹沱溢，損五千餘家。六年六月，商州大水。秋，冀、沂、密、兗、滑、汴、鄭、婺等州水，害稼；洛州大水，毀天津橋。十月，齊州河溢。顯慶元年七月，宣州涇縣山水暴出，平地四丈，溺死者二千餘人。九月，括州暴風雨，海水溢，壞安固、永嘉二縣。四年七月，連州山水暴出，漂七百餘家。麟德二年六月，鄜州大水，壞居人廬舍。總章二年六月，括州大風雨，海溢，壞永嘉、安固二縣，溺死者九千七十人；冀州大雨，水平地深一丈，壞民居萬家。咸亨元年五月丙戌，大雨，山水溢，溺死五千餘人。二年八月，徐州山水漂百餘家。四年七月，婺州大雨，山水暴漲，溺死五千餘人。上元三年八月，青州大風，海溢，漂居人五千餘家；齊、淄等七州大水。永隆元年九月，河南、河北大水，溺死者甚衆。二年八月，河南、河北大水，壞民居十萬餘家。永淳元年五月丙午，東都連日澍雨；乙卯，洛水溢，壞天津橋及中橋，漂居民千餘家。六月乙亥，京師大雨，水平地深數尺。秋，山東大雨，水，大饑。二年七月己巳，河溢，壞河陽橋。八月，恒州滹沱河及山水暴溢，害稼。文明元年七月，溫州大水，漂千餘家；括州溪水暴漲，溺死百餘人。如意元年四月，洛水溢，壞永昌橋，漂居民四百餘家。七月，洛水溢，漂居民五千餘家。八月，河溢，壞河陽縣。長壽二年五月，棣州河溢，壞居民二千餘家。是歲，河陽州十一，水。萬歲通天元年八月，徐州大水，害稼。神功元年三月，括州水，壞民居七百餘家。是歲，河南州十九，水。聖曆二年七月丙辰，神都大雨，洛水壞天津橋。秋，水溢懷州，漂千餘家。三年三月辛亥，鴻州水，漂千餘家，溺死四百餘人。久視元年十月，洛州水。長安三年六月，寧州大雨，水，漂二千餘家，溺死千餘人。四年八月，瀛州水，壞民居數千家。神龍元年四月，雍州同官縣大雨，水，漂民居五百餘家。六月，河北州十七，大水。七月甲辰，洛水溢，壞民居二千餘家。二年四月辛丑，洛水壞天津橋，溺死數百人。八月，魏州水。景龍三年七月，澧水溢，害稼。九月，密州水，壞民居數百家。開元三年，河南、河北水。四年七月丁酉，洛水溢，沉舟數百艘。五年六月甲申，灞水溢，溺死者千餘人；鞏縣大水，壞城邑，損民居數百家；河南水，害稼。八年夏，契丹寇營州，發關中卒援之，宿渭池之閿門，營穀水上，夜半，山水暴至，萬餘人皆溺死。六月庚寅夜，穀、洛溢，入西上陽宮，宮人死者

十七八，畿内諸縣田稼廬舍蕩盡，掌閑衛兵溺死千餘人，京師興道坊一夕陷為池，居民五百餘家皆沒不見。是年，鄧州三鴉口大水塞谷，或見二小兒以水相沃，湔洩，有蛇大十圍，張口仰天，人或斫射之，俄而暴雷雨，漂溺數百家。十年五月辛酉，伊水溢，毀東都城東南隅，平地深六尺；河南許、仙、豫、陳、汝、唐、鄧等州大水，害稼，漂沒民居，溺死者甚衆。六月，博州、棣州河決。十二年六月，豫州大水。八月，兗州大水。十四年秋，天下州五十，水，河南、河北尤甚，河及支川皆溢，懷、衛、鄭、滑、汴、濮，人或巢或舟以居，死者千計。潤州大風自東北，海濤沒瓜步。十五年五月，晉州大水。七月，鄧州大水，溺死數千人。洛水溢，入郭城，平地丈餘，死者無算，壞同州城市及馮翊縣，漂居民二千餘家。八月，澗、穀溢，毀澠池縣。是秋，天下州六十三，大水，害稼及居人廬舍，河北尤甚。十七年八月丙寅，越州大水，壞州縣城。十八年六月壬午，東都瀍水溺揚、楚等州租船，洛水壞天津、永濟二橋及民居千餘家。十九年秋，河南水，害稼。二十年秋，宋、滑、兗、鄆等州大水。二十二年秋，闕輔、河南州十餘，水害稼。二十七年三月，澧、袁、江等州水。二十八年十月，河南郡十三，水。二十九年七月，伊、洛及支川皆溢，害稼，毀天津橋及東西漕，上陽宮仗舍，溺死千餘人。是秋，河南、河北郡二十四，水，害稼。天寶四載九月，河南、淮陽、睢陽、譙四郡水。十載，廣陵大風駕海潮，沈江口船數千艘。十三載九月，東都瀍、洛溢，壞十九坊。廣德元年九月，大雨，水平地數尺，時吐蕃寇京畿，以水自潰去。二年五月，東都大雨，洛水溢，漂二十餘坊，河南諸州水。大曆元年七月，洛水溢。二年秋，湖南及河東、河南、淮南、浙東西、福建等道州五十五水災。七年二月，江州江溢。十年七月，杭州海溢。十一年七月戊子，夜澍雨，京師平地水尺餘，溝渠漲溢，壞民居千餘家。十二年秋，京畿及宋、亳、滑三州大雨水，害稼，河南尤甚，平地深五尺，河溢。建中元年，幽、鎮、魏、博大雨，易水、滹沱橫流，自山而下，轉石折樹，水高丈餘，苗稼蕩盡。貞元二年六月丁酉，大風雨，京城通衢水深數尺，有溺死者。東都、河南、荊南、淮南江河溢。三年二月，東都、河南、江陵、汴揚等州大水。四年八月，灞水暴溢，殺百餘人。八年秋，自江淮及荊、襄、陳、宋至于河朔州四十餘，大水，害稼，溺死二萬餘人，漂沒城郭廬舍，幽州平地水深二丈，徐、鄭、涿、薊、檀、平等州，皆深丈餘。八年六月，淮水溢，平地七尺，沒泗州城。十一年十月，朗、蜀二州江溢。十二年四月，福、建二州大水，嵐州暴雨，水深二丈。十三年七月，淮水溢於亳州。十八年春，申、光、蔡等州大水。永貞元年夏，朗州之熊、武五溪溢。秋，武陵、龍陽二縣江水溢，漂萬餘家。京畿、長安等九縣，山水害稼。元和元年夏，荊南及壽、幽、徐等州大水。二年六月，蔡州大雨，水平地深數尺。四年十月丁未，渭南暴水，漂民居二百餘家。六年十月，鄜坊、黔中水。七年正月，振武河溢，毀東受降城；五月，饒、撫、虔、吉、信五州暴水，虔州尤甚，平地有深至四丈者。八年五月，陳州、許州大雨，大隗山摧，水流出，溺死者千餘人。六月庚寅，大風，毀屋揚瓦，人多壓死。京師大水，城南深丈餘，入明德門，猶漸車輻。辛卯，渭水漲，絕濟。時所在百川發溢，多不由故道。滄州水潦，浸鹽山等四縣。九年秋，淮南及岳、安、宣、江、撫、袁等州大水，害稼。十一年五月，京畿大雨水，昭應尤甚；衢州山水害稼，深三丈，毀州郭，溺死百餘人。六月，密州大風雨，海溢，毀城郭；饒州浮梁、樂平二縣暴雨，水，漂沒四千餘戶；潤、常、朝、陳、許五州及京畿水，害稼。八月甲午，渭水溢，毀中橋。十二年六月乙酉，京師大雨，水，含元殿一柱傾，市中水深三尺，毀民居二千餘家；河南、河北大水，洛、邢尤甚，平地二丈。河中、江陵、幽、澤、潞、晉、隰、蘇、台、越州水，害稼。十三年六月辛未，淮水溢。十五年秋，洪、吉、信、滄等州水。長慶二年七月，河南、陳、許、蔡等州大水，好畤山水漂民居三百餘家；處州大雨，水，平地深八尺，壞城邑，桑田大半。四年夏，蘇、湖二州大雨，水，太湖決溢；睦州及壽州之霍山山水暴出；鄆、曹、濮三州雨，水壞州城、民居、田稼畧盡；襄、均、復、郢四州漢水溢決。秋，河南及陳、許二州水，害稼。寶曆元年秋，鄜、坊二州暴水，兗、海、華三州及京畿奉天等六縣水，害稼。太和二年夏，京畿及陳、滑二州水，害稼；河陽水，平地五尺；河決，壞棣州城；越州大風，海溢；河南鄆、曹、濮、淄、青、齊、德、兗、海等州並大水。三年四月，同官縣暴水，漂沒二百餘家；宋、亳、徐等州大水，害稼。四年夏，江水溢，沒舒州太湖、宿松，望江三縣民田數百戶；鄜、坊水，漂三百餘家；浙西、浙東、宣歙、江西、鄜坊、山南東道、淮南、京畿、河南、江南、荊襄、鄂岳、湖南大水，皆害稼。五年六月，玄武江漲，高二丈，溢入梓州羅城；淮西、浙東、浙西、荊襄、岳鄂、東川大水，害稼。六年二月，蘇、湖二州大水。六月，徐州大雨，壞民居九百餘家。七年秋，浙西及揚、楚、舒、廬、壽、滁、和、宣等州大水，害稼。八年秋，江西及襄州水，害稼。蘄州湖水溢，滁州大水，溺萬餘戶。開成元年夏，鳳翔麟遊縣

暴雨，水，毀九成宮，壞民舍數百家，死者百餘人。七月，鎮州滹沱河溢，害稼。三年夏，河決，浸鄭、滑外城，陳、許、鄜、坊、鄂、曹、濮、襄、魏、博等州大水；江、漢漲溢，壞房、均、荆、襄等州民居及田產殆盡；蘇、湖、處等州水溢入城，處州平地八尺。四年秋，西川、滄景、淄青大雨，水，害稼及民廬舍，德州尤甚，平地水深八尺。五年七月，鎮州及江南水。會昌元年七月，江南大水，漢水壞襄，均等州民居甚衆。大中十二年八月，魏、博、幽、鎮、兗、鄆、滑、汴、宋、舒、壽、和、潤等州水，害稼；徐、泗等州水深五丈，漂沒數萬家。十三年夏，大水。咸通元年，潁州大水。四年閏六月，東都暴水，自龍門毀定鼎、長夏等門，漂溺居人。七月，東都、許、汝、徐、泗等州大水，傷稼。九月，孝義山水深三丈，破武牢闕金城門汜水橋，六年六月，東都大水，漂壞十二坊，溺死者甚衆。七年夏，江淮大水。秋，河南大水，害稼。十四年八月，關東、河南大水。乾符三年，關東大水。光化三年九月，浙江溢，壞民居甚衆。乾寧三年四月，河圮于滑州，朱全忠決其堤，因為二河，散漫千餘里。常寒。顯慶四年二月壬子，大雨雪。方春，少陽用事，而寒氣脅之，古占以為人君刑法暴濫之象。近常寒也。

咸亨元年十月癸酉，大雪，平地三尺，人多凍死。儀鳳三年五月丙寅，高宗在九成宮，霖雨，大寒，兵衛有凍死者。開耀元年冬，大寒。久視元年三月，大雪。神龍元年三月乙酉，睦州暴寒且冰。開元二十九年九月丁卯，大雨雪，大木偃折。大曆四年六月伏日，寒。貞元元年正月戊戌，大風雪，寒；丙午，又大風雪，寒，民饑，多凍死者。十二年十二月，大雪甚寒，竹栢柿樹多死。占曰：有德遭險，厥災暴寒。十九年三月，大雪。二十年二月庚戌，始雷，大雨雹，震電，大雨雪。既雷則不當雪，陰脅陽也，如魯隱公之九年。元和六年十二月，大寒。八年十月，東都大寒，霜厚數寸，雀鼠多死。十二年九月己丑，雨雪，人有凍死者。十五年八月己卯，同州雨雪，害稼。長慶元年二月，海州海水冰，南北二百里，東望無際。太和六年正月，雨雪踰月，寒甚。九年十二月，京師苦寒。會昌三年，春寒，大雪，江左尤甚，民有凍死者。咸通五年冬，隰石、汾等州大雨雪，平地深三尺。景福二年二月辛巳，曹州大雪，平地二尺。天復三年三月，浙西大雪，平地三尺餘，其氣如煙，其味苦。十二月，又大雪，江海冰。天祐元年九月壬戌朔，大風，寒如仲冬。是冬，浙東、浙西大雪。吳、越地氣常燠而積雪，近常寒也。【略】

元和十四年蝗。武德六年，夏州蝗。蝗之殘民，若無功而祿者然，皆貪撓之所生。先儒以為人主失禮煩苛則旱，魚螺變為蝗蝗，故以屬魚孽。貞觀二年六月，京畿旱蝗。太宗在苑中掇蝗祝之曰：人以穀為命，百姓有過，在予一人，但當蝕我，無害百姓。將吞之，侍臣懼帝致疾，遽以為諫。帝曰：所冀移災朕躬，何疾之避？遂吞之。是歲，蝗不為災。三年五月，徐州蝗。秋，德戴、廓等州蝗。四年秋，觀、兗、遼等州蝗。二十一年秋，渠、泉二州蝗。永徽元年，夔、絳、雍、同等州蝗。永淳元年三月，京畿蝗，無麥苗。六月，雍、岐、隴等州蝗。長壽二年，台、建等州蝗。開元三年七月，河南、河北蝗。四年夏，山東蝗，蝕稼，聲如風雨。二十五年，貝州蝗，有白鳥數千萬，羣飛食之，一夕而盡，禾稼不傷。廣德二年秋，蝗，關輔尤甚，米斗千錢。興元元年秋，蝗蝗自山而東際于海，晦天蔽野，草木葉皆盡。貞元元年夏，蝗，東自海，西盡河、隴，羣飛蔽天，旬日不息，所至草木葉及畜毛靡有孑遺，餓殣枕道，民蒸蝗，曝，鬬去翅足而食之。永貞元年秋，陳州蝗。元和元年夏，鎮、冀等州蝗。長慶三年秋，洪州蝗蝗害稼八萬頃。開成元年夏，鎮州、河中蝗，害稼。二年六月，魏博、昭義、淄青、滄州、兗海、河南蝗。三年秋，河南、河北鎮定等州蝗，草木葉皆盡。五年夏，幽、魏、博、鄆、曹、濮、滄、齊、德、淄、青、兗、海、河陽、淮南、虢、陳、許、汝等州蝗害稼。占曰：國多邪人，朝無忠臣，居位食祿，如蟲與民爭食，故比年蟲蝗。會昌元年七月，關東、山南、鄧、唐等州蝗。大中八年七月，劍南東川蝗。咸通三年六月，淮南、河南蝗。六年八月，東都、同、華、陝、虢等州蝗。七年夏，東都、同、華、陝、虢及京畿蝗。九年，江淮、關內、及東都蝗。十年夏，陝、虢等州蝗。不絀無德，虐取於民之罰。乾符二年，蝗自東而西蔽天。光啟元年秋，蝗自東方來，羣飛蔽天。二年，荆、襄蝗，米斗錢三千，人相食；淮南蝗，自西來，行而不飛，浮水緣城入揚州府署，竹樹幢節，一夕如翦，幢幟畫像，皆嚙去其首，撲不能止。旬日，自相食盡。【略】

貞觀十一年四月甲子，震乾元殿前槐樹。震耀，天之威怒，以象殺戮。槐，古者三公所樹也。證聖元年正月丁酉，雷。雷者陽聲，出非其時，臣竊君柄之象。長安四年五月丁亥，震雷，大風拔木，人有震死者。延和元年六月，河南偃師縣李材村有震電入民家，地震裂，闊丈餘，長十五里，深不可測，所裂處井廁相通，或衝冢墓，柩出平地無損。李，國姓也。震電，威刑之象；

地，陰類也。永泰元年二月甲子夜，震霆。自是無雷，至六月甲申乃雷。大曆十年四月甲申，雷電，暴風拔木飄瓦，人有震死者，京畿害稼者七縣。建中元年九月己卯，雷。四年四月丙子，東都畿汝節度使哥舒曜攻李希烈，進軍至潁橋，大雨震電，人不能言者十三四，馬驢多死。貞元十四年五月己酉夏至，始雷。元和十一年冬，雷。長慶二年六月乙丑，大風震電，落太廟鴟尾，破御史臺樹。太和八年三月辛酉，定陵臺大雨，震，廡下地裂二十有六步。占曰：士庶分離，大臣專恣，不救大敗。會昌三年五月甲午，始雷。咸通四年十二月，震雷。乾符二年十二月，震雷，雨雹。乾寧四年，李茂貞遣將符道昭攻成都，至廣漢，震雷，有石隕于帳前。霜。貞觀元年秋，霜殺稼。京房《易傳》曰：人君刑罰妄行，則天應之以隕霜。三年，北邊霜殺稼。永徽二年，綏、延等州霜殺稼。調露元年八月，邠、涇、寧、慶、原五州霜。證聖元年六月，睦州隕霜，殺草。吳、越地燠而盛夏隕霜，昔所未有。四年四月，延州霜殺草。四月純陽用事，象人君當布惠于天下，而反隕霜，是無陽也。開元十二年八月，潞、綏等州霜殺稼。十五年，天下州十七，霜殺稼。元和二年七月，邠、寧等州霜殺稼。九年三月丁卯，隕霜，殺桑。十四年四月，淄、青隕霜，殺惡草及荊棘，而不害嘉穀。寶曆元年八月，邠州霜殺稼。太和三年秋，京畿奉先等八縣早霜，殺稼。大中三年春，隕霜，殺桑。中和元年春，霜。秋，河東早霜，殺稼。雹。貞觀四年秋，丹、延、北永等州雹。顯慶二年五月，滄州大雨雹，中人有死者。

咸亨元年四月庚午，雍州大雨雹。二年四月戊子，大雨雹，震電，大風折木，落則天門鴟尾三。先儒以為：雹者，陰脅陽也。又曰：人君惡聞其過，抑賢用邪，則雹與雨俱；信讒殺無罪，則雹下毀瓦，破車，殺牛馬。永淳元年五月壬寅，定州大雨雹，害麥禾及桑。天授二年六月庚戌，許州大雨雹。證聖元年二月癸卯，滑州大雨雹，殺燕雀。神功元年，媯、綏二州雹。聖曆元年六月甲午，曹州大雨雹。久視元年六月丁亥，曹州大雨雹。長安三年八月，京師大雨雹，人畜有凍死者。神龍元年四月壬子，雍州同官縣大雨雹，殺鳥獸。景龍元年四月己巳，曹州大雨雹。二年正月己卯，滄州雨雹如雞卵。開元八年十二月丁未，滑州大雨雹。二十二年五月戊辰，京畿、渭南等六縣大風雹，傷麥。大曆七年五月乙酉，雨雹。貞元二年六月丙子，大雨雹。十七年二月丁酉，雨雹；己亥，霜；戊申，夜，震霆，雨雹；庚戌，大雨雪而雹。五月戊寅，好時縣風雹，害麥。十八年七月癸酉，大雨雹。元和元年，鄜、坊等州雹。十年秋，鄜、坊等州風雹，害稼。十二年夏，河南雨雹，中人有死者。十五年三月，京畿、興平、醴泉等縣雹，傷麥。長慶四年六月庚寅，京師雨雹如彈丸。太和四年秋，鄜、坊等州雹。五年夏，京畿、奉先、渭南等縣雨雹。開成二年秋，河南雹，害稼。四年七月，鄭、滑等州風雹。五年六月，濮州雨雹如拳，殺人三十六，牛馬甚衆。會昌元年秋，登州雨雹，文登尤甚，破瓦害稼。四年夏，雨雹如彈丸。乾符六年五月丁酉，宣授宰臣豆盧瑑、崔沆制，殿庭氛霧四塞，及百官班賀于政事堂，雨雹如鳧卵，大風雷雨拔木。廣明元年四月甲申朔，汝州大雨風，拔街衢樹十二三；東都有雲起西北，大風隨之，長夏門內表道古槐樹自拔者十五六，宮殿鴟尾皆落，雨雹大如杯，鳥獸殪於川澤。【略】

武德九年二月，蒲州河清。襄楷以為：河，諸侯象；清，陽明之效也。貞觀十四年二月，陝州、泰州河清。十六年正月，懷州河清。十七年十二月，鄭州、滑州河清。二十三年四月，靈州河清。永徽元年正月，濟州河清。二年十二月，衛州河清。五年六月，濟州河清十六里。調露二年夏，豐州河清。長安初，醴泉坊太平公主第井水溢流。又并州文水縣獻水竭，武氏井溢。神龍二年二月壬子，洛陽城東七里，地色如水，樹木車馬，歷歷見影，漸移至都，月餘乃滅。長安街中往往見水影。昔符堅之將死也，長安嘗有是。景龍四年三月庚申，京師井水溢。占曰：君凶。又曰：兵將起。開元二十二年八月，清夷軍黃帝祠古井湧浪。二十五年五月，淄州、棣州河清。二十九年，亳州老子祠九井涸復湧。乾元二年七月，嵐州合河闕河三十里清如井水，四日而變。寶應元年九月甲午，太州至陝州二百餘里河清，澄澈見底。大曆末，深州東鹿縣中有水影長七八尺，遙望見人馬往來，如在水中，及至前，則不見水。建中四年五月乙巳，滑州、濮州河清。十四年閏五月乙丑，滑州河清。貞元二十一年夏，越州鏡湖竭。是歲，朗州熊、武五溪水竭。占曰：山崩川竭，國必亡。又曰：方伯力政，厥異水竭。開成二年夏，旱，揚州運河竭。大中八年正月，陝州河清。咸通八年七月，泗州下邳雨湯，殺鳥雀。水沸于火，則可以傷物，近火沴水也。雨者，自上而降；鳥雀，民象。中和三年秋，汴水入于淮水竭，壞船數艘。廣明元年夏，汝州峴陽峯龍池涸，近川竭也。《五行傳》曰：皇之不極，是謂不建，厥咎眊，厥罰常陰，厥極弱。【略】

常陰　長安四年，自九月霖雨陰晦，至于神龍元年正月。貞元二十一年秋，連月陰霾。元和十五年正月庚辰至于丙申，晝常陰晦，微雨雪，夜則晴霽。占曰：晝霧夜晴，臣志得申。咸通十四年七月，靈州陰晦。乾符六年秋，多雲霧晦冥，自旦及禺中乃解。光啟元年秋，河東大雲霧。明年夏，晝陰積六十日。二年十一月，淮南陰晦雨雪，至明年二月不解。景福二年夏，連陰四十餘日。霧。長壽元年九月戊戌，黃霧四塞。霧者，百邪之氣，為陰冒陽，本于地而應于天；黃為土，土為中宮。神龍二年三月乙巳，黃霧四塞。景龍二年八月甲戌，黃霧昏濁不雨。三年正月丁卯，黃霧四塞。十一月甲寅，日入後，昏霧四塞，經二日乃止。占曰：霧連日不解，其國昏亂。開元五年正月戊辰，昏霧四塞。天寶十四載冬三月，常霧起昏暗，十步外不見人，是謂晝昏。占曰：有破國。至德二載四月，賊將武令珣圍南陽，白霧四塞。上元元年閏四月，大霧。占曰：兵起。貞元十年三月乙亥，黃霧四塞，日無光。咸通九年十一月，龐勳圍徐州，甲辰，大霧昏塞，至于丙午。光化四年冬，昭宗在東內，武德門內煙霧四塞，門外日色皎然。【略】

貞觀十年，闕內、河東大疫。十五年三月，澤州疫。十六年夏，穀、涇、徐、戴、虢五州疫。十七年夏，澤、濠、廬三州疫。十八年，廬、濠、巴、普、郴五州疫。二十二年，卿州大疫。永徽六年三月，楚州大疫。永淳元年冬，大疫，兩京死者相枕於路。占曰：國將有恤，則邪亂之氣先被于民，故疫。景龍元年夏，自京師至山東、河北疫，死者千數。寶應元年，江東大疫，死者過半。貞元六年夏，淮南、浙西、福建道疫。元和元年夏，浙東大疫，死者大半。太和六年春，自劍南至浙西大疫。開成五年夏，福、建、台、明四州疫。咸通十年，宣、歙、兩浙疫。大順二年春，淮南疫，死者十三四。

《宋史・五行志》　紹興十四年，樂平縣河為衝里田隴數十百頃，田中水類為物所吸，聚為一直行，高平地數尺，不假隄防而水自行；里南程氏家井水溢，亦高數尺，天矯如長虹，聲如雷，穿墻毀樓。二水鬬于杉墩，且前且郤，約十刻乃解，各復故。

又　淳化五年六月，京師疫，遣太醫和藥救之。至道二年，江南頻年多疾疫。大觀三年，江東疫。建炎元年三月，金人圍汴京，城中疫死者幾半。紹興元年六月，浙西大疫，平江府以北，流屍無算。秋冬，紹興府連年大疫，官募人能服粥藥之勞者，活及百人者度為僧。三年二月，永州疫。六年，四川疫。十六年夏，行都疫。二十六年夏，行都又疫，高宗出柴胡製藥，活者甚衆。隆興二年冬，淮甸流民二三十萬避亂江南，結草舍遍山谷，暴露凍餒，疫死者半，僅有還者亦死。是歲，浙之饑民疫者尤衆。乾道元年，行都及紹興府饑，民大疫，浙東西亦如之。六年春，民以冬燠疫作。八年夏，行都民疫，及秋未息。江西饑民大疫。隆興府民疫，遭水患，多死。淳熙四年，真州大疫。八年，行都大疫，禁旅多死。寧國府民疫死者尤衆。十四年春，都民、禁旅大疫，浙西郡國亦疫。十六年，潭州疫。紹興二年春，涪州疫死數千人。三年，資、榮二州大疫。慶元元年，行都疫。二年五月，行都疫。三年三月，行都及淮、浙郡縣疫。嘉泰三年五月，行都疫。嘉定元年夏，淮甸大疫，官募掩骼及二百人者度為僧。是歲，浙民亦疫。二年夏，都民疫死甚衆，淮民流江南者饑与暑并，多疫死。三年四月，都民多疫死；四年二月，亦如之。十五年，贛州疫。十六年，永、道二州疫。德祐元年六月庚子，是日，四城遷徙，流民患疫而死者不可勝计，天寧寺死者尤多。二年閏三月，數月間，城中疫氣薰蒸，人之病死者不可以數計。

又　潤下，水之性也。水失其性，則為災沴。舊說以恒寒、皷妖、魚孽、豕禍、雷電、霜雪、雨雹、黑眚、黑祥皆屬之水，今從之。醴泉，河清雖為瑞應，苟非其時，未必不為異，故雜附於編。他如甘露、嘉禾、芝草一切祥瑞之物，見于後者，因其事而考其時，則休咎自見，故亦各以類相從云。

建隆元年十月，棣州河決，壞厭次、商河二縣居民廬舍、田疇。二年，宋州汴河溢。孟州壞堤。襄州漢水漲溢數丈。四年八月，齊州河決。九月，徐州水損田。乾德二年四月，廣陵、揚子等縣潮水害民田。七月，泰山水壞民廬舍數百區，牛畜死者甚衆。三年二月，全州大雨水。七月，蘄州大雨水，壞民廬舍。開封府河決，溢陽武，河中府，孟州並河水漲，孟州壞中潬軍營，民舍數百區。河壞隄岸石，又溢於鄆州，壞民田。泰州潮水損鹽城縣民田。淄州、濟州並河溢，害鄒平、高苑縣民田。四年，東阿縣河溢，損民田。觀城縣河決，壞居民廬舍，注大名。又靈河縣堤壞，水東注衛南縣境及南華縣城。七月，滎澤縣河南北堤壞。八月，宿州汴水溢，壞堤。淄州清河水溢，壞高苑縣城，溺數百家及鄒平縣田舍。泗州淮溢。衡州大雨水月餘。五年，衛州河溢，毀州城，沒溺者甚衆。開寶元年六月，州府二十三大雨水，江河汎溢，壞

民田、廬舍。七月，泰州潮水害稼。八月，集州霖雨河漲，壞民廬舍及城壁公署。二年七月，下邑縣河決。是歲，青、蔡、宿州，宋諸州水，真定、澶、滑、博、洺、齊、潁、蔡、陳、亳、宿、許州水，害秋苗。三年，鄭、澶、鄆、淄、濟、虢、蔡、解、徐、岳州水災，害民田。四年六月，汴水決宋州穀熟縣濟陽鎮。又鄆州河及汶、清河皆溢，注東阿縣及陳空鎮，壞倉庫、民舍。鄭州河決原武縣。蔡州淮及白露、舒、汝、廬、潁五水並漲，壞廬舍、民田。七月，青、齊州水傷田。五年，河決澶州濮陽。絳、和、廬、壽諸州大水。六月，河又決开封府陽武縣之小刘村。宋州、郑州并汴水决。忠州江水漲二百尺。六年，鄆州河決楊劉口。懷州河決獲嘉縣。潁川淮、渒水溢，滑民舍、田疇甚衆。七月，歷亭縣御河決。單州、濮州並大雨水，壞州廨、倉庫、軍營、民舍。是秋，大名府、宋、亳、淄、青、汝、澶、滑諸州並水傷田。七年四月，衛、亳州水。泗州淮水暴漲入城，壞民舍五百家。安陽縣河漲，壞居民廬舍百區。八年五月，京師大雨水。濮州河決郭龍村。六月，澶州河決頓丘縣。沂州大雨水，入城，壞居舍、田苗。九年三月，京師大雨水。淄州水害田。太平興國二年六月，孟州河溢，壞温縣堤七十餘步，鄭州壞滎澤縣寧王村堤三十餘步，又漲于澶州，壞英公村堤三十步。開封府汴水溢，壞大寧堤，浸害民田。忠州江漲二十五丈。興州江漲，毀棧道四百餘間。管城縣焦肇水暴漲，踰京水。濮州大水，害民田凡五千七百四十三頃。潁州潁水漲，壞城門、軍營、民舍。七月，復州蜀、漢江漲，壞城及民田、廬舍。集州江漲，汎嘉川縣。三年五月，懷州河決，獲嘉縣北注。又汴水決宋州寧陵縣境。六月，泗州淮漲入南城，汴水又漲一丈，塞州北門。十月，滑州靈河已塞復決。四年三月，河南府水漲七尺，壞民舍。泰州雨水害稼。宋州河決宋城縣。衛州河決汲縣，壞新場堤。八月，梓州江漲，壞閣道、營舍。九月，澶州河漲。鄆州清、汶二水漲，壞東阿縣民田。復州沔陽縣湖畾漲，壞民舍、田稼。五年五月，潁州潁水溢，壞堤及民舍。徐州白溝河溢入州城。七月，復州江水漲，毀民舍，堤塘皆壞。六年，河中府河漲，陷連堤，溢入城，壞軍營七所、民舍百餘區。鄜、延、寧州並三河水漲，溢入州城，鄜州壞軍營，建武指揮使李海及老幼六十三人溺死；延州壞倉庫、軍民廬舍千六百區；寧州壞州城五百餘步，諸軍營、軍民舍五百二十區。七年三月，京兆府渭水漲，壞浮梁，溺死五十四人。四月，耀、密、博、衛、常、潤諸州水害稼。六月，均州溳水、均水、漢江並漲，壞民舍，人畜死者甚衆。又河決臨邑縣，漢陽軍江水漲五丈。七月，大名府御河漲，壞濟口。南劍州江水漲，壞居民舍一百四十餘區。京兆府咸陽渭水漲，壞浮梁，工人溺死五十四人。九月，梓州江水漲三丈，入城，壞倉庫及民舍。十月，河決懷州武陟縣，害民田。八年五月，河大決滑州房村，徑澶、濮、曹、濟諸州，浸民田，壞居民廬舍，東南流入淮。六月，陝州河漲，壞浮梁；又永定澗水漲，壞民舍、軍營千餘區。河南府澍雨，洛水漲五丈餘，壞鞏縣官署、軍營、民舍殆盡。穀、洛、伊、瀍四水暴漲，壞京城官署、軍營、寺觀、祠廟、民舍萬餘區，溺死者以萬計。又壞河清縣豐饒務倉庫、軍營、民舍百餘區。雄州易水漲，壞民廬舍。鄜州河水漲，溢入城，壞官寺、民舍四百餘區。荆門軍長林縣山水暴漲，壞民舍五十一區，溺死五十六人。八月，徐州清河漲丈七尺，溢出，塞州三面門以禦之。九月，宿州睢水漲，汎民舍六十里。是夏及秋。開封、浚儀、酸棗、陽武、封邱、長垣、中牟、尉氏、襄邑、雍丘等縣河水害民田。九年七月，嘉州江水暴漲，壞官署、民舍，溺者千餘人。八月，延州南北两河漲，溢入東西两城，壞官寺、民舍。淄州霖雨，孝婦河漲溢，壞官寺、民田。孟州河漲，壞浮梁，損民田。雅州江水漲九丈，壞民廬舍。新州江漲，入南砦，壞軍營。雍熙二年七月，朗江溢，害稼。八月，瀛、莫州大水，損民田。三年六月，壽州大水。端拱元年二月，博州水害民田。五月，英州江水漲五丈，壞民田及廬舍數百區。七月，磁州漳、滏二水漲。淳化元年六月，吉州大雨，江漲，漂壞民田、廬舍。黄梅縣堀口湖水漲，壞民田、廬舍皆盡，江水漲二丈八尺。洪州漲壞州城三十堵，民廬舍二千餘區，漂二千餘户。孟州河漲。二年四月，京兆府河漲，陝州河漲，壞大堤及五龍祠。六月乙酉，溢於浚儀縣，壞連堤，浸民田，上親臨視，督衛士塞之。辛卯，又決於宋城縣。博州大霖雨，河漲，壞民廬舍八百七十區。亳州河溢東流，汎民田、廬舍。七月，齊州明水漲，壞黎濟砦城百餘堵。許州沙河溢，雄州塘水溢，害民田殆盡。嘉州江漲，溢入州城，毀民舍。復州蜀、漢二江水漲，壞民田、廬舍。泗州招信縣大雨，山河漲，漂浸民田、廬舍，死者二十一人。八月，藤州江水漲十餘丈，入州城，壞官署、民田。九月，卬州蒲江等縣山水暴漲，壞民舍七十區，死者七十九人。是秋，荆湖北路江水注溢，浸田畝甚衆。三年七月，河南府洛水漲，壞七里、鎮國二橋；又山水暴漲，壞豐饒務官舍、民廬，死者二百四十人。十月，上津縣大雨，河水溢，壞民舍，溺者三十七人。四年六月，隴城縣大雨，牛頭河漲二十丈，没溺居人、

廬舍。九月，澶州河漲，衝陷北城，懷居人廬舍、官署、倉庫殆盡，民溺死者甚衆。梓州玄武縣涪河漲二丈五尺，壅下流入州城，壞官私廬舍萬餘區，溺死者甚衆。十月，澶州河決，水西北流入御河，浸大名府城，知府趙昌言壅城門禦之。至道元年四月甲辰，京師大雨雷電，道上水數尺。五月，虔州江水漲二丈九尺，壞城，流入深八尺，毀城門。二年六月，河南瀍、澗、洛三水漲，壞鎮國橋。七月，建州溪水漲，溢入州城，壞倉庫、民舍萬餘區。鄆州河漲，壞連堤四處。宋州汴河決穀熟縣。閏七月，陝州河漲。是月，廣南諸州並大雨水。咸平元年七月，侍禁閤門祇候王壽永使彭州回，至鳳翔府境，山水暴漲，家屬八人溺死。齊州清、黃河泛溢，壞田廬。二年十月，漳州山水泛溢，壞民舍千餘區，民黃拏等十家溺死。三年三月，梓州江水漲，壞民田。五月，河決鄆州王陵埽。七月，洋州漢水溢，民有溺死者。四年七月，同州洽谷水溢夏陽縣，溺死者數十人。五年二月，雄、霸、瀛、莫、深、滄諸州，乾寧軍水，壞民田。六月，京師大雨，漂壞廬舍，民有壓死者，積潦浸道路，自朱雀門東抵宣化門尤甚，皆注惠民河，河復漲，溢軍營。景德元年九月，宋州汴水決，浸民田，壞廬舍。河決澶州橫隴埽。二年六月，寧州山水泛溢，壞民舍、軍營，多溺死者。三年七月，應天府汴水決，南注亳州，合浪宕渠東入於淮。八月，青州山水壞石橋。四年六月，鄭州索水漲，高四丈許，漂滎陽縣居民四十二户，有溺死者。鄧州江水暴漲。南劍州山水泛溢，漂溺居人。七月，河溢澶州，壞王八埽。八月，橫州江漲，壞營舍。大中祥符元年六月，開封府尉氏縣惠民河決。二年七月，徐、濟、青、淄大水。八月，鳳州大水，漂溺民居。十月，京畿惠民河決，壞民田。三年六月，吉州、臨江軍並江水泛溢，害民田。九月，河決河中府白浮梁村。四年七月，洪、江、筠、袁州江漲，害民田，壞州城。八月，河決通利軍，大名府御河溢，合流壞府城，害田，人多溺死。九月，河溢於孟州溫縣。蘇州吳江汎溢，壞廬舍。十一月，楚、泰州潮水害田，人多溺者。五年正月，河決棣州聶家口。七月，慶州淮安鎮山水暴漲，漂溺居民。六年六月，保安軍積雨河溢，浸城壘，壞廬舍，判官趙震溺死，又兵民溺死凡六百五十人。七年六月，泗州水害民田。河南府洛水漲。秦州定西砦有溺死者。八月，河決澶州。十月，濮州河溢於安定鎮。八年七月，坊州大雨河溢，民有溺死者。九年六月，秦州獨孤谷水壞長道縣鹽官鎮城橋及官廨、民舍二百九十五區，溺死六十七人。七月，延州洎定平、安塞門、栲栳四砦山水泛溢，壞堤、城。九月，雄、霸州界河泛溢。利州水漂棧閣萬二千八百間。天禧三年六月，河決滑州城西南，漂没公私廬舍，死者甚衆，歷澶州、濮、鄆、濟、單至徐州，與清河合，浸城壁，不没者四板。明年既塞，六月，復決於西北隅。乾興元年正月，秀州水災，民多艱食。十月己酉夜，滄州鹽山、無棣二縣海潮溢，壞公私廬舍，溺死者甚衆。是歲，京東、淮南路水災。天聖初，徐州仍歲水災。三年十一月辛卯，襄州漢水壞民田。四年六月丁亥，劍州、邵武軍大水，壞官私廬舍七千九百餘區，溺死者百五十餘人。是月，河南府、鄭州大水。十月乙酉，京山縣山水暴漲，漂死者衆，縣令唐用之溺焉。是歲，汴水溢，決陳留堤，又決京城西賈陂入護龍河，以殺其勢。五年三月，襄、潁、許、汝等州水。七月辛丑，泰州鹽官鎮大水，民多溺死。六年七月壬子，江寧府、揚、真、潤三州江水溢，壞官私廬舍。是月，雄、霸州大水。八月甲戌，臨潼縣山水暴漲，民溺死者甚衆。是月，河決楚王埽。七年六月，河北大水，壞澶州浮梁。明道元年四月壬子，大名府冠氏等八縣水浸民田。景祐元年閏六月甲子，泗州淮、汴溢。七月，澶州河決橫隴埽。八月庚午，洪州分寧縣山水暴發，漂溺居民二百餘家，死者三百七十餘口。三年六月，虔、吉諸州久雨，江溢，壞城廬，人多溺死。四年六月乙亥，杭州大風雨，江潮溢岸，高六尺，壞堤千餘丈。八月甲戌，越州大水，漂溺居民。寶元元年，建州自正月雨，至四月不止，谿水大漲，入州城，壞民廬舍，溺死者甚衆。康定元年九月甲寅，滑州大河泛溢，壞民廬舍。慶曆元年三月，汴流不通。八年六月乙亥，河決澶州商胡埽。是月，恒雨。七月癸丑，衛州大雨水，諸軍走避，數日絕食。是歲，河北大水。皇祐元年二月甲戌，河北黃、御二河決，並注於乾寧軍。河朔頻年水災。二年，鎮定復大水，並邊尤被其害。三年七月辛酉，河決館陶縣郭固口。八月，汴河絕流。四年八月，鄜州大水，壞軍民廬舍。嘉祐二年六月，開封府界及京東西、河北水潦害民田。自五月大雨不止，水冒安上門，門關折，壞官私廬舍數萬區，城中繫栰渡人。七月，京東西、荆湖北路水災。淮水自夏秋暴漲，環浸泗州城。是歲，諸路江河溢決，河北尤甚，民多流亡。三年七月，京、索、廣濟河溢，浸民田。五年七月，蘇、湖二州水災。六年七月乙酉，泗州淮水溢。七年六月，代州大雨，山水暴入城。七月，寶州山水壞城。河決北京第五埽。治平元年，慶、許、蔡、潁、唐、泗、濠、楚、廬、壽、杭、宣、鄂、洪、施、渝州、光化軍水。九月，陳州水災。二年八月庚寅，大雨，地上涌水，

壞官私廬舍，漂人民畜產不可勝數。是日，御崇政殿，宰相而下朝參者十數人而已。詔開西華門以洩宮中積水，水奔激，殿侍班屋皆摧沒，人畜多溺死，官為葬祭其無主者千五百八十人。熙寧元年秋，霸州山水漲溢，保定軍大水，害稼，壞官私廬舍，城壁，漂溺居民。河決恩、冀州，漂溺居民。二年八月，河決滄州饒安，漂溺居民，移縣治於張為村。泉州大風雨，水與潮相衝泛溢。損田稼，漂官私廬舍。四年八月，金州大水，毀城，壞官私廬舍。七年六月，熙州大雨，洮河泛溢。八年四月，潭、衡、邵、道諸州江水溢，壞官私廬舍。九年七月，太原府汾河夏秋霖雨，水大漲。十月，海陽、潮陽二縣海潮溢，壞廬舍，溺居民。十年七月，河決曹村下埽，澶淵絕流，河南徙，又東匯於梁山、張澤濼，凡壞郡縣四十五，官亭、民舍數萬，田三十萬頃。洺州漳河決，注城。大雨水，二丈河、陽河水湍漲，壞南倉，溺居民。滄、衛霖雨不止，河濼暴漲，敗廬舍，損田苗。元豐元年，章邱河水溢，壞公私廬舍、城壁，漂溺民居。舒州山水暴漲，浸官私廬舍，損田稼，溺居民。四年四月，澶州臨河縣小吳河溢，北流漂溺居民。五月，淮水泛漲。五年秋，陽武、原武二縣河決，壞田廬。七年六月，青田縣大水，損田稼。七月，河北東西路水。北京館陶水，河溢入府城，壞官私廬舍。八月，趙、邢、洺、磁、相諸州河水泛溢，大雨水，損稼，壞廬舍、城壁。磁州諸縣鎮，夏秋漳、滏河水泛溢。臨漳縣觧律口決，壞官私廬舍，傷田稼，損居民。元祐四年，夏秋霖雨，河流泛漲。八年，自四月雨至八月，昼夜不息，畿內京東西、淮南、河北諸路大水，詔開京師宮觀五日，所在州令長吏祈禱，宰臣吕大防等待罪。紹聖元年七月，京畿久雨，曹、濮、陳、蔡諸州水，害稼。元符元年，河北、京東等路大水。二年六月，久雨，陝西、京西、河北大水，河溢，漂人民，壞廬舍。是歲，兩浙蘇、湖、秀等州尤罹水患。大觀元年夏，京畿大水，詔工部都水監疏導，至於八角鎮。河北、京西河溢，漂溺民户。十月，蘇、湖水災。二年秋，黄河決，陷没邢州鉅鹿縣。三年七月，階州久雨，江溢。四年夏，鄧州大水，漂没順陽縣。政和五年六月，江寧州、太平宣州水災。八月，蘇、湖、常、秀諸郡水災。七年，瀛、滄州河決，滄州城不没者三版，民死者百餘萬。重和元年夏，江、淮、荆、浙諸路大水，民流移，溺者衆，分遣使者振濟。發運使任諒坐不奏泗州壞官私廬舍等，勒停。宣和元年五月，大雨，水驟高十餘丈，犯都城，自西北牟馳岡連萬勝門外馬監，居民盡没。前數日，城中井皆渾，宣和殿後井水溢，蓋水信也。至是，詔都水使者決西城索河堤殺其勢，城南居民冢墓俱被浸，遂壞藉田親耕之稼。水至溢猛，直冒安上南薰門，城守凡半月。已而入汴，汴渠將溢，於是募人決下流，由城北入五丈河，下通梁山濼，乃平。十一月，東南州縣水災。四年十二月戊戌，詔訪聞德州有京東西来流民不少，本州振濟有方，令保奏推恩。餘路遇有流移，不即存恤，按劾以聞。六年秋，京畿恒雨。河北、京東、兩浙水災，民多流移。建炎二年春，東南郡國水。紹興二年閏月，徽、嚴州水，害稼。三年七月丙子，泉州水三日，壞城郭、廬舍。五年秋，西川郡國水。六年冬，饒州雨水壞城四百餘丈。十四年五月丙寅，婺州水。乙丑，蘭溪縣水，侵縣市，丙寅中夜，水暴至，死者萬餘人。十六年，潼川府東、南江溢，水入城，浸民廬。十八年八月，紹興府、明婺州水。二十二年，淮甸水。二十三年，金堂縣大水。潼川府江溢，浸城内外民廬。宣州大水，其流泛溢至太平州。七月，光澤縣大雨，溪流暴湧，平地高十餘丈，人避不及者皆溺，半時即平。二十七年，鎮江建康紹興府真太平池，江洪鄂州、漢陽軍大水。二十八年六月丙申，興、利二州及大安軍大雨水，流民廬，壞橋棧，死者甚衆。九月，江東、淮南數郡水。浙東西、沿江海郡縣大風雨，平江、紹興府、湖、常、秀、潤為甚。二十九年七月戊戌，福州水入城，閩、侯官、懷安三縣壞田廬，官吏不以聞，憲臣樊光遠坐黜。三十年五月辛卯夜，於潜、臨安、安吉三縣山水暴出，壞民廬、田桑，溺死者甚衆。三十一年八月，建始縣大水，流民廬，死者甚衆。三十二年四月，淮溢數百里，漂民田廬，死者尤衆。六月，浙西郡縣山涌暴水，漂民舍，壞田覆舟。隆興元年八月，浙東西州縣大風水，紹興平江府、湖州及崇德縣為甚。二年七月，平江鎮江建康寧國府、湖常秀池、太平廬和光州、江陰廣德壽春無為軍、淮東郡，皆大水，浸城郭，壞廬舍、圩田，軍壘，操舟行市者累日，人溺死者衆。越月，積陰苦雨，水患益甚，淮東有流民。乾道元年六月，常、湖州水壞圩田。二年八月丁亥，温州大風，海溢，漂民廬，鹽場、龍朔寺，覆舟溺死二萬餘人，江濱崖骼尚七千餘。三年六月，廬、舒、蘄州水，壞苗稼，漂人畜。七月己酉，臨安府天目山湧暴水，決臨安縣五鄉民廬二百八十餘家，人多溺死。八月，湖秀州、上虞縣水，壞民田廬。時積潦至於九月，禾稼皆腐。江東山水溢，江西諸郡水，隆興府四縣為甚。四年七月壬戌，衢州大水，敗城

三百餘丈，漂民廬，孳牧，壞禾稼。諸暨縣大水害稼。江寧、建康府水。是歲，饒、信亦水。五年七月丁巳，建寧府瑞應場大滌、山棗等山暴水湧出，漂民廬，溺死甚衆。是歲夏秋，温、台州凡三大風，水漂民廬，壞田稼，人畜溺死者甚衆。黄巖縣為甚，郡守王之望、陳巖肖不以聞，皆黜削。六年五月，平江建康寧國府、温湖秀太平州、廣德軍及江西郡大水，江東城市有深丈餘者，漂民廬，湮田稼，隤圩隄，人多流徙。八年五月，贛州、南安軍山水暴出，及隆興府、吉筠州、臨江軍皆大雨水，漂民廬，壞城郭，潰田害稼。六月壬寅，四川郡縣大雨水，嘉眉邛蜀州、永康軍及金堂縣尤甚，漂民廬，決田畝。九年五月戊午，建康隆興府、嚴吉饒信池太平州、廣德軍水，漂民居，壞圩湮田，分水縣沙塞四百餘畝，采石流民多渡江。六月，湖北郡縣水。淳熙元年七月壬寅、癸卯，錢塘大風濤，決臨安府江隄一千六百六十餘丈，漂居民六百三十餘家，仁和縣瀕江二鄉壞田圃。三年八月辛巳，台州大風雨，至於壬午，海濤、溪流合激為大水，決江岸，壞民廬，溺死者甚衆。癸未，行都大雨水，壞德勝、江漲、北新三橋及錢塘、餘杭、仁和縣田，流入湖，秀州，害稼。浙東西、江東郡縣多水，婺州、會稽嵊、廣德軍建平三縣尤甚。四年五月庚子，建寧府、福南劍州大雨水，至於壬寅，漂民廬數千家。己亥夜，錢塘江濤大溢，敗臨安府隄八十餘丈，庚子，又壞隄百餘丈。明州瀕海大風，海濤敗定海縣隄二千五百餘丈，鄞縣隄五千一百餘丈，漂没民田。九月丁酉、戊戌，大風雨駕海濤，敗錢塘縣隄三百餘丈，餘姚縣溺死四十餘人，敗隄二千五百六十餘丈；敗上虞縣隄及梁湖堰及運河岸；定海縣敗隄二千五百餘丈；鄞縣敗隄五千一百餘丈。五年六月戊辰，古田縣大水，漂民廬，圮縣治市橋。閏月己亥，階州水，壞城郭。乙巳，興化軍及福清縣及海口鎮大水，漂民廬、官舍、倉庫，溺死者甚衆。六年夏，衢州水。秋，寧國府、温台湖秀太平州水，壞圩田，樂清縣溺死者百餘人。七年五月戊戌，分宜縣大水，決田害稼。八年五月壬辰，嚴州大水，漂浸民居萬九千五百四十餘家，壘舍六百八十餘區。紹興府大水，五縣漂浸民居八萬三千餘家，田稼盡腐，漁浦敗隄五百餘丈，新林敗隄通運河。是歲，徽、江二州亦水。十年五月辛巳，信州大水入城，沈廬舍、市井。襄陽府大水，漂民廬，蓋藏為空。江東、浙東數郡亦水。八月辛酉，雷州大風激海濤，没瀕海民舍，死者甚衆。九月乙丑，福、漳州大風雨，水暴至，長溪、寧德縣瀕海聚落、廬舍，人舟皆漂入海，漳城半没，浸八百九十餘家。丁卯，吉州龍泉縣大水，漂民廬，壞田畝，溺死者衆。十一年四月，和州水，湮民廬，壞圩田。五月丙申，階州白江水溢，決隄圮城，浸民廬，壘舍，祠廟，寺觀甚多。建康府太平州水。六月甲申，處州龍泉縣大雨，水浸民舍，壞杠梁，匯田害稼。七月壬辰，明州大風雨，山水暴出，侵民市，圮民廬，覆舟殺人。十二年六月，婺州及富陽縣皆水，浸民廬，害田稼。八月戊寅，安吉縣暴水發棗園村，漂廬舍，寺觀，壞田稼殆盡，溺死千餘人，郡守劉藻不以聞，坐黜。是歲，鄂州自夏徂冬水浸民廬。九月，台州水。十四年三月辛未，汀州水，漂百餘家，軍壘六十餘區。十五年五月，淮甸大雨水，淮水溢，廬、濠、楚州，無為、安豐、高郵、盱眙軍皆漂廬舍，田稼，廬州城圮。荆江溢，鄂州大水，漂軍民壘舍三千餘。江陵、常德、德安府，復、岳、澧州，漢陽軍水。戊午，祁門縣羣山暴匯為大水，漂田禾、廬舍、冢墓、桑麻、人畜什六七，浮屍甚衆，餘害及浮梁縣。六月，建寧隆興府、袁撫州、臨江軍水圮民廬。七月，黄巖縣水敗田潴。番易湖溢番易縣，漂民舍，田稼，有流徙者。十六年四月甲戌，紹興府新昌縣山水暴作，害稼湮田，漂民廬。五月丙辰，沅、靖州山水暴溢至辰州，常德府城没一丈五尺，漂民廬舍。汀州大水，浸民廬千五百餘家，溺死三千人。分宜縣水。丁巳，階州白江水溢，浸城市民廬。六月庚寅，鎮江府大雨水五日，浸軍民壘舍三千餘。辛卯，潼川府東南二江溢，決隄，毁橋，浸民廬，涪城、中江、射洪、通泉、鄰縣没田廬。紹熙二年三月，寧化縣連水溢廬舍、田畝，溺死二十餘人。五月戊申，建寧州水。己酉，福州水，浸附郭民廬，懷安、侯官縣漂千三百餘家，古田、閩清縣亦壞田廬。庚午，利州東江溢，壞隄，田、廬舍。辛未，潼川府東南江溢，六月戊寅，又溢，再壞隄橋，水入城，没廬舍七百四十餘家，鄰、涪、射洪、通泉縣匯田為江者千餘畝。七月癸亥，嘉陵江暴溢興州，圮城門、郡獄，官舍凡十七所，漂民居三千四百九十餘，潼川崇慶府、緜、果、合、金、龍、漢州，懷安、石泉、大安軍魚關皆水。時上流西蕃界古松州江水暴溢，龍州敗橋閣五百餘區，江油縣溺死者衆。三年五月壬辰，常德府大雨，水浸民田廬。乙未，潼川府東南江溢，後六日又溢，浸城外民廬，人徙於山。己亥，池州大雨水連夕，青陽縣山水暴湧，漂田廬殺人，蓋藏無遺；貴池縣亦水。庚子，涇縣大雨水，敗隄，圮縣治、廬舍。六月辛丑，建平縣水，敗隄入城，漂浸民廬。甲戌，祁門縣水。七月壬申，天台、仙居縣大水連夕，漂浸民居五百六十餘，壞田傷稼。襄陽、江陵府大雨水，漢江溢，敗隄防，圮民廬，没田稼者

逾旬，復州、荆門軍水亦如之。鎮江府三縣水，損下地之稼。四年四月，上高縣水，浸二百餘家。五月壬申，癸酉，奉新縣大雷雨水，漂浸八百二十餘家。五月辛未，丙子，鎮江府大雨水，浸營壘六千餘區。戊寅，安豐軍大水，平地三丈餘，漂田廬，絲麥皆空。是月，諸暨、蕭山、宣城、寧國縣大水，壞田稼。廣德軍屬縣水害稼。筠州水浸民廬。戊寅，進賢縣水，圮百二十餘家。六月丙申，興國軍水，池口鎮及大冶縣漂民廬，有溺死者。戊戌，靖安縣水，漂三百二十餘家。是夏，江贛州、江陵府亦水。七月乙酉，豐城縣水；壬午，臨江軍水，皆圮民廬。丁亥，新淦縣漂浸二千三百餘家。八月辛丑，隆興府水，圮千二百七十餘家。吉州水，漂浸民廬及泰和縣官舍。自夏及秋，江西九州三十七縣皆水。是歲，興化軍大風激海濤，漂没田廬尤多。五年五月辛未，石埭、貴池、涇縣皆水，圮民廬，溺死者衆。是月，泰州大水。七月壬申，慈溪縣水，漂民廬，决田害稼，人多溺死。乙亥，會稽、山陰、蕭山、餘姚、上虞縣大風駕海濤，壞隄，傷田稼。八月辛丑，錢塘、臨安、新城、富陽、於潜縣大雨水，餘杭縣尤甚，漂没田廬，死者無算。安吉縣水，平地丈餘。平江、鎮江、寧國府、明台温嚴常州、江陰軍皆水。是秋，武陵縣江溢，圮田廬甚衆。庆元元年六月壬申，台州及屬縣大風雨，山洪，海濤並作，漂没田廬無算，死者蔽川，沉没旬日；至于七月甲寅，黄巖縣水尤甚。常平使者莫濛以緩於振恤坐免。七月，臨安府水。二年秋，浙東郡國大水。三年九月，紹興府屬縣二，婺州屬縣二，水害稼，五年秋，台、温、衢、婺水，漂民廬，人多溺死，衢守張經以匿災愒振坐黜。六年五月，建寧府、嚴、衢、婺、饒、信、徽、南劍州及江西郡縣皆大水，自庚午至於甲戌，漂民廬，害稼。嘉泰二年七月丙午，上杭縣水，圮田廬，害稼，民多溺死。建安縣漂軍民廬舍百二十餘，山摧，覆民廬七十七家，溺壓死者六十餘。丁未，長溪縣漂民廬二百八十餘家。古田縣漂官舍、民廬甚衆，溺死者二百七十。劍浦縣圮二百五十餘家，死者亦衆。三年四月，江南郡邑水害稼。開禧元年九月丙戌，漢、淮水溢，荆襄、淮東郡國水，楚州、盱眙軍為甚，圮民廬，害稼。三年五月庚寅，東陽縣大水，山千七百三十餘所同夕崩洪，漂聚落五百四十餘所，湮田二萬餘畝，溺死者甚衆。三年，江、浙、淮郡邑水，鄂州、漢陽軍尤甚。嘉定二年五月己亥，連州大水，敗城郭百餘丈，没官舍、郡庠、民廬，壞田畝聚落甚多。六月辛酉，西和州水，没長道縣治、倉庫。丙子，昭化縣水，没縣治，漂民廬。成州水，入城，圮壘舍。同谷縣及遂寧府、閬州皆水。七月壬辰，台州大風雨激海濤，漂圮二千二百八十餘家，溺死尤衆。三年四月甲子，新城縣大水。五月，嚴、衢、婺、徽州、富陽、餘杭、鹽官、新城、諸暨、淳安大雨水，溺死者衆，圮田廬、市郭，首種皆腐。行都大水，浸廬舍五千三百，禁旅壘舍之在城外者半没，西湖溢。四年七月辛酉，慈溪縣大水，圮田廬，人多溺者。八月，山陰縣海敗隄，漂民田數十里，斥地十萬畝。五年五月庚戌，嚴州水。六月丁丑，台州及建德、諸暨、會稽縣水，壞田廬，六年六月丁丑，淳安縣山涌暴水，陷清泉寺，漂五鄉廬百八十里，溺死者無算，巨木皆拔。丁亥，於潜縣大水。戊子，諸暨縣風雷大雨，山涌暴作，漂十鄉田廬，溺死者尤多。錢塘縣、臨安、餘杭、於潜、安吉縣皆水。九年五月，行都及紹興府、嚴、衢、婺、台、處、信、饒、福、漳、泉州，興化軍大水，漂田廬，害稼。十年冬，浙江濤溢，圮廬舍，覆舟，溺死甚衆。蜀、漢二州江没城郭。十一年六月戊申，武康、安吉縣大水，漂官舍、民廬，壞田稼，人畜死者甚衆。十二年，鹽官縣海失故道，潮汐衝平野二十餘里，至是侵縣治、廬舍，港瀆及上下管，黄灣岡等鹽場皆圮，蜀山淪入海中，聚落、田疇失其半，壞四郡田。後六年始平。十四年，建康府大水。十五年七月，蕭山縣大水。時久雨，衢、婺、徽、嚴暴流與江濤合，圮田廬，害稼。十六年五月，江、浙、淮、荆、蜀郡縣水，平江府、湖常秀池鄂楚太平州、廣德軍為甚，漂民廬，害稼，圮城郭，隄防，溺死者衆。鄂州江湖合漲，城市沉没，累月不泄。是秋，江溢，圮民廬。餘杭、錢塘、仁和縣大水。福漳泉州、興化軍水，壞稼十五六。十七年五月，福建大水，漂水口鎮民廬皆盡，侯官縣甘蔗砦漂數百家，人多溺死；建寧府没平政橋，入城；南劍州圮郡治、城樓、郡獄、官舍、城壞，民避水樓上者皆死。乙卯，建昌軍大水，城不没者三板，漂民廬，圮官舍、城郭、橋梁，害稼。紹定二年，天台、仙居縣大水。四年，沿江水災。端平三年三月辛酉，蘄州大雨水，漂民居。是年，英德府、昭州及襄、漢江皆大水。嘉熙元年，饒、信州水。二年，浙江溢。淳祐二年，紹興府、處婺州水。七年，福建水。十年，嚴州水。十一年八月甲辰，汀州山水暴至，漂人民。九月，江陵水。是年，江、浙多水，饒州亦水。十二年六月，建寧府、嚴衢婺信台處南劍州、邵武軍大水，冒城郭，漂室廬，死者以萬數。寶祐元年七月，温、台、處、信、饒州大水。開慶元年五月己未，婺州水，漂民廬。是歲，滁、嚴州水。景定二年，浙東水。咸淳六年五月，大雨水。七年五月甲申，諸暨縣大水，漂廬舍。是月，重慶府江水

泛溢者三，漂城壁，壞樓櫓。十年三月，廬州水。四月，紹興府大雨水。八月，臨安府、安吉、武康縣水。太平興國四年八月，滑州黎陽縣河清。端拱元年二月，澶、濮二州河清二百餘里。大中祥符三年十一月丁酉，陝西河清。十二月乙巳，河再清，當汾水合流處清如汾水。元豐四年十月，環州河水變甘。大觀元年八月，乾寧軍河清。二年十二月，陝州河清，同州韓城縣、郃陽縣至清及百里，涉春不變。自是迄政和、宣和，諸路數奏河清，輒遣郎官致祭，宰臣等率百官拜表賀，歲以為常。大中祥符元年二月，醴泉出蔡州汝陽鳳原鄉，有疾者飲之皆愈。八年十一月，通州軍言醴泉出汶山下，有疾者飲之皆愈。熙寧元年五月，京師開化坊醴泉出。政和五年正月，河陽臺觀醴泉出。

**《宋史・食貨志》**　振恤　水旱、蝗蝝、饑疫之災，治世所不能免，然必有以待之，《周官》以荒政十有二聚万民是也。宋之為治，一本於仁厚，凡振貧恤患之意，視前代尤為切至。諸州歲歉，必發常平、惠民諸倉粟，或平價以糶，或貸以種食，或直以振給之，無分於主客戶。不足，則遣使馳傳發省倉，或轉漕粟於他路，或募富民出錢粟，酬以官爵，勸諭官吏，許書曆為課；若舉放以濟貧乏者，秋成，官為理償。又不足，則出內藏或奉宸庫金帛，鬻祠部度僧牒；東南則留發運司歲漕米，或數十万石，或百万石濟之。賦租之未入，入未備者，或縱不取，或募取之，或倚閣以須豐年。寬逋負，休力役，賦入之有支移、折變者省之，應給蠶、鹽若和糴及科率追呼不急，妨農者罷之。薄關市之征，鬻牛者免算，运米舟車除沿路力勝錢。利有可與民共者不禁，水鄉則蠲蒲、魚、果、蔬之稅。選官分路巡撫，緩囚繫，省刑罰。飢民劫困窖者，薄其罪；民之流亡者，關津毋責渡錢；道京师者，諸城門振以米，所至舍以官第或寺觀，為淖糜食之，或人日給糧。可归業者，計日併給遣歸；無可歸者，或賦以閑田，或聽隸軍籍，或募少壯興修工役。老疾幼弱不能存者，聽官司收養。水災州縣具船栰拯民，置之水不到之地，運薪糧給之。因饑疫若厭溺死者，官為埋祭，厭溺死者加賜其家錢粟。京师苦寒，或物價翔踊，置場出米及薪炭，裁其價予民。前後率以為常。蝗為害，又募民撲捕，易以錢粟。蝗子一升至易菽、粟三升或五升。詔州郡長吏優恤其民，間遣內侍存問，戒監司俾察官吏之老疾、罷懦不任職者。初，建隆三年，户部郎中沈義倫使吳越還，言：揚、泗飢民多死，郡中軍儲尚餘万斛，宜以貸民。有司沮之曰：若歲未稔，誰任其咎？義倫曰：國家以廩粟濟民，自當召和氣，致豐年，寧憂水旱耶？太祖悅而從之。四年，詔州縣興復義倉，歲收二稅，石別收一斗，貯以備凶歉。平廣南、江南，輒詔振其飢，其勤恤遠人，德意深厚。太宗恭儉仁愛，諄諄勸民務農重穀，毋或妄費。是時惠民所積，不為無備，又置常平倉，乘時增糴，唯恐其不足。真宗繼之，益務行养民之政，於是推廣淳化之制，而常平、惠民倉殆遍天下矣。仁宗、英宗一遇災變，則避朝變服，損膳徹樂。恐懼脩省，見於顏色；惻怛哀矜，形於詔旨。慶曆初，詔天下復立義倉。嘉祐二年，又詔天下置廣惠倉，使老幼疾貧者，皆有所养。累朝相承，其慮於民也既周，其施於民也益厚。而又一时牧守，亦多得人。如張詠之治蜀，歲糴米六萬石，著之皇祐甲令。富弼之移青州，擇公私廬舍十餘萬區，散處流民以廩之，凡活五十餘萬人，募而為兵者又萬餘人，天下傳以為法。知鄆州劉夔發廩振飢，民賴全活者甚衆，盜賊衰止，賜詔褒美。知越州趙抃揭牓於通衢，令民有米增價以糴，於是米商輻輳，越之米價頓減，民無飢死。若是之政，不可悉書，故於先王救荒之法為畧具焉。神宗即位以來，河北諸路水旱荐臻，兼發糴便司、廣惠倉粟以振民。熙寧二年，賜判北京韓琦詔曰：河北歲比不登，水溢地震。方春東作，民携老幼，棄田廬，日流徙于道。中夜以興，慘怛不安。其經制之方，聽便宜從事，有可以左右吾民者，宜為朕撫輯而振全之，毋使後時，以重民困。而王安石秉政，改貸糧法而為借助，移常平、廣惠倉錢斛而為青苗，皆令民出息，言不便者輒得罪，而民遂不聊生。又詔賣天下廣惠倉田。自是先朝良法美意，所存無幾。哲宗雖詔復廣惠倉，既而章惇用事，又罷之，賣其田如熙寧法。常平量留錢斛，不足以供振給，義倉不足，又令通一路兑撥。於是紹聖、大觀之間，直給空名告敕，補牒賜諸路，政日以隳，民日以困，而宋業遂衰。先是，仁宗在位，哀病者乏方藥，為頒《慶曆善救方》。知雲安軍王端請官為給錢和藥予民，遂行於天下。嘗因京師大疫，命太醫和藥，內出犀角二本，析而視之。其一通天犀。內侍李舜舉請留供帝服御。帝曰：吾豈貴異物而賤百姓？竟碎之。又蠲公私僦舍錢十日。令太醫擇善察脉者，即縣官授藥，審處其疾狀予之，無使貧民為庸醫所誤，夭閼其生。天禧中，於京畿近郊佛寺買地，以瘞死之無主者。瘞戶，一棺給錢六百，幼者半之；後不復給，死者暴露於道。嘉祐末，復詔給焉。京師舊置東、西福田院，以廩老疾孤窮丐者，其後給錢粟者纔二十四人。英宗命增置南、北

福田院，并東、西各廣官舍，日廩三百人。歲出內藏錢五百萬給其費，後易以泗州施利錢，增為八百萬。又詔：州縣長吏遇大雨雪，蠲僦舍錢三日，歲毋過九日，著為令。熙寧二年，京師雪寒，詔：老幼貧疾無依丐者，聽於四福田院額外給錢收養，至春稍暖則止。九年，知太原韓絳言：在法，諸老疾自十一月一日州給米豆，至次年三月終。河東地寒，乞自十月一日起支，至次年二月終止；如有餘，即至三月終。從之。凡鰥、寡、孤、獨、癃老、疾廢、貧乏不能自存應居養者，以戶絶屋居之；無，則居以官屋，以戶絶財產充其費，不限月。依乞丐法給米豆；不足則給以常平息錢。崇寧初，蔡京当國，置居養院、安濟坊。給常平米。厚至數倍。差官卒充使令，置火頭，具飲饍，給以納衣絮被。州縣奉行過當，或具帷帳，雇乳母、女使，糜費無藝，不免率斂，貧者樂而富者擾矣。三年，又置漏澤園。初，神宗詔：開封府界僧寺旅寄棺柩，貧不能葬，令畿縣各度官不毛地三五頃，聽人安厝，命僧主之。葬及三千人以上，度僧一人，三年與紫衣；有紫衣，與師號，更使領事三年，願復領者聽之。至是，蔡京推廣為園，置籍，瘞人並深三尺，毋令暴露，監司巡歷檢察。安濟坊亦募僧主之，三年醫愈千人，賜紫衣、祠部牒各一道。醫者人給手曆，以書所治瘞人，歲終考其數為殿最。諸城、砦、鎮、市户及千以上有知監者，依各縣增置居養院、安濟坊、漏澤園。道路遇寒僵仆之人及無衣丐者，許送近便居養院，給錢米救濟。孤貧小兒可教者，令入小學聽讀，其衣襦於常平頭子錢內給造，仍免入齋之用。遺棄小兒，雇人乳養，仍聽官觀、寺院養為童行。宣和二年，詔：居養、安濟、漏澤可參考元豐舊法，裁立中制。應居養之日，給稅米或粟米一升，錢十文省，十一月至正月加柴炭，五文省，小兒減半。安濟坊錢米依居養法，醫藥如舊制。漏澤園除葬埋依見行條法外，應資給若齋醮等事悉罷。高宗南渡，民之從者如歸市。既為之衣食以振其飢寒，又為之醫藥以救其疾病；其有隕於戈甲，斃於道路者，則給度牒瘞埋之。若丐者育之於居養院；其病也，療之於安濟坊；其死也，葬之於漏澤園。歲以為常。紹興以來，歲有水旱，發常平義倉，或濟或糶或貸，如恐不及。然當艱難之際，兵食方急，儲蓄有限，而振給無窮，復以爵賞誘富人相與補助，亦權宜不得已之策也。元年，詔出粟濟糶者賞各有差。糶及三千石以上，與守闕進義校尉；一萬五千石以上，與進義校尉；二萬石以上，取旨優賞，已有官陞不願補授者，比類施行。六年，湖、廣、江西旱，詔撥上供米振之。婺民有遏糶致盜者，詔閉糶者斷遣。殿中侍御史周祕言：發廩勸分，古之道也，許以斷遣，恐貪吏懷私，善良被害。望戒守令多方勸諭，務令樂從，或有擾害，提舉司劾奏。從之。是歲，潼川守臣景興宗、廣安軍守臣李瞻，果州守臣王鷟，漢州守臣王梅活飢民甚衆，前吏部郎中馮楫亦出米以助振給，興宗升一職，瞻、隨、梅、楫各轉一官。十年，通判婺州陳正同振濟有方，窮谷深山之民，無不霑惠，以其法下諸路。二十八年夏，浙東、西田損於風水。在法，水旱及七分以上者振濟，詔自今及五分處亦振之。二十九年，詔諸處守臣撥常平義倉米二分振糶，臨安府撥椿積之米。三十一年正月，雪寒，民多艱食。詔臨安府并屬縣以常平米減時之半，振糶十日；臨安府城內外貧乏之家，人給錢二百、米一斗及柴炭錢，并於內藏給之。凡遇寒、遇暑、遇雨、遇火、遇赦及祈禱，即位、生辰、上尊號、生皇太子、晏駕、大祥之類，臨安之民暨三衙諸軍時有振恤，及放商稅、公私房賃。輔郡之民，令諸州以常平錢依臨安府振之。孝宗隆興二年秋，霖雨害稼，出內帑銀四十萬兩，變糶以濟民。乾道六年夏，振浙西被水貧民。七年八月，湖南、江西旱，立賞格以勸積粟之家。無官人：一千五百石補進義校尉，願補不理選將仕郎者聽；二千石補進武校尉，進士與免文解一次；四千石補承信郎，進士與補上州文學；五千石補承節郎，進士補迪功郎。文臣：一千石減二年磨勘，選人轉一官；二千石減三年磨勘，選人循一資，各與占射差遣一次；三千石轉一官，選人循兩資，各與占射差遣一次。武臣：一千石減二年磨勘，選人轉一資；二千石減三年磨勘，選人循一資，各與占射差遣一次；三千石轉一官，選人循兩資，各與占射差遣一次。五千石以上，文武臣并取旨優與推恩。九月，臣僚言：諸路旱傷，請以檢放展閣責之運司，糴給借貸責之常平，覺察妄濫責之提刑，體量措置責之安撫。上諭宰執曰：轉運司止令檢放，恐他日振濟不肯任責。虞允文奏曰：轉運司主一路財賦，謂之省計。凡州郡有餘，不足，通融相補，正其責也。淳熙八年，詔：去歲江、浙、湖北、淮西旱傷處已行振糴，其鰥寡孤獨貧不自存，無錢收糴者，濟以義米。寧宗慶元元年，以兩浙轉運副使沈詵言米價翔踴，凡商販之家盡令出糴，而告藏之令設矣。嘉定十六年，詔於楚州所儲米撥二萬石濟山東、西。淳熙八年，浙東提舉朱熹言：乾道四年民艱食，熹請於府，得常平米六百石振貸，夏受粟於倉，冬則加息計米以償。自後隨年斂散，歉，蠲其息之半；大饑，即盡蠲之。凡十有四年，得息米造倉三間，及以元數六百石還府。見儲米三千一百石，以為社倉，不復收息，每石只收耗米三升。以故一鄉四五十里間，雖遇凶年，人不闕食。請以是行於倉司。

時陸九淵在敕令局，見之嘆曰：社倉幾年矣，有司不復舉行，所以遠方無知者。遂編入《振恤》。凡借貸者，十家為甲，甲推其人為之首；五十家則擇一通曉者為社首。每年正月，告示社首，下都結甲。其有逃軍及無行之人，與有稅錢衣食不闕者，并不得入甲。其應入甲者，又問其願與不願。願者，開具一家大小口若干，大口一石，小口減半，五歲以下不預請。甲首加請一倍。社首審訂虛實，取人人手書持赴本倉，再審無弊，然後排定。甲首附都簿截某人借若干石，依正簿分兩時給：初當下田時，次當耘耨時。秋成還穀不過八月三十日足，濕惡不實者罰。嘉定末，真德秀帥長沙行之，凶年饑歲，人多賴之。然事久而弊，或移用而無可給，或拘催無異正賦，良法美意，胥此焉失。寶慶三年，臨察御史汪剛中言：豐穰之地，穀賤傷農，凶歉之地，濟糴無策，惟以其所有餘濟其所不足，則饑者不至於貴糴，而農民亦可以得利。乞申嚴遏糴之禁，凡兩浙、江東西、湖南北州縣有米處，并聽販鬻流通；違，許被害者越訴，官按劾，吏決配，庶幾令出惟行，不致文具。從之。端平元年六月，臣僚奏：建陽、邵武羣盜嘯聚，變起於上户閉糴。若專倚兵威以圖殄滅，固無不可；然振救之政一切不講，饑饉所迫，恐人懷等死之心，附之者日衆。欲望朝廷厲兵選士，盪定已竊發之寇；發粟振饑，懷來未從賊者之心，庶人知避害，賊勢自孤，可一舉而滅矣。此成周荒政散利除害之說也。八月，以河南州軍新復，令江、淮制置大使司科降米麥一百萬石振濟。淳熙十一年，福建諸郡旱，錫米二十五萬石振糴，一萬石振貧乏細民。景定元年，臨安府平糴倉舊貯米數十萬石，糶補循環，其後用而不補，所存無幾。有旨令臨安府收糴米四十萬石，用平糴倉錢三百四萬七千八百五十九貫，封椿庫十七界會子一千九十五萬二千一百餘貫，共轄十七界一千四百萬貫，充糴本錢。二年，以都城全仰浙西米斛，誘人入京販糴，賞格比乾道七年加優。咸淳元年，有旨豐儲倉撥公田米五十萬石付平糴倉，遇米貴平價出糴。二年，臨察御史趙順孫言：今日急務，莫過於平糴。乾道間，郡有米斗直五六百錢者，孝宗聞之，即罷其守，更用賢守，此今日所當法者。今粒食翔踴，未知所由，市井之間見楮而不見米。推原其由，實富家大姓所至閉廩，所以糴價愈高而楮價陰減。陛下念小民之艱食，為之發常平義倉，然為數有限，安得人人而濟之？願陛下課官吏，使之任牛羊芻牧之責；勸富民，使之無秦、越肥瘠之視。糴價一平，則楮價不因之而輕，物價不因之而重矣。七年，以咸淳三年以前諸路義米一百一十二萬九千餘石減價發糴，薄收郡縣聽民不拘關、會、見錢收糴。

《元史・五行志》　中統二年四月，雨雹，大如彈丸。三年五月，順天、平陽、真定、河南等郡雨雹。四年七月，燕京昌平縣，景州蒋縣，開平路興、松、雲三州雨雹害稼。至元二年八月，彰德、大名、南京、河南、濟南、大原等郡雨雹。四年三月，夏津縣大雨雹。五年六月，中山大雨雹。六年七月，西京大同縣雨雹。七年五月，河内縣大雨雹。十五年閏十一月，海州贛榆縣雨雹傷稼。十九年八月，雨雹，大如雞卵。二十年四月，河南風雷雨雹害稼。五月，安西路風雷雨雹。八月，真定元氏縣大風雹，禾盡損。二十二年七月，冠州雨雹。二十四年九月，大定、金源、高州、武平、興中等處雨雹。二十五年三月，靈壁、虹縣雨雹，如雞卵，害麥。十二月，靈壽、陽曲、天成等縣雨雹。二十六年夏，平陽、大同、保定等郡大雨雹。二十七年四月，靈壽縣大風雹。六月，棣州厭次，濟陽二縣大風雹，傷禾黍菽麥桑棗。二十九年閏六月，遼陽、瀋州、廣寧、開元等路雨雹。三十一年四月，即墨縣雨雹。八月，德州德安縣大風雨雹。元貞元年五月，鞏昌金州、會州、西和州雨雹大，無麥禾。七月，隆興路雨雹。元貞二年五月，河中猗氏縣雨雹。六月，隆興咸寧縣，順德邢臺縣，太原交河、離石、壽陽等縣雨雹。八月，懷孟武陟縣雨雹。大德元年六月，太原崞州雨雹害稼。二年二月，檀州雨雹。八月，彰德安陽縣雨雹。四年三月，宣州涇縣，台州臨海縣風雹。八年五月，大寧路建州，蔚州靈仙縣雨雹。太原、大同，隆興屬縣陽曲、天成、懷安、白登，風雹害稼。八月，管州、嵐州，交城、陽曲、懷仁等縣雨雹。九年六月，晉寧、冀寧、宣德、隆興、大同等郡大雨雹，害稼。十年四月，鄭州管城縣風雹，大如雞卵，積厚五寸。五月，大雨雹。七月，宣德縣雨雹。十一年五月，建州雨雹。至大元年四月，般陽新城縣，濟南厭次縣，益都高苑縣風雹。五月，管城縣大雹，深一尺，無麥禾。八月，大寧縣雨雹害稼，斃畜牧。二年三月，濟陰，定陶等縣雨雹。六月，嶧州、源州、金城縣雨雹。延安神禾縣大雹一百餘里，擊死人畜。三年四月，靈壽、平陰等縣雨雹。四年四月，南陽雨雹。閏七月，宣寧縣雨雹。皇慶元年四月，大名濬州、彰德安陽縣，河南孟津縣雨雹。六月，開元路風雹害稼。二年七月，冀寧平定州雨雹。景州阜城縣風雹。八月，大同懷仁縣雨雹。延祐元年五月，膚施縣大風雹，損稼并傷人畜。六月，宣平、仁壽、白登等縣雨雹。二年五月，大同、宣德等郡雷雹害稼。三年五月，薊州雹深一尺。五年四月，

鳳翔府雹傷麥禾。六年六月，大同縣雨雹，大如雞卵。七月，鞏昌隴西縣雹害稼。七年八月，大同路雷風雨雹。至治元年六月，武州雨雹害稼。永平路大雹深一尺，害稼。七月，真定、順德等郡雨雹。二年四月，涇州涇川縣雨雹。六月，思州大風雨雹。三年五月，大風雨雹，拔柳林行宮大木。泰定元年五月，冀寧陽曲縣雨雹傷稼。思州龍泉平雨雹傷麥。六月，順元、太平軍、定西州雨雹。七月，龍慶路雨雹，大如雞卵，平地深三尺餘。八月，大同白登縣雨雹。二年四月，奉元白水縣雨雹。五月，洮州路可當縣、臨洮府狄邑縣雨雹。六月，興州、鄜州、靜寧州及成紀、通渭、白水、膚施、安塞等縣雨雹。七月，檀州雨雹。三年六月，鞏昌路大雨雹。中山府安喜縣、乾州永壽縣雨雹。七月，房山、寶坻、玉田、永平等縣大風雹，折木傷稼。八月，龍慶路雨雹一尺，大風損稼。四年七月，彰德湯陰縣，冀寧定襄縣，大同武、應二州雨雹害稼。致和元年四月，濬州、涇州大雹傷麥禾。五月，冀寧陽曲縣，威州井陘縣雨雹。六月，涇川、湯陰等縣大雨雹。大寧、永平屬縣雨雹。天曆二年七月，大寧惠州雨雹。八月，冀寧陽曲縣大雹如雞卵，害稼。三年七月，順州、東安州及平棘、肥鄉、曲陽、行唐等縣風雹害稼。開元路雨雹。至順二年十二月，冀寧清源縣雨雹。三年五月，甘州雨雹。乙巳，天鼓鳴于西北。

又　中統三年五月，濱、棣二州旱。四年八月，真定郡及洺、磁等州旱。至元元年二月，東平、太原、平陽旱，分命西僧禱雨。五年十二月，京兆大旱。八年四月，蔚州靈仙、廣靈二縣旱。九年六月，高麗旱。十三年十二月，平陽路旱。十六年七月，趙州旱。十八年二月，廣寧、北京大定州旱。二十三年五月，汴梁旱。京畿旱。二十四年春，平陽旱，二麥枯死。二十五年，東平路須城等六縣，安西路商、耀、乾、華等十六州旱。二十六年，絳州大旱。元貞元年六月，環州、葭州及咸寧、伏羌、通渭等縣旱。七月，河間肅寧、樂壽二縣旱。泗州、賀州旱。二年八月，大名開州、懷孟武陟縣、河間肅寧縣旱。九月，莫州、獻州旱。十月，化州旱。十二月，遼東、開元二路旱。大德元年六月，汴梁、南陽大旱，民鬻子女。九月，鎮江丹陽、金壇二縣旱。十二月，平陽曲沃縣旱。二年五月，衛輝、順德、平灤等路旱。三年五月，荊湖諸郡及桂陽、寶慶、興國三路旱。十月，揚、廬、隨、黃等州旱。四年，平棘、白馬二縣旱。五年六月，汴梁、南陽、衛、輝、大名等路旱。九月，江陵旱。八年六月，鳳翔扶風、岐山、寶雞三縣旱。九年七月，晉州饒陽縣、漢陽漢川縣旱。八月，象州、融州、柳州屬縣旱。十年五月，京畿旱。安西春夏大旱，二麥枯死。至大三年夏，廣平亢旱。皇慶元年六月，濱、棣、德三州及蒲臺、陽信等縣旱。二年九月，京畿大旱。延祐二年春，檀、薊、濠三州旱。夏，鞏昌蘭州旱。四年四月，德安府旱。五年七月，真定、河間、廣平、中山大旱。七年六月，黃、蘄二郡及荊門軍旱。至治元年六月，大同路旱。二年十一月，岷州旱。三年夏，順德、真定、冀寧大旱。泰定元年六月，景、清、滄、莫等州，臨汾、涇川、靈臺、壽春、六合等縣旱。九月，建昌郡旱。二年五月，潭州、茶陵州、興國永興縣旱。七月，隨州、息州旱。三年夏，燕南、河南州縣十有四亢陽不雨。七月，關中旱。四年二月，奉元醴泉、順德、唐山、邠州、淳化等縣旱。六月，潞、霍、綏德三州旱。八月，藤州旱。致和元年二月，廣平、彰德等郡旱。天曆元年八月，陝西大旱，人相食。二年夏，真定、河間、大名、廣平等四州四十一縣旱。峽州二縣旱。八月，浙西湖州、江東池州、饒州旱。十二月，冀寧路旱。至順元年七月，肇州、興州、東勝州及榆次、溍陽等十三縣旱。二年，霍、隰、石三州，阜城、平地二縣旱。

又　至元九年六月丁亥，京師大雨。二十四年九月，太原、河間、河南等路霖雨害稼。二十五年七月，保定郡，霸、滄二州淫雨害稼。八月，嘉祥、魚臺、金鄉三縣淫雨。九月，莫、獻二州淫雨。保定路淫雨。二十六年六月，濟寧、東平、汴梁、濟南、順德、真定、平灤、棣州霖雨害稼。二十八年八月，大名、清河、南樂諸縣霖雨為災。九月，河間郡淫雨。至大四年七月，河間、順德、大名、彰德、廣平等路，德、濮、恩、通等州及河東祁縣霖雨害稼。皇慶元年，龍興路新建縣雨害稼。延祐四年四月，遼陽蓋州雨水害稼。六年七月，霸州文成縣雨害稼三千餘頃。至治元年，江州、贛州淫雨。二年閏五月，安豐路雨傷稼。三年五月，大名魏縣淫雨。保定定興縣，濟南無棣、厭次縣，濟寧碭山縣，河間齊東縣霖雨害稼。泰定元年七月，真定、廣平、廬州十一郡雨傷稼。元年八月，汴梁考城、儀封，濟南沾化、利津等縣霖雨，損禾稼。

又　至元十一年十二月，淮西正陽火，廬舍、鎧仗悉燬。十八年二月，揚州火。元貞二年，杭州火，燔七百七十家。大德八年五月，杭州火，燔四百家。九年三月，宜黃縣火。十年，武昌路火。延祐元年二月，真州揚子縣火。三年八月，重慶路火，郡舍十焚八九。六年四月，揚州火，燔官民廬舍一萬三千三百餘區。至治二年四月，揚州、真州火。十二月，杭州火。三年五月，奉

元路行宮正殿火。上都利用監庫火。九月，揚州江都縣火，燔四百七十餘家。泰定元年五月，江西袁州火，燔五百餘家。三年六月，龍興路寧州高市火，燔五百餘家。七月，龍興奉新州、辰州辰溪縣火。八月，杭州火，燔四百七十餘家。四年八月，龍興路火。十二月，杭州火，燔六百七十家。天曆二年三月，四川紹慶彭水縣火。四月，重慶路火，延二百四十餘家。七月，武昌路江夏縣火，延四百家。十二月，江夏縣火，燔四百餘家。三年二月，河内諸縣火。皇慶元年，冬無雪，詔禱獄瀆。延祐元年，大都檀、薊等州，冬無雪，至春草木枯焦。

又　至元二十一年九月戊子，京師地震。按《傳》云：陽伏而不能出，陰迫而不能升，於是有地震。二十六年正月丙戌，地震。二十七年二月癸未，泉州地震。丙戌，泉州地復震。八月癸未，武平路地大震。二十八年八月己丑，平陽路地震，壞廬舍萬八百區。元貞元年三月壬戌，地震。大德六年十二月辛酉，雲南地震，戊戌亦如之。七年八月辛卯夕，地震，太原、平陽尤甚，壞官民廬舍十萬計。平陽趙城縣范宣義郇堡徙十餘里。太原徐溝、祁縣及汾州平遙、介休、西河、孝義等縣地震成渠，泉湧黑沙。汾州北城陷，長一里，東城陷七十餘步。八年正月，平陽地震不止。九年四月己酉，大同路地震，有聲如雷，壞廬舍五千八百，壓死者一千四百餘人。懷仁縣地震，二所涌水盡黑，其一廣十八步，深十五丈，其一廣六十六步，深一丈。五月癸亥，以地震，改平陽路為晉寧，太原路為冀寧。十一月壬子，大同地震。十二月丙子，地震。十年正月，晉寧、冀寧地震不止。十一年三月，道州營道縣暴雨，山裂百三十餘處。八月壬寅，開成路地震。至大元年六月丁酉，鞏昌隴西、寧遠縣地震。雲南烏撒、烏蒙地三日而大震者六。九月己酉，蒲縣地震。十月癸巳，蒲縣、靈縣地震。二年十二月壬戌，陽曲縣地震有聲。三年十二月戊申，冀寧路地震。四年三月己亥，寧夏路地震。七月癸未，甘州地震，大風，有聲如雷。閏七月甲子，寧夏地震。皇慶二年六月，京師地震。己未，京師地震，丙辰又震，壬寅又震。延祐元年二月戊辰，大寧路地震。四月甲申朔，大寧地震，有聲如雷。八月丁未，冀寧、汴梁等路，陟縣、武安縣地震。十一月戊辰，大寧地震如雷。二年五月乙丑，秦州成紀縣北山移至夕川河，明日再移，平地突如土阜，高者二三丈，陷沒民居。三年八月己未，冀寧、晉寧等郡地震。十月壬午，河南地震。四年正月壬戌，冀寧地震。七月己丑，成紀縣山崩。辛卯，冀寧地震。九月，嶺北地震三日。五年正月甲戌，懿州地震。二月癸巳，和寧路地震。丁酉，秦安縣山崩。三月己卯，德慶路地震。七月戊子，寧遠縣山崩。八月，伏羌縣山崩。秦州成紀縣暴雨，山崩，朽壤墳起，覆沒畜產。至治二年九月癸亥，地震。十一月癸卯，地震。泰定元年八月，成紀縣大雨，山崩水溢，壅土至來谷河成丘阜。十二月庚申，奉元路同州地震，有聲如雷。三年十二月丁亥，寧夏路地震如雷，發自西北，連震者三。四年三月癸卯，和寧路地震如雷。八月，鞏昌通渭縣山崩。碉門地震，有聲如雷，晝晦。鳳翔、興元、成都、陝州、江陵等郡地同日震。九月壬寅，寧夏地震。致和元年七月辛酉朔，寧夏地震。己卯，大寧路地震。十月壬寅，大寧路地震。至順二年四月丁亥，真定陟縣地一日五震或三震，月餘乃止。四年四月戊申，大寧路地震。五月戊寅，京師地震有聲。八月己酉，隴西地震。

又　至大元年春，紹興、慶元、台州疫死者二萬六千餘人。皇慶二年冬，京師大疫。唐《志》云：國將有恤，則邪亂之氣先被于民，故疫。

又　太宗五年癸巳十二月，大風霾，凡七晝夜。至元二十年正月，汴梁延津、封丘二縣大風，麥苗盡拔。延祐七年八月，延津縣大風，晝晦，桑隕者十八九。至治元年三月，大同路大風，走沙，土壅沒麥田一百餘頃。三年三月，衛輝路大風，桑彫蠶死。泰定三年七月，寶坻、房山二縣大風折木。八月，大都昌平等縣大風一晝夜，壞民居九百餘家。四年五月，衛輝路輝州大風九日，禾盡偃。天曆三年二月，胙城縣、新鄉縣大風。

又　元統元年三月戊子，紹興蕭山縣大風雨雹，拔木仆屋，殺麻麥，斃傷人民。二年二月甲子，塞北東涼亭雨雹。至元元年七月，西和州、徽州雨雹。二年八月甲戌朔，高郵寶應縣大雨雹。是時，淮、浙皆旱，唯本縣瀕河，田禾可刈，悉為雹所害，凡田之旱者無一雹及之。至元四年四月癸巳，清州八里塘雨雹，大過於拳，其狀有如龜者，有如小兒形者，有如獅象者，有如環玦者，或橢如卵，或圓如彈，玲瓏有竅，色白而堅，長老云：大者固常見之，未有奇狀若是也。至正二年五月，東平路東阿縣雨雹，大者如馬首。三年六月，東平陽穀縣雨雹。六年二月辛未，興國路雨雹，大如馬首，小者如雞子，斃禽畜甚衆。五月辛卯，絳州雨雹，大者一尺餘。八年四月庚辰，鈞州密縣雨雹，大如雞子，傷麥禾。龍興奉新縣大雨雹，傷禾折木。八月己卯，益都臨淄縣雨雹，大如盃盂，野無青草，赤地如赭。九年二月，龍興大雨雹。十年五月，汾

州平遙縣雨雹。十一年四月乙巳，彰德雨雹，大者如斧，時麥熟將刈，頃刻亡失，田疇堅如築場，無稭粒遺留者，地廣三十里，長百有餘里，樹木皆如斧所劈，傷行人、斃禽畜甚衆。五月癸丑，文水縣雨雹。十三年四月，益都高苑縣雨雹，傷麥禾及桑。十四年六月，薊州雨雹。十七年四月，濟南大風雨雹。十九年四月，莒州蒙陰縣雨雹。五月，通州及益都臨朐縣雨雹害稼。二十年五月，薊州遵化縣雨雹終日。二十一年五月，東平雨雹害稼。二十二年八月，南雄雨雹如桃李實。二十三年五月，鄜州宜君縣雨雹，大如雞子，損豆麥。七月，京師及隰州永和縣大雨雹害稼。二十五年五月，東昌聊城縣雨雹，大如拳，小者如雞子，二麥不登。二十六年六月，汾州平遙縣雨雹。二十七年二月乙丑，永州城中晝晦，雞棲于塒，人舉燈而食，既而大雨雹，逾時方明。五月，益都大雷雨雹。七月，冀寧徐溝縣大風雨雹，拔木害稼。二十八年六月，慶陽府雨雹，大如盂，小者如彈丸，平地厚尺餘，殺苗稼，斃禽獸。

