

欽定四庫全書

普濟方卷二百六十四 明 周王朱橚 撰

服餌門

神仙服柏實法方

出聖
惠方

柏子仁

二斤搗羅為末
以酒浸攪如膏

白蜜

一斤棗肉
三斤乾地黃末

白朮末

一斤
一斤

右和□令勻丸如棗大每服三丸以水研破服之日

三服一月百病愈久服延年

欽定四庫全書

普濟方

服柏實方

用柏實於八月合房取乃曝令坼其子自脫用

清水淘取沈者控乾輕椎取仁搗羅為細末每

服二錢七酒調下冬月溫酒下早晨日午近晚

各一服稍增至四五錢若絕穀者取飽為度渴

即飲水令人悅澤一方用煉蜜成松脂及白蜜

丸如梧桐子大每服十九或二十九日三服又

方與松子等分松脂丸酒下之又方加菊花末



等分蜜丸如梧桐子大每服十九二十九日三	服酒下	又方	柏子 雷丸 防風 等分	右搗羅為散每服一錢以酒飲調下日三服令人壯	盛辟穀	仙人服柏葉減穀方	取柏葉三十斤勿雜枝于不津器內以東流水浸之	欽定四庫全書 普濟方	令水於上出三寸新盆覆蓋泥封三七日漉出陰乾	勿令塵入候乾擣羅為末又取小麥三升淨揀內柏	葉汁中封五六日出之陰乾復內之封五六日又出	陰乾搗羅為末更取大豆三升炒熟去皮搗羅為末	合三物攪相得內囊中盛之每服三合酒飲調下空	腹日午近晚服日飲無妨治萬病隆冬不寒腸實不	食	又方
--------------------	-----	----	-------------	----------------------	-----	----------	----------------------	------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	---	----



<p>柏葉 二十斤著瓮中以東流水浸二十一斗 日出曝乾微炒內少炒鹽一升令黑小麥一 內浸柏葉汁中三日日出曝乾又內 汁中候汁盡止出曝乾炒令香</p>	<p>右搗羅為末取猪肚脂二斤細切著末中攪令勻食 前服一錢七酒飲下早晨日午近晚服二十日不饑 以服無病可致神仙矣一方溫水送下</p>	<p>又方</p>	<p>柏葉 末一斤四兩取細枝上及向上側生者每以 並月隨時主氣方位採於背月處側垂陰乾</p>	<p>松葉 末一斤四兩採新者長三分對搗用 清水三斗煮取二斗絞去滓令淨 白茯苓</p>	<p>欽定四庫全書 去皮黑 十二兩 普濟方</p>	<p>右先取松葉汁二斗煮茯苓至三四升撥去火待冷 漉出茯苓研作粉陰乾為末其餘汁用拌柏葉末於 樹陰下若高簷廡下攤陰乾又茯苓粉搗羅為末以 酥四兩拌勻鍊蜜待冷利劑更搗半日分為四五團 蜜器貯之如旋丸如梧桐子大每服一百丸加至二 百丸經一年白髮盡黑齒落更生兼治百病消疝黯 展面皺長筋骨勿食猪魚六畜肉生葱韭蒜陳敗殍</p>
---	--	-----------	---	--	---------------------------------------	---



黏滑米醋等

又方

用柏葉二斛熟蒸曝乾搗羅為末取大麥三斗炒令變色磨麪合和令勻服多少自在酒飲下三錢以水漿止穀療病辟瘟癘惡鬼以服可度世矣

服柏葉方延年不老

用柏葉不拘時採亦不拘多少切置甑中令滿蓋甑蒸約三石米以蒸訖取淨器以水淋百餘遍訖陰乾

欽定四庫全書

普濟方

搗羅為末每服一合食前酒下日二服漸增至一升令人益氣辟穀不飢此仙人高子良方一方以黑豆黃末相和令勻每服二合冷水調服日三服

又方

用柏葉取大盆穿作竅以物塞竅著柏葉於盆中水浸日一易水七日以上至二七日乃覆盆內柏葉甑中蒸之令氣徹便止曝乾搗羅為末棗膏和之如作乾飯法再曝再搗每服一錢以水調下日三服以服



不飢渴即飲水

神仙餌柏葉法 服之一年百病除愈服之三年行及
奔馬以服令人身輕益氣力耳目聰明補骨髓除風
去冷壽年千歲

用柏葉二十斤四時採周而復始以水三宿漉出晒
乾搗羅為末每三斤柏葉入炒了黑豆黃末一斤胡
麻末一斤三味相和勻每服三錢水調下日三服

神仙餌柏葉令肥白補益方

欽定四庫全書

普濟方

側柏葉 三斤五月五日五方採 遠志 二斤去心 白茯苓 一斤

右搗羅為末煉蜜和丸如梧桐子大每服以溫仙靈
脾酒下三十九丸再服並無所忌神秘勿示非人

松實丸

出聖
惠方

還年復命

松實 和皮 柏實 淨揀令 松脂 鍊成 甘菊花 五斤

右同搗羅為末煉蜜和搗五六百下丸如梧桐子大
每日食後午前溫米飲下二十九丸漸加至三十九丸服
至百日不飢顏色光澤元本空心溫酒下五十九丸一



百日已上不復飢服之年百歲人如三十者久服壽
同天地

又方 出聖
惠方

白松脂 十二兩經十
三編煉者 白蜜 一斤 白蠟 一斤 白茯苓

去黑皮十
二兩為末

右都于大器內盛之坐於甑內勿令泄氣蒸之如炊
一石米久取出乃丸如梧桐子大每服十九丸溫酒下
如飢復取十九服之不得食一切物飲酒不過一合

欽定四庫全書

普濟方

又方 出聖劑
總錄

松脂 三斤煉
成者 遠志 去心炒令
微赤七兩

右搗研為細末煉白蜜和丸如梧桐子大每服三十
丸米飲或溫酒下早晨日午近晚各一服十五日不
欲飲食

神仙餌松實方 一名絕穀昇仙不
食法出聖惠方

用取七月七日過時即落難收去木皮搗如膏每服
如鷄子大日三服如服及百日身輕三百日行五百



里絕穀久服昇仙渴則飲水亦可以煉了松脂同服之丸如梧桐子大服十九一方取松實搗為膏

酒調下三錢日三則不飢渴飲水勿食他物

服松脂法

出射後方

用十斤松脂五度以水煮過令苦味盡取得後每斤煉了松脂八兩同茯苓末每晨水下一刀圭即終年不食而復延齡身輕精爽

服松脂方

出千金方

欽定四庫全書

普濟方

用百煉松脂下節以蜜和內筒中勿令中風日服如博碁子一枝博碁長二寸方一寸日三漸漸月餘別服一斤不飢延年亦可醇酒和白蜜如錫日服一二兩至半斤凡取松脂老松皮自有聚脂若人取得用聚脂者最第一其根下有傷折處不見日月者得之名曰陰脂彌良惟衡山東行五百里有大松皆三四十圍乃多脂又法五月刻大松陽面使向下二十四株每株可得半斤亦煮其老節根處有脂得用仙經



<p>每服五錢匕以酒飲服日三令人身輕延年體香絕</p>	<p>粒曝乾五斗搗羅為末以好酒拌作餅子再搗羅散</p>	<p>用松葉向四時隨五方採之可去地一丈者剉如粟</p>	<p>服松葉方 <small>出聖惠方</small></p>	<p>飽食之能絕穀渴即飲水</p>	<p>用以松根取東行者剝白皮細剉曝乾搗羅為末可</p>	<p>服松根方 <small>出聖劑總錄</small></p>	<p>見日月皆可取服之</p>	<p>欽定四庫全書</p>	<p>普濟方</p>	<p>可食其南方陰中有松大三十餘圍有三十餘株不</p>	<p>十餘丈狀如白松松下二丈有小穴東入山其丹砂</p>	<p>其南入谷五十里窮穴石城白鶴其東方有大石四</p>	<p>山嶺直東四百八十里當橫犍正在橫嶺東北行過</p>	<p>十五山其可食者滿谷陰懷中松脂耳其谷正從衡</p>	<p>服之五年即見西王母仙經又云諸石所生三百六</p>	<p>即不召而自來服之百日耐寒暑二百日五藏補益</p>	<p>云常以三月入衡山之陰取不見日月松脂煉而餌</p>
-----------------------------	-----------------------------	-----------------------------	---------------------------------	-------------------	-----------------------------	----------------------------------	-----------------	---------------	------------	-----------------------------	-----------------------------	-----------------------------	-----------------------------	-----------------------------	-----------------------------	-----------------------------	-----------------------------



穀不飢矣忌魚菜鹽醬

採松脂法

出千
金方

用以日入時破其陰以取其膏破其陽以取其脂脂膏等分食之可以通神靈鑿其陰陽為孔令方五寸深五寸還以皮掩其孔毋入風入則不可服以春夏取之取封取訖塞勿洩以泥塗之東砂穴有陰泉水可飲此弘農車君以元封元年復下居長安東市在上谷時往來至者

欽定四庫全書

普濟方

採松脂方

出聖濟
總錄

常於立夏日伐松橫枝東西者圍二三尺長一丈許者倒地以器盛一頭就下日內曝之其脂自流出三四徧取以和藥此脂特與生雄黃相宜若堅硬者一更以酒於火上消之汗出者冷酒中引之常以春三月入衡嶽之陰取不見日月之松脂煉而食之煉取不黏為度服之百日耐寒暑二百日益臟腑以則成仙



