

# 永樂大典

卷一萬一千六百  
十九

永樂大典卷之一萬一千六百十九

十四巧

老 壽親養老書三

壽親養老新書堂上慈親八十餘。皆前兒輩戲相呼。音甘取足隨豐儉。此樂人間更有無。康節翁詩。先人怡軒居士。奉八十有三之世。大書屏間。時應歡方委。既壯扶再從。宜春通守郡。愛山。官游愛山。愛其母。施及。整宿所至。今應歡侍七。東之母以行。成淳庚午。寓上杭縣齋。訂守劉審軒刊。曰。東某辨志錄。應歡與寓日馬。中間二則。載春夏奉親事。注云。養老奉親書。於是方知此書之名。越二載壬申。至宜春。偏求於東。吉文獻故家。成無馬。自後司馬。倦游。意謂此書不可復得矣。閱三十有餘載。大德己巳春。總管冰壑郡君。緘其書。賦余。余手之不釋。如獲隨珠和璧之寶。口之不置。如聆虞翻高樓之音。已不勝其欣喜。未幾復以其緒編。示命。名壽親養老新書。其中嘉言懿行。雅事奇方。前書所未有者。繁然畢備。又何如其喜也。君自香杉遠。豫南。重作文靖公故宅。樓居高明。廣有園池。事作之勝。經史圖書。琴棋。鵬。欽。親友於玉壺中。諸郎諸孫。珠聯玉。善能承順其志。怡

永樂大典卷一萬一千六百十九

悅其心。允謂人間至樂。湖山院落。雲月為家。四時佳興。自有癡樂堂。然南小隱。二記新書。致梓。抑使世之養老奉親者。固有此樂焉。錫類之仁。遠矣。應歡雖不獲再逢寸草春暉之志。而亦不忘於老萊斑衣之思。若昔官中郡時。曾遇其人。授以怡神養性之旨。故續書多述老人之所以自養者。應歡之志喜。蓋充然有得於斯。鵬鷗同遊。亦惟曰各安其分云爾。是年冬至節日。同郡奉寧上憲黃應歡序。

太上玉軸六字氣訣。黃及山人那庵傳述。道藏有五軸經。言五臟六腑之氣。因五味薰灼不和。又六欲七情積久。生病內傷臟腑。外攻九竅。以至百骸受病。輕則痼癖。甚則盲廢。又重則喪亡。故太上憫之。以六字氣訣。治五臟六腑之病。其法以呼而自瀉。出臟腑之毒氣。以吸而自採。天地之清氣以補之。當日小驗。旬日大驗。年復萬病不生。延年益壽。衛生之寶。非人勿傳。呼有六。曰呵呼呵。嗑嘻吹也。吸則一而已。呼有六者。以呵字治心。嗑以呼字治脾氣。以呵字治肺氣。以嗑字治肝氣。以嘻字治膽氣。以吹字治腎氣。此六字氣訣。分主五臟六腑也。凡天地之氣。自子至巳。為六陽時。自午至亥。為六陰時。如陽時則對東方。勿盡開窗戶。然忌風入。乃解帶正坐。和齒三十六。以定神。先從口中濁津漱鍊二三。百下。候口中成清水。即低

# 永樂大典

卷一一六一九

頭向左而嚥之。以意送下。候河氣至腹中即低頭閉口。先念呵字。以吐心中毒氣。念時耳不得聞呵字聲。聞即氣盡。及後心氣也。念畢仰頭閉口。以鼻徐徐吸天地之清氣以補心氣。吸時耳亦不得聞吸聲。聞即氣盡。亦後心氣也。但呵時念短。吸時念長。即吐少納多也。吸訖即又低頭念呵字。耳復不得聞呵字聲。呵訖。又仰頭以鼻徐徐吸清氣以補心。亦不得聞吸聲。如此。吸者六次。即心之毒氣漸散。又以天地之清氣補之。心之元氣亦漸復矣。再又依此式念呼字。耳亦不可聞呼聲。又吸以補肝。耳亦不可聞吸聲。如此者六。所以散脾胃毒而補脾元也。次又念四字以瀉肺毒。以吸而補脾元。亦須六次。次念噓字以瀉肝毒。以吸而補脾元。噓以瀉肺毒。吸以補脾元。以瀉腎毒。吸以補脾元。如此者。至各六次。是謂小周。小周者。六六三十六也。三十六而六氣備。臟腑之毒氣漸消。病根漸除。祖氣漸充矣。次看是何臟腑受病。如眼病。即又念噓字二字各十八遍。仍每次以吸補之。總之為三十六。是為中周。中周者。第二次三十六通為七十二也。次又再依前呵呼噓噓吹六字法。各為六次。並須呼以瀉之。吸以補之。愈當精虔。不可怠廢。此第三次三十六也。是為大周。即總之為一百零八次。是謂百八訣也。午時屬陰。時有病。即對南方為之。南方屬火。所以却陰毒也。非人勿傳。

永樂大典卷萬一千六百十九

二

然又不若于後已前而來之為陽時也。如早起。床上面東將六字各為六次。是為小周。亦可治眼病也。凡眼中諸證。惟此訣能去之。他病亦然。神乎神乎。此太上之慈旨也。喻見玉軸真經而詳則得之。詳授也。如病重者。每字作五十次。凡三百而六腑周矣。乃漱鍊噓液。叩齒訖。復為之。又三百次。訖。復漱鍊噓液。叩齒如初。如此者三。即通為九百次。無病不愈。秘之秘之。四時攝養論中有云。春肝氣盛者。調噓氣以利之。夏心氣盛者。調呵氣以疏之。秋肺氣盛者。調四氣以洩之。冬腎氣盛者。調吹氣以平之。但言調此四氣而書中未詳及四氣之訣。今舉曹叔祖撰庵災曆集中玉軸六氣全文以明之。黃玉憲云。泰山東伴得樸菴親傳。每日子午卯酉四時行持六字。葭室中竹簾布帷。隔風為上。亦嘗得愛山親授。口訣云。食後將息法。平旦點心訖。即自以熱手摩腹。出門庭行五六十步。消息之。中食後。遂以熱手摩腹。行一二百步。緩緩行。勿令氣急。行訖。還林樾。昨預蘇煎棗啜半升以下。人參茯苓甘草等飲。覺似少熱。即以麥門冬竹葉茅根等飲。量性將理。食飽不宜急行及走。不宜大語。遠喚人。噴香。吐唾。覺食散後。隨其所業。不宜勞其心。力腹空即須索食。不宜急飲。土硬粘滑等物。

多致霍亂。秋冬間暖米腹。腹中微似不安。即服厚朴土薑等飲。如此將息。必無積疾。

養性 非鳴時起。就卧床中專引氣。擲漱即中正坐。量時候寒溫與點心。飯。若粥。若服藥。先飯食服藥。與酒消息。入靜室燒香誦經。洗心源。息其煩慮。良大事了。即出徐徐步庭院散氣。地溫即勿行。但屋下東西步。令氣散。家事付與兒子不宜關心。平居不得嗔叫用力。飲酒至醉。並為大害。四時氣候和暢之日。量其時節寒溫。出門行三二里。及三百二百步為佳。量力行。且勿令氣之喘而已。親故相訪問。同行出遊百步。或坐。量力揆笑。纔得歡適。不可過度耳。人性非合道者。為欲無門。須百數百卷書。易老莊等。第一勤洗洗。以香露之。身數沐浴。令潔淨。則神安道勝也。左右供使之。得清淨子弟小心。少過謙謹者。自然事閑。無物相惱。令人氣和心平。凡人不能絕嗔。若用無理之人。易生嗔怒。妨人導性。

