

理

學

逢

源

理學逢源卷之五

婺源汪

紘

原名

燦人集

後學董昌瑛厚

內篇

物則類

事

威儀

言語

衣服

飲食

事

事者謂吾身之所事卽視聽言動之用及凡用物以養吾生焉皆是也敬於事焉所以脩身脩身之道惟誠與敬焉盡之矣而一身之用惟言與動則其大端動於體者交於目發於口者入於耳故五事一陰陽也主之以敬焉陰陽

一太極也抑抑威儀維德之隅則威儀者敬之所形也脩辭立誠所以居業則言語者敬之所發也若乃衣服所以章身而五色卽所養明此衣服之不可不敬也律呂所以和聲而五聲卽所養聰此聲氣之不可不敬也飲食所以養口體而五味卽所平心此飲食之不可不敬也此數事者皆肅乂哲謀之則而克己復禮之要由中以應乎外制外卽以養中焉者也蓋倫之與事相爲經緯形踐於己則所以事人而盡乎親義別序信之道倫盡於人則所以脩己而踐乎肅乂哲謀聖之實天下固未有不敬其身而成其爲孝弟忠信者而事君事父又豈有外於心思視聽言

動飲食衣服外也是故敬其身焉而儻己治人之功統於是矣故洪範九疇者彝倫於是乎敘而敬用五事焉乃所以爲建極錫福之本也

禮記曰君子無不敬也敬身爲大身也者親之枝也敢不敬與不能敬其身是傷其親傷其親是傷其本傷其本枝從而亡

孝者五倫百行之原而敬身焉又孝之本也身之不可不敬也甚矣

君子過言則民作辭過動則民作則君子言不過辭動不過則百姓不命而敬恭如是則能敬其身能敬其身則能

成其親矣

言動人身之大端不敬其身則傷其親敬其身則所以成其親也

人者天地之心也五行之端也食味別聲被色而生者也天地之心惟人得之五行之端惟人全之所謂無極之真二五之精妙合而凝者而得其秀而最靈者則惟人也是以五味之和惟人食之五聲之調惟人別之五色之章惟人衣之所謂有物有則人之性也老氏之言曰五聲令人耳聾五色令人目盲五味令人口爽是欲拂乎人性之常如釋氏之絕六根而後爲清淨也抑知夫

味以養化聲以養聰色以養明各有當然之節敬之焉得矣是天地之心所由見也

洪範五事一曰貌二曰言三曰視四曰聽五曰思貌曰恭言曰從視曰明聽曰聰思曰睿恭作肅從作乂明作哲聰作謀睿作聖

貌言視聽思天之命人之性也恭從明聰睿率性之道也肅乂哲謀聖則盡其道焉而性以無失耳非有加也人身之動不外此五者以之事故事君隨所往而盡其道焉踐形卽所以盡倫也

孔子曰非禮勿視非禮勿聽非禮勿言非禮勿動

禁止其非禮者所以盡明聰從恭之則而爲哲謀又肅之道也

曾子曰君子所貴乎道者三動容貌斯遠暴慢矣正顏色斯近信矣出辭氣斯遠鄙倍矣

容貌容之貌也顏色顏之色也辭氣辭之氣也遠暴慢而近信恭作肅也遠鄙倍從作乂也動容貌斯無暴慢正顏色而近信出辭氣斯無鄙倍則一身之動莫非道矣使非操存之有素省察於當幾何以能此故君子毋不敬也

禮記曰君子姦聲亂色不留聰明淫樂慝禮不接心術情

慢邪僻之氣不設於身體使耳目鼻口心知百體皆由順  
正以行其義

君子不失足於人不失色於人不失口於人是故君子貌  
足畏也色足憚也言足信也

易傳曰君子居其室出其言善則千里之外應之况其邇  
者乎出其言不善則千里之外違之况其邇者乎言行君  
子之樞機樞機之發榮辱之主也言行君子之所以動天  
地也可不慎乎

詩曰抑抑威儀維德之隅人亦有言靡哲不愚庶人之愚  
亦職維疾哲人之愚亦維斯戾



抑抑者密之又密所謂卑法地也威儀兼言動而言  
質爾人民謹爾侯度用戒不虞慎爾出話敬爾威儀無不  
柔嘉白圭之玷尙可磨也斯言之玷不可爲也

出話言也威儀動也二者皆敬慎之必使順理而嘉美  
也白圭四句承出話以起下章之端

無易由言無曰苟矣莫捫朕舌言不可逝矣無言不讎無  
德不報惠于朋友庶民小子子孫繩繩萬民靡不承

此言慎出話也

視爾友君子輯柔爾顏不遐有愆相在爾室尙不愧于屋  
漏無曰不顯莫予云覲神之格思不可度思矧可射思

此言敬威儀也不顯亦臨敬之至也

孝經曰非先王之法服不敢服非先王之法言不敢道非先王之德行不敢行

禮記曰君子服其服則文以君子之容有其容則文以君子之辭遂其辭則實以君子之德是故君子恥服其服而無其容恥有其容而無其辭恥有其辭而無其德恥有其德而無其行

言君子不僞爲於外耳非真先成其辭而後實之以德也

左傳曰先王之濟五味和五聲也以平其心成其政也聲

玉 通 卷 之 一  
亦如味一氣二體三類四物五聲六律七音八風九歌以  
相成也清濁大小短長疾徐哀樂剛柔遲速高下出入周  
疏以相濟也君子聽之以平其心心平德和

五味屬之五臟以生化故酸則入肝苦則入心辛則入

肺鹹則入腎甘則入脾而心者君主之官味有偏勝則

臟氣有偏而心失其

如肝盛多怒心盛多喜肺盛多  
哀腎盛多恐脾盛多思是也

是故先王之和五味隨時而各有定法亦所以平心而  
正德也色以養明聲以養聰聰明養於正而不偏以成  
其德性虞書所謂直而溫寬而栗剛而無虐簡而無傲  
又曰予欲聞六律五聲八音在治忽以出納五言是也

故二者皆先王之所以平其心而成其政也

易頤卦彖曰頤貞吉觀頤自求口實 彖傳曰頤貞吉養正則吉也觀頤觀其所養也自求口實觀其自養也

頤有養義養身非一端而必貴於正觀其所養之道有正有邪有是有非而道既正且是矣又必自求其所以養身之術焉蓋所養雖正而所以養之者有未盡善焉則猶未能有得而無失也

大象傳曰山下有雷頤君子以慎言語節飲食

言語自頤出飲食自頤入言語飲食動也慎之節之動而止也

孟子曰人之於身也兼所愛兼所愛則兼所養也無尺寸之膚不愛焉則無尺寸之膚不養也所以考其善不善者豈有他哉於己取之而已矣體有貴賤有小大無以小害大無以賤害貴養其小者爲小人養其大者爲大人飲食之人則人賤之矣爲其養小以失大也飲食之人無有失也則口腹豈適爲尺寸之膚哉

役於耳目口體則必害心知養其心則耳目口體皆得所養而無失矣斯所謂養正則吉歟

程伯子曰人於外物奉身者事事要好只有自家一個身與心卻不要好求得外物好時卻不知道自家一個身與

心已先不好了也

建安葉氏曰所謂以小害大賤害貴也

程叔子曰古之人耳之於樂目之於禮左右起居盤盂几杖有銘有戒動息皆有所養今皆廢此獨有理義之養心耳但存此涵養意久則自熟矣敬以直內是涵養意言不莊不敬則鄙詐之心入矣貌不莊不敬則怠慢之心生矣朱子曰五色養其目聲音養其耳義理養其心皆涵養也舉足動步常要心在這裏

持敬之說不必多言但熟味整齊嚴肅嚴威儼恪動容貌整思慮正衣冠尊瞻視此等數語而實加功焉則所謂直內所謂主一自然不費安排而身心肅然表裏如一矣

威儀

威可畏也儀可象也統一身之視聽言動言之必皆合乎天理當然之則則使人望之而有可畏而狎慢不生卽之而有可象而瑕疵悉泯是乃謂之威儀蓋整齊嚴肅於外乃所以一其中而使非僻無自干焉非致飾其外以習於容止而遂可謂之威儀也制外所以養中而由中乃所以制外故始焉勉勉循循不無矜持之意習而安之久之而至於熟則內外浹洽有動容周旋中禮於不言而喻者此則其德之盛歟分而言之則見於貌者曰威儀宣於口者曰言語其道一也人有長於言而短於容者有善爲容而

不足於言者此亦陰陽之偏然與其長於言也不如謹於容輕重之異也若乃徒務於言則其佞也徒務於容則其辟也騫於外而中不存焉此爲己爲人之分學者尤不可不慎也

孔子曰君子不重則不威學則不固

浮躁淺露終無入德之理故威儀爲定命之符矯之以重則內深靜而外莊嚴矣何以能重曰敬之則重

成王之顧命曰思夫人自亂于威儀爾無以釗冒貢于非幾

理欲不容竝立故物誘一交於中則非幾動而視聽言



動之官皆失其道非幾之動爲甚微而物欲之流馴至於不可遏抑一身之官既失其道則輕浮放僻敗度敗禮民何則焉是故敬慎威儀所以爲民則而無使冒貢非幾乃正所以治儀也成王之垂訓深矣

左傳曰有威而可畏謂之威有儀而可象謂之儀君有君之威儀其臣畏而愛之則而象之故能有其國家令聞長世臣有臣之威儀其下畏而愛之故能守其官職保世宜家順是以下皆如是是以上下能相固也故君子在位可畏施舍可愛進退可度周旋可則容止可觀作事可法德行可象聲氣可樂動作有文言語有章以臨其下謂之有

威儀也

君盡君道卽君之威儀也臣盡臣道卽臣之威儀也由是而推父子夫婦兄弟朋友莫不皆然使人子而以嚴威儼恪事親人弟而以切切惓惓事兄皆謂之無威儀焉可矣要之凡一身之動靜語默皆必隨所施而各當焉夫乃所謂之威儀而非外飾焉之謂也周公制禮而謂之儀禮可象之義明矣○施舍猶言錯置

禮記曰禮義之始在於正容體齊顏色順辭令容體正顏色齊辭令順而後禮義備以正君臣親父子和長幼君臣正父子親長幼和而後禮義立

威儀無失而禮義備於身人道克脩而禮義立於事蓋  
脩身者齊治之本而敬慎威儀又所以脩身之實也

中庸曰齊明盛服非禮不動所以脩身也

齊以齊其慮明以洗其心盛服以莊其體所以養之於  
靜也而又非禮不動則所以察之於動也動靜交養而  
脩身之功密矣

孔子曰君子無眾寡無小大無敢慢斯不亦泰而不驕乎  
君子正其衣冠尊其瞻視儼然人望而畏之斯不亦威而  
不猛乎

泰而不驕者敬之存於中而見于外瑟兮僴兮也威而

不猛者敬之密於外而養其中赫兮喧兮也正衣冠尊  
瞻視可畏之義明矣

以上總言容色之當謹

曲禮曰坐如尸立如齊

毋側聽毋噉應毋淫視毋怠荒遊毋倨立毋跛坐毋箕寢  
毋伏斂髮毋鬣冠毋免勞毋袒暑毋褻裳

少儀曰執虛如執盈入虛如有人

敬之至也

不窺密不旁狎不道舊故不戲色毋拔來毋報往毋瀆神  
毋循枉毋測未至毋訾衣服成器毋身質言語

數者皆暴慢輕躁虛囂鄙倍之事故戒之

玉藻曰足容重手容恭目容端口容止聲容靜頭容直氣容肅立容德色容莊

此九容者威儀之則與曲禮毋側聽章一法一戒俱至切實

儀禮曰凡與大人言始視面中視抱卒視面毋改眾皆率是

曲禮曰凡視上於面則傲下於帶則憂傾則姦

二條皆視之儀

少儀曰言語之美穆穆皇皇朝廷之美濟濟翔翔祭祀之

美齊齊皇皇車馬之美匪匪翼翼鸞和之美肅肅雍雍

王藻曰凡行容惕惕廟中齊齊朝廷濟濟翔翔

惕音傷

君子之容舒遲見所尊者齊遯

戎容暨暨言容諮諮色容厲肅視容清明

此專言戎容

曲禮曰登城不指城上不呼

將適舍求母固將上堂聲必揚將入戶視必下入戶奉扃

視瞻毋回戶闔亦開戶闔亦闔有後入者闔而勿遂

堂上接武堂下布武室中不翔

入國不馳入里必式

論語曰升車必正立執綏車中不內顧不疾言不親指

玉皇文選 卷之三  
寢不尸居不容見齊衰者雖狎必變見冕者與瞽者雖褻必以貌凶服者式之式負版者有盛饌必變色而作迅雷風烈必變

以上隨事隨處而各有其儀也

子之燕居申申如也天天如也

子溫而厲威而不猛恭而安

子夏曰君子有三變望之儼然卽之也溫聽其言也厲

此聖人中和之氣隨在而發見者也

孟子曰動容周旋中禮者盛德之至也

敬慎威儀所以崇德德盛之至則四體不言而喻矣

程叔子曰只整齊嚴肅則心便一一則自無非僻之干  
動容貌整思慮則自然生敬

朱子曰動也要整齊靜也要整齊

清簡公曰聖人言九思後儒見謂支離聖人言九容後儒  
見謂束縛夫九思一思也九容一容也戒懼慎獨之心存  
存不息至精詳至易簡也

象恭非君子也鑒象恭而廢端莊之度可乎靜言非君子  
也鑒靜言而廢安定之辭可乎威儀言語德之符身之章  
也自儒者謂敬爲贅學道之士遂以無心爲妙明以瀟灑  
爲樂境見敬脩者反疑其象恭也靜言也聖人執禮之教



或幾乎熄矣哀哉

言語

言語德之徵也聲氣言之與也心有驕德而浮氣應之浮見於聲而言慢且易矣心有鄙德而麤氣應之麤見於聲而言背且嗻矣心中有德而和氣應之和見於聲而言順祥矣故君子之有言也易其心平其氣達於理宜於時切於道而後出之是君子之言也然何以致此中曰言術數則心日僞言宴樂則心日拙言利欲則心日鄙言鬼神禍福則心日迷言彼此彊弱則心日縱言人之過則心日薄故言之不可不擇也君子非禮勿言過欲觀理理既是矣

遜以出之則君子慎言之道也顧言之與行猶權衡矣彼重則此輕彼俯則此仰而言之恆易也行之恆難也是以君子不徒事言也而以言爲行以行爲言以言爲行則言不敢過以行爲言則行必求盡是以君子終日不言非不能言也則終日言而非虛言也言不虛言君子所以稱慥慥也何以能不虛言曰敬以存其心於不言之前慎以省其幾於將言之頃所以致其中也敬且慎焉則知行之難而言不敢過矣世有藉聖人之言以爲靡蔓之章者是聖人使人多言也雖聖人亦且悔其言之不詗矣於慢易苟諂而不知道者又何譏焉

