

戒律與養生之間

—— 唐宋寺院中的丸藥、乳藥和藥酒

劉淑芬
中央研究院歷史語言研究所

- 一、前言
- 二、佛教戒律中的藥與酒
- 三、寺院中的丸藥、乳藥和石藥
- 四、寺院中的藥酒
- 五、寺院養生藥物的背景——唐宋世俗社會中的養生風氣
- 六、結語

一、前言

佛教的醫療向來是學界感興趣的主題之一，前此有關的研究包括兩方面；一是純粹就佛教中醫藥的理論和醫方討論，¹ 一是就佛教僧人的醫療言，²而很少就僧人

¹ 池口惠觀，《佛教の醫療》，大阪市，東方出版，2003。二本柳賢司，《佛教醫學概要》，京都，法藏館，1994。

² 曹仕邦，《中國沙門外學的研究：漢末至五代》（台北，東初出版社，1994）；陳明，〈沙門黃散：唐代佛教醫事與社會生活〉，收入：榮新江編，《唐代宗教信仰與社會》（上海辭書出版社，2003）

自身而論。然而，從禪宗的清規，到日本入唐僧人的著作中，都可得知此一時期寺院僧人，和當時俗人一樣，經常飲用著隨著季節變換、調理身體的湯藥，並且將它溶入寺院生活和宗教儀式之中。³本文主要討論唐、宋時期某些寺院僧人服用養生藥品的情狀，除了上述的湯藥之外，他們也不時服用丸藥、乳藥和藥酒，這是當時社會養生文化的一部分。

寺院中所喫的各種養生藥品：丸藥、石藥、藥酒，都不是在生病的情況服用的藥，因此，首先會使人想到以下幾個問題：一、佛教律典中對於僧人服藥有很細密的規定，那麼它對在無病的情況下服食這些藥品，有沒有任何的規定？二、酒是佛教最基本的戒律「五戒」之一，即使俗家信徒受了五戒，都不應飲酒，至於僧人喫藥酒——特別是喝養生的藥酒是否違反戒律呢？本文首先敘述佛教律典對藥的界定和規範，事實上，佛教的律典對於食物和藥物有很細密的規範，酒是佛教最基本的五戒之一，理當是在禁斷之列的；但佛教的戒律允許以酒和藥治病，但也有一定的限制。第三、四節分別敘述僧人服用丸藥、金石乳藥和藥酒的情況。第五節從唐宋世俗社會中的養生風氣，以探討當時寺院僧人服用養生藥品的由來，也只有從此才得以理解寺院中的丸藥、乳藥和藥酒。另外，從諸《高僧傳》中，乃至於北宋來華訪學的日本僧人成尋所撰的《參天台五臺山記》一書中，可以得知有一些僧人不但喫藥酒，也飲一般性的酒。本文透過唐宋時期佛教信仰的變化——包括從「聖僧」信仰發展出以酒供養僧人的習俗，以及部分漢譯密教儀軌中的以酒獻祭，說明對當時人而言，僧人的飲酒和藥酒有其合理性；不過，就戒律的角度而言，這仍然是不合法的。

二、佛教戒律中的藥與酒

爲了解唐宋時期部分僧人所喫的養生藥品和藥酒，是否合乎佛教律典的規範，必得先了解戒律中對藥和酒的規定。就律典中藥食的規定，養生湯藥的材料都是植物，基本上不違反規定；至於金石乳藥，在戒律中鍾乳列爲藥材，在食用上有一定的限制，這可能寺院中多以鍾乳爲亡僧的祭品，而未見僧人服用實例的原因。酒則是五戒之一，本在禁斷之列，就連藥草作的酒也不許飲用；但如作爲治病之用，則可以飲用。在此要特別說明的是：關於僧人飲酒或藥酒的情形，無論就不同宗派的寺院或是個別僧人，都有很大的差異，如禪宗寺院是嚴格禁酒的，有些僧人甚至拒絕以酒做爲治病的藥。

³ 拙文，〈唐、宋佛寺中的茶和湯藥〉，（發表於：英國劍橋大學「東亞寺院國際研討會」"Buddhist Monasticism in East Asia Conference", Cambridge, England. 1 July- 2 July, 2004）。

(一) 戒律中對「藥」規定

佛教戒律中對「藥」的規範有兩個層次，廣義的藥是指所有的食物，狹義的藥則是生病時所服用或使用的藥物。此外，佛教中對「病」的界定，除了世俗不同形體上的病痛之外，飢餓也是一種病；在形而上的層次裡，世間人的迷而不覺，更是人的大病。在治療形體上的病時，律典對於可以吃什麼藥，在什麼時候吃，以及服用的時間，服用的方法等，都有很細緻的規定。在治療飢病所食用的食物是以植物性的為主。

依律典中作持門共有二十類，第七類就是「藥犍度」，犍度意為篇章之意。在佛教的律典中，飢餓也是一種病，因「患累之，軀有所資待，無病憑食，有疾須藥。」⁴為了治療飢病，便須用食物，因此，食物也稱之為「藥食」。《釋氏要覽》上篇，「正食」條，引諸律將這一點詮釋得很清楚，引《南山鈔》云：「時藥，謂報命支持勿過於藥，但飢渴名主病，亦名故病。每日常有故，以食為藥醫之。」又，《順正理論》云：「身依食住，命托食存，食已能令身心適悅安泰故。」⁵律典中規定僧人在早粥、午齋之時，要有五種觀想：一計功多少，量藥來處；二自知行德，全缺應供；三防心離過，貪等為宗；四正事良藥，為療形苦；五為成道業故。⁶其中第四、五項也明言食物是一種治療形體飢苦的良藥，以及喫此食物為的是延續生命，以資修行成就道業。圓仁《入唐求法巡禮行記》敘述他在五臺山竹林寺所見到的齋僧禮佛會上，係以「花燈、名香、茶、藥食供養賢聖」，⁷以及在藍田縣的佛牙供養會上「諸寺赴集，各設珍供，百種藥食，珍妙花，眾香嚴備，供養佛牙。」⁸這些齋僧、供佛的食物，就稱為「藥食」。

律典中將藥食分為四種：「時藥」、「夜分藥」、「七日藥」和「終身藥」（盡形壽藥）。「時藥」主要作為早齋和午齋的食物，分為三大類，計十五種食物——五正食（餅麩糲異肉）、五助食（根莖枝葉菓）和「五似食」（床粟、口麥、弟子、加師、小麥搗令碎熟食之，幾乎包含了所有蔬食的食物。至於「夜分藥」指的是果汁，⁹由於

⁴ 《彌沙塞羯磨本》，（大·1424，收入：《大正新修大藏經》第二十二冊），卷一，頁221a。

⁵ 《釋氏要覽》（大·2127，收入：《大正新修大藏經》第五十四冊）卷上，「中食」，頁274a。

⁶ 《曇無德四分律刪補隨機羯磨》（大·1808，收入：《大正新修大藏經》第四十冊），卷下，衣藥受淨篇第四，頁502b。

⁷ 小野勝年，《入唐求法巡禮行記の研究》（京都法藏館，1964初版，1988新一版）第二卷，開成五年（840）五月五日，頁441。

⁸ 《入唐求法巡禮行記の研究》，第三卷，會昌元年（841）二月八日，頁351。

⁹ 《律戒本疏》（大·2788，收入：《大正新修大藏經》第八十五冊）：「夜分藥，謂八種菓醬：一名周利，二名牟利，三名拘利，四名舍利，五名舍都，六名類樓，七名利，八名蒲桃；除茲餘一切菓悉得作醬。八種菓醬未漉澄清，名「時藥」；已漉澄清，名「夜分藥」。」由此可知，雖然律典中指稱八種菓醬為「夜分藥」，但是除茲餘之外，其他一切菓

僧人過午不食，夜分藥當係指晚間的療飢的菓汁，如果吃菓子，就算是「時藥」。「七日藥」指「酥、油、蜜、生酥、石蜜」五種，¹⁰因為這四種東西可以用來治病，同時它也屬於美味食品，俗家信徒有時用它來供養僧人請法，¹¹為了防止僧人多所屯積以及貪嗜此藥的緣故。如果服用此四藥超過七日，則是犯戒的：

若諸病比丘尼·畜藥酥油、生酥、蜜、石蜜得食殘宿·乃至七日得服·若過七日服·尼薩耆波逸提。¹²

養生的藥並不是作為治療生理上疾病之用，因此，如果從律典來看，湯藥或丸藥絕大多數是以植物性的藥材製成，並不違反戒律。另外，如果說養生的藥物要在律典中找到它的合法性，律典中有「四月藥」可能是最相近的規定了。所謂的四月藥指的是「蘇、油、蜜美味上藥」，¹³它原來是「七日藥」，即不可食用超過七日的食品。¹⁴不過，俗家信徒在四月時得以這些美味的食品供養僧人，¹⁵但過了四月，就不可再吃，否則即是犯戒，《四分戒本疏》卷三：

過受四月藥 請戒第四十七 制意者。然篤信士供辦美藥。延請僧眾，虔心供養。施主有限。宜應將護，稱施而受。今過受他藥。長貪惱物。敗善增惡。損處不輕。-----此戒因六群比丘起過。故制戒¹⁶

正是因為酥、蜜等物是美味食品，在戒律中有所限制，因此梁武帝〈斷酒肉文〉中也禁斷自己和僧人的酒肉，以及乳、蜜、酥、酪。¹⁷

子都可以作菓醬。《律戒本疏》雖然列在疑偽部，但是由於律典的部帙浩繁，僧人未能全讀，這種經過僧人重新整理的戒律疏本，正是流行在佛教教團中的戒律與規範。關於疑偽經典的價值，參見牧田諦亮，《疑經研究》（京都大學人文科學研究所，1976），頁104。

¹⁰ 姚秦·佛陀耶舍、竺佛念等譯，《四分律》（大·1428，收入：《大正新脩大藏經》第二十二冊），卷四十二，藥捷度之一 869b-c。

¹¹ 《彌沙塞部和醯五分律》（大，1421，收入：《大正新修大藏經》，第二十四冊），卷十八，第三分之四布薩法：「時諸居士。布薩日持時食、時飲、七日藥、終身藥至僧坊供養。欲聽法受八分戒。」頁123b。

¹² 《四分律》，卷二十三，二分之二明尼戒法，三十捨墮法，頁728-2。

¹³ 《律戒本疏》（大·2788，收入：《大正新脩大藏經》第二十二冊），卷一：「（九十波夜提）七十四受四月自恣請乃至除獨自恣請 釋摩界請佛及僧。夏四月施藥。隨所須服。一切自恣。六群比丘不病，限過更求。求蘇油蜜美味上藥。」頁636b。按：本律疏係收在「疑偽部」，但近年來學者如牧田諦亮認為「中國撰述的經典」（疑偽經典）反而更能反映中國佛教的面貌。

¹⁴ 《四分律》，卷十，三十捨墮法之五：「自今已去，與諸比丘結戒，集十句義，乃至正法久住，欲說戒者當如是說：若比丘有病殘，藥酥、油、生酥、蜜、石蜜齊，七日得服·若過七日服者。尼薩耆波逸提。」

¹⁵ 《毘尼母經》（大·1463），卷八：「夏四月中用雨浴衣。若檀越施僧四月藥令服者。僧即應受用。不得過四月。」頁844b。

¹⁶ 《律戒本疏》，頁612a。

¹⁷ 《廣弘明集》（大·2103，收入：《大正新修大藏經》第五十二冊），卷第二十六慈濟篇，〈斷酒肉文〉：「弟子蕭衍今日當先發誓，以明本心：從今已去，至于道場，若飲酒放逸，

律典中針對生病所服的藥，有很詳細的規定，包括：何種藥材可以服用，該在什麼時候服用，服用的期限、服用的方法等，超過其中的規範就是犯戒。養生金石之藥中的石英、鍾乳，都是列為治病之用的。¹⁸《高僧傳》中記載：劉宋時僧人道冏師事僧懿，僧懿生病時，曾命他到河南霍山去採鍾乳。¹⁹

戒律中對於不可食用的食品如蒜等，在作為藥用的情況下，是可以使用。²⁰此外，對僧人吃東西時間上也有一定的規定。因此，對於養生的藥品，端看各個時代或個別僧人的取捨，以廣義的藥而論，則養生的藥當是可以服用的，但是如果就狹義的藥而論，則連服用律典所允許的酥油、糖、蜜等藥都不可超過七日。

(二) 戒律中的酒與藥酒

酒是佛教最基本的五戒之一，戒律中對於禁止食用的戒律中對酒的規定，是完全禁酒的，對於酒的禁戒，在經典中隨處可見，即使在家信徒受了五戒，就不應飲酒；至於僧人是絕對不可飲酒。道世（？—683）《法苑珠林》（大·2122）卷九十三，提出如喝酒而不亂性生罪者，仍然是不可以飲酒：