二篇之奇。養術得理。皆沈存中懷山錄所述。存十名。安車 輪不欲高。高則振。車身長六尺。可以卧也。其廣合轍輞。以索繫合之。索如條大可也。車上設四柱。蓋蓋簾竹織。藉糊黑漆。少加披。披重又蔽。車於觀眺。箱高尺四寸。設前薦之外。可以隱肘為法。車後為門。前設扶

宋史大輿志卷之六十九

三

板。加于箱上。在前可憑。在後可倚。隨時移徙。以鐵距于箱于兩箱之上。板可測尺餘。今可容書策。及看檮之類。箱下以板隔之。則則障風。近後為宰戶。以備仄卧觀山也。車後施油篋。篋兩頭施軸。軸大如指。有雨則展之。傳于前柱。欲障日障風。則平展。展偏展一邊。臨時以鐵距于箱于車蓋梁及箱下。無雨則卷之。立于車後。車前為納陛。今可垂足而坐。要則則以板梁之令平。懸書酒榼扇帽之類。柱車柱及蓋則車後皆可也。

漢名中公以安車蒲輪。閔子騫以羊督嘗為親御車。邵康節詩云。吾嘗豈無千日酒。惜花還有四時花。小車行處人觀看。滿洛城中都是家。又云。大笠子中消白日。小車兒上看青天。可馬溫公崇德侍康節不至。有詩云。淡日濃雲合復開。碧嵩清洛遠紫烟。林端高閣望已久。花外小車猶未來。康節和章亦有萬花深處小車來之句。老人遊觀。非宜小車之適。存中懷山錄。以安車為首云。

遊山具。遊山客不可多。多則應接人事勞頓。有妨靜賞。兼僕東所至。獲人。今為三人。其諸應用物。共為兩肩。三人荷之。操几杖持蓋。非使更三人足矣。肩與者未預。容有所携。則和照我指。無浪重複。惟輕簡為便。器皆木漆。鞋而速。盜。伴酒盃。或可用銀錢一二千。使人腰之。操几杖者可兼也。

行具二肩。

甲肩。

左水篋一。

水。被。枕。盥漱具。手中。足中。藥。湯。板。

右食篋一。

竹為之。二高。并底蓋為四。食盤子三。每盤米子採十。缺酒櫃一。可容數勝。以備沽酒。抱一。盃三。漆筒合子貯脯修乾果嘉蔬各數品。餅餌少許。以備飲食不時應猝。惟三食盤相蓋為一高。其餘分任之。若月果修。不須携。

乙肩。竹函二。下為櫃。上為虛函。

左函上層書箱一。

紙。筆。墨。硯。剪刀。梳。篦。非書冊。

櫃中食祝。楮各六。箸各四。土米數物。削果刀子。

右函上層琴一。竹匣貯之。

指疊。棊局一。櫃中棊子茶二三品。鴈茶印。臘熟者。蓋托各三。香。附帶雜物。小斧子。刀子。新藥。鋤子。螞蟻。

永樂大典卷萬平六百十九

四

杖。泥靴。雨傘。涼笠。食籠。虎子。急須子。

油筒。

老人心閑無事。每喜出遊。席節時所謂待天春暖秋涼日。是我東遊西泛時也。陳山錄述遊山之具。適用之宜。既尚書。已經。鋤。堂。雜。誌。記。雲。川。城內外遊賞去處凡四十二所。謂每月一遊。則日日可度。每歲一遊。則可閱三十年。日日遊太頻。勞費可厭。歲一遊太疎。今酌其宜。每月往一處遊。一月之中。又擇良辰美景。具山。殺。野。菽。或。遊。一。兩。肩。無。宿。携。子。弟。同行。庶。跡。數。得。中。亦。廉。節。所。謂。適。洛。陽。城。皆。可。遊。也。

居山的。今管兼山。本以藏拙。已就粗粵。可以志歸。諸兒之意。春。慈。悅。閱。又難遠絕。今與汝曹約。每月二十日在山。十日在家。獨妻著。苦。寒。兩。月。則全在家。恐山中不便也。山中不可獨。頂子弟一人侍。置。厨。輪。流。四。子。每。人。一。旬。月。而。復。始。其。當。旬。者。飲。膳。之。類。專。一。掌。之。其。餘。在。家。有。效。時。新。各。隨。其。意。多。少。不。拘。無。亦。不。責。其。或。有。高。議。事。合。要。來。此。不。必。當。旬。自。宜。前。稟。自。六。月。為。始。各。於。旬。下。書。名。如。當。旬。有。私。幹。兄。弟。那。容。此。而。書。之。子。姓。也。

杜。氏。杜。權。杜。智。杜。信。杜。中。杜。中。有。五。氏。之。來。

老人之性有喜山居者。沈存中云。山林深遠。固是佳境。獨住則多阻。數

人則宜雜。必在人野相近。心遠地偏。背山臨流。氣候高爽。土宜沃。水石清美。如此。倚十畝平坦處。便可葺居。左右映帶。同阜形勝。最為上地。地勢好。則居者安也。締造規模。從人意匠。中門外作池。可半畝餘。種芙蓉。荷菱芡。遠池岸種甘菊。既可採。又可觀賞。

欹床。如今之倚床。但兩向施。齊高合曲。尺上平。借亦無偏。倚。亦有仄倚。然高低不等。非為仄倚。若背以左擋。則右擋可几臂。倚右擋。則左可几臂。左右几互倚。令人不倦。仍可左右瞻足。或枕橫角欹眠。無不便適。其度度方二尺。足高一尺八寸。擋高一尺五寸。從此上擋。共高三尺三寸。木製藤纏。或竹為之。尺寸隨人所便增損。

飽食緩行初睡覺。一脫新若倚兒前。脫中斜倚繩床坐。風送水聲到耳邊。裴晉公詩也。

昨床。為床長七尺。廣三尺。高一尺八寸。自平以上別為子面。欹大床中。間于面廣二尺五寸。長三尺。皆木製。半絛之。半絛以板。欹以人身不進。車下虛二寸。牀底以板。隔之。勿令通風。子面欹下與大牀平。一頭施轉軸。當大牀中門。子面底設一枋。撐分為五刻。子面首掛一枕。若欲危坐。即撐起。令子面直上。便可靠背。以枕承腦。欲稍偃。則連一列。畫五刻。即與大牀平。

永樂大典卷一萬一千六百十九

五

矣。凡飲酒不宜便卧。當倚床而坐。稍偃。則稍偃之。固即枕平而卧。使一童移撐。高下如意。不須以畫四體之通。大床兩緣有二尺餘。前竅孔為五。凡其下為筍。欲倚手則竅竅孔中。二床便於佚老。制度皆佳。觀雪菴。唐長九尺。闊八尺。高六尺。以輕木為格。紙糊之。三面如枕。屏風上以一格覆之。面前施夾慢。中間可容小坐。床四具。不妨設火及飲具。隨處移行。背風。展之。迥地。即就雪中卓之。比之檀帳。輕而門。不礙瞻眺。施之。別用皆可。不獨觀雪也。