孔子曰辭達而已矣

辭以達意未達不可已既達無復加

詩曰辭之輯矣民之洽矣辭之懌矣民之莫矣

言以和順於義理爲貴則民所聽從而安定也

孔子曰不學詩無以言

達於事理而有和平之致是謂能言非便佞口給之尙也

曲禮曰毋勦說毋雷同必則古昔稱先王

則古稱先則言道矣

易艮卦六五爻曰艮其輔言有序悔亡

輔所以言止之而柔順得中則言有序而無失言之悔矣不妄發而發當理則有序也

儀禮曰與君言言使臣與大夫言言事君與老者言言使子弟與幼者言言孝弟於父兄與眾言言忠信慈祥與在官者言言忠信

隨其人而語其道亦言之時中也

曲禮曰居喪不言樂祭祀不言凶公庭不言婦女

在官言官在府言府在庫言庫在朝言朝朝言不及犬馬在朝言禮問禮對以禮

隨其所而言其事也

以上言語之則也

孔子曰有德者必有言有言者不必有德

有德之言言皆其德有之於身故言之亦明且切也習於言者非其真矣

易傳曰將叛者其辭慙中心疑者其辭枝吉人之辭寡躁人之辭多誣善之人其辭游失其守者其辭屈  
心存於中言著於外有不可揜者是以君子先治其心也

二條言言由中出

孔子曰給奪慈仁

惡佞恐其亂義也惡利口恐其亂信也

此不實之言聖人所深惡也

孟子曰人之易其言也無責耳矣

言人之不善當如後患何

此輕忽之言聖賢所深惕也

書曰惟口出好興戎

易傳曰亂之所生也則言語以爲階

深著言之不可不慎也

孔子曰其言之不忤則爲之也難

古者言之不出恥躬之不逮也

里語原  
卷之五  
內篇物則類

十五

致業堂

此卽當言而言者要不當徒事浮言而易以出之也

君子欲訥於言而敏於行

言君子當如此也

欲字猶言要得如此方好

禮記曰君子約言小人先言

君子約則小人多矣小人先則君子後矣

子貢問君子子曰先行其言而後從之

朱子曰雖知其理而能言矣卻不止做一場言語說過

必先躬踐其事之實也

司馬牛問仁子曰仁者其言也訥曰其言也訥斯謂之仁

矣乎子曰爲之難言之得無訥乎

人之易其言者心放焉而苟於事也若存心於事則必知爲之難而於言不敢不訥矣

或曰雍也仁而不佞子曰焉用佞禦人以口給屢憎於人不知其仁焉用佞

禮記曰大人不倡游言可言也不可行君子弗言也可行也不可言君子弗行也

君子不以口譽人故君子問人之寒則衣之問人之饑則食之稱人之善則爵之

言從而行之則言不可飾也行從而言之則行不可飾也故君子寡言而行以成其信



行從而言之謂幽獨無不可對人言也

南容三復白圭孔子以其兄之子妻之

能謹言則能慎行矣

易文言傳曰脩辭立其誠所以居業也

程伯子曰言能脩省言辭便是要立誠若只是脩飾言辭爲心則是僞也

中庸曰庸德之行庸言之謹有所不足不敢不勉有餘不敢盡言願行行願言君子胡不慥慥耳

於庸德則力之益力於庸言則謹之益謹而必期於相顧焉篤實之至也

以上言言行之交慎也

孔子曰侍於君子有三愆言未及之而言謂之躁言及之而不言謂之隱未見顏色而言謂之瞽

此又言當時然後言也

周子曰文所以載道也較輪飾而人弗庸徒飾也况虛車乎文辭藝也道德實也篤其實而藝者書之美則愛愛則傳焉賢者得以學而至之是爲教故曰言之無文行之不遠然不賢者雖父兄臨之師保勉之不學也強之不從也不知務道德而第以文辭爲能者藝焉而已噫弊也久矣聖人之道入乎耳存乎心蘊之爲德行行之爲事業彼以

文辭而已者陋矣

程子曰有有德之言有造道之言有述事之言  
德盛者言博文盛者言亦傳

凡立言欲涵蓄意思不使知德者厭無德者惑  
言愈多於道未必明故言以簡爲貴

言而不行自欺孰甚焉

行踐其言而人不信者有矣未有不踐言而人信之者  
凡諫說於君論辨於人理勝則事明氣忿則招拂

問人言語緊急莫是氣不定否曰此亦當習習到言語自  
然緩時便是氣質變也學至氣質變方是有功

問作文書道否曰害也凡爲文不專則不工若專意則志局於此又安能與天地同其大也書曰玩物喪志爲文亦玩物也

朱子曰學者當謹言語以操存此心

人不誠實多在言語上見若口不擇言逢事便說雖有忠信之心亦被汨沒立不住了

夫子云不學詩無以言先儒以爲心平氣和則能言易繫辭傳曰易其心然後語謂平易其心而後語也明道先生云凡爲人言者理勝則事明氣忿則招拂告子不得於言勿求於心孟子以爲不可孟子之意以言有不順理不自

王德美 卷之三  
得處卽是心有不順理不自得處故不得於言須求之於心就心上理會也心氣和則言順理矣然亦須就言上做工夫始得伊川曰發禁躁妄內斯靜專是也內外照管無少空闕始得相應

衣服

衣服所以章身也而心志移焉是故服端冕而思敬服介冑而思奮服衰經而思哀服豔冶而思淫服奇衰而思僻服之不可不慎也審矣是以服其服而不知其義君子弗服也知其義而不稱其服君子弗服也等貴賤別男女殊章服敬嘉會先王之制也吉凶有辨顏色有別冬夏有宜

長短有稱豐約有時公私有殊非先王之法服不敢服焉  
君子之志也夫正衣冠以飾躬也學雜服以支禮也是豈  
直爲觀美哉要所以爲脩身養心之助也云爾若乃趨時  
逐俗服美於人奢麗僭踰以鳴得意而惡衣惡食則慙然  
羞之是則市井小人之事非君子之道也紂以侈服亡文  
王以卑服興曾謂服於身者而可爲觀美歟

士冠禮始加祝曰令月吉日始加元服棄爾幼志順爾成  
德壽考維祺以介景福 再加祝曰令月吉辰乃申爾服  
謹爾威儀淑慎爾德眉壽永年享受遐福 三加祝曰以  
歲之正以月之令威加爾服兄弟具在以成厥德黃耇無

疆受天之慶

冠義曰冠而後服備服備而後容體正顏色齊辭令順  
服以章德也故服成人之服者則必實以成人之德焉  
服其服而無其德凡蘭所以譏觴韞也謹威儀所以淑  
德容體必正顏色必齊辭令必順所以謹威儀而正君  
臣篤父子和長幼則淑德之實也視履考祥其旋元吉  
德成而福壽從之矣先王於始冠而迪之如此欲人自  
睹其身而知惕也

禮記曰長民者衣服不貳從容有常則民德壹詩曰彼都  
人士狐裘黃黃其容不改出言有章行歸於周萬民所望

有於中而發於外謹於外所以飭其中未有科頭袒跣而心不放者則未有此心敬謹而服不衷者是故服不貳者心之不貳也服有常者心之有常也壹而有恆君子之所以成德也

君子衰經則有衰色端冕則有敬色介冑則有不可犯之色

內外一也此之謂稱其服

詩美大夫曰羔羊之皮素絲五紵退食自公委蛇委蛇羔羊之革素絲五緘委蛇委蛇自公退食羔羊之綖素絲五總委蛇委蛇退食自公



羔裘素絲服有常也服之以常能節儉也自以怙侈滅  
義而大夫乃有丹朱中衣朝服以縞者矣委蛇委蛇能  
自得也從容自得由正直也若夫貌爲恭儉徒載爾僞  
則心勞日拙安在其能自得歟此召南之所以美之子  
也○慎乃儉德惟懷永圖儉德之脩惟自飲食衣服始  
而欲民之勿奢也則莫如先定經制彼夫賣僮者爲之  
繡衣絲履偏諸緣內之閑中是古天子后服所以廟而  
不燕者也而庶人得以衣婢妾白縠之表薄統之袞纁  
以偏諸美者黼黻是古天子之服今富人大賈嘉會召  
客者以被牆古者以奉一帝一后而節適今富人屋壁

得爲侈服倡優下賤得爲異飾然而天下不屈者殆未  
有也夫百人作之不能衣一人欲天下無寒不可得也  
一人耕之十人聚而食之欲天下無饑不可得也饑寒  
切於民身欲其無作姦邪不可得也夫古者宅無不毛  
蠶桑徧天下然民非五十不得衣帛皮弁以下皆布大  
夫以上乃有羔裘庶人犬羊今富賈一裘千金奴隸服  
百僚之服宅無桑麻身有綺縠婦逸於室惟事翦刺爲  
奇巧絲倚蘇湖布仰吳淞而已是刻鏤雕琢以傷農事  
錦繡纂組爲害女紅無怪乎天下之貧且屈矣是以終  
歲不能制衣襦裋不及斝者往往而是不亦傷乎抑非

惟天下之貧卽取之不竭之藏乎亦大非所以辨上下而定民志也素絲之風其可見邪

詩美衛武公曰有斐君子充耳琇瑩會弁如星瑟兮僮兮赫兮咺兮有斐君子終不可諼兮

嚴密而無所忽武毅而無所怠所以德容宣著盛大而服飾亦顯其尊嚴矣不然而負且乘何足以動人之瞻仰乎

詩美君子曰鴉鳩在桑其子在梅淑人君子其帶伊絲其帶伊絲其弁伊騏

言其服之有常也服有常度則如結之心所形見也

詩刺檜君曰羔裘逍遥狐裘以朝豈不爾思勞心忉忉  
徒以服美於人則玩物喪志矣○諸侯羔裘以朝狐裘  
朝於天子今以朝服爲燕居之服而以朝天子之服爲  
朝服則侈汰之心肆而失其常也

曹風曰蜉蝣之羽衣裳楚楚心之憂矣於我歸處  
所事惟衣服之間宴遊之樂則無遠慮可知

左傳鄭子臧奔宋好聚鵠冠鄭伯聞而惡之使人殺之君  
子曰服之不衷身之災也詩曰彼其之子不稱其服子臧  
之服不稱也夫

志淫好僻所宜殺身也

以上言衣服之當慎

內則男繫革女繫絲 十年衣不帛襦袴

玉藻曰童子不裘不帛不屨絢

此童子衣服之節

論語曰君子不以紺緞飾紅紫不以爲褻服當暑衫絺綌  
必表而出之緇衣羔裘素衣麤裘黃衣狐裘褻裘長短右  
袂狐貉之厚以居去喪無所不佩非帷裳必殺之羔裘元  
冠不以弔吉月必朝服而朝

辨邪正別公私寒暑有宜表裏有稱長短有度吉凶有  
別朝祭有常聖人之衣服如此而已○孔氏曰一入爲

緞按此緞卽縹也緞淡紅色故朱子曰絳色絳亦淺紅  
色也又考工記三入爲纁五入爲緞謂以纁入黑汁  
則緞再入則緞是緞近元色而非緞也

然孔註必有所本不必據考工記疑之○五色木色青

火色赤土色黃金色白水色黑此五行之正色也木尅

土色綠土尅水色駟今沈水尅火色紫火尅金色紅金

尅木色碧今月白此五行之間色也古人衣正色裳間

色然冕弁朝端服其裳無用間色者或燕居之裳則偶

用間色耳後世以緋紫爲命服宋進士賜綠袍而色之

邪正不問矣○衣以裼裘衣卽外之禮衣如朝服緇皮

弁服素野服息民之祭卽裼也蓋先王之制裘稱衣色

若檜君狐裘以朝則是緇衣而狐白裘不相稱矣孔子

則必謹之也

齊必有明衣布必有寢衣長一身有半

齊服元端

元端元裳

此明衣裏衣也寢衣睡衣也長一身有

半其長在一身之外者又半於其身也

此君子衣服之制

周禮夏官弁師掌王之五冕

衮鷩毳絺元

皆元冕朱裏延紐

延冠

覆紐小鼻

五采纁十有二就皆五采玉十有二旒玉笄

以貫

冕於

朱紘

冠緣

諸侯之纁旒九就璠玉三采其餘如王者之

事纁旒皆就玉璠玉笄

伯七就子男五就也

王之皮弁會五采玉璠

象邸

玉珠如碁子以象邸盛之飾於皮弁之會縫中也

諸侯及孤卿大夫之冕弁

各以其等爲之而掌其禁令

春官司服掌王之吉凶衣服王之吉服祀昊天上帝則服

大裘

黑色

而冕祀五帝亦如之享先王則衮冕

祀上帝之冕十二旒衮冕

九旒通於上公服九章一曰龍二曰山三曰華蟲雉也四曰火五曰宗彝虎也皆繡於衣六曰藻七曰粉米八曰黼斧形九曰黻其狀亞

皆繡於裳此周制也

享先公饗射則鷩冕

冕七旒衣七章自華蟲以

下祀四望山川則毳冕

冕五旒衣五章自虎雉以下

祭社稷五祀則希

冕

冕三旒衣三章繡粉米於衣故曰希冕

祭羣小祀則元冕

冕二旒衣無章而裳繡黼黻

凡兵事韋弁服

爵韋韎韠素裳白舄

裼朝則皮弁服

鹿皮爲弁素衣素鞞素裳○冕

服用絲弁服以下用布

凡甸冠弁服

元冠緇衣素裳卽朝服

凡凶事服弁服

也凡弔事弁經服

素弁

公之服自衮冕而下如王之服

上



亦有袞冕然天子之袞冕旒十二玉長尺二寸袞衣之龍一升一降上公袞冕九旒旒九玉長九寸袞衣但有降龍也凡王之五冕皆旒十二玉長尺二寸諸侯以下則侯伯玉如其旒數○凡衣服之制上得兼下下不得兼上侯伯之服自鷩冕而下如公之服子男之服自毳冕而下如侯伯之服孤之服自希冕而下如子男之服卿大夫之服自元冕而下如孤之服士之服自皮弁而下如大夫之服其齊服有元端素端元端有三元衣素裳卽士之朝服中士元裳下土黃裳大夫之朝服袞袂二尺四寸士端服之袂狹只尺有二寸齊服之元端則元衣元裳吉祭之齊服之其素端則素衣素裳凶祭之齊服之也天子亦有元端元衣而纁裳