問曰：「罪有遮性酒體生罪，今有耐酒之人，能飲不醉，又不弊神，亦不生罪，此人飲酒，應不得罪，斯則能飲無過，不能招咎，何關斷酒，以成戒善，可謂能飲耐酒，常名持戒，少飲即醉，是大罪人。」答曰：「制戒防非，本為生善，戒是生善。身口無違，緣中止息，遮性兩斷，乃名戒善。今耐酒之人，既不亂神，未破餘戒，實理非罪，正以飲生罪。因外違遮教，緣中生犯，仍名有罪。以乖不飲酒，非持戒。」²¹

如上所說，飲酒無論如何是犯戒的，唯一的例外是在生病時，用其他的藥都無法治癒時，才可以用到酒，如《四分律》：

……不犯者，若有如是如是病，餘藥治不差，以酒為藥。若以酒塗瘡，一切無犯。²²

起諸婬佚，欺誑妄語，噉食眾生，乃至飲於乳蜜，及以酥酪。願一切鬼神，先當苦治蕭衍身，然後將付地獄閻羅王，與種種苦。乃至眾生皆成佛盡。」297c。

¹⁸ 《四分律刪繁補闕行事鈔》（大·1804，收入：《大正新修大藏經》第四十冊）卷下，四藥受淨篇第十八：「……隨以藥首一名標目。餘者藥分稱之。如石英鍾乳黃耆白木丸散湯膏煎等。並例知用之。」頁117c。

¹⁹ 《高僧傳》（大·2059，收入：《大正新修大藏經》第五十冊），第十二，亡身誦經，誦經第七，〈釋道冏傳〉，頁407a。

²⁰ 《四分律》，卷二十五，一百七十八單提法之二：「若比丘尼噉蒜者波逸提，……不犯者，或有如是病，以餅裹蒜食，若餘藥所不治，唯須服蒜差聽服，若塗瘡不犯，」，頁736c。

²¹ 《大正新修大藏經》，第五十三冊，頁974c。

²² 《四分律》，卷十六，頁671b。

《五分律》卷八，佛陀還指示如何以酒為藥的步驟：

佛以彼此因緣種種呵責諸比丘已，告諸比丘，今為諸比丘結戒，從今是戒應如是說，若比丘飲酒波逸提。時沙竭陀佛制戒已，不敢復飲，以先習故氣絕欲死，飲食不消，不知云何。以是白佛，佛言：令嗅酒器，嗅酒器不差。佛言：以酒著餅中、若羹粥中，令嗽。嗽不差。佛言：聽以酒與之。沙竭陀得已，便差，即以白佛，佛言：已差，應漸漸斷之。²³

戒律允許以酒作藥，或者以酒入藥，用以治療病患。不過，養生的藥酒畢竟不是在生病時飲用的，是不是犯戒呢？在佛經和戒律中，都明言從沙彌、沙彌尼到沙門都不許飲藥酒，《佛開解梵志阿闍經》（大·20）明言僧人不得飲藥酒：

沙門不得飲酒、嗜肉、思嘗氣味，不得服藥酒，及詣酒家。²⁴

《沙彌十戒法并威儀》（大·1471）卷一，也說沙彌不可飲藥酒：

沙彌之戒，盡形壽不得飲酒、無得嘗酒、無得嗅酒，亦無粥酒。無以酒飲人，無飲藥酒，無止酒舍。……寧飲洋銅，慎無犯酒，有犯斯戒，非沙彌也。²⁵

《大愛道比丘尼經》（大·478）卷上，更說不得以有病作為藉口，而喝藥酒：

五者沙彌尼盡形壽不得飲酒，不得嘗酒，不得嗅酒，不得粥酒，以酒飲人，不得言有（疾）欺藥酒，不得至酒家。²⁶

《大智度論》（大·1509）也認為藥酒是不可以喝的，其中也提到酒雖然「能破冷益身，令心歡喜」，對身體有益，但是益少害多，仍是不該飲酒的：

不飲酒者，酒有三種：一者穀酒、二者果酒、三者藥草酒。……藥草酒者，種種藥草，合和米麴、甘蔗汁中，能變成酒；同蹄畜乳酒，一切乳熱者，可中作酒。略說若乾、若濕、若清、若濁，如是等能令人心動放逸，是名酒，一切不應飲，是名不飲酒。問曰：酒能破冷益身，令心歡喜，何以不飲？答曰：益身甚少，所損甚多，是故不應飲。²⁷

隋·智顗《法界次第初門》（大·1925）、北魏末年僧人法藏所撰《梵網經菩薩戒本

²³ 《五分律》（大·1421，收入：《大正新修大藏經》，第二十四冊），卷八，頁59c。

²⁴ 《大正新修大藏經》，第一冊，頁259c。

²⁵ 同前書，第二十四冊，頁926c。

²⁶ 同前書，第二十四冊，頁947b，按：「不得言有欺藥酒」，當作「不得言有疾欺藥酒」，據：梵網經菩薩戒本疏（1813，收入：《大正新修大藏經》，第四十冊），卷四，飲酒戒第二，引本經云：「大愛道比丘尼經云：不得飲酒，不得嘗酒，不得嗅酒，不得鬻酒，不得以酒飲人，不得言有疾，欺飲藥酒，不得至酒家。」頁636a。

²⁷ 龍樹菩薩造，後秦·鳩摩羅什譯，《大智度論》（大·1509，收入：《大正新修大藏經》第二十五冊），卷十三，釋初品中戒相義第二十二之一，158a。

疏》(大·1813)中,也節略前述《大智度論》的話,認為不飲酒戒包括了藥酒。²⁸

三、寺院中的丸藥、乳藥和石藥

從唐代中期以後,茶也被視為一種養生藥品,和前述當時社會上流行的養生湯藥,逐漸在寺院生活演重要的角色,禪宗清規中的茶禮和湯禮,對於在什麼時間喫茶、什麼時間喫湯,都有細緻的規定,並且衍化成寺院中的茶禮和湯禮。²⁹此外,有些僧人在不生病的時候,也不時服用丸藥、乳藥和石藥。

(一) 丸藥

唐、宋寺院中僧人所服用的丸藥包括以下三種:一是在茶會、湯會或茶湯會中服用的「茶藥丸」。二是風藥丸,它是在冬天的時候、或是在洗浴之後,為保養調劑身體服食的。三是其它各種丸藥,如辰砂丸、靈寶丹等。值得注意的是,至少在北宋的禪寺中,茶藥丸不僅是服用的養生品,它更被清規描述為茶、湯會儀式中的一環,由此可見寺院對於養生丸藥的重視。

1. 茶藥丸

唐、宋時人稱「茶藥」,絕大多數是指茶和養生的湯藥,多半的時候是以「點湯」或「點茶藥」明示;³⁰另外,也還有一種稱為「茶藥丸」的丸藥。在相關記載中,對茶藥丸是什麼內容,都沒有說清楚。北宋來華的僧人成尋(1011—1081)的《參天台五臺山》中記載,他在熙寧五年(1072)十月廿九日住在汴京(今開封市)太平興國寺傳法院時,當寺的廣智大師請他喫茶藥丸:

(延久四年一〇月廿九日),至曉向廣智大師房,有茶藥二丸。³¹

宋代僧人宗頤的《禪苑清規》(成書於北宋徽宗崇寧二年,西元1103)一書中,隨處可見僧人在茶、湯會中喫茶藥丸的規定,如〈赴茶湯〉一節中云:

²⁸ 《大正新修大藏經》,第四十六冊,卷上之下,五戒初門第十四,五不飲酒戒,頁671a。同前書,第四十冊,卷三,初篇酤酒戒第五,頁626a。

²⁹ 拙文,〈《禪苑清規》中所見的茶禮和湯禮〉,〈將發表於「京都大學人文科學研究所開所七十五週年紀念中國宗教文獻研究國際研討會」,2004年11月18-21日。〉

³⁰ 平林文雄,《參天台五臺山記:校本並に研究》(東京,風間書房,1978),〈延久四年五月〉「廿八日丁未,雨下,辰時向州衙,謁知沙卿,先來向階下,次共登著寄子。通判郎中第二官人著赤衫,與使君對坐。次小僧坐奥,小僧以通事申云欲安下國清寺由,即奉國清寺牒并自牒,令覽杭州牒。有點湯。退出之,使君被送。從階下切告令歸了。次向司理秘書衙,有點茶藥。」頁36。

³¹ 《參天台五臺山記:校本並に研究》,卷四,頁140。

當頭特為之人，專看主人顧揖，然後揖上、下間喫茶。不得吹茶，不得掉盞。不得呼呻作聲，取放盞橐，不得敲磕。如先放盞者，盤後安之，以次挨排，不得錯亂。右手請茶藥擎之，候行遍，相揖罷方吃。不得張口擲入，亦不得咬令作聲。³²

上文規範僧人在茶會中喫茶藥丸的禮儀，要用右手拿著茶藥丸，等所有與會的人都發給了藥丸時，才可以開始吃；吃的時候「不得張口擲入，亦不得咬令作聲。」顯然是指藥丸。

「茶藥丸」有時候僅簡稱「藥」，如《禪苑清規》〈堂頭煎點〉：

燒香之法，於香臺東望住持人問訊，然後開合上香。...轉身叉手依位立，次請先喫茶，次問訊勸茶，次燒香再請。次藥遍，請喫藥。次又請先喫茶，次又問訊勸茶。茶罷，略近前問訊，收盞橐，次問訊離位。³³

茶會的程序是：（一）先燒香。（二）請喫茶，再勸茶。（三）發給藥丸，請喫藥。（四）再請茶，再勸茶。（五）茶罷，收茶具。這種程序在各種不同目的而舉行的寺院茶會中都是相同的，如：〈僧堂內煎點〉：

茶遍澆湯，卻來近前當面問訊，乃請先喫茶也。湯餅出，次巡堂，勸茶如第一翻，問訊、巡堂，但不燒香而已。喫茶罷，特為人收盞。...行藥罷，近前當面問訊，仍請喫藥也。³⁴

〈知事頭首點茶〉：

（燒香、問訊罷）澆茶三、兩碗，擎茶盞揖當面特為人只揖參頭，及上下位，然後喫茶。茶罷或收盞，只收主人盞，起身問訊，離位燒香，歸位問訊同前。次藥遍，請喫藥。次請先喫茶，茶罷，收盞訖，問訊起送客至門首。³⁵

〈入寮臘次煎點〉：

煎點之法，燒香從寮主為頭問訊，次從首座為頭問訊。問訊罷，澆茶遍，巡察勸茶。良久，近前問訊云：「茶罷，恕不換盞。」乃燒香再請。又巡察問訊，次行藥，次行茶，次勸茶。...³⁶

〈眾中特為煎點〉：

安排坐位、香花、照牌了，當至時，門首迎客。就坐問訊，云「請收足」。

³² 小坂機融，《譯註禪苑清規》（東京，曹洞宗宗務廳，1972年第一刷，平成四年第五刷），第一卷，「赴茶湯」，頁61；蘇軍，《禪苑清規》（收入：《中國禪宗典籍叢刊》，中州古籍出版社，2001），頁32

³³ 同前書，第五卷，頁180。

³⁴ 同前書，第五卷，頁185。

³⁵ 同前書，第五卷，頁190。

³⁶ 同前書，第五卷，頁192。

燒香問訊特為人罷，問訊云「請免坐具」。…行茶澆湯約三、五椀，即問訊云「請先喫茶」。湯餅出，即於特為人處問訊，勸茶收盞罷如不收盞，即云「茶罷，恕不換盞」；如點湯不換盞，即云「湯罷，恕不換盞」，再燒香問訊特為人。次行藥遍，即問訊云「請喫藥」。次行茶澆湯，請先喫茶，并勸茶同前。茶罷陳謝云：…³⁷

〈法眷及入室弟子特為堂頭煎點〉：

齋後先上堂頭，照管香火、茶藥、盞橐、湯餅，慮或失事。…行茶遍，約澆湯三、五椀，近前問訊，乃請先喫茶也，退身依位立。湯餅出…藥遍，近前問訊乃請喫藥，復退身依位立，行茶澆湯約三、五椀或自下茶，又復問訊乃先喫茶，湯餅出，復近前問訊勸茶，轉身依位立。…³⁸

