

## 抱朴子內篇

經名：抱朴子內篇。晉葛洪著。二十卷。底本出處：《正統道藏》太清部。  
參校版本：王明：《抱朴子內篇校釋》。

### 目錄#1

序

- 卷一 暢玄
- 卷二 論仙
- 卷三 對俗
- 卷四 金丹
- 卷五 至理
- 卷六 微旨
- 卷七 塞難
- 卷八 釋滯
- 卷九 道意
- 卷十 明本
- 卷十一 仙藥
- 卷十二 辨問
- 卷十三 極言
- 卷十四 勤求
- 卷十五 雜應
- 卷十六 黃白
- 卷十七 登涉
- 卷十八 地真
- 卷十九 遐覽
- 卷二十 祛惑

#1目錄原缺，據正文標題補。

### 抱朴子內篇序

洪體乏超逸之才，偶好無為之業。假令奮翅則能凌厲玄霄，騁足則能追風躡景，猶故欲戢勁翮於鷦鷯之群，藏逸跡於跛驢之伍，豈況大塊稟我以尋常之短羽，造化假我於至駑之蹇足，以自卜者審，不能者止。豈敢力蒼蠅而慕沖天之舉，策跛鼈而追飛兔之軌，飾嫫母之陋醜，求媒揚之美談，堆沙礫之賤質，索千金於和肆哉。

夫以焦僂之步，而企及夸父之蹤，近才所以躓閔也。以要離之羸，而強赴扛鼎之契，或作勢。秦人所以斷筋也。是以望絕於榮華之徒，而志安乎窮否之

域。藜藿有八珍之甘，而蓬華有藻稅之樂也。故權貴之家，雖咫尺弗從也。知道之士，雖艱遠必造也。考覽奇書，既不少矣，率多隱語，難可卒解。自非至精，不能尋究，自非篤勤，不能悉見也。道士淵博洽聞者寡，而意斷妄說者眾。至於時有好事者，欲有所修為，蒼卒不知所從，而意之所疑，又無可諮問。今為此書，粗舉長生之理，其至妙者，不得宣之於翰墨，蓋羸言較畧，以示一隅。冀悻憤之徒省之，可以思過半矣，豈為暗塞必能窮微暢遠乎。聊論其所先舉耳。

世儒徒知伏膺周、孔，桎梏皆死，莫信神仙之事，謂為妖妄之說，見余此書，不特大笑之，又將謗毀真正，故不以合於世。余所著子書之數，而則為此一部，名曰內篇，凡二十卷，與外篇各起次第也。雖不足以藏名山石室，且欲緘之金匱，以示識者。其不可與言者，不令見也。貴使來世好長生者，有以釋其惑，豈求信於不信者乎。葛洪稚川謹序。

### 抱朴子內篇卷之一

#### 暢玄

抱朴子曰，玄者，自然之始祖，而萬殊之大宗也。眇昧乎其深也，故能微焉。綿邈乎其遠也，故稱妙焉。其高則冠蓋乎九霄，其曠則籠罩乎八隅，光乎日月，迅乎電馳。或倏爍而景逝，或飄澤而星流，或滉漾於淵澄，或雰霏而雲浮。因兆類而為有，託潛寂而為無。淪大幽而下沉，凌辰極而上遊。金石不能比其剛，湛露不能等其柔。方而不矩，圓而不規。來焉莫見，往焉莫追。乾以之高，坤以之卑，雲以之行，雨以之施。胞胎元一，範鑄兩儀，吐納大始，鼓冶億類，徊旋四七，匠成草昧，轡策靈機，吹噓四氣，幽括沖默，舒闡粲尉，一作鬱。抑濁揚清，斟酌河渭，增之不溢，挹之不匱，與之不榮，奪之不瘁。故玄之所在，其樂不窮，玄之所去，器弊神逝。夫五聲八音，清商流徵，損聰者也。鮮華艷采，或麗炳爛，傷明者也。宴安逸豫<sup>#1</sup>，清醪芳醴，亂性者也。冷容媚姿，鈇華素質，伐命者也。其唯玄道，可與為永。不知玄道者，雖顧盼為殺生之神器，脣吻為興亡之關鍵，綺<sup>#2</sup>榭俯臨乎雲雨，藻室華綠以參差，組帳霧合，羅幃雲離，西毛陳於閑房，金觴華以交馳，清絃嘈噴以齊唱，鄭舞紛口以蜷蛇，哀簫鳴以凌霞，羽蓋浮於漣漪，掇芳華於蘭林之囿，弄紅葩於積珠之池，登峻則望遠以忘百憂，臨深則俯學以遺朝饑，入宴千門之混焜，出驅朱輪之華儀，然樂極則哀集，至盈必有虧。故曲終則歎發，醜罷則心悲也。寔理勢之攸召，猶影響之相歸也。斯<sup>#3</sup>假借而非真，故物往若有遺也。

夫玄道者，得之乎內，守之者外，用之者神，忘之者器，此思玄道之要言也。得之者貴，不待黃鉞之威。體之者富，不須難得之貨。高不可登，深不可測，乘流光，策飛景，凌六虛，貫涵溶。出乎無上，入乎無下。經乎汗漫之門

，遊乎窈眇之野。逍遙恍惚之中，倘佯仿佛之表。咽九華於雲端，咀六氣於丹霞，徘徊茫昧，翱翔希微，履略蜿蜒，踐跚旋璣，此得之者也。

其次則真知足。知足者，則能肥遁勿用，頤光山林，紆鸞龍之翼於細分之伍，養浩然之氣於蓬華之中。繼縷帶索，不以貿龍章之暉曄也。負步杖策，不以易結駟之駱驛也。藏夜光於嵩岫，不受他山之攻。沉鱗甲於玄淵，以違鑽灼之災。動息知止，無往不足。棄赫奕之朝華，避僨車之險路。吟嘯蒼崖之間，而萬物化為塵氛。怡顏豐柯之下，而朱戶變為繩樞。握耒甫田，而麾節忽若執鞭。啜菽漱泉，而大牢同乎藜藿。泰爾有餘歡於無為之場，忻然齊貴賤於不爭之地。含醇守樸，無欲無憂，全真虛器，居平味澹，恢恢蕩蕩，與渾成等其自然；浩浩茫茫，與造化鈞其符契。如闇如明，如濁如清，似遲而疾，似虧而盈。豈肯委尸祝之塵，釋大匠之位，越樽俎以代無知之庖，舍繩墨而助傷手之工。不以臭鼠之細瑣，庸夫之憂樂，藐然不喜流俗之譽，怛爾不懼雷同之毀。不以外物汨其至精，不以利害汙其純粹也。故窮富極貴，不足以誘之焉，其餘何足以悅之乎。直刃沸鑊，不足以劫之焉，謗讟何足以戚之乎。常無心於眾煩，而未始與物雜也。

若夫操際珠以彈雀，舐瘡痔以屬車，登朽緡以探巢，泳呂梁以求魚，旦咸稱孤之客，夕為狐鳥之餘。棟橈餽覆，傾溺不振，蓋世人之所為載馳企及，而達者之所為寒心而悽愴者也。故至人嘿韶夏而韜藻稅，奮其六羽於五域之墟，而不煩御蘆之衛。翳其鱗角乎勿用之地，而不恃曲穴之備。俯無倨鷁之呼，仰無亢極之悔，人莫之識，邈矣遼哉。

抱朴子內篇卷之一竟

#1『豫』義本作『預』。今據王明校本改。

#2義本作『椅』，王據敦煌本校改是。

#3『斯』義本原作『欺』，敦煌本作『斯』是。

抱朴子內篇卷之二

論仙

或問曰，神仙不死，信可得乎？抱朴子答曰，雖有至明，而有形者不可畢見焉。雖稟極聰，而有聲者不可盡聞焉。雖有大章、豎亥之足，而所常履者，未若所不履之多。雖有禹、益、齊諧之識，而所識者未若所不識之眾也。萬物云云，何所不有，況列仙之人，盈乎竹素見。不死之道，曷為無之？

於是問者大笑曰，夫有始者必有卒，有存者必有亡，故三五丘、旦之聖，棄、疾、良、平之智，端、嬰、隨、酈之辯，貴、育五丁之勇，而咸死者，人理之常然，必至之大端也。徒聞有先霜而枯瘁，當夏而凋青，含穗而不秀，未實而萎零，未聞有享於萬年之壽，久視不已之期者矣。故古人學不求仙

，言不語怪，杜彼異端，守此自然，推龜鶴於別類，以死生為朝暮也。夫苦心約己，以行無益之事，鏤冰雕朽，終無必成之功。未若攄匡世之高策，招當年之隆祉，使紫青重紆，玄牡龍跽，華轂易步趣，鼎餗代未耜，不亦美哉。每思詩人甫田之刺，深惟仲尼皆死之證，無為握無形之風，捕難執之影，索不可得之物，行必不到之路，棄榮華而涉苦困，釋甚易而攻至難，有似喪者之逐遊女，必有兩失之悔，單、張之信偏見，將速內外之禍也。夫班、狄#1不能削瓦石為芒鉞，歐冶不能鑄鉛錫為干將。故不可為者，雖鬼神不能為也；不可成者，雖天地不能成也。世間亦安得奇方，能使#2老者復少，而應死者反生哉？而吾子乃欲延螻蛄之命，令有歷紀之壽，養朝菌，使累晦朔之積，吾子不亦謬乎？願加九思，不遠迷復焉。

抱朴子答曰，夫聰之所去，則震雷不能使之聞，明之所棄，則三光不能使之見，豈鞫磕之音細，而麗天之景微哉？而聾夫謂之無聲焉，瞽者謂之無物焉。又況絃管之和音，山龍之綺集，安能賞克諧之雅韻，暉曄之鱗藻哉？故聾瞽在乎形器，則不信豐隆之與玄象矣。而況物有微於此者乎？暗昧滯乎心神，則不信有周、孔於在昔矣。況告之以神仙之道乎？夫存亡終始，誠是大體，其異同參差，或然或否，變化萬品，奇怪無方，物是事非，本鈞末乖，未可一也。夫言始者必有終者多矣，混而齊之，非通理矣。謂夏必長，而薺菱枯焉。謂冬必凋，而竹栢茂焉。謂始必終，而天地無窮焉。謂生必死，而龜鶴長存焉。盛陽宜暑，而夏天未必無涼日也。極陰宜寒，而嚴冬未必無暫溫也。百川東注，而有北流之浩浩。坤道至靜，或震動而崩弛。水性#3純冷，而有溫谷之湯泉；火體宜熾，而有蕭丘之寒焰；重類應沉，而南海有浮石之山；輕物當浮，而祥軻有沉羽之流。萬殊之類，不可以一概斷之，正如此也久矣。有生最靈，莫過乎人。貴性之物，宜必鈞一。#4而其賢愚邪正，好醜脩短，清濁貞淫，緩急遲速，趨捨所尚，耳目所欲，其為不同，已有天壤#5之覺，冰炭之乖矣。何獨怪仙者之異，不與凡人皆死乎？

若謂受氣皆有一定，則雉之為蜃，雀之為蛤，壤蟲假翼，川蛙翻飛，水蠃為蛤，苻苓為蛆，田鼠為鴛，腐草為螢，鼉之為虎，蛇之為龍，皆不然乎？

若為人稟正性，不同凡物，皇天賦命，無有彼此，則牛哀成虎，楚姬為黿，枝離一作滑錢。為柳，秦女為石，死而更生，男女易形，老彭之壽，殤子之夭，其何故哉？苟有不同，則其異有何限乎？

若夫仙人以藥物養身，以術數延命，使內疾不生，外患不入，雖久視不死，而舊身不改，苟有其道，無以為難也。而淺識之徒，拘俗守常，咸曰世間不見仙人，便雲天下必無此事。夫目之所曾見，當何足言哉？天地之間，無外之大，其中殊奇，豈遽有限，詣老戴天，而或無知其為上，終身履地，而莫識其

下。形骸己所自有也，而莫知其心志之所以然焉。壽命在我者也，而莫知其脩短之能至焉。況乎神仙之遠理，道德之幽玄，仗其短淺之耳目，以斷微妙之有無，豈不悲哉？

設有哲人大才，嘉遯勿用，翳景掩藻，廢偽去欲，執大璞於至醇之中，遺末務於流俗之外，世人猶勘能甄別，或莫造於無名之表，得精神於陋形之裏，豈況仙人殊趣異路，以富貴為不幸，以榮華為穢汙，以厚玩為塵壤，以聲譽為朝露，蹈炎飈而不灼，躡玄波而輕步，鼓翮清塵，風駟雲軒，仰凌紫極，俯棲崑崙，行尸之人，安得見之？假令遊戲，或經人間，匿真隱異，外同凡庸，比肩接武，孰有能覺乎？若使皆如郊間兩瞳之正方，邛疏之雙耳，出乎頭巔。馬皇乘龍而行，子晉躬御白鶴，或鱗身蛇首或作口。或金車羽服，乃可得知耳。自不若斯，則非洞視者安能覲其形，非徹聽者安能聞其聲哉！世人既不信，又多疵毀，真人疾之，遂益港遁。且常人之所愛，乃上士之所憎。庸俗之所貴，乃至人之所賤也。英儒偉器，養其浩然者，猶不樂見淺薄之人，風塵之徒。況彼神仙，何為汲汲使芻狗之倫，知有之何所索乎，而怪於未嘗知也。目察百步，不能了了，而欲以所見為有，所不見為無，則天下之所無者，亦必多矣。

所謂以指測海，指極而云水盡者也，蜉蝣校巨鱉，日#6及料大椿，豈所能及哉？魏文帝窮覽洽聞，自呼於物無所不經，謂天下無切玉之刀，火浣之布，及著典論，嘗據言此事。其間未期，二物畢至。帝乃歎息，遽毀斯論。事無固必，殆為此也。陳思王著釋疑論云，初謂道術，直呼愚民詐偽空言定矣。及見武皇帝試口左慈等，今斷穀近一月，而顏色不減，氣力自若，常云可五十年不食，正爾，復何疑哉？又云，令甘始以藥舍生魚，而煮之於沸脂中，其無藥者，熟而可食，其銜藥者，遊戲終日，如在水中也。又以藥粉桑以飼蠶，蠶乃到十月不老。又以住年藥食鷄雛及新生犬子，皆止不復長。以還白藥食白犬，百日毛盡黑。乃知天下之事，不可盡知，而以臆斷之，不可任也。但恨不能絕聲色，專心以學長生之道耳。彼二曹學則無書不覽，才則一代之英，然初皆謂無，而晚年乃有窮理盡性，其歎息如此。不逮若人者，不信神仙，不足怪也。劉向博學則究微極妙，經深涉遠，思理則清澄真偽，研竅有無，其所撰列仙傳，仙人七十有餘，誠無其事，妄造何為乎？邃古之事，何可親見，皆賴記籍傳聞於往耳。列仙傳炳然，其必有矣。然書不出周公之門，事不經仲尼之手，世人終於不信。然則古史所記，一切皆無，何但一事哉？俗人貪榮好利，汲汲名利，以己之心，遠忖昔人，乃復不信古者有逃帝王之禪授，薄卿相之責任，巢許之輩，老萊莊周之徒，以為不然也。況於神仙，又難知其斯，亦何可求今世皆信之哉？多謂劉向非聖#7人，其所撰錄，不可孤據，尤所以使人歎息者

也。夫魯史不能與天地合德，而仲尼因之以著經。子長不能與日月並明，而揚雄稱之為實錄。劉向為漢世之名儒賢人，其所記述，庸可棄哉？

凡世人所以不信仙之可學，不許命之可延者，正以秦皇漢武求之不獲，以少君樂太為之無驗故也。然不可以黔婁、原憲之貧，而謂古者無陶朱、猗頓之富。不可以無鹽、宿瘤之醜，而謂在昔無南威、西施之美。進趨猶有不遠者焉，稼穡猶有不收者焉，商販或有不利者焉，用兵或有無功者焉，況乎求仙，事之難者，為之者何必皆成哉？彼二君兩臣，自可求而不得，或始勤而卒怠，或不遭乎明師，又何足以定天下之無仙乎？

夫求長生，修至道，訣在於志，不在於富貴也。苟非其人，則高位厚貨，乃所以為重累耳。何者？學仙之法，欲得恬愉淡泊，滌除嗜欲，內視反聽，尸居無心，而帝王任天下之重責#8，治鞅掌之政務，思勞於萬幾，神馳於宇宙，一介失所，則王道為虧，百姓有過，則謂之在予。醇醪汨其和氣，艷容伐其根莖，所以剪精損慮削乎平粹者，不可曲盡而備論也。蚊嚼膚則坐不得安，虱群攻則外不得寧#9。四海之事，何祇若是。安得掩翳聰明，歷藏數息，長齋久潔，躬親爐火，夙興夜寐，以飛八石哉？漢武享國，最為壽考，已得養性之小益矣。但以升合之助，不供鍾石之費，畎澮之輸，不給尾閭之泄耳。

仙法欲靜寂無為，忘其形骸，而人君撞千石之鍾，伐雷霆之鼓，砰磕嘈囂，驚魂蕩心，百技萬變，喪精塞耳，飛輕走迅，釣潛弋高。仙法欲令愛逮蠹蠕，不害含氣，而人君有赫斯之怒，芟夷之誅，黃鉞一揮，齊斧暫授，則伏尸千里，流血滂沱，斬斷之刑#10，不絕於市。仙法欲止絕臭腥，休糧清腸，而人君烹肥宰膾，屠割群生，八珍百和，方丈於前，煎熬勺藥，旨嘉饜妖。仙法欲博愛八荒，視人如己，而人君兼弱攻昧，取亂推亡，闢地拓疆，泯人社稷，駢合生人，投之死地，孤魂絕域，暴骸腐野，五嶺有血刃之師，北闕懸大宛之首，坑生煞伏，動數十萬，京觀封尸，仰干雲霄，暴骸如莽，彌山填谷。秦皇使十室之中，思亂者九。漢武使天下嗷然，戶口減半。祝#11其有益，詛#12亦有損。結草知德，則虛祭必怨。眾煩攻其膏肓，人鬼齊其毒恨。彼二主徒有好仙之名，而無修道之實，所知淺事，不能悉行。要妙深祕，又不得聞。又不得有道之士，為合成仙藥以與之，不得長生，無所怪也。

吾徒匹夫，加之罄困，家有長卿壁立之貧，腹懷翳桑絕糧之餒，冬抱戎夷後門之寒，夏有儒仲環堵之暎，欲經遠而乏舟車之用，欲有營而無代勞之役，入無綺紋之娛，出無遊觀之歡，甘旨不經乎口，玄黃不過乎目，芬芳不歷乎鼻，八音不關乎耳，百憂攻其心曲，眾難萃其門庭，居世如此，可無戀也。

或得要道之訣，或值不群之師，而猶恨恨於老妻弱子，眷眷於狐兔之丘，遲遲以臻殂落，日日不覺衰老，知長生之可得而不能修，患流俗之臭鼠而不

能委。何者？愛習之情卒難遣，而絕俗之志未易果也。況彼二帝，四海之主，其所耽玩者，非一條也，其所親幸者，至不少矣。正使之為旬月之齋，數日閑居，猶將不能，昆乎內棄婉變之寵，外損赫奕之尊，口斷甘肴，心絕所欲，背榮華而獨往求神仙之幽漠，豈不渺哉？是以歷覽在昔，得仙道者，多貧賤之士，非勢位之人。又樂太所知，實自淺薄，饑渴榮貴，冒干貨賄，銜虛妄於苟且，忘患禍於無為，區區小子之奸偽，豈足以證天下之無仙哉？

昔句踐軾怒蠅，戎卒爭蹈火。楚靈愛細腰，國人多餓死。齊恆嗜異味，易牙蒸其子。宋君賞瘠孝，毀歿者比屋。人主所欲，莫有不至。漢武招求方士，寵待過厚，致令斯輩，敢為虛誕耳。樂太若審有道者，安可待煞乎？夫有道者，視爵位如湯鑊，見印綬如縲絰，視金玉如土糞，睹華堂如牢獄。豈當扼腕空言，以僥倖榮華，居丹楹之室，受不訾之賜，帶五利之印，尚公主之貴，耽淪勢利，不知止足，實不得道，斷可知矣。按董仲舒所撰李少君家錄云，少君有不死之方，而家貧無以市其藥物，故出於漢，以假途求其財，道成而去。又按漢禁中起居注云，少君之將去也，武帝夢與之共登嵩高山，半道，有使者乘龍持節，從雲中下，云太一請少君。帝覺，以語左右曰：如我之夢，少君將舍我去矣。數日，而少君稱病死。久之，帝令人發其棺，無尸，唯衣冠在焉。按仙經云，上士舉形昇虛，謂之天仙。中士遊於名山，謂之地仙。下士先死後蛻，謂之尸解仙。今少君必尸解者也。近世壺公將費長房去，及道士李意期將兩弟子〔去，皆託卒死，家殯埋之，積數年，而長房來歸。又柚識人見李意期將兩弟子〕#13皆在郟縣，其家各發棺視之，三棺遂有竹杖一枚，以丹書於杖，此皆尸解者也。

昔王莽引典墳以飾其邪，不可謂儒者皆為篡盜也。相如因鼓琴以竊文君，不可謂雅樂主於淫佚也。噎死者不可譏神農之播穀，燒死者不可怒燧人之鑽火，覆溺者不可怒帝軒之造舟，酗釐者不可非杜儀之為酒。豈可以樂太之邪偽，謂仙道之果無乎？是猶見趙高、董卓，便謂古無伊周、霍光。見商臣、冒頓，而云古無伯奇、孝己也。又神仙集中有召神劾鬼之法，又有使人見鬼之術。俗人聞之，皆謂虛文。或云天下無鬼神，或云有之，亦不可劾召。或云見鬼者，在男為覘，在女為巫，當須自然，非可學而得。按漢書及太史公記皆云齊人少翁，武帝以為文成將軍。武帝所幸李夫人死，少翁能令武帝見之如生人狀。又令武帝見竈神，此史籍之明文也。夫方術既令鬼見其形，又令本不見鬼者見鬼，推此而言，其餘亦何所不有也。鬼神數為民間作光怪變異，又經典所載，多鬼神之據，俗人尚不信天下之有神鬼，況乎仙人居高處遠，清濁異流，登遐遂往，不返於世，非得道者，安能見聞。而儒墨之家知此不可以訓，故終不言其有焉。俗人之不信，不亦宜乎？

惟有識真者，校練眾方，得其徵驗，審其必有，可獨知之耳，不可強也。故不見鬼神，不見仙人，不可謂世間無仙人也。人有賢愚，皆知己身之有魂魄，魂魄分去則人病，盡去則人死。故分去則術家有拘錄之法，盡去則禮典有招呼之義，此之為物至近者也。然與人俱生，至乎終身，莫或有自聞見之者也。豈可遂以不聞見之，又云无之乎？若夫輔氏報施之鬼，成湯怒齊之靈，申生交言於狐子，杜伯報恨於周宣，彭生託形於玄豕，如意假貌於蒼狗，灌夫守田蚡，子義掎燕簡，蓐收之降于莘，欒侯之止民家，素姜之說讖緯，孝孫之著文章，神君言於上臨，羅陽仕於吳朝，鬼神之事，著於竹帛，昭昭如此，不可勝數。然而蔽者猶謂无之，況長生之事，世所希聞乎。望使必信，是令蚊虻負山，與井鵲論海也。俗人未嘗見龍麟鸞鳳，乃謂天下無有此物，以為古人虛設瑞應，欲令人主自勉不息，冀致斯珍也。況於令人之信有仙人乎。

世人以劉向作金不成，便謂索隱行怪，好傳虛無，所撰列仙，皆復妄作。悲夫！此所謂以分寸之瑕，棄盈尺之夜光，以蟻鼻之缺，損無價之淳鈞，非刑和之遠識，風胡之賞真也。斯朱公所以鬱悒，薛燭所以永歎矣。夫作金皆在神仙集中，淮南王抄出，以作鴻寶枕中書，雖有其文，然皆秘其要文，必須口訣，臨文指解，然後可為耳。其所用藥，復多改其本名，不可按之使用也。劉向父德治淮南王獄中所得此書，非為師授也。向本不解道術，偶偏見此書，便謂其意盡在紙上，是以作金不成耳。至於撰列仙傳，自刪秦大夫阮倉書中出之，或所親見，然後記之，非妄言也。狂夫童謠，聖人所擇。葛藟之言，或不可遺。采封#14採葑，無以下體，豈可以百慮之一失，而謂經典之不可用，以日月曾蝕之，故而謂玄象非大明哉。

外國作水精椀，實是合五種灰以作之。今交、廣多有得其法而鑄作之者。今以此語俗人，俗人#15殊不肯信。乃云水精本自然之物#16，玉石之類。況於世間，幸有自然之金，俗人當何信其有可作之理哉？愚人乃不信黃丹及胡粉，是化鉛所作。又不信騾及馱驢，是驢馬所生。云物各自有種。況乎難知之事哉？夫所見少，則所怪多，世之常也。信哉此言，其事雖天之明，而人處覆甑之下，焉識至言哉。

抱朴子內篇卷之二竟

#1『狄』原作『秋』，據王明校本改。

#2『使』原作『當』，據王明校本改。

#3『性』原作『主』，據王明校本改。

#4『一』原脫，據王明校本補。

#5『壤』原作『性』，據王明校本改。

#6『日』原作『白』，據王明校本改。



#7『聖』原作『得』，據王明校本改。

#8『責』原作『貴』，據王明校本改。

#9『寧』原作『安』，據王明校本改。

#10『刑』原脫，據王明校本補。

#11『祝』原作『視』，據王明校本改。

#12『詛』原作『粗』，據王明校本改。

#13方括號內的文句原脫，據王明校本補。

#14『采葑』原脫，據王明校本補。

#15『俗人』原脫，據王明校本補。

#16『物』原作『法』，據王明校本改。

抱朴子內篇卷之三

對俗

或人難曰，人中之有老彭，猶木中之有松栢，稟之自然，何可學得乎？抱朴子曰：夫陶冶造化，莫靈於人。故達其淺者，則能役用萬物，得其深者，則能長生久視。知上藥之延年，故服其藥以求仙。知龜鶴之遐壽，故效其道引以增年。且夫松栢枝葉，與眾木則別。龜鶴體貌，與眾蟲則殊。至於彭老猶是人耳，非異類而壽獨長者，猶於得道，非自然也。眾木不能法松栢，諸蟲不能學龜鶴，是以短折耳。人有明哲，能修彭老之道，則可與之同功矣。若謂世無仙人乎，然前哲所記，近將千人，皆有姓字，及有施為本末，非虛言也。若謂彼皆特稟異氣，然其相傳皆有師奉服食，非生知也。若道術不可學得，則變易形貌，吞刀吐火，坐在立亡，興雲起霧，召致蟲蛇，合聚魚鼈，三十六石立化為水，消玉為粕，潰金為漿，入淵不沾，蹴刃不傷，幻化之事，九百有餘，按而行之，無不皆效，何為獨不肯信仙之可得乎！仙道遲成，多所禁忌。自無超世之志，強力之才，不能守之#1。其或頗好心疑，中道而廢，便謂仙道長生，果不可得耳。仙經曰，服丹守一，與天相畢，還精胎息，延壽無極。此皆至道要言也。民間君子，猶內不負心，外不愧影，上不欺天，下不食言，豈況古之真人，寧當虛造空文，以必不可得之事，誑誤將來，何所索乎！苟無其命，終不肯信，亦安可強令信哉。

或難曰，龜鶴長壽，蓋世間之空言耳，誰與二物終始相隨而得知之也。抱朴子曰，苟得其要，則八極之外，如在指掌，百代之遠，有若同時，不必在乎庭宇之左右，俟乎瞻視之所及，然後知之也。玉策記曰，千歲之龜，五色具焉，其額上兩骨起似角，解人之言，浮於蓮葉之上，或在叢昔之下，其上時有白雲蟠蛇，千歲之鶴，隨時而鳴，能登於木，其未千載者，終不集於樹上也，色純白而腦盡成丹。如此則見，便可知也。然物之老者多智，率皆深藏遠處，故

人少有見之耳。按玉策記及昌字經，不但此二物之壽也，雲千歲松樹，四邊枝起，上抄不長，望而視之，有如偃蓋，其中有物，或如青牛，或如青羊，或如青犬，或如青人，皆壽千歲。又云，蛇有無窮之壽，彌猴壽八百歲變為猿，猿壽五百歲變為攫，攫壽二千歲。蟾蜍壽三千歲，麒麟壽二千歲。騰黃之馬，吉光之獸，皆壽三千歲。千歲之鳥，萬歲之禽，皆人面而鳥身，壽亦如其名。虎及鹿兔，皆壽千歲，壽滿五百歲者，其毛色白。能壽五百歲者，則能變化。狐狸豺狼，皆壽八百歲。滿五百歲，則善變為人形。鼠壽三百歲，滿百歲則色白，善憑人而卜，名曰仲，能知一年中吉凶及千里外事。如此比例，不可具載。但博識者觸物能名，洽聞者理無所惑耳。何必常與龜鶴周旋，乃可知乎？苟不識物，則園中草木，田池禽獸，猶多不知，況乎巨異者哉？史記龜策傳云，江淮間居人為兒時，以龜枝床，至後老死，家人移床，而龜故生。此亦不減五六十歲也，不飲不食，如此之久而不死，其與凡物不同亦遠矣，亦復何疑於千歲哉？仙經象龜之息，豈不有以乎？故太丘長穎川陳仲弓，篤論士也，撰異聞記云，其郡人張廣定者，遭亂常避地，有一女年四歲，不能步涉，又不可擔負，計棄之固當餓死，不欲令其骸骨之露，村口有古大塚，上巔先有穿穴，乃以器盛縋之，下此女於塚中，以數月許乾飯及水漿與之而捨去。候世平定，其間三年，廣定乃得還鄉里，欲收塚中所棄女骨，更殯埋之，廣定往視，女故坐塚中，見其父母，猶識之甚喜。而父母猶初恐其鬼也，入就之，乃知其不死。問之從何得食，女言糧初盡時甚饑，見塚角有一物，伸頸吞氣，試效之，轉不復饑，日月為之，以至於今。父母去時所留衣被，自在塚中，不行往來，衣服不敗，故不寒凍。廣定乃索女所言物，乃是一大龜耳。女出穀食，初小腹痛嘔逆，久許乃習，此又足以知龜有不死之法，及為道者效之可與龜同年之驗也。史遷與仲弓，皆非妄說者也。天下之蟲鳥多矣。而古人獨舉斯二物者，明其獨有異於眾故也，睹一隅則可以悟之矣。