禮記曰天子玉藻十有二旒前後邃延龍卷以祭此據大畧而言非與周禮異也元端而朝日於東門之外聽朔於南門之外先儒謂端

字當作冕。愚按朝日當毳冕。國語大采朝日是天子視朔明堂則當服元冕。然則節首蓋脫毳冕二字而元冕二字當在聽皮弁以日視朝。遂以食天子之朝君臣皆皮弁服卒食元端而居元衣種裳天諸侯元端以祭端字裊冕以朝袞以下皆可稱裊冕朝謂朝於皮弁以聽朔於太廟朝服以日視朝於內朝諸侯視朔君臣皆皮弁服既聽聽朔而視朝則易朝服朝服元冠緇衣素裳素鞞白舄也內朝謂治朝非燕朝也士之朝服即元又朝服以食夕深衣大夫士朝元端夕深衣大夫士端也又朝服○按天子之祭服諸侯朝天子之服也天子祭則元端服按天子之祭服諸侯朝天子之服也天子祭羣小祀之服諸侯之祭服也天子之視朝服諸侯之羣祀及聽朔之服大夫之聘服也天子之田服諸侯之朝服也天子之燕居服大夫士之私朝服也大夫私朝之服士之朝於君之服也

三禮圖冕前圓後方廣八寸長尺六寸

謂冕上之覆之度

通典

黃帝作冕垂旒黻纁

謂以黃絲加於笄上以下縣充耳者

白虎通麻冕周

宗廟之冠

麻冕用三十升布蓋朝服十五升布冠布倍於衣故三十升然則麻冕與朝服副者也若

冕服皆用絲則其冕自當亦用絲矣漢儒以爲宗廟之

冠恐未是蓋冕亦首服之通名故朱子曰緇布冠也但

此自是禮服之冠非始冠之緇布冠也○古布之幅廣

二尺二寸周尺短只當今尺一尺二寸許三十升則二

千四百縷以一寸二寸之幅

用二千四百縷故細密難成

### 右冕弁衣裳通考

曲禮曰爲人子者父母存冠衣不純素孤子當室冠衣不

純采

君子雖寒不衣祭服

玉藻曰以帛裏布非禮也

士不衣織無君者不貳采

衣正色裳間色非列采不入公門衫絺綌不入公門素裳不入公門襲裘不入公門

纁爲繭緇爲袍禪爲絁帛爲褶

朝服之以縞也自季康子始也

孔子曰朝服而朝卒朔然後服之

### 右衣通考

禮記曰始冠之緇布之冠也太古冠布齊則緇之其纁也孔子曰吾未之聞也冠而敝之可也委貌周道也章甫

殷道也母追夏后氏之道也

此始加之冠也既曰太古冠布其纁未聞而又有三代之

異名又章甫禮冠孔子冠章甫豈其  
無綬此未可曉意周時或已綬之歟  
三王共皮弁素積此

加之冠也素積卽周弁殷夏收  
此三加之服也弁謂爵

皮弁服素裳也周弁殷夏收  
弁士之祭於君廟之服

士上服也猶大夫以上之有冕服也  
如雀頭色爲弁而元衣纁裳雀韉也  
衣裳用絲

玉藻曰元冠朱組纓天子之冠也  
此蓋天子元端而居之服之冠  
緇布冠

纁綬諸侯之冠也蓋亦諸侯元  
元冠丹組纓諸侯之齊冠

也元冠綦組纓士之齊冠也此卽以副齊服  
之元端元裳也縞冠元武子

姓之冠也子爲父喪三年其子之子期而服除然  
父猶在凶服中故其子凶絃而吉武縞冠素

紕旣祥之冠也大祥後垂綬五寸惰游之士也元冠縞武  
不齒之服也蓋元冠縞武而垂綬五寸也縞居冠屬武自

天子下達有事然後綬燕居之冠冠與武屬禮冠則於冠  
時而後著冠於武上又加之以纁

也親沒不髦大帛不綫元冠紫綫自魯桓公始也紫綫非禮也

### 右冠考

周禮司裘掌爲大裘以供王祀天之服

玉藻曰唯君有黼裘以誓省大裘非古也

黼裘雜黑白爲斧文誓誓軍旅

省省耕省歛也大裘純黑羔裘惟天子祭天服之

君衣狐白裘錦衣以裼之君之右虎裘厥左狼裘士不衣

狐白

狐白取狐喙下白毛者爲裘錦衣卽素衣朱襮黼領者爲中衣而外加裨冕之服也此諸侯朝于天子之

服也虎裘狼裘古人服之此不在禮服之裘之數猶今人銀鼠猞鼠之服耳無等級也士有狐裘而不得衣狐白

君子狐青裘豹褻元緇衣以裼之

狐之蒼者飾以豹褻此大夫燕居之服也

裘青豸褻絞衣以裼之

裘裘卽麕裘也色淡黃而有白點絞當作皎白色也此卽論語所謂

素衣麕裘者天子視朝諸侯聽朔大夫士聘於鄰國之服也羔裘豹飾緇衣以裼之此即黃衣狐裘

緇衣羔裘諸侯大夫視朝之服也狐裘黃衣以裼之此即黃衣狐裘錦衣

狐裘諸侯之服也復言此以見士大夫得犬羊之裘不裼

不文飾也庶人之服也裘之裼也見美也弔則襲不盡飾也君

在則裼盡飾也服之襲也充美也是故尸襲執玉龜襲無

事則裼不敢充也

曲禮曰執玉其有藉者則裼無藉者則襲此據聘禮言始

用皮幣則襲而將事所謂無藉者用襲也既聘而享用圭

璧有庭實則賓主裼以將事所謂有藉者用裼也大抵襲

有二義弔則襲凶事主素之義也尸襲聘執圭襲皆誠意在中之義所謂充美也鄭氏聘禮註云裼者免上衣見裼衣凡禮裼者左又玉

藻註云裼衣之上復有衣袒而有衣曰裼

禮經言襲裼者不一然所

云見矣所云君在則裼所云無事則裼是可見裘服以裼爲常以襲爲變也若如鄭說則左袒上衣如袒裼裸袒之類豈有衣裘服而常袒其左者又豈有在君前而常左袒上衣如禘子之被袞裘者其說殆非也大抵裘服全見於外曰表有衣掩之而不盡掩使文質適中曰裼裼字從易有一陰一陽之義也全掩之曰襲若袒裼云者則袒去其裼而露臂是不敬之大者禮有時而袒以親勞事或哀甚而袒以示變非常禮也豈可以禮裼混裼襲之義乎

賈疏曰冬時襯身單衣又有襦袴襦上有裘裘

上有裼衣裼衣上又有上服弁服之等裼者袒衿前上

服見裼衣也襲者掩之

此說畧近是矣然記曰裘之裼襲之襲而此曰見裼衣爲裼則

是見其裼衣耳於裘無與也裼稱裘色但見裼衣耳何取其相稱乎

孔疏曰近體有袍澤

之屬其外有裘裘上有裼衣裼衣上有襲衣襲衣上有



常著之屬卽皮弁屬也掩而不開謂之襲開皮弁及中

衣左袒出其裼衣謂之裼

此亦鄭註之說

近世萬授一曰裼禮

服也古人禮服皆直領無衿裘上衣裼衣胸前裘色微

露故曰見美加衣以掩之則襲也故曰充美但經不詳

襲之制疑卽深衣也惟深衣有左右衽當兩旁吾爲約

言之曰裘上有裼衣加深衣曰襲不加深衣曰裼

炬按

註疏皆以裼混袒裼其非必矣萬說近是而亦有不然

者夫記曰裘之裼襲之襲襲裼皆主裘言則虛活字非

實字也而必求所謂裼衣襲衣者不已多事乎裼則禮

販直袷見裘是也然禮服之內自有中衣

中衣制如深衣冕服用絲

所謂繡黼丹朱中衣者是諸侯冕服之中衣也皮弁服以下用布中衣不用絲故曰以帛裏布非禮也詳見深衣條 謂裏上衣裼衣亦賈疏之悞也

斐上加中衣中深衣上加禮服也

衣亦庶人之禮服先儒從未嘗有左右兩衿之說欲加兩衿者始於朱白雲而萬氏暢其說非可據也大抵深衣雖不加衿而裁製深遽領可交掩而中衣制如深衣故交其中衣之領則襲不交其中衣之領使稍見裘色則謂之裼又或曰捲起其袂以見裘曰裼不見其袂則襲二說皆可通也

### 右裘服襲裼考

禮記曰有虞氏服黻

玉藻曰鞞君朱大夫素士爵韋圍殺直天子直諸侯前後

方大夫前方後挫角士前後正鞞下廣二尺上廣一尺長

三尺其頸五寸肩革帶博二寸

此言元端服之鞞也鞞同裳色君之元端纁裳故朱

鞞大夫素裳故素鞞士元端有素裳元裳爵韋以元裳者言之也圍殺直以形體言天子直不圍不殺也諸侯之鞞上下各去五寸以爵韋及素補之使方所謂殺也大夫下方而純以他色其上又挫其兩角亦補以他色所謂圍也士則亦用上下方不挫角也頸卽上方一命纁鞞幽衡再處肩鞞上兩角而綴以革帶所以繫也

命赤鞞幽衡三命赤鞞惠衡

此言冕服之鞞也一命士也爵弁服形裳纁鞞再命以上

有元冕纁裳故皆赤帶也

雜記曰鞞長三尺下廣二尺上廣一尺會去上五寸紕以

爵韋六寸不至下五寸純以素紕以五采

此卽玉藻所言諸侯前後方者

也上去五寸而補以爵韋六寸多一寸者以  
繞也不至下五寸即去下五寸而補以素也

白虎通韍者蔽也行以蔽前以韋爲之不忘本也古者

衣服先知蔽前後朱子曰韋熟皮也祭服謂之韍朝服

謂之韍兵事謂之韠韠元端服亦謂之韠但朝服皮弁

事韋弁服韠韠者染韋爲紅色馮厚齊曰天子純朱諸

而合二片繞合之故謂之韠也侯黃朱大夫赤此以蔽言之黃朱者蓋朱韍而上

### 右韍韠考

玉藻曰天子素帶朱裏終辟而素帶終辟而字下缺大夫

素帶辟垂緣兩耳及士練帶率下辟素熟絹練生絹也士

邊又緣其下紳下垂之紳居士錦帶弟子緇帶錦帶示有文并紐約

不緣兩耳也編帶示敦質并紐約

用組三寸長齊於帶

結帶當腹卻上為兩耳而又以三寸之組并帶結為紐而約之其組下垂

長同於下垂之紳也

紳長制士三尺

自士以上皆三尺

有司二尺有五寸

走也

子游曰參分帶下紳居二焉紳鞞結三齊

自帶而下至足約四尺五

寸三分而得二則三尺也紳垂三尺故曰三分帶下

大夫

紳居二焉鞞及紐約之組皆與紳同

下垂三尺也

大夫大帶四寸自大夫以上其禮服雜帶蓋燕居及非行禮時所常繫之帶謂之雜

帶以別於大帶也

君朱綠大夫元華

黃色

士緇辟二寸再繚四寸

士以緇緣也雜帶之度博只二寸而再繚之則亦博四寸也士之大帶其度蓋亦同此

凡帶有率無

箴功

言率辟之功密如此肆束及帶勤者有事則收之走則擁之

作肆○按禮服之帶皆素而緣以元其非禮服之帶乃有雜色混之者非

右帶考

內則曰子事父母左佩紛說刀礪小觶金燧右佩玦捍管  
簫大觶木燧婦事舅姑左佩紛說刀礪小觶金燧右佩箴

管線纊施繁裘大觶木燧

此事佩也

玉藻曰古之君子必佩玉右徵角左宮羽

佩只四璜故舉四聲而不及商

趨以采齊行以肆夏

蓋逸詩也

周旋中規折旋中矩進則抑之

退則揚之然後玉鏘鳴也故君子在車則聞鸞和之聲行

則鳴佩玉是以非辟之心無自入也

此佩以節威儀也

君在不佩

玉左結佩右設佩居則設佩朝則結佩

謂世子在君父前則不敢佩玉有聲

而結蹙之也齊則結結佩而爵鞞

齊不聽聲也君之齊服元端元裳故爵鞞與土

同

凡帶必有佩玉唯喪否佩玉有衝牙

佩玉之制上橫曰珩下係三組貫以螭珠

中組之半貫一大珠曰瑀末懸一玉兩端皆銳曰衝牙兩旁組半各貫一玉長博而方曰琚其末各懸一玉如半璧而內向日璜又以兩組貫瑀而上交係於珩之兩端

下則交係於璜故行則衝牙觸璜而聲中五音也

君子無故玉不去身君子於玉比德焉

此又言有比德之義

天子佩白玉而元組綬

以組受珠而貫之也

公侯佩山元玉而朱組

綬大夫佩水蒼玉而純組綬世子佩瑜玉而綦組綬士佩

璫玟而緼組綬

前言再命以下幽衡三命蔥衡考此則天子白衡公侯元衡也

孔子佩象

環五寸而綦組綬

佩亦隨人之所玩好不必過求聖人也

右佩考

玉藻曰深衣三祛

三其祛之圍縫齊倍要

倍其要之圍衽以爲要之圍衽

當旁裳際交袂可以回肘袂連衣處以長中繼揜尺緣以  
長衣用以服于禮服之內曰中衣緣以布曰麻衣皆與深  
衣同制長中繼揜尺蓋長衣中衣深衣皆繼袂使長可反  
揜覆手一尺所謂反詘之及肘袂袷二寸袷尺二寸緣廣寸  
也麻衣非全吉之服則不然

半

深衣篇曰古者深衣蓋有制度以應規矩繩權衡短毋見

膚長毋被土續衽鉤邊

續連裳之兩旁不殊前後而又復

服帷裳前三幅後四幅凡七幅而以前掩

要縫半下謂齊

倍倍袷之高下可以運肘即所謂袂

袂之長短反詘之及肘

即所謂帶下毋厭髀上毋厭脅當無骨者

按此則深衣之

制十有二幅以應十有二月

統衣裳言共袂圓以應

里 卷之五 內篇物則類

三

衣裳



規曲袷如矩以應方

朱子曰衣領既交自有如矩之象

負繩及踝以應直

謂荷督縫

下齊如權衡以應平故規者行舉手以爲容負繩抱

方者以直其正方其義也下齊如權衡者以安志而平心

也故聖人服之先王貴之故可以爲文可以爲武可以擯

相可以治軍旅

按中衣卽深衣凡冕弁朝端之服皆服此衣於中而後加上服故曰可以爲文可以

爲武云云舊解似牽強而萬氏又謂以深衣襲禮服之外亦無據也

完且弗費善衣之次也

具父母大父母衣純以纁具父母衣純以青

青黑相近此謂黑色爲青

也如孤子衣純以素純袂緣純邊廣各寸半

文公家禮裁用細布度用指尺

深衣用朝服十五升之布在朱子時古制已亡故但

云經布也指尺者屈中指中節兩紋尖相距處爲一寸針經所謂同身寸也

衣全四幅其長過

脇下屬於裳裳交解十二幅上屬於衣其長及踝圓袂方

領黑緣

裁法

邱瓊山云用布二幅廣狹以一尺八寸爲度中折前後爲四葉其在前兩葉每葉長二尺六寸裁時

從一邊脩起除去四寸留二尺二寸漸脩至將近邊處不動比脩起處留長四寸其後兩葉每葉長二尺三寸亦從一邊脩起除去一寸留二尺二寸漸脩至近邊處不動比脩起處留長一寸蓋家禮衣身長二尺二寸今前加四寸後加一寸者裁法也不如此則兩襟相疊衣領交而不齊矣下裳用布六幅斜裁分爲兩幅一頭寬一頭窄窄頭六寸寬頭一尺二寸裁訖俱將窄頭向上寬頭向下連綴作一處袂用布二幅各長四尺四寸每幅中折爲前後兩葉每葉長如衣身縫連衣身腋下不削卻漸漸脩至袖口成圓樣袖口留一尺二寸不縫領用布一條闊二寸爲領然後加緣其上合衣裳法衣前後四葉每葉屬裳三幅窄頭向上四葉共十二幅衣裳相接處爲要圍七尺二寸裳之下縫爲齊圍一丈四尺四寸衣左右加兩袖衣上加領凡領及裳邊袖口

