

# 身體與文明

國立政治大學「身體與文明研究中心」  
11605 台北市文山區指南路2段64號

國立台北大學 2010/5 / 25  
國立政治大學 5/28

Medical activities and bodycare in Dunhuang calendars (9-10th century)

敦煌曆日中的醫療與身體觀照行為

Alain Arrault 華瀾 法國遠東學院

# 秦漢曆譜







# 吐魯番曆日



廿四日景平水滿  
及後之金銀也等語

2005TST6

廿五日景平水滿  
及後之金銀也等語

2005TST5

廿六日景平水滿  
及後之金銀也等語

2005TST4

廿七日景平水滿  
及後之金銀也等語

2005TST3

廿八日景平水滿  
及後之金銀也等語

2005TST2

永淳三年  
廿九日景平水滿  
及後之金銀也等語

2005TST1



684曆日  
新獲吐魯番出土文獻  
吐魯番地區臺藏塔

三月

三月

二月

正月

<p>廿三日</p>	<p>廿四日景午水滿</p>	<p>廿五日</p>				<p>歲後母食修宅葬吉</p>		
<p>十一日</p>	<p>十一日癸巳水滿</p>	<p>十日壬辰水除</p>				<p>歲前小歲對加冠拜官移徙修宅作竈吉</p>		
<p>廿六日</p>	<p>廿七日己卯土建</p>	<p>陰道衝陽</p>						
<p>木滿</p>	<p>九日壬辰水平</p>	<p>十日癸巳水定</p>				<p>歲對小歲後祭祀吉</p>	<p>歲對小歲後</p>	<p>歲對小歲後母會往亡</p>
<p>往亡日</p>	<p>右其日不可遠行拜官移徙呼女娶婦歸家</p>	<p>□□□上梁</p>				<p>並与修宅同</p>		
<p>永淳三年</p>	<p>太歲在甲申</p>	<p>曆日</p>	<p>大將軍在午</p>	<p>凡三百八十三日</p>	<p>太陰在午</p>			

# 敦煌具注曆日



伯希和及斯坦因收藏的敦煌卷中共有54部九至十世紀的曆日

Dh 2880、D 198、散 1721、BD 14636、BD 15292和WA 37-9與伯希和及斯坦因收藏的曆日並沒有特別的不同。

### 敦煌曆日分類表

類型	特點與內容
(1)	一個表，分為兩欄(曆日欄，選擇欄)
(2)	一個表，分為三欄(曆日一欄，選擇兩欄)
(3)	兩個表(單月在上，雙月在下)，每表分為兩欄(曆日欄、選擇欄)
(4)	兩個表(雙日[或單日]在上，單日[或雙日]在下)，每表分為兩欄(曆日欄、選擇欄)
通書	配有多種選擇法的曆日







單月在上

雙月在下

廿三日戊戌木破	動騰陰堂	九星亥治毒吉
廿四日己亥木危	下陰	陰陽不勝望子去吉
廿五日庚子木戌	順長	望子去吉
廿六日辛丑土辰	魁	望子去吉
廿七日壬寅金卯	魁	望子去吉
廿八日癸卯金卯	魁	望子去吉
廿九日甲辰木卯	魁	望子去吉
三十日乙巳木運	魁	望子去吉
五月大運丙午天道北行		
一日乙亥火辰	陰陽不勝望子去吉	望子去吉
二日丙子水破	治毒新華吉	望子去吉
三日丁丑水危	安未張吉	望子去吉
四日戊寅木戌	望子去吉	望子去吉
五日己卯木辰	魁	望子去吉
六日庚辰金卯	魁	望子去吉
七日辛巳金卯	魁	望子去吉
八日壬午木運	魁	望子去吉
九日癸未木辰	魁	望子去吉
廿三日戊辰木卯	小暑至	安行望實吉
廿四日己巳木運	望實至	望實至
廿五日庚午土辰	望實至	望實至
廿六日辛未土辰	望實至	望實至
廿七日壬申金平	望實至	望實至
廿八日癸酉金平	望實至	望實至
廿九日甲戌火土	望實至	望實至
六月小運丁未天道東行		
一日乙巳火卯	望實至	望實至
二日丙午水卯	望實至	望實至
三日丁未水運	望實至	望實至
四日戊申木辰	望實至	望實至
五日己酉木辰	望實至	望實至
六日庚戌金平	望實至	望實至
七日辛亥金土	望實至	望實至
八日壬子木辰	望實至	望實至
九日癸丑木破	望實至	望實至