「茶藥丸」是茶會中必備之物，「堂頭煎點」中云：在茶會之前必須先準備的物品中有：湯餅、盞橐、茶盤、香花、坐位、茶藥、照牌、煞茶。³⁹此處的茶藥當是指茶藥丸，因為下文有「藥口、茶盞」各安一處，此處的「藥口」當係指置藥丸的容器：

齋前提舉行者準備湯餅換水燒湯，盞橐、茶盤打光洗潔，香花、坐位、茶藥、照牌、煞茶，諸事已辦，子細請客。……齋罷，侍者先上方丈，照管香爐位次。如湯餅衰、盞橐辦，行者齊布茶訖，香臺只安香爐、香合，藥口、茶盞各安一處……次藥遍，請喫藥。⁴⁰

如果不是泛請全寺僧人喫茶，而是臨時起意請的情況下，住持人的侍者也要令行者「安排坐位、香火、茶藥訖」，然後再請客人就坐。⁴¹另外，在〈法眷及入室弟子特為堂頭煎點〉，在早齋之後要到方丈處為住持人點茶，在早齋後，要先到方丈室「照管香火、茶藥、盞橐、湯餅，慮或失事。」⁴²為了要充分供應寺院裡茶會的需要，負責寺院財產及採買寺院所需的食品和用品的「庫頭」，也必須留意「藥」的購買，「如山野寺院，城市稍遠，眾僧所用，及藥、蜜、茶、紙之類，亦宜準備。」⁴³此「藥」指的除了做湯藥的藥材之外，還有茶藥丸的材料，下文將會提到四明天壽院所做的風藥丸聞名於當時，可知有一些寺院是由僧人自行做藥丸的。

到底「茶藥丸」指的是什麼樣的藥丸？在以上的資料中都未說明，它很可能和湯藥一樣，是根據季節變換而有不同的內容。由於它是和茶一起服用的，故稱做「茶

³⁷ 同前書，第五卷，頁194。

³⁸ 同前書，第六卷，頁200。

³⁹ 同前書，第五卷，「堂頭煎點」，頁177。

⁴⁰ 同前書，第五卷，「堂頭煎點」，頁177-179。

⁴¹ 同前書，第五卷，「堂頭煎點」，頁183。

⁴² 同前書，第六卷，「法眷及入室弟子特為堂頭煎點」，頁200。

⁴³ 同前書，第四卷，「庫頭」，頁138。

劉淑芬

藥丸」。宋·鄭谷〈宗人惠四藥〉詩云：「宗人忽惠西山藥，四味清新香助茶。爽得心神便騎鶴，何須燒得白朱砂。」⁴⁴可以幫助我們了解它服用的情形。此外，《千金翼方》中的一段話，也可為此「茶藥丸」提供一些線索：

人非金石。鼎犯寒熱霧露。既不調理。必生疾癘。常服藥。辟外氣、和藏府也。平居服五補七宣丸、鍾乳丸。量其性冷熱虛實。自求好方常服。其紅雪三黃丸、青木香丸、理中丸、神明膏、陳元膏，春初水解，散天行茵陳丸散，皆宜先貯之，以防疾發。忽有卒急不備難求。臘日合一劑烏膏楸葉膏。以防癰瘡等。⁴⁵

2. 風藥丸⁴⁶

寺院生活中，僧人通常在冬季和洗浴之後，會服用風藥丸。《禪苑清規》卷四，「浴主」敘述浴主的職責中，包括了在開浴之前要準備僧人在浴室中所需的用具，以及浴後所喝的茶和風藥：

至日齋前，掛開浴、或淋汗、或淨髮牌，鋪設諸聖浴位，及淨巾、香花、燈燭等，並諸僧風藥、茶器。⁴⁷

日本僧人成尋在熙寧六年（1073）一月廿日早齋之後，到汴京的大相國寺浴堂沐浴，他浴罷之後，照大師送給他「酒一瓶、菓子、風藥三丸」：

（延久五年一月）廿日甲子，天晴，齋後小師等行向相國寺浴堂，賴緣供奉一人留，以通事送薪沐浴。成尋一人既畢，照大師送酒一瓶、菓子、風藥三丸。⁴⁸

此外，僧人也會在冬月裡服用風藥，如熙寧五年十二月廿六日，成尋在巡禮五臺山之後，回到了汴京的太平興國寺傳法院；當時有兩名來自五天竺西北的大天國僧人也寄居在同一院，請成尋去他們的房間裡喫茶，同時也給在

（延久四年十二月）廿七日辛巳，雪下。參臺沿路廿八日全天晴無雨雪，著真容院了。...大天國二人從南海來著廣州，今月著當院，皆喫茶藥，還房。次入新來中天二人房喫茶藥。午時，從大天國僧房有請，即行向喫茶并「陽

⁴⁴ 北京大學古文獻研究所編·傅璇琮等主編，《全宋詩》（北京大學出版社，1991），第二十冊，卷 677,頁 7762。

⁴⁵ 唐·孫思邈，《千金翼方》（台北，中國醫藥研究所，1990 第四版），卷十四，退居，服藥第三，頁 161-2。

⁴⁶ 「風藥」主要是指可以除風疾的藥，稱為「風藥」，另外，凡是可以製作除風的植物藥草，也可稱為風藥，如石南、蘭葉、

⁴⁷ 《譯註禪苑清規》，第四卷，「浴主」，頁 139。

⁴⁸ 《參天台五臺山記：校本並に研究》，卷六，頁 198。

藥」。⁴⁹

陽藥就是風藥。

風藥之中，有所謂的「黑神丸」，熙寧六年三月五日，因久旱不雨，成尋和其他著名僧人被請入皇宮後苑的瑤津亭祈雨七日。九日中午，當日祈雨法事結束後，眾僧人約好去諸大乘師住宿的房裡，「慈照大師、惠淨和尚以「風藥丹」各一丸，與小僧點茶。」⁵⁰次日，華藏大師在瑤津亭僧人休息處，請眾僧喫茶，慈照大師也拿出「黑神丸」，做為茶後的丸藥：

（延久五年三月）十日癸寅，天晴。...瑤津亭橋左右有兩亭，西名澄柱之亭，東名「極曦之亭」，人休息處也。華藏大師為喫茶請，即具通通事小師行向，華藏、慈照兩大師各點茶。慈照大師與「黑神丸」一裹。⁵¹...

寺院的僧人不僅服用風藥黑神丸，當時有些佛寺所制的丸藥還很受世人歡迎，如天壽院就以其所製作的風藥黑神丸聞名，《歸田錄》記載北宋真宗時的宰相張齊賢食量驚人，連天壽院所作的風藥黑神丸一次就要吃五、七兩：

張僕射齊賢體質豐大，飲食過人，尤嗜肥豬肉，每食數斤。天壽院風藥黑神丸，常人所服不過一彈丸，公常以五七兩為一大劑，夾以胡餅而頓食之。

⁵²

按：名為「天壽院」的寺院不僅一處，其中最有名的是鄆縣的天壽院，它建於宋太祖建隆元年，原名「天井院」，至治平元年賜名天壽院。周銖有〈天壽院記〉。⁵³此處所稱的天壽院可能係指此。寺院所制作的丸藥有可能是和信徒檀越結緣的，但從上述「天壽院風藥黑神丸，常人所服不過一彈丸，公常以五七兩為一大劑」看來，一則當時似乎有不少人是服用天壽院的黑神丸，二則如張齊賢一次要喫五、七兩，應該就不是寺院所能大量贈與的，因此，它也有可能對俗人發售的。另外，還有「辰砂丸」。熙寧六年二月十六日，成尋住在五臺山的傳法院，三藏送給他「辰砂丸」十五粒，並且囑咐他「一服七粒，臨非以生薑湯吞下」：

（延久五年二月）十六日庚辰，天晴。齋了，梵義大師送茶，三人喫了。辰砂丸十五粒，三藏送給，口良藥也。一服七粒，臨非以生薑湯吞下云云。今夜以酒服七箇了。⁵⁴

⁴⁹ 同前書，卷五，頁178。

⁵⁰ 同前書，卷七，延久五年三月九日，頁236。

⁵¹ 同前書，卷七，頁237。

⁵² 歐陽修撰，李偉國點校，《歸田錄》（北京，中華書局，1981），卷一，頁12。

⁵³ 《寶慶四明志》，收入：《宋元方志叢刊》（北京，中華書局，1990），卷十三，鄆縣志，卷二，祠，寺院，甲乙律院三十六，天壽院，頁5172-2。

⁵⁴ 《參天台五臺山記：校本並に研究》，卷六，頁213。

不過，成尋在未生病的情況下，當晚就將它和酒一起服用，可見它也可以是一種保養的藥劑。「辰砂丸」有不同的處方，可治風疾、瘡疾等病，三藏法師送給成尋的應屬一種風藥。風藥辰砂丸也有治重症的，也有是屬於保養型的丸藥，如人參辰砂丸和和劑局方的辰砂丸：

人參辰砂丸出十便良方 治去骨髓內風冷。壯筋力。安神爽思。寬快膈腕。
益胃進食。⁵⁵

辰砂丸出和劑方 治諸風痰盛。頭痛惡心。精神昏憤。目眩心忪。嘔吐痰涎。
胸膈煩悶。⁵⁶

寺院中還有服用一種叫做「靈寶丹」的風藥，它的功效是「治筋骨風氣，漆精益髓，神氣清爽，好顏色紅悅，久服輕健補暖水藏。」⁵⁷宋代的禪寺中，有僧人在做這種丸藥，《明覺禪師語錄》（大·1996）卷四：

師一日問僧·磚作箇什麼來·僧云·合靈寶丹來·師云·靈即不問·作麼生是寶·僧云·不敢祇對和尚·師不肯·自代云·洎與和尚答話。⁵⁸

值得注意的是：風藥是唐宋時期社會上流行的養生丸藥，寺院僧人服用的風藥丸殆受世俗社會的影響，而和俗人同步服用。如前述的靈寶丹，也是宋朝皇帝賜給大臣風藥之一種。宋高宗曾賜龍圖閣直學士耿延禧「金帶一條、通犀帶一條、錦綺等一百匹、靈寶丹、蘇合香圓、透冰丹各一百貼。」⁵⁹宋朝官方太醫局所製的「靈寶丹」也為金人所熟知喜愛，金人取「太醫局「靈寶丹」二萬八千七百貼」。⁶⁰當時社會上從上至下，都有服用風藥的風習，從五代開始，皇帝經常賜給大臣、及在外鎮戍的將帥風藥，因此，後晉高祖時，安從進謀反，襄州道都行營先鋒指揮使郭金海所戰皆捷，安從進便送他「金瓶金合酒與風藥」以誣陷他。⁶¹宋·王安中〈謝賜臘藥表〉：「臣某言：伏蒙聖恩，賜臣御筆金花牋詔書、臘晨風藥一銀合者。」⁶²此外，皇帝賜給北國金國、高麗國使臣酒果、風藥，也成為慣例，⁶³同時也賜給高麗使臣同樣的物

⁵⁵ 明·朱橚，《普濟方》（北京，人民衛生出版社，1982年三刷），卷一百四，諸風門，風冷附論，頁376。

⁵⁶ 《普濟方》，卷一百四，諸風門，風痰附論，頁386。

⁵⁷ 金禮蒙等收輯，《醫方類聚》，第九冊，卷二百三，養性門五，聖惠方二，丹藥序，紫粉靈寶丹，頁477。

⁵⁸ 《大正新脩大藏經》，第四十七冊，頁694-3。

⁵⁹ 宋·徐夢梓，《三朝北盟會編》（上海古籍出版社，1987年），卷六十三，靖康中帙三十八，頁474-1。

⁶⁰ 同前書，卷七十八，靖康中帙五十三，頁587。

⁶¹ 《舊五代史》，晉書，卷九十四，〈郭金海傳〉，頁1249，引《洛陽緝紳舊聞記》。

⁶² 《初寮集》（收入：《景印文淵閣四庫全書》第1127冊），卷四，頁四十五—四十六。

⁶³ 《宋史》，卷七十二，禮志二十二賓禮四，金國使副見辭儀，頁2812。宋·慕容彥達，《摛文堂集》（收入：《景印文淵閣四庫全書》第1123冊），卷九，頁六，〈賜高麗國進奉人使臘辰風藥口脂酒果口宣〉。

品。由於金朝的官員也很喜好宋朝的風藥，因此它也成為趙宋致贈金朝官員的禮品之一，《大金弔伐錄》卷二，〈別幅〉：

本朝和議使鄧紹密回日，皇子郎君令館伴蕭實導意欲得白花蛇，除已附一合送皇子郎君外，恐國相元帥亦欲得之，以一合附送。酒五十瓶、果子四合，茶一合，風藥一合，白花蛇一合，右請檢留白。