或難曰，龜能土蟄，鶴能天飛，使人為須臾之蟄，有頃刻之飛，猶尚不能，其壽安可學乎？抱朴子答曰，蟲之能蟄者多矣，鳥之能飛者饒矣，而獨舉龜鶴有長生之壽者，其所以不死者，不由蟄與飛也。是以真人但令學其道引以延年，法其食氣以絕穀，不學其土蟄與天飛也。夫得道者，上能竦身於雲霄，下能潛泳於川海。是以蕭史偕翔鳳以凌虛，琴高乘朱鯉於深淵，斯其驗也。何但須臾之蟄，頃刻之飛而已乎！龍蛇蛟螭，狙狴鼯蠹，皆能竟冬不食之時，乃肥於食時也。莫得其法。且夫一致之善者，物多勝於人，不獨龜鶴也。故太昊師蜘蛛而結網，金天據九鴈以正時，帝軒俟鳳鳴以調律，唐堯觀莫莢以知月，終歸知往，乾鵠知來，魚伯識水旱之氣，蜉蝣曉潛泉之地，白狼知殷家之興，鸞鷲見周家之盛，龜鶴偏解導養，不足怪也。且仙經長生之道，有數百事

，但有遲速煩要耳，不必皆法龜鶴也。上士用思遐邈，自然玄暢，難以愚俗之近情，而推神人之遠旨。

或曰，我等不知今人長生之理，古人何獨知之？此蓋愚暗之局談，非達者之用懷也。夫占天#5之玄道，步七政之盈縮，論凌犯於既往，審崇替於將來，仰望雲物之徵祥，俯定卦兆之休咎，連三棋以定行軍之興亡，推九符而得禍福之分野，乘除一算，以究鬼神之情狀，錯綜六情，而處無端之善否。其根元可考也，形理可求也，而庸才近器猶不能開學之奧治，至于樸素，徒銳思於糟粕，不能窮測其精微也。夫鑿柄之麤仗，而輪扁有不傳之妙，掇蝸之薄術，而偃僂有入神之巧，在乎其人，由於至精也。況於神仙之道，旨意深遠，求其根莖，良未易也。松喬之徒，雖得其效，未必測其所以然也，況凡人哉？其事可學，故古人記而垂之，以傳識者耳。若心解意得，則可信而修之，其猜疑在胸，皆自其命，不當請古人何以獨曉此，而我何以獨不知之意邪。吾今知仙之可得也，吾能休糧不食也，吾保流珠之可飛也，黃白之可求也，若責吾求其本理，則亦實復不知矣。世人若以思所能得謂之有，所不能及則謂之無，則天下之事亦渺矣。故老子有言，以狸頭之治鼠漏，以啄木之護齧齒，此亦可以類求者也。若蟹之化漆，麻之壞酒，此不可以理推者也。萬殊紛然，何可以意極哉？設令抱危篤之疾，須良藥之救，而不肯即服，須知神農、岐伯所以用此草治此病本意之所由，則未免於愚也。

或曰，生死有命，脩短素定，非彼藥物，所能損益。夫指既斬而連之，不可續也；血既灑而吞之，無所益也。豈況服彼異類之松柏，以延短促之年命，甚不然也。抱朴子曰，若夫此論，必須同類，乃能為益，然則既斬之指，已灑之血，本自一體，非為殊族，何以既斬之而不可續，已灑之而不中服乎！余數見人以蛇銜膏連已斬之指，桑豆易鷄鴨之足，豆一作虫。異物之益，未可誣也。若子言不恃他物，則宜擣肉治骨，以為金瘡之藥，煎皮熬髮，以治禿鬢之疾耶？夫水土不與百卉同體，而百卉仰之以植焉。五穀非生人之類，而生人須之以為命焉。脂非火種，水非魚屬，然脂竭則火滅，水竭則魚死，伐木而寄生枯，芟草而兔絲萎，川蟹不歸而蛄敗，桑樹見斷而蠹殄，觸類而長之，斯可悟矣。金木在九竅，則死人為之不朽。鹽鹵沾於肌髓，則脯臘為之不爛，況於以宜身益命之物，納之於己，何怪其令人長生乎。

或難曰，神仙方書，似是而非，將必好事者妄所造作，未必出黃老之手，經松喬之目也。抱朴子曰，若如雅論，宜不驗也，令試其小者，莫不效焉。余數見人以方諸求水於夕月，陽燧引火於朝日，隱形以淪於無象，易貌以成於異物，結巾投地而兔走，鍼綴丹帶而蛇行，瓜果結實於須臾，龍魚灑灑於盤盂，皆如說焉。按漢書，樂大初見武帝，試令鬪棋，棋自相觸。而後漢書又載

，魏尚能坐在立亡，張楷能興雲起霧。皆良史所記，信而有徵。而此術事皆在神仙之部，其非妄作可知矣。小記有驗，則長生之道何獨不然乎？

或曰，審其神仙可以學致，翻然凌霄，背俗棄世，蒸嘗之禮，莫之修奉，先鬼有知，其不餓乎？抱朴子曰，蓋聞身體不傷，謂之終孝，況得仙道，長生久視，天地相畢，過於受全歸完，不亦遠乎？果能登虛躡景，雲舉霓蓋，餐朝霞之沆瀣，吸玄黃之醇精，飲則玉醴金漿，食則翠芝朱英，居則瑤堂瑰室，行則逍遙太清。先鬼有知，將蒙我榮，或可以翼亮五帝，或可以監御百靈，位可以不求而自致，膳可以咀茹華瓊，勢可以總攝羅酆，威可以叱叱梁柱，誠如其道，同識其妙，亦無餓之者。得道之高，莫過伯陽。伯陽有子名宗，仕魏為將軍，有功封於段干。然則今之學仙者，自可皆有子弟，以承祭祀，祭祀#6之事，何緣便絕。

或曰，得道之士，呼吸之術既備，服食之要又該，掩耳而聞千里，閉目而見將來，或委華駟而轡蛟龍，或棄神州而宅蓬瀛，或遲迴於流俗，逍遙於人間，不便絕跡以造玄虛，其所尚則同，其逝止或異，何也？抱朴子答曰，聞之先師云，仙人或昇天，或住地，要於俱長生，住留各從其所好耳。又服還丹金液之法，若且欲留在世間者，但服半劑而錄其半，若後求昇天，便盡服之。不死之事已定，無復奄忽之慮。正復且遊地上，或入名山，亦何所復憂乎？彭祖言天上多尊官大神，新仙者位卑，所奉事者非一，但更勞苦，故不足役役於登天，而止人間八百餘年也。又云古之得仙者，或身生羽翼，變化飛行，失人之本，更受異形，有似雀之為蛤，雉之為蜃，非人道也。人道當食甘旨，服輕暖，通陰陽，處官秩，耳目聰明，骨節堅強，顏色悅澤，老而不衰，延年久視，出處任意，寒溫風濕不能傷，鬼神眾精不能犯，五兵百毒不能中，憂喜毀譽不為累，乃為貴耳。若委棄妻子，獨處山澤，邈然斷絕人理，塊然與木石為鄰，不足多也。昔安期先生、龍眉甯公、修羊公、陰長生，皆服金液半劑者也。其止世間，或近千年，然後去耳。篤而論之，求長生者，正惜今日之所欲耳，本不汲汲於昇虛，以飛騰為勝於地上也。若幸可止家而不死者，亦何必求於速登天乎？若得仙無復任理者，復一事耳。彭祖之言，為附人情者也。

或問曰，為道者當先立功德，審然否？抱朴子答曰，有之。按玉鈴經中篇云，立功為上，除過次之。為道者以救人危使免禍，護人疾病，令不枉死，為上功也。欲求仙者，要當以忠孝和順仁信為本，若德行不修，而但務方術，皆不得長生也。行惡事大者，司命奪紀，小過奪筭，隨所輕重，故所奪有多少也。凡人之受命得壽，自有本數，數本多者，則紀籌難盡而遲死，若所稟本少，而所犯者多，則紀籌速盡而早死。又云，人欲地仙，當立三百善；欲天仙，立千二百善。若有千一百九十九善，而忽復中行一惡，則盡失前善，乃當復

更起善數耳。故善不在大，惡不在小也。雖不作惡事，而口及所行之事，及責求布施之報，便復失此一事之善，但不盡失耳。又云，積善事未滿，雖服仙藥，亦無益也。若不服仙藥，並行好事，雖未便得仙，亦可無卒死之禍矣。吾更疑彭祖之輩，善功未足，故不能昇天耳。

#### 抱朴子內篇卷之三竟

#1『守之』原作『守之守之』，據王明校本刪去衍文。

#2『壽』原脫，據王明校本補。

#3『世』原作『此』，據王明校本改。

#4『不食』原脫，據王明校本補。

#5『占天』原錯簡誤接下文『按《漢書》，樂大初見武帝』，據王明校本改正。

#6『祭祀』原脫，據王明校本補。

#### 抱朴子內篇卷之四

##### 金丹

抱朴子曰，余考覽養性之書，鳩集久視之方，曾所披涉篇卷，以千計矣，莫不皆以還丹金液為大要者焉。然則此二事，蓋仙道之極也。服此而不仙，財古來無仙矣。往者上國喪亂，莫不奔播四出。余周旋徐、豫、荆、襄、江、廣數州之間，閱見流移俗道士數百人矣。或有素聞其名，乃在雲日之表者。然率相似如一，其所知見，深淺有無，不足以相傾也。雖各有數十卷書，亦未能悉解之也，為寫蓄之耳。時#1有知行氣及斷穀服諸草木藥法，所有方書，略為同文，無一人不有道機經，唯以此為至秘，乃云是尹喜所撰。余告之曰，此是魏世軍督王圖所撰耳，非古人也。圖了不知大藥，正欲以行氣入室求仙，作此道機，謂道畢於此，此復是誤人之甚者也。余問諸道士以神丹金液之事，及三皇內#2文召天神地祇之法，了無一人知之者，其誇誕自譽及欺人，云已久壽。及言曾與仙人共遊者將太半矣，足以與盡微者甚妙矣。或有頗聞金丹，而不謂今世復有得之者，皆言唯上古已度仙人，乃當曉之。或有得方外說，不得其真經。或得雜碎丹方，便謂丹法盡於此也。

昔左元放於天柱山中精思，而神人授之金丹仙經。會漢末亂，不遑合作，而避地來渡江東，志欲投名山以修斯道。余從祖仙公，又從元放受之。凡受太清丹經三卷及九鼎丹經一卷金液丹經一卷。余師鄭君者，財余從祖仙公之弟子也。又於從祖受之，而家貧無用買藥。余親事之，灑掃積久，乃於馬迹山中立壇盟受之，并諸口訣訣之不書者。江東先無此書，書出於左元放。元放以授余從祖，從祖以授鄭君，鄭君以授余，故他道士了無知者也。然余受之已二十餘年矣，資無擔石，無以為之，但有長歎耳。有積金盈櫃，聚錢如山者，復不

知有此不死之法。就令聞之，亦萬無一信，如何？夫飲玉粘則知漿苻之薄味，睹崑崙則覺丘垤之至卑。既覽金丹之道，則使人不欲復視小小方書。然大藥難卒得辦，當須且將御小者，以自支持耳。然服他藥萬斛，為能有小益，而終不能使人遂長生也。故老子之訣言云，子不得還丹金液，虛自苦耳。

夫五穀猶能活人，人得之則生，人絕之則死，又況於上品之神藥，其益人豈不萬倍於五穀耶。夫金丹之為物，燒之愈久，變化愈妙。黃金入火，二百鍊不消，埋之，畢天不朽。服此二藥，鍊人身體，故能令人不老不死。此蓋假求於外物以自堅固，有如脂之養火而可不滅，銅青塗腳，入水不腐，此是借銅之勁以抒其肉也。金丹入身中，沾洽榮衛，非但銅青之外傳矣。世間多不信至道者，則悠悠者皆是耳。然萬一時偶有好事者，而復不見此法，不值明師，無由聞天下之有斯妙事也。

余今略鈔金丹之都較，以示後之同志好之者。其勤求之，求之不可守淺近之方，而謂之足以度世也。遂不遇之者，直當息意於無窮之冀耳。想見其說，必自知出演汗而浮滄海，背螢燭而向日月，聞雷霆而覺布鼓之陋，見巨鯨而知寸介之細也。如#3其嘍嘍，無所先入，欲以弊藥必規昇騰者，何異策蹇驢而追迅風，棹籃舟而濟大川乎。又諸小餌丹方甚多，然作之有深淺，故力勢不同，雖有優劣，轉不相及，猶一醑之酒，不可以方九醞之醇耳。然小丹之下者，猶自遠勝草木之上者也。凡草木燒之即燼，而丹砂燒之成水銀，積變又還成丹砂，其去凡草亦遠矣。故能令人長生，神仙獨見此理矣，其去俗人，亦何緬邈之無限乎。世人少所識，多所怪，或不知水銀出於丹砂，告之終不肯信，云丹砂本赤物，從何得成此白物。又云丹砂是石耳，今燒諸石皆成灰，而丹砂何得獨耳。此近易之事，猶不可喻，其聞仙道，大而笑之，不亦宜乎。

上古真人愍念將來之可教者，為作方法，委曲欲使其脫死亡之禍耳，可謂至言矣。然而俗人終不肯信，謂為虛文。若是虛文者，安得九轉九變，日數所成，皆如方耶？真人所以知此者，誠不可以庸近思求也。余少好方術，負步請問，不憚險遠。每有異聞，則以為喜。雖見毀笑，不以為戚。焉知來者之不如今，是以著此以示識者。豈苟尚奇怪，而崇飾空言，欲令書行於世，信結流俗哉？盛陽不能榮枯朽，上智不能移下愚，書為曉者傳，事為識者貴。農夫得彤弓以驅鳥，南夷得袞衣以負薪，夫不知者，何可強哉。世之飽食終日，復未必能勤儒墨之業，治進德之務，但共逍遙遨遊以盡年月。其所營也，非榮則利。或飛蒼走黃於中原，或留連盃觴以羹沸，或以美女荒沉絲竹，或耽淪綺紈，或控絃以弊一作疲。筋骨，或博奕以棄功夫。聞至道之言而如醉，睹道論而晝睡。有身不修，動之死地，不肯求問養生之法，自欲割削之，煎熬之，憔悴之，澆汙之。而有道者自寶秘其所知，無求於人，亦安肯強行語之乎？世人之常

言，咸以長生若可得者，古人之富貴者，已當得之，而無得之者，是無此道也。而不知古之富貴者，亦如今之當貴者耳。俱不信不求之，而皆以目前之所欲者為急，亦安能得之耶？假令不能決意，信命之可延，仙之可得，亦何惜於試之。試之小效，但使得二三百歲，不猶愈於凡人之少夭乎？天下之事萬端，而道術尤難明於他事者也。何可以中才之心，而斷世間必無長生之道哉。若正以世人皆不信之，便謂為無，則世人之智者，又何太多乎？今若有識道意而猶修求之者，詎必便是至愚，而皆不及世人耶？又或慮於求長生，儻其不得，恐人笑之，以為暗惑。若心所斷，萬有一失，而天下果自有此不死之道者，不亦當復為得之者所笑乎？日月有所不能周照，人心安足孤信哉？

抱朴子曰，按黃帝九鼎神丹經曰，黃帝服之，遂以昇仙。又云，雖呼吸道引，及服草木之藥，可得延年，不免於死也。服神丹令人壽無窮已，與天地相畢，乘雲駕龍，上下太清。黃帝以傳玄子，戒之曰，此道至重，必以授賢，苟非其人，雖積玉如山，勿以此道告之也。受之者以金人金魚投於東流水中以為約，啜血為盟，無神仙之骨，亦不可得見此道也。合丹當於名山之中，無人之地，結伴不過三人，先齋百日，沐浴五香，致加精潔，勿近穢汙，及與俗人往來，又不令不信道者知之，謗毀神藥，藥不成矣。成則可以舉家皆仙，不但一身耳。世人不合神丹，反信草木之藥。草木之藥，埋之即腐，煮之即爛，燒之即焦，不能自生，何能生人乎？

九丹者，長生之要，非凡人所當見聞也，萬兆蠢蠢，唯知貪富貴而已，豈非行尸者乎？合時又當祭，祭自有圖法一卷也。

第一之丹名曰丹華。當先作玄黃，用雄黃水、礬石水一本作汞。戎鹽、鹵鹹、礬石、牡礪、赤石脂、滑石、胡粉各數十斤，以為六一泥，火之三十六日成，服之七日仙。又以玄膏丸此丹，置猛火上，須臾成黃金。又以二百四十銖合水銀百斤火之，亦成黃金。金成者藥成也。金不成，更封藥而火之，日數如前，無不成也。

第二之丹名曰神丹，亦曰神符。服之百日仙也。行度水火，以此丹塗足下，步行水上。服之三日，三尸九蟲皆即消壞，百病皆愈也。

第三之丹名曰神丹。服一日，百日仙也。以與六畜吞之，亦終不死。又能辟五兵。服百日，仙人玉女，山川鬼神，皆來侍之，見如人形。

第四之丹名曰還丹。服一日，百日仙也。朱鳥鳳凰，翔覆其上，玉女至傍。以一日圭合水銀一斤火之，立成黃金。以此丹塗錢物用之，即日皆還。以此丹書凡人目上，百鬼走避。

第五之丹名餌丹。服之三十日仙也。鬼神來侍，玉女至前。

第六之丹名鍊丹。服之十日仙也。又以汞合火之，亦成黃金。

第七之丹名柔丹。服一刀圭，百日仙也。以缺盆汁和服之，九十老翁，亦能有子，與金公合火之，即成黃金。

第八之丹名伏丹。服之即日仙也。以此丹如棗核許持之，百鬼避之，以丹書門戶上，萬邪眾精不敢前，又辟盜賊虎狼也。

第九之丹名寒丹。服一刀圭，百日仙也。仙童仙女來侍，飛行輕舉，不用羽翼。

凡此九丹，但得一丹便仙，不在悉作之，作之在人所好者耳。凡服九丹，欲昇天則去，欲且止人間亦任意，皆能出入無間，不可得之害矣。

抱朴子曰，復有太清神丹，其法出於元君。元君者，老子之師也。太清觀天經有九篇，云其上三篇，不可教受；其中三篇，世無足傳，當沉之三泉之下；下三篇者，正是丹經上中下，凡三卷也。元君者，大神仙之人也，能調和陰陽，役使鬼神風雨，驂駕九龍十二白虎，天下眾仙皆隸焉，猶自言本亦學道服丹之所致也，非自然也。況凡人乎？其經曰，上士得道，昇為天官；中士得道，棲集崑崙，下士得道，長生世間。民愚不信，謂為虛言，從朝至暮，但作求死之事，了不求生，而天豈能強生之乎？凡人唯知美食好衣，聲色富貴而已，恣心盡欲，奄忽終歿之徒，慎無以神丹告之，令其笑道謗真。傳丹經不得其人，身必不吉。若有篤信者，可將合藥成以分之，莫輕以其方傳之也。知此道者，何用王侯？為神丹既成，不但長生，又可以作黃金。金成取百斤先設大祭。祭自有別法一卷，不與九鼎祭同也。祭當別稱金各檢署之。

禮天二十斤，日月五斤，北斗八斤，太乙八斤，井五斤，竈五斤，河伯十二斤，社五斤，門戶間鬼神清君合五斤，凡八十八斤。餘一十二斤，以好韋囊盛之，良日於都市中市盛之時，嘿聲放棄之於多處，徑去無復顧。凡用百斤外，乃得自恣用之耳。不先以金祀神，必被殃咎。又曰，長生之道，不在祭祀事鬼神也，不在道引與屈伸也，昇仙之要，在神丹也。知之不易，為之實難也。子能作之，可長存也。近代漢末新野陰君，舍此太清丹得仙。其人本儒生，有才思，善著詩及丹經讚並序，述初學道隨師本末，列己所知識之得仙者四十餘人，甚分明也。作此太清丹，小為難合於九鼎，然是白日昇天上之法也。合之當先作華池赤盥艮雪玄白飛符三五神水，乃可起火耳。

一轉之丹，服之三年得仙。

二轉之丹，服之二年得仙。

三轉之丹，服之一年得仙。

四轉之丹，服之半年得仙。

五轉之丹，服之百日得仙。

六轉之丹，服之四十日得仙。



七轉之丹，服之三十日得仙。

八轉之丹，服之十日得仙。

九轉之丹，服之三日得仙。

若取九轉之丹，內神鼎中，夏至之後，爆之鼎熱，內朱兒一斤於蓋下。伏伺之，候日精照之。須臾翕然俱起，煌煌輝輝，神光五色，即化為還丹。取而服之一刀圭，即白日昇天。又九轉之丹者，封塗之於土釜中，糠火，先文後武，其一轉至九轉，遲速各有日數多少，以此知之耳。其轉數少，則用日多，其藥力不足，故服之用日多，得仙遲也。其轉數多，藥力成，故服之用日少，而得仙速也。

又有九光丹，與九轉異法，大都相似耳。作之法，當以諸藥合火之，以轉五石。五石者，丹砂、雄黃、白凡、曾青、慈石也。一石輒五轉而各成五色，五石而二十五色，各一兩，而異器盛之。欲起死人，未滿三日者，取青丹一刀圭和水，以浴死人，又以一刀圭發其口內，死人立生也。欲致行厨，取黑丹和水，以塗左手，其所求如口所道皆自至，可致天下萬物也。欲隱形及先知未然方來之事，及住年不老，服黃丹一刀圭，即便長生不老矣。及坐見千里之外，吉凶皆知，如在目前也。人生宿命，盛衰壽夭，富貴貧賤，皆知之也，其法俱在太清經中卷耳。

抱朴子曰，其次有五靈丹經一卷，有五法也。用丹砂、雄黃、雌黃、石硫黃、曾青、礬石、磁石、戎鹽、太一餘糧，亦用六一泥，及神室祭醮合之，三十六日成。又用五帝符，以五色書之，亦令人人不死，但不及太清及九鼎丹藥耳。

又有岷山丹法，道士張蓋躡精思於岷山石室中，得此方也。其法鼓冶黃銅，以作方諸，以承取月中水，以水銀覆之，致日精火其中，長服之不死。又取此丹置雄黃銅燧中，覆以汞曝之，二十日發而治之，以井華水服如小豆，百日，盲者皆能視之，百病自愈，髮白還黑，齒落更生。

又務成子丹法，用巴沙汞置八寸銅盤中，以土爐盛炭，倚三偶，塹以枝盤，以硫黃水灌之，常令如泥，百日服之不死。

又羨門子丹法，以酒和丹一斤，用酒三升和，曝之四十日，服之一日，則三蟲百病立下，服之三年，仙道乃成，必有玉女二人來侍之，可役使致行厨，此丹可以厭百鬼，及四方死人殃注害人宅，及起土功妨人者，懸以向之，則無患矣。

又有立成丹，亦有九首，似九鼎而不及也。其要一本更云，取雌黃雄黃燒下其中銅，鑄以為器，覆之三歲淳苦酒上，百日，此器皆生赤乳，長數分，或有五色琅玕，取埋而服之，亦令人長生。又可以和菟絲，菟絲是初生之根，其

形似菟，掘取剋其血，以和此丹，服之立變化，在意所作也。又和以朱草，一服之，能乘虛而行云，朱草狀似小棗，栽長三四尺，枝葉皆赤，莖如珊瑚，喜生名山巖石之下，刻之汁流如血，以玉及八石金銀投其中，立便可丸如泥，久則成水，以金投之，〔名為金漿，以玉投之〕 #8，名為玉醴，服之皆長生。

又有取伏丹法，天下諸水，有名丹者，有南陽之丹水之屬也，其中皆有丹魚，常先夏至十日夜伺之，丹魚必浮於水側，赤光上照，赫然如火也，網而取之可得之，得之雖多，勿盡取也，割其血，塗足下，則可步行水上，長居淵中矣。

又赤松子丹法，取千歲蓂汗，一作汁。及蟠桃汁淹丹，著不津器中，練蜜蓋其口，埋之入地三尺，百日，絞檉木赤實，取汁和而服之，令人面目鬢髮皆赤，長生也。昔中黃仙人有赤鬚子者，豈非服此乎？

又石先生丹法，取鳥鷖之未生毛羽者，以真丹和牛肉以吞之，至長，其毛羽皆赤，乃煞之，陰乾百日，并毛羽搗服一刀圭，百日得壽五百歲。

又康風子丹法，用羊鳥鶴卵雀血，合少室天雄汁，和丹內鵠卵中漆之，內雲母水中，百日化為赤水，服一合，輒益壽十歲，服一升千歲也。又崔文子丹法，內丹驚腹中蒸之，服，令人延年，長服不死。

又劉元丹法，以丹砂內玄水液中，百日紫色，握之不汗手，又和以雲母水，內管中漆之，投井中，百日化為赤水，服一合，得百歲，久服長生也。

又樂子長丹法，以曾青、鉛丹、合汞及丹砂，著銅筩中，乾瓦白滑石封之，於白砂中蒸之，八十日，服如小豆，三年仙矣。一本作一年仙。

又李文丹法，以白素裹丹，以竹汁煮之，名紅泉，乃浮湯上蒸之，合以玄水，服之一合，一年仙矣。

又尹子丹法，以雲母水和丹密封，致金花池中，一年出，服一刀圭，盡一斤，得五百歲。

又太乙招魂魄丹法，所用五石，及封之以六一泥，皆似九丹也，長於起卒死三日以還者，折師內一丸，與硫黃丸，俱以水送之，令入喉即活，皆言見使者持節召之。

又采女丹法，以兔血和丹與蜜蒸之，百日，服之如梧桐子者大一丸，日三，至百日，有神女二人來侍之，可役使。

又稷丘子丹法，以清酒麻油百華醴龍膏和，封以六一泥，以糠火煨之，十日成，服如小豆一丸，盡劑得壽五百歲。

又墨子丹法，用汞及五石液於銅器中，火熬之，以鐵匕撓之，十日，還為丹，服之一刀圭，萬病去身，長服不死。

又張子和丹法，用鉛汞曾青水合封之，蒸之於赤黍米中，八十日成，以棗

膏和丸之，服如大豆，百日，壽五百歲。

又綺里丹法，先飛取五石玉塵，合以丹砂汞，內大銅器中煮之，百日，五色，服之不死。以鉛百斤，以藥百刀圭，合火之成白銀，以雄黃水和而火之，百日成黃金，金或太剛者，以豬膏煮之，或太柔者，以白梅煮之。

又玉柱丹法，以華池和丹，以曾青硫黃末覆之薦之，內甬中沙中，蒸之五十日，服之百日，玉女六甲六丁神女來侍之，可役使，知天下之事也。

又肘後丹法，以金華和丹乾瓦封之，蒸八十日，取如小豆，置盤中，向日和之，其光上與日連，服如小豆，長生矣。以投丹陽銅中，火之成金。又一法以油汁和丹，服之百日長生。

又李公丹法，用真丹及五石之水各一升，和令如泥，釜中火之，三十六日出，和以石硫黃液，服之十年，與天地相畢。

又劉生丹法，用白菊花汁、地楮汁、樗汁和丹蒸之，三十日，研合服之，一年，得五百歲。老翁服更少不可識，少年服亦不老。

又王君丹法，巴沙及汞內雞子中，漆合之，令雞伏之三枚，以王相日服之，住年不老，小兒不可服，不復長矣，與新生雞犬服之，皆不復大，鳥獸皆亦如此驗。

又陳生丹法，用白蜜和丹，內銅器中封之，沉之井中，一期，服之經年，不饑，盡一斤，壽百歲。

又韓眾終丹法，漆蜜和丹煎之，服可延年久視，立日中無影。過此以往，尚數十法，不可俱論。

抱朴子曰，金液太乙，所服而仙者也，不減九丹矣。合之用古秤黃金一斤，并用玄明龍膏、太乙旬首中石、冰石、紫遊女、玄水液、金化石、丹砂，封之成水、真經云，金液入口，則其身皆金色。老子授之於元君，元君曰，此道至重，百世一出，藏之石室，合之，皆齋戒百日，不得與俗人相往來，於名山之側，東流水上，別立精室，百日成，服一兩便仙。若未欲去世，且作地水仙之士者，但齋戒百日矣。若欲昇天，皆先斷穀一年，乃服之也。若服半兩，則長生不死，萬害百毒，不能傷之，可以畜妻子，居官秩，在意所欲，無所禁也。若復欲昇天者，乃可齋戒，更服一兩，便飛仙矣。