此唐即東坡之擇勝亭也。東坡守汝陰。作亭以惟葦為之。世所未有。銘略云。乃作新亭。選植樂梁。鑿柏交茂。合散靡常。赤油仰承。青煙四張。我所欲往。十夫可將。與水升降。除地布林。又云。豈獨臨水。無適不感。春朝花郊。秋夕月場。無腥而楚。無美而翔。故又改為其費易價。榜曰擇勝。在實允當。觀此銘。則其製度可備見也。子由亦云。子瞻以惟葦為亭。欲往即設。不常其處。名曰擇勝。作四言一章。輒愛其文。故繼之。略云。我死和傳。塞剛立柔。視身如傳。苟究不求。山誓水塘。習氣未瘳。豈以吾好。而伴其憂。續尾甚清。賴由孔幽。風有草煙。而有赤油。匪舟匪車。亦可相攸。奉觀者為之。良可以供進觀之適云。

永樂大典

卷一一六一九

蒲花褥。九月撤蒲。曝蒸。不爾則生蟲。暴令燥。投布囊中。將取花如柳絮者。欲為土褥。或卧褥。以阜為方囊。滿實蒲花。杖鞭令勻。厚五六寸許。其上復以褥表裹之。虛軟溫煖。他物無比。春間不仰則被去褥表。出囊後先燥處略暴之。歲歲如此。南方海隅中有木綿。亦不及蒲花之柔暖。

湯鑪。溫酒為鐵銅鑪。深三寸。平底。可貯二寸湯。以酒盃排湯中。酒溫即取飲。不時推爐靜話。先使僮僕紛紛。殊益幽致。

羊羔酒。米一石如常法浸蒸。肥羊肉七斤。麴十四兩。諸麴皆可。將羊肉切作四方塊爛煮。杏仁一斤同煮。留汁七斗許。拌米飯麴。更用木香一兩同醞。不得犯水。十日熟。味極甘滑。此酒如化。或飲方

雪花酒。羊精贅肉一斤去筋膜。溫水浸洗。批作薄片。用極好酒一升。煮令肉爛。細切研成膏。別用羊筒髓三兩。腎囊脂一兩。於銀鍋內鑪作油。去滓。却入先研肉膏內。并研令勻。又入龍腦少許拌和。傾入甕甕內。候冷。每用時取出切作薄片。入酒盃中。以溫酒浸飲之。龍腦候極溫方入。如無腦入木香。許亦佳。二味各入少許尤佳。二酒宜為吉甘之奉。

茶蘼酒。好酒一斗。用木香一塊。以酒一盃於砂盆內約磨下半錢許。用細絹濾入甕。密封。臨飲取茶蘼百葉。浮沉酒面。人不能辨。查花和露紅

永樂大典卷一萬一千六百九

六

小蓓取十箇。去枝葉。用土紗袋盛掛於瓶口。近酒面一寸許。密封瓶口。三兩日可飲。或以湯柑皮。旋滴汁數點於酒棧內亦佳。

此酒色香味三絕。宜奉老人清興。醱釀本酒名也。世所開花。元以其顏色似之。故取其名。唐書百官志。良醞者令供醱釀酒。今人或取花以為枕囊。故黃山谷詩云。名字因壺酒。風流付枕幃。

香炭。以精石炭屑之。土葵葉雜搗為餅。錢大。暴乾。焚香雖致冰濕地。火亦不滅。石炭和郡煤子最佳。餘處者性急。動之則火滅。不得已。清泉者次之。長泉者又為下。

一法。取炭末五兩。胡粉黃丹各一兩。合搗為細末。着糯米膠和勻作餅子。候乾。火內燒通紅。以紙灰埋著爐中。焚香經久。不滅不消。

降真香。虛堂清夜宴坐焚之。降真香一斤。沉香四兩。龍腦一分。蒸和之。茅香時燒。少許亦佳。本草云。可入印香中。合香附子末用。

四品奇香。雪梅香。丁香一分。沉香半。胆炭篩研半兩。末。拾取些兒爐口。裝。人人道是雪中梅。

江梅香。人人道是江梅。半兩。丁香一分。苗。更用藿香俱半兩。麝香少許。是良媒。

百花香。一兩甘松二兩芎藭香少許蜜和同。團如彈子安爐上。恰似百  
花凝曉風。

長春香 二兩芫香三兩檀。麝香腦子一錢寬。華堂靜處爐香起。清韻長  
春賽蕙蘭。

御愛四和香。

沉香。

檀香。

降真。

芫香。

茅香。

海蝶峭。

麝香。

樟腦。一錢半重。龍骨。半兩。

蜜。

麝香。一錢重。

右諸藥剉碎。蜜和勻。後用龍骨磨腦碾細和入新瓦瓶內。封閉勿令氣  
出。經三日方傾出。限三日過。遇四更時分當天取露氣。天明便收。陰乾。  
如此三次。研為末。用蜜些子黃腸調作餅子。用瓦器收。遇燒時用水一  
盞傍香爐邊。方燒香。

香古甚多。獨此方用龍骨鎮住。其烟不散。所以為妙。

試茶。採嫩芽。先沸湯。乃投芽。煮變色。把取。握去水。小焙中焙欲乾。餘內  
略炒。使香磨碾皆可。出圓臨泉。旋擷旋烹。苦新不類常韻。

香茶。上春嫩茶芽每五百錢重。以茶豆一升去殼蒸焙。山藥十兩。一處  
細磨。別以腦麝各半錢重。入盆同研。約二千杵。納罐內。密封。寄三日。後可

永樂大典卷萬千六百九

七

以烹煎。愈久香味愈佳。

稻湯方。採嫩稻葉。綠紫垂挂一大甕中。紙糊其口。經月取。如未甚乾。更  
閉之。至乾取為末。如嫩草色。不用甕。只密室中亦可。但不及甕中者青翠。  
若見風則黃矣。此湯可以代茶。夜話飲之尤醒睡。飲茶多則傷人氣。耗精  
害脾胃。稻湯甚有益。如太苦。則加少山芋尤佳。外臺秘要有代茶新飲。然  
作藥味。不若稻湯。隱居遺語。尤助幽尚。

三妙湯。地黃枸杞膏各取汁一升。蜜半升。銀器中同煎。如稀飴。每服一  
大匕。湯調酒調皆可。實氣養血。久服補益人。

乾荔枝湯。

蔗糖一斤。也糖亦好。

大烏梅州者。

二兩湯。所使糖水。澄去酸汁。不士核。焙乾。

桂去皮為末。

生薑二兩。薄切作片。焙乾。

右先將烏梅生薑為細末。入在沙糖內。與桂末拌和勻。再取蔗隔過。如  
茶煎喫。欲作青子喫。烏梅用去核。修事如上法。不焙。桂作小片為末。薑  
切片不焙。用水三碗。煎至二碗。湯調服。暑熱心煩。并水調服。末龍圖  
傳暑月可常合服之。