甚至於庶民也經常服用風藥，在一些城市中都有風藥鋪，如南宋杭州市上就有專賣風藥的「風藥鋪」，⁶⁴宋·樓鑰(1137-1213)《攻媿集》中就敘及當時宿州城內有「蔡五經家餅子風藥」的店鋪。⁶⁵

3. 其它丸藥

從尋《參五台天臺山記》一書中，可知宋代僧人也服用其它的丸藥，如熙寧五年六月七日，他在杭州寄居寺院的寺主送他丸藥「安元治氣正元舟」，並且告訴他服用的方法：

（延久四年六）七日乙卯，天，巳時，陳一郎松花餅廿枚持來，從壽昌寺子章童行送者也。寺主送安元治氣正元舟（丹），無服廿丸，湯下無忌。⁶⁶

熙寧五年六月四月十一日夜，三藏法師送成尋一個小瓶子，成尋就喫了此藥「入夜，三藏送小瓶子，服藥已了」。⁶⁷在此前後文中，成尋都沒有提及自己身體不適，可知這也是一種養生的丸藥。熙寧五年二月十九日，五臺山的三藏法師送給住在傳法院的日本僧人尋「散十六個」，同房的僧人一同分食。⁶⁸這個散當是一種藥粉，至於其內容，則不得而知。

（二）寺院中的乳石丹藥

唐宋時期，社會上服用石藥、燒煉丹藥之風很盛，石藥可以調配成五石散、三石散等散藥服食，或者燒煉成丹藥以吞服，它的作用未必能令人羽化登仙，但至少可以延年長壽。唐·王燾〈乳石論序〉稱「按古先服餌，賢明繼踵，合和調鍊，道術存焉。詳其羽化太清，則素憑仙骨，若以年留壽域，必資靈助，此蓋金丹乳石之用。」⁶⁹至宋代黃庭堅〈乞鍾乳于曾公袞〉詩猶云：「寄語曾公子，金丹幾時熟。願

⁶⁴ 《夢梁錄》，卷十三，頁 5b。

⁶⁵ 宋·樓鑰，《攻媿集》（收入：《景印文淵閣四庫全書》第 1152-1153 冊），卷一百十一，

⁶⁶ 《參天台五臺山記：校本並に研究》，卷二，頁 45。

⁶⁷ 同前書，卷八，頁 269-270。

⁶⁸ 同前書，卷二，頁 214。

⁶⁹ 《全唐文》，卷三百九十七，王燾，〈乳石論序〉，頁 4051-2。

持鍾乳粉，實此罄懸腹。遙憐蟹眼湯，已化鵝管玉。刀圭勿妄傳，此物非碌碌。」⁷⁰

石藥之中，最重要的藥石之一是鍾乳，稱之為「乳藥」。由於此藥甚為珍貴，也成為俗家信徒對僧人的供養之一，同時在高僧圓寂之後，也以此藥致祭。信徒對僧人財物的奉獻，常稱「充乳藥之費」。開皇十一年，（591）篤信佛教的隋文帝為國師智琰在宣州稽亭山建妙顯寺，並賜法器什物，其中就包括「賜錢五千貫·絹二千疋·充乳藥·」⁷¹唐中宗景龍元年（707）十一月，武則天曾遣內侍至禪宗六祖韶州漕溪能禪師住處，送「絹五百疋，充乳藥供養」。⁷²大歷八年（773）春天，代宗賜僧人不空「絹二百疋·充乳藥」。⁷³五代時期，吳越國錢鏐賜給淨光法師「乳藥絹二十疋，茶二百角」⁷⁴宋代俗人對僧人信施，也還稱「乳藥」若干。熙寧五年七月十六日，少卿以錢供養成尋，便稱「今送錢貳索文省，且宛乳藥之費，幸留檢。」⁷⁵

由於乳藥成為檀施的代名詞，在禪宗的清規中，寺院住持的特支費稱為「堂頭乳藥」，禪宗的清規中也敘述了寺院職事「化主」外出化緣，所得錢物之中，有一份是住持的「乳藥」之費。化主外出化緣得來的財物，要分兩本記錄，一是「施利狀」，一是「乳藥狀」。⁷⁶施利狀的內容包括化得來的僧供品類、錢財若干，供養羅漢的財物、錢財若干，化到僧粥若干。至於「乳藥狀」的範本是：

參學比丘某甲某物若干，右謹獻堂頭和尚，聊充乳藥，伏乞慈悲容納，謹狀。某年某月某日參學比丘某狀。⁷⁷

前面所提到的乳藥之費，似乎鍾乳僅是一種代名詞，很難看出來僧人是否真的服食乳藥；不過，但當寺院重要僧人圓寂之時，乳藥卻是真實致祭的供品，如代宗大歷九年，不空遷化，將葬之日，鄧國夫人張氏「謹以乳藥之奠奉祭于故國大德三藏不空和尚之靈。」⁷⁸不空的弟子慧勝也以乳藥致奠於亡師靈前。⁷⁹南唐李後主〈祭悟空禪師文〉：「保大九年歲次辛亥九月，皇帝以香茶、乳藥之奠，致祭於右街清涼

⁷⁰ 《全宋詩》，卷九九八，頁11466。

⁷¹ 清·嚴可均校輯，《全上古三代秦漢三國六朝文》，《全隋文》，卷二十八，鄭辨志〈宣州稽亭山妙顯寺碑銘〉，4187-1

⁷² 《歷代法寶記》（大·2075，收入：《大正新修大藏經》第五十一冊），頁182b。

⁷³ 《大唐故大德贈司空大辨正廣智不空三藏行狀》（大·2056，收入：《大正新修大藏經》第五十冊），頁292b。

⁷⁴ 《四明尊者教行錄》（大·1937，收入：《大正新修大藏經》第四十六冊），卷七，《螺谿振祖集》，吳越錢忠懿王賜淨光法師制(三道)，頁924c。

⁷⁵ 《參天台五臺山記：校本並に研究》，卷二，延久四年閏七月十六日，頁69。

⁷⁶ 《譯註禪苑清規》，卷五，「化主」，頁171。

⁷⁷ 同前書，卷五，「化主」，頁171。

⁷⁸ 《代宗朝贈司空大辨正廣智三藏和上表制集》，（大·2120，收入：《大正新修大藏經》第五十二冊），卷四，〈臨葬日鄧國夫人張氏祭文一首〉，頁847b。

⁷⁹ 同前書，卷四，〈弟子苾芻慧勝祭文一首〉：「維大曆九年歲次甲寅七月戊戌朔五日壬寅。僧弟子慧勝。謹以乳藥之奠敢昭告于亡和尚之靈。」頁847c。

寺悟空禪師。」⁸⁰禪宗的清規中，也提到寺院重要僧人亡故後的葬儀中，都有乳藥做為供品，《禪苑清規》卷七，〈尊宿遷化〉：

其入龕、舉龕、下火、下龕、撒土、掛真，並有乳藥。喪主重有酬謝，院門稍似定疊，如上尊宿諸人，須當特為陳謝。⁸¹

由上可見，乳藥在寺院中確是存在的。從《釋門自鏡錄》（大·2083）所收錄一則隋代僧人的故事，亦可證明某些僧人是服用鍾乳的。開皇十六年，有一名叫做道相的僧人來到山東靈巖寺，卻突然暴亡，在地獄中見到大勢至菩薩化身為靈巖寺主曇祥，帶他去看墮入地獄中的僧人，其中有一名靈巖寺僧人法迴，在「方梁壓地獄」之中，旁邊有一個牌子寫著他墮地獄的罪由：「此人私用僧三十匹絹」，曇祥要他回去告訴法迴，趕快將他濫用寺院財物三十匹絹歸還，將來死後才得免墮地獄。法迴起初還不肯承認，後來道相敘述他在地獄所見到法迴盜用寺院財物具體事由，原來在開皇五年時，靈巖寺教法迴上京奏請皇帝賜給寺額，給了他絹百匹，作為打點之用，恰好朝廷有一位通事舍人是其寺的檀越，就上奏皇帝頒給寺額，不費一文錢，法迴覺得自己於寺院有功，就用了其中三十匹絹，買了以下的東西：

十匹買金，五匹博絲布，六匹市鍾乳及石斛，六匹買沈香。三匹買鍤石簣鎖三十具，其二十五具賣，五具仍在匱中。其香並現在，鍾乳、石斛用訖，絲布現兩匹在匱，金一兩亦未用。⁸²

十餘年之後，鍾乳、石斛都用盡，可知法迴確實服用了。

除了鍾乳之外，皇帝亦會賜僧人石藥，如隋文帝仁壽二年，就曾賜給天台山僧人一些藥物，其中就有光明砂，智越在謝啓中稱：

天台寺故智者弟子沙門智越一眾啟：慈澤隆重，喜捨頻煩，僧使後還，復垂恩賚。雜彩勝幡，莊嚴殿宇；綾羅法服，光洽眾僧。貓酥五瓶，充身去患光明一斛，藥食兼濃。越等山野，冀掃分衛，今則被服溫華，食味珍甘。不自度量，彌增戰懼。不任敬悚，謹啟謝聞。謹啟。仁壽二年四月十五日。

83

「光明一斛，藥食兼濃」，可知此光明砂是用來服食之用，貓酥殆酥的一種，《太平御覽》引《傳咸集》中〈楊濟與咸書〉曰：「酥治瘡上急。」⁸⁴故云「充身去患」，無疑

⁸⁰ 陸游，《入蜀記》（《景印文淵閣四庫全書》第460冊），卷一，

⁸¹ 《譯註禪苑清規》，卷七，頁263。

⁸² 《釋門自鏡錄》（大·2083，收入：《大正新修大藏經》第五十一冊），卷下，慳損僧物錄十，隋冀州僧道相見靈巖寺諸僧受罪苦事（靈巖寺記），頁819c。

⁸³ 《國清百錄》（大·1934，收入：《大正新修大藏經》第四十六冊），卷三，〈天台眾謝啟第八十〉頁814c。

⁸⁴ 宋·李昉等編，《太平御覽》（台北，商務印書館），卷八百五十八 飲食部十六/酪酥附餠，頁3943-2。

地，光明砂、貓酥都是「食味珍甘」的稀有品。

光明砂在醫藥上的用途很廣，《本草綱目》稱「石砂有十數品，最上者為光明砂。」⁸⁵它同時也是服餌重要的成份，如唐·呂頌在皇帝生日貢光明砂的奏狀，就明說是它是「服餌所尚」，「有驗於仙方」：

右。臣伏以上元降聖之時，皇帝出震之日。天垂景曜，遶北斗以呈祥，人竭歡心，願南山而為壽。前件光明砂丹等，管內所出，服餌所尚，生依仙谷，。誠有驗于仙方。-----。⁸⁶

唐宋時期，日本接受中國文化的許多成分，公元756年日本聖武天皇逝世後，光明皇后把宮庭所存藥品送到東大寺，今「正倉院」收藏有當時捐獻的《種種藥帳》中所列的一些石藥，如雲母粉、鍾乳床、赤石脂等十一種石藥，和在藥帳中沒有記載的白石英、雄黃、丹等八種石藥。⁸⁷這些石藥以及正倉院其他藥物，似可從唐宋寺院養生文化對日本寺院的影響來理解，將以另文討論。

僧人也有煉食丹藥者，《說郛》收錄一則有關蘇軾的故事，他在黃州任官時，有位僧人給他兩帖燒煉藥，教他在緊要關頭服用，後來蘇軾被貶謫海南島，便是靠了此藥的功效，沒有水土不服，而可以無病恙：

子瞻在黃州，術士多從之游。有僧相見，數日不交一言，將去，懷中取藥兩貼，如蓮蕊而黑，曰：「此燒煉藥也，有緩急服之。」子瞻在京師為公言，至今收之。後謫海島無恙，得此藥之力。⁸⁸

由上文看來，丹藥也有助於調劑衛生。

四、寺院中的藥酒

關於佛教與酒，日本學者道端良秀已做了詳細的討論，⁸⁹不過，他的文章中並未見引用成尋（1011—1081）親訪北宋佛寺的《參天台五臺記》中的資料，本節主要利用此書的資料及唐、宋詩文，對僧人飲藥酒和飲酒的情形做一具體的描述。唐、宋時期禪宗的寺院中是嚴格地禁止喝酒，但其他寺院中則有一部分僧人不僅喝藥酒，還喝一般的酒。《參天台五臺山記》一書裡，有不少成尋在北宋寺院中共僧人飲