以金液為威喜巨勝之法，取金液及水銀一味合煮之，三十日，出以黃土甌盛，以六一泥封，置猛火炊之，六十時，皆化為丹，服如小豆大便仙，以此丹一刀圭粉，水銀一斤，即成銀。又取此丹一斤，置火上扇之，化為赤金而流，名曰丹金。以塗刀劍，辟兵萬里。以此丹金為盤椀，飲食其中，令人長生。以承日月得液，如方諸之得水也，飲之不死。以金液和黃土，內六一泥甌中，猛火炊之，盡成黃金，中用也，復以火炊之，皆化為丹，服之如小豆，可以

入名山大川為地仙。以此丹一刀圭粉水銀立成銀，以銀一兩和鉛一斤，皆成銀，金液經云，投金八兩於東流水中，飲血為誓，乃告口訣，不如本法，盜其方而作之，終不成也。凡人有至信者，可以藥與之，不可輕傳其書，必兩受其殃，天神鑒人甚近，人不知耳。

抱朴子曰，九丹誠為仙藥之上法，然合作之，所用雜藥甚多。若四方清通者，市之可具。若九域分隔，則物不可得也。又當起火晝夜數十日，伺候火力，不可令失其適，勤苦至難，故不及合金液之易也。合金液唯金為難得耳。古秤金一斤於今為二斤，率不過直三十許萬，其所用雜藥差易具。又不起火，但以置華池中，日數足便成矣，都合可用四十萬而得一劑，可足八人仙也。然其中稍少合者，其氣力不足以相化成。如釀數升米酒，必無成也。

抱朴子曰，其次有餌黃金法，雖不及金液，亦遠不比他藥也。或以豕負革肪及酒鍊之，或以樗皮治之，或以荊酒磁石消之，或有可引為巾，或立令成水服之。或有禁忌，不及金液也。或以雄黃雌黃合餌之，可引之張之如皮，皆地仙法耳。銀及蚌中大珠，皆可化為水服之。然須長服不可缺，故皆不及金液也。

抱朴子曰，合此金液九丹，既當用錢，又宜入名山，絕人事，故能為之者少，且亦千萬人中，時當有人人得其經者。故謂作道書者，略無說金丹者也。第一禁，勿令俗人之不信道者，謗訕評毀之，必不成也。鄭君言所以爾者，合此大藥皆當祭，祭則太一元君、老君、玄女皆來鑒省。作藥者若不絕跡幽僻之地，令俗間愚人得經過聞見之，則諸神便責作藥者之不遵承經戒，致令惡人有謗毀之言，則不復佑助人，而邪氣得進，藥不成也。必入名山之中，齋戒百日，不食五辛生魚，不與俗人相見，爾乃可作大藥。作藥須成乃解齋，不但初作時齋也。鄭君云，左君告之，言諸小小山，皆不可於其中作金液神丹也。凡小山皆無正神為主，多是木石之精，千歲老物，血食之鬼，此輩皆邪炁，不念為人作福，但能作禍，善試道士，道士須當以術辟身，及將從弟子，然或能壞人藥也。今之醫家，每合好藥好膏，皆不欲令雞犬小兒婦人見之。若被諸物犯之，用便無驗。又染彩者，惡惡目者見之，皆失美色，況神仙大藥乎？是以古之道士，合作神藥，必入名山，不止凡山之中，正為此也。又按仙經，可以精思合作仙藥者，有華山、泰山、霍山、恆山、嵩山、少室山、長山、太白山、終南山、女几山、地肺山、王屋山、抱犢山、安丘山、潛山、青城山、娥眉山、綏山、雲臺山、羅浮山、陽駕山、黃金山、鼈祖山、大小天台山、四望山、蓋竹山、括蒼山，此皆是正神在其山中，其中或有地仙之人。上皆生芝草，可以避大兵大難，不但於中以合藥也。若有道者登之，則此山神必助之為福，藥必成。若不得登此諸山者，海中大島與（亦可合藥）。

洲、紆嶼及徐州之羊莒洲、泰光洲、鬱洲，皆其次也。今中國名山不可得至，江東名山之可得住者，有霍山，在晉安；長山、太白，在東陽；望山、大小天台山、蓋竹山、括蒼山，在會稽。

抱朴子曰，余忝大臣之子孫，雖才不足以經國理物，然疇類之好，進趨之業，而所知不能遠余者，多禪翻雲漢，耀景晨霄者矣。余所以絕慶吊於鄉黨，棄當世之榮華者，必欲遠登名山，成所著子書，次則合神藥，規長生故也。俗人莫不怪余之委桑梓，背清塗，而躬耕林藪，手足胼胝，謂余有狂惑之疾也。然道與世事不並興，若不廢人間之務，何得修如此之志乎？見之誠了，執之必定者，亦何憚於毀譽，豈移於勸沮哉？聊書其心，示將來之同志尚者云。後有斷金之徒，所捐棄者與余之不異也。

小神丹方，用真丹三斤，白蜜六斤，亦日暴煎之，攪合，日暴煎之，令可丸，旦服如麻子許十丸，未一年，髮白者黑，齒落者生，身體潤澤，長#15服之，老#16翁成年少，長生不死矣。

小丹法，丹一斤，擣篩，淳苦酒三，漆二升，凡三物合，令相得，微火上，令可丸，服如麻，子三丸，日#17再服，三十日，腹中百病愈，三尸去；服之百日，肌骨強堅；千日，司命削去死籍，與天地相畢，日月相望，改#18形易容，變化#19無常，日中無影，乃別有光也。

小餌黃金法，鍊金內清酒中，約二百過，出入即沸矣，握之出指間令如泥，若不沸，及握之不出指間，即削之，內清酒中無數也。成，服之如彈丸一枚，亦可一丸，分為小丸，服之三十日，無寒溫，神人玉女事之，銀亦可餌之，與金同法。服此二物，能居名山石室中者，一年即輕舉矣。止人間服亦地仙，勿妄傳也。

兩儀子餌消黃金法，豬負革脂三斤，淳苦酒一升，取黃金五兩，置器中，煎之土爐，以金置脂中，百入百出，苦酒亦爾。餐一斤，壽蔽天地；食半斤，壽二千歲；五兩，壽#20千二百歲。無多少，便可餌之。當以王相日作，服之神良。勿傳示人，示人令藥不成不神。欲去，當服丹砂也。

抱朴子內篇卷之四竟恩，

#1『時』原作『時時』，據王明校本刪『時』字。

#2『內』原脫，據王明校本補。

#3『如』原作『知』，據王明校本改。

#4『古』字下原衍『之聖』二字，據王明校本刪。

#5『自』原作『息』，據王明校本改。

#6『百』字下原衍『日』字，據王明校本刪。

#7『病』字下原衍『者』字，據王明校本刪。

- #8方括號內的文句原脫，據王明校本補。
- #9『和』字下原衍『之』字，據王明校本刪。
- #10『金』字上原衍『受』字，據王明校本刪。
- #11『云』原脫，據王明校本補。
- #12『缺』原作『供』，據王明校本改。
- #13『左』原作『老』，據王明校本改。
- #14方括號內的文句原脫，據王明校本補。
- #15『長』字下原衍『肌』字，據王明校本刪。
- #16『老』字上原衍『不老』二字，據王明校本刪。
- #17『日』原脫，據王明校本補。
- #18『改』原脫，據王明校本補。
- #19『化』原脫，據王明校本補。
- #20『壽』原作『金』，據王明校本改。

#### 抱朴子內篇卷之五

#### 至理

抱朴子曰，微妙難識，疑惑者眾。吾聰明豈能過人哉？適偶有所偏解，猶鶴知夜半，燕知戊己，而未必違於他事也。亦有以校驗，知長生之可得，仙人之無種耳。夫道之妙者，不可盡書，而其近者，又不足可說。昔庚桑胥，文子#1釐顏，勤苦彌久，及受大訣，諒有以也。夫圓首含氣，孰不樂生而畏死哉？然榮華勢利誘其意，素顏玉膚惑其目，清商流徵亂其耳，愛惡利害攪其神，功名聲譽束其體，此皆不召而自來，不學而已成，自非受命應仙，窮理獨見，識變通於常事之外，運清鑒於玄漠之域，寤身名之親疏，悼過隙之電速者，豈能棄交修賒，抑遺嗜好，割目下之近欲，修難成之遠功哉？夫有因無而生焉，形須神而立焉。有者，無之宮也。形者，神之宅也。故譬之於堤，堤壞則水不留矣。方之於燭，燭糜則火不居矣。身勞則神散，氣竭則命終。根竭枝繁，則青青去木矣。氣疲欲勝，則精靈離身矣。夫逝者無反期，既朽無生理，達道之士，良所悲矣。輕璧重陰，豈不有以哉？故山林養性之家，遺俗得意之徒，比崇高於贅疣，方萬物乎蟬翼，豈苟為大言，而強薄世事哉？誠其所見者了，故棄之如忘耳。是以遐棲幽遁，韜鱗掩藻，遏欲視之目，遣損明之色，杜思音之耳，遠亂聽之聲，滌除玄覽，守雌抱一，專氣致柔，鎮以恬素，遣歡戚之邪情，外得失之榮辱，割厚生之腊毒，謐多言於樞機，反聽而後所聞徹，內視而後見無朕，養靈根於冥鈞，除誘慕於接物，削斥淺務，御以愉慎，為乎無為，以全天理爾。乃口吸寶華，浴神太清，外除五曜，內守九精，堅玉鑰於命門，結北極於黃庭，引三景於明堂，飛元始以鍊形，采靈液於金梁，長驅白而留

青，凝澄泉於丹田，引沉珠於五城，瑤鼎俯爨，藻禽仰鳴，瑰華擢穎，天鹿吐瓊，懷重規於絳宮，潛九光於洞冥，雲蒼鬱而連天，長谷湛而交經，履躡乾兌，招呼六丁，坐臥紫房，咀吸金英，曄曄秋芝，朱華翠莖，晶晶珍膏，溶溢霄零，治飢止渴，百病不萌，逍遙戊己，燕和飲平，拘魂制魄，骨填體輕，故能策風雲以騰虛，並混輿而永生也。然梁塵之盈尺，非可求之漏刻，山雷洞徹，非可致之於造次也。患於聞之者不信，信之者不為，為之者不終耳。夫得之者甚希而隱，不成者至多而顯。世人不能知其隱者，而但見其顯者，故謂天下果無其仙道也。

抱朴子曰，防堅則水無漉棄之費，脂多則火無寢曜之患，龍泉以靡割常利，斤斧以日用速弊，隱雪以違暖經夏，藏冰以居深過暑，單帛以幔鏡不灼，凡卉以偏覆越冬。泥壤易消者也，而陶之為瓦，則與二儀齊其久焉。柞柳速朽者也，燔之為炭，則可億載而不敗焉。轅豚以優穡晚卒，良馬以陟峻早斃，寒蟲以適己倍壽，南林以處溫長茂，接煞氣則彫瘁於凝霜，值陽和則鬱藹而條秀。物類一也，而榮枯異功，豈有秋收之常限，冬藏之定例哉？而人之受命，死生之期，未若草木之於寒天也，而延養之理，補救之方，非徒溫煖之為淺益也，久視之效，何為不然？而世人守近習隘，以仙道為虛誕，謂黃老為妄言，不亦惜哉？夫愚人乃不肯信湯藥鍼艾，況深於此者乎？皆曰，俞跗扁鵲和流倉公之流，必能治病，何不勿死？又云，富貴之家，豈乏醫術，而更不壽，是命有自然也。乃責如此之人，令信神仙，是使牛緣木，馬逐鳥也。

抱朴子曰，召魂小丹三使之丸，及五英八石小小之藥，或立消堅冰，或入水自浮，能斷絕鬼神，禳卻虎豹，破積聚於腑臟，追#2二堅於膏肓，起碎死於委尸，返驚魂於既逝。夫此皆凡藥也，猶能令已死者復生，則彼上藥也，何為不能令生者不死乎？越人救虢太子於既殞，胡巫活絕氣之蘇武，淳于能解顛以理腦，元化能剖腹以澣胃，文摯衍期以瘳危困，仲景穿納以納赤餅，此醫家之薄伎，猶能若是，豈況神仙之道，何所不為？夫人所以死者，損也。老者，百病所害也，毒惡所中也，邪氣所傷也，風冷所犯也。今道引行氣，還精補腦，食飲有度，興居有節，將服藥物，思神守一，柱天禁戒，帶佩符印，傷生之徒，一切遠之，如此則通，可以免此六害。今醫家通明，腎氣之丸，內補五絡之散，骨填苟杞之煎，黃耆建中之湯，將服之者，皆致肥丁。漆葉青蔡，凡弊之草，樊阿服之，得壽二百歲，而耳目聰明，猶能持鍼以治病，此近代之實事，良史所記注者也。

又云，有吳普者，從華佗受五禽之戲，以代導引，猶得百余歲。此皆藥術之至淺，尚能如此，況於用其妙者耶？今語俗人云，理中四順，可以救霍亂，款冬、紫苑，可以治欬逆，蕉蘆、貫眾之煞九蟲，芍歸、芍藥之止絞痛，秦

膠、獨活之除八風，菖蒲、乾薑之止痺濕，菟絲、茯苓之補虛乏，甘遂、葶藶之逐痰癖，括樓、黃連之愈消渴，薺芎、甘草之解百毒，蘆如、益熱之護眾創，麻黃、大青之主傷寒，俗人猶為不然也，寧煞生請福，分著問崇，不肯信良醫之攻疾病，及用巫史之紛若，況乎告之以金丹可以度世，芝英可以延年哉？昔留侯張良，吐出奇策，一代無有，智慮所及，非淺近人也，而猶謂不死可得者也，其聰明智用，非皆不逮世人，而曰吾將棄人間之事，以從赤松遊耳，遂修道引，絕穀一年，規輕舉之道，坐呂后逼蹴，從求安太子之計，良不得已，為書致四皓之策，果如其言，呂后德之，而逼令強食之，故令其道不成耳。按孔安國祕記云，良得黃石公不死之法，不但兵法而已。又云，良本師四皓，用里先生綺里季之徒，皆仙人也，良悉從受其神方，雖為呂后所強飲食，尋復修行仙道，密自度世，但世人不知，故云其死耳。如孔安國之言，則良為得仙也。又漢丞相張蒼，偶得小術，吮婦人乳汁，得一百八十歲，此蓋道之薄者，而蒼為之，猶得中壽之三倍，況於備術，行諸祕妙，何為不得長生乎？此事見於漢書，非空言也。

抱朴子曰，服藥雖為長生之本，若能兼行氣者，其益甚速，若不能得藥，但行氣而盡其理者，亦得數百歲。然又宜知房中之術，所以爾者，不知陰陽之術，屢為勞損，則行氣難得力也。夫人在氣中，氣在人中，自天地至于萬物，無不須氣以生者也。善行氣者，內以養身，外以卻惡，然百姓日用而不知焉。吳越有禁咒之法，甚有明驗，多烝耳。知之者可以入大疫之中，與病人同床而已不染。又以群從行數十人，皆使無所畏，此是烝可以禳天災也。或有邪魅山精，侵犯人家，以瓦石擲人，以火燒人屋舍。或形現往來，或但聞其聲音言語，而善禁者以烝禁之，皆即絕，此是烝可以禁鬼神也。入山林多溪毒蝮蛇之地，凡人暫經過，無不中傷，而善禁者以烝禁之，能辟方數十里上，伴侶皆使無為害者。又能禁虎豹及蛇蜂，皆悉令伏不能起。以無禁金瘡，血即登止。又能續骨連筋。以烝禁白刃，則可蹈之不傷，刺之不入。若人為蛇虺所中，以烝禁之，則立愈。近世左慈、趙明等，以烝禁水，水為之逆流一二丈。又於茅屋上然火，煮食食之，而茅屋不焦。又以大釘釘柱，入七八寸，以烝吹之，釘即涌射而出。又以烝禁沸湯，以百許錢投中，令一人手探壠取錢，而手不灼爛。又禁水著中庭露之，大寒不冰。又能禁一里中炊者盡不得蒸熟。又禁犬令不得吠。昔吳遣賀將軍討山賊，賊中有善禁者，每當交戰，官軍刀劍皆不得拔，弓弩射矢皆還向，輒致不利。賀將軍長智有才思，乃曰，吾聞金有刃者可禁，蟲有毒者可禁，其無刃之物，無毒之蟲，則不可禁，彼能禁吾兵者，必不能禁無刃物矣。乃多作勁木白棒，選異力精卒五千人為先登，盡捉拮彼山賊。賊恃其善禁者，了不能備，於是官軍以白棒擊之，大破彼賊，禁者果不復



行，所打煞者，乃有萬計。夫炁出於形，用之其效至此，何疑不可絕穀治病，延年養性乎。仲長公理者，才達之士也，著昌言，亦論行炁可以不饑不病，云吾始者未之信也，至於為之者，盡乃然矣。養性之方，若此至約，而吾未之能也，豈不以心馳於世務，思銳於人事哉？他人之不能者，又必與吾同此疾也。昔有明師，知不死之道者，燕君使人學之，不捷而師死。燕君怒其使者，將加誅焉。諫者曰，夫所憂者莫過乎死，所重者莫急乎生，彼自喪其生，亦安能令吾君不死也。君乃不誅。其諫辭則此為良說矣。使彼有不死之方，若吾所聞行炁之法，則彼說師之死者，未必不知道也，直不能棄世事而為之，故雖知之而無益耳，非無不死之法者也。又云，河南密縣有卜成者，學道經久，乃與家人辭去，其始步稍高，遂入雲中不復見。此所謂舉形輕飛，白日昇天，仙之上者也。陳元方、韓元長皆潁川之高士也，與密相近，二君所以信天下之有仙者，蓋各以其父祖及見卜成者成仙昇天故也，此則又有仙之一證也。

#### 抱朴子內篇卷之五竟

#1 『子』原作『字』，據王明校本改。

#2 『追』原作『殲』據王明校本改。

#3 『氣』原作『無』，據王明校本改。

#4 『驗』原作『獻』，據王明校本改。

#5 『又』原作『損』，據王明校本改。

#6 『賊』原脫，據王明校本補。

#### 太清部

#### 抱朴子內卷六微旨篇

#### 抱朴子內篇卷之六

#### 微旨

抱朴子曰，余聞歸同契合者，則不言而信著；途殊別孤者，雖忠告而見疑。夫尋常咫尺之近理，人聞取舍之細事，沉浮過於金羽，皂白分於粉墨，而抱惑之士，猶多不辨焉，豈況說之以世道之外，示之以至微之旨，大而笑之，其來久矣，豈獨今哉？夫明之所及，雖玄陰幽夜之地，豪釐芒髮之物，不以為難焉。苟所不逮者，雖日月麗天之炤灼，嵩岱干雲之峻峭，猶不能察焉。黃老玄聖，深識獨見，開祕文於名山，受仙經於神人，蹶埃塵以遺累，凌大遐以高躋，金石不能與之齊堅，龜鶴不足與之等壽，念有志於將來，愍信者之無文，垂以方法，炳然著明，小修則小得，大為則大驗。然而淺見之徒，區區所守，甘於蓼夢而不識蜜，酣於醜醜而不賞醇醪。知好生而不知有養生之道，知畏死而不信有不死之法，知飲食過度之速疾病，而不能節肥甘於其口也。知極情恣欲

之致枯損，而不知割懷於所欲也。余雖言神仙之可得，安能令其信乎？

或人難曰，子體無參午達理，奇毛通骨，年非安期#1彭祖多歷之壽，目不接見神仙，耳不獨聞異說，何以知長生之可獲，養性之有徵哉？若覺玄妙於心得，運逸鑒於獨見，所未敢許也。夫衣無蔽膚之具，資無謀夕之儲，而高談陶朱之術，自同猗頻之策，取譏論者，其理必也。抱痼疾而言精和、鵠之伎，屢奔北而稱究孫、吳之筭，人不信者，以無效也。

余答曰，夫寸鱗汎迹濫水之中，則謂天下無四海之廣也。芒竭宛轉果核之內，則謂八極之界盡於茲也。雖告之以無涯之浩汗，語之以宇宙之恢闊，以為空言，必不肯信也。若令吾眼有方瞳，耳長出頂，亦將控飛龍而駕慶雲，瘦流電而造倒景，子又將安得而詰我。設令見我，又將呼為天神地祇異類之人，豈為我為學之所致哉？始聊以先覺挽引同志，豈強令吾子之徒皆信之哉？若令家戶有仙人，屬目比肩，吾子雖蔽，亦將不疑，但彼人之道成，則蹈青霄而遊紫極，自非通靈，莫之見聞，吾子必為無耳。世人信其臆斷，仗其短見，自非所度，事無差錯，習乎所致，怪乎所希，提耳指掌，終於不悟，其來尚矣，豈獨今哉？

或曰，屢承嘉談，足以不疑於有仙矣，但更自嫌於不能為耳。敢問更有要道，可得單行者否？

抱朴子曰，凡學道，當階階淺涉深，由易以及難#2；志誠堅果，無所不濟，疑則無功，非一事也。夫根芟不洞地，而求柯條干雲，淵源不泓窈，而求湯流萬里者，未之有也。是故非積善陰德，不足以感神明；非誠心款契，不足以結師友；非功勞不足以論大試；又未遇而求要道，未可得也。九丹金液，最是仙主。然事大費重，不可卒辦也。寶精愛炁，最其急也，并將服小藥以延年命，學近術以辟邪惡，乃可漸階精微矣。

或曰，方術繁多，誠難精備，除置金丹，其餘可修，何者為善？

抱朴子曰，若未得其至要之大者，則其小者不可不廣知也。蓋籍眾術之共成長生也。大而論之，猶世主治國焉，文武禮律，無一不可也。小而論之，猶工匠之為車焉，轆轤軸轄，莫或應虧也。所為術者，內修形神，使延年愈疾，外攘邪惡，使禍害不干。比之琴瑟，不可以子絃求五音也，方之甲冑，不可以一扎待鋒刃也。何者，五音合用不可闕，而鋒刃所集不可少也。凡養生者，欲令多聞而體要，博見而善擇，偏修一事，不足必賴也。又患好事#3之徒，各仗其所長，知玄素之術者，則曰唯房中之術可以度世矣；明吐納之道者，則曰唯行氣可以延年矣；知屈伸之法者，則曰唯導引可以難老矣；知草木之方者，則曰唯藥餌可以無窮矣；學道之不成就，由乎偏枯之若此也。淺見之家，偶知一事，便言已足，而不識真者，雖得善方，猶更求無已，以消工棄日

，而所施用，意無一定，此皆兩有所失者也。或本性戇鈍，所知殊尚淺近，便強入名山，履冒毒螫，屢被中傷，恥復求還，或為虎狼所食，或為魍魎所殺，或餓而無絕穀之方，寒而無自溫之法，死於崖谷，不亦愚哉？夫務學不如擇師，師所聞素狹，又不盡情以教之，因告云，為道不在多也。夫為道不在多，自為己有金丹至要，可不用餘耳。然此事知之者甚希，寧可盡待不必之大事，而不修交益之小術乎？譬猶作家，云不事用他物者，蓋謂有金銀珠玉，在乎掌握懷抱之中，足以供累世之費者耳。苟其無此，何可不廣播百穀，多儲果疏乎？是以斷穀辟兵，馱劾鬼魅，禁禦百毒，治救眾疾，入山則使猛獸不犯，涉水則令蛟龍不害，經瘟疫則不畏，遇急難則隱形，此皆小事，而不可不知，況過此者，何可不聞乎？

或曰，敢問欲修長生之道，何所禁忌。

抱朴子曰，禁忌之至急，在不傷不損而已。按易內戒及赤松子經及河圖記命符皆云，天地有司過之神，隨人所犯輕重，以奪其筭，筭減則人貧耗疾病，屢逢憂患，筭盡則人死，諸應奪筭者，有數百事，不可具論。又言身中有三尸，三尸之為物，雖無形而實魄靈鬼神之屬也。欲使人早死，此尸當得作鬼，自放縱遊行，饗人祭酹。是以每到庚申之日，輒上天白司命，道人所為過失。又月晦之夜，竈神亦上天白人罪

狀。大者奪紀，紀者，三百日也。小者奪筭，筭者，三日也。或作一日。吾亦未能審此事之有無也。然天道邈遠，鬼神難明。趙簡子、秦穆王皆親受金策於上帝，有土地之明徵。山川草木，井竈洿池，猶皆有精氣；及人身中，〔亦有魂魄〕#5；況天地為物之至大者，於理當有精神，有精#6神則宜賞善而罰惡。但其體大而綱疏，不必機發而響應耳。然覽諸道戒，無不云欲求長生者，必欲積善立功，慈心於物，恕己及人，仁逮昆蟲，樂人之吉，愍人之苦，賙人之急，救人之窮，手不傷生，口不勸禍，見人之得，如己之得，見人之失，如己之失，不自貴，不自譽，不嫉妬勝己，不佞諂陰賊，如此乃為有德，受福于天，所作必成，求仙可冀也。若乃憎善好煞，口是心非，背向異辭，反戾直正，虐害其下，欺罔其上，叛其所事，受恩不感，弄法受賂，縱曲枉直，廢公為私，刑加無辜，破人之家，收人之寶，害人之身，取人之位，侵克賢者，誅戮降伏，謗訕仙聖，傷殘道士，彈射飛鳥，剝胎破卵，春夏燎臘，罵詈神靈，教人為惡，蔽人之善，危人自安，佻人自功，壞人佳事，奪人所愛，離人骨肉，辱人求勝，取人長錢，還人短陌，決放水火，以術害人，迫脇羸弱，以惡易好，強取強求，擄掠致富，不公不平，淫佚傾斜，凌孤暴寡，拾遺取施，欺給誑詐，好說人私，持人短長，牽天援地，詛詛求直，假借不還，換貸不償，求欲無已，憎拒忠信，不順上命，不敬所師，笑人作善，敗人苗稼，損人

器物，以窮人用，以不清潔飲飼他人，輕秤小斗，狹幅短度，以偽雜真，採取姦利，誘人取物，越井跨竈，晦歌朔哭。凡有一事，輒是一罪，隨事輕重，司命奪其筭紀，筭盡則死。但有惡心而無惡迹者奪筭，若惡事而損於人者奪紀 #7，若筭紀未盡而自死者，皆殃及子孫也。諸橫奪人財物者，或計其妻子家口以當填之，以致死喪，但不即至耳。其惡行若不足以煞其家人者，久久終遭水火劫盜，及行求遺器物，若遇縣官疾病，自營醫藥，烹牲祭祀所用之費，要當今足以盡其所取之直也。故道家言枉煞人者，是以兵刃而更相煞。其取非義之財，不避怨恨，譬若以漏脯救飢，鳩酒解渴，非不暫飽，而死亦及之矣。其有曾行諸惡事，後自改悔者，若曾枉煞人，財當思救濟應死之人以解之。若妄取人財物，則當思施與貧困以解之。若以罪加人，則當思薦達賢人以解之，皆一倍於所為，則可便受吉利，轉禍為福之道也。能盡不犯之，則必延年益壽，學道速成也。夫天高而聽卑，物無不鑒，行善不怠，必得吉報。羊公積德布施，詣乎皓首，乃受天墜之金。蔡順至孝，感神應之。郭巨煞子為親，而獲鐵券之重賜。然善事難為，惡事易作，而愚人復以項託、伯牛輩謂天地之不能辨臧否，而不知彼有外名者，未必有內行，有揚譽者不能解陰罪，若以薺菱之生死，而疑陰陽之大氣，亦不足以致遠也。蓋上士所以密勿而僅免，凡庸所以不得其欲矣。

或曰，道德未成，又未得絕跡名山，而世不同古，盜賊甚多，將何以卻朝夕之患，防無妄之災乎？

抱朴子曰，常以執日，取六癸上土，以和百葉薰草，以泥門戶方一尺，則盜賊不來；亦可取市南門土，及歲破土，月建土，合和為人，以著朱鳥地，亦壓盜也。有急則入生地而止，無患也。天下有生地，一州有生地，一郡有生地，一縣有生地，一鄉有生地，一里有生地，一宅有生地，一房有生地。

或曰，一房有生地，不亦逼乎？

抱朴子曰，經云，大急之極，隱於車軾。如此，一車之中，亦有生地，亦有死地，況一房乎？

或曰，竊聞求生之道，當知二山，不審此山，為何所在，願垂告悟，以祛其惑。

抱朴子曰，有之。非華、霍也，非嵩、岱也。夫太元之山，難知易求，不天不地，不沉不浮，絕險緬邈，嶧鬼崎嶇，和氣網緼，神意並遊，玉井泓邃，灌溉匪休，百二十官，曹府相由，離坎列位，玄芝萬株，絳樹特生，其寶皆殊，金玉嵯峨，醴泉出隅，還年之士，挹其清流，子能修之，松、喬可儔，此一山也。長谷之山，杳杳巍巍，玄氣飄飄，玉液霏霏，金池紫房，在乎其限，愚人妄往，至皆死歸，有道之士，登之不衰，採服黃精，以致天飛，此二山

也。皆古賢之所祕，子精思之。

或曰，願聞真人守身鍊形之術。

抱朴子曰，深哉問也。夫始青之下月與日，兩半同昇合或一。出彼玉池入金室，大如彈丸黃如橘，中有嘉味甘如蜜，子能得之謹勿失。既往不追身將滅，純白之氣至微密，昇于幽關三曲折，中丹煌煌燭無疋，立之命門形不卒，淵乎妙矣難致詰。此先師之口訣，知之者不畏萬鬼五兵也。