清韻湯

縮砂仁上兩。

石菖蒲一兩。



甘草十兩。

右末入鹽煎服。

林湯。

鹽四兩炒。

白梅四兩。乾山藥一兩。

甘草二兩。

右先用核子。山藥。甘草。白梅。一處研細。捏作餅子。焙乾為末。入檀香半兩。尤佳。

桂花湯。

蒸乾。

黃桂花三斤。揀淨。去青柄。研細。以克羅威時度合味。乾薑一兩。甘草一兩。味炒。

醍醐湯。

右末和勻。置入炒鹽。或貯莫令漏氣。如常煎服。

神曲二兩。鹽十兩炒。青桂二兩。

甘草七兩。

烏梅八兩。此物碎。乾薑三兩。煨。

右先將五味焙乾為末。後入炒鹽和勻作一處。新磁罐收。

潤庭湯。

真橘皮四兩。不去白。去蒂。淨作小錢大。以水浸一夜。

生薑四兩。淨洗。

右將薑與橘皮同淹一夜。曬乾。焙乾。入甘草一兩三錢。炙黃。好白鹽梅二十箇去核。以白麩拍作片子。無油甑內焙乾。入炒白鹽一兩半。同一

永樂大典卷一萬二千六百九

處為末。沸湯煎用。

木瓜湯。

生薑四兩。取汁。木瓜十兩。

白鹽五兩。

甘草五兩。

紫蘇十兩。

右炒薑鹽拌和。蘇瓜甘草三日。取出曬乾為末。沸湯煎服。手足酸服之。

妙。又一方加縮砂山藥炒為末。消食化氣壯脾。

額梅湯。

半黃梅百箇。使去仁。

青椒四兩。揀淨。

薑一斤。去皮研。甘草四兩。炙為末。鹽半斤。

右伴安淨鉢內。一處拌勻。烈日曬半月。以色變稍散為度。更約度稀稠。得所為佳。須用臘半日月安淨鉢內煎用。已上諸方。皆得之秘傳。宜供

湯藥之月。

熱水。稻葉。殺葉。猪葉。橘葉。樟葉。皆可採陰乾。紙囊懸之。用時火炙使香。湯沃。畢其口良久。

前朝翰林院定熱水。以紫蘇為上。沉香次之。麥門冬又次之。蘇能下胸膈滯氣。功效至大。炙蘇須隔竹紙不得離。候香以湯先泡一次。傾却再泡用。大能分氣極佳。

晨朝補養藥法。

地黃粥。切地黃二合。候湯沸。與米同下。豬乳取酥二合。並一合同炒。令香熟。別貯之。候粥欲熟。乃下同煮取熟。

胡麻粥。烏油麻去尾。蒸一炊。曝乾。更炒令香熟。每用白粳米一升。胡麻半升。如常煮粥法為之。臨熟加糖。養任意。極香甘。胡麻多治之。臨時取用。乳粥。牛乳皆可。先將細梳米令精細。控令極乾。乃煎乳令沸。一休用。水法。乃投米煮之。候熟。即把置梳中。每梳下真酥半兩。置粥上。令白。酪如油。適覆粥上。食時旋攪。美無比。

山芋粥。身有土竹山者。石山者。一名山芋。山芋山生者佳。圓種者無味。取去皮。細石上磨如粉。每梳粥用山芋一合。以酥二合。並一合同炒。令香熟。以匙揉碎。粥欲熟。投攪令勻乃出。

粟粥。小粟去殼。切如米粒。每梳米一升。粟肉二合同米煮。更無他法。百合粥。土百合一升。切盡。一兩同水。署熱投。欲熟。粥中每益用三合。

康角粥。新康角一具。寸截。流水內浸三日。刮腥穢。以河水入砂瓶。或銀瓶內。以桑葉塞瓶口。勿令漏氣。度火極盡。時時看候。如湯耗。旋益熱湯。一日許。其角爛似熟山芋。拍得酥軟即止。米數更煮。慎勿漏氣。漏氣則難熟。取暴乾為粉。其汁澄濾。候清冷。以綿濾作膠片。益盛風中吹乾。康角膠別

水藥卷之萬子六十九

入藥。每粥一盞。入康角粉五錢。鹽一匙。同攪溫服。

枸杞子粥。枸杞子生研。候取汁。每一盞。粥可用汁一盞。加少熟。並同煮。馬眼粥。新黑豆一斗。淨淘入大釜中。如常用水煮。令熟。搗去汁。再入釜。以熟麻油浸之。且上油深四指。蓋之。慢火煮。直候露出豆。即以此汁轉

更煮。直令注盡。油即住。每粥一盞。可下熟豆三五盞。欲熟。入拌勻食之。又法。白米二升。別煮。令熟。大顆黑豆一升。先以薄灰汁煮。且令熟。瀝出

豆。却以清水燒沸。依前入豆。再煮。透出灰氣。瀝出。却以沙糖六兩。用水兩盞。化濾過。入鹽二兩。醬三兩。只用水。取醬汁。同煮。熟。桃仁杏仁皆可為粥。土去皮尖。略炒。令香。細研。水絞取濃汁。隨意入粥中煮。臨時加酥。塞亦可。金盞木煎亦可作粥。一如用糖法。

諸山蔬可作粥者。皆只如菜粥法。

檀記內則。言于事父母。坤事舅姑。進盥授中之儀。問所欲而敬進之。以禮馳為先。禮厚粥。醜。薄粥也。故此編詳述。陳山錄中。諸藥康法。陸放翁云。平旦粥。後就枕。粥在腹中暖而宜睡。天下第一樂也。

紫不托法。新黑豆煮取濃汁。攪起作湯餅。極甘美。能去麩毒。令不蒸。服丹石人尤宜食此。雜尊熱為羹炒。

# 永樂大典

## 卷一一六一九

沈存中云。越治壅熱益氣力。但不可多食。致令憤悶。料理有法。節而食之。餅乾蒸餅。及饅索餅。越乾等法。在食經中。此法用黑豆汁。後乾則無毒矣。

造山藥乾法。取山藥去皮薄切。日中暴乾。柳葉中按為粉。下篩如常乾食之。加酥。蒸為浮乾。尤精。益氣力。長肌肉。又服輕身。耳目聰明。不飢。延年。造乾地黃法。九月末。採取肥大者。去積熱。蒸微蒸乾。又蒸乾食之。如萎可停。

芭蕉脯。蕉根有兩種。一種粘者為糯蕉。可食。取作手大片。灰汁煮令熟。去灰汁。又以清水煮。易水合灰味盡。取壓乾。乃以鹽醬薑蔥椒乾薑熟油胡椒等雜物研泥。一兩宿。出焙略乾。令軟食之。全類肥肉之味。

牛蒡脯。十月以後。取根乾。去皮。少煮。勿太爛。硬者即熟煮。並槌令軟。下雜料物。如芭蕉脯法。焙取乾。

笋脯。一如牛蒡脯法。

蓮房脯。取嫩蓮房去蒂。又用皮。入灰煮。泡一如芭蕉脯法。焙乾。以石壓令匾。作片收之。

蒼菊酢。蒼菊花即柅子也。採嫩花。曝作酢。極香美。

### 永樂大典卷一萬一千六百十九

十

白藥。天方藥。劉禹錫。儲以菊苗。蒼蘆。麻酢。換取藥。天六壯。茶二囊。以自醒酒。

乾蕨菜。採嫩蕨菜蒸熟。以乾灰拌之。同曝極乾。濯去灰。又暴乾。以之。臨食湯浸令軟。味如合菓。

石芥菜。此二物極辛。為蔬大雋。

苦益菜。苦益菜。青葉苦麻。皆可作菜。

苦麻。即今俗謂之切麻者。葉作蔓。大甘滑。其苗如青葉。

松菜。去赤皮。取嫩白者。蒸漬之。略燒令萎熟。勿太熟。極香脆。

白芷。蒸漬。糟藏。皆可食。

防風芽。防風芽如臘脂色。天門冬芽如馬梅。芹菜。芎藭。又有靡蕪。枸杞芽。菊芽。苜蓿。水蓀。牛膝芽。地黃嫩芽。皆如常菜治之。

東坡詩云。秋來霜露滿東園。蘆菔土兒芥有孫。我與何曾同一飽。不知何苦食雞豚。此藥菜之佳乎。

水苔。立春前採嫩者。淘淨令極淨。其間多沙石。蟬蟲。取得壓乾。只入鹽油。完椒切。雜白同入瓶中。釀為醃。醃浸食之。甚佳。又可油炒。加鹽醬亦善。瓜薑。土甜瓜。採取未熟者。每十斤。隨解切開。去穢不用。就百沸湯。焯過。