俱用皂絹緣之當裳兩旁自齊至腋下前後相交處皆合縫之使相連縷不開又覆縫其邊如俗所謂鉤針者緣廣皆寸半領及裳邊內外則夾縫在本布上袖口則綴連布之外○昔司馬溫公初做古作深衣爲方領曲裾之制朱子定家禮病其不得古意故晚年改其曲裾之說而邱氏尊家禮之意爲法如此他有參酌具考于左○白雲朱氏曰衽說文襟也如今時之服有內外襟綴於衣身王氏謂衽下施襟趙氏謂上六幅皆是也故或者欲加內外兩襟以明衣六裳六合深衣十有二幅之說吳草廬說亦然其裁裳之法則每幅斜裁爲二者皆一大一小以六片小者皆列於後每衣一幅裳三片其大者綴於前每衣一片裳二片餘四片綴於內外襟○聶雙江曰如舊制兩衽相掩則胷間迫窄而不舒且裳之兩旁直射向前而不平然先儒相承皆無所改如新說則便於穿著但自漢及今雖大儒未嘗以襟訓衽若哀服之衽亦不謂襟也且裳之綴四於外綴二於內亦遷就以取便耳未敢以爲合也有用二尺二寸闊布爲之於背縫取二條闊四寸接而夾縫爲領則其前二幅不必加襟而自寬裕亦不至裳前射不平矣但制十二幅之文似通一身言而專以爲裳不知何解耳○萬

授一日禮服之裳前三幅後四幅不相連合深衣之裳  
用布六幅解爲十二幅四片屬於前衣四片屬於後衣  
四片屬於兩袂皆縫合之但裳半是正裁半是斜裁布  
幅廣二尺二寸三幅正裁者兩頭並闊一尺一寸去殺  
縫二寸淨得九寸三幅斜裁者窄頭五寸闊頭一尺七  
寸去殺縫二寸窄頭淨得三寸闊頭一尺五寸而以正  
裁者屬向中斜裁者屬向邊左右合之舊說皆謬○炬  
按萬說卽今人揀擺之法然舉七尺二寸當今尺七寸六  
六分之二則身要每葉只得一尺二寸當今尺七寸六  
分許不大窄乎必如聶氏邱氏之尺八寸當今尺一尺  
一寸許去殺縫二寸仍得九寸許乃爲適中萬說必非  
古制也雙江辨白雲之非當矣然惜乎猶有未決而邱  
氏之制有不能無啓後人之疑者蓋古布之幅皆二尺  
二寸而邱以一尺入寸之幅爲則此掩袷之所以迫窄  
而裳前射也且縫合之間每幅約去寸許只計其布之  
尺寸以合度而不知其成衣之後去其殺縫若干狹十  
之二反不合度矣此邱氏之所未究也短意布用二尺  
二寸之幅於衣後兩幅裁去中四寸爲領則後兩幅一  
尺八寸前兩幅二尺二寸原不必加襟亦不迫窄其裳  
幅斜裁窄頭得七寸強寬頭得一尺四寸半強去殺縫

二寸窄頭淨得五寸強寬頭淨得一尺二寸半強又約  
窄頭在上橫去殺縫合衣處寸餘則窄頭之寬亦可六  
寸而齊下圓轉殺去以取平衡者約去二寸許則寬頭  
亦只得一尺二寸如此而成衣之後乃得合於古之尺  
寸也其餘裁衣加袂及領緣之制皆當如邱氏至于制  
有十二幅之說則朱子亦嘗疑之炬參記云袂可回肘  
袂之長短反誦之及肘若袂止一幅則通衣身只四尺  
僅可覆手不能反誦及肘矣是知衣袂之外自有續袂  
二幅是衣亦六幅非加襟也

附家禮緇冠

邱氏用烏紗加漆爲之裁一長條約一尺四寸許圍以爲武其圍之兩旁各廣三寸前後

各廣四寸又用一條廣四寸長八寸上襲積以爲五梁  
縫皆向左彎其中跨頂前後下著於武屈其兩端各半  
寸自外向內而黑漆之又於武之兩旁半寸之上爲竅  
以受笄○聶氏疑武長一尺四寸則是齊髻大冠而高  
僅寸許卻於半寸之上竅以受笄半寸上正當頂骨邱  
說可疑炬按邱氏所言尺皆以指寸之尺故一尺四寸  
之武正乃撮髮小冠而聶氏悞以今尺當之故疑爲齊  
髻大冠非也但裁法武長常一尺五寸其縫之材當長

九寸廣六寸裝積之乃四寸  
合經於武去殺縫乃得合度

右深衣考

周禮屨人掌王及后之服屨爲赤烏

復底曰烏赤烏冕服之屨也

黑烏

元端服之屨也

赤纁屨則赤纁也

黃纁屨則黃纁也

青句烏之首也

素

屨順裳色此蓋弁服

葛屨冬用革夏用葛

辨外內命夫命婦之

命屨

命服之屨也命婦則皆黃屨

功屨

皮屨散屨其餘

凡四時之祭祀以

宜服之

家禮黑屨白紉纁純綦

按儀禮元端則用黑屨素積則用白屨服深衣則當白屨白屨則黑

紉纁純綦若黑屨則當青紉纁純綦○制白皮或細布爲

屨而黑縑爲紉纁長一尺三四寸許當中交屈之以其屈

處綴屨頭近底處立起出屨頭一二寸歧爲二復綴其餘

縑於屨面上

交加左右而分其兩頭

綴屨口邊爲紉復以

內篇物則類

三

黑紉爲縷於牙底相接處綴其縷中又以黑絹緣其履口曰純約廣一寸又於履後綴二黑帶以係履曰綦

右履考

周禮內司服掌王后之六服禕衣

元色畫雉凡婦人之服皆衣裳同色裏以素沙

揄狄

青色畫雉

闕狄

赤色刻雉

鞠衣

黃色

展衣

白色

緣衣

黑色

素沙

以爲裏也辨

內外命婦之服鞠衣展衣緣衣素沙凡祭祀賓客共后之

衣服凡命婦共其衣服若喪衰亦如之

三狄皆祭服所以配五冕者也鞠衣

躬蠶之服展衣從王以禮見賓客之服緣衣御於王之服此三者當弁服以下者也

玉藻曰王后禕衣

上公之夫亦禕衣

夫人揄狄

謂侯伯之夫人

君命闕狄

子男夫人受天子之命者

再命禕衣

禕當作鞠侯國之卿大夫其妻鞠衣

一命禮衣

大夫命士

之妻

士祿衣

庶士之妻祿衣

右婦人服制者

學記曰不學雜服不能安禮

先王制服隨在不同各有精義服其服而不知其義則無以從容中禮矣故必學雜服而後能安禮如吉服之有衮鷩毳菡元也所以明尊卑之等也嘉服之有弁韋朝端深衣也所以著大小之序也喪服之有斬齊大小功緦也所以辨親親之殺也其衣裳冠履顏色度量尺寸帛布升縷各有定制不可踰越而天下之視聽以一奇衰無自生焉亦王者所以齊天下之大端矣君子察於是焉而得先王制度之意焉則致禮以飭躬亦且



有動履必於斯而不敢斯須踰越者其於治躬制心之助豈淺鮮哉後世民心僭忒視律令爲具文故商賈有裝花閃緞之衣娼妓爲金寶珠翠之飾民貧財盡猶且競逐繁華又且姦人射利而使帽服之制日新月異愚民無知慕爲時樣一帽之制或弁或哆一袍之制時短時長而人安得不浮且僞而財安得不貧且匱歟短於此篇考古衣服之制非爲以供博覽也非徒以資考核也亦非謂居今之世而可服三代之服也但學人覽此而或見先王之制法服固如是其精且密一於正而無衰一於儉而不奢焉其有以約其心身而可閉邪僻紛

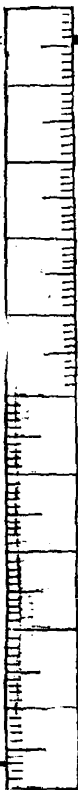
華之志乎

孔子曰士志於道而恥惡衣惡食者未足與議也

君子正衣冠節飲食而不恥惡衣惡食蓋其正之節之者所以持躬檢身而養生節欲也而不恥之者所存有在外物不足以累其心也故君子而知道則其心磊落光明以視斯世之勢位富厚何啻塗泥草芥焉若乃俗累未除則心體卑污爲物牽掣縱有得焉無以自守安望有出人頭地之日乎未足與議聖人之深教也

衣敝緼袍與衣狐貉者立而不恥者其由也與不佞不求何用不臧

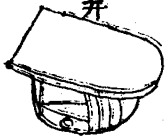
尺式 此約以中人之同身寸尺當今六寸四分乃周尺也後所圖皆合此尺為度使有依據云



冕



爵弁



皮弁

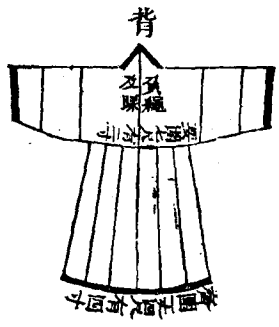
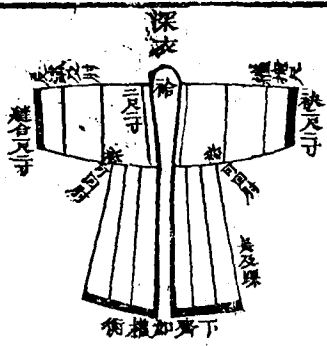


緇冠



弁





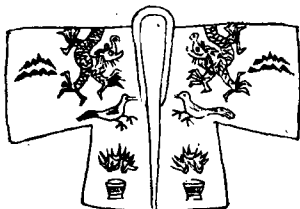
深衣



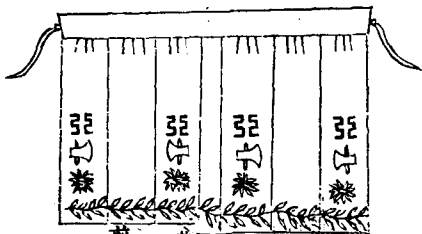
屨



袞衣



裳



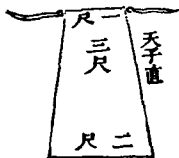
前三幅

此幅在前半幅

後四幅

此幅在後半幅

鞞



大夫前方後挫角

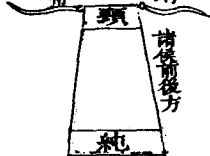


雜佩



韋帶

肩



飲食

飲食所以養生而平其心也而過其節焉則以戕生而敗德夫自上古茹毛飲血以至聖人有作是興火食而粒烝民而飲食之宜夫亦既無不備矣乃或者窮口腹之欲而喪生破家亡國之禍亦以相屬焉是豈非不節之過歟蓋養生必以正而衛生貴乎周是以調和之宜烹飪之則若周禮內則有加詳焉是豈以肆其欲焉哉亦將以奉君親待賓客事鬼神供老疾以和其血氣平其臟腑而安其口體也若乃君子之自奉則或糟糠不厭食無求飽矣而傷生致疾之物邪慝不正之味則君子亦曾不以饑渴而甘



食飲焉凡以求口實之正故也聖人又以飲食之流至生禍也則又制爲燕饗食祭之禮繁儀密節以防閑之其爲後世慮至深且遠而後世之踰閑敗禮者又且卽燕饗之名而恣其欲焉其暴殄天物僭踰狼藉殆不可勝道甚矣欲之易流而難遏也夫湛一之本人氣所同而攻取之欲不容不制君子知德以理主氣則於飲食屬饜而已毋以嗜欲累其心毋以小害大毋以末喪本養生養德之道其兩得之是有存乎其人者

禮記曰夫禮之初始諸飲食

飲食人之大欲始生而遂能之而有物有則則辭讓之

意恭敬之誠屬饜之節亦於是見端焉是禮始於飲食也於是而循禮焉則欲有所制而百端治於是而徇欲焉則理之正亡而爭訟起矣飲食之細故可無愼歟

孟子曰飢者甘食渴者甘飲是未得飲食之正也飢渴害之也

欲動於中而物宜失於外矣

孔子曰人莫不飲食也鮮能知味也

過焉者膏粱也而厭之不及焉者雖饅餠餒餒而甘之聖人非教人察味也然味之不知其檢身將奚似哉

易頤卦初九曰舍爾靈龜觀我朵頤

王  
卷之二  
人人各有足以自養之正慕於外焉而自失其正矣亦  
不足貴深惜之也

禮記曰君無故不殺牛大夫無故不殺羊士無故不殺犬  
豕君子遠庖厨凡有血氣之類弗身踐也

節口腹之欲亦以養仁心而愛物也肆其欲焉而物之  
生促矣

豳風曰六月食鬱及薹七月烹葵及菽八月剝棗十月穫  
稻爲此春酒以介眉壽七月食瓜八月斷壺九月叔苴采  
荼薪樗食我農夫

口腹之需有限而口腹之欲無窮肆其欲焉竭天地之

藏而不足順其則焉取之至近而有餘故蔬果酒食取  
足於田園鬱奠茶糲不遺於山野昭勤事也介壽無遠  
方之珍常食僅瓜壺之薄明儉德也飲食寓尊養之宜  
家常適豐儉之節隆孝弟也有朴噩渾厚之風無侈靡  
營求之欲民志定也惟勤也故生之者疾惟儉也故用  
之者舒隆孝弟故民不爭民志定故下易治先王之風  
如此其厚也其所由來必有自矣