又　元統元年五月，汴梁陽武縣河溢害稼。六月，京畿大霖雨，水平地丈餘。涇河溢，關中水災。黃河大溢，河南水災。泉州霖雨，溪水暴漲，漂民居數百家。七月，潮州大水。元統二年正月，東平須城縣、濟寧濟州、曹州濟陰縣水災。二月，灤河、漆河溢，永平路屬縣皆水。瑞州路水。三月，山東霖雨，水湧。四月，東平、益都水。五月，鎮江路水，宣德府大水。六月，淮河漲，漂山陽縣境內民畜房舍。九月，吉安路水。至元元年，河決汴梁封丘縣。二年五月，南陽鄧州大水。六月，涇水溢。八月，大都至通州霖雨，大水。三年二月，紹興大水。五月，廣西賀州大水害稼。六月，衛輝淫雨至七月，丹、沁二河泛漲，與城西御河通流，平地深二丈餘，漂沒人民房舍田禾甚衆，民皆棲於樹木，郡守僧家奴以舟載飯食之，移老弱居城頭，日給糧餉，月餘水方退。汴梁蘭陽、尉氏二縣，歸德府皆河水泛溢。黃州及衢州常山縣皆大水。四年五月，吉安永豐縣大水。六月，邵武大水，城市皆洪流，漂沿溪民居殆盡。五年六月庚戌，汀州路長汀縣大水，平地深三丈許，損民居八百家，壞民田二百頃，溺死者八千餘人。七月，沂州沂、沭二河暴漲，決隄防，害田稼。邵武光澤縣大水。常州宜興縣山水出，勢高一丈，壞民居。六年二月，京畿五州十一縣，及福州路福寧州大水。五月甲子，慶元奉化州山崩，水湧出平地，溺死人甚衆。六月，衢州西安、龍游二縣大水。庚戌，處州松陽、龍泉二縣積雨，水漲入城中，深丈餘，溺死五百餘人，遂昌縣尤甚，平地三丈餘。桃源鄉山崩，壓溺民居五十三家，死者三百六十餘人。七月壬子，延平南平縣淫雨，水泛漲，溺死百餘人，損民居三百餘家，壞民田二頃七十餘畝。乙卯，奉元路盩厔縣河水溢，漂溺居民。八月甲午，衛輝大水，漂民居一千餘家。十月，河南府宜陽縣大水，漂民居，溺死者衆。至正元年，汴梁鈞州大水，揚州路崇明、通、泰等州海潮湧溢，溺死一千六百餘人。二年四月，睢州儀封縣大水害稼。六月癸丑夜，濟南山水暴漲，衝東西二關，流入小清河，黑山、天麻、石固等寨及臥龍山水通流入大清河，漂沒上下民居千餘家，溺死者無算。三年二月，鞏昌寧遠、伏羌、成紀三縣山崩水湧，溺死者無算。五月，黃河決白茅口。七月，汴梁中牟、扶溝、尉氏、洧川四縣，鄭州滎陽、汜水、河陰三縣大水。四年五月，霸州大水。六月，河南鞏縣大雨，伊、洛水溢，漂民居數百家。濟寧路兗州，汴梁鄢陵、通許、陳留、臨潁等縣大水害稼，人相食。七月，灤河水溢，出平地丈餘，永平路禾稼廬舍漂沒甚衆。東平路東阿、陽穀、汶上、平陰四縣，衢州西安縣大水。溫州颶風大作，海水溢，漂民居，溺死者甚衆。五年七月，河決濟陰，漂官民亭舍殆盡。十月，黃河泛溢。七年五月，黃州大水。八月壬午，杭州、上海浦中午潮退而復至。八年正月辛亥，河決，陷濟寧路。四月，平江、松江大水。五月庚子，廣西山崩水湧，灘江溢，平地水深二丈餘，屋宇人畜漂沒。壬子，寶慶大水。乙卯，錢塘江潮比之八月中高數丈餘，沿江民皆遷居以避之。六月己丑，中興路松滋縣驟雨，水暴漲，平地深丈有五尺餘，漂沒六十餘里，死者一千五百人。是月，膠州大水。七月，審縣大水。九年七月，中興路公安、石首、潛江、監利等縣及沔陽府大水。夏秋，蘄州大水傷稼。十年五月，龍興瑞州大水。六月乙未，霍州靈巖縣雨水暴漲，決隄堰，漂民居甚衆。七月，汾州平遙縣汾水溢，靜江荔浦縣大水害稼。十一年夏，龍興南昌、新建二縣大水。安慶桐城縣雨水泛漲，花崖、龍源二山崩，衝決縣東大河，漂民居四百餘家。七月，冀寧路平晉、文水二縣大水，汾河汎溢東西兩岸，漂沒田禾數百頃。河決歸德府永城縣，壞黃陵岡岸。靜江路大水，決南北二陡渠。十二年六月，中興路松滋縣驟雨，水暴漲，漂民居千餘家，溺死七百人。七月，衢州西安縣大水。十三年夏，薊州豐潤、玉田、遵化、平谷四縣大水。七月丁卯，泉州海水日三潮。十四年六月，河南府鞏縣大雨，伊洛水溢，漂沒民居，溺死三百餘人。秋，薊州大水。十五年六月，荊州大水。十六年，河決鄭州河陰縣，官署民居盡廢，遂成中流。山東大

水。十七年六月，暑雨，漳河溢，廣平郡邑皆水。秋，薊州四縣皆大水。十八年秋，京師及薊州、廣東惠州、廣西四縣、賀州皆大水。十九年九月，濟州任城縣河決。二十年七月，通州大水。二十二年三月，邵武光澤縣大水。二十三年，孟州濟源、溫縣水。七月，河決東平壽張縣，圮城牆，漂屋廬，人溺死甚衆。二十四年三月，益都縣井水溢而黃。懷慶路孟州、河內、武陟縣水。七月，益都路壽光縣、膠州高密縣水。二十五年秋，薊州大水，東平須城、東阿、平陰三縣河決小流口，達于清河，壞民居，傷禾稼。二十六年二月，河北徙，上自東明、曹、濮，下及濟寧，皆被其害。六月，河南府大霖雨，瀍水溢，深四丈許，漂東關居民數百家。秋七月，汾州介休縣汾水溢。薊州四縣、衛輝、汴梁鈞州大水害稼。八月，棣州大清河決，濱、棣二州之界，民居漂流無遺。濟寧路肥水縣西黃水汎溢，漂沒田禾民居百有餘里，德州齊河縣境七十餘里，亦如之。

又　元統元年六月甲申，杭州火。至正元年四月辛卯，台州火。乙未，杭州火，燔官舍民居公廨寺觀，凡一萬五千七百餘間，死者七十有四人。二年四月，杭州又火。六年八月己巳，延平路火，燔官舍民居八百餘區，死者五人。十年，興國路自春及夏，城中火災不絕，日數十起。二十年，惠州路城中火災屢見。二十三年正月乙卯夜，廣西貴州火，同知州事韓帖木不花、判官高萬章及家人九口俱死焉，居民死者三百餘人，牛五十頭，馬九匹，公署、倉庫、案牘焚燒皆盡。二十八年二月癸卯，京師武器庫災。己巳，陝西有飛火自華山下，流入張良弼營中，焚兵庫器仗。六月甲寅，大都大聖壽萬安寺災。是日未時，雷雨中有火自空而下，其殿脊東鴟魚口火焰出，佛身上亦火起。帝聞之泣下，亟命百官救護，唯東西二影堂神主及寶玩器物得免，餘皆焚燬。此寺舊名白塔，自世祖以來，為百官習儀之所，其殿陛闌楯一如內庭之制。成宗時，置世祖影堂於殿之西，裕宗影堂于殿之東，月遣大臣致祭。

又　元統元年夏，紹興旱，自四月不雨至於七月。淮東、淮西皆旱。二年三月，湖廣旱，自是月不雨至於八月。四月，河南旱，自是月不雨至於八月。秋，南康旱。至元元年夏，河南及邵武大旱。二年，蘄州、黃州、浙東衢州、婺州、紹興、江東信州、江西瑞州等路及陝西皆旱。是年四月，黃州黃岡縣周氏婦，產一男即死，狗頭人身，咸以為旱魃云。六年夏，廣東南雄路旱，自二月不雨至於五月，種不入土。至正二年，彰德、大同二郡及冀寧平晉、榆次、徐溝縣，汾州孝義縣，忻州皆大旱，自春至秋不雨，人有相食者。秋，衛輝大旱。三月秋，興國大旱。四年，福州大旱，自三月不雨至於八月。興化、邵武、鎮江，及湖南之桂陽皆旱。五年，曹州禹城縣大旱；夏，膠州高密縣旱。六年，鎮江及慶元奉化州旱。七年，懷慶、衛輝、河東及鳳翔之岐山、汴梁之祥符、河南之孟津皆大旱。八年三月，益都臨淄縣大旱。五月，四川旱。十年夏秋，彰德旱。十一年，鎮江旱。十二年，蘄州黃州大旱，人相食。浙東紹興旱。台州自四月不雨至於七月。十三年，蘄州、黃州及浙東慶元、衢州、婺州、江東饒州、江西龍興、瑞州、建昌、吉安、廣東南雄、湖南永州、桂陽皆大旱。十四年，懷慶河內縣、孟州、汴梁祥符縣，福建泉州、湖南永州、寶慶、廣西梧州皆大旱。祥符旱魃再見，泉州種不入土，人相食。十五年，衛輝大旱。十六年，婺州、處州皆大旱。十八年春，薊州旱。莒州、濱州、般陽滋川縣、霍州、鄜州、鳳翔岐山縣春夏皆大旱。莒州家人自相食，岐山人相食。十九年，晉寧、鳳翔，廣西梧州、象州皆大旱。二十年，通州旱，汾州介休縣自四月至秋不雨。廣西賓州大旱，自閏五月不雨至於八月。二十二年，河南洛陽、孟津、偃師三縣大旱，人相食。二十三年，山東濟南、廣西賀州皆大旱。

水不火上

十三年三月丙戌，彰德路西南，有火自天而下，如在城外，覓之無有。十二月庚戌，潞州襄垣縣有火墜於東南。十四年，衛輝路有天光見於西方

又　至正元年四月戊寅，彰德有赤風自西北來，忽變為黑，晝晦如夜。十三年冬，袁州路每日暮，有黑氣環遶郡城。十七年正月己丑，杭州降黑雨，河池水皆黑。二十八年七月乙亥，京師黑霧，昏暝不辨人物，自旦近午始消，如是者旬有五日。

又　至正三年秋，興國路永興縣雷，擊死糧房貼書尹章于縣治。時方大旱，有朱書在其背云：有旱却言無旱，無災却道有災，未庸殲厥渠魁，且擊庭前小吏。七年五月庚戌，台州路黃巖州海濱，無雲而雷。冬，衛輝路天鼓鳴。十年六月戊申，廣西臨桂縣無雲而雷，震死邑民廖廣達。十二月庚子，汾州孝義縣雷雨。十一年十二月，台州大雨震電。十二年三月丙午，寧國路無雲而雷。十三年十二月庚戌，京師無雲而雷，少頃有火墜於東南。懷慶路河內縣及河南府天鼓鳴於西北。是日懷慶之修武、潞州之襄垣縣皆無雲而雷，聲震天地。是月，汾州雷雨。十四年十二月，孝義縣雷雨。十九年十二月，台

州大雷電。二十一年十一月戊申，溫州樂清縣雷。二十七年乙未夜，晉寧路絳州天鼓鳴空中，如聞戰鬬之聲。十月，奉元路雷電。

又　至正六年九月，彰德雨雪，結凍如琉璃。七年八月，衛輝隕霜殺稼。九年三月，溫州大雪。十年春，彰德大寒，近清明節，雨雪三尺，民多凍餒而死。十一年三月，汴梁路鈞州大雷雨雪，密縣平地雪深三尺餘。十三年秋，邵武光澤縣隕霜殺稼。二十三年三月，東平路須城、東河、陽穀三縣隕霜殺桑，廢蠶事。八月，鈞州密縣隕霜殺菽。二十七年三月，彰德大雪，寒甚於冬，民多凍死。五月辛巳，大同隕霜殺麥。秋，冀寧路徐溝、介休二縣雨雪。十二月，奉元路咸寧縣井水冰。二十八年四月，奉元隕霜殺菽。

又　至正二十年十一月，汴梁原武、滎澤二縣，黃河清三日。二十一年十一月，河南孟津縣至絳州垣曲縣二百里河清七日，新安縣亦如之。十二月，冀寧路石州河水清，至明年春冰泮，始如故。二十四年夏，衛輝路黃河清。

又　至元二年五月乙卯，南陽鄧州大霖雨，自是日至於六月甲申乃止。三年六月，衛輝路淫雨。至正二年秋，彰德路霖雨。三年四月至七月，汴梁路滎澤縣，鈞州新鄭、密縣霖雨害稼。四年夏，汴梁蘭陽縣，許州長葛、郾城、襄城，睢州，歸德府亳州之鹿邑，濟寧之虞城淫雨害蠶，麥禾皆不登。八月，益都霖雨，饑民有相食者。五年夏秋，汴梁祥符、尉氏、洧州、鄭州、鈞州、亳州，久雨害稼，二麥禾豆俱不登。河間路淫雨，妨害鹽課。八年五月，京師大霖雨，都城崩圮。鈞州新鄭縣淫雨害麥。九年七月，高唐州大霖雨，壞官署民居；歸德府淫雨浹旬。十年二月，彰德路大雨，害麥。二十年七月，益都高苑縣、陝州黽池縣大雨害稼。二十三年七月，懷慶路河內、修武、武陟三縣及孟州，淫雨害稼。二十四年秋，密州安丘縣大雨。二十五年秋，密州安丘縣、潞州、汴梁許州及鈞州之密縣淫雨害稼。二十七年秋，彰德路淫雨。

又　元統元年八月，鞏昌、徽州山崩。九月庚申，秦州山崩。十月丙寅，鳳州山崩。十一月丙申，鞏昌成紀縣地裂山崩。癸卯，安慶灊山縣地震。辛亥，秦州地裂山崩。十二月，饒州德興縣，餘干、樂平二州地震。二年五月，信州地震。八月辛未，京師地震。雞鳴山崩，陷為池，方百里，人死者衆。至元元年十一月壬寅，興國路地震。十二月丙子，安慶路地震，所屬宿松、太湖、灊山三縣同時俱震。廬州、蘄州、黃州亦如之。是月，饒州亦地震。二年正月乙丑，宿松地震。五月壬申，秦州山崩。三年八月辛亥夜，京師地震。壬午，又大震，損太廟神主；西湖寺神御殿壁傾，祭器皆壞。順州、龍慶州及懷來縣皆以辛巳夜地震，壞官民房舍，傷人及畜牧。宣德府亦如之，遂改為順寧云。四年春，保安州及瑞州路新昌州地震。六月，信州路靈山裂。七月己酉，保安州地大震。丙辰，鞏昌府山崩。八月丙子，京師地震，日凡二三，至乙酉乃止。密州安丘縣地震。六年六月己亥，秦州成紀縣山崩地裂。至正元年二月，汴梁路地震。二年四月辛丑，冀寧路平晉縣地震，聲如雷鳴，裂地尺餘，民居皆傾仆。七月，惠州雨水，羅浮山崩，凡二十七處，壞民居，塞田澗。十二月乙酉，京師地震。三年二月，鈞州新鄭、密縣地震。六月乙巳，秦州秦安縣南坡崩裂，壓死人畜。七月戊辰，鞏昌山崩，人畜死者衆。十二月，滕州及屬邑高密地震。四年八月，莒州蒙陰縣地震。十二月，東平路東阿、陽谷、平陰三縣及漢陽地震。五年春，薊州地震，所領四縣，及東平汶上縣亦如之。十二月乙丑，鎮江地震。六年二月，益都路益都、昌樂、壽光三縣，濰州北海縣，膠州即墨縣地震。三月，高苑縣地震，壞民居。六月，廣州增城縣羅浮山崩，水湧溢，溺死百餘人。九月戊午邵武，地震，翌日地中有聲如鼓，夜復如之。七年二月，益都臨淄、臨朐，濰州之昌邑、膠州之高密、濟南之棣州地震。三月，東平路東阿、陽穀、平陰三縣地震，河水動搖。五月，臨淄地又震，七日乃止，河東地坼泉湧，崩城陷屋，傷人民。十一月，鎮江丹陽縣地震。九年六月，台州地震。七月庚寅，泉州大風雨，永春縣南象山崩，壓死者甚衆。十年，冀寧徐溝縣地震。五月甲子，龍興寧州大雨，山崩數十處。丙寅，瑞州上高縣蒙山崩。十月乙酉，泉州安溪縣後山鳴。十一年四月，冀寧路汾、忻二州，文水、平晉、榆次、壽陽四縣，晉寧遼州之榆社，懷慶河內、脩武二縣及孟州皆地震，聲如雷霆，圮房屋，壓死者甚衆。八月丁丑，中興路公安、松滋、枝江三縣，峽、荊門二州地震。十二年二月丙戌，霍州靈石縣地震。閏三月丁丑，陝西地震，莊浪、定西、靜寧、會州尤甚，移山湮谷，陷沒廬舍，有不見其跡者。會州公廨牆圮，得弩五百餘張，長丈餘，短者九尺，人莫能開挽。十月丙午，霍州趙城縣霍山崩，湧石數里，前三日，山鳴如雷，禽獸驚散。十三年三月，莊浪、定西、靜寧、會州地震。七月，汾州白彪山坼。十四年四月，汾州介休縣地震，泉湧。七月，孝義縣地震。十一月，寧國路地震，所領寧國、旌德二縣亦如之。淮安路海州地震。十二月己酉，紹興地震。十五年

四月，寧國敬亭、麻姑、華陽諸山崩。六月丁丑，冀寧保德州地震。十六年春，薊州地震，凡十日，所領四縣亦如之。六月，雷州地大震。十七年十月，靜江路東門地陷，城東石山崩。十二月丁酉，慶元路象山縣鵝鼻山崩，有聲如雷。十八年二月乙亥，冀寧臨州地震。五月，益都地震。十九年正月甲午，慶元地震。二十年二月，延平順昌縣地震。二十二年三月，南雄路地震。二十三年十二月丁巳，台州地震。二十五年十月壬申，興化路地震，有聲如雷。二十六年三月，海州地震如雷，贛榆縣吳山崩。六月，汾州介休縣地震。紹興山陰縣臥龍山裂。七月辛亥，冀寧路徐溝縣、石、忻、臨三州，汾之孝義、平遙二縣同日地震，有壓死者。丙辰，泉州同安縣大雷雨，三秀山崩。是月，河南府鞏縣大霖雨，地震山崩。十一月辛丑，華州蒲城縣洛岸崩，壅水，絕流三日。十二月庚午，華州之蒲城縣洛水和順崖崩，其崖戴石，有巖穴可居，是日壓死辟亂者七十餘人。二十七年五月，山東地震。六月，沂州山石崩裂，有聲如雷。七月丙戌，靜江靈川縣大藏山石崖崩。十月丙辰，福州雷雨，地震。十二月庚午，又震，有聲如雷。二十八年六月，冀寧文水、徐溝二縣，汾州孝義、介休二縣，臨州，保德州，隰之石樓縣及陝西皆地震。十月辛巳，陝西地又震。

又　稼穡不成

元統元年夏，兩淮大饑。二年春，淮西饑。七月，池州饑。十一月，濟南、萊蕪縣饑。至元元年春，益都路沂水、日照、蒙陰、莒四縣及龍興路饑。夏，京師饑。是歲，沅州、道州、寶慶及邵武、建寧饑。二年，順州及淮西安豐、浙西松江，浙東台州，江西江、撫、袁、瑞，湖北沅州盧陽縣饑。三年，大都及濟南、蘄州、杭州、平江、紹興、溧陽、瑞州、臨江饑。五年，上都開平縣、桓州，興和寶昌州，濮州之鄄城，冀寧之文城，益都之膠、密、莒、濰四州，遼東瀋陽路，湖南衡州，江西袁州，八番順元等處皆饑。六年，順德之邢臺，濟南之歷城，大名之元城，德州之清平，泰安之奉符，長清，淮安之山陽等縣，歸德邳州，益都、般陽、處州、婺州四郡皆饑。至正元年春，京畿州縣，真定、河間、濟南及湖南饑。夏，彰德及溫州饑。二年，保德州大饑。三年，衛輝、冀寧、忻州大饑，人相食。四年，霸州大饑，人相食。東平路東阿、陽穀、汶上、平陰四縣皆大饑。冬，保定、河南饑。五年春，東平路須城、東阿、陽穀三縣及徐州大饑，人相食。夏，濟南、汴梁、河南、邠州、瑞州、溫州、邵武饑。六年五月，陝西饑。七年，彰德、懷慶、東平、東昌、晉寧等處饑。九年春，膠州大饑，人相食。鈞州新鄭、密縣饑。十四年春，浙東台州，江東饒、閩海福州、邵武、汀州，江西龍興、建昌、吉安、臨江，廣西靜江等郡皆大饑，人相食。十七年，河南大饑。十八年春，莒州蒙陰縣大饑，斗米金一斤。冬，京師大饑，人相食，彰德、山東亦如之。十九年正月至五月，京師大饑，銀一錠得米僅八斗，死者無算。通州民劉五殺其子而食之。保定路苹死盈道，軍士掠孱弱以為食。濟南及益都之高苑，莒之蒙陰，河南之孟津、新安，黽池等縣皆大饑，人相食。二十一年，霸州饑，民多苹死。

又　至元二年七月，黃州蝗。三年六月，懷慶、溫州、汴梁陽武縣蝗。五年七月，膠州即墨縣蝗。至正四年，歸德府永城縣及亳州蝗。十七年，東昌茌平縣蝗。十八年夏，薊州、遼州、濰州昌邑縣，膠州高密縣蝗。秋，大都、廣平、順德及濰州之北海，莒州之蒙陰，汴梁之陳留，歸德之永城皆蝗。順德九縣民食蝗，廣平人相食。十九年，大都霸州、通州，真定，彰德，懷慶，東昌，衛輝，河間之臨邑，東平之須城，東阿，陽谷三縣，山東益都，臨淄二縣，濰州，膠州，博興州，大同，冀寧二郡，文水，榆次，壽陽，徐溝四縣，沂，汾二州，及孝義，平遙，介休三縣，晉寧潞州及壺關，潞城，襄垣三縣，霍州趙城，靈石二縣，隰之永和，沁之武鄉，遼之榆社，奉元，及汴梁之祥符，原武，鄢陵，扶溝，杞，尉氏，洧川七縣，鄭之滎陽，汜水，許之長葛，郾城，襄城，臨潁，鈞之新鄭，密縣，皆蝗，食禾稼草木俱盡，所至蔽日，礙人馬不能行，填坑塹皆盈。饑民捕蝗以為食，或曝乾而積之。又磽，則人相食。七月，淮安清河縣飛蝗蔽天，自西北來，凡經七日，禾稼俱盡。二十年，益都臨朐、壽光二縣，鳳翔岐山縣蝗。二十一年六月，河南鞏縣蝗，食稼俱盡。七月，衛輝及汴梁滎澤縣，鄭州蝗。二十二年秋，衛輝及汴梁開封、扶溝、洧川三縣，許州及鈞之新鄭、密二縣蝗。二十五年，鳳翔岐山縣蝗。

又　至正四年，福州、邵武、延平、汀州四郡，夏秋大疫。五年春夏，濟南大疫。十二年正月，冀寧保德州大疫。夏，龍興大疫。十三年，黃州、饒州大疫十二月，大同路大疫。十六年春，河南大疫。十七年六月，莒州蒙陰縣大疫。十八年夏，汾州大疫。十九年春夏，鄜州並原縣，莒州沂水、日照二縣及廣東南雄路大疫。二十年夏，紹興山陰、會稽二縣大疫。二十二年，又大疫。

《明史・五行志》　恒寒　景泰四年冬十一月戊辰至明年孟春，山東、

河南、浙江、直隸淮、徐大雪數尺，淮東之海冰四十餘里，人畜凍死萬計。五年正月，江南諸府大雪連四旬，蘇、常凍餓死者無算。是春，羅山大寒，竹樹魚蚌皆死。衡州雨雪連綿，傷人甚多，牛畜凍死三萬六千蹄。成化十三年四月壬戌，開原大雨雪，畜多凍死。十六年七八月，越嵩雨雪交作，寒氣若冬。弘治六年十一月，鄖陽大雪，至十二月壬戌夜，雷電大作，明日復震，後五日雪止，平地三尺餘，人畜多凍死。正德元年四月，雲南武定隕霜殺麥，寒如冬。萬曆五年六月，蘇、松連雨，寒如冬，傷稼。四十六年四月辛亥，陝西大雨雪，贏橐駝凍死二千蹄。【略】

恒陰　洪武十八年二月，久陰。正統五年七月戊午、己未及癸亥，曉刻陰沉，四方濃霧不辨人。八年，邳、海二州陰霧彌月，夏麥多損。景泰六年正月癸酉，陰霧四塞，既而成霜附木，凡五日。八年正月甲子，陰晦大霧，咫尺不辨人物。成化四年三月，昏霧蔽天，不見星日者累晝夜。九年三月甲午，四月丁卯，山東暗黑如夜。二十年五月丙申，番禺天晦，良久乃復。二十三年十二月辛卯，大霧不辨人。弘治十五年十一月，景東晝晦者七日。十六年四月辛亥，甘肅昏霧障天，咫尺不辨人物。十八年秋，廣昌大雨霧凡兩月，民病且死者相繼。正德十年四月，鉅野陰霧六日，殺穀。十四年三月戊午，陰晦。嘉靖元年正月丁卯，日午，昏霧四塞。三年，江北昏霧，其氣如藥。天啟六年閏五月丙戌，霧重如雨。六月己未，如之。【略】

雨雪隕霜　洪武十四年五月丁未，建德雪。六月己卯，杭州晴日飛雪。二十六年四月丙申，榆社隕霜損麥。景泰四年，鳳陽八衛二三月雨雪不止，傷麥。天順四年三月乙酉，大雪，越月乃止。成化二年四月乙巳，宣府隕霜殺青苗。十九年三月辛酉，陝西隕霜。弘治六年十月，南京雨雪連旬。八年四月庚申，榆社、陵川、襄垣、長子、沁源隕霜殺麥豆桑。辛酉，慶陽諸府縣衛所三十五，隕霜殺麥豆禾苗。九年四月辛巳，榆次隕霜殺禾。是月，武鄉亦隕霜。十七年二月壬寅，鄖陽、均州雨雪雹，雪片大者六寸。六月癸亥，雨雪。正德八年四月乙巳，文登、萊陽隕霜殺稼。丙辰，殺穀。十三年三月壬戌，遼東隕霜，禾苗皆死。嘉靖二年三月甲子，郯城隕霜殺麥。辛未，殺禾。二十二年四月己亥，固原隕霜殺麥。隆慶六年三月丁亥，南宮隕霜殺麥。萬曆二十四年四月己亥，林縣雪。二十六年十一月辛亥，彰德隕霜，不殺草。三十八年四月壬寅，貴州暴雪，形如土磚，民居片瓦無存者。四十四年正月，雨紅黃黑三色雪，屋上多巨人跡。崇禎六年正月辛亥，大雪，深二丈餘。十一年五月戊寅，喜峯口雪三尺。十三年四月，會寧隕霜殺稼。十六年四月，鄢陵隕霜殺麥。【略】

冰雹　洪武二年六月庚寅，慶陽大雨雹，傷禾苗。三年五月丙辰，蔚州大雨雹，傷田苗。五年五月癸丑夜，中都皇城萬歲山雨冰雹，大如彈丸。七年八月甲午，平涼、延安、綏德、米脂雨雹。九月甲子，鞏昌雨雹。八年四月，臨洮、平涼、河州雹傷麥。十四年七月己酉，臨洮大雨雹，傷稼。十八年二月，雨雹。永樂七年秋，保定、浙東雨雹。十二年四月，河南一州八縣雨雹，殺麥。正統三年，西、延、平、慶、臨、鞏六府及秦、河、岷、金四州，自夏逮秋，大雨雹。四年五月壬戌，京師大雨雹。五年四月丁酉，平涼諸府大雨雹，傷人畜田禾。六月壬申至丙子，山西行都司及蔚州連日雨雹，其深尺餘，傷稼。八月庚辰，保定大雨雹，深尺餘，傷稼。景泰五年六月庚寅，易州大方等社雨雹甚大，傷稼百二十五里，人馬多擊死。六年閏六月乙巳，東鹿雨雹如雞子，擊死鳥雀狐兔無算。天順元年六月己亥，雨雹大如雞卵，至地經時不化，奉天門東吻牌摧毀。八年五月丁巳，雨雹。成化元年四月庚寅，雨雹大如卵，損禾稼。五月辛酉，又大雨雹。五年閏二月癸未，瓊山雨雹大如斗。八年七月丙午，隴州雨雹大如鵝卵，或如雞子，中有如牛者五，長七八寸，厚三四寸，六日乃消。九年五月丁巳，雨雹如拳。十三年春，湖廣大雨冰雹，牛死無算。十九年六月乙亥，潞州雨雹，大者如碗。二十年二月丙子，清遠雨雹，大如拳。丙戌，大雷電，復雨雹。二十一年三月己丑夜，番禺、南海風雷大作，飛雹交下，壞民居萬餘，死者千餘人。二十二年三月甲寅，南陽雨雹，大如鵝卵。弘治元年三月壬申夜，融縣雨雹，壞城樓垣及軍民屋舍，死者四人。二年三月戊寅，賓州雨雹如雞子，擊殺牧豎三人，壞廬舍禾稼。庚辰，貴州安莊衛大雷，雨雹，壞麥苗。四月辛卯，洮州衛雨冰雹，水湧三丈。四年三月癸卯，裕、汝二州雨雹，大者如牆杵，積厚二三尺，壞屋宇禾稼。四月己酉，洮州衛雨雹及冰塊。水高三四丈，漫城郭，漂房舍，田苗人畜多淹死。五年四月乙丑，莒、沂二州，安邱、郯城二縣，雨雹大如酒杯，傷人畜禾稼。六年八月己巳，長子雨雹，大者如拳，傷禾稼，人有擊死者。辛未，雨雹，大如彈丸，平地壅積。八年二月壬申，永嘉暴風雨，雨雹，大如雞卵，小如彈丸，積地尺餘，白霧四起，毀屋殺黍，禽鳥多死。三月己亥，桐城雨霧，深五尺，殺二麥。己酉，

淮、鳳州縣有暴風雨雹，殺麥。四月乙亥，常州、泗、邳雨雹，深五寸，殺麥及菜。丙子，沂州雨雹，大者如盤，小者如碗，人畜多擊死。六月乙卯，雨雹。七月乙酉，洮州衛雨冰雹，殺禾。暴水至，人畜多溺死者。丙戌，甘肅西寧大雨雹，殺禾及畜。九年五月丙辰，雨雹。十年二月己卯，江西新城雨冰雹，民有凍死者。三月丁卯，北通州雨冰，深一尺。十三年八月戊子，雨雹。丙午，又雨雹。九月壬戌，又雨雹。十四年四月丁酉，徐州、清河、桃源、宿遷雨冰雹，平地五寸，夏麥盡爛。五月乙亥，登、萊二府雨雹殺禾。七月辛卯，雨雹。正德元年六月戊辰，宣府馬營堡大雨雹，深二尺，禾稼盡傷。三年四月辛未，涇州雨雹，大如雞卵，壞廬菽麥麻。四年五月甲午，費縣大雨雹，深一尺，壞麥穀。八年十月戊戌，平陽、太原、沁、汾諸屬邑，大雨雹，平地水深丈餘，衝毀人畜廬舍。十一年六月甲戌，宣府大雨雹，禾稼盡死。九月丙申，貴州大雨雹。十二年五月己亥，安肅大雨雹，平地水深三尺，傷禾，民有擊死者。十三年四月壬午，衡州疾風迅雷，雨雹，大如鵝子，稜利如刀，碎屋，斷樹木如剪。嘉靖元年四月甲申，雲南左衛各屬雨雹，大如雞子，禾苗房屋被傷者無算。五月己未，蓬溪雨雹，大如鵝子，傷亦如之。二年五月丁丑，大同前衛雨雹。四年四月丁未，大同衛雨雹。五月戊子，固安雨雹。五年五月甲辰，滿城雨雹。六月丁巳，大同縣雨冰雹，俱大如雞子。丁卯，萬全都司及宣府皆雨雹，大者如甌，深尺餘。七月癸未，南豐雨雹，大如碗，形如人面。遂昌雨雹，頃刻二尺，大殺麻豆。六年六月癸丑，鎮番衛大雨雹，殺傷三十餘人。十四年三月辛巳，漢中雨雹隕霜殺麥。四月庚子，開封、彰德雨雹殺麥。十八年五月壬辰，慶都、安肅、河間雨冰雹，大如拳，平地五寸，人有死傷者。二十八年三月庚寅，臨清大冰雹，損房舍禾苗。六月丁卯，延川雨雹如斗，壞廬舍，傷人畜。三十四年五月庚子，鳳陽大冰雹，壞民田舍。三十六年三月癸未，沂州雨雹，大如盂，小如雞卵，平地尺餘，徑八十里，人畜傷損無算。四十三年閏二月甲申，雨雹。四月庚寅，又雨雹。隆慶元年七月辛巳，紫荊關雨雹，殺稼七十里。三年三月辛未，平溪衛雨雹。平地水湧三尺，漂沒廬舍。四月己丑，鄖陽縣雨雹。平地水深三尺。五月癸丑，延綏口北馬營堡雨雹，殺稼七十里。四年四月辛酉，宣府、大同雨雹，厚三尺餘，大如卵，禾苗盡傷。五年四月戊午，大雨雹。六年八月乙丑，祁、定二州大雨雹，傷損禾菽，擊斃三人。萬曆元年五月辛巳，雨雹。四年四月丙午，博興大雨雹，如拳如卵，明日又如之，擊死男婦五十餘人，牛馬無算，禾麥毀盡。兗州相繼損禾。五月乙巳，定襄雨雹，大者如卵，禾苗盡損。九年八月庚子，遼東等衛雨雹，如雞卵，禾盡傷。十一年閏二月丁卯，泰州、寶應雨雹如雞子，殺飛鳥無算。五月庚子，大雨雹。十三年五月乙酉，宛平大雨雹，傷人畜千計。十五年五月癸巳，喜峯口大雨雹，如棗栗，積尺餘，田禾瓜果盡傷。十九年四月壬子，雨雹。二十一年二月庚寅，貴陽府大雨雹。十月丙戌，武進、江陰大冰雹，傷五穀。二十三年五月乙酉，臨邑雨雹，盡作男女鳥獸形。二十五年八月壬戌，風雹。二十八年六月，山東大風雹，擊死人畜，傷禾苗。河南亦雨冰雹，傷禾麥。三十年四月己未，大雨雹。三十一年五月戊寅，鳳陽皇陵雨雹。七月丁丑，大雨雹。三十四年七月丙戌，又大雨雹。平地水深三尺。三十六年五月戊子，雨雹。四十一年七月丁卯，宣府大雨雹，殺禾稼。四十六年三月庚辰，長泰、同安大雨雹，如斗如拳，擊傷城郭廬舍，壓死者二百二十餘人。十月壬午，雲南雨雹。天啟二年四月壬辰，大雨雹。崇禎三年九月辛丑，大雨雹。四年五月，襄垣雨雹，大如伏牛盈丈，小如拳，斃人畜甚衆。六月丙申，大雨雹。七年四月壬戌，常州、鎮江雨雹，傷麥。八年七月己酉，臨縣大冰雹三日，積二尺餘，大如鵝卵，傷稼。十年四月乙亥，大雨雹。閏四月癸丑，武鄉、沁源大雨雹，最大者如象，次如牛。十一年六月甲寅，宣府乾石河山場雨雹，擊殺馬騾四十八匹。九月，順天雨雹。十二年八月，白水、同官、雒南、隴西諸邑，千里雨雹，半日乃止，損傷田禾。十六年六月丁丑，乾州雨雹，大如牛，小如斗，毀傷牆屋，擊斃人畜。【略】

雷震　洪武六年十一月戊申，雷電交作。十三年五月甲午，雷震謹身殿。六月丙寅，雷震奉天門。十月甲戌，雷電。十二月己巳，廣州大風雨雷電。十八年二月甲午，雷電雨雪。二十一年五月辛丑，雷震元武門獸吻。六月癸卯，暴風，雷震洪武門獸吻。宣德九年六月甲子，雷震大祀壇外西門獸吻。正統八年五月戊寅，雷震奉天殿鴟吻。七月辛未，雷震南京西角門樓獸吻。是日，大同巡警軍至沙溝，風雷驟至，裂膺斷指者二百餘人。九年正月辛亥朔，雷電大雨。閏七月壬寅，雷震奉天殿鴟吻。十一年十二月壬寅，大雨雷電，翼日乃止。十四年六月丙辰，南京風雨雷電，謹身殿災。景泰三年六月庚寅，雷擊宮庭中門，傷人。天順二年六月己卯，雷震大祀殿鴟吻。四年六月癸丑，雷毀薊州倉廒四。成化三年六月戊申，雷震南京午門正樓。五

年二月乙卯，又震山川壇具服殿之獸吻。八年四月辛未，始雷。十二年十一月癸亥，南京大雷雨。十三年二月甲戌，安慶大雪，既而雷電交作。十一月辛未冬至，杭州大雷雨。戊寅，荊門州大雷電雨雪。十七年七月己亥，雷震郊壇承天門脊獸。十一月丁酉，江南大雷雨雪。弘治元年五月丙子，辰刻，南京震雷壞洪武門獸吻。巳刻，壞孝陵御道樹。六月己酉，又壞鷹揚衛倉樓，聚寶門旗杆。二年四月庚子，又毀神樂觀祖師殿。三年七月壬子，又壞午門西城牆。六年閏五月丁未，薊州大風雷，拔木偃禾，牛馬有震死者。十二月壬戌，南京雷雨，拔孝陵樹。七年六月癸酉，如之。七月丙辰，福州雷燬城樓。八年十二月丙子，長沙大雷電雨雪。丁丑，南昌、彭水俱大雷電，雨雪雹，大木折。十年四月，雷震宣府西橫嶺之南山，傾三十餘丈。七月乙卯，雷擊吉王府端禮門獸吻。十二年四月丙午，雷震楚府承運殿。十四年閏七月庚辰，福州大風雷，擊壞教場旗杆、城樓、大樹。正德元年五月壬辰，雷震青州衣甲庫獸吻，有火起庫中。六月辛酉，雷擊西中門柱脊，暴風折郊壇松柏，大祀殿及齋宮獸瓦多墮落者。丙子，南京暴風雨，雷震孝陵白土岡樹。十二月己巳朔，南通州雷再震。四年十二月壬寅，杭州大雨雷電，越二日復作。五年六月丙申，雷震萬全衛柴溝堡，斃墩軍四人。七年五月戊辰，雷震餘干萬春寨旗杆，狀如刀劈。閏五月丁亥，雷震成都衛門及教場旗杆。十年閏四月甲申，薊州賺狗崖、東墩及新開嶺關雷火，震傷三十餘人。十二年八月癸亥，南京祭歷代帝王，雷雨大作，震死齋房吏。十二月庚辰，瑞州大雷電。十六年八月，雷擊奉天門。嘉靖二年五月丁丑，雷擊觀象臺。四年七月己丑，雷擊南京長安左門獸吻。五年四月戊寅，雷擊阜城門城樓南角獸吻及北九鋪旗杆。十年六月丁巳，雷擊德勝門，破民屋柱，斃者四人。癸亥，雷擊午門角樓及西華門城樓柱。十五年六月甲申，雷擊南京西上門獸吻，震死男婦十餘人。十六年五月戊戌，雷震謹身殿鴟吻。二十八年六月丁酉朔，雷震奉先殿左吻及東室門槅。三十三年四月乙亥，始雷。三十八年六月丙寅，雷擊奉先殿門外南西二牆。隆慶元年八月，大暑雷震。次日，大寒如嚴冬。是夕，雷震達旦。四年六月辛酉，雷擊圜丘廣利門鴟吻。萬曆三年六月己卯，雷擊建極殿鴟吻。壬辰，雷擊端門鴟尾。六年七月壬子，雷擊南京承天門左簷。十三年七月戊子，雷震郊壇廣利門，震傷榜題利字及齋宮北門獸吻。十六年八月壬午，雷震南京舊西安門鐘鼓樓獸頭。十九年五月甲戌，太平路、喜峰路並雷擊，墩臺折，傷官軍。二十一年四月戊戌，雷震孝陵大木。二十二年六月己酉，雷雨，西華門災。七月壬辰，雷擊祈穀壇東天門左吻。二十四年二月己酉夜，酆縣大雷雨，火光遍十餘里。二十五年七月庚寅朔，雷燬黃花鎮臺垣及火器。三十二年五月癸酉，雷燬長陵樓，又燬薊鎮松棚路墩臺。三十三年五月庚子，大雷電，擊燬南郊望燈高杆。三十七年八月甲寅，雷劈西城上旗杆。泰昌元年十月己未，雷燬淮安城樓。崇禎六年十二月丁亥，大風雪，雷電。九年正月甲戌，雷燬孝陵樹。十年四月乙亥，薊州雷火焚東山二十餘里。十二年七月，雷擊破密雲城鋪樓，所貯砲木皆碎。十月乙未立冬，雷電大作。十四年四月癸丑，雷火起薊州西北，焚及趙家谷，延二十餘里。六月丙午，雷震宣府西門城樓。十五年四月癸卯，雷震南京孝陵樹，火從樹出。十六年五月癸巳朔，雷震通夕不止。次日，見太廟神主橫倒，諸銅器為火所鑠，鎔而成灰。六月丙戌，雷震奉先殿鴟吻，槅扇皆裂，銅鍍盡燬。【略】

蝗蝻　洪武五年六月，濟南屬縣及青、萊二府蝗。七月，徐州、大同蝗。六年七月，北平、河南、山西山東蝗。七年二月，平陽、太原、汾州、歷城、汲縣蝗。六月，懷慶、真定、保定、河間、順德、山東、山西蝗。八年夏，北平、真定、大名、彰德諸府屬縣蝗。建文四年夏，京師飛蝗蔽天，旬餘不息。永樂元年夏，山東、山西、河南蝗。三年五月，延安、濟南蝗。十四年七月，畿內、河南、山東蝗。宣德四年六月，順天州縣蝗。九年七月，兩畿、山西、山東、河南蝗蝻覆地尺許，傷稼。十四年，兩京及山東、河南蝗蝻傷稼。正統二年四月，北畿、山東、河南蝗。五年夏，順天、河間、真定、順德、廣平、應天、鳳陽、淮安、開封、彰德、兗州蝗。六年夏四月，保定、真定、河間、順德、廣平、大名、淮安、鳳陽蝗。秋，彰德、衛輝、開封、南陽、懷慶、太原、濟南、東昌、青、萊、兗、登諸府及遼東廣寧前、中屯二衛蝗。七年五月，順天、廣平、大名、河間、鳳陽、開封、懷慶、河南蝗。八年夏，兩畿蝗。十二年夏，保定、淮安、濟南、開封、河南、彰德蝗。秋，永平、鳳陽蝗。十三年七月，飛蝗蔽天。十四年夏，順天、永平、濟南、青州蝗。景泰五年六月，寧國、安慶、池州蝗。七年五月，畿內生蝗蝻延蔓。六月，淮安、揚州、鳳陽、大旱蝗。九月，應天及太平七府蝗。天順元年七月，濟南、杭州、嘉興蝗。二年四月，濟南、兗州、青州蝗。成化三年七月，開封、彰德、衛輝蝗。九年六月，河間蝗。七月，真定蝗。八月，山東旱蝗。十九年五月，河南蝗。二十二年三月，平陽蝗。四月，河南蝗。七月，順

天蝗。弘治三年，北畿蝗。四年，淮安、揚州蝗。六年六月，飛蝗自東南向西北，日為掩者三日。七年三月，兩畿蝗。嘉靖三年六月，順天、保定、河間、徐州蝗。隆慶三年閏六月，山東旱蝗。萬曆十五年七月，江北蝗。十九年夏，順德、廣平、大名蝗。三十七年九月，北畿、徐州、山東蝗。四十三年七月，山東旱蝗。四十四年四月，復蝗。七月，常州、鎮江、淮安、揚州、河南蝗。九月，江寧、廣德、蝗蝻大起，禾黍竹樹俱盡。四十五年，北畿旱蝗。四十六年，畿南四府又蝗。四十七年八月，濟南、東昌、登州蝗。天啓元年七月，順天蝗。五年六月，濟南飛蝗蔽天，田禾俱盡。六年十月，開封旱蝗。崇禎八年七月，河南蝗。十年六月，山東、河南蝗。十一年六月，兩京、山東、河南大旱蝗。十三年五月，兩京、山東、河南、山西、陝西大旱蝗。十四年六月，兩京、山東、河南、浙江大旱蝗。【略】

人痾　前史多志一產三男事，然近歲多有，不可勝詳也，其稍異者志之。洪武二十四年八月，河南龍門婦司牡丹死三年，借袁馬頭之屍復生。宣德元年十一月，行在錦衣衛校尉綦榮妻皮氏一產四子。天順四年四月，揚州民婦一產五男。成化十三年二月，南京鷹揚衛軍陳僧兒妻朱氏一產三男一女。十七年六月，宿州民張珍氏臍下右側裂，生一子。二十年十二月，徐州婦人肋下生瘤，久之漸大，兒從瘤出。二十一年，嘉善民鄒亮妻初乳生三子，再乳生四子，三乳生六子。弘治十一年六月，騰驤左衛百戶黃盛妻宜氏一產三男一女。十有六年五月，應山民張夲華妻崔氏生鬚長三寸。是時，鄭陽商婦生鬚三繚，約百餘莖。嘉靖二年六月，曲靖衛舍人胡晟妻生一男，兩頭四手三足。四年，橫涇農孔方脇下產肉塊，剖視之一兒宛然。五年，江南民婦生妖，六目，頭面有角，手足各一節，獨爪，鬼聲。十一年，當塗民婦一產三男一女。十二年，貴州安衛軍李華妻生男，兩頭四手四足。二十七年七月，大同右衛參將馬繼舍人馬録女，年十七化為男子。隆慶二年十二月，靜樂男子李良雨化為婦人。五年二月，唐山民婦生兒從左脅出。萬曆十年，浙川人化為狼。十八年，南宿州民婦一產七子，膚發紅白黑青各色。三十七年六月，繁峙民李宜妻牛氏一產二女，頭面相連，手足各分。四十六年，廣寧衛民婦產一猴，二角四齒。是時，大同民婦一產四男。崇禎八年夏，鎮江民婦產一子，頂載兩首，臀贅一首，與母俱斃。十五年十一月，曹縣民婦產兒，兩頭，頂上有眼，手過膝。【略】

疾疫　永樂六年正月，江西建昌、撫州、福建建寧、邵武，自去年至是月，疫死者七萬八千四百餘人。八年，登州寧海諸州縣自正月至六月，疫死者六千餘人。邵武比歲大疫，至是年冬，死絕者萬二千戶。九年七月，河南、陝西疫。十一年六月，湖州三縣疫。七月，寧波五縣疫。正統九年冬，紹興、寧波、台州，瘟疫大作，及明年死者三萬餘人。景泰四年冬，建昌、武昌、漢陽疫。六年四月，西安、平涼疫。七年五月，桂林疫死者二萬餘人。天順五年四月，陝西疫。成化十一年八月，福建大疫，延及江西，死者無算。正德元年六月，湖廣平溪、清涼、鎮遠、偏橋，四衛大疫，死者甚衆。靖州諸處自七月至十二月大疫，建寧、邵武自八月始亦大疫。十二年十月，泉州大疫。嘉靖元年二月，陝西大疫。二年七月，南京大疫，軍民死者甚衆。四年九月，山東疫死者四千一百二十八人。三十三年四月，都城内外大疫。四十四年正月，京師饑且疫。萬曆十年四月，京師疫。十五年五月，又疫。十六年五月，山東、陝西、山西、浙江俱大旱疫。崇禎十六年，京師大疫，自二月至九月止。明年春，北畿、山東疫。【略】

水潦　洪武元年六月戊辰，江西永新州大風雨，蛟出，江水入城，高八尺，人多溺死。事聞，使賑之。三年六月，溧水縣江溢，漂民居。四年七月，南寧府江溢，壞城垣。衢州府龍游縣大雨，水漂民廬，男女溺死。五年八月，嵊縣、義烏、餘杭山谷水湧，人民溺死者衆。六年二月，崇明縣為潮所沒。七月，嘉定府龍游縣洋、雅二江漲，翼日南溪縣江漲，俱漂公廨民居。七年八月，高密縣膠河溢，傷禾。八年七月，淮安、北平、河南、山東大水。十二月，直隸、蘇州、湖州、嘉興、松江、常州、太平、寧國、浙江、杭州俱水。九年，江南、湖北大水。七月，湖廣、山東大水。十年六月，永平灤、漆二水沒民廬舍。七月，北平八府大水，壞城垣。十一年七月，蘇、松、揚、台四府海溢，人多溺死。十月丙辰，河決蘭陽。十二年五月，青田山水沒縣治。十三年十一月，崇明潮決沙岸，人畜多溺死。十四年八月庚辰，河決原武。十五年二月壬子，河南河決。三月庚午，河決朝邑。七月，河溢滎澤、陽武。是歲，北平大水。七年八月丙寅，河決開封府，橫流數十里。是歲，河南、北平俱水。十八年八月，河南又水。是年，江浦、大名水。二十三年正月庚寅，河決歸德。七月癸巳，河決開封，漂沒民居。又海門縣風潮壞官民廬舍，漂溺者衆。是歲，襄陽、沔陽、安陽水。二十四年十月，北平、河間二府水。二十五年正月，河

決陽武，開封州縣十一俱水。二十六年十一月，青、兗、濟寧三府水。二十七年三月，寧陽汶河決。二十八年八月，德州大水，壞城垣。三十年八月丁亥，河決開封，三面皆水，犯倉庫。永樂元年五月，章邱漯河決岸，傷稼。南海、番禺潮溢。八月，安邱縣紅河決。二年六月，蘇、松、嘉、湖四府俱水。七月，湖廣、江西水。九月，河決開封，壞城。三年三月，溫縣水決隄四十餘丈。濟、澮二水溢。八月，杭州屬縣多水，淹男婦四百餘人。七年五月，安陸州江溢，決渲馬灘圩岸千六百餘丈。六月，壽州水決城。是歲，泰興江岸淪於江者三千九百餘丈。渾河決固安。八年五月，平度州濰水及浮糠河決，浸百十三所。七月，平陽縣潮溢，漂廬舍。八月庚申，河溢開封。十二月戊戌，河決汴梁，壞城。九年正月，高郵甓社等九湖及天長諸水暴漲。六月，揚州屬州縣五江潮漲四日，漂人畜甚衆。七月，海寧潮溢，漂溺甚衆。八月，漳、衛二水決堤淹田。九月，雷州颶風暴雨，淹遂溪、海康，壞田八百餘頃，溺死者千六百餘人。是歲，湖廣、河南水。十年七月，廬溝水漲，壞橋及隄岸，溺死人畜。保定縣決河五十四處。十一月，吳橋、東光、興濟、交河、天津決隄傷稼。十二月，安州水決直亭等河口八十九處。十二年十月，臨晉涑河逆流，決姚暹渠堰，流入硝池，淹沒民田，將及鹽池。崇明潮暴至，漂廬舍五千八百餘家。十三年六月，北畿、河南、山東水溢，壞廬舍，沒田禾，臨清尤甚。溢、漳二水漂磁州民舍。十四年夏，南昌諸府江漲，壞民廬舍。七月，開封州縣十四河決隄岸。永平灤、漆二河溢，壞民田禾。福寧、延平、邵武、廣信、饒州、衢州、金華七府，俱溪水暴漲，壞城垣房舍，溺死人畜甚衆。遼東遼河、代子河水溢，浸沒城垣屯堡。十八年夏秋，仁和、海寧潮湧，堤淪入海者千五百餘丈。二十年五月，廣東諸府潮溢，漂廬舍，壞倉糧，溺死三百六十餘人。夏秋，湖廣沔陽江漲，河南北及鳳陽河溢。二十一年五月，袁眉溪漲，溺死百三十餘人。八月，瓊州府潮溢，漂溺甚衆。二十二年七月，黃巖潮溢，溺死八百人。九月庚辰，河溢開封。洪熙元年六月，驟雨，白河溢，衝決河西務、白浮、宋家等口隄岸。臨漳漳、溢二河決隄岸二十四。真定滹沱河大溢，沒三州五縣田。七月，容城白溝河漲，傷禾稼。渾河決盧溝橋白狼窩口，順天、河間、保定、灤州俱水。宣德元年六七月，江水大漲，襄陽、穀城、均州、鄖縣、緣江民居漂沒者半。黃、汝二水溢，淹開封十州縣及南陽汝州、河南嵩縣。三年五月，邵陽、武岡、湘鄉暴風雨七晝夜，山水驟長，平地高六尺。永寧衛大水，壞城四百丈。六月，渾河水溢，決盧溝河隄百餘丈。七月，北畿七府俱水。五年七月，南陽山水泛漲，衝決堤岸，漂流人畜廬舍。六年六月，渾河溢，決徐家等口，順天、保定、真定、河間州縣二十九俱水。河決開封，沒八縣。七年六月，太原河、汾並溢，傷稼。八年六月，江西瀕江八府江漲，漂沒民田，溺死男婦無算。九年正月，沁鄉沁水漲，決馬曲灣，經獲嘉、新鄉，平地成河。五月，寧海縣潮決，徙地百七十餘頃。六月，渾河決東岸，自狼河口至小屯廠，順天、順德、河間俱水。七月，遼東大水。正統元年閏六月，順天、真定、保定、濟南、開封、彰德六府俱大水。二年，鳳陽、淮安、揚州諸府，徐、和、滁諸州，河南開封，四五月河、淮泛漲，漂居民禾稼。九月，河決陽武、原武、滎澤。湖廣沿江六縣大水決江隄。三年，陽武河決，武陟沁決，廣平、順德漳決，通州白河溢。四年五月，京師大水，壞官舍民居三千三百九十區。順天、真定、保定，三府州縣及開封、衛輝、彰德三府俱大水。七月，滹沱、沁、漳三水俱決，壞饒陽、獻縣、衛輝、彰德隄岸。八月，白溝、渾河二水溢，決保定安州堤。蘇、常、鎮三府及江寧五縣俱水，溺死男婦甚衆。九月，滹沱復決深州，淹百餘里。五年五月至七月，江西江溢，河南河溢。八月，潮決蕭山海塘。六年五月，泗州水溢丈餘，漂廬舍。七月，白河決武清、漷縣堤二十二處。八月，寧夏久雨，水泛，壞屯堡墩臺甚衆。八年六月，渾河決固安。八月，台州、松門、海門海潮泛溢，壞城郭、官亭、民舍、軍器。九年七月，揚子江沙洲潮水溢漲，高丈五六尺，溺男女千餘人。閏七月，北畿七府及應天、濟南、岳州、嘉興、湖州、台州俱大水。河南山水灌衛河，沒衛輝、開封、懷慶、彰德民舍，壞衛所城。十年三月，洪洞汾水堤決，移置普潤驛以遠其害。夏，福建大水，壞延平府衛城，沒三縣田禾民舍，人畜漂流無算。河南州縣多大水。七月，延安衛大水，壞護城河隄。九月，廣東衛所多大水。十月，河決山東金龍口陽穀隄。十一年六月，渾河溢固安。兩畿、浙江、河南俱連月大雨水。是歲，太原、兗州、武昌亦俱大水。十二年春，贛州、臨江大水。五月，吉安江漲淹田。十三年六月，大名河決，淹三百餘里，壞廬舍二萬區，死者千餘人。河南、濟南、青、兗、東昌亦俱河決。七月，寧夏大水。河決漢、唐二壩。河南八樹口決，漫曹、濮二州，抵東昌，壞沙灣等堤。十四年四月，吉安、南昌臨江俱水，壞壇廟廨舍。景泰元年七月，應天大水，沒民廬。三年六月，河決沙灣白馬頭七十餘丈。八月，徐州、濟寧間，平地水高一丈，民居盡圮。南畿、河

南、山東、陝西、吉安、袁州俱大水。四年春夏，河連決沙灣。五年六月，揚州潮決高郵、寶應堤岸。七月，蘇、松、淮、揚、廬、鳳六府大水。八月，東、兗、濟三府大水，河漲淶田。六年六月，開封、保定俱大水。閏六月，順天大水，灤河泛溢，壞城垣民舍，河間、永平水患尤甚。武昌諸府江溢傷稼。七年六月，河決開封，河南、彰德田廬淶沒。是歲，畿內、山東俱水。天順元年夏，淮安、徐州、懷慶、衛輝俱大水，河決。三年六月，穀城、景陵、襄水湧泛傷稼。四年夏，湖北江漲，淶沒麥禾。北畿及開封、汝寧大水。七月，淮水決，沒軍民田廬。五年七月，河決開封土城，築磚城禦之。越三日，磚城亦潰，水深丈餘。周王後宮及官民乘筏以避，城中死者無算。襄城水決城門，溺死甚衆。崇明、嘉定、崑山、上海海潮衝決，溺死萬二千五百餘人。浙江亦大水。六年七月，淮安大水，潮溢，溺死鹽丁千三百餘人。七年七月，密雲山水驟漲，軍器、文卷、房屋俱沒。成化三年六月，江夏水決江口堤岸，迄漢陽，長八百五十丈有奇。五年，湖廣大水。山西汾水傷稼。六年六月，北畿大水。七年閏九月，山東及浙江、杭嘉、湖紹、四府俱海溢，淶田宅人畜無算。九年六月，畿南五府及懷慶俱大水。八月，山東大水。十一年五月，湖廣水。十二年八月，浙江風潮大水。淮、鳳、揚、徐亦俱大水。十三年二月甲戌，安慶大雪。次日大雨，江水暴漲。閏二月，河南大水。九月，淮水溢，壞淮安州縣官舍民屋，淶沒人畜甚衆。十四年四月，襄陽江溢，壞城郭。五月，陝州大水，人多淶死。七月，北畿、山東水。九月，河決開封護城堤五十丈。十八年七月，昌平大水，決居庸關水門四十九，城垣、舖樓、墩臺一百二。八月，衛、漳、滹沱並溢，自清平抵天津。弘治二年五月，河決開封黃沙岡抵紅船灣，凡六處，入沁河。所經州縣多災，省城尤甚。七月，順、永、河、保四府州縣大水。八月，盧溝河堤壞。四年八月，蘇、松、浙江水。五年夏秋，南畿、浙江、山東水。七年七月，蘇、常、鎮三府潮溢，平地水五尺，沿江者一丈，民多溺死。九年六月，山陰、蕭山山崩水湧，溺死三百餘人。十四年五月，貴池水漲，蛟出，淶死二百六十餘人，旁邑十二皆大水。七月，廉州及靈山海漲，淶死百五十餘人。閏七月，瓊山颶風潮溢，平地水高七尺。八月，安、寧、池、太四府大水，蛟出，漂流房屋。十五年七月，南京江水泛溢，湖水入城五尺餘。十七年六月，廬山平地水丈餘，溺死星子、德安民，及漂沒廬舍甚衆。正德元年六月，陝西徽州河溢，漂沒居民孳畜。二年六月，固原河漲，平地水高四尺，人畜溺死。三年九月，延綏、慶陽大水。五年九月，安、寧、太三府大水，溺死二萬三千餘人。十一月，蘇、松、常三府水。六年六月，汜水暴漲，溺死百七十六人，毀城垣百七十餘垣。十二年，順天、河間、保定、真定大水。鳳陽、淮安、蘇、松、常、鎮、嘉、湖諸府皆大水。荊、襄江水大漲。十五年五月，江西大水。十六年七月，遼陽湯站堡大水決城。嘉靖元年七月，南京暴風雨，江水湧溢，郊社、陵寢、宮闕、城垣、吻脊、欄楯皆壞。拔樹萬餘株，江船漂沒甚衆。廬、鳳、淮、揚，四府同日大風雨雹，河水泛漲，溺死人畜無算。二年七月，揚、徐復大水。夏秋間，山東州縣俱大水。八月，蘇、松、常、鎮，四府大水，開封亦如之。五年六月，陝西五郎壩大水三丈餘，衝決官舍。徐河溢，壞豐縣城。至六年秋，湖廣水。十六年秋，雨畿、山東、河南、陝西、浙江各被水災，湖廣尤甚。二十六年七月丙辰，曹縣河決，城池漂沒，溺死者甚衆。二十七年正月，汧陽大水沒城。隆慶元年夏，京師大水。六月，新河鮎魚口沉運船數百艘。是歲，襄陽、鄖陽水。二年七月，台州颶風，海潮大漲，挾天台山諸水入城，三日溺死三萬餘人，沒田十五萬畝，壞廬舍五萬區。三年閏六月，真定、保定、淮安、濟南、浙江、江南俱大水。七月壬午，河決沛縣，自考城、虞城、曹、單、豐、沛至徐州，壞田廬無算。九月，淮水溢，自清河至通濟閘及淮安城西，淤三十里，決二壩入海。莒、沂、郯城之水又溢出邳州，溺人民甚衆。四年七月，沙、薛、汶、泗諸水驟溢，決仲家淺等漕堤。八月，陝西大水，河決州。五年四月，又決邳州，自曲頭集至王家口新堤壞。是歲，山東、河南大水。萬曆元年七月，荊州、承天大水。二年六月，福建永定大水，溺七百餘人。是歲，海鹽海大溢，死者三千人。八月庚午，淮安、揚州、徐州河溢傷稼。三年四月，淮、徐大水。五月，淮水大決。六月，杭、嘉、寧、紹四府海湧數丈，沒戰船、廬舍、人畜不計其數。八月，淮、揚、鳳、徐四府州大水，河決高郵、碭山及邵家口、曹家莊。九月，蘇、松、常、鎮四府俱水。四年正月，高郵清水堤決。九月，河決豐、沛、曹、單。十一月，淮、黃交溢。五年閏八月，徐州河淤，淮河南徙，決高郵、寶應諸湖堤。六年六月，清河水溢。七年五月，蘇、松、鳳陽、徐州大水。八月，又水。是歲，浙江大水。九年五月，從化、增城、龍門、溪壑泛漲，田禾盡沒，淶死男婦無算。七月，福安洪水踰城，漂沒廬舍殆盡。八月，泰興、海門、如皋大水，塘圩坡埂盡決，溺死者甚衆。十年正月，淮、揚海漲，浸豐利等鹽場三十，淶死二千六百餘人。七月，蘇、松六州縣潮溢，壞田禾十萬頃，溺

死者二萬人。十一年四月，承天江水暴漲，漂沒民廬人畜無算。金州河溢沒城。十四年夏，江南、浙江、江西、湖廣、廣東、福建、雲南、遼東大水。十五年五月，浙江大水。七月，開封及陝州、靈寶河決。是歲，杭、嘉、湖、應天、太平五府江湖泛溢，平地水深丈餘。七月終，颶風大作，環數百里，一望成湖。十六年八月，河決東光魏家口。十七年六月，浙江海沸，杭、嘉、寧、紹、台、屬縣廨宇多圮，碎官民船及戰艄，壓溺者三百餘人。十九年六月，蘇、松大水，溺人數萬。七月，寧、紹、蘇、松、常五府濱海潮溢，傷稼淹人。九月，泗州大水，州治浸三尺。淮水高於城，祖陵被浸。十月，揚州湖淮漲溢，決邵伯堤五十餘丈，高郵南北閘俱衝。二十年夏秋，真、順、廣、大四府水。二十一年五月，邳州、高郵、寶應，大水決湖堤。二十二年七月，鳳陽、廬州大水。二十三年四月，泗水浸祖陵。二十四年秋，杭、嘉、湖三府大水。二十九年八月，沔陽大水入城。三十年六月，京師大水。三十一年五月，成安、永年、肥鄉、安州、深澤、漳、滏、沙、燕河並溢，決堤橫流。祁州、靜海圮城垣、廬舍殆盡。六月，泰安大水，淹八百餘人。八月，泉州諸府海水暴漲，溺死萬餘人。三十二年六月，昌平大水，壞各陵橋道。七月，永平、真、保三府俱水，淹男婦無算。八月，河決蘇家莊，淹豐、沛，黃水逆流灌濟寧，魚臺、單縣。三十五年六月，黃州蛟起。武昌、承天、鄖陽、岳州、常德大水，漂沒廬舍。徽州、寧國、太平、嚴州四府山水大湧，漂人口甚衆。閏六月，京師大水，長安街水深五尺。三十七年九月，福建、江西大水。四十一年六月，通惠河決。七月，京師大水，南畿、江西、河南俱大水。八月，山東、廣西、湖廣俱大水。九月，遼東大水。四十二年，浙江、江西、兩廣俱水。四十四年七月，江西、廣東水。四十六年八月，潮州六縣海颶大作，溺萬二千五百餘人，壞民居三萬間。天啟三年，睢寧河決。六年秋，河決堤頭灣，倒入駱馬湖，自新安鎮抵邳，宿，民居盡沒。是歲，順天、永平二府大水，邊垣多圮。崇禎元年七月壬午，杭、嘉、紹三府海嘯，壞民居數萬間，溺數萬人，海寧、蕭山尤甚。三年，山東大水。四年六月，又大水。五年六月壬申，河決孟縣口，橫浸數百里。七年五月，邛、眉諸州縣大水，壞城垣、田舍、人畜，無算。十年八月，敘州大水，民登州堂及高阜者得免，餘盡沒。十二年五月，浙江大水。十四年七月，福州風潮泛溢，漂溺甚衆。十五年六月，汴水決。九月壬午，河決開封朱家寨。癸未，城圮，溺死士民數十萬。【略】

恒雨　洪武十三年七月，海康大雨，壞縣治。二十三年十一月，山東二十九州縣久雨，傷麥禾。建文元年三月乙卯夜，燕王營於蘋家橋，大雨，平地水三尺，及王臥榻。永樂元年三月，京師霪雨，壞城西南隅五十餘丈。七月，建寧衛霪雨壞城。二年七月，新安衛霪雨壞城。八月，霪雨壞北京城五千餘丈。六年七月，思明霪雨壞城。七年九月，浙江衛所五，颶風驟雨，壞城漂流房舍。八年七月，金鄉衛颶風驟雨，壞城垣公廨。十二年九月，密雲後衛霪雨壞城。二十年正月，信豐雨水壞城，瞿城衛如之。二十一年二月，六安衛霪雨壞城。是歲，建昌守禦所，淮安、懷來等衛，皆霪雨壞城。二十二年二月，壽州衛雨水壞城。三月，贛州、振武二衛雨水壞城。四月，霪雨壞密雲及薊州城。是歲，南北畿、山東州縣，霪雨傷麥禾甚衆。洪熙元年夏，蕪、松、嘉、湖積雨傷稼。閏七月，京師大雨，壞正陽、齊化、順成等門城垣。九月久雨壞密雲中衛城。宣德元年五月，永嘉、樂清颶風急雨，壞公廨廟宇及壇廟。正統元年七月，順天、山東、河南、廣東霪雨傷稼。四年夏，居庸闕及定州衛霪雨壞城。五年二月，南京大風雨，壞北上門脊，覆官民舟。七年，濟南、青、萊、淮、鳳徐州，五月至六月霪雨傷稼。九年閏七月，野狐嶺等處霪雨壞城及濠塹墩臺。十一年春，江西數府十六縣霪雨，田禾淹沒。十二年六月，瑞金霪雨，市水丈餘，漂倉庫，溺死二百餘人。十三年四月，雨水壞順天古北口邊倉。五月至六月，鳳陽、徽州久雨傷稼。九月，寧都大雨壞城郭廬舍，溺死甚衆。景泰三年，永平、兗州久雨傷禾。大嵩等二十衛所久雨壞城。四年，南畿、河南、山東府十州一，自五月至於八月霪雨傷稼。五年，杭、嘉、湖大雨傷苗，六旬不止。七月，京師久雨，九門城垣多壞。六年，北畿府五、河南府二久雨傷稼，雲南大理諸府如之。七年，兩畿、江西、河南、浙江、山東、山西、湖廣共府三十，恒雨淹田。天順元年，濟、兗、青三府大雨閱月，禾盡沒。四年，安慶、南陽雨，自五月至七月，淹禾苗。七年五月，淮、鳳、揚、徐大雨，腐二麥。武昌、漢陽、荊州廬舍漂沒，民皆依山路宿。成化元年六月，畿東大雨，水壞山海關、永平、薊州、遵化城堡。八月，通州大雨，壞城及運倉。二年，定州積雨，壞城垣及墩臺垛口百七十三。八年七月，南京大風雨，壞天地壇、孝陵廟宇。鳳陽大雨，壞皇陵牆垣。九年三月，南京大雨水，拔太廟、社稷壇樹。十三年七月，京城大雨。十四年八月，鳳陽大雨，沒城內民居以千計。十七年七月乙酉，南京大風雨，社稷壇及太廟殿宇皆摧。十八年，河南、懷慶

諸府，夏秋霪雨三月，塌城垣千一百八十餘丈，漂公署、壇廟、民居三十一萬四千間有奇，淹死一萬一千八百餘人。弘治二年七月，京師霪雨，求直言。三年七月，南京驟雨，壞午門西城垣。七年七月庚寅，南京大風雨，壞殿宇、城樓獸吻，拔太廟、天地社稷壇及孝陵樹。自五月至八月，義州等衛連雨害稼。八年五月，南京陰雨踰月，壞朝陽門北城垣。九月，潮州諸府，颶風暴雨壞城垣廬舍。十年七月，安陸霪雨，壞城郭廬舍殆盡。十一年七月，長安嶺暴風雨，壞城及廬舍。十四年六月，義、錦、廣寧霪雨，壞城垣、墩堡、倉庫、橋梁，民多壓死者。十五年六七月，南京大風雨，孝陵神宮監及懿文陵樹木、橋梁、牆垣多摧拔者。十六年五月，榆林大風雨，毀子城垣，移垣洞於其南五十步。十八年三月，雙山堡大雷雨壞城。六月至八月，京畿連雨。正德元年七月，鳳陽諸府大雨，平地水深丈五尺，沒居民五百餘家。二年七月，武平大風雨，毀城樓。長泰、南靖大風雨三日夜，平地水深二丈，漂民居八百餘家。十二年，蕪、松、常、鎮、嘉、湖大雨，殺麥禾。十三年，應天、蕪、松、常、鎮、揚大雨彌月，漂室廬人畜無算。十六年，京師久雨傷稼。嘉靖四年六月，登州大雨壞城。十六年，京師雨，自夏及秋不絕，房屋傾倒，軍民多壓死。二十五年八月，京師大雨，壞九門城垣。三十三年六月，京師大雨，平地水數尺。四十五年九月，鄖陽大霪雨，平地水丈餘。壞城垣廬舍，人民溺死無算。隆慶元年六月，京師霪雨，遼東自五月至七月雨不止，壞垣牆禾黍。萬曆元年七月，霪雨。十一年四月，承天大雨水。十二年正月，喜峰口大風雨，壞各墩臺。十五年五月至七月，蕪、松諸府霪雨，禾麥俱傷。六月，京師大雨。二十四年，杭、嘉、湖霪雨傷苗。二十八年七月，興化、莆田、連江、福安大雨數日夜，城垣、橋梁、隄岸俱圮。二十九年春夏，蕪、松、嘉、湖霪雨傷麥。三十二年七月，京師霪雨，城崩。三十三年五月丙申，鳳陽大風雨，損皇陵正殿御座。三十九年春，河南大雨。夏，京師、廣東大雨。廣西積雨五閱月。四十二年，浙江霪雨為災。天啟六年閏六月，大雨連旬，壞天壽山神路，都城橋梁。是歲，遼東霪雨，壞山海關內外城垣，軍民傷者甚衆。七年，山東州縣二十有八積雨傷禾。崇禎五年六月，大雨。八月，又雨，衝損慶陵。九月，順天二十七縣霪雨害稼。十一年夏，雨浹旬，圮南山邊垣。十二年十二月，浙江霪雨，阡陌成巨浸。十三年四月至七月，寧、池諸郡霪雨，田半為墾。十五年十月，黃、蘄、德安諸郡縣霪雨。十六年二月戊辰，親祀社稷，大風雨，僅成禮而還。

【略】

恒暘　洪武三年，夏旱。六月戊午朔，步禱郊壇。四年，陝西、河南、山西及直隸常州、臨濠、北平、河間、永平旱。五年夏，山東旱。七年夏，北平旱。二十三年，山東旱。二十六年，大旱，詔求直言。永樂十三年，鳳陽、蘇州、浙江、湖廣旱。十六年，陝西旱。宣德元年夏，江西旱。湖廣夏秋旱。二年，南畿、湖廣、山東、山西、陝西、河南旱。七年，河南及大名夏秋旱。八年，南、北畿，河南、山東、山西自春徂夏不雨。九年，南畿、湖廣、江西、浙江，及真定、濟南、東昌、兗州、平陽、重慶等府旱。十年，畿輔旱。正統二年，河南春旱。順德、兗州春夏旱。平涼等六府秋旱。三年，南畿、浙江、湖廣、江西九府旱。四年，直隸、陝西、河南及太原、平陽，春夏旱。五年，江西夏秋旱。南畿、湖廣、四川府，五州衛各一，自六月不雨至於八月。六年，陝西旱。南畿、浙江、湖廣、江西府州縣十五，春夏竝旱。七年，南畿、浙江、湖廣、江西府州縣衛二十餘，大旱。十年夏，湖廣旱。十一年，湖廣及重慶等府夏秋旱。十二年，南畿及山西、湖廣等府七，夏旱。十三年，直隸、陝西、湖廣府州七，夏秋旱。十四年六月，順天、保定、河間、真定旱。景泰元年畿輔、山東、河南旱。二年，陝西府四、衛九，旱。三年，江西旱。四年，南北畿、河南及湖廣府三，數月不雨。五年，山東、河南旱。六年，南畿及山東、山西、河南、陝西、江西、湖廣府三十三，州衛十五皆旱。七年，湖廣、浙江及南畿、江西、山西府十七旱。天順元年夏，雨京不雨，杭州、寧波、金華、均州亦旱。三年，南北畿、浙江、湖廣、江西、四川、廣西、貴州旱。四年，濟南、青州、登州、肇慶、桂林、甘肅諸府衛，夏旱。五年，南畿府四州一及錦衣等衛連月旱，傷稼。七年，北畿旱。濟南、青州、東昌、衛輝，自正月不雨至於四月。成化三年，湖廣、江西及南京十一衛旱。四年，兩京春夏不雨。湖廣、江西旱。六年，直隸、山東、河南、陝西、四川府縣衛多旱。八年，京畿連月不雨，運河水涸，順德、真定、武昌俱旱。九年，彰德、衛輝、平陽旱。十三年四月，京師旱。是歲，真定、河間、長沙皆旱。十五年，京畿大旱，順德、鳳陽、徐州、濟南、河南、湖廣皆旱。十八年，兩京、湖廣、河南、陝西府，十五州二旱。山西大旱。十九年，復旱。二十年，京畿、山東、湖廣、陝西、河南、山西俱大旱。二十二年六月，陝西旱，蟲鼠食苗稼，凡九十五州縣。八月，北畿及江西三府旱。九月，溫、台大旱，長沙諸府亦旱。弘治元年，南畿、河南、四川及武昌諸府旱。三年，兩京、陝

西、山東、山西、湖廣、貴州，及開封旱。四年，浙江府二，廣西府八，及陝西洮州衛旱。六年，北直、山東、河南、山西及襄陽、徐州旱。七年，福建、四川、山西、陝西、遼東旱。八年，京畿、陝西、山西、湖廣、江西大旱。十年，順天、淮安、太原、平陽、西安、延安、慶陽旱。十一年，河南、山東、廣西、江西、山西府十八旱。十二年夏，河南四府旱。秋，山東旱。十三年，慶陽、太原、平陽、汾潞旱。十四年，遼東鎮春至秋不雨，河溝盡涸。十六年夏，京師大旱，蘇、松、常、鎮夏秋旱。十八年，北京及應天四十二衛旱。正德元年，陝西三府旱。二年，貴州、山西旱。三年，江南、北旱。四年，旱，自三月至七月，陝西亦旱。七年，鳳陽、蘇、松、常、鎮、平陽、太原、臨、鞏旱。八年，畿輔及開封、大同、浙江，六縣旱。九年，順天、河間、保定、廬鳳、淮揚旱。十一年，北畿及兗州、西安、大同旱。十五年，淮揚、鳳陽州縣三十六及臨、鞏、甘州旱。十六年，兩京、山東、河南、山西、陝西自正月不雨至於六月。嘉靖元年，南畿、江西、浙江、湖廣、四川、遼東旱。二年，兩京、山東、河南、湖廣、江西及嘉興、大同、成都俱旱，赤地千里，殍殣載道。三年，山東旱。五年，江左大旱。六年，北畿四府，河南、山西及鳳陽、淮安俱旱。七年，北畿、湖廣、河南、山東、山西、陝西大旱。八年，山西及臨洮、鞏昌旱。九年，應天、蘇、松旱。十年，陝西、山西大旱。十一年，湖廣、陝西大旱。十七年夏，兩京、山東、陝西、福建、湖廣大旱。十九年，畿內旱。二十年三月，久旱，親禱。二十三年，湖廣、江西旱。二十四年，南北畿、山東、山西、陝西、浙江、江西、湖廣、河南俱旱。二十五年，南畿、江西旱。二十九年，北畿、山西、陝西旱。三十三年，兗州、東昌、淮安、揚州、徐州、武昌旱。三十四年，陝西五府及太原旱。三十五年夏，山東旱。三十七年，大旱，禾盡稿。三十九年，太原、延安、慶陽、西安旱。四十年，保定等六府旱。四十一年，西安等六府旱。隆慶二年，浙江、福建、四川、陝西及淮安、鳳陽大旱。四年夏旱，詔諸司停刑。六年夏，不雨。萬曆十一年八月庚戌朔，河東鹽臣言：解池旱涸，鹽花不生。十三年四月戊午，因久旱，步禱郊壇。京師自去秋至此不雨，河井竝涸。十四年三月乙巳，以久旱，命順天府祈禱。十七年，蘇、松連歲大旱，震澤為平陸。浙江、湖廣、江西大旱。十八年四月旱。二十四年，杭、嘉、湖，三府旱。二十六年四月旱。二十七年夏旱。二十九年，畿輔、山東、山西、河南及貴州黔東諸府衛旱。三十年夏旱。三十四年夏，亢旱。三十七年，楚、蜀、河南、山東、山西、陝西皆旱。三十八年夏，久旱，濟、青、登、萊四府大旱。三十九年夏，京師大旱。四十二年夏，不雨。四十三年三月，不雨至於六月。山東春夏大旱，千里如焚。四十四年，陝西旱。秋冬，廣東大旱。四十五年夏，畿南亢旱。四十七年，廣西、梧州旱，赤地如焚。泰昌元年，遼東旱。天啟元年，久旱。五年，真、順、保、河四府三伏不雨，秋復旱。七年，四川大旱。崇禎元年夏，畿輔旱，赤地千里。三年三月，旱，擇日親禱。五年，杭、嘉、湖三府，自八月至十月，七旬不雨。六年，京師及江西旱。十年夏，京師及河東不雨，江西大旱。十一年，兩京及山東、山西、陝西旱。十二年，畿南、山東、河南、山西、浙江旱。十三年，兩京及登、青、萊三府旱。十四年，兩京、山東、河南、湖廣及宣、大邊地旱。十六年五月辛丑，祈禱雨澤，命臣工痛加修省。【略】

地震　洪武四年正月己丑，鞏昌、臨洮、慶陽地震。五年四月戊戌，梧州府蒼梧、賀州、恭城、立山等處地震。六月癸卯，太原府陽曲縣地震。七月辛亥，又震。壬戌，京師風雨地震。八月癸未，太原府徐溝縣西北空中有聲如雷，地震凡三日。戊戌，陽曲縣地又震。九月壬戌，又震者再。十月戊寅，辛卯，復震。是年，陽曲地凡七震。自六年至十四年，復八震。八年七月戊辰，京師地震。十二月戊子，又震。十一年四月乙巳，寧夏地震，壞城垣。十三年二月甲戌，福州府、廣州府、河州地震。十九年六月辛丑，雲南地震。十一月己卯，復震，有聲。二十三年正月庚辰，山東地震。建文元年三月甲午，京師地震，求直言。永樂元年十一月甲午，北京地震。山西、寧夏亦震。二年十一月癸丑，京師、濟南、開封竝震，有聲。六年五月壬戌，十一年八月甲子，京師復震。十三年九月壬戌、十四年九月癸卯、十八年六月丙午，北京地震。二十二年六月壬申，南京地震。洪熙元年二月戊午，六安衛地震，凡七日。是歲，南京地震，凡四十有二。宣德元年七月癸巳，京師地震，有聲，自東南迄西北。是歲，南京地震者九。二年春，復震者十，三年，復屢震。四年，兩京地震。五年正月壬子，南京地震。辛酉，又震。正統三年三月己亥，京師地震。庚子，又震。甲辰，又震者再。四年六月乙未，復震。八月己亥，又震。五年十月庚午朔，蘭州、莊浪地震十日。十月，十一月屢震，壞城堡廬舍，壓死人畜。十年二月丁巳，京師地震。景泰二年七月癸丑，京師地震。三年七月，永新珠坑村地陷十七所。是年，南京地震。五年十月庚子，京師地震，有聲，起西北迄東南。六年二月甲午，安福大雷雨。白泉陂羊塘地陷

二，一深三丈，廣十餘丈；一深六尺，廣一丈有奇。天順元年十月乙巳，南京地震。成化元年四月甲申，鈞州地震二十三日乃止。三年，四川地震，凡三百七十五。五月壬申，宣府、大同地震，有聲，威遠、朔州亦震，壞墩臺牆垣，壓傷人。四年八月癸巳，京師地震，有聲。十二月戊戌，湖廣地震。五年十二月丙辰，汝寧、武昌、漢陽、岳州同日地震。六年正月丁亥，河南地震。是年，湖廣亦震。十年四月壬午，鶴慶地震。九月己巳，自寅至申，復十五震，壞廨舍民居，傷人畜。十月丁酉，靈州大沙井驛地震，有聲如雷。自後晝夜屢震，至十一月甲寅，一日十一震，城堞房屋多圮。十二年正月辛亥，南京地震。十月辛巳，京師地震。十三年正月己巳，鳳陽、臨淮地震，有聲。閏二月癸卯，臨洮、鞏昌地震，城有頹者。四月戊戌，甘肅地裂，又震，有聲。榆林、涼州亦震。寧夏大震，聲如雷。城垣崩壞者八十三處。甘州、鞏昌、榆林、涼州及沂州、郯城、滕、費、嶧等縣，同日俱震。九月甲戌，京師地三震。十四年六月，廣西太平府地震，至八月乙巳，凡七震。七月，四川鹽井衛地連震，廨宇傾覆，人畜多死。十六年八月丁巳，四川越巂衛一日七震，越數日連震。十七年二月甲寅，南京、鳳陽、廬州、淮安、揚州、和州、兗州及河南州縣，同日地震。五月戊戌，直隸薊州遵化縣地震。六月甲辰，又震，日三次。永平府及遼東寧遠衛亦三震。二十年正月庚寅，京師及永平、宣府、遼東皆震。宣府地裂，湧沙出水。天壽山、密雲、古北口、居庸關城垣墩堡多摧，人有壓死者。五月甲寅，代州地七震。九月辛巳，費縣地陷，深二尺，縱橫三丈許。二十一年二月壬申，泰安地震。三月壬午朔，復震，聲如雷，泰山動搖。後四日復微震。癸巳、乙未、庚子連震。閏四月癸未，鞏昌府、固原衛及蘭、河、洮、岷四州，地俱震，有聲。癸巳，薊州遵化縣地震，有聲，越數日復連震，城垣民居有頹仆者。五月壬戌，京師地再震。九月丙辰，廉州、梧州地震，有聲，連震者十六日。十一月丙寅，京師地震。二十二年六月壬辰，漢中府及寧羌衛地裂，或十餘丈，或六七丈。寶雞縣裂三里，濶丈餘。九月辛亥，成都地日七八震，俱有聲。次日，復震。弘治元年八月壬寅，漢、茂二州地震，仆黃頭等寨碉房三十七戶，人口有壓死者。戊申，宣府葛峪堡地陷深三尺，長百五十步，濶一丈。沙河中湧鱗，高一尺，長七十步。十二月辛卯，四川地震，連三日。二年五月庚申，成都地震，連三日，有聲。三年十二月己未，京師地再震。四年六月辛亥，復三震。八月乙卯，南京地震，屋宇皆搖。淮、揚二府同日震。六年三月，寧夏地震，連三年，共二十震。四月甲辰，開封、衛輝、東昌、兗州同日地震，有聲。七年二月丁丑，曲靖地震，壞房屋，壓死軍民。是歲雨京竝六震。八年三月己亥，寧夏地震十二次，聲如雷，傾倒邊牆、墩臺、房屋，壓傷人。九月甲午至辛丑，安南衛地十二震。十月壬戌至甲子，海州九震。是歲，南京地再震。九年，兩京地震者各二次。十年正月戊午，京師、山西地震。六月乙亥，海豐地震，聲如雷，數日乃止。是歲，真定、寧夏、榆林、鎮番、靈州、太原皆震。屯留尤甚，如舟將覆，屋瓦皆落。十一年六月丙子，桂林地有聲若雷，旋陷九處，大者圍十七丈，小者七丈或三丈。十三年七月己巳，京師地震。十月戊申，兩京、鳳陽同時地震。十四年正月庚戌朔，延安、慶陽二府，同、華諸州，咸陽、長安諸縣，潼關諸衛，連日地震，有聲如雷。朝邑尤甚，頻震十七日，城垣、民舍多摧，壓死人畜甚衆。縣東地拆，水溢成河。自夏至冬，復七震。是日，陝州永寧、盧氏二縣，平陽府安邑、榮河二縣俱震，有聲。蒲州自是日至戊午連震。丁丑，福、興、泉、漳四府地俱震。二月乙未，蒲州地又震，至三月癸亥，凡二十九震。八月癸丑，四川可渡河巡檢司地裂而陷，湧泉數十派，衝壞橋梁、莊舍，壓死人畜甚衆。癸酉，貴州地三震。十月辛酉，南京地震。十五年九月丙戌，南京、徐州、大名、順德、濟南、東昌、兗州同日地震，壞城垣、民舍。濮州尤甚，地裂湧水，壓死百餘人。是日，開封、彰德、平陽、澤、潞亦震。十月甲子，山西應、朔、代三州，山陰、馬邑、陽曲等縣，地俱震，聲如雷。丁卯，南京地震。十六年二月庚申，南京地震。十八年六月癸亥，寧夏地震，聲如雷，城傾圮。九月癸巳，杭、嘉、紹、寧四府地震，有聲。甲午，南京及蘇、松、常、鎮、淮、揚、寧七府，通、和二州，同日地震。辛丑，蒲、解二州，絳、夏、平、陸、榮河、聞喜、芮城、猗氏七縣地俱震，有聲。而安邑、萬全尤甚，民有壓死者。正德元年二月癸酉至乙亥，郃陽地震者十餘，有聲如雷。四月癸丑，雲南府連日再震。木密關地震如雷凡五，壞城垣、屋舍，壓傷人。八月丁巳，萊州府鰲山衛地震，聲如雷，城垛壞，以後屢震。萊州自九月至十二月，地震四十五，俱有聲如雷。二年九月庚午，雲南府安州、新興州三日連震，搖撼民居，人有死者。四年三月甲寅，廣寧大興堡地陷，長四尺，寬三尺，深四丈餘。五月己亥夜，武昌見碧光如電者六，有聲如雷，已而地震。六年四月乙未，楚雄地三日五震，至明年五月又連震十三日。十月甲辰，大理府鄧川州、劍川州、洱海衛地震。鶴慶、劍川尤甚，壞城垣、房廨，

人有壓死者。十一月戊午，京師地震。保定、河間二府及八縣三衛，山東武定州，同日皆震。霸州連三日十九震。七年五月壬子，楚雄府自是日至甲子，地連震，聲如雷。八月己巳，騰衝衛地震兩日，壞城樓、官民廨宇。赤水湧出，田禾盡沒，死傷甚衆。八年十二月戊戌，成都、重慶二府，潼川、邛二州，地俱震。九年六月甲辰，鳳陽府地震有聲。八月乙巳，京師大震。十月壬辰，敘州府，太原府代、平、榆次等十州縣，大同府應州山陰、馬邑二縣，俱地震，有聲。十年五月壬辰，雲南趙州永寧衛地震，踰月不止，有一日二三十震者。黑氣如霧，地裂水湧，壞城垣、官廨，民居不可勝計，死者數千人，傷倍之。八月丁丑，大理府地震，至九月乙未，復大震四日。十一年八月戊辰，南京地震，武昌府亦震。十二月己未，楚雄、大理二府，蒙化、景東二衛俱震。十二年四月甲子，撫州府及餘干、豐城二縣，泉州府，俱地震。浙江金鄉衛自是日至七月己丑，凡十有五震。六月戊辰，雲南新興州及通海、河西、嶍峩諸縣地震，壞城樓、房屋，民有壓死者。九月己卯，濟、青、登、萊四府地震。是歲，泉州二月至六月，金華二月至七月，皆數震。十三年六月己巳，大理府及趙、鄧川二州，浪穹縣地震。是日，蒙化府亦震。十月甲午、十一月癸卯，又震。十四年二月丁丑，京師地震。九月丙午，昌平州、宣府、開平等衛亦震。丙辰，福、興、泉三府地震。十五年三月丙申，安寧、姚安、賓州、蒙化、鶴慶俱地震。蒙化震二日，仆城垣、廬舍，民有壓死者。八月辛酉，景東衛地震，聲如雷。搖仆城牆、廨宇，地多坼裂。乙丑，濟南、東昌、開封地震。嘉靖二年正月，南京、鳳陽、山東、河南、陝西地震。七月壬申，浙江定海諸衛地震，城堞盡毀。三年正月丙寅朔，雨畿、河南、山東、陝西同時地震。辛巳，蘇、常、鎮三府地震。是年，南京震者再。四年八月癸卯，徐州、鳳陽一衛三州縣及懷慶、開封二府俱地震，聲如雷。九月壬申，鳳陽、徐州及開封二縣復震。五年四月癸亥，永昌、騰衝、騰越同日地震。貴州安南衛地震，聲如雷，壞城垣。壬申，復震。六年十月戊辰，京師地震。十二年八月丁酉，京師地震。十五年十月庚寅，京師地震。順天、永平、保定、萬全都司各衛所，俱震，聲如雷。十六年九月癸酉，雲南地震。十八年七月庚寅，楚雄、臨安、廣西地震。十九年四月庚午，洮州、甘肅俱震。二十一年九月甲戌，平陽、固原、寧夏、洮州同日地震，有聲。十一月丁巳，鞏昌、固原、西安、鳳翔地震。二十二年三月乙巳，太原地震，有聲，凡十日。明年三月，復如之。四月庚辰，福、興、泉、漳四府地震。二十三年三月朔，太原地震有聲者十日。二十七年七月戊寅，京師地震，順天、保定二府俱震。八月癸丑，京師復震，登州府及廣寧衛亦震。三十年九月乙未，京師地震，有聲。三十一年二月癸亥，鳳陽府地震，有聲。三月丙戌，山西地震，有聲。三十四年十二月壬寅，山西、陝西、河南同時地震，聲如雷。渭南、華州、朝邑、三原、蒲州等處尤甚。或地裂泉湧，中有魚物；或城郭房屋，陷入地中；或平地突成山阜；或一日數震；或累日震不止。河、渭大泛，華嶽、終南山鳴，河清數日。官吏、軍民壓死八十三萬有奇。三十七年正月庚申，陝西地震。三月丁丑，昌平州地震。五月丁卯，蒲州地連震三日，聲如雷。六月甲申，又震。十月丙午，華州地震，聲如雷。至壬子又震，戊午復大震，傾陷廬舍甚多。三十八年七月辛巳，南京地震，有聲。三十九年四月，嘉興、湖州地震，屋廬搖動如帆。河水撞激，魚皆躍起。四十年二月戊戌，甘肅山丹衛地震，有聲，壞城堡廬舍。六月壬午，太原、大同、榆林地震，寧夏、固原尤甚。城垣、墩臺、府屋皆摧，地湧黑黃沙水，壓死軍民無算，壞廣武、紅寺等城。四十一年正月丙申，京師地震。是歲，寧夏地震，圮邊牆。四十五年正月癸巳，福建福、興、泉三府同日地震。隆慶二年三月甲寅，陝西慶陽、西安、漢中、寧夏、山西蒲州、安邑、湖廣鄖陽及河南十五州縣，同日地震。戊寅，京師地震。是日，山東登州、四川順義等縣同日震。樂亭地裂三丈餘者二，黑沙水湧出。寧遠城崩。四月癸未，懷慶、南陽、汝寧、寧夏同日地震。乙酉，鳳翔、平涼、西安、慶陽地震，壞城傷人。七月辛酉，陵川地裂三十餘步。三年十一月庚辰，京師地震。四年四月戊戌，京師地震。五年二月丙午，廣西靖江王府及宗室所居，布政司官署，俱地陷。六月辛卯朔，京師地震者三。萬曆元年八月戊申，荊州地震，至丙寅方止。二年二月癸亥，長汀地震，裂成坑，陷沒民居。三年二月甲戌，湖廣、江西地震。五月戊戌朔，襄陽、鄖陽及南陽府屬地震三日。己亥，信陽亦震。六月戊子，福、汀、漳等府及廣東之海陽縣俱地震。九月戊午，京師地震。十月丁卯，又震。己卯，岷州衛地震。己丑至壬午，連百餘震。四年二月庚辰，薊、遼地震。辛巳，又震。五年二月辛巳，騰越地二十餘震，次日復震。山崩水湧，壞廟廨、倉舍千餘間，民居圮者十之七，壓死軍民甚衆。六年二月辛卯，臨桂村田中青煙直上，隨裂地丈餘，鼓聲轟轟，民居及大樹石皆陷。七年七月戊午，京師地震。八年五月壬午，遵化數震，七日乃止。七月甲午，井坪路地大震，摧城