祠祀科在游私三人宜王將神在宗廟  
心女子思病之宜便西帝廟村黃葉解法  
每日大生至五更起日取土月半五除法  
其死  
經絡凶  
裁衣吉日時不行

除服吉作符可得水凶  
前甲吉

住井去治屋蓋葺屋吉鎮宅有口去治確硬凶  
治牛馬欄吉

徽宮凶  
治庭三年致之天門在卯地戶在子  
治床吉住軀吉起主凶

大宜荏去種麻大凶  
遠行凶  
東行北行凡南行慶西行得財東出西門去

繫者無罪幸不銀鋪兵所傷  
神所  
送葬利記嫁娶  
生子大富日  
失物者  
心動父母思之吐者去足養酒食事弟若有酒宗釜鳴有上客晨子會逢

若外已中時失麻衣百得男之取  
向市七里許若是牛身然不驚若  
此日天獨出食  
移徒皆吉  
左看表  
事右看

齊應教書生者牛也保日入官親事移後嫁娶祠祀冠帶市買凶六畜起主宜

屋蓋屋吉

壬寅姓立字蓋卿  
八月建  
二月開  
三月開  
四月收  
五月戌  
六月危  
七月破

金面是白帝官羽二姓造舉百事大富貴字孫  
白前後三姓用之凶見大官吉見長

史去受職拜謂奏表上書吉  
詳訟相言反跌嫁娶軍夫內婦無子結

婚吉昌  
壬辰女雲母凶  
內財市買凶  
出財去  
內如媒吉

宜後子孫祭並解除殃出大吉  
病者捐困  
治病凶人神在中

脂大節壬神在肚實神在骨  
經絡凶裁衣冠帶吉洗浣衣去  
女忌辭致

衣冠帶劍佩凶絞凶剃頭凶沐浴吉洗頭凶剪脚甲吉除服大凶造舍宅

寧架板失物入舍凶灶域鄰吉  
五癩庫吉任門戶吉治屋吉蓋屋安屋

治井窰凶治確硬吉移乘見貴人治庭三年致三人  
天門在午地戶在尾

日遊在太徽宮內  
起上凶  
種大魚雞蒜吉種樹木高遷壽老冥子孫

去葬埋吉遠行逢賊凶  
遷行家凶按後致三人東行得酒宗南行吉西行

寅日冬  
寅行

Pelliot chinois  
Touven-houang  
3281



<p>天道北行 <small>宜向北行</small>          天德在关 <small>壬辰取土</small>          月殺在未用時 <small>甲辰</small></p>		<p>立秋七月節建申  <small>土府在卯土公在井巳午刀組寅卯句辰辰巳陽</small>          後九佳七</p>		<p>月德在壬合在丁 <small>壬丁取土</small>          月空在丙 <small>丙上取土</small>          三鏡 <small>庚辰取土</small></p>		<p>伏龍 立秋日 <small>涼風至 大夫</small>          四日 六日 十日 十一日 <small>白露 祭月 塞空蟬</small></p>		<p>天季 十六 <small>慶日者七月中</small>          公損世日 <small>天地</small>          廿二日 廿六日 <small>始禱 各三</small></p>		<p>八是 廿日 <small>侯張 卯卯二合</small>          廿五日 廿九日 十七日 <small>且五十三日 且五十四日 且五十四日</small>          初庚後伏</p>		<p>甲子金定 沐浴 <small>辰午酉皆忌</small>          大小歲對天恩復 <small>加對拜官拜校祠祀謝宅忌上上忌</small></p>		<p>乙丑金執 <small>辰午酉皆忌</small>          大小歲對天恩母倉飯忌 <small>起土將宅 唯禮吉</small></p>		<p>丙寅火破 <small>辰午酉皆忌</small>          大小歲對天恩 <small>拜官結管納歲移後療病檢衣壇</small></p>		<p>丁卯火危 神下 <small>卯午酉皆忌</small>          大小歲對天恩月德合 <small>結管納歲移後壇壇破屋</small></p>		<p>戊辰木成 <small>辰午酉皆忌</small>          大小歲復天恩母倉面忌 <small>入字祀門戶吉</small></p>		<p>己巳木收 <small>辰午酉皆忌</small>          大歲對無翹重 <small>加對拜官祠祀拜校移後利類</small></p>		<p>庚午土開 <small>辰午酉皆忌</small>          大歲對復 <small>加對拜官移後出河療病入字起土</small></p>		<p>辛未土閉 <small>辰午酉皆忌</small>          大歲對母倉月殺 <small>完限所應土水塞穴</small></p>	
---	--	--	--	--	--	--	--	--	--	---	--	--	--	--	--	---	--	--	--	--	--	--	--	--	--	---	--

大唐陰陽書卅三卷下，開元大衍曆注，七月，848年抄錄，京都大學藏

三曆撮要, 南宋?, 1799年木刻本

行事選擇: 嫁娶、求婚、送禮、出行、行船、上官、起造、架屋、動土、入宅、安葬、掛服、除服、詞訟、開店、造酒、市賈、安床帳、裁衣、入學、祈禱、耕種

三曆撮要

正月

嫁娶吉日

丁卯 辛卯

二日不犯歸忌等殺吉然犯天寡用者裁之

求婚吉日

己丑 辛未 丁丑 丙辰 己未

送禮吉日

丁卯 辛未 己卯 辛卯

東甲  
十印

天德

丁卯

月德

丙

月合

辛

月空

壬

世

家

中  
國  
三  
曆

三  
曆  
撮  
要

三  
曆  
撮  
要

三曆撮要

三曆撮要



雨水 冬至餘一十二刻六十分已上為退	後 十三日 日出卯正二刻 後 十四日 晝	後 五日 晝四十五刻夜五十五刻	五春 冬至餘三十四刻四十分已上為退	正月	
				寅	建
立春正月節				前一日四維	初七日長星
雨水正月中				此氣後收執危日	