魯共公曰昔者帝女令儀狄作酒而美進之禹禹飲而甘  
之遂疏儀狄絕旨酒曰後世必有以酒亡其國者齊桓公  
夜牛不噉易牙乃煎熬燔炙和調五味而進之桓公食之

而飽至旦不覺曰後世必有以味亡其國者晉文公得南之威三日不聽朝遂推南之威而遠之曰後世必有以色亡其國者楚王登強臺而望崩山左江而右湖以臨彷徨其樂忘死遂盟強臺而弗登曰後世必有以高臺陂池亡其國者

飲食男女所以生人而欲之流也皆足以亡國惟君子過人欲於將萌使之皆出於正焉則所以養生而去其害也

酒誥王若曰明大命于妹邦乃穆考文王肇國在西土厥誥茲庶邦庶士越少正御事朝夕曰祀茲酒惟天降命肇

我民惟元祀天降威我民用大亂喪德亦罔非酒惟行越  
小大邦用喪亦罔非酒惟辜

酒以祭祀所不能廢然以爲身而喪德以爲國而喪邦  
其禍烈矣君子可無益乎

文王誥教小子有正有事無彝酒越庶國飲惟祀德將無  
醉

人惟蕩遊不事其事而後沈湎於酒告以有正有事心  
勤於所事則自無暇於沈飲矣飲不以德將則流而無  
節能以德將之則不失其度矣

惟曰我民迪小子惟土物愛厥心臧聰聽祖考之彝訓越

小大德小子惟一

志淫好僻流蕩淫邪未有不自好異物始者惟土物愛則心不放心不放心不放則欲不流惟土物愛則能勤勤以思則善心生惟土物愛則敦儉儉以節用則可繼步酒而使之惟土物愛此拔本塞源之道也德無小大忽之則其小愆之則其大忽以爲小而大德喪愆以爲大而細行全孔子聖人而曰不爲酒困何有於我况小子哉此又所以奪其恃也

妹土嗣爾股肱純其藝黍稷奔走事厥考厥長肇牽車牛遠服賈用孝養厥父母厥父母慶自洗腆致用酒

武王因惟土物愛之意而寬其途則服賈亦不失爲恆業勤職業以養親如是而飲酒則非彝酒矣何至於喪德乎

庶士有正越庶伯君子其爾典聽朕教爾大克羞耆惟君爾乃飲食醉飽丕惟曰爾克永觀省作稽中德爾尙克羞饋祀爾乃自介用逸茲乃允惟王正事之臣茲亦惟天若元德永不忘在王家

推祀茲酒之意而寬其途則羞耆亦飲酒之一事自省而稽中德以羞饋祀則非彝酒而德將矣永不忘在王家何至於喪邦乎  
毳酒而開之以飲酒且教之以飲酒



之道不逆以制之而順以道之使不納於邪而已耳此所謂道之以德齊之以禮者歟後世若文帝之禁民種秫已非德禮之化至若開酒權以罔利是納賄而縱飲也則何以化民成俗哉

王曰封我西土棊徂邦君御事小子尙克用文王教不腆于酒故我至于今克受殷之命

王曰封我聞惟曰在昔殷先哲王迪畏天顯小民經德秉哲自成湯咸至于帝乙成王畏相惟御事厥棊有恭不敢自暇自逸矧曰其敢崇飲

縱欲生於無畏乃罔畏畏紂之所以沈酗也畏天顯畏

小民畏相而心常存矣何至於縱欲乎故觀頤養正亦惟敬之焉乃所以節欲之主也

越在外服侯甸男衛邦伯越在內服百僚庶尹惟亞惟服宗工越百姓里居罔敢溷于酒不惟不敢亦不暇惟助成王德顯越尹人祇辟

不敢者猶有時而敢不暇則無復敢矣以助君德助官長爲心日孜孜焉而何暇飲哉

我聞亦惟曰在今後嗣王酣身厥命罔顯于民祇保越怨不易誕惟厥縱淫泆于非彝用燕喪威儀民罔不盡傷心惟荒腆于酒不惟自息乃逸厥心疾狠不克畏死率在商

王  
卷之二  
邑越殷國滅無懼弗惟德馨香祀登聞于天誕惟民怨庶  
羣自酒腥聞在上故天降喪于殷罔愛于殷惟逸天非虐  
惟民自速辜

紂之無道至矣而核其實觀之則惟腴酒之故蓋飲食  
滋味舉足溺人而亂精神荒職業暴心志喪威儀則莫  
甚於酒也乃希放脫者猶藉是以自贖焉嗚呼殆哉

王曰封予不惟若茲多誥古人有言曰人無于水監當于  
民監今惟殷墜厥命我其可不大監撫于時予惟曰汝劓  
毖殷獻臣侯甸男衛矧太史友內史友越獻臣百宗工矧  
惟爾事服休服采矧惟若疇圻父薄違農父若保宏父定

辟矧汝剛制于酒

鬻酒之教由外而內由卑而尊而責之君身君能剛制于酒則德教沛然矣所謂以身教也剛者力勝已私之謂沈溺於欲者柔而不立之故耳

厥或誥曰羣飲汝勿佚盡執拘以歸于周予其殺

以身率而猶有不從則刑所不能廢也殺猶刑也

又惟殷之迪諸臣百工乃湏于酒勿庸殺之姑惟教之

臣工異于民庶貴貴也酒酒亦非羣飲則罪又有差矣有斯明享乃不用我教辭惟我一人弗恤弗獨乃事時同于殺

教而不改是怙終也

王曰封汝典聽朕毖勿辯乃司民酒于酒

重以責之康叔也

衛武公自戒之詩曰賓之初筵左右秩秩邊豆有楚殽核  
惟旅酒既和旨飲酒孔偕鐘鼓既設舉醕逸逸大侯既抗  
弓矢斯張射夫既同獻爾發功發彼有的以祈爾爵籥舞  
笙鼓樂既和奏烝衍烈祖以洽百禮百禮既至有壬有林  
錫爾純嘏子孫其湛其湛曰樂各奏爾能賓載手仇室人  
入又的彼康爵以奏爾時賓之初筵溫溫其恭其未醉止  
威儀反反曰既醉止威儀幡幡舍其坐遷屢舞僊僊其未

醉止威儀抑抑曰既醉止威儀必必是曰既醉不知其秩  
賓既醉止載號載嘏亂我邊豆屢舞僛僛是曰既醉不知  
其郵側弁之俄屢舞僛僛既醉而出並受其福醉而不出  
是謂伐德飲酒孔嘉維其令儀凡此飲酒或醉或不既立  
之監或佐之史彼醉不臧不醉反恥式勿從謂無俾太怠  
匪言勿言匪由勿語由醉之言俾出童羖三爵不識矧敢  
多又

飲酒之始治而終亂也以無禮以節之也因射而飲因  
祭而飲雖有狂夫不敢及亂是可見酒非能亂人人實  
肆其心以亂於酒也武公極形醉者之喪儀以自監在

武公豈出於此然而警戒之心不可一日忘矣○程子  
曰飲酒非惟不可使亂志卽血氣亦不可使亂又曰有  
人醉後益恭謹亦是未合於中庸須是要自然醉而益  
恭謹愈  
於亂德遠矣然中有不足是以強  
制於外焉則終非持久之道也

樂記曰豢豕爲酒非以爲禍也而訟獄益繁則酒之流生  
禍也是故先王因爲酒禮一獻之禮賓主百拜終日飲酒  
而不得醉焉此先王之所以備酒禍也

一獻如鄉飲酒禮範之以禮使人心有所矜持而不過  
其節焉酒禍遠矣

以上言飲食之當慎

論語曰食不厭精膾不厭細食體而錫魚餒而肉敗不食色惡不食臭惡不食失飪不食不時不食割不正不食不得其醬不食肉雖多不使勝食氣惟酒無量不及亂沽酒市脯不食不撤薑食不多食祭於公不宿肉祭肉不出三日日出三日不食之矣食不語寢不言雖疏食菜羹瓜祭必齊如也

養生者無必求之心害生者有必卻之道調和之正有必盡滋味之美有不貪養正之吉衛生之周也而又推己心以及人敬鬼神而降報本聖人之飲食不苟也如斯而已矣○說文糲一斛舂九斗曰鑿釋名糲一斛舂



八斗曰精

東陽許氏曰粟一石得米六斗曰糲糲一石舂八斗曰精然精鑿皆米熟之義

○朱

子曰古人祭酒於地祭食於豆間有版承之卒食撤去

豆間有版以承所祭之食註言豆間之地便文也

曲禮曰共食不飽共飯不澤手

古者以手取飯

毋搏飯

糞多取也

毋放

飯

放大其口以食飯也

毋流歔

長飲于口中也

毋咤食

口中飲食作聲

毋齧骨

毋反

魚肉

已歷口而反之器中

毋投與狗骨毋固獲

必求得

毋揚飯

發揚其飯糞其

於食也

飯黍毋以箸

用匕

毋嚙羹

以口嚙食

毋絮羹

執器中和

毋

刺齒毋歔醢客祭羹主人辭不能烹客歔醢主人辭以糞

濡肉齒決乾肉不齒決毋嘍炙

併炙肉而食之貪也

羹之有菜者用挾其無菜者不用挾

尊客之前不叱狗讓食不唾

此君子飲食之禮節

曲禮曰凡進食之禮左殺

內帶骨者剛故左

右馘

純肉柔故右

食居人

之左

食燥故左

羹居人之右

羹濡故右

膾炙處外

非常饌故處外

醢醬處內

以和食故處內

蔥涿處末

此加豆非食主故處末

酒漿處右以脯脩置者左

胸右末

乾肉而後熟之曰脯脩治已熟而後乾之曰脩脩曲處也食脯先末右末便取食也

少儀曰羞濡魚者進尾冬右腴夏右膾祭膳

凡齊執之以右居之於左

調和者右手執醢醢而居羹器于左以便調也

牛羊之肺離而不提心

周人祭肺故于肺端割離之而不絕其中央以便手取以祭也

凡羞有滑者不以齊

內篇物則類

冕

故業堂

爲君子擇蔥薤則絕其本末

羞首者進隊祭耳

尊者以酌者之左爲上尊

司酌酒者在尊東以  
南爲上故左爲上尊

尊壺者面

其鼻

玉藻曰凡尊必尙元酒唯君面尊

君享其臣則尊當  
君前示專惠也

唯饗

野人皆酒

以味而已

大夫側尊

大夫士飲酒禮尊在  
兩楹之間賓主夾之

曲禮曰爲天子削瓜者副之

四析而父  
斷之爲八

巾以締爲國君者

華之

析爲  
四片

巾以締爲大夫累之

剝其皮  
不巾

士寔之

去其  
蒂

庶人

斲之

玉藻曰食棗桃李弗致於核瓜祭上環食中棗所操

以上進食陳列之禮

周禮大祝辨九祭一曰命祭

君賜臣食而客之則命之祭

二曰衍祭

降

之客主人

三曰炮祭

以炮燔之類祭

四曰周祭

依所進殺之序徧祭之

五曰

振祭

取魚腊之屬搗鹽而祭之

六曰擗祭

以肝肺菹擗醢中祭之

七曰絕祭

絕取肺祭

八曰燎祭

以手循肺本循之至末乃絕以祭

九曰共祭

膳夫佐食之類共所當祭者投於君

尸使祭之

少儀曰凡羞有俎者則於俎內祭

小子舉爵則坐祭立飲

其有折俎者取祭反之不坐燔亦如之尸則坐

以上飲食之祭

曲禮曰客若降等執食興辭主人興辭於客然後客坐主人延客祭祭食祭所先進殺之序徧祭之三飯主人延客食馘然後辯殺主人未辯客不虛口

虛口者食竟而以酒水蕩口也

侍食於長者主人親饋則拜而食主人不親饋則不拜而食

玉藻曰凡侑食不盡食食於人不飽唯水漿不祭若祭爲

已俸與

俸與降也

侍食於先生異爵者後祭先飯客祭主人辭曰不足祭也客殮主人辭以疏主人自置其醬則客自徹之

凡食果實者後君子火孰者先君子

少儀曰燕侍食於君子則先飯而後已小飯而亟之數噍  
毋爲口容客自徹辭焉則止

曲禮曰卒食客自前跪徹飯齊以授相者主人興辭於客

然後客坐

此亦以降  
等之客言

玉藻曰一室之人非賓客一人徹壹食之人一人徹凡燕  
食婦人不徹

曲禮曰侍飲於長者酒進則起拜受於尊所長者辭少者  
反席而飲長者舉未酬少者不敢飲

玉藻曰若賜之食而君客之則命之祭然後祭先飯辯嘗  
羞飲而俟

君命之祭則祭矣君未命則先飯嘗羞且飲若  
而俟蓋已嘗則不祭矣此恐君之客已故也若

有嘗羞者則俟君之食然後食飯飲而俟

有已嘗羞者則已不復辯嘗羞

然亦飯飲而俟也

君命之羞羞近者命之品嘗之然後唯所欲凡

嘗遠食必順近食君未覆手不敢殮君既食又飯殮飯殮

者三飯也君既徹執飯與醬乃出授從者

此與論語侍食于君節參看

君若賜之爵則越席再拜稽首受登席祭之飲卒爵而俟

君卒爵然後授虛爵君子之飲酒也受一爵而色灑如也

二爵而言言斯禮矣三爵而油油以退

曲禮曰賜果於君前其有核者懷其核御食於君君賜餘

器之漑者不寫其餘皆寫

論語曰君賜食必正席先嘗之君賜腥必熟而薦之君賜

生必畜之

古禮散逸此其雜見者而公食大夫及鄉飲酒禮則全篇見於儀禮此未具錄

以上飲食之禮

王制曰五十異粢六十宿肉七十貳膳八十常珍九十飲食不離寢膳飲從於遊可也

內則子事父母問所欲而敬進之柔色以溫之饘厚餼餼粥薄

酒醴芼羹菽麥蕡稻黍粱秫唯所欲棗栗飴米蜜以甘之

藟苴粉榆免鮮藁乾滑米澆滑飲之以滑之脂膏以膏之父

母舅姑必嘗之而後退



養老事親之飲食

周禮膳夫掌王之食飲膳羞以養王及后世子凡王之饋

食用六穀

黍稷稻粱苽麥

膳用六牲

馬牛羊豕犬雞

飲用六清

水漿醴涼醫醢

羞

用百有二十品珍用八物

後見

醬用百有二十甕王日一舉

殺一牲也

鼎十有二

牢鼎九牛羊豕魚腊腸胃膚鮮也陪鼎三腳臚臠也

物皆有俎

以樂侑食膳夫受祭品嘗食王乃食卒食以樂徹於造

庖人掌共六畜

卽六牲

六獸

麋鹿狼麇豕兔

六禽

鴈鶉鷄雉鳩鶩

辨其名物

凡其死生龜鼈之物共王膳與其薦羞之物及后世子之

膳羞凡用禽獸春行羔豚膳膏薺

牛油

夏行腍

乾魚

膳膏

腍犬油秋行犢麇膳膏腥

雞油

冬行鱻

鮮魚羽

膳膏

羶油

羊

內饗掌王及后世子膳羞之割烹煎和之事辨體名之牲體

肩臂膈膊駱正脊脰脊橫脊短脇正脇代脇肉物肉之物穀辨百品之物王舉

則陳其鼎俎以牲體實之選百羞醬物珍物以俵饋辨腥

臊羶薌之不可食者牛夜鳴則瘡臭氣羊冷毛而毳毛長臄而結臄

羶臭犬赤股而躁臊鳥鵞色而沙鳴毛悴而悲鳴狸鬻豕盲眊而

交睫目矢而睫交連腥生臭馬黑脊而殷臂螻臭

此二條多與內則同

食醫掌和王之六食六穀六飲六清六膳六牲百羞百醬八珍之

齊凡食齊春時溫宜羹齊夏時熱宜醬齊秋時宜

涼飲齊冬時清宜凡和春多酸夏多苦秋多辛冬多鹹

調以滑甘凡會膳食之宜牛宜稌羊宜黍豕宜稷犬宜粱  
鴈宜麥魚宜菽

木曲直作酸火炎上作苦金從革作辛水潤下作鹹土  
稼穡作甘然五味之性與五行本性異者木散而酸斂  
火上而苦降金收而辛散水凝而鹹輭惟甘緩與土無  
變蓋物極則反也故素問曰肝欲散宜食辛以散之以  
辛補之以酸瀉之肝苦急宜食甘以緩之心欲奠宜食  
鹹以奠之以鹹補之以苦瀉之心苦散宜食酸以收之  
肺欲斂宜食酸以斂之以酸補之以辛瀉之肺苦氣上  
逆宜食苦以下之腎欲堅宜食苦以堅之以苦補之以