垣數百丈。九年四月己酉，蔚州地震，聲如雷。房屋震裂。大同鎮堡各州縣，同時地震，有聲。十一年二月戊子，承天府地震。十二年二月丁卯，京師地震。五月甲午，又震。十三年二月丁未，淮安、揚州、廬州及上元、江寧、江浦、六合俱地震。江濤沸騰。三月戊寅，山西山陰縣地震，旬有五日乃止。八月己酉，京師地震。十四年四月癸酉，又震。十五年三月壬辰，開封府屬地震者三，彰德、衛輝、懷慶同日震。五月，山西地震。十六年六月庚申，京師地再震。十七年七月己未，杭州、溫州、紹興地震。十八年六月丙子，甘肅臨洮地震，壞城郭、廬舍，壓死人畜無算。八月，福建地屢震。十九年閏三月己巳，昌平州地震。十月戊戌，山丹衛地震，壞城垣。二十三年五月丁酉，京師地震。十二月癸亥，陝西地震，聲若雷。二十四年十一月，福建地震。二十五年正月壬辰朔，四川地震三日。八月己卯，遼陽、廣寧諸衛地震，湧水三日。甲申，京師地震，宣府、薊鎮等處俱震。十二月乙酉，京師地震。二十六年正月丁亥朔，寧夏地震。次日，長樂地陷五丈。八月丁丑，京師地震，有聲。二十七年七月辛未，承天、沔陽、岳州地震。二十八年二月戊寅，京師地震，自艮方西南行，如是者再。三十一年四月丙午，承天府鍾祥縣地震，房屋摧裂。五月戊寅，京師地震。三十二年閏九月庚辰，鞏昌及醴泉地一日十餘震，城郭民居竝摧。白陽、吳泉界地裂三丈，溢出黑水，搏激丈餘。三十三年五月辛丑，陸川地震，有聲，壞城垣、府屋，壓死男婦無算。六月庚午，靈川社壇有聲，陷地十餘丈，深丈餘。九月丙申，京師地震者再，自東北向西南行。三十四年六月丙辰，陝西地震。三十五年七月乙卯，松潘、茂州、汶川地震數日。三十六年二月戊辰，京師地震。七月丁酉，又震。三十七年六月辛酉，甘肅地震，紅崖、清水諸堡壓死軍民八百四十餘人，圮邊墩八百七十里，裂東闖地。四十年二月乙亥，雲南大理、武定、曲靖地大震，次日又震。緬甸亦震。五月戊戌，雲南大理、曲靖復大震，壞房屋。四十二年九月庚午，山西、河南地震。四十三年二月己卯，揚州地震，狼山寺殿壞塔傾。八月乙亥，楚雄地震如雷，人民驚殞。十月辛酉，京師地震。四十五年五月甲戌，鳳陽府地震。乙亥，復震。八月，濟南地裂者二。四十六年六月壬午，京師地震。九月乙卯，京師地再震，畿輔、山西州縣一十有七及紫荊關，馬水、沿河二口，偏頭、神池同日皆震。四十八年二月庚戌，雲南及肇慶、惠州、荊州、襄陽、承天、沔陽、京山皆地震。天啟元年四月癸丑，延綏孤山城陷三十五丈，入地二丈七尺。二年二月癸酉，濟南、東昌、河南、海寧地震。三月癸卯，濟南、東昌屬縣八，連震三日，壞民居無數。九月甲寅，平涼、隆德諸縣，鎮戎、平虜諸所，馬剛、雙峰諸堡，地震如翻，壞城垣七千九百餘丈，屋宇萬一千八百餘區，壓死男婦萬二千餘口。十一月癸卯，陝西地震。三年四月庚申朔，京師地震。十月乙亥，復震。閏十月乙卯，雲南地震。十二月丁未，南畿六府二州俱地震，揚州府尤甚。是月戊戌，京師地又震。四年二月丁酉，薊州、永平、山海地屢震，壞城郭廬舍。甲寅，樂亭地裂，湧黑水，高尺餘。京師地震，宮殿動搖有聲，銅缸之水，騰波震盪。三月丙辰，戊午，又震。庚申，又震者三。六月丁亥，保定地震，壞城郭，傷人畜。八月己酉，陝西地震。十二月癸卯，南京地震。六年六月丙子，京師地震。濟南、東昌及河南一州六縣同日震。天津三衛、宣府、大同俱數十震，死傷慘甚。山西靈邱晝夜數震，月餘方止。城郭、廬舍竝摧，壓死人民無算。七月辛未，河南地震。九月甲戌，福建地震。十二月戊辰，寧夏石空寺堡地大震。磴山石殿傾倒，壓死僧人。是年，南京地亦震。七年，寧夏各衛營屯堡，自正月己巳至二月己亥，凡百餘震，大如雷，小如鼓如風，城垣、房屋、邊牆、墩臺悉圮。十月癸丑，南京地震，自西北迄東南，隆隆有聲。崇禎元年九月丁卯，京師地震。三年九月戊戌，南京地震。四年六月乙丑，臨洮、鞏昌地震，壞廬舍，損民畜。五年四月丁酉，南京、四川地震。十月丁卯，山西地震。十一月甲寅，雲南地震。六年正月丁巳，鎮江地裂數丈。七月戊戌，陝西地震。八年冬，山西地震。九年三月戊辰，福建地震。七月丁未清江城陷。十年正月丙午，南京地震。七月壬午，雲南地震。十月乙卯，四川地震。十二月，陝西西安及海剌同時地震，數月不止。十一年九月壬戌，遼東地震。十二年二月癸巳，京師地震。十三年十一月戊子，南京地震。十四年三月戊寅，福建地震。四月丙寅，湖廣地震。五月戊子，甘肅地震。六月丙午，福建地震。九月甲午，四川地震。十五年五月丙戌，兩廣地震。七月甲申，山西地震。十六年九月，鳳陽地屢震。十一月丙申，山東地震。明年正月庚寅朔，鳳陽地震。乙卯，南京地震。三月辛卯，廣東地震。【略】

山頹　洪武六年正月壬戌夜，伏羌高山崩。正統八年十一月，浙江紹興山移於平田。是歲，陝西二處山崩。十三年，陝西夏秋霪雨，通渭、平涼、華亭三縣山傾，軍民壓死者八十餘口。天順四年十月，星子山裂。成化八年七

月，隴州北山吼三日，裂成溝，長半里，尋復合。十六年四月壬子，巨津州金沙江岸北白石雪山斷裂里許，兩岸山合，山上草木如故。下塞江流，禾黍盡沒。久之其下漸開，水始泄。六月，長樂平地出小阜，人畜踐之輒陷。明年，復湧一高山。十七年十二月辛丑，壽陽縣城南山崩，聲如牛吼。弘治三年六月乙巳，河州山崩地陷。九年六月庚寅，山陰、蕭山二縣同日大雨山崩。十四年閏七月，烏撒軍民府大雨山崩。十五年八月戊申，宣府合河口石山崩。十八年六月丙子，河州沙子溝夜大雷雨，石岸山崩，移七八里，崩處裂為溝，田廬民畜俱陷。正德元年十二月癸亥，即墨三表山石崩。四年三月甲寅，遼東東山大家峪山崩二處，約丈餘。五年六月癸巳，秦州山崩，傷室廬，禾稼甚衆。龍王溝口山亦崩。六年七月丙寅，夔州獐子溪驟雨，山崩。十三年五月癸亥，雲南黑、鹽井山崩，井塞。十五年八月丁丑，雲南趙州大雨，山崩。嘉靖四年七月乙酉，清源賈家山崩。五年四月壬申，貴州歹蘇屯山崩。十九年十二月己巳，義倉宋皇觀山鳴，震裂，湧泉水八日。二十一年六月乙酉，歸州沙子嶺大雷雨，崖石崩裂，塞江流二里許。二十六年七月癸酉，澄城麻陂山界頭嶺，晝夜吼數日。山忽中斷，移走，東西三里，南北五里。隆慶二年五月庚戌，永寧州山崩。是歲，樂亭地裂三處，俱湧黑沙水。四年八月，湖州山崩成湖。萬曆二十五年六月，泰山崩。二十七年八月甲午，狄道城東山崩，其下衝成一溝。山南耕地湧出大小山五，高二十餘丈。三十三年八月丙午，鎮江西南華山裂二三尺。三十七年六月辛酉，甘肅南山崩。天啓三年閏十月乙卯，仁壽長山聲震如雷，裂七里，寬三尺，深不可測。崇禎九年十二月，鎮江金雞嶺土山崩。後八年，秦州有二山，相距甚遠，民居其間者數百萬家。一日地震，兩山合，居民竝入其中。【略】

年饑　洪武二年，湖廣、陝西饑。四年，陝西洧饑。五年，濟南、東昌、萊州大饑，草實樹皮，食為之盡。六年，蘇州、揚州、真定、延安饑。七年，北平所屬州縣三十三饑。十五年，河南饑。十九年春，河南饑。夏，青州饑。二十年，山東三府饑。二十三年，湖廣三府、二州饑。二十四年，山東及太原饑，徐、沛民食草實。二十五年，山東洧饑。永樂元年，北畿、山東、河南及鳳陽、淮安、徐州、上海饑。二年，蘇、松、嘉、湖四府饑。四年，南畿、浙江、陝西、湖廣府州縣衛十四饑。五年，順天、保定、河間饑。十年，山東饑。十二年，直省州縣二十四饑。十三年，順天、青州、開封三府饑。十四年，平陽、大同二府饑。十八年，青、萊二府大饑。時皇太子赴北京，過鄒縣，命亟發官粟以賑。洪熙元年，北畿饑。山東、河南、湖廣及南畿州縣三十四饑。宣德元年，直省州縣二十九饑。二年，直省縣十四饑。三年，直省州縣十五饑。六年，直省縣十饑。八年，以水旱告饑者，府州縣七十有六。九年，南畿、山東、浙江、陝西、山西、江西、四川多告饑，湖廣尤甚。十年，揚、徐、滁、南昌大饑。正統三年春，平涼、鳳翔、西安、鞏昌、漢中、慶陽、兗州七府及南畿三州、二縣，江西、浙江六縣饑。四年，直省州縣衛十八及山西隰州、大同、宣府、偏頭諸闕饑。五年，直省十府、一州、二縣饑。陝西大饑。六年，直省州縣二十六饑。八年夏，湖南饑。秋，應天、鎮江、常州三府饑。九年春，蘇州府饑。是歲，雲南、陝西乏食。十年，陝西、山西饑。十二年夏，淮安、岳州、襄陽、荊州、彬州俱洧饑。十三年，寧、紹二府及州縣七饑。景泰元年，大名、順德、廣平、保定、處州、太原、大同七府饑。二年，大名、廣平又饑。順天、保定、西安、臨洮、太原、大同、解州饑。三年，淮、徐大饑，死者相枕藉。四年，徐州洧饑。河南、山東及鳳陽饑。五年，兩畿十府饑。六年春，兩畿、山東、山西、浙江、江西、湖廣、雲南、貴州饑，蘇、松尤甚。七年，北畿、山東、江西、雲南又饑。河南亦饑。天順元年，北畿、山東竝饑，發塋墓，斫道樹殆盡。父子或相食。二年，長沙、辰州、永州、常德、岳州五府及銅鼓、五開諸衛饑。四年，湖廣及鎮遠府，都匀、平越諸衛饑。六年，陝西饑。成化元年，兩畿、浙江、河南饑。二年，南畿饑。四年，兩畿、湖廣、山東、河南無麥。鳳陽及陝西、寧夏、甘、涼饑。五年，陝西洧饑。六年，順天、河間、真定、保定四府饑，食草木殆盡。山西、兩廣、雲南竝饑。八年，山東饑。九年，山東又大饑，骼無餘胔。十三年，南畿、山東饑。十四年，北畿、湖廣、河南、山東、陝西、山西饑。十五年，江西饑。十六年，北畿、山東、雲南饑。十八年，南畿、遼東饑。十九年，鳳陽、淮安、揚州三府饑。二十年，陝西饑，道殣相望。畿南及山西平陽饑。二十一年，北畿、山東、河南饑。二十三年，陝西大饑。武功民有殺食宿客者。淮北、山東亦饑。弘治元年，應天及浙江饑。六年，山東饑。七年，保定、真定、河間三府饑。八年，蘇、松、嘉、湖四府饑。十四年，順天、永平、河間、河南四府饑。遼東大饑。十五年，遼東洧饑，兗州饑。十六年，浙江、山東、及南畿四府、三州饑。十七年，淮、揚、廬、鳳洧饑，人相食，且發瘞胔以繼之。十八年，延安諸府饑。正德三年，廬、鳳、淮、揚四府饑。四年，蘇、松、

常、鎮四府饑。五年，山東饑。七年，嘉興、金華、溫、台、寧、紹六府乏食。八年，河間、保定饑。九年春，永平諸府饑，民食草樹殆盡，有闔室死者。秋，闕、陝亦饑。十一年，順天、河間饑。河南大饑。十二年春，順天、保定、永平饑。十三年，蘇、松、廬、鳳、淮、揚六府饑。十四年冬，遼東饑，南畿、淮、揚諸府尤甚。十六年，遼東饑。嘉靖二年，應天及滁州大饑。三年，湖廣、河南、大名、臨清饑。南畿諸郡大饑，父子相食，道殣相望，臭彌千里。四年，河間、瀋陽、大同三衛饑。五年，順天、保定、河間三府大饑。六年，遼東大饑。八年，真定、廬、鳳、淮、揚五府，徐、滁、和三州及山東、河南、湖廣、山西、陝西、四川饑，襄陽尤甚。九年，畿內、河南、湖廣、山東、山西大饑。十二年，北畿、山東饑。十五年，湖廣大饑。十七年，北畿饑。河南、鄖陽、襄陽三府饑。二十年，保定、遼東饑。二十一年，順天、永平饑。二十四年，又饑。南畿亦饑。二十五年，順天饑，江西亦饑。二十七年，鞏昌、漢中大饑。三十一年，宣、大二鎮大饑，人相食。三十二年，南畿、廬、鳳、淮、揚、山東、河南、陝西竝饑。三十三年，順天及榆林饑。三十六年，遼東大饑，人相食。三十九年，順天、永平饑。四十年，兩畿、山西饑。四十三年，北畿、山東大饑。四十四年，順天饑。四十五年，淮、徐饑。隆慶元年，蘇、松二府大饑。二年，湖廣饑。萬曆元年，淮、鳳二府饑，民多為盜。十年，延安、慶陽、平涼、臨洮、鞏昌大饑。十三年，湖廣饑。十五年七月，黃河以北，民食草木。富平、蒲城、同官諸縣，有以石為糧者。十六年，河南饑，民相食。蘇、松、湖三府饑。二十二年，河南大饑，給事中楊明繪《饑民圖》以進，巡按陳登雲進饑民所食雁糞，帝覽之動容。二十八年，山東及河間饑。二十九年，兩畿饑。阜平縣饑，有食其稚子者。蘇州饑，民毆殺稅使七人。三十七年，山西饑。四十年，南畿洊饑，鳳陽尤甚。四十三年，浙江饑。四十四年，山東饑甚，人相食。河南及淮、徐亦饑。四十五年，北畿民食草木，逃就食者，相望於道。山東屬邑多饑。四十六年，陝西饑。四十八年，湖廣大饑。崇禎元年，陝西饑，延、鞏民相聚為盜。二年，山西、陝西饑。五年，淮揚諸府饑，流殍載道。六年，陝西、山西大饑。淮、揚洊饑，有夫妻雉經於樹及投河者。鹽城教官王明佐至自縊於官署。七年，京師饑，御史龔廷獻繪《饑民圖》以進。太原大饑，人相食。九年，南陽大饑，有母烹其女者。江西亦饑。十年，浙江大饑，父子、兄弟、夫妻相食。十二年，兩畿、山東、山西、陝西、江西饑。河南大饑，人相食，盧氏、嵩、伊陽三縣尤甚。十三年，北畿、山東、河南、陝西、山西、浙江、三吳皆饑。自淮而北至畿南，樹皮食盡，發瘞掏以食。十四年，南畿饑。金壇民於延慶寺近山見人云此地深入尺餘，其土可食。如言取之，淘磨為粉粥而食，取者日衆。又長山十里亦出土，堪食，其色青白，類茯苓。又石子澗土黃赤，狀如豬肝，俗呼觀音粉，食之多腹痛隕墜，卒枕藉以死。是歲，畿南、山東洊饑。德州斗米千錢，父子相食，行人斷絕。大盜滋矣。【略】

《洪範》曰：土爰稼穡。稼穡不成，則土失其性矣。前史多以恒風、風霾、晦冥、花妖、蟲孽、牛禍、地震、山頹、雨毛、地生毛、年饑、黃眚黃祥皆屬之土，今從之。

恒風　宣德六年六月，溫州颶風大作，壞公廨、祠廟、倉庫、城垣。正統四年七月，蘇、松、常、鎮四府大風，拔木殺稼。天順二年二月，暴風拔孝陵松樹，懿文陵殿獸脊、梁柱多摧。三年四月，順天、河間，真定、保定、廣平、濟南連日烈風，麥苗盡敗。成化十四年八月丁未，南京大風，拔太廟樹。十五年八月辛卯，大風拔孝陵木。二十一年五月，南京大風拔太廟樹，摧大祀殿及皇城各門獸吻。弘治三年六月壬午朔，陝西靖虜衛大風，天地昏暗，變為紅光如火，久之乃息。七年三月己亥，廣寧諸衛狂風，瀋陽、錦州城仆百餘丈。正德元年六月辛酉，暴風折郊壇松柏，壞大祀殿、齋宮獸瓦。二年閏正月癸亥，盧龍、遷安大風拔樹毀屋。乙丑，大風壞奉天門右吻。三年二月己丑，大同暴風，屋瓦飛動，三日而止。九年二月丁巳，長樂大雨雹，狂風震電，屋瓦皆飛。五月戊辰，曲阜暴風毀宣聖廟獸吻。十二年四月丙辰，來賓大風雨雹，毀官民廬舍，屋瓦皆飛。十一月癸巳，南京大風雪，仆孝陵殿前樹及圍牆內外松柏。十二月己酉，大理衛大風，壞城樓。十三年三月甲寅，慶符大風雹，壞學宮。十六年十二月辛卯，甘肅行都司狂風，壞官民廬舍樹木無算。嘉靖元年七月己巳，南京暴風雨，郊社、陵寢、宮闕、城垣獸吻、脊欄皆壞，拔樹萬餘株。五年，陝西屢發大風，捲掣廟宇，民居百數十家，了無蹤跡。萬曆十八年三月甲辰，大名狂風，天色乍黑乍赤。二十六年十月癸亥，喜峰路臺西北樓內，旋風大作，黑氣沖天，樓內有火光。三十四年七月丙戌，大風拔朝日壇樹。四十一年八月乙未，青州大風拔樹，傾城屋。天啟元年三月辛亥，大風揚塵四塞。四年五月癸亥，乾清宮東丹墀旋風驟作，內官監鐵片大如屋頂者，盤旋空中，隕於西墀，鏗訇若雷。八月戊戌，薊州寒風殺人。崇禎十四

年五月，南陽大風拔屋。七月乙亥，福州大風，壞官署、民舍。十五年五月，保定廣平諸縣怪風，麥禾俱傷。十六年正月丁酉，大風，五鳳樓前門門風斷三截，建極殿榱桷俱折。

## 傳記

**《後漢書・桓帝紀》** 元嘉元年春正月，京師疾疫，使光祿大夫將醫藥案行。癸酉，大赦天下，改元元嘉。二月，九江、廬江大疫。

永壽元年六月，洛水溢，壞鴻德苑。南陽大水。司空房植免，太常韓縯為司空。詔太山、琅邪遇賊者，勿收租賦，復更算三年。又詔被水死流失屍骸者，令郡縣鉤求收葬；及所唐突壓溺物故，七歲以上賜錢，人二千。壞敗廬舍，亡失穀食，尤貧者稟，人二斛。

**《後漢書・靈帝紀》** 熹平二年春正月，大疫，使使者巡行致醫藥。

光和二年春，大疫，使常侍、中謁者巡行，致醫藥。十二月，洛陽女子生兒，兩頭四臂。

〔光和〕五年春正月辛未，大赦天下。二月，大疫。

中平二年春正月，大疫。

中平四年六月，洛陽民生男，兩頭共身。

**《後漢書・獻帝紀》** 初平二年，是歲長沙有人死，經月復活。

建安二年，武陵女子死，十四日復活。

〔建安〕二十二年，是歲大疫。

**《後漢書・禮儀》** 先臘一日，大儺，謂之逐疫。其儀選中黃門子弟年十歲以上，十二以下，百二十人為侲子。皆赤幘皂製，執大鼗。方相氏黃金四目，蒙熊皮，玄衣朱裳，執戈揚盾。十二獸有衣毛角。中黃門行之，冗從僕射將之，以逐惡鬼於禁中。

**《後漢書・徐登傳》** 時遭兵亂，疾疫大起。

**《後漢書・曹褒傳》** 時有疾疫，褒巡行病徒，為致醫藥。

**《宋史・太祖紀》** 〔乾德元年〕秋七月，癸亥，湖南疫，賜行營將校藥。

**《宋史・太宗紀》** 〔淳化五年六月，〕都城大疫，分遣醫官煮藥給病者。

**《宋史・真宗紀》** 〔咸平六年五月癸丑，〕京城疫，分遣內臣賜藥。

又 〔大中祥符三年夏四月〕乙卯，陝西民疫，遣使齎藥賜之。

**《宋史・仁宗紀》** 〔皇祐元年〕二月戊辰，以河北疫，遣使頒藥。

**《宋史・徽宗紀》** 〔崇寧元年〕春正月丁丑，太原等十一郡地震。是歲，京畿、京東、河北、淮南蝗。江、浙、熙、河、漳、泉、潭、衡、郴州、興化軍旱。

〔崇寧二年〕，是歲，諸路蝗。

〔崇寧三年八月〕壬寅，大雨，壞民廬舍，令收瘞死者。是歲，諸路蝗。

〔崇寧四年〕，是歲，蘇、湖、秀三州水，賜乞食者粟。泰州禾生稗。

〔政和二年〕，是歲，成都府、蘇州火。

〔政和三年十二月〕辛酉，太白晝見。是歲，江東旱，溫、封、滋三州火。

〔政和五年〕是歲，平江府、常、湖、秀州水。

〔重和元年〕是歲，江、淮、荊、浙、梓州水。

〔宣和元年五月〕，是月，大水犯都城。〔十一月〕甲子，詔：東南諸路水災，令監司、郡守悉心振救。戊辰，以淮甸旱，饑民失業，遣監察御史察訪。是歲，京西饑，淮東大旱，遣官賑濟。嵐州黃河清。

〔宣和二年〕，是歲，淮南旱。

〔宣和三年〕六月，河決。恩州清河埽。秋七月丁卯，振溫、處等八州。是歲，諸路蝗。

〔宣和五年〕是歲，秦鳳旱，河北、京東、淮南饑，遣官賑濟。

〔宣和六年〕是歲，京師、河東、陝西地大震。兩河、京東西、浙西水。環慶、邠寧、涇原流徙，令所在振恤。

**《宋史・徽宗紀》** 〔大觀元年，〕是歲，秦鳳旱，京東水，河溢。遣官振濟，貸被水戶租。廬州雨豆，汀、懷二州慶雲見，乾寧軍、同州黃河清。

**《宋史・高宗紀》** 〔紹興十年九月〕辛酉，監安火。

〔紹興十二年二月辛卯〕，鎮江、太平、池州、蕪湖大火。三月丙申，臨安府火。

〔紹興十四年正月〕甲子，臨安府火。〔五月〕丙寅，婺州大水。是月，嚴、信、衢、建四州水。〔六月〕乙未，振江、浙、福建被水之民。

〔紹興十五年七月〕丁卯，免江、漳二州秋稅及處州三縣被水民家紬絹，鄂州舊額絹各一年。

〔紹興二十一年〕二月甲寅夜，雨雹。三月丁丑，雨雹。丁亥，蠲江、浙、荆湖等路中戶以下積年逋負。

〔紹興二十二年五月〕，是月，襄陽大水，容州野蠶成繭。

〔紹興二十三年〕六月己卯，潼川大水。秋七月壬辰，寬理平江府、湖秀二州被水民夏稅。庚戌，禁諸軍濒太湖擅作壩田。九月甲午，振潼川被水州縣，仍蠲其賦。庚子，禁採鹿胎。

**《宋史・孝宗紀》**〔乾道三年九月〕癸亥，詔給舍討論考課舊法。四川旱，賜制置司度牒四百，備振濟。

〔乾道五年二月〕癸卯，大風。【略】丙午，雨雹。〔十月〕戊子，振溫、臺二州被水貧民，以守臣監司失職，降責有差。戊戌，大風。己亥，命饒、信二州歲各留上供米三萬石，以備振糶。

〔十二月〕辛卯，大風。

又　〔乾道三年六月〕辛卯，皇后夏氏崩。振泉州水災。是歲，兩浙水，四川旱，江東西、湖南北路蝗，振之。

〔乾道四年正月〕癸未，雨雹。〔二月〕乙卯，雪雨雹。〔三月〕己丑，四方霧下若塵。〔七月〕癸亥，徽州大水。辛未，衢州大水。戊寅，知衢州王悦以盛暑禱雨，蔬食減膳，尤勤致疾而死，贈直龍圖閣。丁亥，以經、總制餘剩錢二十一萬緡椿，留邛、蜀州，以備振濟。八月乙未，班祈雨雪之法于諸路。

**《元史・成宗紀》**〔大德元年，六月〕，平灤路蝗食桑，歸德、徐、邳州蝗，太原風，雹，河間、大名路旱，和州歷陽縣江漲，漂沒廬舍萬八千五百餘家。以糧四千餘石賑廣平路饑民，萬五千石賑江西被水之家，二百九十餘石賑鐵特爾格四站戶。

十二月陽路饑疫，給糧兩月。是歲，濟南及金、復州水、旱，大都之檀州、順州，遼陽、瀋陽、廣寧水，順德、河間、大名、平陽旱。河間之樂壽，交河疫，死六千五百餘人。斷大辟百七十五人。

二年春正月壬辰，詔以水旱減郡縣田租十分之三，傷甚者盡免之，老病單弱者差稅並免三年。

又　〔大德五年〕秋七月戊戌朔，晝晦，暴風起東北，雨雹兼發。江湖泛溢，東起通、泰、崇明，西盡真州，民被災死者不可勝計，以米八萬七千餘石賑之。

又　〔大德七年〕八月辛卯，夜地震，平陽、太原尤甚，村堡移徙，地裂成渠，人民壓死不可勝計，遣使分道賑濟，為鈔九萬六千五百餘錠，仍免太原、平陽今年差稅，山場河泊聽民採捕。

〔大德八年〕五月庚辰，以去歲平陽、太原地震，宮觀摧圮者千四百餘區，道士死傷者千餘人，命賑恤之。是月，蔚州之靈仙，太原之陽曲，隆興之天城、懷安，大同之白登，大風雨雹傷稼，人有死者。

**《元史・武宗紀》**〔至大三年六月〕襄陽、峽州路，荆門州大水，山崩，壞官廨民居二萬一千八百二十九間，死者三千四百六十六人。汝州大水，死者九十二人。六安州大水，死者五十二人。沂州、莒州、兗州諸縣水，沒民田。威州、洺水、肥鄉、雞澤等縣旱。秋七月戊寅，太陰犯右執法。己卯，太陰犯上相。庚辰，封皇伯晉王長女布達寶哩為韓國長公主。丙戌，循州大水，漂廬舍二百四十四間，死者四十三人，發米賑之。

**《元史・仁宗紀》**皇慶二年十二月京師以久旱，民多疾疫，帝曰：此皆朕之責也，赤子何罪。明日，大雪。以嘉定州、德化縣民災，發粟賑之。

又　皇慶六年六月丁丑，以濟寧等路水，遣官閱視其民，乏食者賑之，仍禁酒，開河泊禁，聽民採食。

**《元史・文宗紀》**天曆二年四月河南廉訪司言：河南府路以兵、旱，民饑，食人肉事覺者五十一人，餓死者千九百五十人，饑者一萬七千四百餘人。乞弛山林川澤之禁，聽民採食，行入粟補官之令，及括江淮僧道餘糧以賑。從之。江浙行省言：池州、廣德、寧國、太平、建康、鎮江、常州、湖州、慶元諸路及江陰州，饑民六十餘萬戶，當賑糧十四萬三千餘石。從之。

又　至順三年正月，慶遠南丹等處溪洞軍民安撫司言所屬宜山縣饑疫，死者衆，乞以給軍積穀二百八十石賑糶，從之。

**《明史・孝宗紀》**〔弘治十四年閏七月〕戊戌，振兩畿、江西、山東、河南水災。八月己酉，免河南被災稅糧。是月，和碩諸部犯固原，大掠草州、環縣、萌城、靈州。己巳，減光祿寺供應，如元年制。和碩諸部犯寧夏東路。九月丙子朔，日有食之。丁亥，遣使募兵於延綏、寧夏、甘、涼。甲辰，召史琳還，起秦紘為戶部尚書兼副都御史，代之。冬十月丙寅，以馬文升為吏部尚

書，劉大夏為兵部尚書。十月癸巳，分遣侍郎何鑑、大理寺丞吳一貫振邳兩畿、山東、河南饑民。十二月戊辰，遼東大饑，振之。是月，寇出河套。是年，免湖廣、江西、山西、山東、陝西、河南、畿內被災稅糧。安南、琉球入貢。

十五年春正月丙子，朱暉帥師還。丙戌，大祀天地於南郊。二月癸丑，免河南被災稅糧。三月癸未，罷饒州督造瓷器中官。庚寅，賜康海等進士及第，出身有差。夏四月壬寅，振京師貧民。五月庚子，免湖廣被災秋糧。秋七月己卯，錄劉基後裔世襲指揮使。己丑，王軾破斬米魯，貴州賊平。辛卯，命各邊衛設養濟院、漏澤園。八月庚戌，以南京、鳳陽霪雨大風，江溢為災。遣使祭告，敕兩京羣臣修省。九月庚午朔，日有食之。戊子，放減內府所畜鳥獸。冬十月癸卯，罷明年上元燈火。十一月壬申，瓊州黎賊作亂。甲午，罷廣東採珠。十二月己酉，《大明會典》成。辛亥，以病不視朝。是月，免南畿被災秋糧。是年，琉球、安南入貢。

**《明史·成祖紀》**〔永樂九年，〕是年，浙江、湖廣、河南、順天、揚州水，河南、陝西疫，遣使振之。

**《明史·憲宗紀》**〔成化二十年，〕是秋，陝西、山西大旱，饑，人相食。停歲辦物料，免稅糧，發帑轉粟，開納米事例振之。

**《明史·武宗紀》**〔正德十三年春正月辛丑朔，〕是月，振兩畿、山東水災。給京師流民米，人三斗。瘞死者。

又〔正德十四年，〕是歲，淮、揚饑，人相食。

**《明史·莊烈帝紀》**〔崇禎九年二月，〕山西大饑，人相食。

又〔崇禎十三年，〕是年，兩畿、山東、河南、山、陝旱蝗，人相食。

又〔崇禎十四年七月，〕是月，臨清運河涸。京師大疫。

**《明史·福恭王常洵傳》**崇禎時，常洵地近屬尊，朝廷尊禮之。常洵日閉閣飲醇酒，所好惟婦女倡樂。秦中流賊起，河南大旱、蝗。人相食，民間藉藉，謂先帝耗天下以肥王，洛陽富於大內。

**《明史·石璞傳》**河決沙灣，命治之。璞以決口未易塞，別濬渠，自黑洋山至徐州，以通漕艘，而決口如故。乃命內官黎賢等偕御史彭誼助之。于沙灣築石堤以禦決河，開月河二，引水益運河以殺水勢，決乃塞。璞還，言：京師盜賊多出軍伍。間有獲者，輒云糧餉虧減，妻孥饑凍故。又聞兩畿、山東、河南被災。窮民多事剽掠，不及今拊循，恐方來之憂甚於邊患。口外守軍，夜行晝伏，艱苦萬狀。今邊疆未靖，宜增餉以作士氣，乃反減其月糧，此實啟盜悞國之端，非節財足用之術。帝深納其言。沙灣復決，璞再往治之。

**《明史·張瑄傳》**景泰時，賜敕為吉安知府。俗尚巫，迎神無休日。瑄遇諸途，投神水中。俄遘危疾，父老皆言神為祟，請復之。瑄怒，不許，疾亦愈。歲大饑，陳牒上官，不俟報，輒發廩振貸。

**《明史·張鵬傳》**出按大同，宣府，奏：兩鎮軍士敝衣菲食，病無藥，死無棺，乞官給醫藥棺槥，設義冢，俾饗厲祭，死者蒙恩，則生者勸。帝立報可，且命諸邊概行之。

**《明史·陳士啟傳》**〔永樂十二年〕青州饑，疏請振之粟。使至，而饑民倍。士啟復上疏，先出粟予民，謂使者曰：有罪吾獨任。廷議竟從之。

**《明史·孫鼎傳》**正統八年通州旱饑，奏蠲糧三千四百餘石。

**《明史·黃潤玉傳》**南丹衛處萬山中，戍卒冒瘴多死，為奏徙夷曠地。

**《明史·章綸傳》**成化元年，兩淮饑，奏救荒四事。皆報可。

**《明史·盛顒傳》**時三邊多警，歲復洊饑。顒經畫餽餉無缺，軍民悉安。成化十七年召為刑部右侍郎。居二年，山東旱饑，盜起，改顒左副都御史往巡撫。顒至露禱，大雨霑溉，稿禾復蘇。舉救荒之政，既振，餘粟尚百餘萬石。又推行九則法於諸府，黜暴除苛，民甚德之。

**《明史·鄒緝傳》**〔永樂十九年，緝上疏曰：〕今山東、河南、山西、陝西水旱相仍，民至剝樹皮、掘草根以食。老幼流移，顛踣道路，賣妻鬻子，以求苟活。而京師聚集僧道萬餘人，日耗廩米百餘石，此奪民食以養無用也。

**《明史·張昭傳》**張昭，不知何許人。天順初，為忠義前衛吏。英宗復辟甫數月，欲遣都指揮馬雲等使西洋，廷臣莫敢諫。昭聞之，上疏曰：安內救民，國家之急務；慕外勤遠，朝廷之末策。漢光武閉關謝西域，唐太宗不受康國內附，皆深知本計者也。今畿輔、山東仍歲災歉，小民絕食逃竄，妻子衣不蔽體，被薦裹席，鬻子女無售者。家室不相完，轉死溝壑，未及埋瘞，已成市臠，此可為痛哭者也。望陛下用和番之費，益以府庫之財，急遣使賑邮，庶饑民可救。

**《明史·虎臣傳》**會陝西大饑，巡撫鄭時將請振，臣齎奏行，陳饑歉狀，詞激切，大獲振貸，已。上言：臣鄉比歲災傷，人相食，由長吏貪殘，賦役

失均。請敕有司審民戶，編三等以定科徭。從之。

**《明史・鄺野傳》** 宣德四年，振闕中饑。在陝久，刑政清簡。父憂服除，擢應天府尹。蠲苛急政，市征田稅皆酌其平。【略】〔正統〕六年，山東災。埜請寬民間孳牧馬賠償之令，以甦其力。

**《明史・丁鉉傳》** 〔正統〕九年，出理四川茶課，奏減其常數，以俟豐歲。振饑江淮及山東、河南，民咸賴之。

**《明史・黃裳傳》** 黃裳，字元吉，曲江人。俱進士，授御史。裳嘗言寧、紹、台三府疫死三萬人，死者宜蠲租，存者宜振恤。

**《明史・王文傳》** 〔景泰〕五年三月，江、淮大水，復命巡視。先是蘇、松、常、鎮四府糧，四石折白銀一兩，民以為便。後戶部復徵米，令輸徐、淮，凡一百十餘萬石。率三石而致一石，有破家者。文用便宜停之，又發廩振饑民三百六十餘萬。【略】〔景泰〕三年春，加太子太保。時陳鑑鎮陝西，將還，文當代。諸御史交章留之，乃改命侍郎耿九疇。南京地震，江、淮北大水，命巡視。偕南九卿議上軍民便宜九事。又言徐、淮間饑甚，而南京儲蓄有餘，請盡發徐、淮倉粟振貸，而以應輸南京者輸徐、淮補其缺。皆報可。

**《明史・江淵傳》** 〔景泰〕五年春，山東、河南、江北饑，命同平江侯陳豫往撫。淵前後條上軍民便宜十數事。并請築淮安月城以護常盈倉，廣徐州東城以護廣運倉。悉議行。時江北洊饑，淮安糧運在塗者，淵悉追還備振，漕卒乘機侵耗。事聞，遣御史按實。

**《明史・劉吉傳》** 弘治二年二月旱，帝令儒臣撰文禱雨。吉等言：邇者奸徒襲李孜省、鄧常恩故術，見月宿在畢，天將陰雨，遂奏請祈禱，覬一驗以希進用。倖門一開，爭言祈禱，要寵召禍，實基於此，祝文不敢奉詔。帝意悟，遂已之。五月以災異請帝修德防微，慎終如始。八月又以災異陳七事。代王獻海青，吉等言登極詔書已卻四方貢獻，乞勿受。明年三月偕同列上言：陛下聖質清羸，與先帝不同。凡宴樂游觀，一切嗜好之事，宜悉減省。左右近臣有請如先帝故事者，當以太祖、太宗典故斥退之。祖宗令節宴游皆有時，陛下法祖宗可也。土魯番使者貢獅子還，帝令內閣草敕，遣中官送之。吉等言不宜優寵太過，使番戎輕中國。事遂寢。既又言：獅子諸獸，日飼二羊，歲當用七百二十，又守視校尉日五十人，皆繁費。宜紹諸獸食，聽自斃。帝不能用。十二月，星變，又言：邇者妖星出天津，歷杵臼，迫營室，其占為兵，為饑，為水旱。今兩畿、河南、山西、陝西旱蝗，四川、湖廣歲不登。倘明年復然，恐盜賊竊發，禍亂將作。願陛下節用度，罷宴游，屏讒言，斥異教，留懷經史，講求治道。沙河修橋，江西造瓷器，南海子繕垣牆，俱非急務，宜悉停止。帝嘉納之。

**《明史・高谷傳》** 〔景泰〕二年進少保、東閣大學士。易儲，加太子太傅，給二俸。應天、鳳陽災，命祀三陵，振貧民。

**《明史・張驥傳》** 〔正統八年〕命巡視濟寧至淮、揚飢民。驥立法捕蝗，停不急務，蠲逋發廩，民賴以濟。

**《明史・孔鏞傳》** 成化元年，用葉盛等薦，擢高州試知府。前知府劉海以猺警，閉城門自護。鄉民避猺至者輒不納，還為猺所戕。又疑民陰附賊，輒戮之。賊緣是激衆怒，為內應，城遂陷。鏞至，開門納來者，流亡日歸。城不能容，別築城東北居之。附郭多暴骸，民以疫死，復為義塚瘞焉。

**《明史・王竑傳》** 〔景泰〕四年正月以災傷叠見，方春甚寒，上言：請敕責諸臣痛自修省，省刑薄斂，罷無益之工，嚴無功之賞，散財以收民心，愛民以植邦本。陛下益近親儒臣，講道論德，進君子，退小人，以回天意。且引罪乞罷。帝納其言，遂下詔修省，求直言。先是鳳陽、淮安、徐州大水，道殣相望，竑上疏奏，不待報，開倉振之。至是山東、河南飢民就食者坌至，廩不能給。惟徐州廣運倉有餘積，竑欲盡發之，典守中官不可。竑往告曰：民旦夕且為盜。若不吾從，脫有變，當先斬若，然後自請死耳。中官憚竑威名，不得已從之。竑乃自劾專擅罪。因言廣運所儲僅支三月，請令死罪以下，得于被災所入粟自贖。帝復命侍郎鄒幹齎帑金馳赴，聽便宜。竑乃躬自巡行散振，不足，則令沿淮上下商舟，量大小出米，全活百八十五萬餘人。勸富民出米二十五萬餘石，給飢民五十五萬七千家。賦牛種七萬四千餘，復業者五千五百家，他境流移安輯者萬六百餘家。病者給藥，死者具棺，所鬻子女贖還之，歸者予道里費。人忘其饑，頌聲大作。初帝聞淮、鳳飢，尤甚。及得竑發廣運倉自劾疏，喜曰：賢哉都御史，活我民矣。尚書金濂、大學士陳循等皆稱竑功。是年十月，就進左副都御史。時濟寧亦飢，帝遣尚書沈翼齎帑金三萬兩往振。翼散給僅五千兩，餘以歸京庫。竑劾翼奉使無狀，請仍易米備振，從之。明年二月上言：比年飢饉薦臻，人民重困。頃冬春之交，雪深數尺，淮河抵海，冰凍四十餘里，人畜僵死萬餘，弱者鬻妻子，強者肆劫攸，衣食

路絕，流離載途。陛下端居九重，大臣安處廊廟，無由得見。使目擊其狀，未有不為之流涕者也。陛下嗣位以來，非不敬天愛民，而天變民窮特甚者，臣竊恐聖德雖修而未至，大倫雖正而未篤，賢才雖用而未收其效，邪佞雖屏而未盡其類，仁愛施而實惠未溥，財用省而上供未節，刑罰寬而冤獄未伸，工役停而匠力未息，法制頒而奉行或有更張，稅賦免而有司或仍牽制。有一于此，皆足以干和召變。伏望陛下修厥德以新厥治。欽天命，法祖宗，正倫理，篤恩義，戒逸樂，絕異端，斯修德有其誠矣。進宗良，遠邪佞，公賞罰，寬賦役，節財用，戒聚斂，卻貢獻，罷工役，斯圖治有其實矣。如是而災變不息，未之有也。帝褒納之，敕內外臣工同加修省。

**《明史・林聰傳》** 英宗復辟，超拜左僉都御史，出振出東飢，活飢民百四十五萬。【略】成化二年，淮南、北飢，聰出巡視。奏貸漕糧及江南餘糧以振，民德之如山東。

**《明史・項忠傳》** 〔天順初，〕時陝西連歲災傷，忠發廩振，且請輕罪納米，民賴以濟。【略】忠之下令逐流民也，有司一切驅逼。不前，即殺之。民有自洪武中占籍者，亦在遣中。戍者舟行多疫死。

**《明史・余子俊傳》** 余子俊，字士英，青神人。父祥，戶部郎中。子俊舉景泰二年進士，授戶部主事，進員外郎。在部十年，以廉幹稱。出為西安知府。歲饑，發廩十萬石振貸。區畫以償，官不損而民濟。

**《明史・丘弘傳》** 〔成化〕六年夏，山東、河南大旱，弘請振。因言：四方告災，部臣拘成例，必覆實始免。上雖蠲租，下鮮實惠。請自今遇災，撫按官勘實，即與蠲除。從之。

**《明史・汪奎傳》** 〔成化〕二十一年，星變，偕同官疏陳十事，言：【略】陝西、山西、河南頻年水旱，死徙大半，山、陝之民僅存無幾，宜核被災郡縣，概與蠲除。【略】山、陝、河、洛饑民多流鄖、襄，至骨肉相噉，請大發帑庾振濟，消弭他變。

**《明史・馬文升傳》** 〔成化〕二十一年，進右都御史，總督漕運。淮、徐、和饑，移江南糧十萬石，鹽價銀五萬兩振之。【略】〔成化初〕振鞏昌，臨洮饑民，撫安流移。績甚著。【略】〔弘治二年，〕陝西地大震。文升言：此外寇侵凌之兆。今和碩方跳梁，而海內民困財竭，將懦兵弱。宜行仁政以養民，講武備以固圉。節財用，停齋醮，止傳奉冗員，禁奏乞閒地，日視二朝，以勤庶政。且撤還陝西織造內臣，振鄜被災者家。帝納其言，內臣立召還。【略】〔弘治明年〕山東久旱，浙江及南畿水災，文升請命所司振鄜，練士卒以備不虞。帝皆深納之。

**《明史・何喬新傳》** 〔成化十六年，〕山西大饑，人相食。命往賑，活三十餘萬人，還流冗十四萬戶。

**《明史・樊瑩傳》** 〔成化〕十六年，雲南景東衛晝晦七日，宜良地震如雷，曲靖大火數發，貴州亦多災異，命瑩巡視。至則劾鎮巡官罪，黜文武不職者千七百人。廉知景東之變，乃指揮吳勇侵官帑，圖脫罪，因雲霧晦冥，虛張其事，劾罪之。還進本部尚書。

**《明史・韓邦奇傳》** 世宗即位，起山西左參議，分守大同。歲飢，人相食，奏請發帑，不許。

**《明史・楊博傳》** 〔萬曆〕十九年，還理部事。河南大饑，人相食，請發銀米各數十萬。

**《明史・鍾化民傳》** 〔萬曆〕二十二年，河南大飢，人相食，命化民兼河南道御史往振。

**《明史・陳登雲傳》** 出按河南。歲大飢，人相食。副使崔應麟見民啖澤中雁矢，囊示登雲，登雲即進之於朝。帝立遣寺丞鍾化民齎帑金振之。

**《明史・楊嗣昌傳》** 闖河大旱，人相食，土寇蜂起。

**《明史・熊明遇傳》** 熊明遇，字良孺，進賢人。萬曆二十九年進士。知長興縣。四十三年擢兵科給事中，旋掌科事。上疏極陳時弊，言：今春以來，天鼓兩震於晉地，流星晝隕於清豐，地震二十八，天火九，石首雨菽，河內女妖，遼東兵端吐火，即春秋二百四十年間，未有稠於今日者。且山東大祲，人相食。

**《明史・吳甘來傳》** 〔崇禎〕七年，西北大旱，秦、晉人相食，疏請發粟以振。

**《明史・汝明傳》** 汝明，夏縣人。天啓初舉於鄉。性孝友。崇禎間歲大祲，傾廩振濟，立義塚，瘞暴骨。授蠡縣知縣，聞鄉邑又饑，貽書其子令振救如初。

**《明史・三接傳》** 三接，文水人。舉崇禎六年鄉試，知河間縣。歲旱饑，人相食。

**《明史・徐世淳傳》**　世淳，崇禎中舉人。十三年冬，歷隨州知州。州嘗被賊，居民蕭然。世淳知賊必復至，集士民隨以死守。會歲大荒，士多就食粥廠，嘆曰：可使士以餒失禮乎？分粟振之。

**《明史・武大烈傳》**　芳奕，慷慨負智畧，與秉衡同舉于鄉，為昌樂知縣。解官歸，歲大歉，人相食，傾橐濟之。

**《明史・王勵精傳》**　王勵精，蒲城人。崇禎中，由選貢生授廣西府通判，仁恕善折獄。歲凶，毀銀帶易粟，減價糶。富人聞之，爭出粟，價遂平。

**《明史・虞謙傳》**　〔永樂八年〕又言：徐州、呂梁二洪，行舟多阻，請每洪增挽夫二百，月給廩，官牛一百，暇時聽民耕，大舟至用以挽。人以為便。嘗督運木，役者大疫。謙令散處之，疫遂息。

**《明史・鄭賜傳》**　鄭賜，字彥嘉，建寧人。洪武十八年進士。授監察御史。時天下郡邑吏多坐罪謫戍，賜嘗奉命於龍江編次行伍。方暑，諸囚憊甚。賜脫其械，俾憩舍止息，周其飲食，病者與醫藥，多所全活。

**《明史・王英傳》**　〔宣宗〕八年，命理部事。浙江民疫，遣祭南鎮，時久旱，英至，大雨，民呼侍郎雨。

**《明史・陳瑄傳》**　景泰五年，山東饑，奉詔振邹。

**《明史・陳瑄傳》**　〔成化年間〕淮、揚饑疫，者糜施藥，多所存濟。

**《明史・張輔傳》**　〔永樂九年〕，其年七月，破賊帥鄧景異於月常江，獲船百餘，生擒偽元帥鄧宗稷等，又捕斬別部賊首數人。以瘴癘息兵。

**《明史・夏原吉傳》**　浙西大水，有司治不效。永樂元年命原吉治之。尋命侍郎李文郁為之副，復使僉都御史俞士吉齎水利書賜之。原吉請循禹三江入海故跡，濬吳淞下流，上接太湖，而度地為閘，以時蓄洩。從之。役十餘萬人。原吉布衣徒步，日夜經畫。盛暑不張蓋，曰：民勞，吾何忍獨適。事竣，還京師，言水雖由故道入海，而支流未盡疏洩，非經久計。明年正月，原吉復行，浚白茆塘、劉家河、大黃浦。大理少卿袁復為之副。已，復命陝西參政宋性佐之。九月工畢，水洩，蘇、松農田大利。三年還。其夏，浙西大飢。命原吉率俞士吉、袁復及佐通政趙居任往振，發粟三十萬石，給牛種。有請召民佃水退淤田益賦者，原吉馳疏止之。姚廣孝還自浙西，稱原吉曰：古之遺愛也。

**《明史・郁新傳》**　永樂元年，河南蝗，有司不以聞，新劾治之。

**《明史・劉辰傳》**　永樂初，李景隆言辰知國初事，召至預修《太祖實錄》。遷江西布政司參政，奏蠲九郡荒田糧。歲饑，勸富民貸饑者，蠲其徭役以為之息。官為立券，期年而償。

**《明史・楊砥傳》**　永樂十年，遷北京行太僕寺卿。時吳橋至天津大水決堤傷稼。砥請開德州東南黃河故道及土河，以殺水勢。帝命工部侍郎蘭芳經理之。定牧馬法，請令民五丁養種馬一匹，十馬立羣頭一人，五十馬立羣長一人，養馬家歲蠲租糧之半。而薊州以東至山海諸衛，土地寬廣，水草豐美，其屯軍人養種馬一匹，租亦免半。帝命軍租盡蠲之，餘悉從其議。於是馬大蕃息。

**《明史・湯宗傳》**　湯宗，字正傳，浙江平陽人。洪武末，由太學生擢河南按察僉事，改北平。建文時上變，言按察使陳瑛受燕邸金錢，有異謀。詔逮瑛，安置廣西，而遷宗山東按察使。坐事，左遷刑部郎中，出知蘇州府。蘇連歲水，民流，逋租百餘萬石。宗論富民出米代輸。富民知其愛民，不三月悉完納。【略】宣宗初，清軍山東。會天久不雨，極陳民間饑困狀。帝為蠲租免役，罷不急之務。

**《明史・儀智傳》**　蘇州、淮安諸郡積雪，民凍餓死者相枕藉。沙灣築河，役山東河南九萬人，責民間鐵器數萬具。銘請於帝，多所寬恤。因災異，言消弭在敬天法祖，省刑薄斂，節用愛人，錄皇明祖訓錄以進，深見獎納。

**《明史・藺芳傳》**　〔永樂〕十年，河決陽武，灌中牟，祥符、尉氏，遣芳按視。芳言：中塩隄當暴流之衝，請加築塞。又言：自中灤分導河流，使由故道北入海，誠萬世利。又言：新築岸埽，止用草索，不能堅久。宜編木成大囷，貫樁其中，實以瓦石，復以木橫貫樁表，牽築堤上，則殺水固隄之長策也。詔悉從之。其後築隄者遵用其法。

**《明史・周忱傳》**　正統初，淮、揚災，鹽課虧，敕忱巡視。奏令蘇州諸府，撥餘米一二萬石運揚州塩場，聽抵明年田租，竈戶得納鹽給米。時米貴塩賤，官得積塩，民得食米，公私大濟。【略】忱嘗言：吳淞江畔有沙塗柴場百五十頃，水草茂盛，蟲蜦多生其中。請募民開墾，可以足課，消蟲災。【略】景泰初，江北大饑，都御史王竑從忱貸米三萬石。忱為計至來年麥熟，以十萬石畀之。

**《明史・鄭辰傳》**　正統二年，奉命振南畿。河南饑。時河堤決，即命

辰伺便修塞。或議自大名開渠，引諸水通衛河，利灌輸。辰言勞民不便，事遂寢。

**《明史・周瑄傳》** 景泰元年，以尚書王直薦，超拜刑部右侍郎。久之，出振順天、河間饑。未竣，而英宗復位。有司請召還。不聽。復賜敕，令便宜處置。瑄遍歷所部，大舉荒政，先後振饑民二十六萬五千，給牛種各萬餘，奏行利民八事。【略】〔正統十四年，〕外郡送囚，一日至八百人。瑄慮其觸熱，三日決遣之殆盡。【略】成化改元，鳳陽、淮徐饑，以瑄言發廩四十萬以振。久之，遷南京刑部尚書。令諸司事不須勘者，毋出五日，獄無滯囚。暑疫，悉遣輕繫者，曰：召汝則至。囚歡呼去，無失期者。

**《明史・楊鼎傳》** 〔成化四年，〕湖廣頻歲饑，發廩已盡，及是有秋，用鼎言，發庫貯銀布，易米備災。淮、徐、臨、德四倉，舊積糧百餘萬石，後餉乏民饑，輒請移用，粟且賈。鼎議上贖罪、中鹽、折鈔、徵逋六事行之。由是諸倉有儲蓄。

**《明史・翁世資傳》** 〔成化初年，〕以右副都御史巡撫山東。歲饑，發倉儲五十餘萬石以振，撫流亡百六十二萬人。

**《明史・陳俊傳》** 成化初，擢南京太常少卿。四年召拜戶部右侍郎。俊練習錢穀。四方災傷，邊鎮急芻餉，奏請還至，裁決咸當，尚書楊鼎深倚之。京師大饑，先後發太倉粟八十萬石平糶。石值六錢，豪猾乘時射利。俊請糶以升斗為率，過一石勿與，饑民獲濟。

**《明史・林鄂傳》** 〔成化初，〕歲饑，奏減民租十五萬石。

**《明史・陳鎰傳》** 英宗即位之三月，擢右副都御史，與都督同知鄭銘鎮守陝西，北方饑民多流移就食。鎰道出大名見之，疏陳其狀，詔免賦役。正統改元，鎰言陝西用兵，民困供億，派徵物料，乞悉停免。詔可。明年五月，以勞績下敕獎勵，因命巡延綏、寧夏邊。所至條奏軍民便宜，多所廢置。所部六府饑，請發倉振。帝從輔臣請，修荒政。鎰請偏行於各邊，由是塞上咸有儲蓄。【略】〔正統〕九年春，進右都御史，鎮守如故。秦中饑，乞蠲租十之四，其餘米布兼收。【略】景泰二年，陝西饑，軍民萬餘人：願得陳公活我。監司以聞，帝復命之。

**《明史・賈銓傳》** 〔天順四年，〕為右副都御史，巡撫山東，尋兼撫河南。【略】河南饑，請停徵課馬。皆許之。

**《明史・王宇傳》** 〔天順元年，〕頃之，擢山東右布政使，命撫恤所屬饑民。

**《明史・劉孜傳》** 成化元年，應天饑，方振貸，而江北饑民就食者衆。孜請盡發諸縣廩，全活無算。【略】天順中，出為台州知府，有治績，坐累謫晉江丞。憲宗復其職，改知蘇州。姦民攬納秋賦，置之法，得其贓萬緡，以隄沙河，闢官道。大水，民饑，不待奏輒發米二十萬斛以振。

**《明史・雷復傳》** 成化七年時山西大祲，而廷議以陝西用兵，令預徵芻餉，轉輸榆林。復上言：自山西至榆林，道路險絕，民齎銀往易，價騰踴，不免稱貸，償責多破產。今雨雪愆違，饑民疾病流離，困悴萬狀，而應輸綾帛、藥果諸物，又不下萬計。乞依山東例蠲除，仍發帑振贍。帝從之。及發金三萬不足，請鬻鹽四十萬引，并令民入粟授散官。皆報可。

**《明史・原傑傳》** 大水，牧官馬者乏芻，馬多斃，有司責償。傑請免之，開中鹽引入米振饑。疏入，為部所格，景帝卒從傑議。

**《明史・牟俸傳》** 成化八年以左僉都御史巡撫山東。歲祲，請發濟南倉儲減價以糶，令臨清闕稅收米麥濟振。皆從之。時大饑，雖獲振，饑民衆，轉徙益多。俸請敕鄰境撫、按隨所在安輯，秋成資遣復業。又乞開中淮、浙鹽百萬引，盡蠲州縣逋課。詔如所請，更命移臨清倉粟十萬石振之。至七月，俸又言公私困竭，救荒靡策，乞開納粟例，令胥吏得就選，富民授散官，且截留漕糧備振。十月復言：今救荒者止救其饑，不謀其寒。縱得食，終不免僵死。乞貸貧民布棉。帝皆嘉納。俸又檄發東昌、濟寧倉粟十萬餘石為軍士月糧，而以德州、臨清寄庫銀易米振濟，奏請伏專擅罪。帝特宥之。已，復以俸奏，免柴夫折價銀，移河南輸邊粟濟山東，而別給銀為邊餉，山東輸京租二十萬石，給本地用。十年又饑，請發倉儲出貸。撫山東五年，盡心荒政，活饑民不可勝數。

**《明史・楊繼宗傳》** 楊繼宗，字承芳，陽城人。天順初進士。授刑部主事。囚多疫死，為時其食飲，令三日一櫛沐，全活甚衆。

**《明史・王彰傳》** 永樂五年召為禮部侍郎。父喪，服除，改戶部。陝西大疫，奉使祀西嶽。新安民鬻子女償賦。彰奏為蠲除，贖還所鬻。【略】〔永樂〕十九年，帝遣廷臣二十六人巡撫天下，彰與給事中王勵往河南。終明世，大臣得撫鄉土者，彰與葉春而已。河南水災，民多流亡，長吏不加恤。

彰奏黜貪刻者百餘人，罷不急之徵十餘事，招復流民，發廩振貸，多所全活。還朝，命督餉北征。仁宗即位，河溢開封，命彰與都指揮李信徃振恤。

**《明史・魏源傳》** 魏源，字文淵，建昌縣人。永樂四年進士。除監察御史。辨松江知府黃子威誣，奏減浙東瀕海漁課。巡按陝西。西安大疫，療活甚衆。奏言：諸府倉粟積一千九十餘萬石，足支十年。今民疫妨農，請輸鈔代兩稅之半。從之。【略】宣德三年召署刑部右侍郎。五年，河南旱荒，民多轉徙。帝以源廉正有為，命為左布政使，俾馳驛之任。時侍郎許廓徃撫輯，廷議又起丁憂布政使李昌祺原官。源與廓、昌祺發倉廩，免逋賦雜役，流民漸歸。雨亦旋降，歲大豐。

## 紀事

**《東京夢華錄・防火》** 每坊巷三百步許，有軍巡鋪屋一所，鋪兵五人夜間巡警，及領公事又於高處磚砌望火樓，樓上有人卓望。下有官屋數間，屯駐軍兵百餘人，及有救火家事，謂如大小桶、洒子麻搭、斧鋸、梯子、火杈、大索、鐵貓兒之類，每遇有遺火，去處則有馬軍奔報，軍廂主馬步軍殿前三衙開封府，各領軍汲水，撲滅不勞百姓。

**《吳郡志・異聞》** 元豐元年七月四日夜，蘇州大風雨，潮高二丈餘。漂蕩尹山至吳江塘岸，洗滌橋梁，沙土皆盡，惟石僅存。崑山張浦沙保有六百戶，悉漂盡。惟餘五戶空屋，人亦不存。

元豐四年七月，蘇州大水。西風駕湖水，浸沒民居。凡邊湖者皆蕩盡，或舉家不知所在。松江長橋，亦推去其半。橋南至平望，皆如掃，內外死者萬餘人。翌日水退，村人漸獲流尸。蘇匠為棺，一日盡售，無以繼之。人云：吳江以北，民露地而哭。平望以南，刈禾而歌。

**《救荒活民書・拾遺》** 李珏賑濟法

將災傷都分作四等抄劄，仁字係有產稅物業之家，義字係中下户，雖有產稅，災傷實無所收之家，禮字係五等下户，及佃人之田，并薄有藝業，而飢荒難於求趁之人，智字係孤寡貧弱疾廢乞丐之人。除仁字不係賑救，義字賑糶，禮字半濟半糶，智字並濟並給，歷計口如常法，惟濟米預散榜文，十月一次委官支，毗陵與鄱陽嘗行此法，民至于今稱之。

鄱陽賑救法

丁卯鄱陽旱暵，憲使李珏招臣措置荒政，李昔守毗陵，賑救有聲，臣見約束簡明，無俟更改，但乞將義倉米，每日就城中，多置場，減價出糶，先救城內外之民，却以此錢納價計口，逐月一頓支給，以濟村落之民，非惟深山窮谷，皆沾實惠，且免減竊拌和之弊，一物兩用，其利甚博，會李不權州，臣迫官期出局，故行之未免作輟，良可嘆息，或謂賑饑給錢，非法令所載，臣曰，此庸儒之論，且村民得錢，非惟取贖農器，經理生業，以係其心，又可抽贖種子，收買糴斛，和野菜煮食，一日之糧，可化為數日之糧，豈不簡便。已上見中卷賑濟條。

不俟勸分村落有米法

發米下鄉，般運水脚，減竊拌和，弊端非一，故令稅户等認米，謂之勸分，非惟抑配擾民，且適啟閉糴，今莫若責隅官交領常平錢，逐都給與所保土户，每都數千緡，隨都分大小增減，令於豐熟處，循環收糴米豆，歸鄉置場，隨時價出糴，麥熟日以本錢還官，饑荒甚處，賑至小熟，官不抑價，只認都內有米，其領錢不興販，及興販而不歸本鄉糴者，皆有罰，利之所在，人自樂為，富室亦恐後時，爭先發廩矣，何必勸分擾擾為也。

**又** 捕蝗法

蝗在麥苗禾稼深草中者，每日侵晨，盡聚草梢食露，體重不能飛躍，宜用箕箒栲栳之類，左右抄掠，傾入布袋，或蒸或焙，或澆以沸湯，或掘坑焚火，傾入其中。若只瘞埋，隔宿多能穴地而出，不可不知。

蝗最難死，初生如蟻之時，用竹作撻，非惟擊之不盡，且易損壞，莫若只用舊皮鞋底，或草鞋舊鞋之類，蹲地摑搭，應手而斃，且狹小不損傷苗稼。一張牛皮或裁數十枚，散與甲頭，復收之。北人聞亦用此法。

蝗有在光地者，宜掘坑於前，長闊為佳，兩傍用板及門扇連接八字舖擺，却集衆用木板發喊趕逐入坑。又於對坑用掃箒十數把，俟有跳躍而上者復掃下，覆以乾草，發火焚之，然其下終是不死，須以土壓之，過一宿乃可。

捕蝗不必差官下鄉，非惟文具，且一行人從，未免蠶食里正，其里正又只取之民户，未見除蝗之利，百姓先被捕蝗之擾，不可不戒。

附郭鄉村，即印捕蝗法，作手榜告示，每米一升換蝗一斗，不問婦人小兒，携到即時交與，如此，則回環數十里內者可盡矣。

五家為里，姑且警衆，使知不可不捕，其要法只在不惜常平義倉錢米，博換蝗虫，雖不驅之使捕，而四遠自臨湊矣，然須於稽考錢米必支，儻或減尅邀勒，則捕者沮矣。國家貯積，本為斯民，今蝗害稼，民有餓殍之憂，譬之賑濟，因以捕蝗，豈不勝於化為埃塵，耗於鼠雀乎。

燒蝗法，掘一坑，深闊約五尺，長倍之，下用乾柴茅草，發火正炎，將袋中蝗虫傾下坑中，一經火氣，無能跳躍，此詩所謂秉畀炎火是也。古人亦知瘞埋可復出，故以火治之，事不師古，鮮克有濟，誠哉是言。

又　隋末，河南山東大水，餓殍滿野，死者數萬人。

又　天寶十三年，水旱相繼，關中大饑。

**《桂海虞衡志・雜志》**　瘴，二廣惟桂林無之，自是而南皆瘴鄉矣。瘴者，山嵐水毒與草莽渗氣，鬱勃蒸熏之所為也，其中人如瘧狀，治法雖多，常以附子為急，須不換金正氣散為通用。邕州兩江水土尤惡，一歲無時無瘴。春曰青草瘴，夏曰黄梅瘴，六七月曰新禾瘴，八九月曰黄茅瘴。土人以黄茅瘴為尤毒。

**《元史・世祖紀》**　〔至元十八年〕秋七月辛酉，唆都征占城，賜駝蓬以辟瘴毒。

又　〔至元十九年〕夏四月戊申，寧國路太平縣饑，民採竹實為糧，活者三百餘戶。八月江南水，民饑者衆，真定以南旱，民多流移，和爾果斯請所在官司發廩以賑，從之。九月丁巳朔，賑真定饑民，其流移江南者，官給糧，使還鄉里。

又　〔至元二十年〕夏四月丙辰，萊縣、蒲臺旱饑，出米下其直賑之。癸酉，尚書省臣言：近以江淮饑，命行省賑之，吏與富民因緣為姦，多不及於貧者。今杭、蘇、湖、秀四州復大水，民鬻妻女易食，請輟上供米二十萬石，審其貧者賑之。帝是其言。

**《浙西水利書・提要》**　太湖綿亘數百里，受諸州山澗之水散注，澱山等湖經松江以入海。其稍高昂者，則受杭禾之水達黄浦以入海。瀇潦時至輒泛溢為患，蓋以圍田掩遏水勢，無所發洩而塘港湮塞故也。

**《浙西水利書》**　吴中本江海太湖故地，魚龍之宅。而居民與水爭尺寸，以故常被水患，蓋理之當然。不可復以人力疏治，是大不然。臣到吴中二年，雖為多雨，亦未至過甚，而蘇、湖、常三州皆大水，害稼至十七八。今年，淫雨過常，三州之水遂合為一。太湖、松江與海渺然無辨者，蓋因二年不退之水，非今年積雨所能獨致也。父老皆言，此患所從來未遠，不過四五十年耳，而近歲特甚。蓋人事不修之積，非特天時之罪也。三吴之水瀦為太湖，太湖之水溢為松江以入海。

**《今言・京城災疫》**　嘉靖丙午，京城大水。明年，歲星守營室，西内災，澄城山分崩離析，都城隍廟災。又明年二月，日有異常之變，三月朔，日食於夜，是月望，月食，煖閣又災。尋有孝烈之喪。又明年，有莊敬之戚。《春秋傳》云：王一歲而有三年之喪二焉。謂后及太子也。

**《今言・清寧宫災》**　弘治十一年十月，清寧宫災，詔行寬恤，求直言。内閣上疏曰：竊見頃年災異頻仍，内府火災尤甚。軍器庫火，番經廠火，乾清宫西七所火，内官監火。而清寧宫之災尤為大異。古先聖王遇災而懼，避殿減膳，責己求言。修政事，明賞罰，然後可以轉禍為福，變災為祥。本朝列聖具有故事，今日急宜舉行。向來姦佞熒惑聖聰，妨蠹聖政，以致賄賂公行，刑賞失當，紀綱廢弛，賢否混淆，賦役繁興，科派百出，公私耗竭，軍民困憊。而大小臣僚，被其脅制，畏罪避禍，箝口結舌，下情不達，上澤不宣。愁嘆之聲仰干和氣，災異之積正此之由。今天道昭明，元惡殄喪，聖心開悟，洞察前非。然餘慝未除，宿弊未革，雖聖仁廣大，姑示含容，而中外人心憤鬱未釋，故上天仁愛復有此異。伏願大開離照，獨運乾剛，進賢黜姦，明示賞罰。當行之事，斷在不疑，無更因循，以貽後患。尤望特降綸音，戒諭臣工，痛加修省，廣求直言，指陳時弊，並垂採擇，次第施行，以收人心，以回天意。上悉從之。

**《奇效醫述・治疫》**　予妻孫年十六歲，乙卯春初，偶來寧化衙内暫住。忽然身熱頭痛，其時寧化地方多有出痘者。即用升麻葛根湯發其汗，三日内即，報痘，報痘三日，而嘔吐不止，不能飲食，痘色紫而不顯明，因製連翹牛蒡飲，服一劑即不嘔吐，能進飲食，痘遂出齊起脹，痘出八九日，膿漿雖滿不肯收瘡，身復癸熱，煩燥。予知其症係有餘而毒氣未散，與解毒藥數劑而安。

瘟疫

瘟疫以六淫致疾，嶺南閩廣間名曰障氣。傳染流行，病之最可畏者也。

**《審視瑤函・天行赤熱癥》**　天行赤熱，時氣流行。三焦浮燥，淚澀睛疼，或椒瘡沙擦，或怕熱羞明，或一目而傳兩目，或一目自清寧。往往爾我相

感，因虛被火熏蒸。雖曰淺病，亦弗為輕。倘犯禁戒，變癥蜂生。要分虛實，須辨六經。

此癥目赤痛，或胞腫頭重，怕日羞明，淚涕交流等病。一家之內，一里之中，往往老幼相傳。然有虛實輕重不同，亦因人之虛實，時氣之輕重若何，各隨其所受，而分經絡以發。病有輕重，不可概言。此章專為天時流行，熱邪感染，人或素有目疾及痰火熱病，水少元虛者，爾我傳染不一。若感染輕而本源清，邪不勝正者，七日自愈。蓋火數七，故七日火氣盡而愈。七日不愈，而有二七者，乃再傳也。二七不退者，必其觸犯及本虛之故，須防變生他症矣。

**《宋稗類鈔・吏治・皇祐中吳中大饑》** 皇祐中，吳中大饑。時范文正公領浙西，發粟及募民輸餉，為法甚備。吳人喜競渡，好為佛事。文正縱民競渡，太守日出宴於湖上，居民空巷出遊。大興工役，諸寺鼎興。又新廒倉吏舍，日役千夫。監司奏劾杭州不恤荒政，嬉遊不節，公私興造，傷耗民力。文正乃自條敘，所以宴遊興造，皆欲發有餘之財以惠貧者。服力之人，仰食公私，無慮數萬。荒政之施，莫此為大，是歲兩浙唯杭州晏然，民不流徙。

**《宋稗類鈔・吏治・明末早蝗》** 明道末，天下早蝗。知通州吳遵路，乘民未饑，募富室得錢幾萬貫，分遣倚校，航海糴米於蘇秀，使物價不增。又使民採薪芻，官為收買，以其直糴官米。至冬大雪，即以元價易薪芻與民。官不傷財，民且蒙利。又建茅屋百間以處流移，出俸錢置薦蓆鹽蔬，日與飯參俵。有疾者給藥以治之。其願歸者，具舟續食，還之本土。是歲諸郡率多轉死。惟通民安堵，不知其凶歲也。故其民愛之若父母。明年范文正公安撫淮浙。上公治狀，頒下諸郡。

**《宋稗類鈔・吏治・富弼治災》** 富鄭公為樞密副使，坐石守道詩。自河北宣諭使還，道除知鄆州，徙青州。讒者不已，人皆為公危懼。會河北大饑，流民轉徙東下者六七十萬人。公皆招納之，勸民出粟，自為區畫，散處境內。屋廬飲食醫藥，纖悉無不備。從者如歸市。有勸公非所以處疑弭謗，禍且不測。公傲然弗顧曰：吾豈以一身易此六七十萬人之命哉！卒行之愈力。明年河北二麥大熟，始皆襁負而歸，則公所全活也。於是雖讒公者亦莫不畏服，知不可撓，而疑亦因是浸釋。嘗見其與一所厚書云：在青州二年，偶能全活得數萬人，勝二十四考中書令遠矣。富弼，字彥國，封鄭國公，謚文忠。

**《臺海使槎錄・氣候》** 《廣東志》云：嶺南陰少陽多，故四時之氣闢多於闔，一歲間溫暑過半，元府常開，毛腠不掩，每因汗溢，即致外邪。蓋汗為病之媒，風為汗之本，二者一中，寒瘧相乘，其疾往往為風淫。又云：盛夏士庶出入，率以青布裹頭，蓋南風為厲，一侵陽明，則病不可起，此地正相同。

**《醫林改錯・瘟毒吐瀉轉筋說》** 至我朝道光元年，歲次辛巳，瘟毒流行，病吐瀉轉筋者數省，京都尤甚，傷人過多，貧不能葬埋者，國家發帑施棺，月餘之間費數十萬金。

**《醫林改錯・臟腑記敘》** 至嘉慶二年丁巳，余年三十，四月初旬，遊于灤州之稻地鎮。其時彼處小兒，正染瘟疹痢症，十死八九。無力之家，多半用代蓆裹埋。代蓆者，代棺之蓆也。彼處鄉風，更不深埋。意在犬食，利于下胎不死。故各義塚中，破腹露臟之兒，日有百餘。余每日壓馬過其地，初未嘗不掩鼻，後因念及古人所以錯論臟腑，皆由未嘗親見，遂不避污穢，每日清晨赴其義塚，就羣兒之露臟者細視之。犬食之餘，大約有腸胃者多，有心肝者少。互相參看，十人之內，看全不過三人。連視十日，大約看全不下三十餘人，始知醫書中所繪臟腑形圖，與人之臟腑全不相合，即件數多寡亦不相符。惟胸中膈膜一片，其薄如紙，最關緊要。及余看時，皆以破壞，未能驗明在心下心上，是斜是正，最為遺憾。至嘉慶四年六月，余在奉天府，有遼陽州一婦，年二十六歲，因瘋疾打死其夫與翁，解省擬剮，跟至西關，忽然醒悟，以彼非男子，不忍近前，片刻行刑者提其心與肝肺，從面前過，細看與前次所看相同。後余在京時，嘉慶庚辰年，有打死其母之剮犯，行刑于崇文門外吊橋之南，卻得近前，及至其處，雖見臟腑，膈膜已破，仍未得見。道光八年五月十四日，剮逆犯張格爾，及至其處，不能近前，自思一簣未成，不能終止。不意道光九年十二月十三日夜間，有安定門大街板廠胡同恒宅，請余看症，因談及膈膜一事，留心四十年，未能審驗明確。內有江寧布政司恒敬公言，伊曾鎮守哈密，領兵于喀什噶爾，所見誅戮逆尸最多，于膈膜一事，知之最悉。余聞言喜出望外，即拜叩而問之。恒公鑒余苦衷，細細說明形狀。

**《醫宗金鑒・早苗種法》** 早苗種法用銀管約長五六寸，曲其頸，碾痘痂極細，納於管端，按男左女右對準鼻孔吹入之，至七日而亦發熱。今時多用此法，蓋取其簡便捷入，不致脫落而有透洩苗氣之患也。第恐後人用之不

善，輕吹之則不驟入，重吹之則迅烈難當，且恐流涕過多，苗隨涕去，往往不驗。今欲垂法後世，當取其法之和平穩當萬全者而則效之，此所以獨取於水苗也。

**《續通志・太宗》**　貞觀二年，三月庚午，以旱蝗，責躬大赦。

貞觀二年，八月，是月河南、河北大霜，人饑。

貞觀八年，秋七月，山東、河南、淮南大水，遣使賑恤。

貞觀七年，八月辛未，東西洞獠寇邊，右屯衛大將軍張士貴為龔州道行軍總管以討之，以山東、河南大水遣使賑之。

貞觀十一年，秋七月癸未，大雨，水穀洛溢，乙未詔百官言事。

貞觀十三年，五月甲寅，以旱避正殿，詔五品以上言事，減膳罷役理囚賑乏，乃雨。

貞觀十五年春，三月戊辰，如襄城宮，庚午罷襄城宮分賜百姓。夏四月辛卯，詔以來歲二月，有事於泰山。乙未免洛州今歲租還戶，故給復者加給一年，賜民八十以上物，惸獨鰥寡疾病不能自存者米二斛。慮囚。丙辰詔停封泰山，避正殿，減膳。

貞觀十七年，六月甲午，以旱避正殿減膳，詔京官五品以上言事。

**《續通志・高宗》**　永徽元年，是歲，雍絳同等九州旱蝗，齊定等十六州水。

永徽三年春，正月甲子，以旱避正殿減膳，降囚罪徒以下原之。

永徽四年，夏四月壬寅，以旱慮囚遣使決天下獄，減殿中、太僕馬粟，詔文武官言事。甲辰避正殿，減膳。

永徽六年，九月乙酉，洛水溢，冬十月齊州黃河溢。

顯慶元年，九月庚辰，括州海溢。

顯慶四年，秋七月己丑，以旱避正殿，壬辰慮囚。

乾封二年春，正月丁丑，以旱避正殿，減膳，慮囚。

總章二年，六月戊申，朔日有食之，括州大風雨，海水溢冀州，大水並遣使賑給。

咸亨元年，秋七月甲戌，以雍、華、蒲、同四州旱，遣使慮囚，減中御諸廄馬。

咸亨元年，八月丙寅，以旱避正殿減膳。

上元二年，四月丙戌，以旱避正殿減膳，撤樂詔百官言事。

儀鳳三年，四月丁亥，以旱避正殿，慮囚。

儀鳳二年，夏四月，太子左庶子張大安，同中書門下三品，河南、河北旱，遣使賑給。

開耀元年八月丁卯，以河南、河北大水，遣使賑乏，絕室廬壞者，給復一年，溺死者賜物，人三段。

**《續通志・中宗》**　神龍元年，六月丁巳，河北十七州大水。

神龍二年，夏四月辛丑，洛水溢。

神龍二年，十二月己卯，靈武軍大總管沙吒忠義及突厥戰于鳴沙，敗績。丙戌，以突厥寇邊，京師旱，河北水，減膳，罷土木工。蘇瓌存撫河北。

景龍元年四月丙午，假鴻臚卿臧思言使于突厥，死之，以旱避正殿，減膳。

景龍三年六月庚子，以旱避正殿，減膳，撤樂，詔括天下圖籍。壬寅慮囚。癸卯，楊再思薨。秋七月丙辰，西突厥娑葛降。辛酉，許婦人非緣夫子封者蔭其子孫。癸亥慮囚，庚辰澧水溢。

**《續通志・睿宗》**　延和元年七月丙戌，以旱減膳。

延和二年二月，追作先天元年，酺六日。辛丑，以雨霖，避正殿，減膳。

**《續通志・玄宗》**　開元二年春，正月，關中自去秋至于是月不雨。壬午遣使賑給，求直諫，寬繫囚，祠名山大川。甲申，并州節度大使薛訥，同紫微黃門三品總兵以伐奚契丹。

開元三年五月丁未，以旱慮囚。戊申，避正殿，減膳。六月，山東諸州大蝗，遣御史下諸道捕之。

開元四年二月丙辰，如新豐之溫湯。辛酉，吐蕃寇松州，廓州刺吏蓋思貴伐之。丁卯，至自溫湯。癸酉，松州都督孫仁獻及吐蕃戰，敗之。以關中旱，遣使祈雨于驪山。夏六月癸亥，太上皇崩。癸酉，突厥可汗默啜為九姓拔曳固所殺，斬其首送京師。是夏，山東、河南、河北蝗蟲大起，遣使分捕之。秋七月丁丑，吐蕃請和。丁酉，洛水溢。

開元五年春正月癸卯，太廟四室壞，遷神主于太極殿，帝素服避正殿，輟朝五日。己酉享于太極殿。辛亥，如東都。二月甲戌大赦，唯謀反大逆不在赦限。給復河南一年。免河南、河北遭水及蝗蟲處今年租。

開元五年，六月壬午，鞏縣暴雨連月，山水泛溢，汜水同日泛溢。

開元六年，夏六月甲申，瀍水溢。

開元十五年，九月，回紇襲甘州，王君㚟死之。朔方節度使蕭嵩兼判涼州事總兵，以禦吐蕃。河北饑，轉江淮米百萬石賑之。

開元十八年六月壬午，瀍、洛水溢。閏月己丑，令范安及韓朝宗就二水源疏決之。

開元二十一年十二月，是歲京師饑，詔出太倉米二百萬石給之。

**《續通志・肅宗》** 乾元二年四月乙巳，史思明僭號於魏州。癸亥，以久旱，徙市雩祈雨。

**《續通志・代宗》** 廣德四年八月，以久雨民困，官出米二萬石，減糶以惠貧民。

**《續通志・德宗》** 貞元十一年五月庚午，以旱命有司慮囚。

貞元十三年夏四月，以旱慮囚。

貞元十四年六月乙巳，以旱出太倉粟賑貸。

貞元十四年冬十月癸酉，以穀貴，出太倉粟減價糶之。

**《續通志・憲宗》** 永貞元年九月丙子，以亢旱賑申光蔡米十萬石，陳許五萬石。

元和四年十一月癸卯，以浙西旱，出米二萬石賑之。

元和七年春正月己巳，以刑部尚書趙宗儒為興元尹山南西道節度使。癸酉，振武河溢，毀東受降城。二月壬辰以京畿旱，出粟三十萬石賑之。其元和六年所貸粟並放免。三月庚午，敕諸司慮囚。夏四月癸巳，詔民田種桑。

元和八年十二月丙午，以金吾衛將軍田進為夏綏銀節度使。滑州薛平魏博田弘正於黎陽界，開古黃河道以紓水患。

元和九年五月癸酉，以旱免京畿夏稅。

**《續通志・文宗》** 太和四年五月丁丑，以旱命京城諸司慮囚。

太和六年正月戊寅，以蘇湖二州水，發米二十二萬石賑之。

太和九年三月乙丑，以歲饑，賜魏博六州粟五萬石，陳許鄆曹濮等州各二萬石。

**《續通志・穆宗》** 長慶二年冬十月甲寅，以江淮諸州旱損，詔取常平義倉粟減價糶之。

長慶二年十二月甲午，內出絹二百匹，賑兩市癃殘窮人。

癸亥二年六月，以旱命諸司疏理繫囚。

**《續通志・宣宗》** 大中八年春三月，以旱慮囚。

**《續通志・懿宗》** 大中元年正月癸未，以旱避正殿，減膳徹樂，出宮女，縱鷹隼，止營繕，理京師繫囚。

**《續通志・僖宗》** 乾符元年夏四月辛卯，以旱慮囚。

乾符三年，五月庚子，以旱慮囚，免浙東西今歲稅。

廣明元年三月辛未，以旱避正殿，減膳。

**《續通志・昭宗》** 大順二年三月甲申，以星變大赦，避正殿，減膳徹樂。賜兩軍金帛，贖所畧男女還其家。民年八十以上及廢疾不能自存者，長吏存卹。訪武德功臣子孫。

乾寧元年秋七月，李茂貞克閬州，楊復恭、楊守亮、楊守信出走，以雨霖避正殿，減膳，鄭綮罷楊守厚卒。其將常再榮，以綿州附於王建。

乾寧三年四月壬午，武安軍亂殺，其節度使劉建鋒，其將馬殷自稱兵馬留後。滑州河溢，朱全忠因決為二渠。

天復元年二月甲寅，朔以旱避正殿，減膳。

天祐三年九月，楊渥克洪州，執鍾匡時楊崇本攻夏州，匡國軍節度使劉知俊擊敗之，擒坊州刺史劉彥暉。是月以霖雨禁于都門。

# 人物總部

主　編：周　青

副主編：梁昆生　王　寅

編　委：

馬開陽　王立娜　陳東元　周紅黎

孫豔紅　蓋沂超　段紅菊　王曉穎

張　明　邵貴宏　葉常春　張曉琳

汪　劍　于　瀚

# 《人物總部》提要

本總部主要輯錄歷代與衛生相關的人物內容，反映了中國古代衛生學的發展源流及其成就。本總部力圖鉤玄勒要，讀者通過查閱本書，即能對我國衛生學發展史脈絡有個清晰的認識。

衛生一詞涵蓋養生、修身、醫藥、醫療、保命、免災、環境保護、濟世救民等多重含義。《莊子·庚桑楚》云願聞衛生之經，此為衛生一詞之典出。宋王雱注曰：衛生者，衛全其生也，能衛全其生則生所以常存，故曰衛生之經也。又曰：與物齊諧而同其流，此所謂全生之道也。故但凡與衛護生命有關的行為，皆可稱之為衛生，中華之衛生學即生命之科學也。

華夏有史以來，古之先賢探索生命之真諦，關注民眾之健康即見於載籍。追溯史籍，上古生活之居處、衣着、飲食、用火、婚配、導引、煉養、醫藥皆在衛生之內，且有與之相關的聖賢人物。如有巢氏築土構木，以為宮室，上棟下宇，以蔽風雨，以避寒暑，而百姓安之；燧人氏鑽木取火，炮生為熟，令人無腹疾；堯舜之時，大水泛濫九州，遂教民舞蹈，通利關節，而為導引。至於神農嘗百草、軒轅黃帝問道崆峒，皆為衛生之濫觴。上古以下，又有彭祖、采女之壽者，遂有養生之家法；兩周之際，諸子爭鳴，老莊順應天地、道法自然，而啟道家；盧扁望診桓公、倉公問答診籍、元化創五禽之戲，則為醫家之衛生。自此以後，養生家代有所出。本總部廣採歷代衛生人物之傳記、軼事，而成衛生人物之部。

衛生之義涵蓋之廣，包羅萬象，且散在歷代各學科文獻之中，輯錄衛生人物相關內容，其難度不言而喻。故編纂小組多年來歷盡艱辛，從歷代浩若煙海的經史、諸子、方志、筆記、醫話、文學古籍文獻中採集

十數萬言，猶如滄海鉤沉，然吉光片羽，苦樂皆備。尤其是文獻版本的收集，校勘之艱苦，但編纂小組克服一切困難，精雕細琢，廣泛搜求，終成此編。本編以歷史源流為線索，串聯歷代衛生人物，盡力備採類編，力圖勾勒中華衛生歷史之全貌，以供學者檢索備考。

# 目錄

人物總部
綜述……七一九

# 人物總部

## 綜述

**《春秋左傳・昭公・醫和》** 晉侯求醫於秦，秦伯公使醫和視之曰：疾不可爲也，是謂近女室，疾如蠱。非鬼非食，惑以喪志。良臣將死，天命不祐。公曰：女不可近乎？對曰：節之。先王之樂，所以節百事也，故有五節。遲速本末以相及，中聲以降，五降之後，不容彈矣。於是有煩手淫聲，慆堙心耳，乃忘平和，君子弗聽也。物亦如之。至於煩，乃舍也已，無以生疾。君子之近琴瑟，以儀節也，非以慆心也。天有六氣，降生五味，發爲五色，徵爲五聲，淫生六疾。六氣曰陰、陽、風、雨、晦、明也。分爲四時，序爲五節，過則爲菑：陰淫寒疾，陽淫熱疾，風淫末疾，雨淫腹疾，晦淫惑疾，明淫心疾。女，陽物而晦時，淫則生內熱惑蠱之疾。今君不節不時，能無及此乎？出，告趙孟。趙孟曰：誰當良臣？對曰：主是謂矣。主相晉國，於今八年，晉國無亂，諸侯無闕，可謂良矣。和聞之，或之大臣，榮其寵祿，任其大節。有菑禍興，而無改焉，必受其咎。今君至於淫生疾，將不能圖恤社稷，禍孰大焉？主不能禦，吾是以云也。趙孟曰：何爲蠱？對曰：淫溺惑亂之所生也。於文，血蟲爲蠱。穀之飛亦爲蠱。在《周易》，女惑男，風落山，謂之蠱。皆同物也。趙孟曰：良醫也。厚其禮而歸之。

**《春秋左傳・成公・醫緩》** 晉侯夢大厲，被髮及地，搏膺而踊，曰：殺餘孫，不義。余得請於帝矣！壞大門及寢門而入。公懼，入於室。又壞戶。公覺，召桑田巫。巫言如夢。公曰：何如？曰：不食新矣。公疾病，求醫於秦。秦伯使醫緩爲之。未至，公夢疾爲二豎子，曰：彼，良醫也。懼傷我，焉逃之？其一曰：居肓之上，膏之下，若我何？醫至，曰：疾不可爲也，在肓之上，膏之下；攻之不可，達之不及，藥不至焉，不可爲也。公曰：良醫也！厚爲之禮而歸之。六月丙午，晉侯欲麥，使甸人獻麥，人爲之。召桑田巫，示而殺之。將食，張，如廁，陷而卒。小臣有晨夢負公以登天，及日中，負晉侯出諸廁，遂以爲殉。

**《鶡冠子》** 鶡冠子，楚人也。居於深山，以鶡爲冠，號曰：鶡冠子。其道踳駁，著書初本黃老，而末流迪於刑名。《傳》曰：申韓厲名實，切事情，其極慘礉少恩，而原於道德之意。蓋學之弊，有如此者也。故曰：孔墨之後，儒分爲八，墨離爲三。嗚呼，可不慎哉！此書雖雜黃老刑名，而要其宿時，若散亂而無家者。然其奇言奧旨，亦每每而有也。

**《史記・李少君》** 是時，而李少君亦以祠竈、穀道、卻老方見上，上尊之。少君者，故深澤侯。入以生方。匿其年，及所生長。常自謂七十，能使物卻老。其遊以方徧諸侯。無妻子。人聞其能使物及不死，更饋遺之，常餘金錢帛衣食，人皆以爲不治產業而饒給，又不知其何所人，愈信，爭事之。少君資好方，善爲巧，發奇中。嘗從武安侯飲坐中有年九十餘老人，少君乃言與其大父游射處，老人爲兒時從其大父行，識其處。一坐盡驚。少君見上，上有故銅器，問少君。少君曰：此器齊桓公十年陳於柏寢。已而案其刻，果齊桓公器。一宮盡駭，以少君爲神，數百歲人也。少君言於上，曰：祠竈則致物，致物而丹砂可化爲黃金。黃金成以爲飲食器則益壽，益壽而海中蓬萊僊者可見，見之以封禪則不死，黃帝是也。臣嘗游海上，見安期生食巨棗，大如瓜。安期生僊者，通蓬萊中。合則見人，不合則隱。於是天子始親祠竈，而遣方士入海求蓬萊安期生之屬，而事化丹砂諸藥齊爲黃金矣。居久之，李少君病死。天子以爲化去，不死也，而使黃錘史寬舒受其方。求蓬萊安期生莫能得，而海上燕齊怪迂之方士多相效，更言神事矣。

**《史記・貨殖列傳》** 計然者，葵血濮上人，姓辛氏，字文子，其先晉國王公子也。嘗南遊於越，范蠡師之。

**《史記・淮南衡山列傳》** 淮南王安爲人好讀書鼓琴，不喜弋獵狗馬馳騁，亦欲以行陰德拊循百姓，流譽天下。

**《史記・太史公自序》** 談爲太史公，太史公學天官於唐都，受《易》於楊何，習道論於黃子。太史公仕於建元、元封之間，愍學者不達其意而師誖，與也，乃化六家之要指。曰：道家無爲，又曰無不爲，其實易行，其辭難知。其術以虛爲本，以因循爲用。無成勢，無常形，故能究萬物之情。不爲物先後，故能爲萬物主。有法無法，因時爲業；有度無度，因物興舍。故曰：聖人不巧，時變是守。虛者道之常也，因者君之綱也。羣臣並至，使各自明

也。其實中其聲者謂之端，實不中其聲者謂之款。款言不聽，姦乃不生，賢不肖自分，黑白乃形。在所欲用耳，何事不成！乃合大道，混混冥冥。光耀天下，復反無名。凡人所生者神也，所託者形也。神大用則竭，形大勞則敝，形神離則死。死者不可復生，離者不可復合，故聖人重之。由此觀之，神者生之本，形者生之具。

**《史記・孟子荀卿列傳》** 荀卿，趙人。年五十始來遊學於齊。騶衍之術迂大而閎辯；奭也文具難施；淳於髡久與處，時有得善言。故齊人頌曰：談天衍，雕龍奭，炙轂過髡。田駢之屬皆已死齊襄王時，而荀卿最爲老師。齊尚脩列大夫之缺，而荀卿三爲祭酒焉。齊人或讒荀卿，荀卿乃適楚，而春申君以爲蘭陵令。春申君死而荀卿廢，因家蘭陵。李斯嘗爲弟子，已而相秦。荀卿嫉濁世之政，亡國亂君相屬，不遂大道而營於巫祝，信禨祥，鄙儒小拘，如莊周等又猾稽亂俗，於是推儒、墨、道德之行事興壞，序列著數萬言而卒。因葬蘭陵。【略】

蓋墨翟，宋之大夫，善守禦，爲節用。或曰並孔子時，或曰在其後。

**《史記・管晏列傳》** 管仲夷吾者，潁上人也。少時常與鮑叔牙遊，鮑叔知其賢。管仲貧困，常欺鮑叔，鮑叔終善遇之，不以爲言。已而鮑叔事齊公子小白，管仲事公子糾。及小白立爲桓公，公子糾死，管仲囚焉。鮑叔遂進管仲。管仲既用，任政於齊，齊桓公以霸，九合諸侯，一匡天下，管仲之謀也。

**《史記・老子韓非列傳》** 韓非者，韓之諸公子也。喜刑名法術之學，而其歸本於黃老。非爲人口吃，不能道說，而善著書。

**《史記・扁鵲倉公傳》** 扁鵲者，勃海郡鄭人也，姓秦氏，名人越人。少時人舍長。舍客長桑君過，扁鵲獨奇之，常謹遇之。長桑君亦知扁鵲非常人也。出入十餘年，乃呼扁鵲私坐，間與語曰：我有禁方，年老，欲傳與公，公毋泄。扁鵲曰：敬諾。乃出其懷中藥予扁鵲：飲是以上池之水，三十日當知物矣。乃悉取其禁方書盡與扁鵲。忽然不見，殆非人也。扁鵲以其言飲藥三十日，視見垣一方人。以此視病，盡見五臟癥結，特以診爲名耳。爲醫或在齊，或在趙。在趙者名扁鵲。當晉昭公時，諸大夫強而公族弱，趙簡子爲大夫，專國事。簡子疾，五日不知人，大夫皆懼，於是召扁鵲。扁鵲入視病，出董安於問扁鵲曰：血脈治也，而何怪！昔秦穆公嘗如此，七日而寤。寤之日，告公孫支志子輿曰：我之帝所甚樂。吾所以久者，適有所學也。帝告我：晉國且大亂，五世不安。其後將霸，未老而死。霸者之子且令而國男女無別。公孫支書而藏之，秦策於是出。夫獻公之亂，文公之霸，而襄公敗秦師於殽而歸縱淫，此子之所聞。今主君之病與之同，不出三日必間，間必有言也。居二日半，簡子寤，語諸大夫曰：我之帝所甚樂，與百神遊於鈞天，廣樂九奏萬舞，不類三代之樂，其聲動心。有一熊欲援我，帝命射之，中熊，熊死。有羆來，我又射之，中羆，羆死。帝甚喜，賜我二笥，皆有副。吾見兒在帝側，帝屬我一翟犬，曰：及而子之壯也以賜之。帝告我：晉國且世衰，七世而亡。嬴姓將大敗周人於范魁之西，而亦不能有也。董安於受言，書而藏之。以扁鵲言告簡子，簡子賜扁鵲田四萬畝。其後扁鵲過虢，虢太子死。扁鵲至虢宮門下，問中庶子喜方者，曰：太子何病？國中治穰過於衆事？中庶子曰：太子病血氣不時，交錯而不得泄，暴發於外，則爲中害。精神不能止邪氣，邪氣積畜而不得泄，是以陽緩而陰急，故暴蹷而死。扁鵲曰：其死何如時？曰：雞鳴至今。曰：收乎？曰：未也，其死未能半日也。言臣齊勃海秦越人也，家在於鄭，未嘗得望精光侍謁於前也。聞太子不幸而死，臣能生之。中庶子曰：先生得無誕之乎？何以言太子可生也！臣聞上古之時，醫有俞跗，治病不以湯液醴灑，鑱石撟引，案抗毒熨，一撥見病之應，因五藏之輸，乃割皮解肌，訣脈結筋，搦髓腦，揲荒爪幕，湔浣腸胃，漱滌五藏，練精易形。先生之方能若是，則太子可生也；不能若是而欲生之，曾不可以告咳嬰之兒。終日，扁鵲仰天歎曰：夫子之爲方也，若以管窺天，以郄視文。越人之爲方也，不待切脈望色聽聲寫形，言病之所在。聞病之陽，論得其陰；聞病之陰，論得其陽。病應見於大表，不出千里，決者至衆，不可曲止也。子以吾言爲不誠，試入診太子，當聞其耳鳴而鼻張，循其兩股以至於陰，當尚溫也。中庶子聞扁鵲言，目眩然而不瞚，舌撟然而不下，乃扁鵲言入報虢君。虢君聞之大驚，出見扁鵲於中闕，曰：竊聞高義之日久矣，然未嘗得拜謁於前也。先生過小國，幸而舉之，偏國寡臣幸甚。有先生則活，無先生則棄捐填溝壑，長終而不得反。言未卒，因噓唏服憶，魂精泄橫，流涕長潸，忽忽承鑱，悲不能自止，容貌變更。扁鵲曰：若太子病，所謂屍蹷者也。夫以陽入陰中，動胃纏緣，中經維絡，別下於三焦、膀胱，是以陽脈下遂，陰脈上爭，會氣閉而不通，陰上而陽內行，下內鼓而不起，上外絕而不爲使，上有絕陽之絡，下有破陰之紐，破陰絕陽，色廢脈亂，故形靜如