甲子		乙丑	
凶神 八龍	復日 天火	凶神 罪刑 血忌 土府 五虛 天賊 月殺	吉神 神在 天恩 執儲 明堂
青龍	毋倉	天恩	續世
特陽	特陽	天獄	明堂
開		閉	
宜祭祀行幸宴會遣使沐浴療病入學裁製興造動土卯開渠穿井安碓磳栽種收養		宜祭祀求嗣施恩惠恤孤惇布政事	
宜祭祀會親交出入學裁衣沐浴療病進造動土卯開渠穿井安碓磳栽種收養		宜祭祀	
宜丙寅時有財 乙亥時大吉利		宜祭祀	
不宜		宜祭祀	
不宜出行移徙動土針刺		宜祭祀	

明代大統曆註，  
載國家圖書館藏明代大統曆日彙編，北京圖書館出版，  
2007年

## 敦煌曆日行事選擇的特點:

除了曆序中的行事外,曆日中幾乎所有記載的是吉而不是凶

除了少數記載有關統治者的活動之外(比如軍事,出兵戰鬥等),大部分屬於庶民的行事

## 依年代的活動總數

年代	活動總數	年代	活動總數
993 (I-III)	4	897 (III-VIII) [P3248]	150
989 (X-XII)	195	897 (I-IV) [San 1721]	231
986 (I-XII)	736	895 (III-X)	257
982 (I-V)	290	894 (I)	5
981 (I-XII)	82	893 (IV-XII)	489
959 (I)	9	892 (XI-XII)	53
956 (I-XII)	815	891 (IV-V)	17
955 (IX)	34	890 (I-II)	13
945 (I-II)	100	888 (IX-XI)	139
944 (IV-VI)	103	877 (I-XII)	58
939 (I-II)	37	864 (I-V)	202
933 (III-VII)	317	858 (I-V)	216
926 (I-XII)	183	834 (I-IV)	293
924 (I)	11	829 (XI-XII)	48
923 (X-XII)	70	821 (II-IV)	77
922 (I, III, V)	180	809/855 (IV-VI)	120
905 (I-II)	72		
900 (IV-VI)	105		



## 公務活動

	拜官	加官	加冠	啟奉	冠帶	賞賜
989	■	■				
986	■	■			■	
982	■	■	■			
956	■	■	■			
944	■					
933	■	■				
926	■	■				
922	■	■				
900	■	■				
897	■	■		■		
897	■	■		■		
895	■	■				
893	■	■		■	■	■
888	■					
864	■		■			
858	■		■			
834	■	■	■			
809/855	■		■			



# 喪葬活動

	葬殯	葬埋	葬	殯埋	殯葬	斬故	殯	斬	斬草	發故(古)	殯古(故)	葬斬	埋	葬送	安葬	除服
989	■	■	■	■	■	■		■								
986	■	■	■		■	■	■	■	■	■	■					■
982	■		■	■	■	■	■	■	■	■						■
956	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■					
944	■	■	■			■			■							
933	■	■	■		■	■		■	■		■					■
926	■		■	■	■			■				■				
922	■		■	■		■		■	■							
900	■	■				■										
897		■	■										■			
897			■	■					■							
895		■	■											■		
893		■	■						■					■	■	
888		■	■						■							
864		■	■						■							■
858		■	■						■							
834*		■	■											■		
809/855		■	■						■							■

\* 834 加 « 毆葬 »



## 家務活動

	裁衣	安床帳	掃舍	安床	經絡
989	■	■	■	■	■
986	■	■	■	■	■
982	■	■	■	■	
956	■	■	■	■	■
944	■	■		■	
933	■	■	■	■	
926	■		■	■	
922	■		■	■	
900	■	■	■	■	■
897		■	■	■	
897	■	■		■	
895	■	■	■	■	
893	■	■	■	■	
888	■	■	■	■	
864				■	
858			■		
834					■
809/855	■		■		

## 儀式活動(一)

	符	厭鎮	解	解厭	符解	符鎮	祭祀	厭	解除	解鎮	符厭
989	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
986	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
982	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
956	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
944		■	■	■	■	■	■	■			
933	■	■	■	■	■	■	■		■	■	■
926			■	■			■		■	■	
922	■		■	■	■	■	■	■	■	■	
900	■		■	■	■	■	■	■	■		■
897							■		■		
897							■		■		
895							■		■		
893			■				■		■		
888								■	■		
864			■				■		■		
858			■				■	■			
834							■		■		
809/855			■				■		■		