鹹瀉之腎苦燥宜食辛以潤之脾欲緩宜食甘以緩之  
以甘補之以苦瀉之脾苦溼宜食苦以燥之斯可見味  
以平心調劑之道矣周禮內則四時之和蓋以扶其時  
之所衰而抑其所旺乃所以平之也說者多未達其旨  
矣

酒正掌酒之政令以式灋投酒材辨五齊之名一曰泛齊

成而浮

二曰醴齊

糟汁相

三曰盎齊

色蒸白

四曰緹齊

色

糟泛泛

五曰沈齊

糟

辨三酒之物一曰事酒

方事於

二曰昔酒

醱

久

三曰清酒

藏久

辨四飲之物一曰清

水

二曰醫

薄粥

三曰

漿

以梁食

四曰醕

薄粥

爲酒

酒人掌爲五齊三酒

漿人掌共王之六飲水清漿醴以粥涼以糗醫醕入於酒

府

邊人掌肆邊之實朝事之邊其實糶熬蕡麻蕡子白熬黑母形

鹽築爲生鮑乾魚鱸水乾饋食之邊其實棗栗桃乾梅

乾梅榛實加邊之實棗栗栗脯棗栗脯四物爲羞邊之實

糗餌屑粉糗爲王及后世子共其內羞

醢人掌肆豆之實朝事之豆其實韭菹醢醢之多醢昌本

菹菹麋麋帶帶向者菁菹鹿麋苽菹鬼麋葵饋食之豆其實

葵菹羸醢脾析牛百葉麤醢蛤蜃大蚺醢蟻豚拍豕

魚醢加豆之實芹菹兔醢溲蒲

白今萎

醢醢箔菹

小竹筍菹或曰卽苔

菜鷹醢筍菹魚醢羞豆之實醢食

以狼青煎餅

糝食

以粉雜肉煎之爲

王及后世子共其內羞王舉則共醢六十饗以五齊

昌本脾析

蜃豚拍液蒲

七醢

醢麻蠶蜆魚兔鴈

七菹

韭菁茆葵芹筍筍

三醢

麋鹿藥

實之

醢人掌共五齊七菹凡醢物凡醢醬之物王舉則共齊菹醢物六十饗共后及世子之醬齊菹

鹽人掌鹽之政令以共百事之鹽王之膳羞共飴鹽

籩人醢人所掌四籩豆皆祭祀所供然亦以供王故備

考於此

內則飯黍稷稻粱白黍黃粱

此六種之飯

稭

穀熟而未熟而穫稭而取

里學逢原

卷之五

內篇物則類

五

故業堂

膳牛臠羊臠豕醢醢字此行牛炙四豆第醢牛臠四豆第

第二羊炙羊臠豕炙豕四豆第三行醢豕臠芥醬魚膾四豆第四行十

六豆享下雉兔鷄鷄四豆第五行二十大夫之禮豆享上大夫之禮

飲重醴每清槽相配稻醴清糟黍醴清糟梁醴清糟或以

醢為醴黍醢漿水醢醫即周禮濫即涼也

酒清白即周禮三酒也事酒昔酒皆白

羞所謂羞糗餌粉醢即粉糗也糗餌如今之糗糗也糗餌粉醢糗粉糗糗即今之麻糗也

食凡蝸醢皆和以而苾食雉羹以苾食麥食脯羹雞羹以

食和脯析稌犬羹兔羹折稻食和和糝不麥五羹皆各以

食糝之而不用糝也

濡豚包苦

以苦實包其外

實蓼

以蓼實其中

濡雞醢醬實蓼濡魚卵醬

實蓼濡鼈醢醬實蓼

此煮四物之法用醬皆所以調和也

股脩蜆醢

此二物配設以股脩濡蜆醢而食也

脯羹兔醢

以脯濡兔醢也

麋膚魚醢

魚膾芥醬麋腥醢醬桃諸梅諸卵鹽

桃梅爲菹皆配以卵鹽也

牛脩鹿脯田豕脯麋脯麇脯鹿田豕膾皆有軒

大片膾雉

兔皆有苒

烹雉兔

爵蜩蜩

小蟬可食范蜂子可食

芝

香葦類栴小栗或日木耳淺

根今名鷄爪風

棗栗榛柿瓜桃李梅杏植

似木瓜而圓短

梨薑桂

此皆諸侯

加豆加蓬之實

大夫燕食有膾無脯有脯無膾士不貳羹庶人耆老不

徒食

理學逢源

卷之五

內篇物則類

羹

敬業堂



膾春用葱秋用芥豚春用韭秋用蓼脂用葱膏用薤三牲

用藪菜和用醢獸用梅鶉羹雞羹二者皆可羹鴛釀之蓼鴛鴦也

不以爲羹而鶉鶉皆和以蓼魴鱖二魚皆雉燒雉未知何物雉或燒或薊

無蓼薊如蘇荏之屬凡魴鱖雉皆只和以香草而不用蓼也

不食雜鼈鼈之伏狼去腸狗去腎狸去正脊兔去尻脊處

狐去首豚去腦魚去魚腮髓去醜項下骨

肉曰脫之脫其筋膜魚曰作之削去其鱗棗曰新之拭治栗曰撰之

去其去其桃曰膽之去其相梨曰攢之攢去其

雞尾不盈握弗食舒鴈翠鵝近鵠鴉齊側舒鳧翠鵠近

雞肝鴈腎搗與鹿胃亦不食

肉腥細者爲膾大者爲軒或曰麋鹿魚爲菹麋爲僻雞野

豕爲軒兔爲宛脾

軒並辟雞宛脾皆膾之別名

切葱若菹實諸醢以乘

之

作膾之法取生肉薄片如蘆葉切之復細縷切之洗去血水又沃之以酒乃調以醢醢葱薤而食之

羹食自諸侯以下至於庶人無等大夫無秩膳大夫七十

而有闕

秩膳常膳也闕所以度食物者

天子之閣左達五右達五

左右夾室中各

五閣也

公侯伯於房中五

東西房中各五閣也

大夫於閣三

於西夾室三閣也

士於坵一

室中爲坵以度食物

淳熬煎醢加於陸稻上沃之以膏曰淳熬

此卽周禮所謂白八珍之一也

淳母煎醢加於黍食上沃之以膏曰淳母

此卽周禮所謂黑八珍之二也

炮取豚若將刲之

殺之

剝之

去其臟

實棗於其腹中編萑以苴

之編蘆葦

包裏之塗之以謹

以瑾泥塗其上

塗炮之

燔於火中

塗皆乾擘之去其

泥灑手以摩之

洗手摩去其皴

去其皴爲稻粉糝溲之以爲醃以

付豚

以米粉調水爲糊付豚牂之上

煎諸膏膏必滅之

然後以此豚牂煎以膏油其用膏以

沒於豚牂爲度

鉅鑊湯以小鼎薊脯於其中

以大鍋煮水而用小鼎雜薊物折豚牂小

鑊中置鼎

使其湯無滅鼎

勿使鑊湯沒鼎

三日三夜毋絕火而后

調之以醃醃

炮豚八珍之三炮豚入珍之四

擣珍取牛羊麋鹿麇之肉必

厥夾脊肉

每物與牛若一捶反側之去其餌

反復捶擊以去其筋孰出

之去其皴

捶熟乃出去其膜

柔其肉

柔之以醃醃此卽膾之美者八珍之五也漬取牛

肉必新殺者薄切之必絕其理

切必橫斷其理

湛諸美酒期浸矣

期朝而食之以醃若醃醃

此亦膾類入珍之六也

爲熬捶之去其皴

編萑布牛肉焉編萑加火上布牛肉片於萑上屑桂與薑以灑諸上而鹽

之乾而食之施羊亦如之施麋鹿麇皆如牛羊欲濡肉則

釋而煎之以醢欲乾肉則捶而食之此八珍之七也肝骨取狗肝

一臠之以其骨濡炙之以狗膏臠肝上舉燂其骨不蔘合

骨燂食不用蔘也此八珍之八也 糝取牛羊豕之肉三如一小切之與稻

米稻米二肉一合以爲餌煎之此錫屑禮糝食如取稻米

舉糲漉之小切狼臠膏以與稻米爲醢狼臠膏狼胸間油也此卽周禮醢食

如今世之油煎餅也

古人飲食上下有等老幼有別大約見於周禮王制玉

藻內則者如此至其調和之宜烹飪之節則又莫不有

理學逢源

卷之五 內篇物類類 敬業堂

精義存焉所以平心理化不徒味美之爲事非尋常闇於物理者所能與也故備考之於此以見古人用物之精而飲食不苟也今中原北方飲食之制尙頗與古近而大江以南則駭而異之此又風土所囿有無容強者然而師其意焉可也

以上飲食調和烹飪之節考

孔子曰君子食無求飽居無求安敏於事而慎於言就有道而正焉可謂好學也已

古人飲食必以正而非有心於甘味也若所事在居食之間則市井小人君子所深恥也

賢哉回也一簞食一瓢飲在陋巷人不堪其憂回也不改其樂賢哉回也

外慕重則道心微嗜欲馳而天性絕故人惟嗜欲澹泊而後天真日見能全其天真則此心泰然無適而不自得其所之致非言語所能諭也若耽於聲色臭味之途而役志於文繡膏粱之奉則必患得患失畏天畏人終身戚戚無一息之可安而已人奈何不舍此而取彼乎

飯蔬食飲水曲肱而枕之樂亦在其中矣不義而富且貴於我如浮雲

不改其樂大賢之事也樂亦在中聖人之事也樂無往而不在富貴貧賤無與也已用之則行舍之則藏此夫子所以獨與顏子歟

孟子曰舜之飯糗茹草也若將終身焉及其爲天子也被衽衣鼓琴二女果若固有之

視天下歸己如草芥而不得乎親不可以爲人不順乎親不可以爲子憂在性分也飯糗茹草若將終身而爲天子衽衣鼓琴若固有之樂在性分也憂樂皆在性分所謂聖人無欲者若乃抑聲色滋味而強絕之此卽欲誘之深而不能自脫因是以出於不情也又豈聖人之

道哉

附飲食宜忌

稻屬木生於水稂稻甘酸平糯稻甘苦溫宜爲酒多食瘳

稻氣南方早熟者曰秬甘酸平南人日食所需北方有早

稻甘香微寒瘳氣大抵陳稻平新稻有溼熱氣不甚

益人稂稻忌同蒼耳草食陳倉米忌與馬肉同食

黍屬火宜高燥苗如蘆有毛穗如稗而疏散米如梁而稍

大有黑黃赤白數種北方食之南人不識也生成於暑

性甘苦溫粘而瘳氣宜爲酒黍稷黍苗高丈許有黑赤二

米忌與葵菜炙牛肉蜂蜜同食稷黍種南方有之謂之稷

粟又謂之蘆粟其粒圓大性甘苦溫平

良美其黑且大者卽秬黍也宜爲酒

稷屬土苗穗皆似黍色黃不粘

粱屬土穗如狗尾有赤白黃青四色有梗糯二種南方謂

之粟北方謂之穀性甘平逐水陳廩米爲良其糯者性

甘苦  
熱瘳

理學逢源

卷之五

內篇物則類

六

敬業堂



麥小麥曰來得金氣而生得火氣而成性甘辛平磨之爲麩其麩性熱其麩性涼麩中洗出謂之麩筋及小粉涼平能解麩熱南方麩熱小毒北方麩平以爲牟大麥性甘常食與蘿蔔同食良不可與梁米相同久食辛平養人其粒大而色赤者大麥也其芒長而粒青粘殼者青穠麥也性味同今人以青麥爲藥入藥消食良又麥蘗以爲節糖又大麥以造火