死狀。太子未死也。夫以陽入陰支蘭藏者生，以陰入陽支蘭藏者死。凡此數事，皆五藏蹙中之時暴作也。良工取之，拙者疑殆。扁鵲乃使弟子陽萬鍼砥石，以取外三陽五會。有間，太子蘇。乃使子豹爲五分之熨，以八減之齊和煮之，以更熨兩脇下，太子起坐。更適陰陽，但服湯二旬而復故。故天下盡扁鵲爲能生死人。扁鵲曰：越人非能生死人也，此自當生者，越人能使之起耳。扁鵲過齊，齊桓侯客之。入朝見，曰：君有疾在腠理，不治將深。桓侯曰：寡人無疾。扁鵲出，桓侯謂左右曰：醫之好利也，欲以不疾者爲功。後五日，扁鵲復見，曰：君有疾在血脈，不治恐深。桓侯曰：寡人無疾。扁鵲出，桓侯不悅。後五日，扁鵲復見，曰：君有疾在腸胃間，不治將深。桓侯不應。扁鵲出，桓侯不悅。後五日，扁鵲復見，望見桓侯而退走。桓侯使人問其故。扁鵲曰：疾之居腠理也，湯熨之所及也；在血脈，鍼石之所及也；其在腸胃，酒醪之所及也；其在骨髓，雖司命無奈之何。今在骨髓，臣是以無請也。後五日，桓侯體病，使人召扁鵲。扁鵲已逃去。桓侯遂死。使聖人預知微，能使良醫得蚤從事，則疾可已，身可活也。人之所病，疾多；而醫之所病，病道少。故病有六不治：驕恣不論於理，一不治也；輕身重財，二不治也；衣食不能適，三不治也；陰陽並，藏氣不定，四不治也；形羸不能服藥，五不治也；信巫不信醫，六不治也。有此一者，則重難治也。扁鵲名聞天下。過邯鄲，聞貴婦人，即爲帶下醫；過陽，聞周人愛老人，即爲耳目痺醫；來入咸陽，聞秦人愛小兒，即爲小兒醫；隨俗爲變。秦太醫令李自知伎不如扁鵲也，使人刺殺之。至今天下言脈者，由扁鵲也。

**《史記・老庄申韓列傳》** 老子者，楚苦縣厲鄉曲仁里人也。姓李氏，名耳，字伯陽，謚曰聃。周守藏室之史也。孔子適周，將問禮於老子。老子曰：子所言者，其人與骨皆已朽矣，獨其言在耳。且君子得其時則駕，不得其時則蓬累而行。吾聞之，良賈深藏若虛，君子盛德，容貌若愚。去子之驕氣與多欲，態色與淫志，是皆無益於子之身。吾所以告子，若是而已。孔子去，謂弟子曰：鳥，吾知其能飛；魚，吾知其能游；獸，吾知其能走。走者可以爲罔，游者可以爲綸，飛者可以爲矰。至於龍，吾不能知，其乘風雲而上天。吾今日見老子，其猶龍邪！老子脩道德，其學以自隱，無名爲務。居周久之，見周之衰，遂去，至關，關令尹喜曰：子將隱矣，彊爲我著書。於是老子迺著書上下篇，言道德之意五千餘言而去。莫知其所終。或曰：老萊子亦楚人也，著書十五篇，言道家之用，與孔子同時云。蓋老子百有六十餘歲，或言二百餘歲，以其脩道而養壽也。自孔子死之後百二十九年，而史記周太史儋見秦獻公，曰：始秦與周合而離，離五百歲而復合，合七十歲而霸王者出焉。或曰：儋即老子，或曰非也，世莫知其然否。老子，隱君子也。老子之名宗，宗爲魏將，封於段幹。宗子注，注子宮。宮玄孫假，假仕於漢孝文帝。而假之子解，爲膠西王邛太傅，因家於齊焉。世之學老子者則絀儒學，儒學亦絀老子。道不同，不相爲謀。豈謂是邪？李耳無爲自化，清靜自正。

莊子者，蒙人也，名周。周嘗爲蒙漆園吏，與梁惠王、齊宣王同時。其學無所不闚，然其要本歸於老子之言。故其著書十餘萬言，大抵率寓言也。作漁父、盜跖、胠篋，以詆訾孔子之徒，以明老子之術。畏累虛、亢桑子之屬，皆空語無事實。然善屬書離辭，指事類情，用剽剝儒、墨，雖當世宿學不能自解免也。其言洸洋自恣以適己，故自王公大人不能器之。楚威王聞莊周賢，使使厚幣迎之，許以爲相。莊周笑謂楚使者曰：千金，重利；卿相，尊位也。子獨不見郊祭之犧牛乎？養食之數歲，衣以文繡，以入太廟。當是之時，雖欲爲孤豚，豈可得乎？子亟去，無汚我。我寧游戲汚瀆之中自快，無爲有國者所羈。終身不仕，以快吾志焉。

**《史記・孔子世家》** 孔子生魯昌平鄉陬邑，其先宋人也，曰孔防叔。防叔生伯夏，伯夏生叔梁紇。紇與顏氏女野合而生孔子，禱於尼丘得孔子。魯襄公二十二年而孔子生，生而首上圩頂。故因名曰丘云。字仲尼，姓孔氏。丘生而叔梁紇死，葬於防山。防山在魯東，由是孔子疑其父墓處，母諱之也。孔子爲兒嬉戲，常陳俎豆，設禮容。孔子母死，乃殯五父之衢，蓋其慎也。鄹人輓父之母誨孔子父墓，然後往合葬於防焉。孔子要絰，季氏饗士，孔子與往。陽虎絀曰：季氏饗士，非敢饗子也。孔子由是退。孔子年十七，魯大夫孟釐子病且死，誡其嗣懿子曰：孔丘，聖人之後，滅於宋。其祖弗父何始有宋而嗣讓厲公。及正考父佐戴、武、宣公，三命茲益恭，故鼎銘云：一命而僂，再命而傴，三命而俯，循牆而走，亦莫敢余侮。饘於是，粥於是，以餬余口。其恭如是。吾聞聖人之後，雖不當世，必有達者。今孔丘年少好禮，其達者歟？吾即沒，若必師之。及釐子卒，懿子與魯人南宮敬叔往學禮焉。是歲，武子卒，平子代立。孔子貧且賤。及長，嘗爲季氏史，料量平；嘗爲

司職吏而畜蕃息。由是爲司空，已而去魯。斥乎齊，逐乎宋、衛，困於陳蔡之間，於是反魯。孔子長九尺有六寸，人皆謂之長人而異之。魯復善待，由是反魯。魯南官敬叔言魯君曰：請與也子適周。魯君與之一乘車，兩馬，一豎子俱，適周問禮，蓋見老子云。亂去，而老子送之曰：吾聞富貴者送人以財，仁人者送人以言。吾不能富貴，竊仁人之號，送子以言，曰：聰明深察而近於死者，好議人者也。博辯廣大危其身者，發人之惡者也。爲人子者毋以有己，爲人臣者毋以有己。孔子自周反於魯，弟子稍益進焉。是時也，晉平公淫，六卿擅權，東伐諸侯；楚靈王兵強，陵轢中國；齊大而近於魯。魯小弱，附於楚則晉怒；附於晉則楚來伐；不備於齊，齊師侵魯。魯昭公之二十年，而孔子蓋年三十矣。齊景公與晏嬰來適魯，景公問孔子曰：昔秦穆公國小處辟，其霸何也？對曰：秦國雖小，其志大；處雖辟，行中正。身舉王羖，爵之大夫，起累紲之中，與語三日，授之以政。以此取之，雖王可也，其霸小矣。景公說。孔子年三十五，而季平子與邱昭伯以鬬雞故得罪魯昭公，昭公率師擊平子，平子與孟氏、叔孫氏三家共攻昭公，昭公師敗，奔於齊，齊處昭公乾侯。其後頃之，魯亂。孔子適齊，爲高昭子家臣，欲以通乎景公。與齊太師語樂，聞韶音，學之，三月不知肉味，齊人稱之。景公問政孔子，孔子曰：君君，臣臣，父父，子子。景公曰：善哉！信如君不君，臣不臣，父不父，子不子，雖有粟，吾豈得而食諸！他日又復問政於孔子，孔子曰：政在節財。景公說，將欲以尼谿田封孔子。晏嬰進曰：夫儒者滑稽而不可軌法；倨傲自順，不可以爲下；崇喪遂哀，破產厚葬，不可以爲俗；游說乞貸，不可以爲國。自大賢之息，周室既衰，禮樂缺有間。今孔子盛容飾，繁登降之禮，趨詳之節，累世不能殫其學，當年不能究其禮。君欲用之以移齊俗，非所以先細民也。後，景公敬見孔子，不問其禮。異日，景公止孔子曰：奉子以季氏，吾不能，以季孟之間待之。齊大夫欲害孔子，孔子聞之。景公曰：吾老矣，弗能用也。孔子遂行，反乎魯。孔子年四十二，魯昭公卒於乾侯，定公立。定公立五年，夏，季平子卒，桓子嗣立。季桓子穿井得土缶，中若羊，問仲尼，云得狗。仲尼曰：以丘所聞，羊也。丘聞之，木石之怪夔、罔閬，水之怪龍、罔象，土之怪墳羊。吳伐越，墮會稽，得骨節專車。吳使使問仲尼：骨何者最大？仲尼曰：禹致羣神於會稽山，防風氏後至，禹殺而戮之，其節專車，此爲大矣。吳客曰：誰爲神？仲尼曰：山川之神，足經綱紀天下，其守爲神，社稷爲公侯，皆屬於王者。客曰：防風何守？仲尼曰：汪罔氏之君守封、禺之山，爲釐姓。虞、夏、商爲汪罔，於周爲長翟，今謂之大人。客曰：人長幾何？仲尼曰：僬僥氏三尺，短之至也。長者不過十之，數之極也。於是吳客曰：善哉聖人！桓子嬖臣曰仲梁懷，與陽虎有隙。陽虎欲逐懷，公山不狃止之。其秋，懷益驕，陽虎執懷。桓子怒，陽虎因桓子，與盟而醳之。陽虎由此益輕季氏。季氏亦僭於公室，陪臣執國政，是以魯自大夫以下皆僭離於正道。故孔子不仕，退而脩詩書禮樂，弟子彌衆，至自遠方，莫不受業焉。定公八年，公山不狃不得意於季氏，因陽虎爲亂，欲廢三桓之適，更立其庶孽陽虎素所善者，遂執季桓子。桓子詐之，得脫。定公九年，陽虎不勝，奔於齊。是時孔子年五十。公山不狃以費畔季氏，使人召孔子。孔子循道彌久，溫溫無所試，莫能己用，曰：蓋周文武起豐鎬而王，今費雖小，儻庶幾乎欲往。子路不說，止孔子。孔子曰：夫召我者豈徒哉？如用我，其爲東周乎！然亦卒不行。其後定公以孔子爲中都宰，一年，四方皆則之。由中都宰爲司空，由司空爲大司寇。定公十年春，及齊平。夏齊大夫黎鉏言於景公曰：魯用孔丘，其勢危齊。乃使使告魯爲好會，會於夾谷。魯定公且以乘車好往。孔子攝相事，曰：臣聞有文事者必有武備，有武事者必文備。古者諸侯出疆，必具官以從。請其左右司馬。定公曰：諾。具左右司馬。會齊侯夾谷，爲壇位，土階三等，以會遇之禮相見，揖讓而登。獻酬之禮畢，齊有司趨而進曰：請奏四方之樂。景公曰：諾。於是旍旄羽袚矛戰劒擸鼓噪而至。孔子趨而進，歷階而登，不盡一等，舉袂而言曰：吾兩君爲好會，夷狄之樂何爲於此！請命有司！有司卻之，不去，則左右視晏子與景公。景公心怍，麾而去之。有頃，齊有司趨而進曰：請奏宮中之樂。景公曰：諾。優倡侏儒爲戲而前。孔子趨而進，歷階而登，不盡一等，曰：匹夫而熒惑，諸侯者罪當誅！請命有司！有司加法焉，手足異處。景公懼而動，知義不若，歸而大恐，告其羣臣曰：魯以君子之道輔其君，而子獨以夷狄之道教寡人，使得罪於魯君，爲之奈何？有司進對曰：君子有過則謝以質，小人有過則謝以文。君若悼之，則謝以質，於是齊侯乃歸所侵魯之鄆、汶陽、龜陰之田以謝過。定公十三年夏，孔子言於定公曰：臣無藏甲，大夫毋百雉之城。使仲由爲季氏宰，將墮三都。於是叔孫氏先墮郈。季氏將墮費，公山不狃、叔孫輒率費人襲魯。公

與三子入於季氏之宮，登武子之臺。費人攻之，弗克，入及公側。孔子命申句須、樂頎下伐之，費人北。國人追之，敗諸姑蔑。二子奔齊，遂墮費。將墮成，公斂處父謂孟孫曰：墮成，齊人必至於北門。且成，孟氏之保鄣，無成，是無孟氏也。我將弗墮。十二月，公圍成，弗克。定公十四年，孔子年五十六由大司寇行攝相事，有喜色。門人曰：聞君子禍至不懼，福至不喜。孔子曰：有是言也。不曰樂其以貴下人乎？於是誅魯大夫亂政者少正卯。與聞國政三月，粥羔豚者弗飾賈；男女行者別於塗；塗不拾遺；四方之客至乎邑者不求有司，皆予之以歸。齊人聞而懼，曰：孔子爲政必霸，霸則吾地近焉，我之爲先並矣。盍致地焉？犂鉏曰：請先嘗沮之；沮之而不可則致地，庸遲乎！於是選齊國中女好者八十人，皆衣文衣而舞《康樂》，文馬三十駟，遺魯君。陳女樂文馬於魯城南高門外。季桓子微服往觀再三，將受，乃語魯君爲周道游，往觀終日，怠於政事。子路曰：夫子可以行矣。孔子曰：魯今且郊，如致膰乎大夫，則吾猶可以止。桓子卒受齊女樂，三日不聽政；郊，又不致膰俎於大夫。孔子遂行，宿乎屯。而師己送，曰：夫子則非罪。孔子曰：吾歌可夫？歌曰：彼婦之口，可以出走；彼婦之謁，可以死敗。蓋優哉游哉，維以卒歲！師己反，桓子曰：孔子亦何言？師己以實告，桓子喟然嘆曰：夫子罪我以羣婢故也夫！孔子遂適衛，主於子路妻兄顏濁鄒家。衛靈公問孔子：居魯得祿幾何？對曰：奉粟六萬。衛人亦致粟六萬。居頃之，或譖孔子於衛靈公。靈公使公孫余假一出一入。孔子恐獲罪焉，居十月，去衛。將適陳，過匡，顏刻爲僕，以其策指之曰：昔吾入此，由彼缺也。匡人聞之，以爲魯之陽虎。陽虎嘗暴匡人，匡人於是遂止孔子。孔子狀類陽虎，拘焉五日。顏淵後，子曰：吾以汝爲死矣。顏淵曰：子在，回何敢死！匡人拘孔子益急，弟子懼。孔子曰：文王既沒，文不在茲乎？天之將喪斯文也，後死者不得與於斯文也。天之未喪斯文也，匡人其如予何？孔子使從者爲甯武子臣於衛，然後得去。去即過蒲。月餘，反乎衛，主蘧伯玉家，靈公夫人有南子者，使人謂孔子曰：四方之君子不辱欲寡君爲兄弟者，必見寡小君。寡小君願見。孔子辭謝，不得已而見之。夫人在絺帷中。孔子入門，北面稽首。夫人自帷中再拜，環珮玉聲璆然。孔子曰：吾鄉爲弗見，見之禮答焉。子路不說。孔子矢之曰：予所不者，天厭之！天厭之！居衛月餘，靈公與夫人同車，宦者雍渠參乘，出使孔子爲次乘，招搖市過之。孔子曰：吾未見好德如好色者也。於是醜之，去衛，過曹。是歲，魯定公卒。孔子去曹適宋，與弟子習禮大樹下。宋司馬桓魋欲殺孔子，拔其樹。孔子去。弟子曰：可以速矣。孔子曰：天生德於予，桓魋其如予何！孔子適鄭，與弟子相失，孔子獨立郭東門。鄭人或謂子貢曰：東門有人，其顙似堯，其項類皐陶，其肩類子產，然自要以下不及禹三寸，纍纍若喪家之狗。子貢以實告孔子。孔子欣然笑曰：形狀，末也。而謂似喪家之狗，然哉！然哉！孔子遂至陳，主於司城貞子家。歲餘，吳王夫差伐陳，取三邑而去。趙鞅伐朝歌。楚圍蔡，蔡遷於吳。吳敗越王勾踐會稽。有隼集於陳廷而死，楛矢貫之，石砮，矢長尺有咫。陳湣公使使問仲尼。仲尼曰：隼來遠矣，此肅慎之矢也。昔武王克商，通道九夷百蠻，使各以其方賄來貢，使無忘職業。於是肅慎貢楛矢，石砮，長尺有咫。先王欲昭其令德，以肅慎矢分大姬，配虞胡公而封諸陳。分同姓以珍玉，展親；分異姓以遠方職，使無忘服。故分陳肅慎矢。試求之故府，果得之。孔子居陳三歲，會晉楚爭強，更伐陳，及吳侵陳，陳常被寇。孔子曰：歸與，歸與！吾黨之小子狂簡，進取不忘其初。於是孔子去陳。過蒲，會公叔氏以蒲畔，蒲人止孔子。弟子有公良孺者，以私車五乘從孔子。其爲人長賢，有勇力，謂曰：吾昔從夫子遇難於匡，今又遇難於此，命也已。吾與夫子再罹難，寧鬬而死。鬬甚疾。蒲人懼，謂孔子曰：苟毋適衛，吾出子。與之盟，出孔子東門。孔子遂適衛。子貢曰：盟可負耶？孔子曰：要盟也，神不聽。衛靈公聞孔子來，喜，郊迎。問曰：蒲可伐乎？對曰：可。靈公曰：吾大夫以爲不可。今蒲，衛之所以待晉楚也，以衛伐之，無乃不可乎？孔子曰：其男子有死之志，婦人有保西河之志。吾所伐者不過四五人。靈公曰：善。然不伐蒲。靈公老，怠於政，不用孔子。孔子喟然歎曰：苟有用我者，朞月而已，三年有成。孔子行。佛肸爲中牟宰。趙簡子攻范、中行，伐中牟。佛肸畔，使人召孔子。孔子欲往。子路曰：由聞諸夫子，其身親爲不善者，君子不入也。今佛肸親以中牟畔，子欲往，如之何？孔子曰：有是言也。不曰堅乎，磨而不磷；不曰白乎，涅而不緇。我豈匏瓜也哉，焉能繫而不食？孔子擊磬。有荷蕢而過門者，曰：有心哉，擊磬乎！硜硜乎，莫己知也失而已矣！孔子學鼓琴師襄子，十日不進。師襄子曰：可以益矣。孔子曰：丘已習其曲矣，未得其數也。有間，曰：已習其數，可以益矣。孔

子曰：丘未得其志也。有間，曰：已習其志，可以益矣。孔子曰：丘未得其爲人也。有間，曰有所穆然深思焉，有所怡然高望而遠志焉。曰：丘得其爲人，黯然而黑，幾然而長，眼如望羊，如王四國，非文王其誰能爲此也！師襄子辟席再拜，曰：師蓋云《文王操》也。孔子既不得有用於衛，將西見趙簡子。至於河而聞竇鳴犢、舜華之死也，臨河而嘆曰：美哉水，洋洋乎！丘之不濟此，命也夫！夫子貢趨而進曰：敢問何謂也？孔子曰：竇鳴犢、舜華，晉國之賢大夫也。趙簡子未得志之時，須此兩人而後從政，及其已得志，殺之乃從政。丘聞之也，剖胎殺夭則麒麟不至郊，竭澤涸漁則蛟龍不合陰陽，覆巢毀卵則鳳皇不翔。何則？君子諱傷其類也。夫鳥獸之於不義也尚知辟之，而況乎丘哉！乃還息乎陬鄉，作爲《陬操》以哀之。而反乎衛，入主蘧伯玉家。他日，靈公問兵陳。孔子曰：俎豆之事則嘗聞之，軍旅之事未之學也。明日，與孔子語，見蜚鴈，仰視之，色不在孔子。孔子遂行，復如陳。夏，衛靈公卒，立孫輒，是爲衛出公。六月，趙鞅內太子蒯聵於戚。陽虎使太子絻，八人衰絰，僞自衛迎者，哭而入，遂居焉。冬蔡遷於州來。是歲魯哀公三年，而孔子年六十矣。齊助衛圍戚，以衛太子蒯聵在故也。夏，魯桓釐廟燔，南宮敬叔救火。孔子在陳，聞之，曰：災必於桓釐廟乎？已而果然。秋，季桓子病，輦而見魯城，喟然嘆曰：昔此國幾興矣，以吾獲罪於孔子，故不興也。顧其嗣康子曰：我即死，若必相魯；相魯，必召仲尼。後數日，桓子卒，康子代立。已葬，欲召仲尼。公之魚曰：昔吾先君用之不終，終爲諸侯笑。今又用之，不能終，是再爲諸侯笑。康子曰：則誰召而可？曰：必召冉求。於是使使召冉求。冉求將行，孔子曰：魯人召求，非小用之，將大用之也。是日，孔子曰：歸乎歸乎！吾黨之小子狂簡，斐然成章，吾不知所以裁之。子贛知孔子思歸，送冉求，因誡曰即用，以孔子爲招云。冉求既去，明年，孔子自陳遷於蔡。蔡昭公將如吳，吳名之也。前招公欺其臣遷州來，後將往，大夫懼復遷，公孫翩射殺昭公。楚侵蔡。秋，齊景公卒。明年，孔子自蔡如葉。葉公問政，孔子曰：政在來遠附邇。他日，葉公問孔子於子路，子路不對。孔子聞之，曰：由，爾何不對曰其爲人也，學道不倦，誨人不厭，發憤忘食，樂以忘憂，不知老之將至云爾？去葉，反於蔡。長沮、桀溺耦而耕，孔子以爲隱者，使子路問津焉。長沮曰：彼執輿者爲誰？子路曰：爲孔丘。曰：是魯孔丘與？曰：然。曰：是知津矣。桀溺謂子路曰：子爲誰？曰：爲仲由。曰：子，孔丘之徒與？曰：然。桀溺曰：悠悠者天下皆是也，而誰以易之？且與其從辟人之士，豈若從辟世之士哉！耰而不輟。子路以告孔子，孔子憮然曰：鳥獸不可與同羣。天下有道，丘不與易也。他日，子路行，遇荷蓧丈人，曰：子見夫子乎？丈人曰：四體不勤，五穀不分，孰爲夫子！植其杖而芸。子路以告，孔子曰：隱者也。復往，則亡。孔子遷於蔡三歲，吳伐陳。楚救陳，軍於城父。聞孔子在陳蔡之間，楚使人聘孔子。孔子將往拜禮，陳蔡大夫謀曰：孔子賢者，所刺譏皆中諸侯之疾。今者久留陳蔡之間，諸大夫所設行皆非仲尼之意。今楚，大國也，來聘孔子。孔子用於楚，則陳蔡用事大夫危矣。於是乃相與發徒役圍孔子於野。不得行，絕糧。從者病，莫能興。孔子講誦弦歌不衰。子路慍，見曰：君子亦有窮乎？孔子曰：君子固窮，小人窮斯濫矣。子貢色作。孔子曰：賜，爾以予爲多學而識之者與？曰：然。非與？孔子曰：非也。予一以貫之。孔子知弟子有慍心，乃召子路而問曰：《詩》云：匪兕匪虎，率彼曠野。吾道非耶？吾何爲於此？子路曰：意者吾未仁耶？人之不我信也。意者吾未知耶？人之不我行也。孔子曰：有是乎！由，譬使仁者而必信，安有伯夷、叔齊？使知者而必行，安有王子比干？子路出，子貢入見。孔子曰：賜，《詩》云：匪兕匪虎，率彼曠野。吾道非耶？吾何爲於此？子貢曰：夫子之道至大也，故天下莫能容夫子。夫子蓋少貶焉？孔子曰：賜，良農能稼而不能爲穡，良工能巧而不能爲順。君子能脩其道，綱而紀之，統而理之，而不能爲容。今爾不脩爾道則求爲容。賜，而志不遠矣！子貢出，顏回入見。孔子曰：回，《詩》云：匪兕匪虎，率彼曠野。吾道非耶？吾何爲於此？顏回曰：夫子之道至大，故天下莫能容。雖然，夫子推而行之，不容何病？不容然後見君子！夫道之不脩也，是吾醜也。夫道既已大脩而不用，是有國者之醜也。不容何病，不容然後見君子！孔子欣然而笑曰：有是哉顏氏之子！使爾多財，吾爲爾宰。於是使子貢至楚。楚昭王興師迎孔子，然後得免。昭王將以書社地七百里封孔子。楚令尹子西曰：王之使使諸侯有如子貢者乎？曰：無有。王之輔相有如顏回者乎？曰：無有。王之將率有如子路者乎？曰：無有。王之官尹有如宰予者乎？曰：無有。且楚之祖封於周，號爲子男五十里。今孔丘述三王之法，明周名之業，王若用之，則楚安

得世堂堂方數千里乎？夫文王在豐，武王在鎬，百里之君，卒王天下。今孔丘得據土壤，賢弟子爲佐，非楚之福也。昭王乃止。其秋，楚昭王卒於城父。楚狂接輿歌而過孔子，曰：鳳兮鳳兮，何德之衰！往者不可諫兮，來者猶可追也！已而已而，今之從政者殆而！孔子下，欲與之言。趨而去，弗得與之言。於是孔子自楚反乎衛。是歲也，孔子年六十三，而魯哀公六年也。其明年，吳與魯會繒，徵百牢。太宰嚭召季康子。康子使子貢往，然後得已。孔子曰：魯衛之政，兄弟也。是時，衛君輒父不得立，在外，諸侯數以爲讓。而孔子弟子多仕於衛，衛君欲得孔子政。子路曰：衛君待子而爲政，子將奚先？孔子曰：必也正名乎？子路曰：有是哉，子之迂也！何其正也？孔子曰：野哉由也！夫名不正則言不順，言不順則事不成，事不成則禮樂不興，禮樂不興則刑罰不中，刑罰不中則民無所錯手足矣。夫君子爲之必可名，言之必可行。君子於其言，無所苟而已矣。其明年，冉有爲季氏將師，與齊戰於郎，克之。季康子曰：子之於軍旅，學之乎？性之乎？冉有曰：學之於孔子。季康子曰：孔子何如人哉？對曰：用之有名，播之百姓，質諸鬼神而無憾。求之至於此道，雖累千社，夫子不利也。康子曰：我欲召之，可乎？對曰：欲召之則毋以小人固之，則可矣。而衛孔文子將攻太叔，問策於仲尼。仲尼辭不知，退而命載而行，曰：鳥能擇木，木豈能擇鳥乎！文子固止，會季康子逐公華、公賓、公林，以幣迎孔子，孔子歸魯。孔子之去魯凡十四歲而反乎魯。魯哀公問政，對曰：政在選臣。季康子問政，曰：舉直錯諸枉，則枉者直。康子患盜，孔子曰：苟子之不欲，雖賞之不竊。然魯終不能用孔子，孔子亦不求仕。孔子之時，周室微而禮樂廢，《詩》、《書》缺。追跡三代之禮，序《書傳》，上紀唐虞之際，下至秦繆，編次其事。曰：夏禮吾能言之，杞不足徵也。殷禮吾能言之，宋不足徵也。足，則吾能徵之矣。觀殷夏所損益，曰：後雖百世可知也，可預知者也，以一文一質。周監二代，郁郁乎文哉。吾從周。故《書傳》、《禮祀》自孔氏。孔子語魯太師：樂其可知也。始作翕如，縱之純如，皦如，繹如也，以成。吾自衛反魯，然後樂正，《雅》、《頌》各得其所。古者《詩》三千餘篇，及至孔子，去其重，取可施於禮義，上採契后稷，中述殷周之盛，至幽厲之缺，始於衽席，故曰：《關雎》之亂以爲《風》始，鹿鳴爲《小雅》始，《文王》爲《大雅》始，《清廟》爲《頌》始。三百五篇孔子皆弦歌之，以求合韶、武、雅、頌之音。禮樂自此可得而述，以備王道，成六藝。孔子晚而喜《易》，序《彖》、《繫》、《象》、《說卦》、《文言》。讀《易》，韋編三絕。曰：假我數年，若是我於《易》則彬彬矣。孔子以詩書禮樂教，弟子蓋三千焉，身通六藝者七十有二人。如顏濁鄒之徒，頗受業者甚衆。孔子以四教：文，行，忠，信。絕四：毋意，毋必，毋固，毋我。所慎：齊，戰，疾。子罕言利與命與仁。不憤不啟，舉一隅不以三隅反，則弗復也。其於鄉黨，恂恂似不能言者。其於宗廟朝廷，辯辯言，唯謹爾。朝，與上大夫言，闇闇如也；與下大夫言，侃侃如也。入公門，鞠躬如也；趨進，翼如也。君召使儐，色勃如也。君命召，不俟駕行矣。魚餒，肉敗，割不正，不食。席不正，不坐。食於有喪者之側，未嘗飽也。是日哭，則不歌。見齊衰、瞽者，雖童子必變。三人行，必得我師。德之不脩，學之不講，聞義不能徙，不善不能改，是吾憂也。使人歌，善，則使復之，然後和之。子不語：怪，力，亂，神。子貢曰：夫子之文章，可得聞也。夫子言天道與性命，弗可得聞也已。顏淵喟然嘆曰：仰之彌高，鑽之彌堅。瞻之在前，忽焉在後。夫子循循然善誘人，博我以文，約我以禮，欲罷不能。既竭我才，如有所立，此卓爾。雖欲從之，蔑由也已。達巷黨人曰：大哉孔子，博學而無所成名。子聞之曰：我何執？執御乎？執射乎？我執御矣。曰：牢曰：子云不試，故藝。魯哀公十四年春，狩大野。叔孫氏車子鉏商獲獸，以爲不祥。仲尼視之曰：麟也。取之。曰：河不出圖，雒不出書，吾已矣夫！顏淵死，孔子曰：天喪子！及西狩見麟，曰：吾道窮矣！喟然嘆曰：莫知我夫！子貢曰：何爲莫知子？子曰：不怨天，不尤人，下學而上達，知我者其天乎！不降其志，不辱其身，伯夷、叔齊乎！謂柳下惠、少連降志辱身矣。謂虞仲、夷逸隱居放言，行中清，廢中權。我則異於是，無可無不可。子曰：弗乎弗乎，君子病歿世而名不稱焉。吾道不行矣，吾何以自見於後世勒？乃因史記作《春秋》，上至隱公，下訖哀公十四年，十二公。據魯，親周，故殷，運之三代。約其文辭而指博。故吳楚之君自稱王，而《春秋》貶之曰子；踐土之會實名周天子，而《春秋》諱之曰天王狩於河陽：推此類以繩當世。貶損之義。後有王者舉而開之。《春秋》之義行，則天下亂臣賊子懼焉。孔子在位聽訟，文辭有可與人共者，弗獨有也。至於爲《春秋》，筆則筆，削則削，子夏之徒不能贊一辭。弟子受《春秋》，孔子曰：後世知丘者以《春秋》，而罪丘者亦以《春秋》。明歲，子路死於衛。孔子病，子貢

請見。孔子方負杖逍遙於門，曰：賜，汝來何其晚也？孔子因歎，歌曰：太山壞乎！梁柱摧乎！哲人萎乎！因以涕下。謂子貢曰：天下無道久矣，莫能宗予。夏人殯於東階，周人於西階，殷人兩柱間。昨暮予夢坐奠兩柱之間，予殆殷人也。後七日卒。孔子年七十三，以魯哀公十六年四月己丑卒。哀公誄之曰：旻天不吊，不憖遺一老，俾屏余一人以在位，煢煢余在疚。嗚呼哀哉！尼父，毋自律！子貢曰：君其不沒於魯乎！夫子之言曰：禮失則昏，名失則愆。失志爲昏，失所爲愆。生不能用，死而誄之，非禮也。稱余一人，非名也。孔子葬魯城北泗上，弟子皆服三年。三年心喪畢，相訣而去，則哭，各復盡哀；或復留。唯子貢廬於冢上，凡六年，然後去。弟子及魯人往從冢而家者百有餘室，因命曰孔里。魯世世相傳以歲時奉祀孔子冢，而諸儒亦講禮鄉飲大射於孔子冢。孔子冢大一頃。故所居堂弟子內，後世因廟，藏孔子衣冠琴車書，至於漢二百餘年不絕。高皇帝過魯，以太牢祠焉。諸侯卿相至，常先謁，然後從政。孔子生鯉，字伯魚。伯魚年五十，先孔子死。伯魚生伋，字子思，年六十二。嘗困於宋。子思作《中庸》。子思生白，字子上，年四十七。子上生求，字子家，年四十五。子家生箕，字子京，年四十六。子京生穿，字子高，年五十一。子高生子慎，年五十七，嘗爲魏相。子慎生鮒，年五十七，爲陳王涉博士，死於陳下。鮒弟子襄，年五十七。嘗爲孝惠皇帝博士，遷爲長沙太守。長九尺六寸。子襄生忠，年五十七，忠生武，武生延年及安國。安國爲今皇帝博士，至臨淮太守，蚤卒。安國生卬，卬生驩。太史公曰：《詩》有之：高山仰止，景行行止。雖不能至，然心鄉往之。余讀孔氏書，想見其爲人。適魯，觀仲尼廟堂車服禮器，諸生以時習禮其家，余祇回留之不能去云。天下君王至於賢人衆矣，當時則榮，沒則已焉。孔子布衣，傳十餘世，學者宗之。自天子王侯，中國言六藝者折中於夫子，可謂至聖矣！

**《漢書・列子》**《列子》八篇。名圄寇，先莊子，莊子稱之。《列子・晉張湛汪唐・殷敬順釋文》列子者，鄭人也，與鄭繆公同時，蓋有道者也。其學本於黃帝老子，號曰：道家。道家者，兼要執半，清虛無爲。及其治身接物，務崇不競，合於六經。

**《漢書・文子》**《文子》九篇。老子弟子，與孔子並時，而稱周平王問，似依託者也。《通玄真經・序》文子者，周平王時人也。著書一十二篇。平王問文子，曰：聞子得道於老君，今賢人雖有道，而遭淫亂之世，以一人之權而欲化久亂之民，其能庸乎？文子對曰：道德匡邪以爲政，振亂以爲理。使聖德復生，天下安寧，要在一人。故積德成王，積怨成亡。而堯舜以是昌，桀紂以是亡。平王信其言而用之，時天下治。

**《漢書・王貢兩龔鮑傳》**蜀有嚴君平，皆修身自保，非其服弗服，非其食弗食。成帝時，元舅大將軍王鳳以禮聘子真，子真遂不詘而終。君平卜筮於成都市，以爲卜筮者賤業，而可以惠衆人。有邪惡非正之問，則依蓍龜爲言利害。與人子言依於孝，與人弟言依於順，與人臣言依於忠，各因勢導之以善，從吾言者，已過半矣。裁日閱數人，得百錢足自養，則閉肆下簾而授《老子》。博覽亡不通，依老子，嚴周之指著書十萬餘言。

**《神仙傳・廣成子》**廣成子者，古之仙人也。居崆峒山石室之中。黃帝聞而造焉。曰：敢問至道之要。廣成子曰：爾治天下，雲不待簇而飛，草木不待黃而落，奚足以語至道哉？黃帝退而閒居三月，復往見之。廣成子方北首而臥，黃帝膝行而前，再拜，請問治身之道。廣成子蹶然而起曰：至哉，子之問也！至道之精，窈窈冥冥；至道之極，昏昏默默。無視無聽，抱神以靜，形將自正；必靜必清，無勞爾形，無搖爾精，乃可長生。慎內閉外，多知爲敗。我守其一，以處其和。故千二百歲而形未嘗衰。得吾道者，上爲皇；入吾道者，下爲王。吾將去汝，適無何之鄉，入無窮之門，遊無極之野，與日月齊光，與天地爲常，人其盡死，而我獨存焉。

**《神仙傳・張道陵》**天師張道陵，字輔漢，沛國豐縣人也。本太學書生，博採五經。晚乃歎曰：此無益於年命。遂學長生之道，得黃帝《九鼎丹經》，修鍊於繁陽山，丹成服之，能坐在立亡，漸漸復少。後於萬山石室中，得隱書秘文及制命山嶽衆神之術，行之有驗。初天師值中國紛亂，在位者多危，退耕於餘杭。又漢政陵遲，賦斂無度，難以自安。雖聚徒教授，而文道凋喪，不足以拯危佐世。陵年五十方退身修道，十年之間已成道矣。聞蜀民樸素可教化，且多名山，乃將弟子入蜀，於鶴鳴山隱居。既遇老君，遂於隱居之所備藥物，依法修鍊，三年丹成，未敢服餌。謂弟子曰：神丹已成，若服之，當衝天爲真人，然未有大功於世，須爲國家除害興利，以濟民庶，然後服丹即輕舉，臣事三境，庶無愧焉。老君尋遣清和玉女，教以吐納清和之法，修行千日，能內見五藏，外集外神。乃行三步九跡，交乾履斗，隨罡所指，以攝表邪，

戰六天魔鬼，奪二十四治，改爲福庭，名之化宇，降其帥爲陰官。先時蜀中魔鬼數萬，白晝爲市，擅行疫癘，生民久罹其害，自六天大魔推伏之後，陵斥其鬼衆，散處西北不毛之地，與之爲誓曰：人主於晝，鬼行於夜，陰陽分別，各有司存，違者正一有法，必加誅戮。於是幽冥異域，人鬼殊途。今西蜀青城山有鬼市，並天師誓鬼碑石，天地石，日月存焉。

**《神仙傳·皇初平》** 皇初平者，丹谿人也。年十五而家使牧羊，有道士見其良謹，使將至金華山石室中，四十餘年，忽然，不復念家。其兄初起，入山索初平，歷年不能得見。後在市中，有道士善卜，乃問之曰：吾有弟名初平，因令牧羊失之，今四十餘年，不知死生所在，願道君爲占之。道士曰：金華山中有一牧羊兒，姓皇名初平，是卿弟非耶？初起聞之，驚喜，即隨道士去尋求，果得相見，兄弟悲喜。因問弟曰：羊皆何在？初平曰：羊近在山東。初起往視，了不見羊，但見白石無數，還謂初平曰：山東無羊也。初平曰：羊在耳，但兄自不見之。初平便乃俱往看之。乃叱曰：羊起！於是白石皆變爲羊，數萬頭。初起曰：弟獨得神通如此，吾可學否？初平曰：唯好道，便得耳。初起便棄妻子，留就初平。共服松脂茯苓，至五千日，而有童子之色。後乃俱還鄉里，諸親死亡略盡，乃復還去，臨去以方授南伯逢，易姓爲亦初平，改爲赤松子。初起改爲魯班。其後傳服此藥而得仙者，數十人焉。

**《神仙傳·黃山君》** 黃山君者，修彭祖之術，年數百歲，猶有少容，亦治地仙，不取飛昇。彭祖既去，乃追論其言，爲《彭祖經》，得彭祖經者，便爲木中之松栢也。

**《神仙傳·呂恭》** 呂恭字文敬，少好服食。將一奴一婢於太行山中採藥，忽有三人在谷中，因問恭曰：子好長生乎？而乃勤苦艱險如是耶！恭曰：實好長生，而不遇良方，故採服此物，冀有微益也。一人曰：我姓呂，字文起。一人曰：我姓孫，字文陽。一人曰：我姓李，字文上。皆太清太和府仙人也，時來採藥，當以成授新學者。公既與吾同姓，又字得吾半，是公命當應長生也。若能隨我採藥，語公不死之方。恭即拜曰：有幸得遇神人，但恐闇塞多罪，不足教授，若見採救，是更生之願也。即隨仙人去。二日，乃授恭秘方一通，因遣恭還曰：可歸省鄉里。恭即拜辭，仙人語恭曰：公來雖二日，今人間已二百年。恭歸到家，但見空野，無復子孫，乃見鄉里數世後人趙光輔，遂問呂恭家何在。人轉怪之曰：君自何來？乃問此久遠之人。吾聞先世傳有呂恭，將一奴一婢入山採藥，不復歸還，以爲虎狼所傷耳，經今已二百餘年，君何問乎？呂恭有後世孫呂習者，在城東北十里作道士，人多奉事之，推求《易》得耳。恭承輔言，往到習家，叩門而呼之。奴出問曰：公何來？恭曰：此是吾家也。我昔採藥，隨仙人去，至今二百餘年，今復歸矣。習舉家驚喜，徒跣而出，拜曰：仙人來歸。流涕不能自勝。居久之，乃以神方授習而去。時習已年八十，服之，轉轉還少，至二百歲，乃入山去。其子孫世世服此藥，無復老死，皆得仙也。

**《神仙傳·華子期》** 華子期者，淮南人也。師祿里先生，受隱仙靈寶方。一曰：伊洛飛龜秩，二曰伯禹正機，三曰平衡方。按合服之，日以還少，一日能行五百里，力舉千斤，一歲十二易其形。後乃仙去。

**《神仙傳·沈建》** 沈建者，丹陽人也。世爲長史，而建獨好道，不肯仕宦。學導引服食之術，遠年卻老之法，又能治病，病無輕重，遇建則差，舉事之者千餘家。一日，建當遠行，留寄一奴一婢，並驢一頭，羊十口，各與藥一丸，語主曰：但累舍居，不煩主人飲食也。便決去，主人怪之曰：此君所寄口有十三，不留寸資，當若之何？建去之後，主人飲啖奴婢，奴婢聞食皆吐逆；以草與驢羊。驢羊皆避而不食，便欲觝人。主人乃驚。後百餘日，奴婢面體光澤，轉勝於初時，驢羊悉肥如飼。建去三年乃還，又各以一丸藥與奴婢驢羊，乃卻飲食如故。建遂斷穀，不食，能輕舉，飛行往還，如此三百餘年，乃絕跡，不知所之也。

**《神仙傳·樂子長》** 樂子長者，齊人也。少好道，因到霍林山，遇仙人，授以服巨勝赤松散方。仙人告之曰：蛇服此藥化爲龍，人服此藥老成童；又能昇雲上下，改人形容。崇氣益精，起死養生。子能行之，可以度世，子長服之，年一百八十歲，色如少女。妻子九人，皆服其藥，老者返少，小者不老。乃入海，登勞盛山而仙去也。

**《神仙傳·伯山甫》** 伯山甫者，雍州人也。在華山中精思服餌，時時歸鄉里省親，如此二百餘年不老。見其外生女年老多病，將藥與之，女服藥時年七十，稍稍還少，色如桃花。漢遣使者，經見西河城東，有一女子荅一老翁，其老翁頭髮皓白，長跪而受杖，使者怪而問之，女子曰：此是妾兒，昔妾舅氏伯山甫，以神方教妾，妾教使服之，不肯，而致今日衰老，不及於妾，妾患

怒，故與之杖耳。使者問女及兒今各年幾，女子答云：妾年二百三十歲矣，兒今年七十。此女後入華山，得仙而去。

**《神仙傳・北極子》** 北極子者，姓陰名恒。其經曰：治身之道，愛神爲寶，養性之術，死入生出。常能行之，與天相畢。因生求生真生矣，以鐵治鐵之謂真，以人治人之謂神。後服神丹而仙焉。

**《神仙傳・天門子》** 天門子者，姓王名綱。尤明補養之要。故其經曰：陽生立於寅，純木之精；陰生立於申，純金之精。夫以木投金，無往不傷，故陰能滅陽也。陰人著脂粉者，法金之白也。是以真人道士莫不留心駐意，精其微妙，審其盛衰。我行青龍，彼行白虎，彼前朱雀，我後玄武，不死之道也。又陰人之情也，有急於陽，然能外自牋抑，不肯請陽者，明金不爲木屈也。陽性氣剛躁，志節踈略，至地遊晏，則聲氣和柔，言辭卑下，明木之畏金也。門天子既行此道，年二百八十歲，色如童子，乃服珠醴得仙，入玄洲去也。

**《神仙傳・絕洞子》** 絕洞子者，姓李名修。其經曰：弱制強，陰能弊陽。常若臨深履危，禦奔乘駕，長生之道也。年四百餘歲，顏色不衰。著書四十篇，名堅貞不曰《道源》。

**《神仙傳・王烈》** 王烈，字長休，邯鄲人。常服黃精並鍊鉛，年二百三十八歲，有少容，登山如飛。少爲書生，嵇叔夜與之遊。烈嘗入太行山，聞山裂聲，往視之，山斷數百丈，有青泥出如髓，取搏之，須臾成石，如熱臘之狀，食之味如粳米。仙經云：神仙五百歲，輒一開，其中有髓，得服之者，舉天地齊畢。

**《神仙傳・孔元》** 孔元者，常服松脂茯苓松實，年更少壯，已一百七十餘歲。人或飲酒，請元作酒令，元乃以杖柱地。倒立，頭向下，持酒倒飲，人不能爲之也。乃於水邊鑿岸作一穴，方丈餘，止其間，斷穀，或一月兩月而出。後入西華嶽得道也。

**《神仙傳・太山老父》** 太山老父者，莫知其姓名。漢武帝東巡狩，見老父鋤於道間，頭上白光高數尺，怪而呼問之。老父狀如年五十許人，而面有童子之色，肌體光華，不與俗人同。帝問：有何道人術耶？老父答曰：臣年八十五時，衰老垂死，頭白齒落。有道士教臣絕穀服朮飲水，並作神枕，枕中有三十二物，其二十四物，以象二十四氣，其八物以應八風。臣行之，轉老爲少，黑髮更生，齒墮復出，日行三百里。臣今年百八十矣。武帝愛其方，賜之金帛。老父後入岱山中去十年，五年時還鄉里，三百餘年乃不復還也。

**《神仙傳・封君達》** 封君達者，隴西人也。服黃精五十餘年，又入烏鼠山，服鍊水銀，百餘歲往來鄉里，視之年如三十許人。常騎青牛，聞人有疾病時死者，便過與藥治之，應手皆愈。不姓字語人，世人識其乘青牛，故號爲青牛道士。後二百餘年，入玄丘山仙去也。

**《神仙傳・甘始》** 甘始者，太原人也。善行氣，不飲食。又服天門冬，行房中之事。依客成玄素之法。更演益之，爲一卷，用之甚有近効。治病不用針灸湯藥。在人間三百餘歲，乃入王屋山仙去也。

**《神仙傳・王真》** 王真，字叔堅，上黨人也。少爲羣吏。年七十乃好道，尋見仙經雜言。說郊間人者，周宣王時郊間採薪之人也。採薪而行，歌曰：巾金巾，入天門。呼長精，嗽玄泉。鳴天鼓，養泥丸。時人莫能知，唯柱下史曰：此是活國中人，其語秘矣，其人乃古之漁父也。何以知之？八百歲人，目瞳正方；千歲人，目理縱。採薪者乃千歲之人也。真讀此書而不解其旨，遂搜問諸所在道士，經年，而遇有解其旨者，語真曰：此近淺之術也，爲可駐年反白而已耳。乃語訣云：巾金巾者，恒存肺氣入泥丸，徐徐以繞身，身常光澤；嗽玄泉者，漱其口液而服之，使人不老，行之七日有効；鳴天鼓者，朝起常叩齒三十六下，使身神安；又夜恒存赤氣，從天門入周身內外，在腦中變爲火，以燔身，身與火同光，如此存之，亦名曰鍊形。泥丸，腦也；天門，口也。習閉氣而吞之，名曰胎息；習漱舌下泉而嚥之，名曰胎食。行之勿休。真受訣，施行胎息胎食鍊形之方，甚有驗斷。穀二百餘年，肉色光美，徐行及馬，力兼數人，自歎曰：我行此術，唯可不死，豈及神丹金玉之方邪？乃師事蒯子訓，子訓授其《肘後方》也。魏武帝聞之，呼與相見，見侶年可三十許，意嫌其虛詐，定校其鄉里，皆異口同辭，多有少小見真者，乃信其有道，甚敬重之。郤孟節師事真十數年，真以蒸丹小餌法授孟節，得度世。鄉里計真已四百歲。後一日將三少妾登女幾山，語弟子言：合丹去。去遂不復還。真日行三百里，孟節能合棗核以不食，至十年，又能閉氣不息，身不動搖，若死人，可至百日半歲，亦有家室。此法是真所習郊間人之法也。孟節爲人質謹，不妄言。魏武帝爲立茅舍，使令諸方士。晉惠懷之際人，故有見孟節在長安市中者，魏武帝時亦善招求方術，道士皆虛心待

之，但諸得道者，莫肯告之要言耳。

**《神仙傳・魏伯陽》** 魏伯陽者，吳人也。本高門之子，而性好道術，不肯仕宦，閒居養性，時人莫知之。後與弟子三人入山作神丹，丹成，知弟子心不盡，乃試之曰：此丹今雖成，當先試之。今試飴犬，犬即飛者可服之，若犬死者，則不可服也。伯陽入山，特將一白犬自隨。又有毒丹，轉數未足，合和未至服之暫死。故伯陽便以毒丹與白犬，食之即死。伯陽乃問弟子曰：作丹惟恐不成，丹既成，而犬食之即死，恐未合神明之意，服之恐復如犬，爲之奈何？弟子曰：先生當服之否？伯陽曰：吾背違世俗，委家入山，不得仙道，亦不復歸，死之與生，吾當服之耳。伯陽乃服丹，丹入口即死。弟子顧相謂曰：作丹欲長生，而服之即死，當奈何？獨有一弟子曰：吾師非凡人也，服丹而死，將無有意耶？亦乃服丹，即復死。余二弟子乃相謂曰：所以作丹者，欲求長生，今服即死，焉用此爲？若不服此，自可數十年在世間活也，遂不服，乃共出山，欲爲伯陽及死弟子求市棺木。二人去後，伯陽即起，將所服丹內死弟子及白犬口中，皆起。弟子姓虞。遂皆仙去。因逢人入山伐木，乃作書與鄉里，寄謝二弟子。弟子方乃懊恨。伯陽作《參同契・五行相類》，凡三卷，其說似解《周易》，其實假借爻象，以論作丹之意，而儒者不知神仙之事，反作陰陽注之，殊乖其大旨也。

**《神仙傳・彭祖》** 彭祖者，姓籛，名鏗，帝顓頊之玄孫。至殷末世，年七百六十歲而不衰老。少好恬靜，不恤世務，不營名譽，不飾車服，唯以養生治身爲事。殷王聞之，拜爲大夫，常稱疾閒居，不與政事。善於補養導引之術，並服水桂，雲母粉、麋鹿角，常有少容，然其性沈重，終不自言有道，亦不作詭惑變化鬼怪之事。窈然無爲，時乃遊行，人莫知其所詣。伺候之，竟不見也。有車馬而不常乘，或數百日或數十日不持資糧，還家則衣食與人無異。常閉氣內息，從平旦至日中，乃危坐拭目，摩搦身體，舐唇咽唾，服氣數十，乃起行，言笑如故。其體中或有疲倦不安，便導引閉氣，以攻其患。心存其身，頭面九竅，五藏四肢，至於毛髮，皆令其存。覺其氣行體中，起於鼻口中，達十指末，尋即平和也。王自詣問訊，不告之。致遺珍玩，前後數萬，彭祖皆受之以恤貧賤，略無所留。又有采女者，亦少得道，知養形之方，年二百七十歲，視之年如十五六。王奉事之，於掖庭爲立華屋紫閣，飾以金玉，乃令采女乘輕軿而往，問道於彭祖。采女再拜，請問延年益壽之法。彭祖曰：欲舉形登天，上補仙官者，當用金丹，此元君太一所服，白日昇天也。然此道至大，非君主所爲。其次當愛精養神，服餌至藥，可以長生，但不能役使鬼神、乘虛飛行耳，不知交接之道，雖服藥無益也。采女能養陰陽者也，陰陽之意可推而得，但不思之耳，何足枉問耶？僕遺腹而生，三歲失母，遇犬戎之亂，流離西域，百有餘年，加以少怙，喪四十九妻，失五十四子，數遭憂患，和氣折傷，令肌膚不澤，榮衛焦枯，恐不得度世。所聞素又淺薄，不足宣傳。今大宛山中，有青精先生者，傳言千歲，色如童子，行步一日三百里，能終歲不食，亦能一日九餐，真可問也。采女曰：敢問青精先生所謂何仙人也？彭祖曰：得道者耳，非仙人也。仙人者，或竦身入雲，無翅而飛；或駕龍乘雲，上造太皓；或化爲鳥獸，浮游青雲；或潛行江海，翱翔名山；或食元氣，或茹芝草；或出入人間則不可識，或隱其身草野之間。面生異骨，體有奇毛，戀好深僻，不交流俗。然有此等，雖有不亡之壽，皆去人情，離榮樂。有若雀之化蛤，雉之爲蜃，失其本真，更守異器，今之愚心未之願也。人道當食甘旨，服輕麗，通陰陽，處官秩；耳目聰明，骨即堅強，顏色和澤，老而不衰，延年久視，長在世間；寒溫風濕不能傷，鬼神衆精莫敢犯，五兵百蟲不能近，憂喜毀譽不爲累，乃可貴耳。人之受氣，雖不知方術，但養之得宜，當至百二十歲，不及此者，皆傷之也。小復曉道，可得二百四十歲，能加之，可至四百八十歲。盡其理者，可以不死，但不成仙人耳。養壽之道，但莫傷之而已。夫冬溫夏涼，不失四時之和，所以適身；美色淑姿，幽閒娛樂，不致思欲之惑，所以通神也；車服威儀，知足無求，所以一其志也；八音五色，以玩視聽，所以導心也。凡此皆以養壽，而不能斟酌之者，反以速患。古之至人，恐不才之子，未識事宜，流遁不還，故紹其源也。故有上士別床，中士異被服，藥千裏，不如獨臥。五色令人目盲，五味令人口爽，苟能節宣其宜適，抑揚其通塞者，不減年算，而得其益。凡此之類，譬猶水火，用之過當，反爲害耳，人不知其經脈損傷，血氣不足，內理空疏，髓腦不實，體已先病，故爲外物外犯，因風寒酒色以發之耳。若本充實，豈當病耶？凡遠思強記傷人，憂悲哀傷人，情樂過差傷人，忿怒不解傷人，汲汲所願傷人，戚戚所患傷人，寒暖失節傷人，陰陽不交傷人。所傷人者甚衆，而獨責於房室，不亦惑哉？男女相成，猶天地相生也，所以導養神氣，使人不失其和。天地得交接之道，故無終竟之限；人失交接之道，故有殘折之期。能避衆傷之事，得陰陽之術，則不

死之道也。天地晝離而夜合，一歲三百六十交，而精氣和合者有四，故能生育萬物，不知窮極。人能則之，可以長存。次有服氣得其道，則邪氣不得入，治身之本要也。其餘吐納導引之術，及念體中萬神，有含影守形之事，一千七百餘條。及四時首向，責已謝過，臥起早晏之法，皆非真道，可以教初學者，以正其心耳。愛精養體，服氣鍊形，萬神自守；其不然者，則榮衛枯瘁，萬神自逝，非思念所留者也。愚人爲道，不務其本，而逐其末，告以至言，又不能信。見約要之書，謂之輕淺，而晝夕伏誦，觀夫《太清》、《北神》、《中經》之屬，以此疲勞，至死無益也，不亦悲哉？又人苦多事，又少能棄世獨住山居穴處者，以順道教之，終不能行，是非仁人之意也。但知房中之道，閉氣之術，節思慮，適飲食，則得道矣。吾先師初著九都節解、韜形隱遁、無爲開明、四極九室諸經萬三千首，爲以示始涉門庭者耳。采女具受諸要以教王，王試爲之，有驗，欲秘之，乃令國中有傳彭祖道者，誅之，又欲害彭祖以絕之。彭祖知之，乃去，不知所在。其後七十餘年，聞人於流沙之西見之。王能常行彭祖之道，得壽三百歲。力轉丁壯，如五十時。鄭女妖淫，王失其道而殂。俗間相傳，言彭祖之道殺人者，由於王禁之故也。彭祖去殷時，年七百七十歲，非壽終也。

**《神仙傳・白石生》** 白石生者，中黃丈人弟子也。至彭祖之時，已年二千餘歲矣。不肯修昇仙之道，但取於不死而已，不失人間之樂。其所據行者，正以交接之道爲主，而金液之藥爲上也。初患家貧身賤，不能得藥，乃養豬、牧羊十數年。約衣節用，致貨萬金，乃買藥服之。常煑白石爲糧，因就白石山居，時人號曰白石生。亦時食脯飲酒，亦時食穀。日能行三四百里，視之色如三十許人，性好朝拜存神，又好讀《仙經》及《太素傳》。彭祖問之：何以不服藥昇天乎？答曰：天上無復能藥於此間耶，但莫能使老死耳。天上多有至尊相奉事，更苦人間耳。故時人號白石生爲：隱遁仙人，以其不汲汲於昇天爲仙官，而不求聞達故也。

**《後漢書・王充王符仲長統列傳・仲長統》** 仲長統字公理，山陽高平人也。少好學，博涉書記，贍於文辭。年二十餘，遊學青、徐、并、冀之間，與交友者多異之。并州刺史高幹，袁紹甥也。素貴有名，招致四方遊士，士多歸附。統過幹，幹善待遇，訪以當時之事。統謂幹曰：君有雄志而無雄才，好士而不能擇人，所以爲君深戒也。幹雅自多，不納其言，統遂去之。無幾，幹以并州叛，卒至於敗。并、冀之士皆以是異統。

統性俶儻，敢直言，不矜小節，默語無常，時人或謂之狂生。每州郡命召，輒稱疾不就。常以爲凡遊帝王者，欲以立身揚名耳，而名不常存，人生易滅，優遊偃仰，可以自娛。欲卜居清曠，以樂其志，論之曰：

使居有良田廣宅，背山臨流，溝池環匝，竹木周布，場圃築前，果園樹後。舟車足以代步涉之艱，使令足以息四體之役。養親有兼珍之膳，妻孥無苦身之勞。良朋萃止，則陳酒肴以娛之；嘉時吉日，則享羔豚以奉之。躋躇畦苑，遊戲平林，濯清水，追涼風，釣游鯉，弋高鴻。諷於舞雩之下，詠歸高堂之上。安神閨房，思老氏之玄虛；呼吸精和，求至人之仿佛。與達者數子，論道講書，俯仰二儀，錯綜人物。彈《南風》之雅操，發清商之妙曲。消搖一世之上，睥睨天地之間。不受當時之責，永葆性命之期。如是，則可以陵霄漢，出宇宙之外矣。豈羨夫人帝王之門哉！

**《後漢書・方術列傳・郭玉》** 郭玉者，廣漢雒人也。初，有老父不知何出，常漁釣於涪水，因號涪翁。乞食人間，見有疾者，時下針石，輒應時而效。乃者著《針經》、《診脈法》傳於世。弟子程高尋求積年，翁乃授之。高亦隱跡不仕。玉少師事高，學方診六微之技，陰陽不測之術。和帝時，爲太醫丞，多有效應。帝奇之仍，試令嬖臣美手腕者，與女子雜處帷中，使玉各診一手，問所疾苦。玉曰：左陰右陽，脈有男女，狀若異人。臣疑其故。帝歎息稱善。玉仁愛不矜，雖貧賤廝養，必盡其心力。而醫療貴人，時或不愈。帝乃令貴人贏服變處，一針即差。召玉詰問其狀，對曰：醫之爲言意也。腠理至微，隨氣用巧，針石之間，毫芒即乖。神存於心手之際，可得解而不可得言也。夫貴者處尊高以臨臣，臣懷怖懾以承之。其爲療也，有四難焉：自用意而不任臣，一難也。將身不謹，二難也。骨節不強，不能使藥，三難也。好逸惡勞，四難也。針有分寸，時有破漏。重以恐懼之心，加以裁慎之志，臣意且猶不盡，何有於病哉？此其所爲不愈也。帝善其對，年老卒官。

**《後漢書・文苑傳・蘇順》** 蘇順，字孝山，京兆霸陵人也。和安間，以才學見稱，好養生術。隱處求道，晚乃仕，拜郎中，卒於官。所著賦、論、誄、哀、辭、雜文，凡十六篇。

**《後漢書・方術列傳・左慈》** 左慈字元放，廬江人也。少有神道。嘗在司空曹操坐，操從容顧衆賓曰：今日高會，珍羞略備，所少吳松江鱸魚

耳。元放下坐，應曰：此可得也。因求銅盤貯水，以竹竿餌釣於盤中，須臾，引一鑪魚出。操大拊掌笑。會者皆驚。操曰：一魚不周坐席，可更得乎？放乃列餌釣沈之，須臾復引出，皆長三尺餘，生鮮可愛。操使目前鱠之，周浹會者。操又謂曰：既已得魚，恨無蜀中生薑耳。放曰：亦可得也。操恐其近所取，因曰：吾前遣人至蜀買錦，可過勅使者，增市二端。語頃，即得薑還，並獲操使報命。後操使蜀反，驗問增錦之狀及時日早晚，若符契焉。後操出近郊，士大夫從者百許人。慈乃爲齎酒一升，脯一斤，手自斟酌，百官莫不醉飽。操怪之，使尋其故，行視諸鑪，悉亡其酒脯矣。操懷不喜。因坐上收，欲殺之，慈乃卻入壁中，霍然不知所在。或見於市者，又捕之，而市人皆變形與慈同，莫知誰是。後人逢慈於陽城山頭，因復逐之，遂入走羊羣。操知不可得，乃令就羊中告之曰：不復相殺，本試君術耳。忽有一老牸，屈前兩膝，人立而言，曰：遽如許。即競往赴之，而羣羊數百皆變爲牸，並屈前膝人立，云：遽如許。遂莫知所取焉。

**《後漢書・方術列傳・費長房》** 費長房者，汝南人也。曾爲市掾。市中有老翁賣藥，懸一壺於肆頭，及市罷，輒跳入壺中。市人莫之見，唯長房於樓上覩之，異焉，因往再拜，奉酒脯。翁知長房之意其神也，謂之曰：子明日可更來。長房旦日復詣翁，翁乃與俱入壺中。唯見玉堂嚴麗，旨酒甘肴盈衍其中，共飲畢而出。翁約不聽與人言之。後乃就樓上候長房曰：我神仙之人，以過見責，今事畢當去，子寧能相隨乎？樓下有少酒，與卿爲別。長房使人取之，不能勝。又令十人扛之，猶不舉。翁聞，笑而下樓，以一指提之而上。視器如一升許，而二人飲之，終日不盡。長房遂欲求道，而顧家人爲憂。翁乃斷一青竹，度與長房身齊，使懸之舍後。家人見之，即長房形也，以爲縊死，大小驚號，遂殯葬之。長房立其傍，而莫之見也。於是遂隨從入深山，踐荊棘於羣虎之中。留使獨處，長房不恐。又臥於空室，以朽索懸萬斤石於心上，衆蛇競來齧索且斷，長房亦不移。翁還，撫之曰：子可教也。復使食糞，糞中有三蟲，臭穢特甚，長房意惡之。翁曰：子幾得道，恨於此不成，如何？長房辭歸，翁與一竹杖，曰：騎此任所之，則自至矣。既至，可以杖投葛陂中也。又爲作一符，曰：以此主地上鬼神。長房乘杖，須臾來歸，自謂去家適經旬日，而已十餘年矣。即以杖投陂，顧視則龍也。家人謂其久死，不信之。長房曰：往日所葬，但竹杖耳。乃發冢剖棺，杖猶存焉。遂能醫療衆病，鞭笞百鬼，及驅使社公。或在它坐，獨自恚怒，人問其故，曰：吾責鬼魅之犯法者耳。汝南歲歲常有魅，僞作太守章服，詣府門椎鼓者，郡中患之。時魅適來，而逢長房爲謁府君，惶懼不得退，便前解衣冠，叩頭乞活。長房呵之云：便於中庭正汝故形！即成老鼈也，大如車輪，頸長一丈。長房復令就太守服罪，付其一札，以勅葛陂君。魅叩頭流涕，持札植於陂邊，以頸繞之而死。後東海君來見葛陂君，因淫其夫人，於是長房劾繫之三年，而東海大旱。長房至海上，見其人請雨，乃謂之曰：東海君有罪，吾前繫於陂，今方出之使作雨也。於是雨立注。長房曾與人共行，見一書生黃巾被裘，無鞍騎馬，下而叩頭。長房曰：還它馬，赦汝死罪。人問其故，長房曰：此狸也，盜社公馬耳。又嘗坐客，而使至宛市鮓，須臾還，乃飯。或一日之間，人見其在千里之外者數處焉。後朱其符，爲衆鬼所殺。

**《後漢書・方術列傳・甘始》** 甘始、東郭延年、封君達三人者，皆方士也。率能行容成禦婦人術。或飲小便，中自倒懸，愛嗇精氣，不極視大言。甘始、元放、延年皆爲操所録，問其術而行之。君達號青牛師，凡此數人，皆百餘歲及二百歲也。

**《後漢書・方術列傳・王真》** 王真、郝孟節者，皆上黨人也。王真年且百歲，視之面有光澤，似未五十者。自云：周流澄五嶽名山，悉能行胎息胎食之方，嗽舌下泉咽之，不絕房室。孟節能舍棗核，不食可至五年十年。又能結氣不息，身不動搖，狀若死人，可至百日半年。亦有室家，爲人質謹，不妄言，似士君子。曹操使領諸方士焉。

**《後漢書・方術列傳・華佗》** 華佗，字元化，沛國譙人也，一名旉。游學徐土，兼通數經，曉養性之術，年且百歲而猶有壯容，時人以爲仙。沛相陳珪舉孝廉，太尉黃琬辟，皆不就。精於方藥，處齊不過數種，心識分銖，不假稱量。針灸不過數處。若疾發結於內，針藥所不能及者，乃令先以酒服麻沸散，既醉無所覺，因刳破腹背，抽割積聚。若在腸胃，則斷湔洗，除去疾穢，既而縫合，傅以神膏，四五日創愈，一月之間皆平復。佗嘗行道，見有病咽塞者，因語之曰：嚮來道隅有賣餅人，漬蘧甚酸，可取三升飲之，病自當去。即如佗言，立吐一蛇，乃懸於車而候佗。時佗小兒戲於門中，逆見，自相謂曰：客車邊有物，必是逢我翁也。及客進，顧視壁北，懸蛇以十數，乃知其奇。又有一郡守篤病久，佗以爲盛怒則差。乃多受其貨而不加功。無何棄

去，又留書罵之。太守果大怒，令人追殺佗，不及。因瞋恚，吐黑血數升而愈。又有疾者，詣佗求療，佗曰：君病根深，應當剖破腹。然君壽亦不過十年，病不能相殺也。病者不堪其苦，必欲除之。佗遂下療，應時愈，十年竟死。廣陵太守陳登忽患匈中煩懣，面赤，不食。佗脈之，曰：府君胃中有蟲，欲成內疽，腥物所爲也。即作湯二升，再服，須臾，吐出三升許蟲，頭赤而動，半身猶是生魚膾，所苦便愈。佗曰：此病後三暮當發，遇良醫可救。登至期疾動，時佗不在，遂死。曹操聞而召佗，常在左右。操積苦頭風眩，佗針，隨手而差。有李將軍者，妻病，呼佗視脈。佗曰：傷身而胎不去。將軍言：間實傷身，胎已去矣。佗曰：案脈，胎未去也。將軍以爲不然。妻稍差，百餘日復動，更呼佗。佗曰：脈理如前，是兩胎，先生者去血多，故後兒不得出也。胎既已死，血脈不復歸，必燥著母脊。乃爲下針，並令進湯。婦因欲産而不通。佗曰：死胎枯燥，勢不自生。使人探之，果得死胎，人形可識，但其色已黑。佗之絕技，皆此類也。爲人性惡，難得意，且恥以醫見業，又去家思歸，乃就操求還取方，因託妻疾，數期不反。操累書呼之，又勅郡縣發遣，佗恃能慢事，猶不肯至。操大怒，使人廉之，知妻詐疾，乃收付獄訊，考驗首服。荀彧請曰：佗方術實工，人命所懸，宜加全宥。操不從，竟殺之。佗臨死，出一卷書與獄吏，曰：此可以活人。吏畏法不敢受，佗亦不強，索火燒之。初，軍吏李成苦欬，晝夜不寐。佗以爲腸癰，與散兩錢服之，即吐二升膿血，於此漸愈。乃戒之曰：後十八歲，疾當發動，若不得此藥，不可差也。復分散與之。後五六歲，有里人如成先病，請藥甚急。成愍而與之，乃故往譙更從佗求，適值見收，意不忍言。後十八年，成病發，無藥而死。廣陵吳普、彭城樊阿皆從佗學。普依準佗療，多所全濟。佗語普曰：人體欲得勞動，但不當使極耳。動搖則穀氣得銷，血脈流通，病不得生，譬如戶樞，終不朽也。是以古之仙者爲導引之事，熊經鴟顧，引挽腰體，動諸關節，以求難老。吾有一術，名五禽之戲：一曰虎，二曰鹿，三曰熊，四曰猨，五曰鳥。亦以除疾，兼利蹏足，以當導引。體有不快，起作一禽之戲，怡而汗出，因以著粉，身體輕便而欲食。普施行之，年九十餘，耳目聰明，齒牙完堅。阿善針術。凡醫咸言背及匈藏之間不可妄針，針之不可過四分，而阿針背入人一二寸，巨闕匈藏乃五六寸，而病皆瘳。阿從佗求方可服食益於人者，佗授以漆葉青黏散：漆葉屑一斗，青黏十四兩，以是爲率。言久服，去三蟲，利五藏，輕體，使人頭不白。阿從其言，壽百餘歲。漆葉處所而有，青黏生於豐、沛、彭城及朝歌間。

**《三國志・魏志・武帝操》** 太祖武皇帝，沛國譙人也，姓曹，諱操，字孟德，漢相國參之後。桓帝世曹騰爲中常侍，大長秋封費亭侯評曰：漢末天下大亂，雄豪並起，而袁紹虎踞四州，強盛莫敵。太祖運籌演謀，鞭撻宇內，孥申商之法術，該韓白之奇策，官方授材，各因其器，矯情任算，不念舊惡，終能總御皇機，克成洪業者，惟其明裏最優也，抑可謂非常之人，超世之傑矣。

**《列仙傳・彭祖》** 彭祖者，殷大夫也。姓錢名鏗，帝顓頊之孫陸終氏之中子，歷夏至殷末八百餘歲。常食桂芝，善導引行氣。歷陽有彭祖仙室，前世禱請風雨，莫不輒應。常有雨虎在祠左右，祠訖，地即有虎跡，云後昇仙而去。遐哉碩仙，時惟彭祖。道與化新，綿綿歷古。隱倫玄室，靈著風雨。二虎嘯時，莫我猜侮。

**《列仙傳・赤松子》** 赤松子者，神農時雨師也。服水玉以教神農，能入火自燒。往往至崑崙山上，常止西王母石室中，隨風雨上下。炎帝少女追之，亦得仙，俱去。至高辛時，復爲雨師。今之雨師本是焉。眇眇赤松，飄飄少女。接手翻飛，泠然雙舉。縱身長風，俄翼玄圃。妙達巽坎，作範司雨。

**《列仙傳・偓佺》** 偓佺者，槐山採藥父也。好食松實，形體生毛，長數寸，兩目更方，能飛行逐走馬。以松子遺堯，堯不暇服也。松者，簡松也。時人受服者，皆至二三百歲焉。偓佺餌松，體逸眸方。足躡攀鳳，走超騰驤，遺贈堯門，貽此神方。盡性可辭，中智宜將。

**《列仙傳・容成公》** 容成公者，自稱黃帝師。見於周穆王，能善補導之事。取精於玄牝，其要穀神不死，守生養氣者也。髮白更黑，齒落更生。事與老子同，亦云老子師也。亹亹容城，專氣致柔。得一在昔，舍光獨游。遁貫黃庭，伯陽仰儔。玄牝之門，度幾可求。

**《列仙傳・方回》** 方回者，堯時隱人也。堯聘以爲閭士，煉食雲母，亦與民人有病者。隱於五柞山中。夏啟末爲宦士，爲人所劫，閉之室中，從求道。回化而得去，更以方回掩封其戶。時人言，是回一丸泥塗門，戶終不可開。方回顧生，隱身五柞。咀嚼雲英，棲心隙漠。卻閉幽室，重關自廓。印改掩封，終焉不落。

**《列仙傳・呂尚》** 呂尚者，冀州人也。生而內智，預見存亡。避紂之

亂，隱於遼東四十年。適西周，匿於南山，釣於磻溪，三年不獲魚。比閭皆曰：可已矣。尚曰：非爾所及也。已而，果得兵鈐於魚腹中。文王夢得聖人，聞尚，遂載而歸。至武王伐紂，嘗作陰謀百餘篇。服澤芝地髓，具二百年而告亡。有難而不葬，後子伋葬之。無屍，唯有《玉鈐》六篇在棺中云。呂尚隱釣，瑞得旗鱗。通夢西伯，同乘入臣。沈謀籍世，芝體鍊身。遠代所稱，美哉天人。

**《列仙傳・關令尹》** 關令尹喜者，周大夫也。善內學，常服精華，隱德修行，時人莫知。老子西遊，喜先見其炁，知有真人當過，物色遮之，果得老子。老子亦知其奇，爲著書授之。後與老子俱遊流沙，化明，服苣勝實，莫知其所終。尹喜亦自著書九篇，號曰《關令子》。尹喜抱關，舍德爲務。挹漱日華，仰玩玄度，侯氣真人，介焉獨悟。俱濟流沙，同歸妙趣。

**《列仙傳・涓子》** 涓子者，齊人也，好餌术，接食其精。至三百年乃見於齊。著《天人經》四十八篇。後釣荷澤，得鯉魚腹中有符，隱於宕山，能致風雨。受伯陽《九仙法》。淮南山安，少得其文，不能解其旨也。其《琴心》三篇，有條理焉。涓老餌术，享茲遐紀，九仙既傳，三才乃理。赤鯉投符，風雲是使。柎琴幽巖，高樓遐峙。

**《列仙傳・師門》** 師門者，嘯父弟子也，亦能使火，食桃李葩。爲夏孔甲龍師，孔甲不能順其意，殺而埋之外野，一旦，風雨迎之，訖則山木皆焚。孔甲祠而禱之，還而道死。師門使火，赫炎其勢。乃豢虬龍，潛靈隱惠。夏王虐之，神存質斃。風雨既降，肅爾高逝。

**《列仙傳・務光》** 務光者，夏時人也。耳長七寸，好琴，服蒲韭根。殷湯將伐紂，因光而謀。光曰：非吾事也。湯曰：孰可？曰：吾不知也。湯曰：伊尹何如？強力忍詬，吾不知其他。湯既克桀，以天下讓於光，曰：智者謀之，武者遂之，仁者居之，古之道也。吾子胡不遂之，請相吾子。光辭曰：廢上非義也，殺人非仁也，人犯其難，我享其利，非廉也。吾聞非義不受其祿，無道之世不踐其位，況於尊我。我不忍久見也。遂負石自沈於蓼水，已而自匿。後四百餘歲，至武丁時，復見，武丁欲以爲相，不從。武丁以輿迎而從，逼不以禮，遂投浮梁山，後遊尚父山。務光自仁，服食養真。冥遊方外，獨步常均。武丁雖高，讓位不臣。負石自沈，虛無其身。

**《列仙傳・邛疏》** 邛疏者，周封史也。能行氣鍊形。煮石髓而服之，謂之石鍾乳。至數百年，往來入太室山中，有臥石牀枕焉。八珍促壽，五石延生。邛疏得之，鍊髓餌精。人以百年，行邁身輕。寢息中嶽，遊步仙庭。

**《列仙傳・陸通》** 陸通者，云楚狂接輿也。好養生，食橐盧本實及蕪菁子。遊諸名山，在蜀峨眉山上，世世見之，歷數百年去。接輿樂道，養性潛輝。見諷尼父，諭以鳳衰。納氣以和，存心以微。高步靈嶽，長嘯峨眉。

**《列仙傳・安期先生》** 安期先生者，琅琊阜鄉人也。賣藥於東海邊，時人皆言千歲翁。秦始皇東遊，諮見與語三日三夜，賜金璧度數千萬。出於阜鄉亭皆置去，留書以赤玉舄一雙爲報。曰：後數年求我於蓬萊山。始皇即遣使者徐市、盧生等數百人入海，未至蓬萊山，輒逢風波而還。立祠阜鄉亭海邊十數處云。寥寥安期，虛質高清。秉光適性，保氣延生。聊悟秦始，遺寶阜亭。將遊蓬萊，絕影清冷。

**《列仙傳・桂父》** 桂父者，象林人也。色黑而時白時黃時赤，南海人見而尊事之。常服桂及葵，以龜腦和之，千丸十斤桂。累世見之，今荊州之南尚有桂丸焉。偉哉桂父，挺直遐畿。靈葵內潤，丹桂外綏。怡怡柔顏，代代同輝。道播東南，奕世莫違。

**《列仙傳・任光》** 任光者，上蔡人也。善餌丹，賣於都市里間，積八九十年，乃知是故時任光也。皆說如數十歲面顏，後長老識之，趙簡子聘與俱歸。常在栢梯山上，三世不知所在。晉人常服其丹也。上蔡任光，能鍊神丹。年涉期頤，曄爾朱顏。頃適趙子，從任所安。昇軌栢梯，高飛雲端。

**《列仙傳・瑕丘仲》** 瑕丘仲者，寄人也。賣藥於寄百餘年，人以爲壽矣。地動舍壞，仲及里中數十家屋臨水，皆敗。仲死，民人取仲屍，棄水中，收其藥賣之。仲披裘而從，詣之取藥。棄仲者懼，叩頭求哀。仲曰：恨汝使人知我耳，吾去矣。復爲夫餘胡王，驛使傷來至寄，北方謂之謫仙人焉。瑕丘通玄，謫脫其跡。人死亦死，泛焉言惜。遨步觀化，豈勞胡驛。苟不覩本，誰知其謫。

**《列仙傳・崔文子》** 崔文子者，太山人也。文子世好黃老事，居潛山下，後作黃散赤丸，成石父祠，賣藥都市，自言三百歲。後有疫氣，民死者萬計，長使之文所請救。文擁朱旛，繫黃散以徇人門。飲散者即愈，所活者萬計。後去，在蜀賣黃散，故世寶崔文赤丸黃散，實近於神焉。崔子得道，術兼秘奧。氣癘降喪，仁心收悼。朱旛電麾，神藥捷到。一時簇全，永世作效。

**《列仙傳・赤須子》** 赤須子，豐人也，豐中傳世見之云。秦穆公時主魚吏也，數道豐界災害水旱，十不失一。臣下歸向，迎而師之，從受業，問所長。好食松實、天門冬、石脂，齒落更生，髮墮再出，服霞絕後。遂去吳山下，十餘年，莫知所之。赤須去豐，爰憩吳山。三藥並禦，朽貌再鮮。空往師之，而無使延。顧問小智，豈識巨年？

**《列仙傳・東方朔》** 東方朔者，平原厭次人也。久在吳中，爲書師數十年。武帝時，上書說便宜，拜爲郎。至昭帝時，時人或謂聖人，或謂凡人。作深淺顯默之行，或忠言，或虧語，莫知其旨。至宣帝初，棄郎以避亂世，置幘官舍，風飄之而去。後見於會稽，賣藥五湖。智者疑其歲星精也。東方奇達，混同時俗。一龍一蛇，豈豫榮辱？高韻衝霄，不覇不束。沈跡五湖，騰影腸谷。

**《列仙傳・犢子》** 犢子者，鄴人也。少在黑山，採松子、茯苓，餌而服之，且數百年。時壯時老，時好時醜，時人乃知其仙人。常過酤酒陽都家。陽都女者，市中酤酒家女，眉生而連，耳細而長，衆以爲異，皆言此天人也。會犢子牽一黃犢來過，都女悅之，遂留相奉侍。都女隨犢子出，取桃李，一宿而返，皆連兜甘美。邑中隨伺，逐之出門，共牽犢耳而走，人不能追也。且還後在市中數十年，乃去見潘山下，冬賣桃李云。犢子山棲，採松餌苓。妙氣充內，變白易形。陽氏奇表，數合理冥。乃控靈犢，倏若電征。

**《列仙傳・谿父》** 谿父者，南郡鄜人也。居山間，仙人常止其家。從買瓜，教之鍊瓜子，與桂、附子、芷實共藏，而對分食之。二十餘年，能飛走，昇山入水。後百餘年，居絕山頂，呼谿下父老，與道平生時事云。谿父何欲？欲在幽谷。下臨清澗，上翳委蕤。仙客舍之，導以秘策，形絕埃磕，心在舊俗。

**《列仙傳・山圖》** 山圖者，隴西人也。少好乘馬，馬踢之折腳。山中道人教令服地黃、當歸、羌活、獨活、苦參散。服之一歲，而不嗜食，病愈身輕。追道人問之，自言五嶽使，之名山採藥，能隨吾，使汝不死。山圖追隨之六十餘年。一旦歸來，行母服於家間。暮年復去，莫知民之。山圖抱患，因毀致全。受氣使身，藥輕命延。寫衰墳栢，天受猶經。數周高舉，永絕俗緣。

**《列仙傳・文賁》** 文賁者，太丘鄉人也，賣草履爲業。數取嫗，數十年，輒棄之。後時故嫗壽老，年九十餘，續見賁年更壯。他時嫗拜賁涕泣，賁謝曰：不宜。至正月朝，儻能會鄉亭西社中邪？嫗老，夜從見孫行十餘里，坐社中待之。須臾，賁到，大驚：汝好道邪？知汝爾，前不去汝也。教令服菊花、地膚、桑上寄生、松子，取以益氣。嫗亦更壯，復百餘年見云。文賁養生，納氣玄虛。松菊代御，鍊質鮮膚。故妻好道，拜泣踟躕。引過告術，延齡百餘。

**《列仙傳・商丘子胥》** 商丘子胥者，高邑人也，好牧豕吹竽。年七十不娶婦，而不老。邑人多奇之，從受道，問其要。言但食朮、菖蒲根，飲水，不饑不老如此。傳世見之，三百餘年。貴戚富室聞之，取而服之，能終歲輒止，憚慢矣，謂將復有匿術也。商丘幽棲，韞櫝妙術。渴飲寒泉，饑茹蒲朮。吹竽牧豕，卓犖奇也。道足無求，樂茲永日。

**《列仙傳・赤斧》** 赤斧者，巴戎人也，爲碧雞祠主簿。能作水溷鍊丹，與硝石服之，三十年反如童子，毛髮生皆赤。後數十年，上華山，取禹餘糧餌，賣之於蒼梧、湘江間。累世傳見之，手掌中有赤斧焉。赤斧顧真，發秀戎巴。寓跡神祠，溷鍊丹砂。髮雖朱猼，顏曄丹葩。採藥靈山，觀化南遐。

**《列仙傳・負局先生》** 負局先生者，不知何許人也，語似燕，代間人。常負磨鏡局枸吳市中，衒磨鏡一錢。因磨之，輒問主人，得無有疾苦者，輒出紫丸藥以與之，得者莫不愈。如此數十年。後大疫病，家至戶到與藥，活者萬計，不取一錢，吳人乃知其真人也。後主吳山絕崖頭，懸藥下與人。將欲去時，語下人曰：吾還蓬萊山，爲汝曹下神水。崖頭一旦水，白色，流從石間來，下服之。多愈疾。立祠十餘處。負局神端，披褐含秀。術兼和、鵲，心託宇宙。引彼萊泉，灌此絕岫。欲返蓬山，以齊天壽。

**《列仙傳・朱璜》** 朱璜者，廣陵人也。少病毒瘕，就睢山上道士阮丘。丘憐之，言：卿除腹中三屍，有真人之業可度教也。璜曰：病愈，當爲君作客三十年，不敢自還。丘與璜七物藥，日服九丸，百日，病下如肝脾者數斗。養之數十日，肥健，心意日更開朗，與老君《黃庭經》，令日讀三過，通之，能思其意。丘遂與璜俱入浮陽山玉女祠。且八十年，復見故處，白髮盡黑，鬢更長三尺餘，過食止，數年復去。如此至武帝末，故在焉。朱璜寢瘕，福作相迎，真人投藥，三屍俱靈。心虛神瑩，騰贊幽冥。毛赬髮黑，超然長生。

**《列仙傳・黃阮丘》** 黃阮丘者，睢山上道士也。衣裘被髮，耳長七寸，口中無齒，日行四百里。於山上種蔥薤百餘年，人不知也。時下賣藥，朱璜

發明之，乃知其年人也。地動山崩，道絕，預戒下人。世共奉祠之。蔥蔕巖嶺，實棲若人。被裘散髮，輕步絕倫。含道養生，妙觀通神。發驗朱璜，告徧下民。

**《列仙傳・女丸》** 女丸者，陳市上沽酒婦人也，作酒常美，遇仙人過其飲酒，以《素書》五卷爲質。丸開視其書，乃養性、交接之術。丸私寫其文要，更設房室，納諸年少，飲美酒，與止宿，行文書之法。如些三十年，顏色更如二十。時仙人數歲復來過，笑謂丸曰：盜道無私，有翅不飛。遂戲家追仙人去，莫知所之云。玄素有要，近取諸身。彭聃得之，五卷以陳。女丸蘊妙，仙客來臻。傾書開引，雙飛絕塵。

**《晉書・嵇康傳》** 嵇康，字叔夜，譙國銍人也。其先姓奚，會稽上虞人，以避怨，徙焉。銍有嵇山，家於其側，因而命氏。兄喜，有當世才，歷太僕，宗正。康早孤，有奇才，遠邁不羣。身長七尺八寸，美詞氣，有風儀，而土木形骸，不自藻飾，人以爲龍章鳳姿，天質自然。恬靜寡慾，含垢匿瑕，寬簡有大量。學不師受，博覽無不該通，長好《老》《莊》。與魏宗室婚，拜中散大夫。常修養性服食之事，彈琴詠詩，自足於懷。以爲神仙稟之自然，非積學所得，至於導養得理，則安期、彭祖之倫可及，乃著《養生論》。又以爲君子無私，其論曰：夫稱君子者，心不措乎是非，而行不違乎道者也。何以言之？夫氣靜神虛者，心不存於矜尚；體亮心達者，情不繫於所欲。矜尚不存乎心，故能越名教而自任自然；情不繫於所欲，故能審貴賤而通物情。物情順通，故大道無違；越名任心，故是非無措也。是故言君子則以無措爲主，以通物爲美；言小人則以匿情爲非，以違道爲。何者？匿情矜吝，小人之至惡；虛心無措，君子之篤行也。是以大道言及吾無身，吾又何患。無以生爲貴者，是賢於貴生也。由斯而言，夫至人之用心，固不存有措矣。故曰：君子行道，忘其爲身。斯言是矣。君子之行賢也，不察於有度而後行也；任心無邪，不議於善而後正也；顯情無措，不論於是而後爲也。是故傲然忘賢而賢與度會，忽然任心而心與善遇，儻然無措而事與是俱也。其畧如此。蓋其胸懷所寄，以高契難期。每思郢質，所與神交者惟陳留阮籍、河內山濤，豫其流者河內向秀、沛國劉伶、籍兄子咸、琅邪王戎，遂爲竹林之遊。世所謂竹林七賢也。戎自言與康居山陽二十年，未嘗見其喜慍之色。康嘗採藥遊山澤，會其得意，忽焉忘反。時有樵蘇者遇之，咸謂神。至汲郡山中見孫登，康遂從之遊。登沉默自守，無所言說。康臨去，登曰：君性烈而才雋，其能免乎！康又遇王烈，共入山，烈嘗得石髓如飴，即自服半，餘半與康，皆凝而爲石。又於石室中見一卷《素書》，遽呼康往取，輒不復見。烈乃歎曰：叔夜趣非常而輒不遇，命也！其神心所感，每遇幽逸如此。山濤將去選官，舉康自代。康乃與濤書告絕，曰：聞足下欲以吾自代，雖事不行，知足下故不知之也。恐足下羞庖人之獨割，引尸祝以自助，故爲足下陳其可不。老子、莊周，吾之師也，親居賤職；柳下惠、東方朔，達人也，安乎卑位。吾豈敢短之哉！又仲尼兼愛，不羞執鞭，子文無欲卿相而三爲令尹，是乃君子思濟物之意也。所謂達能兼善而不渝，窮則自得而無悶。以此觀之，故知堯、舜之居世，許由之巖棲，子房之佐漢，接輿之行歌，其揆一也。仰瞻數君，可謂能遂其志者也。故君子百行，殊塗同致，循性而動，各附所安。故有處朝廷而不出，入山林而不反之論。且延陵高子臧之風，長卿慕相如之節，意氣所託，亦不可奪也。吾每讀《尚子平、臺孝感傳》，慨然慕之，想其爲人。加少孤露，母兄驕恣，不涉經學，又讀《老》《莊》，重增其放，故使榮進之心日頹，任逸之情轉篤。阮嗣宗口不論人過，吾每師之，而未能及。至性過人，與物無傷，惟飲酒過差耳，至爲禮法之士所繩，疾之如仇讐，幸賴大將軍保持之耳。吾以不如嗣宗之資，而有慢之闕；又不識物情，闇於機宜；無萬石之慎，而有好盡之累；久與事接，疵釁日興，雖欲無患，其可得乎！又聞道士遺言，餌术黃精，令人久壽，意甚信之。遊山澤，觀魚鳥，心甚樂之。一行作吏，此事便廢，安能舍其所樂，而從其所懼哉！夫人之相知，貴識其天性，因而濟之。禹不逼伯成子高，全其長也；仲尼不假蓋於子夏，護其短也。近諸葛孔明不迫元直以入蜀，華子魚不强幼安以卿相，此可謂能相終始，真相知者也。自卜已審，若道盡塗殫則已耳，足下無事冤之令轉於溝壑也。吾新失母兄之歡，意常悽切。女年十三，男年八歲，未及成人，況復多疾，顧此恨恨，如何可言。今但欲守陋巷，教養子孫，時時與親舊敘離闊，陳說平生，濁酒一盃，彈琴一曲，志意畢矣。豈可見黃門而稱貞哉！若趣欲共登王塗，期於相致，時爲懽益，一旦迫之，必發狂疾。自非重譬，不至此也。既以解足下，並以爲別。此書既行，知其不可羈屈也。性絕巧而好鍛。宅中有一柳樹甚茂，乃激水圜之，每夏月，居其下以鍛。東平呂安服康高致，每一相思，輒千里命駕，康友而善之。後安爲兄所枉訴，以事繫獄，辭相證引，遂復收康。

康性慎言行，一旦縲紲，乃作《幽憤詩》，曰：嗟余薄祜，少遭不造。哀茕靡識，越在襁褓。母兄鞠育，有慈無威。恃愛肆好，不訓不師。爰及冠帶，憑寵自放。抗心希古，任其所尚。託好《莊》《老》，賤物貴身。志在守樸，養素全真。曰：予不敏，好善闇人。子玉之敗，屢增惟塵。大人含弘，藏垢懷恥。人之多僻，政不由己。惟此褊心，顯明臧否。感悟思愆，恒若創痏。欲寡其過，謗議沸騰。性不傷物，頻致怨憎。昔慙柳惠，今愧孫登。內負宿心，外恧良朋。仰慕嚴、鄭，樂道閑居。與世無營，神氣晏如。咨予不淑，嬰累多虞。匪降自天，寔由頑疎。理弊患結，卒致囹圄。對答鄙訊，繫此幽阻。實恥訟冤，時不我與。雖曰義直，神辱志沮。澡身滄浪，曷云能補。雍雍鳴鴈，厲翼北游。順時而動，得意忘憂。嗟我憤歎，曾莫能疇。事與願違，遘茲淹留。窮達有命，亦又何求？古人有言，善莫近名。奉時恭默，咎悔不生。萬石周慎，安親保榮。世務紛紜，祇攪余情。安樂必誡，乃終利貞。煌煌靈芝，一年三秀。予獨何爲，有志不就。懲難思復，心焉內疚。庶勗將來，無馨無臭。採薇山阿，散髮巖岫。永嘯長吟，頤神養壽。初，康居貧，嘗與向秀共鍛於在樹之下，以自贍給，潁川鍾會，貴公子也，精練有才辯，故往造焉。康不爲之禮，而鍛不輟。良久會去。康謂曰：何所聞而來？何所見而去？會曰：聞所聞而來，見所見而去。會以此憾之。及是，言於文帝曰：嵇康，臥龍也，不可起。公無憂天下，顧以康爲慮耳。因譖康欲助毋丘儉，賴山濤不聽。昔齊戮華士，魯誅少正卯，誠以害時亂教，故聖賢去之。康、安等言論放蕩，非毀典謨，帝王者所不宜容。宜因釁除之，以淳風俗。帝既昵聽信會，遂並害之。康將刑東市，大學生三千人請以爲師，弗許。康顧視日影，索琴彈之，曰：昔袁孝尼嘗從吾學《廣陵散》，吾每靳固之，《廣陵散》於今絕矣！時年四十。海內之士，莫不痛之。帝尋悟而恨焉。初，康嘗遊乎洛西，暮宿華陽亭，引琴而彈，夜分，忽有客詣之，稱是古人。與康共談音律，辭致清辯，因索琴彈之，而爲《廣陵散》，聲調絕倫，遂以授康。仍誓不傳人，亦不言其姓字。康善談理，又能屬文，其高情遠趣，率然玄遠。撰上古以來高士爲之傳贊，欲友其人於千載也。又作《太師箴》，亦足以明帝王之道焉。復作《聲無哀樂論》，甚有條理。