或曰，聞房中之事，能盡其道者，可單行致神仙，并可以移災解罪，轉禍為福，居官高遷，商賈倍利，信乎？

抱朴子曰，此皆巫書妖妄過差之言，由於好事增加潤色，至令失實。或亦姦偽造作虛妄，以欺誑世人，藏隱端緒，以求奉事，招集弟子，以規世利耳。夫陰陽之術，高可以治小疾，次可以免虛耗而已。其理自有極，安能致神仙及卻禍致福乎？人不可以陰陽不交，坐致疾患。若乃縱情恣欲，不能節宣，則伐年命。善其術者，則能卻走馬以補腦，還陰丹以朱腸，采玉液於金池，到三五於華梁，令人老有美色，終其所稟之天年。而俗人聞黃帝以千二百女昇天，便謂黃帝單以此事致長生，而不知黃帝於荊山之下，鼎湖之上，飛九丹成，乃乘龍登天也。黃帝自可有千二百女耳，而非單行之所由也。凡服藥千種，三牲之養，而不知房中之術，亦無所益也。是以古人恐人輕恣情性，故美為之說，亦不可盡信也。玄素論之水火，水火煞人，而又生人，在於能用與不能耳。大都知#8其要法，御女多多益善，如不知其道而用之，一兩人足以速死爾。彭祖之法，最其要者。其他經多煩勞難行，而其為益不必如其書。人少有能為之者。口訣亦有數千言耳，不知之者，雖服百藥，猶不能得長生也。

抱朴子內篇卷之六竟

#1『期』原作『明』，據王明校本改。

#2『易以及難』原作『難以及易』，據王明校本改。

#3『事』原作『生』，據王明校本改。

#4『又不盡情』原作『又情不盡』，據王明校本改。

#5 括號內的文句原脫，據王明校本補。

#6『精』原脫，據王明校本補。

#7『奪紀』原脫，據王明校本補。

#8『知』原脫，據王明校本補。

抱朴子內篇卷之七

塞難

或曰，皇穹至神，賦命宜均，何為使喬松凡人受不死之壽，而周、孔大聖無久視之祚哉？

抱朴子曰，命之脩短，實由所值，受氣結胎，各有星宿。天道無為，任物自然，無親無疏，無彼無此也。命屬生星，則其人必好仙道。好仙道者，求之亦必得也。命屬死星，則其人亦不信仙道，則亦不自修其事也。所樂善否，判於所稟，移易予奪，非天所能。譬猶金石之銷於爐冶，瓦器之甄於陶竈、雖由之以成形，而銅鐵之利鈍，罌甕之邪正，適遇所遭，非復爐竈之事也。

或人難曰，良工所作，皆由其手，天之神明，何所不為，而云人生各有所值，非彼昊蒼所能匠成，愚甚惑焉，未之敢許也。

抱朴子答曰，渾茫剖判，清濁以陳，或昇而動，或降而靜，彼天地猶不知所以然也。萬物感氣，並亦自然，與彼天地，各為一物，但成有先後，體有巨細耳。有天地之大，故覺萬物之小，有萬物之小，故覺天地之大。且夫腹背雖包圍五臟，而五臟非腹背之所作也。肌膚雖纏裹血氣，而血氣非肌膚之所造也。天地雖含囊萬物，而萬物非天地之所為也。譬猶草木之因山林以萌秀，而山陵非有事焉。魚鱉託水澤以產育，而水澤非有為焉。俗人見天地之大也，以萬物之小也，因曰天地為萬物之父母，萬物為天地之子孫。夫蟲生於我，豈我之所作？故蟲非我不生，而我非蟲之父母，蟲非我之子孫。蟻蠓之育於醞醋，芝朮之產於木石，蛞蝓之滋於污淤，翠蘿之秀於松枝，非彼四物所創匠也，萬物盈乎天地之間，豈有異乎斯哉？天有日月寒暑，人有瞻視呼吸，以遠沉近，以此推彼，人不能自知其體老少痛癢之何故，則彼天亦不能自知其體盈縮災祥之所以；人不能使耳目常聰明，榮衛不輟闕<sup>#2</sup>，則天亦不能使日月不薄蝕，四時不失序。由茲論之，夭壽之事，果不在天地，仙與不仙，決非所值也。夫生我者，父也，娠我者，母也，猶不能令我形器必中適，姿容必妖麗，性理必平和，智慧必高遠，多致我氣力，延我年命；而或矬陋尪弱，或且黑且醜，或聾盲頑嚚，或枝離劬蹇，所得非所欲也，所欲非所得也，況乎天地遼闊者哉？父母猶復其遠者也。我自有身，不能使之永壯而不老，常健而不疾，喜怒不失宜，謀慮無悔吝。故受氣流形者，父母也；受而有之者，我身也。其餘則莫有親密乎此者也，莫有制御乎此者也，二者已不能有損益於我矣，天地亦安得與知之乎？必若人物皆天地所作，則宜皆好而無惡，悉成而無敗，眾生無不遂之類，而項、揚無春彫之悲矣。子以天不能使孔、孟有度世之祚，益知所稟之有自然，非天地所剖分也。聖之為德，德之至也。天若能以至德與之，而使之所知不全，功業不建，位不霸王，壽不盈百，此非天有為之驗也。聖人之死，非天所殺，則聖人之生，非天所挺也。賢不必壽，愚不必夭，善無近福，惡無近禍，生無定年，死無常分，盛德哲人，秀而不實，竇公庸夫，年幾二百，伯牛廢疾，子夏喪明，盜跖窮凶而白首，莊躄極惡而黃髮，天之無為，於此明矣。

或曰，仲尼稱自古皆有死，老氏曰神仙之可學。夫聖人之言，信而有徵，道家所說，誕而難用。

抱朴子#3曰，仲尼儒者之聖也；老子，得道之聖也。儒教近而易見，故宗之者眾焉。道意遠而難識，故達之者寡焉。道者，萬殊之源也。儒者，大淳之流也。三皇以往，道治也。帝王以來，儒教也。談者咸知高世之敦朴，而薄季俗之澆散，何獨重仲尼而輕老氏乎？是玩華藻於木末，而不識所生之有本也。何異乎貴明珠而賤淵潭，愛和璧而惡荆山，不知淵潭者，明珠之所自出，荆山者，和璧之所由生也。且夫養性者，道之餘也；禮樂#4者，儒之末也。所以貴儒者，以其移風易俗，不唯揖讓與盤旋也。所以尊道者，以其不言而化行，匪獨養生之一事也。若儒道果有先後，則仲尼未可專信，而老氏未可孤用。仲尼既敬問伯陽，願比老、彭，又自以知魚鳥而不識龍，喻老氏於龍，蓋其心服之辭，非空言也。與顏回所言瞻之在前，忽然在後，鑽之彌堅，仰之彌高，無以異也。

或曰，仲尼親見老氏而不從學道，何也？

抱朴子曰，以此觀之，益明所稟有自然之命，所尚有不變之性也。仲尼知老氏玄妙貴異，而不能揖酌清虛，本源大宗，出乎無形之外，入乎至道之內，其所諮受，止於民間之事而已，安能請求仙法耶？忖其用心汲汲，專於教化，不存乎方術也。仲尼雖聖於世事，而非能沉靜玄默，守無為者也。故老子戒之曰，良賈深藏若虛，君子盛德若愚，去子之驕氣與多慾，態色與淫志，是無益於子之身。此足以知仲尼不免於俗情，非學仙之人也。夫恟恟遑遑，務在匡時，仰悲鳳鳴，俯歎匏瓜，沽之恐不售，慷慨思執鞭，亦何肯捨經世之功業，而修養生之迂闊哉？

或曰，儒道之業，孰為難易？

抱朴子答曰，儒者易中之難也，道者難中之易也。夫棄交遊，委妻子，謝榮名，損利祿，割集爛於其目，抑鏗鏘於其耳，恬愉靜退，獨善守己，謗來不戚，譽至不喜，睹貴不欲，居賤不耻，此道家之難也。出無慶弔之望，入無瞻視之責，不勞神於七經，不運思於律歷，意不為推步之苦，心不為藝文之役，眾煩既損，和氣自益，無為無慮，不休不惕，此道家之易也，所謂難中之易矣。夫儒者所修，皆憲章成事，出處有則，語嘿隨時，師則比屋而可封，書則因解注以釋疑，此儒者之易也。鈞深致遠，錯綜典墳，該河洛之籍籍，博百氏之云云，德行積於衡巷，忠#5貞盡於事君，仰馳神於垂象，俯運思於風雲，一事不知，則所為不通，片言不正，則褒貶不分，舉趾為世人之所則，動脣為天下所傳，此儒家之難也，所謂易中之難矣。篤論二者，儒業多難，道家約易，吾以患其難矣，將舍而從其易焉。世之譏吾者，則比肩皆是也。可與得意者

，則未見其人也。若同志之人，必存乎將來，則吾亦未謂之為希矣。

或曰，余閱見知名之高人，洽聞之碩儒，果以窮理盡性，研竅有無者多矣，未有言年之可延，仙之可得者也。先生明不能並日月，思不能出萬夫，而據長生之道，未之敢信也。

抱朴子曰，吾庸夫近才，見淺聞寡，豈敢自許以拔羣獨識，皆勝世人乎？顧曾以顯而求諸乎隱，以易而得之乎難，校其小驗，則知其大效，睹其已然，則明其未試耳。且夫世之不信天地之有仙者，又未肯規也。率有經俗之才，當塗之伎，涉覽篇籍助教之書，以料人理之近易，辨凡猥之所惑，則謂眾之所疑，我獨能斷之，機兆之未朕，我能先覺之，是我與萬物之情，無不盡矣，幽翳冥昧，無不得也。我謂無仙，仙必無矣，自來如此其堅固也。吾每見俗儒碌碌，守株之不信至事者，皆病於頗有聰明，而偏枯拘擊，以小點自累，不肯為純在乎極暗，而了不別菽麥者也。夫以管窺之狹見，而孤塞其聰明之所不及，是何異以一尋之綆，汲百仞之深，不覺所用之短，而云井之無水也。俗有聞猛風烈火之聲，而謂天之冬雷，見遊雲西行，而謂月之東馳。人或告之，而終不悟信，此信己之多者也。夫聽聲者，莫不信我之耳焉。視形者，莫不信我之目焉。而或者所聞見，言是而非，然則我之耳目，果不足信也。況乎心之所度，無形無聲，其難察尤甚於視聽，而以己心之所得，必固世間至遠之事，謂神仙為虛言，不亦敝哉？

抱朴子曰，妍蚩有定矣，而憎愛異情，故兩目不相為視焉。雅鄭有素矣，而好惡不同，故兩耳不相為聽焉。真偽有質矣，而趣舍舛忤，故兩心不相為謀焉。以醜為美者有矣，以濁為清者有矣，以失為得者有矣，此三者乖殊，炳然可知，如此其易也，而彼此終不可得而一焉。又況乎神仙之事，事之妙者，而欲令人皆信之，未有可得之理也。凡人悉使之知，又何貴乎達者哉？若待俗人之息妄言，則俟河之清，未為久也。吾所以不能默者，冀夫可上可下者，可引致耳。其不移者，古人已未如之何矣。

抱朴子曰，至理之未易明，神仙之不見信，其來久矣，豈獨今哉？太上自然知之，其次告而後悟，若夫聞而大笑者，則悠悠皆是矣。吾之論此也，將有多敗之悔，失言之咎乎。咎或作各。夫物莫之與，則傷之者至視。蓋盛陽不能榮枯朽之木，神明不能變沉溺之性，子貢不能悅祿馬之野人，古公不能釋欲地之戎狄，實理有所不通，善言有所不行。章甫不售於蠻越，赤舄不用於跣夷，何可強哉？夫見玉而指曰石，非玉之不真也，待和氏而後識焉。見龍而命之曰蛇，非龍之不神也，須蔡墨而後辨焉。所以貴道者，以其加之不可益，而損之不可減也。所以貴德者，以其聞毀而不口，見譽而不悅也。彼誠以天下之必無仙，而我獨以實有而與之爭，爭之彌久，而彼執之彌固，是虛長此紛紜，而



無救於不解，果當從連環之義乎。

抱朴子內篇卷之七竟

#1『有』原脫，據王明校本補。

#2『閱』原作『閱』，據王明校本改。

#3『子』原脫，據王明校本補。

#4『禮樂』原作『澄藥』，據王明校本改。

#5『忠』原作『志』，據王明校本改。

抱朴子內篇卷之八

釋滯

或問曰，人道多端，求仙至難，非有廢也，則事不兼濟。藝文之業，憂樂之務，君臣之道，胡可替乎？

抱朴子答曰，要道不煩，所為鮮耳。但患志之不立，信之不篤，何憂於人理之廢乎？長才者兼而修之，何難之有？內寶養生之道，外則和光於世，治身而身長修，治國而國太平。以六經訓俗士，以方術授知音，欲少留則且止而佐時，欲升騰則凌霄而輕舉者，上士也。自持才力，不能並成，則棄智人間，專修道德者，亦其次也。昔黃帝荷四海之任，不妨鼎湖之舉，彭祖為才夫八百年，然後西適流沙；伯陽為柱史，寧封為陶正，方回為閭士，呂望為太師，仇生仕於殷，馬丹官於晉，范公霸越而泛海，琴高執笏於宋康，常生降志於執鞭，莊公藏器於小吏#1，古人多得道而匡世，修之於朝隱，蓋有餘力故。何必修於山林#2，盡廢生民之事，然後乃成乎？亦有心安靜默，性惡諛譁，以縱逸為歡，以榮任為戚者，帶索藍縷，茹草操耜，玩其三樂，守常待終，不營苟生，不憚速死，辭千金之聘，忽卿相之貴者。無所修為，猶常如此，況又加以以知神仙之道，其亦必不肯役身於世矣，各從其志，不可一概而言也。

抱朴子曰，世之謂一言之善，貴於千金然，蓋亦軍國之得失，行己之藏否耳。至於告人以長生之訣，授之以不死之方，非特若彼常人之善言也，則奚徒千金而已乎？設使有困病垂死，而有能救之得愈者，莫不謂之為弘恩重施矣。今若按仙經，飛九丹，水金玉，則天下皆可令不死，其惠非但活一人之功也。黃老之德，固無量矣，而莫之克識，謂為妄誕之言，可歎者也。

抱朴子曰，欲求神仙，唯當得其至要，至要者，在於寶精行炁，服一大藥便足，亦不用多也。然此三事，復有淺深，不值明師，不經勤苦，亦不可倉卒而盡知也。雖云行炁，而行炁有數法焉。雖曰房中，而房中之術，近有百餘事焉，雖言服藥，而服藥之方，略有千條焉。初以授人，皆從淺始，有志不怠，勤勞可知，方乃告其要耳。故行炁或可以治百病，或可以入瘟疫，或可以禁蛇虎，或可以止瘡血，或可以居水中，或可以行水上，或可以辟饑渴，或可以

延年命，其大要者，胎息而已。得胎息者，能不以鼻口噓吸，如在胞胎之中，則道成矣。初學行炁，鼻中引炁而閉之，陰以心數至一百二十，乃以口吐之，及引之，皆不欲令自耳聞其炁出入之聲，常令入多出少，以鴻毛著鼻口之上，吐炁而鴻毛不動為候也。漸習轉增其心數，久久可以至千，至千則老者更少，日還一日矣。夫行炁當以生炁之時，勿以死炁之時也。故曰仙人服六炁，此之謂也。一日一夜有十二時，其從半夜以至日中六時為生炁，從日中至夜半六時為死炁，死炁之時，行炁無益也。善用炁者，噓水，水為之逆流數步；噓火，火為之滅；噓虎狼，虎狼伏而不得動起；噓蛇虺，蛇虺蟠不能去。若他人為兵刃所傷，噓之血即止；聞有為毒蟲所中，雖不見其人，遙為噓祝我之手，男噓我左，女噓我右，而彼人雖在百里之外，即時皆愈矣。又中惡急疾，但吞三九之炁，但人性多躁，少能安靜以修其道耳，又行炁大要，不欲多食，及食生菜肥鮮之物，令人炁強難閉。又禁恚怒，多恚怒則炁亂，既不得溢，或令人發一欬，故勤有能為者也。余從祖仙公，每大醉及夏天盛熱，輒入深淵之底，一日許乃出者，正以能閉炁胎息故耳。房中之法十餘家，或以補救傷損，或以攻治眾病，或以採陰益陽，或以增年延壽，其大要在於還精補腦之一事耳。此法乃真人口口相傳，本不書也，雖服名藥，而復不知此要，亦不得長生也。人復不可都絕陰陽，陰陽不交，則生致壅闕之病。故幽閉怨曠，多病而不壽也。任情肆意，又損年命。唯有得其節宣之和，可以不損。若不得口訣之術，萬無一人為之而不以此自傷煞者也。玄素、子都、容成公、彭祖引馴蓋載其麤事，終不以至要者著於紙上者也。志求不死者，宜勤行求之，余承師鄭君之言，故記以示將來之信道者，非臆斷之談也。余實復未盡其訣矣。一塗之道士，或欲專守交接之術，以規神仙，而不作金丹之大藥，此愚之甚矣。

抱朴子曰，道書之出於黃老者，蓋少許耳，率多後世之好事者，各以所知見而滋長，遂令篇卷至於山積。古人質朴，又多無才，其所論物理，既不周悉，其所證按，又不著明，皆闕所要而難解，解之又不深遠，不足以演暢微言，開示憤悱，勸進有志，教戒始學，令知玄妙之塗徑，禍福之諒流也。徒誦之萬遍，殊無可得也。雖欲博涉，然宜詳擇其善者，而後留意，至於不要之道書，不足尋繹也。末學者或不別作者

之淺深，其於名為道家之言，便寫取累箱盈筐，盡心思索其中，是探燕巢而鳳卵，搜井底而捕鱉魚，雖加至功，非其所有也，不得必可施用，無故消棄日月，空有疲困之勞，了無淄銖之益也。進失當世之務，退無長主之效，則莫不指點之曰，彼修道如此之勤，而不得度世，是天下果無不死之法也；而不知彼之求仙，猶臨河羨魚，而無網罟，非河中之無魚也。又五千文雖出老子，然皆泛論較略耳。其中了不肯首尾全舉其事，有可承按者也。但暗誦此經，而不

得要道，直為徒勞耳，又況不及者乎？至於文子、莊子、關令尹喜之徒，其屬文筆#5，雖祖述黃老，憲章玄虛，演其大旨，永無至言。或復其生死，謂無異以存活為徭役，以殂歿為休息，其去神仙已千億里矣，豈足耽玩哉？其寓言譬喻，猶有可采，以供給碎用，充御卒乏，至使末世利口之奸佞，無行之弊子，得以老莊為窟藪，不亦惜哉。

或曰，聖明御世，唯賢是寶，而學仙之士，不肯進宦，人皆修道，誰復佐政事哉？

抱朴子曰，背聖主而山栖者，巢、許所以稱高也；遭有道而遁世者，莊伯所以為貴也；軒轅之臨天下，可謂至理也。而廣成不與焉；唐堯之有四海，可謂太平也，而偃佺不佐焉，而德化不以之損也，才子不以之乏也；天乙革命，而務光負石以投河；姬武剪商，而夷、齊不食於西山；齊桓之興，而少稷高枕於陋巷；魏文之隆，而干木散髮於西河#6；四老風戢於商洛，而不妨大漢之多士也；周黨麟跼於林藪，而無損光武#7之刑厝也。夫寵貴不能動其心，極富不能移其好，濯纓滄浪，不降不辱，以芳林為臺榭，峻岫為大廈，翠蘭為緗牀，綠葉為幃幙，被褐代袞衣，薇藿當嘉膳，匪躬耕不以充饑，匪妻識不以蔽身，千載之中，時或有之，況又加之以委六親於邦族，損室家而不顧，背榮華如棄跡，絕可欲於胸心，凌嵩峻以獨往，侶影響於名山，內視於無形之域，反聽乎至寂之中，八極之內，將遽幾人？而吾子乃恐君之無臣，不亦多憂乎？

或曰，學仙之士，獨潔其身而忘大倫之亂，背世主而有不臣之慢，余恐長生無成功，而罪罟將見及也。

抱朴子答曰，夫北人、石戶、善卷、子州皆大才也，而沉遁放逸，養其浩#8然，昇降不為之虧，大化不為之缺也。況學仙之士，未必有經國之才，立朝之用，得之不加塵露之益，棄之不覺毫釐之損者乎？方今九有同宅，而幽荒來仕，元凱委積，無所用之。士有待次之滯，官無暫曠之職；動久者有遲叙之歎，勳高者有待漏之屈；濟濟之盛，莫此之美，一介之徒，非所乏也。昔子晉捨視膳之役，棄儲貳之重，而靈王不責之以不孝，尹生委衿帶之職，違式遏之任，而有周不罪之以不忠。何者？彼誠亮其非輕世薄主，直以所好者異，匹夫之志，有不可移故也。夫有道之主，含垢善恕，知人心之不可同，出處之各有性，不逼不禁#9，以崇光大，上無嫌恨之偏心，下有得意之至歡，故能暉聲並揚於罔極，貪夫聞風而忸怩也。吾聞景風起則裘鑪息，世道夷則奇士退，會喪亂既平，休牛放馬，烽燧滅影，干戈載戢，繁弱既韜，盧鵠將烹，子房出玄惟而反閭巷，信#10布釋甲冑而修魚釣，況乎學仙之士，萬未有一，國家吝此以何為哉？然其事在於少思寡欲，其業在於全身久壽，非爭競之醜，無傷俗之負，亦何罪乎？且華霍之極大，滄海之混濘#11，其高不俟翔埃之來，其深不仰#12行

潦之流，撮壤土不足以減其峻，升勺出不足以削其所廣，一世不過有數仙人，何能有損人物之鞅掌乎#13。

或曰，果其仙道可求得者，五經何以不載，周孔何以不言，聖人何以不度世，上智何以不長存？若周孔不知，則不可為聖。若知而不學，則是無仙道也。

抱朴子答曰，人生星宿，各有所值，既詳之於別篇矣。子可謂戴盆以仰望，不睹七曜之炳粲；暫引領於大川，不知重淵之奇怪#14也。夫五經所不載者無限矣，周孔所不言者不少矣。特為吾子略說其萬一焉。雖大笑不可止，局情難卒開#15，且令子聞#16其較略焉。夫天地為物之大者也。九聖共成易經，足以彌綸陰陽，不可復加也。今問善易者，問天之度數，四海之廣狹，宇宙之相去，凡為幾里？上何所極，下何所據，及其轉動，誰所推引，日月遲疾，九道所乘#17，昏明修短，七星迭正，五緯盈縮，冠珥薄蝕，四七凌犯，彗孛所出，氣矢之異，景老之祥，辰極不動，鎮星獨東，義和#18外景而熱，望舒內鑿而寒，天漢仰見為潤下之性，濤潮往來有大小之變，五音六屬，占喜怒之情，雲動氣起，含吉凶之候，攬、搶、尤、矢，旬始絳繹，四鎮五殘，天狗歸邪，或以示成，或以正敗，明易之生，不能論此也。以次問春#19秋四部詩書三禮之家，皆復無以對矣。皆曰，悉正經所不載，唯有巫咸、甘公、石申海中鄰萌七曜記之悉矣。余將問之曰，此六家之書，是為經典之教乎？彼將曰非也。余又將問曰，甘石#20之徒，為是聖人乎？彼亦曰非也。然則人生而戴天，詣老履地，而求之於五經之上則無之，索之於周孔之書財不得，今寧可盡以為虛妄乎？天地至大，舉目所見，由不能了，況於玄之又玄，妙之極妙者乎？復問俗人曰，夫乘雲璽產之國，肝心不朽之民，巢居穴處，獨目三首，馬問狗蹄，修臂交股，黃池無男，穿胸旁口，廩君起石而泛#21土船，沙壹#22觸木#23而生羣龍，女媧地出，杜#24字天墮，甓飛犬言，甓一作璧。山徙社移，三軍之眾，一朝盡化，君子為鶴，小人成沙，女仞一作丑。倚枯，貳#25負抱桎#26，寄居之蟲，委甲步肉，二首之蛇，弦之為弓，不灰之木，不熱之火，昌蜀之禽，無目之獸，無身之頭，無首之體，精衛填海，交#27讓遞生，火浣之布，切玉之刀，炎味吐烈，磨泥澆水，枯灌化形，山夔前跟，石修九首，畢方人面，少千之劾伯率，聖卿之役肅霜，西羌以虎#28景興，鮮卑以乘#29鱉強，林邑以神錄王，庸蜀以流尸帝，監神嬰來而蟲飛，縱目世變於荊岫，五丁引蛇以傾峻，內甚振翅於三海。金簡玉字，發於禹井之側，正機平衡，割乎文石之中。凡此奇事，蓋以千計，五經所不載，周孔所不說，可皆復云無是物乎？至於南人能入柱以出耳，禦寇停肘水而控弦，伯氏躡億仞而企踵，呂梁能行歌以憑淵，宋公克象葉以亂真，公輸飛木鷄之翩翾，離朱覲毫芒於百步，貴獲效膂力於萬鈞，越人揣

鍼以蘇死，豎亥超迹於累千，郢人奮斧於鼻堊，仲都袒身於寒天，此皆周孔所不能為也，復可以為無有乎？若聖人誠有所不能，則無怪於不得仙，不得仙亦無妨於為聖人，為聖人偶所不閑，何足以為攻難之主哉？聖人或可同去留，任#30自然，有身而不私，有生而不營，存亡任天，長短委命，故不學仙，亦何怪也。

抱朴子內篇卷之八竟

- #1『吏』原作『史』，據王明校本改。
- #2『山林』原脫，據王明校本補。
- #3『躁』原作『慘』，據王明校本改。
- #4『陰陽』原脫，據王明校本補。
- #5『筆』原作『華』，據王明校本改。
- #6『西河』原作『之王』，據王明校本改。
- #7『光武』原作『孝文』據王明校本改。
- #8『浩』原作『法』，據王明校本改。
- #9『禁』原作『集』，據王明校本改。
- #10『信』原作『往』，據王明校本改。
- #11『滉瀆』原作『勿食』，據王明校本改。
- #12『仰』原作『抑』，據王明校本改。
- #13『鞅掌乎』原作『也二葉』，據王明校本改。
- #14『怪』原作『性』，據王明校本改。
- #15『開』原作『闡』，據王明校本改。
- #16『聞』原作『開』，據王明校本改。
- #17『乘』原作『剩』，據王明校本改。
- #18『和』原作『我』，據王明校本改。
- #19『春』原作『秣』據王明校本改。
- #20『甘石』原作『有召』，據王明校本改。
- #21『泛』原作『沉』，據王明校本改。
- #22『壹』原作『丘』，據王明校本改。
- #23『木』原作『目』，據王明校本改。
- #24『杜』原作『壯』，據王明校本改。
- #25『貳』原作『二』，據王明校本改。
- #26『桎』原作『柱』，據王明校本改。
- #27『交』原作『玄』，據王明校本改。
- #28『虎』原作『唐』，據王明校本改。

#29『乘』原作『桑』，據王明校本改。

#30『任』原作『住』，據王明校本改。

抱朴子內篇卷之九

道意

抱朴子曰，道者涵乾括坤，其本無名，論其無，則影響猶為有焉；論其有，則萬物稍為無焉。隸首不能計其多少，離朱不能察其髣髴，吳扎、晉野竭聰，不能尋其音聲乎窈冥之內，□狝涉褚疾走，不能迹其兆朕乎宇宙之外。以言乎邇，則周流秋毫而有餘焉；以言乎遠，則彌綸太虛而不足焉。為聲之聲，為響之響，為形之形，為影之影，方者得之而靜，圓者得之而動，降者得之而俯，昇者得之以仰，強名為道，已失其真，況乃復千割百判，億分萬折，使其姓號至於無垠，去道遼遼，不亦遠哉？

俗人不能識其太初之本，而修其流淫之末，人能淡默恬愉，不染不移，養其心以無欲，頤其神以粹素，掃滌誘慕，收之以正，除難求之思，遣害真之累，薄喜怒之邪，滅愛惡之端，則不請福而福來，不禳禍而禍去矣。何者？命在其中，不擊於外，道存乎此，無俟於彼也。患乎凡夫不能守真，無杜遏之檢括，愛嗜好之搖莢，馳騁流遁，有迷無反，情感物而外起，智接事而旁溢，誘於可欲，而天理滅矣，惑乎見聞，而純一遷矣。心受制於奢玩，神濁亂於波蕩，於是有傾越之災，有不振之禍，而徒烹宰肥膾，沃酌醪醴，撞金伐革，謳歌#1踴躍，拜伏稽顙，守請虛坐，求乞福願，冀其必得，至死不悟，不亦哀哉？若乃精靈困於煩擾，榮衛消於役用，煎熬形氣，刻削天和，勞逸過度，而碎首請命，變起膏肓，而祭禱以求痊，當風臥濕，而謝罪於靈祇，飲食失節，而委禍於鬼魅，蕞爾之體，自怡茲患，天地神明，曷能濟焉？其烹牲罄羣，何所補焉？夫福非足恭所請也，禍非裡祀所禳也。若命可以重禱延，疾可以豐祀除，則富姓可以必長生，而貴人可以無疾病也。夫神不飲非族，鬼不享淫祀，皂隸之巷，不能紆金銀之軒，布衣之門，不能動六轡之駕，同為人類，而尊卑兩絕，況於天神，緬邈清高，其倫異矣，貴亦極矣。蓋非臭鼠之酒肴，庸民之曲躬，所能感降，亦已明矣。夫不忠不孝，罪之大惡，積千金之賂，大牢之饌，求令名於明主，釋口貴於邦家，以人釋人，猶不可得，況年壽難獲於令名，篤疾難除於愆責，鬼神異倫，正直是與，冀其曲祐，未之有也。夫慙德之主，忍詬之臣，猶能賞善不須貸財，罰惡不任私情，必將修繩履墨，不偏不黨，豈況鬼神，過此之遠，不可以巧言動，不可以飾賂求，斷可識矣。