## 儀式活動(二)

	鎮	祭灶	昇壇	不煞生	謝	煞生	請符	厭解	鎮厭	書符	拜謁
989	■										
986	■	■	■								■
982	■				■	■					
956*		■	■								
944	■						■				
933	■								■		
926	■										
922											■
900	■							■			
897											
897		■									
895			■						■		
893			■								■
888			■								
864											■
858										■	
834*				■						■	■
809/855											

\*956 加 « 鎮謝 »

\*834 加 « 祀社 »、« 祀宅神 »



## 醫療活動

	治病	服藥	療疾	治疾	治
989	■	■			
986	■	■	■		
982	■	■			
956	■	■	■		
944	■	■			
933	■	■	■		
926	■	■	■		
922	■	■			
900	■	■			
897	■	■		■	■
897	■	■			
895	■	■			
893	■	■			
888	■				
864	■				
858	■				
834	■		■		
809/855	■				

## 農事活動

	伐木	修碓 碓, 修碓	獵 出獵	伐樹	漁獵	種 時	不 種 時	通溝 渠, 通 渠	通河 口	修堤 防, 修 堤, 治 堤防	行碓, 行碓 碓	和酒, 和酒醬, 和酢	造酒 醬
989	■	■	■	■	■								
986	■	■	■		■	■		■		■			
982		■						■		■			
956	■	■	■			■		■		■	■	■	■
944	■							■					
933	■	■						■	■		■	■	
926	■					■		■					
922	■					■		■				■	
900								■					
897													
897						■							
895	■							■					
893	■	■		■	■	■				■			
888*				■						■			
864						■	■						
858						■							
834						■	■	■		■			
809/855		■				■							

\*888 年加 « 修馬櫃 »

# 修造活動(一)

	造車	壇屋, 破屋	修造, 修治, 造作	塞穴, 塞	蓋屋	取土	立柱	起土	修倉庫, 作修, 治倉	修車, 修造車	修井, 治井, 修造井, 作井, 造井, 穿井	修宅	上標	修灶, 修造灶, 治灶, 作灶, 灶	培城塼, 築城塼, 作城塼, 修城塼	壇垣	修垣	壇墻	故舍, 壇故舍
989	■	■	■	■	■	■	■	■											
986	■	■	■	■			■		■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
982	■	■	■	■	■		■	■		■	■	■	■	■			■		■
956	■	■	■	■	■		■	■	■	■	■	■	■	■	■	■			■
944		■	■	■			■	■		■	■	■		■					
933	■	■	■	■			■	■	■	■	■	■	■	■	■			■	■
926	■	■	■	■			■	■		■	■	■	■						
922	■	■	■	■		■	■	■		■	■		■	■					
900	■		■	■		■	■	■		■	■		■	■					
897	■	■	■	■			■	■			■		■	■					
897	■	■	■	■			■	■					■						
895	■	■	■	■			■	■					■						
893	■	■	■	■	■		■	■			■		■						
888		■	■	■	■			■			■		■						
864				■		■		■			■	■		■					
858			■	■			■	■			■	■	■	■					
834		■	■	■	■			■			■	■	■	■					
809/ 855				■							■	■		■					



## 修造活動(二)

	人宅 人舍	開井	培墻	修宮室, 修造宮室	豎柱 (倉廩) (廂) (礎)	造宅	修門戶, 治門戶	造門	安門	鎮宅	安宅	謝宅	安灶	治倉廩	公侯 造作	治廟	王者 修治	不破地
989																		
986																		
982																		
956	■	■	■	■	■													
944																		
933	■					■	■											
926																		
922																		
900																		
897							■											
897								■	■									
895	■																	
893								■	■	■								
888							■											
864																		
858*	■						■					■	■					
834	■				■		■			■		■		■	■	■	■	■
809/ 855																		

\*858 年加 « 破壞 »

## 婚嫁活動

	嫁娶	結婚	婚	婚嫁	結婚嫁	納婦	呼女婦	徵納 [納徵]
989	■	■						
986	■	■						
982	■							
956	■	■						■
944	■	■						
933	■	■						
926	■							
922	■	■						
900	■	■						
897	■	■	■	■				
897	■	■						
895	■	■						
893	■	■						
888	■	■						
864	■	■		■	■	■		
858	■	■		■		■		
834	■	■				■	■	
809/ 855	■	■						

## 入學活動

	入學	學問
989	■	
986	■	■
982	■	
956	■	■
944	■	
933	■	
926	■	
922	■	■
900		
897	■	
897	■	
895	■	
893	■	
888	■	
864	■	
858	■	
834	■	
809/ 855	■	

## 移動活動



	移徙	出行	遠行	公侯已上移 徙	不遠行	歸家
989	■	■				
986	■	■				
982	■	■				
956	■	■				
944	■	■				
933	■	■				
926	■	■				
922	■	■				
900	■					
897	■	■				
897	■	■	■			
895	■	■				
893	■	■				
888	■					
864	■					
858	■			■		
834	■			■	■	■
809/ 855	■					