又方 <small>出聖濟 總錄</small>	以研取老枯肥松及節劈長尺許置甑中蒸之滿甑中其脂自流釜中水內數數取過置冷水中俟凝依法煉之
又方 <small>出聖濟 總錄</small>	以夏至日取松脂法河南少室山有大松取陰處斷之其脂膏流出收器中依法煉之去苦味乃以白蜜煉去沫與暗等分相和得所每日服一升無他物只
欽定四庫全書	普濟方
飲水自足令人不飢長服可保終身不食初服一升三日後只如彈丸大消軟服之渴即飲水令人不老	
又方 <small>出聖濟 總錄</small>	取松脂不拘多少入釜中添湯煮之一炊以乃取以新綿隔瀘入冷水中與人對引之如此三十次則成矣
又方 <small>出聖 惠方</small>	松脂 <small>七斤</small> 桑灰汁 <small>一石</small>



右以灰汁一斗於釜內煮松脂三五沸取接置冷水
中候凝復煮之如此十度乃止逐度易灰汁并換冷
水其脂白矣取煉成白脂研羅為末每服一匙以酒
或米飲調下空腹日午近晚服若至十兩以上不飢
一年以後夜視目明久服不老矣可服今谷在衡州
東南攸縣界此松脂與天下松不同

又方 出聖濟
總錄

用松脂一斤半水五升煮之候消去濁澤取清好者投冷

欽定四庫全書

普濟方

水中如是一百二十徧止不得輒率意便止候四十
徧輒一易湯凡三易湯方成以無苦味為度其脂軟
白如泥乃用白茯苓一斤搗羅為散內煉成脂中拌
令得所置處候可丸丸如杏仁大日吞三十九十日
止不欲飲水久當絕穀

神仙煉松脂服餌法 出聖
惠方

用松脂二十斤為一劑以大釜中著水釜上加甑其
甑中先用白茅鋪襯令勻茅上更著生黃土約厚一



寸許乃著松脂以物密蓋勿令泄氣其竈下用桑燃
之如釜中湯耗添煖水蒸一炊久乃接取脂置冷水
中候凝更蒸如前法三蒸畢乃止其脂色如玉狀用
以和藥取甘菊花白茯苓等分為細末和丸如梧桐
子大以酒下十九丸空心日午近晚服每蒸時或酒灑
如前法

又方

出十便
良方

用松脂十斤用桑薪灰汁內釜中加甑於上甑中先

欽定四庫全書

普濟方

鋪茅次鋪黃砂土可三寸蒸之松脂當流入釜中投
於冷水待凝收取復蒸如此三度更以清水伐汁復
如前蒸三度去水更以水一石五斗煮甘草三斤取
汁一石去滓內牛乳二斤加甑釜上復蒸如前令松
脂入甘草汁中待冷收取復蒸如此三度即成苦味
皆去甘美如飴每服以溫酒服如彈子大日服三次
服神仙不老○陶隱居云採煉松脂法以桑灰汁或
酒煮軟接內寒水中數十過白滑則可用其有自流



出者乃勝於鑿樹及煮用膏也其實不可多得惟葉 正是斷穀一以宜細切如粟以水及麵飲服之亦有 陰乾搗為屑丸服者患厲風惡疾服此無不瘥比來 苦脚弱人釀松節酒亦皆愈
神仙餌百花法 <small>出聖 惠方</small>
以三月三日五月五日七月七日九月九日採百花 陰乾搗羅為散每服二錢以水調下日二服百日身 輕面日光澤三年通神忽然與真人同位如春採百
欽定四庫全書 普濟方
草枝陰乾搗末酒服二錢以水服之亦得輕身長壽 一名草精也
神仙服百花方 <small>出聖 惠方</small>
桃花 <small>三月三 日採</small> 薺菜花 <small>七月七 日採</small> 甘菊花 <small>九月九 日採</small> 枸杞
葉 <small>春</small> 採 枸杞花 <small>夏</small> 採 枸杞子 <small>秋</small> 採 枸杞根 <small>冬</small> 採
右並陰乾分兩等搗細羅為末散每服二錢以水調 下日三服百日自知其効二百日力加百倍以服令 人身輕長壽



神仙服茅法

出聖
惠方

仙茅味辛溫有毒主心腹冷氣不

能食腰脚風冷攣痺不能行丈夫虛勞老人失溺無

子益陽道以服通神強記助筋骨益肌膚長精神明

目一名獨茅根一名茅瓜子一名婆羅門參仙茅傳

云十斤乳石不及一斤仙茅表其功力爾生西域及

大庾嶺亦云忌鐵及牛乳二月八日採根法于後

用仙茅十斤剉如豆大以水浸去赤汁數換水清即

曬乾搗羅為末煉蜜和丸如梧桐子大每日空腹以

欽定四庫全書

普濟方

溫酒下十五丸日晚再服如本性熱人飲下亦得如

能每日別取其米煎之為湯下丸極妙如服後覺熱

氣上衝頭痛以沙糖為漿飲之即定兼濃煮甘草豆

湯一盞服之亦効又取一分烏麻油入炒熟為末兼

沙糖和之為丸服即得力遲當不發矣服後十數日

覺能食兼氣下即効也所服不限多少唯多為妙若

患冷氣人不用水浸除赤汁便切搗依前和合忌牛

乳其所忌牛乳者只是減其藥力亦無妨損若煎湯



取散三錢水五合煎至四合空腹頓服之大佳

神仙服靈芝輕身飛行法

出聖
惠方

取石上靈芝一寸八九節者十斤曝乾搗末蒸之一

伏時又曝乾更搗萬杵煉蜜和丸如梧桐子大每旦

及晚以酒下二十九十日身輕二十日一切病止三

十日身如白玉昇度山林日行千里之外神秘勿示

凡鄙

服蒼朮方

出余居士
選奇方

欽定四庫全書

普濟方

蒼朮一斤好白麻油半斤

右件將朮用白米泔水浸一宿取出切成片子用前

麻油炒令熟用瓶盛取每日空心服一撮用冷水湯

咽下大能壯氣駐顏色辟邪又能行履飢只此服之

洗雲母粉

出十便
良方

右以雲母二斤瑩淨者使竹刀薄開淨洗了加天門

冬一斤著水于土石器中猛火煮一伏時水耗即添

熱水去天門冬將雲母於木臼內略杵令碎使夾布



袋盛藥大盆內揉洗自成粉澄去清水使絹袋再洗
過仍澄清使貢紙包兩三重安藥在灰池內滲乾火
焙藥成矣以山藥或蒸餅丸如梧桐子大空心任下
五十九丸忌鐵器至於煎水亦使土器又忌鯉魚雲母
色黑者不可使

青城山丈人觀主康道豐傳治百病煨製雲母粉法

出風

科集
驗方

雲母一斤折開揉碎入一大瓶內築實上澆水銀一

欽定四庫全書

普濟方

兩封固以十斤頂火煨通赤取出却拌香葱紫引翹
草二件合搗如泥後以夾絹袋盛于大水盆內掇取
粉于粗末盡再添草藥重搗如前法取粉沈水乾以
小木盤一面于灰上印一淺坑鋪傾粉在內直候乾
移入火焙焙之取出細研以麪糊丸如梧桐子大遇
有病者服之無不効知成都府辛諫議曾患大風衆
醫不効遇此道士得此方服之極神驗

神仙去萬病主長生

出本
草



<p>用檀柏末為散飲服方寸匕盡一枝有驗<small>此百歲藥之根</small></p>	<p>神仙服松葉法<small>出十便良方</small> 神仙服松葉令人不老身生</p>	<p>綠毛益氣輕身還年變白以服絕穀不飢渴可致神仙</p>	<p>右取松葉不拘多少細切如粟更研令細每日食前以酒調下二錢亦可粥汁服之四時皆服然初服稍難以即自便矣</p>	<p>服黑豆法<small>出衛生家寶方</small> 延年益顏</p>	<p>欽定四庫全書 普濟方</p>	<p>一料九粒左手下右手上用東日照處壁土去藁筋滴少水日中時面正看日挪念呪云揔水土以會五行併此豆益壯陽道右挪十數遍吸太陽氣吹豆上如此五七遍或十數遍豆黑色一日呪三兩料收淨處每絕早空心新汲水吞下一粒忌黃連</p>	<p>養老延年服茯苓方</p>	<p>華山挺子茯苓研削如棗許大四方有角安于新磁瓶內以好酒浸三重紙封其頭後一百日開其色當</p>
--	---	------------------------------	---	---------------------------------------	-------------------	---	-----------------	---



如錫糖可日食一塊百日後肌體潤澤服欲心壯健
再加人參此藥除百病益元氣養五臟六腑清明耳
目強壯不衰老延年益壽神驗用七月七日露水丸
之更佳服時乃呪曰神仙真藥體合自然此藥入腹
天地同年呪訖服藥斷諸雜肉五辛最切忌之服一
年後可夜視諸物以食之腸化為筋可延年耐老面
若童顏孫真人枕中記云服百日百病除二百日晝
夜不眠二年後役使鬼神四年後王女來侍抱朴子

欽定四庫全書

普濟方

云任子季服之十八年王女從之能隱能彰不食穀
灸癰滅面生光澤

東坡服茯苓方

出十便
良方

茯苓自是仙家上藥但其中有赤筋若不能去服以
不利人眼或使人眼小削皮斫為方寸磈銀石器中
清水煮似酥軟解散為度入細布袋中以冷水擺如作
葛粉狀仍取粉而筋脉留袋中棄去不用其粉以蜜
和濕香狀蒸過食之尤佳又加胡麻但取純黑脂麻