以鹽五兩勻搗羅轉。豆豉木半升。鹽醋升半。起醬斤半。馬芹川椒。乾薑陳皮。甘草。茴香。各半兩。蕪荑二兩。並為細末。同瓜一處拌勻。入堯花內淹。壓於冷處。頃之。經半月後則熟。瓜色明透。絕類琥珀。味甚香美。

兼養。大菘菜。葉採十字劈裂。菜蕪取緊小者。破作兩畔。同向日中曬去水脚。二件薄切。作方片。如錢眼子大。入淨罐中。以馬芹茴香。雜酒醋水等。合得所。調淨鹽洗之。隨手舉罐。搥觸五十七次。蓋蓋罐口。置火上溫處。仍

日一次。如前法。搥觸三日。後可供菜。色青白。開錯鮮潔可愛。  
藕養。嫩藕。稍隨意切。作方塊。如骰子大。就辦眼湯內。快手拌上。取牽牛花。採汁。淹涼片時。投冷熱水中。滌過。控乾。以馬芹鹽花。泡湯入少醋。加蜜作養。澄冷洗供之。

豆養。先取濕沙。納堯器中。以綠豆勻撒其上。如種蕪法。深桶。覆藏室中。勿令見風。日一次。淘水淘透。揀其苗長可尺許。摘取。辦眼湯。綿過。以料養供之。赤豆亦可種。然不如綠豆之佳。

蕪荑。依前法。為末。風采。方寸。此而為公。子米。預可以來。公。子也。東坡與徐十三書云。今日食蕪極美。天然之珍。雖不甘於五味。而有味外之美。其法取蕪一二升許。淨擇入淘了米三合。冷水三升。生薑不去皮。徒兩指大。

永樂大典卷一萬一千零十九

同入釜中。洗土油一規。鼓當於釜面上。不得觸。觸則土油氣不可食。不得入鹽醋。若若知此味。則陸海八珍。皆可厭也。天生此物。以為幽人山居之祥。報以奉傳。不可忽也。爨以物覆。則易熟。而羹極爛。乃佳也。

本草。蕪和肝氣明目。凡人夜則血歸於肝。為宿血之臟。過三更不睡。則朝且而色黃燥。意思荒浪。以血不得歸故也。若肝氣和。則血脈流通。津液暢潤。東坡常有詩云。時逢麥田求野蕪。強為僧舍煮山羹。陸

放翁亦有詩云。小着鹽醃助滋味。微加薑桂助精神。風爐欲就寐家。活。妙訣何曾肯授人。

筍。東坡回錢榜父書云。竹萌菜佳。取筍。葷蒜心。與鰕魚相和。清水煮熟。用薑蘆蘇自然汁。及酒三物。等入少鹽。漸漸飲酒之。過熟可食。不敢

獨味。此請依法作。與老嫂共之。  
老人有性喜茹素。不忍害物者。菽水之奉。在嘉蔬藥菜料理如法。殊

益於人。把筍。芎朮。等。嫩時。採食之。或煮。或蒸。或炒。或羹。悉用土蘇。鹹豉汁。加鹽下飲。甚良。蔓菁。作羹。最妙。不斷五辛者。春秋。嫩韭。四時

採菘。甚益。綠豆。紫蘇。烏麻。須宜貯。俱能下氣。其餘。豉醬之徒。食所不

可少。皆須貯。蓄肉。食心。不害物。但以錢買。猶愈於殺。第一戒。慎勿殺。若

肉須新鮮。似有氣息。則不宜食。爛穢損氣。切須慎之。戒之。  
種植。庖檻園林間。種植可愛觀之物。如世間花果。人家自有。此不悉載。  
今抄東坡一書。誠齋一詩于左。

東坡與程全父書。

白鶴峰新居成。從天俾求數色果木。太大則難活。小則老人不能侍。  
當酌中者。又須土磁稍大。不傷根者。

柑。

橘。

柚。

荔枝。

楊梅。

枇杷。

松。

柏。

含笑。

梔子。

擬寫此數品。不必皆有。仍告書記其東西。

誠齋三三徑詩。東園新開九徑。

江梅。

海棠。

桃。

李。

橘。

香。

紅梅。

碧桃。

芙蓉。

九種花木各植一徑。命曰三三徑。其詩云。

三徑初開是荷柳。再開三徑是淵明。誠齋卷有三三徑。一徑花開

永樂大典卷一千六百九

十二

一徑行。

歐陽公示謝道人種花詩云。

淺深紅白宜相間。先後仍須次第栽。我欲四時携酒去。莫教一日  
不花開。

西園胡大壯一喜種花卉。以窺造化生有之妙。喜飲醇酎。以寓經綸獎  
理之方。

芸香。古人藏書謂之芸香是也。株置書帙中。即去蟲。置席下去蚤虱。裁  
園庭間。香聞數十步。極可愛。葉類豌豆。作小葉。生秋間。葉上微白如粉。江  
南人謂之七里香。江南極多。大率香草多只是花過則已。縱有葉香者。須  
採嫩嗅之方香。此草遠在數十步外。此間以香。自春至秋不歇絕。可脫也。  
茅香。開地種之。可洗手。終日香。一年數次刈。間屋中。時時燒少許。亦佳。  
本草云。茵葉可煮作浴湯。令人身香。茵葉本尤佳。仍入印香中。合香

附子用。

枸杞。株好地熟斫。加糞乾。然後逐畦長開壟。深七八寸。全寬。乃取枸杞  
連莖。剉長四寸許。以草為索。慢束如囊。就大於壟中立種之。每束相去一  
尺。下來乾。別糊爛牛糞。稀如麪糊。灌束子上。全滿。減則更灌。然後以肥土

壅之。滿坑土上更加熟牛糞然後灌水不久即生乃如剪韭法從一頭起  
首割之俾半畝料理如法可供數人其割時與地面平高則無葉深剪  
則傷根割仍避熱及雨中但早朝為佳。

又法但作束子掘坑方一尺深於束子三寸即不束子託着好糞滿  
坑填之以水沃糞下即更着糞填以不減為度今糞蓋束子一二寸  
即得土後極肥嫩數數鋤壅每月一加糞尤佳

又法但畦中種子如種菜法土糞下水當年疎瘦三年以後志肥勿  
令長苗即不堪食不盡即剪作乾菜以備冬中常使如此從春  
及秋其苗不絕取甘州者為真葉厚大者是有刺葉小者是白棘不  
堪服食。

又法枸杞子於水盆內揆令散乾暴乾斷地作畦畦中去却五六寸  
土勿作壅縛草攔作畦似臂長短即以泥塗得令偏以安壅中即以  
子布泥上一面令稀稠得所乃以細土蓋之令偏又以爛牛糞蓋上  
令偏又布土一重令與畦平待苗出時時澆灌及培株即如剪韭法  
更不要煮鍊每種用二月初一每年但五度剪不可過也凡枸杞生  
西河郡谷中及甘州者其味過於清菊今蘭州西去郡城靈州九原