酒性大熱爛腸

菽屬水莢穀其類大小不一鳥花介實大黑豆性甘鹹寒可常食小黑豆甘鹹涼補腎最良大白豆香平大抵諸豆

不利於脾大黃豆小黃豆甘平大青豆甘香平大抵諸豆炒食則熱而壅氣且忌與豬肉雄雞同食煮食則涼而不

利於腸胃赤豆圓短性甘平豇豆赤黑而長可雜稻梁爲

飯菘豆甘酸鹹寒大能解草木藥石之毒今人以作粉以

發豆芽俱佳赤小豆色朱而有黑人藥利小水良性酸寒

腥澀不堪烹食外又有胡豆卽蠶豆甘寒滑有豌豆粒圓

小性甘平

麻苧麻子也連殼謂之黃性甘辛苦平有小毒去殼謂之麻仁甘苦寒滑無毒能平不正之氣益氣補中多食則

損陽消腸胃脂麻種多脂故謂之脂麻性甘苦平滑黑色

者謂之巨勝入藥通閉塞補肺腎似蘆其質大而尖黑如

者謂之巨勝入藥通閉塞補肺腎似蘆其質大而尖黑如

珠又名芡芡星本薏苡與芡同類而殼較實大甘滑涼平

草以混芡白非也薏苡補中益氣去脚痺相傳以為出南

交馬援始載以歸抑知中御麥苗如薏苡而高穗出於

原本有其種真定出此長鬚黃白色實結節間包中形如

前星赤黃二色包間有長鬚黃白色實結節間包中形如

性甘溫生食去心熱赤莖白花結實成簇三稜色黑唇

蕎屬水葉如杏而柔滑赤莖白花結實成簇三稜色黑唇

不益於人苦蕎而其居民苗蠶賴此充食

酒辛熱亂人性情燒酒尤甚少飲之可以養陽行血脈多

酒飲必至傷人且多候事凡酒漿照人無影者不可飲祭

乳飲忌甜物忌與柿同食醃米醋為佳酒醋傷人腸胃

里至京卷之五內篇物則類

全

放業堂

醬鹹平氣朽能快胃而生痰澀氣陶景岳曰以米麩菽麥  
等蒸熟以荆菴黃晒乾以鹽和爲之此卽今人之醬也  
古醬指醢言則乾牛羊麋鹿魚卵之類而屑之乃雜以梁  
麩沃以淳酒和以薑桂之類蓋西有魚酢封固晒於日中  
及浙閩蝦醬蠅蛹醬蝦子醬之類猶遺法豉鹽豉亦醬類  
淡政亦以菴豆爲之可和飴甘溫養胃和脾補中消痰然  
滋味性寒能祛寒解煩熱飴新煎者多食生痰飲動蛔蠶  
且不利糗乾糲也蒸米爲飯晒乾  
於齒糗炒之味甘苦溫健脾

以上穀類

蔥圓而中空有數種性溫辛薰發散震  
木之氣也爲菜之長和百味忌蜂蠶

蒜葉如蔥根如胡蒜而小今蒿蒜水晶蔥是也性辛熱薰  
香屬火忌蜂蜜及犬肉魚膾時珍以胡蒜之赤者當之

也胡蒜大蒜葉似薤根如蒜甘辛熱薰辟蟲蛇  
毒練腸胃多食則損目且傷五臟之氣

韭屬土甘辛溫薰補陽  
益腎忌牛肉蜂蜜

**薺** 薺如韭而葉闊光澤粗硬味甘多  
辛少性溫平時珍以薺當之誤也

**薺** 似葱中空而方與木之氣也  
甘辛溫薰多食傷目忌蜂蜜

**芫荽** 似芹而氣薰性甘溫去寒發汗多食損神健  
忘發痼疾李廷飛以為薺子悞也忌蜂蜜

**葵** 葉圓大覆足花小紫白南人謂之馬蹄菜又名蕪菜  
楚蕪黃間野生故名楚葵浙閩間家種之昔人以葵為

百菜之主性甘淡寒滑不宜黍稷且畏寒忌豬肉鯉魚黍  
米忌天行病後忌孕婦食滑胎被大嚙者食之難愈外有

吳葵者一丈紅花也花如木槿有荆葵者莖菜花也節間  
著花大如錢紅色紫文本草以為紫荊悞也

金花大如錢紅色紫文本草以為紫荊悞也  
黑蕪簇其中如西瓜子可供果實諸葵性皆寒滑

**落葵** 又名藤蓂食即胡胭脂也蔓生葉圓尖光滑  
性甘寒滑多食令人腹痛反胃欲吐發瘡毒

**蒹菜** 著蓬葉厚有土氣甘寒滑  
多食動氣破腹發瘡痛

**頗稜** 波菱紅根綠葉過朔乃生得月之精牛類  
子如蒺藜性甘寒滑能解炙炮火毒牛類波菱也性

內篇物則類  
空

甘酸寒或云則酸

莫根可塗疥癬

遂莠 商陸赤白二種一名馬鞭似菠菜之類而高大性酸寒得陰氣

多逐水殺蟲蠹治癬疥食人

禿髮其赤者多食令人見鬼

芑 苦蕒苦寒解熱祛煩

芑 精止泄解蛇蝎之毒 罌粟 似苦蕒苗可食花大如吳

結子如罌罌中黑粒圓小如粟性

苦寒濕能補益溫精止渴痢解熱

高苣 有數種紫苣葉圓嫩青苣葉長

性苦甘微寒解炮炙及蛇虺毒 白苣 莖肥脆吳人乾

之謂之高生菜 苣荬菜 食解炮炙毒

筍味香美 苣荬菜 長莖謂之箭幹白菜鎮江人醃藏之

苣者最爲脆美亦有短莖花葉者性寒甘淡多食動氣忌

草黃芽 食之脆美甘滑又謂之牛肚 苣荬菜 青黑一

一名三月青 一名瓢兒菜 葉青黑色

矮叢金陵瓢兒菜葉多皺春月烹食

莖 性甘辛溫薰多食破氣損陽發瘡

葑 蔓菁葉似芥實如菘根大如萊菔

來服 蘿菔苗葉苦辛溫宜乾食生食動氣根苦甘辛涼消

南人以當蔓菁悞也 南人不識蔓菁耳 有數種青芥紫芥性辛溫益神明去

芥 穢氣多食動風破氣忌兔肉鯉魚 白芥 甘辛溫子

芥 寒中腹痛 同蒿 菊花菜甘辛溫薰斜蒿似青蒿文理偏

畔苦辛溫香 藜 溫去寒溼宜五臟 蘿蒿 甘香溫葉

多食動氣 鼠麴 黃蒿甘溫去寒消痰南

蒿一名香 薺 上菜小薺甘香溫中原人

田眼 苦溫解結氣 馬 蘭花似菊青紫色甘苦 藏 苦寒解熱

里是蓬原 卷之五 丙篇物則類 空 夜美

食令人少氣脚軟

芹

有水芹旱芹馬芹甘香溫止

水堇

石龍芮鴨脚菜甘溫香滑有毒

蘇

紫蘇辛溫香解一切鱗介物毒祛風去寒多食令人少氣虛乏

荏

白蘇一名蘇麻其子亦可炒食性甘辛溫

菝葜

薄荷性辛寒祛寒熱上清耳目利咽喉多食令人盜汗不止貓食薄荷則醉

莧

有赤紫白高下數種莖高大而上直離火之莢也能明目逐水然感溼熱爲多甘鹹溫滑動風爛瘡忌籠

馬齒

酸寒得陰氣多殺蟲養血止瀉齒似馬齒而葉小龍芽一名

草生

水流石上肥脆可食

酸大

寒可敷治火瘡熱毒

藟

灰蓀枝莖揚起如莧葉有刻缺子如莧子而細菜藟葉

落蒂

亦謂之藜又名干心妓女叢生多枝如蒂甘滑而香南方人不識也

蕺

魚腥草一名豬茶辛蕪去脚氣溼熱瘡毒

苻

接余葉圓滑浮水而葉背有酸寒滑多食令人腹痛

蘋

田字草四葉合莖外圓中

藻

馬藻一名葦藻葉如竹一節一葉肥脆可食非鴨舌也

腥

氣多食損腸

斛

穀紋草葉圓尖光滑有文

薤

菜葉似牽牛如犂頭光滑有子者名蛇薤花如栝蓋

空

性甘寒滑

薑

辛溫不薰通神明去穢惡除寒溼然

苘

多食亦能耗氣忌鼠糞令人發霍亂

里

學奎原

卷之五

內篇物則類

禽

敬業堂



香

菜花菜辛熱和中下氣去腹下寒疝多食胡椒熱發生性辛

寒多食令人氣閉口者殺入惟麻仁解之  
菜莢吳荳辛溫去腸胃寒熱  
昏目少氣  
菜莢吳荳辛溫去腸胃寒熱  
穢多食滑腸內熱

桂多食血妄內熱傷人

蕪荑雞心椒蕃椒烏番習食

藟醬扶留藤即蕪荑之蔓生者廣人取其藤葉及實合積  
肉腸升菴以藟

藟當藟醬非也  
其類甚多惟青藜香藜入食料明目溫中苦辛溫

芋甘辛溫補中益氣多食滯氣  
慈菰食壅氣脚軟

薯蕷甘溫滲淫益山藥去淫益精補中薯蕷止渴充饑

老芋殺入其荷能斂盜汗  
薯蕷甘溫滲淫益山藥去淫益精補中薯蕷止渴充饑

精多食滯氣

藟藟

百合土之精也甘苦平

甘露

益氣去痰除邪安肺  
食地蠶下氣行血  
食生寸白蠱忌與魚同食

蒟蒻

食根似芋莖葉如南星而斑取其根磨粉灰水治之可  
食謂之蒟頭粉甘辛溫治消渴下氣去痰然有毒忌

諸魚及

南星

解金針甘寒滑  
憂去鬱結黃花  
薄其葉亦可食性同  
赤花也山丹花

白瓜

除冬瓜水木之英甘酸寒滑利水  
熱消腫秋月食之傷人胃土  
越瓜稍瓜菜瓜甘酸

食寒中滯飲忌天行

病後忌魚鮮牛乳  
胡瓜黃瓜性絲瓜  
熱解毒秋月食之

類苦瓜

似紅壤而長多塊磊  
苦寒益氣清心明目蕃瓜  
中益氣滯氣忌羊肉

種類不一有圓長小大亞腰之形有花斑青白之色性味

皆甘寒滑除煩去熱多食傷胃氣吐利寒中滯飲其苦者

落蘇

酪酥茄子甘寒滑伐腸胃秋後食之昏目

沿籬

扁豆種類不一白扁為良豇豆歸腎多食滑腸益氣挾

刀豆

甘平益脾去熱解毒虎爪豆甘鹹平多食

芡白

蒲笋甘淡寒滑多食寒中忌蜂蜜

蕨

甘苦滑多食發瘡泄勝壅氣寒中敗腎有毒

首蓿

尤風嫩苗為菜多食瘦人忌蜂蜜

杞

枸櫞苗甘苦澀補陽益腎去寒熱輕身

椿

椿芽甘苦溫多食壅氣昏目發瘡忌與豬肉同食

筍

種類不一大笋小笋班笋玉笋紫笋皆甘辛寒多食動

清心明目為良冬笋有鬱陽之性秋月鞭笋得不止之氣

皆有毒而蘿笏筍莖玕等異色異形之竹笋皆不宜食

大抵筍得震木之氣陽少而怒陰多而寒也

木蒱

木耳甘寒鹹滑白色者良補心行血去汗益腸厚胃

有光者生槐樹

石蒱甘寒鹹滑去火

上者皆不可食

熱毒多食寒中

葦菌菘不一類北之羊肚麻菘天花菜南之香葦皆珍珠

紅菘草菘尤不宜食宜忌畧同木耳中葦毒者靈芝甘草菘豆雞卵皆可解之

### 以上蔬類

梅陽生而華陰生而熟色青味酸純乎得木之精肝膽之

忌黃精豬肉及

凡禽獸之腎

李酸而有苦性溫與木之氣去熱調中

杏甘酸苦熱色赤成於盛夏木火之精心之果也多食動

散血其有雙  
仁者不可食

棗 甘溫色赤未中之土脾之果也安中益氣多食則生

桃 甘而有辛燥熱西方之金肺之果冬枕為良以得金水

栗 甘鹹涼平介生卵實木之氣腎之果也宜風榛榛有二

皆同栗益氣 芋 柿栗也多食壅氣生蟲難化脚重榛種性味

和 中補腎 瓜酸溫得木之精理血氣 榧 短小於木 榲 性熱氣

木 已風溼去脚氣忌近簾器 瓜 似榧形如小柰順氣

香 有 榧 犬於木瓜色黃而香山 榧 似榧形如小柰順氣

火 柰 方之類婆果也甘酸香溫補中益氣生津 淋 檣 卽花

京 雜 記 所 稱 五 色 柰 也 又 謂 之 文 林 卽 果 甘 酸 溫 除

煩 止 渴 生 津 今 人 以 笑 者 爲 花 紅 稍 澀 者 爲 淋 檣

梨 甘 鹹 寒 水 行 之 精 霜 雪 之 氣 味 純 甘 而 色 白 者 佳 有 赤

黃 色 者 解 勞 熱 快 脾 胃 多 食 寒 中 其 赤 白 味 酸 澀 者 不

佳

柿 潤甘鹹 潤肺消痰 厚腸胃 多食寒中 忌蟹 乃佳 棐 烏柿 多油 冬君

遷子 性味並同

橘 五行之英 而得金為多 甘酸溫 多食熱 金橘 溫快氣 寬

中多食 柑 忌蟹 酸生痰 金柑 牛奶橘 食其柚 壺柑 九頭 橙

少氣 皮辛香 去邪 狗椹 佛手 柑辛溫

和中 寬氣 忌獺肉 狗椹 寬胸 利氣

含桃 櫻桃 熟於純陽之月 甘熱

郁李 雀肉 甘熱 忌

枇杷 酸溫 有毛 屬於肺 金能斂肺 氣多食傷脾 忌炙肉麩食

楊梅 甘酸 苦熱 赤色 熟於盛夏 蒸溼 熱之氣 多食內熱 忌生蔥蒜韭

空

女業書

橄欖

苦甘溫木火之氣  
解酒醒下魚梗

棋白

石棗一名金鉤一名雞距一名  
癩漢指頭甘溫作阜莢氣解酒毒

阿駟

無花果大葉不花而實實如鬼饅頭  
無核剖之有白汁甘溫和中養血

荔枝

南方火德之果甘酸溫色赤夏至而熟生食香美而  
合人熱中脹滿乾食則補益元氣溫五臟煖命門生

津去

疝益神智蓋其生必雙荔其形似  
而性溫故入下部其核亦可治疝

龍眼

亦荔之屬然秋熟得土金之氣甘溫  
平和不甚熱能補中益氣養志歸脾

榧木

如杉赤色苦甘溫屬火心家果也  
能祛寒痰潤肺殺蟲蠶忌兔肉菘豆

白果

銀杏鴨腳白色甘辛苦寒屬金生家果也生嚼能斂  
陰止嗽止白濁止泄精益金生水熟之色青能壅氣

小兒

食之夜驚

忌與

鰻鱓同食

羌桃

甘辛苦溫得水肺及命腎之果潤肺止咳消痰  
然連黑皮則平去黑皮則熱其油壞者不可食

松實

出遼左及雲南苦辛甘溫潤肺和中寬氣忌胡羊

長生果

番豆落花生甘溫多食生痰惹咳忌黃瓜同食

檳榔

生於南方得火而性寒平苦甘消痰化氣殺蟲去瘴氣通徹上下闕曠人合扶留葉常食之然多食亦耗

氣馬檳榔

苦寒多食耗氣損陽

菓莫

甘酸平宜老葡萄然多食熱損水道

瓜

甜瓜香瓜金瓜皆甘酸寒滑西瓜瓜子仁性甘熱能引消煩止渴解暑多食寒中

咳生痰

安石榴

火行之氣甘酸熱不益人生痰內熱動腸癖忌鵝肉其酸石榴皮味酸澀能澀腸止瀉

楮

苦楮苦甘微寒益氣濟飢止瀉甜楮氣濟飢

椰子

性同栗



橡也。榭粉皆之。小者苦澀涼平。作

蔗。甘寒。和中。益胃。消痰。解熱。多嚼。寒中。蔗不一。種。有白蔗。

糖。冰糖。甘平。消痰。潤肺。和中。開胃。煎熬。爲

蓮。水土之英。甘苦平澀。補脾胃。交心腎。欲健脾。滿行血去

節。生新。益下。焦瀉。

芡。雞頭。蓮其。實甘鹹。平補。中益腎。去溼。

芡。然其物難消。多食亦動風。令人脚軟。

鳧。多食令人損陽。菱。四角。爲芡。二角。爲菱。

以上果類

茗。金水之英。清肅之氣。苦甘寒。收爽精神。滌除穢濁。祛煩

止渴。消食。化氣。上清頭目。高潔宜於雅客。然過於剋削。

伐脾傷胃有無形之害○宜興陽羨新安松羅江西西山  
江北六安浙江江即皆炒製新茶有火氣陳久乃佳武彘  
雖炒製而火氣不甚湘潭湘陰四川蒙山雲南普洱多  
蒸製消食爲最山東蒙頂乃石上結成其性尤爲清冷  
旱蘆苦荳苦甘大寒明目利水祛煩  
去大熱多飲伐脾胃寒中忌樞