九曝入水爛研濾取白汁銀石器內熬如作杏酪
湯更以去皮核淨棗肉爛研與茯苓粉搜和為丸服
之尤妙

神仙服胡麻延年不老方

胡麻五斗色赤黑者右以水淘去浮者不用漉乾便
上甑蒸令氣遍溜出之曝乾以少許水拌令潤又上
蒸之氣遍又下曝乾如此九度後去黑皮令淨搗羅
為末每日空心以溫酒調下三錢日晚再服漸自不

欽定四庫全書

普濟方

飢除愈百病長年不老便欲辟穀亦得勤而服之成
真人矣

神仙服松柏葉

當以三月四月採新生松葉可長三四寸許并花藥
取陰乾細搗為末其柏葉可取深巖谷中採當年新
生可長三二寸者陰乾細搗為末用白蜜丸如小豆
大當以正月十五日未出時燒香向東持藥八十
一九以酒下服一年延十年命二年延二十年命欲



得長肌肉加大麻苴藤一年後可夜視物以服之腸	化為筋延年耐老面若童顏欲心力壯健者加茯苓	人參此藥除百病益元氣添五臟六腑清明耳目強	壯不衰益壽神驗用七月七日露水丸之更佳服之	時乃呪曰神仙真藥體合自然服藥入腹天地同年	呪訖服藥斷諸雜肉五辛最切忌謹之	神仙服菊花延年不老方	菊花 <small>三斤</small> 荏子 <small>三斤</small>	欽定四庫全書 普濟方	右常以九月九日辰時收採陰乾搗羅為末煉白松	脂和丸如梧桐子大每服以溫酒下二十九日服三	次令人長生	神仙延年不老餌菊花方	白菊 白茯苓 <small>各一斤</small>	右搗羅為末每服三錢以溫酒調下日三服以服令	人長生	補五臟實下焦
----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	-----------------	------------	---	---------------	----------------------	----------------------	-------	------------	---------------------------	----------------------	-----	--------



以藕實蒸熟食之與蜜同食令人腹臍肥不生諸蟲
亦可休糧仙家有貯石蓮子及乾藕經千年者食之
至妙矣

神仙造金王漿法

以冬至日取葫蘆盛葱汁根莖埋於庭中到夏至發
之盡為水以漬金玉銀赤石合三分自消以曝乾如
飴可休糧服神仙亦曰金漿也

道家煑石法

欽定四庫全書

普濟方

用五加根莖漬灰以煑石食東華真人煑石經年云
舜常登蒼梧山曰厥金玉之香草朔用偃息正道此
五加也又異名金鹽昔西域真人玉屋山人王常言
何以得長久何不食石蓄金鹽毋何以得長壽何不
食石用玉鼓玉鼓者即地榆也五加地榆皆是煑石而餌得
長生之藥也

主延年神仙術

取蟾蜍膏軟玉如泥以苦酒消之成水飲之長生令



人體潤	仙方	用桑椹熟時收之乾為末蜜和丸如梧桐子大空心酒服四十九丸長服之良	主養氣	取生小薊根并葉搗取自然汁服一盞立佳	服餌法	抱朴子云千歲靈龜五色具焉其雄額上兩骨起似	欽定四庫全書	普濟方	角以羊血浴之乃剔取其甲炙擣服方寸匕日三盡一具	服餌法	抱朴子云真珠徑寸已上服之可以長久酪漿漬之皆化為水銀亦可以浮石水蜂巢蠶化包蚘蛇黃合之可以引長三四尺丸服之絕穀得長生	長生方	以蟹化漆為水服之長生
-----	----	--------------------------------	-----	-------------------	-----	----------------------	--------	-----	------------------------	-----	--	-----	------------



長生

以水銀酒和日暴服之

神仙服食地黄方

採取地黄根淨洗搗絞取汁煎令水稠內白蜜更煎
令可丸晨朝酒下三十丸如梧桐子大日三亦入青
州棗肉同丸又煎膏入乾根末丸服又四月採其實
陰乾篩末水服錢七其效皆等

身輕益陽道令人長生

欽定四庫全書

普濟方

用大豆煮熟每服食後淨磨拭吞雞子初服時似身
重一年後便覺身輕

長生不老

出本
草方

以王泉服之王泉者玉之泉液也

服黃精耐老不飢方

出本
草方

其法可取甕子去底釜上安置令得所盛黃精滿蜜
蓋蒸之令氣溜即暴之第二遍蒸之亦如此九蒸九
暴凡生時有一石熟有三四斗蒸之若生則刺人咽



<p>喉暴使乾不爾朽壞其生者若初服只服一寸半漸 漸增之十日不食能長服之止三尺五寸服三百日 後晝見鬼神餌必昇天根葉花實皆可食之但相對 者是不對者白偏精</p>
<p>潤肌體令人肥健能食不老 <small>出本 草方</small></p>
<p>以乳穴中飲之亦取水作食釀酒大有益</p>
<p>服桂方 <small>出本 草方</small> 范蠡好食桂飲水討藥人世世見之又</p>
<p>曰桂父象林人常服以桂皮葉用龜腦和服之</p>
<p>欽定四庫全書 普濟方</p>
<p>服桂方 <small>出本 草方</small></p>
<p>桂可以合葱涕蒸作水亦可以竹瀝合餌之亦可以</p>
<p>龜腦和而服之七年能步行水上長生不死又云趙</p>
<p>他子服桂二十年足下生毛日行五百里力舉千斤</p>
<p>服食松花法 <small>出本 草方</small></p>
<p>以松花上黃粉拂取則湯點之</p>
<p>仙方 <small>出本 草方</small></p>
<p>用三月三日採桃花服三樹桃花盡面色如桃花</p>



延年愈百病 <small>出本 草方</small>	以吉雲草食之	長生不死 <small>出本 草方</small>	散任服或煎以代茶飲	一分在者各神仙葉即採取與前葉同陰乾搗末丸	神仙服食方 <small>出本 草方</small>	以四月桑茂時採葉又十月霜後三分二分已落時	日採實九分陰乾搗篩服方寸匕令人不老	欽定四庫全書 普濟方	七月七日採蓮花七分八月八日採根八分九月九	令人不老 <small>出本 草方</small>	乃宜人	天門冬飲 右以天門冬苗俗人呼為棘刺以水煮作湯飲服之	採黃精花十斛乾之可得五六斗服之二十年乃可 得益且以斷穀	抱朴子服黃精花方 <small>出本 草方</small>
-----------------------------------	--------	----------------------------------	-----------	----------------------	-----------------------------------	----------------------	-------------------	-------------------	----------------------	----------------------------------	-----	----------------------------------	--------------------------------	--------------------------------------



取日照草木上霜皆五色者服之昔東方朔盛得五
盒漢武帝以賜羣臣老者皆少病皆除

小丹法 出本
草方 拘魂制魄

以柏子細篩去滓松脂十斤以和柏子雄黃各二斤
色如赤李合藥白中復搗如蒸藥一日如餌正坐北
向平旦頓服五丸百日之後與神人交見

造桂漿法 出本
草方 夏月飲之解煩渴益氣消痰

用桂末二大兩白蜜一斤以水二斗先煎取一斗待

欽定四庫全書

普濟方

冷入新甕瓶中後下二物攪二三百轉令勻先以油
單一重覆上加紙七重以繩封之每日去紙一重七
日開之藥成氣香味美格韻絕高今人多作故并著
其法

抱朴子服生銀法 出本
草方

以生銀麥漿化之亦可以朱草酒餌之亦可以龍骨
鍊之然日三服服輒大如彈子者俱不及金玉可為
地仙也



洞仙經文

出本
草方

取大麻日中服子末三升東行茱萸根剉八升漬之
平旦服之二升至夜蟲下要見鬼者取生麻子菖蒲
鬼白等分杵為丸彈子大每朝向日服一丸限滿百
日即見鬼也

三洞要錄云

出本
草方

地榆草剉一升稻米一升白玉屑一升三物取白露
汁二升置銅器中煮米熟絞取汁玉屑化為水名曰

欽定四庫全書

普濟方

王液以藥內杯美醴中所謂神玉漿也

變白輕身

出本
草方

以枸杞子二升十月上亥日採採時面東滴生地黃
汁三升以好酒二升於甕瓶內浸二十一日取出研
令地黃汁同浸攪之却以紙三重封其頭子更浸候
至立春前三十日開瓶可逐日空心飲一杯至立春
後髭鬚變白補益精氣服之及老輕身無比

服玉屑方

出本
草方



王屑服之與水餌之俱令人不死所以不及金者令人數數發熱似寒食散狀也若服王屑者宜十日輒一服雄黃丹砂各一刀圭散髮洗沐寒水迎風而行則不發熱也

太極真人青精乾石餽餃法

出本草方

以生白粳米一斛五斗更春治浙取一斛二斗南燭木葉五斤燥者用三斤亦可雜莖皮益加煮取汁極令清冷以瀟米米釋炊之瀟即搜字也今課其時月從四

欽定四庫全書

普濟方

月生新葉至八月末色皆深九月至三月周宿色皆淺可隨時進退其斤兩寧少勿多合採軟枝莖皮于石臼中搗碎假令四五日中作可用二斤熟春以斛二斗湯漬染得一斛以九斗淹斛二斗米比來爾用水漬一二宿不必隨湯煮漬米令上可走蝦周時乃漉而炊之初漬米正作綠色既得蒸便如紺若一過汁漬不得好色亦可淘去更以新汁漬之洒澆皆用此石當今飯作正青色乃止向所餘汁一斗以共三過