本草大典卷萬二千零九

並大根莖尤大

甘菊。移根最佳。若少時折取苗。乘雨濕種便活。一年之後落偏地。長服  
却老。不中收子。剪如韭法。

陸龜蒙祀菊賦云。惟根與菊。借寒互結。或翻或茗。煙披雨沐。我衣敗  
綈。我飯脫粟。羞漸齒牙。菊且梁肉。蔓延駢羅。其生實多。爾祀未棘。爾  
菊未莎。其如子何。其如子何。東坡云。天隨生自言常食祀菊。及夏五  
月。枝葉老硬。氣味苦澁。積食不已。余守膠西。與通守劉君備古城廢  
園。求祀菊食之。納腹而笑。作後祀菊賦云。人生一世。如屈伸肘。何者  
為貧。何者為富。何者為美。何者為陋。或糠覈而軀肥。或梁肉而黑瘦。  
何侯。何方丈。庚郎三韭。較豐約於夢寐。卒同歸於一朽。吾方以祀為樂。  
以菊為糗。春食苗。夏食葉。秋食花實。而冬食根。尚庶幾乎河西南陽  
之壽。張南軒賦云。張子為江陵之數月。時方仲春。草木敷榮。經行郡  
園。意有所欣。爰命採掇。付之庖人。汲清泉以細烹。屏五味而不親。甘  
脆可口。蔚其芬馨。晝日為之加飯。而他物不足以前陳。又云。天壤之  
間。孰為五味。厚或腊毒。淡乃其至。狸唇豹胎。徒取詭異。山鮮海錯。紛  
糾莫計。苟滋味之或偏。在臟腑而成贅。惟祀與菊。微動不苦。消甘靡

永樂大典

卷一一六一九

澤。非若台藟。善走水。既曝日而安神。復沃煩而滌穢。騷南陽於西河。又頽齡之可制。隨寓必有。約居足恃。宜消壤肥。其葦葳蕤。與子嬰。安。薄言微之。古孰无釜。吸汁咀齏。高輪屠鷹。沐歌書詩。嗟乎。微斯物。孰同先土之歸。於是相屬而歌。殆日要以忘饑。

地黃。十二月耕地。至正月可止。三四遍細起。然後作溝。溝闊一尺。兩溝作一畦。畦闊四尺。其畦微高而平硬。甚不受雨水。苗未土間。得水即爛。畦中又撒作溝。溝深三寸。取地黃切長二寸。種於溝內。即以熟土蓋之。其土厚三寸以上。每種一畝。用根五十斤。蓋土訖。即取經冬爛草覆之。候芽稍出。以火燒其草。全燒去其苗。再生葉肥茂。根益壯。自春至秋。凡五六耘。不得鋤。八月堪採根。至冬尤佳。若不採。其根太盛。春二月當宜出之。若秋採訖。至春不復更種。其土者。猶得三四年。但採訖。比之明年。轉耘而已。參驗古法。此為最良。種本草二月八月採。殊未窮物性也。八月殘葉猶在。葉中精氣未盡歸根。二月新苗已生。根中精氣已滿。不如冬月採。殊妙。又與蒸蒜相宜。古人云。二月八月。非為種者。將為野生。當須見苗矣。欲食葉。但露散後。摘取傍葉。勿損中心正葉。甚益人。勝諸藥。

東坡詩云。地黃飼老馬。可使老鑿人。吾聞樂天語。喻馬施之身。白燕

永樂大典卷一一六一九

十四

人採地黃時。凌辰所種。去。薄春不盡。種。德。春。未。家。門。音。與。口。面。部。與。右。吸。肥。馬。可。使。照。地。光。顧。易。為。殘。葉。秋。比。昔。飢。腸。我。家。正。伏。握。垂。耳。氣。不。振。移。裁。附。沃。壤。木。草。古。稱。地。黃。宜。黃。土。今。不。然。大。宜。肥。壤。產。地。則。根。大。而。多。汁。善。茂。爭。新。春。泥。水。得。穉。根。古。以。水。泥。而。試。之。也。日。辛。子。云。浮。者。名。天。黃。平。浮。平。沉。者。名。人。黃。沉。者。名。地。黃。其。沉。者。性。之。重。陽。養。陳。新。性。為。金。水。中。更。以。苦。咸。水。而。煮。謂。之。東。湯。按。以。東。阿。清。阿。膠。出。東。阿。其。月。皮。有。老。若。則。膠。有。清。濁。和。以。北。海。醇。崖。蜜。助。甘。冷。山。薑。發。芳。辛。山。薑。木。石。古。古。月。水。融。為。寒。食。陽。寒。食。日。研。香。仁。五。酪。以。度。春。粥。以。陽。沃。之。噉。作。瑞。露。珍。丹。因。白。宿。火。湯。肺。還。生。津。願。向。內。熱。子。一。洗。胸。中。塵。

五加。取根深掘肥地二尺埋一根。令沒舊痕甚易活苗生從一頭剪取每剪挖鋤土擁之

五加蓋天有五草之呈精也。金應五行。人應五德。位應五方。物應五事。青精入莖。有東方之液。白氣入節。有西方之津。赤氣入華。有南方之光。玄精入根。有北方之粕。黃煙入皮。有戊己之靈。五神鎮主。相傳育成。用之者真德。服之者反嬰。大服輕身耐老。明目下氣。補中益精。

堅筋骨。種志意。五葉者良。葉可作蔬菜食。五月七月採莖。十月採根。陰乾。張子聲。楊建始。王叔才。于世產。皆服此酒。得壽三百年。有子二十人。世世有得。服五加酒散而獲延年者。不可勝計。或只為散。以代湯茶而餌之。驗亦然也。

青藜。以麻苗也。取八稜者。吐中如菜法種之。生苗為菜食。秋間依此法種之。甚滑美。

百合。上好肥地。加糞熟。斷乾。春中取根大勢。取瓣。於畦中如種蒜法。五寸一瓣種之。直作行。又加糞灌水。苗出即鋤四邊。絕無草。春後看稀稠。得所處更別移亦得。畦中乾即灌水。三年後其大如拳。然後取食之。又取子種亦得。或一年以後。二年以來始生。甚遲。不如種瓣。

黃精。擇取葉來差者是真。取根。學破種。一年以後極稠。種無時。其苗香美可食。

首蓿。擇肥地。斷令熟。作堆種之。極益人。還須從一頭剪。每剪加糞。鋤土擁之。

合歡。黃牛之。移根。畦中稀種。一年自稠。春剪苗食。如枸杞。秋夏不堪食。牛蒡。取子。畦中種。種時乘雨即生。若有水。不候雨也。地須加糞。灼然後

永樂大典卷一萬二千六百九

五

肥。早則沃水。剪如上法。菜中之尤益者。但多種。食苗及根。莖益於人。蓮子。八九月取堅黑子。瓦上磨尖頭。直令皮薄。取埋土作熟泥封。如三指大。長使帶頭兼重。令磨須尖泥。欲種時。擲至池中。重頭向下。自能周正。薄皮上易生。數日即出。不磨者。平不可生。

藕。春初掘取藕三節。無損處。種入深泥。令到硬土。較兩前種。當年有花。藕可作粉。其法取藕。藕不限多少。淨洗。截斷。浸三宿。數換水。看灼然。紫淨。然後漉出。碾中碎搗。以新布絞取汁。重搗。取汁盡為度。又以密布濾去羸惡物。澄去清水。如稠難澄。以水攪之。然後澄。看水清即瀉去。一如造米粉法。