⁸⁵ 《本草綱目》，卷九，金石部二，金石之三，石類上，丹砂，頁517。

⁸⁶ 《全唐文》，卷四百八十，呂頌〈降誕日進光明砂丹等狀〉，頁4910-1-2。

⁸⁷ 柴田承二監修、宮內庁正倉院事務所編集，《圖說正倉院藥物》（東京，中央公論社，2000），頁157-168，《種種藥帳》記載的藥物石藥類、《種種藥帳》外的藥物石藥類。

⁸⁸ 《說郛》，卷十五下，876-882

⁸⁹ 道端良秀，〈佛教の酒—毒酒と藥酒〉，收入：道端良秀，《中國佛教史全集》第七卷，東京，書苑，1985。守屋東編輯，《佛教と酒：不飲酒戒史の變遷に就いて》，東京，少年禁酒軍，1933。

酒的記載，從杭州到汴京，從天台山到五台山的寺院，都有僧人飲酒者。本文認為：唐宋時期從「聖僧」信仰衍化而來的酒供養，和部分密教儀軌中以酒作為供祭品，使得僧人飲酒具有某種正當性；不過，僧人飲酒或藥酒，仍然是不合乎戒律的，《宋高僧傳》中仍是以嚴守酒戒者佔絕對的多數。

（一）藥酒

從唐詩中的描述，可知當時世俗社會中有以藥酒待客的習俗，而僧院中也有類似的情況。張籍〈題韋郎中新亭〉詩云：「藥酒欲開期好客，朝衣暫脫見閒身。」⁹⁰姚合〈喜馬戴冬夜見過期無可上人不至〉詩云：「客來初夜裏，藥酒自開封。」⁹¹另，〈喜胡遇至〉詩云：

窮居稀出入，門戶滿塵埃。病少閒人問，貧唯密友來。

茅齋從掃破，藥酒遣生開。多事經時別，還愁不宿迴。

就林燒嫩筍，遶樹揀香梅。相對題新什，遲成舉罰杯。⁹²

而從唐·姚合〈題李頻新居〉詩中，也可知有些僧人是喝藥酒的：「勸僧嘗藥酒，教僕辦書籤。」⁹³《太平廣記》中有一則出自《逸史》的記載，提到淮南一位能預知吉凶的僧人常監喫藥酒，由於他所飲藥酒中，地黃的成分太多，使得他瀉肚子。⁹⁴

唐代的僧人不僅飲藥酒，也有以藥酒待客者。唐·何延之〈蘭亭始末記〉一文，記敘唐太宗派遣監察御史蕭翼去找僧人辨才，套出他深藏的「王羲之蘭亭序」帖，蕭翼假扮為一個書生，前往山陰山陰嘉祥寺越州訪參辨才，兩人談詩敘藝，相見恨晚，辨才留他住在寺裡，當晚還請他喫藥酒：

……設缸面藥酒、茶、果等，江東云缸面，猶河北稱甕頭，謂初熟酒也。

酣樂之後，請賓賦詩。辨才探得來字韻。其詩曰：「初醞一缸開，新知萬里來。披雲同落寞，步月共徘徊。夜久孤琴思，風長旅鴈哀。非君有祕術，誰照不然灰。」蕭翼探得招字韻，詩曰：「邂逅款良宵，殷勤荷勝招。彌天俄若舊，初地豈成遙。酒蟻傾還泛，心猿躁自調。誰憐失噉翼，長苦儼空飄。」⁹⁵

在成尋的記敘裡，一共有四次在寺院中喫藥酒的經歷。熙寧五年六月十日，成

⁹⁰ 《全唐詩》（北京，中華書局，1960），第十二冊，卷385，頁4333。

⁹¹ 同前書，第十五冊，卷501，頁5702。

⁹² 同前書，第十五冊，卷501，頁5701。

⁹³ 同前書，第十五冊，卷501，頁5701。

⁹⁴ 宋·李昉等編，《太平廣記》（台北，文史哲出版社，1987年再版），卷八十四，異人四，宋師儒，頁546：「常監飲藥酒，服地黃太多，因腹疾，夜起如瀉。」

⁹⁵ 《全唐文》，卷三百一，何延之，〈蘭亭始末記〉，頁3059-2至3060-1。

劉淑芬

尋在天台山國清寺訪學，這一天他去參訪天台第十三代祖師惠光大師看經之院後，到其院僧人如日、文章兩人的宿房點茶，在回到他寄宿的房間之前，他去拜訪國清寺的寺主，蒙寺主殷勤招待，如寺院待客之禮儀，點茶，有果子招待，並且請他喫藥酒：

（延久四年六月）十日戊午，天晴。午時參惠光大師看經之院，天台第十三代祖惠光大師宗昱開講道場也。院主可明，年六十，出來默恭。……次禮方等懺堂……次入如日、文章房點茶。還房之次，參寺主院，令見懺法私記并我心自空圖，感喜不少，為寫本借留已了。切切相留，點茶、菓子、藥酒，望晚歸了。⁹⁶

第二次同樣也是到國清寺主的房裡，寺主以菓子、茶和藥酒招待他。熙寧五年七月十日，成尋爲了要去五臺山巡禮事去拜訪天台縣知縣，回到國清寺之後：

（延久四年閏七月）十日，__晚還寺，從寺主許有請，一行皆參，有菓、茶、藥酒等。⁹⁷

同年閏八月五日，成尋從天台縣回到國清寺，「酉時，寺主院有菓、藥酒等。」⁹⁸熙寧五年十二月廿六日，成尋從五臺山巡禮畢，返回汴京的太平興國寺傳法院，傳法院是安置外國僧人的宿處。熙寧六年一月六日，「戌時，照大師房喫藥酒。」⁹⁹

僧人的飲藥酒，可能和自古以來人們相信酒有養生的功效有關，王莽在詔書中曾說「酒，百藥之長，嘉會之好。」¹⁰⁰宋代僧人法雲編《翻譯名義集》（大·2131）三，什物篇第三十七，敘述酒穀酒、果酒、藥酒三種，其後云：「漢書：酒者天之美祿，所以頤養天下，享祀祈福，扶衰養疾。」¹⁰¹

（二）唐宋僧人飲酒的背景

六朝以降以迄於明清，佛教教團飲酒之事時見諸記載，道端良秀認爲這是因爲飲酒在中國有長遠歷史，故佛教的禁酒運動難以澈底推行的緣故。¹⁰²本文則以這和盛唐以後佛教信仰變化有關：一是基於南北朝以來逐漸流行的「聖僧」信仰，衍生出以酒供養僧人的習俗。二係受到部分盛唐以後譯出密教儀軌中有以酒供祭的內容。

首先，基於南北朝以來逐漸流行的「聖僧」信仰，到了唐代衍生以酒供養僧人

⁹⁶ 《參天台五臺山記：校本並に研究》，卷二，頁49-50。

⁹⁷ 同前書，卷二，頁57。

⁹⁸ 同前書，卷三，頁79。

⁹⁹ 同前書，卷六，延久五年一月六日，頁188-189。

¹⁰⁰ 《漢書》，卷二十四，食貨志下，頁1183。

¹⁰¹ 《大正新修大藏經》，第五十四冊，頁1107c。

¹⁰² 道端良秀，〈佛教の酒—毒酒と藥酒〉，頁509。

的習俗。《宋高僧傳》敘述：唐代宗晉州僧人代病所顯示飲酒的神蹟，開啓了佛教信徒以酒供養僧人之始：

釋代病者，台州天台人也，……大曆元年，登太行遊霍山，……太守感之，躬就迎請，移置大梵寺，別營輒浮圖，以藏其指節矣。由是檀信駢肩躡踵，有寘毒於酒者，賄貧女往施之。代病已知，貧女給之曰：「妾家醞覺美，酌施和尚求福，況以佛不逆眾生願。」代病曰：「汝亦是佛。」然貧女懼，反飲，具以情告。代病執杯啜之，俄爾酒氣及兩脛，足地為之墳裂。聞者驚怪，以酒供養，自茲始也。¹⁰³

所謂的「聖僧」是諸佛菩薩、羅漢、聖人以不同的面貌和形式應化人間，他們的化身常是出人意表的，唐代以後寺院中的食堂有「聖僧龕」，僧人入浴之前，也要替聖僧準備一份用品。¹⁰⁴聖僧顯化時，經常以奇異的行徑出現，如飲酒的僧人就是其中的一種，宋祥符二年遷化的遇賢和尚「唯事飲酒，醉則成歌，頌警道俗，因號「酒仙」，如嘔吐成酒黃，以酬酒值，後瘟疫盛行時，店家將它沃以酒，讓病者服用，飲者皆癒，《嘉泰普燈錄》將他列於「應化聖賢」類。¹⁰⁵宋代蘇州東禪寺僧人遇賢有很多異事，又好飲酒，人們稱之為「聖僧」，又號為「酒仙」：

酒仙名遇賢，俗姓林，在宋為蘇城東禪寺僧。人傳其事甚異，至號「聖僧」；以其嗜酒故，又號「酒仙」。¹⁰⁶

柯家豪研究《宋高僧傳》中關於喫肉喝酒僧人記載，都被重新界定為神力，係僧傳作者將此不合戒律之事合理化的緣故，¹⁰⁷其實，這種神力正是「聖僧」顯化的特質。

上述《宋高僧傳》有關僧人代病的記載應是可信的，唐宋時期，在家信徒確有以酒供養僧人者，五代時敦煌歸義軍節度使也送酒給僧人龍辯等「麥酒壹瓮」，¹⁰⁸鄭炳林的研究指出：晚唐五代時期敦煌佛教教團並不限制僧尼飲酒，各寺院中的僧尼普遍擁有酒，當時佛教教團對於各種活動中不合規定者的科罰之中，最常見的是罰納酒若干。¹⁰⁹如成尋《參天台五臺山記》一書中，有很多官員或俗家信徒送酒給他

¹⁰³ 《宋高僧傳》（大·2061，收入：《大正新修大藏經》第五十冊），〈唐晉州大梵寺代病師傳〉，頁878-1。

¹⁰⁴ 拙文，〈唐宋寺院中的聖僧與儀式空間〉，撰稿中。

¹⁰⁵ 《嘉泰普燈錄》（1559，七十九）卷二十四，應化聖賢，酒仙遇賢和尚，頁434c。

¹⁰⁶ 明·吳寬，《家藏集》（收入：《景印文淵閣四庫全書》第1255冊），卷五十三，〈跋林酒仙詩〉。

¹⁰⁷ John Kieschnick, *The eminent monk: Buddhist ideals in medieval Chinese hagiography* Honolulu, University of Hawai'i Press, 1997.

¹⁰⁸ 周紹良主編，《全唐文新編》（長春市，吉林文史出版社，2000），卷九二一，五代敦煌僧人龍辯，〈龍辯等謝司空賜物狀〉：「應管內麥外釋門都僧統、賜紫沙門龍辯、都僧錄惠雲、都僧政紹忠，草鼓壹升，麥酒壹瓮，謹因來旨，跪捧領訖。（冊五，頁12633）。

¹⁰⁹ 鄭炳林、魏迎春，〈晚唐五代敦煌佛教教團的科罰制度研究〉，《敦煌研究》，2004年第

及其他僧人的記載。正是因為有信徒以酒供養僧人，所以便有僧人開始討論僧人可否飲此供養的酒？道世撰集《諸經要集》中，便引《十住毗婆沙論》（大·1521）討論在家俗人以酒供養僧人是否有罪的問題，其答案是無罪，但僧人仍然不可飲此酒：

又十住婆沙論問曰：「若有人捨施酒，未知得罪以不？」答曰：「施者得福，受者不得飲，故論云：是菩薩或時樂捨一切，須食與食，須飲與飲。若以酒施，應生是念：今是行檀時，隨所須與，後當方便，教使離酒，得念智慧，令不放逸。何以故？檀波羅蜜法，悉滿人願，在家菩薩以酒施者，是則無罪。」¹¹⁰

查龍樹菩薩的《十住毗婆沙論》中並沒有提及「受者不得飲」之句。¹¹¹可見在俗家信徒以酒供養僧人的情況下，道世想藉用龍樹菩薩來警示僧人不得飲酒。

事實上，還是有僧人飲了俗人所供養的酒，當時也有一些人對此提出了批評，如蘇東坡認為有些僧人稱酒為「般若湯」，是文飾其名，認為是「不義」的：

僧謂酒為「般若湯」，謂魚為「水梭花」，雞為「鑽籬菜」，竟無所益，但自欺而已，世常笑之。人有為不義而文之以美名者，與此何異哉！¹¹²

宋·寶子野撰《酒譜》「般若湯」條，也說：「北僧謂為『般若湯』，蓋廋辭以避法禁。」¹¹³值得注意的是，此處說「北僧」稱酒為「般若湯」，似乎意味著南方僧人不用此稱。梁武帝的禁斷僧人食用酒肉，他的權力所及只限於南方，隋唐帝國統一南北，是否仍然貫徹梁武帝以政治力干預僧團內部生活的政策？也是值得思考的一個問題。