酒飯預作高格暴令乾當三過蒸暴每一燥輒以青 汁搜令浥浥耳目可服二升勿服血食亦以填胃補
髓消滅三蟲
服術法 <small>出本 草方</small>
二月三月八月九月採乾亦可食用或合白茯苓或 合石菖蒲並搗末旦日水調服晚再進以彌佳又 取生朮去土水浸再三煎如飴糖酒調飲之更善
服王法 <small>出本 草方</small>
欽定四庫全書 普濟方
玉元真餌之其命無極令人舉身輕飛不但地仙而 已然其道遲成服一二百斤乃可知也王可以烏米 酒及地榆酒化之為水亦可以葱漿水消之為粒亦 可餌以為丸可燒為粉服一年已上入水中不濡
服五雲之法 <small>出本 草方</small>
或以桂蔥水玉化之以為水或以露於鐵器中以元水 熬之為水或以消石合於筒中埋之為水或以蜜搜 為酪或以秋露漬之百日韋囊挺以為粉或以無□



草樗血合餌之服之一年百病除三年老公成童子
五年則役使鬼神入大水不濡踐棘而不傷膚與仙
人相見他物理之即朽著火即焦而五雲內猛火中
經時終不焦埋之永不腐故能令人長生也服經十
年雲氣常覆其上夫服其母以致其子理之自然也

抱朴子餌雄黃法

出本
草方

用雄黃蒸煑或以酒服或以消石化為水乃凝之或
以猪胴裹蒸之於赤土下或以松脂和之或以三物

欽定四庫全書

普濟方

煉之引之如布白如水服之皆令人長生百病除三
尸下癥痕滅黑墮齒生千日玉女來侍可使鬼神又
云玉女常以黃玉為誌大如黍米在鼻上是真玉女
無此誌者鬼試人也

神仙去三尸九蟲

附論

潁陽書曰人之腹中盡有三尸為人大害三尸者託陰
氣以成靈感私欲而致用邪蘊臟腑非天機清明至難
沈濁者鮮不易其心矣欲生則三尸生欲滅則三尸滅



故至人云欲者不欲不欲者欲反復自明之謂也成道
之速者欲去三尸先外去色味名利內平喜怒愛惡寂
然虛靜尸乃無處潛留則遁迹而逝矣又曰每至夜半
起端坐私誦妙靈名彭倨彭質彭矯七徧無令耳聞依守清
淨法動用消息之宜繼晷不睡甲子庚申守之亦爾則
妙靈飛去心神凝定五方秀氣入於靈臺于童子童子
者人神至精也精則成聖蕩則成愚是故聖人脩之以
真行之以勤若能克己勵志不出三年其道成矣心生

欽定四庫全書

普濟方

光明以習彌廣

南華謂之
虛室生白

秀發靈臺即布日積數并三

元六甲本命算以次扣之乾坤六甲天人玉女獻五方
色數于童子合于天地天地不違合于萬象萬象不却
所求隨意而應知來藏往出有入無不可得而名心有
進網退紀之法變竒乘除之數五音六律消息加減剖
析神明天道隱故不言而行自彰玄門之能事長生之
妙術盡於此矣○又曰妙靈三尸也常以庚甲之夜上
告天地記人罪過及人生籍令人早亡魂則升天魄入



于泉唯上尸獨在地上遊行相承而為鬼崇或四時八節三牲祭禮不精輒與人作禍苦心痛注忤伐人生命上尸彭倨在人頭中專伐人眼故目暗面縐口臭齒疼脫落中尸彭質在人腹中伐人五臟令人少氣力多忘好惡事敢食衆生血肉或為惡夢驚恐不安汗流不止下尸彭矯在人足中令人下關搔擾五情踴動不能自禁若三尸為崇則害于子孫傳注不絕如學道之人不先去尸蟲徒服良藥斷穀絕味勤于吐納以求長生終

欽定四庫全書

普濟方

不可得將知至道須究其害每至庚申日其夜不寐守之至明若覺體重疲倦宜可少眠須令數覺此三尸蟲即不得上告天地太上科律云六月八日及庚申日夜北帝開諸罪門聽羣鬼物下詢訴訟其人罪滿五千則當死一守庚申三尸振伏七守庚申永絕乃得精神安宅骸室常存五神恬靜不復搔擾迷亂每夜欲卧時扣齒三七通左手撫心呼三尸名三徧則不復為害又常以寅日去手爪甲午日去足爪甲年中七月十六日去



手足爪甲燒之作灰和水服之三尸九蟲永自消滅又
江南芸草香三尸所惡之草煎湯沐浴三尸自去矣又
以三月四日取桃葉五升熟搗脫衣避風密室中坐其
上令氣入腹中從旦至暮尸蟲悉出但疾中癩難者莫
過於癩次是癆瘦一染後子孫相傳時呼傳尸欲斷此
疾須禁絕三尸九蟲邪氣伏盡即入諸藥世人得此疾
自言宿業甘心受斃豈不惑哉是故上士修德以伏之
中士守庚申以制之下士餌藥以除之

欽定四庫全書

普濟方

方

貫衆方 神仙去九蟲方一曰蛔蟲狀如□長四寸令
人腹鳴二曰長蟲亦名蛇蟲長一尺令人心痛三曰
白蟲長一寸生子孫轉大或長至四五尺亦能殺人
四曰肉蟲狀如爛李令人煩懣五曰肺蟲狀如蠶令
人咳嗽六曰胃蟲如蝦蟇令人嘔吐不喜七曰鬲蟲
如瓜瓣令人多睡八曰赤蟲生肉令人腹鳴九曰蟻
蟲至微細狀如菜子羣蟲之上也令人勞劇多則為



癩病亦為人癰疽瘡疥癭癬蚤風最宜服 <small>出聖方</small>	貫衆 <small>二兩一分</small> <small>去伏蟲</small> 白藿蘆 <small>三兩去</small> <small>坑蟲</small> 蜀漆 <small>三分去</small> <small>白蟲</small> 蕪荑	一兩一分 <small>去肉蟲</small> 雷丸 <small>一兩五錢</small> <small>去赤蟲</small> 白殭蠶 <small>一兩去</small> <small>兩蟲</small> 石蠶 <small>一兩</small>	一分去 <small>繞蟲</small> 厚朴 <small>一兩一分</small> <small>去肺蟲</small> 狼牙子 <small>一兩去</small> <small>胃蟲</small>	右並切熬令黃搗羅為末煉蜜和丸如梧桐子大粉漿服五丸日漸加至十丸經十五日積聚下六十日百病瘥婦女服之絕孕還生子服藥須先齋戒即尸蟲奔散神靈來輔矣	欽定四庫全書 普濟方	又方 <small>出聖濟</small> <small>總錄</small>	青木香 白檳榔 <small>剉</small> 桂 <small>去粗皮</small> <small>各等分</small>	右麤搗篩每服三錢以水一盞煎至七分去滓溫服	真人去三尸方 <small>出聖濟</small> <small>總錄</small>	狗脊 <small>去毛</small> 乾漆 <small>二兩</small> 蕪荑 <small>三兩</small>	右同熬搗羅為末煉蜜和丸如梧桐子大每服七丸米飲下三七日三尸自去或下形如小兒收以綿帛裹之拋東流水哭之三聲呪曰汝是地鬼我是天仙
--	--	--	---	--	---------------	--	---	----------------------	--	--	--



急急如律令回歸易道慎勿反顧太上科儀以甲子
日洒掃庭中以半夜放案案上安新汲水三杯一東
一中一西燒降真白膠乳頭香至心北面三位櫺拜
郡鄉里曾孫臣某稽首再拜長跪曰奉請上皇神人
上皇真人北極三台君南斗北斗中斗東斗西斗君
司命司錄司非司危君中宮戊巳金紫金老君日元
君三光四時五行五相尊神天師六甲父母願垂元
感降臨坐席即伏存思諸神來降定訖乃起再拜曰

欽定四庫全書

普濟方

諸神永降去身中三尸九蟲令臣某學道登仙長生
度世伏受神恩言訖長跪願諸神明日君月夫人乞
賜神水降臣某頭中尸彭倨便取東杯水飲畢又言
諸神明日君月夫人降臣某腹中尸彭質取中央杯
水飲畢又言諸神明日君月夫人賜神水降臣某足
中尸彭矯便取西杯水飲之飲畢再拜畢右迴入室
寢當自有夢應見人啼泣謝去或不啼泣但謝而去
者皆是驗也若無應即後甲子再拜為之應乃止夫



覺與陽合寐與陰并覺多則魂強寐多則魄壯魂強
為生之徒魄壯為死之路常須拘制之上魂名爽靈
字浮遊中魂名胎光字合明下魂名幽精字黨形魂
欲上天魄欲入泉魂魄還觀其道自然生隨魂死隨
魄魂好外沈但虛心任氣五神無媯役自然神真契
道○大微靈書曰每月三日十三日二十三日夕三
魂離其身當須攝之法去枕仰眠交足左壓右交手
心上瞑目閉氣三息存心中赤氣和雞從心內出上

欽定四庫全書

普濟方

咽中相次覺體小熱則呼三魂名叩齒微呼爽靈延
年胎光益祿幽精絕死三呼訖即微呼叩齒三通曰
太微元宮 中黃始清 內煉三魂 三神交寧
神寶玉室 與我俱生 不得妄動 鑒者天靈
若欲飛行 唯詣上清 欲不飢渴 自飲玉津
每月晦朔弦望七魄不守尤須作意制之叩齒七通
一呼之女即十四通呼之尸苟伏矢雀陰天賊飛毒
除穢魄師呼訖呪曰