雞頭。雞頭粉。取新熟者。去皮熟。搗實如上法。

菱角粉。去皮如上法。

薑粉。以生薑爛研。振汁如上法。以和羹。

葛粉。去皮如上法。削胃止煩熱。

茯苓粉。剉如瘰子。以水浸去赤汁如上法。

松栢粉。春採嫩葉如上法。須垂露。採為之。

經宿則無粉。如嫩草鬱鬱可愛。



脫果。本土之果。八月間。以牛羊糞和土包其鵝膝處。秋時相核。實收。如大極。以紙裹囊覆之。麻繞令密緻。重則以杖柱之。任其發花結實。明年夏秋間。試發一包視之。其根生。則斷其本埋土中。其花實皆晏然不動。一如巨木所結。予在蕭山縣。見山寺中。橘木止高一二尺。實皆如拳大。蓋用此術也。大木亦可為之。嘗見人家有老林檎。木根已腐朽。園人乃去木本二三尺許。如上法。以土包之。一年後。土中生根。乃截去近根三尺許。包入地後。遂為完木。

凡種果木。須望前種實多。望後種實少。

百部。山地種之。如百合法。多種為佳。取根按汁。濯衣。令不生虱。仍潔白。如用皂角也。

右自杞菊。以次為粉。為藥。為粉。須自種。種充饒。足用。百部之種。亦可為淋瀝之供。

菖蒲石。惟石奇峰。以沙石器種之。且蒸易水。則茂。水濁。及有泥滓。則萎。一寸九節者。服之。可以烏髡。輕身延年。夜藥燈間。置一兩盞。可以收煙。不薰人眼。東坡詩云。碧玉梳成紅瑪瑙。青盆水養石菖蒲。曾茶山詩云。窻明几靜室空虛。直道幽人一事無。莫道幽人無一事。汲泉承露養菖蒲。文石

清漪。斯亦九素間良苑也。

相鶴。不必。如鶴經所說。但取其標格。立瘦。喉聲清徹者為勝。凡老鶴所生。則氣韻清古。三年頂亦則能映。細論其法。頭欲細而長。身欲人立而不橫。足欲瘦而節欲高。頸肥則頸屬。身橫則頸驚。腥羶類俗。則類鶴。聲濁。體肥則類鶴。皆下材也。鶴雖食魚稻甚多。老則食穀漸少。甚老則不食。惟華亭縣鶴窠村所出者為得地。他處雖時有。皆凡格也。養處須有廣水。茂木。風月清曠之地。嘗食土物。則格類高。野畜之籠樊。詞以熟食。則多肥。濁。而精彩。羽毛日漸推藏。類乎難矣。

養龜。龜者壽物。養庭檻中。可以愛觀。愈於觀他物。尤宜畜山龜。爾雅謂之攝龜者。腹下能開合。此龜啖蛇。蛇甚畏之。庭檻中養此龜。則蛇不復至。以至園圃中多畜之。大能辟蛇。無此龜。不賴水。陸地蓄之。不失其性。予在隨州時。寓法雲寺。之澗有竹園。常蓄多蛇。寺僧乃蓄龜于園中。自爾不復有蛇。如鶴養龜一事。詳後山經所述。

收畫。子弟遇好圖畫。極宜收拾。在前士大夫家有耕莘。蔡巖。釣渭。洛沂。荀陳。德星。李郭。仙舟。為先。主訪草廬。王羲之會蘭亭。陶淵明歸去來。韓昌黎。盤谷序。晉廬山十八賢。唐瀛州十八學士。香山九老。洛陽耆英。古今事

寶皆繪為圖。可以供老人閱玩。共有友高談。人物山水。花木翎毛。各有評品吟詠。亦以廣後生見聞。梅蘭竹石。尤為雅致。瑤池壽鄉園。慶壽。近年有壽域圖。備列歷代聖賢神德耆壽者。丹青粹點。尤為奇玩。

王維字摩詰。尤歲知屬。維進士。上草隸。善畫。名盛於開元。天寶間。宰薛訪王。待若師友。畫思入神。至山平水遠。雲勢石色。繪工以為天機所到。別墅在桐川。地奇勝。與裴迪遊其中。賦詩相酬。為集。東坡云。味摩詰之詩。詩中有畫。觀摩詰之畫。畫中有詩。奉大虛云。余為汝南。得疾。財直舍。高仲符携桐川圖示余。曰。閱此可以療疾。余本江海人。得圖書甚。即使二兒從旁引之。閱於枕上。恍然若與摩詰入桐川。度華子岡。經孟城坳。憩朝日莊。泊文杏館。上斤竹嶺。並木蘭散。絕萊夷。游。躡槐陌。窺塵箴。遂於南北塔。航歌湖。戲柳浪。淮奕家。瀨酌金屑泉。過白石灘。停竹里。館轉亭。夷鳩。抵漆園。幅中杖屨。恭奕若飲。賦詩自娛。忘其身之執繫於汝南也。數日疾良愈。

龍眠居士李公麟字伯時。能行草書。善畫。尤工人物。人以比顧陸。顧

亦樂大典卷萬二千六百九

颺。輕風為帆。浪為楫。肘看玉宇浮中流。中流蕩漾。翠綃舞。穩如龍驤。萬斛舉。不是峰頭十丈花。世間那得業如許。龍眠畫手。老人神尺素。幻出真人。恍然坐我水仙府。蒼煙萬頃。波翻。玉堂學士。今對面。禁直若堯九天上。不須對此融心神。會植青藜。夜相訪。觀畫之趣。二事可參。

置琴。宋文公琴贊云。養君中和之正性。禁爾忿怒之邪心。乾坤無言之有則。我欲與子鈞其深。歐陽公云。予嘗有幽憂之疾。退而閉居。不能治也。既而學琴於友人孫道滋。受宮聲數引。久而樂之。不知疾之在其體也。夫疾生乎憂者也。藥之毒者。能攻其疾之聚。而不若聲之至者。能和其心之所不平。心而平。不和者。和。則疾之志也。宜哉。奉親者能琴。時為親庭鼓一二操。亦足以娛悅其意。和平其心。

琴師六言云。擊柱林樾。打摘。先後輕重。疾徐。最是一般妙處。更要其人讀書。斯亦子弟藏脩息游之一益云。

廷方士。湖州東林沈東老。能釀十八仙白酒。二日有客自號回道人。長揖於門。曰。知公白酒新熟。遠來相訪。願求一醉。公見其風骨秀偉。蹇然起迎。徐觀其碧眼有光。與之語。其聲清圓。於古今治亂。老莊浮屠氏之理。無

永樂大典

卷一一六一九

所不通知其非塵埃中人也。因出酒器十數於席間曰。聞道人善飲。欲以  
 為先為壽如何。公曰。飲器中鍾為最大。在厄螺杯次之。梨花蕉葉最小。請  
 戒侍人次第進斟。當為公自小至大以飲之。笑曰。有如顧僕之食蔗。漸入  
 佳境也。又約周而復始。常易器滿斟於前。笑曰。所謂杯中酒不空也。四公  
 與主即舉杯。常命東老鼓琴。四浩歌以和之。又嘗圍碁以相娛。止奕數子  
 輒拂去。笑曰。孤恐碁終爛斧柯。四公自日中至暮。已飲數斗無酒色。東老  
 欲有所叩。四公曰。聞公自能黃白之術。未嘗妄用。且為於孝義。又多陰功。  
 此余每日所以來尋訪而將以報之也。東老因叩長生鞋舉之術。四公曰。  
 四大假合之身。未可離形而頓去。東老稱承起謝。有以喻之。四公曰。此古  
 今所謂第一聚上極則處也。飲將連日。竟中所釀止留糟粕而無餘澀。四  
 公曰。大不遊浙中。今日為公而來。當留詩以贈。然吾不學世人用筆書。乃  
 就臂席上摘皮畫字題於庵壁。其色微黃而漸加黑。其詩云。西鄰已富憂  
 不足。東老即貧樂有餘。白酒釀來殊好客。黃金散盡為收書。已而告別東  
 老。落闌送之。天漸明矣。握手並行。至金西石橋。四公先度。乘風而去。莫知  
 所適。