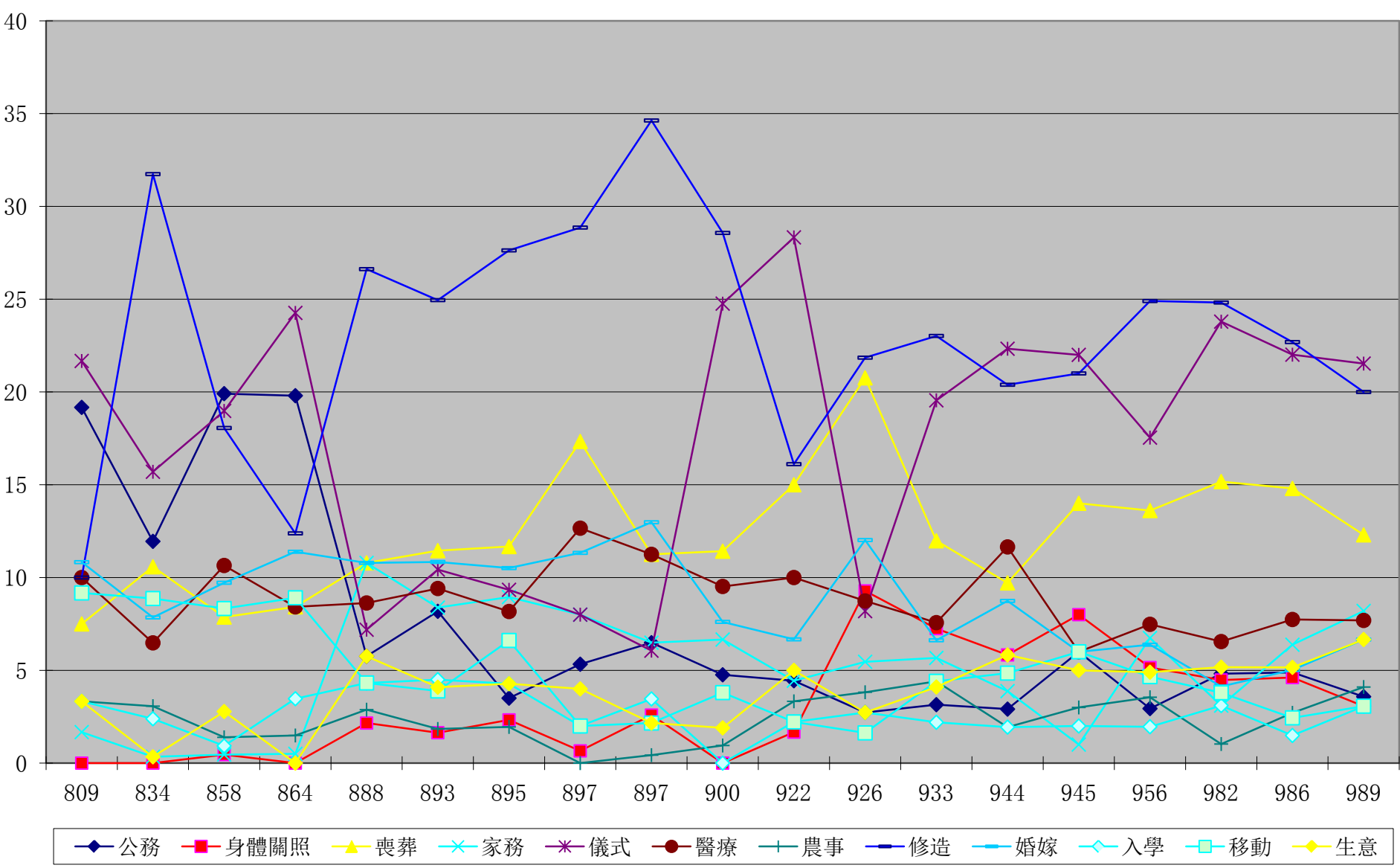




## 依年代的活動百分比

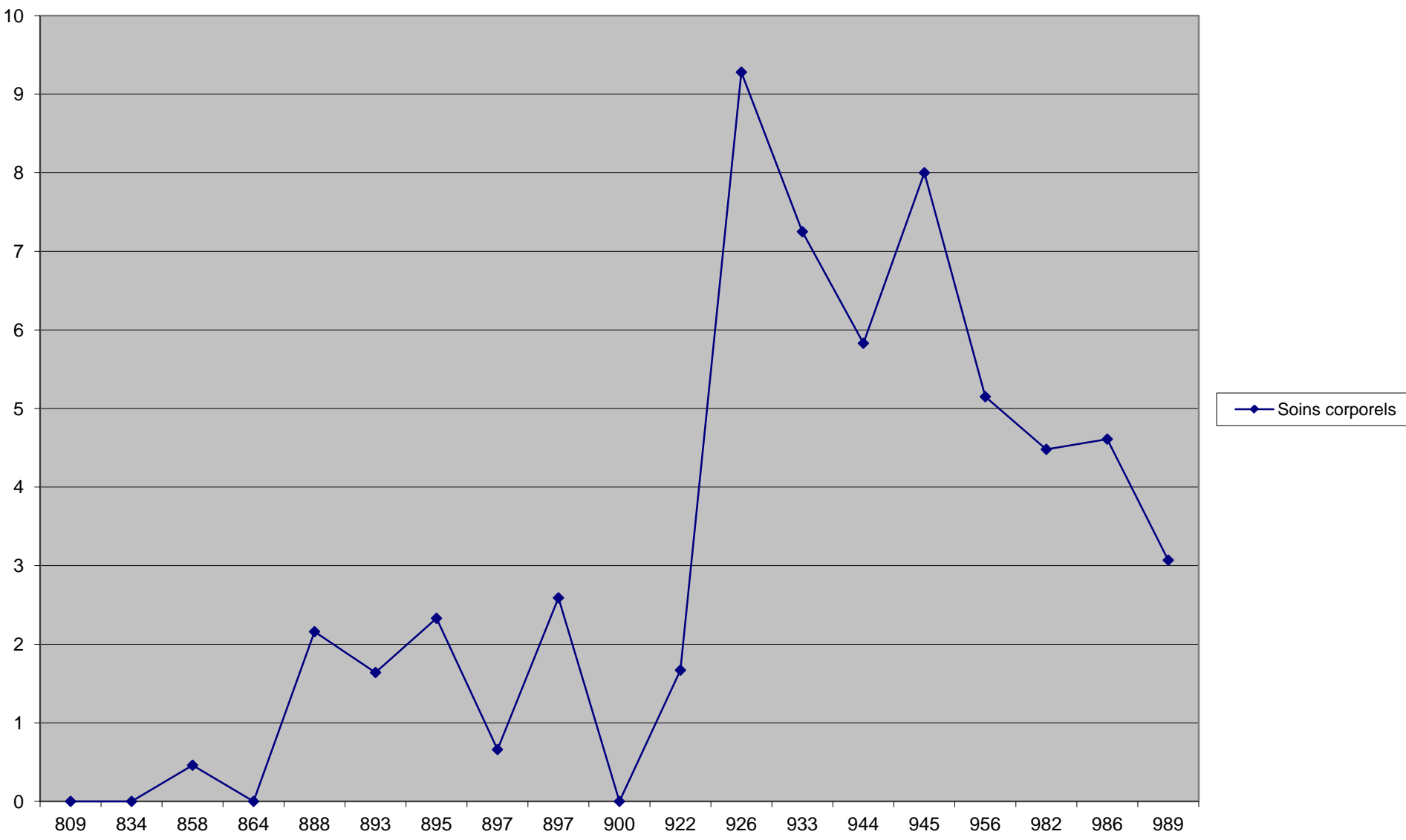
年代	活動總數	公務	身體訓練	拜禮	家務	儀式	醫療	農事	修造	婚家	入學	移動	生意
809	120	19.17	0	7.5	1.67	21.67	10	3.33	10	10.83	3.33	9.17	3.33
834	293	11.95	0	10.58	0.34	15.7	6.48	3.07	31.74	7.85	2.39	8.87	0.34
838	216	19.91	0.46	7.87	0.46	18.98	10.65	1.39	18.06	9.72	0.93	8.33	2.78
864	202	19.8	0	8.42	0.5	24.26	8.42	1.49	12.38	11.39	3.47	8.91	0
888	139	5.76	2.16	10.79	10.79	7.19	8.63	2.88	26.62	10.79	4.32	4.32	5.76
893	489	8.18	1.64	11.45	8.38	10.43	9.41	1.84	24.95	10.84	4.5	3.89	4.09
895	257	3.5	2.33	11.67	8.95	9.34	8.17	1.95	27.63	10.51	4.28	6.61	4.28
897	149	5.37	0.67	17.45	7.38	8.05	12.75	0	28.86	11.41	2.01	2.01	4.03
897	231	6.49	2.6	11.26	6.49	6.06	11.26	0.43	34.63	12.99	3.46	2.16	2.16