太上高尊 上皇至真 萬神安顛 七魂佩身 不得越錯 與惡為羣 長居室後 俱化成仙 永守身形 保我得真 遊行上宮 同為黃賓	夏禹去三尺方 <small>出聖濟 總錄</small>	木香 柏子香 松香 藿香子 <small>各一 兩</small>	右用木白杵為末蜜丸釐器收淨室存神安住之處 燒之合時向王方和之亦可服	安神妙香丸 <small>出聖濟 總錄</small> 顛固腸胃不生飢渴守煉五藏	欽定四庫全書 普濟方	消滅九蟲綿永胎息	丹砂 <small>五錢研 如粉</small> 松脂 <small>三兩煉十次 取一兩半</small> 鶴虱 人參 白	茯苓 <small>去黑皮</small> 狗脊 <small>去毛</small> 貫衆 <small>研如粉</small> 蠟 <small>二錢</small> 蜜 <small>鍊</small> 乳香 <small>如研</small>	<small>粉</small> 禹餘糧 <small>燒三度研如 粉各一兩</small>	右各搗研為末取十五日合和先入蜜蠟松脂三味 于銚子內化為汁和九味丸之如皂子大至誠祝曰 願辟除穀氣嚙息冲和使用糯米一升杏仁二合去 皮尖雙仁細研白蠟一兩相和煮粥飽食一頓須臾
---	----------------------------------	---------------------------------------	--------------------------------------	--	------------	----------	---	--	--	--



服大豆一合熟者仍服藥一丸得十八日續更服一丸得三十四箇月又服一丸即終身永無飢渴戒五辛色慾鹽醋等物若慮無力喫棗肉三七枚助之一月後更不服服時用乳香湯下渴即喫茯苓湯若要開食時喫葵菜湯一盞其藥自下收取用乳香水洗三五次於土坑內焙三七日留待再服轉加靈效開食時煮淡麪飯一小碗許合藥了用雲母粉收之
金簡煎 <small>出聖濟總錄</small> 辟穀固氣却滅三尸消蕩九蟲安和
欽定四庫全書 普濟方
五臟鎮守三田輕身強志拘魂制魄延永胎根
乳香 <small>四兩</small> 牛乳 <small>一斗</small> 銀石器中盛并乳香於重湯內煮旋燒牛乳汁以乳香化為度
赤石脂 <small>半斤</small> 細研水飛過於紙箱內沙上滲乾入夾絹袋盛於飯上炊九次每次出焙乾又
<small>炊以飯熟為度</small> 丹砂 <small>四兩</small> 研水飛過紙蜜 <small>銀器盛重湯內</small>
<small>秤取四兩</small>
右將蜜分作九分每一分拌乳香等入新竹筒中盛大竹可三四枚盛了次用新桑白皮扎塞定筒中令密以大黑豆夾水拌鋪在大甌底坐竹筒次又以豆



麥蓋覆過竹筒再蓋覆如法慢火炊一日三四次添
水炊至夜取出筒傾藥出以甕器盛了入焙籠內火
焙一夜或未乾又焙令極乾再取蜜一分拌藥令勻
又以新桑白皮塞了再入水洒拌豆麥令勻又依前
再炊一日如前用熱水洒三四次炊一日至夜依前
取焙之如此九炊九焙放乾成煎每服抄一大匙許
仍須先勻作一百二十服須先服藥牀如要服藥牀
忌鹽醋如要治中風攤緩半身不遂口眼喎斜語澁

欽定四庫全書

普濟方

神昏者分作一百四十服亦須先服藥牀

住食藥牀方

出聖濟
總錄

白茯苓 去黑皮 一兩 大麥麵 半斤 桑根白皮 三兩

右同搗羅為末拌勻和作麵劑煮作碁子淡喫服此
一斤四兩次服半月計麵一秤藥計六十兩充為藥
牀半月後方得喫金簡煎金簡煎每用溫酒調服如
日內飢即得服酒一盞或兩盞如渴即飲一兩盞溫
水睡眠自在



遠志 <small>去心</small> 兔絲子 <small>酒浸另搗焙乾</small> 菊花 人參 白茯苓 <small>去黑</small>	山芋 熟地黄 <small>焙</small> 柳桂 <small>去皮</small> 酸棗仁 覆盆子	巨勝 <small>酒浸一宿九蒸九焙</small> 牛膝 <small>酒浸切焙</small> 巴戟天 <small>去心</small> 天門冬 <small>去焙</small>	九蟲除萬病	神仙巨勝丸 <small>出聖濟總錄</small> 輕身壯陽却老還童去三尸下	如梧桐子大空心溫酒下二十九丸忌羊血其功甚大	于飯上炊候飯熟取下如此半月如藥乾更入蜜丸	油單封口又以水和白麵裹器物外厚兩指許每日	右各搗研為末和勻入銀器中用白蜜和如稀膏以	乳香 <small>研細各四兩</small>	丹砂 <small>研如粉</small> 雄黃 <small>研如粉</small> 人參 白茯苓 <small>去黑皮各二兩</small> 白朮	廣福延齡丹 <small>出聖濟總錄</small> 去三尸潔腑臟鎮七魄明耳目	服一錢七空心甘泉水調下念三尸名即尸亡矣	右先將紫苑搗末次搗射干白龍骨和勻為散每日	亡蟲丸 <small>出聖濟總錄</small> 去三尸 紫苑 <small>去苗上醋煮熟焙半斤</small> 射干 <small>一錢</small> 白龍骨 <small>半兩</small>
---	--	--	-------	---	-----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------------	--	---	---------------------	----------------------	---



皮各 一兩	右揀擇淨搗羅為末煉蜜為丸如梧桐子大每日空心溫酒下二十九丸服一月身輕體健萬病不侵	青丸子返童散 <small>出聖濟 總錄</small>	輕身延年除百病去三尸	天門冬 <small>去心 焙</small>	人參	白茯苓 <small>去黑 皮</small>	麥門冬 <small>去心 焙</small>	白	菊花 <small>各六 兩</small>	右搗羅為散每日溫酒或米飲調下三錢匕不拘時候服之服三年覺身輕	欽定四庫全書 <small>普濟方</small>	神仙雄黃丸 <small>出聖濟 總錄</small>	去三尸百蟲美顏色明耳目	雄黃 <small>等分</small>	松脂	右擇雄黃如雞冠色不雜砂石者先搗研羅極細次以松脂和杵為丸如彈子大每旦以酒研下一丸服至十日腹中三尸百蟲自下面上紫黑皆除服及一月百病自瘥耳目聰明以服致神仙二勿借與人衣服皮履損人藥力精氣常欲飛去常須淨潔為佳	神仙出三蟲方 <small>出聖 惠方</small>
----------	---	-------------------------------------	------------	--------------------------------	----	--------------------------------	--------------------------------	---	-------------------------------	-------------------------------	------------------------------	------------------------------------	-------------	-------------------------	----	---	------------------------------------



附子 二兩炮製
去皮臍 蕪荑 三升
乾漆 二兩搗碎
炒令烟出

右搗細羅為散每服一合空心以水調服日晚再服
七日上尸九日中尸十二日下尸並出其形似人綿
袋裹之送于東流水哭之祝曰子死屬地我當升天
與子長隔易道而歸更勿回顧三日之中當慎少語

又方 出聖
惠方

白茯苓 十斤去皮晒
乾搗羅為末 商陸 白者五斤削去皮細
切與茯苓同用酒浸糯

米麪 五斤
糯米 五斗淨淘炊為飯俟
冷與上三味相和

欽定四庫全書

普濟方

右等入水五斗並釀於瓮中封三七日藥成壓取汁
別用黑豆熬搗羅為末煉蜜和丸如彈子大每日用
藥汁一合化破一丸服之十日以後漸加如雞子黃
大上尸百日中尸六十日下尸三十日悉皆爛出上
黑名彭瑯中青名彭瓚下白名彭矯此蟲與身俱生
能興三業常欲人速死至晦朔旦伺人罪過上白天
公上尸好車馬衣服中尸好五味飲食下尸好色欲
三尸若去人皆不思不飢長生不老



神仙去三尸方 <small>出聖 惠方</small>	乾熟地黄 <small>三兩</small> 乾漆 <small>半兩</small> 搗碎 炒令烟出 桂心 <small>一兩</small>	右搗羅為末煉蜜和丸如梧桐子大飯後水服七丸 以知為度十日三尸盡出矣	神仙去三尸方 <small>出聖 惠方</small>	用硃砂五兩細研水飛過以好酒五合漬之五宿出 暴乾候可丸即丸如麻子大每服十丸水下日三至 十日諸蟲悉下若有病癩皆愈	欽定四庫全書	普濟方	神仙去三尸方 <small>出聖 惠方</small>	丹砂 <small>一斤</small> 細研 淳漆 <small>二升</small> 醋 <small>一升</small>	右相和入於鐺中微火煎令可丸即丸如麻子大每 日早晨以淨水下五丸三十日百病愈三尸去服之 百日肌骨強服之千日司命削去死籍與天地相保 改形易體變化無常日中無影	去三蟲丸方 <small>出千 金方</small>	用生地黃汁三斗東向竈葦火煎三沸內清漆二升
-----------------------------	--	-------------------------------------	-----------------------------	--	--------	-----	-----------------------------	--	--	----------------------------	----------------------