第二、部分密教儀軌的影響。雖然絕大多數的密教經典都是禁止飲酒的，¹¹⁴但盛唐以後一些漢譯的密教儀軌有以酒肉為記者，如「又毘那夜迦呪法」：

.....如是作法乃至七日，隨心所願，即得稱意。正灌油時，數數發願，復用蘇蜜₂和麩作團，及蘿蔔根，并一盞酒，如是日別新新供養，一切善事隨意成就，一切災禍悉皆消滅。其所獻食必須自食。始得氣力。¹¹⁵

不僅以酒奉祀，還必須飲所供養的酒，這可能給予某些僧人飲酒提供了合法性。密

2 期，頁 51-52。

¹¹⁰ 《諸經要集》（大·2123，收入：《大正新修大藏經》第五十四），卷十七，酒肉部第二十六，頁

¹¹¹ 《十住毘婆沙論》（收入：《大正新修大藏經》第二十六冊），卷七，頁 56b。

¹¹² 宋·蘇軾撰，王松齡點校，《東坡志林》（北京，中華書局，1981），卷二，道釋，僧文筆食名，頁 39。

¹¹³ 宋·寶子野撰《酒譜》（河北教育出版社，1995），頁 335。

¹¹⁴ 《大日經持誦次第儀軌》（大·560，收入：《大正新修大藏經》第十八冊）云：「諸酒木菓等漿可以醉人者。皆不應飲嗽。」，頁 187。

¹¹⁵ 《陀羅尼集經》（大·901，收入：《大正新修大藏經》第十八冊），又毘那夜迦呪法第五十，頁 884c。

教對於僧人飲酒的影響，可以從宋真宗的詔令中反映出來。宋真宗景德四年（1007），曾經一度下令：在寺觀百步之內，不許賣酒肉；如果有賣酒肉五辛等物給僧尼、道士的人，要處以重罪：

（景德）四年，詔京城鬻酒肉者，並去寺觀百步之外；有以酒肉五辛酤市於僧道者，許人糾告，重論其罪。¹¹⁶

天禧元年（1017）四月，因為新譯的《頻那夜迦經》的內容中，有以葷血為祀的記載，真宗下令此經不得入藏，並且諭令不得再翻譯含有此類內容的經典：

天禧元年四月，詔曰：金仙垂教，實利含生；貝葉騰文，當資傳譯。苟師承之或異，必邪正以相參，既失精詳，寢成訛謬；而況葷血之祀，甚瀆於真乘，厭詛之辭，尤乖於妙理。其新譯《頻那夜迦經》四卷，不許入藏。自今後，似此經文，不得翻譯。¹¹⁷

除了《頻那夜迦經》不許入藏之外，此一詔令中還提到了「況葷血之祀，甚瀆於真乘，厭詛之辭，尤乖於妙理」，此二者都暗暗指涉部分的密教的經典。真宗這些舉動，被《佛祖統紀》重新登錄在卷五十一「聖君護法」。¹¹⁸因為真宗所維護的是佛教最基本戒律之中的兩項：酒戒和不殺戒。

可能由以上原因，出現了部分僧人飲酒的情況，不過，佛教的戒律還是在，僧團中還是有很多僧人堅持酒戒的，雖然律典允許以酒治病，但有的僧人寧死也不願破戒，有的僧人在生病時，飲酒治病，但是病癒之後始終耿耿於懷。如北宋溫州靈巖德宗禪師寧死也不肯以酒藥，認為不可破戒而逃死。¹¹⁹

又如成尋雖常常喝酒，但他有時候想到戒律以及喝酒犯戒的罪報時，也會有所退縮。如熙寧五年十二月九日，成尋到了太原府平晉驛過夜，當日太原府知府龍圖送菓菜和各種食物，以「酒大九瓶」，成尋留下兩瓶：給通事一瓶，小師等人一瓶，其餘七瓶就退回去了。值得注意的是，他還是留下一瓶給小師等僧人，而在後來成尋和大家一起用飯時，似乎喝了酒。

（延久四年十二月）九日癸未，天晴。……過十五里至大原府平晉驛宿，未二點止了。龍圖送菓飯種種食、酒大九瓶，而通事一瓶，小師等一瓶留下，七瓶返納了。食次有酒，珍菓十許種，中兩三種分留已了。¹²⁰

¹¹⁶ 《佛祖統紀》（大·2035，收入：《大正新修大藏經》第四十九冊），卷四十四，法運通塞志十七之十一，頁403a。

¹¹⁷ 同前書，卷四十四，法運通塞志十七之十一，頁405-3至406-1

¹¹⁸ 同前書，卷五十一，歷代會要志第十九之一，聖君護法，頁452b。

¹¹⁹ 《嘉泰普燈錄》卷（1559，七十九）第十二，「宣和辛丑六月二十三日應供次，偶中油毒病革，門人請以酒進藥，師叱曰：「有生則有死，可破戒而逃死乎？」乃揮偈曰：「一住二十四年，隨宜建立因緣《如今去也何時節，風在青松月在天。》飲目而化。」頁366b。

¹²⁰ 《參天台五臺山記：校本並に研究》，卷五（延久四年十二月），頁170-171。

第二天（十日），知府龍圖請他到知府邸用齋，齋後命人送他回驛館，未時，酒十五瓶送之，又命人送了十五瓶酒：指定要給成尋四瓶，老小師二人和通事每人各兩瓶，五位小師各一瓶，結果成尋念及戒律和破戒所招致的罪報，僅留下給通事的兩瓶酒，而將其餘給包括自己和其他僧人的十三瓶酒全都退回去了，他自述這種做法是「依思罪報」的緣故：

十日甲申，天晴。卯時，龍圖送粥。……未時，酒十五瓶送之，予四、老小師二人、通事各二，五小師各一瓶，如前每瓶一斗。即通事二瓶留下，十三瓶返上已了，依思罪報也。¹²¹

在社會上有俗人以酒供養僧人的情況下，或者是在一些密教儀軌中，有酒的供獻，僧人飲酒在法令上不被認為是不合法的，如真宗並沒有下令不許僧人飲酒，而是下令不准商家賣酒肉給僧道。那麼，僧人飲藥酒就更不成問題了，在《太平御覽》中有一則故事中，唐代會稽尉李師旦稱「飲酒法所不禁，況乃飲藥酒耶？」¹²²乎可以借用來說明藥酒在某些寺院中存在的合法性。

不僅有僧人如成尋者，一面飲酒，一面想到佛教酒戒和破戒的罪報，還有些僧人更在戒律的注疏中，指出「不得言有疾，欺飲藥酒」，似乎指責僧人飲藥酒的行為是假稱有疾而行犯戒之實。宋·元照《四分律行事鈔資持記》（大·1805）卷上釋標宗篇，對某些僧人這種不遵守戒律的行為，更提出了嚴厲的批評：

即世學者，說律訓人，自貿堪衣，言遵王制。夜粥晏齋，謂是隨方；非時啖飯，妄言未必長惡；貪飲藥酒，便言有病療治。不學愚僧，傳為口實，誣聖亂法，豈復過是。來者有識，慎勿隨邪。¹²³

五、寺院養生藥物的背景---唐宋世俗社會中的養生風氣

前述寺院僧人食用各種養生藥品的情形，並不是寺院所獨有的，事實上，僧人所食用的藥品是唐宋社會養生文化的一部分。唐宋時期，上自皇帝，下至庶人都很重視湯藥和丸藥。皇帝有時賜給大臣茶和湯藥，或者藥酒；而在特定的季節裡，也有不同的賞賜：夏日賜給「夏藥」，冬天賜給「臘藥」。另外，有時也賜給大臣和少數僧人珍貴的乳藥和金石之藥。

唐宋時期養生的觀念可以追溯到《神農四經》「上藥延命、中藥養性，下藥去疾」之說，而到東晉葛洪撰《抱朴子》一書時，已經形成一完整的體系：

抱朴子曰：《神農四經》曰，上藥令人身安命延，昇為天神，遨遊上下，

¹²¹ 《參天台五臺山記：校本並に研究》，卷六（延久四年十二月），頁171。

¹²² 《太平廣記》，卷第二百五十九，嗤鄙二，李師旦，頁2018。

¹²³ 《大正新修大藏經》，第四十冊，頁178c。

使役萬靈，體生毛羽，行廚立至。又曰，五芝及餌丹砂、玉札、曾青、雄黃、雌黃、雲母、太乙禹餘糧，各可單服之，皆令人飛行長生。又曰，中藥養性，下藥除病，能令毒蟲不加，猛獸不犯，惡氣不行，俱妖辟辟。¹²⁴這種看法發展到唐宋時期，就逐漸發展出「善服藥者，不如善保養者」、「病後能服藥，不如病前能自防」。¹²⁵同時，也衍生依季節調養服食之法。

在《抱朴子》卷十一〈仙藥〉一書中，列舉了許多延命的藥物，可分為兩類，一是礦石的藥，一是植物性的藥草，而以礦石的藥較為高等：

仙藥之上者丹砂，次則黃金，次則白銀，次則諸芝，次則五玉，次則雲母，次則明珠，次則雄黃，次則太乙禹餘糧，次則石中黃子，次則石桂，次則石英，次則石腦，次則石硫黃[九]，次則石脂，次則曾青，次則松柏脂、茯苓、地黃、麥門冬、木巨勝、重樓、黃連、石韋、楮實、象柴，……¹²⁶

其中礦物性的藥，就是魏晉以迄於唐、宋時期，不少上層人士所服用的石藥，稱為「寒食散」，或稱為「五石散」。余嘉錫〈寒食散考〉首先對此有詳細的考證，近年來蔣力生〈《外台秘要方》服石文獻研究〉，對於從魏晉迄唐代的服石內容有更詳細的研究。¹²⁷然而，關於植物方面的服食，則少有人討論，而這一部分正是影響及唐宋時期人們所飲的湯藥，唐人常飲用的是茯苓湯、赤箭湯、黃耆湯、雲母湯、人參湯、橘皮湯、甘豆湯。宋人所飲的湯藥有：豆蔻湯、木香湯、桂花湯、破氣湯、玉真湯、薄荷湯、紫蘇湯、棗湯、二¹²⁸宜湯、厚朴湯、五味湯、仙朮湯、杏霜湯、生薑湯、益智湯、茴香湯、橙麴蓮子湯、蜜湯、橘紅湯。¹²⁹

唐代社會中可以說是以皇帝領頭注重延命養生，唐玄宗本人曾經讀了仙經，找到了一個神方，做成仙藥，分給他的兄弟，要和他們一起能夠長生不死「同保長齡，永無限極」。¹³⁰他的弟弟李憲去世時，尚食局原先為他準備的千色味之中，就包括了

¹²⁴ 晉·葛洪撰，王明校釋，《抱朴子內篇校釋》（北京，中華書局，1985年第二版），仙藥卷十一，頁177。

¹²⁵ 宋·陳直撰，元·鄒鉉編次，元·黃應紫點校，《壽親養老新書》（北京，團結出版社，1994），卷四，保養。按：本書第一卷為宋代醫學家陳直撰·本名養老奉親書（成書不晚於1085年）。第二卷以後，則元大德中泰寧鄒鉉所續增為《壽親養老新書》。（《四庫全書總目提要》，卷一百三，子部十三，醫家類，壽親養老新書四卷，頁2096。

¹²⁶ 《抱朴子內篇校釋》，仙藥卷十一，頁177—178。

¹²⁷ 余嘉錫〈寒食散考〉，收入：《余嘉錫論學雜著》（北京，中華書局，1963）。

蔣力生〈《外台秘要方》服石文獻研究〉，收入：唐·王焘撰，高文鑄等校注研究，《外台秘要方》（北京，華夏出版社，1993），頁1166-1183。

¹²⁸ 《舊唐書》，卷十六，穆宗紀，長慶四年，頁504。

¹²⁹ 拙文，〈「客至則設茶，欲去則設湯」——唐、宋時期世俗社會生活中的茶〉，《燕京學報》第十六期。（2004）

¹³⁰ 《舊唐書》，卷九十五，睿宗諸子，讓皇帝憲傳：「玄宗既薦於昆季，雖有讒言交構其間，而友愛如初。憲尤恭謹畏慎，未曾干議時政及與人交結，玄宗尤加信重之。嘗與憲及岐王