楚之靈王，躬自為巫，靡愛斯牲，而不能卻吳師之討也。漢之廣陵，敬奉李須#2，傾竭府庫而不能救叛逆之誅也。孝武#3尤信鬼神，咸秩無文，而不能免五祚之殂#4。孫主貴待華嚮，封以王#5爵，而不能延命盡之期。非犧牲之不

博碩，非玉帛之不豐醴，信之非不款，敬之非不重，有丘山之損，無毫釐之益，豈非失之於近，而營之於遠乎？

第五公誅除妖道，而既壽且貴；宋廬江罷絕山祭，而福祿永終；文翁破水靈之廟，而身吉民安；魏武禁淫祀之俗，而洪慶來假。前事不忘#6，將來之鑒也。明德惟馨，無憂者壽，嗇寶不夭，多慘用老，自然之理，外物何為。若養之失和，伐之不解，百痾緣隙而結，榮衛竭而不悟，大牢三牲，曷能濟焉？俗所謂道#7率皆妖偽，轉相誑惑，久而彌甚，既不能修療病之術，又不能返其大迷，不務藥石之救，惟專祝祭之謬，祈禱無已，問卜不倦，巫祝小人，妄說禍祟，疾病危急，唯所不聞，聞輒修為，損費不訾，富室竭其財儲，貧人假舉倍息，田宅割裂以訖盡，筮櫃倒裝而無餘。或偶有自差，便謂受神之賜，如其死亡，便謂鬼不見赦，幸而誤活，財產窮罄，遂復饑寒凍餓而死，或起為劫剽，或穿窬斯濫，喪身於鑄之端，自陷於醜惡之刑，皆此之由也。或什物盡於祭祀之費耗，穀帛淪於貪濁之師巫，既沒之日，無復凶器之直，衣衾之周，使尸朽蟲流，良可悼也。愚民之蔽，乃至於此哉。淫祀妖邪，禮律所禁。然而凡夫，終不可悟。唯宜王者更峻其法制，犯無輕重，致之大辟，購募巫祝不肯止者，刑之無赦，肆之市路，不過少時，必當絕息，所以令百姓杜凍饑之源，塞盜賊之萌，非小惠也。

曩者有張角、柳根、王歆、李申之徒，或稱千歲，假託小術，坐在立亡，變形易貌，誑眩黎庶，糾合羣愚，進不以延年益壽為務，退不以消災治病為業，遂以招集奸黨，稱合逆亂，不純自伏其辜，或至殘滅良人，或欺誘百姓，以規財利，錢帛山積，富喻王公，縱肆奢淫，侈服王食，妓妾盈室，管絃成列，刺客死士，為其致用，威傾邦君，勢凌有司，亡命通逃，因為窟藪。皆由官不糾治，以臻斯患，原其所由，可為歎息。吾徒匹夫，雖見此理，不在其位，未如之何！臨民官長，疑其有神，慮恐禁之，或致禍祟，假令頗有其懷，而見之不了，又非在職之要務，殿最之急事，而復是其愚妻頑子之所篤信，左右小人，並云不可，阻之者眾，本無至心而諫，怖者異口同聲，於是疑惑，竟於莫敢，令人扼腕發憤者也。余親見所識者數人，了不奉神明，一生不祈祭，身享遐年，名位巍巍，子孫蕃昌，且富且貴也。唯余亦無事於斯，唯四時祀先人而已。曾所遊歷水陸萬里，道側房廟，固以百許，而往返經遊，一無所過，而車馬無傾覆之變，涉水無風波之異，屢值疫癘，常得藥物之力，頻冒矢石，幸無傷刺之患，益知鬼神之無能為也。又諸妖道百餘種，皆煞生血食，獨有李家道無為為小差。然雖不屠宰，每供福食，無有限劑，市買所具，務於豐泰，精鮮之物，不得不買，或數十人厨，費亦多矣，復未純為清省也，亦皆宜在禁絕之列。

或問李氏之道起於何時。余答曰，吳太帝時，蜀中有李阿者，穴居不食，傳世見之，號為八百歲公。人往往問事，阿無所言，但占阿#8顏色。若顏色欣然，則事皆吉；若顏容慘戚，則事皆凶；若阿含笑者，則有大慶；若微歎者，即有深憂。如此之候，未曾一失也。後一旦忽去，不知所在。後有一人姓李名寬，到吳而蜀語，能祝水治病，頗愈，於是遠近翕然，謂寬為李阿，因共呼之為李八百，而實非也。自公卿以#9下，莫不雲集其門，後轉驕貴，不復得常見，賓客但拜其外門而退，其怪異如此。於是避役之吏民，依寬為弟子者，恆近千人，而昇堂入室高業先進者，不過得祝水及三部符導引日月行炁而已，了無治身之要、服食神藥、延年駐命、不死之法也。吞氣斷穀，可得百日以還，亦不堪久，此是其術至淺可知也。余親識多有及見寬者，皆云寬衰老羸悴，起止咳噫，目瞑耳聾，齒墮髮白，漸又昏耗，或忘其子孫，與凡人無異也。然民復為寬故作無異以欺人，豈其然乎？吳曾有大疫，死者過半。寬所奉道室，名之為廬，寬亦得溫病，託言入廬齋戒，遂死於廬中。而事寬者猶復謂之化形尸解之仙，非為真死也。夫神仙之法，所以與俗人不同者，正以不老不死為貴耳。今寬老則老矣，死則死矣，此其不得道，居然可知矣，又何疑乎？若謂於仙法應尸解者，何不且止民間一二百歲，住年不死，然後去乎？天下非無仙道也，寬但非其人耳。余所以委曲論之者，寬弟子轉相教受，布滿江表，動有千許，不覺寬法之薄，不足遵承而守之，冀得度世，故欲今人覺此而悟其滯迷耳。

天下有似是而非者，實為無限，將復略說故事，以示後人之不解者。昔汝南有人於田中設繩罾以捕麀（而得者，其主未覺。有行人見之，因竊取麀）#10而去。猶念取之不事。其上有鮑魚者，乃以一頭置罾中而去。本主來，於罾中得鮑魚，怪之以為神，不敢持歸。於是村里聞之，因共為起屋立廟，號為鮑君。後轉多奉之者，丹楹藻梲，鍾鼓不絕。病或有偶愈者，則謂有神，行道經過，莫不致祀焉。積七八年，鮑

魚主後行過廟下，問其故，人具為之說，其鮑魚主乃曰，此是我鮑魚耳，何神之有？於是乃息。

又南頓人張助者，耕白田，有一李栽，應在耕次，助惜之，欲持歸，乃掘取之，未得即去，以濕土封其根，以置空桑中，遂忘取之。助後作遠職不在。後其里中人，見桑中忽生李，謂之神。有病目痛者，蔭息此桑下，因祝之，言李君能令我目愈者，謝以一□。其目偶愈，便殺□祭之。傳者過差，便言此樹能令盲者得見。遠近翕然，同來請福，常車馬填溢，酒肉滂沱，如此數年。張助罷職來還，見之，乃曰，此是我昔所置李栽耳，何有神乎？乃斫去便止也。

又汝南彭氏墓近大道，墓口有一石人，田家老母到市買數片餅以歸，天熱



，過蔭彭氏墓口樹下，以所買之餅暫著石人頭上，忽然便去，而忘取之。行路人見石人頭上有餅，怪而問之。或人云，此石上有神，能治病，愈者以餅來謝之。如此轉以相語，云頭痛者摩石人頭，腹痛者摩石人腹，亦還以自摩，無不愈者。遂千里來就石人治病，初但鷄豚<sup>#11</sup>，後用牛羊，為立帷帳，管絃不絕，如此數年。忽日前忘餅母聞之，

乃為人說，始無復往者。

又洛西有古大墓，穿壞多水，墓中多石灰，石灰汁主治瘡，夏月行人有病瘡者煩熱，見此墓中水清好，因自洗浴，瘡偶便愈。於是諸病者聞之，悉往自洗，轉有飲之以治腹內疾者。近墓居人，便於墓所立廟舍而賣此水，而往買者又常祭廟中，酒肉不絕。而來買者轉多，此水盡。於是賣水者常夜竊他水以益之，其遠道人不能往者，皆因行使或持器遺信賣之。於是賣水者大富。人或言無神，官中禁止，遂填塞之，乃絕。

又興古太守馬氏在官，有親故人投之求恤焉，馬乃令此人出外住，詐云是神人道士，治病無不手下立愈。又令辯士遊行，為之虛聲，云能令盲者登視，瘖者即行。於是四方雲集，趨之如市，而錢帛固已積山矣。又勅諸求治病者，雖不便愈，當告人言愈也，如此則必愈；若告人未愈者，則後終不愈也，道法正爾，不可不信。於是後人問前來者，前來輒告之云已愈，無敢言未愈者也。旬日之間，乃致巨富焉。凡人多以小黠而大愚，聞延年長生之法，皆為虛誕，而喜信妖邪鬼怪，令人鼓舞祈祀。所謂神者，皆馬氏誑人之類也。聊記其數事，以為未覺者之戒焉。

或問曰，世有了無知道術方伎，而平安壽考者，何也？

抱朴子曰，諸如此者，或有陰德善行，以致福祐；或受命本長，故令難老遲死；或亦幸而偶爾不逢災傷。譬猶田獵所經，而有遺禽脫獸；大火既過，時餘不燼草木也。要於防身卻害，當修守形之防禁，佩天文之符劍耳。祭禱之事無益也，當恃我之不可侵也，無恃鬼神之不侵我也。然思玄執一，含景環身，可以辟邪惡，度不祥，而不能延壽命，消體疾也。任自然無方術者，未必不有終其天年者也，然不可以值暴鬼之橫枉，大疫之流行，則無以卻之矣。夫儲甲冑，蓄簣笠者，蓋以為兵為雨也。若幸無攻戰，時不沉陰，則有與無正同耳。若矢石霧合，飛鋒煙交，則知裸體者之困矣。洪雨河傾，素雪彌天，則覺路立者之劇矣。不可以薺菱之細碎，疑陰陽之大氣，以誤晚學之散人，謂方術之無益也。

抱朴子內篇卷之九竟

#1『謳歌』原作『謳報』，據王明校本改。

#2『須』原作『頒』，據王明校本改。

#3『武』原作『文』，據王明校本改。

#4『殂』原作『祖』，據王明校本改。

#5『王』原作『往』，據王明校本改。

#6『忘』原作『妄』，據王明校本改。

#7『道』原脫，據王明校本補。

#8『阿』原作『問』，據王明校本改。

#9『以』原作『己』，據王明校本改。

#10括號內的文句原脫，據王明校本補。

#11『豚』原作『肋』，據王明校本改。

抱朴子內篇卷之十

明本

或問儒道之先後。

抱朴子答曰，道者，儒之本也，儒者，道之末也。先以為陰陽之術，眾於忌諱，使人拘畏；而儒者博而寡要，勞而少功；墨者儉而難遵、不可徧循#1；法者嚴而少恩，傷破仁義。唯道家之教，使人精神專一，動合無形，包儒墨之善，總名法之要，與時遷移，應物變化，指約而易明，事少而功多，務在全大宗之朴，守真正之源者也。而班固以史遷先黃老而後六經，謂遷為謬。夫遷之洽聞，旁綜幽隱，沙汰事物之臧否，覈實古人之邪正。其評論也，實源本於自然，其褒貶也，皆準的乎至理。不虛美，不隱惡，不雷同以偶俗。劉向命世通人，謂為實錄；而班固之所論，未可遽也。固誠純儒，不究道意，翫其所習，難以折中。夫所謂道，豈唯養生之事而已乎？易曰，立天之道，曰陰與陽；立地之道，曰柔與剛；立人之道，曰仁與義。又曰，易有聖人之道四焉，苟非其人，道不虛行。又於治世隆平，則謂之有道，危國亂主，則謂之無道。

又坐而論道，謂之三公，國之有道，貧賤者恥焉。凡言道者，上自二儀，下逮萬物，莫不由之。但黃老執其本，儒墨治其末耳。今世之舉有道者，蓋博通乎今古，能仰觀俯察，歷變涉微，達興亡之運，明治亂之體，心無所惑，問無不對者，何必修長生之法，慕松喬之式者哉？而管窺諸生，臆斷瞽說，聞有居山林之間，宗伯陽之業者，則毀而笑之曰，彼小道耳，不足筭也。嗟呼！所謂抱螢燭於環堵之內者，不見天光之焜#3爛，侶鮪鰕於跡水之中者，不識四海之浩汗；重江河之深，而不知吐之者崑崙也；珍黍稷之收，而不覺秀之者豐壤也。今苟知推崇儒術，而不知成之者由道。道也者，所以陶冷百氏，範鑄二儀，胞胎萬類，醞釀彝倫者也。世間淺近者眾二而深遠者少，少不勝眾，其來久矣。是以史#3遷雖長而不見譽，班固雖短而不見彈。然物以少者為貴，多者為賤，至於人事，豈獨不然？故藜藿彌原，而芝英不世#4；枳棘被野

，而尋木間秀；沙礫無量，而珠璧甚鮮；鴻隼屯飛，而鸞鳳罕出；虺蜴盈藪，而虬龍希覲；班生多黨，固其宜也。夫道者，內以治身，外以為國，能令七政遵度，二氣告和，四時不失寒燠之節，風雨不為暴物之災，玉燭表昇平之徵，澄醴彰德洽之符，焚輪虹霓寐其袄，頽雲商羊戢其翼，景耀高照，嘉禾畢遂，疫癘不流，禍亂不作，壘壘不設，干戈不用，不議而當，不約而信，不結而固，不謀而成，不賞而勸，不罰而肅，不求而得，不禁而止，處上而人不以為重，居前而人不以為患，號未發而風移，令未施而俗易，此蓋道之治世也。故道之興也，則三五垂拱而有餘焉。道之衰也，則叔代馳騫而不足焉。夫唯有餘，故無為而化美。夫唯不足，故刑嚴而奸繁。黎庶怨於下，皇靈怒於上。洪波橫流，或亢陽赤地，或山谷易體，或冬雷夏雪，或流血飄櫓，積尸築京，或坑降萬計，析骸易子，城愈高而衝愈巧，池逾深而梯逾妙，法令明而盜賊多，盟約數而叛亂甚，猶風波駭而魚鱉擾於淵，織羅密而羽禽躁於澤，豺狼眾而走獸劇於林，爨火猛而小鮮糜於鼎也。君臣易位者有矣，父子推刃者有矣，然後忠義制名於危國，孝子收譽於敗家。疾疫起而巫醫貴矣，道德喪而儒墨重矣。由此觀之，儒道之先後，可得定矣。

或問曰，昔赤松子、王喬、琴高、老氏、彭祖、務成、鬱華皆真人，悉仕於世，不便遐遁，而中世以來，為道之士，莫不飄然絕跡幽隱，何也？

抱朴子答曰，曩古純朴，巧偽未萌，其明信道者，則勤而學之，其不信者，則嘿然而已。謗毀之言，不吐乎口，中傷之心，不存乎胸也。是以真人徐徐於民間，不促促於登遐耳。末俗偷薄，雕偽彌深，玄淡之化廢，而邪俗之黨繁，既不信道，好為訕毀，謂真正為妖訛，以神仙為誕妄，或曰惑眾，或曰亂羣，是以上士恥居其中也。昔之達人，杜漸防微，色斯而逝，夜不待旦，睹幾而作，不俟終日。故趙害鳴犢，而仲尼旋軫，醴酒不設，而穆生星行，彼眾我寡，華元去之。況乎明哲，業尚本異，有何戀之當住其間哉？夫淵竭池漉，則蛟龍不遊，巢傾卵拾，則鳳凰不集，居言于室，而翔鷗不下，凡卉春剪，而芝萸不秀，世俗醜正，慢辱將臻，彼有道者，安得不超然振翅乎風雲之表，而翻爾藏軌於玄漠之際乎？山林之中非有道也，而為道者必入山林，誠欲遠彼腥膻，而即此清淨也。夫入九室以精思，存真一以招神者，既不喜誼譁而合污穢，而合金丹之大藥，鍊八石之飛精者，尤忌利口之愚人，忌凡俗之聞見，明靈為之不降，仙藥為之不成，非小禁也，止於人中，或有淺見毀之有司，加之罪福，或有親舊之往來，牽之以慶弔，莫若幽隱一切，免於如此之臭鼠矣。彼之邈爾獨往，得意嵩岫，豈不有以乎？或云上士得道於三軍，中士得道於都市，下士得道於山林，此皆為仙藥已成，未欲昇天，雖在三軍，而鋒；刃不能傷，雖在都市，而人禍不能加，而下士未及於此，故止山林耳。不謂人之在上品

者，初學道當止於三軍都市之中而得也，然則黃老可以至今不去也。

或問曰，道之為源本，儒之為末流，既聞命矣，今之小異，悉何事乎？

抱朴子曰，夫升降俯仰之教，盤旋三千之儀，攻守進趣之術，輕身重義#5之節，歡憂禮樂之事，經世濟俗之略，儒者之所務也。外物棄智，滌蕩機變，忘富逸貴，杜遏勸沮，不恤乎窮，不榮乎達，不戚乎毀，不悅乎譽，道家之業也。儒者祭祀以祈福，而道者履正以禳邪。儒者所愛者勢利也，道家所寶者無欲也。儒者汲汲於名利，而道家抱一以獨善。儒者所講者，相研之簿領也。道家所習者，遺情之教戒也。夫道者，無為也，善自修以成務；其居也，善取人所不爭；其治也，善絕禍於未起；其施也，善濟物而不德；其動也，善觀民以用心；其靜也，善居慎而無悶。此所以為百家之君長，仁義之祖宗也，小異之理，其較如此，首尾汗隆，未之變也。

或曰，儒者，周孔也，其籍則六經也，蓋治世存正之所由也，立身舉動之準繩也，其用遠而業貴，其事大而辭美，有國有家不易之制也。為道之士，不營禮教，不顧大倫，侶狐貉於草澤之中，偶猿獠於林麓之間，魁然流檣，與木石為鄰，此亦東走之迷，忘葵之甘也。

抱朴子答曰，摛華騁艷，質直所不尚，攻蒙救惑，疇昔之所饜，誠不欲復與子較物理之善否，校得失於機吻矣。然觀孺子之墜井，非仁者之意，視瞽人之觸柱，非兼愛之謂邪？又陳梗概，粗抗一隅。夫體道以匠物，寶德以長生者，黃老是也。黃帝既治世致太平，而又昇仙，則未可謂之後於堯舜也。老子既兼綜禮#6教，而又久視，則未可謂之為減周孔也。故仲尼有竊比之歎，未有疵毀之辭，而末世庸民，不得其門，修儒墨而毀道家，何異子孫而罵詈祖考哉？是不識其所自來，亦已甚矣。夫侏儒之手，不足以傾嵩華；焦僂之脛，不足以測滄海；每見凡俗守株之儒，營營所習，不博達理，告頑命嚚，崇飾惡言，誣詰道家，說糟粕之滓，則若睹駿馬之過隙也，涉精神之淵，則淪溺而自失也。猶斥鷃之揮短翅，以凌陽侯之波，猶蒼蠅之力驚質，以涉昀一作日。猿之峻，非其所堪，祇足速困。然而嘍嘍守於局隘，聰不經曠，明不徹離，而欲企踵以包三光，鼓腹以奮電靈，不亦蔽乎？蓋登旋璣之眇邈，則知井谷之至卑，睹大明之麗天，乃知鷓金之可陋。吾非生而知之，又非少而信之，始者蒙蒙，亦如子耳，既觀奧秘之弘修，而恨離困之不早也。五經之事，注說炳露，初學之徒，猶可不解。豈況金簡玉札，神仙之經，至要之言，又多不書。登壇歃血，乃傳口訣，苟非其人，雖裂地連城，金璧滿堂，不妄以示之。夫指深歸遠，雖得其書而不師受，猶仰不見首，俯不知跟#7，豈吾子所詳悉哉？夫得仙者，或昇太清，或翔紫霄，或造玄洲，或棲板或作枝。桐，聽鈞天之樂，享九芝之饌，出携松羨於倒景之表，入宴常陽於瑤房之中，曷為當侶狐貉而偶猿狖乎

? 所謂不知而作也。夫道也者，逍遙虹霓，翱翔丹霄，鴻崖六虛，唯意所造。魁然流檣，未為戚也。犧脂聚處，雖被藻繡，論其為樂，孰與逸麟之離羣以獨往，吉光坼偶而多福哉？

抱朴子內篇卷之十竟

#1『徧循』原作『偏修』，據王明校本改。

#2『焜』原作『焜』，據王明校本改。

#3『史』原作『中』，據王明校本改。

#4『世』原作『泄』，據王明校本改。

#5『義』原作『命』，據王明校本改。

#6『禮』原作『理』，據王明校本改。

#7『跟』原作『根』，據王明校本改。

抱朴子內篇卷十一

仙藥

抱朴子曰，神農四經曰，上藥令人身安命延，昇為#1天神，遨遊上下，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，眾妖併辟。又孝經援神契曰，椒薑禦濕，菖蒲益聰，巨勝延年，威喜辟兵。皆上聖之至言，方術之實錄也，明文炳然，而世人終於不信，可歎息者也。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，次則石，次則曾青，次則松栢脂、茯苓、地黃、麥門冬、木巨勝、重樓、黃連、石韋、楮實、象柴，一名純盧是也。或名仙人杖，或云西王母杖、或名天精，或名卻老，或名地骨，或名苟杞也。天門冬，或名地門冬，或名莛門冬，或名巔棘，或名淫羊食，或名管松，其生高地，根短而味甜，氣香者善。其生水側下地者，葉細似蘊而微黃，根長而味多苦，氣臭者下，亦可服食。然喜令人下氣，為益又遲也。服之百日，皆丁壯倍駛於朮及黃精也，入山便可蒸，若煮啖之，取足可以斷穀。若有力可餌之，亦可作散，並及絞其汁作酒，以服散尤佳#2。楚人呼天門冬為百部，然自有百部草，其根俱有百許，相似如一也，而其苗小異也。真百部苗似拔楔，唯中以治瘵及殺蝨耳，不中服食，不可誤也。如黃精一名白及，而實非中以作糊之白及也。按本草藥之與他草同名者甚多，唯精博者能分別之，不可不詳也。黃精一名兔竹，一名救窮，一名垂珠，服其花勝實，服其實勝其根，但花難多得。得其生花十斛，乾之繞可得五六斗耳，而服之日可三合，非大有役力者不能辨也。服黃精僅十年，乃可大得其益耳。俱

以斷穀不及朮，木餌令人肥健，可以負重涉險，但不及黃精甘美易食，凶年可以與老小休糧，人不能別之，謂為米脯也。

五芝者，有石芝，有木芝，有草芝，有肉芝，有菌芝，各有百許種也。

石芝者，石象芝生於海隅名山，及島嶼之涯有積石者，其狀如肉象有頭尾四足者，良似生物也，附於大石，喜在高岫嶮峻之地，或卻著仰綴也。赤者如珊瑚，白者如截肪，黑者如澤漆，青者如翠羽，黃者如紫金，而皆光明洞徹如堅冰也。晦夜去之三百步，便望見其光矣。大者十餘斤，小者三四斤，非久齋至精，及佩老子入山靈寶五符，亦不能得見此草也。凡見諸芝，且先以開山卻害符置其上，則不得復隱蔽化去矣。徐徐擇王相之日，設醮祭以酒脯，祈而取之，皆從日下禹步閉氣而往也。又若得石象芝，擣之三萬六千杵，服方寸匕，日三，盡一斤，則得千歲；十斤，則萬歲。亦可分人服也。又玉脂芝，生於有玉之山，常居懸危之處，玉膏流出，萬年已上，則凝而成芝，有似鳥獸之形，色無常采，率多似山玄水蒼玉也。亦鮮明如水精，得而末之，以無心草汁和之，須臾成水，服一升，得一千歲也。七明九光芝，皆石也，生臨水之高山石崖之間，狀如盤椀，不過徑尺以還，有莖帶連綴之，起三四寸，有七孔者，名七明，九孔者，名九光，光皆如星，百餘步內，夜皆望見其光，其光自別，可散不可合也。常以秋分伺之得之，擣服方寸匕，入口則翕然身熱，五味甘美，盡一斤則得千歲，令人身有光，所居暗地如月，可以夜視也。石蜜芝，生少室石戶中，戶中便有深谷，不可得過，以石投谷中，半日猶聞其聲也。去戶外十餘丈有石桂，柱上有偃蓋石，高度徑可一丈許，望見蜜芝從石戶上隨入偃蓋中，良久，輒[有一滴，有似雨後屋之餘漏，時時一落耳。然蜜芝墮不息，而偃]蓋亦終不溢也。戶上刻石為科斗字，曰得服石蜜芝一斗者壽萬歲。諸道士共思惟其處，不可得往，唯當以椀器著勁竹木端以承取之，然竟未有能為之者。按此石戶上刻題如此，前世必已有得之者也。石桂芝，生名山石穴中，似桂樹而實石也。高尺許，大如徑尺，光明而味辛，有枝條，擣服之一斤得千歲也。石中黃子，所在有之，沁水山為尤多。其在大石中，則其石常潤濕不燥，打其石有數十重，乃得之。在大石中，赤黃溶溶，如鷄子之在其殼中也。即當飲之，不飲則堅凝成石，不復中服也。法正當及未堅時飲之，既凝則應未服也。破一石中，多者有一升，少者有數合，可頓服也。雖不得多，相繼服之，其計前所服，合成三升，壽則千歲。但欲多服，唯患難得耳。石腦芝，生滑石中，亦如石中黃子狀，但不皆有耳。打破大滑石千許，乃可得一枚。初破之，其在石中，五色光明而自動，服一升得千歲矣。石硫黃芝，五岳皆有，而箕山為多。其方言許由就此服之而長生，故不復以富貴累意，不受堯禪也。石硫丹者，石之赤精，蓋石硫黃之類也。皆浸溢於崖岸之間，其濡濕者可丸服

，其已堅者可散服，如此有百二十，皆石芝也，事在太乙玉策及昌字一作字。內記，不可具稱也。

及夫木芝者，松柏脂淪入地千歲，化為茯苓，茯苓萬歲，其上生小木，狀似蓮花，名曰木威喜芝。夜視有光，持之甚滑，燒之不然，帶之辟兵，以帶鷄而雜以他鷄十二頭共籠之，去之十二步，射十二箭，他鷄皆傷，帶威喜芝者終不傷也，從生門上採之，於六甲陰乾之，百日，末服方寸匕，日三，盡一枚，則三千歲也。千歲之枯木，其下根如坐人，長七寸，刻之有血，以其血塗足下，可以步行水上不沒；以塗人鼻以入水，水為之開，可以止住淵底也；以塗身則隱形，欲見則拭之。又可以治病，病在腹內，刮服一刀圭，其腫痛在外者，隨其所在刮一刀圭，即其腫痛所在以摩之，皆手下即愈，假令左足有疾，則刮塗人之左足也。又刮以雜巨勝為燭，夜遍照地下，有金玉寶藏，則光變青而下垂，以錘掘之可得也。末之，服盡十斤則千歲也。又松樹枝三千歲者，其皮中有聚脂，狀如龍形，名曰飛節芝，大者重十斤，末服之，盡十斤得五百歲也。又有樊桃芝，其木如昇龍，其花葉如丹羅，其實如翠鳥，高不過五尺，生於名山之陰，東流泉水之上，以立夏之候伺之，得而未服之，盡一株得五千歲也。參成芝，赤色有光，扣之枝葉，如金石之音，折而續之，即復如故。木渠芝，寄生大木上，如蓮花，九莖一叢，其味甘而辛。建木芝實生於都廣，其皮如纓蛇，其實如鸞鳥，此三芝得服之，白日昇天也。黃蘆子、尋木華、玄液華、此三芝生於泰山、要鄉及奉高，有得而服之，皆令人壽千歲。黃蘆檀桓芝者，千歲黃蘆木下根，有如三斛器，去本株一二丈，以細根相連狀如縷，得末而服之，盡一枚則成地仙，不死也。此輩復百二十種，自有圖也。

草芝有獨搖芝，無風自動，其莖大手指，赤如丹，素葉似莧，其根有大如斗，有細者如鷄子十二枚，周繞大根之四方，如十二辰也，相去丈許，皆有細根，如白髮以相連，生高山深谷之上，其所生左右無草。得其大魁末服之，盡則得千歲，服其細者一枚百歲，可以分他人也。懷其大根即隱形，欲見則左轉而出之。牛角芝，生虎壽山及吳坂上，狀似葱，特生如牛角，長三四尺，青色，末服方寸匕，日三，至百日，則得千歲矣。龍仙芝，狀似昇龍之相負也，以葉為鱗，其根則如蟠龍，服一枚則得千歲矣。麻母芝，似麻而莖赤色，花紫色。紫珠芝，其花黃，其葉赤，其實如李而紫色，二十四枝輒相連，而垂如貫珠也。白符芝，高四五尺，似梅，常以大雪而花，季冬而實。朱草芝，九曲，曲有三葉，葉有三實也。五德芝，狀似樓殿，莖方，其葉五色各具而不雜，上如偃蓋，中常有甘露，紫氣起數尺矣。龍御芝，常以仲春對生，三節十二枝，下根如坐人。凡此草芝，又有百二十種，皆陰乾服之，則令人與天地相畢，或得千歲二千歲。