900	107	4.67	0	11.21	6.54	24.3	9.35	0.93	28.04	7.48	0	3.74	1.87
922	180	4.44	1.67	15	4.44	28.33	10	3.33	16.11	6.67	2.22	2.22	5
926	182	2.75	9.34	20.88	5.49	8.24	8.79	3.85	21.98	12.09	2.75	1.65	2.75
933	314	3.18	7.32	11.78	5.75	20.06	7.64	3.82	23.25	6.69	2.23	4.46	3.82
944	103	2.91	5.83	9.71	3.88	22.33	11.65	1.94	20.39	8.74	1.94	4.85	5.83
958	765	3.14	5.49	14.51	7.19	16.08	7.97	3.79	22.61	6.8	2.09	4.97	5.23
982	289	4.84	4.5	14.88	3.11	23.88	6.57	1.04	24.91	4.15	3.11	3.46	5.19
988	678	5.33	5.03	13.17	6.95	18.05	8.43	2.96	24.7	5.47	1.63	2.66	5.62
989	193	3.63	3.11	12.44	7.25	21.76	7.77	4.15	20.21	6.74	3.11	3.11	6.74

 平均值範圍  
 特殊值









身體關照

# 沐浴

## 靈棋經, 卷首

祭儀

每歲取正月初七日人日齋戒沐浴, 於水邊用淨席布地, 設酒果及脯三奠, 行禮用祝文祭之, 每月七日亦可。

## 初學記卷二十引漢律:

吏五日得一下沐...