**《晉書・向秀傳》**　向秀，字子期，河內懷人也。清悟有遠識，少爲山濤所知，雅好老莊之學。莊周著內、外數十篇，歷世方士雖有觀者，莫適論其旨統也，秀乃爲之隱解，發明奇趣，振起玄風。讀之者超然心悟，莫不自足一時也。惠帝之世，郭象又述而廣之，儒墨之跡見鄙，道家之言遂盛焉。始，秀欲注。嵇康曰：此書詎復須注，正是妨人作樂耳。及成，示康，曰：殊復勝不？又與康論養生，辭難往復，蓋欲發康高致也。康善鍛，秀爲之佐，相對欣然，傍若無人。又共呂安灌園於山陽。康既被誅，秀應本郡計入洛。文帝問曰：聞有箕山之志，何以在此？秀曰：以爲巢許狷介之士，未達堯心，豈足多慕。帝甚悅。秀乃自此役，作《思舊賦》云：余與嵇康、呂安居止接近，其人竝有不羈之才，嵇意遠而疎，呂心曠而放，其後竝以事見法。嵇博綜伎藝，於絲竹特妙，臨當就命，顧視日影，索琴而彈之。逝將西邁，經其舊廬。於時日薄虞泉，寒水淒然。鄰人有吹笛者，發聲寥亮。追想曩昔遊宴之好，感音而歎，故作賦曰：將命適於遠京兮，遂旋反以北徂。濟黃河以汎舟兮，經山陽之舊居。瞻曠野之蕭條兮，息余駕乎城隅。踐二子之遺迹兮，歷窮巷之空盧。歎《黍離》之愍周兮，悲《麥秀》於殷墟。追昔以懷今兮，心徘徊以躊躇。棟宇在而弗毀兮，形神逝其焉如。昔李斯之受罪兮，歎黃犬而長吟。悼嵇生之永辭兮，顧日影而彈琴。託運遇於領會兮，寄餘命於寸陰。聽鳴笛之慷慨兮，妙聲絕而復尋。儻駕言其將邁兮，故援翰以寫心。後爲散騎侍郎，轉黃門侍郎、散騎常侍，在朝不任職，容跡而已。卒於位。

**《晉書・皇甫謐傳》**　皇甫謐，字士安，幼名靜，安定朝那人，漢太尉嵩之曾孫也。出後叔父，徙居新安。年二十，不好學，游蕩無度，或以爲癡。嘗得瓜果，輒進所後叔母任氏。任氏曰：《孝經》云：三牲之養，猶爲不孝。汝今年餘二十，目不存教，心不入道，無以慰我。因歎曰：昔孟母三徙以成仁，曾父烹豕以存教，豈我居不擇鄰，教有所闕，何爾魯鈍之甚也！修身篤學，自汝得之，於我何有！因對之流涕。謐乃感激，就鄉人席坦受書，勤力不怠。居貧，躬自稼穡，帶經而農，遂博綜典籍百家之言，沉靜寡欲，始有高尚之志，以著述爲務，自號玄晏先生。著《禮樂》《聖真》之論。後得風痺疾，猶手不輟卷。或勸謐修名廣交，謐以爲：非聖人孰能兼存出處，居田里之中亦可以樂堯、舜之道，何必崇接世利，事官執掌，然後爲名乎。作《玄守論》以答之，曰：或謂謐曰：富貴人之所欲，貧賤人之所惡，何故委形待於窮而不變乎？且道之所貴者，理世也；人之所美者，及時也。先生年邁齒變，饑寒不贍，轉死溝壑，其誰知乎？謐曰：人之所至惜者，命也；道之

所必全者，形也；性形所不可犯者爲，疾病也。若擾全道以損性命，安得去貧賤存所欲哉？吾聞食人之祿者懷人之憂，形強猶不堪，況吾之弱疾乎！且貧者士之常，賤者道之實，處常得實，沒齒不憂，孰與富貴擾神耗精者乎！又生爲人所不知，死爲人所不惜，至矣！暗聾之徒，天下之有道者也。夫一人死而天下號者，以爲損也；一人生而四海笑者，以爲益也。然則號笑非益死損生也。是以至道不損，至德不益。何哉？體足也。如廻天下之念以追損生之禍，運四海之心以廣非益之病，豈道德之至乎！夫唯無損，則至堅矣；夫唯無益，則至厚矣。堅故終不損，厚故終不薄。苟能體堅厚之厚，居不薄之真，立乎損益之外，游乎形骸之表，則我道全矣。遂不仕。耽翫典籍，忘寢與食，時人謂之書淫。或有箴其過篤，將損耗精神。謐曰：朝聞道，夕死可矣。況命之修短分定縣天乎！叔父有子既冠，謐年四十喪所生後母，遂還本宗。城陽太守梁柳，謐從姑子也。當之官，人勸謐餞之。謐曰：柳爲布衣時過吾，吾送迎不出門，食不過鹽菜，貧者不以酒肉爲禮。今作郡而送之，是貴城陽太守而賤梁柳，豈中古人之道，是非吾心所安也。時魏郡召上計掾，舉孝廉；景元初，相國辟，皆不行。其後鄉親勸令應命，謐爲《釋勸論》以通志焉。其辭曰：相國晉王辟余等三十七人，及泰始登禪，同命之士莫不畢至，皆拜騎都尉，或賜爵關內侯，進奉朝請，禮如侍臣。唯余疾困，不及國寵。宗人父兄及我寮類，咸以爲天下大慶，萬姓賴之，雖未成禮，不宜安寢，縱其疾篤，猶當致身。余惟古今明王之制，事無巨細，斷之以情。實力不堪，豈慢也哉！乃伏枕而歎曰：夫進者，身之榮也；退者，命之實也。設余不疾，執高箕山，尚當容之，況余實篤！故堯、舜之世，士或收跡林澤，或過門不敢入。咎繇之徒兩遂其願者，遇時也。故朝貴致功之臣，野美全志之士。彼獨何人哉！今寺帝龍興，配名前哲，仁道不遠，斯亦然乎！客或以常言見逼，或以逆世爲慮。余謂上有寬明之主，必有聽意之人，天網恢恢，至否一也，何尤於出處哉！遂究賓主之論，以解難者，名曰《釋勸》。客曰：蓋聞天以懸象致明，地以含通吐靈。故黃鍾次序，律呂分形。是以春華發萼，夏繁其實，秋風逐暑，冬冰乃結。人道以之，應機乃發。三材連利，明若符契。故士或同升於唐朝，或先覺於有莘，或通夢以感主，或釋釣於渭濱，或叩角以干齊，或解褐以相秦，或冒謗以安鄭，或乘駟以救屯，或班荊以求友，或借術於黃神。故能電飛景拔，超次邁倫，騰高聲以奮遠，抗宇宙之清音。由此觀之，進德貴乎及時，何故出此而不伸？今子以英茂之才，研精於六藝之府，散意於衆妙之門者有年矣。既遭皇禪之朝，又投祿利之際，委聖明之主，偶知己之會，時清道真，可以衡邁，此真吾生濯髮雲漢，鴻漸之秋也。韜光逐藪，舍章未曜，龍潛九泉，然執高棄通道之遠由，守介人之局操，無乃乖於道之趣乎？且吾聞招搖昏廻則天位正，五教班敘則人理定。如今王命切至，委慮有司，上招迮主之累，下致駭衆之疑。達者貴同，何必獨異？羣賢可從，何必守意？方今同命並臻，饑不待飡，振藻皇塗，咸秩天官。子獨栖遲衡門，放形世表，遜遯丘園，不睨華好，惠不加人，行不合道，身嬰大疢，性命難保。若其義和促轡，大火西頹，臨川恨晚，將復何階！夫貴陰賤壁，聖所約也；顛倒衣裳，明所箴也。子其鑒先哲之洪範，副聖朝之虛也，衝靈翼於雲路，浴天池以濯鱗，排闔闥，步玉岑，登紫闥，侍北辰，翻然景曜，雜沓英塵。輔唐、虞之主，化堯、舜之人，宣刑錯之政，配殷、周之臣，銘功景鍾，叙彝倫，存則鼎食，亡爲貴臣，不亦茂哉！而忽金白之輝曜，忘青紫之斑璘，辭容服之光粲，抱弊褐之終年，無乃勤乎！主人笑而應之曰：吁！若賓可謂習外觀之暉暉，未覩幽人之髣髴也；見俗人之不容，未喻聖皇之兼愛也；循方圓於規矩，未知大形之無外也。故曰，天玄而清，地靜而寧，含羅萬類，旁薄羣生，寄身聖世，託道之靈。若夫春以陽散，冬以陰凝，泰液含光，元氣混蒸，衆品仰化，誕制殊徵。故進者享天祿，處者安丘陵。是以寒暑相推，四宿代中，陰陽不治，運化無窮，自然分定，兩克厥中。二物俱靈，是謂大同；彼此無怨，是謂至通。若乃衰周之末，貴詐賤誠，牽於權力，以利要榮。故蘇子出而六主合，張儀入而橫勢成，廉頗存而趙重，樂毅去而燕輕，公叔沒而魏敗，孫臏刖而齊寧，蠭種親而越霸，屈子疎而楚傾。是以君無常籍，臣無定名，損義放誠，一虛一盈。故馮以彈劒感主，女有反賜之說，項奮拔山之力，蒯陳鼎足之勢，東郭劫地田榮，顏闔恥於見逼。斯皆棄禮喪真，苟榮朝夕之急者也，豈道化之本與！若乃聖帝之創化也，叙德乎三皇，齊風乎虞、夏，欲溫溫而和暢，不欲察察而明切也；欲混混若玄流，不欲蕩蕩而名發也；欲索索而絛解，不欲契契而繩結也；欲芒芒而無垠際，不欲區區而分別也；欲闇然而內章，不欲示白若冰雪也；欲醇醇而任德，不欲瑣瑣而執法也。是以見機者以動成，好遯者無所迫。故曰，一明一昧，得道之槩；一絀一張，合禮之方；一浮一沉，兼得其真。故上有勞謙之愛，下有不名之臣；

朝有聘賢之禮，野有遯竄之人。是以支伯以幽疾距唐，李老寄跡於西鄰，顏氏安陋以成名，原思娛道於至貧，榮期以三樂感尼父，黔婁定謚於布衾，干木偃息以存魏，荊、萊志邁於江岑，君平因蓍以道著，四皓潛德於洛濱，鄭真躬耕以致譽，幼安發令乎今人。皆持難奪之節，執不迴之意，遭拔俗之主，全彼人之志。故有獨定之計者，不借謀於衆人；守不動之安者，不假慮於羣賓。故能棄外親之華，通內道之真；去顯顯之明路，入昧昧之埃塵。宛轉萬情之形表，排託虛寂以寄身，居無事之宅，交釋利之人。輕若鴻毛，重若泥沉，損之不得，測之愈深。真吾徒之師表，余迫疾而不能及者也。子議吾失宿而駭衆，吾亦怪子較論而不折中也。夫才不周用，衆所斥也；寢疾彌年，朝所棄也。是以胥克之廢，丘明列焉；伯牛有疾，孔子斯歎。若黃帝創制於九經，岐伯剖腹以蠲腸，扁鵲造虢而尸起，文摯徇命於齊王，醫和顯術於秦、晉，倉公發秘於漢皇，華佗存精於獨識，仲景垂妙於定方。徒恨生不逢乎若人，故乞命訴乎明王。求絕編於天籙，亮我躬之辛苦，冀微誠之降霜，故俟罪而窮處。其後武帝頻下詔敦逼不已，謐上疏自稱草莽臣曰：臣以庶弊，迷於道趣，因疾抽簪，散髮林阜，人綱不閑，鳥獸爲羣。陛下披榛採蘭，並收蒿艾。是以皐陶振褐，不仁者遠。臣惟頑蒙，備食晉粟，猶識唐人擊壤之樂，宜赴京城，稱壽闕外。而小人無良，致災速禍，久嬰篤疾，軀半不仁，右腳偏小，十有九載。又服寒食藥，違錯節度，辛苦荼毒，於今七年。隆冬裸袒食冰，當暑煩悶。加以咳逆，或右溫瘧，或類傷寒，浮氣流腫，四肢酸重。於今困劣，救命呼嗟，父兄見出，妻息長訣。仰迫天威，扶輿就道，所苦加焉，不任進路，委身待罪，伏枕歎息。臣聞《詔》、《衛》不並奏，《雅》、《鄭》不兼御。故郤子入周，禍延王叔；虞丘稱賢，樊姬掩口。君子小人，禮不同器，況臣糠麩，糅之彫胡？庸夫錦衣，不稱其服也。竊聞同命之士，咸以畢到，唯臣疾疚，抱釁床蓐，雖貪明時，懼斃命路隅。設臣不疾，已遭堯、舜之世，執志箕山，猶當容之。臣聞上有明聖之主，下有輸實之臣；上有在寬之政，下有委情之人。唯陛下留神垂恕，更旌瓌俊，索隱於傅巖，收釣於渭濱，無令泥滓久濁清流。謐辭切言至，遂見聽許。歲餘，又舉賢良方正，並不起。自表就帝借書，帝送一車書與之。謐雖羸疾，而披閱不怠。初服寒食散，而性與之忤，每委頓不倫，嘗悲恚，叩刃欲自殺，叔母諫之而止。濟陰太守蜀人文立，表以命士有贊爲煩，請絕其禮幣，詔從之。謐聞而歎曰：亡國之大夫不可與圖存，而以革



歷代之制，其可乎！夫束帛戔戔，《易》之明義，玄纁之贊，自古之舊也。故孔子稱夙夜強學以待問，席上之珍以待聘。士於是乎三揖乃進，明致之難也；一讓而退，明去之易也。若殷湯之於伊尹，文王之於太公，或身即莘野，或就載以歸，唯恐禮之不重，豈吝其煩費哉！且一禮不備，貞女恥之，況命士乎！孔子曰：賜也，爾愛其羊，我愛其禮。棄之如何？政之失賢，於此乎在矣。咸寧初，又詔曰：男子皇甫謐沉靜履素，守學好古，與流俗異趣，其以謐爲太子中庶子。謐固辭篤疾。帝初雖不奪其志，尋復發詔徵爲議郎，又召補著作郎。司隸校尉劉毅請爲功曹，並不應。著論爲葬送之制，名曰《篤終》，曰：玄晏先生以爲亡存天下之定制，人理之必至也。故禮六十而制壽，至於九十，各有等差，防終以素，豈流俗之多忌者哉！吾年雖未制壽，然嬰疢彌紀，仍遭喪難，神氣損劣，困頓數矣。常懼夭隕不期，慮終無素，是以略陳至懷。夫人之所貪者，生也；所惡者，死也。雖貪，不得越期；雖惡，不可逃遁。人之死也，精歇形散，魂無不之，故氣屬於天；寄命終盡，窮體反真，故尸藏於地。是以神不存體，則與氣升降；尸不久寄，與地合形。形神不隔，天地之性也；尸與土並，反真之理也。今生不能保七尺軀，死何故隔一棺之土？然則衣衾所以穢尸，棺椁所以隔真，故桓司馬石椁不如速朽；季孫璵璠此之暴骸；文公厚葬，《春秋》以爲華元不臣；楊王孫親土，《漢書》以爲賢於秦始皇。如令魂必有知，則人鬼異制，黃泉之親，死多於生，必將備其器物，用待亡者。今若以存況終，非即靈之意也。如其無知，則空奪生用，損之無益，而啟奸心，是招露形之禍，增亡者之毒也。夫葬者，藏也，藏也者，欲人之不得見也。而大爲棺椁，備贈存物，無異於埋金路隅而書表於上也。雖甚愚之人，必將笑之。豐財厚葬以啟姦心，或剖破棺椁，或牽曳形骸，或錄剝臂將金環，或捫腸求珠玉。焚如之形，不痛於是？自古及今，未有不死之人，又無不發之墓也。故張釋之曰：使其中有欲，雖固南山猶有隙；使其中無欲，雖無石椁，又何戚焉！斯言達矣，吾之師也。夫贈終加厚，非厚死也，生者自爲也。遂生意於無益，棄死者之所屬，知者所不行也。《易》稱：古之葬者，衣之以薪，葬之中野，不封不樹。是以死得歸真，亡不損生。故吾欲朝死夕葬，夕死朝葬，不高棺椁，不加纏斂，不修沐浴，不造新服，殯唅之物，一皆絕之。吾本欲露形入坑，以身親土，或恐人情染俗來久，頓革理難，今故犒爲之制，奢不石椁，儉不露形。氣絕之後，便即時服，幅

巾故衣，以蘧蒢裹尸，麻約二頭，置尸牀上。擇不毛之地，穿坑深十尺，長一丈五尺，廣六尺，坑訖，舉牀就坑，去牀下尸。平生之物，皆無自隨，唯齎《孝經》一卷，示不忘孝道。蘧蒢之外，便以親土。土與地平，還其故草，使生其上，無種樹木，削除，使生跡無處，自求不知。不見可欲，則奸不生心，終始無怵惕，千載不慮患。形骸與後土同體，魂爽與元氣合靈，真篤愛之至也。若亡有前後，不得移祔。祔葬自周公來，非古制也。舜葬蒼梧，二妃不從，以爲一定，保必周禮。無問師工，無信卜筮，無拘俗言，無張神坐，無十五日朝夕上食。禮不墓祭，但月朔於家設席以祭，百日而止。臨必昏明，不得以夜。制服常居，不得墓次。夫古不崇墓，智也。今之封樹，愚也。若不從此，是戮尸地下，死而重傷。魂而有靈，則冤悲沒世，長爲恨鬼。王孫之子，可以爲誡。死誓難違，幸無改焉！而竟不住。太康三年卒，時年六十八。子童靈、方回等遵其遺命。謚所著詩賦誄頌論難甚多，又撰《帝王世紀》、《年曆》、《高士》、《逸士》、《列女》等傳，《玄晏春秋》，並重於世。

**《晉書・葛洪傳》** 葛洪，字稚川，丹陽句容人也。祖系，吳在鴻臚。父悌，吳平後入晉，爲邵陵太守。洪少好學，家貧，躬自伐薪以貿紙筆，夜輒寫書誦習，以儒學知名。性寡欲，無所愛翫，不知基局幾道，搏捕齒名。爲人木訥，不好榮利，閉門卻掃，未嘗交遊。於餘杭山見何幼道、郭文舉，目擊而已，各無所言。時或尋書問義，不遠數千里崎嶇冒涉，期於必得，遂究覽典籍，尤好神仙導養之法。從祖玄，吳時學道得仙，號曰葛仙公，以其煉丹祕術授弟子鄭隱。洪就隱學，悉得其法焉。後師事南海太守上黨鮑玄。玄亦內學，逆占將來，見洪深重之，以女妻洪。洪傳玄業，兼綜練醫術，凡所著撰，皆精覈是非，而才章富贍。太安中，石冰作亂，吳興太守顧祕爲義軍都督，與周玘等起兵討之，祕檄洪爲將兵都尉，攻冰別率，破之，遷伏波將軍。冰平，洪不論功賞，徑至洛陽，欲搜求異書以廣其學。洪見天下已亂，欲避地南土，乃叅廣州刺史嵇含軍事。及含遇害，遂停南土多年，征鎮檄命一無所就。後還鄉里，禮辟皆不赴。元帝爲丞相，辟爲掾。以平賊功，賜爵關內侯。咸和初，司徒導召補州主簿，轉司徒掾，遷諮議叅軍。干寶深相親友，薦洪才堪國史，選爲散騎常侍，領大著作，洪固辭不就。以年老，欲煉丹以祈遐壽，聞交阯出丹，求爲句漏令。帝以洪資高，不許。洪曰：非欲爲榮，以有丹耳。帝從之。洪遂將子姪俱行。至廣州，刺史鄧嶽留不聽去，洪乃止羅浮山煉丹。嶽表補東官太守，又辭不就。嶽乃以洪兄子望爲記室叅軍。在山積年，優遊閑養，著述不輟。其自序曰：洪體乏進之才，偶好無爲之業。假令奮翅則能陵厲玄霄，騁足則能追風躡景，猶欲戢勁翮於鷦鷯之羣，藏逸跡於跛驢之伍，豈況大塊稟我以尋常之短羽，造化假我以至駑之蹇足？自卜者審，不能者止，又豈敢力蒼蠅而慕衝天之舉，策跛鱉而追飛兔之軌；飾嫫母之篤陋，求媒陽之美談；推沙礫之賤質，索千金於和肆哉！夫憔僥之步而企及夸父之蹤，近才所以躑躅也；要離之羸而強赴扛鼎之勢，秦人所以斷筋也。是以望絕於榮華之塗，而志安乎窮圮之域；藜藿有八珍之甘，蓬筚有藻棁之樂也。故權貴之家，雖咫尺弗從也；知道之士，雖艱遠必造也。攷覽奇書，既不少矣，率多隱語，難可卒解，自非至精不能究，自非篤勤不能悉見也。道士弘博洽聞者寡，而意斷妄說者衆。至於時有好事者，欲有所修爲，倉卒不知所從，而意之所疑又無足諮。今爲此書，粗舉長生之理。其至妙者不得宣之於翰墨，蓋粗言較略以示一隅，冀悱憤之徒省之可以思索過半矣。豈謂闇塞必能窮微暢遠乎，聊論其所先覺者耳。世儒徒知服膺周孔，莫信神仙之書，不但大而笑之，又將謗毀真正。故子所著子言黃白之事，名曰《內篇》，其餘駁通釋，名曰《外篇》，大凡內所一百一十六篇。雖不足藏諸名山，且欲緘之金匱，以示識者。自號抱朴子，因以名書。其餘所著碑誄詩賦百卷，移檄章表三十卷，神仙、良吏、隱逸、集異等傳各十卷，又抄《五經》、《史》、《漢》、百家之言，方技雜事三百一十卷，《金匱藥方》一百卷，《肘後要急方》四卷。洪博聞深洽，江左絕倫。著述篇章富於班馬，又精辯玄賾，析理入微。後忽與嶽疏云：當遠行尋師，剋期便發。嶽得疏，狼狽往別。而洪坐至日中，兀然若睡而卒，嶽至，遂不及見。時年八十一。視期顏色如生，體亦柔軟，舉尸入棺，甚輕，如空衣。世以爲尸解得仙云。

**《晉書・隱逸傳・孫登》** 孫登字公和，汲郡共人也。無家屬，於郡北山爲土窟居之，夏則編草爲裳，冬則被髮自覆。好讀《易》，無一絃琴，見者皆親樂之。性無恚怒，人或投諸水中，欲觀其怒，登既出，便大笑。時時遊人間，所經家或設衣食者，一無所受，辭去皆捨棄。嘗往宜陽山，有作炭人見之，知非常人，與語，登亦不應。文帝聞之，使阮籍往觀，既見，與語，亦不應。稽康又從之遊三年，問其所圖，終不答，康每歎息。將別，謂曰：先生竟無言乎？登乃曰：子識火乎？火生而有光，而不用其光，果在於用光；人生

而有才，而不用其才，而果在於用才。故用光在乎得薪，所以保其耀；用才在乎識真，所以全其年。今子才多識寡，難乎免於今之世矣！子無求乎？康不能用，果遭非命，仍作《幽憤詩》曰：昔慙柳下，今愧孫登。或謂登以魏晉去就，易生嫌疑，故或嘿者也。竟不知所終。

**《晉書・隱逸傳・董京》**　董京字威輦，不知何郡人也。初與隴西計吏俱至洛陽，被髮而行，逍遙吟詠，常宿白社中。時乞於市，得殘碎繪絮，結以自覆，全帛佳緜則不肯受。或見推排罵辱，會無怒色。孫楚時爲著作郎，數就社中與語，遂載與俱歸，京不肯坐。楚乃貽之書，勸以今堯舜之世，胡爲懷道迷耶。京答之以詩，曰：周道斁兮頌聲沒，夏政衰兮五常淚。便便君子，顧望而逝，洋洋乎滿目，而作者七。豈不樂天地之化也？哀哉乎時之不可與，對之以獨處。無娛我以爲歡，清流可飲，至道可食，何爲棲棲？自使疲單？魚懸獸檻，鄙夫知之。夫古之至人，藏器於靈，緼袍不能令暖，軒冕不能令榮；動如川之流，靜如川之渟。鸚鵡能言，泗濱浮磬，衆人所翫，豈合物情！玄鳥紆幕，而不被害？鳴隼遠巢，咸以欲死，眄彼梁魚，逡巡倒尾，沉吟不決，忽焉失水。嗟乎！魚鳥相與，萬世而不悟；以我觀之，乃明其故。焉知不有達人，深穆其度，亦將闚我，頻顧而去。萬物皆賤，惟人爲貴，動以九州爲狹，靜以環堵爲大。後數年，遁去，莫知所之，於其所寢處惟有一石竹子及詩二篇。其一曰：乾道剛簡，坤體敦密，茫茫太素，是則是述。末世流奔，以文代質，悠悠世目，孰知其實！逝將去此至虛，歸我自然之室。又曰：孔子不遇，時彼感麟。麟乎！胡不道世以存真？

**《晉書・隱逸傳・張忠》**　張忠字巨和，中山人也。永嘉之亂，隱於泰山。恬靜寡慾，清虛服氣，食芝餌石，修導養之法。冬則縕袍，夏則帶索，端拱若尸。無琴書之適，不修經典，勸教但以至道虛無爲宗。其居依崇岩幽谷，鑿池爲窟室。弟子亦以窟居，去忠六十餘步，五日一朝。其教以形不言，弟子受業，觀形而退。立道壇於窟上，每旦朝拜之。食用瓦器，鑿石爲釜。左右居人饋之衣食，一無所受。好事少年頗或問以水旱之祥，忠曰：天不言而四時行焉，萬物生焉，陰陽之事非窮山野叟所能知之。其遺諸外物，皆此類也。年在期頤，而視聽無爽。苻堅遣使徵之。使者至，忠沐浴而起，謂弟子曰：吾餘年無幾，不可以逆時主之意。浴訖就車。及至長安，堅賜以冠衣，辭曰：年朽髮落不堪衣冠，請以野服入觀。從之。及見，堅謂之曰：先生弦磐山林，研精道素，獨善之美有餘，兼濟之功未也。故遠屈先生，將任齊尚父。忠曰：昔因喪亂，避地泰山，與鳥獸爲侶，以全朝夕之命。屬堯舜之世，思一奉聖顏。年衰志謝，不堪展効，尚父之況，非敢竊擬。山棲之性，情存巖岫，乞還餘齒，歸死岱宗。堅以安車送之。行達華山，歎曰：我東嶽道士，沒於西嶽，命也，柰何！行五十里，及關而死。使者馳騁白之，堅遣黃門郎韋華持節策弔，祀以太牢，褒賜命服，謚曰安道先生。

**《晉書・隱逸傳・陶淡》**　陶淡，宇處靜，太尉侃之孫也。父夏，以無行被廢。淡幼孤，好導養之術，謂僊道可祈。年十五六，便服食絕穀，不婚娶。家累千金，僮客百數，淡終日端拱，會不營問。頗好讀《易》，善卜筮。於長沙臨湘山中結廬居之，養一白鹿以自偶。親故有候之者，輒移渡澗水，莫得近之。州舉秀才，淡聞，遂轉逃羅縣埤山中，終身不返，莫知所終。

**《晉書・藝術傳・佛圖澄》**　佛圖澄，天竺人也。本姓帛氏。少學道，妙通玄術。永嘉四年，來適洛陽，自云百有餘歲，常服氣自養，能積日不食。謂弟子法祚曰：戊申歲禍亂漸萌，己酉石氏當滅。吾及其未亂，先從化矣。卒於鄴宮寺。後有沙門從雍州來，稱見澄西入關。季龍掘而視之，惟有一石而無尸。季龍惡之，曰：石者朕也。葬我而去，吾將死矣。因而遇疾。明年季龍死，遂大亂。

**《晉書・藝術傳・僧涉》**　僧涉者，西域人也，不知何姓。少爲沙門，苻堅時入長安。虛靜服氣，不食五穀，日能行五百里，言未然之事，驗若指掌。卒於長安。

**《晉書・樂廣傳》**　樂廣，字彥輔，南陽淯陽人也。【略】嘗有親客，久闊，不復來。廣問其故，答曰：前在坐，蒙賜酒方欲飲，見盃中有蛇，意其惡之，既飲而疾。於時，河南聽事壁上有角，漆畫作蛇。廣意盃中蛇即角景也。復置酒於前處，謂客曰：酒中復有所見不？答曰：所見如初。廣乃告其所以，客豁然意解，沉痾頓愈。

**《晉書・許邁傳》**　許邁，字叔玄，一名映，丹陽句容人也。家世士族，而邁少恬靜，不慕仕進。未弱冠，嘗造郭璞，璞爲之筮，遇《泰》之《大畜》，其上六爻發。璞謂曰：君元吉自天，宜學升遐之道。時南海太守鮑靚隱跡潛遁，人莫知之，邁乃往候之，探其至要，父母尚存，未忍違親。謂餘杭懸霤山近延陵之茅山，是洞庭西門，潛通五嶽，陳安世、茅季偉常所遊處。於是立精

舍於縣霤，而往來茅嶺之洞室，放絕世務，以尋僊館。朔望時節，還家定省而已。父母既終，乃遣婦孫氏還家，遂攜其同志徧遊名山焉。初採藥於桐廬縣之桓山，餌术涉三年。時欲斷穀，以此山近人，不得專一。四面藩之，好道之徒欲相見者，登樓與語，以此爲樂。常服氣，一氣千餘息。永和二年，移入臨安西山。登巖，茹芝，眇爾自得，有終焉之志。乃改名玄，字遠遊，與婦書告別，又著詩十二首，論神僊之事焉。羲之造之，未嘗不彌日忘歸，相與爲世外之交。玄遺羲之書云：自山陰南至臨安，多有金堂玉室，僊人芝草，左元放之徒，漢末諸得道者，皆在焉。羲之自爲之傳，違靈異之跡甚多，不可詳記。玄自後莫測所終，好道者皆謂之羽化矣。

**《晉書・裴頠》** 裴頠字逸之，河東人也。多學術，善醫經，診處通明，方藥精富，於時名醫碩學鹹皆歎伏。官至尚書左僕射。

**《晉書・劉德》** 劉德，彭城人也。少以醫方自達，長以才術知名，當朝縉紳伏膺附響。工治眾疾，於虛勞不足尤見精通，療之隨手而愈。猶是承流向風，千里而來者多矣。官至太醫校尉。

**《晉書・史脫》** 史脫，不知何郡人。器性沉毅，志行敦簡，善診候，明消息，多辯論，以醫精專，拯療工奇。拜太醫校尉，治黃疸病最為高手。

**《晉書・宮泰》** 宮泰，不知何郡人。幼而岐嶷，長而聰敏，靜好墳典，雅尚方術，有一藝長於己者，必千里尋之。善診諸疾，療上氣尤異，製三物散方治喘嗽上氣，甚有異效，世所貴焉。

**《晉書・靳邵》** 靳邵，不知何許人也。性明敏，有才術，本草、經方誦覽，無不通究，裁方治療，意出眾見。創置五石散、礬石散方。晉朝士大夫無不服餌，獲異效焉。

**《晉書・阮侃》** 阮侃，字德如，陳留尉氏人也。幼而聰惠，長而好學，性沉靜，有大度，以秀才為郎。遊心方伎，無不通會。於本草、經方、療治之法尤所耽尚。官至河內太守。

**《晉書・張華》** 張華，字茂先，范陽方城人也。學業優博，辭藻溫麗。精於經方本草，診論工奇，理療多效。

**《晉書・蔡謨》** 蔡謨，字道明，不知何許人也。素以儒道自達，治沕知名，性有道風，耽尚醫術，嘗覽本草、經方，手不釋卷。及授揚州刺史，將之任，渡江食蟹，誤中彭蜞毒，殆死嘆曰：讀《爾雅》不熟，爲《勸學》所誤焉。

**《晉書・范汪》** 范汪，字玄平，不知何郡人。少孤，年六歲過江，依外家新野庾氏。賓於園中，布衣疏食，燃薪寫書畢，讀誦亦遍，遂博通百家之言。性仁愛，善醫術，嘗以拯恤爲事，凡有疾病，不以貴賤，皆治之，所活十愈八九。

**《晉書・徐雄》** 徐雄，謇之子也，爲員外散騎侍郎。醫術爲江左所稱，至雄子之才貴盛，贈太常卿兗州刺史。

**《宋書・僧深》** 僧深，齊宋間道人也。少以醫術知名，療腳弱、腳氣之疾，爲當時所伏。撰錄法存諸家舊方三十餘卷，經用多效，時人號曰《深師方》。

**《魏書・術藝傳・周澹》** 周澹，京兆鄠人也。爲人多方術，尤善醫藥，爲太醫令。太宗嘗苦風頭眩，澹治得愈。由此見寵，位至特進。賜爵成德侯。神瑞二年，京師饑，朝議將遷都於鄴。澹與博士祭酒崔浩進計，論不可之意。太宗大然之，曰：唯此二人，與朕意同也。詔賜澹、浩妾各一人，御衣一襲，絹五十匹，綿五十斤。泰常四年卒。詔曰恭。時有河南人陰貞，家世爲醫，與澹並受封爵。清河李潭，亦以善鍼見知。子驢駒、襲，傳術。延興中，位至散令。

**《魏書・術藝傳・李修》** 李修，字思。祖本陽平館陶人。父亮少學醫術，未能精究。世祖時，奔劉義隆於彭城，又就沙門僧坦研習衆方，略盡其術。針灸、授藥莫不有效，徐兗之間多所救恤。四方疾苦，不遠千里竟往從之。亮大爲麗事，以舍病人。停車輿於下，時有死者，則就而棺殯，親往弔視，其仁厚若此。累遷府參軍督護，本郡士門宿官，咸相交昵，車馬多帛酬贊無貲。修兄元孫隨結衆敬赴平城，亦遵父業而不及。以功賜爵義平子，拜奉朝請。修略與兄同，晚入代京，歷位中散令，以功賜爵下蔡子，遷給事中。太和中，常在禁內。高祖、文明太后時有不豫，修侍鍼藥，治多有效，賞賜累加，車服第宅號爲鮮麗。集諸學士及工書者百餘人，在東宮撰《諸藥方》百餘卷，皆行於世。先是咸陽公高允，雖年且百歲而氣力尚康，高祖、文明太后時令修診視之。一旦奏言允脈竭氣微，大命無遠，未幾果亡。遷洛爲前軍將軍領太醫令。後數年卒，贈威遠將軍青州刺史。

**《魏書・術藝傳・徐謇》** 徐謇，字成伯，丹陽人。家本東莞，與兄文伯等皆善醫藥。謇因至青州，慕容白曜平東陽獲之，表送京師。顯祖欲驗其所

能，乃置諸病人於幕中，使謇隔而脈之，深得病形，兼知色候，遂被寵遇。爲中散，稍遷內行長。文明太后時問治方，而不及李修之見任用也。謇合和藥劑，攻療之驗，精妙於修。而性甚祕忌，承奉不得其意者，雖貴爲王公，不爲措療也。高祖後知其能，及遷洛，稍加眷幸。體小不平，及所寵馮昭儀有疾，皆令處治。又除中散大夫，轉右軍將軍，侍御師。謇欲爲高祖合金丹，致延年之法，乃入居崧高，採營其物，歷歲無所成，遂罷。二十二年，高祖幸懸瓠，其疾大漸，乃馳驛召謇，令水路赴行所。一日一夜行數百里，至，診省下治，果有大驗。高祖體少瘳，內外稱慶。九月車駕發豫州，次於汝濱，乃大爲謇設太宮珍膳。因集百官，特坐謇於上席，遍陳餚觴於前，命左右宣謇救攝危篤，振濟之功，宜加酬賞。乃下詔，曰：夫神出無方，形稟有礙。憂喜乖適，理必傷生。朕覽萬機，長鍾革運。思芒芒而無怠，身忽忽以興勞，仲秋動痾，心容頓竭。氣體羸瘠，玉几在慮。侍御師、右軍將軍徐成伯，馳輪太室，進療汝蕃，方窮丹英，藥盡芝石。誠術兩輪，忠妙俱至，乃令沉勞勝愈，篤療克痊。論勤語效，實宜褒錄。昔晉武暴疾，程和應增封。辛疚數朝，錢爵大墜。況疾深於曩辰，業難於疇日，得不重加陟賞乎？宜順羣望，錫以山河。且其舊逕高秩，中暫解退，比雖銓用，猶未闕二字。準舊量今，事合顯進。可鴻臚卿，金鄉縣開國伯，食邑五百戶，賜錢一萬貫。又詔曰：錢府未充，須以雜物，絹二千匹，雜物一百匹，四十匹出御府，穀二千斛，奴婢十口，馬十匹，一匹出驊騮，牛十頭。所賜雜物、奴婢、牛馬，皆經內呈。諸親王咸陽王禧等，各有別賞。並至千匹，從行至鄴，高祖猶自發動，謇日夕左右。明年，從詣馬圈，高祖疾勢遂甚，戚戚不怡，每加切誚，又欲加之鞭捶，幸而獲免。高祖崩，謇隨梓宮還洛。謇常有藥餌及吞服道符，年垂八十，鬢髮不白，力未多衰。正始元年，以老爲光祿大夫，加平北將軍，卒。延昌初，贈安東將軍、齊州刺史，謚曰靖。

**《魏書・術藝傳・王顯》** 王顯，字世榮，陽平樂平人，自言本東海郯人，王朗之後也。祖父延和中南奔，居於魯郊，又居彭城。伯父安上，劉義隆時板行館陶縣。世祖南討，安上棄縣歸命，與父母俱徙平城，例敘陽都子，除廣寧太守。顯父安道，少與李亮同師，俱學醫藥，粗究其術，而不及亮也。安上還家樂平，頗參士流。

顯少曆本州從事，雖以醫術自通，而明敏有決斷才用。初文昭皇太后之懷世宗也，夢為日所逐，化而為龍而繞後，後寤而驚悸，遂成心疾。文明太后敕召徐謇及顯等為後診及脈，謇云是微風入藏，宜進湯加針。顯云：案三部脈非有心疾，將是懷孕生男之象。果如顯言。久之，召補侍御師、尚書儀曹郎，號稱幹事。世宗自幼有微疾，久未差愈，顯攝療有效，因是稍蒙眄識。

又寵六輔之初，顯為領軍於烈問通規策，頗有密功。累遷遊擊將軍，拜廷尉少卿，仍在侍御，營進御藥，出入禁內。乞臨本州，世宗曾許之，積年未授，因是聲問傳於遠近。顯每語人，言時旨已決，必為刺史。遂除平北將軍、相州刺史。尋詔馳驛還京，復掌藥，又遣還州。元愉作逆，顯討之不利。入除太府卿、御史中尉。

顯前後曆職，所在著稱，糾折庶獄，究其奸回，出內惜慎，憂國如家。及領憲臺，多所彈劾，百僚肅然。又以中尉屬官不悉稱職，諷求更換。詔委改選，務盡才能，而顯所舉或有請屬，未皆得人，於是眾口喧嘩，聲望致損。後世宗詔顯撰《藥方》三十五卷，班布天下，以療諸疾。東宮既建，以為太子詹事，委任甚厚。世宗每幸東宮，顯常迎侍。出入禁中，仍奉醫藥。賞賜累加，為立館宇，寵振當時。延昌二年秋，以營療之功，封衛南伯。

四年正月，世宗夜崩，肅宗踐祚。顯參奉璽策，隨從臨哭，微為憂懼。顯既蒙任遇，兼為法官，恃勢使威，為時所疾。朝宰托以侍療無效，執之禁中，詔削爵位。臨執呼冤，直闔以刀鐶撞其腋下，傷中吐血，至右衛府一宿死。始顯布衣為諸生，有沙門相顯後當富貴，誡其勿為吏官，吏官必敗。由是世宗時或欲令其遂攝吏部，每殷勤避之。及世宗崩，肅宗夜即位，受璽冊，於儀須兼太尉及吏部，倉卒百官不具，以顯兼吏部行事矣。

**《魏書・術藝傳・崔彧》** 崔彧，字文若，清河東武城人。父勳之，字寧國，位大司馬外兵郎，贈通直郎。彧與兄相如俱自南入國。相如以才學知名，早卒。彧少嘗詣青州，逢隱逸沙門，教以《素問》九卷及《甲乙》，遂善醫術。中山王英子略曾病，王顯等不能療，彧針之，抽外即愈。後位冀州別駕，累遷寧遠將軍。性仁恕，見疾苦，好與治之。廣教門生，令多救療。其弟子清河趙約、勃海郝文法之徒咸亦有名。

彧子景哲，豪率，亦以醫術知名。為太中大夫、司徒長史。

**《北齊書・列傳・方伎》** 由吾道榮，琅邪人。少好道法，與其同類相

求，入長白、太山潛隱，具聞道術。仍遊鄒、魯之間，習儒業。晉陽人某，大明法術，乃尋之。是人為人家庸力，無識之者，久乃訪知。其人道家符水、咒禁、陰陽曆數、天文、藥性無不通解，以道榮好尚，乃悉授之。是人謂道榮云：我本恒嶽仙人，有少罪過，為天官所謫。今限滿將歸，卿宜送吾至汾水。及河，值水暴長，橋壞，船渡艱難。是人乃臨水禹步，以一符投水中，流便絕。俄頃水積將至天，是人徐自沙石上渡。唯道榮見其如是，傍人咸云水如此長，此人遂能浮過，共驚異之。道榮仍歸本部，隱於琅邪山，辟穀，餌松、朮、茯苓，求長生之秘。尋為顯祖追往晉陽。至遼陽山中，有猛獸去馬十步，所追人驚怖將走。道榮以杖畫地成火坑，猛獸遽走。俄值國廢，道榮歸周。隋初乃卒。又有張遠遊者，顯祖時令與諸術士合九轉金丹。及成，顯祖置之玉匣，云：我貪世間作樂，不能即飛上天，待臨死時取服。

又　馬嗣明，河內人。少明醫術，博綜經方，《甲乙》、《素問》、《明堂》、《本草》莫不咸誦。為人診候，一年前知其生死。邢邵子大寶患傷寒，嗣明為之診，候脈，退告楊愔云：邢公子傷寒不治自差，然脈候不出一年便死，覺之晚，不可治。楊、邢並侍宴內殿，顯祖云：子才兒，我欲乞其隨近一郡。楊以此子年少，未合剖符，宴罷，奏云：馬嗣明稱大寶脈惡，一年內恐死，若其出郡，醫藥難求。遂寢。大寶未期而卒。楊令患背腫，嗣明以練石塗之便差。作練石法：以粗黃色石鵝鴨卵大，猛火燒令赤，內淳醋中自解，頻燒至石盡，取石屑曝乾，搗下篩。和醋以塗腫上，無不愈。後遷通直散騎常侍。針灸孔穴，往往與《明堂》不同。從駕往晉陽，至遼陽山中，數處見榜，云有人家女病，若有能治差者，購錢十萬。諸名醫多尋榜至，問病狀，不敢下手。唯嗣明獨治之。問其病由。云曾以手將一麥穗，即見一赤物長二寸，似蛇，入其手指中，因驚怖倒地，即覺手臂疼腫，漸及半身俱腫，痛不可忍，呻吟晝夜不絕。嗣明為處方服湯。比嗣明從駕還，女平復。嗣明隋初卒。

**《北齊書・列傳・李元忠》**　元忠族弟密，字希邕，平棘人也。祖伯膺，魏東郡太守，贈幽州刺史。父煥，治書侍御史、河內太守，贈青州刺史。密少有節操，屬爾朱兆殺逆，乃陰結豪右，與渤海高昂為報復之計。屬高祖出山東，密以兵從舉義，遙授并州刺史，封容城縣侯，邑四百戶。爾朱兆至廣阿，高祖令密募殷、定二州兵五千人鎮黃沙、井陘二道。及兆韓陵敗還晉陽，隨軍平兆。高祖乃以薛循義行并州事，授密建州刺史。又除襄州刺史。在州十餘年，甚得安邊之術，威信聞於外境。高祖頻降手書勞問，並賜口馬。侯景外叛，誘密執之，授以官爵。景敗歸朝，朝廷以密從景非元心，不之罪也。天保初，以舊功授散騎常侍，復本爵縣侯，卒。贈殿中尚書、濟州刺史。密性方直，有行檢。因母患積年，得名醫治療，不愈，乃精習經方，洞曉針藥，母疾得除。當世皆服其明解，由是亦以醫術知名。

**《北齊書・列傳・崔季舒》**　崔季舒，字叔正，博陵安平人。父瑜之，魏鴻臚卿。季舒少孤，性明敏，涉獵經史，長於尺牘，有當世才具。年十七，為州主簿，為大將軍趙郡公琛所器重，言之於神武。神武親簡丞郎，補季舒大行臺都官郎中。文襄輔政，轉大將軍中兵參軍，甚見親寵。以魏帝左右，須置腹心，擢拜中書侍郎。文襄為中書監，移門下機事總歸中書，又季舒善音樂，故內伎亦通隸焉，內伎屬中書。自季舒始也。文襄每進書魏帝，有所諫請，或文辭繁雜，季舒輒修飾通之，得申勸戒而已。靜帝報答霸朝，恒與季舒論之，云崔中書是我尒母。轉黃門侍郎，領主衣都統。雖跡在魏朝，而心歸霸府，密謀大計，皆得預聞。於是賓客輻湊，傾心接禮，甚得名譽，勢傾崔暹。暹嘗於朝堂屏人拜之曰：「暹若得僕射，皆叔父之恩。」其權重如此。

天保初，文宣知其無罪，追為將作大匠，再遷侍中。俄兼尚書左僕射、儀同三司，大被恩遇。乾明初，楊愔以文宣遺旨，停其僕射。遭母喪解任，起復，除光祿勳，兼中兵尚書。出為齊州刺史，坐遣人渡淮互市，亦有贓賄事，為御史所劾，會赦不問。武成居藩，曾病，文宣令季舒療病，備盡心力。大寧初，追還，引入慰勉，累拜度支尚書、開府儀同三司。營昭陽殿，敕令監造。以判事式為胡長仁密言其短，出為西兗州刺史。為進典簽於吏部，被責免官，又以詣廣寧王宅，決馬鞭數十。及武成崩，不得預於哭泣。久之，除膠州刺史，還侍中、開府，食新安、河陰二郡幹。加左光祿大夫，待詔文林館，監撰《御覽》。加特進，監國史。季舒素好圖籍，暮年轉更精勤，兼推薦人士，獎勸文學，時議翕然，遠近稱美。【略】

季舒大好醫術，天保中，於徙所無事，更銳意研精，遂為名手，多所全濟。雖位望轉高，未曾懈怠，縱貧賤廝養，亦為之療。

**《北齊書・列傳・祖珽》**　祖珽，字孝征，范陽遒人也。父瑩，魏護軍將軍。珽神情機警，詞藻遒逸，少馳令譽，為世所推。起家秘書郎，對策高第，為尚書儀曹郎中，典儀注。嘗為冀州刺史萬俟受洛制《清德頌》，其文典麗，

由是神武聞之。時文宣為并州刺史，署珽開府倉曹參軍，神武口授珽三十六事，出而疏之，一無遺失，大為僚類所賞。時神武送魏蘭陵公主出塞嫁蠕蠕，魏收賦《出塞》及《公主遠嫁詩》二首，珽皆和之，大為時人傳詠。【略】

珽天性聰明，事無難學，凡諸伎藝，莫不措懷，文章之外，又善音律，解四夷語及陰陽占候，醫藥之術尤是所長。文宣帝雖嫌其數犯憲，而愛其才伎，令直中書省，掌詔誥。珽通密狀，列中書侍郎陸元規，勅令裴英推問，元規以應對忤旨，被配甲坊。除珽尚藥丞，尋遷典禦。又奏造胡桃油，復為割截免官。文宣每見之，常呼為賊。文宣崩，普選勞舊，除為章武太守。會楊愔等誅，不之官，授著作郎。數上密啟，為孝昭所忿，勅中書門下二省斷珽奏事。

**《北齊書・列傳・徐之才》**　徐之才，丹陽人也。父雄，事南齊，位蘭陵太守，以醫術為江左所稱。之才幼而惠發，五歲誦《孝經》，八歲略通義旨。曾與從兄康造梁太子詹事汝南周舍宅聽《老子》。舍為設食，乃戲之曰：徐郎不用心思義，而但事食乎？之才答曰：蓋聞聖人虛其心而實其腹。舍嗟賞之。年十三，召為太學生，粗通《禮》、《易》。彭城劉孝綽、河東裴子野、吳郡張嵊等每共論《周易》及《喪服》儀，酬應如響。咸共歎曰：此神童也。孝綽又云：徐郎燕頷，有班定遠之相。陳郡袁昂領丹陽尹，辟為主簿，人務事宜，皆被顧訪。郡廨遭火，之才起望，夜中不著衣，披紅服帕出房，映光為昂所見。功曹白請免職，昂重其才術，仍特原之。豫章王綜出鎮江都，復除豫章王國左常侍，又轉綜鎮北主簿。及綜入魏，三軍散走，之才退至呂梁，橋斷路絕，遂為魏統軍石茂孫所止。綜入魏旬月，位至司空。魏聽綜收斂僚屬，乃訪之才在彭泗，啟魏帝云：之才大善醫術，兼有機辯。詔徵之才。孝昌二年，至洛，敕居南館，禮遇甚優。從祖謇子踐啟求之才還宅。之才藥石多效，又窺涉經史，發言辯捷，朝賢競相要引，為之延譽。武帝時，封昌安縣侯。天平中，齊神武征赴晉陽，常在內館，禮遇稍厚。武定四年，自散騎常侍轉秘書監。文宣作相，普加黜陟。楊愔以其南土之人，不堪典秘書，轉授金紫光祿大夫，以魏收代領之。之才甚怏怏不平。

**《北史・列傳・藝術下・姚僧垣》**　姚僧垣，字法衛，吳興武康人，吳太常信之八世孫也。父菩提，梁高平令。嘗嬰疾瘡歷年，乃留心醫藥。梁武帝召與討論方術，言多會意，由是頗禮之。僧垣幼通洽，居喪盡禮，年二十四，即傳家業。仕梁為太醫正，加文德主帥。梁武帝嘗因發熱，服大黃。僧垣曰：大黃快藥，至尊年高，不宜輕用。帝弗從，遂至危篤。太清元年，轉鎮西湘東王府中記室參軍。僧垣少好文史，為學者所稱。及梁簡文嗣位，僧垣兼中書舍人。梁元帝平侯景，召僧垣赴荊州，改受晉安王府諮議。梁元帝嘗有心腹病，諸醫皆請用平藥。僧垣曰：脈洪實，宜用大黃。元帝從之。進湯訖，果下宿食，因而疾愈。時初鑄錢，一當十，乃賜十萬貫，實百萬也。及魏軍克荊州，僧垣猶侍梁元，不離左右，為軍人所止，方泣涕而去。尋而周文遣使馳驛徵僧垣。燕公於謹固留不遣，謂使人曰：吾年衰暮，疾病嬰沉，今得此人，望與之偕老。周文以謹勳德隆重，乃止。明年，隨謹至長安。

武成元年，授小畿伯下大夫。金州刺史伊婁穆以疾還京，請僧垣省疾，乃云自腰至臍，似有三縛，兩腳緩縱，不復自持。僧垣即為處湯三劑，穆初服一劑，上縛即解；次服一劑，中縛復解；又服一劑，三縛悉除。而兩腳疼痹，猶自攣弱。更為合散一劑，稍得屈申。僧垣曰：終待霜降，此患當愈。及至九月，遂能起行。大將軍、襄樂公賀蘭隆先有氣疾，加以水腫，喘息奔急，坐臥不安。或有勸其服決命大散者，其家疑未能決，乃問僧垣。僧垣曰：意謂此患，不與大散相當。即為處方，勸急使服，便即氣通。更服一劑，諸患悉愈。大將軍、樂平公竇集暴感風疾，精神昏亂，無所覺知。醫先視者，皆云已不可救。僧垣後至曰：困矣，終當不死。為合湯散，所患即療。大將軍、永世公叱伏列椿苦痢積時，而不損廢朝謁。燕公謹嘗問僧垣曰：樂平、永世，俱有痼疾，意永世差輕。對曰：夫患有深淺，時有危殺，樂平雖困，終當保全；永世雖輕，必不免死。謹曰：當在何時？對曰：不出四月。果如其言，謹歎異之。

天和六年，遷遂伯中大夫。建德三年，文宣太后寢疾，醫巫雜說，各有同異。武帝引僧垣坐，問之。對曰：臣準之常人，竊以憂懼。帝泣曰：公既決之矣，知復何言！尋而太后崩。其後復因召見，乃授驃騎大將軍、開府儀同三司。敕停朝謁，若非別敕，不勞人見。四年，帝親戎東討，至河陰遇疾，口不能言，瞼垂覆目，不得視；一足短縮，又不得行。僧垣以為諸藏俱病，不可並療，軍中之要，莫過於語，乃處方進藥，帝遂得言。次又療目，目疾便愈。未及足，足疾亦瘳。比至華州，帝已痊複。即除華州刺史，仍詔隨駕入京，不令在鎮。宣政元年，表請致仕，優詔許之。是歲，帝幸雲陽，遂寢疾，乃召僧垣赴行在所。內史柳昂私問曰：至尊脈候何如？對曰：天子上

應天心，或當非愚所及。若凡庶如此，萬無一全。尋而帝崩。

宣帝初在東宮，常苦心痛，乃令僧垣療之，其疾即愈。及即位，恩禮彌隆。謂曰：嘗聞先帝呼公為姚公，有之？對曰：臣曲荷殊私，實如聖旨。帝曰：此是尚齒之辭，非為貴爵之號。朕當為公建國開家，為子孫永業。乃封長壽縣公。冊命之日，又賜以金帶及衣服等。大象二年，除太醫下大夫。帝尋有疾，至於大漸，僧垣宿直侍疾。帝謂隋公曰：今日性命，唯委此人。僧垣知帝必不全濟，乃對曰：臣但恐庸短不逮，敢不盡心！帝頷之。及靜帝嗣位，遷上開府儀同大將軍。

隋開皇初，進爵北絳郡公。三年，卒，年八十五。遺誡衣帢入棺，朝服勿斂，靈上唯置香奩，每日設清水而已。贈本官，加荊、湖二州刺史。

僧垣醫術高妙，為當時所推，前後效驗，不可勝紀。聲譽既盛，遠聞邊服，至於諸蕃外域，咸請托之。僧垣乃參校徵效者為《集驗方》十二卷，又撰《行記》三卷，行於世。

長子察，《南史》有傳。

**《梁書・列傳・處士》** 陶弘景，字通明，丹陽秣陵人也。初，母夢青龍自懷而出，並見兩天人手執香爐來至其所，已而有娠，遂產弘景。幼有異操。年十歲，得葛洪《神仙傳》，晝夜研尋，便有養生之志。謂人曰：仰青雲，睹白日，不覺為遠矣。及長，身長七尺四寸，神儀明秀，朗目疏眉，細形長耳。讀書萬餘卷。善琴棋，工草隸。未弱冠，齊高帝作相，引為諸王侍讀，除奉朝請。雖在朱門，閉影不交外物，唯以披閱為務。朝儀故事，多取決焉。

永明十年，上表辭祿，詔許之，賜以束帛。及發，公卿祖之於征虜亭，供帳甚盛，車馬填咽，咸云宋、齊以來，未有斯事。朝野榮之。於是止於句容之句曲山。恒曰：此山下是第八洞宮，名金壇華陽之天，周回一百五十里。昔漢有咸陽三茅君得道，來掌此山，故謂之茅山。乃中山立館，自號華陽隱居。始從東陽孫遊嶽受符圖經法。遍歷名山，尋訪仙藥。每經澗谷，必坐臥其間，吟詠盤桓，不能已已。時沈約為東陽郡守，高其志節，累書要之，不至。

弘景為人，圓通謙謹，出處冥會，心如明鏡，遇物便了，言無煩舛，有亦輒覺。建武中，齊宜都王鏗為明帝所害，其夜，弘景夢鏗告別，因訪其幽冥中事，多說秘異，因著《夢記》焉。

永元初，更築三層樓，弘景處其上，弟子居其中，賓客至其下，與物遂絕，唯一家僮得侍其旁。特愛松風，每聞其響，欣然為樂。有時獨遊泉石，望見者以為仙人。性好著述，尚奇異，顧惜光景，老而彌篤。尤明陰陽五行，風角星算，山川地理，方圖產物，醫術本草。著《帝代年曆》，又嘗造渾天象，云修道所須，非止史官是用。義師平建康，聞議禪代，弘景援引圖讖，數處皆成梁字，令弟子進之。高祖既早與之遊，及即位後，恩禮逾篤，書問不絕，冠蓋相望。

天監四年，移居積金東澗。善辟穀導引之法，年逾八十而有壯容。深慕張良之為人，云古賢莫比。曾夢佛授其菩提記，名為勝力菩薩。乃詣鄧縣阿育王塔自誓，受五大戒。後太宗臨南徐州，欽其風素，召至後堂，與談論數日而去，太宗甚敬異之。大通初，令獻二刀於高祖，其一名養勝，一名成勝，並為佳寶。大同二年，卒，時年八十五。顏色不變，屈申如恒。詔贈中散大夫，謚曰貞白先生，仍遣舍人監護喪事。弘景遺令薄葬，弟子遵而行之。

**《南史・列傳・孝義上》** 解叔謙，字楚梁，雁門人也。母有疾，叔謙夜於庭中稽顙祈福，聞空中語云：此病得丁公藤為酒便差。即訪醫及《本草注》，皆無識者。乃求訪至宜都郡，遙見山中一老公伐木，問其所用，答曰：此丁公藤，療風尤驗。叔謙便拜伏流涕，具言來意。此公愴然，以四段與之，並示以漬酒法。叔謙受之，顧視此人，不復知處。依法為酒，母病即差。齊建武初，以奉朝請征，不至。

時又有宗元卿、庾震、朱文濟、匡昕、魯康祚、謝昌宇，皆有素履，而叔謙尤高。元卿，字希蔣，南陽人，有至行。早孤，為祖母所養。祖母病，元卿在遠輒心痛，大病則大痛，小病則小痛，以此為常。鄉里宗事之，號曰宗曾子。

**《南齊書・列傳・褚淵淵弟澄》** 澄字彥道。初，湛之尚始安公主，薨，納側室郭氏，生淵；後尚吳郡公主，生澄。淵事主孝謹，主愛之。湛之亡，主表淵為嫡。澄尚宋文帝女廬江公主，拜駙馬都尉。歷官清顯。善醫術。建元中，為吳郡太守，豫章王感疾，太祖召澄為治，立愈。尋遷左民尚書。淵薨，澄以錢萬一千，就招提寺贖太祖所賜淵白貂坐褥，壞作裘及纓，又贖淵介幘犀導及淵常所乘黃牛。永明元年，為御史中丞袁彖所奏，免官禁錮，見原。遷侍中，領右軍將軍，以勤謹見知。其年卒。澄女為東昏皇后。永元元年，追贈金紫光祿大夫。

時東陽徐嗣，妙醫術。有一傖父冷病積年，重茵累褥，床下設爐火，猶不差。嗣為作治，盛冬月，令傖父髁身坐石上，以百瓶水，從頭自灌。初與數十瓶，寒戰垂死，其子弟相守垂泣，嗣令滿數。得七八十瓶後，舉體出氣如雲蒸，嗣令床去被，明日，立能起行。云此大熱病也。又春月出南籬門戲，聞笛屋中有呻吟聲，嗣曰：此病甚重，更二日不治，必死。乃往視。一姥稱舉體痛，而處處有黵黑無數，嗣還煮升餘湯送令服之，姥服竟，痛愈甚，跳投床者無數，須臾，所處皆拔出長寸許，乃以膏塗諸瘡口，三日而復，云此名釘疽也。事驗甚多，過於澄矣。

**《隋書・列傳・徐則》**徐則，東海郯人也。幼沈靜，寡嗜欲。受業於周弘正，善三玄，精於議論，聲擅都邑，則歎曰：名者實之賓，吾其為賓乎！遂懷棲隱之操，杖策入縉雲山。後學數百人，苦請教授，則謝而遣之。不娶妻，常服巾褐。陳太建時，應召來憩於至真觀。期月，又辭入天台山，因絕穀養性，所資唯松水而已，雖隆冬洹寒，不服綿絮。太傅徐陵為之刊山立頌。

初在縉雲山，太極真人徐君降之曰：汝年出八十，當為王者師，然後得道也。晉王廣鎮揚州，知其名，手書召之曰：夫道得眾妙，法體自然，包涵二儀，混成萬物，人能弘道，道不虛行。先生履德養空，宗玄齊物，深明義味，曉達法門。悅性沖玄，怡神虛白，餐松餌朮，棲息煙霞。望赤城而待風雲，遊玉堂而駕龍鳳，雖複藏名台岳，猶且騰實江淮，藉甚嘉猷，有勞寤寐。欽承素道，久積虛襟，側席幽人，夢想岩穴。霜風已冷，海氣將寒，偃息茂林，道體休愈。昔商山四皓，輕舉漢庭，淮南八公，來儀藩邸。古今雖異，山谷不殊，市朝之隱，前賢已說，導凡述聖，非先生而誰！故遣使人，往彼延請，想無勞束帶，貴然來思，不待蒲輪，去彼空穀。希能屈己，儻望披雲。則謂門人曰：吾今年八十一，王來召我，徐君之旨，信而有徵。於是遂詣揚州。晉王將請受道法，則辭以時日不便。其後夕中，命侍者取香火，如平常朝禮之儀。至於五更而死，支體柔弱如生，停留數旬，顏色無變。晉王下書曰：天台真隱東海徐先生，虛確居宗，沖玄成德，齊物處外，檢行安身。草褐蒲衣，餐松餌朮，棲隱靈岳，五十餘年。卓矣仙才，飄然勝氣，千尋萬頃，莫測其涯。寡人欽承道風，久餐德素，頻遣使乎，遠此延屈，冀得虔受上法，式建良緣。至此甫爾，未淹旬日，厭塵羽化，反真靈府。身體柔軟，顏色不變，經方所謂尸解地仙者哉！誠復師禮未申，而心許有在，雖忘怛化，猶愴於懷，喪事所資，隨須供給。霓裳羽蓋，既且騰雲，空槨餘衣，詎藉墳壟！但杖為猶存，示同俗法，宜遣使人，送還天台定葬。是時自江都至於天台，在道多見則徒步，云得放還。至其舊居，取經書道法，分遺弟子，仍令淨掃一房，曰：若有客至，宜延之於此。然後跨石梁而去，不知所之。須臾，屍柩至，方知其靈化。時年八十二。晉王聞而益異之，贈物千段，遣畫工圖其狀貌，令柳抃為之贊曰：可道非道，常道無名。上德不德，至德無盈。玄風扇矣，而有先生。夙煉金液，怡神玉清。石髓方軟，雲丹欲成。言追葛稚，將侶茅嬴。我王遙屬，爰感靈誠。柱下暫啟，河上沉精。留符告信，化杖飛聲。永思靈跡，曷用攄情？時披素繪，如臨赤城。

時有建安宋玉泉，會稽孔道茂，丹陽王遠知等，亦行辟穀，以松水自給，皆為煬帝所重。

**《續仙傳・譚峭》**譚峭，字景升，國子司業洙之子，幼而聰明，及長，頗涉經史，強記，問無不知，屬文清麗。洙訓以進士為業，而峭不然，迴好黃老，諸子及周穆、漢武、茅君、列仙內傳，靡不精究。一旦告父，出遊終南山，父以南山近京都許之。自經終南，太白、太行、王屋、嵩、華、泰嶽，迤麗遊歷名山，不復歸寧。父馳書責之，復謝曰：茅君昔為人子，亦辭父學仙，今峭慕之，冀其有益。父母以其堅心求道，豈以世事拘之，乃聽其所從。而峭師於嵩山道士十餘年，得辟穀養氣之術，惟以酒為樂，常醉騰騰周遊，無所不之。夏則服烏裘，冬則綠布衫，或臥於風雨雪霜中，經日，人為已斃，視之氣出怵怵然。父常念之，每遣家僮尋訪，春冬必寄之衣及錢帛，捧之且喜，復書，遽遣家僮，乃厚遺之纔去。便以父所寄衣出街，路見貧寒者與之，主寄於酒家，一無所留。人或問之，何為如此？曰：何能看得？盜之所竊，必累於人，不衣不食，固無憂也。常欣欣然，或謂風狂。每行吟曰：線作長江扇作天，鞾鞋拋向海東邊。蓬萊信道無多路，祇在譚生柱杖前。爾後居南嶽鍊丹，成，服之入水不濡，入火不灼，亦能隱化，復入青城而去。

**《千金要方・序論・劉涓子》**劉涓子，不知何許人。晉末，於丹陽郊外夜射，忽有一物高二丈許，因射而中之，走若電激，聲若風雨，夜不敢追。明日，率門人弟子，鄰巷數十人，尋其蹤跡，至山下見一小兒，問曰：何姓？小兒云：主人昨夜為劉涓子所射，取水以洗瘡。因問小兒，主人是誰？答曰：是黃父鬼。乃隨小兒還。未至，聞搗藥聲，遙見三人，一人臥，一人開

書，一人搗藥，即齊聲叫突而前。三人並走，遺一帙癰疽方並一白藥，涓子得之。從宋武帝北征，有被瘡者，以藥塗之，隨手而愈。論者謂聖人作事，天必助之，蓋天以此授武帝也。涓子用方爲治，千無一失，演爲十，號曰：《鬼遺方》。

**《舊唐書·方伎傳·許胤宗》** 許胤宗，常州義興人也。初事陳，爲新蔡王外兵參軍。時柳太后病風不言，名醫治皆不愈，脈益沉而噤。胤宗曰：口不可下藥，宜以湯氣熏之。令藥入腠理，周理即差。乃造黃耆防風湯數十斛，置於牀下，氣如煙霧，其夜便得語。由是超拜義興太守。陳亡入隋，歷尚藥奉御。武德初，累授散騎侍郎。時關中多骨蒸病，得之必死，遞相連染，諸醫無能療者。胤宗每療，無不愈。或謂曰：公醫術若神，何不著書以貽將來？胤宗曰：醫者，意也，在人思慮。又脈候幽微，苦其難別，意之所解，口莫能宣。且古之名手，唯是別脈，脈既精別，然後識病。夫病之於藥，有正相當者，唯須單用一味，直攻彼病，藥力既純，病即立愈。今人不能別脈，莫識病源，以情臆度，多安藥味，譬之於臘，未知免所，多發人馬，空地遮圍，或冀一人偶然逢也。如此療疾，不亦疎乎！假令一藥偶然當病，復共他味相和，君臣相制，氣勢不行，所以難差。諒由於此。脈之深趣，既不可言，虛設經方，豈加於舊。吾思之久矣，故不能著述耳。年九十餘卒。

**《舊唐書·方伎傳·宋俠》** 宋俠者，洛州清漳人，北齊東平王文學孝正之子也。亦以醫術著名，地朝散大夫，藥藏監。撰《經心錄》十卷，行於代。

**《舊唐書·方伎傳·甄權》** 甄權，許州扶溝人也。嘗以母病，與弟北言專醫方，得其旨趣。隋開皇初，爲祕書省正字，後稱疾免。隋魯州刺史庫狄嶔苦風患，手不得引弓，諸醫莫能療。權謂曰：但將弓箭向垛，一針可以射矣。針其肩隅一穴，應時即射。權之療疾，多此類也。貞觀十七年，權年一百三歲，太宗幸其家，視其飲食，訪以藥性，因授朝散大夫，賜几杖衣服。其年卒。撰《脈經》、《針方》、《明堂人形圖》各一卷。弟立言，武德中累遷太常丞。御史大夫杜淹患風毒發腫，太宗令立言視之。既而奏曰：從今更十一日午時必死。果如其言。時有尼明律，年六十餘，患心腹鼓脹，身體羸瘦，已經二年。立言診脈曰：其腹內有蟲，當是訣食髮爲之耳。因令服雄黃，須臾吐一蛇，如人手小指，唯無眼，燒之，猶有髮氣，其疾乃愈。立言尋卒。撰《本草音義》七卷、《古今錄驗方》五十卷。

**《舊唐書·方伎傳·孫思邈》** 孫思邈，京兆華原人也。七歲就學，日誦千餘言。弱冠，善談莊、老及百家之說，兼好釋典。洛州總管獨孤信見而歎曰：此聖童也。但恨其器大，難爲用也。周宣帝時，思邈以王室多故，隱居太白山。隋文帝輔政，乃徵爲國子博士，稱疾不起。嘗謂所親曰：過五十年，當有聖人出，吾方助之以濟人。及太宗即位，召詣京師，嗟其容色甚少，謂曰：故知有道者誠可尊重，羨門、廣成，豈虛言哉！將授以爵位，固辭不受。顯慶四年，高宗召見，拜諫議大夫，又固辭不受。上元元年，辭疾請歸，特賜良馬，及鄱陽公主邑司以居焉。當時知名之士宋令文、孟詵、盧照鄰等，執師資之禮以事焉。思邈嘗從幸九成宮，照鄰留在其宅。時庭前有病梨樹，照鄰爲賦，其序曰：癸酉之歲，余臥疾長安光德坊之官舍。父老云：是鄱陽公主邑司。昔公主未嫁而卒，故其邑廢。時有孫思邈處士居之。邈道合古今，學殫數術。高談正一，則古之蒙莊子。深入不二，則今之維摩詰。其推步甲乙，度量乾坤，則洛下閎、安期先主之儔也。照鄰有惡疾，醫所不能愈，乃問思邈：名醫愈疾，其道何如？思邈曰：吾聞善言天者，必質之於人；善言人者，亦本之於天。天有四時五行，寒暑迭代。其轉運也，和而爲雨，怒而爲風，凝而爲霜雪，張而爲虹蜺，此天地之常數也。人有四支五藏，一覺一寢，呼吸吐納，精氣往來。流而爲榮衛，彰而爲氣色，發而爲音聲，此人之常數也。陽用其形，陰用其精，天人之所同也。及其失也，蒸則生熱，否則生寒，結而爲瘤贅，陷而爲癰疽，奔而爲喘乏，竭而爲燋枯，診發乎面，變動乎形。推此以及天地亦如之。故五緯盈縮，星辰錯行，日月薄蝕，勃彗飛流，此天地之危診也。寒暑不時，天地之蒸否也；石立土踊，天地之瘤贅也；山崩土陷，天地之癰疽也；奔風暴雨，天地之喘乏也；川瀆竭涸，天地之燋枯也。良醫導之以藥石，救之以鍼劑。聖人和之以至德，輔之以人事。故形體有可愈之疾，天地有可消之災。又曰：膽欲大而心欲小，智欲圓而行欲方。詩曰：如臨深淵，如履薄冰，謂小心也；赳赳武夫，公侯干城，謂大膽也。不爲利回，不爲義疚，行之方也；見機而作，不俟終日，智之圓也。思邈自云開皇辛酉歲生，至今年九十三矣。詢之鄉里，咸云數百歲人。話周、齊間事，歷歷如眼見，以此參之，不啻百歲人矣。然猶視聽不衰，神采甚茂，可謂古之聰明博達不死者也。初，魏徵等受詔脩齊、梁、陳、周、隋五代史，恐有遺漏，屢訪之。思邈口以博授，有如目觀。東臺侍郎孫處約將其五

子侄、儆、俊、佑、佺以謁思邈。思邈曰：俊當先貴，佑當晚達；佺最名重，禍在執兵。後皆如其言。太子詹事盧齊卿童幼時，請問人倫之事。思邈曰：汝後五十年位登方伯，吾孫當爲屬吏，可自保也。俊齊卿爲徐州刺史，思邈孫溥果爲徐州蕭縣丞。思邈初謂齊卿之時，溥猶未生，而預知其事。凡諸異跡，多此類也。永淳元年卒。遺令薄葬，不藏冥器，祭祀無牲牢。經月餘，顏貌不改，舉屍就木，猶若空衣，時人異之。自注《老子》、《莊子》，撰《千金方》三十卷，行於代。又撰《福祿論》二卷、《攝生真錄》及《枕中素書》、《會三教論》各一卷。子行，天授中，爲鳳閣侍郎。

**《舊唐書・方伎傳・張文仲》**　張文仲，洛州洛陽人也。少與鄉人李虔縱、京兆韋慈藏並以醫術知名。文仲，則天初爲侍御醫。時特進蘇良嗣於殿庭，因拜跪便絕倒。則天令文仲、慈藏隨至宅候之。文仲曰：此因憂憤邪氣激也，若痛衝脇，則劇難救。自朝候之，未及食時，即苦衝脇絞痛。文仲曰：若入心，即不可療。俄頃心痛，不復下藥，日旰而卒。文仲尤善療風疾。其後則天令文仲集當時名醫共撰療風氣諸方，仍令麟臺監王方慶監其脩撰。文仲奏曰：風有一百二十四種，氣有八十種。大抵醫藥雖同，人性各異。庸醫不達藥之性使，冬夏失節，因此殺人。唯腳氣頭風上氣，嘗須服藥不絕。自餘則隨其發動，臨時消息之。但有風氣之人，春末夏初及秋暮，要得通洩，即不困劇。於是撰四時常服及輕重大小諸方十八首表上之。文仲久視年終於尚藥奉御。撰《隨身備急方》三卷，行於代。虔縱，官至侍御醫。慈藏，景龍中光祿卿。自則天、中宗已後，諸醫咸推文仲等三人爲首。

**《舊唐書・方伎傳・張果》**　張果者，不如何許人也。則天時，隱於中條山，往來汾、晉間，時人傳其有長年秘術，自云年數百歲矣。嘗著《陰符經玄解》，盡其玄理。則天遣召之，果佯死不赴。後人復見之，往來恒州山中。開元二十一年，恒州刺史韋濟以狀奏聞。玄宗令通事舍人裴晤往迎之，果對使絕氣如死，良久漸蘇，晤不敢逼，馳還奏狀。又遣中書舍人徐嶠齎璽書以邀迎之。果乃隨嶠至東都，肩輿入東宮中。玄宗初即位，親訪理道及神仙方藥之事，及聞變化不測而疑之。有邢和璞者，善筮人而知夭壽善惡，玄宗令筮果，則懵然莫知其甲子。又有師夜光者，善視鬼，玄宗召果與之密坐，令夜光視之，夜光進曰：果今安在？夜光對面終莫能見。玄宗謂力士曰：吾聞飲童汁無苦者，真奇士也。會天寒，使以童汁飲果。果乃引飲三巵，醺然如醉所作，顧曰：非佳酒也。乃寢。頃之，取鏡視齒，則盡燋且黧。命左右取鐵如意擊齒，墮，藏於帶，乃懷中出神仙藥，微紅，傅墮齒之斷。復寐良久，齒皆出矣，粲然潔白。玄宗方信之。玄宗好神仙，而欲果尚公主，果固未知之，謂秘書少監王迥質、太常少卿蕭華曰：諺云娶婦得公主，真可畏也。迥質與華相顧，未曉其言。即有中使至，宣曰：玉真公主早歲好道，欲降先生。果大笑，竟不奉詔。迥質等方悟向來之言。後懇辭歸山，因下制曰：恒州張果先生，遊外方者也。跡先高尚，深入窈冥。是渾光塵，應召城闕。莫詳甲子之數，且謂羲皇上人。問以《道樞》，盡會宗極。今特行朝禮，爰畀寵命。可銀青光祿大夫，號曰通玄先生。其年請入恒山，錫以衣服及雜綵等，便放歸山。乃入恒山，不知所之。玄宗爲造棲霞觀於隱所，在蒲吾縣。後改爲平山縣。

**《舊唐書・隱逸傳・王遠知》**　道士王遠知，琅邪人也。祖景賢，梁江州刺史。父曇選，陳揚州刺史。遠知母，梁駕部郎中丁超女也。嘗晝寢，夢靈鳳集其身，因而有娠，又聞腹中啼聲，沙門寶誌謂曇選曰：生子當爲神仙之宗伯也。遠知少聰敏，博綜羣書。初入茅山，師事陶弘景，傳其道法。後又師事宗道先生臧兢。陳主聞其名，召入重陽殿，令講論，甚見嗟賞。及隋煬帝爲晉王，鎮揚州，使王子相、柳顧言相次召之，遠知乃來謁見，斯須而鬚髮變白，晉王懼而遣之，少頃又復其舊。煬帝幸涿郡，遣員外郎崔鳳舉就邀之，遠知見於臨朔宮，煬帝親執弟子之禮。勅都城起玉清玄壇以處之。及幸揚州，遠知諫不宜遠去京國，煬帝不從。高祖之龍潛也，遠知嘗密傳符命。武德中，太宗平王世充，與房玄齡微服以謁之，遠知迎，謂曰：此中有聖人，得非秦王乎？太宗因以實告，遠知曰：方作太平天子，願自惜也。太宗登極，將加重位，固請歸山。至貞觀九年，勅潤州於茅山置太受觀，並度道士二十七人。降璽書曰：先生操履夷簡，德業衝粹。屏棄塵雜，棲志虛玄。吐故納新，食芝餌朮。念衆妙於三清之表，返華髮於百齡之外。道邁前烈，聲高自古。非夫得祕訣於金壇，受幽文於玉笈者，其孰能與此乎！朕昔在藩朝，早獲問道，眷言風範，無忘寤寐。近覽來奏，請歸舊山，已有別勅，不違高志，並許置觀，用表宿心。未知先生早晚已屆江外，所營棟宇，何當就功？儻聞委曲，副茲引領。近已令太史薛頤等往詣，令宣朕意。其年，遠知謂弟子潘師正曰：吾見仙格，以吾小時誤損一童子吻，不得白日升天。見署少

室伯，將行在即。翌日，沐浴，加冠衣，焚香而寢。卒，年一百二十六歲。調露二年，追贈遠知太中大夫，謚曰升真先生。則天臨朝，追贈金紫光祿大夫。天授二年，改謚曰昇玄先生。

**《舊唐書・隱逸傳・潘師正》** 潘師正，趙州贊皇人也。少喪母，廬於墓側，以至孝聞。大業中，度爲道士，師事王遠知，盡以道門隱訣及符籙授之。師正清淨寡欲，居於嵩山之逍遙谷，積二十餘年，但服松葉飲水而已。高宗幸東都，因召見與語。問師正：山中有何所須？師正對曰：所須松樹清泉，山中不乏。高宗與天后甚尊敬之，留連信宿而還。尋勅所司於師正所居，造崇唐觀，嶺山別起精思觀以處之。初置奉天宮，帝令所司於逍遙谷口，特開一門，號曰仙遊門。又於苑北面置尋真門。皆爲師正立名焉。時太常奏所造樂曲，帝又令以《祈仙》、《望仙》、《翹仙》爲名。前後贈詩凡數十首。師正以永淳元年卒，時年九十八。高宗及天后追思不已，贈太中大夫，賜謚曰體玄先生。

**《舊唐書・隱逸傳・司馬承禎》** 道士司馬承禎，字子微，河內溫人。周晉州刺史、琅邪公裔玄孫，少好學，薄於爲吏，遂爲道士。事潘師正，傳其符籙及辟穀、導引、服餌之術。師正特賞異之，謂曰：我自陶隱居傳正一之法，至汝四葉矣。承禎嘗遍遊名山，乃止於天台山。則天聞其名，召至都，降手勅以讚美之。及將還，勅麟臺監李嶠餞之於洛橋之東。景雲二年，睿宗令其兄承禕就天台山追之至京，引入宮中，問以陰陽術數之事。承禎對曰：道經之旨：爲道日損，損之又損，以至於無爲。且心目所知見者，每損之尚未能已，豈復攻乎異端，而增其智慮哉！帝曰：理身無爲，則清高矣！理國無爲，如何？對曰：國猶身也。《老子》曰：遊心於澹，合氣於漠，順物自然而無私焉，而天下理。《易》曰：聖人者，與天地合其德。是知天不言而信，不爲而成。無爲之旨，理國之道也。睿宗歎息曰：廣成之言，即斯是也。承禎固辭，還山。仍賜寶琴一張，及霞紋帔而遣之，朝中詞人贈詩者百餘人。開元九年，玄宗又遣使迎入京，親受法籙，前後賞賜甚厚。十年，駕還西都，承禎又請還天台山，玄宗賦詩以遣之。十五年，又召至都。玄宗令承禎於王屋山自選形勝，置壇室以居焉。承禎因上言：今五嶽神祠，皆是山林之神，非正真之神也。五嶽皆有洞府，各有上清真人降任其職，山川風雨，陰陽氣序，是所理焉。冠冕章服，佐從神仙，皆有名數。請別立齋祠之所。玄宗從其言，因勅五嶽各置真君祠一所，其形象制度，皆令承禎推按道經，創意爲之。承禎頗善篆隸書，玄宗令以三體寫《老子經》，因刑正文句定，著五千三百八十言爲真本以奏上之。以承禎王屋所居爲陽臺觀，上自題額，遣使送之。賜絹三百匹，以充藥餌之用。俄又令玉真公主及光祿卿韋絹至其所居，脩金籙齋，復加以錫賞。是歲卒於王屋山，時年八十九。其弟子表稱：死之日，有雙鶴遶壇，及白雲從壇中涌出，上連於天，而師容色如生。玄宗深歎之，及下制曰：混成不測，入寥自化。雖獨立有象，而至極則冥。故王屋山道士司馬子微，心依道勝，理會玄遠，遍遊名山，密契仙洞。存觀其妙，逍遙得意之場。亡復其根，宴息無何之境。固以名登真格，位在靈官。林壑未改，遐霄已曠。言念高烈，有愴於懷。宜贈徽章，用光丹籙。可銀青光祿大夫，號真一先生。仍爲親製碑文。

**《新唐書・孟詵》** 孟詵，汝州梁人。擢進士第，累遷鳳閣舍人。他日至劉禕之家，見賜金，曰：此藥金也，燒之，火有五色氣。試之，驗。武后聞，不悅，出爲台州司馬，頻遷春官侍郎。相王召爲侍讀。拜同州刺史。神龍初，致仕，居伊陽山，治方藥。睿宗召，將用之。以老固辭，賜物百段，詔河南春秋給羊酒糜粥。尹畢構以詵有古人風，名所居爲子平里。開元初，卒，年九十三。詵居官頗刻斂，然以治稱。其間居嘗語人曰：養性者，善言不可離口，善藥不可離手。當時傳其當。

**《邵氏聞見錄・卷二十九》** 無爲軍醫張濟，善用鍼，得訣於異人。云能觀解人而視其經絡，則無不精。因歲饑疫，人相食，凡視一百七十人，以行鍼，無不立驗。如孕婦因仆地而腹偏左，鍼右手指而正。久患脫肛，鍼頂心而愈。傷寒翻胃，嘔逆累日，食不下，鍼眼皆立能食。皆古今方書不著。陳瑩中爲作傳云：藥王藥王，爲世良醫，嘗草木金石名數凡十萬八千，悉知酢鹹淡甘辛等味，故從味因悟入，益知今醫家別藥口味者古矣。

**《宋史・列傳・沈括》** 括字存中，以父行爲沭陽主簿。縣依沭水，乃職方氏所書浸曰沂、沭者，故跡漫爲汙澤，括新其二坊，疏水爲百渠九堰，以播節原委，得上田七千頃。擢進士第，編校昭文書籍，爲館閣校勘，刪定三司條例。故事，三歲郊丘之制，有司按籍而行，藏其副，吏沿以幹利。壇下張幔，距城數里爲園囿，植採木，刻鳥獸綿絡其間。將事之夕，法駕臨觀，御端門，陳仗衛以閱嚴警，遊幸登賞，類非齋祠所宜。乘輿一器，而百工侍役者六七

十輩。括考禮沿革，爲書曰《南郊式》。即詔令點檢事務，執新式從事，所省萬計，神宗稱善。遷太子中允、檢正中書刑房，提舉司天監，日官皆市井庸販，法象圖器，大抵漫不知。【略】元祐初，徙秀州，繼以光祿少卿分司，居潤八年卒，年六十五。括博學善文，於天文、方志、律曆、音樂、醫藥、卜算，無所不通，皆有所論者。又紀平日與賓客言者爲《筆談》，多載朝廷故實，耆舊出處，傳於世。

**《宋史・列傳・周湛》** 周湛，字文淵，鄧州穰人。進士甲科，爲開州推官。中身言書判，改秘書省著作佐郎，通判戎州。俗不知醫，病者以祈穰巫祝爲事，湛取古方書刻石教之，禁爲巫者。自是，人始用醫藥。大江歷舒州長風沙，其地最險，謂之石牌灣。湛役三千萬工，鑿河十里以避之，人以爲利。除度支副使。舊制，發運司保任軍將至三司，不得考覆而皆遷之。至是，以名上者三十五人，湛盡覆其濫者。拜右諫議大夫。使契丹，辭不行。知襄州，襄人不善陶瓦，率爲竹屋，歲久侵據官道。簷廡相逼，火數爲害。湛至，度其所侵，悉毀徹之。自是無火患。然豪姓不便，提點刑獄李穆奏湛擾人，徙知相州。右司諫吳及疏曰：湛裁損居民第，爲官也；百姓侵官而主司禁之，其職然也。況聞湛明著律令，約民以信，乃奉法行事，百姓自知罪不敢訴。郡從事高直溫，夏竦子壻也。竦邸店最廣，故加譖於穆，且謂湛伐木若於株。昔之民居侵越官道，木在道側，既正其侵地，則木在中衢，固宜剪去。又湛種楸桐千餘本，課戶貯水，以嚴火禁。又於民居得衆汲舊井四，廢而復肖興，人得其利。道傍之井，反在民居之下，其侵越豈不白乎？望詔執政大臣辨正湛穆是非，明乘奬黜。若謂湛已行之命，憚於追改，是傷風敗俗貽患於後，不若追改之愈也。湛守大郡，於湛不爲重輕，但國家舉錯有所未安，奉職者將何以勸邪？未幾卒。

**《宋史・列傳・曾鞏》** 曾鞏，字子固，建昌南豐人。生而警敏，讀書數百言，脫口輒誦。年十二，試作《六論》，援筆而成，辭甚偉。甫冠，名聞四方。歐陽修見其文，奇之。

中嘉祐二年進士第。調太平州司法參軍，召編校史館書籍，遷館閣校勘、集賢校理，爲實錄檢討官。出通判越州，州舊取酒場錢給募牙前，錢不足，賦諸鄉戶，期七年止；期盡，募者志於多入，猶責賦如初。鞏訪得其狀，立罷之。歲饑，度常平不足贍，而田野之民，不能皆至城邑。諭告屬縣，諷富人自實粟，總十五萬石，視常平價稍增以予民。民得從便受粟，不出田里，而食有餘。又貸之種糧，使隨秋賦以償，農事不乏。

知齊州，其治以疾奸急盜爲本。曲堤周氏擁貲雄里中，子高橫縱，賊良民，汙婦女，服器上僭，力能動權豪，州縣吏莫敢詰。鞏取置於法。章邱民聚黨村落間，號霸王社，椎剽奪囚，無不如志。鞏配三十一人，又屬民爲保伍，使幾察其出入，有盜則鳴鼓相援，每發輒得盜。有葛友者，名在捕中，一日，自出首。鞏飲食冠裳之，假以騎從，輦所購金帛隨之，誇徇四境。盜聞，多出自首。鞏外視章顯，實欲攜貳其徒，使之不能復合也。自是外戶不閉。河北發民浚河，調及它路，齊當給夫二萬。縣初按籍三丁出夫一，鞏括其隱漏，至於九而取一，省費數倍。又弛無名渡錢，爲橋以濟往來。徙傳舍，自長清抵博州，以達於魏，凡省六驛，人皆以爲利。徙襄州，洪州。會江西歲大疫，鞏命縣鎮亭傳，悉儲藥待求，軍民不能自養者，來食息官舍，資其食飲衣衾之具，分醫視診，書其全失，多寡爲殿最。師征安南，所過州爲萬人備。他吏暴誅亟斂，民不堪。鞏先期區處猝集，師去，市里不知。加直龍圖閣，知福州。南劍將樂盜廖恩既赦罪出降，餘黨潰復合，陰相結附，旁連數州，尤桀者呼之不至，居人懾恐。鞏以計羅致之，繼自歸者二百輩。福多佛寺，僧利其富饒，爭欲爲主守，賕請公行。鞏俾其徒相推擇，識諸籍，以次補之。授帖於府庭，卻其私謝，以絕左右徼求之弊。福州無職田，歲鬻園蔬收其直，自入常三四十萬。鞏曰：太守與民爭利，可乎？罷之。後至者亦不復取也。

徙明、亳、滄三州。鞏負才名，久外徒，世頗謂偃蹇不偶。一時後生輩鋒出，鞏視之泊如也。過闕，神宗召見，勞問甚寵，遂留判三班院。上疏議經費，帝曰：鞏以節用爲理財之要，世之言理財者，未有及此。帝以《三朝》、《兩朝國史》各自爲書，將合而爲一，加鞏史館修撰，專典之，不以大臣監總，既而不克成。會官制行，拜中書舍人。時自三省百職事，選授一新，除書日至十數，人人舉其職，於訓辭典約而盡。尋掌延安郡王牒奏。故事命翰林學士，至是特屬之。甫數月，丁母艱去。又數月而卒，年六十五。

**《宋史・列傳・蘇軾》** 蘇軾，字子瞻，眉州眉山人。生十年，父洵遊學四方，母程氏親授以書，聞古今成敗，輒能語其要。程氏讀東漢《范滂傳》，慨然太息，軾請曰：軾若爲滂，母許之否乎？程氏曰：汝能爲滂，吾顧不能爲滂母邪？

比冠，博通經史，屬文日數千言，好賈誼、陸贄書。既而讀《莊子》，歎曰：吾昔有見，口未能言，今見是書，得吾心矣。嘉祐二年，試禮部。方時文磔裂詭異之弊勝，主司歐陽修思有以救之，得軾《刑賞忠厚論》，驚喜，欲擢冠多士，猶疑其客曾鞏所為，但置第二；復以《春秋》對義居第一，殿試中乙科。後以書見修，修語梅聖俞曰：吾當避此人出一頭地。聞者始嘩不厭，久乃信服。

丁母憂。五年，調福昌主簿。歐陽修以才識兼茂，薦之秘閣。試六論，舊不起草，以故文多不工。軾始具草，文義粲然。復對制策，入三等。自宋初以來，制策入三等，惟吳育與軾而已。

除大理評事、簽書鳳翔府判官。關中自元昊叛，民貧役重，岐下歲輸南山木筏，自渭入河，經砥柱之險，衙吏踵破家。軾訪其利害，為修衙規，使自擇水工以時進止，自是害減半。

治平二年，入判登聞鼓院。英宗自藩邸聞其名，欲以唐故事召入翰林，知制誥。宰相韓琦曰：軾之才，遠大器也，他日自當為天下用。要在朝廷培養之，使天下之士莫不畏慕降伏，皆欲朝廷進用，然後取而用之，則人人無復異辭矣。今驟用之，則天下之士未必以為然，適足以累之也。英宗曰：且與修注如何？琦曰：記注與制誥為鄰，未可遽授。不若於館閣中近上貼職與之，且請召試。英宗曰：試之未知其能否，如軾有不能邪？琦猶不可，及試二論，復入三等，得直史館。軾聞琦語，曰：公可謂愛人以德矣。會洵卒，賻以金帛，辭之，求贈一官，於是贈光祿丞。洵將終，以兄太白早亡，子孫未立，妹嫁杜氏，卒未葬，屬軾。軾既除喪，即葬姑。後官可蔭，推與太白曾孫彭。

熙寧二年，還朝。王安石執政，素惡其議論異己，以判官告院。四年，安石欲變科舉、興學校，詔兩制、三館議。軾上議曰：

得人之道，在於知人；知人之法，在於責實。使君相有知人之明，朝廷有責實之政，則胥史皂隸未嘗無人，而況於學校貢舉乎？雖因今之法，臣以為有餘。使君相不知人，朝廷不責實，則公卿侍從常患無人，而況學校貢舉乎？雖復古之制，臣以為不足。夫時有可否，物有廢興，方其所安，雖暴君不能廢，及其既厭，雖聖人不能復。故風俗之變，法制隨之，譬如江河之徙移，強而復之，則難為力。

慶曆固嘗立學矣，至於今日，惟有空名僅存。今將變今之禮，易今之俗，又當發民力以治宮室，斂民財以食遊士。百里之內，置官立師，獄訟聽於是，軍旅謀於是，又簡不率教者屏之遠方，則無乃徒為紛亂，以患苦天下邪？若乃無大更革，而望有益於時，則與慶曆之際何異？故臣謂今之學校，特可因仍舊制，使先王之舊物，不廢於吾世足矣。至於貢舉之法，行之百年，治亂盛衰，初不由此。陛下視祖宗之世，貢舉之法，與今為孰精？言語文章，與今為孰優？所得人才，與今為孰多？天下之事，與今為孰辦？較此四者之長短，其議決矣。

今所欲變改不過數端：或曰鄉舉德行而略文詞，或曰專取策論而罷詩賦，或欲兼采譽望而罷封彌，或欲經生不帖墨而考大義，此皆知其一，不知其二者也。願陛下留意於遠者、大者，區區之法何預焉。臣又切有私憂過計者。夫性命之說，自子貢不得聞，而今之學者，恥不言性命，讀其文，浩然無當而不可窮；觀其貌，超然無著而不可挹，此豈真能然哉！蓋中人之性，安於放而樂於誕耳。陛下亦安用之？