肉芝者，謂萬歲蟾蜍，頭上有角，頷下有丹書八字再#9重，以五月五日中時取之，陰乾百日，以其左足畫地，即為流水，帶其左手於身，辟五兵，若敵人射己者，弓弩矢皆反還自向也。千歲蝙蝠，色白如雪，集則倒懸，腦重故也。此二物得而陰乾末服之，令人壽四萬歲。千歲靈龜，五色具焉，其雄額上兩骨起似角，以羊血浴之，乃剔取其甲，火炙擣服方寸匕，日三，盡一具，壽千歲。行山中，見小人乘車馬，長七八寸者，肉芝也，捉取服之即仙矣。風生獸似貂，青色，大如狸，生於南海大林中，張網取之，積薪數車以燒之，薪盡而此獸在灰中不然，其毛不焦，斫刺不入，打之如皮囊，以鐵鎚鍛其頭數千或作十。下乃死，死而張其口以向風，須臾便活而起走，以石上菖蒲塞其鼻即死。取其腦以和菊花服之，盡十斤，得五百歲也。又千歲鷲，其窠戶北向，其色多白而尾掘，取陰乾，末服一頭五百歲。凡此又百二十種，此皆肉芝也。

菌芝，或生深山之中，或生大木之下，或生泉之側，其狀或如宮室，或如車馬，或如龍虎，或如人形，或如飛鳥，五色無常，亦百二十種，自有圖也。皆當禹步往採取之，刻以骨刀，陰乾末服方寸匕，令人昇仙，中者數千歲，下者千歲也。欲求芝草，入名山，必以三月九月，此山開出神藥之月也，勿以山假日，必以天輔時，三奇會尤佳。出三奇吉門到山，須六陰之日，明堂之時，帶靈寶符，牽白犬，抱白鷄，以白鹽一斗，及開山符檄，著大石上，執吳唐草或作花。一把以入山，山神喜，必得芝也。又採芝及服芝，欲得王相專和之日，支干上下相生為佳。此諸芝名山多有之，但凡庸道士，心不專精，行穢德薄，又不曉入山之術，雖得其圖，不知其狀，亦終不能得也。山無大小，皆有鬼神，其神鬼不以芝與人，人則雖踐之，不可見也。

又雲母有五種，而人多不能分別也。法當舉以向日，看其色，詳占視之，乃可知耳。正爾於陰地視之，不見其雜色也。五色並具而多青者名雲英，宜以春服之。五色並具而多赤者名雲珠，宜以夏服之。五色並具而多白者名雲液，宜以秋服之。五色並具而多黑者名雲母，宜以冬服之。但有青黃二色者名雲沙，宜以季夏服之。晶晶純白名磷石，可以四時長服之也。服五雲之法，或以桂葱水玉化之以為水，或以露於鐵器中，以玄水熬之為水，或以硝石合於筒中埋之為水，或以蜜搜為酪，或以秋露漬之百日，韋囊挺以為粉，或以無巔草樗血合餌之，服之一年，則百病愈，三年，老公反成童子，五年，則役使鬼神，入火不燒，入水不濡，踐棘不傷，與仙人相見。又他物埋之即朽，燒之即焦，而五雲以內猛火中，經時終不然，埋之永不腐敗，故能令人長生也。又云，服之十年，雲氣常覆其上，服其母以致其子，理自然也。又向日看之，晦晦純黑色起者，不中服，令人病淋發瘡。雖水餌之，皆當先以茅屋露水，若東流水露水，漬之百日，淘汰去其土石，乃可用耳。中山衛叔卿服之，積久能乘雲



而行，以其方封之玉匣之中，仙去之後，其子名度#10世，及漢使者梁伯，得而按方合服，皆得仙去。

又雄黃當得武都山所出者，純而無雜，其赤如鷄冠，光明曄曄者，乃可用耳。其但純黃似雄黃色，無赤光者，不任以作仙藥，可以合理病藥耳。餌服之法，或以蒸煮之，或以酒餌，或先以硝石化為水乃凝之，或以玄胴腸裹蒸之於赤土下，或以松脂和之，或以三物鍊之，引之如布，白如冰，服之皆令人長生，百病除，三尸下，癥痕滅，白髮黑，墮齒生，千日則玉女來侍，可得役使，以致行廚。又玉女常以黃玉為誌，大如黍米，在鼻上，是真玉女也，無此志者，鬼試人耳。

玉亦仙藥，但難得耳。玉經曰，服金者壽如金，服玉者壽如玉也。又曰，服玄真者，其命不極。玄真者，玉之別名也。今人身飛輕舉，不但地仙而已。然其道遲成，服一二百斤乃可知耳。玉可以烏米酒及地榆酒化之為水，亦可以葱漿消之為，亦可餌以為丸，亦可燒以為粉，服之一年已上，入水不濡，入火不灼，刃之不傷，百毒不犯也。不可用已成之器，傷人無益，當得璞玉，乃可用也，得于闐國白玉尤善。其次有南陽徐善亭部界中玉及日南盧容水中玉亦佳。赤松子以玄蟲血漬玉為水而服之，故能乘煙上下也。玉屑服之與水餌之，俱令人不死。所以為不及金者，令人數數發熱，似寒食散狀也。若服玉屑者，宜十日輒一服雄黃丹砂各一刀圭，散髮洗沐寒水，迎風而行，則不發熱也。董君異嘗以玉醴與盲人服之，目旬日而愈。有吳延稚者，志欲服玉，得玉經方不具，了不知其節度禁忌，乃招合得招一作始。珪璋環璧，及校一作裝。劍所用甚多，欲餌治服之，後余為說此不中用，乃歎息曰，事不可不精，不但無益，乃幾作禍也。

又銀但不及金玉耳，可以地仙也。服之法，以麥漿化之，亦可以朱草酒餌之，亦可以龍膏鍊之，然三服，輒大如彈丸者，又非清貧道士所能得也。

又真珠徑一寸以上可服，服之可以長久，酪漿漬之皆化如水銀，亦可以浮石水蜂窠化，包彤蛇黃合之，可引長三四尺，丸服之，絕穀服之，則不死而長生也。淳漆不沾者，服之令人通神長生，餌之法，或以大無腸公子，或云大蟹，十枚投其中，或以雲母水，或以玉水合服之，九蟲悉下，惡血從鼻去，一年六甲行廚至也。

桂可以葱涕合蒸作水，可以竹瀝合餌之，亦可以先知君腦，或云龜，和服之，七年，能步行水上，長生不死也。

巨勝一名胡麻，餌服之不老，耐風濕，補衰老也。桃膠以桑灰汁漬，服之百病愈，久服之身輕有光明，在晦夜之地如月出也，多服之則可以斷穀。

柠一作楮。木實芝赤者，餌之一年，老者還少，令人徹視見鬼。昔道士梁

須，年七十乃服之，轉更少，至年百四十歲，能夜書，行及奔馬，後入青龍山去。槐子以新甕合泥封之，二十餘日，其表皮皆爛，乃洗之如大豆，日服之，此物主補腦，久服之，令人髮不白而長生。玄中蔓方，楚飛廉、澤瀉、地黃、黃連之屬，凡三百餘種，皆能延年，可單服也。靈飛散、未央丸、制命丸、羊血丸，皆令人駐年卻老也。

南陽酈縣山中有甘谷水，谷水所以甘者，谷上左右皆生甘菊，菊花墮其中，歷世彌久，故水味為變。其臨此谷中居民，皆不穿井，悉食甘谷水，食者少不老壽，高者百四五十歲，下者不失八九十，無夭年人，得此菊力也。故司空王暢、太尉劉寬，太傅袁隗，皆為南陽太守，每到官，常使酈縣月送甘谷水四十斛以為飲食，此諸公多患風痺及眩冒，皆得愈，但不能大得其益，如甘谷上居民，生小便飲食此水者耳。又菊花與薏花相似，直以甘苦別之耳，菊甘而薏苦，諺言所謂苦如薏者也。今所在有真菊，但為少耳，率多生於水側，緱氏山與酈縣最多，仙方所謂日精、更生、周盈皆一菊，而根、莖、花、實異名，其說甚美，而近來服之者略無效，正由不得真菊也。夫甘谷水得菊之氣味，亦何足言。而其上居民，皆以延年，況將復好藥，安得無益乎？

余亡祖鴻臚少卿曾為臨沅令，云此縣有廖氏家，世世壽考，或出百歲，或八九十，後徙去，子孫轉多夭折。他人居其故宅，復如舊，後累世壽考。由此乃覺是宅之所為，而不知其何故，疑其井水殊赤，乃試掘井左右，得古人埋丹砂數十斛，去井#11數尺，此丹砂汁因泉漸入井，是以飲其水而得壽，況乃餌鍊丹砂而服之乎？

余又聞上黨有趙瞿者，病癩歷年，眾治之不愈，垂死。或云不如#12及活流棄之，後子孫轉相注易，其家乃責糧將之，送置山穴中。瞿在穴中#13，自怨不幸，晝夜悲歎，涕泣經月。有仙人行經過穴，見而哀之，具問訊之。瞿知其異人，乃叩頭自陳乞哀，於是仙人以一囊藥賜之，教其服法。瞿服之百許日，瘡都愈，顏色豐悅，肌膚玉澤，仙人又過視之，瞿謝受更生活之恩，乞丐其方。仙人告之曰，此是松脂耳，此山中便多此物，汝鍊之服，可以長生不死。瞿乃歸家，家人初謂之鬼也，甚驚愕。瞿遂長服松脂，身體轉輕，氣力百倍，登危越險，終日不極，年百七十歲，齒不墮，髮不白，夜臥，忽見屋間有光，大如鏡者，以問左右，皆云不見，久而漸大，一室盡明如晝日。又夜見面上有綵女二人，長二三寸，面體皆具，但為小耳，遊戲其口鼻之間，如是且一年，此女漸長大，出在其側，又常聞琴瑟之音，欣然獨笑，在人間三百許年，色如少童，乃入抱犢山去，必地仙也。余時聞瞿服松脂如此，於是竟服。其多役力者，乃車運驢負，積之盈室，服之遠者，不過一月，未覺大有益輒止，有志者難得如是也。

又漢成帝時，獵者於終南山中，見一人無衣服，身生黑毛，獵人見之，欲逐取之，而其人踰坑越谷，有如飛騰，不可逮及。於是乃密伺候其所在，合圍得之，定是婦人。問之，言我本是秦之宮人也，聞關東賊至，秦王出降，宮室燒燔，驚走入山，饑無所食，垂餓死，有一老翁教我食松葉松實，當時苦澀，後稍便之，遂使不饑不渴，冬不寒，夏不熱。計此女定是秦王子嬰宮人，至成帝之世，三百許歲，乃將歸，以穀食之，初聞穀臭嘔吐，累日乃安。如是二年許，身毛乃脫，落轉老而死。向使不為人所得，便成仙人矣。

南陽文氏，說其先祖，漢末大亂，逃去山中，饑困欲死。有一人教之食朮，遂不能飢，數十年乃來還鄉里，顏色更少，氣力勝故。自說在山中時，身輕欲跳，登高履險，歷日不極，行冰雪中，了不知寒。常見一高巖上，有數人對坐博戲者，有讀書者，俛而視文氏，因問其相問，言此子中呼上否？其一人答言：未可也。木一名山薊，一名山精，故神藥經曰，必欲長生，常服山精。

昔仙人八公，各服一物，以得陸仙，各數百年，乃合神丹金液，而昇太清耳。人若合八物，鍊而服之，不得其力，是其藥力有轉相勝畏故也。韓終服菖蒲十三年，身生毛，日視書萬言，皆誦之，冬袒不寒。又菖蒲生須得石上，一寸九節已上，紫花者尤善也。趙他子服桂二十年，足下生毛，日行五百里，力舉千斤。移門子服五味子十六年，色如玉女，入水不濡，入火不灼也。楚文子服地黃八年，夜視有光，手上車弩也。林子明服朮十一年，耳長五寸，身輕如飛，能超踰淵谷二丈許。杜子微服天門冬，御八十妾，有子百三十人，日行三百里。任子季服茯苓十八年，仙人玉女往從之，能隱能彰，不復食穀，灸癥皆滅，面體玉光。陵陽子仲服遠志二十年，有子三十七人，開書所視不忘，坐在立亡。仙經曰，雖服草木之葉，已得數百歲，勿怠於神丹，終不能仙。以此論之，草木延年而已，非長生之藥可知也。未得作丹，且可服之，以自稽持耳。

或問，服食藥物，有前後之宜乎？

抱朴子答曰，按中黃子服食節度云，服治病之藥，以食前服之；養性之藥，以食後服之。吾以咨鄭君，何以如此。鄭君言，此易知耳，欲以藥攻病，既宜及未食，內虛，令藥力勢易行，若以食後服之，則藥但攻穀而力盡矣；若欲養性，而以食前服藥，則力未行，而被穀駢之下去不得止，無益也。

或問曰，人服藥以養性，云有所宜，有諸乎？

抱朴子答曰，按玉策記及開明經，皆以五音六屬，知人年命之所在。子午屬庚，卯酉屬己，寅申屬戊，丑未屬辛，辰戌屬丙，巳亥屬丁。一言得之者，宮與土也。三言得之者，徵與火也。五言得之者，羽與水也。七言得之者，商與金也。九言得之者，角與木也。若本命屬土，不宜服青色藥；屬金，不宜服赤色藥；屬木，不宜服白色藥；屬水，不宜服黃色藥；屬火，不宜服黑色

藥。以五行之義，木尅土，土尅水，水尅火，火尅金，金尅木故也。若金丹大藥，不復論宜與不宜也。

一言宮。庚子庚午，辛未辛丑，丙辰丙戌，  
丁亥丁巳，戊寅戊申，己卯己酉。

三言徵。甲辰甲戌，乙亥乙巳，丙寅丙申，  
丁酉丁卯，戊午戊子，己未己丑。

五言羽。甲寅甲申，乙卯乙酉，丙子丙午，  
丁未丁丑，壬辰壬戌，癸巳癸亥。

七言商。甲子甲午，乙丑乙未，庚辰庚戌，  
辛巳辛亥，壬申壬寅，癸卯癸酉。

九言角。戊辰戊戌，己巳己亥，庚寅庚申，  
辛卯辛酉，壬午壬子，癸丑癸未。

禹步法：前舉左，右過左，左就右。

次舉右，左過右，右就左。

次舉右，右過左，左就右。

如此三步，當滿二丈一，後有九跡。

小神方，用真丹三斤，白蜜一斤，合和日曝煎之，令可丸。旦服如麻子十九丸，未一年，髮白更黑，齒墮更生，身體潤澤，長服之，老翁還成少年，常服長生不死也。

小餌黃金方，火銷金內清酒中，二百出，二百入，即沸矣。握之出指間，令如泥，若不沸及握之不出指間，即復銷之內酒中無數也。成復如彈丸一枚，亦可汁一丸外為小丸，服三十日，無寒溫，神人玉女下之。又#16銀亦可餌，與金同#17法。服此二物，可居名山石室中，一年即輕舉矣。人間服之，名地仙，勿妄傳也。

兩餌銷黃金法，豬負革肪#18三斤，醇苦酒一斗，取黃金五兩，置器中煎之，出爐，以金置肪#19中，百入百出，苦酒亦爾#20，澆一斤金，壽#21弊天地，食半斤金，壽二千歲，五兩，千二百歲，無多少，便可餌之。當以王相之日，作之神良，勿傳人，傳人，藥成不神也。欲食去尸藥，當服丹砂。餌丹砂法，丹砂一斤，搗籩#22下淳#23苦酒三升，淳漆二升，一本和蜜二升。凡三#24物合，令相得，微火上煎之，令可丸，服如麻子二丸，日再。四十日，腹中百病愈，三尸去；服之百日，肌骨堅強；服之千日，司命削死籍，與天地相保，日月相望，改形易容，變化無常，日中無影，乃別無光矣。

抱朴子內篇卷之十一竟

#1『為』原脫，據王明校本補。

- #2『佳』原作『甚』，據王明校本改。
- #3括號內的文句原脫，據王明校本補。
- #4『石』原作『名』，據王明校本改。
- #5『即』原脫，據王明校本補。
- #6『塗』原作『射』，據王明校本改。
- #7『曰』下原衍『日』，據王明校本刪。
- #8『紫』原脫，據王明校本補。
- #9『再』原作『體』，據王明校本改。
- #10『度』原脫，據王明校本補。
- #11『井』原脫，據王明校本補。
- #12『如』原脫，據王明校本補。
- #13『中』下原衍『瞿』，據王明校本刪。
- #14『聞』原作『閱』，據王明校本改。
- #15『令』原作『冷』，據王明校本改。
- #16『又』原作『下』，據王明校本改。
- #17『同』原作『內』，據王明校本改。
- #18『肪』原作『方脂』，據王明校本改。
- #19『肪』原脫，據王明校本補。
- #20『爾』原作『示』，據王明校本改。
- #21『壽』原脫，據王明校本補。
- #22『筵』原脫，據王明校本補。
- #23『淳』原作『從』，據王明校本改。
- #24『三』原脫，據王明校本補。

## 抱朴子內篇卷之十二

### 辨問

或問曰，若仙必可得，聖人已修之矣，而周、孔不為之者，是無此道可知也。

抱朴子答曰，夫聖人不必仙，仙人不必聖。聖人受命，不值長生之道，但自欲除殘去賊，夷險平暴，制禮作樂，著法垂教，移不正之風，易流遁之俗，匡將危之主，扶亡徵之國，刊詩書，撰河洛，著經誥，和雅頌，訓童蒙，應聘諸國，突無凝煙，席不暇煖。其事則鞅掌罔極，窮年無已，亦焉得閉聰掩明，內視反聽，呼吸道引，長齋久潔，入室煉形，登山採藥，數息思神，斷穀清腸哉？至於仙者，唯須篤志至信，勤而不怠，能恬能靜，便可得之，不待多才也。有入俗之高真，乃為道者之重累也。得合一藥，知一養神之要，則長生

久視，豈若聖人所修為者云云之無限乎？且夫俗所謂聖人者，皆治世之聖人，非得道之聖人，得道之聖人，則黃老是也。治世之聖人，則周、孔是也。黃帝先治世而後登仙#1，此是偶有能兼之才者也。古之帝王，刻於泰山，可省讀書者七十二家，其餘磨滅者，不可勝數，而獨記黃帝仙者，其審然可知也。

世人以人所尤長，眾所不及者，便謂之聖。故善圍棋之無比者，則謂之棋聖，故嚴子卿馬綏明于今有棋聖之名焉。善史書之絕時#2者，則謂之書聖，（故皇象、胡昭於今有書聖之名焉。善圖畫之過人者，則謂之畫聖）#3，故衛協、張墨于今有畫#4聖之名焉。善刻削之尤巧者，則謂之木聖，故張衡、馬忠于今有木聖之名焉。故孟子謂伯夷，清之聖者也；（柳下惠，和之聖者也；伊尹，任之聖者也）#5。吾試演而論之，則聖非一事。夫班輸#6、倕狄，機械之聖也；附、扁、和、緩，治疾之聖也；子韋、甘均，占候之聖也；史蘇、辛廖，卜筮之聖也；夏育、杜回，筋力之聖也；荆軻、聶政，勇敢之聖也；飛廉、夸父，輕速之聖也；子野、延州，知音之聖也；孫、吳、韓、白，用兵之聖也。聖者，人事之極號也，不獨於文學而已矣。莊周云，盜有聖人之道五焉。妄意而知人之藏者，明也；先入而不疑者，勇也；後出而不懼者，義也；知可否之宜者，知也；分財均同者，仁也。不得此道而成天下大盜者，未之有也。

或曰，聖人之道，不得枝分葉散，必總而兼之，然後為聖。

余答之曰，孔子門徒，達者七十二，而各得聖人之一體，是聖事有剖判也。又云，顏淵具體而#7微，是聖事有厚薄也。又易曰，有聖人之道四焉，以言者尚其辭，以動者尚其變，以制器者尚其象，以卜筮者尚其占。此則聖道可分之明證也。何為善於道德以致神仙者，獨不可謂之為得道之聖？苟不有得道之聖，則周、孔不得為治世之聖乎？既非一矣，何以當責使相兼乎？按仙經以為諸得仙者，皆其受命偶值神仙之氣，自然所稟。故胞胎之中，已含信道之性，及其有識，則心好其事，必遭明師而得其法，不然，則不信不求，求亦不得也。玉鈴經#8主命原曰，人之吉凶，制在結胎受氣之曰，皆上得列宿之精。其值聖宿則聖，值賢宿則賢，值文宿則文，值武宿則武，值貴宿則貴，值富宿則富，值賤宿則賤，值貧宿則貧，值壽宿則壽，值仙宿則仙。又有神仙聖人之宿，有治世聖人之宿，有兼二聖之宿，有貴而不富之宿，有富而不貴之宿，有兼富貴之宿，有先富後貧之宿，有先貴後賤之宿，有兼貧賤之宿，有富貴不終之宿，有忠孝之宿，有凶惡之宿。如此不可具載，其較略如此。為人生本有定命，張車子之說是也。苟不受神仙之命，則必無好仙之心，未有心不好之而求其事者也，未有不求而得之者也。自古至今，有高才明達而不信有仙者，有平平許人學而得仙者，甲雖多所鑒識而或蔽於仙，乙則多所不通而偏達其理，此豈非天命之所使然乎？

夫道家寶秘仙術，弟子之中，尤尚簡擇，至精彌久，然後告之以要訣，沉於世人，幸自不信不求，何為當強以語之邪？既不能化令信之，將招嗤速謗，故得道之士，所以與世人異路而行，異處而止，言不欲與之交，身不欲與之雜。隔千里，猶恐不足以遠煩勞之攻，絕軌迹，猶恐不足以免毀辱之醜。貴不足以誘之，富不足以移之，何肯當自街於俗士，言我有仙法乎？此蓋周、孔所以無緣而知仙道也。且夫周、孔蓋是高才大學之深遠者耳，小小之伎，猶多不閑。使之跳丸弄劍，踰鋒投狹，履絙登幢，擿盤緣案，跟挂萬仞之峻峭，游泳呂梁之不測，手扛千鈞，足躡驚飈，暴虎檻豹，攬飛捷矢，凡人為之，而周、孔不能，以過於此者乎？他人之所念慮，蚤虱之所首向，隔牆之朱紫，林下之草芥，匣匱之書籍，地中之寶藏，豐林邃藪之鳥獸，重淵洪潭之魚鱉，令周、孔委曲其采色，分別其物名，經列其多少，審實其有無，未必能盡知，沉於遠#9此者乎？聖人不食則饑，不飲則渴，灼之則熱，凍之則寒，撻之則痛，刃之則傷，歲久則老矣，損傷則病矣，氣絕則死矣。此是其所與凡人無異者甚多，而其所以不同者至少矣。所以過絕人者，唯在於才長思遠，口給筆高，德全行潔，強訓博聞之事耳，亦安能無事不兼邪？既已著作典謨，安上治民，復欲使之兩知仙道，長生不死，以此責聖人，何其多乎？吾聞至言逆俗耳，真語必違眾。儒士卒覽吾此書者，必為吾非毀聖人。吾豈然哉？但欲盡物理耳。理盡事窮，則似於謗訕周、孔矣。世人謂聖人從天而墜，神靈之物，無所不知，無所不能。其於服畏其名，不敢復料之以事，謂為聖人所不能，則人無復能知者也。聖人所不知，則人無復知之者，不亦笑哉？今具以近事校之，想可以悟也。完山之鳥，賣生送死之聲，孔子不知之，便可復謂顏回只可偏解之乎？聞太山婦人之哭，問之，乃知虎食其家三人，又不知此婦人何以不徙去之意，須答乃悟。見羅雀者純得黃口，不辨其意，問之乃覺。及欲葬母，不知父墓所在，須人語之，即定墓崩，又不知之，弟子誥之，乃法然流涕。又疑顏淵之盜食，乃假言欲祭仙人，卜掇塵之虛偽。廢焚，又不知傷人馬否。顏淵後，便謂之已死。又周流七十餘國，而不能逆知人之必不用之也，而恹恹遑遑，席不暇溫。又不知匡人當圍之，而由其途。問老子以古禮，禮有所不解也。問郟子以鳥官，官有所不識也。行不知津，而使人問之，又不知所問之人，必譏之而不告其路，若爾可知不問也。下車逐歌鳳者，而不知彼之不住也。見南子而不知其無益也。諸若此類，不可具舉，但不知仙法何足怪哉？又俗儒云，聖人所不能，則餘人皆不能。則岩人水居，梁母火化，子伯耐至熱，仲都堪酷寒，左慈兵解而不死，甘始休糧以經歲，范軼見斫而不入，鼈令流尸而更生，少千執百鬼，長房縮地脈，仲甫假形於晨晷，張楷吹噓起雲霧，未聞周、孔能，為斯事也。

俗人或曰，周、孔皆能為此，但不為耳。

吾答之曰，必不求之於明文#10而指空以空言者，吾便可謂周、孔能振翮翻飛，翱翔八極，興雲致雨，移山拔井，但不為耳。一不以記籍見事為據者，復何限哉？必若所云者，吾亦可以言周、孔皆已昇仙，但以此法不可以訓世，恐人皆知不死之可得，皆必悉委供養，廢進宦而登危浮深，以修斯道，是為家無復子孫，國無復臣吏，忠孝並喪，大倫必亂，故周、孔密自為之，而秘不告人，外託終亡之形，內有上仙之實。如此，則子亦將何以難吾乎？亦又未必不然也。靈寶經有正機平衡飛龜授秩凡三篇，皆仙術也。吳王伐石以治官室，而於合石之中，得紫文金簡之書，不能讀之，使使者持以問仲尼，而欺仲尼曰，吳王閑居，有赤雀銜書以置殿上，不知其義，故遠諮呈。仲尼以視之曰，此乃靈寶之方，長生之法，禹之所服，隱在水邦，年齊天地，朝于紫庭者也。禹將仙化，封之名山石函之中，乃今赤雀銜之，殆天授也。以此論之，是夏禹不死也，而仲尼又知之，安知仲尼不皆密修其道乎？正復使聖人不為此事，未可謂無其效也。人所好惡，各各不同，論之以面，豈不信哉？誠合其意、雖小必為也；不合其神，雖大不學也。好苦憎甘，既皆有矣，嗜利棄義，亦無數焉。聖人之大寶曰位，何以聚人曰財。又曰，富與貴，是人之所欲。而昔已有禪之以帝王之位而不用，委之以四海之富而不願，蔑三九之官，背玉帛之聘。遂山林之高潔，甘魚釣之陋業者，蓋不可勝數耳。又曰：男女飲食，人之大欲存焉。是以好色不可諫，甘旨可忘憂。昔有絕穀棄美，不畜妻妾，超然獨往，浩#11然得意，顧影含歡，漱流忘味者，又難勝記也。人情莫不愛紅顏艷姿，輕體柔身，而黃帝逖#12篤醜之嫫母，陳侯憐可憎之敦洽。人鼻無不樂香，故流黃鬱金、芝蘭蘇合、玄膽素膠、江離揭車、春蕙秋蘭，價同瓊瑤，而海上之女，逐酷臭之夫，隨之不止。周文嗜不美之菹，不以易大牢之滋味。魏明好椎鑿之聲，不以易絲竹之和音。人各有意，安可求此以同彼乎？周孔自偶#13不信仙道，日月有所不照，聖人有所不知，豈可以聖人所不為，便云天下無仙，是責三光不照覆盆之內也。

抱朴子內篇卷之十二竟

#1『仙』原作『山』，據王明校本改。

#2『時』原作『羅』，據王明校本改。

#3 括號內的文句原脫，據王明校本補。

#4『有畫』原作『為書』，據王明校本改。

#5括號內的文句原脫，據王明校本補。

#6『輸』原作『秋』，據王明校本改。

#7『而』原作『在』，據王明校本改。



#8『經』原作『云』，據王明校本改。

#9『遠』原作『達』，據王明校本改。

#10『文』原作『又』，據王明校本改。

#11『浩』原作『倍』，據王明校本改。

#12『述』原作『遠』，據王明校本改。

#13『偶』原作『隅』，據王明校本改。

抱朴子內篇卷之十三

極言

或問曰，古之仙人者，皆由學以得之，將特稟異氣耶？

抱朴子答曰，是何言歟？彼莫不負笈隨師，積其功勤，蒙霜冒險，櫛風沐雨，而躬親灑掃，契闊勞藝，始見之以信行，終被試以危困，性篤行貞，心無怨貳，乃得升堂以入於室。或有怠厭而中止，或有怨志而造退，或有誘於榮利，而還修流俗之事，或有敗於邪說，而失其淡泊之志，或朝為而夕欲其成，或坐修而立望其效。若夫睹財色而心不戰，聞俗言而志不沮者，萬夫之中，有一人為多矣。故為者如牛毛；獲者如麟角也。夫穀勁弩者，效力於發箭；涉大川者，保全於既濟；井不達泉，則猶不掘也；一步未至，則猶#1不往也。修塗之累，非移晷所臻；凌霄之高，非一匱之積。然升峻#2者患於垂上而力不足，為道者病於方成而志不遂。千倉萬箱，非一耕所得；干天之木，非旬日所長；不測之淵，起於打澨；陶朱之資，必積百千。若乃人退己進，陰子所以窮至道也。敬卒若始，羨門所以致雲龍也。我志誠堅，彼何人哉？

