

立差

經驗方治脾元氣發歇痛不可忍者

吳茱萸一兩桃仁一兩和炒令茱萸焦黑後去茱萸取桃仁  
去皮尖研細葱白三莖煨熟以酒浸温分二服

經驗後方治脾胃進食

茴香二兩生薑四兩同搗令勻淨器內濕紙蓋一宿次以銀  
石器中文武火炒令黃焦爲末酒丸如梧子大每服十九至  
十五丸茶酒下

外臺祕要治久患氣脹

烏牛尿空心温服一升日一服氣散卽止

道藏輯要

肘後備急方

真 虛集十

治卒絕糧失食飢憊欲死方第二十五

粒食者生人之所資數日乏絕便能致命本草有不飢之文而  
醫方莫言斯術者當以其涉在仙奇之境非庸俗所能遵故也  
遂使荒饑之歲餓屍橫路良可哀乎今略載其易爲者云若脫  
值奔竄在無人之鄉及墮墜谿谷空井深塚之中四顧迴絕無  
可藉口者便須飲水服氣其服法如左

閉口以舌料上下齒取津液而咽之一日得三百六十咽便  
佳漸習乃可至于自然不飢三五日小疲極過此便漸輕強  
復有食十二時六戊者諸法恐危逼之地不能曉方面及時  
之早晚故不論此若有水者卒無器便與左手貯祝曰承接

吏之賜眞乏糧正赤黃行無過城下諸醫以自防畢三叩齒  
右手指三叩左手如此三遍便飲之後復有盃器貯水尤佳  
亦左手執右手以物扣之如法日服三升便不復飢卽差  
若可得游涉之地周行山澤間者

但取松柏葉細切水服二合日中二三升便佳又掘取白茅  
根洗淨切服之此三物得行曝燥石上搗碎服服者食方寸  
辟一日又有大豆者取含光明而熱以水服盡此則解十日  
赤小豆亦佳得熬二豆黃末服一二升辟十日草中有虋天  
門冬麥門冬黃精萎蕤貝母或生或熟皆可單食樹木上自  
耳及檀榆白皮並可辟飢也

道藏輯要

肘後備急方

晁

虛集十

若遇荒年穀貴無以充糧應須藥濟命者

取稻米一斗淘汰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

又方粳米一斗酒三升漬之出曝之又漬酒盡止出稍食之渴  
飲之辟三十日足一斛二升辟周年

有守中丸藥法

其疏諸米豆者是人間易得易作且不乖穀氣使質力無減  
耳恐肉穢之身忽然專禦藥物或非所堪若可得頻營則自  
更按余所撰辟穀方中求也

附方

聖惠方絕穀昇仙不食法

取松實搗爲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

野人閒話云伏虎尊師煉松脂法

十斤松脂五度以水煮過令苦味盡取得後每一斤煉了松  
脂入四兩茯苓末每晨水下一刀圭卽終年不食而復延齡  
身輕清爽

抱朴子云

漢成帝時獵者於終南山見一人無衣服身皆生黑毛踐坑  
越澗如飛乃密伺其所在合圍取得乃是一婦人問之言我

道藏輯要

肘後備急方

羣

虛集十

是秦之宮人關東賊至秦王出降驚走入山飢無所食洎欲  
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