以荆匕攪之日移一尺內直丹三兩復移一尺內瓜子末三升復移一尺內大黃末三兩微火勿令焦候可丸丸如梧桐子大先服一丸日三濁血下鼻中三十日諸蟲皆下五十日百病愈面色有光澤
又方 <small>出千金方</small>
漆 <small>半斤</small> 大黃 <small>六兩末</small> 酒 <small>半一升</small> 蕪菁子 <small>三升末</small>
右以微火合煎令可丸丸如梧桐子大先日服三丸十日濁血下出鼻中三十日蟲皆爛下五十日身光
欽定四庫全書
普濟方
澤一年行及奔馬消息四體安穩乃可服草藥其餘法在三蟲篇備述
神仙去三尸方 <small>出聖惠方</small>
三月三日取桃葉絞汁一升以醋一合同煎取五合平旦分溫二服
神仙治百疾去三蟲耳目聰明方 <small>出聖惠方</small>
用槐子仁不限多少搗令爛丸如酸棗大每服十九水下日三服長服神仙



神仙去三尸方

出聖
惠方

用商陸白者二十斤削去皮以酒漬煎之令爛陰乾
搗細羅為末每服二錢以酒調食後服之日三服三
百日尸大如手出取埋之祝曰伏尸當入地我身屬
天復去勿顧視服藥忌食犬肉生魚合藥以正月五
日七日良諸仙藥當先去尸尸去作法後始神仙

通神長生法

出本
草方

抱朴子內篇云淳漆不枯者服之通神長生或以大

欽定四庫全書

普濟方

蠟投其中或以雲母水或以玉水合之服九蟲悉下
惡血從鼻出一年六甲行厨至也陶隱居云生漆毒
烈人以雞子和服之去蟲用蠟消之為水煉服能長
生

服漆葉方

出本
草方

華佗傳云彭城樊阿少師事佗求服食法佗授以漆
葉方服之去三蟲利五臟輕身益氣使人頭不白阿
從其言年五百餘歲漆葉所在有之青黏生豐沛彭



城及朝歌一名地節一名黃芝主理五臟益精氣

神仙辟穀 附論

人以胃氣為本水穀所以致養山林之士乃有休糧辟穀者其說悉本神農之書究其性味非養氣而輕身則必堅重而却老神仙之術有出乎此理或然也

方

真人辟穀雲母丸 出聖濟總錄

雲母粉 大豆黃 白茯苓 去黑皮 松脂 鍊 巨勝 湯脫

欽定四庫全書

普濟方

皮煉各去目及閉口者
蒸蠟一斤椒炒出汗十兩

右搗研五味為末煉松脂并蠟蜜和劑初服如彈丸

大溫酒下日再服

辟穀丹砂丸 出聖濟總錄

丹砂 研水飛過 白蠟 各斤

右先細切白蠟銅器煮清酒令沸投蠟於酒中候蠟消置器于冷水中蠟凝復將丹砂末投於酒蠟中拌和令勻再置于銅器中用柳木篦子不住手攪勿令



火猛候煎成膏取出放於不津甕器中可丸即丸如
梧桐子大每服十九丸溫水下每一服得三七日不飢
又一服一月不飢再一服得一百日不飢從此三服
已後每百日一服如服藥後覺渴飲冷水一盞服至
周歲已外自覺身輕體健延年盡老即不飢矣如欲
飲食之時先煮淡葵菜喫一次然後每日依常飲食
無碍

辟穀凝靈膏

一名神仙茯苓膏
出危氏方

若欲絕食頓服令飽即

欽定四庫全書

普濟方

得絕之以服輕身明目不老復壯髮白更黑齒落重

生延年益壽

茯苓 一十八斤 松脂 一斤 松子仁 六斤 柏子仁 六斤
為末

末為

右先取白蜜七斗內於銅器中微火煎一日一夜次
下外三末攪令勻微火再煎七日七夜取出每服如
雞子大一丸溫酒下後十日再服一雞子大三十日
更服一雞子大滿四劑當得延年不老若治癩病加



石硫黃石膽末各半兩忌食米醋

辟穀木耳丸

出聖濟
總錄

木耳搗末 大豆炒熟搗末 大棗煮熱去皮
各八兩 核研一升

右煉蜜丸如雞卵大有食日服一丸無食日服二丸

逢食即食無食亦不飢矣

辟穀松蠟丸

出聖濟
總錄

松脂煉一斤 白蠟一斤 酥半斤 蜜一斤 白茯苓去黑皮搗
十二兩 四兩 四兩 四兩

末十兩

欽定四庫全書

普濟方

右先取松脂白蠟酥蜜四味入甕器內盛密封坐於

二斗黍米甑內同蒸候米熟取出茯苓末以杖攪和

之再密封如前經五日即開搗和丸如梧桐子大每

服五丸酒下早晨近晚服十日後即服一丸若飢加

至二丸三丸服此藥時不得食一切物服盡即不食

亦可延年

辟穀金花丸

出聖濟
總錄

金箔 雄黃油煎九日 丹砂研如粉 白茯苓水飛
夜研如粉 取浮者暴乾



苓 去黑皮水淘取浮者
暴乾搗末各一錢

右用白膠香二兩入少酒煎如稀飴汁和之搗一千二百杵如菘豆大合時不得見雞犬婦人孝子每服溫酒下一丸三七日不飢又服一丸百日不飢從此以後每一百日一丸服時前三四日須先喫淡麪食至平旦日未出時取一粒面東服訖連嚥十下叩齒三十六通若此後欲食即食少果子通腸不食即已不得食水果子等永不飢矣

欽定四庫全書

普濟方

辟穀延年天門冬丸

出聖濟
總錄

天門冬

去心

白茯苓

去黑皮

白蠟

白蜜

白羊脂

去膜

各一斤

右先搗羅天門冬茯苓二味為末次以清酒五升入大鐺中煎三沸內羊脂煎三五沸又內蜜并蠟煎五沸掠去沫次入天門冬伏苓末用柳木篦不住手攪令勻火不令猛候煎成膏可丸乃丸如櫻桃大又取大杏仁一升湯浸去皮尖雙仁研如膏傾入淨通油



瓮內坐慢灰火中內前藥丸子于杏仁膏養令色白
即取離火每服三丸空腹溫酒下

辟穀稻米杏仁方 出聖濟
總錄

稻米 三斗水浸
一宿暴乾 杏仁 三升湯去皮尖雙仁細研
水三升浸一復時澄去滓

右以杏仁汁浸米一宿炊之暴乾又浸盡汁乃止搗
為末每服一升十日後三日服一升一月後十日服
一升即不飢矣

辟穀青梁米石脂丸

欽定四庫全書

普濟方

青梁米 一斗 赤石脂 三升
為末

右以水浸令相和置溫處三二日上生衣乃取搗丸
如李子大日服三丸即不飢矣如渴當以少水飲之
可以遠行又云白粳米九蒸九暴可辟穀糧

辟穀五穀方

粳米 黍米 小麥 麻子 熬 大豆黃 各五
合

右搗末以白蜜一斤煎一沸去沫和拌為丸如李子
大每服一丸冷水下即不飢矣



辟穀山精餅

木一斛淨刮去皮洗
攤令澁澁細剉 黍米一斗五升 飴五斤

同搗碎用水三斛先內木于大釜中次入水一斛五斗文武火煮之水耗旋添盡三斛煮至二日二夜絞去滓取汁用黍米一斗五升淨淘空令澁澁先納汁在釜中次入米煮至六七沸又下飴五斤微火煎至三斗乃熟取出置案上暴乾拌作餅子四方斷之合如梳大陰乾每日食三餅輕身益壽

欽定四庫全書

普濟方

辟穀山精丸

木一斗淨刮去皮洗
控令澁澁細剉 清酒二升 白蜜一升 阿膠四兩

右搗碎以清酒三升淨甕中浸之一日一夜絞去滓內銅器中入釜以重湯煮之又入白蜜一斤阿膠四兩煎之攪令相得候如膏即丸如彈子大放乾盛不津器中每服一丸細嚼酒下日三服以服體光澤百病除輕身延年

辟穀仙木丸



<p>斗 朮 <small>一斗淨刮去皮洗</small> 清酒 <small>五斗</small> 大豆黃 <small>炒</small> 天門冬 <small>各一</small></p>	<p>右搗碎內淨瓮中水二斛浸一宿取出內大釜中煮令減半加清酒五斗煮至一斗絞去滓再內釜中微火煎之又入炒大豆黃天門冬末各二斗更煎攪和令勻候如膏丸如彈子大放乾盛不津器中每服三丸細嚼溫水飲日三服久服耐風寒延年不老</p>	<p>辟穀棗朮丸</p>	<p>欽定四庫全書 普濟方</p>	<p>朮 <small>一斛淨刮去皮洗</small> 白蜜 <small>六斤</small> 松脂粉 <small>二斤</small> 棗膏 <small>二斤</small></p>	<p>右搗碎以水一石五斗內釜中煮之稍益水至三石煮至三斗絞去渣却內銅器中入白蜜六斤四兩成鍊松脂粉二斤半棗膏二斤半文火煎之攪和令勻候如膏丸如彈子大放乾盛不津器中每服三丸含化嚥之日三服久服則長生不老</p>	<p>辟穀仙朮茯苓丸</p>
---	---	--------------	-------------------	---	--	----------------