## 唐會要八十二卷

開元二十五年(737)....自後, 百官每旬節假, 不須入曹司...

# 沐浴法

大唐陰陽書, 敦煌曆日 (複印件1)

日本陰陽書 (複印件2)

## 沐浴 (擇日書)

**P2661背** « 諸雜略得要抄子一本 », 尹安仁, 州學上足子弟 (背面有尹朝宗所抄錄的 « 爾雅 », 774年)

凡洗頭沐浴, 子、丑、未、酉、亥, 吉。

## 御定星歷考原, 卷六

### 沐浴

歷例曰:凡沐浴宜申酉亥子日, 忌伏社建破平收日.凡洗頭每月宜用初三日、初四日、初八日、初十日、十一日、十三日、十四日、十五日、二十二日、二十三日、二十六日、二十七日.

## 欽定協紀辨方書,卷十一

### 沐浴

宜除日解神除神亥子日

忌伏社日



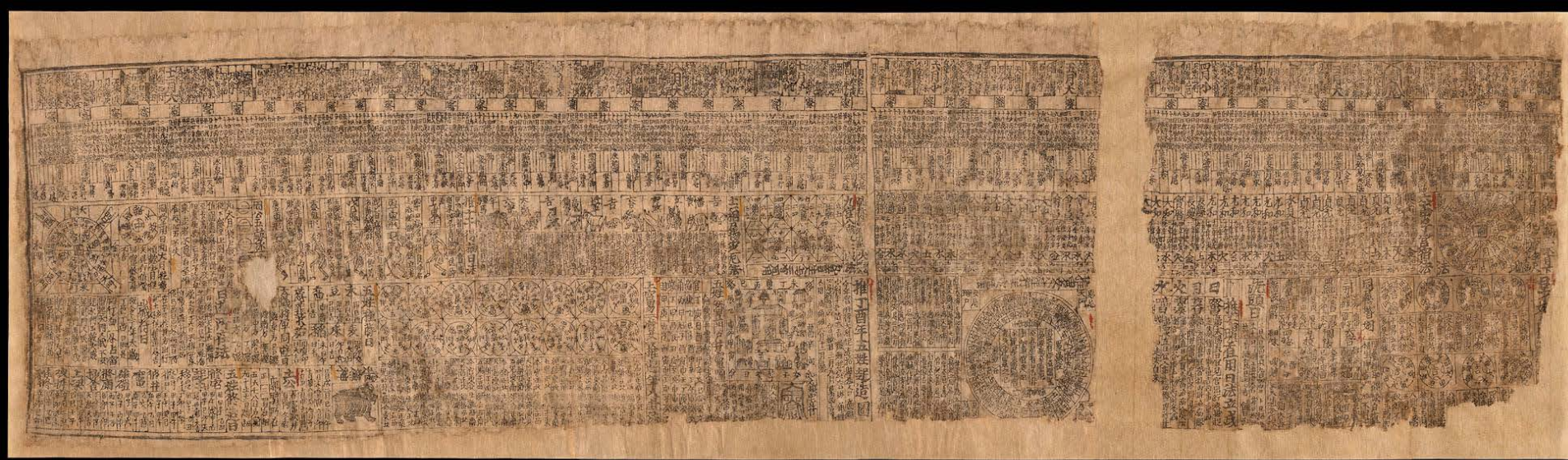
## 剃頭, 洗頭

洗頭法 文獻

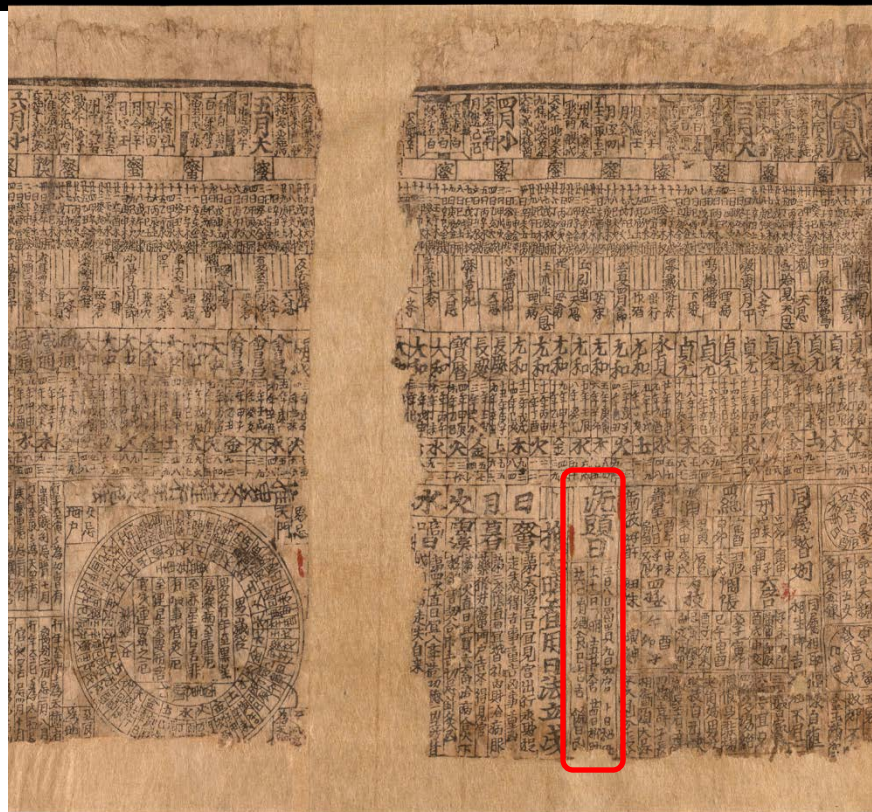
[宋·晁说之《晁氏客语》-一卷/学海类编本](#)

周天祐言：“冬至夜子时，梳头一千二百，以赞阳出滞，使五脏之气终岁流通，谓之神仙洗头法。”

敦煌曆日, 擇日書(複印件3)



SP6: 877年通書



洗頭日

三日八日富貴 九日加官  
 十日財□ 十一十二日目  
 明 十五日廿日大吉 廿四  
 日招財 廿六日有酒食已  
 上日吉 餘日凶



S612: 978年通書

洗頭日

每月一日三日五日  
七日九日十一日十三日  
十五日十七日十九日  
廿一日廿三日廿五日  
廿七日廿九日巳上用之吉

亦宜從子丑申酉戌  
亥大吉

此圖展示了《978年通書》中關於洗頭日的詳細規定。圖中可見多個欄位，包括：

- 洗頭日：**每月一日、三日、五日、七日、九日、十一日、十三日、十五日、十七日、十九日、廿一日、廿三日、廿五日、廿七日、廿九日。巳上用之吉。