抱朴子曰，俗民既不能生生，而務所以煞生。夫有盡之物，不能給無己之耗；江河之流，不能盈無底之器也。凡人利入少而費用多者，猶不供也，況無錙銖之來，而有千百之往乎？人無少長，莫不有疾，但輕重言之耳。而受氣各有多少，多者其盡遲，少者其竭速。其知道者補而救之，必先復故，然後方求量表之益。若令服食終日，則肉飛骨騰，導引改朔，則羽翮參差，則世間無不信道之民也。患乎升勺之利未堅，而鍾石之費相尋，根柢#3之據未極，而冰霜之毒交攻。不知過之在己，而反云道之無益，故捐丸散而罷吐納矣。故曰非長生難也，聞道難也；非聞道難也，行之難也；非行之難也，終之難也。良匠能與人規矩，不能使人必巧也。明師能授人方書，不能使人必為也。夫修道猶如播穀也，成之猶收積也。厥田雖沃，水澤雖美，而為之失天時，耕鋤又不至，登稼被壟，不獲不刈，頃畝雖多，猶無獲也。凡夫不徒不知益之為益也，又不知損之為損也。夫損易知而速焉，益難知而遲焉，而尚不悟其易，安能識其難哉？夫損之者如燈火之消脂，莫之見也；而忽盡矣。益者如苗禾之播殖，莫之覺也，而忽茂矣。故治身養性，務謹其細，不可以小益為不平而不修，不可

以小損為無傷而不防。凡聚小所以就大，積一所以至億也。若能愛於微，成之於著，則幾乎知道矣。

或問曰，古者豈有無所施行，而偶自長生者乎？

抱朴子答曰，無也。或隨明師，積功累勤，便得賜以合成之藥。或受秘方，自行治作，事不接於世，言不累於俗，而記著者止存其姓名，而不能具知其所以得仙者，故闕如也。昔黃帝生而能言，役使百靈，可謂天授自然之體者也，猶復不能端坐而得道，故陟王屋而授丹經，到鼎湖而飛流珠，登崆峒而問廣成，之具茨而事大隗，適東岱而奉中黃，入金谷而諮涓子，論道養則資玄、素二女，精推步則訪山嵇、力牧，講占候則納風后，著體診則受雷岐，審攻，戰則納五音之策，窮神奸則記白澤之辭，相地理則書青烏之說，救傷殘則綴金冶之術。故能畢該秘要，窮道盡真，遂昇龍以高躋，與天地乎罔極也。然按神仙經，皆云黃帝及老子奉事太乙元君以受要訣，況乎不逮彼二君者，安有自得仙度世者乎？未之聞也。

或曰，黃帝審仙者，橋山之塚，又何為乎？

抱朴子答曰，按荆山經及龍首記，皆云黃帝服神丹之後，龍來迎之，羣臣追慕，靡所措思，或取其几杖，立廟而祭之；或取其衣冠，葬而守之。列仙傳云，黃帝自擇亡日，七十日去，七十日還，葬于喬山，山陵一作後。忽崩，墓空無尸，但劍舄在焉。此諸說雖異，要於為仙也。言黃帝仙者，見於道書及百家之說者甚多，而儒家不肯長奇怪，開<sup>#4</sup>異塗，務於禮教，而神仙之事，不可以訓俗，故云其死，以杜民心耳。朱巴、欒巴、于公有功惠於民，百姓皆生為之立廟祠。又古者盛德之人，身沒之後，臣子刊其勛績於不朽之器。而今世君長遷轉，吏民思戀，而樹德頌之碑者，往往有焉，此亦黃帝有廟墓之類也，豈足以證其必死哉？

或人問曰，彭祖八百，安期三千，斯壽之過人矣，若<sup>#5</sup>果有不死之道，彼何不遂仙乎？豈非察命受氣，自有脩短，而彼偶得其多，理不可延，故不免於彫隕哉？

抱朴子答曰，按彭祖經云，其自帝譽佐堯，歷夏至殷為大夫，殷王遣綵女從受房中之術，行之有效，欲殺彭祖以絕其道，彭祖覺焉而逃去。去時年七八百餘，非為死也。黃帝石一作山。公記云，彭祖去後七十餘年，門人於流沙之西見之，非死明矣。又彭祖之弟子，青衣烏公、黑穴公、秀眉公、白兔公子、離婁公、太足君、高丘子、不肯來七八人，皆歷數百歲，在殷而各仙去，況彭祖何肯死哉？又劉向所記列仙傳亦言彭祖是仙人也。又安期先生者，賣藥於海邊，瑯琊人傳世見之，計已千年。秦始皇請與語，三日三夜。其言高，其旨遠，博而有證，始皇異之，乃賜之金璧，可直數千萬。安期受而置之於阜鄉亭

，以赤玉舄一量為報，留書曰，復數千載，求我於蓬萊山。如此，是為見始皇時已千歲矣，非為死也。又始皇剛暴而驚狠，最是天下之不應信神仙者。又不中以不然之言答對之者也。至於問安期以長生之事，安期答之允當，始皇惺悟，信世間之必有仙道，既厚惠遺，又甘心欲學不死之事，但自無明師也，而為盧敖徐福輩所欺弄，故不能得耳。向使安期先生言無符據，三日三夜之中，足以窮屈，則始皇必將烹煮屠戮，不免鼎俎之禍，其厚惠安可得乎？

或問曰，世有服食藥物，行氣道引，不免死者，何也？

抱朴子答曰，不得金丹，但服草木之藥及修小術者，可以延年遲死耳，不得仙也。或但知服草藥，而不知還年誤作房中。之要術，則終無久生之理也。或不曉帶神符，行禁戒，思身神，守真一，則止#6可令內疾不起，風濕不犯耳。若卒有惡鬼強邪，山精水毒害之，則便死也。或不得入山之法，令山神為之作禍，則妖鬼試之，猛獸傷之，溪毒繫之，蛇蝮螫之，致多死事，非一條也。或修道晚暮，而先自損傷已深，難可補復。補復之益，未得根據，而疾隨復作，所以剋伐之事，亦何緣得長生哉？或年老為道而得仙者，或年少為道而不成者，何哉？彼雖年老而受氣本多，受氣本多則傷損薄，傷損薄則易養，易養故得仙也。此雖年少而受氣本少，〔受氣本少〕#7則傷深，傷深則難救，難救故不成仙也。夫木槿楊柳，斷殖之更生，倒之亦生，橫之亦生。生之易者，莫過斯木也。然埋之既淺，又未得久，乍刻乍剝，或搖或拔，雖壅以膏壤，浸以春澤，猶不脫於枯瘁者，以其根菱不固，不暇吐其萌芽，津液不得遂結其生氣也。人生之為體，易傷難養，方之二木，不及遠矣。而所以攻毀之者，過於刻剝，劇乎搖拔也。濟之者鮮，壞之者眾，死其宜也。夫吐故納新者，因氣以長氣，而氣大衰者則難長也。服食藥物者，因血以益血，而血垂竭者則難益也。夫奔馳而喘逆，或欬或滿，用力役體，汲汲短乏者，氣損之候也。面無光色，皮膚枯腊，脣焦脈白，腠理萎瘁者，血減之證也。二證既衰於外，則靈根亦凋於中矣。如此，則不得上藥，不能救也。凡為道而不成，營生而得死者，其人非不有氣血也，然身中之所以為氣為血者，根#8源已喪，但餘其枝流也。譬猶入水之燼，火滅而煙不即息；既斷之木，柯葉猶生。二者非不有煙，非不有葉，而其所以為煙為葉者，已先亡矣。世人以覺病之日，始作為疾#9，猶以氣絕之日，為身喪之候#10也。唯怨風冷與暑濕，〔不知風冷暑濕〕#11，不能傷壯實之人也。徒患體虛氣少者，不能堪之，故為所中耳。何以較之，設有數人，年紀老壯既同，服食厚薄又等，俱造沙漠之地，並冒嚴寒之夜，素睡墮於上，玄冰結於下，寒風摧條而宵駭，欬唾凝呀於脣吻，則其中將有獨中冷者，而不必盡病也。非玲氣之有偏，蓋人體有不耐者耳。故俱食一物，或獨以結病者，非此物之有偏毒也。鈞器齊飲，而或醒或醉者，非酒勢之有彼此也。同冒炎

暑，而或獨以暍死者，非天熱之有公私也。齊服一藥，而或昏暝煩悶者，非毒烈之有愛憎也。是以衝風赴林，而枯柯先摧；洪濤凌崖，而折隙首頹；烈火燎原，而燥卉前焚；龍椀墜地，而脆者獨破。由茲以觀，則人之無道，體已素病，因風寒暑濕者以發之耳。苟能令正氣不衰，形神相衛，莫能傷也。凡為道者，常患於晚，不患於卑也。特年紀之少壯，體力之方剛者，自役過差，百病兼結，命危朝露，不得大藥，但服草木，可以差於常人，不能延其大限也。故仙經曰：養生以不傷為本。此要言也。神農曰，百病不愈，安得長生？信哉斯言也。

或問曰，所謂傷之者，豈非色慾之間乎？

抱朴子曰，亦何獨斯哉？然長生之要，在乎還年之道。上士知之，可以延年除病；其次不以自伐者。若年尚少壯而知還年，服陰丹以補腦，采七液於長空者，不服藥物，亦不失一二#12百歲也，但不得仙耳。不得其術者，古人方之於冰盃之盛湯，羽苞之蓄火也。且又才所不逮，而困思之，傷也；力所不勝，而強舉之，傷也；悲哀憔悴，傷也；喜樂過差，傷也；汲汲所欲，傷也；久談言笑，傷也；寢息失時，傷也；挽弓引弩，傷也；沉醉嘔吐，傷也；飽食即臥，傷也；跳走喘乏，傷也；歡呼哭泣，傷也；陰陽不交，傷也；積傷至盡則早亡，早亡非道也。是以養生之方，睡不及遠，行不疾步，耳不極聽，目不久視，坐不至久，臥不及疲，先寒而衣，先熱而解，不欲極饑而食，食不過飽，不欲極渴而飲，飲不過多。凡食過則結積聚，飲過則成痰癖。不欲甚勞甚逸，不欲起晚，不欲汗流，不欲多睡，不欲奔車走馬，不欲極目遠望，不欲多啖生冷，不欲飲酒當風，不欲數數沐浴，不欲廣志遠願，不欲規造異巧。冬不欲極溫，夏不欲窮涼，不露臥星下，不眠中見肩，大寒大熱，大風大霧，皆不欲冒之。五味入口，不欲偏多，故酸多傷脾，苦多傷肺，辛多傷肝，鹹多則傷心，甘多則傷腎，此五行自然之理也。凡言傷者，亦不便覺也，謂久則壽損耳。是以善攝生者，臥起有四時之早晚；興居有至和之常制；調利筋骨，有偃仰之方；杜疾閑邪，有吞吐之術；流行榮衛，有補瀉之法；節宣勞逸，有與奪之要。忍怒以全陰氣，抑喜以養陽氣。然後先將服草木以救虧缺，後服金丹以定無窮，長生之理，盡於此矣。若有欲決意任懷，自謂達識知命，不泥異端，極情肆力，不營久生者，聞此言也，雖風之過耳，電之經目，不足論也。雖身枯於流連之中，氣絕於執綺之間，而甘心焉，亦安可告之以養生之事哉？不惟不納，乃謂妖訛也。而望彼信之，所謂以明鑑給朦瞽，以絲竹娛聾夫也。

抱朴子內篇卷之十三竟

#1『猶』原作『由』，據王明校本改。

#2『峻』原作『後』，據王明校本改。

#3『柢』原作『移』，據王明校本改。

#4『開』原作『閱』，據王明校本改。

#5『若』原作『右』，據王明校本改。

#6『止』 原作『正』，據王明校本改。

#7括號內的文句原脫，據王明校本補。

#8『根』原作『株』，據王明校本改。

#9『疾』原作『矣』，據王明校本改。

#10『候』原作『後』，據王明校本改。

#11括號內的文句原脫，據王明校本補。

#12『一二』原誤作『三』《雲笈七籤》卷三五，《御覽》 六六八引均作『一二』是，鈔寫將一、二誤為『三』也。

#### 抱朴子內篇卷之十四

##### 勤求

抱朴子曰，天地之大德曰生，生，好物者也。是以道家之所至秘而重者，莫過乎長生之方也。故血盟乃傳，傳非其人，戒在天罰。先師不敢以輕行授人，須人求之至勤者，猶當揀選至精者乃教之，況乎不好不求，求之不篤者，安可銜其沽以告之哉？其受命不應仙者，雖日見仙人成羣在世，猶必謂彼自異種人，天下別有此物，或呼為鬼魅之變化，或云偶值於自然，豈有肯謂修為之所得哉？苟心所不信，雖令赤松、王喬言提其耳，亦當同以為妖訛。然時頗有識信者，復患於不能勤求明師。夫曉至要得真道者，誠自甚稀，非倉卒可值也。然知之者，但當少耳，亦未嘗絕於世也。由求之者不廣不篤，有仙命者，要自當與之相值也。然求而不得者有矣，未有不求而得者也。世間自有奸偽圖錢之子，而竊道士之號者，不可勝數也。然此等復不肯挺無所知也，皆復粗開頭角，或妄沽名，加之以伏邪飾偽，而好事之徒，不識其真偽者，徒多之進問，自取誑惑，而拘制之，不令得行，廣尋奇士異人，而告之曰，道盡於此矣。以誤於有志者之不少，可歎可患也。或聞有曉消五雲、飛八石、轉九丹、治黃白、水瓊一作槿。瑤、花朱碧、凝霜雪於神爐、採靈芝於嵩岳者，則多而毀之曰，此法獨有赤松、王喬知之，今世之人而云知之者，皆虛妄耳。則淺見之家，不覺此言有詐偽而作，便息遠求之意。悲夫，可為慨歎者也。凌晷飈飛，暫少忽老，迅速之甚，論之無物，百年之壽，三萬餘日耳。幼弱則未有所知，衰邁則歡樂並廢，童豪昏耄，除數十年，而險隘憂病，相尋代有，居世之年，略消其半，計定得百年者，喜笑平和，則不過五六十年，咄嗟滅盡，哀憂昏耄，六七千日耳，顧盼已盡矣，況於全百年者，萬未有一乎？諦而念之，亦無以笑彼夏蟲朝菌也，蓋不知道者之所至悲矣。里語有之：人在世間，日失一日

，如牽牛羊以詣屠所，每進一步，而去死轉近。此譬雖醜，而實理也。達人所以不愁死者，非不欲求，亦固不知所以免死之術，而空自焦愁，無益於事，故云樂天知命，故不憂耳，非不欲久生也。姬公請代武王，仲尼曳杖悲懷，是知聖人亦不樂速死矣。俗人見莊周有大夢之論，因復競共張齊死生之論。蓋詭道強達，陽作違抑之言，皆仲尼所為破律應煞者也。今察諸有此談者，被疾病則遽針灸，冒危險則甚畏死。然末俗通弊，不崇真信，背典誥而治子書，若不吐反理之巧辨者，則謂之朴野，非老、莊之學。故無骨殖而取偶俗之徒，遂流漂於不然之說，而不能向返也。老子以長生久視為業，而莊周貴於搖尾塗中，不為被網之龜，被繡之牛，餓而求粟於河侯，以此知其不能齊死生也。晚學不能考校虛實，偏據一句，不亦謬乎？且夫深入九泉之下，長夜罔極，始為螻蟻之糧，終與塵壤合體，令人但然心熱，不覺咄嗟。若心有求生之志，何可不棄置不急之事，以修玄妙之業哉？其不信則已矣。其信之者，復患違俗情之不蕩盡，而不能專以養生為意，而營世務之餘暇而為之，所以或有違之者，恒病晚而多不成也。凡人之所以汲汲者，勢利嗜欲也，苟我身之不全，雖高官重權，金玉成山，妍艷萬計，非我有也。是以上士先營長生之事，長生定可以任意。若未昇玄去世，可且地仙人間。若彭祖、老子，止人中數百歲，不失人理之權，然後徐徐登遐，亦盛事也。然決須好師，師不足奉，亦無由成也。昔漢太后從夏侯勝受尚書，賜勝黃金百斤，他物不可勝數。及勝死，又賜勝家錢二百萬，為勝素服一百日。成帝在東宮時，從張禹受論語，及即尊位，賜禹爵關內侯，食邑千戶，拜光祿大夫，賜黃金百斤。又遷丞相，進爵安昌侯。年老乞骸骨，賜安車駟馬，黃金百斤，錢數萬。及禹疾，天子自臨省之，親拜禹牀下。章帝在東宮時，從桓榮以受孝經。及帝即位，以榮為大常上卿。天子幸榮第，令榮東面坐，設幾杖。會百官及榮門生生徒#1數百人，帝親自持業講說。賜榮爵關內侯，食邑五千戶。及榮病，天子幸其家，入巷下車，把卷而趨，如弟子之禮。及榮薨，天子為榮素服。凡此諸君，非能攻城野戰，折衝拓境，懸旌效節，一作郊垆。祈連方，轉元功，騁銳絕域也，徒以一經之業，宣傳章句，而見尊重，巍巍如此，此但能說死人#2之餘言耳#3。帝王之貴，猶自卑降以敬事之。世間或有欲試修長生之道者，而不肯謙下於堪師者，直爾蹴迕，從求至要，寧可得乎？夫學者之恭遜驅走，何益於師之分寸乎？然不爾，則是彼心不盡；彼心不盡，則令人告之不力；告之不力，則秘訣何可悉得邪？不得已當以浮淺示之，豈足以成不死之功哉？亦有人皮膚好喜，而信道之誠，不根心神，有所索欲，陽為曲恭，累日之間，怠慢已出。若值明智之師，且欲詳觀來者變態，試以淹久，故不告之，以測其志。則若此之人，情偽行露，亦終不得而教之，教之亦不得盡言吐實，言不了則為之無益也。陳安世者，年十三歲，蓋灌叔本之客

子耳，先得仙道。叔本年七十皓首，朝夕拜安世曰，道尊德貴，先得道者則為師矣，吾不敢倦執弟子之禮也。由是安世告之要方，遂復仙去矣。夫人生先受精神於天地，後稟氣於父母，然不得明師，告之以度世之#4道，則無由免死。鑿石有餘焰，年命已凋頹矣。由此論之，明師之恩，誠為過於天地，重於父母多矣，可不崇之乎？可不求之乎？

抱朴子曰，古人質正，貴行賤言，故為政者不尚文辨，修道者不崇辭說。風俗衰薄，外飾彌繁，方策既山積於儒門，而內書亦鞅掌於術家。初學之徒，即未便可授以大要。又亦人情以本末殷富者為快。故後之知道者，于吉、容嵩、桂帛諸家，各著千所篇，然率多教誡之言，不肯善為人開顯大向之指歸也。其至真之訣，或但口傳，或不過尋尺之素，在領帶之中，非隨師經久，累勤歷試者，不能得也。雜猥弟子，皆各隨其用心之疏密，履苦之久遠，察其聰明之所逮，及志力之所能辨，各有所授，千百歲中，時有盡其囊枕之中，肘腋之下，秘要之旨#5耳。或但將之合藥，藥成分之，足以使之不死而已，而終年不以其方文傳之。故世間道士，知金丹之事者，萬無一也。而管見之屬，謂#6，仙法當具在於紛若之書，及於祭祀拜伏之間而已矣。夫長生制在大藥耳，非祠醮之所得#7也。昔秦漢二代，大興祈禱，所祭太乙五神，陳賓八神之屬，動用牛羊穀帛，錢費億萬，了無所益。況於疋夫，德之不備，體之不養，而欲以三牲酒餼，祝願鬼神，以索延年，惑亦甚矣。或頗有好事者，誠欲為道，而不能勤求明師，合作異藥，而但晝夜誦講不要之書，數千百卷，詣老無益，便謂天下果無仙法。或舉門扣頭，以向空坐，烹宰犧牲，燒香請福，而病者不愈，死喪相襲，破產竭財，一無奇異，終不悔悟，自謂未篤。若以此之勤，求知方之師，以此之費，給買藥#8之直者，亦必得神仙長生度世也。何異詣老空耕石田，而望千倉之收，用力雖盡，不得其所也。所謂適楚而道燕，雖良馬而不到，非行之不疾，然失其道也。或有性信而喜信人，其聰明不足以校練真偽，揣測深淺，所博涉素狹，不能賞物。後世頑淺，趣得一人，自譽之子，云我有秘書，便守事之。而庸人小兒，多有外託有道之名，名過其實，由於誇誑，內抱貪濁，惟利是圖，有所請為，輒#9強喑鳴，俛仰抑揚，若所知寶秘乃深而不可得之狀。其有所請，從其所求，俛仰含笑，或許以頃後，故使不覺者，欲罷而不能，自謂事之未勤，而禮幣之尚輕也。於是篤信之心，尤加恭肅，賂以珠玩，為之執奴僕之役，不辭負重涉遠，不避經險履危，欲以積勞自效，服苦求哀，庶有異聞。而虛引歲月，空委二親之供養，捐妻子而不卹，戴霜蹈冰，連年隨之，而妨資棄力，卒無所成。彼初誠欺之，未或慙之，懵然體中，實自空罄短乏，無能法以相教，將何法以成人乎？余目見此輩不少，可以有十餘人，或自號高名，久居於世，世或謂之已三四百歲，但易名字，詐稱聖人

，託於人間，而多有丞事之者。余但不喜書其人之姓名耳。頗遊俗間，凡夫不識妍蚩，為共吹揚，增長妖妄，為彼巧偽之人，虛生華譽，歛習遂廣，莫能甄別。故或令高人偶不留意澄察，而但任兩耳者，誤於學者，常待此輩，莫不使人歎息也。每見此曹，欺誑天下，以規勢利者，遲速皆受殃罰，天網雖疏，終不漏也。但悟有志者可念耳。世人多逐空聲，鮮能校實。聞甲乙多弟子，至以百許，必當有異，便載馳競逐，赴為相聚守之徒，妨工夫以崇重彼愚陋之人也。而不復尋精，彼得門人之力。或以致富，辨逐之雖久，猶無成人之道，愚夫故不知此人不足可事，何能都不與悟，自可悲哉！夫搜尋初之壘，求干天之木，灑牛迹之中，索吞舟之鱗，用日雖久，安能得乎？嗟乎！將來之學者，雖當以求師為務，亦不可以不詳擇為急也。陋狹之夫，行淺德薄，功微緣少，不足成人之道，亦無功課以塞人重恩也。深思其趣，勿令徒勞也。

抱朴子曰，諸虛名之道士，既善為誑詐，以欺學者，又多護短慝愚，恥於不知，陽若以博涉已足，終不肯行求請問於勝己者，急爾守窮，面牆而立，又不但拱默而已，乃復增忌於實有道者而謗毀之，恐披聲名之過己也。此等豈有意於長生之法哉？為欲以合致弟子，圖其財力，以快其情欲而已耳。而不知天高聽卑，其後必受斯殃也。夫貧者不可妄云我富也，賤者不可虛云我貴也，況道德之事實無，而空養門生弟子乎？凡俗之人，猶不宜懷妬善之心，況於道士，尤應以忠信快意為生者也，云何當以此之口然函胸臆間乎？人自不能聞見神明，神明之聞見己之甚易也。此何異乎在紗幌之外，不能察軒房之內，而肆其倨慢，謂人之不見己。此亦如竊鍾棖物，鍾然有聲，惡他人聞之，因自掩其耳者之類也。而聾瞽之存乎精神者，唯欲專擅華名，獨聚徒眾，外求聲價，內規財力，患疾勝己，乃劇於俗人之爭權勢也。遂以唇吻為刃鋒，以毀譽為朋黨，口親心疏，貌合行離，陽敦同志之言，陰挾蜂蠆之毒，此乃天人所共惡，招禍之符檄也。夫讀五經，猶宜不恥下問，以進德修業，日有緝熙。至於射御之麤伎，書數之淺功，農桑之露事，規矩之小術，尚須師授以盡其理，況營長生之法，欲以延年度世，斯與救卹死事無異也。何可務惜請受之名，而永守無知之困，至老不改，臨死不悔，此亦天民之篤暗者也。令人代之慙慙，為之者獨不顧形影也。為儒生尚當兀然守朴，外託質素，知而如否，有而如無，令庸兒不得盡其稱，稱而不問不對，對必辭讓而後言，何其道士之人，強以不知為知，以無有為有，虛自銜曜，以圖奸利者乎？迷而不知返者，愈於遂往，若有以行此者，想不恥改也。吾非苟為此言，誠有為而興，所謂疾之而不能默然也。徒慙念愚人，不忍見嬰兒之投井耳。若覽之而悟者，亦仙藥之一草也，吾何為哉！不御苦口，其危至矣，不俟脈診而可知者也。

抱朴子曰，設有死罪，而人能救之者，必不為韋各勞辱而憚卑辭也，必獲



注生之功也。今雜猥道士之輩，不得金丹大法，必不得長生可知也。雖治一死之效，絕穀則積年不饑，役使鬼神，坐在立亡，瞻視千里，知人盛衰，發沉祟於幽醫，知禍福於未萌，猶無益於年命也，尚羞行請求，恥事先達，是惜一日之屈，而甘岡一極之痛，是不見事類者也。古人有言曰，生之於我，利亦大焉。論其潰濺，雖爵為帝王不足以此法比焉。論其輕重，雖富有天下，不足以此術易焉。故有死王樂為生鼠之論也。夫治國而國平，一治身而身生，非自至也，皆有以致之也。惜短乏之虛名，恥師授之蹙勞，雖曰不愚，吾不信也。今使人免必死而就戮刑者，猶欣然喜於去重而即輕，脫炙爛而保視息，甘其苦痛，過於更生矣。人但莫知當死之日，故不蹙憂耳。若誠知之，而刑劓之事，可得延期者，必將為之。況但躬親灑掃，執巾竭力於勝己者，可以見教之不死之道，亦何足為苦，而蔽者憚焉。假令有人，恥迅走而待野火之燒熱，羞逃風而致沉溺於重淵者，世必呼之為不曉事也，而咸知笑其不避災危，而莫怪其不畏實禍啊哉？

抱朴子曰，昔者之著道書多矣，莫不務廣浮巧之言，以崇玄虛之旨，未有究論長生之諧徑，箴砭為道之病痛，如吾之勤勤者也。實欲令迷者知反，失之東隅，收之桑榆，墜井引綆，愈於遂沒。但惜美病而距惡石者，不可如何耳。人誰無過，過而能改，日月之蝕，晞顏氏之子也。又欲使將來之好生道者，審於所託，故竭其忠告之良謀，而不飾淫麗之言，言發則指切，筆下則辭痛，惜在於長生而折抑邪耳，何所索哉？

抱朴子曰，深念學道藝養生者，隨師不得其人，竟無所成，而使後之有志者，見彼之不得長生，因云天下之果無仙法也。凡自度生，必不能苦身約己以修玄妙者，亦徒進失干祿之業，退無難老之功，的誤其身，外沮將來也。仙之可學致，如添稷之可播種得，甚炳然耳。然未有不耕而獲嘉禾，未有不勤而獲長生度世也。

抱朴子內篇卷之十四竟

#1『門生生徒』原作『天子全侄』，據王明校本改。

#2『人』原作『令』，據王明校本改。

#3『耳』原作『可』，據王明校本改。

#4『之』原作『此』 據王明校本改。

#5『旨』原脫，據王明校本補。

#6『謂』原作『為』，據王明校本改。

#7『得』原作『定』，據王明校本改。

#8『買藥』下原衍，『求明師秘術』，據王明校本改。

#9『輒』原脫，據王明校本補。

#10『神明』原脫，據王明校本補。

抱朴子內篇卷之十五

雜應

或曰，敢問斷穀#1人可以長生乎？凡有幾法，何者最善與？

抱朴子答曰，斷穀#2人正可息肴糧之費，不能獨令人長生也。問諸曾斷穀積久者云，差少病痛，勝於食穀時。其服術及餌黃精，又禹餘糧丸#3了，日再服，三日，令人多氣力，堪負擔遠行，身輕不極。其服諸石藥，一服守中十年五年者，及吞氣服符飲神水輩，但為不饑耳，體力不任勞也。道書雖言欲得長生，腸中當清；欲得不死，腸中無滓。又云，食草者善走而愚，食肉者多力而捍，食穀者智而不壽，食氣者神明不死。此乃行氣者一家之偏說耳，不可便孤用也。若欲服金丹大藥，先不食百許日為快。若不能者，正爾服之，但得仙小遲耳，無大妨也。若遭世荒，隱竄山林，知此法者，則可以不餓死。其不然也，則無急斷，急既無可大益。又止人中斷肉，聞肥鮮之氣，皆不能不有欲於#4中心。若未便絕俗委家，巖棲岫處者，固不成遂休五味，無致自苦，不如莫斷穀而節量飢飽，近有一百許法，或服守中石藥數十丸，便辟四五十日不飢，練松栢及木，亦可以守中，但不及大藥，久不過十年以還。或辟一百二百日，或須日日#5服之，乃不飢者。或先作美食極飽，乃服藥以養所食之物，令不消化，可辟三年。欲還食穀，當以葵子豬膏下之，則所作美食皆下，不壞如故也。洛陽有道士董威輦#6，常止白社中，了不食，陳子叙共守事之，從學道，積久乃得其方，云以甘草、防風、莧實之屬十許種，搗為散，先服三寸匕，乃吞石子大如雀卵十二枚，足辟百日，輒更服散，氣力顏色如故也。欲還食穀者，當服葵子湯下石子，乃可食耳。又赤龍血青龍膏作之，用#7丹砂曾青水，以石內其中，復須臾，石柔而可食也。若不即取，便消爛盡也。食此石以口取飽，令人丁壯。又有引石散，以方寸匕投一斗白石子中，以水合煮之，亦立熟如芋子，可食以當穀也。張太玄舉家及弟子數十人隱居林其山中，以此法食石十餘年，皆肥健。但為須得白石，不如赤龍血青龍膏，取得石便可用，又當煮之，有薪火之煩耳。或用符，或用水，或符水兼用。或用乾棗，日九枚，酒一二升者。或食十二時氣，從夜半始，從九九至八八七七六六五五而止。或春向東食歲星青氣，使入肝；夏服熒惑赤氣，使入心；四季之月食鎮星黃氣，使入脾；秋食太白白氣，使入肺；冬服辰星黑氣，使入腎。又中岳道士郗元節食六戊之精，亦大有效。假令甲子之辰，有戊辰之精，則竟其旬十日，常向辰地而吞氣，到後甲復向其旬之戊也。甘始法，召六甲六丁玉女，各有名字，因以祝水而飲之，亦可令牛馬皆不飢也。或思脾中人名，名黃裳子，但合口食內氣，此皆有真效。余數見斷穀人三年二年者多，皆身輕色好，堪風寒暑濕，大都