朮 五斤淨刮去皮洗 白茯苓 三斤去黑皮搗末

右先將朮搗碎以水三斗內釜中煮之至五升絞去滓加茯苓末攪和令勻如膏丸如彈子大放不津甕器中每服一丸細嚼溫酒下日三服久服活血駐顏耐風寒延年不老

辟穀駐顏秘妙方

白茯苓 三斤搗為粉以生絹袋盛於水中漬之候水清取粉暴乾 栗黃 三斤曬乾

搗羅 胡麻 五斤九蒸九暴除皮取三斤末

欽定四庫全書

普濟方

右取青州棗三斗以水五斗於大釜中先煮令熟爛去皮核以布袋絞取瓢却於煮棗水內慢火熬令稠候冷入諸藥為膏每日空心及晚各服一合酒調下亦得此是神仙所服切在秘密勿傳非其人其功不可具述忌食米醋

辟穀白朮丸

白朮 三斤搗為細末 生黃精 三斗洗淨控乾 蜜 一斤

右先將黃精汁一味于釜中用文武火煎熬取汁三



升再入蜜一斤并將前白朮末却內汁中煎成膏丸
如彈子大令乾盛不津器中每服三丸含化嚥之日
三服寧少服令有常不須多而中輟渴則飲水以服
絕穀輕身長生不老

辟穀黃精地黃丸

生黃精 一斗洗淨控乾
搗碎絞取汁 生地黃 三斗洗淨控乾
搗碎絞取汁

右汁合和內釜中文武火煎減半入白蜜五斤攪勻
更煎成膏停冷丸如彈子大放乾盛不津器中每服

欽定四庫全書

普濟方

一丸含化嚥之日三服以服長生面如童子

治卒絕糧飢憊欲死

凡修行家忽到深山無人之地或墮澗谷深井之中
無食者便應嚥津飲水服氣以代之

淮南王辟穀登仙秘要方 出聖
惠方 療飢治風明目變白

治瘦病益心力以服令人肌健日誦萬言日行千里
服之百日與天地齊畢矣

仙菁元寶子 五升即蔓青子是以水
煮令苦汁盡搗羅為末 木脂珠 二升
即是



乾棗以水煮令
熟去皮核用肉

右相和熟搗丸如雞子黃大曝乾每服三丸嚼爛嚥
之日三服百無所忌

又方 出聖
惠方

用蔓青子一升以水三升急火煮數去上黃水嘗子
甜水美為度此藥熬服即熱不熬即冷但空腹水服
三錢亦得不飢若以枸杞根少許同煮即無所忌如
渴要飲水茶湯一切無慮不能頓斷穀食即與粥飯

欽定四庫全書

普濟方

同喫即漸漸自斷矣

真人絕粒長生方 出聖
惠方

漢椒 五兩去目及閉
口者微炒去汁 巨勝子 五升

右九蒸九暴巨勝子訖去黑皮搗羅為末次搗羅椒
為末二味相和令勻煉蜜和丸如梧桐子大每服三
十丸以冷水下日三服自不飢渴久服長生

神仙絕穀方 出聖
惠方

白蜜 五兩 白蠟 半斤 黃丹 二兩



右先鎔蜜蠟於鐺中乃內黃丹相和令勻漸漸煎之 可丸即丸如梧桐子大每服水下五丸日三服一年 後身輕益氣自然不飢合藥惟獨在幽室勿使人見 之神驗
神仙絕穀方 <small>出聖惠方</small>
禹餘糧 <small>兩五</small> 赤石脂 <small>兩二</small> 白石脂 <small>兩二</small> 硃砂 <small>一兩</small> <small>細研水飛過</small>
右都研極細以棗穰和丸如梧桐子大每服以溫水 下五十九日三服
欽定四庫全書 <small>普濟方</small>
神仙絕穀方 <small>出聖惠方</small>
赤石脂 <small>兩六</small> 白芍藥 <small>兩二</small> 天門冬 <small>四兩</small> <small>去心焙</small> 葳蕤 <small>兩二</small> 白茯苓 <small>兩二</small> 澤瀉 <small>兩二</small>
右搗羅為末煉蜜和丸如梧桐子大每服以蜜湯或 茯苓湯下五十九日三服漸自不飢
沈建神仙絕穀方 <small>出聖惠方</small>
朱砂 <small>一兩</small> <small>細研水飛過</small> 白茯苓 <small>一斤</small> 川芒硝 <small>兩半</small> 蠟 <small>兩五</small>
右都入白搗三萬杵入鍊了蜜和丸如彈子大頓服



九丸絕穀常服即一日一丸酒化破服之漸漸不飢

又方 出聖
惠方

黑豆 四升炒
去皮 大麻子 四升熬
令香

右搗細羅為散每服一合水調服之日三服十日後

斷穀冬不寒夏不熱顏色光澤氣力百倍走及奔馬

文始先生絕穀方 出聖
惠方

雄黃 半兩
細研 禹餘糧 白礬 燒
灰 雲母粉 各一
兩 麥門冬

一兩半
去心焙

欽定四庫全書

普濟方

右搗羅為末鍊蜜和搗一千杵丸如梧桐子大欲服

藥先作牛羊肉羹稻米飯飽食明旦服三十丸以井

華水下之可終身不飢矣

神仙絕穀方 出聖
惠方

用白茯苓七斤剉碎酒漬之三日曝乾搗羅為末以

棗三斗釜中煮令爛熟經宿更以湯淋瀝棗取汁置

釜中下茯苓微火煎之可丸即丸如雞子黃大空心

及晚食以酒下一丸以服不飢骨堅髓滿腸化為筋



男子年三十以上皆可服之可涉遠有力日行千里
忌食米醋

又方 出聖
惠方

用黃蠟一斤內銅器中微火鎔之內蒲黃一斤攪令
相得於重湯上煮候可丸即丸如彈子大每服以酒
嚼下五丸加至十丸令百日不飢若覺腹中藥去更
服十丸若欲食穀者可作肥猪肉羹飽食之藥便下
合藥當用旺相以滿日服之為良

欽定四庫全書

普濟方

辟穀絕食

出儒門
事親書

大豆

五升淘淨蒸三
遍去皮為細末

大麻子

五升湯浸一宿漉出
蒸三遍令口開去皮

為細末

糯米

五升淘淨共白
茯苓一處蒸熟

白茯苓

五兩去皮同上
糯米一處蒸熟

用為

右將麻仁末一處搗爛如泥漸入豆黃末同和令勻
便如拳大再入甑蒸從初更着火至夜半住火至寅
時出甑午時晒乾搗為末服之以飽為度不得喫一
切物用附子汁一第一頓一月不飢第二頓四十日



<p>不飢第三頓一千日不飢第四頓永不飢顏形日增 氣力加倍飲麻仁汁轉更不渴滋潤五臟若待喫食 時分用葵菜子三合為末煎湯放冷服之取其藥如 後初間喫三五日白米稀粥湯少少喫三日後諸般 食飯無所避忌此藥大忌慾事</p>	
<p>茯苓餅子 <small>出儒門 事親書</small></p>	<p>白茯苓 <small>四兩 為末</small> 頭白麵 <small>二兩</small></p>
<p>右同調成煎餅麵稀稠以黃蠟代油燂成煎餅蠟可 用三兩飽食一頓便絕食至三日覺難受氣力漸生 熟果芝麻湯米飲凉水微用些小以潤腸胃無令涸 渴開食時用葵菜湯并米飲稀粥少少服之</p>	
<p>保命丹 <small>出儒門 事親書</small></p>	
<p>人參 <small>五兩</small> 麻子仁 <small>二兩 去皮</small> 乾地黄 <small>炒</small> 瓜蒌子 <small>炒</small> 大豆黃</p>	<p><small>一升</small> 兔絲子 <small>酒浸已上</small> 生地黄 乾大棗 <small>各三</small></p>
<p>黑附子 <small>一兩 炮去皮</small> 白茯苓 茯神 地骨皮 <small>去</small></p>	<p>蔓精子 <small>皮 熟</small> 杏仁 <small>去皮 尖煎</small> 麥門冬 <small>炒去 心用</small> 地膚子 <small>蒸七 遍</small></p>

欽定四庫全書

普濟方



<p>黍米<small>作粉</small> 粳米<small>作粉</small> 白糯米<small>作粉</small> 天門冬<small>去心</small> 車前子<small>蒸側</small></p> <p>柏葉<small>各二兩半</small> 各二遍已上</p>	<p>右同為細末各揀選精粹者臘月內合者妙他時不可日月交蝕不可合如合時須揀好日淨室焚香志</p>	<p>心脩合勿令雞犬婦人見又將藥末同蠟一斤半濾去滓白蜜一斤共二斤半一處鎔開和勻入白中杵</p>	<p>二千下微火酥油丸如梧桐子大每服十丸服至五日如來日服藥隔宿先喫糯米一頓粳米白麵皆可</p>	<p>欽定四庫全書 普濟方</p>	<p>次日空心用糯米粥飲送下如路行人服遇好食喫不妨要止便止如喫些小蒸餅爛嚼嚥或乾果子以助藥力不喫更妙忌鹽醋日後退下藥來於長流水中洗淨再服可百年不飢</p>	<p>辟穀方<small>出射後方</small> 若遇荒年穀貴無力以充糧應須藥濟命者用粳米一斗酒三升浸之出曝之又漬酒止出</p>	<p>稍食之渴飲之辟三十日足一斛三升辟周年又方</p>
--	---	---	---	-----------------------	---	---	-----------------------------