延名衲 咸郡一僧誦法華經甚專。雖經兵亂。卒不能害。忽一山僕至云。

永樂大典卷萬二千五百九

先生請師誦經。引行通漢嶺數重。煙嵐中一山居。僕曰。先生老病起晚。請  
 補至寶塔品。見報。欲一聽之。至此果出。野服杖藜。兩耳垂肩。焚香聽經。既  
 入不復出。以藤盤竹箸。飯一盂。把菊數既。無鹽酪。美若甘露。得觀錢一  
 環。僕送出路口。問曰。先生何姓。曰。姓孫。問何名。僕於僧字中書思。選二字。  
 僧大駭。僕遂失之。三日山中尋求。竟迷舊路。歸視觀寶。乃金錢一百文也。  
 由茲一飯。身輕無疾。天禧中。僧一百五十歲矣。後隱不見。

款延方士談真諦。時約名編聽梵書。二士共談。必說妙法。真有所遇。直不樂哉。

蕭客。未文公晚年。野服見客。傍客位云。蒙陽呂公嘗言京洛致仕。官與  
 人相接。皆以閑居野服為禮。而款外郡。或不能然。其指深矣。某切思款事。  
 前此蒙賓客下訪。初亦未敢援此。遂以老人野逸自居。近緣大病。艱於動  
 作。遂以野服從事。上水下裳。大帶方履。比之涼衫。自不為簡。所使者東帶  
 足以為禮。解帶足以燕居。且使窮鄉下邑。復見京都舊俗之美。亦補助風  
 教之一端也。又云。兼病之餘。不堪拜跪。親舊相訪。亦望廢此。非應受者並  
 告權免。庶幾還春。不至闕禮。

羅鶴林云。余嘗於趙季仁處。見其服。上水下裳。水用黃白青皆可。直

領兩帶結之。緣以皂。如道服。長與膝齊。裳必用黃。中及兩旁皆四幅。不相屬。頭帶皆用一色。取黃裳之義也。列以白絹為大帶。兩旁以青或皂緣之。見傳單則繫帶。見老者則否。謂之野服。又謂之便服。

記事 周益公云。蘇子容聞人引故事。必令人檢出處。司馬溫公聞新事。即便抄錄。且記所言之人。故當時訪曰。古事莫語于容。今事勿告君實。司馬公對省客無所賢。愚長切。悉以疑事問之。有草簿數枚。常致座間。蜀有可取。隨手抄錄。或對客即書。率以為常。其書字皆真。模劉元城見時。已有三十餘冊。

曾祖南谷文靖公。叔祖樸庵提刑。皆有日記。樸庵所記名長土層。有序云。司馬溫公日記。凡十年作一裹。一日之事。無論善惡。必載焉。限以十年。所以推一期進得與否也。夫子三十而立。自是十年。則有加於前矣。至從心之時。蓋涉歷四十年。聖人所以審推熟察。以自驗。其道藝所造。功力所成者。至矣。夫甲乙周而時已久矣。時愈久而行愈進。此聖人之所以為聖人也。溫公之裹。蓋其原亦出於此歟。長土層亦十年為一裹。

二老相訪。周益公以宰相退休。楊誠齋以秘書監退休。為廬陵二大老。

宋樂齋卷萬千六百十九

益公嘗訪誠齋于南溪之上。留詩云。楊監全勝賀監家。賜湖童比賜書華。回環自闢三三徑。頃刻能開七七花。門外有田供伏臘。堂中無處不煙霞。却愁下客非摩詰。無畫無詩只謾誇。誠齋和云。柳園未臨處士家。山間草木也光華。高軒行李能過寺。小隊尋花到浣花。留贈新詩光奪月。端余老子氣成霞。未論藏去傳胎殿。姑向田夫野老誇。好事者繪以為圖。誠齋題云。平叔曾過魏秀才。何如老子致元台。蒼松白石青苔徑。也不傳呼宰相來。月榭野詩翻案也。誠齋家剛東山先主伯子。以集英殿修撰致仕。家居年八十。雲巢曾無疑益公門人也。年尤高。嘗携茶袖詩訪伯子。其詩云。囊衣不待復霜回。到得如今亦樂哉。冰額有時供戲劇。軒裳無用任塵埃。眉頭猶自懷千恨。興到何如酒一盃。知道華山方睡覺。打門聊伴若奴來。伯子和云。雪舟不肯半途回。直到荒林意感哉。蘼菊尚時披宿露。木犀香裏絕纖埃。錦心繡口垂金蘊。月露天漿貯玉杯。八十仙翁能許健。片雲倚侍出巢來。其風味幾可亞前二老云。

二老相訪。倡妍酬麗。四詩可觀。故翁詩云。老人無一事。有興即吟詩。唱者和者皆須興到也。

儲書。邵康節詩云。花木四時分景致。經書萬卷號生涯。有人若問閑居

處。道德坊中第一家。歐陽文忠公六一堂記云。琴一張。卷一局。酒一壺。藏書一萬卷。集錄金石遺文一千卷。以吾一翁老於此。五者之間。是為六一。陸放翁書集記云。陸子既老且病。猶不置讀書。名其室曰書巢。吾室之內。或栖于牀。或陳于前。或枕藉于床。俯仰四顧。無非書者。吾飲食起居。未嘗不與書俱。所有意欲起而亂書。圖之至不得行。輒自笑曰。此非吾所謂巢者耶。二公蓋儲書以自佚其老者也。丁度之祖顛。置其家。以置書至八千卷。且曰。吾聚書多矣。必了好學者為。吾子孫。度力學有守。登服勤詞學科。任至參政。曾子固平生嗜書。家藏至六萬餘卷。手自離對。白首不倦。此儲書以遺其子孫者也。孟子有賢父兄之言。惟以書教子弟者而後為賢。晉人有佳子弟之日。惟從父兄之教。而知書者而後為佳。

唐杜荀鶴詩云。秋春只愛和醇酒。諱老猶看夾註書。放翁詩云。燈前日力依然存。且畫山房萬卷書。

歐公詩云。至哉天下樂。終日在書案。家仲本云。至樂莫如讀書。至矣莫如教子。又云。人家教子弟。如養芝蘭。然既積學以培植之。又須積德以澆灌之。

子弟儲書。正以備侍旁檢閱。陳后山左右圖書。日以討論為務。其志

專欲以文章名後世。夜與諸士會宿。思一事必明燭暗。得之乃已。或以為可侍且者。后山曰。不然。人情樂因循。一放過則不復省矣。故其學甚博而精。尤好經術。非如唐之諸子。作詩之外。他無所知。魏衍昌世亦彭城人。從后山學。年五十餘。見吳書。備手自抄寫。藏書數千卷云。

# 永樂大典卷之一萬一千六百十九

重錄總校官仲邦 臣高拱

學士 臣胡士蒙

分校官沈為 臣徐應

書寫信士 臣孫現

團點監士 臣馬永志

臣吳敏