議上，神宗悟曰：吾固疑此，得軾議，意釋然矣。即日召見，問：方今政令得失安在？雖朕過失，指陳可也。對曰：陛下生知之性，天縱文武，不患不明，不患不勤，不患不斷，但患求治太急，聽言太廣，進人太銳。願鎮以安靜，待物之來，然後應之。神宗悚然曰：卿三言，朕當熟思之。凡在館閣，皆當為朕深思治亂，無有所隱。軾退，言於同列。安石不悅，命權開封府推官，將困之以事。軾決斷精敏，聲聞益遠。會上元敕府市浙燈，且令損價。軾疏言：陛下豈以燈為悅？此不過以奉二宮之歡耳。然百姓不可戶曉，皆謂以耳目不急之玩，奪其口體必用之資。此事至小，體則甚大，願追還前命。即詔罷之。

時安石創行新法，軾上書論其不便，曰：

臣之所欲言者，三言而已。願陛下結人心，厚風俗，存紀綱。人主之所恃者人心而已，如木之有根，燈之有膏，魚之有水，農夫之有田，商賈之有財。失之則亡，此理之必然也。自古及今，未有和易同眾而不安，剛果自用而不危者。陛下亦知人心之不悅矣。

祖宗以來，治財用者不過三司。今陛下不以財用付三司，無故又創制置三司條例一司，使六七少年，日夜講求於內，使者四十餘輩，分行營幹於外。

夫制置三司條例司，求利之名也；六七少年與使者四十餘輩，求利之器也。造端宏大，民實驚疑；創法新奇，吏皆惶惑。以萬乘之主而言利，以天子之宰而治財，論說百端，喧傳萬口，然而莫之顧者，徒曰：我無其事，何恤於人言。操網罟而入江湖，語人曰我非漁也，不如捐網罟而人自信。驅鷹犬而赴林藪，語人曰我非獵也，不如放鷹犬而獸自馴。故臣以為欲消讒慝而召和氣，則莫若罷條例司。

今君臣宵旰，幾一年矣，而富國之功，茫如捕風，徒聞內帑出數百萬緡，祠部度五千餘人耳。以此為術，其誰不能？而所行之事，道路皆知其難。汴水濁流，自生民以來，不以種稻。今欲陂而清之，萬頃之稻，必用千頃之陂，一歲一淤，三歲而滿矣。陛下遂信其說，即使相視地形，所在鑿空，訪尋水利，妄庸輕剽，率意爭言。官司雖知其疏，不敢便行抑退，追集老少，相視可否。若非灼然難行，必須且為興役。官吏苟且順從，真謂陛下有意興作，上糜帑廩，下奪農時。堤防一開，水失故道，雖食議者之肉，何補於民！臣不知朝廷何苦而為此哉？

自古役人，必用鄉戶。今者徒聞江、浙之間，數郡顧役，而欲措之天下。單丁、女戶，蓋天民之窮者也，而陛下首欲役之，富有四海，忍不加恤！自楊炎為兩稅，租調與庸既兼之矣，奈何復欲取庸？萬一後世不幸有聚斂之臣，庸錢不除，差役仍舊，推所從來，則必有任其咎者矣。青苗放錢，自昔有禁。今陛下始立成法，每歲常行。雖云不許抑配，而數世之後，暴君汙吏，陛下能保之與？計願請之戶，必皆孤貧不濟之人，鞭撻已急，則繼之逃亡，不還，則均及鄰保，勢有必至，異日天下恨之，國史記之，曰青苗錢自陛下始，豈不惜哉！且常平之法，可謂至矣。今欲變為青苗，壞彼成此，所喪逾多，虧官害民，雖悔何及！

昔漢武帝以財力匱竭，用賈人桑羊之說，買賤賣貴，謂之均輸。於時商賈不行，盜賊滋熾，幾至於亂。孝昭既立，霍光順民所欲而予之，天下歸心，遂以無事。不意今日此論復興。立法之初，其費已厚，縱使薄有所獲，而征商之額，所損必多。譬之有人為其主畜牧，以一牛易五羊。一牛之失，則隱而不言；五羊之獲，則指為勞績。今壞常平而言青苗之功，虧商稅而取均輸之利，何以異此？臣竊以為過矣。議者必謂：民可與樂成，難與慮始。故陛下堅執不顧，期於必行。此乃戰國貪功之人，行險僥倖之說，未及樂成，而怨已起矣。臣之所願陛下結人心者，此也。

國家之所以存亡者，在道德之淺深，不在乎強與弱；歷數之所以長短者，在風俗之薄厚，不在乎富與貧。人主知此，則知所輕重矣。故臣願陛下務崇道德而厚風俗，不願陛下急於有功而貪富強。愛惜風俗，如護元氣。聖人非不知深刻之法可以齊眾，勇悍之夫可以集事，忠厚近於迂闊，老成初若遲鈍。然終不肯以彼易此者，知其所得小，而所喪大也。仁祖持法至寬，用人有敘，專務掩覆過失，未嘗輕改舊章。考其成功，則曰未至。以言乎用兵，則十出而九敗；以言乎府庫，則僅足而無餘。徒以德澤在人，風俗知義，故升遐之日，天下歸仁焉。議者見其末年吏多因循，事不振舉，乃欲矯之以苛察，齊之以智能，招來新進勇銳之人，以圖一切速成之效。未享其利，澆風已成。多開驟進之門，使有意外之得，公卿侍從跬步可圖，俾常調之人舉生非望，欲望風俗之厚，豈可得哉？近歲樸拙之人愈少，巧進之士益多。惟陛下哀之救之，以簡易為法，以清淨為心，而民德歸厚。臣之所願陛下厚風俗者，此也。

祖宗委任臺諫，未嘗罪一言者。縱有薄責，旋即超升，許以風聞，而無官長。言及乘輿，則天子改容；事關廊廟，則宰相待罪。臺諫固未必皆賢，所言亦未必皆是。然須養其銳氣，而借之重權者，豈徒然哉？將以折奸臣之萌也。今法令嚴密，朝廷清明，所謂奸臣，萬無此理。然養貓以去鼠，不可以無鼠而養不捕之貓；畜狗以防盜，不可以無盜而畜不吠之狗。陛下得不上念祖宗設此官之意，下為子孫萬世之防？臣聞長老之談，皆謂臺諫所言，常隨天下公議。公議所與，臺諫亦與之；公議所擊，臺諫亦擊之。今者物論沸騰，怨讟交至，公議所在，亦知之矣。臣恐自茲以往，習慣成風，盡為執政私人，以致人主孤立，紀綱一廢，何事不生！臣之所願陛下存紀綱者，此也。

軾見安石贊神宗以獨斷專任，因試進士發策，以晉武平吳以獨斷而克，苻堅伐晉以獨斷而亡，齊恒專任管仲而霸，燕噲專任子之而敗，事同而功異為問，安石滋怒，使御史謝景溫論奏其過，窮治無所得，軾遂請外，通判杭州。高麗入貢，使者發幣於官吏，書稱甲子。軾卻之曰：高麗於本朝稱臣，而不稟正朔，吾安敢受！使者易書稱熙寧，然後受之。

時新政日下，軾於其間，每因法以便民，民賴以安。徙知密州。司農行手實法，不時施行者以違制論。軾謂提舉官曰：違制之坐，若自朝廷，誰敢

不從？今出於司農，是擅造律也。提舉官驚曰：公姑徐之。未幾，朝廷知法害民，罷之。

有盜竊發，安撫司遣三班使臣領悍卒來捕，卒兇暴恣行，至以禁物誣民，入其家爭鬥殺人，且畏罪驚潰，將為亂。民奔訴軾，軾投其書不視，曰：必不至此。散卒聞之，少安，徐使人招出戮之。徙知徐州。河決曹村，泛於梁山泊，溢於南清河，匯於城下，漲不時泄，城將敗，富民爭出避水。軾曰：富民出，民皆動搖，吾誰與守？吾在是，水決不能敗城。驅使復入。軾詣武衛營，呼卒長曰：河將害城，事急矣，雖禁軍且為我盡力。卒長曰：太守猶不避塗潦，吾儕小人，當效命。率其徒持畚鍤以出，築東南長堤，首起戲馬臺，尾屬於城。雨日夜不止，城不沈者三版。軾廬於其上，過家不入，使官吏分堵以守，卒全其城。復請調來歲夫增築故城，為木岸，以虞水之再至。朝廷從之。

徙知湖州，上表以謝。又以事不便民者不敢言，以詩托諷，庶有補於國。御史李定、舒亶、何正臣摭其表語，並媒蘗所為詩以為訕謗，逮赴臺獄，欲置之死，鍛煉久之不決。神宗獨憐之，以黃州團練副使安置。軾與田父野老，相從溪山間，築室於東坡，自號東坡居士。

三年，神宗數有意復用，輒為當路者沮之。神宗嘗語宰相王珪、蔡確曰：國史至重，可命蘇軾成之。珪有難色。神宗曰：軾不可，姑用曾鞏。鞏進《太祖總論》，神宗意不允，遂手紮移軾汝州，有曰：蘇軾黜居思咎，閱歲滋深，人材實難，不忍終棄。軾未至汝，上書自言饑寒，有田在常，願得居之。朝奏入，夕報可。

道過金陵，見王安石，曰：大兵大獄，漢、唐滅亡之兆。祖宗以仁厚治天下，正欲革此。今西方用兵，連年不解，東南數起大獄，公獨無一言以救之乎？安石曰：二事皆惠卿啟之，安石在外，安敢言？軾曰：在朝則言，在外則不言，事君之常禮耳。上所以待公者，非常禮，公所以待上者，豈可以常禮乎？安石厲聲曰：安石須說。又曰：出在安石口，入在子瞻耳。又曰：人須是知行一不義，殺一不辜，得天下弗為，乃可。軾戲曰：今之君子，爭減半年磨勘，雖殺人亦為之。安石笑而不言。

至常，神宗崩，哲宗立，復朝奉郎、知登州，召為禮部郎中。軾舊善司馬光、章惇。時光為門下侍郎，惇知樞密院，二人不相合，惇每以謔侮困光，光苦之。軾謂惇曰：司馬君即時望甚重。昔許靖以虛名無實，見鄙於蜀先主，法正曰：靖之浮譽，播流四海，若不加禮，必以賤賢為累。先主納之，乃以靖為司徒。許靖且不可慢，況君實乎？惇以為然，光賴以少安。

遷起居舍人。軾起於憂患，不欲驟履要地，辭於宰相蔡確。確曰：公徊翔久矣，朝中無出公右者。軾曰：昔林希同在館中，年且長。確曰：希固當先公耶？卒不許。元祐元年，軾以七品服入侍延和，即賜銀緋，遷中書舍人。

初，祖宗時，差役行久生弊，編戶充役者不習其役，又虐使之，多致破產，狹鄉民至有終歲不得息者。王安石相神宗，改為免役，使戶差高下出錢雇役，行法者過取，以為民病。司馬光為相，知免役之害，不知其利，欲復差役，差官置局，軾與其選。軾曰：差役、免役，各有利害。免役之害，掊斂民財，十室九空，斂聚於上而下有錢荒之患。差役之害，民常在官，不得專力於農，而貪吏猾胥得緣為奸。此二害輕重，蓋略等矣。光曰：於君何如？軾曰：法相因則事易成，事有漸則民不驚。三代之法，兵農為一，至秦始分為二，及唐中葉，盡變府兵為長征之卒。自爾以來，民不知兵，兵不知農，農出穀帛以養兵，兵出性命以衛農，天下便之。雖聖人復起，不能易也。今免役之法，實大類此。公欲驟罷免役而行差役，正如罷長征而復民兵，蓋未易也。光不以為然。軾又陳於政事堂，光忿然。軾曰：昔韓魏公刺陝西義勇，公為諫官，爭之甚力，韓公不樂，公亦不顧。軾昔聞公道其詳，豈今日作相，不許軾盡言耶？光笑之。尋除翰林學士。

二年，兼侍讀。每進讀至治亂興衰，邪正得失之際，未嘗不反覆開導，覬有所啟悟。哲宗雖恭默不言，輒首肯之。嘗讀祖宗《寶訓》，因及時事，軾歷言：今賞罰不明，善惡無所勸沮；又黃河勢方北流，而強之使東；夏人入鎮戎，殺掠數萬人，帥臣不以聞。每事如此，恐浸成衰亂之漸。

軾嘗鎖宿禁中，召入對便殿，宣仁後問曰：卿前年為何官？曰：臣為常州團練副使。曰：今為何官？曰：臣今待罪翰林學士。曰：何以遽至此？曰：遭遇太皇太后、皇帝陛下。曰：非也。曰：豈大臣論薦乎？曰：亦非也。軾驚曰：臣雖無狀，不敢自他途以進。曰：此先帝意也。先帝每誦卿文章，必歎曰：奇才，奇才！但未及進用卿耳。軾不覺哭失聲，宣仁後與哲宗亦泣，左右皆感涕。已而命坐賜茶，徹御前金蓮燭送

歸院。

三年，權知禮部貢舉。會大雪苦寒，士坐庭中，噤未能言。軾寬其禁約，使得盡技。巡鋪內侍每摧辱舉子，且持曖昧單詞，誣以為罪，軾盡奏逐之。

四年，積以論事，為當軸者所恨。軾恐不見容，請外，拜龍圖閣學士、知杭州。未行，諫官言前相蔡確知安州，作詩借郝處俊事以譏太皇太后。大臣議遷之嶺南。軾密疏：朝廷若薄確之罪，則於皇帝孝治為不足；若深罪確，則於太皇太后仁政為小累。謂宜皇帝敕置獄逮治，太皇太后出手詔赦之，則於仁孝兩得矣。宣仁后心善軾言而不能用。軾出郊，用前執政恩例，遣內侍賜龍茶、銀合，慰勞甚厚。

既至杭，大旱，饑疫並作。軾請於朝，免本路上供米三之一，復得賜度僧牒，易米以救饑者。明年春，又減價糶常平米，多作饘粥藥劑，遣使挾醫分坊治病，活者甚眾。軾曰：杭，水陸之會，疫死比他處常多。乃裒羨緡得二千，復發橐中黃金五十兩，以作病坊，稍畜錢糧待之。

杭本近海，地泉鹹苦，居民稀少。唐刺史李泌始引西湖水作六井，民足於水。白居易又浚西湖水入漕河，自河入田，所溉至千頃，民以殷富。湖水多葑，自唐及錢氏，歲輒浚治，宋興，廢之，葑積為田，水無幾矣。漕河失利，取給江潮，舟行市中，潮又多淤，三年一淘，為民大患，六井亦幾於廢。軾見茅山一河專受江潮，鹽橋一河專受湖水，遂浚二河以通漕。復造堰閘，以為湖水畜泄之限，江潮不復入市。以餘力復完六井，又取葑田積湖中，南北徑三十里，為長堤以通行者。吳人種菱，春輒芟除，不遺寸草。且募人種菱湖中，葑不復生。收其利以備修湖，取救荒餘錢萬緡、糧萬石，及請得百僧度牒以募役者。堤成，植芙蓉、楊柳其上，望之如畫圖，杭人名為蘇公堤。

杭僧淨源，舊居海濱，與舶客交通，舶至高麗，交譽之。元豐末，其王子義天來朝，因往拜焉。至是，淨源死，其徒竊持其像，附舶往告。義天亦使其徒來祭，因持其國母二金塔，云祝兩宮壽。軾不納，奏之曰：高麗久不入貢，失賜予厚利，意欲求朝，未測吾所以待之厚薄，故因祭亡僧而行祝壽之禮。若受而不答，將生怨心；受而厚賜之，正墮其計。今宜勿與知，從州郡自以理卻之。彼庸僧猾商，為國生事，漸不可長，宜痛加懲創。朝廷皆從之。未幾，貢使果至，舊例，使所至吳越七州，費二萬四千餘緡。軾乃令諸州量事裁損，民獲交易之利，無復侵撓之害矣。

浙江潮自海門東來，勢如雷霆，而浮山峙於江中，與漁浦諸山犬牙相錯，洄湫激射，歲敗公私船不可勝計。軾議自浙江上流地名石門，並山而東，鑿為漕河，引浙江及溪谷諸水二十餘里以達於江。又並山為岸，不能十里以達龍山大慈浦，自浦北折抵小嶺，鑿嶺六十五丈以達嶺東古河，浚古河數里達於龍山漕河，以避浮山之險，人以為便。奏聞，有惡軾者，力沮之，功以故不成。

軾復言：三吳之水，瀦為太湖，太湖之水，溢為松江以入海。海日兩潮，潮濁而江清，潮水常欲淤塞江路，而江水清駛，隨輒滌去，海口常通，則吳中少水患。昔蘇州以東，公私船皆以篙行，無陸挽者。自慶曆以來，松江大築挽路，建長橋以扼塞江路，故今三吳多水，欲鑿挽路，為十橋，以迅江勢。亦不果用，人皆以為恨。軾二十年間再蒞杭，有德於民，家有畫像，飲食必祝。又作生祠以報。

六年，召為吏部尚書，未至。以弟轍除右丞，改翰林承旨。轍辭右丞，欲與兄同備從官，不聽。軾在翰林數月，復以讒請外，乃以龍圖閣學士出知潁州。先是，開封諸縣多水患，吏不究本末，決其陂澤，注之惠民河，河不能勝，致陳亦多水。又將鑿鄧艾溝與潁河併，且鑿黃堆欲注之於淮。軾始至潁，遣吏以水準準之，淮之漲水高於新溝幾一丈，若鑿黃堆，淮水顧流潁地為患。軾言於朝，從之。

郡有宿賊尹遇等，數劫殺人，又殺捕盜吏兵。朝廷以名捕不獲，被殺家復懼其害，匿不敢言。軾召汝陰尉李直方曰：君能禽此，當力言於朝，乞行優賞；不獲，亦以不職奏免君矣。直方有母且老，與母訣而後行。乃緝知盜所，分捕其黨與，手戟刺遇，獲之。朝廷以小不應格，推賞不及。軾請以己之年勞，當改朝散郎階，為直方賞，不從。其後吏部為軾當遷，以符會其考，軾謂已許直方，又不報。

七年，徙揚州。舊發運司主東南漕法，聽操舟者私載物貨，征商不得留難。故操舟者輒富厚，以官舟為家，補其敝漏，且周船夫之乏，故所載率皆速達無虞。近歲一切禁而不許，故舟弊人困，多盜所載以濟饑寒，公私皆病。軾請復舊，從之。未閱歲，以兵部尚書召兼侍讀。

是歲，哲宗親祀南郊，軾為鹵簿使，導駕入太廟。有赭繖犢車並青蓋犢車十餘爭道，不避儀仗。軾使御營巡檢使問之，乃皇后及大長公主。時御史

中丞李之純為儀仗使，軾曰：中丞職當肅政，不可不以聞之。純不敢言，軾於車中奏之。哲宗遣使齎疏馳白太皇太后，明日，詔整肅儀衛，自皇后而下皆毋得迎謁。尋遷禮部兼端明殿、翰林侍讀兩學士，為禮部尚書。高麗遣使請書，朝廷以故事盡許之。軾曰：漢東平王請諸子及《太史公書》，猶不肯予。今高麗所請，有甚於此，其可予乎？不聽。

八年，宣仁后崩，哲宗親政。軾乞補外，以兩學士出知定州。時國事將變，軾不得入辭。既行，上書言：天下治亂，出於下情之通塞。至治之極，小民皆能自通；迨於大亂，雖近臣不能自達。陛下臨御九年，除執政、臺諫外，未嘗與群臣接。今聽政之初，當以通下情、除壅蔽為急務。臣日侍帷幄，方當戒邊，顧不得一見而行，況疏遠小臣欲求自通，難矣。然臣不敢以不得對之故，不效愚忠。古之聖人將有為也，必先處晦而觀明，處靜而觀動，則萬物之情，畢陳於前。陛下聖智絕人，春秋鼎盛。臣願虛心循理，一切未有所為，默觀庶事之利害，與群臣之邪正。以三年為期，俟得其實，然後應物而作。使既作之後，天下無恨，陛下亦無悔。由此觀之，陛下之有為，惟憂太蚤，不患稍遲，亦已明矣。臣恐急進好利之臣，輒勸陛下輕有改變，故進此說，敢望陛下留神，社稷宗廟之福，天下幸甚。

定州軍政壞馳，諸衛卒驕惰不教，軍校蠶食其廩賜，前守不敢誰何。軾取貪污者配隸遠惡，繕修營房，禁止飲博，軍中衣食稍足，乃部勒戰法，眾皆畏伏。然諸校業業不安，有卒史以贓訴其長，軾曰：此事吾自治則可，聽汝告，軍中亂矣。立決配之，眾乃定。會春大閱，將吏久廢上下之分，軾命舉舊典，帥常服出帳中，將吏戎服執事。副總管王光祖自謂老將，恥之，稱疾不至。軾召書吏使為奏，光祖懼而出，訖事，無一慢者。定人言：自韓琦去後，不見此禮至今矣。契丹久和，邊兵不可用，惟沿邊弓箭社與寇為鄰，以戰射自衛，猶號精銳。故相龐籍守邊，因俗立法。歲久法弛，又為保甲所撓。軾奏免保甲及兩稅折變科配，不報。

紹聖初，御史論軾掌內外制日，所作詞命，以為譏斥先朝。遂以本官知英州，尋降一官，未至，貶寧遠軍節度副使，惠州安置。居三年，泊然無所芥蒂，人無賢愚，皆得其歡心。又貶瓊州別駕，居昌化。昌化，故儋耳地，非人所居，藥餌皆無有。初僦官屋以居，有司猶謂不可，軾遂買地築室，儋人運甓畚土以助之。獨與幼子過處，著書以為樂，時時從其父老遊，若將終身。

徽宗立，移廉州，改舒州團練副使，徙永州。更三大赦，遂提舉玉局觀，復朝奉郎。軾自元祐以來，未嘗以歲課乞遷，故官止於此。建中靖國元年，卒於常州，年六十六。

軾與弟轍，師父洵為文，既而得之於天。嘗自謂：作文如行雲流水，初無定質，但常行於所當行，止於所不可不止。雖嬉笑怒罵之辭，皆可書而誦之。其體渾涵光芒，雄視百代，有文章以來，蓋亦鮮矣。洵晚讀《易》，作《易傳》未究，命軾述其志。軾成《易傳》，復作《論語說》；後居海南，作《書傳》；又有《東坡集》四十卷、《後集》二十卷、《奏議》十五卷、《內制》十卷、《外制》三卷、《和陶詩》四卷。一時文人如黃庭堅、晁補之、秦觀、張耒、陳師道，舉世未之識，軾待之如朋儔，未嘗以師資自予也。

自為舉子至出入侍從，必以愛君為本，忠規讜論，挺挺大節，群臣無出其右。但為小人忌惡擠排，不使安於朝廷之上。

高宗即位，贈資政殿學士，以其孫符為禮部尚書。又以其文置左右，讀之終日忘倦，謂為文章之宗，親制集贊，賜其曾孫嶠。遂崇贈太師，謚文忠。

**《宋史・列傳・蔣靜》** 蔣靜，字叔明，常州宜興人。第進士，調安仁令。俗好巫，疫癘流行，病者寧死不服藥，靜悉論巫罪，聚其所事淫像，得三百軀，毀而投諸江。知陳留縣，與屯將不協，罷去。

徽宗初立，求言，靜上言，多詆元祐間事，蔡京第為正等，擢職方員外郎；中書舍人吳伯舉封還之，京怒，黜伯舉。明年，遷國子司業。帝幸太學，命講《書・無逸篇》，賜服金紫，進祭酒，為中書舍人。以顯謨閣待制知壽州，徙江寧府。

茅山道士劉混康以技進，賜號先生。其徒倚為奸利，奪民葦場，強市廬舍，詞訟至府，吏觀望不敢治，靜悉抵於法。徙睦州，移病，提舉洞霄宮。越九年，召為大司成，出知洪州。復告歸，加直學士。卒，年七十一，贈通議大夫。

**《宋史・列傳・陳摶》** 陳摶，字圖南，亳州真源人。始四五歲，戲渦水岸側，有青衣媼乳之，自是聰悟日益。及長，讀經史百家之言，一見成誦，悉無遺忘，頗以詩名。後唐長興中，舉進士不第，遂不求祿仕，以山水為樂。自言嘗遇孫君仿、獐皮處士二人者，高尚之人也，語摶曰：武當山九室岩可以隱居。摶往棲焉。因服氣辟穀歷二十餘年，但日飲酒數杯。移居華山雲臺

觀，又止少華石室。每寢處，多百餘日不起。

周世宗好黃白術，有以搏名聞者，顯德三年，命華州送至闕下。留止禁中月餘，從容問其術，搏對曰：陛下為四海之主，當以致治為念，奈何留意黃白之事乎？世宗不之責，命為諫議大夫，固辭不受。既知其無他術，放還所止，詔本州長吏歲時存問。五年，成州刺史朱憲陛辭赴任，世宗令齎帛五十四、茶三十斤賜搏。

太平興國中來朝，太宗待之甚厚。九年復來朝，上益加禮重，謂宰相宋琪等曰：搏獨善其身，不干勢利，所謂方外之士也。搏居華山已四十餘年，度其年近百歲。自言經承五代離亂，幸天下太平，故來朝覲。與之語，甚可聽。因遣中使送至中書，琪等從容問曰：先生得玄默修養之道，可以教人乎？對曰：搏山野之人，於時無用，亦不知神仙黃白之事，吐納養生之理，非有方術可傳。假令白日衝天，亦何益於世？今聖上龍顏秀異，有天人之表，博達古今，深究治亂，真有道仁聖之主也。正君臣協心同德，興化致治之秋，勤行修煉，無出於此。琪等稱善，以其語白上。上益重之，下詔賜號希夷先生，仍賜紫衣一襲，留搏闕下，令有司增葺所止雲臺觀。上屢與之屬和詩賦，數月放還山。

端拱初，忽謂弟子賈德升曰：汝可於張超谷鑿石為室，吾將憩焉。二年秋七月，石室成，搏手書數百言為表，其略曰：臣搏大數有終，聖朝難戀，已於今月二十二日化形於蓮花峰下張超谷中。如期而卒，經七日支體猶溫。有五色雲蔽塞洞口，彌月不散。

搏好讀《易》，手不釋卷。常自號扶搖子，著《指玄篇》八十一章，言導養及還丹之事。宰相王溥亦著八十一章以箋其指。搏又有《三峰寓言》及《高陽集》、《釣潭集》，詩六百餘首。

能逆知人意，齋中有大瓢掛壁上，道士賈休復心欲之，搏已知其意，謂休復曰：子來非有他，蓋欲吾瓢爾。呼侍者取以與之，休復大驚，以為神。有郭沆者，少居華陰，夜宿雲臺觀。搏中夜呼令趣歸，沆未決；有頃，復曰：可勿歸矣。明日，沆還家，果中夜母暴得心痛幾死，食頃而愈。

華陰隱士李琪，自言唐開元中郎官，已數百歲，人罕見者；關西逸人呂洞賓有劍術，百餘歲而童顏，步履輕疾，頃刻數百里，世以為神仙。皆數來搏齋中，人咸異之。大中祥符四年，真宗幸華陰，至雲臺觀，閱搏畫像，除其觀田租。

**《宋史・列傳・杜生》**　杜生者，潁昌人。不知其名，縣人呼為杜五郎。所居去縣三十里，有屋兩間，與其子並居，前有空地丈餘，即為籬門，生不出門者三十年。

黎陽尉孫軫往訪之。其人頗灑落，自陳村人無所能，官人何為見顧。軫問所以不出門之因，笑曰：以告者過也。指門外一桑曰：憶十五年前，亦曾納涼其下，何謂不出？但無用於時，無求於人，偶自不出耳，何足尚哉。問所以為生，曰：昔時居邑之南，有田五十畝，與某兄同耕。迨兄子娶婦，度所耕不足贍，乃盡以與兄，而攜妻子至此，蒙鄉人借屋，遂居之。唯與人擇日，又賣醫藥以給飢粥，亦有時不繼。後子能耕，荷長者見憐，與田三十畝使之耕，尚有餘力，又為人傭耕，自此食足。鄉人貧，以醫術自業者多。念己食既足，不當更兼他利，由是擇日賣藥，一切不為。問常日何所為，曰：端坐耳。頗觀書否？曰：二十年前，曾有人遺一書策，無題號，其間多說浮名經，當時極愛其議論，今忘之，並書亦不知所在矣。時盛寒，布袍草屨，室中枵然，而氣韻閑曠，言詞精簡。蓋有道之士也。問其子之為人，曰：村童也，然性質甚淳厚，不妄言，不敢嬉。唯間一至縣買鹽酪，可數行跡以待其歸，徑往徑還，未嘗旁遊一步也。軫嗟歎，留連久之，乃去。後至延安幕府，為沈括言之。括時理軍書，迨夜半，疲極未臥，聞軫談及此，及頓忘其勞。

**《宋史・列傳・王忠民》**　王忠民，潁陽人，世業醫。忠民幼通經史，自靖康以來，數言邊方利害於朝，累召弗至。高宗渡江，忠民隱居不出，諸鎮翟興等皆重之，弗能致；張浚授以迪功郎，不受。興徙治藥川，忠民避地南下，遇商號鎮撫使董先於內鄉，留軍中，事以師禮。

時劉豫僭立，忠民作《九思圖》及定亂四象達之金主，及鏤板印圖散於偽境，以明天下之義。紹興三年，翟琮薦其忠節於朝，特授宣教郎，詔董先津遣詣行在。既至，宰相呂頤浩、簽書樞密院事徐俯見之皆拜，舍於政府。忠民上疏辭官，言：臣憤金人無道，故三上金主書，乞還二帝，本心報國，非冀名祿。上不許。忠民以誥置櫝中，藏七寶山下，力懇求去。復依董先軍中，遂不出。

**《宋史・列傳・劉翰》**　劉翰，滄州臨津人。世習醫業，初攝護國軍節度巡官。周顯德初，詣闕獻《經用方書》三十卷、《論候》十卷、《今體治世集》二

十卷。世宗嘉之，命為翰林醫官，其書付史館，再加衛尉寺主簿。

太祖北征，命翰從行。建隆初，加朝散大夫、鴻臚寺丞。時太祖求治，事皆核實，故方技之士必精練。乾德初，令太常寺考較翰林醫官藝術，以翰為優，紬其業不精者二十六人。自後，又詔諸州訪醫術優長者籍其名，仍量賜裝錢，所在廚傳給食，遣詣闕。開寶五年，太宗在藩邸有疾，命翰與馬志視之。及愈，轉尚藥奉禦，賜銀器、緡錢、鞍勒馬。

嘗被詔詳定《唐本草》，翰與道士馬志、醫官翟煦、張素、吳復珪圭、王光祐、陳昭遇同議，凡《神農本經》三百六十種，《名醫錄》一百八十二種，唐本先附一百一十四種，有名無用一百九十四種，翰等又參定新附一百三十三種。既成，詔翰林學士中書舍人李昉、戶部員外郎知制誥王祐、左司員外郎知制誥扈蒙詳覆畢上之。昉等序之曰：

《三墳》之書，神農預其一。百藥即辨，《本草》序其錄。舊經三卷，世所流傳。《名醫別錄》，互為編纂。至梁陶弘景乃以《別錄》參其《本經》，朱墨雜書，時謂明白。而又考彼功用，為之注釋，列為七卷，南國行焉。逮乎有唐，別加參校，增藥餘八百味，添注為二十卷。《本經》漏缺則補之，陶氏誤說則證之。然而載歷年祀，又逾四百，朱字墨字，無本得同；舊注新注，其文互闕。非聖主撫大同之運，永無疆之休，其何以改而正之哉！

乃命盡考傳誤，刊為定本。類例非允，從而革焉。至如筆頭灰，兔毫也，而在草部，今移附兔頭骨之下；半天河、地漿，皆水也，亦在草部，今移附土石類之間；敗鼓皮，移附於獸名；胡桐淚，改從於木類；紫鑛，亦木也，自玉石品而改焉；伏翼，實禽也，由蟲魚部而移焉；橘柚，附於果實；食鹽，附於光鹽；生薑、乾薑，同歸一類；至於雞腸、蘩蔞、陸英、蒴藿，以類相似，從而附之。仍采陳藏器《拾遺》、李含光《音義》，或窮源於別本，或傳效於醫家，參而較之，辨其臧否。至如突屈白，舊說灰類，今是木根；天麻根，解似赤箭，今又全異。去非取是，特立新條。自餘刊正，不可悉數。

下采眾議，定為印板。乃以白字為神農所說，墨字為名醫所傳，唐附今附，各加顯注，詳其解釋，審其形性。證謬誤而辨之者，署為今注；考文意而述之者，又為今按。義既判定，理亦詳明。今以新舊藥合九百八十三種，並目錄二十一卷，廣頒天下，傳而行焉。

翰後加檢校工部員外郎。太平興國四年，命為翰林醫官使，再加檢校戶部郎中。雍熙二年，滑州劉遇疾，詔翰馳往視之。翰還，言遇必瘳，既而即死，坐責授和州團練副使。端拱初，起為尚藥奉禦。淳化元年，復為醫官使。卒，年七十二。

**《宋史・列傳・王懷隱》** 王懷隱，宋州睢陽人。初為道士，住京城建隆觀，善醫診。太宗尹京，懷隱以湯劑祗事。太平興國初，詔歸俗，命為尚藥奉禦，三遷至翰林醫官使。三年。吳越遣子惟濬入朝，惟濬被疾，詔懷隱視之。

初，太宗在藩邸，暇日多留意醫術，藏名方千餘首，皆嘗有驗者。至是，詔翰林醫官院各具家傳經驗方以獻，又萬餘首，命懷隱與副使王祐、鄭奇、醫官陳昭遇參對編類。每部以隋太醫令巢元方《病源候論》冠其首，而方藥次之，成一百卷。太宗御制序，賜名曰《太平聖惠方》，仍令鏤板頒行天下，諸州各置醫博士掌之。懷隱後數年卒。

昭遇本嶺南人，醫術尤精驗，初為醫官，領溫水主簿，後加光錄寺丞，賜金紫。

**《宋史・列傳・趙自化》** 趙自化，本德州平原人。高祖常，為景州刺史，後舉家陷契丹。父知嵓脫身南歸，寓居洛陽，習經方名藥之術，又以授二子自正、自化。周顯德中，偕來京師，悉以醫術稱。知嵓卒，自正試方技，補翰林醫學。

會秦國長公主疾，有薦自化診候者，疾愈，表為醫學，再加尚藥奉御。淳化五年，授醫官副使。時召陳州隱士萬適至，館於自化家。會以適補慎縣主簿，適素強力無疾，詔下日，自化怪其色變，為切脈曰：君將死矣。不數日，適果卒。

至道中，有布衣鄭元輔者，嘗依自化之姻吏部令史張崇敏家。元輔時從自化丐索，無所得，心銜之。乃詣檢上書，告自化漏泄禁中語及指斥、非所宜言等事。太宗初甚駭，命王繼恩就御史府鞫之，皆無狀，斬元輔於都市。自化坐交遊非類，黜為郢州團練副使。未幾，復舊職。咸平三年，加正使。

景德初，雍王元份泊晉國長公主並上言：自化藥餌有功。請加使秩，領遙郡。上以自化居太醫之長，不當復為請求，令樞密院召自化戒之。雍王薨，坐診治無狀，降為副使。二年，復舊官。是冬卒，年五十七。遺表以所撰《四時養頤錄》為獻，真宗改名《調膳攝生圖》，仍為製序。

自化頗喜為篇什，其貶郢州也，有《漢沔詩集》五卷，宋白、李若拙為之

序。又嘗纘自古以方技至貴仕者，為《名醫顯秩傳》三卷。

**《宋史・列傳・道學・周敦頤》** 周敦頤字茂叔，道州營道人。元名敦實，避英宗舊諱改焉。以舅龍圖閣學士鄭向任，爲分寧主簿。有獄久不決，敦頤至，一訊立辨。邑人驚曰：老吏不如也。部使者薦之，調南安軍司理參軍。有囚法不當死，轉運使王逵欲深治之。逵，酷悍吏也，衆莫敢爭，敦頤獨與之辯，不聽，乃委手版歸，將棄官去，曰：如此尚可仕乎！殺人以媚人，吾不爲也。逵悟，囚得免。

移郴之桂陽令，治績尤著。郡守李初平賢之，語之曰：吾欲讀書，何如？敦頤曰：公老無及矣，請爲公言之。二年果有得。徙知南昌，南昌人皆曰：是能辨分寧獄者，吾屬得所訴矣。富家大姓、黠吏惡少，惴惴焉不獨以得罪於令爲憂，而又以汚穢善政爲恥。歷合州判官，事不經手，吏不敢決，雖下之，民不肯從。部使者趙抃惑於譖口，臨之甚威，敦頤處之超然。通判虔州，抃守虔，熟視其所爲，乃大悟，執其手曰：吾幾失君矣，今而後乃知周茂叔也。

熙寧初，知郴州。用抃及吕公著薦，爲廣東轉運判官，提點刑獄，以洗冤澤物爲己任。行部不憚勞苦，雖瘴癘險遠，亦緩視徐按。以疾求知南康軍。因家廬山蓮花峯下，前有溪，合於湓江，取營道所居濂溪以名之。抃再鎮蜀，將奏用之，未及而卒，年五十七。

黄庭堅稱其人品甚高，胸懷灑落，如光風霽月。廉於取名而銳於求志，薄於徼福而厚於得民，非於奉身而燕及煢嫠，陋於希世而尚友千古。

博學力行，著《太極圖》，明天理之根源，究萬物之終始。其說曰：無極而太極。太極動而生陽，動極而靜，靜而生陰，靜極復動，一動一靜，互爲其根，分陰分陽，兩儀立焉。陽變陰合，而生水、火、木、金、土，五氣順布，四時行焉。五行一陰陽也，陰陽一太極也，太極本無極也。五行之生也，各一其性。無極之真，二五之精，妙合而凝，乾道成男，坤道成女。二氣交感，化生萬物，萬物生生，而變化無窮焉。

惟人也得其秀而最靈，形既生矣，神發知矣，五性感動而善惡分，萬物出矣。聖人定之以中正仁義而主静，立人極焉。故聖人與天地合其德，日月合其明，四時合其序，鬼神合其吉凶。君子修之吉，小人悖之凶。故曰：立天之道，曰陰與陽。立地之道，曰柔與剛。立人之道，曰仁與義。又曰：原始反終，故知死生之說。大哉《易》也，斯其至矣。

又著《通書》四十篇，發明太極之蘊。序者謂：其言約則道大，文質而義精，得孔、孟之本源，大有功於學者也。

掾南安時，程珦通判軍事，視其氣貌非常人，與語，知其爲學知道，因與爲友，使二子顥、頤往受業焉。敦頤每令尋孔、顏樂處，所樂何事，二程之學源流乎此矣。故顥之言曰：自再見周茂叔後，吟風弄月以歸，有吾與點也之意。侯師聖學於程頤，未悟，訪敦頤，敦頤曰：吾老矣，說不可不詳。留對榻夜談，越三日乃還。頤驚異之，曰：非從周茂叔來耶？其善開發人類。

此嘉定十三年，賜謚曰元公。淳祐元年，封汝南伯，從祀孔子廟庭。二子壽、燾，燾官至寶文閣待制。

**《宋史・列傳・道學・程顥》** 程顥字伯淳，世居中山，後從開封徙河南。高祖羽，太宗朝三司使。父珦，仕宗錄舊臣後，以爲黄陂尉。久之，知襲州。時宜獠區希範既誅，鄉人忽傳其神降，言：當爲我南海立祠。於是迎其神以往，至襲，珦使詰之，曰：比過潯，潯守以爲妖，投祠具江中，逆流而上，守懼，乃更致禮。珦使復投之，順流去，其妄乃息。徙知磁州，又徙漢州。嘗宴客開元僧舍，酒方行，人譁言佛光見，觀者相騰踐，不可禁，珦安坐不動，頃之遂定。熙寧法行，爲守令者奉命唯恐後，珦獨抗議，指其未便。使者李元瑜怒，即移病歸，旋致仕，累轉太中大夫。元祐五年，卒，年八十五。

珦慈怒而剛斷，平居與幼賤處，唯恐有傷其意，至於犯義理，則不假也。左右使令之人，無日不察其饑飽寒燠。前後五得任子，以均諸父之子孫。嫁遣孤女，必盡其力。所得奉祿，分贍親戚之貧者。伯母寡居，奉養甚至。從兄女既適人而喪其夫，珦迎以歸，教養其子，均於子姪。時官小祿薄，克己爲義，人以爲難。文彦博、蘇頌等九人表其清節，詔賜帛二百，官給其葬。

顥舉進士，調鄠、上元主簿。鄠民有借兄宅居者，發地得瘞錢，兄之子訴曰：父所藏。顥問：幾何年？曰：四十年。彼借居幾時？曰：二十年矣。遣吏取十千視之。謂訴者曰：今官所鑄錢，不五六年即遍天下，此皆未藏前數十年所鑄，何也？其人不能答。茅山有池，産龍如蜥蜴而五色。祥符中嘗取二龍入都，半塗失其一，中使云飛空而逝。民俗嚴奉不懈，顥捕而脯之。

爲晉城令，富人張氏父死，旦有老叟踵門曰：我，汝父也。子驚疑莫測，相與詣縣。叟曰：身爲醫，遠出治疾，而妻生子，貧不能養，以與張。顥質其驗。取懷中一書進，其所記曰：某年月日，抱兒與張三翁家。顥問：張是時纔四十，安得有翁稱？叟駭謝。

民稅粟多移近邊，載往則道遠，就糴則價高。顥擇富而可任者，預使貯粟以待，費大省。民以事至縣者，必告以孝弟忠信，人所以事其父兄，出所以事其長上。度鄉村遠近爲伍保，使之力役相助，患難相卹，而姦僞無所容。凡孤煢殘廢者，責之親戚鄉黨，使無失所。行旅出於其途者，疾病皆有所養。鄉必有校，暇時親至，召父老與之語。兒童所讀書，親爲正句讀，教者不善，則爲易置。擇子弟之秀者，聚而教之。鄉民爲社會，爲立科條，旌別善惡，使有勸有恥。在縣三歲，民愛之如父母。

熙寧初，用呂公著薦，爲太子中允，監察御史里行。神宗素知其名，數召見，每退，必曰：頻求對，欲常常見卿。一日，從容咨訪，報正午，始趨出，庭中人曰：御史不知上未食乎？前後進說甚多，大要以正心窒慾，求賢育材爲言，務以誠意感悟主上。嘗勸帝防未萌之欲，及勿輕天下士，帝俯躬曰：當爲卿戒之。

王安石執政，議更法令，中外皆不以爲便，言者攻之甚力。顥被旨赴中堂議事，安石方怒言者，厲色待之。顥徐曰：天下事非一家私議，願平氣以聽。安石爲之媿屈。自安石用事，顥未嘗一語及於功利。居職八九月，數論時政，最後言曰：智者若禹之行水，行其所無事也；舍而之險阻，不足以言智。自古興治立事，未有中外人情交謂不可而能成者，況於排斥忠良，沮廢公議，用賤陵貴，以邪干正者乎？正使徼倖有小成，而興利之臣日進，尚德之風浸衰，尤非朝廷之福。遂乞去言職。安石本與之善，及是雖不合，猶敬其忠信，不深怒，但出提點京西刑獄。顥固辭，改簽書鎮寧軍判官。司馬光在長安，上疏求退，稱顥公直，以爲己所不如。

程昉治河，取澶卒八百而虐用之，衆乘逃歸。羣僚畏昉，欲勿納。顥曰：彼逃死自歸，弗納必亂。若昉怒，吾自任之。即親往啟門拊勞，約少休三日復役，衆驩踊而入。具以事上，得不遣。昉後過州，揚言曰：澶卒之潰，蓋程中允誘之，吾且訴於上。顥聞之，曰：彼方憚我，何能爲。果不敢言。

曹村埽決，顥謂郡守劉渙曰：曹村決，京師可虞。臣子之分，身可塞亦所當爲，盍盡遣廂卒見付。渙以鎮印付顥，立走決所，激諭士卒。議者以爲勢不可塞，徒勞人爾。顥命善泅者渡決口，引巨索濟衆，兩岸並進，數日而合。

求監洛河竹木務，歷年不叙伐閱，特遷太常丞。帝又欲使修《三經義》，執政不可，命知扶溝縣。廣濟、蔡河在縣境，瀕河惡子無生理，顥脅取行舟財貨，歲必焚舟十數以立威。顥捕得一人，使引其類，貰宿惡，分地處之，令以挽縴爲業，且察爲奸者，自是境無焚剽患。內侍王中正按閱保甲，權焰章震，諸邑競侈供張悅之，主吏來請，顥曰：吾邑貧，安能效他邑。取於民，法所禁也，獨有令改青帳可用爾。除判武學，李定劾其新法之初首爲異論，罷歸故官。又坐獄逸囚，責監汝州鹽稅。哲宗立，召爲宗正丞，未行而卒，年五十四。

顥資性過人，充養有道，和粹之氣，盎於面背，門人交友從之數十年，亦未嘗見其忿厲之容。遇事優爲，雖當倉卒，不動聲色。自十五六時，與弟頤聞汝南周敦頤論學，遂厭科舉之習，慨然有求道之志。泛濫於諸家，出入於老、釋者幾十年，返求諸《六經》而後得之。秦、漢以來，未有臻斯理者。

教人自致知至於知止，誠意至於平天下，灑掃應對至於窮理盡性，循循有序。病學者厭卑近而騖高遠，卒無成焉，故其言曰：道之不明，異端害之也。昔之害近而易知，今之害深難辨。昔之惑人也乘其迷暗，今之惑人也因其高明。自謂之窮神知化，而不足以開物成務，言爲無不周遍，實則外於倫理，窮深極微，而不可以入堯、舜之道。天下之學，非淺陋固滯，則必入於此。自道之不明也，邪誕妖妄之說競起，塗生民之耳目，溺天下於汚濁，雖高才明智，膠於見聞，醉生夢死，不自覺也。是皆正路之蓁蕪，聖門之蔽塞，辟之而後可以入道。

顥之死，士大夫識與不識，莫不哀傷焉。文彥博采衆論，題其墓曰明道先生。其弟頤序之曰：周公沒，聖人之道不行；孟軻死，聖人之學不傳。道不行，百世無善治；學不傳，千載無真儒。無善治，士猶得以明夫善治之道，以淑諸人，以傳諸後；無真儒，則貿貿焉莫知所之，人欲肆而天理滅矣。先生生於千四百年之後，得不傳之學於遺經，以興起斯文爲己任。辨異端，闢邪說，使聖人之道煥然復明於世，蓋自孟子之後，一人而已。然學者於

道不知所向，則孰知斯人之爲功；不知所至，則孰知斯名之稱情也哉。

嘉定十三年，賜謚曰純公。淳祐元年封河南伯，從祀孔子廟庭。

**《宋史・列傳・道學・程頤》** 程頤，字正叔。年十八，上書闕下，欲天子黜世俗之論，以王道爲心。遊太學，見胡瑗問諸生以顏子所好何學，頤因答曰：

學以至聖人之道也。聖人可學而至歟？曰：然。學之道如何？曰：天地儲精，得五行之秀者爲人，其本也真而靜，其未發也。五性具焉，曰仁、義、禮、智、信。形既生矣，外物觸其形而動其中矣，其中動而七情出焉，曰喜、怒、哀、樂、愛、惡、欲。情既熾而益蕩，其性鑿矣。是故覺者約其情使合於中，正其心，養其性；愚者則不知制之，縱其情而至於邪僻，梏其性而亡之。

然學之道，必先明諸心，知所養；然後力行以求至，所謂自明而誠也。誠之之道，在乎通道篤，通道篤則行之果，行之果則守之固，仁義忠信不離乎心，造次必於是，顛沛必於是，出處語默必於是，久而弗失，則居之安，動容周旋中禮，而邪僻之心無自生矣。

故顏子所事，則曰：非禮勿視，非禮勿聽，非禮勿言，非禮勿動。仲尼稱之，則曰：得一善則拳拳服膺而弗失之矣。又曰：不遷怒，不貳過。有不善未嘗不知，知之未嘗複行。此其好之篤，學之得其道也。然聖人則不思而得，不勉而中；顏子則必思而後得，必勉而後中。其與聖人相去一息，所未至者守之也，非化之也。以其好學之心，假之以年，則不日而化矣。

後人不達，以謂聖本生知，非學可至，而爲學之道遂失。不求諸己，而求諸外，以博聞強記、巧文麗辭爲工，榮華其言，鮮有至於道者。則今之學，與顏子所好異矣。

瑗得其文，大驚異之，即延見，處以學職。呂希哲首以師禮事頤。

治平、元豐間，大臣屢薦，皆不起。哲宗初，司馬光、呂公著共疏其行義曰：伏見河南府處士程頤，力學好古，安貧守節，言必忠信，動遵禮法。年逾五十，不求仕進，真儒者之高蹈，聖世之逸民。望擢以不次，使士類有所矜式。詔以爲西京國子監教授，力辭。

尋召爲秘書省校書郎，既入見，擢崇政殿說書。即上疏言：習與智長，化與心成。今夫人民善教其子弟者，亦必延名德之士，使與之處，以薰陶成性。況陛下春秋之富，睿聖得於天資，而輔養之道不可不至。大率一日之中，接賢士大夫之時多，親寺人宮女之時少，則氣質變化，自然而成。願選名儒入侍勸講，講罷留之分直，以備訪問，或有小失，隨事獻規，歲月積久，必能養成聖德。頤每進講，色甚莊，繼以諷諫。聞帝在宮中盥而避蟻，問：有是乎？曰：然，誠恐傷之爾。頤曰：推此心以及四海，帝王之要道也。

神宗喪未除，冬至，百官表賀，頤言：節序變遷，時思方切，乞改賀爲慰。既除喪，有司請開樂置宴，頤又言：除喪而用吉禮，尚當因事張樂，今特設宴，是喜之也。皆從之。帝嘗以瘡疹不禦邇英累日，頤詣宰相問安否，且曰：上不御殿，太后不當獨坐。且人主有疾，大臣可不知乎？翌日，宰相以下始奏請問疾。

蘇軾不悅於頤，頤門人賈易、朱光庭不能平，合攻軾。胡宗愈、顧臨詆頤不宜用，孔文仲極論之，遂出管勾西京國子監。久之，加直秘閣，再上表辭。董敦逸複摭其有怨望語，去官。紹聖中，削籍竄涪州。李清臣尹洛，即日迫遣之，欲入別叔母亦不許，明日賷以銀百兩，頤不受。徽宗即位，徙峽州，俄復其官，又奪於崇寧。卒年七十五。

頤於書無所不讀。其學本於誠，以《大學》、《語》、《孟》、《中庸》爲標指，而達於《六經》。動止語默，一以聖人爲師，其不至乎聖人不止也。張載稱其兄弟從十四五時，便脫然欲學聖人，故卒得孔、孟不傳之學，以爲諸儒倡。其言之旨，若布帛菽粟然，知德者尤尊崇之。嘗言：今農夫祁寒暑雨，深耕易耨，播種五穀，吾得而食之；百工技藝，作爲器物，吾得而用之；介冑之士，被堅執銳，以守土宇，吾得而安之。無功澤及人，而浪度歲月，晏然爲天地間一蠹，唯綴緝聖人遺書，庶幾有補爾。於是著《易》、《春秋傳》以傳於世。

《易傳序》曰：

《易》，變易也，隨時變易以從道也。其爲書也，廣大悉備，將以順性命之理，通幽明之故，盡事物之情，而示開物成務之道也。聖人之憂患後世，可謂至矣。去古雖遠，遺經尚存，然而前儒失意以傳言，後學誦言而忘味，自秦而下，蓋無傳矣。予生千載之後，悼斯文之湮晦，將俾後人沿流而求源，此《傳》所以作也。

《易》有聖人之道四焉：以言者尚其辭，以動者尚其變，以制器者尚其象，以蓍筮者尚其占。吉凶消長之理，進退存亡之道備於辭，推辭考卦可以

知變，象與占在其中矣。君子居則觀其象而玩其辭，動則觀其變而玩其占，得於辭不達其意者有矣，未有不得於辭而能通其意者也。至微者理也，至著者象也。體用一源，顯微無間，觀會通以行其典禮，則辭無所不備。故善學者，求言必自近，易於近者，非知言者也。予所傳者辭也，由辭以得意，則在乎人焉。

《春秋傳序》曰：

天之生民，必有出類之才起而君長之，治之而爭奪息，導之而生養遂，教之而倫理明，然後人道立，天道成，地道平。二帝而上，聖賢世出，隨時有作，順乎風氣之宜，不先天以開人，各因時而立政。暨乎三王迭興，三重既備，子、丑、寅之建正，忠、質、文之更尚，人道備矣，天運周矣。聖王既不復作，有天下者雖欲仿古之跡，亦私意妄為而已。事之繆，秦至以建亥為正；道之悖，漢專以智力持世，豈復知先王之道也。

夫子當周之末，以聖人不復作也，順天應時之治不復有也，於是作《春秋》，為百王不易之大法。所謂考諸三王而不繆，建諸天地而不悖，質諸鬼神而無疑，百世以俟聖人而不惑者也。先儒之傳，遊、夏不能贊一辭，辭不待贊者也，言不能與於斯爾。斯道也，唯顏子嘗聞之矣。行夏之時，乘殷之輅，服周之冕，樂則《韶舞》，此其準的也。後史以吏視《春秋》，謂褒善貶惡而已，至於經世之大法，則不知也。

《春秋》大義數十，其義雖大，炳如日星，乃易見也。惟其微辭隱義，時措從宜者，為難知也。或抑或縱，或予或奪，或進或退，或微或顯，而得乎義理之安，文質之中，寬猛之宜，是非之公，乃制事之權衡，揆道之模範也。夫觀百物然後識化工之神，聚眾材然後知作室之用，於一事一義而欲窺聖人之用心，非上智不能也。故學《春秋》者，必優遊涵泳，默識心通，然後能造其微也。後王知《春秋》之義，則雖德非禹、湯，尚可以法三代之治。

自秦而下，其學不傳，予悼夫聖人之志不明於後世也，故作《傳》以明之，俾後之人通其文而求其義，得其意而法其用，則三代可復也。是《傳》也，雖未能極聖人之蘊奧，庶幾學者得其門而入矣。

平生誨人不倦，故學者出其門最多，淵源所漸，皆為名士。涪人祠頤於北岩，世稱為伊川先生。嘉定十三年，賜謚曰正公。淳祐元年，封伊陽伯，從祀孔子廟庭。

門人劉絢、李籲、謝良佐、遊酢、張繹、蘇昞皆班班可書，附於左。呂大鈞、大臨見《大防傳》。

**《宋史・列傳・道學・張載》** 張載，字子厚，長安人。少喜談兵。至欲結客取洮西之地。年二十一，以書謁范仲淹，一見知其遠器，乃警之曰：儒者自有名教可樂，何事於兵。因勸讀《中庸》。載讀其書，猶以為未足，又訪諸釋、老，累年究極其說，知無所得，反而求之《六經》。嘗坐虎皮講《易》京師，聽從者甚眾。一夕，二程至，與論《易》，次日語人曰：比見二程，深明《易》道，吾所弗及，汝輩可師之。撤坐輟講。與二程語道學之要，渙然自信曰：吾道自足，何事旁求。於是盡棄異學，淳如也。

舉進士，為祈州司法參軍，雲岩令。政事以敦本善俗為先，每月吉，具酒食，召鄉人高年會縣庭，親為勸酬。使人知養老事長之義，因問民疾苦，及告所以訓戒子弟之意。

熙寧初，御史中丞呂公著言其有古學，神宗方一新百度，思得才哲士謀之，召見問治道，對曰：為政不法三代者，終苟道也。帝悅，以為崇文院校書。他日見王安石，安石問以新政，載曰：公與人為善，則人以善歸公；如教玉人琢玉，則宜有不受命者矣。明州苗振獄起，往治之，未殺其罪。

還朝，即移疾屏居南山下，終日危坐一室，左右簡編，俯而讀，仰而思，有得則識之，或中夜起坐，取燭以書。其志道精思，未始須臾息，亦未嘗須臾忘也。敝衣蔬食，與諸生講學，每告以知禮成性、變化氣質之道，學必如聖人而後已。以為知人而不知天，求為賢人而不求為聖人，此秦、漢以來學者大蔽也。故其學尊禮貴德，樂天安命，以《易》為宗，以《中庸》為體，以《孔》、《孟》為法，黜怪妄，辨鬼神。其家昏喪葬祭，率用先王之意，而傳以今禮。又論定井田、宅里、發斂、學校之法，皆欲條理成書，使可舉而措諸事業。

呂大防薦之曰：載之始終，善發明聖人之遺旨，其論政治略可復古。宜還其舊職，以備諮訪。乃詔知太常禮院。與有司議禮不合，復以疾歸，中道疾甚，沐浴更衣而寢，旦而卒。貧無以斂，門人共買棺奉其喪還。翰林學士許將等言其恬於進取，乞加贈恤，詔賜館職半賻。

載學古力行，為關中士人宗師，世稱為橫渠先生。著書號《正蒙》，又作《西銘》曰：

乾稱父而坤母，予茲藐焉，乃混然中處。故天地之塞吾其體，天地之帥

吾其性，民吾同胞，物吾與也。

大君者，吾父母宗子；其大臣，宗子之家相也。尊高年所以長其長，慈孤幼所以幼其幼，聖其合德，賢其秀也。凡天下疲癃殘疾、惸獨鰥寡，皆吾兄弟之顛連而無告者也。於時保之，子之翼也。樂且不憂，純乎孝者也。違曰悖德，害仁曰賊，濟惡者不才，其踐形惟肖者也。

知化則善述其事，窮神則善繼其志，不愧屋漏為無忝，存心養性為匪懈。惡旨酒，崇伯之子顧養；育英材，潁封人之錫類。不弛勞而底豫，舜其功也；無所逃而待烹，申生其恭也。體其受而歸全者，參乎；勇於從而順令者，伯奇也。富貴福澤，將厚吾之生也；貧賤憂戚，庸玉女於成也。存，吾順事；歿，吾寧也。

程頤嘗言：《西銘》明理一而分殊，擴前聖所未發，與孟子性善養氣之論同功，自孟子後蓋未之見。學者至今尊其書。

嘉定十三年，賜謚曰明公。淳祐元年封鄖伯，從祀孔子廟庭。弟戩。

戩，字天祺。起進士，調閿鄉主簿，知金堂縣。誠心愛人，養老恤窮，間召父老使教督子弟。民有小善，皆籍記之。以奉錢為酒食，月吉，召老者飲勞，使其子孫侍，勸以孝弟。民化其德，所至獄訟日少。

熙寧初，為監察御史里行。累章論王安石亂法，乞罷條例司及追還常平使者。劾曾公亮、陳升之、趙抃依違不能救正，韓絳左右徇從，與為死黨，李定以邪諂竊臺諫。且安石擅國，輔以絳之詭隨，臺臣又用定輩，繼續而來，芽蘖漸盛。呂惠卿劾薄辯給，假經術以文奸言，豈宜勸講君側。書數十上，又詣中書爭之，安石舉扇掩面而笑，戩曰：戩之狂直宜為公笑，然天下之笑公者不少矣。趙抃從旁解之，戩曰：公亦不得為無罪。抃有愧色。遂稱病待罪。

出知公安縣，徙監司竹監，至舉家不食筍。常愛用一卒，及將代，自見其人盜筍籜，治之無少貸；罪已正，待之復如初，略不介意，其德量如此。卒於官，年四十七。

**《宋史・列傳・道學・邵雍》**　邵雍字堯夫。其先范陽人，父古徙衡漳，又徙共城。雍年三十，遊河南，葬其親伊水上，遂為河南人。

雍少時，自雄其才，慷慨欲樹功名。於書無所不讀，始為學，即堅苦刻厲，寒不爐，暑不扇，夜不就席者數年。已而歎曰：昔人尚友於古，而吾獨未及四方。於是逾河、汾，涉淮、漢，周流齊、魯、宋、鄭之墟，久之，幡然來歸，曰：道在是矣。遂不復出。

北海李之才攝共城令，聞雍好學，嘗造其廬，謂曰：子亦聞物理性命之學乎？雍對曰：幸受教。乃事之才，受《河圖》、《洛書》、《忿羲》八卦六十四卦圖像。之才之傳，遠有端緒，而雍探賾索隱，妙悟神契，洞徹蘊奧，汪洋浩博，多其所自得者。及其學益老，德益邵，玩心高明，以觀夫天地之運化，陰陽之消長，遠而古今世變，微而走飛草木之性情，深造曲暢，庶幾所謂不惑，而非依仿象類，億則屢中者。遂衍忿羲先天之旨，著書十餘萬言行於世，然世之知其道者鮮矣。

初至洛，蓬蒿環堵，不芘風雨，躬樵爨以事父母，雖平居屢空，而怡然有所甚樂，人莫能窺也。及執親喪，哀毀盡禮。富弼、司馬光、呂公著諸賢退居洛中，雅敬雍，恒相從遊，為市園宅。雍歲時耕稼，僅給衣食。名其居曰安樂窩，因自號安樂先生。旦則焚香燕坐，晡時酌酒三四甌，微醺即止，常不及醉也，興至輒哦詩自詠。春秋時出遊城中，風雨常不出，出則乘小車，一人挽之，惟意所適。士大夫家識其車音，爭相迎候，童孺廝隸皆歡相謂曰：吾家先生至也。不復稱其姓字。或留信宿乃去。好事者別作屋如雍所居，以候其至，名曰行窩。

司馬光兄事雍，而二人純德尤鄉里所慕向，父子昆弟每相飭曰：毋為不善，恐司馬端明、邵先生知。士之道洛者，有不之公府，必之雍。雍德氣粹然，望之知其賢，然不事表襮，不設防畛，群居燕笑終日，不為甚異。與人言，樂道其善而隱其惡。有就問學則答之，未嘗強以語人。人無貴賤少長，一接以誠，故賢者悅其德，不賢者服其化。一時洛中人才特盛，而忠厚之風聞天下。

熙寧行新法，吏奉迫不可為，或投劾去。雍門生故友居州縣者，皆貽書訪雍，雍曰：此賢者所當盡力之時，新法固嚴，能寬一分，則民受一分賜矣。投劾何益耶？

嘉祐詔求遺逸，留守王拱辰以雍應詔，授將作監主簿，復舉逸士，補潁州團練推官，皆固辭，乃受命，竟稱疾不之官。熙寧十年卒，年六十七，贈秘書省著作郎。元祐中賜謚康節。

雍高明英邁，迥出千古，而坦夷渾厚，不見圭角，是以清而不激，和而不

流，人與交久，益尊信之。河南程顥初侍其父識雍，論議終日，退而歎曰：堯夫，內聖外王之學也。

雍知慮絕人，遇事能前知。程頤嘗曰：其心虛明，自能知之。當時學者因雍超詣之識，務高雍所為，至謂雍有玩世之意；又因雍之前知，謂雍於凡物聲氣之所感觸，輒以其動而推其變焉。於是摭世事之已然者，皆以雍言先之，雍蓋未必然也。

雍疾病，司馬光、張載、程顥、程頤晨夕候之，將終，共議喪葬事外庭，雍皆能聞眾人所言，召子伯溫謂曰：諸君欲葬我近城地，當從先塋爾。既葬，顥為銘墓，稱雍之道純一不雜，就其所至，可謂安且成矣。所著書曰《皇極經世》、《觀物內外篇》、《漁樵問對》，詩曰《伊川擊壤集》。

子伯溫，別有傳。

**《宋史・列傳・道學・朱熹》** 朱熹，字元晦，一字仲晦，徽州婺源人。父松字喬年，中進士第。胡世將、謝克家薦之，除秘書省正字。趙鼎都督川陝、荊、襄軍馬，招松為屬，辭。鼎再相，除校書郎，遷著作郎。以御史中丞常同薦，除度支員外郎，兼史館校勘，歷司勳、吏部郎。秦檜決策議和，松與同列上章，極言其不可。檜怒，風御史論松懷異自賢，出知饒州，未上，卒。

熹幼穎悟，甫能言，父指天示之曰：天也。熹問曰：天之上何物？松異之。就傅，授以《孝經》，一閱，題其上曰：不若是，非人也。嘗從群兒戲沙上，獨端坐以指畫沙，視之，八卦也。年十八貢於鄉，中紹興十八年進士第。主泉州同安簿，選邑秀民充弟子員，日與講說聖賢修己治人之道，禁女婦之為僧道者。罷歸請祠，監潭州南嶽廟。明年，以輔臣薦，與徐度、呂廣問、韓元吉同召，以疾辭。

孝宗即位，詔求直言，熹上封事言：聖躬雖未有過失，而帝王之學不可以不熟講。朝政雖未有闕遺，而修攘之計不可以不早定。利害休戚雖不可遍舉，而本原之地不可以不加意。陛下毓德之初，親御簡策，不過風誦文辭，吟詠情性，又頗留意於老子、釋氏之書。夫記誦詞藻，非所以探淵源而出治道；虛無寂滅，非所以貫本末而立大中。帝王之學，必先格物致知，以極夫事物之變，使義理所存，纖悉畢照，則自然意誠心正，而可以應天下之務。次言：修攘之計不時定者，講和之說誤之也。夫金人於我有不共戴天之仇，則不可和也明矣。願斷以義理之公，閉關絕約，任賢使能，立紀綱，厲風俗。數年之後，國富兵強，視吾力之強弱，觀彼釁之淺深，徐起而圖之。次言：四海利病，繫欺民之休戚，斯民休戚，繫守令之賢否。監司者守令之綱，朝廷者監司之本也。欲斯民之得其所，本原之地亦在朝廷而已。今之監司，奸贓狼籍，肆虐以病民者，莫非宰執、臺諫之親舊賓客。其已失勢者，既按見其交私之狀而斥去之；尚在勢者，豈無其人，願陛下無自而知之耳。

隆興元年，復召。入對，其一言：大學之道在乎格物以致其知。陛下雖有生知之性，高世之行，而未嘗隨事以觀理，即理以應事。是以舉措之間動涉疑貳，聽納之際未免蔽欺，平治之效所以未著。其二言：君父之仇不與共戴天。今日所當為者，非戰無以復仇，非守無以制勝。且陳古先聖王所以強本折沖，威制遠人之道。時相湯思退方倡和議，除熹武學博士，待次。乾道元年，促就職，既至而洪適為相，復主和，論不合，歸。

三年，陳俊卿、劉珙薦為樞密院編修官，待次。五年，丁內艱。六年，工部侍郎胡銓以詩人薦，與王庭珪同召，以未終喪辭。七年，既免喪，復召，以祿不及養辭。九年，梁克家相，申前命，又辭。克家奏熹屢召不起，宜蒙褒錄，執政俱稱之，上曰：熹安貧守道，廉退可嘉。特改合入官，主管台州崇道觀。熹以求退得進，於義未安，再辭。淳熙元年，始拜命。二年，上欲獎用廉退，以勵風俗，龔茂良行丞相事以熹名進，除秘書郎，力辭，且以手書遺茂良，言一時權幸。群小乘間讒毀，乃因熹再辭，即從其請，主管武夷山沖佑觀。

五年，史浩再相，除知南康軍，降旨便道之官，熹再辭，不許。至郡，興利除害，值歲不雨，講求荒政，多所全活。訖事，奏乞依格推賞納粟人。間詣郡學，引進士子與之講論。訪白鹿洞書院遺址，奏復其舊，為《學規》俾守之。明年夏，大旱，詔監司、郡守條其民間利病，遂上疏言：

天下之務莫大於恤民，而恤民之本，在人君正心術以立紀綱。蓋天下之紀綱不能以自立，必人主之心術公平正大，無偏黨反側之私，然後有所係而立。君心不能以自正，必親賢臣，遠小人，講明義理之歸，閉塞私邪之路，然後乃可得而正。

今宰相、臺省、師傅、賓友、諫諍之臣皆失其職，而陛下所與親密謀議者，不過一二近習之臣。上以蠱惑陛下之心志，使陛下不信先王之大道，而說於功利之卑說，不樂莊士之讜言，而安於私謁之鄙態。下則招集天下士大夫之

嗜利無恥者，文武匯分，各入其門。所喜則陰為引援，擢置清顯。所惡則密行訾毀，公肆擠排。交通貨賂，所盜者皆陛下之財。命卿置將，所竊者皆陛下之柄。陛下所謂宰相、師傅、賓友、諫諍之臣，或反出入其門牆，承望其風旨；其幸能自立者，亦不過齪齪自守，而未嘗敢一言以斥之；其甚畏公論者，乃能略警逐其徒黨之一二，既不能深有所傷，而終亦不敢正言以搗其囊橐窟穴之所在。勢成威立，中外靡然向之，使陛下之號令黜陟不復出於朝廷，而出於一二人之門，名為陛下獨斷，而實此一二人者陰執其柄。

且云：莫大之禍，必至之憂，近在朝夕，而陛下獨未之知。上讀之，大怒曰：是以我為亡也。熹以疾請祠，不報。

陳俊卿以舊相守金陵，過闕入見，薦熹甚力。宰相趙雄言於上曰：士之好名，陛下疾之愈甚，則人之譽之愈眾，無乃適所以高之。不若因其長而用之，彼漸當事任，能否自見矣。上以為然，乃除熹提舉江西常平茶鹽公事。旋錄救荒之勞，除直秘閣，以前所奏納粟人未推賞，辭。

會浙東大饑，宰相王淮奏改熹提舉浙東常平茶鹽公事，即日單車就道，復以納粟人未推賞，辭職名。納粟賞行，遂受職名。入對，首陳災異之由與修德任人之說，次言：陛下即政之初，蓋嘗選建英豪，任以政事，不幸其間不能盡得其人，是以不復廣求賢哲，而姑取軟熟易制之人以充其位。於是左右私褻使令之賤，始得以奉燕閒，備驅使，而宰相之權日輕。又慮其勢有所偏，而因重以壓己也，則時聽外廷之論，將以陰察此輩之負犯而操切之。陛下既未能循天理、公聖心，以正朝廷之大體，則固已失其本矣，而又欲兼聽士大夫之言，以為駕馭之術，則士大夫之進見有時，而近習之從容無間。士大夫之禮貌既莊而難親，其議論又苦而難入，近習便辟側媚之態既足以蠱心志，其胥史狡獪之術又足以眩聰明。是以雖欲微抑此輩，而此輩之勢日重，雖欲兼采公論，而士大夫之勢日輕。重者既挾其重，以竊陛下之權，輕者又借力於所重，以為竊位固寵之計。日往月來，浸淫耗蝕，使陛下之德業日隳，綱紀日壞，邪佞充塞，貨賂公行，兵愁民怨，盜賊間作，災異數見，饑饉薦臻。群小相挺，人人皆得滿其所欲，惟有陛下無所得，而顧乃獨受其弊。上為動容。所奏凡七事，其一二事手書以防宣洩。

熹始拜命，即移書他郡，募米商，蠲其征，及至，則客舟之米已輻湊。熹日鉤訪民隱，按行境內，單車屏徒從，所至人不及知。郡縣官吏憚其風采，至自引去，所部肅然。凡丁錢、和買、役法、榷酤之政，有不便於民者，悉厘而革之。從救荒之餘，隨事處畫，必為經久之計。有短熹者，謂其疏於為政，上謂王淮曰：朱熹政事卻有可觀。

熹以前後奏請多所見抑，幸而從者，率稽緩後時，蝗旱相仍，不勝憂憤，復奏言：為今之計，獨有斷自聖心，沛然發號，責躬求言，然後君臣相戒，痛自省改。其次惟有盡出內庫之錢，以供大禮之費為收糴之本，詔戶部免征舊負，詔漕臣依條檢放租稅，詔宰臣沙汰被災路分州軍監司、守臣之無狀者，遴選賢能，責以荒政，庶幾猶足下結人心，消其乘時作亂之意。不然，臣恐所憂者不止於饑殍，而將在於盜賊；蒙其害者不止於官吏，而上及於國家也。

知台州唐仲友與王淮同里為姻家，吏部尚書鄭丙、侍御史張大經交薦之，遷江西提刑，未行。熹行部至臺，訟仲友者紛然，按得其實，章三上，淮匿不以聞。熹論愈力，仲友亦自辯，淮乃以熹章進呈，上令宰屬看詳，都司陳庸等乞令浙西提刑委清強官究實，仍令熹速往旱傷州郡相視。熹時留台未行，既奉詔，益上章論，前後六上，淮不得已，奪仲友江西新命以授熹，辭不拜，遂歸，且乞奉祠。

時鄭丙上疏詆程氏之學以沮熹，淮又擢太府寺丞陳賈為監察御史。賈面對，首論近日搢紳有所謂道學者，大率假名以濟偽，願考察其人，擯棄勿用。蓋指熹也。十年，詔以熹累乞奉祠，可差主管台州崇道觀，既而連奉雲臺、鴻慶之祠者五年。十四年，周必大相，除熹提點江西刑獄公事，以疾辭，不許，遂行。

十五年，淮罷相，遂入奏，首言近年刑獄失當，獄官當擇其人。次言經總制錢之病民，及江西諸州科罰之弊。而其末言：陛下即位二十七年，因循荏苒，無尺寸之效可以仰酬聖志。嘗反覆思之，無乃燕閑蠖濩之中，虛明應物之地，天理有所未純，人欲有所未盡，是以為善不能充其量，除惡不能去其根，一念之頃，公私邪正，是非得失之機，交戰於其中。故體貌大臣非不厚，而便嬖側媚得以深被腹心之寄；寤寐英豪非不切，而柔邪庸繆得以久竊廊廟之權。非不樂聞公議正論，而有時不容；非不堅讒說殄行，而未免誤聽；非不欲報復陵廟仇恥，而未免畏怯苟安；非不愛養生靈財力，而未免歎息愁怨。願陛下自今以往，一念之頃必謹而察之：此為天理耶，人欲耶？果天理也，則敬以充之，而不使其少有壅閼；果人欲也，則敬以克之，

而不使其少有凝滯。推而至於言語動作之間，用人處事之際，無不以是裁之，則聖心洞然，中外融澈，無一毫之私欲得以介乎其間，而天下之事將惟陛下所欲為，無不如志矣。是行也，有要之於路，以為正心誠意之論上所厭聞，戒勿以為言。熹曰：吾平生所學，惟此四字，豈可隱默以欺吾君乎？及奏，上曰：久不見卿，浙東之事，朕自知之，今當處卿清要，不復以州縣為煩也。

時曾覿已死，王抃亦逐，獨內侍甘昇尚在，熹力以為言。上曰：昇乃德壽所薦，謂其有才耳。熹曰：小人無才，安能動人主。翌日，除兵部郎官，以足疾丐祠。本部侍郎林栗嘗與熹論《易》、《西銘》不合，劾熹：本無學術，徒竊張載、程頤緒餘，謂之道學。所至輒攜門生數十人，妄希孔、孟歷聘之風，邀索高價，不肯供職，其偽不可掩。上曰：林栗言似過。周必大言熹上殿之日，足疾未廖，勉強登對。上曰：朕亦見其跛曳。左補闕薛叔似亦奏援熹，乃令依舊職江西提刑。太常博士葉適上疏與栗辯，謂其言無一實者，謂之道學一語，無實尤甚，往日王淮表裏臺諫，陰廢正人，蓋用此術。詔：熹昨入對，所論皆新任職事，朕諒其誠，復從所請，可疾速之任。會胡晉臣除侍御史，首論栗執拗不通，喜同惡異，無事而指學者為黨，乃黜栗知泉州。熹再辭免，除直寶文閣，主管西京嵩山崇福宮。未逾月再召，熹又辭。

始，熹嘗以為口陳之說有所未盡，乞具封事以聞，至是投匭進封事曰：

今天下大勢，如人有重病，內自心腹，外達四支，無一毛一髮不受病者。且以天下之大本與今日之急務，為陛下言之：大本者，陛下之心；急務則輔翼太子，選任大臣，振舉綱紀，變化風俗，愛養民力，修明軍政，六者是也。

古先聖王兢兢業業，持守此心，是以建師保之官，列諫諍之職，凡飲食、酒漿、衣服、次舍、器用、財賄與夫宦官、宮妾之政，無一不領於冢宰。使其左右前後，一動一靜，無不制以有司之法，而無纖芥之隙、瞬息之頃，得以隱其毫髮之私。陛下所以精一克復而持守其心，果有如此之功乎？所以修身齊家而正其左右，果有如此之效乎？宮省事禁，臣固不得而知，然爵賞之濫，貨賂之流，閭巷竊言，久已不勝其籍籍，則陛下所以修之家者，恐其未有以及古之聖王也。

至於左右便嬖之私，恩遇過當，往者淵、覿、說、抃之徒勢焰熏灼，傾動一時，今已無可言矣。獨有前日臣所面陳者，雖蒙聖慈委曲開譬，然臣之愚，竊以為此輩但當使之守門傳命，供掃除之役，不當假借崇長，使得逞邪媚、作淫巧於內，以蕩上心，立門庭，招權勢於外，以累聖政。臣聞之道路，自王抃既逐之後，諸將差除，多出此人之手。陛下竭生靈膏血以奉軍旅，顧乃未嘗得一溫飽，是皆將帥巧為名色，奪取其糧，肆行貨賂於近習，以圖進用，出入禁闥腹心之臣，外交將帥，共為欺蔽，以至於此。而陛下不悟，反寵暱之，以是為我之私人，至使宰相不得議其制置之得失，給諫不得論其除授之是非，則陛下所以正其左右者，未能及古之聖王又明矣。

至於輔翼太子，則自王十朋、陳良翰之後，宮僚之選號為得人，而能稱其職者，蓋已鮮矣。而又時使邪佞儇薄、闒冗庸妄之輩，或得參錯於其間，所謂講讀，亦姑以應文備數，而未聞其有箴規之效。至於從容朝夕，陪侍遊燕者，又不過使臣宦者數輩而已。師傅、賓客既不復置，而詹事、庶子有名無實，其左右春坊遂直以使臣掌之，既無以發其隆師親友、尊德樂義之心，又無以防其戲慢媟狎、奇邪雜進之害。宜討論前典，置師傅、賓客之官，罷去春坊使臣，而使詹事、庶子各復其職。

至於選任大臣，則以陛下之聰明，豈不知天下之事，必得剛明公正之人而後可任哉？其所以常不得如此之人，而反容鄙夫之竊位者，直以一念之間，未能徹其私邪之蔽，而燕私之好，便嬖之流，不能盡由於法度，若用剛明公正之人以為輔相，則恐其有以妨吾之事，害吾之人，而不得肆。是以選擇之際，常先排擯此等，而後取凡疲懦軟熟、平日不敢直言正色之人而揣摩之，又於其中得其至庸極陋、決可保其不至於有所妨者，然後舉而加之於位。是以除書未出，而物色先定，姓名未顯，而中外已逆知其決非天下第一流矣。

至於振肅紀綱，變化風俗，則今日宮省之間，禁密之地，而天下不公之道，不正之人，顧乃得以窟穴盤據於其間。而陛下目見耳聞，無非不公不正之事，則其所以熏烝銷鑠，使陛下好善之心不著，疾惡之意不深，其害已有不可勝言者矣。及其作奸犯法，則陛下又未能深割私愛，而付諸外廷之議，論以有司之法，是以紀綱不正於上，風俗頹弊於下，其為患之日久矣。而浙中為尤甚。大率習為軟美之態，依阿之言，以不分是非不辨曲直為得計，甚者以金珠為脯醢，以契券為詩文，宰相可啖則啖宰相，近習可通則通近習，惟得之求，無復廉恥。一有剛毅正直、守道循理之士出乎其間，則群譏眾排，指為道學，而加以矯激之罪。十數年來，以此二字禁錮天下之賢人君子，復如昔

時所謂元祐學術者，排擯詆辱，必使無所容其身而後已，此豈治世之事哉？

至於愛養民力，修明軍政，則自虞允文之為相也，盡取版曹歲入窠名之必可指擬者，號為歲終羨餘之數，而輸之內帑。顧以其有名無實、積累掛欠、空載簿籍，不可催理者，撥還版曹，以為內帑之積，將以備他日用兵進取不時之須。然自是以來二十餘年，內帑歲入不知幾何，而認為私貯，典以私人，宰相不得以式貢均節其出入，版曹不得以簿書勾考其在亡，日銷月耗，以奉燕私之費者，蓋不知其幾何矣，而曷嘗聞其能用此錢以易敵人之首，如太祖之言哉。徒使版曹經費闕乏日甚，督促日峻，以至廢去祖宗以來破分良法，而必以十分登足為限；以為未足，則又造為比較監司、郡守殿最之法，以誘脅之。於是中外承風，競為苛急，此民力之所以重困也。

諸將之求進也，必先掊克士卒，以殖私利，然後以此自結於陛下之私人，而蘄以姓名達於陛下之貴將。貴將得其姓名，即以付之軍中，使自什伍以上節次保明，稱其材武堪任將帥，然後具奏牘而言之陛下之前。陛下但見等級推先，案牘具備，則誠以為公薦而可以得人矣，而豈知其諧價輸錢，已若晚唐之債帥哉？夫將者，三軍之司命，而其選置之方乖剌如此，則彼智勇材略之人，孰肯抑心下首於宦官、宮妾之門，而陛下之所得以為將帥者，皆庸夫走卒，而猶望其修明軍政，激勸士卒，以強國勢，豈不誤哉！

凡此六事，皆不可緩，而本在於陛下之一心。一心正則六事無不正，一有人心私欲以介乎其間，則雖欲憊精勞力，以求正夫六事者，亦將徒為文具，而天下之事愈至於不可為矣。

疏入，夜漏下七刻，上已就寢，亟起秉燭，讀之終篇。明日，除主管太一宮，兼崇政殿說書。熹力辭，除秘閣修撰，奉外祠。

光宗即位，再辭職名，仍舊直寶文閣，降詔奬諭。居數月，除江東轉運副使，以疾辭，改知漳州。奏除屬縣無名之賦七百萬，減經總制錢四百萬。以習俗未知禮，采古喪葬嫁娶之儀，揭以示之，命父老解說，以教子弟。土俗崇信釋氏，男女聚僧廬為傳經會，女不嫁者為庵舍以居，熹悉禁之。常病經界不行之害，會朝論欲行泉、汀、漳三州經界，熹乃訪事宜，擇人物及方量之法上之。而土居豪右侵漁貧弱者以為不便，沮之。宰相留正，泉人也，其里黨亦多以為不可行。布衣吳禹圭上書訟其擾人，詔且需後，有旨先行漳州經界。明年，以子喪請祠。

時史浩入見，請收天下人望，乃除熹秘閣修撰，主管南京鴻慶宮。熹再辭，詔：論撰之職，以寵名儒。乃拜命。除荊湖南路轉運副使，辭。漳州經界竟報罷，以言不用自劾。除知靜江府，辭，主管南京鴻慶宮。未幾，差知潭州，力辭。黃裳為嘉王府翊善，自以學不及熹，乞召為宮僚，王府直講彭龜年亦為大臣言之。留正曰：正非不知熹，但其性剛，恐到此不合，反為累耳。熹方再辭，有旨：長沙巨屏，得賢為重。遂拜命。會洞獠擾屬郡，熹遣人諭以禍福，皆降之。申敕令，嚴武備，戢奸吏，抑豪民。所至興學校，明教化，四方學者畢至。

寧宗即位，趙汝愚首薦熹及陳傅良，有旨赴行在奏事。熹行且辭，除煥章閣待制、侍講，辭，不許。入對，首言：乃者，太皇太后躬定大策，陛下寅紹丕圖，可謂處之以權，而庶幾不失其正。自頃至今三月矣，或反不能無疑於逆順名實之際，竊為陛下憂之。猶有可諉者，亦曰陛下之心，前日未嘗有求位之計，今日未嘗忘思親之懷，此則所以行權而不失其正之根本也。充未嘗求位之心，以盡負罪引慝之誠，充未嘗忘親之心，以致溫清定省之禮，而大倫正，大本立矣。復面辭待制、侍講，上手劄：卿經術淵源，正資勸講，次對之職，勿復勞辭，以副朕崇儒重道之意。遂拜命。

會趙彥逾按視孝宗山陵，以為土肉淺薄，下有水石。孫逢吉覆按，乞別求吉兆。有旨集議，臺史憚之，議中輟。熹竟上議狀言：壽皇聖德，衣冠之藏，當博訪名山，不宜偏信臺史，委之水泉沙礫之中。不報。時論者以為上未還大內，則名體不正而疑議生；金使且來，或有窺伺。有旨修葺舊東宮，為屋三數百間，欲徙居之。熹奏疏言：

此必左右近習倡為此說以誤陛下，而欲因以遂其奸心。臣恐不惟上帝震怒，災異數出，正當恐懼修省之時，不當興此大役，以咈譴告警動之意；亦恐畿甸百姓饑餓流離，陷於死亡之際，或能怨望忿切，以生他變。不惟無以感格太上皇帝之心，以致未有進見之期，亦恐壽皇在殯，因山未葛，幾筵之奉不容少弛，太皇太后、皇太后皆以尊老之年，煢然在憂苦之中，晨昏之養尤不可闕。而四方之人，但見陛下亟欲大治宮室，速得成就，一旦翩然委而去之，以就安便，六軍萬民之心將有扼腕不平者矣。前鑒未遠，甚可懼也。

又聞太上皇后懼忤太上皇帝聖意，不欲其聞太上之稱，又不欲其聞內禪之說，此又慮之過者。殊不知若但如此，而不為宛轉方便，則父子之間，上怨

怒而下憂恐，將何時而已。父子大倫，三綱所系，久而不圖，亦將有借其名以造謗生事者，此又臣之所大懼也。願陛下明詔大臣，首罷修葺東宮之役，而以其工料回就慈福、重華之間，草創寢殿一二十間，使粗可居。若夫過宮之計，則臣又願陛下下詔自責，減省輿衛，入宮之後，暫變服色，如唐肅宗之改服紫袍、執控馬前者，以伸負罪引慝之誠，則太上皇帝雖有忿怒之情，亦且霍然消散，而歡意洽矣。

至若朝廷之紀綱，則臣又願陛下深詔左右，勿預朝政。其實有勳庸而所得褒賞未愜眾論者，亦詔大臣公議其事，稽考令典，厚報其勞。而凡號令之弛張，人才之進退，則一委之二三大臣，使之反覆較量，勿循己見，酌取公論，奏而行之。有不當者，繳駁論難，擇其善者稱制臨決，則不惟近習不得干預朝權，大臣不得專任己私，而陛下亦得以益明習天下之事，而無所疑於得失之算矣。

若夫山陵之葛，則願黜臺史之說，別求草澤，以營新宮，使壽皇之遺體得安於內，而宗社生靈皆蒙福於外矣。

疏入不報，然上亦未有怒熹意也。每以所講編次成帙以進，上亦開懷容納。

熹又奏勉上進德云：願陛下日用之間，以求放心為之本，而於玩經觀史，親近儒學，益用力焉。數召大臣，切劘治道，群臣進對，亦賜溫顏，反覆詢訪，以求政事之得失，民情之休戚，而又因以察其人才之邪正短長，庶於天下之事各得其理。熹奏：禮經敕令，子為父，嫡孫承重為祖父，皆斬衰三年；嫡子當為其父後，不能襲位執喪，則嫡孫繼統而代之執喪。自漢文短喪，歷代因之，天子遂無三年之喪。為父且然，則嫡孫承重可知。人紀廢壞，三綱不明，千有餘年，莫能厘正。壽皇聖帝至性自天，易月之外，猶執通喪，朝衣朝冠皆用大布，所宜著在方冊，為萬世法程。間者，遺誥初頒，太上皇帝偶違康豫，不能躬就喪次。陛下以世嫡承大統，則承重之服著在禮律，所宜遵壽皇已行之法。一時倉卒，不及詳議，遂用漆紗淺黃之服，不惟上違禮律，且使壽皇已行之禮舉而復墜，臣竊痛之。然既往之失不及追改，唯有將來啟殯發引，禮當復用初喪之服。

會孝宗祔廟，議宗廟迭毀之制，孫逢吉、曾三復首請並祧僖、宣二祖，奉太祖居第一室，祫祭則正東向之位。有旨集議：僖、順、翼、宣四祖祧主，宜有所歸。自太祖皇帝首尊四祖之廟，治平間，議者以世數浸遠，請遷僖祖於夾室。後王安石等奏，僖祖有廟，與稷、契無異，請復其舊。時相趙汝愚雅不以復祀僖祖為然，侍從多從其說。吏部尚書鄭僑欲且祧宣祖而祔孝宗。熹以為藏之夾室，則是以祖宗之主下藏於子孫之夾室，神宗復奉以為始祖，已為得禮之正，而合於人心，所謂有舉之而莫敢廢者乎。又擬為《廟制》以辨，以為物豈有無本而生者。廟堂不以聞，即毀撤僖、宣廟室，更創別廟以奉四祖。

始，寧宗之立，韓侂胄自謂有定策功，居中用事。熹憂其害政，數以為言，且約吏部侍郎彭龜年共論之。會龜年出護使客，熹乃上疏斥言左右竊柄之失，在講筵復申言之。御批云：憫卿耆艾，恐難立講，已除卿宮觀。汝愚袖御筆還上，且諫且拜。內侍王德謙徑以御筆付熹，臺諫爭留，不可。樓鑰、陳傅良旋封還錄黃，修注官劉光祖、鄧驲封章交上。熹行，被命除寶文閣待制，與州郡差遣，辭。尋除知江陵府，辭，仍乞追還新舊職名，詔依舊煥章閣待制，提舉南京鴻慶宮。慶元元年初，趙汝愚既相，收召四方知名之士，中外引領望治，熹獨惕然以侂胄用事為慮。既屢為上言，以數以手書啟汝愚，當用厚賞酬其勞，勿使得預朝政，有防微杜漸，謹不可忽之語。汝愚方謂其易制，不以為意。及是，汝愚亦以誣逐，而朝廷大權悉歸侂胄矣。

熹始以廟議自劾，不許，以疾再乞休致，詔：辭職謝事，非朕優賢之意，依舊秘閣修撰。二年，沈繼祖為監察御史，誣熹十罪，詔落職罷祠，門人蔡元定亦送道州編管。四年，熹以年近七十，申乞致仕，五年，依所請。明年卒，年七十一。疾且革，手書屬其子在及門人范念德、黃榦，拳拳以勉學及修正遺書為言。翌日，正坐整衣冠，就枕而逝。

熹登第五十年，仕於外者僅九考，立朝纔四十日。家故貧，少依父友劉子羽，寓建之崇安，後徙建陽之考亭，簞瓢屢空，晏如也。諸生之自遠而至者，豆飯藜羹，率與之共。往往稱貸於人以給用，而非其道義則一介不取也。

自熹去國，侂胄勢益張。何澹為中司，首論專門之學，文詐沽名，乞辨真偽。劉德秀仕長沙，不為張栻之徒所禮，及為諫官，首論留正引偽學之罪。偽學之稱，蓋自此始。太常少卿胡紘言：比年偽學猖獗，圖為不軌，望宣諭大臣，權住進擬。遂召陳賈為兵部侍郎。未幾，熹有奪職之命。劉三傑以前御史論熹、汝愚、劉光祖、徐誼之徒，前日之偽黨，至此又變而為逆黨。即日

除三傑右正言。右諫議大夫姚愈論道學權臣結為死黨，窺伺神器。乃命直學士院高文虎草詔諭天下，於是攻偽日急，選人余嘉至上書乞斬熹。

方是時，士之繩趨尺步、稍以儒名者，無所容其身。從遊之士，特立不顧者，屏伏丘壑；依阿巽懦者，更名他師，過門不入，甚至變易衣冠，狎遊市肆，以自別其非黨。而熹日與諸生講學不休，或勸以謝遣生徒者，笑而不答。有籍田令陳景思者，故相康伯之孫也，與侂胄有姻連，勸侂胄勿為已甚，侂胄意亦漸悔。熹既沒，將葬，言者謂：四方偽徒期會，送偽師之葬，會聚之間，非妄談時人短長，則繆議時政得失，望令守臣約束。從之。

嘉泰初，學禁稍弛。二年，詔：朱熹已致仕，除華文閣待制，與致仕恩澤。後侂胄死，詔賜熹遺表恩澤，謚曰文。尋贈中大夫，特贈寶謨閣直學士。理宗寶慶三年，贈太師，追封信國公，改徽國。

始，熹少時，慨然有求道之志。父松病呕，嘗屬熹曰：籍溪胡原仲、白水劉致中、屏山劉彦沖三人，學有淵源，吾所敬畏，吾即死，汝往事之，而惟其言之聽。三人，謂胡憲、劉勉之、劉子翬也。故熹之學既博求之經傳，復遍交當世有識之士。延平李侗老矣，嘗學於羅從彦，熹歸自同安，不遠數百里，徒步往從之。

其為學，大抵窮理以致其知，反躬以踐其實，而以居敬為主。嘗謂聖賢道統之傳散在方冊，聖經之旨不明，而道統之傳始晦。於是竭其精力，以研窮聖賢之經訓。所著書有：《易》本義、啟蒙、《蓍卦考誤》、《詩集傳》、《大學中庸》章句、或問、《論語》、《孟子》集注、《太極圖》、《通書》、《西銘解》、《楚辭》集注、辨證、《韓文考異》；所編次有：《論孟集議》、《孟子指要》、《中庸輯略》、《孝經刊誤》、《小學書》、《通鑒綱目》、《宋名臣言行錄》、《家禮》、《近思錄》、《河南程氏遺書》、《伊洛淵源錄》，皆行於世。熹沒，朝廷以其《大學》、《語》、《孟》、《中庸》訓說立於學官。又有《儀禮經傳通解》未脫稿，亦在學官。平生為文凡一百卷，生徒問答凡八十卷，別錄十卷。

理宗紹定末，秘書郎李心傳乞以司馬光、周敦頤、邵雍、張載、程顥、程頤、朱熹七人列於從祀，不報。淳祐元年正月，上視學，手詔以周、張二程及熹從祀孔子廟。

黃榦曰：道之正統待人而後傳，自周以來，任傳道之責者不過數人，而能使斯道章章較著者，二人而止耳。由孔子而後，曾子、子思繼其微，至孟子而始著。由孟子而後，周、程、張子繼其絕，至熹而始著。識者以為知言。

熹子在，紹定中為吏部侍郎。

**《宋史・方技傳・馮文智》** 馮文智，并州人。世以方技為業。太平興國中詣都自陳，召試補醫學，加樂源縣主簿。端拱初，授少府監主簿，逾年轉醫官，加少府監丞。嘗隸并代部署。淳化五年，府州折禦卿疾，文智診療獲愈，御卿表薦之，賜緋，加光祿寺丞。咸平三年，明德太后不豫，文智侍醫，既愈，加尚藥奉御，賜金紫。六年，直翰林醫官院。東封，轉醫官副使。祀汾陰，又加檢校主客員外郎。大中祥符五年卒，年六十。