用麻子一升白羊脂七兩蠟一兩白蜜一合和杵蒸
食不飢

絕穀升仙不食方

一名松子丸
出聖惠方

益精補腦以服延年

不老百歲以上顏色更少令人身輕悅澤

松實

去皮
菊花分等

右搗末以煉了松脂和丸如梧桐子大或煉蜜和丸
每服十丸酒下日三服可至二十九丸亦可作散服兩
錢七空腹日午近晚服神效

欽定四庫全書

普濟方

神仙凝雪膏方

出聖
惠方

白茯苓

三十六斤剉
水煮一日

松子仁

十二斤

松脂

二十四斤
鍊了者

右搗羅為末以白蜜二石四升內銅器釜中微火煎
之一日一夜次第下藥攪令相得微火養之七日七
夜止可丸即丸如櫻桃大食前酒服七丸日三服若
欲絕穀頓服取飽即不飢輕身明目老者還少以服
成仙矣忌食米醋物

巨勝丸

出聖
惠方

神仙延年輕身



洗不着身服之一年玉女侍衛一石苣勝加茯苓二	酒化破服之日三服食穀者自然斷之百日病愈水	九遍搗羅為末煉蜜和丸如彈子大每服一丸以溫	用苣勝一石揀擇令淨上甑蒸令氣遍出曝令乾如此	真人絕穀餌苣勝方 <small>出聖惠方</small> 除痺益精補髓壯氣力	他物若食他物即便飢矣	服之日三服漸自不飢顏色美好若渴但飲水勿食	忌亦可鍊蜜和丸如彈子大每服一丸以漿水化破	右搗細羅為散每服五錢以漿水調下日三服無所	巨勝 <small>二斗</small> 黑豆 <small>五升</small> 炒 <small>去黑皮</small>	立愈可得神仙	百倍時人命盡我獨身存秋冬不寒春夏不熱百病	神仙服苣勝絕穀不食方 <small>出聖惠方</small> 令人顏色悅澤氣力	身長生久服絕穀	右搗細羅為散每服一合水調服之日二服令人輕	巨勝 <small>一斗二升</small> 去黑皮 白茯苓 <small>半斤</small> 澤瀉 <small>二兩</small>
----------------------	----------------------	----------------------	-----------------------	--	------------	----------------------	----------------------	----------------------	--	--------	----------------------	---	---------	----------------------	---



斤合搗羅為末蜜和如上法服得力益甚漸自不渴
不飢神仙秘之

神仙服芍藥絕穀方

出聖
惠方

大豆五斗淘淨入甑熟炊三次大麻子三斗湯浸一
宿漉出亦蒸三次曬乾後焙過便以輕圓木杖斡破
篩取仁用之右件先將大豆為末以下麻仁搗令勻
圓如拳大再入甑內從初更着火蒸至半夜子時住
火寅時出甑午時晒杵為末服至以飽為度不得食

欽定四庫全書

普濟方

一切物第一頓七日不飢第二頓四十九日不飢第
三頓一百日不飢第四頓二千四百日不飢不問貴
賤老少依法服食令耳目聰明氣體強壯容貌日增
永不憔悴如渴即研大麻子漿飲轉滋臟腑若要開
食用葵菜子三合杵末煎之冷服取下元藥如金色
任食諸物並無所損冬不寒夏不熱顏色光澤氣力
百倍走及奔馬一方有青州大棗

若遇荒年穀貴無以充糧應須藥濟命者

出肘
後方



取稻米一斗淘沐之百蒸百曝搗日一食以水得三十日都止則可終身不食日行三百里

防飢備急固胃神方

出衛生家寶方

得之於圓通石壁間

炒黑豆三十粒嚼至半爛繼以青松毛一把咀嚼自然物類相感津潤無滓人以食稀膳初服似乎不喜五七頓後氣味甘香平定軍在大行山中心若遺火飢饉相及又失耕種死者十七八王屋隱者教山中

欽定四庫全書

普濟方

不衰有益無損如要飲食不妨若無食服服並無悔又如渴飲少冷水熱湯易飢此方乃真人秘法愍念羣生遭飢饉厄運故傳世間此方至簡至易二藥在處皆有凶年荒歲可廣其傳

妙香丸

出余居士選奇方

休糧絕食

白膠香

乳香

硃砂

雄黃

蠟

茯苓

等分

右搗為細末煉蜜為丸如彈子大臨服之時飽食麵一腹然後服此藥可永停食身輕力健氣血愈壯



避難渴食方

出余居士
選奇方

白麵

六兩

黃蠟

三兩

白膠香

右件將麵冷水煉令熟如打麵一同然後為丸如黑豆大用日晒乾再將蠟鎔成汁了將丸子投入內打令勻候冷彈子裹收在淨處如服時每日早晨空心可服三五丸冷水嚥下不得熱食如要物食任意不妨

絕穀升仙不食法

出肘
後方

欽定四庫全書

普濟方

取松實搗為膏酒調下三錢日三則不飢渴飲水勿食他物百日身輕日行五百里

抱朴子云

出肘
後方

漢成帝時獵者於終南山見一人無衣服身皆生黑毛跳坑越澗如飛乃密伺其所在合圍取得乃是一婦人問之言我是秦之宮人東賊至秦王出奔驚走入山飢無所食迫欲餓死有一老公教我喫松柏葉實初時苦澁後稍便喫遂不復飢冬不寒夏不熱此



女是秦人至成帝時三百餘載也

神仙辟穀法

右以胡麻白大豆棗三物九蒸九曝作丸食令人不

飢延年斷穀

神仙辟穀法

出聖便良方

松脂研杏仁去皮尖炒為末棗肉焙乾為末茯苓去皮為末蠟溶和

右五件等分合成丸如梧桐子大食後飲服五十丸

便不飢功用甚多

欽定四庫全書

普濟方

穀子煎法

出十便良方

取赤熟穀子絞汁煎如稠飴可用和丹砂如無穀子

穀皮濃汁亦可丹砂忌一切魚肉陳宿生冷蒜尤忌

生血物及見生血物

主不飢令健行

出本草方

以鈎粟子食之

不飢耐寒

出本草方

取蕒麻汁煮粥食之



令人不飢

出本
草方

以蓮子肉去心為末蠟蜜和丸日服二十九

潤五臟長年不飢

出本
草方

用甘露水飲之

延年不飢

出本
草方

用繁露水作盤收之煎令稠食之

是秋露
繁濃時

輕身不飢方

出本
草方

取黃精根食之昔臨川有士人虐所使婢婢乃逃入

欽定四庫全書

普濟方

山中以之見野草枝葉可愛即拔取根葉食之甚美

自是常食以而遂不飢輕健夜息大樹下聞草中動

以為虎懼而上樹避之及曉下平地其身歛然凌空

而去或自一峯之頂若飛鳥焉數歲其家人採薪見

之告其主使捕之不得一日遇絕壁下以網三面圍

之俄然騰上山頂其主異之或曰此婢安有仙骨不

過靈藥服食遂以酒饌五味香美置往來之路觀其

食否果來食訖遂不能遠去擒之具述其故指所食



<p>之草即黃精也</p>	<p>不飢方 <small>出本 草方</small></p> <p>以朮食之抱朴子云南陽文氏值亂逃重山中飢困欲死有一人教之食朮遂不飢數十年乃還鄉里顏色更少氣力轉勝</p>	<p>輕身斷穀 <small>出本 草方</small></p> <p>以桃膠用桑灰漬之服身輕有光明在晦夜之地數</p>	<p>月斷穀</p>	<p>欽定四庫全書</p> <p>斷穀長生 <small>出本 草方</small></p> <p>普濟方</p>	<p>以胡麻九蒸九曝熬搗餌之斷穀充飢</p>	<p>令人不飢 <small>出本 草方</small></p> <p>用青梁米以純苦酒一斗漬之三日出百蒸百曝好</p>	<p>止飢 <small>出本 草方</small></p> <p>裹藏之遠行一食十日不飢重食四百九十日不飢</p>	<p>以天門冬蒸剝去心皮食之甚甘美</p>	<p>仙家斷穀方 <small>出本 草方</small></p>
---------------	--	--	------------	---	------------------------	--	--	-----------------------	---------------------------------------



斷穀方 <small>出本 草方</small>	以麻子二升大豆一升熬令香搗末蜜丸日二服	令人不飢耐老益氣 <small>出本 草方</small>	以狼尾草子作黍食之	令人不飢 <small>出本 草方</small>	以鳧欠化粉食之	厚腸胃令人不飢 <small>出本 草方</small>	以松葉細切如粟以水及麵飲服之	欽定四庫全書 普濟方	斷穀 <small>出本 草方</small>	取牛妳藤中粉食之如葛根	令人不飢 <small>出本 草方</small>	主荒年食之	以旋花根食之不飢	止飢方 <small>出本 草方</small>	以救窮草食之	絕穀長生 <small>出本 草方</small>	用芡實蒸作粉蜜和食之可休糧
---------------------------------	---------------------	--------------------------------------	-----------	----------------------------------	---------	-------------------------------------	----------------	-------------------	--------------------------------	-------------	----------------------------------	-------	----------	---------------------------------	--------	----------------------------------	---------------



取檀樹皮和榆白皮食之不飢
神仙辟穀法

立春後有庚子日溫蔓菁汁合家大小並服不限多
少可理時疾

辟暑方 出聖
惠方

雄黃 白石脂 磁石 曲灘中石 丹砂

右等分各研水飛過候乾同研令勻以煉成白松脂
和丸如梧桐子大每日空心以溫水下五丸服六十

欽定四庫全書

普濟方

日後夏月可以衣裘

欲不畏寒方

用天門冬茯苓等分為末服方寸匕日再服大寒單
衣汗出

普濟方卷二百六十四

