

<<养生类要>>

图书基本信息

书名：<<养生类要>>

13位ISBN编号：9787800135330

10位ISBN编号：7800135330

出版时间：2004-5

出版时间：中医古籍出版社

作者：吴正伦

页数：138

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<养生类要>>

内容概要

本书是一部涉及气功、养生、药物学及内、外、妇、儿科疾病的经验方书。

其内容简明扼要，涉及面广，有较高的实用价值，如饮食论、食物所忌所宜、解饮食诸毒等篇对现代营养学及保健方面也不失为一部指导性的著作。

在治疗疾病方面，作者结合四季不同气候对人体的影响，详述了四季诸症治例，突出了中医辨证施治的特点，并且在药物炮制及剂型方面也有独到的发挥。

在济阴类中，不但阐述了数首滋阴类方剂，而且对胎产方面的知识也作了涉猎；在慈幼类中，对儿科常见疾病的防治作了系统的论述。

对老年病方面，如养老类中的固本酒、薏苡仁粥等现代的药膳、药酒疗法对却病延年起着不可低估的作用。

<<养生类要>>

作者简介

作者：(明代)吴正伦

<<养生类要>>

书籍目录

养生类要序 养生类要小序 春岩子传 养生类要前集 逍遥子导引诀 孙真人卫生歌 陶真人卫生歌 邹朴庵
玉轴六字气诀 阴阳烹炼秋石服饵 白玉蟾真人秋石歌 三丰张真人进红铅方 并序 制玄明粉方序 四季
服食各用引子 养生叙略 滋补方论 饮食论 食物所忌所宜 解饮食诸毒 诸病所忌所宜 男女论 养生类要
后集 春月诸症治例 夏月诸症治例 万氏方治痢十法 秋月诸症治例 冬月诸症治例 济阴类 养老类跋

<<养生类要>>

章节摘录

右为末，炼蜜为丸，每丸重一钱。

每服一丸，酒化与十五六岁无病女子服之，浓酒任醉，揉乳房吮之，即蟠桃酒也。

仙方紫霞杯（一名芙蓉锭）治虚损五劳七伤，能回阳祛阴，大有效验，功难尽述。

用舶上硫黄，不拘多少，益母草烧灰淋汁煮于，化开再煮，如此九次听用。

制硫诀云：若要金硫实死，须将制伏灰霜；吾今泄破草生香，织就人穿身上。

秘密烧灰取汁，惟恐漏泄春光，九熬九澄似水霜，去垢除痰是上。

右调西江月。

石硫制就为末，水丸黍米大，即金液丹也。

加后药即成锭，或倾作杯，即紫霞杯也。

制过硫黄一两 白茯苓（去皮心）五钱 远志（去心）五钱 川椒（去目炒出汗）三钱 真赤石脂五钱 石乳二钱 大辰砂甘草煮五钱（另研）沉香二钱 大茴香二钱 莲蕊须一两（未开者佳）先春蕊一两（立春后不用） 右为末，将硫黄化开和匀印成锭，酒磨服或倾成杯子，法酒饮之，此用累效。

乃吴澹斋先生口传也。

制玄明粉方序 大唐玄宗时，终南山有一道人，寿高三百余岁。

帝宣而问之，对曰：臣常服玄明粉，故获其寿。

帝试之，果有功效，因踢名，流传于世。

此药煅炼最妙者白色，余色不可用！

服之诸病皆除，不分远年近日风毒虚寒等疾，并皆治之，无有不效。

量病轻重，各随引下加减用之。

若要宣泻，先用桃花汤或葱白汤。

如未宣通更饮一碗或半碗，每日空心或晚，随病用引调下。

常服四十九日，一次久病皆除，沉积退去，自觉身轻体健。

若能常服不断，益寿延年，永保长生，不避寒暑，面似童子，须发白而返黑，其功不可尽述。

炮制玄明粉法 取好真正朴硝一味，此物是太阴之精，亦取南方丙火，北方癸水，三家相见炼成丹也。

每料用朴硝五斗，水三桶，萝卜五斤，切作片子同人铁锅内煅炼，一明取出，滤渣澄清五七遍，至晚于星月下露至天明，瓦盆内自然结成青白块子，去水控出，用磁小罐盛之，按实入八卦炉中，先文后武，从慢至紧自然成汁，煎后不响，再加顶火一煅。

如此一昼夜待冷，取出捣烂为末。

于净地上放药，用新瓦盆一个合之，以去火毒为度。

后为末，每一斤入甘草生、熟各一两，为末同搅匀，临睡斟酌用之，或一钱或二钱，桃花煎汤，或葱白煎汤下此药。

大治邪热所干，膈气上满，五脏格涩。

此朴硝本性。

还温无毒煅炼之法有八件紧要，详切于后：一澄清硝，二去咸味，三安炉灶，四固鼎气，五升火候，六团火门，七去火毒，八对甘草。

……

<<养生类要>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>