藥酒三十餘種。¹³¹另外，《舊唐書》也記載唐穆宗「餌金石之藥」。¹³²

唐朝皇帝還將這種觀念和方法透過賜藥的形式，推廣及於大臣將帥。當時社會上注重依季節攝養的觀念，有所謂的「夏藥」和「臘藥」，皇帝經常賜大臣和在外將帥這兩類藥物。由於茶也有益於健康，宋代日本來華僧人榮西著有《喫茶養生記》中，卷首就說「茶也，養生之仙藥也，延齡之妙術也。」¹³³所以經常是「茶、藥」並賜。¹³⁴唐代臘日賜藥似乎是常例，故玄宗〈答張九齡謝賜藥〉批云：「臘日所惠。固其常耳。」¹³⁵至於夏藥、臘藥是那些內容呢？《南宋館閣錄》卷六，「夏臘藥」條有具體的說明，夏藥包括大順、五苓、香薷、三倍、駐車、桂苓，臘藥則是：蘇合、鹿茸兩種，這些藥物或是煎湯，或是做成藥丸。

自提舉官以下，等第分送秘書省日歷所、國史院，皆依例，夏：大順、五苓、香薷、三倍、駐車、桂苓。香薷養脾，理中消暑水瓢。冬：蘇合、鹿茸，養脾理中，嘉禾勻氣，潤補橘皮，煎其品數，改丸修合，日稟議焉。¹³⁶

關於臘藥，從唐代以來主要是在臘日賜給大臣冬季的護膚和護唇的藥品——即「面膏」和「口脂」，¹³⁷用現代的話來說，就是面霜和護唇膏。其中唇膏以紅雪口脂和紫雪口脂最為珍貴，《癸辛雜識別集》云：

和劑惠民藥局，當時製藥有官，監造有官，監門又有官。……獨暑藥、臘藥分賜大臣及邊帥者，雖隸御藥，其實劑局為之。稍精緻若至寶丹、紫雪膏之類，固非人間所可辦也。¹³⁸

這些護膚的面霜和護唇的唇膏，其作用是保護臉上的肌膚免受寒霜凜風的侵害，如唐德宗貞元十七年，賜杜相公「臘日面脂、口脂紅雪紫雪，并金花銀合二、金稜合

範等書曰：「……頃因餘暇，妙選仙經，得此神方，古老云『服之必驗』，今分此藥，願與兄弟等同保長齡，永無限極。」頁3011。

¹³¹ 同前書，卷九十五，睿宗諸子，讓皇帝憲傳：「及將葬，上遣中使敕璉等務令儉約，送終之物，皆令眾見。所司請依諸陵舊例，壙內置千味食，監護使、左僕射裴耀卿奏曰：「尚食所料水陸等味一千餘種，每色瓶盛，安於藏內，皆是非時瓜及馬牛驢犢鹿等肉，並諸藥酒三十餘色。儀注禮料，皆無所憑。……」

¹³² 同前書，卷十六，穆宗紀，頁504。

¹³³ 榮西，《喫茶養生記》，收入：《大日本佛教全書》（東京，佛書刊行會，1913-1918）第27冊，頁419。

¹³⁴ 關於唐宋皇帝賜茶、藥，請參見拙文〈「客至則設茶，欲去則設湯」——唐、宋時期世俗社會生活中的茶〉。

¹³⁵ 清·董誥等編，《全唐文》（北京，中華書局，1983第一版），卷三十七，玄宗，〈答張九齡謝賜藥批〉：「臘日所惠。固其常耳。信則微物亦有嘉名。與卿共之。何足為謝。」頁406-1。

¹³⁶ 宋·陳騭撰，張富祥點校，《南宋館閣錄》（北京，中華書局，1998），卷六，頁72。

¹³⁷ 《全唐文》，卷四百八十五，權德輿三，〈為趙相公謝賜金石凌表〉，頁4958-1。

¹³⁸ 宋·周密撰、吳企明點校，《癸辛雜識》（北京，中華書局，1997年第二版）別集上，和劑藥局，頁225。

二」，劉禹錫代撰的謝表中就稱「雕奩既開，珍藥斯見，膏凝雪瑩，含液騰芳。頓光蒲柳之容，永去癘疵之患。」¹³⁹

臘藥中也還包括一些丹丸，如上述的「至寶丹」，其用途不詳，但從人們以「至寶丹」來形容好言富貴的詩，可知它是很珍貴的丹藥。¹⁴⁰除此之外，如唐玄宗曾賜張九齡鹿角膠丸、¹⁴¹賜李林甫吃力伽丸等。¹⁴²另外，還有「虎頭丹」，《武林舊事》卷三，歲晚節物：

臘月賜宰執、親王、三衙從官、內侍省官，并外間、前宰執等臘藥，係和劑局方造進，及御藥院特旨製造，銀合各一百兩，以至五十兩、三十兩各有差。伏日賜暑藥亦同。……八日，……醫家亦多合藥劑，侑以虎頭丹、八神、屠蘇，貯以絳囊，饋遺大家，謂之「臘藥」。¹⁴³

風藥是臘藥中很重要的一個項目，宋·陳元靚編《歲時廣記》一書中「送風藥」，引《歲時雜記》：

醫工以臘月獻藥，以風藥為主，亦有獻口脂、面藥及屠蘇者。¹⁴⁴

皇帝賜給大臣的臘藥中也有這一項，《初寮集》卷四：〈謝賜臘藥表〉云：「臣某言，伏蒙聖恩，賜臣御筆金花牋詔書、臘晨風藥一銀合者。」¹⁴⁵此外，臘藥還包括製作湯藥的藥材。？〈四川安撫制置使兼知成都府晁公武銀合臘藥敕書〉裡，就提及所賜的臘藥是供製作湯藥的藥材：「卿綏拊四南，勤勞夙夜，歲華云晏，寒氣方凝，特頒湯液之良，往助節宣之用。」¹⁴⁶

又，皇帝在賜給臣下藥物時，通常是將它置於金、銀製造的盒子裡，稱為「金合」或「銀合」，連同金、銀合一併賜予。以金、銀器裝盛藥物，主要是因為金、銀

¹³⁹ 《全唐文》，卷六百二，劉禹錫〈為淮南杜相公謝賜歷日面脂口脂表〉，頁6083-1。

¹⁴⁰ 丁傳靖輯，《宋人軼事彙編》（北京，中華書局，1981），卷十一，王珪：「王岐公詩，喜用金玉珠璧字，以為富貴。其兄謂之「至寶丹」。後山詩話、王直方詩話云：王禹玉詩，世號「至寶丹」。有人云：「詩能窮人，且試作些富貴語，看如何。」思索數日，得一聯云：「脛脰化為紅玳瑁，眼睛變作碧琉璃。」頁527。

¹⁴¹ 《全唐文》，卷二百八十九，張九齡〈謝賜藥狀〉：「右。高力士宣奉恩旨。賜臣等鹿角膠丸及駐年面脂。有命自天。感戴兼至。」頁2937-1。鹿角膠丸的功用據《聖惠方》三，治虛勞腰膝疼痛諸方，鹿角膠丸：「治虛勞腰膝疼痛，不可行步，宜服鹿角膠丸方。」頁311。

¹⁴² 《全唐文》，卷三百三十三，苑咸〈為李林甫謝臘日賜藥等狀〉：「右。昨晚內使曹侍仙至。奉宣聖旨。賜臣臘日所合通中散駐顏面脂及鈿合。並吃力伽丸白黑蒺藜煎揩齒藥等。……」-3372-1。

¹⁴³ 《武林舊事》卷三，歲晚節物，頁46。

¹⁴⁴ 宋·陳元靚撰，《歲時廣記》，收入：《歲時習俗資料彙編》（臺北，藝文印書館，1970）第7冊，卷三十九，臘日，送風藥，頁1196。

¹⁴⁵ 宋·王安中，《初寮集》（收入：《景印文淵閣四庫全書》第1127冊），卷四。

¹⁴⁶ 宋·汪應辰《文定集》（收入：《景印文淵閣四庫全書》第1138冊），卷八，頁二十二。

劉淑芬

器和養生也有關連，¹⁴⁷《史記》記載方士李少君對漢武帝說：丹砂可以化成黃金，用它做成飲食器，則可以益壽延年。唐宋時期，茶不但是日常生活重要的飲料，它同時也被視為一種養生的藥物，¹⁴⁸飲茶的器用則以「以金銀為上」，¹⁴⁹這也可以說明為什麼出土的唐代金銀器大都是飲食器皿，陝西西安近郊何家村出窖藏金銀器裡，裝的大多是養生的藥品。¹⁵⁰

皇帝臘不僅賜臘藥給朝臣，有時候也賜給戍邊的將士，劉禹錫〈謝敕書賜臘日口脂等表〉：

今日中使某官至，奉宣詔書，賜臣及將士臘日口脂、香藥、紅雪等。……

特降璽書，重加靈藥，潤之膏液，襲以蘭芳，期美疢以蠲除，冀顏顏而可駐。殊私不遺於一物，曲澤下及於三軍。¹⁵¹

至於暑藥，除了前面提到的大順、五苓、香薷、三倍、駐車、桂苓等藥材之外，還包括金石凌、紅雪等，如唐？宗曾在夏日賜令孤楚金金石凌、紅雪各一兩，¹⁵²據《本草綱目》：金石凌和紅雪都是解熱結的藥。¹⁵³另有「冰壺散」，《朱子語類》敘劉錡作戰之前，都先備暑藥，注云：「暑藥以薑礬為之，與今冰壺散方大概相似。」¹⁵⁴冰壺散的作用是「治中喝，解暑毒煩躁。」¹⁵⁵除此之外，暑藥也有製成湯藥者，如紫蘇熟水，¹⁵⁶如宋人黃天麟常行善事，「居當通衢，夏月每虔製暑藥，以飲行者。」¹⁵⁷

從唐宋時期受賜暑藥、臘藥的大臣的謝狀中，可知這兩類藥的作用主要是調養，如·王安石〈撫問河北西路臣寮兼賜夏藥口宣〉就說：

¹⁴⁷ 盧兆蔭，〈關於金銀器的幾個問題〉，《文物天地》，1985年第6期，頁56。

¹⁴⁸ 來華的日本僧人榮西著《喫茶養生記》，收入：《大日本佛教全書》（東京，佛書刊行會，1913-1918），第二十七冊，卷上云心臟好苦味，故喫茶有益於心臟：「以上末世養生之法如斯，……唐醫云：若不喫茶人，失諸藥効，不得治病，心臟弱故也。」頁421。

¹⁴⁹ 蔡襄，《茶錄》（收入：《叢書集成新編》第47冊，台北，新文豐出版公司，1983），頁四，總頁732。

¹⁵⁰ 耿鑒庭，〈西安南郊唐代窖藏裡的醫藥文物〉，《文物》，1972年第六期，頁56-58。

¹⁵¹ 《全唐文》，卷六百二，劉禹錫，〈謝敕書賜臘日口脂等〉，頁6082-2。

¹⁵² 《全唐文》，卷六百五十一，元稹〈為令狐相國謝賜金石凌紅雪狀〉：「右。中使竇千乘至。奉宣進止。以臣將赴山陵。時屬炎暑。賜前件紅雪等。」頁6609-1。

¹⁵³ 明·李時珍，《本草綱目》（北京，人民衛生出版社，1975），卷三，百病主治藥，火熱：「朴消胃中結熱。紫雪、碧雪、紅雪、金石凌，皆解熱結藥也。」頁152。

¹⁵⁴ 宋·黎靖德，王星賢點校，《朱子語類》（台北，華世出版社，1987），卷一百三十二，本朝六，中興至今日人物下，頁3166。

¹⁵⁵ 朝鮮·金禮蒙等收輯，浙江中醫研究所、湖州中醫院校點，《醫方類聚》（北京，人民衛生出版社，1981-1982），第一冊，卷二十六，諸暑門二，聖濟總錄，中熱喝，冰壺散，頁705。