榆

甘滑解

粉同

殺毒

殺毒

勞其

烏藥葉苦溫消食  
殺蟲去積寒耗氣

### 以上飲類

牛黃牛土畜甘平健脾和中補益獨肝者不可食黑身白  
牛首者不可食夜鳴者不可食凡禽獸自死者皆不可食  
牛肉忌黍米酒忌乳甘鹹寒和中益陰補血胃忌與犬沈  
慈薑宜同稻食乳補虛忌酸物忌魚膾

牛

水牛甘寒補益不  
及黃牛宜忌並同

羊金畜甘熱補虛勞益氣血多食發瘡疥水腫人不可食  
身首異色者不可食獨角者不可食毛毳者不可食忌

理學逢原

卷之五

內篇物則類

堯

敬業堂

銅器忌牛夏菖蒲蕎麥肝明目忌梅忌小豆血解毒百藥

麥豆醬忌醋宜黍米肝忌生椒忌苦筍血解毒百藥

豕水畜潤皮膚動風感風寒人不可食腦髓不可食忌薑醋葵菜

炒豆魚膽茶心補心忌吳茱萸更肝魚膽鶴鷄肺菜節糖腎

更宜稻稷心忌薑椒肉桂肝魚膽鶴鷄肺菜節糖腎

忌黑血不益人忌薑椒肉桂肝魚膽鶴鷄肺菜節糖腎

犬土畜有火甘苦熱益氣壯陽艮之象也熱病後不可食

食不可炙食忌商陸忌蒜忌姜

芟海鮑犬血忌雞忌羊宜梁米

馬火畜甘苦寒有毒發毒白馬青蹄白馬黑首黑脊斑臂

食者皆不可食生疔毒人不可食鞍下肉不可食肝不可

食不可炙食宜合清酒食不可同濁酒食

忌豕肉忌薑大蒜忌蒼耳草忌陳廩米

兕野牛甘平解毒

解毒

山羊甘熱碎毒補虛

血能去傷解毒

羖羊甘平解毒

毒補虛

鹿陽獸也甘溫補中益陽解毒補腎春夏不宜食白臆者

食忌雜忌菱麋鹿類之陰者有四目補陰虛甘溫宜忌同

白忌魚鰕麋鹿宜夏食不官秋冬忌豕忌雉忌生菜桃

杏鹿同藥麋麋也鹿無魂食人多驚麝香麋肉不益

虎金獸甘酸溫豹甘溫益力辟

狸甘酸平正脊不貉甘寒殺貓地豬甘寒

狐似犬非南方之狸也甘平狐

狼甘溫補中益氣厚腸胃夏秋

兔陰獸也甘酸寒去熱明目春夏不可食免缺唇而吐生

而無陰陽二器故多食損人元陽忌雞石鼠似兔純白有

酸平補中益氣留竹韞甘鹹寒茅鼯甘平鼠甘平消疳去

帶骨食  
令人瘦

猴 甘酸溫 已瘠 辟 猿 甘酸食之  
令人少志

獼 酸利水 性寒 肝  
可治勞瘵 忌兔 忌魚

野豕 甘平 宜人 去風 殺蟲 豪 甘酸寒 利水 消腫 胃 治翻胃  
青蹄者不可食 忌葵 去積 熱多食 動風 平胃 殺

熊 甘溫 其美在蹠 治風 癩 能 熊 馬 犬 熊 脂 治禿 膽 清心  
補中 益陽 發痼 疾 忌地黃 熊 同 上 脂 瘡 膽 明目

驢 甘寒 補血 益氣 動 皮 去風 尿 治 腫  
風 忌 荆 芥 臭 苳 行 水 脹

騾 甘酸寒  
不益人

駱駝 笑在  
峰

野馬 甘酸平  
長氣力

乳酪酥

甘試寒和中養陰  
忌合酸味忌熱酒

以上獸類

雉木禽有火巽象甘辛溫補氣血動風熱元身白首者六  
雞趾者四距者死而足不伸者抱子者不可食鬮雞能啼  
者有毒小兒忌食有風病火病者忌食病者忌食忌蒜  
芥桃李蕙糯米忌犬忌兔忌魚膾雞補虛寒為良食雞  
宜去肝消殺蟲膿卵鎖心補血去污生新忌蔥蒜鱧兔  
去血肝消疳積卵鎖心補血去污生新忌蔥蒜鱧兔  
鵝水禽有木震象甘鹹蒼鵝有毒近尾肉不可食  
有風人忌食有痼疾者忌食有瘡疥人忌食  
鴨水禽有火坎象甘鹹寒濕陰除虛熱鴨雛不宜食  
近尾肉不可食黑色者有毒忌髓胡桃豆豉李卵陰  
去火忌

桑椹

金禽甘平調精益氣

鴿

殺蟲解毒忌桃李

鳩

明目益氣補中忌李

里皇聖原

卷之五

內篇物則類

七

敬業堂

雉 火禽甘溫補益人亦動風宜冬食  
不宜春食忌胡桃木耳葶藶麥  
雞 雞甘溫長尾雉甘溫宜  
鷺 益人聰明雉食忌蕎麥  
鷓鴣 鷓鴣越鳥甘溫解毒強志秋時  
竹雞 益殺蟲鷓鴣有半夏毒不可食忌筍

鷓鴣 火禽甘溫補益強志益中  
不宜春食忌菌蓴猪肝

鴉 鴉同鴉也

鴉 鴉同鴉也

鴉 鴉同鴉也

鴉 鴉同鴉也

鴉 鴉同鴉也

鴉 鴉同鴉也

鴉 鴉同鴉也

鴉 鴉同鴉也

鴉 鴉同鴉也

爵

諸雀皆甘溫能壯陽益氣忌李忌諸獸之肝

鴉

鷲鳥多腥穢鴉肉獨宜爲炙強志益氣力喬下肉不可食

以上禽類

鯉

屬火甘酸熱益氣行水能動風卵忌猪發宿疾忌犬忌葵黑色者良

魴

利五臟

鯁

鯁也甘溫多鱗鯁之大首鮫草魚甘溫鮫魚之雄甘食動風內熱者同上鮫發瘡疥鮫平涼益力已

葵

忌葵菜忌荒葵豆藿麥醬

竹魚

甘溫多膏味美補益人行水

鱒

赤眼甘熱鱒類大鱗忌大肉鱒甘熱動風

鱒

利臟無忌

理學逢源

卷之五

內篇物則類

圭

女卷



燕 饅刀甘  
平味甘

鰈 鱈也甘溫  
鱈同

鮑 止嘔益胃  
鱈上

陽 鮑 金屬甘平  
疏肝去  
水多食冷中忌棗

石首 俗謂之煮魚甘平  
宜久開胃益氣 勒魚同石

嘉魚 甘平益  
腎補虛

鮓 甘熱味美  
發痼疾

鮓 鮓也屬土甘平溫中健脾忌沙糖  
芹菜麥門冬猪肝雞雉鹿猴肉

歸 烏婢小魚  
甘平健脾

鱸 甘平益肝腎鱸肝  
去惡血補虛勞益力氣

不可食忌乳酪

鱖 吹鱖也溪澗中  
小魚甘平益氣

石斑 甘溫與蜥蜴交其卵  
不可食令人腹疾

石鮓 甘熱有  
赤白文

鱮 黃穎也甘  
溫忌荊芥

黃鮓 甘熱味美多食  
令人內熱口渴

杜父 甘平  
益脾

鮓 似鮓甘苦  
溫益氣

鰈 比目甘平  
補虛益氣

鮓 赤目  
甘熱

鱣 黃魚甘溫動風發瘧  
忌蕎麥其骨脆美

鮪 鱈也甘溫動風  
發瘡忌乾笋

鮓 甘溫忌雉

鮓 忌野豕

河豚 鱈鮓其毒在肝不可輕食忌煙煤忌荆芥芥  
花桔梗附子烏頭甘草中其毒者蘆根解之

鮎 甘寒滋陰理血赤自赤鯉無鬚者  
皆不可食忌牛肝野豕忌鹿肉  
石鯉似鮎而長狹甘  
寒宜忌與鮎同

鱈 忌葵菜其膽獨甘寒有毒生瘡毒發癩疾  
也七星魚甘寒有毒生瘡毒發癩疾

鰻 鱈 甘溫溪澗青鰻少毒補虛勞滋陰除熱海中黃鰻有  
毒然亦能補益人其腹有黑斑背有白斑及昂首者

無鰓者  
不可食

鰓 屬土甘溫補中益氣血滋陰長力血墜治風口眼喎  
斜黑色者望星者不可食大及一斤者不可食忌犬肉

鱖 性味同鱈滋養不及  
凡鰻鱖皆忌白果

黃魚 鰓旁有刺螫人又能作聲  
甘平滑宜合糯稻食益脾

鯢有足魚甘溫  
有毒忌荆芥

鯨白鱗甘平  
忘憂煖胃

帶魚出閩浙多脂  
甘平開胃

銀魚出震澤甘苦平寬  
中健胃補虛滋陰  
燕窩亦銀魚類燕窩以作  
窩甘平補虛勞滋陰血

魷工喙有針出吳中  
甘苦平食之已疫  
桃花魚出新安小魚  
如黃魷甘平

拖槍針在背鹹平  
和中消食

闌胡跳魚如小鱸甘  
美宜忌與鱧同

鱖柔而無骨細鱗大口  
多齒甘鹹平忌白果

馬鮫出山左魚大無鱗  
多膏甘平有小毒  
鱖似馬鮫有斑  
性味相似

綬魚腹有帶如  
鹹甘平

皇華全原  
卷之五

內篇物則類

七

汝業堂

海鯊 有白蒲鯊黃頭鯊白眼鯊白蕩鯊青頓鯊牛皮鯊斑

鯊了 鬚鯊劍鯊刺鯊鋸鯊烏鯊雷鯊凡二十四種惟鋸鯊

即胡鯊一名鯖味美性甘酸平無甚避忌其骨脆其翅軟

滑肥味甘平益

陰海錯之笑者

魚 形圓色紫長尾口在腹下

鮓 凡魚膾魚醢忌荒荈葵豆藿乳

鮓 醢麥醬蜂蜜久食成瘕發病

以上魚類

龜 甘鹹寒滋陰除熱已風三足者龜山龜甘鹹食之

龜 不可食忌豕肉芡米瓜李莧菜龜已瘡避忌同上

龜 甘鹹寒滋陰避溼補中其三足者赤足者獨目者頭足

可食忌莧菜豕兔

雞 卵鴨肉芥菜 雉 不其目雖斷首不瞑

龍 去濕辟邪補中長氣力宜忌畧似龍



土螺

俗名土蝻鹹寒消痰解醒祛煩

決明

附石文蛤鹹平滋陰和血明目

蠓蝻

鹹水所結附石鹹平除熱補傷澀精益血

螺

種類不一此以稻田螺言青螺生溪澗小螺苦鹹寒之性味鹹平和中利水止渴明目利水祛熱止渴

寒中

黃螺滋陰養血明目貝鹹寒養

鯨

性味雄十二足長尾血碧色

烏蠅

墨魚章拒八足近喙其長足者曰望潮短足者曰鑽管甘酸鹹平益氣理血強志明目澀精其脊上有骨

所吐

黑螺蛸其口中

蝦

介蟲中之屬火者小者米蝦稍大紅蝦又大對蝦大者海蝦性味甘鹹熱壯陽發瘡疥凡無鬚者腹下黑者煮

飯

鬱氣忌不肉忌葷菜

蛇標蒲海蛭以蝦爲目性鹹溫補虛理血明目消痰消瘰  
破結治河魚疾解醒治酒毒然多食亦損人脾胃宜生  
食不宜炒食

石劫 石勃卒來魚 鹹寒破結

沙喫 如牛虻頭 甘鹹平

龍蝨 海蟲如蜚蠊 鹹溫 補虛損已瘰瘡

龍腸 似蚓甘鹹寒 養陰利水

蜾蠃 今巴人也 猶食之 甘鹹溫

蜾蠃 燕人謂之土子 醬益氣力 取以爲醢 今北方

范蜂之未成者 潔白端好 甘 鹹溫解毒 忌蔥蒜 韭薤

蝮 去風祛痰 忌馬肉 蔥蒜 益胃

里塾奎原 卷之五 內篇物則類

美

效業堂



蝦蟆種類不一有青蛙有蟾蠩有蟻蠿皆不可食有黃蛤  
味鹹甘苦可食有田雞有田狗皆不可食甘溫溫中益  
胃健脾殺疔多食動癩疾發瘡疥其交骨不可食石輪石蟻  
食之便閉中熱忌乳酪葵菜秋後有毒不可食石輪甘溫  
補益滋陰殺蟲健脾胃多食  
有毒秋後有毒忌葵荊芥

以上介類

夫飲食之宜書缺有間雖古今異俗南北異宜然類物  
之精可睹也醫者稱黃帝岐伯素問所論詳矣然可疑  
可信之間不無多所附會及陶隱居葛洪輩又雜以迂  
異之說此學士之所以不言也要惟以合於禮經者近  
是茲集其關於日用不背古不背今者酌百家而已  
見附焉或亦孔子有所不食之道云

右脩五事之則

邑後學

董廉觀續承  
汪立中品端  
余最贊賢

重校

余龍光燦雲

邑後學俞

鍾峻西同校開梓

卷之五終

里學全原

卷之五

內篇物則類

七

牧業堂