- 宜從：**子、丑、申、酉、戌、亥大吉。
- 神祇：**右伴元神、八太、金神、推逐、推雜、推法、推軍、知男女、灾厄、吉凶法。
- 圖畫：**多位神祇的立像，包括持杖、持劍、持符等形象。
- 文字：**大量垂直排列的經文或咒語，如“百髮指言以疎”、“百髮指言以疎”等。





敦煌莫高窟第445窟 北壁彌勒下生經中  
穰佉王王妃們剃頭出家的場面

剪甲, 除甲....

敦煌曆日(複印件 4)

擇日書(複印件 5)

故事(複印件 6)



## 拔白髮

### 926年曆日

二月 十九日乙巳除  
五月 十六日辛未除

### 宋·曾慥《类说》，卷四十九/明天启六年岳钟秀重刊本

◇一日之忌，暮无饱食。一月之忌，暮无大醉。一岁之忌，暮无违行。终身之忌，暮无然烛行房。咸伤筋，酸伤骨，饱伤肺，饥伤气。久视伤血，久卧伤气，久立伤骨，久坐伤肉，久行伤筋。凡墙北勿安床，勿面北坐。夜卧勿覆其头。人魇勿燃灯唤之，定死无疑。正月寅日烧白发，吉；寅日剪手甲，午日剪足甲，又烧白发，吉。

# 拔白发

## 日·丹波康赖《医心方》，卷四

◇八角附子一枚，淳苦酒半升，于铜器中煎令再沸，纳好矾石大如博其石一枚，矾石消尽，纳好香脂三两，和合相得，下景地，勤洗脂凝，取置筒中，**拔白发以脂涂其处，日三。**

## 日·丹波康赖《医心方》，卷四

◇胡桃烧令烟尽，研为泥，和胡粉。**拔白发毛敷之，即生毛。**（今按：《本草拾遗》**为泥拔白发，以纳孔中，其毛皆黑。**）《如意方》**染发白术：**

## 明·李时珍《本草纲目》，介部第四十五卷/味古斋重校刻本

◇脂 【主治】**除日拔白发**，取脂涂孔中，即不生。欲再生者，白犬乳汁涂之（藏器）。

身體關照行事只關切身體外表 (頭髮,手足甲), 與美容, 衛生有關, 不論及身體內在的部分(比如有關營養學, 飲食學等).

曆日行事是否可以代表中國社會當時的情況? 可能不是, 但肯定曆日是屬於當時中國社會的表象之一.