自建隆以來，近臣皇親、諸大校有疾，必遣內侍挾醫療視，群臣中有特被眷遇者亦如之。其有效者，或遷秩，賜服色。邊郡屯帥多遣醫官，醫學隨行，三年一代。出師及使境外，貢院鎖宿，皆令醫官隨之。京城四面，分遣翰林祇候療視將士。暑月，即令醫官合藥，與內侍分詣城門寺院散給軍民。上每便坐閱兵，有被金瘡者，即令醫官處療。

咸平中，有軍士嘗中流矢，自頰貫耳，眾醫不能取，醫官閻文顯以藥傳之，信宿而鏃出。上嘉其能，命賜緋。

又有醫學劉贇亦善此術。天武右廂都指揮使韓晟從太祖征晉陽，弩矢貫左髀，鏃不出幾三十年。景德初，上遣贇視晟，贇傅以藥出之，步履如故。晟請見，自陳感激，願得死所，又極稱贇之妙。特賜贇白金，遷醫官。

**《宋史・方技傳・沙門洪蘊》** 沙門洪蘊，本姓藍，潭州長沙人。母翁，初以無子，專誦佛經，既而有娠，生洪蘊。年十三，詣郡之開福寺沙門智巴，求出家，習方技之書，後遊京師，以醫術知名。太祖召見，賜紫方袍，號廣利大師。太平興國中，詔購醫方，洪蘊錄古方數十以獻。真宗在蜀邸，洪蘊嘗以方藥謁見。咸平初，補右街首座，累轉左街副僧錄。洪蘊尤工診切，每先歲時言人生死，無不應。湯劑精至，貴戚大臣有疾者，多詔遣診療。景德元年卒，年六十八。

又有廬山僧法堅，亦以善醫著名，久遊京師，嘗賜紫方袍，號廣濟大師，後還山。景德二年，以雍王元份久被疾，召赴闕，至則元份已薨。法堅復歸山而卒。

**《宋史・方技傳・蘇澄隱》** 蘇澄隱，字棲真，真定人。為道士，住龍興觀，得養生之術，年八十餘不衰老。後唐明宗嘗下詔召之，又令宰相馮道致

書諭旨，歷清泰、天福中繼有聘命，並辭疾不至。開運末，契丹主兀欲立，求有名稱僧道加以恩命，惟澄隱不受。當時公卿自馮道、李崧、和凝而下，皆在鎮陽，日造其室與談宴，各賦詩以贈。周廣順、顯德中，詔存問之。

太祖征太原還，駐蹕鎮陽，召見行宮，命中使掖升殿，謂之曰：京師作建隆觀，思得有道之士居之，師累辭召命，豈懷土耶？對曰：大樑帝宅，浩穰繁會，非林泉之士所可寄跡也。上察其意，亦不強之，賜茶百斤、絹二百匹。又幸其觀，問曰：師年逾八十而氣貌益壯，善養生者也。因問其術，對曰：臣之養生，不過精思練氣爾，帝王養生即異於是。老子曰：我無為而民自化，我無欲而民自正。無為無欲，凝神太和，昔黃帝、唐堯享國永年，得此道也。上大悅，賜紫衣一襲、銀器五百兩、帛五百匹。年僅百歲而卒。

**《宋史・方技傳・丁少微》** 丁少微，亳州真源人。為道士，持齋戒，奉科儀尤為精至。嘗隱華山潼谷，密通陳摶所居，與摶齊名，少微志尚清潔，摶嗜酒適性，其道不同，未嘗相往還。少微善服氣，多餌藥，年百餘歲，康強無疾。始，卜居山上，起壇場淨室，通夕朝禮，五十餘年未嘗稍懈。太平興國三年，召赴闕，以金丹、巨勝、南芝、玄芝為獻。留數月，遣還山。七年冬卒。

**《宋史・方技傳・趙自然》** 趙自然，太平繁昌人，家荻港旁，以鬻茗為業，本名王九。始十三，疾甚，父抱詣青華觀，許為道士。後夢一人狀貌魁偉，綸巾素袍，鬢髮班白，自云姓陰，引之登高山，謂曰：汝有道氣，吾將教汝辟穀之法。乃出青柏枝令啖，夢中食之。及覺，遂不食，神氣清爽，每聞火食氣即嘔，惟生果清泉而已。歲餘，復夢向見老人教以篆書數百字，寤悉能記。寫以示人，皆不能識。或云：此非篆也，乃道家符籙耳。嘗為《元道歌》，言修練之要。知州王洞表其事，太宗召赴闕，親問之，賜道士服，改名自然，賚錢三十萬。月餘遣還，住青華觀。後因病，飲食如故。大中祥符二年，詔曰：如聞自然頗精修養之術。委發轉使楊覃訪其行跡，命內侍武永全召至闕下，屢得對，賜紫衣，改青華觀曰延禧。自然以母老求還侍養，許之。

大中祥符中，又有鄭榮者，本禁軍，戍壁州還，夜遇神人謂曰：汝有道氣，勿火食。因授以醫術救人。七年，賜名自清，度為道士，居上清宮。所傳藥能愈大風疾，民多求之。皆刺臂血和餅給焉。

又有秦州民家子趙抱一者，常牧羊田間。一夕，有叩門召之者，以杖引行，杖端有氣如煙，其香可悅。俄至山崖絕頂，見數人會飲，音樂交奏，與人間無異。抱一駭而不測。會巡檢司過其下，聞樂聲，疑群盜歡聚，集村民梯崖而上。至則無所睹，抱一獨在，援以下之，具言其故。凡經夕，若俄頃。自是不喜熟食，凡火化者未嘗歷口。茹甘菊、柏葉、果實，井泉，間亦飲酒，貌如嬰兒。素不習文墨，口占辭句，頗成篇詠。有道家之趣。遂不親農事，野行露宿。大中祥符四年，至京師，猶丱角，詔賜名，度為道士。自是間歲或一至京師，常令居太一宮，與人言多養生事焉。

**《宋史・方技傳・賀蘭棲真》** 賀蘭棲真，不知何許人。為道士，自言百歲。善服氣，不憚寒暑，往往不食。或時縱酒，遊市廛間，能啖肉至數斤。始居嵩山紫虛觀，後徙濟源奉仙觀，張齊賢與之善。景德二年，詔曰：師棲身岩壑，抗志煙霞，觀心眾妙之門，脫屣浮雲之外。朕奉希夷而為教，法清靜以臨民，思得有道之人，訪以無為之理。久懷上士，欲覿真風，爰命使車，往申禮聘。師其暫別林谷，來儀闕庭，必副招延，無憚登涉。今遣入內內品李懷贇召師赴闕。既至，真宗作二韻詩賜之，號宗玄大師，賚以紫服、白金、茶、帛、香、藥，特蠲觀之田租，度其侍者。未幾，求還舊居。大中祥符三年卒，時大雪，經三日，頂猶熱，人多異之。

**《宋史・方技傳・紫通玄》** 紫通玄，字又玄，陝州閿鄉人。為道士於承天觀。年百餘歲，善辟穀長嘯，唯飲酒。言唐末事，歷歷可聽。太宗召至闕下，懇求歸本觀。真宗即位，屢來京師。召對，語無文飾，多以修身慎行為說。祀汾陰，召至行在，命坐，問以無為之要。所居觀即唐軒遊宮，有明皇詩石及所書《道德經》二碑。上作二韻詩賜之，並賚以茶、藥、束帛。詔為修道院，蠲其田租，度弟子二人。明年春，通玄作遺表，自稱羅山太一洞主，遺弟子張守元、李守一詣闕，以龜鶴為獻；又召官僚士庶言生死之要。夜分，盥濯，然香庭中，望闕而坐，遲明卒。

時又召河中草澤劉巽，華山隱士鄭隱、敷水隱士李寧。巽年七十餘，以經傳講授，躬耕自給。授大理評事致仕，賜綠袍、笏、銀帶。隱以經術為業，遇道士傳辟穀煉氣之法，修習頗驗，居華山王刁岩逾二十年，冬夏裳衣皮裘。寧精於藥術，老而不衰，常以藥施人，人以金帛為報，輒拒之。景德中，萬安太后不豫，驛召寧赴闕，未至而後崩。大中祥符四年，賜號正晦先生。上並作詩為賜，加以茶、藥、繒帛。獨隱辭賜物不受。

**《宋史・方技傳・甄棲真》** 甄棲真，字道淵，單州單父人。博涉經傳，

長於詩賦。一應進士舉，不中第，歎曰：勞神敝精，以追虛名，無益也。遂棄其業，讀道家書以自樂。初訪道於牢山華蓋先生，久之出遊京師，因入建隆觀為道士。周歷四方。以藥術濟人，不取其報。祥符中，寓居晉州，性和靜無所好惡，晉人愛之。以為紫極宮主。

年七十有五，遇人，或以為許元陽，語之曰：汝風神秀異，有如李筌。雖老矣，尚可仙也。因授煉形養元之訣，且曰：得道如反掌，第行之惟艱，汝勉之。棲真行之二三年，漸反童顏，攀高攝危，輕若飛舉。乾興元年秋，謂其徒曰：此歲之暮，吾當逝矣。即宮西北隅自甃殯室。室成，不食一月，與平居所知敘別，以十二月二日衣紙衣臥磚塌卒。人未之奇也。及歲久，形如生，眾始驚，傳以為屍解。

棲真自號神光子，與隱人海蟾子者以詩往還。論養生秘術，目曰《還金篇》，凡兩卷。

**《宋史・方技傳・許希》**　許希，開封人。以醫為業，補翰林醫學。景祐元年，仁宗不豫，侍醫數進藥，不效，人心憂恐。冀國大長公主薦希，希診曰：針心下包絡之間，可亟愈。左右爭以為不可，諸黃門祈以身試，試之，無所害。遂以針進，而帝疾愈。命為翰林醫官，賜緋衣、銀魚及器幣。希拜謝已，又西向拜，帝問其故，對曰：扁鵲，臣師也。今者非臣之功，殆臣師之賜，安敢忘師乎？乃請以所得金興扁鵲廟。帝為築廟於城西隅，封靈應侯。其後廟益完，學醫者歸趨之，因立太醫局於其旁。

希至殿中省尚藥奉御，卒。著《神應針經要訣》行於世。錄其子宗道至內殿崇班。

**《宋史・方技傳・龐安時》**　龐安時字安常，蘄州蘄水人。兒時能讀書，過目輒記。父，世醫也，授以脈訣。安時曰：是不足為也。獨取黃帝、扁鵲之脈書治之，未久，已能通其說，時出新意，辨詰不可屈，父大驚，時年猶未冠。已而病瘵，乃益讀《靈樞》、《太素》、《甲乙》諸秘書，凡經傳百家之涉其道者，靡不通貫。嘗曰：世所謂醫書，予皆見之，惟扁鵲之言深矣。蓋所謂《難經》者，扁鵲寓術於其書，而言之不詳，意者使後人自求之歟！予之術蓋出於此。以之視淺深，決死生，若合符節。且察脈之要，莫急於人迎、寸口。是二脈陰陽相應，如兩引繩，陰陽均，則繩之大小等，故定陰陽於喉、手，配覆溢於尺、寸，寓九候於浮沉，分四溫於傷寒。此皆扁鵲略開其端，而予參以《內經》諸書，考究而得其說。審而用之，順而治之，病不得逃矣。又欲以術告後世，故著《難經辨》數萬言。觀草木之性與五藏之宜，秩其職任，官其寒熱，班其奇偶，以療百疾，著《主對集》一卷。古今異宜，方術脫遺，備陰陽之變，補仲景《論》。藥有後出，古所未知，今不能辨，嘗試有功，不可遺也。作《本草補遺》。

為人治病，率十愈八九。踵門求診者，為辟邸舍居之，親視饘粥、藥物，必愈而後遣，其不可為者，必實告之，不復為治。活人無數。病家持金帛來謝，不盡取也。

嘗詣舒之桐城，有民家婦孕將產，七日而子不下，百術無所效。安時之弟子李百全適在傍舍，邀安時往視之。纔見，即連呼不死，令其家人以湯溫其腰腹，自為上下拊摩。孕者覺腸胃微痛，呻吟間生一男子。其家驚喜，而不知所以然。安時曰：兒已出胞，而一手誤執母腸不復能脫，故非符藥所能為。吾隔腹捫兒手所在，針其虎口，既痛即縮手，所以遽生，無他術也。取兒視之，右手虎口針痕存焉。其妙如此。

有問以華佗之事者，曰：術若是，非人所能為也。其史之妄乎！年五十八而疾作，門人請自視脈，笑曰：吾察之審矣。且出入息亦脈也，今胃氣已絕。死矣。遂屏卻藥餌。後數日，與客坐語而卒。

**《宋史・方技傳・錢乙》**　錢乙字仲陽，本吳越王俶支屬，祖從北遷，遂為鄆州人。父穎善醫，然嗜酒喜遊，一旦，東之海上不反。乙方三歲，母前死，姑嫁呂氏，哀而收養之，長誨之醫，乃告以家世。即泣，請往跡尋，凡八九反。積數歲，遂迎父以歸，時已三十年矣。鄉人感慨，賦詩詠之。其事呂如事父，呂沒無嗣，為收葬行服。

乙始以《顱囟方》著名，至京師視長公主女疾，授翰林醫學。皇子病瘈疭，乙進黃土湯而愈。神宗召問黃土所以愈疾狀，對曰：以土勝水，水得其平，則風自止。帝悅，擢太醫丞，賜金紫。由是公卿宗戚家延致無虛日。

廣親宗子病，診之曰：此可毋藥而愈。其幼在傍，指之曰：是且暴疾驚人，後三日過午，可無恙。其家恚，不答。明日，幼果發癇甚急，召乙治之，三日愈。問其故，曰：火色直視，心與肝俱受邪。過午者，所用時當更也。王子病嘔泄，他醫與剛劑，加喘焉。乙曰：是本中熱，脾且傷，奈何復燥之？將不得前後溲。與之石膏湯，王不信，謝去。信宿浸劇，竟如言而效。

士病欬，面青而光，氣哽哽。乙曰：肝乘肺，此逆候也。若秋得之，可治；今春，不可治。其人祈哀，強予藥。明日，曰：吾藥再瀉肝，而不少卻；三補肺，而益虛；又加唇白，法當三日死。今尚能粥，當過期。居五日而絕。

孕婦病，醫言胎且墜。乙曰：娠者五藏傳養，率六旬乃更。誠能候其月，偏補之，何必墜？已而母子皆得全。又乳婦因悸而病，既愈，目張不得瞑。乙曰：煮郁李酒飲之使醉，即愈。所以然者，目系內連肝膽，恐則氣結，膽衡不下。郁李能去結，隨酒入膽，結去膽下，則目能瞑矣。飲之，果驗。

乙本有羸疾，每自以意治之，而後甚，歎曰：此所謂周痹也。入藏者死，吾其已夫。既而曰：吾能移之使在末。因自製藥，日夜飲之。左手足忽攣不能用，喜曰：可矣！所親登東山，得茯苓大逾斗。以法啖之盡，由是雖偏廢，而風骨悍堅如全人。以病免歸，不復出。

乙為方不名一師，於書無不窺，不斬斬守古法。時度越縱舍，卒與法會。尤遽《本草》諸書，辨正闕誤。或得異藥，問之，必為言生出本末、物色、名貌差別之詳，退而考之皆合。末年攣痹浸劇，知不可為，召親戚訣別，易衣待盡，遂卒，年八十二。

**《宋史・方技傳・僧智緣》** 僧智緣，隨州人，善醫。嘉祐末，召至京師，舍於相國寺。每察脈，知人貴賤、禍福、休咎，診父之脈而能道其子吉凶，所言若神，士大夫爭造之。王珪與王安石在翰林，珪疑古無此，安石曰：昔醫和診晉侯，而知其良臣將死。夫良臣之命乃見於其君之脈，則視父知子，亦何足怪哉！

熙寧中，王韶謀取青唐，上言蕃族重僧，而僧結吳叱臘主部帳甚眾，請智緣與俱至邊。神宗召見，賜白金，遣乘傳而西，遂稱經略大師。智緣有辯口，徑入蕃中，說結吳叱臘歸化，而他族俞龍珂、禹藏訥令支等皆因以書款。韶頗忌惡之，言其撓邊事，召還，以為右街首坐，卒。

**《宋史・方技傳・皇甫坦》** 皇甫坦，蜀之夾江人。善醫術。顯仁太后苦目疾，國醫不能療，詔募他醫，臨安守臣張俅以坦聞。高宗召見，問何以治身，坦曰：心無為則身安，人主無為則天下治。引至慈寧殿治太后目疾，立愈。帝喜，厚賜之，一無所受。令持香禱青城山，還，復召問以長生久視之術，坦曰：先禁諸欲，勿令放逸。丹經萬卷，不如守一。帝嘆服，書清靜二字以名其庵，且繪其像禁中。

荊南帥李道雅敬坦，坦歲謁道。隆興初，道入朝，高宗、孝宗問之，皆稱皇甫先生而不名。坦又善相人，嘗相道中女必為天下母，後果為光宗後。

**《宋史・方技傳・王克明》** 王克明字彥昭，其始饒州樂平人，後徙湖州烏程縣。紹興、乾道間名醫也。初生時，母乏乳，餌以粥，遂得脾胃疾，長益甚。醫以為不可治。克明自讀《難經》、《素問》以求其法，刻意處藥，其病乃愈。始以術行江、淮，入蘇、湖，針灸尤精。診脈有難療者，必沉思得其要，然後予之藥。病雖數證，或用一藥以除其本，本除而餘病自去。亦有不予藥者，期以某日自安。有以為非藥之過，過在某事，當隨其事治之。言無不驗。士大夫皆自屈與遊。

魏安行妻風瘵十年不起，克明施針，而步履如初。胡秉妻病氣秘腹脹，號呼逾旬，克明視之。時秉家方會食，克明謂秉曰：吾愈恭人病，使預會可乎？以半硫圓碾生薑調乳香下之，俄起對食如平常。廬州守王安道風禁不語旬日，他醫莫知所為。克明令熾炭燒地，灑藥，置安道於上，須臾而蘇。金使黑鹿谷過姑蘇，病傷寒垂死，克明治之，明日愈。及從徐度聘金，黑鹿谷適為先排使，待克明厚甚。克明訝之，谷乃道其故，由是名聞北方。後再從呂正己使金，金接伴使忽被危疾，克明立起之，卻其謝。張子蓋救海州，戰士大疫，克明時在軍中，全活者幾萬人。子蓋上其功，克明力辭之。

克明頗知書，好俠尚義，常數千里赴人之急。初試禮部中選，累任醫官。王炎宣撫四川，辟克明，不就。炎怒，劾克明避事，坐貶秩。後還至額內翰林醫痊局，賜金紫。紹興五年卒，年六十七。

**《宋史・方技傳・莎衣道人》** 莎衣道人，姓何氏，淮陽軍朐山人。祖執禮，仕至朝議大夫。道人避亂渡江，嘗舉進士不中。紹興末，來平江。一日，自外歸，倏若狂者，身衣白褐，晝丐食於市，夜止天慶觀。久之，衣益敝，以莎緝之。嘗遊妙嚴寺，臨池見影，豁然大悟。人無貴賤，問休咎，罔不奇中。會有瘵者乞醫，命持一草去，旬日而愈。眾翕然傳莎草可以愈疾，求而不得者，或遂不起，由是遠近異之。

孝宗一夕夢莎衣人跣哭來吊者，訊之曰：蘇人也。詰其故，不肯言。帝寤，以語內侍。會後及太子薨，帝哀泣，內侍進前勉釋，並道前夢。帝乃矍然，因遣使召之，不至。帝念恢復大計，累歲未有所屬，後位虛且久，乃焚香

默言：何誠能仙顧，必知朕意。遂遣中官致贊，不言所以。道人見之掉首，吳音曰：有中國即有外夷，有日即有月，不須問。趣之去。使者歸奏，帝甚異之，遂賜號通神先生，為築庵觀中，賜衣數襲，皆不受。好事者強邀入庵，大笑而出，復於故處。眾日以珍饌餉之，每食於通衢，逮飽即去。

帝歲命內侍即其居設十道齋，合雲水之士，施予優普。一歲，偶逾期，眾咸訝而請，道人亟起於臥，搖手瞬目而招之曰：亟來，亟來！是日內侍至平望，眾益服其神。光宗即位，召之，又不至。慶元六年卒。

**《宋史・列傳・佞幸・王繼先》**　王繼先，開封人。奸黠善佞。建炎初以醫得幸，其後浸貴寵，世號王醫師。至和安大夫、開州團練使致仕。尋以覃恩，改授武功大夫，落致仕。給事中富直柔奏：繼先以雜流易前班，則自此轉行無礙，深恐將帥解體。帝曰：朕頃冒海氣，繼先診視有奇效。可特書讀。直柔再駁，命乃寢。既而特授榮州防禦使。

太后有疾，繼先診視有勞，特補其子悅道為閤門祗候。尋命繼先主管翰林醫官局，力辭。是時，繼先用事，中外切齒，乃陽乞致仕，以避人言。詔遷秩二等，許回授。俄除右武大夫、華州觀察使，詔餘人毋得援例。吳貴妃進封，推恩遷奉寧軍承宣使，特封其妻郭氏為郡夫人。

繼先遭遇冠絕人臣，諸大帥承順下風，莫敢少忤，其權勢與秦檜埒。檜使其夫人詣之，敘拜兄弟，表裏引援。遷昭慶軍承宣使，又欲得節鉞，使其徒張孝直等校《本草》以獻，給事中楊椿沮之，計不行。繼先富埒王室，子弟通朝籍，總戎寄，姻戚黨與盤據要途，數十年間，無能搖之者。

金兵將至，劉錡請為戰備，繼先乃言：新進主兵官，好作弗靖，若斬一二人，和好復固。帝不懌曰：是欲我斬劉錡乎？

侍御史杜莘老劾其十罪，大略謂：繼先廣造第宅，占民居數百家，都人謂之快樂仙宮，奪良家婦女為侍妾，鎮江有娼妙於歌舞，矯御前索之，淵聖成喪，舉家燕飲，令妓女舞而不歌，謂之啞樂，自金使來，日輦重寶之吳興，為避走計，陰養惡少，私置兵甲，受富民金，薦為閤職，州縣大獄，以賂解免，誣姊姦淫，加之黥隸，又於諸處佛寺建立生祠，凡名山大剎所有，大半入其家。此特舉其大者，其餘擢發未足數也。

奏入，詔繼先福州居住。其子安道，武泰軍承宣使，守道，朝議大夫、直徽猷閣，悅道朝奉郎、直秘閣，孫錡，承議郎、直秘閣，並勒停。放還良家子為奴婢者凡百餘人。籍其貲以千萬計，鬻其田園及金銀，並隸御前激賞庫。其海舟付李寶，天下稱快。

方繼先之怙寵奸法，帝亦知之，故晚年以公議廢之，遂不復起。孝宗即位，詔任便居住，毋至行在。淳熙八年，卒。

**《咸淳臨安志・范叔孫》**　范叔孫，錢塘人，少而仁厚，周窮濟急。里人疾病，必躬往卹療，或貧無藥，餌饘粥資，皆給之不吝，全活甚衆。歲饑，民多疾疫，里有父母、兄弟同時死者數家，喪屍經日不收，親鄰畏遠，莫敢營視。叔孫悉備棺槨，親往殯瘞。鄉曲貴其義行，莫有呼其名者。宋孝建初，除竟陵王國中軍，不就。

**《咸淳臨安志・王復》**　蘇軾云：處士王復，家錢塘，爲人多伎能，而醫尤精，期於活人，不志於利。築室候潮門外，治園圃作亭榭，以與賢士大夫遊，惟恐不及，然終無所求人，徒知其接花藝果之勤，而不知其所種者德也，乃以種德，名其亭而遺。以詩云：小圃傍城郭，閉門芝朮香。名隨市人隱，德與佳木長，元化善養性，倉公多禁方，所活不可數，相逢隨相忘，但喜賓客來，置酒花滿堂。我欲東南去，再觀雙檜蒼。山茶想出屋，湖橘應過牆。木老德亦熟，吾言豈荒唐。

**《咸淳臨安志・沈若濟》**　沈若濟，洞元大師，字子舟。遠祖仕吳越錢氏，遂居錢塘。於元眞觀出家，年十三，試經爲道士，兼通諸家百氏之書，尤精於醫。遊茅山居，崇禧觀，延康殿學士王漢之帥建康，即茅山築室爲洞陽菴，以處之師，乃出囊中，金大市藥以濟病者。徽宗聞其名，再詔，乃起館於龍德宮，數月以疾辭，賜道官及金方符。紹興初，尸解於故菴。

**《咸淳臨安志・修廣》**　修廣，錢塘人，本姓王，字叔微，有智識度量，讀五經知大義，頗喜爲詩。少羸多病，學醫既成，而有疾者多歸之，無貴賤貧富皆爲之盡其術，未嘗有所厚薄。尤貧者，資之藥物衣食，雖窮未嘗有所計惜，故自京師至於四方，自公卿至於學士、大夫多知其名，而皆樂從之遊。師自九歲出家，居明慶院。景祐二年，賜紫衣，五年賜號寶月大師。熙寧元年十月卒。其日會門人與往來學佛之人，告以將終，沐浴，易衣正坐而逝，年六十一。明年，門人爲塔，南豐曾鞏爲之銘。

**《咸淳臨安志・丁飛》**　丁飛，字翰之，濟陽人。讀老莊書，善養生，能鼓琴，居錢塘龍泓洞之左右，或憩館深山中。蓄妻子事，耕稼如常人。咸通丙

午歲，陸龜蒙嘗詣龍泓憩館，見其綸巾布裘，貌古意淡，好古文，樂聞歌詩使之，年日七十二年矣。後十四年，道士葛參寥爲陸言：飛毛髮不衰，氣力益壯，疏繁導蒙，灌溉剉，皆自執綆，缶斤斷輩，升高遠望，不翅履平地，時作細字文紀事，皆有楷法意義。夜半山靜，取琴彈弄，少睡寡言。與人相接，禮簡情至，未嘗有罷倦之色。又不見有所服餌，或問之，對曰：治心修身之外，復有何物。陸爲作錢塘丁隱君歌，而敍其事如此。

**《咸淳臨安志・馬自然》** 馬自然，錢塘人，名湘，其先鹽官人，世爲小吏。湘獨好經史、工文學。常隨道士徧遊方外，至湖州飲酒醉，行墜雪溪，經日而出，衣不沾溼。指溪水能令逆流，良久指柳木令隨水上下，指橋令斷復續。訪常州太守馬植，會飲湘於席上，以器皿植瓜，須臾生花結實，坐客食之皆稱香美。或有疾告之，即以所挂竹杖指病者，口吹杖頭如雷聲，病隨愈，跛倚而來者，湘以杖叩之，應手便伸展。與之財物，則以遺貧者。大中祥符九年卒，葬於其家之東園。明年，東川奏：劒州梓潼縣道士馬自然白日上昇，且謂人曰：昨已羽化於浙西，今玉皇又詔於此上昇。帝命杭州發其冢視之，止存竹杖。

**《南村輟耕錄・丘真人》** 大宗師長春眞人，姓丘氏，名處機，字通密，號長春子，登州棲霞縣濱都里人也。祖父業農，世稱善門。金皇統戊辰正月十九日生，生而聰敏，有日者相之，曰：此子當爲神仙宗伯。大定丙戌，年十九，辭親居崑崙山，依道者修眞。丁亥，謁重陽全眞開化王眞君嘉於海寧，請爲弟子。戊申，召見闕下，隨還終南山。貞祐乙亥，太祖平燕城，金主奔汴。丙子，復召，不起。己卯，居萊州，時齊魯入宋，宋遣使來召，亦不起。是年五月，太祖自乃蠻國遣近侍劉仲祿，持手詔致聘，十二月，至隱所。詔文云：制曰：天厭中原，驕華太極之情。朕居北野，嗜慾莫生之性。反樸還淳，去奢從儉，每一衣一食，與牛豎馬圉共弊同饗。視民如赤子，養士若兄弟。謀素和，恩素畜，練萬衆以身人之先，臨百陣無念我之後。七載之中成大業，六合之內爲一統。非朕之行有德，蓋金之政無恆。是以受天之祐，獲承至尊。南連趙宋，北接回紇，東夏西夷，悉稱臣佐。念我單于國千載百世以來未之有也。然而任太守，重治平，猶懼有闕。且夫刳舟剡楫，將欲濟江河也；聘賢選代，將以安天下也。朕踐祖先已來，勤心庶政，而三九之位，未見其人。訪聞丘師先生，禮眞履規，博物洽聞，探賾窮理，道衝德著，懷古君子之肅風，抱眞上人之雅操；久棲岩谷，藏身隱形，闡祖宗之遺化，坐致有道之士，雲集仙逕，莫可稱數。自干戈而後，伏知先生猶隱山東舊境，朕心仰懷無已。豈不聞渭水同車，茅廬三顧之事，奈何山川縣闊，有失躬迎之禮。朕但避位側身，齋戒沐浴，選差近侍官劉仲祿，備輕騎素車，不遠千里，謹邀先生暫屈仙步，不以沙漠悠遠爲念，或以憂民當世之務，或以恤朕保身之術，朕親侍仙座，欽惟先生將咳唾之餘，但授一言斯可矣。今者，聊發朕之微意萬一。明於詔章。誠望先生既著大道之端要，善無不應，亦豈違衆生之願哉！故茲詔示，惟宜知悉。五月初一日筆。庚辰正月，北行。二月，至燕，欲俟駕回朝謁。仲祿令從官曷剌馳奏，眞人進表陳情。表曰：登州棲霞縣志道丘處機。近奉宣旨。遠召不才海上居民，心皆怳惚。處機自念，謀生太拙，學道無成，辛苦萬端，老而不死。名雖播於諸國，道不加於衆人。內顧自傷，衷情誰測？前者南京及宋國屢召不從，今者龍庭一呼即至，何也？伏聞皇帝天賜勇智，今古絕倫，道協威靈，華夷率服。是故便欲投山竄海，不忍相違，且當冒雪衝霜，圖其一見。兼聞車駕祗在恒撫之北，及到燕京，聽得車駕遙遠，不知其幾千里，風塵頌洞，天氣蒼黃，老弱不堪，切恐中途不能到得。假之皇帝所，則軍國之事，非己所能，道德之心，令人戒欲，悉爲難事。遂與宣差劉仲祿商議，不若且在燕京德興府等處盤桓佳坐，先令人前去奏知。其劉仲祿不從，故不免自納奏帖。念處機肯來歸命，遠冒風霜，伏望皇帝早下寬大之詔，詳其可否。兼同時四人出家，三人得道，惟處機虛得其名，顏色顦顇，形容枯槁，伏望聖裁。龍兒年三月日奏。十月，曷剌回。復奉敕旨曰：成吉思皇帝敕眞人丘師；省所奏應召而來者，具悉。惟師道踰三子，聽重多方。命臣奉厥玄纁，馳傳訪諸滄海。時與願適，天不人違。兩朝屢召而弗行，單使一邀而肯起。謂朕天啟，所以身歸。不辭暴露於風霜，自願跋涉於沙磧。書章來上，喜慰何言；軍國之事，非朕所期。道德之心，誠云可尚。朕以彼酋不遜，我伐用張，軍旅試臨，邊陲底定。來從去背，實力率之故。然久逸暫勞，冀以服而後已。於是載揚威德，略駐車徒。重念雲軒既發於蓬萊，鶴馭可遊於天竺。達磨東邁，元印法以傳心；老氏西行，或化胡而成道。顧川途之雖闊，瞻几杖以非遙。爰答來章，可明朕意。秋暑，師比平安好，旨不多及。十四日。辛巳。十一月，至邪迷思干城。壬午三月，過鐵門關。四月，達行在所。時上在雪山之陽，舍館定，入見。上勞曰：它國徵聘皆不應，今

遠踰萬里而來，朕甚嘉焉。賜坐，就食。設二帳於御幄之東以居之，約日問道。以回紇叛，親征，不果。至九月，設庭燎，虛前席，延問至道。眞人大略答以節慾保躬，天道好生惡殺，治尚無爲清淨之理。上說，命左史書諸策。癸未，乞東還。賜號神仙，爵大宗師，掌管天下道教。甲申三月，至燕。八月，奉旨居太極宮。丁亥五月，特改太極爲長春。七月九日，留頌而逝，年八十。至元己巳，正月，詔贈五祖七眞徽號，而曰長春演道主教眞人。已上見《蟠溪集》、《鳴道集》、《西遊記》、《風雲慶會錄》、《七眞年譜》等書。初，眞人自行在歸，道由宣德日，一富家新居落成，禮致下顧，將冀一言以爲福。既入其室，默然無語，輒以所持鐵拄杖於窗房墻壁上，頗毀數處而出。主人再拜希解悟，曰：爾屋完矣，美矣；完而必毀，理勢然也。吾不爾毀，爾將無以圖厥終。今毀矣，爾宜思其毀而欲完，克保全之，則爾與子孫孫，庶幾歌斯，永終弗替。主人說服。吁眞人眞知道哉！

**《遼史・方技傳・直魯古》** 直魯古，吐谷渾人。初，太祖破吐谷渾，一騎士葉囊，反射不中而去。及追兵開囊視之，中得一嬰兒，即直魯古也。因所俘者問其故，乃知射囊者，嬰之父也。世善醫，雖馬上視疾，亦知標本。意不欲子爲人所得，欲殺之耳。由是進於太祖，淳欽皇后收養之。長亦能醫，專事針灸。太宗時，以太醫給侍。嘗撰脈諸針灸書，行於世。年九十卒。

**《遼史・方技傳・耶律敵魯》** 耶律敵魯，字撒不椀。其先本五院之族，始置宮分，隸焉。敵魯精於醫，察形色即知病原。雖不診候，有十全功。統和初，爲大丞相韓德讓所薦，官至節度使。初，樞密使耶律斜軫妻有沈痾，易數醫不能治，敵魯視之，曰：心有畜熱，非藥石所及，當以意療。因其聵，聒之使狂，用泄其毒則可。於是令大擊鉦鼓於前。翌日果狂，叫呼怒罵，力極而止，遂愈。治法多此類，人莫能測，年八十卒。

**《遼史・遂臣傳・迭里特》** 迭里特，字海隣，有膂力，善馳射，馬蹢不仆。尤神於醫，視人疾，若隔紗覩物，莫不悉見。太祖在潛，已加眷遇，及即位，拜迭剌部夷離堇。太祖嘗思鹿醢解酲，以山林所有，問能取者。迭里特曰：臣能得之。乘內廐馬逐鹿，射其一。欲復射，馬跌而斃。迭里特躍而前，弓猶不弛，復獲其一。帝歡甚曰：吾弟萬人敵，會帝患心痛，召迭里特視之。迭里特曰：膏肓有瘀血如彈丸，然藥不能及，必鍼而後愈，帝後之。嘔出瘀血，痛止。帝以其親，每加賜賚；然知其爲人，未嘗任以職。後從剌葛亂，與其父豁底俱縊殺之。

**《金史・方技傳・劉完素》** 劉完素，字守真，河間人。嘗遇異人陳先生，以酒飲守真，大醉，及寤洞達醫術，若有授之者。乃撰《運氣要旨論》、《精要宣明論》，慮庸醫或出妄說，又著《素問玄機原病式》，特舉二百八十八字，注二萬餘言。然好用涼劑，以降心火，益腎水爲主。自號通元處士云。

**《金史・方技傳・張從正》** 張從正，字子和，睢州考城人。精於醫，貫穿《難》、《素》之學，其法宗劉守真，用藥多寒涼，然起疾救死多取效。古醫書有汗、下、吐法，亦有不當汗者汗之則死，不當下者下之則死，不當吐者吐之則死，各有經絡脈理，世傳黃帝、岐伯所爲書也。從正用之最精，號張子和汗下吐法。妄庸淺術習其方劑，不知察脈原病，往往殺人，此庸醫所以失其傳之過也。其所著有六門、二法之目，存於世云。

**《金史・方技傳・紀天錫》** 紀天錫，字齊卿，泰安人。早棄進士業，學醫，精於其技，遂以醫名世。集注《難經》五卷，大定十五年上其書，授醫學博士。

**《金史・方技傳・李慶嗣》** 李慶嗣，洺人。少舉進士不第，棄而學醫，讀《素問》諸書，洞曉其義。天德間，歲大疫，廣平尤甚，貧者往往闔門臥病。慶嗣攜藥與米分遺之，全活者眾。慶嗣年八十餘，無疾而終。所著《傷寒纂類》四卷、《改證活人書》三卷、《傷寒論》三卷、《針經》一卷，傳於世。

**《金史・方技傳・張元素》** 張元素，字潔古，易州人。八歲試童子舉，三十七試經義進士，犯廟諱下第，乃去學醫，無所知名，夜夢有人用大斧長鑿鑿心開竅，納書數卷於其中，自是洞徹其術。河間劉完素病傷寒八日，頭痛脈緊，嘔逆不食，不知所爲。元素往候，完素面壁不顧。元素曰：何見待之卑如此哉？既爲診脈，謂之曰脈病云云。曰：然。初服某藥，用某味乎？曰：然。元素曰：子誤矣。某味性寒，下降走太陰，陽亡汗不能出。今脈如此，當服某藥則效矣。完素大服，如其言遂愈。元素自此顯名。元素治病不用古方，其說曰：運氣不齊，古今異軌，古方新病不相能也。自爲家法云。

**《醫說・三皇歷代名醫・太昊宓犧氏》** 宓犧氏，以木德王風姓也。一曰庖犧氏，亦曰太昊。蛇首人身，生有聖德。母號華胥，都於陳。作瑟有三十六弦，其理天下也。仰則觀象於天，俯則觀法於地。鳥獸之文與地之宜，

近取諸身，遠取諸物，於是造書契以代結繩之政，畫八卦以通神明之德，以類萬物之情。所以六氣六腑、五臟五行、陰陽水火升降，得以有象，百病之理得以類推。炎黃因斯乃嘗味百藥，而制九針以拯夭枉矣。

**《醫說・三皇歷代名醫・炎帝神農氏》** 炎帝神農氏，長於姜水，因而姓姜。人身牛首，生有聖德，始教天下耕種五穀而食之，以省殺生之弊。嘗味草木，宣藥療疾，以救夭傷之命，百姓日用而不知。著《本草》四卷，至梁陶弘景以《名醫別錄》加之，為七卷。逮於我唐統極，英國公李勣、許孝密、蘇敬宗等奉詔更復采摭，去陶氏之乖違，辨俗用之紕紊，新修為二十卷，於今行焉。

**《醫說・三皇歷代名醫・黃帝》** 黃帝有熊氏，少典之子，姬姓也。長於姬水，龍顏，有聖德。生而能言，役使百靈。可謂天授自然之體也。猶不能坐而得道，故以地黃元年正月甲子，將遊名山以求神仙，時方明、力牧從焉。東到青丘，見紫府先生，受三皇天文以效萬神；至具茨而見大隗君，而受神芝圖；至蓋上，見中皇真人，受九茄散方；至羅霍，見黃蓋童子，受金銀方十九首；適崆峒而問廣成子，受以《自然經》；造峨眉山並會地黃君，受以《真一經》；入金谷問導養，而質玄、素二女；著體診則問對雷公、岐伯、伯高、少俞之論，備論經脈，傍通問難以為經，教制九針，著內外術經十八卷。陟王屋山玉闕之下，清齋三日，乃登於玉闕之上；入瓊琳臺，於金杌之上得玄女九鼎神丹，飛香爐火之道，乃於茅山采禹餘糧，烹之得銅，遂還荊山之幹，鼎湖之上，參爐定藥，虎豹萬群為之視火。九鼎神丹成，有黃龍下，迎黃帝上升，群臣後宮從上者七十餘人，其小臣不得上，乃悉持龍髯，拔墮帝弓，萬姓仰望。帝既上升，乃抱其弓與髯而號，故後世因名其處為鼎湖，其弓名烏號。

**《醫說・三皇歷代名醫・巫彭》** 巫彭初作醫。《周官》曰：五穀、五藥養其病，五氣、五聲、五色視其生；觀之以九竅之變，參之以五臟之動；遂有五毒攻之，以五藥療之，以五氣養之，以五味節之，以祛百病。

**《醫說・三皇歷代名醫・巫咸》** 巫咸，堯臣也，以鴻術為帝堯醫。又出《世本》曰：巫咸初作筮。

**《醫說・三皇歷代名醫・岐伯》** 岐伯，黃帝臣也。帝使岐伯嘗味草木，典主醫疾經方，《本草》、《素問》之書咸出焉。

**《醫說・三皇歷代名醫・俞跗》** 俞跗者，黃帝臣也。善醫術，所治病不以湯液醪醴、鑱石、蹻引、湯熨，撥見病之應，因五臟之輸，乃割皮解肌，決脈結筋，搦髓腦，揲荒爪幕，湔浣腸胃，漱滌五臟，煉精濯形，以去百病焉。

**《醫說・三皇歷代名醫・桐君》** 桐君者，皇帝時臣也。撰《藥對》四卷及《採藥錄》，說其花葉形色，論其君臣佐使相須，至今傳焉。

**《醫說・三皇歷代名醫・雷公》** 雷公者，黃帝時臣也，善醫術。黃帝燕坐，召雷公而問之：汝受術誦書者，若能覽觀雜學，別異比類，通合道理，務明之，可以十全，若不能知，為世所怨。又曰：子知醫之道乎？誦而頗能解，解而未能別，別而未能明，明而未能彰，足以治群僚，不足以治侯王。雷公避席再拜曰：臣年幼小，蒙愚以惑，不聞。臣受業傳之以教，請誦《脈經》上下編眾多矣，至於別異比類，由未能以十全，又安足以明之云。

**《醫說・三皇歷代名醫・伯高少俞》** 伯高、少俞，並黃帝時臣。未詳其姓，輔佐黃帝，詳論《脈經》，對揚問《難經》，究盡義理，以為經論，故人到於今賴之。

**《醫史・東垣老人傳》** 東垣老人李君，諱杲，字明之。其先世居真定，富於金財。大定初，校籍真定河間，戶冠兩路。君之幼也，異於群兒，及長，忠信篤敬，慎交遊，與人相接，無戲言。衢間衆人以為懂洽處，足跡未嘗到，蓋天性然也。朋儕頗疾之，密議一席，使妓戲狎，或引其衣，即怒罵，解衣焚之。由鄉豪接待國使，府尹聞其妙齡有守也，諷妓強之酒，不得辭，稍飲，遂大吐而出。其自愛如此。受《論語》、《孟子》於王內翰從之，受《春秋》於馮內翰叔獻。宅有隙地，建書院，延待儒士。或不給者，盡周之。泰和中，歲饑，民多流亡，君極力賑救，全活者甚衆。

母王氏寢疾，命里中數醫拯之，溫涼寒熱，其說異同，百藥備嘗，以水濟水，竟莫知為何證而斃。君痛悼不知醫而失其親，有願曰：若遇良醫，當力學以志吾過。聞易水潔古老人張君元素，醫名天下，捐金帛詣之。學數年，盡得其法。進納得官，監濟源稅。彼中民感時行疫厲，俗呼為大頭天行。醫工偏閱方書，無與對證者；出己見，妄下之，不效。復下之，比比至死。醫不以為過，病家不以為非。君獨惻然於心，廢寢食，循流討源，察標求本，製一方與服之，乃效。特壽之於木，刻揭於耳目集之地，用之者無不效。時以為僊人所傳，而鑒之於石碣。

君初不以醫為名，人亦不知君之深於醫也。君避兵汴梁，遂以醫遊公卿

問，其明效大驗。具載別書。壬辰北渡，寓東平。至甲辰，還鄉里。一日，謂友人周都運德父曰：吾老，欲道傳後世，艱其人柰何？德父曰：廉羅天益謙父，性行敦樸，嘗恨所業未精，有志於學，君欲傳道，斯人其可也。他日，偕往拜之。君一見曰：汝來學竟錢醫人乎？學傳道醫人乎？謙父曰：亦傳道耳。遂就學，日用飲食，仰給於君。學三年，嘉其父而不倦也，予之白金二十兩，曰：吾知汝活計甚難，恐汝動心，半途而止，可以此給妻子。謙父力辭不受，君曰：吾大者不惜，何吝乎細？汝勿復辭。君所期者可知矣。臨終，平日所著書檢勘卷帙，以類相從，列於几前，囑謙父曰：此書付汝，非爲李明之、羅謙父，蓋爲天下後世，愼勿湮沒，推而行之。行年七十有二，實辛亥二月二十五日也。君歿，迨今十有七年，謙父言猶在耳，念之益新。噫嘻！君之學知所託矣。余閱《元史・李杲傳》，頗病其不詳，而復採眞定路儒學教授、邛城硯堅所爲《東垣老人傳》以益之，然猶病其不盡載著述。甚矣，敍事之難也。蓋東垣所著，有《醫學發明》、《脾胃論》、《內外傷辨或論》、《蘭室秘藏》、《此事難知》、《藥象論》總若干卷，而試效方，乃其門人羅天益所輯者也。魯齋許先生曰：東垣之醫，醫之王道也。有志於學醫者，必盡讀東垣之書，而後可以言醫。

**《九靈山房集・丹溪翁傳》**　丹溪翁者，婺之義烏人也，姓朱氏，諱震亨，字彦脩，學者尊之曰丹溪翁。翁自幼好學，日記千言，稍長，從鄉先生治經，爲舉子業。後聞許文懿公得朱子四傳之學，講道八華山，復往拜焉。益聞道德性命之說，宏深粹密，遂爲專門。一日，文懿謂曰：吾卧病久，非精於醫者不能以起之。子聰明異常人，其肯遊藝於醫乎？翁以母病脾，於醫亦粗習，及聞文懿之言，即慨然曰：士苟精一藝，以推及物之仁，雖不仕於時，猶仕也。乃悉焚棄嚮所習舉子業，一於醫致力焉。時方盛行陳師文、裴宗元所定大觀二百九十七方。翁窮晝夜是習，既而悟曰：操古方以治今病，其勢不能以盡合。苟將起度量，立規矩，稱權衡，必也《素》《難》諸經乎！然吾鄉諸醫鮮克知之者。遂治裝出遊，求他師而叩之。乃渡浙河，走吳中，出宛陵，抵南徐，達建業，皆無所遇。及還武林，忽有以其郡羅氏告者。羅名知悌，字子敬，世稱太無先生，宋理宗朝寺人，學精於醫，得金劉完素之再傳，而旁通張從正、李杲二家之說。然性褊甚，恃能厭事，難得意。翁往謁焉，凡數往返，不與接。已而求見愈篤，羅乃進之曰：子非朱彦脩乎？時翁已有醫名，羅故知之。翁既得見，遂北面再拜以謁，受其所教。羅遇翁亦甚歡，即授以劉、張、李諸書，爲之敷揚三家之旨，而一斷於經，且曰：盡去而舊學，非是也。翁聞其言，渙焉無少凝滯於胸臆。居無何，盡得其學以歸。

鄉之諸醫，泥陳、裴之學者，聞翁言，即大驚而笑且排。獨文懿喜曰：吾疾其遂瘳矣乎！文懿得末疾，醫不能療者十餘年，翁以其法治之，良驗。於是諸醫之笑且排者，始皆心服口譽。數年之間，聲聞頓著。翁不自滿足，益以三家之說推廣之，謂劉、張之學，其論臟腑氣化有六，而於濕、熱、相火三氣致病爲最多。遂以推陳致新，瀉火之法療之，此固高出前代矣。然有陰虛火動，或陰陽兩虛，濕熱自盛者，又當消息而用之。謂李之論飲食勞倦，內傷脾胃，則胃脘之陽不能以升舉，並及心肺之氣，陷入中焦，而用補中益氣之劑治之，此亦前人之所無也。然天不足於西北，地不滿於東南。天，陽也。地，陰也。西北之人陽氣易於降，東南之人陰火易於升。苟不知此，而徒守其法，則氣之降者固可愈，而於其升者亦從而用之，吾恐反增其病矣。乃以三家之論，去其短而用其長，又復叅之以太極之理，《易》《禮記》《通書》《正蒙》諸書之義，貫穿《內經》之言，以尋其指歸。而謂《內經》之言火，蓋與太極動而生陽，五性感動之說有合；其言陰道虛，則又與《禮記》之養陰意同。因作相火及陽有餘陰不足二論，以發揮之。

其論相火有曰：陽動而變，陰靜而合，而生水火木金土。然火有二焉：曰君火，曰相火。君火者，人火也。相火者，天火也。火內陰而外陽，主乎動者也，故凡動皆屬火。以名而言，形質相生，配於五行，故謂之君。以位而言，生於虛無，守位稟命，故謂之相。天主生物，恒於動。人有此生，亦恒於動。然其所以恒於動者，皆相火助之也。見於天者，出於龍雷，則木之氣；出於海，則水之氣也。具於人者，寄於肝腎二部，肝屬木而腎屬水也。膽者，肝之府。膀胱者，腎之府。心胞絡者，腎之配。三焦以焦言，而下焦司肝腎之分，皆陰而下者也。天非此火不能生，人非此火不能以有生。天之火雖出於木，而皆本乎地，故雷非伏，龍非蟄，海非附於地，則不能鳴，不能飛，不能波也。鳴也，飛也，波也，動而爲相火者也。肝腎之陰悉具相火，人而同乎天也。或曰：相火天人所同，東垣何以指爲元氣之賊？又謂火與元氣不兩立，一勝則一負，然則如之何而可使之無勝負乎？曰：周子曰：神發知矣。五性感動而萬事出，五者之性爲物所感，不能不動。謂之動者，即

《內經》五火也。相火易動，五性厥陽之火又從而扇之，則妄動矣。火既妄動，則煎熬真陰，陰虛則病，陰絕則死。君火之氣，經以暑與熱言之；而相火之氣，則以火言，盡表其暴悍酷烈有甚於君火也。故曰：相火，元氣之賊。周子曰：聖人定之以中正仁義而主靜。朱子亦曰：必使道心常爲之主，而人心每聽命焉。此善處乎火者也。人心聽命於道心，而又能主之以靜，彼五火將寂然不動。而相火者，惟有扶助造化，而爲生生不息之運用爾，夫何元氣之賊哉？惑曰：《內經》相火注，言少陰、少陽矣，未嘗言及厥陰、太陽，而吾子言之，何也？曰：足太陽、少陰、東垣嘗言之，治以炒柏，取其味辛，能瀉水中之火。戴人亦言膻與三焦，肝與胞絡，皆從火治，此歷指龍雷之火也。余以天人之火皆生於地，如上文所云者，實廣二公之意耳。或曰：《內經》言火者非一，往往於六氣中見之，而言臟腑者未之有也。二公豈他有所據耶？曰：經以百病皆生於風、寒、暑、濕、燥、火之動而爲變者，岐伯歷指病機一十九條，而屬火者五，此非相火爲病之出於臟腑者乎？考之《內經》：諸熱瞀瘈，則屬之火；諸狂躁越，則屬之火；諸病胕腫，痛酸驚駭，則屬之火。又《原病式》曰：諸風掉眩，屬於肝火之動也。諸氣膹鬱病瘈，屬於肺火之升也。諸溼腫滿，屬於脾火之勝也。諸痛癢瘡瘍，屬於心火之用也。是皆火之爲病，出於臟腑者然也。噫！以陳無擇之通達，猶以暖熾論君火，日用之火論相火，是宜後人之聾瞽哉！

其論陽有餘陰不足有曰：人受天地之氣以生，天之陽氣爲氣，地之陰氣爲血。然氣常有餘而血常不足，何爲其然也？天，大也，爲陽而運於地之外。地，居天之中，爲陰，而天之大氣舉之。日，實也，屬陽，而運於月之外。月，缺也，屬陰，而稟日之光以爲明者也。則是地之陰已不勝夫天之陽，月之陰亦不敵於日之陽。天地日月尚然，而況於人乎？故人之生，男子十六歲而精通，女子十四歲而經行，是有形之後，猶有待於乳哺水穀之養，而後陰可與陽配成乎人，而爲人之父母。古人必近三十、二十而後嫁娶者，可見陰氣之難於成，而古人之善於保養也。錢仲陽於腎有補而無瀉，其知此意者乎？又按《禮記》注曰：人惟五十，然後養陰者有以加，《內經》年至四十，陰氣自半而起居衰矣，男子六十四歲而精絕，女子四十九歲而經斷。夫以陰氣之成，止爲三十年之運用而竟已先虧，可不知所保養也。經曰：陽者天也，主外；陰者地也，主內。故陽道實，陰道虛。斯言豈欺我哉？或曰：遠取諸天地日月，近取諸男女之身，曰有餘，曰不足，吾已知之矣。人在氣交之中，今欲順陰陽之理而爲攝養之法，如之何則可？曰：主閉藏者，腎也；司疎泄者，肝也。二臟皆有相火，而其系上屬於心。心，君火也，爲物所感則易於動，心動則相火翕然而隨。聖賢教人收心、養心，其旨深矣。天地以五行更迭，衰旺而成四時，人之五臟六腑亦應之而衰旺。四月屬巳，五月屬午，爲火大旺。火爲肺金之夫，火旺則金衰。六月屬未，爲土大旺。土爲水之夫，土旺則水衰。況腎水嘗藉肺金爲母，以補助其不足。古人於夏月必獨宿而淡味，兢兢業業，保養金水二藏，正嫌火土之旺爾。《內經》又曰：冬藏精者，春不病溫。十月屬亥，十一月屬子，正火氣潛伏閉藏，以養其本然之真，而爲來春升動發生之本。若於此時不恣欲以自戕，至春升之際，根本壯實，氣不輕浮，尚何病之可言哉？於是翁之醫益聞，四方以病來迎者，遂輻湊於道。翁咸往赴之。其所治病凡幾，病之狀何如，施何良方，飲何藥而愈，自前至今，驗者何人，何縣里、主名，得諸見聞，班班可紀。浦江鄭義士病滯下，一夕忽昏仆，目上視，溲注而汗瀉。翁診之，脈大無倫，即告曰：此陰虛陽暴絕也。蓋得之病後酒且內，然吾能愈之。急命治人參膏，而且促灸其氣海。頃之，手動，又頃而唇動，及參膏成，三飲之甦矣。其後服參膏盡數斤，病已。天台周進士病惡寒，雖暑亦必以綿蒙其首，服附子數百，增劇。翁診之，脈滑而數，即告曰：此熱甚而反寒也。乃以辛涼之劑，吐痰一升許，而蒙首之綿減半；仍用防風通聖飲之，愈。周固喜甚，翁曰：病愈後須淡食以養胃，內觀以養神，則水可生，火可降，否則附毒必發，殆不可救。彼不能然，後告疽發背死。浙省平章，南征閩粵還，病反胃，醫以爲可治。翁診其脈，告曰：公之病，不可言也。即出，獨告其左右曰：此病得之驚後而使內，火木之邪相挾，氣傷液亡，腸胃枯損，食雖入而不化。食既不化，五臟皆無所稟，去此十日，死。果如言。鄭義士家一少年，秋初病熱，口渴而妄語，兩顴火赤，醫作大熱治。翁診之，脈弱而遲，告曰：此作勞後病溫，惟當服補劑自已。今六脈皆搏手，必涼藥所致。竟以附子湯啜之，應手而瘥。浙東憲幕傅氏子，病妄語，時若有所見，其家妖之。翁切其脈，告曰：此病痰也，然脈虛弦而沉數，蓋得之當暑飲酸又大驚。傅曰：然，嘗夏因勞而甚渴，恣飲梅水一二升，又連得驚數次，遂病。翁以治痰、補虛之劑處之，旬浹愈。里人陳時叔病脹，腹如斗，醫用利藥轉加。翁診之，脈數而濇，告曰：此得之嗜酒，嗜酒則

血傷，血傷則脾土之陰亦傷，胃雖受穀，不能以轉輸，故陽升陰降而否矣。陳曰：某以嗜酒，前後漦見血者有年。翁用補血之劑投之，驗。權貴人以微疾來召，見翁至，坐堂中自如。翁診其脈，不與言而出。使詰之，則曰：公病在死法中，不出三月，且入鬼録。顧猶有驕氣耶？後果如期死。一老人病目無見，使來求治。翁診其脈微甚，爲製人參膏飲之，目明如常時。後數日，翁復至，忽見一醫在庭煉礞石，問之，則已服之矣。翁愕曰：此病得之氣大虛，今不救其虛，而反用礞石，不出此夜必死。至夜參半，氣奄奄不相屬而死。一男子病小便不通，醫治以利藥，益甚。翁診之，右寸頗弦滑，曰：此積痰病也。積痰在肺，肺爲上焦，而膀胱爲下焦，上焦閉則下焦寒，譬如滴水之器，必上竅通，而後下竅之水出焉。乃以法大吐之，吐已，病如失。一婦人病不知人，稍蘇即號叫，數四而復昏。翁診之，肝脈弦數而且滑，曰：此怒心所爲，蓋得之怒而強酒也。詰之，則不得於夫，每遇夜引滿自酌解其懷。翁治以流痰降火之劑，而加香附以散肝分之鬱，立愈。一女子病不食，面北卧者且半載，醫告術窮。翁診之，肝脈弦出左口，曰：此思男子不得，氣結於脾故耳。叩之，則許嫁夫入廣且五年。翁謂其父曰：是病惟怒可解。蓋怒之氣擊而屬木，故能衝其土之結。今第觸之使怒耳。父以爲不然。翁入而掌其面者三，責以不當有外思。女子號泣大怒，怒已，進食。翁復潛謂其父曰：思氣雖解，然必得喜，則庶不再結。乃許以夫有書，旦夕且歸。後三月，夫果歸而病不作。一婦人産後，有物不上如衣裾，醫不能喻。翁曰：此子宫也，氣血虛，故隨子而下。即與黄芪、當歸之劑，而加升麻舉之，仍用皮工之法，以五倍子作湯洗濯，皴其皮。少選，子宫上。翁慰之曰：三年後可再生兒，無憂也。如之。一貧婦寡居病癩，翁見之惻然，乃曰：是疾世號難治者，不守禁忌耳。是婦貧而無厚味，寡而無欲，庶幾可療也。即自具藥療之，病愈後復投四物湯數百，遂不發動。

翁之爲醫，皆此類也。蓋其遇病施治，不膠於古方，而所療皆中。然於諸家方論，則靡所不通。他人斬斬守古，翁則操縱取舍，而卒與古合。一時學者咸聲隨影附，翁教之亹亹忘疲。一日，門人趙良仁問太極之旨，翁以陰陽造化之精微與醫道相出入者論之，且曰：吾於諸生中，未嘗論至於此，今以吾子所問，故偶及之是，蓋以道相告，非徒以醫言也。趙出語人曰：翁之醫其殆橐籥於此乎！羅成之自金陵來見，自以爲精仲景學，翁曰：仲景之書收拾於殘篇斷簡之餘，然其間或文有不備，或意有未盡，或編次之脱落，或義例之乖舛，吾每觀之，不能以無疑。因畧摘疑義數條以示，羅尚未悟。及遇治一疾，翁以陰虛發熱而用益陰補血之劑療之，不三日而愈。羅乃歎曰：以某之所見，未免作傷寒治。今翁治此，猶以芎歸之性辛溫，而非陰虛者所宜服，又況汗下之悞乎！翁春秋既高，乃狥張翼等所請，而著《格致餘論》《局方發揮》《傷寒辨疑》《本草衍義補遺》《外科精要新論》諸書，學者多誦習而取則焉。翁簡愨貞良，剛嚴介特，執心以正，立身以誠，而孝友之行，實本乎天質。奉時祀也，訂其禮文而敬蒞之。事母夫人也，時其節宜以忠養之。寧歉於己而必致豐於兄弟；寧薄於己子，而必施厚於兄弟之子。非其友不友，非其道不道。好論古今得失，慨然有天下之憂，世之名公卿多折節下之，翁爲直陳治道，無所顧忌。然但語及榮利事，則拂衣而起。與人交，一以三綱五紀爲去就。嘗曰：天下有道，則行有枝葉；天下無道，則辭有枝葉。夫行，本也。辭，從而生者也。苟見枝葉之辭，去本而末是務，輒怒溢顔面，若將浼焉。翁之卓卓如是，則醫又特一事而已。然翁講學行事之大方，已具吾友宋太史濂所爲翁墓誌，兹故不録，而竊録其醫之可傳者爲翁傳，庶使後之君子得以互考焉。

論曰：昔漢嚴君子平，博學無不通，賣卜成都。人有邪惡非正之問，則依蓍龜爲陳其利害。與人子言，依於孝；與人弟言，依於順；與人臣言，依於忠。史稱其風聲氣節，足以激貪而厲俗。翁在婺得道學之源委，而混跡於醫。或以醫來見者，未嘗不以葆精毓神開其心。至於一語一默，一出一處，凡有關於倫理者，尤諄訓誨，使人奮迅感慨激厲之不暇。左丘明有云：仁人之言，其利溥哉！信矣。若翁者，殆古所謂直諒多聞之益友，又可以醫師少之哉！

**《元史・列傳・竇默》**　竇默，字子聲，初名傑，字漢卿，廣平肥鄉人。幼知讀書，毅然有立志。族祖旺，爲郡功曹，令習吏事，不肯就。會國兵伐金，默爲所俘。同時被俘者三十人，皆見殺，惟默得脱，歸其鄉。家破，母獨存，驚怖之餘，母子俱得疾，母竟亡，扶病槁葬。而大兵復至，遂南走渡河，依母黨吴氏。醫者王翁妻以女，使業醫。轉客蔡州，遇名醫李浩，授以銅人針法。金主遷蔡，默恐兵且至，又走德安。孝感令謝憲子以伊洛性理之書授之，默自以爲昔未嘗學，而學自此始。適中書楊惟中奉旨招集儒、道、釋之士，默乃

北歸，隱於大名，與姚樞、許衡朝暮講習，至忘寢食。繼還肥鄉，以經術教授，由是知名。

世祖在潛邸，遣召之，默變姓名以自晦。使者俾其友人往見，而微服踵其後，默不得已，乃拜命。既至，問以治道，默首以三綱五常為對。世祖曰：人道之端，孰大於此。失此，則無以立於世矣。默又言：帝王之道，在誠意正心，心既正，則朝廷遠近莫敢不一於正。一日凡三召與語，奏對皆稱旨，自是敬待加禮，不令暫去左右。世祖問今之明治道者，默薦姚樞，即召用之。俄命皇子真金從默學，賜以玉帶鉤，諭之曰：此金內府故物，汝老人，佩服為宜，且使我子見之如見我也。久之，請南還，命大名、順德各給田宅，有司歲具衣物以為常。

世祖即位，召至上都，問曰：朕欲求如唐魏徵者，有其人乎？默對曰：犯顏諫諍，剛毅不屈，則許衡其人也。深識遠慮，有宰相才，則史天澤其人也。天澤時宣撫河南，帝即召拜右丞相，以默為翰林侍講學士。時初建中書省，平章政事王文統頗見委任，默上書曰：

臣事陛下十有餘年，數承顧問，與聞聖訓，有以見陛下急於求治，未嘗不以利生民安社稷為心。時先帝在上，奸臣擅權，總天下財賦，操執在手，貢進奇貨，炫耀紛華，以娛悅上心。其扇結朋黨，離間骨肉者，皆此徒也。此徒當路，陛下所以不能盡其初心。救世一念，涵養有年矣。今天順人應，誕登大寶，天下生民，莫不歡忻踴躍，引領盛治。然平治天下，必用正人端士，屏吻小人一時功利之說，必不能定立國家基本，為子孫久遠之計。其賣利獻勤、乞憐取寵者，使不得行其志，斯可矣。若夫鉤距揣摩，以利害驚動人主之意者，無他，意在擯斥諸賢，獨執政柄耳，此蘇、張之流也，惟陛下察之。伏望別選公明有道之士，授以重任，則天下幸甚。

他日，默與王鶚、姚樞俱在帝前，復面斥文統曰：此人學術不正，久居相位，必禍天下。帝曰：然則誰可相者？默曰：以臣觀之，無如許衡。帝不悅而罷。文統深忌之，乃請以默為太子太傅，默辭曰：太子位號未正，臣不敢先受太傅之名。乃復以為翰林侍講學士，詳見《許衡傳》。默俄謝病歸，未幾，文統伏誅，帝追憶其言，謂近臣曰：曩言王文統不可用者，惟竇漢卿一人。向使更有一二人言之，朕寧不之思耶？召還，賜第京師，命有司月給廩祿，國有大政，輒以訪之。

默與王磐等請分置翰林院，專掌蒙古文字，以翰林學士承旨撒的迷底里主之；其翰林兼國史院，仍舊纂修國史，典制誥，備顧問，以翰林學士承旨兼修起居注和禮霍孫主之。帝可其奏。默又言：三代所以風俗淳厚、歷數長久者，皆設學養士所致。今宜建學立師，博選貴族子弟教之，以示風化之本。帝嘉納之。默嘗與劉秉忠、姚樞、劉肅、商挺侍上前，默言：君有過舉，臣當直言，都俞籲咈，古之所尚。今則不然，君曰可，臣亦以為可，君曰否，臣亦以為否，非善政也。明日，復侍帝於幄殿。獵者失一鶻，帝怒，侍臣或從旁大聲謂宜加罪。帝惡其迎合，命杖之，釋獵者不問。既退，秉忠等賀默曰：非公誠結主知，安得感悟至此。

至元十二年，默年八十，公卿皆往賀，帝聞之，拱手曰：此輩賢者，安得請於上，減去數年，留朕左右，共治天下，惜今老矣！悵然者久之。默既老，不視事，帝數遣中使以珍玩及諸器物往存問焉。十七年，加昭文館大學士，卒，年八十五。訃聞，帝深為嗟悼，厚加賵賜，皇太子亦賻以鈔二千貫，命有司護送歸葬肥鄉。

默為人樂易，平居未嘗評品人物，與人居，溫然儒者也。至論國家大計，面折廷諍，人謂汲黯無以過之。帝嘗謂侍臣曰：朕求賢三十年，惟得竇漢卿及李俊民二人。又曰：如竇漢卿之心，姚公茂之才，合而為一，斯可謂全人矣。後累贈太師，封魏國公，謚文正。子履，集賢大學士。

**《元史·列傳·許國禎》** 許國禎，字進之，絳州曲沃人也。祖濟，金絳州節度使。父日嚴，榮州節度判官。皆業醫。國禎博通經史，尤精醫術。金亂，避地嵩州永寧縣。河南平，歸寓太原。世祖在潛邸，國禎以醫征至翰海，留守掌醫藥。莊聖太后有疾，國禎治之，刻期而愈，乃張晏賜坐。太后時年五十三，遂以白金鋌如年數賜之。伯撒王妃病目，治者針誤損其明。世祖怒，欲坐以死罪，國禎從容諫曰：罪固當死，然原其情乃恐怖失次所致。即誅之，後誰敢復進？世祖意解，且獎之曰：國禎之直，可作諫官。宗王昔班屢請以國禎隸帳下，世祖重違其請，將遣之，辭曰：國禎蒙恩拔擢，誓盡心以報，不敢易所事。乃不果遣。世祖過飲馬渾，得足疾，國禎進藥味苦，卻不服，國禎曰：古人有言：良藥苦口利於病，忠言逆耳利於行。已而足疾再作，召國禎入視，世祖曰：不聽汝言，果困斯疾。對曰：良藥苦口既知之矣，忠言逆耳願留意焉。世祖大悅，以七寶馬鞍賜之。

《元史・釋老傳・丘處機》丘處機，登州棲霞人，自號長春子。兒時，有相者謂其異日當爲神仙宗伯，年十九，爲全眞學於寧海之崑崙山，與馬鈺、譚處端、劉處玄、王處一、郝大通、孫不二同師重陽王眞人。重陽一見處機，大器之。金、宋之季，俱遣使來召，不赴。

歲己卯，太祖自乃蠻命近臣札八兒、劉仲祿持詔求之。處機一日忽語其徒，使促裝，曰：天使來召我，我當往。翌日，二人者至，處機乃與弟子十有八人同往見焉。明年，宿留山北，先馳表謝，拳拳以止殺爲勸。又明年，趣使再至，乃發撫州，經數十國，爲地萬有餘里，蓋蹀血戰場，避寇叛域，絕糧沙漠，自崑崙歷四載而始達雪山。常馬行深雪中，馬上舉策試之，未及積雪之半。既見，太祖大悅，賜食，設廬帳甚飭。

太祖時方西征，日事攻戰，處機每言欲一天下者，必在乎不嗜殺人。及問爲治之方，則對以敬天愛民爲本。問長生久視之道，則告以清心寡欲爲要。太祖深契其言，曰：天錫仙翁，以寤朕志。命左右書之，且以訓諸子焉。於是錫之虎符，副以璽書，不斥其名，惟曰神仙。一日雷震，太祖以問，處機對曰：雷，天威也。人罪莫大於不孝，不孝則不順乎天，故天威震動以警之。似聞境內不孝者多，陛下宜明天威，以導有衆。太祖從之。歲癸未，太祖大獵於東山，馬踣，處機請曰：天道好生，陛下春秋高，數畋獵，非宜。太祖爲罷獵者久之。時國兵踐蹂中原，河南、北尤甚，民懼俘戮，無所逃命。處機還燕，使其徒持牒招求於戰伐之餘，由是爲人奴者得復爲良，與濱死而得更生者，毋慮二三萬人。中州人至今稱道之。

歲乙酉，熒惑犯尾，其占在燕，處機禱之，果退舍。丁亥，又爲旱禱，期以三日雨，當名瑞應，已而亦驗。有旨改賜宮名曰長春，且遣使勞問，制若曰：朕常念神仙，神仙毋忘朕也。六月，浴於東溪，越二日，天大雷雨，太液池岸北水入東湖，聲聞數里，魚鱉盡去，池遂涸，而北口高岸亦崩。處機歎曰：山其摧乎，池其涸乎，吾將與之俱乎！遂卒，年八十。其徒尹志平等世奉璽書襲掌其教，至大間加賜金印。

處機之四傳有曰祈志誠者，居雲州金閣山，道譽甚著。丞相安童嘗過而問之，志誠告以修身治世之要。安童感其言，故其相世祖也，以清靜忠厚爲主。及罷還第，退然若無與於世者，人以爲有得於志誠之言。其後安童復被召入相，辭，不可，遂往決於志誠。志誠曰：昔與子同列者何人？今同列者何人？安童悟，入見世祖，辭曰：臣昔爲宰相，年尚少，幸不失陛下事者，丞佐皆臣所師友。今事臣者，皆進與臣俱，則臣之爲政能有加於前乎！世祖曰：誰爲卿言是？對曰：祈眞人。世祖歎異者久之。

《元史・列傳・宦者・李邦寧》李邦寧，字叔固，錢唐人，初名保寧，宋故小黃門也。宋亡，從瀛國公入見世祖，命給事內庭，警敏稱上意。令學國書及諸蕃語，即通解，遂見親任。授御帶庫提點，升章佩少監，遷禮部尚書，提點太醫院事。成宗即位，進昭文館大學士、太醫院使。帝嘗寢疾，邦寧不離左右者十餘月。武宗立，命為江浙行省平章政事，邦寧辭曰：臣以閹腐餘命，無望更生，先朝幸赦而用之，使得承乏中涓，高爵厚祿，榮寵過甚。陛下復欲置臣宰輔，臣何敢當。宰輔者，佐天子共治天下者也，奈何辱以寺人。陛下縱不臣惜，如天下後世何，誠不敢奉詔。帝大悅，使大臣白其言於太后及皇太子，以彰其善。

帝嘗奉皇太后燕大安閣，閣中有故篋，問邦寧曰：此何篋也？對曰：此世祖貯裘帶者。臣聞有聖訓曰：藏此以遺子孫，使見吾樸儉，可為華侈之戒。帝命發篋視之，歎曰：非卿言，朕安知之。時有宗王在側，遽曰：世祖雖神聖，然嗇於財。邦寧曰：不然。世祖一言，無不為後世法，一予奪，無不當功罪。且天下所入雖富，苟用不節，必致匱乏。自先朝以來，歲賦已不足用，又數會宗藩，資費無算，且暮不給，必將橫斂掊怨，豈美事耶。太后及帝深然其言。俄加大司徒，尚服院使，遙授丞相，行大司農，領太醫院事，階金紫光祿大夫。

太廟舊嘗遣官行事，至是復欲如之，邦寧諫曰：先朝非不欲親致饗祀，誠以疾廢禮耳。今陛下繼成之初，正宜開彰孝道，以率先天下，躬祀太室，以成一代之典。循習故弊，非臣所知也。帝稱善。即日備法駕，宿齋宮，且命邦寧為大禮使。禮成，加恩三代：曾祖頤，贈銀青光祿大夫、司徒，謚敬懿；祖德懋，贈儀同三司、大司徒，謚忠獻；父捻，贈太保、開府儀同三司，謚文穆。

仁宗即位，以邦寧舊臣，賜鈔千錠，辭弗受。國學將釋奠，敕遣邦寧致祭於文宣王。點視畢，至位立，殿戶方辟，忽大風起，殿上及兩廡燭盡滅，燭臺底鐵鐏入地尺，無不拔者，邦寧悚息伏地，諸執事者皆伏。良久風定，乃成禮，邦寧因慚悔累日。

初，仁宗為皇太子，丞相三寶奴等用事，畏仁宗英明，邦寧揣知其意，言於武宗曰：陛下富於春秋，皇子漸長，父作子述，古之道也。未聞有子而立弟者。武宗不悅曰：朕志已定，汝自往東宮言之。邦寧慚懼而退。仁宗即位，左右咸請誅之，仁宗曰：帝王歷數，自有天命，其言何足介懷。加邦寧開府儀同三司，為集賢院大學士。以疾卒。

**《元史・列传・方技・李杲》** 李杲，字明之，鎮人也，世以貲雄鄉里。杲幼歲好醫藥，時易人張元素以醫名燕趙間，杲捐千金從之學，不數年，盡傳其業。家既富厚，無事於技，操有餘以自重，人不敢以醫名之。大夫士或病，其資性高謇，少所降屈，非危急之疾，不敢謁也。其學於傷寒、癰疽、眼目病為尤長。

北京人王善甫，為京兆酒官，病小便不利，目睛凸出，腹脹如鼓，膝以上堅硬欲裂，飲食且不下，甘淡滲泄之藥皆不效。杲謂眾醫曰：疾深矣。《內經》有之：膀胱者，津液之府，必氣化乃出焉。今用滲泄之劑而病益甚者，是氣不化也。啟玄子云：無陽者陰無以生，無陰者陽無以化。甘淡滲泄皆陽藥，獨陽無陰，其欲化得乎？明日，以群陰之劑投，不再服而愈。

西臺掾蕭君瑞，二月中病傷寒發熱，醫以白虎湯投之，病者面黑如墨，本證不復見，脈沉細，小便不禁。杲初不知用何藥，及診之，曰：此立夏前誤用白虎湯之過。白虎湯大寒，非行經之藥，止能寒腑藏，不善用之，則傷寒本病隱曲於經絡之間。或更以大熱之藥救之，以苦陰邪，則他證必起，非所以救白虎也。有溫藥之升陽行經者，吾用之。有難者曰：白虎大寒，非大熱何以救，君之治奈何？杲曰：病隱於經絡間，陽不升則經不行，經行而本證見矣。本證又何難焉。果如其言而愈。

魏邦彥之妻，目翳暴生，從下而上，其色綠，腫痛不可忍。杲云：翳從下而上，病從陽明來也。綠非五色之正，殆肺與腎合而為病邪。乃瀉肺腎之邪，而以入陽明之藥為之使。既效矣，而他日病復作者三，其所從來之經，與翳色各異。乃曰：諸脈皆屬於目，脈病則目從之。此必經絡不調，經不調，則目病未已也。問之果然，因如所論而治之，疾遂不作。

馮叔獻之侄樸，年十五六，病傷寒，目赤而頓渴，脈七八至，醫欲以承氣湯下之，已煮藥，而杲適從外來，馮告之故。杲切脈，大駭曰：幾殺此兒。《內經》有言：在脈，諸數為熱，諸遲為寒。今脈八九至，是熱極也。而《會要》云：病有脈從而病反者何也？脈至而從，按之不鼓，諸陽皆然。此傳而為陰證矣。令持薑、附來，吾當以熱因寒用法處之。藥未就而病者爪甲變，頓服者八兩，汗尋出而愈。

陝帥郭巨濟病偏枯，二指著足底不能伸，杲以長針刺骭中，深至骨而不知痛，出血一二升，其色如墨，又且謬刺之。如此者六七，服藥三月，病良已。裴擇之妻病寒熱，月事不至者數年，已喘嗽矣。醫者率以蛤蚧、桂、附之藥投之，杲曰：不然，夫病陰為陽所搏，溫劑太過，故無益而反害。投以寒血之藥，則經行矣。已而果然。杲之設施多類此。當時之人，皆以神醫目之。所著書，今多傳於世云。

**《遵生八箋・陸羽》** 陸羽，字鴻漸，復州人。不知所生，或言有僧得諸水濱，畜之。既長，以《易》自筮，得：漸，鴻漸於陸，其羽可用為儀。乃以陸為氏，名而字之。上元初肅宗，更隱苕溪，自稱桑苧翁，闔門著書。或獨行野中，誦詩擊木，徘徊不得意，或慟哭而歸，故時謂接輿也。貞元末，卒。習嗜茶，著經三篇，言茶之原、之法、之具尤備，天下益知飲茶矣。

**《今言・人物・王士寧》** 王士寧生元至正甲辰，至成化癸卯，年百有二十。士寧少慕養生，不受室，飲酒、食肉。走蜀入雪山，投見一老人，披氈衣，臥深洞中石床上。長三尺餘，耳、目、口、鼻、手、足皆數小兒。士寧頓首拜，不答。因執役左右。老人不飲食，坐側懸一囊，中類乾麪，饑輒取啖，渴手掬飲石間水壹貳升。士寧饑，跪乞食，老人與囊中物，苦澁不能下嚥。士寧拾啖山菓、野菜三年。老人憐之，忽曰：吾語子術，子識之，宜出山，非其人莫授。士寧出雪山，後事不可知。其在濟寧，居城東深巷敗屋中已六十年。濟寧人竊旁同，士寧久絕大食，唯日啖棗數枚，或菜數莖，飲水少許。人餽遺，輒不肯受。濟寧指揮王宣者，海州人，往見士寧，駭曰：吾上世有叔祖士寧，好道棄家去，竟不知所終。翁得無是。扣家事皆合，宣因日與來往。成化七年，朝廷下山東徵士寧，俾乘安車來。楊文懿公道濟，造士寧問，但曰：靜坐寡慾，坐久瞑目閉息。曰：我老無能，朝廷過聽召我，我未聞道，但習靜已久。近乃日與人接，大敗吾事。文懿因問元末國初事，曰：一身之外，百無所知。

**《吳郡志・方技》** 唐開元中，吳隱士周廣，妙於醫。受訣於同郡紀朋，覩人顏色談笑，即知疾深淺。召至京師，有宮人，每日昃，則笑歌啼號若狂

疾，而足不能及地。廣曰：此必因食飽，促力復仆於地而然。飲以雲母湯，令熟寐。寐覺，失所苦。問之，乃言太華公主載誕三日，宮中大陳歌吹，此宮人主謳，欲其聲清。長食豚蹄美，遂飽。當筵歌大曲，曲罷，覺胸中甚憒。戲於砌臺，乘高而下，未及半，復爲後來者所激，因仆地。比蘇，即病狂，自是足不能及地。又有黃門，自交廣使回，拜舞殿下。廣曰：此人腹中有蛟龍，明日當產一子，即不可活矣。上驚問：黃門有疾否？對曰：臣馳馬大庾嶺，大熱而渴，於路傍飲野水，今腹中堅痞如石。周以消石雄黃煮飲之，吐出物數寸，其大如指，鱗甲備具。投之水，俄頃長數尺。遽以苦酒沃之，復如故形。上驚異，禮敬之，欲授以官爵。固請還吳中。水部員外郎劉復爲廣作傳，敘述甚備。

**《唐語林・政事下》**　柳仆射仲郢任鹽鐵使，奉敕：醫人劉集宜與一場官。集醫行閭閻間，頗通中禁，遂有此命。仲郢手疏執奏曰：劉集之藝若精，可用爲翰林醫官，其次授州府醫博士。委務銅鹽，恐不可責其課最。又場官賤品，非特敕所宜，臣未敢奉詔。宣宗御筆批：劉集與絹百匹，放東回。數日，延英對，曰：卿論劉集大好。

**《能改齋漫錄・文正公願爲良醫》**　范文正公微時，嘗詣靈祠求禱曰：他時得位相乎？不許。復禱之曰：不然，願爲良醫。亦不許。既而嘆曰：夫不能利澤生民，非大丈夫平生之志。他日，有人謂公曰：大丈夫之志於相，理則當然，良醫之技，君何願焉？無乃失於卑耶？公曰：嗟乎，豈爲是哉？古人有云：常善救人，故無棄人；常善救物，故無棄物。且大丈夫之於學也，固欲遇神聖之君，得行其道。思天下匹夫匹婦，有不被其澤者，若己推而內之溝中。能及小大生民者，固惟相爲然，既不可得矣。夫能行救人利物之心者，莫如良醫。果能爲良醫也，上以療君親之疾，下以救貧民之厄，中以保身長全。在下而能及小大生民者，捨夫良醫，則未之有也。

**《能改齋漫錄・潘溫叟醫》**　潘景，字溫叟，崇寧間以醫稱，視古無愧。虞部員外郎張咸，其妻孕五歲而不育，南陵尉富昌齡妻，孕二歲而不育，團練使劉彝孫，其妾孕十有四月而育。溫叟視之，曰：疾也。凡醫曰孕者，非也。於是作大劑飲之，咸妻墮肉塊百餘，有眉目狀，昌齡妻夢三童子，色漆黑，倉卒怖悸，疾走而去，彝孫妾墮大蛇，猶蜿蜒不斃。又屯田郎中張諤妻，年四十而天癸不至，溫叟察其脈曰：明年血潰迺死。既而果死。貴江令王霽，夜夢與婦人歌謳飲酒，晝不能食者，已三歲。溫叟治之，疾益平，則婦人色益沮，飲酒益怠，而歌謳不樂，久之遂無所見。溫叟曰：若疾雖衰，而未愈也。倘夢男子青巾而白衣者，則愈矣。後果夢，輒能食。其他所治，若此甚衆。

**《湖廣通志・李時珍傳》**　李時珍，字東璧，蘄州人。父言聞，孝友，以醫爲業，王侯重之。時珍生，白鹿入室，紫芝產庭。幼以神仙自命，年十四，補諸生，有聲三舉於鄉，不售，發憤讀書十年，不出戶閾。經傳、子史、聲律、農圃、星卜、佛老、稗說，莫不備究。待詔瞿九思以師事之，尤善醫，遂以醫自名。嘗投單方愈病，多不取值，遠或千里，就藥於門。富順王孌庶孽，適子疾，王因密諷時珍，時珍以良藥進，題曰附子和氣湯。王感悟，適子卒，得襲位。楚王聞其賢，聘爲奉祠，掌良醫所事。世子暴厥，時珍立活之，王妃自負金帛以謝，不受。薦於朝，授太醫院院判。數歲告歸，著《本草綱目》。以太倉王世貞海內博學，攜書就正。世貞序其書，稱爲北斗以南一人。生平多陰行善，不令人知。年七十餘，預定死期，爲遺表，授其子建元，令上之。其署曰：臣幼羸疾，長成椎鈍，惟耽嗜典籍，奮切編摩，纂述諸家，殫心覃定。伏念本草一書，闕係頗重，謬誤實多，乃加訂正，歷歲三十，功始成就。自炎皇辨百穀，嘗百草，分氣味之良毒；軒轅師岐伯，遵伯高，剖經絡之本標，遂有《神農本草》三卷。梁陶弘景益以注釋，爲藥三百六十五種。唐高宗命李勣重修，長史蘇恭表請增藥一百一十四種。宋太祖命劉翰詳校。仁宗再詔補注，增一百種。唐慎微合爲《證類》，修補衆本，自是指爲全書。攷其間，茲瑕不少，有當析而混者，萎、女萎二物，併入一條；有當併而析者，虎掌、南星一物，分爲二種。生薑、薯蕷，菜也，而列草品；檳榔、龍眼，菓也，而列木部。八穀，生民之天，不能辨其種類；三菘，日用之蔬，罔克灼其質名。黑荎、赤菽，大小同條；硝石、芒硝，水火混注。蘭花草，卷丹爲百合，寇氏《衍義》之舛謬；黃精即鉤吻，勾紊，旋花即山薑，陶氏別録之差譌。歐漿、苦膽、草、菜重出，掌氏之不審；天花、栝樓，兩處圖形，蘇氏之欠明；五倍子，糯蟲窠也，而認爲木實；大蘋草，田字草也，而指爲浮萍。似茲之類，不可枚舉。臣不揣愚陋，僭肆刪述，複者芟之，缺者補之，如磨刀水、潦水、桑柴火、艾火、鎖陽、山奈、土茯苓、番木鱉、金枯、樟腦、蝎虎、狗蠅、白蠟、水蛇、狗寶、秋蟲，今方所用，而古本則無。三七、地羅、九仙子、蜘蛛香、猪腰子、勾金

皮之類，方物土草，而稗官不載。舊藥一千五百一十八種，增藥五百七十四種，分一十六部，五十二卷。正名爲綱，附釋爲目，次以集解、辨疑、正誤，詳其出產。次以氣味、主治、附方，著其體用。上自墳典，下至傳奇，凡有攸闕，靡不收掇。雖命醫書，實該物理。伏願陛下特詔學臣補著成昭代之典，書當與日月爭光，臣不與草木同朽。萬曆中，勅中外獻書。建元以遺表進，命禮部謄寫，兩京各省布政刊行，海內珍之。時珍晚年學尤篤，晝夜不輟，自號瀕湖山人，著《醫案》二十卷、《適所館詩》十卷、《集唐律》六卷、《脈訣》一卷、《五臟圖論》、《三焦客難》、《命門考》、《蘄艾傳》、《白花蛇傳》行世。又著天文、地理、奇門遁甲諸書。以子建中貴，封文林郎，崇祀鄉賢。顧景星曰：余兒時於里中，聞知先生軼事，孝友豁達，饒隱德，晚與余大父交，悟濂洛之旨。讀書以日出入爲期，夜即端坐，蓋有道者也。其以神仙自命不然歟。詩文他集兵火，多不傳，惟《本草綱目》行世。攷釋性理格物，可裨爾雅詩疏。舊本附方二千九百三十五，增千一百六十一，皆獨得云。贊曰：李公份份，樂道遺榮。下學上達，以師古人。既智且仁，道藝以成。遐以媲之，景純通明。

**《明史・列傳・徐鏊》** 徐鏊，嘉定人，本高氏子。少孤，依舅京師，冒徐姓，從其業爲醫，供事內殿。既杖，謫戍烏撒。世宗即位，召還，尋擢御醫。鏊性耿介，時朝士多新貴，不知鏊，鏊亦不言前事。一官垂三十年不調。年七十，求致仕。值同縣徐學謨爲禮部郎中，引見尚書吳山。山閱牘，有諫南巡事，瞿然曰：此武廟時徐先生耶？何淹也！兩侍郎嫌其老，學謨抗聲曰：鏊雖老，然少與舒狀元同患難，爲可敬耳。又久之，始遷院判。自引歸，卒年八十三。

**《明史・列傳・隱逸・楊引》** 楊引，吉水人。好學能詩文，爲宋濂、陶安所稱。駙馬都尉陸賢從受學，入朝，舉止端雅。太祖喜，問誰教者，賢以引對，立召見，賜食。他日，賢以藥服見，引太息曰：是其心易我，不可久居此矣。復以纂修徵，亦不就。其教學者，先操履而後文藝。嘗揭《論語鄉黨》篇示人曰：吾教自有養生術，安事偃仰吐納爲。乃節飲食，時動息，迄老視聽不衰。既歿，安福劉球稱其學探道原，文範後世，去就出處，卓然有陶潛、徐穉之風。

**《明史・列傳・方伎・滑壽》** 滑壽，字伯仁，先世襄城人，徙儀真，後又徙餘姚。幼警敏好學，能詩。京口王居中，名醫也。壽從之學，授《素問》、《難經》。既卒業，請於師曰：《素問》詳矣，多錯簡。愚將分藏象、經度等爲十類，類抄而讀之。《難經》又本《素問》、《靈樞》，其間榮衛藏府與夫經絡腧穴，辨之博矣，而缺誤亦多。愚將本其義旨，注而讀之可乎？居中躍然稱善。自是壽學日進。壽又參會張仲景、劉守真、李明之三家而會通之，所治疾無不中。

既學針法於東平高洞陽，嘗言：人身六脈雖皆有系屬，惟督任二經，則苞乎腹背，有專穴。諸經滿而溢者，此則受之，宜與十二經並論。乃取《內經骨空》諸論及《靈樞篇》所述經脈，著《十四經發揮》三卷，通考隧穴六百四十有七。他如《讀傷寒論抄》、《診家樞要》、《痔瘺篇》，又採諸書《本草》爲《醫韻》，皆有功於世。

晚自號攖寧生。江、浙間無不知攖寧生者。年七十餘，容色如童孺，行步蹻捷，飲酒無算。天台硃右摭其治疾神效者數十事，爲作傳，故其著述益有稱於世。

**《明史・列傳・方伎・葛乾孫》** 葛乾孫，字可久，長洲人。父應雷，以醫名。時北方劉守真、張潔古之學未行於南。有李姓者，中州名醫，官吳下，與應雷談論，大駭歎，因授以張、劉書。自是江南有二家學。

乾孫體貌魁碩，好擊刺戰陣法。後折節讀書，兼通陰陽、律曆、星命之術。屢試不偶，乃傳父業。然不肯爲人治疾，或施之，輒著奇效，名與金華硃丹溪埒。富家女病四支痿痹，目瞪不能食，眾醫治罔效。乾孫命悉去房中香奩、流蘇之屬，掘地坎，置女其中。久之，女手足動，能出聲。投藥一丸，明日女自坎中出矣。蓋此女嗜香，脾爲香氣所蝕，故得是症。其療病奇中如此。

**《明史・列傳・方伎・呂復》** 呂復，字元膺，鄞人。少孤貧，從師受經。後以母病求醫，遇名醫衢人鄭禮之，遂謹事之，因得其古先禁方及色脈藥論諸書，試輒有驗。乃盡購古今醫書，曉夜研究，自是出而行世，取效若神。其於《內經》、《素問》、《靈樞》、《本草》、《難經》、《傷寒論》、《脈經》、《脈訣》、《病原論》、《太始天元玉冊公誥》、《六微旨》、《五常政》、《玄珠密語》、《中藏經》、《聖濟經》等書，皆有辨論。前代名醫如扁鵲、倉公、華佗、張仲景至張子和、李東垣諸家，皆有評騭。所著有《內經或問》、《靈樞經脈箋》、《五色診奇眩》、《切脈樞要》、《運氣圖說》、《養生雜言》諸書甚眾。浦江戴良采其治效最著者數十事，爲醫案。歷舉仙居、臨海教諭，台州教授，皆不就。

**《明史・列傳・方伎・倪維德》**　倪維德，字仲賢，吳縣人。祖、父皆以醫顯。維德幼嗜學，已乃業醫，以《内經》為宗。病大觀以來，醫者率用裴宗元、陳師文《和劑局方》，故方新病多不合。乃求金人劉完素、張從正、李杲三家書讀之，出而治疾，無不立效。

周萬戶子，八歲昏眊，不識饑飽寒暑，以土炭自塞其口。診之曰：此慢脾風也。脾藏智，脾慢則智短。以疏風助脾劑投之，即愈。顧顯卿右耳下生癭，大與首同，痛不可忍。診之曰：此手足少陽經受邪也。飲之藥，逾月愈。劉子正妻病氣厥，或哭或笑，人以為祟。診之曰：兩手脈俱沉，胃脘必有所積，積則痛。問之果然，以生熟水導之，吐痰涎數升愈。盛架閣妻左右肩臂奇癢，延及頭面，不可禁，灼之以艾，則暫止。診之曰：左脈沉，右脈浮且盛，此滋味過盛所致也。投以劑，旋愈。林仲實以勞得熱疾，熱隨日出入為進退，暄盛則增劇，夜涼及雨則否，如是者二年。診之曰：此七情内傷，陽氣不升，陰火漸熾。故溫則進，涼則退。投以東垣内傷之劑，亦立愈。他所療治，多類此。

常言：劉、張二氏多主攻，李氏惟調護中氣主補，蓋隨時推移，不得不然。故其主方不執一說。常患眼科雜出方論，無全書，著《元機啟微》，又校訂《東垣試效方》，並刊行於世。洪武十年卒，年七十五。

**《明史・列傳・方伎・周漢卿》**　周漢卿，松陽人。醫兼内外科，針尤神。鄉人蔣仲良，左目為馬所踶，睛突出如桃。他醫謂系絡已損不可治。漢卿封以神膏，越三日復故。華州陳明遠瞽十年。漢卿視之，曰：可針也。為翻睛刮翳，歘然辨五色。武城人病胃痛，奮擲乞死。漢卿納藥於鼻，俄噴赤蟲寸許，口眼悉具，痛旋止。馬氏婦有娠，十四月不產，尪且黑。漢卿曰：此中蠱，非娠也。下之，有物如金魚，病良已。永康人腹疾，佝僂行。漢卿解衣視之，氣沖起腹間者二，其大如臂。刺其一，砉然鳴，又刺其一亦如之，加以按摩，疾遂愈。長山徐嫗癱疾，手足顫掉，裸而走，或歌或笑。漢卿刺其十指端，出血而痊。錢塘王氏女生瘰癧，環頭及腑，凡十九竅。竅破白沈出，將死矣。漢卿為剔竅母深二寸，其餘烙以火，數日結痂愈。山陰楊翁項有疣如瓜大，醉仆階下，潰血不能止。疣潰者必死。漢卿以藥糝其穴，血即止。義烏陳氏子腹有塊，捫之如罌。漢卿曰：此腸癰也。用大針灼而刺之，入三寸許，膿隨針迸出有聲，愈。諸暨黃生背曲，須杖行。他醫皆以風治之，漢卿曰：血澀也。刺兩足昆侖穴，頃之投杖去。其捷效如此。