¹⁵⁶ 顧嗣立編，《元詩選》（北京，中華書局，1987），初集，甲集，方回《桐江集》，〈次韻志歸〉十首：「未妨無暑藥，熟水紫蘇香。」頁197。

¹⁵⁷ 元·吳澄，《吳文正集》（收入：《景印文淵閣四庫全書》第1197冊），卷八十五，〈黃愚泉墓誌銘〉。

有勅卿等；時方鬱蒸，氣或疵癘，永惟黎獻，方寄外憂，當有分頒，以助調養。¹⁵⁸

宋·劉才邵〈撫問統制田師中、岳超、王權、劉表賜銀合臘藥口宣〉云：

有勅：卿任屬總戎，實膺重寄，時當凝沍，宜慎保調，珍劑分頒，式昭眷意。¹⁵⁹

除了調養的暑藥和腊藥之外，唐、宋的上層階級也服用礦石性的藥物，皇帝也經常賜一些礦石的藥物給大臣們，最常頒賜的礦石藥是石鍾乳。唐代貴族文士服丹藥和石散的事實，除了文獻資料外，還有出土文物作為佐證，一九七〇年陝西西安南郊何家村唐代租庸使劉震的宅第，¹⁶⁰出土兩瓮唐代窖藏文物，包括金銀器皿271件，以及一些藥物：丹砂（光明紫砂、光明砂、光明碎紅砂、次光明砂、紅光丹砂、朱砂、井砂）、石鍾乳、白石英、珊瑚、金屑和金箔、蜜陀僧、琥珀。¹⁶¹另外，還出土了煉丹的專用器具「石榴罐」，其中出土的藥物中鍾乳石、紫石英、白石英可以配製「三石更生散」，其效果和五石散相仿。¹⁶²唐朝皇帝經常頒石藥給大臣，唐太宗因太子右庶子高季輔數度上言得失，賜他「鍾乳一劑」，並且說「進藥石之言，故以藥石相報。」¹⁶³似乎唐朝皇帝有在端午節頒賜大臣鍾乳之習。¹⁶⁴

另外，皇帝也有賜金石凌、藥金（服食用的金）等藥。根據葛洪《抱朴子》關於上藥的敘述，黃金是僅次於丹砂的藥：「仙藥之上者丹砂，次則黃金，次則白銀，次則諸芝，次則五玉，次則雲母，次則明珠，次則雄黃。」因此，黃金也是服食的礦物性的藥物之一。權德輿〈為趙相公謝賜金石凌表〉中稱，皇帝賜趙相公金石凌，以及金石凌方和服食的方法。¹⁶⁵唐玄宗曾賜中書舍人苑咸藥金，還令內侍輔朝俊教他服金之法，苑咸〈謝賜藥金盞等狀〉云：

¹⁵⁸ 宋·王安石，《臨川文集》（收入：《景印文淵閣四庫全書》第1105冊），卷四十八，頁十六。

¹⁵⁹ 宋·劉才邵撰，《樞溪居士集》（收入：《景印文淵閣四庫全書》第1130冊），卷七，頁二十七至二十八。

¹⁶⁰ 齊東方，〈何家村遺寶的埋藏地點和年代〉，收入：陝西歷史博物館、北京大學考古文博院、北京大學震旦古代文明研究中心編，《花舞大唐春：何家村遺寶精粹》（北京，文物出版社，2003），頁12-16。

¹⁶¹ 耿鑒庭，〈西安南郊唐代窖藏裡的醫藥文物〉，《文物》，1972年第六期，頁56-58。

¹⁶² 同前文，頁60。

¹⁶³ 《舊唐書》，卷七十八，高季輔傳，頁2703。

¹⁶⁴ 唐·劉肅撰，許德楠，李鼎霞點校，《大唐新語》（北京，中華書局，1984），卷七，客恕第十五，頁109-110：「端午日，玄宗賜宰臣鍾乳，宋璟既拜賜，而命醫人鍊之，醫請將歸家鍊，子弟諫曰：「此乳珍異，他者不如，今付之歸，恐招欺換。」璟誠之曰：「自隱爾心然，疑他心耶？仗信示誠，猶恐不至，矧有猜責，豈可得乎？」

¹⁶⁵ 《全唐文》，卷四百八十五，權德輿〈為趙相公謝賜金石凌表〉：「臣慄言。伏奉恩敕。賜臣金石凌并方及服法。并金花銀合一。」頁4958-1。

右，內給事袁思藝奉宣聖旨，賜臣藥金盞一匙，並參花蜜餘甘煎及平脫合二；平脫一作平晚兼令中使輔朝俊親授昨所賜金方法者。伏以聖澤無涯，已沐九天之施；真方不祕，更示八公之法。王人俯及，寶器仍頒，自昔名臣，近代良佐，雖功業攸著，或不承此賜。況臣才不逮古，雨露之澤逾深，任重當時，涓塵之效無補，仰瞻元造，上答何階。無任感戴之至。¹⁶⁶

至於服食藥金有什麼好處呢？孔戣曾受皇帝賜藥金，他在謝表中稱「上藥本於金精。足以蠲除疫癘」；¹⁶⁷的苑咸在另一次的受賜的謝狀，稱它除了對身體有所補益之外，還可以駐顏不老，長命延年：

右。內給事袁思藝至，奉宣聖旨，賜臣江東成金二挺。若服之後，深有補益，兼延駐者。伏以仙方所祕，靈藥稱珍，必候休明之辰，上益無疆之壽。不意復迴天眷，念及微臣，賜九轉之金，駐百年之命。……。¹⁶⁸

除了上述的養生藥物之外，皇帝有時也賜藥酒。如宋真宗賜太尉王旦藥酒「蘇合香酒」，助他保養身體，由於甚有效果，皇帝也賜給近臣，並且告以合此藥酒之方，從此士庶之家都仿效飲此藥酒：

王文正太尉氣羸多病，真宗面賜藥酒一餅，令空腹飲之，可以和氣血、辟外邪。文正飲之，大覺安健，因對稱謝，上曰：「此蘇合香酒也，每一斗酒，以蘇合香九一兩同煮，極能調五臟，却腹中諸疾，每冒寒風興，則飲一杯。」因各出數榼賜近臣。自此臣庶之家，皆倣為之，蘇合香丸盛行於時。此方本出《廣濟方》，謂之「白朮丸」，後人亦編入《千金》、《外臺》，治疾有殊效，予於良方叙之甚詳，然昔人未知用之。錢文僖公集篋中方，「蘇合香丸」注云：「此藥本出禁中，祥符中嘗賜近臣。」即謂此也。¹⁶⁹

以上所述唐、宋時期社會中所流行養生的藥物，也都見於同一時期的寺院裡，由此可見，僧人雖然逃離世俗生活，棲居寺院之中，但他們所服用的丸藥、乳藥、石藥、藥酒，和世俗社會的養生藥品並無太大的差別。

¹⁶⁶ 同前書，卷三百三十三，頁 3372-1-3372-2。

¹⁶⁷ 同前書，卷六百九十三，孔戣〈謝賜手詔兼神刀藥金狀〉，頁 7109-1。

¹⁶⁸ 同前書，卷三百三十三，苑咸〈謝賜藥金狀〉，頁 3372-2。此文作者一作孔戣，見《全唐文》卷六百九十三，頁 7110-1。

¹⁶⁹ 宋·彭乘撰，《墨客揮犀》（收入：中國野史集成續編 36，成都，巴蜀書社，2000），卷八，頁八一—九。

六、結語

唐宋時期社會上普遍流行著養生的湯藥和藥物，這種養生文化也影響及當時寺院的生活。禪宗的清規將養生的湯藥溶入寺院生活的儀規裡，同時在宗教儀式裡，湯藥也成為禮拜的供養品、並且用以祭祀亡僧。¹⁷⁰在日常生活中，僧人也喫各種丸藥、乳藥、石藥和藥酒。此外，也使用養生的枕頭，北宋五臺山十寺副僧正承鑄曾贈送成尋兩個「五課藥枕」，¹⁷¹《雲笈七籤》卷四十八有〈神枕法并敘〉，稱此方是「女簾以此方傳玉青，玉青以傳廣成子，廣成子以傳黃帝。」¹⁷²宋·王堯臣等人編的《崇文總目》卷十，道書七，列有《藥枕方》一卷，¹⁷³無論是神枕或藥枕，都淵源自神仙道教，¹⁷⁴而非來自佛教。

服食餌藥這類養生思想是從道家孕育出來的。這種思潮深深地浸透六朝以後的社會，寺院生活也是社會生活的一部分的，僧人在出家之前，就是受社會文化影響的，因此寺院生活薰染社會習俗風尚也是很自然的。再則，佛教初傳之時，往往依附黃老和道教以傳教，有些早期僧人也嫻習養生之術。如東晉名僧支遁「雅好老莊」，¹⁷⁵他曾和道俗二十四人在吳縣土山墓下，共修一日一夜的八關齋，齋會結束後，大家紛紛散去，支遁便獨自登山採藥。¹⁷⁶另如：東晉僧人單道開服食各種植物和礦石的藥物十餘年：「絕穀餌栢實。栢實難得，復服松脂。後服細石子，一吞數枚，數日一服。或時多少噉薑、椒。如此七年後，不畏寒暑，冬溫夏涼，晝夜不臥。」¹⁷⁷一直到唐宋時期，像這樣講求養生服食的僧人不絕如縷。¹⁷⁸

雖然佛教教團中有人覺得「服食非佛盛事」，¹⁷⁹但道家各種養生之方，卻一直流行在佛寺之中。寺院不僅是吸收了世俗社會中道家淵源的養生藥品，它並且有所新

¹⁷⁰ 拙文，〈唐宋時期寺院中的茶與湯藥〉。

¹⁷¹ 《參天台五臺山記：校本並に研究》，卷五，延久四年十二月十一日，頁166。

¹⁷² 宋·張君房校輯《雲笈七籤》，收入：湯一介主編，《道學精華》（北京出版社，1996），卷四十八，頁2011。

¹⁷³ 宋·王堯臣，《崇文總目》，收入：許逸民、常振國編，《中國歷代書目叢刊》第一輯（北京，現代出版社，1987），卷四，頁六十三。

¹⁷⁴ 吉元昭治，〈神枕（藥枕）〉，收入：牧尾良海博士喜壽記念論集刊行會編，《牧尾良海博士喜壽記念·儒、佛、道三教思想論考》（東京，山喜房佛書林株式會社，1991）。

¹⁷⁵ 《高僧傳》，卷四，義解一，支道林傳，頁349-3。

¹⁷⁶ 《廣弘明集》，卷三十，沙門支道林〈八關齋詩序〉：「余既樂野室之寂，又有掘藥之懷，遂便獨住，於是乃揮手送歸，有望路之想，靜拱虛房，悟外身之真，登山采藥。」頁350-1。

¹⁷⁷ 《高僧傳》，卷九，單道開傳，頁387b。

¹⁷⁸ 《宋高僧傳》，卷二十，唐洛京慧林寺圓觀傳，圓觀和他俗家好友李源一起到四川的青城峨眉等山洞求藥，頁839c。

¹⁷⁹ 比丘尼傳（大·2063，收入：《大正新修大藏經》第五十冊）卷二，宋廣陵中寺光靜尼傳，頁939b。劉宋時期比丘尼光靜「絕穀餌松」，身體力行辟穀養生，後來一位比丘法成告訴她「服食非佛盛事」，光靜才恢復食用米糧。

劉淑芬

創。《普濟方》中有「甘露湯」，就是出自於京口甘露寺。¹⁸⁰隋代智顗的疾病觀除了祖述一些佛典的觀念之外，也有傳統醫學和道教醫學的影子；¹⁸¹這是因為他受南北朝末年中國僧人曇靖撰述的《提謂波利經》影響之故，此書將佛教的五戒，和儒家的五常、陰陽五行結合在一起，五戒神掌管人五臟六腑的機能，依此可以長壽不死。¹⁸²到了宋代，佛教的養生法中更加入了密教的成分，¹⁸³來華參學日本僧人榮西（1141—1215）所撰《喫茶養生記》一書中，敘及養生之法有飲茶、服桑，以及運用密教經典和儀軌，如《尊勝陀羅尼破地獄法秘鈔》對五臟、五行和五味的關連、再配合《五藏曼荼羅儀軌鈔》中的手印和真言加持，使五臟永無病患。另外，他也記載了五種因鬼魅而引起的疾病，都可以用桑治療，「頗有于受口傳于唐醫矣，亦桑樹是諸佛菩提樹，攜此木天魔猶以不競，況諸餘鬼魅附近乎！」¹⁸⁴這似乎是在當時流行的醫方中，加上佛教的成分。由此可見，道家養生思想及其實踐對佛教教團實有不淺的影響。

¹⁸⁰明·朱橚等編，《普濟方》（北京，人民衛生出版社，1959年一版，1982年三版），卷三十六，胃腑門，胃反附論，頁909。

¹⁸¹安藤俊雄，〈治病方として天台止觀〉，《大谷大學研究年報》，二十三號。

¹⁸²中嶋隆藏，〈疑經に見える疾病・養生觀の一側面—「提謂經」とその周邊〉，收入：坂出祥伸編，《中國古代養生思想の綜合研究》（東京，平河出版社，1992年二刷）

¹⁸³田中文雄，〈「五輪九字秘釋」と養生思想〉，坂出祥伸編，《中國古代養生思想の綜合研究》（東京，平河出版社，1992年二刷）

¹⁸⁴《喫茶養生記》卷下，頁422下。