**《明史・列傳・方伎・王履》**　王履，字安道，昆山人。學醫於金華硃彥修，盡得其術。嘗謂張仲景《傷寒論》為諸家祖，後人不能出其範圍。且《素問》云傷寒為病熱，言常不言變，至仲景始分寒熱，然義猶未盡。乃備常與變，作《傷寒立法考》。又謂《陽明篇》無目痛，《少陰篇》言胸背滿不言痛，《太陰篇》無嘔乾，《厥陰篇》無囊縮，必有脫簡。乃取三百九十七法，去其重者二百三十八條，復增益之，仍為三百九十七法。極論内外傷經旨異同，並《中風》、《中暑辨》，名曰《溯洄集》，凡二十一篇。又著《百病鉤玄》二十卷，《醫韻統》一百卷，醫家宗之。

履工詩文，兼善繪事。嘗遊華山絕頂，作圖四十幅，記四篇，詩一百五十首，為時所稱。

**《明史・列傳・方伎・戴思恭》**　戴思恭，字原禮，浦江人，以字行。受學於義烏硃震亨。震亨師金華許謙，得硃子之傳，又學醫於宋内侍錢塘羅知悌。知悌得之荊山浮屠，浮屠則河間劉守真門人也。震亨醫學大行，時稱為丹溪先生。愛思恭才敏，盡以醫術授之。

洪武中，徵為御醫，所療治立效，太祖愛重之。燕王患瘕，太祖遣思恭往治，見他醫所用藥良是，念何以不效，乃問王何嗜。曰：嗜生芹。思恭曰：得之矣。投一劑，夜暴下，皆細蝗也。晉王疾，思恭療之愈。已，復發，即卒。太祖怒，逮治王府諸醫。思恭從容進曰：臣前奉命視王疾，啟王曰：今即愈，但毒在膏肓，恐復作不可療也。今果然矣。諸醫由是免死。思恭時已老，風雨輒免朝。太祖不豫，少間，出御右順門，治諸醫侍疾無狀者，獨慰思恭曰：汝仁義人也，毋恐。已而太祖崩，太孫嗣位，罪諸醫，獨擢思恭太醫院使。

永樂初，以年老乞歸。三年夏，復徵入，免其拜，特召乃進見。其年冬，復乞骸骨，遣官護送，齎金幣，逾月而卒，年八十有二，遣行人致祭。所著有《證治要訣》、《證治類元》、《類證用藥》諸書，皆概括丹谿之旨。又訂正丹谿《金匱鉤玄》三卷，附以己意。人謂無愧其師云。

**《明史・列傳・方伎・盛寅》**　盛寅，字啟東，吳江人。受業於郡人王賓。初，賓與金華戴原禮遊，冀得其醫術。原禮笑曰：吾固無所吝，君獨不能少屈乎？賓謝曰：吾老矣，不能復居弟子列。他日伺原禮出，竊發其書

以去，遂得其傳。將死，無子，以授寅。寅既得原禮之學，復討究《內經》以下諸方書，醫大有名。

永樂初，為醫學正科。坐累，輸作天壽山。列侯監工者，見而奇之，令主書算。先是有中使督花鳥於江南，主寅舍，病脹，寅愈之。適遇諸途，驚曰：盛先生固無恙耶！予所事太監，正苦脹，盍與我視之。既視，投以藥立愈。會成祖較射西苑，太監往侍。成祖遙望見，愕然曰：謂汝死矣，安得生？太監具以告，因盛稱寅，即召入便殿，令診脈。寅奏，上脈有風濕病，帝大然之，進藥果效，遂授御醫。一日，雪霽，召見。帝語白溝河戰勝狀，氣以甚厲。寅曰：是殆有天命耳。帝不懌，起而視雪。寅復吟唐人詩長安有貧者，宜瑞不宜多句，聞者咋舌。他日，與同官對弈御藥房。帝猝至，兩人斂枰伏地，謝死罪。帝命終之，且坐以觀，寅三勝。帝喜，命賦詩，立就。帝益喜，賜象牙棋枰並詞一闋。帝晚年猶欲出塞，寅以帝春秋高，勸毋行。不納，果有榆木川之變。

仁宗在東宮時，妃張氏經期不至者十月，眾醫以妊身賀。寅獨謂不然，出言病狀。妃遙聞之曰：醫言甚當，有此人何不令早視我。及疏方，乃破血劑。東宮怒，不用。數日病益甚，命寅再視，疏方如前。妃令進藥，而東宮慮墮胎，械寅以待。已而血大下，病旋愈。當寅之被繫也，闔門惶怖曰：是殆磔死。既三日，紅仗前導還邸舍，賞賜甚厚。

寅與袁忠徹素為東宮所惡，既愈妃疾，而怒猶未解，懼甚。忠徹曉相術，知仁宗壽不永，密告寅，寅猶畏禍。及仁宗嗣位，求出為南京太醫院。宣宗立，召還。正統六年卒。兩京太醫院皆祀寅。寅弟宏亦精藥論，子孫傳其業。

初，寅晨直御醫房，忽昏眩欲死，募人療寅，莫能應。一草澤醫人應之，一服而愈。帝問狀，其人曰：寅空心入藥房，猝中藥毒。能和解諸藥者，甘草也。帝問寅，果空腹入，乃厚賜草澤醫人。

**《明史·列傳·方伎·吳傑》** 吳傑，武進人。弘治中，以善醫徵至京師，試禮部高等。故事，高等入御藥房，次入太醫院，下者遣還。傑言於尚書曰：諸醫被徵，待次都下十餘載，一旦遣還，誠流落可憫。傑願辭御藥房，與諸人同入院。尚書義而許之。正德中，武宗得疾，傑一藥而愈，即擢御醫。一日，帝射獵還，憊甚，感血疾。服傑藥愈，進一官。自是，每愈帝一疾，輒進一官，積至太醫院使，前後賜彪虎衣、繡春刀及銀幣甚厚。帝每行幸，必以傑扈行。帝欲南巡，傑諫曰：聖躬未安，不宜遠涉。帝怒，叱左右掖出。及駕還，漁於清江浦，溺而得疾。至臨清，急遣使召傑，比至，疾已深，遂扈歸通州。時江彬握兵居左右，慮帝晏駕己得禍，力請幸宣府。傑憂之，語近侍曰：疾亟矣，僅可還大內。倘至宣府有不諱，吾輩寧有死所乎！近侍懼，百方勸帝，始還京師。甫還而帝崩，彬伏誅，中外晏然，傑有力焉。未幾致仕。子希周，進士，戶科給事中；希曾，舉人。

**《明史·列傳·方伎·許紳》** 許紳者，京師人。嘉靖初，供事御藥房，受知於世宗，累遷太醫院使，歷加工部尚書，領院事。二十年，宮婢楊金英等謀逆，以帛縊帝，氣已絕。紳急調峻藥下之，辰時下藥，未時忽作聲，去紫血數升，遂能言，又數劑而愈。帝德紳，加太子太保、禮部尚書，賜齎甚厚。未幾，紳得疾，曰：吾不起矣。曩者宮變，吾自分不效必殺身，因此驚悸，非藥石所能療也。已而果卒，賜謚恭僖，官其一子，恤典有加。明世，醫者官最顯，止紳一人。

**《明史·列傳·方伎·王綸》** 其士大夫以醫名者，有王綸、王肯堂。綸，字汝言，慈谿人，舉進士。正德中，以右副都御史巡撫湖廣，精於醫，所在治疾，無不立效。有《本草集要》、《名醫雜著》行於世。肯堂所著《證治準繩》，為醫家所宗，行履詳父《樵傳》。

**《明史·列傳·方伎·淩雲》** 淩雲，字漢章，歸安人。為諸生，棄去。北遊泰山，古廟前遇病人，氣垂絕，雲嗟歎久之。一道人忽曰：汝欲生之乎？曰：然。道人針其左股，立蘇，曰：此人毒氣內侵，非死也，毒散自生耳。因授雲針術，治疾無不效。

里人病嗽，絕食五日，眾投以補劑，益甚。雲曰：此寒濕積也，穴在頂，針之必暈絕，逾時始蘇。命四人分牽其髮，使勿傾側，乃針，果暈絕。家人皆哭，雲言笑自如。頃之，氣漸蘇，復加補，始出針，嘔積痰斗許，病即除。有男子病後舌吐。雲兄亦知醫，謂雲曰：此病後近女色太蚤也。舌者心之苗，腎水竭，不能制心火，病在陰虛。其穴在右股太陽，是當以陽攻陰。雲曰：然。如其穴針之，舌吐如故。雲曰：此知瀉而不知補也。補數劑，舌漸復故。

淮陽王病風三載，請於朝，召四方名醫，治不效。雲投以針，不三日，行

步如故。金華富家婦，少寡，得狂疾，至裸形野立。雲視曰：是謂喪心。吾針其心，心正必知恥。蔽之帳中，慰以好言釋其愧，可不發。乃令二人堅持，用涼水噴面，針之果愈。吳江婦臨產，胎不下者三日，呼號求死。雲針刺其心，針出，兒應手下。主人喜，問故。曰：此抱心生也。手針痛則舒。取兒掌視之，有針痕。

孝宗聞雲名，召至京，命太醫官出銅人，蔽以衣而試之，所刺無不中，乃授御醫。年七十七，卒於家。子孫傳其術，海內稱針法者，曰歸安淩氏。

**《明史・列傳・方伎・李玉》**　有李玉者，官六安衛千戶，善針灸。或病頭痛不可忍，雖震雷不聞。玉診之曰：此蟲啖腦也。合殺蟲諸藥為末，吹鼻中，蟲悉從眼耳口鼻出，即愈。有跛人扶雙杖至，玉針之，立去其杖。兩京號神針李玉。兼善方劑。或病痿，玉察諸醫之方，與治法合而不效，疑之。忽悟曰：藥有新陳，則效有遲速。此病在表而深，非小劑能愈。乃熬藥二鍋傾缸內，稍冷，令病者坐其中，以藥澆之，逾時汗大出，立愈。

**《古今醫史續增・朱震亨》**　朱震亨，字彥修，號丹溪，浙之義烏人。自幼好學，日記千言，得朱子四傳之學。聞許文懿公請道，入華山而拜從焉。壹日，懿公謂曰：疾以久，非精於醫者弗能起，子多敬籟，肯遊藝於醫而濟人乎？丹溪以母病脾，於醫亦曾粗習，及聞懿公言，復致力於醫。方既而悟曰：執古方以療今疾，其勢難全，必也參之以《靈》、《素》，活撥權衡，乃能濟世。遂出遊求師，渡垣方橋，乃大悟，及還武林。泰定乙丑夏，聞羅太無先生，即往拜之，數謁方得接之以劉、張、李三家之書，為之敷揚其旨。彥修受教而醫益神，名著四方，求療者輻輳於道。按證施方，録為醫案。可攷著有《格致餘論》、《局方發揮》、《金匱勾玄》、《心法纂要》、《外科精要》、《本草衍義補遺》、《傷寒辨疑》、《風水問答》諸書。其論：陽易於動，陰易於虧，獨重滋陰降火。蓋補東垣之未發也。又《丹溪手鏡》一書。

**《古今醫史續增・危亦林》**　危亦林，號達齋，南豐人。精岐黃，官醫學教授，編《世醫得效方》十九卷行世。

**《古今醫史續增・羅知悌》**　羅知悌，字子敬，世稱太無先生。精於醫術，得劉完素之傳，旁通張從正、李杲二家之書，有異見。性好靜辟，獻與人接。惟彥修為得意弟子，遂盡教以其而學。有一僧病黃瘦，倦怠，子敬詢其病。僧乃蜀人，出家七年，遊浙右。忽一日念母之心不可遏，欲歸不得，朝夕望泣，以得是病，時僧二十五歲。羅令其陽壁就宿，每日以牛肉、豬肚、甘肥等煮靡爛與食，以言慰之。又許路費，我不望報。經半月，其形稍甦，與桃仁承氣湯，一日三貼，下之皆血塊，疫積方止。次日祇與熟菜稀粥將息。半月如故，與鈔遂行。其用攻擊之法，必令人充寔稟氣，方可行之。病根去而不復也。

**《古今醫史續增・王好古》**　王好古，字進之，號海藏，古趙人。東垣高弟，醫之儒也。性明敏，通經史，任趙州教授兼提舉官內醫學。所著《醫壘元戎》十二卷，《醫家大法》三卷，《仲景詳辨活人節要歌》、《湯液本草》二卷，《班疹論》、《光明論》、《標本論》、《傷寒辨惑論》、《小兒吊書》等書行世。海藏治趙宗顏，因下之太遇，生黃疸，脈沈細遲無力，次第用藥至茵陳附子湯，大効。按次第用藥者，謂先授韓氏茵陳茯苓湯，次茵陳橘皮湯，再次茵陳附子湯也。又一人患傷寒，得汗數日，忽身熱，自汗，脈弦數，心不寧，真勞復也。王診立曰：勞心之所致，神之所舍，未復其初，而又勞傷其神，營衛失度，當補其子，益其脾，辭發其勞，庶幾得愈。投以補脾湯，佐以小柴胡湯解之。《千金》曰：心勞甚者，補脾，則感於心矣。此勞當補其氣，以蓋脾，此論人所未及。

**《古今醫史續增・羅天益》**　羅天益，字謙甫，真定人，東垣弟子。潛心苦學，真積日久。居東垣門下十餘年，盡得其妙，著有《衛生寶鑑》二十四卷，《藥誤永鑑》、《藥類法象》，乃醫林之白眉也。謙甫治太尉忠武武史公，年近七十，於至元十月初侍國師於聖安寺，因左頰踈緩，被風寒客之，右頰急，口喎於右，脈得洪緊。羅先左頰灸地倉七次，灸頰車穴二七壯，後於右頰上熱手熨之，議以升麻湯加防風、秦艽、白芷、桂枝、發散風寒，數服而愈。惑曰：世醫多用續命等湯，今用升麻湯加四味，其理安在？曰：足陽明經起於鼻交頞中，循鼻外，上入齒中，手陽明亦貫於下齒中，況兩頰皆參陽明，升麻湯乃陽明經藥，白芷又行手陽明經，秦艽治口噤，防風散風邪，桂枝寔表而固營衛，使邪不傷。故用之以速愈也。

**《古今醫史續增・繆希雍》**　繆希雍，字仲醇，號慕臺。天啟間東吳海虞人。醫理精奧，治療有異識。與王宇泰友善，凡宇泰所輯諸書，仲醇皆參訂焉。著有《本草經疏》三十卷，《廣筆記》二卷。仲醇平日每服滋補丸多至數兩，發熱不已，投涼解藥有加無減，沉困不止。肯堂用蓄血法治之，方煎次，仲醇聞氣曰：一何香也！飲已而熱退，明日下黑糞斗許，而愈。

**《古今醫史續增・王肯堂》** 王肯堂，字宇泰，號念西居士。金壇人，嘉靖進士，選讀中秘書，有文集行世。性好醫，致仕後，延請名醫講究醫學，博讀《靈》、《素》、仲景、東垣、河澗、丹溪諸家之旨。著《傷寒雜證類方》、女科、幼科、外科書，《證治準繩》六種，極其廣博。又《醫鏡》一冊，論辯詳悉，可爲後學之宗。

**《古今醫史續增・張介賓》** 張介賓，字會卿。景岳子，號也。會稽人。博通諸書，精達醫理，將《靈樞》、《素問》合而爲一，分門別類，名曰《類經》，倣《滑氏素問》，鈔區爲十二類，編分三十二卷，梓行於世。又集雜症方書六十四卷，其中論病亦有發明。因年來未及付梓，康熙四十八年，伊甥治爲刊刻，名《景岳全書》。

**《古今醫史續增・薛己》** 薛己，字新甫，號立齋。銷之子，吳郡人。性敏，識見過人。於醫先精外科，復精內科，謂十三科要皆一理。因見外科之醫固執《局方》，不循表裏、虛寔、經絡之宜，而誤人者衆，遂大發所蘊，皆以內外合一之道，對證處方治療，隨手而愈。其論負會不齊，令人虛薄，痛或寒涼，多行溫補。嘉靖初，徵爲太醫院使。著有《外科心法》、《外科發揮》、《外科精義》、《外科樞要》、《癰疽灸經》、《癘瘍機要》、《保嬰萃要》、《家居醫録》、《內科摘要》、《校註婦人良方》等書，凡十餘種。

**《古今醫史續增・虞摶》** 虞摶，字天民，號恒德老人。正德時浙之義烏人。世業醫。天民幼穎悟，承家傳之學，深叅《靈》、《素》，治療益高。晚年著有《醫學正傳》，今行世。

**《古今醫史續增・汪機》** 汪機，字省之，號石山居士。汪渭之子，邑癢生。習父業，得其精妙。郡人求治多效。曰：益衆居士弗容。既而曰：仕不至相，其澤之所及，不若醫之博也。遂棄就醫，肆力於《素》、《難》諸書，歷紀所療，爲《石山醫案》，編《針灸問對》，讀《素問鈔》、《運氣易覽》，推求師意，《痘治理辨》、《本草會編》、《針灸問答》、《醫學原理》、《傷寒選録》、《外科理例》等書行世。

**《古今醫史續增・龔廷賢》** 龔廷賢，字子才，號雲林。信之子，習父業。崇禎朝太醫院吏目，著有《萬病回春》八卷壽世。

**《古今醫史續增・孫一奎》** 孫一奎，字東宿，號生生子。休寧人。精究醫理，著有《赤水玄珠》十卷，《痘疹心印》二卷行世。

**《古今醫史續增・李中梓》** 李中梓，字士材，號念莪。先生華亭明經也，博學精醫，性聰慧，精軒岐，博究群書，名著江左。負笈甚衆：《醫宗必讀》十卷，《頤生微論》，《士材三書》，《傷寒撮寒》上下兩卷，《內經知要》上下兩卷，皆其所著，行世。

**《古今醫史續增・尤乘》** 尤乘，字生洲，長洲人，李士材之門人也。性善好學，研究群書，尤工針灸，仕太醫院侍直，後隱居虎丘。著有《壽世青編》，《增補藏府性鑑》，《增補沈亟之經絡》，《博物知本》等書。

**《古今醫史續增・汪昂》** 汪昂，字訒庵，康熙時休寧。明醫理，叅諸家，著有《素靈類參》二卷，《醫方集解》三卷，《本草備要》四卷，外附《湯頭歌括》，《經絡歌括》，皆簡約而明，最候初學。

**《古今醫史續增・李用粹》** 李用粹，字修之，號惺菴。康熙時人，自浙徙居上海縣。父以醫業，浪遊十餘載。比歸，用粹年已長大，始教習醫。性聰慧，治病多驗，著有《證治彙補》八卷行世。

**《古今醫史續增・王宏翰》** 王宏翰，字惠源，號浩然。自華亭遷居姑蘇之西城。博通儒學，明達醫理，叅格致之功，因母病精醫，以醫濟世。著有《醫學原始》十一卷，《古今醫史》九卷，《古今醫藉考》十二卷，《性原光嗣》六卷，《四診脈鑑大全》九卷，《急救良方》一冊，《本草性能綱目》四十卷，《方葉統例》三十卷，《傷寒纂讀》九卷，《刊補明醫指掌》十卷，《女科機要》九卷，《怪症良方》二卷，《壽世良方》三卷，《天地考》九卷，《乾坤格鏡》十八卷。

**《古今醫史續增・李誠》** 李誠，字靜軒，黃巖人。嘉慶十八年拔貢生，官雲南姚州州判，終順寧知縣。撰《十三經集解》二百六十卷，首臚漢、魏諸家之說，次采近人精確之語，而唐、宋諸儒之徵實者亦不廢焉。嘗謂記水之書，自酈道元下，代不乏人，而言山者無成編，乃作《萬山綱目》六十卷。又《水道提綱補訂》二十八卷，《宦遊日記》一卷，《微言管窺》三十六卷，《醫家指迷》一卷。

**《古今醫史續增・劉獻廷》** 劉獻廷，字繼莊，大興人，先世本吳人也。其學主經世，自象緯、律曆、音韻、險塞、財賦、軍政、以逮岐黃、釋老之書，無所不究習。

**《古今醫史續增・嵇永仁》** 嵇永仁，字留山，江南無錫人。用長洲籍入學爲諸生。入閩浙總督范承謨幕。耿精忠應吳三桂叛，執承謨，協永仁與同

幕王龍光、沈天成及承謨族弟承譜降，不從，被執。永仁少好從士大夫遊，討論國家典故，六曹章奏，條分件繫，著有《集政備考》一書。以范、嵇世交，故相從至閩。時精忠蓄謀未發，屢陳弭變策，如請撥協餉、補綠旗兵、安插逃弁、條議屯田諸端，冀固民心，殺賊勢。又請借巡視治海爲名，提輕兵駐上游制賊。以文武吏皆預中賊餌，號令格不行，在獄凡三年，賊害承謨，乃痛哭自經死。永仁知醫，著有《東田醫補》。工詩詞，有《竹林集》、《葭林堂詩》。獄中又著《詩》二卷、《文》一卷。與龍光相倡和者，又有《百苦吟》。

**《古今醫史續增・李景濂》** 李景濂，字亦周，浙江鄞縣人。幼喪母，父再娶於何而卒。何年少，媒氏欲奪之，景濂聞，伺於道，出椎擊之，歸告何。何相與慟哭，誓相依終身。何教景濂嚴，景濂事何甚謹。何嗜酪，景濂日入市求之，端捧急趨，如鳥張翼。市人怪而求其故，則皆歎其孝，爲讓道。何老病，景濂侍疾七年不怠。何卒，景濂亦六十，廬墓三年，作孺子泣。景濂明諸生，棄諸生去爲醫。

**《古今醫史續增・王正中》** 王正中，字仲撝，保定人。崇禎丁丑進士。魯王監國，以兵部職方司主事攝餘姚縣事。時義軍猝起，市魁、里正得一劄付，輒入民舍括金帛，郡縣不敢誰何。正中既視事，令各營取餉必經縣，否則以盜論。總兵陳梧渡海掠餘姚，正中遣民兵擊殺之，諸營大譁，責正中擅殺大將。黃宗羲言於監國曰：梧借喪亂以濟其私，致犯衆怒，是賊也。正中守土，當爲國保民，何罪之有？議乃息。張國柱、田仰、荊本徹各率所部過姚江，舳艫蔽空而下，以正中嚴備，不敢犯，皆帖帖趣行。國柱後從定海入，縱兵焚掠，正中單騎入其軍，呵止之，國柱迄不得逞。尋擢察御史，諸軍從浙西來會，一聽約束，衆倚之若嚴城焉。尋以株連繫獄，論死。獄中有閩人柯仲炯者，精星象，正中欲從受業，援黃霸從夏侯勝授經事爲說，數年講習不怠，洞悉天官、律呂、度數諸書，復從黃宗羲學壬遁、孤虛之術。宗羲歎曰：傳吾絕學者，仲撝一人耳！遂造《監國魯元年丙戌大統曆》以進。浙東亡，避竄山中，貧不能自存，傍鑑湖佃田五畝，佐以醫卜自給。康熙六年，卒，年六十九。著有《周易註》、《律書詳註》。

**《古今醫史續增・吳有性》** 吳有性，字又可，江南吳縣人。生於明季，居太湖中洞庭山。當崇禎辛巳歲，南北直隸、山東、浙江大疫，醫以傷寒法治之，不效。有性推究病源，就所歷驗，著《瘟疫論》，謂：傷寒自毫竅入，中於脈絡，從表入裏，故其傳經有六。自陽至陰，以次而深。瘟疫自口鼻入，伏於膜原，其邪在不表不裏之間。其傳變有九，或表或裏，各自爲病。有但表而不裏者，有表而再表者，有但裏而不表者，有裏而再裏者，有表裏分傳者，有表裏分傳而再分傳者，有表勝於裏者，有先表後裏者，有先裏後表者。其間有與傷寒相反十一事，又有變證、兼證，種種不同。並著論製方，一一辨別。古無瘟疫專書，自有性書出，始有發明。其後有戴天章、余霖、劉奎，皆以治瘟疫名。

**《古今醫史續增・戴天章》** 戴天章，字麐郊，江蘇上元人。諸生。好學強記，尤精於醫。所著《傷寒》、《雜病》諸書，及《咳論注》、《瘧論注》、《廣瘟疫論》，凡十餘種。其論瘟疫，一宗有性之說。謂瘟疫之異於傷寒，尤慎辨於見證之始。辨氣、辨色、辨舌、辨神、辨脈，益加詳焉。爲人療病，不受謝。子瀚成，雍正元年一甲第二名進士。

**《古今醫史續增・余霖》** 余霖，字師愚，安徽桐城人。乾隆中，桐城疫，霖謂病由熱淫，投以石膏，輒愈。後數年，至京師，大暑，疫作，醫以張介賓法者多死，以有性法亦不盡驗。鴻臚卿馮應榴姬人呼吸將絕，霖與大劑石膏，應手而痊。踵其法者，活人無算。霖所著曰《疫疹一得》，其論與有性有異同，取其辨證，而以用達原飲及三消、承氣諸方，猶有附會表裏之意云。

**《古今醫史續增・劉奎》** 劉奎，字文甫，山東諸城人。乾隆末，著《瘟疫論類編》及《松峯說疫》二書，松峯者，奎以自號也。多爲窮鄉僻壤艱覓醫藥者說法。有性論瘟疫，已有大頭瘟、疙瘩瘟疫、絞腸瘟、軟腳瘟之稱，奎復舉北方俗諺所謂諸疫證名狀，一一剖析之。又以貧寒病家無力購藥，取鄉僻恒有之物可療病者，發明其功用，補《本草》所未備，多有心得。同時昌邑黃元御治疫，以浮萍代麻黃，即本奎說。所著書流傳日本，醫家著述，亦有取焉。

**《古今醫史續增・喻昌》** 喻昌，字嘉言，江西新建人。幼能文，不羈，與陳際泰遊。明崇禎中，以副榜貢生入都，上書言事，尋詔徵，不就，往來靖安間。披緇爲僧，復蓄髮遊江南。順治中，僑居常熟，以醫名，治療多奇中。才辯縱橫，不可一世。著《傷寒尚論篇》，謂林億、成無己過於尊信王叔和，惟方有執作《條辨》，削去叔和序例，得尊經之旨；而猶有未達者，重爲編訂，其淵源雖出方氏，要我自抒所見。惟《溫證論》中，以溫藥治溫病，後尤怡、陸懋修並著論非之。又著《醫門法律》，取風、寒、暑、溼、燥、火六氣及諸雜證，分

門著論。次法，次律。法者，治療之術，運用之機；律者，明著醫之所以失，而判定其罪，如折獄然。昌此書，專爲庸醫誤人而作，分別疑似，使臨診者不敢輕嘗，有功醫術。後附《寓意草》，皆春所治醫案。凡診病，先議病，後用藥。又與門人定議病之式，至詳審。所載治驗，反覆推論，務闡審證用藥之所以然，異於諸家醫案但泛言某病用某藥愈者，並爲世所取法。昌通禪理，其醫往往出於妙悟。《尚論後篇》及《醫門法律》，年七十後始成。昌既久居江南，從學者甚多。

**《古今醫史續增・徐彬》** 徐彬，字忠可，浙江嘉興人。昌之弟子。著《傷進一百十三方發明》及《金匱要略論注》，其說皆本於昌。《四庫》著錄《金匱要略》，即用彬《論注》本。凡疏釋正義，見於注；或賸義及總括諸證不可專屬者，見於論。彬謂他方書出於湊集，就採一條，時亦獲驗。若《金匱》之妙，統觀一卷，全體方具。不獨察其所用，並須察其所不用。世以爲篤論。

**《古今醫史續增・張璐》** 張璐，字路玉，自號石頑老人，江南長洲人。少穎悟，博貫儒業，專心醫藥之書。自軒、岐迄近代方法，無不搜覽。遭明季之亂，隱於洞庭山中十餘年，著書自娛，至老不倦。倣明王肯堂《證治準繩》，彙集古人方論，近代名言，薈萃折衷之，每門附以治驗醫案，爲《醫歸》一書，後易名《醫通》。璐謂仲景書衍釋日多，仲景之意轉晦。後見《尚論》、《條辨》諸編，又廣搜祕本，反覆詳玩，始覺嚮之所謂多歧者，漸歸一貫，著《傷寒纘論》、《緒論》。纘者，祖《仲景》之文，緒者，理諸家之紛紜而清出之，以翼仲景之法。其注《本草》，疏本經之大義，並繫諸家治法，曰《本經逢原》；論脈法大義，曰《診宗三昧》，皆有心得。又謂唐孫思邈治病多有奇異，逐方研求藥性，詳爲疏證，曰《千金方釋義》，並行於世。璐著書主博通，持論平實，不立新異。其治病，則取法薛己、張介賓爲多。年八十餘卒。聖祖南巡，璐子以柔進呈遺書，溫旨留覽焉。子登、倬，皆世其業。登，字誕先，著《傷寒舌鑑》；倬，字飛疇，著《傷寒兼證析義》；並著錄《四庫》。

**《古今醫史續增・高斗魁》** 高斗魁，字旦中，又號鼓峯，浙江鄞縣人。諸生。兄斗樞，明季死國難。斗魁任俠，於遺民罹難者，破産營救。妻因事連及，勒自裁。素精醫，遊杭，見舁棺者血瀝地，曰：是未死，啟棺，與藥而甦。江湖間傳其事，求治病者無寧晷。著《醫學心法》，又《吹毛編》，則自記醫案也。其論醫宗旨，亦近於張介賓。

**《古今醫史續增・周學海》** 周學海，字徵之，安徽建德人，總督馥子。光緒十八年進士，授內閣中書，官封浙江候補道。潛心醫學，論脈尤詳，著《脈義簡摩》、《脈簡補義》、《診家直訣》、《辨脈平脈章句》。引申舊說，參以實驗，多心得之言。博覽羣籍，實事求是，不取依託附會。慕宋人之善悟，故於史堪、張元素、劉完素、滑壽及近世葉桂諸家書，皆有評注。自言於清一代名醫，服膺張璐、葉桂兩家。證治每取璐說，蓋其學頗與相近。宦遊江、淮間，時爲人療治，常病不異人，遇疑難，輒有奇效。刻古醫書十二種，所據多宋、元舊槧藏家祕籍，校勘精審，世稱善本云。

**《古今醫史續增・張志聰》** 張志聰，字隱庵，浙江錢塘人。明末，杭州盧之頤、繇父子著書，講明醫學，志聰繼之。搆侶山堂，招同志講論其中，參考經論，辨其是非。自順治中至康熙之初，四十年間，談軒、岐之學者咸歸之。注《素問》、《靈樞》二經，集諸家之說，隨文衍義，勝明馬元臺本。又注《傷寒論》、《金匱要略》，於《傷寒論》致力尤深，歷二十年，再易稿始成。用王叔和原本，略改其編次。首列六經病，次列霍亂易復並痙濕、暍汗、吐下，後列辨脈、平脈，而刪叔和序例，以其與本論矛盾，故去之以息辨。駁辨成無己舊注，謂：風傷衛，寒傷營，脈緩爲中風，脈緊爲傷寒。傷寒，惡寒無汗，宜《麻黃湯》；中風，惡風有汗，宜桂枝湯，諸說未盡當。而風寒兩感，營衛俱傷，宜大青龍湯爲尤謬。其注，分章以明大旨，節解句釋，兼晰陰陽血氣之生始出入，經脈藏府之貫通循行，使讀論者取之有本，用之無窮，不徒求之糟粕，庶免終身由之而不知其道也。又注《本草》，詮釋本經，闡明藥性，本五運六氣之理。後人不經臆說，概置勿錄。其自著曰《侶山堂類辨》、《針灸祕傳》。志聰之學，以《素》、《靈》、《金匱》爲歸，生平著書，必守經法，遺書並行於世，惟《針灸祕傳》佚。

**《古今醫史續增・高世栻》** 高世栻，字士宗。與志聰同里。少家貧，讀時醫通俗諸書，年二十三即出療病，頗有稱。後自病，時醫治之，益劇；久之，不藥，幸愈。翻然悔曰：我治人，殆亦如是，是草菅人命也。乃從志聰講論軒、岐、仲景之學，歷十年，悉窺精奧。遇病必究其本末，處方不同流俗。志聰著《本草崇原》，未竟，世栻繼成之。又注《傷寒論》。晚著《醫學真傳》，示門弟子。自述曰：醫理如剝蕉，剝至無可剝，方爲至理。以之論病，大中至正，一定不移。世行分門別類之方書，皆醫門糟粕，如薛己、趙獻可輩，雖

有穎悟變通，非軒、岐、仲景一脈相傳之大道。古人云：不知十二經絡，開口舉手便錯；不明五運六氣，讀盡方書無濟。病有標有本，求其標，祇取本，治千人，無一損。故示正道，以斥旁門，使學者知所慎。後有張錫駒，字令韶，亦錢塘人。著《傷寒論直解》、《胃氣論》，其學本於志聰。

**《古今醫史續增・陳念祖》** 陳念祖，字修園，福建長樂人。乾隆五十七年舉人。著《傷寒金匱淺注》，本志陪、錫駒之說，多有發明，世稱善本。嘉慶中，官直隸威縣知縣，有賢聲。值水災、大疫，親施方藥，活人無算。晚歸田，以醫學教授門弟子甚衆，著書凡十餘種，並行世。

**《古今醫史續增・黃元御》** 黃元御，字坤載，山東昌邑人。諸生。因庸醫誤藥損目，發憤學醫，於《素問》、《靈樞》、《難經》、《傷寒論》、《金匱玉函經》，皆有注釋，凡數十萬言。自命甚高，喜更改古書，以伸己說。其論治病，主於夫陽以抑陰。

**《古今醫史續增・柯琴》** 柯琴，字韻伯，浙江慈谿人。博學多聞，能詩、古文辭。棄舉子業，矢志醫學。家貧，遊吳，棲息於虞山，不以醫自鳴，當世亦鮮知者。著《內經合璧》，多所校正，書佚不傳。注《傷寒論》，名曰《來蘇集》。以方有執、喻昌等各以己意更定，有背仲景之旨，乃據《論》中有太陽證、桂枝證、柴胡證諸辭以證名篇，彙集六經諸論，各以類從。自序略曰：《傷寒論》經王叔和編次，已非仲景之舊，讀者必細勘何者爲仲景言，何者爲叔和筆。其間脫落、倒句、訛字、衍文，一一指破，頓見真面。且筆法詳略不同，或互文見意，或比類相形，因此悟彼，見微知著，得於語言文字之外，始可羽翼仲景。自來注家，不將全書始終理會，先後合參，隨文敷衍，彼此矛盾，黑白不分。三百九十七法，不見於仲景序文，又不見於叔和序例，林氏倡於前，成氏和於後，其不足取信，王安道已辨之矣。繼起者，猶瑣瑣於數目，亦何補於古人？何功於後學哉？大青龍湯，仲景爲傷寒中風無汗而兼煩燥者設，即加味麻黃湯耳。而謂其傷寒見風，傷風見寒，因以麻黃湯主寒傷營，桂枝怕湯主風傷衛，大青龍湯主風寒兩傷營衛，曲成三綱鼎立之說，此鄭聲之亂雅樂也。且以十存二三之文，而謂之全篇，手足厥冷之厥，或混於兩陰交盡之厥，其間差謬，何可殫舉？此愚所以執卷長吁，不能已也！又著《傷寒論翼》，自序略曰：仲景著《傷寒雜病論》，合十六卷，法大備。其常中之變，變中之常，靡不曲盡。使全書俱在，盡可見論知源。自叔和編次《傷寒》、《雜病》，分爲兩書，然本論中雜病留而未去者尚多，雖有《傷寒論》之專名，終不失《雜病》合論之根蒂也。名不副實，並相淆混，而旁門歧路，莫知所從，豈非叔和之謬以禍之歟？夫仲景之言六經爲百病之法，不專爲傷寒一科，傷寒、雜病，治無二理，咸歸六經之節制。治傷寒者，但拘傷寒，不究其中有雜病之理；治雜病者，復以傷寒論無關於雜病，而置之不問。將參贊化育之書，悉歸狐疑之域，愚甚爲斯道憂之。論者謂琴二書，大有功於仲景。

**《古今醫史續增・尤怡》** 尤怡，字在涇，江蘇吳縣人。父有田千畝，至怡中落。貧甚，鬻字於佛寺。業醫，人未之異也。好爲詩，與同里顧嗣立、沈德潛遊，晚年，學益深造，治病多奇中，名始著。性淡榮利，隱於花溪，自號飼鶴山人，著書自得。其注《傷寒論》，名曰《貫珠集》。謂後人因王叔和編次錯亂，辨駁改訂，各成一家言，言愈多而理愈晦。乃就六經，各提其綱，於正治法之外，太陽有權變法，幹旋法，救逆法，類病法；陽明有明辨法，雜治法，少陽有權變法；太陰有藏病、經病法，經、藏俱病法；少陰、厥陰有溫法、清法。凡病機進退微權，各有法以爲辨，使讀者先得其法，乃能用其方。分證甚晰，於少陰、厥陰、溫清兩法，尤足破世人之惑。注《金匱要略》，名曰《心典》。別撰集諸家方書，《雜病治要》，足以羽翼仲景者，論其精蘊，曰《金匱翼》。又著《醫學讀書記》，於軒、岐以下諸家，多有折衷，徐大椿稱爲得古人意。怡著述並篤雅，世以《貫珠集》與柯琴《來蘇集》並重焉。

**《古今醫史續增・葉桂》** 葉桂，字天士，江蘇吳縣人。先世自歙遷吳，祖時、父朝采，皆精醫。桂年十四喪父，從學於父之門人，聞言即解，見出師上，遂有聞於時。切脈望色，如見五藏。治方不出成見，嘗曰：劑之寒溫視乎病，前人或偏寒涼，或偏溫養，習者泥無定識。假兼備以倖上，借和平以藏拙。朝用一方，晚易一劑，詎有當哉？病有見證，有變證，必胸有成竹，乃可施之以方。其治病多奇中，於疑難證，或就其平日嗜好而得救法；或他醫之方，略與變通服法；或竟不與藥，而使居處飲食消息之，或於無病時預知其病；或預斷數十年後，皆驗。當時名滿天下，傳聞附會，往往涉於荒誕，不具錄。卒，年八十。臨歿，戒其子曰：醫可爲而不可爲。必天資敏悟，讀萬卷書，而後可以濟世。不然，鮮有不殺人者，是以藥餌爲刀刃也。吾死，子孫慎勿輕言醫！桂神悟絕人，貫徹古今醫術，而勘著述。世傳所注《本草》，多心得。又《許叔微本事方釋義》、《景岳發揮》。歿後，門人集醫案爲《臨證

指南》，非其自著。附《幼科心法》一卷，傳爲桂手定，徐大椿謂獨精卓，後章楠改題曰《三時伏氣外感篇》，又附《溫證證治》一卷，傳爲口授門人顧景文者，楠改題曰《外感溫證篇》。二書最爲學者所奉習。同里薛雪，名亞於桂，而大江南北，言醫輒以桂爲宗，百餘年來，私淑者衆。最著者，吳瑭、章楠、王士雄。

**《古今醫史續增・薛雪》** 薛雪，字生白，自號一瓢。少學詩於同郡葉燮。乾隆初，舉鴻博，未遇。工畫蘭，善拳勇，博學多通，於醫時有獨見。斷人生死不爽，療治多異跡。生平與桂不相能，自名所居曰掃葉莊，然每見桂處方而善，未嘗不擊節也。著《醫經原旨》，於《靈》、《素》奧旨，具有發揮。世傳《濕溫篇》，爲學者所宗，或曰非雪作。其醫案與桂及繆遵義合刻。

**《古今醫史續增・繆遵義》** 繆遵義，亦吳人。乾隆二年進士，官知縣。因母病，通方書，棄官爲醫，用藥每出創意，吳中稱三家焉。

**《古今醫史續增・吳瑭》** 吳瑭，字鞠通，江蘇淮陰人。乾、嘉之間遊京師，有名。學本於桂，以桂立論甚簡，但有醫案散見於雜證之中，人多忽之。著《溫病條辨》，以暢其義，其書盛行。同時歸安吳貞，著《傷寒指掌》，亦發明桂醫案之旨，與瑭相同。

**《古今醫史續增・章楠》** 章楠，字虛谷，浙江會稽人。著《醫門棒喝》。謂桂、雪最得仲景遺意，而他家不與。

**《古今醫史續增・王士雄》** 王士雄，字孟英，浙江海寧人。居於杭，世爲醫。士雄讀書礪行，家貧，仍以醫自給。咸豐中，杭州陷，轉徙上海。時吳、越避寇者麕集，疫癘大作，士雄療治，多全活。舊著《霍亂論》，致慎於溫補，至是重訂刊行，醫者奉爲圭臬。又著《溫熱經緯》，以軒、岐、仲景之文爲經，葉、薛諸家之辨爲緯，大意同章楠注釋。兼採昔賢諸說，擇善而從，勝楠書。所著凡數種，以二者爲精詳。同時浙西論醫者，平湖陸以湉、嘉善汪震、烏程汪曰楨，宗旨略同。陽湖張琦、曜孫，父子皆通儒，以醫鳴，取黃元御扶陽之說，偏於溫。曜孫至上海，或勸士雄往就正，士雄謝之。號葉氏學者，要以士雄爲巨擘，惟喜用辛涼，論者謂亦稍偏云。

**《古今醫史續增・徐大椿》** 徐大椿，原名大業，字靈胎，晚號洄溪，江蘇吳江人，翰林檢討釚孫。生有異稟，長身廣顙，聰強過人。爲諸生，勿屑，去而窮經，探研《易》理，好讀黃老與《陰符》家言。凡星經、地志、九宮、音律、技擊、句卒、贏越之法，靡不通究，尤遂於醫，世多傳其異跡。然大椿自編醫案，惟剖析虛實寒溫，發明治療之法，歸於平實，於神異者僅載一二。其書世多有，不具錄。乾隆二十四年，大學士蔣溥病，高宗命徵海內名醫，以薦召入都。大椿奏溥病不可治，上嘉其樸誠，命入太醫院供奉，尋乞歸。後二十年復詔徵，年已七十九，遂卒於京師，賜金治喪。大椿學博而通，注《神農本草經》百種，以舊注但言其當然，不言其所以然，採綴常用之品，備列經文，推闡主治之義，於諸家中最有啟發之功。注《難經》曰：《經釋》，辨其與《靈樞》、《素問》說有異同。注《傷寒》曰：《類方》，謂：醫家刊定《傷寒論》，如治《尚書》者之爭《洪範》、《武成》，注《大學》者之爭古本，今本，終無定論。不知仲景本論，乃救誤之書，當時隨證立方，本無定序。於是削除陰陽六經門目，但使方以類從，證隨方定，使人可案證以求方，而不必循經雙求證。一切葛藤，盡芟去之。所著《蘭臺軌範》，凡錄病論，惟取《靈樞》、《素問》、《難經》、《金匱要略》、《傷寒論》、隋巢元方《病源》、唐孫思邈《千金方》、王燾《外臺祕要》而止。錄方亦多取諸書，宋以後方，則採其義可推尋，試多獲效者，去取最爲謹嚴。於疑似出入之間，辨別尤悉。其論醫之書曰《醫學源流論》，分目九十有三。謂：病之三名有萬，而脈之象不過數十，是必以望、聞、問三者參之。如病同人異之辨，兼證兼病之別，亡陰亡陽之分。病有不愈不死，有雖愈必死，又有藥誤不即死。藥性有古今變遷，《內經》司天運氣之說不可泥。鍼灸之法失傳。諸說並可取。又《慎疾芻言》，爲溯於邪說俗見者痛下鍼砭，多驚心動魄之語。《醫貫砭》，專斥趙獻可溫補之弊。諸書並行世。大椿與葉桂同以醫名吳中，而宗旨異。評桂醫案，多所糾正。兼精瘍科，則未著專書。謂世傳《外科正宗》一書，輕用刀鍼及毒藥，往往害人，詳爲批評，世並奉爲善本。同郡吳縣王維德，字洪緒，自號林屋山人。曾祖字若谷，精瘍醫，維德傳其學，著《外科全生集》。謂：癰疽無死證，癰乃陽實，氣血熱而毒滯；疽乃陰虛，氣血寒而毒凝。皆以開腠理爲要，治者但當論陰陽虛實。初起色紅爲癰，色白爲疽，截然兩途。世人以癰疽連呼並治，誤矣。其論爲前人所未發。凡治初起以消爲貴，以托爲畏，尤戒刀鍼毒藥，與大椿說略同，醫者宗之。維德兼通陰陽家言，著《永寧通書》、《卜筮正宗》。

**《古今醫史續增・龍施》** 龍施，字德敷，嘉靖乙卯，鄉薦第一。由袁眉教諭，歷官戶部郎中，所在有聲，擢河東運，同以母老乞養，家居二十餘年，當

事累薦不起。澹然自樂，著書之外，治藥餌濟病。眎，親戚有緩急，輒出所入助之，所著有：《露林蟬嘯》、《心濟醫宗》、《歸田百韻》、《田園雜興集》、《宇和韻》、《林皋漫興羣書集》、《韻吟稾》諸作。

**《小倉山房文集・徐靈胎先生傳》** 乾隆二十五年，文華殿大學士蔣文恪公患病，天子訪海内名醫，大司寇泰公首薦吳江徐靈胎。天子召入都，命視蔣公疾，先生奏疾不可治。上嘉其朴誠，欲留在京師効力。先生乞歸田里，上許之。後二十年，上以中貴人有疾，再召入都。先生已七十九歲，自知衰矣，未必生還，乃率其子燨載棺柩以行，果至都三日而卒。天子惋惜之，賜帑金，命燨扶櫬以歸。嗚呼！先生以吳下一諸生，兩蒙聖天子蒲輪之徵，巡撫、司、道，到門速駕，聞者皆驚且羨，以爲希世之榮。余，舊史官也，與先生有撫塵之好，急思采其奇方異術，奮筆書之，以垂醫鑑而活蒼生，倉猝不可得。今秋訪燨於吳江，得其自述紀略，又訪諸吳人之能道先生者，爲之立傳。

傳曰：先生名大椿，字靈胎，晚自號洄溪老人。家本望族。祖釚，康熙十八年鴻詞科翰林，纂修《明史》。先生生有異稟，聰強過人。凡星經、地志、九宮、音律，以至舞刀奪槊、勾卒贏越之法，靡不宣究，而尤長於醫。每視人疾，穿穴膏肓，能呼肺腑與之作語。其用藥也，神施鬼設，斬關奪隘，如周亞夫之軍從天而下。諸岐、黄家目惶心駭，帖帖懾服，而卒莫測其所以然。

蘆越迮耕石臥病，六日不食不言，目炯炯直視。先生曰：此陰陽相搏證也。先投一劑，須臾目瞑能言；再飲以湯，竟躍然起。嗟曰：余病危時，有紅黑二人纏繞作祟，忽見黑人爲雷震死，頃之，紅人又爲白虎銜去，是何祥也？先生笑曰：雷震者，余所投附子霹靂散也；白虎者，余所投天生白虎湯也。迮驚，以爲神。張雨村兒生無皮，見者欲嘔，將棄之。先生命以糯米作粉，糝其體，里以絹，埋之土中，出其頭，飲以乳，兩晝夜而皮生。任氏婦患風痺，兩股如針刺。先生命作厚褥，遣強有力老嫗抱持之，戒曰：任其顛撲叫號，不許放鬆，以汗出爲度。如其言，勿葉而愈。商人汪令聞十年不御内，忽氣喘，頭汗，徹夜不眠。先生曰：此亢陽也，服葍過多之故。命與婦人一交而愈。有拳師某與人角伎，當胸受傷，氣絕口閉。先生命覆臥之，奮拳擊其尻三下，遂吐黑血數升而愈。其他如沈文慤公未遇時，胗脈而知其必貴。熊季輝強壯時，握臂而知其必亡，皆所謂視於無形，聽於無聲者。其機警靈速，皆此類也。

先生長身廣顙，音聲如鐘，白鬚偉然，一望而知爲奇男子。少時留心經濟之學，於東南水利，尤所洞悉。雍正二年，當事大開塘河，估深六尺，傍塘岸起土。先生爭之曰：誤矣，開太深則費重，淤泥易積，傍岸泥崩，則塘易倒。大府是之，改縮淺短，離塘岸一丈八尺起土，工省費而塘以保全。乾隆二十七年，江、浙大水，蘇撫莊公欲聞震澤七十二港，以洩太湖下流。先生又爭之曰：悞矣，震澤七十二港，非太湖之下流也。惟近城十餘港，乃入江故道，此真下流所當開濬者。其餘五十餘港，長二百餘里，兩岸室廬墳墓以萬計，如欲大開，費既重而傷民實多；且恐湖泥倒灌，旋閉旋塞。此乃民聞自濬之河，非當官應辦之河也。莊公以其言入奏，天子是之。遂賦工屬役，民不擾而工已竣。

先生隱於洄溪，矮屋百椽，有畫眉泉，小橋流水，松竹鋪紛。登樓則太湖奇峯鱗羅布列，如兒孫拱侍狀。先生嘯傲其間，人望之，疑真人之在天際也。所著有《難經經釋》《醫學原流》等書，凡六種。其中鉤剔利弊，剖析經絡，將古今醫書存其是，指其非，久行於世。子燨，字榆村，儻易有父風，能活人濟物，以世其家。孫垣，乙卯舉人，以詩受業隨園門下。

贊曰：《記》稱德成而先，藝成而後。似乎德重而藝輕。不知藝也者，德之精華也。德之不存，藝於何有？人但見先生藝精伎絕，而不知其平素之事親孝，與人忠，葬枯粟乏，造修輿梁，見義必爲，是據於德而後遊於藝者也。宜其得心應手，驅遣鬼神。嗚呼！豈偶然哉？猶記丙戌秋，余左付忽短縮不能伸，諸醫莫效。乃拖舟直詣洄溪，旁無介紹，惴惴然疑先生之未必我見也。不料名紙一投，蒙爹門延請，握手如舊相識，具雞黍爲懽，清談竟日，贈丹藥一丸而別。故人李蒓溪迎而笑曰：有是哉！子之幸也。使他人來此一見，費黄金十笏矣。其爲世所欽重如此。先生好古，不喜時文，與余平素意合，故採其《嘲學究》俳歌一曲，載《詩話》中以警世云。

**《世補齋醫書六種・補〈後漢書〉張機傳》** 張機，字仲景，南郡涅陽人也。靈帝時舉孝廉，在家仁孝，以廉能稱。建安中，官至長沙太守，在郡亦有治跡。博通羣書，潛樂道術，學醫於同郡張伯祖，盡得其傳。總角時，同郡何永稱之，許爲良醫，果精經方，有《寒食散論》，解寒食，散寒食藥者，世莫知焉，或言華佗，或曰仲景。攷之於實，佗之精微，方類單省，而仲景有侯氏黑散、紫石英方，皆數種相出入，節度略同。然則寒食、草石二方，出自仲景，非

佗也。且佗之爲治，或刳斷腸胃，滌洗五藏，不純任方也。仲景雖精不及於佗，至於審方物之候，論草木之宜，亦妙絕衆醫。

昔神農嘗草而作《本經》，爲開天明道之聖人，仲景、元化起而述之。故仲景黃素，元化綠帙，並有名稱。而仲景論廣伊尹《湯液》爲數十卷，用之多驗。既至京師爲名醫，於當時稱上手。見侍中王仲宣，時年二十餘，曰：君有病，四十當眉落，半年而死。令服五石湯可免。仲宣嫌其言忤，受湯勿服，居三日，見仲宣，謂曰：服湯否？仲宣曰：已服。仲景曰：色候固非服湯之診，何輕命也？仲宣猶不信，後二十年果眉落，一百八十七日而死，終如其言。美哉乎！仲景之能候色驗眉也。

居嘗慷慨歎曰：凡欲和湯合藥鍼灸之法，宜應精思，必通十二經脈，知三百六十孔穴，榮衛氣行，知病所在，宜治之法，不可不通。古者上醫相色，色脈與形不得相失。黑乘赤者死，赤乘青者生。中醫聽聲，聲合五音。火聞水聲，煩悶千驚。木聞金聲，恐畏相刑。脾者土也，生育萬物，迴動四傍，太過則四肢不舉，不及則九竅不通，主識閉塞，猶如醉人。四季運轉，終而復始。下醫診脈，知病原由。流轉移動，四時逆順，相害相生，審知藏府之微，此乃爲妙也。又曰：欲療諸病，當先以湯蕩滌五藏六府，開通諸脈，治道陰陽，破散邪氣，潤澤枯朽，悅人皮膚，益人氣血。水能淨萬物，故用湯也；若四肢病久，風冷發動，次當用散，散能逐邪，風氣淫痺表裏移走，居無常處者，散當平之；次當用丸，丸藥者，能逐風冷，破積聚，消諸堅癖，進飲食，調和榮衛。能參合而行之者，可爲上工。故曰：醫者，意也。又曰：不須汗而強汗之者，出其津液，枯竭而死；須汗而不與汗之者，使諸毛孔閉塞，令人悶絕而死。不須下而強下之者，令人開腸洞泄，不禁而死；須下而不與下之者，令人心內懊憹，脹滿煩亂，浮腫而死。不須灸而強與灸之者，令人火邪入腹，干錯五藏，重加其煩而死；須灸而不與灸之者，令人冷結重凝，久而深固，氣上衝心，無地消散，病篤而死。

以宗族二百餘口，死者三之二，傷寒居其七，遒引《陰陽大論》云：春氣溫和，夏氣暑熱，秋氣清涼，冬氣凜冽，此則四時正氣之序也。冬時嚴寒，萬類深藏，君子固密，則不傷於寒，觸冒之者，乃名傷寒耳。其傷於四時之氣者，皆能爲病，以傷寒爲毒者，以其最成殺厲之氣也。中而即病者，名曰傷寒。不即病者，寒毒藏於肌膚，至春變爲溫病，至夏變爲暑病。暑病者，熱極重於溫也。是以辛苦之人，春夏多溫熱病，皆由冬時觸冒寒冷所致，非時行之氣也。凡時行者，春時應煖而反大寒，夏時應熱而反大涼，秋時應涼而反之熱，冬時應寒而反大溫。此非其時而有其氣，是以一歲之中，長幼之病多相似者，此則時行之氣也。又引《素問》黃帝曰：夫熱病者，皆傷寒之類。及人之傷於寒也，則爲病熱。五百餘言爲傷寒日數部。著論二十二篇，證外合三百九十七法，一百一十三方。自序之，其辭曰：余每覽越人入虢之診，望齊侯之色，未嘗不慨然歎其才秀也。當今居世之士，曾不留神醫藥，精究方術，上以療君親之疾，下以救貧賤之厄，中以保身長全，以養其生；而但競逐榮勢，企踵權豪，孜孜汲汲，惟名利是務；崇飾其末，而忽棄其本，欲華其外而悴其內。皮之不存，毛將安附？進不能愛人知物，退不能愛躬知己，卒然遇邪風之氣，嬰非常之疾，患及禍至，而後震慄。身居危地，蒙昧昧，懿若游魂。降志屈節，欽望巫祝，告窮歸天，束手受敗。賚百年之壽命，將至寶之重器，委付庸醫，恣其所措。咄嗟喑鳴，厥身已斃，神明消滅，變爲異物，幽潛重泉，徒爲涕泣。舉世昏迷，莫能覺悟。自育若是，夫何榮世之有哉？哀乎！趨世之士，馳競浮華，不固根本，忘軀殉物，危若冰谷，至於是也！余宗族素多，向餘二百。建安紀元以來，猶未十稔，其死亡者，三分有二，傷寒居其七。感往昔之淪喪，傷橫夭之莫救，乃勤求古訓，博採衆方，撰用《素問》、《九卷》、《八十一難》、《陰陽大論》、《胎臚藥録》，並平脈辨證，爲《傷寒雜病論》，合十六卷。雖未能盡愈諸病，庶可以見病知源。若能尋余所集，思過半矣。夫天布五行，以植萬類；人秉五常，以爲五藏。經絡府輸，陰陽會通；元冥幽微，變化難極。《易》曰：非天下之至賾，其孰能與於此。自非才高識妙，豈能探其理致哉！上古有神農、黃帝、岐伯、伯高、雷公、少俞、少師、仲文，中世有長桑、扁鵲、公乘陽慶及倉公。下此以來，未之聞也。觀今之世，不念思求經旨，以演其所知；各承有技，始終循舊。省疾問病，務求口給；相對斯須，便處湯藥。按寸不及尺，握手不及足；人迎、趺陽，三部不參；動數發息，不滿五十。短期未知決候，九部曾無仿佛；明堂闕庭，盡不見察。所謂窺管而已。夫欲視死別生，固亦難矣！此皆醫之深戒，病者可不謹以察之而自防慮也。孔子云：生而知之者上，學則亞之。多聞博識，知之次也。余宿尚方術，請事斯語。其文辭簡古奧雅，凡治傷寒，未有能出其右者；其書推本《素問》之旨，爲諸方之祖。華佗讀而善之曰：此真

活人書也。靈、獻之聞，俗儒末學，醒醉不分，而稽論當世，疑誤視聽。名賢濬哲，多所防禦。至於仲景，特有神功。鄉里有憂患者，疾之易而愈之速。雖扁鵲、倉公無以加之。時人爲之語曰：醫中聖人張仲景。江南諸師，祕仲景要方不傳，所傳於世者《傷寒雜病論》十卷，或稱《方》十五卷，或又稱《黃素藥方》二十五卷，《辨傷寒》十卷，《評病要方》一卷，《療婦人方》二卷，《五藏論》一卷，《口齒論》一卷。弟子衛汎有才識。

論曰：凡言成事者，以功著易顯；謀幾初者，以理晦難昭。漢自中世以下，太官、大醫，異端紛紜。泥滯舊方，互相詭駮。張機取諸理化，以別草木之性，高志確然，獨拔羣俗。言之者雖誠而聞者未譬，其爲雷同者，所排固其宜也。豈幾慮自有明惑將期數使之然歟？夫利不在身，以之謀事則智；慮不私己，以之斷義必厲。誠能釋利以循道，使生以理全，死與義合也，不亦君子之致爲乎！孔子曰：危而不時，顛而不扶，則將焉用彼相矣。左邱明有曰：仁人之言，其利博哉！此蓋道術所以有補於世，後人皆當取鑒者也。機撰著篇籍，辭甚典美，文多故不載。原其大略，蠲去復重，亦足以信意而感物矣。傳稱：盛德必百世祀語，云活千人者，子孫必封。信哉！贊曰：塗分流別，專門並興。千載不作，淵源誰澂。

傳凡引仲處、承接處，多摭《後漢書》列傳中語以相聊屬。篇首倣左雄傳，冠南郡於涅陽之上。以漢之涅陽縣屬南陽郡。隨開皇初改爲淇陽。唐武德初屬鄧州，貞觀元年省入穰縣。金末始置鎮平縣，屬申州。元屬南陽府。明洪武二年省入南陽縣。國朝因之仲景生於涅陽，《傷寒論》序尾自署南陽者，書郡不書縣也。縣則前明始以南陽稱。在漢則當稱涅陽。故《河南通志》書：張機，涅陽人。【略】

《傷寒論・自序》云：撰用《素問》、《九卷》、《八十一難》、《陰陽大論》、《胎臚藥録》，並平脈辨證，爲《傷寒雜病論》，合十六卷。蓋謂撰用諸經後，並平其脈，辨其證，以成此十六卷之論。平字下是脈字，辨字下則是證字，而非脈字。言下了然，並非別有平脈、辨脈篇也。令所傳《傷寒論》有平脈法、辨脈法二篇，及諸可與不可等篇，皆出叔和之手。王安道言之頗詳，跡其文筆，絕類王氏《脈經》，可斷其不是仲景語。

王安道於仲景三百九十七法，左算不合，右算不合，勉強湊集，終無確數。不若陳修園除去叔和平脈、辨脈，諸可與不可等篇，依成無己注釋篇次，適得三百九十七節，謂此即三百九十七法。一節便是一法，以比安道轉覺其直截了當。

吳興莫枚叔《研經言》：《傷寒雜病論》十六卷，後人改題曰《金匱玉函》。王燾《外臺秘要》引之，概稱《傷寒論》。唐慎微《證類本草》引之，概稱《金匱玉函方》。一從其朔，一從其後也。當時以十六卷文繁而有刪本二：其一就原書刪存要略，併為三卷，題曰《金匱玉函要略方》，後為宋仁宗時王洙所得；其一就原書存脈法及六經治法，又諸可、不可等十卷，題曰《傷寒論》，而削雜病二字，即今本《傷寒論》也。此書行，而十六卷之原書不可得見矣。林億等又以所存三卷去其上卷，而分中、下二卷為三卷，以合原數。改題曰《金匱方論》，即今本《金匱要略》也。此書行，而併刪存之三卷亦不可複合矣。嚮！唐宋間人於仲景書任意分併，一再改題，而其去古也愈遠矣。

馬貴輿《文獻通考》引灶氏云：仲景著《傷寒論》，有大人之病而無嬰兒之患，有北方之藥而無南方之治，蓋陳蔡以南不可用柴胡、白虎二湯以治傷寒，謂其言極有理。此以灶與馬氏皆不明醫事而妄言之。故不問南陽及長沙之地與陳蔡相去幾何，而如近人秦皇士《傷寒大白》，又踵其失，且移長沙於大河之北，因此而謂仲景之方宜於北方冬月，不治春夏秋三時南方之病，遂以堅後人江浙無傷寒、南方無真中風等謬，而《傷寒論》因之益廢。可俱也！

江篁南《名醫類案》載方勺泊宅編，汪訒庵《醫方集解》載趙養葵《醫貫》，並云仲景為漢武帝治消渴，則相去且三百餘年。此數人者，皆不一問建安為何人年號？而仲景之地仲景之時並皆迷離徜恍，豈不因史家失傳之故耶？

或曰：葛洪有言仲景開胸而納赤餅，謂其為人治病有開胸納丸之異。此不類仲景所為，或以華元化有滌髒縫腸事，而仲景與之齊名，遂附會其說歟？《抱朴子》一書率多寓言，即其說果出稚川，亦未可援以為據也。

張介賓以方壺八法改作八陣，及自作本草，並引仲景語，如無升麻以犀角代之。此實朱肱之言也。肱以己所著，名《活人書》，亦曰《南陽書》。肱意本欲以此貌似仲景，而介賓果認作仲景語耳。況華佗安息香丸見於《中藏經》者，乃為犀角入藥之始。仲景初未嘗取用犀角，安得有是語耶？

方中行作《條辨》，謂張松北見曹操以川中醫有仲景為誇。仲景入蜀事無可據，明是稗官家言。

周禹載《傷寒論三注・自序》中有云：仲景未舉孝廉時，相者云：觀君思致，殆曠世之良醫也。禹載不言所自，他書亦無可考。

喻嘉言《醫門法律》謂仲景推演傷寒、中寒二論。不知中寒論何以不傳？至晉初即無可搜求。按：仲景書見於《隋書・經籍志》者尚多，嘉言欲低叔和妄為此說，以見晉人之淺於談醫。仲景何嘗別有中寒論耶？

嘉言《尚論篇》又謂：仲景治溫，凡用表藥皆用桂枝。吳鞠通《溫病條辨》因之，且謂：渴不惡寒之溫病以桂枝湯主之為仲景原文，其妄更甚。

楊栗山《傷寒瘟疫條辨》載仲景《傷寒論》曰：病家汗家，診其尺脈澀，先與黃芪建中湯補之，然後汗之。今《傷寒論》原文具在，安有是言？

姚首源作《古今偽書考》，謂《傷寒論》駁雜不倫，往往難辨，讀者苦不得其要旨。然則彼自不能辨，自不得其要旨耳。此其自知之明，於仲景乎何尤？若所云錢曉城著《醫學辨謬》一書，分別仲景書真偽，惜不可得而見也。

《隋書・經籍志》載遊元桂林二十一卷，目一卷，毛子晉本作張譏撰。而《校刊記》據殿本、監本改作張機。今讀《陳書》，有後主手授張譏玉柄麈尾，又於鍾山松林下救譏豎義，取松枝代麈兩事。則南朝自有張譏，能捉麈豎義者。非仲景也。子晉不誤，而據別本以改之者自誤耳。余曾沿其訛，采入補傳注中。特證明之，以志吾過。

# 引用書目

| 書名 | 作者 | 朝代 | 版本 | 備注 |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 周易 | | 周 | 明萬曆五年奎壁齋刻本 | |
| 詩經 | | 夏商至春秋 | 清光緒三年刻本 | |
| 管子 | 管仲 | 周 | 明天啓五年朱養純花齋刻本 | |
| 汲塚周書 | 佚名 | 周 | 清康熙六年精刻本 | |
| 詩經・大雅 | 佚名 | 周 | 清光緒五年刻本 | |
| 詩經・小雅 | 佚名 | 周 | 明嘉靖五年刻本 | |
| 關尹子 | 關尹子 | 春秋 | 影印明萬曆三十三年刻本 | |
| 國語 | 左丘明 | 春秋 | 清秦嘉謨輯補嘉慶時琳琅僊館刻本 | |
| 老子 | 李耳 | 春秋 | 明嘉靖五年仿宋刻本 | |
| 論語 | 孔伋 | 春秋 | 明嘉靖三十一年影宋刻本 | |
| 尚書 | 佚名 | 春秋 | 清乾隆二十一年德州盧見曾雅雨堂精寫刻本 | |
| 文子 | 文子 | 春秋 | 清乾隆三十一年隆武英殿聚珍版精刻本 | |
| 周易大傳 | 孔丘 | 春秋 | 清光緒十年善成堂精刻本 | |
| 子華子 | 程本 | 春秋 | 民國元年仿正統五年刻本 | |
| 左傳 | 左丘明 | 春秋 | 清乾隆十年刻本 | |
| 孫子兵法 | 孫武 | 春秋末年 | 明嘉靖三十一年影宋刻本 | |
| 鬼谷子 | 鬼谷子 | 戰國 | 清嘉慶十年江都秦氏刻本 | |

| | | | |
|---|---|---|---|
| 韓非子 | 韓非 | 戰國 | 明嘉靖三十年全刻本 |
| 鶡冠子 | 鶡冠子 | 戰國 | 清宣統三年安仁刻本 |
| 黃帝內經素問 | 佚名 | 戰國 | 明嘉靖二十九年武陵顧從德影宋刻本 |
| 列子 | 列御寇 | 戰國 | 清道光七年石研齋寫刻本 |
| 呂氏春秋 | 呂不韋 | 戰國 | 清光緒二十二縮印本 |
| 孟子 | 孟軻 | 戰國 | 清光緒十五年刻本 |
| 商君書 | 商鞅 | 戰國 | 清光緒二十二縮印本 |
| 荀子 | 荀況 | 戰國 | 清同治九年白紙精刻 |
| 中庸 | 子思 | 戰國 | 清康熙二十一年刻本 |
| 莊子 | 莊周 | 戰國 | 清光緒元年湖北崇文書局刻本 |
| 白虎通 | 班固 | 漢 | 清光緒三十年盧文紹抱經堂校刻本 |
| 春秋繁露 | 董仲舒 | 漢 | 清光緒三年湖北崇文書局刻本 |
| 淮南子 | 劉安 | 漢 | 清乾隆五十三年莊逵吉刻本 |
| 列仙傳 | 劉向 | 漢 | 清光緒二十五年道光間雙蓮書屋刻本 |
| 呂氏春秋高誘注 | 高誘 | 漢 | 清光緒二十年浙江書局刻本 |
| 論六家要旨 | 司馬談 | 漢 | 清道光十年刻本 |
| 前漢書 | 班固 | 漢 | 明崇禎十五年汲古閣刻本 |
| 史記 | 司馬遷 | 漢 | 清同治二年金陵局本 |
| 釋名 | 劉熙 | 漢 | 影印清光緒二十年刻本 |
| 新語 | 陸賈 | 漢 | 日本明和刻本 |
| 鹽鐵論 | 桓寬 | 漢 | 明嘉靖十七年刻本 |
| 易林 | 焦延壽 | 漢 | 清二十五年光緒崇文書局刻本 |

| | | | |
|---|---|---|---|
| 周禮 | 鄭玄 | 漢 | 清嘉慶二十年刻本 |
| 春秋元命苞 | 佚名 | 西漢 | 清嘉慶十四年版本 |
| 董仲舒集 | 董仲舒 | 西漢 | 清壽考堂精刻本 |
| 韓詩外傳 | 韓嬰 | 西漢 | 清乾隆四十年刻本 |
| 老子指歸 | 嚴遵 | 西漢 | 近代嘉興十年刻本 |
| 禮記 | 戴聖 | 西漢 | 清乾隆五十年精刻本 |
| 揚子法言 | 揚雄 | 西漢 | 清乾隆四十五年浙江書局校刻本 |
| 洪範五行傳 | 劉歆 | 西漢末 | 清嘉慶十八年刻本 |
| 漢書 | 班固 | 東漢 | 明萬曆十九年刻本 |
| 金匱要略 | 張機 | 東漢 | 明趙開美刻本 |
| 論衡 | 王充 | 東漢 | 明嘉靖中吳郡蘇氏通津草堂刻本 |
| 潛夫論 | 王符 | 東漢 | 民國十年白紙很大開影印的明代刻本 |
| 吳越春秋 | 趙曄 | 東漢 | 中華書局一九八五年北京新一版 |
| 新論 | 桓譚 | 東漢 | 明萬曆十一年新安程氏刻本 |
| 中藏經 | 華佗 | 東漢 | 清光緒六年精刻本 |
| 策秀才文 | 陸機 | 晉 | 明嘉靖四十三年刻本 |
| 嵇中散集 | 嵇康 | 晉 | 明嘉靖四十年刻本 |
| 脈經 | 王叔和 | 晉 | 清光緒二十年建德周氏刻本 |
| 脈經校注 | 王熙 | 晉 | 明萬曆十年趙開美摹宋刻本 |
| 擬金人銘作口銘 | 傅玄 | 晉 | 清嘉慶十二年至十七年鮑崇城刻本 |
| 山海經注 | 郭璞 | 晉 | 清康熙四十八年康熙內府刻本 |
| 博物志 | 張華 | 西晉 | 明萬曆十五商浚刻本 |

| | | | |
|---|---|---|---|
| 三國志 | 陳壽 | 西晉 | 明嘉靖元年刻本 |
| 抱朴子 | 葛洪 | 東晉 | 清光緒十年臨安府榮六郎書籍鋪刻本 |
| 神仙傳 | 葛洪 | 東晉 | 明萬曆十年刻本 |
| 陶淵明文集 | 陶淵明 | 東晉 | 清光緒五年版本 |
| 舊唐書 | 劉昫 | 後晉 | 清乾隆四年武英殿刻本 |
| 後漢書 | 范曄 | 南朝 | 明萬曆二十年刻本 |
| 南齊書 | 蕭子顯 | 南朝 | 明崇禎五年毛氏汲古閣刻本 |
| 世說新語 | 劉義慶 | 南朝 | 日本明和刻本 |
| 養性延命錄 | 陶弘景 | 南朝 | 清道光二十五年上海涵芬樓景印明景泰翻元小字本 |
| 魏書 | 魏收 | 北齊 | 清光緒十年刻本 |
| 水經注 | 酈道元 | 北朝 | 明嘉靖乙酉年黃省曾刻本 |
| 顏氏家訓 | 顏之推 | 北朝北周 | 清乾隆二十一年德州盧見曾雅雨堂刻本 |
| 褚氏遺書 | 褚澄 | 南齊 | 明崇禎十四年刻本 |
| 北齊書 | 李百藥 | 隋 | 清光緒元年湖北崇文書局官刻本 |
| 五行大義 | 蕭吉 | 隋 | 清道光己酉陳氏刻本 |
| 諸病源候論 | 巢元方 | 隋 | 明嘉靖歙岩鎮主一齋刻本 |
| 備急千金要方 | 孫思邈 | 隋唐 | 清光緒五年影印仿宋刻本 |
| 北戶錄 | 段公路 | 唐 | 明崇禎五年刻本 |
| 北史 | 李延壽 | 唐 | 清同治金陵書局仿汲古閣精刻本 |
| 晉書 | 房玄齡 | 唐 | 明萬曆六年周若年丁孟嘉刻本 |
| 梁書 | 姚思廉 | 唐 | 清同治八年嶺南茬古堂刻本 |
| 蠻書 | 樊綽 | 唐 | 清康熙三十年刻本 |

千金要方

| | | | |
|---|---|---|---|
| 南史 | 李延壽 | 唐 | 明萬曆三十年內府刻本 |
| 續仙傳 | 沈汾 | 唐 | 《道藏源流攷》下冊，中華書局一九六三年版 |
| 千金翼方 | 孫思邈 | 唐 | 清道光二十五年上海涵芬樓影印 |
| 乾元子三始論 | 乾元子 | 唐 | 清道光二十五年上海涵芬樓影印 |
| 攝生纂錄 | 王仲丘 | 唐 | 中華民國戊午年翻印明潤德堂刻本 |
| 隋書 | 魏徵 | 唐 | 明崇禎三年刻本 |
| 孫真人攝養論 | 孫思邈 | 唐 | 清康熙三十年刻本 |
| 唐六典 | 李林甫 | 唐 | 清光緒二十一書局精刻本 |
| 唐律疏議 | 長孫無忌 | 唐 | 清光緒十七年精刻本 |
| 天隱子養生書 | 司馬承禎 | 唐 | 清光緒十五年崇文書局刻本 |
| 通典 | 杜佑 | 唐 | 清同治八年揚州書局精寫刻本 |
| 西山群仙會真記 | 施肩吾 | 唐 | 清康熙十九年通志堂刻本 |
| 藝文類聚 | 歐陽詢 | 唐 | 明嘉靖刻本道光己酉陳氏 |
| 鐘呂傳道集 | 施肩吾 | 唐 | 清光緒三十二年成都二仙庵重刻本 |
| 周書 | 令狐德棻 | 唐 | 清順治二年刻本 |
| 周易正義 | 孔穎達 | 唐 | 阮元校刻本 |
| 江文通集 | 江淹 | 梁 | 明萬曆二十年刻本 |
| 元包經 | 衛元嵩 | 北周 | 明嘉靖四十年版本 |
| 混元八景真經 | 佚名 | 五代至北宋 | 清乾隆四十一年刻本 |
| 化書 | 譚峭 | 南唐 | 康熙二十三年刻本 |
| 本朝政要策 | 曾鞏 | 宋 | 清乾隆四年武英殿刻本 |
| 皇極經世書 | 邵雍 | 宋 | 清咸豐七年刻本 |

| | | | |
|---|---|---|---|
| 臨川先生文集 | 王安石 | 宋 | 明嘉靖三十九年何遷刻本 |
| 擒玄賦 | 佚名 | 宋 | 清道光五年刻本 |
| 新唐書 | 歐陽修 | 宋 | 清乾隆四年武英殿刻本 |
| 雲笈七籤 | 張君房 | 宋 | 清道光二十五年上海涵芬樓影印道藏 |
| 保生要錄 | 蒲虔貫 | 宋 | 明萬曆二十一年虎林氏文會堂刻本 |
| 寶慶四明志 | 羅濬 | 宋 | 清同治四年刻本 |
| 仇池筆記 | 蘇軾 | 宋 | 明萬曆壬寅年趙開美刻本 |
| 道樞 | 曾慥 | 宋 | 清光緒十年精刻本 |
| 東京夢華錄 | 孟元老 | 宋 | 弘治二年甲子重新刊行本 |
| 桂海虞衡志 | 范大成 | 宋 | 日本文化九年睡仙堂刻本 |
| 混俗熙生錄 | 劉詞 | 宋 | 民國十三年景印明正統本 |
| 近思錄 | 朱熹、呂祖謙 | 宋 | 明嘉靖十七年吳邦模刻本 |
| 救荒活民書 | 董煟 | 宋 | 清光緒十年談泰撰據金陵叢刻本 |
| 歷代名醫蒙求 | 周守忠 | 宋 | 清乾隆十年仿南宋臨安府太廟前尹家書籍鋪刻本 |
| 六經天文篇 | 王應麟 | 宋 | 清乾隆四十年欽定四庫全書 |
| 論劉向災異五行志 | 儲泳 | 宋 | 清乾隆四十年欽定四庫全書 |
| 脈訣匯辨 | 李延昰 | 宋 | 清康熙六十一年壬寅刻本 |
| 女科百問 | 齊仲甫 | 宋 | 乾隆元年聚錦堂刻本 |
| 乾道臨安志 | 周淙 | 宋 | 清光緒四年乾道臨安志刻本 |
| 祛疑說 | 儲泳 | 宋 | 明崇禎五年刻本 |
| 仁齋直指方 | 楊士瀛 | 宋 | 明嘉靖二十九年朱崇正刊本 |
| 三因極一病證方論 | 陳言 | 宋 | 明萬曆二十年刻本 |

| | | |
|---|---|---|
| 聖濟總錄 | 趙佶 | 宋 |
| 石林燕語 | 葉夢得 | 宋 |
| 蘇沈內翰良方 | 蘇軾、沈括 | 宋 |
| 太平御覽 | 李昉 | 宋 |
| 唐史 | 王欽若 | 宋 |
| 唐語林 | 王讜 | 宋 |
| 天原發微 | 鮑雲龍 | 宋 |
| 外科精要 | 陳自明 | 宋 |
| 文昌雜錄 | 龐元英 | 宋 |
| 吳郡圖經續記 | 朱長文 | 宋 |
| 吳郡志 | 范成大 | 宋 |
| 夏小正戴氏傳 | 傅松卿 | 宋 |
| 咸淳臨安志 | 潛說友 | 宋 |
| 新安志 | 羅願 | 宋 |
| 修真太極混元圖 | 蕭道存 | 宋 |
| 宣和奉使高麗圖經 | 徐兢 | 宋 |
| 養老奉親書 | 陳直 | 宋 |
| 醫說 | 張杲 | 宋 |
| 益部方物略記 | 宋祁 | 宋 |
| 元包數義 | 張行成 | 宋 |
| 張子正蒙 | 張載 | 宋 |
| 中吳紀聞 | 龔明之 | 宋 |

| | | |
|---|---|---|
| 明正德六年刻本 | | |
| 葉德輝家刻本 | | |
| 清乾隆癸丑年知不足鮑氏刻本 | | |
| 清嘉慶十二年至十七年鮑崇城刻本 | | |
| 清嘉慶十六年精刻本 | | |
| 光緒十九年湖北官書處刻本 | | |
| 明嘉靖二十六年趙瀛刻本 | | |
| 明萬曆十五年吳玄有刻本 | | |
| 清乾隆丙子年刻本 | | |
| 江蘇書局同治十二年刻本 | | |
| 民國五年翻印宋刻本 | | |
| 明嘉靖二十五年丙午刻本 | | |
| 清道光十遠孫振綺堂仿宋精刻本 | | |
| 清光緒十五年民間刻本 | | |
| 清光緒三十二年成都二仙庵重刻本 | | |
| 清乾隆十年精刻本 | | |
| 明萬曆三十一年虎林氏文會堂刻本 | | |
| 清光緒十二年丙戌揚州存濟堂補刻本 | | |
| 明萬曆十三年刻本 | | |
| 明萬曆十九年范氏天一閣刻本 | | |
| 清道光二十八年俞焜衡陽刻本 | | |
| 清光緒十二年刻本 | | |

| | | | |
|---|---|---|---|
| 仲景傷寒補亡論 | 郭雍 | 宋 | 明萬曆三十年刻本 |
| 素問入式運氣論奧 | 劉溫舒 | 宋 | 明萬曆三十年陳履端刻本 |
| 洪範皇極 | 蔡沈 | 南宋 | 黃氏憶江南館藏清初刻本重刊 |
| 雞肋篇 | 莊綽 | 南宋 | 汲古閣藏一九八三年中華書局出版之點校本 |
| 經外雜抄 | 魏了翁 | 南宋 | 民國二十五年初版仿影印宋刻本 |
| 能改齋漫錄 | 吳曾 | 南宋 | 孫星華輯廣雅書局清光緒二十五年刻本 |
| 宋書 | 沈約 | 南宋 | 明萬曆四十年國子監刻本 |
| 齊東野語 | 周密 | 南宋 | 明萬曆三十七年商浚稗海刻本 |
| 綽略 | 高似孫 | 南宋 | 清道光二十四年守山閣叢書本排印 |
| 養生類纂 | 周守忠 | 南宋 | 明萬曆二十五年胡氏文會堂刻本 |
| 養生月覽 | 周守忠 | 南宋 | 明萬曆二十五年胡氏文會堂刻本 |
| 朱子全書 | 朱熹 | 南宋 | 清乾隆四年武英殿刻本 |
| 朱子語類 | 朱熹 | 南宋 | 明成化九年陳煒刻本 |
| 歲時廣記 | 陳元靚 | 南宋 | 馮應京輯明萬曆三十年刻本 |
| 脾胃論 | 李杲 | 金 | 明萬曆三十四年吳勉學校刻 |
| 丹溪心法 | 朱震亨 | 金元 | 明弘治六年程祖興等刻本 |
| 東垣試效方 | 李杲 | 金元 | 明萬曆三十四年吳勉學校刻 |
| 格致餘論 | 朱震亨 | 金元 | 明萬曆三十四年吳勉學吳中珩師古堂刻本 |
| 內外傷辨惑論 | 李杲 | 金元 | 上海圖書館藏明嘉靖八年梅南書屋刻本 |
| 素問病機氣宜保命集 | 劉完素 | 金元 | 懷德堂重刻本 |
| 藥類法象 | 李杲 | 金元 | 人民衛生出版社一九七八年點校本 |
| 中和集 | 李道純 | 宋末元初 | 清光緒二十二年四川二仙庵刻本 |

| | | | |
|---|---|---|---|
| 昌國州圖志 | 馮福京 | 元 | 清康熙二十二年刻本 |
| 金丹大要 | 陳致虛 | 元 | 陳仲運輯影印仿明本 |
| 金史 | 脫脫 | 元 | 清光緒六年會稽章氏大開本精刻本 |
| 九靈山房集 | 戴良 | 元 | 清乾隆四十七年刻本 |
| 遼史 | 脫脫 | 元 | 清同治十年江蘇書局刻本 |
| 南村輟耕錄 | 陶宗儀 | 元 | 明崇禎年間毛氏汲古閣刻本 |
| 三元延壽參贊書 | 李鵬飛 | 元 | 民国五年景印明正统五年刻本 |
| 攝生消息論 | 邱處機 | 元 | 明正德十六年刻本 |
| 世醫得效方 | 危亦林 | 元 | 明嘉靖三十五年刻本 |
| 壽親養老新書 | 鄒鉉 | 元 | 上海朝記書莊民國八年仿明刻本 |
| 四時宜忌 | 瞿祐 | 元 | 民國二十二年影鈔明成化十一年刻本 |
| 宋史 | 脫脫 | 元 | 清光緒三年浙江書局刻本 |
| 王氏農書 | 王禎 | 元 | 清乾隆四年武英殿刻本 |
| 文子纘義 | 杜道堅 | 元 | 清乾隆四年武英殿刻本 |
| 銀海精微 | 托孫思邈 | 元 | 明嘉靖及萬曆年間刻本 |
| 至正直記 | 孔齊 | 元 | 清光緒八年粵雅堂刻 |
| 醫方考 | 吳昆 | 明 | 明萬曆四十五年刻本 |
| 本草綱目 | 李時珍 | 明 | 清順治十二年乙未年間刻本 |
| 赤水玄珠 | 孫一奎 | 明 | 明萬曆四十年古歙黃鼎刻本 |
| 典故紀聞 | 余繼登 | 明 | 明萬曆二十年金陵唐氏世德堂刻本 |
| 格物通 | 湛若水 | 明 | 清同治五年資政堂刻本 |
| 廣嗣要語 | 俞橋 | 明 | 一九四九年上海科技衛生出版社排印本 |

| | | |
|---|---|---|
| 漢魏六朝百三家 | 張溥 | 明 |
| 今言 | 鄭曉 | 明 |
| 經濟文輯 | 陳其愫 | 明 |
| 景岳全書 | 張介賓 | 明 |
| 類經圖翼 | 張介賓 | 明 |
| 侶堂山內辨 | 張志聰 | 明 |
| 秘傳眼科龍木論 | 葆光道人 | 明 |
| 名方類證醫書大全 | 熊宗立 | 明 |
| 明醫雜著 | 王綸 | 明 |
| 內經知要 | 李中梓 | 明 |
| 蓬窗類記 | 黃暐 | 明 |
| 奇效醫述 | 聶尚恒 | 明 |
| 去偽齋集 | 呂坤 | 明 |
| 攝生三要 | 袁黃 | 明 |
| 攝生要語 | 息齋居士 | 明 |
| 呻吟語 | 呂坤 | 明 |
| 慎柔五書 | 胡慎柔 | 明 |
| 慎言 | 王廷相 | 明 |
| 壽世保元 | 龔廷賢 | 明 |
| 泰西水法 | 熊三拔 | 明 |
| 痰火點雪 | 龔居中 | 明 |
| 圖書編 | 章潢 | 明 |

| | |
|---|---|
| 清光緒五年壽考堂刻本 | |
| 明崇禎二年范景文撰明崇禎刻本 | |
| 明崇禎六年陸雲龍刻本 | |
| 清康熙五十年刻本 | |
| 清康熙五十年年刻本 | |
| 明嘉靖三十五年刻本 | |
| 明萬曆乙亥黃刻本 | |
| 影印正統刻本 | |
| 明萬曆三十一年劉氏喬山堂刻本 | |
| 清乾隆二十九年甲申掃葉山房刻本 | |
| 明嘉靖己酉吳郡袁氏嘉趣堂 | |
| 一九八四年中醫古籍出版社據日本萬治四年 | |
| 清道光二十三年刻本 | |
| 民國戊午年潤德堂刻本 | |
| 明萬曆三十二年刻本 | |
| 明萬曆三十二年南京顧晴崖家刻本 | |
| 一九二五年千頃堂書局石印本 | |
| 明嘉靖丙戌年刻本 | |
| 明萬曆十九年辛卯刻本 | |
| 清光緒庚辰年掃葉山房複明刻本 | |
| 清嘉慶九年刻本 | |
| 明萬曆四十一年刻版本 | |

| | | | |
|---|---|---|---|
| 外科正宗 | 陳實功 | 明 | 明萬曆四十五年刻本 |
| 萬病回春 | 龔廷賢 | 明 | 閶門書林葉龍溪刻本 |
| 系包考 | 孫昭 | 明 | 明萬曆十一年梅墅石渠閣刻本 |
| 信古餘論 | 徐三重 | 明 | 明萬曆四十六年刻清印本 |
| 性理大全書 | 胡廣 | 明 | 明萬曆二十五年吳勉學師古齋刻本 |
| 性理會通 | 張行成述，鐘人傑輯 | 明 | 清同治八年揚州書局刻本 |
| 續性理會通 | 張行成述，鐘人傑輯 | 明 | 清同治八年揚州書局刻本 |
| 軒岐救正論 | 肖京 | 明 | 一九八五年中醫古籍出版社影印本 |
| 學古診則 | 盧之頤 | 明 | 清乾隆丁亥刻本 |
| 延壽第一紳言 | 李舜臣 | 明 | 明嘉靖張子立刻本 |
| 養生膚語 | 陳繼儒 | 明 | 明崇禎三年董庭刻本 |
| 養生四要 | 萬全 | 明 | 清乾隆六年辛酉刻本 |
| 醫方集宜 | 丁鳳 | 明 | 中醫古籍出版社一九九二年版 |
| 醫貫 | 趙獻可 | 明 | 清嘉慶十年天蓋樓藏板 |
| 醫先 | 王文祿 | 明 | 清順治三年李際期宛委山堂刻本 |
| 醫學綱目 | 樓應善 | 明 | 明嘉靖四十四年曹氏初刻本 |
| 醫學入門 | 李梴 | 明 | 明萬曆三年初刻本 |
| 醫旨緒餘 | 孫一奎 | 明 | 明嘉靖二十年辛丑邵輔刻本 |
| 喻林 | 徐元太 | 明 | 明萬曆四十三年版本 |
| 御龍子集 | 范守己 | 明 | 明萬曆徐氏刻本 |
| 元史 | 宋濂 | 明 | 清光緒二十三年刻本 |

| | | | |
|---|---|---|---|
| 章潢圖書編 | 章潢 | 明 | 明萬曆四十一年刻版本 |
| 折肱漫錄 | 黃承昊 | 明 | 一九二五年千頃堂書局石印本 |
| 杏苑生春 | 芮經 | 明 | 明萬曆三十八年刻本影印 |
| 浙西水利書 | 姚文灝 | 明 | 清光緒四年重刻本 |
| 遵生八箋 | 高濂 | 明 | 明萬曆四十年刻本 |
| 浙江通志 | 佚名 | 明 | 清光緒二十五年浙江書局重刻本 |
| 二六功課 | 程羽文 | 明末清初 | 道光二十五年上海涵芬樓影印 |
| 刪補頤生微論 | 李中梓 | 明末清初 | 明崇禎十五年刻本 |
| 陳修園醫書七十二種 | 陳念祖 | 清 | 清同治元年經綸堂刻本 |
| 春煦室醫案 | 何古心 | 清 | 清咸豐元年刻本 |
| 蠢子醫 | 龍之章 | 清 | 人民衛生出版社出版一九九三年版 |
| 大觀樓長聯 | 孫髯翁 | 清 | 清雍正十一年果親王府刻本 |
| 戴震集 | 戴震 | 清 | 清孫星衍、陳昌治刻本 |
| 調疾飲食辨 | 章穆 | 清 | 清道光三年經同堂刻本 |
| 古今醫史 | 王宏翰 | 清 | 清康熙三十年刻本江蘇廣陵古籍刻印 |
| 湖廣通志 | 顧景星 | 清 | 清雍正十一年刻本 |
| 皇朝通典 | 嵇璜 | 清 | 清末浙江書局的複刻本 |
| 霍亂論 | 王士雄 | 清 | 清光緒十七年刻本 |
| 坤輿圖說 | 南懷仁 | 清 | 翻照康熙十三年刻本 |
| 昆明縣誌 | 戴綱孫 | 清 | 清道光二十七年刻本 |
| 蘭臺軌範 | 徐大椿 | 清 | 清乾隆二十九年洄溪草堂刻本 |
| 老老恒言 | 曹庭棟 | 清 | 清乾隆三十八年癸巳自刻本 |

| | | | |
|---|---|---|---|
| 冷廬醫話 | 陸以湉 | 清 | 一九二五年千頃堂書局石印本 |
| 曆象彙編 | 佚名 | 清 | 清道光二年爐雪山房刻本 |
| 柳選四家醫案 | 尤怡 | 清 | 清光緒十五年刻本影印 |
| 羅遺編 | 陳延銓 | 清 | 清光緒十年刻本 |
| 脈訣刊誤 | 戴啟宗 | 清 | 清光緒十四本 |
| 脈理會參 | 於之雋 | 清 | 清影印康熙六十年刻本 |
| 明史 | 張廷玉 | 清 | 清同治刻本金陵書局 |
| 目經大成 | 黃庭鏡 | 清 | 中醫古籍出版社一九八七年點校本 |
| 女科要旨 | 陳修園 | 清 | 清同治時期刻本 |
| 欽定河源紀略 | 紀昀 | 清 | 清康熙四十七年刻本 |
| 欽定續通典 | 嵇璜 | 清 | 清光緒二十八益友書社刻本 |
| 欽定續通志 | 嵇璜等 | 清 | 清光緒二十八益友書社刻本 |
| 審視瑤函 | 傅仁宇 | 清 | 清書業德刻本 |
| 世補齋醫書六種 | 陸懋修 | 清 | 清光緒十二年山左書局刻本 |
| 壽世青編 | 尤乘 | 清 | 清康熙六年以附于叢書《士材三書》刊刻 |
| 鼠疫約編 | 鄭肖巖 | 清 | 清光緒壬寅二十八年雙江袖海廬校刻本 |
| 宋稗類鈔 | 潘永因 | 清 | 清道光十五年刻本 |
| 台海使搓錄 | 黃叔璥 | 清 | 清乾隆元年初刻本 |
| 外經微言 | 陳士鐸 | 清 | 清乾隆五十七年刻本 |
| 王氏醫存 | 王燕昌 | 清 | 清同治甲戌皖城黃竹友齋刻本 |
| 瘟疫明辨 | 鄭奠一 | 清 | 清嘉慶十六年晉祁書業刻本 |
| 小倉山房文集 | 袁枚 | 清 | 清乾隆四十七年刻本 |

| | | | |
|---|---|---|---|
| 修真後辨 | 劉一明 | 清 | 清光緒十年刊刻 |
| 續世說 | 阮元 | 清 | 清道光二十一年粵雅堂刻本 |
| 延齡纂要 | 羅福至 | 清 | 清嘉慶七年刻本 |
| 研經言 | 莫文泉 | 清 | 清光緒五年己卯河莫氏刻本 |
| 瘍醫大全 | 顧世澄 | 清 | 清乾隆四十七年刻本 |
| 養生隨筆 | 曹庭棟 | 清 | 清乾隆三十八年癸巳自刻本 |
| 醫法心傳 | 程芝田 | 清 | 清光緒五年刻本 |
| 醫林改錯 | 王清任 | 清 | 清光緒九年刻本 |
| 醫門法律 | 喻嘉言 | 清 | 善成堂藏板 |
| 醫效秘傳 | 葉桂 | 清 | 清道光十五年棉紙精刻本 |
| 醫學心悟 | 程鐘齡 | 清 | 清雍正十年程樹滋堂原刻本 |
| 醫宗己任編 | 高門魁 | 清 | 清道光十年庚寅刻本 |
| 醫宗金鑒 | 吳謙 | 清 | 清乾隆七年武英殿原石刻本 |
| 宜麟策續編 | 佚名 | 清 | 清嘉慶十四年刻本 |
| 怡情小錄 | 馬大年 | 清 | 民國陳作霖撰據金陵叢刻本排印 |
| 遊藝志略 | 寶輝 | 清 | 清光緒二十六年刻本 |
| 御定月令輯要 | 李光地 | 清 | 清乾隆四十九年馮氏刻本 |

《中華大典》辦公室

主　　任：于永湛

副 主 任：伍　傑
　　姜學中

編　　審：趙含坤
　　崔望雲

秘　　書：宋　陽

封面裝幀設計：章耀達

《中華大典》四川編纂處

主　　任：林　建
　　段志洪

副 主 任：侯安國

《中華大典・醫藥衛生典》

項目負責人：段志洪
　　侯安國
　　周田青

項目組成員：李　嘉　馮　杰
　　白亞輝　徐慶豐
　　康麗華　黃雲生
　　侯躍生　王群栗
　　潘　錦　陳　敏