無肥者耳。雖未見數十歲木食者，然人絕穀不過十許日皆死，而此等已積載而自若，亦何疑於不可大久乎？若令諸絕穀者轉羸，極常慮之，恐不可久耳。而問諸為之者，無不初時少氣力，而後稍丁健，月勝一月，歲勝一歲，正爾可久無嫌也。夫長生得道者，莫不皆由服藥吞氣，而達之者而不妄也。夫服藥斷穀者，略無不先極也。但用符水及單服氣者，皆作四十日中疲瘦，過此乃健耳。鄭君云：本性飲酒不多，昔在銅山中，絕穀二年許，飲酒數斗不醉。以此推之，是為不食更令人耐毒，耐毒則是難病之候也。余因此問山中那得酒？鄭君言，先釀好雲液勿壓漉，因以桂附子甘草五六種末合丸之，曝乾，以一丸如鷄子許，投一斗水中，立成美酒。又有黃帝雲液泉法，以藥米及七八種藥合之，取一升，輒內一升水投中，如千歲苦酒之內水也。無知盡時，而味常好不變，飲之大益人。又符水斷穀，雖先令人羸，然宜兼知者，倘卒過荒年，不及合作藥物，則符水為上矣。有馮生者，但單吞炁，斷穀已三年，觀其步陟登山，擔一斛許重，終日不倦。又時時引弓，而略不言語，言語又不肯大聲。問之云，斷穀亡精費氣，最大忌也。余亦屢見淺薄道士輩，為欲虛曜奇怪，招不食之名，而實不知其道，但虛為不啖羹飯耳。至於飲酒，日中斗餘，脯腊口棗栗鷄子之屬，不絕其口。或大食肉而咽其汁，吐其滓，終日經口者，數十斤，此直是更作美食矣。凡酒客但飲酒食脯而不食穀，皆自堪半歲一歲而不蹙頓矣，未名絕穀耳。吳有道士石春，每行氣為人治病，輒不食，以須病者之愈，或百日，或一月乃食。吳景帝聞之曰，此但不久，必當饑死也。乃召取鑊閉，令人備守之。春但求三二升水，如此一年餘，春顏色更鮮悅，氣力如故。景帝問之，可復堪幾時？春言無限，可數十年，但恐老死耳，不憂饑也。乃罷遣之。按如春言，是為斷穀不能延年可知也。今時亦有得春之法者。

或問不寒之道。

抱朴子曰，或以立冬之日；服六丙六丁之符，或閉口行五火之炁千二百遍，則十二月中不寒也。或服太陽酒，或服紫石英朱漆散，或服雄丸一，後服雌丸二，別本先雌後雄。亦可堪一日一夕不寒也。雌丸用雌黃、曾青、礬石、磁石也。雄丸用雄黃、丹砂、石膽也。然此無益於延年之事也。

或問不熱之道。

抱朴子曰，或以立夏日，服六壬六癸之符，或行六癸之炁，或服玄水一作冰。之丸，或服飛霜之散。然此用簫丘上木皮，及五月五日中時北行黑蛇血，故少有得合之者也。唯幼伯子王仲都，此二人衣以重裘，曝之於夏日之中，周以十二爐之火，口不稱熱，身不流汗，蓋用此方者也。

或問辟五兵之道。

抱朴子曰，吾聞吳大帝皇帝曾從介先生受要道云，但知書北斗字及日月字

，便不畏白刃。帝以試左右數十人，常為先登鋒陷陣，皆終身不傷也。鄭君云，但誦五兵名亦有驗。刀名大房，虛星主之；弓名曲張，氏星主之；矢名彷徨，熒惑星主之；劍名失傷，角星主之；弩名遠望，張星主之；戟名大將軍，參星主之也。臨戰時，常細祝之。或以五月五日作赤靈符，著心前。或丙午日日中時，作燕君龍虎三囊符。歲符歲易之，月符月易之，日符日易之。或佩西王母兵信之符，或佩熒惑朱雀之符，或佩南極鑠金之符，或戴卻刃之符，祝融之符。或傅玉扎散，或浴禁葱湯，或取牡荊以作六陰神將符，符指敵人。或以月蝕時刻，三歲蟾蜍喉下有八字者血，以書所持之刀劍，或帶武威符熒火丸。或交鋒刃之際，乘魁履，呼四方之長，亦有明效。今世之人，亦有得禁辟五兵之道，往往有之。

或問隱淪之道。

抱朴子曰，神道有五，坐在立亡其數焉。然無益於年命之事，但在人間無故而為，此則致詭怪之聲，不足妄行也。可以備兵亂危急，不得已而用之，可以免難也。鄭君云，服大隱符十日，欲隱則左轉，欲見則右回也。或以玉丸塗人身中；或以蛇足散，或懷離母之草，或折青龍之草，以伏六丁之下；或入竹田之中，而執天樞之壤；或造河龍石室，而隱雲蓋之陰；或伏清玲之淵，以過幽闕之徑；或乘天一馬以遊紫房；或登天一之明堂；或入玉女之金匱；或背輔向官，立三蓋之下；或投巾解履、膽煎及兒衣符，子居蒙一作象。人，青液桂梗，六甲父母，僻側之膠，駁馬泥丸，木鬼之子，金商之艾，或可為小兒，或可為老翁，或可為鳥，或可為獸，或可為草，或可為木，或可為六畜，或依木成木，或依石成石，依水成水，依火成火，此所謂移形易貌，不能都隱者也。

或問，魏武帝曾收左元放而桎梏之，而得自然解脫，以何法乎？

抱朴子曰，吾不能正知左君所施用之事，然歷覽諸方書，有月三服薏苡子，和用三五陰丹，或以偶牙陽胞，或以七月七日東行跳脫蟲，或以五月五日石上龍子單衣，或以夏至日霹靂楔，或以天文二十一字符，或以自解去父血，或以玉子餘糧，或合山君目，河伯餘糧，浮雲滓以塗之，皆自解。然左君之變化無方，未必由此也。自用六甲變化，其真形不可得執也。

或問曰，為道者可以不病乎？

抱朴子曰，養生之盡理者，既將服神藥又行氣不懈，朝夕導引，以宣動榮衛，使無輟闕，加之以房中之術，節量飲食，不犯風濕，不患所不能，如此可以不病。但患居人間者，志不得專，所修無恆，又苦懈怠不勤，故不得不有疹疾耳。若徒有信道之心，而無益己之業，年命在孤虛之下，體有損傷之危，則三尸因其衰月危日，入絕命病鄉之時，招呼邪氣，妄延鬼魅，來作殃害。其六厄並會，三刑同方者，其災必大。其尚盛者，則生諸疾病，先有疹患者，則

令發動。是以古之初為道者，莫不兼修醫術，以救近禍焉。凡庸道士，不識此理，恃其所聞者，大至不關治病之方，又不能絕俗幽居，專行內事，以卻病痛，病痛及己，無以攻療，乃更不如凡人之專湯藥者。所謂進不得邯鄲之步，退又失壽陵之義者也。余見戴霸、華他所集金匱綠囊、崔中書黃素方及百家雜方五百許卷。甘胡、呂傳、周始、甘唐通、阮、南河等，各撰集暴卒備急方，或一百十，或九十四，或八十五，或四十六，世人皆為精悉，不可加也。余究而觀之，殊多不備，諸急病甚尚未盡，又渾慢雜錯，無其條貫，有所尋按，不即可得。而治卒暴之候，皆用貴藥，動數十種，自非富室而居京都者，不能素儲，不可卒辦也。又多令人以針治病，其灸法又不明處所分寸，而但說身中孔穴榮輸之名，自非舊醫備覽明堂流注偃側圖者，安能曉之哉？余所撰百卷，名曰玉函方，皆分別病名，以類相續，不相雜錯，其九十三卷，皆單行徑易，約而易驗，籬陌之間，顧眄皆藥，眾急之病，無不畢備，家有此方，可不用醫。醫多承襲世業，有名無實，但養虛聲，以圖財利。寒白退士，所不得使，使之者乃多誤人，未右自閑其要，勝於所迎無知之醫。醫又不可卒得，得又不肯即為人使，使勝理之微疾，成膏肓之深禍，乃至不救。且暴急之病，而遠行借問，率多枉死矣。

或問，將來吉凶，安危去就，知之可全身，為有道乎？

抱朴子曰，仰觀天文，俯察地理，占風氣，布籌筭，推三綦，步九宮，檢八卦，考飛伏之所集，診詁訛於物類，占休咎於龜策，皆下術常仗，疲勞而難恃。若乃不出帷幕而見天下，乃為入神矣。或以三皇天文，召司命司危五岳之君，阡陌亭長六丁之靈，皆使人見之，而對問以諸事，則吉凶昭然，若存諸掌，無遠近幽深，咸可先知也。或召六陰玉女，其法六十日而成，成則長可役使。或祭致八史，八史者，八卦之精也，亦足以預識未形矣。或服葛花及秋芒麻勃刀圭方寸匕，忽然如欲臥，而聞人語之以所不決之事，吉凶立定也。或用明鏡九寸以上自照，有所思存，七日七夕則見神仙，或男或女，或老或少，一示之後，心中自知千里之外，方來之事也。明鏡或用一，或用二，謂之日月鏡。或用四，謂之四規鏡#11。四規者，照之時，前後左右各施一也。用四規所見來神甚多，或縱目，或乘龍駕虎，冠服彩色，不與世同，皆有經圖。欲脩其道，當先暗誦所當致見諸神姓名位號，識其衣冠。不爾，則卒至而忘其神，或能驚懼，則害人也。為之率欲得靜漠幽閑林麓之中，外形不經目，外聲不入耳，其道必成也。三童九女節壽君，九首蛇軀百二十官，雖來勿得熟視也。或有問之者，或有訶怒之者，亦勿答也。或有侍從暉暉，力士甲卒，乘龍駕虎，簫鼓嘈嘈，勿舉目與言也。但諦念老君真形，老君真形見，則起再拜也。老君真形者，思之，姓李名聃，字伯陽，身長九尺，黃色，鳥喙隆鼻，秀眉長五寸

，耳長七寸，額有三理上下徹，足有八卦，以神龜為牀，金樓玉堂，白銀為堦，五色雲為衣，重疊之冠，鋒鎚之劍，從黃童百二十人，左有十二青龍，右有二十六白虎，前有二十四朱雀，後有七十二玄武，前道十二窮奇，後從三十六辟邪，雷電在上，晃晃昱昱，此事出於仙經中也。見老君則年命延長，心如日月，無事不知也。

或問堅齒之道。

抱朴子曰，能養以華池，浸以醴液，清晨建齒三百過者，永不搖動。其次則含地黃煎，或含玄膽湯，及蛇脂丸，礬石散、丸棘散。則已動者更牢，有蟲者即愈。又服靈飛散者，則可令既脫者更生也。

或問聰耳之道。

抱朴子曰，能龍導虎引，熊經龜咽，鸞飛蛇屈鳥伸，天俛地仰，令赤黃之景，不去洞房，猿據兔驚，千二百至，則聰不損也。其既聾者，以玄龜薰之，或以棘頭、羊糞、桂毛、雀桂成裏塞之；或以狼毒冷葛，或以附子葱涕，合內耳中，或以蒸鯉魚腦灌之皆愈也。

或問明目之道。

抱朴子曰，能引三焦之昇一作外。景，召大火於南離，洗之以明石，熨之以陽光，及燒丙丁洞視符，以酒和洗之，古人曾以夜書也。或以苦酒煮蕪菁子令熟，曝乾，末服方寸匕，日三，盡一斗，能夜視有所見矣。或以犬膽煎青羊、班鳩、石決明、充蔚百華散，或以鷄舌香、黃連、乳汁煎注之。諸有百疾之在自者皆愈，而更加精明倍常也。

或問登峻涉險、遠行不極之道。

抱朴子曰，惟服食大藥，則身輕力勁，勞而不疲矣。若初入山林，體未全實者，宜以雲珠粉、百華醴、玄子湯洗腳，及虎膽丸、朱明酒、天雄鶴脂丸、飛廉煎、秋芒、車前、澤瀉散，用之旬日，不但涉遠不極，乃更令人行疾，可三倍於常也。若能乘蹻者，可以周流天下，不拘山河。凡乘蹻道有三法：一曰龍蹻，二曰虎蹻，三曰鹿盧蹻。或服符精思，若欲行千里，則以一時思之。若晝夜十二時思之，則可以一日一夕行萬二千里，亦不能過此，過此當更思之，如前法#12。或用棗心木為飛車，以牛革結環劍以引其機，或存念作五蛇六龍三牛交罡而乘之，上昇四十里，名為太清。太清之中，其氣甚，能勝人也。師言鳶飛轉高，則但直舒兩翅，了不復扇搖#13之而自進者，漸乘炁故也。龍初昇階雲，其上行至四十里，則自行矣。此言出於仙人，而流傳於世俗耳，實非凡人所知也。又乘蹻須長齋，絕葷菜，斷血食，一年之後，乃可乘此王蹻耳。雖復服符，思五龍蹻，行最遠，其餘者不過千里也。其高下去留，皆自有法，勿得任意耳。若不奉其禁，則不可妄乘蹻，有傾墜之禍也。

或曰，老子篇中記及龜文經，皆言藥兵之後，金木之年，必有大疫，萬人餘一，敢問避辟之道。

抱朴子曰，仙人入瘟疫祕禁法，思其身為五玉。五玉者，隨四時之色，春色青，夏赤，四季月四季或作六月。黃，秋白，冬黑。又思冠金巾，思心如炎火，大如斗，則無所畏也。又一法，思其髮散以被身，一髮端，輒有一大星輟之。又思作七星北斗，以魁覆其頭，以呈指前。又思五臟之氣，從兩月出，周身如雲霧，肝青氣，肺白氣，脾黃氣，腎黑氣，心赤氣，五色紛錯，則可與疫病者同牀也。或禹步呼直日玉女，或閉氣思力士，操千斤金鎚，百二十人以自衛。或用射鬼丸、赤車使者丸、冠軍丸、徐長卿散、玉函精粉、青牛道士熏身丸、崔一作雀。文黃一作星。散、草玉酒、黃庭丸、皇符、老子領中符、赤鬚子桃范符，皆有良效者也。

抱朴子內篇卷之十五竟

- #1『穀』原脫，據王明校本補。
- #2『穀』原脫，據王明校本補。
- #3『丸』原作『九』，據王明校本改。
- #4『於』原作『之』，據王明校本改。
- #5『日』原作『月』，據王明校本改。
- #6『輦』原作『輩』，據王明校本改。
- #7『用』原作『明』，據王明校本改。
- #8『大』原作『文』，據王明校本改。
- #9『或』原脫，據王明校本補。
- #10『招』原作『昭』，據王明校本改。
- #11『鏡』原脫，據王明校本補。
- #12『法』原作『送』，據王明校本改。
- #13『搖』原作『捋』，據王明校本改。

抱朴子內篇卷之十六

黃白

抱朴子曰，神仙經黃白之方二十五卷，千有餘首。黃者，金也。白者，銀也。古人秘重其道，不欲指斥，故隱之云爾。或題篇云庚辛，庚辛亦金也。然率多深微難知，其可解分明者少許爾。世人多疑此事為虛誕，與不信神仙者正同也。余昔從鄭公受九丹及金銀液經，因復求受黃白中經五卷。鄭君言，曾與左君於廬江銅山中試作，皆成也。然而齋潔禁忌之勤苦，與金丹神仙藥無異也。俗人多譏余好攻異端，謂予為趣欲強通天下之不可通者。余亦何為然哉！余若欲以此輩事，聘辭章於來世，則余所著外篇及雜文一百餘卷，足以寄意於後

代，不復須此。且此內篇，皆直語耳，無藻飾也。余又知論此曹事，世人莫不呼為迂闊不急，未若論俗間切近之理，可以合眾心也。然余所以不能已於斯事，知其不入世人之聽，而猶論著之者，誠見其效驗，又所承授之師非妄言者。而余貧苦無財力，又遭多難之運，有不已之無賴，兼以道路梗塞，藥物不可得，竟不遑合作之。余今告人言，我曉作金銀，而躬自饑寒，何異自不能行，而賣治瘧之藥，求人信之，誠不可得。然理有不如意，亦不可以一槩斷也。所以功其紹之於翰墨者，欲令將來好奇賞真之士，見余書而具論道之意耳。夫變化之術，何所不為。蓋人身本見，而有隱之之法。鬼神本隱，而有見之之方。能為之者往往多焉。水火在天，而取之以諸燧。鉛性白也，而赤之以為丹。丹性赤也，而白之而為鉛。雲雨霜雪，皆天地之氣也。而以藥作之，與真無異也。至於飛走之屬，蠕動之類，稟形造化，既有定矣。及其倏忽而易舊體，改更而為異物者，千端萬品，不可勝論。人之為物，貴性最靈，而男女易形，為鶴為石，為虎為猿，為沙為黿，又不少焉。至於高山為淵，深谷為陵，此亦大物之變化。變化者，乃天地之自然，何為嫌金銀之不可以異物作乎？譬者陽燧所得之火，方諸所得之水，與常水火，豈有別哉？蛇之成龍，茅糝為膏，亦與自生者無異也。然其根源之所由緣，皆自然之感致，非窮理盡性者，不能知其指歸，非原始見終者，不能得其情狀也。狹睹近識，桎梏巢穴，揣淵妙於不測，推神化於虛誕，以周孔不說，墳籍不載，一切謂為不然，不亦陋哉？又俗人以劉向作金不成，便云天下果無此道，是見田家或遭水旱不收，便謂五穀不可播殖得也。成都內史吳大文，博達多知，亦自說昔事道士李根，見根煎鉛錫，以少許藥如大豆者授鼎中，以鐵匙攪之，冷即成銀。大文得其秘方，但欲自作，百日齋便為之，而留連在官，竟不能得，恆歎息言人間不足處也。又桓君山言漢黃門郎程偉，好黃白術，娶妻得知方家女。偉常從駕出而無時衣，甚憂。妻曰，請致兩端縑。縑即無故而至前。偉按枕中鴻寶，作金不成。妻乃往視偉，偉方扇炭燒筩，筩中有水銀。妻曰，吾欲試相視一事。乃出其囊中藥，少少投之，食頃發之，已成銀。偉大驚曰，道近在汝處，而不早告我，何也？妻曰，得之須有命者。於是偉日夜說誘之，賣田宅以供美食衣服，由不肯告偉。偉乃與伴謀搆笞伏之。妻輒知之，告偉言，道必當傳其人，得其人，道路相遇輒教之；如非其人，口是而心非者，雖寸斷支解，而道猶不出也。偉逼之不止，妻乃發狂，裸而走，以泥自塗，遂卒。近者前廬江太守華令思，高才達學，洽聞之士也，而事之不經者，多所不信。後有道士說黃白之方，乃試令作之，云以鐵器銷鉛，以散藥投中，即成銀。又銷此銀，以他藥投之，乃作黃金。又從此道士學徹視之方，行之未百日，夜臥即便見天文及四鄰了了，不覺復有屋舍籬障。又妾名瑤華者已死，乃見形與之言語如平生。又祭廟，聞廟神答其



拜，牀似動有聲。令思乃歎曰，世間乃定無所不有，五經雖不載，不可便以意斷也。然不聞方仗者，卒聞此，亦焉能不驚怪邪，又黃白術亦如合神丹，皆須齋潔百日已上，又當得閑解方書，意合者乃可為之，非濁穢之人，及不聰明人，希涉術數者所辨作也。其中或有須口訣者，皆宜師授。又宜入於深山之中，清潔之地，不欲令凡俗愚人知之。而劉向止宮中作之，使宮人供給其事，必非齋潔者，又不能斷絕人事，使不來往也，如此安可得成哉？桓譚《新論》#3曰，史子心見署為丞相史，官架屋，發吏卒及官奴婢以給之，作金不成。丞相自以力不足，又白傅太后。太后不復利於金也，聞金成可以作延年藥，又甘心焉，乃除之為郎，舍之北宮中，使者待遇。寧有作此神方可於宮中而令凡人雜錯共為之者哉？俗間染繒練，尚不欲使雜人見之，見之即壞，黃白之變化乎#4，凡事無巨細，皆宜得要。若不得其法，妄作酒醬醋羹臠猶不成，況#5大事乎？余曾諮於鄭君曰，老君云，不貴難得之貨。而至治之世，皆投金於山，捐玉於谷，不審古人何用金玉為貴而遺其方也？鄭君答余曰，老君所云，謂夫披沙剖石，而傾山澆淵，不遠萬里，不慮壓溺，以求珍玩，以妨民時，不知止足，以飾無用。及欲為道，志求長生者，復兼商賈，不敦信讓，浮深越險，乾沒逐利，不吝軀命，不修寡欲。至於真人作金，自欲餌服之致神仙，不以致富也。故經曰，金可作也，世可度也，銀亦可餌服，但不及金耳。余難曰，何不餌#6世間金銀而化作之，作之則非真，非真則詐偽也。鄭君答余曰，世間金銀皆善，然道士率皆貧，故諺云，無有肥仙人富道士也。師徒或十人或五人，亦安得金銀以供之乎？又不能遠行採取，故宜作也。又化作之金，乃是諸藥之精，勝於自然者也。仙經云，丹精生金。此是以丹作金之說也。故山中有丹沙，其下多有金。且夫作金成則為真物，中表如一，百煉不減。故其方曰，可以為釘。明其堅勁也。此則得夫自然之道也。故其能之，何謂詐乎？詐者謂以曾青塗鐵，鐵赤色如銅。以鷄子白化銀，銀黃如金。而皆外變而內不化也。夫芝菌者，自然而生，而仙經有以五石五木種芝，芝生，取而服之，亦與自然芝無異，俱令人長生，此亦作金之類也。雉化為蜃，雀化為蛤，與自然者正同。故仙經曰，流珠九轉，父不語子，化為黃白，自然相使。又曰，朱砂為金，服之昇仙者，上士也；茹芝導引，咽氣長生者，中士也；餐食草木，千歲以還者，下士也。又曰，金銀可自作，自然之性也，長生可學得者也。《玉牒記》云，天下悠悠，皆可長生也，患於猶豫，故不成耳。凝水#7銀為金，可中釘也。《銅柱經》曰，丹沙可為金，河車可作銀，立則可成，成則為真，子得其道，可以仙身。黃山子曰，天地有金，我能作之，二黃一赤，立成不疑。龜甲文曰，我命在我不在天，還丹成金億萬年。古人豈欺我哉？但患知此道者多貧，而藥或至賤而生遠方，非亂世所得也。若戎鹽鹵鹹皆賤物，清平時了不直錢

，今時不限價直而買之，無也。羌里石瞻，千萬求一斤，亦不可得。徒知其方，而與不知者正同，可為長歎者也。有其法者，則或饑寒無以合之，而富貴者復不知其法也。就令知之，亦無一信者。假令頗信之，亦已自多金銀，豈肯費財以市其藥物，恐有棄擊逐飛之悔，故莫肯為也。又計買藥之價，以成所得之物，尤有大利，而更當齋戒辛苦，故莫克為也。且夫不得明師口訣，誠不可輕作也。

夫醫家之藥，淺露之甚，而其常用效方，便復秘之。故方有用後宮遊女，僻側之膠，封君泥丸，木鬼子，金商芝，飛君根，伏龍肝，白馬汗，浮雲滓，龍子丹衣，夜光骨，百花醴，冬鄒齋之屬，皆近物耳，而不得口訣，猶不可知，況於黃白之術乎？今能為之者，非徒以其價貴而秘之矣，此道一成，則可以長生。長生之道，道之至也，故古人重之也。凡方書所名藥物，又或與常藥物同而實非者，如河上姁女，非婦人也；陵陽子明，非男子也；禹餘糧，非米也；堯漿，非水也。而俗人見方用龍瞻虎掌、鷄頭鴨蹠、馬肺犬血、鼠尾牛膝。皆謂之血氣之物也；見用缺盃覆盆、釜大戟、鬼箭天鈎、則謂之鐵瓦之器也；鈎一作釣。見用胡王使者、倚姑新婦、野丈人、守田公、戴文浴、徐長卿，則謂人之姓名也。近#8易之草，或有不知，玄秘之方，孰能悉解？劉向作金不成，無可怪之也。及得其要，則復不煩聖賢大才而後作也，凡人可為耳。劉向豈頑人哉，直坐不得口訣耳。今將載其約而效之者，以貽將來之同志焉。當先取武都雄黃，丹色如鷄冠，而光明無夾右者，多少任#9意，不可令減五斤也。搗之如粉，以牛膽和之，煮之令燥。似赤土釜容一斗者，先以戎鹽石膽末薦釜#10中，令厚二分，乃內雄黃末，令厚五分，復加戎鹽於上。如此，相似至盡。又加碎炭火如棗核者，令厚二寸。以蚓螻土及戎鹽為泥，泥釜外，以一釜覆之，皆泥令厚三寸，勿泄。陰乾一月，乃以馬糞火煨之，三#11日三夜，寒，發出，鼓下其銅，銅流如冶銅鐵也。乃令鑄此銅以為筩，筩成以盛丹砂水。又以馬屎火煨之，三十日發爐，鼓之得其金，即以為筩，又以盛丹砂水。又以馬通火煨三十日，發取搗治之。取其二分生丹砂，一分並汞#12，汞者，水銀也，立凝成黃金矣。光明美色，可中釘也。

#### 作丹砂水法

治丹砂一斤，內生竹筩中，加石膽消石各二兩，覆薦上下，閉塞筩口，以染骨丸封之，須乾，以內醇苦酒中，埋之地中，深三尺，三十日成水，色赤味苦也。金樓先生所從青林子受作黃金法：先鍛錫，方廣六寸，厚一寸二分，以赤鹽和灰汁，令如泥，以塗錫上，令通厚一分，累置#13於赤土釜中。率錫七斤，用赤鹽四斤，合封固其際，以馬通火煨之，三十日，發火視之，錫中悉如灰狀，中有累累如豆者，即黃金也。合冷內土甌中，以炭鼓之，十煉之並成也。

率十斤錫，得金二十兩。唯長沙桂陽豫章南海土釜可用耳。彼鄉土之人，作土釜以炊食，自多也。

#### 治作赤鹽法

用寒鹽一斤#14，又作寒水石一斤，又作寒羽涅一斤，又作白礬一斤#15，合內鐵器中，以炭火火之，皆消而色赤，乃出之可用也。角里先生從稷丘子所授化黃金法：先以礬水石二分，內鐵器中，加炭火令沸，乃內汞多少自在，攪令相得，六七沸，注地上成白銀。乃取丹砂水曾青水各一分，雄黃水二分，於中加微火上令沸，數攪之，令相得，復加炭火上令沸，以此白銀內其中，多少自在，可六七沸，注地上凝，則成上色紫磨金也。

#### 治作雄黃水法

治雄黃內生竹筩中一斤，輒加消石二兩，覆薦上下，封以漆骨丸，內醇大醋或作醇苦酒。中，埋之深三尺，二十日即化為水也。作白青水方，及礬石水同法，但各異筩中耳。

#### 小兒作黃金法

作大鐵筩成，中一尺二寸，高一尺二寸。作小鐵筩成，中六寸，瑩磨之。赤石脂一斤，消石一斤，雲母一斤，代赭一斤，流黃半斤，空青四兩，凝水石一斤，皆合搗細篩，以醯和，塗之小筩中，厚二分。汞一斤，丹砂半斤，良非半斤。取良非法用鉛十斤內鐵釜中，居爐上露灼之，鉛銷，內汞三兩，早出者以鐵匙抄取之，名曰良非也。攪令相得，以汞不見為候，置小筩中，雲母覆其上，鐵蓋鎮之。取大筩居爐上，銷鉛注大筩中，沒小筩中，去上半寸，取銷鉛為候，猛火炊之三日三夜，成，名曰紫粉。取鉛十斤於鐵器中銷之，二十日上下，更內銅器中，須鉛銷，內紫粉七方寸匕，攪之，即成黃金也。欲作白銀者，取汞置鐵器中，內紫粉三寸已上，火令相得，注水中，即成銀也。

#### 務成子法

作鐵筩長九寸，徑五寸，擣雄黃三斤，蚓螻蟻等分，作合以為泥，塗裹使徑三寸，匱口四寸，加丹砂水二合，覆馬通火上，令極乾，內銅筩中，塞以銅合蓋堅，以黃沙築上，復以蚓蟻重泥，上無令泄，置爐炭中，令有三寸炭，筩口赤，可寒發之，雄黃皆入著銅筩，復出入如前法。三斤雄黃精，皆下入著筩中，下提取與黃沙等分，合作以為爐，火大小自在也。欲用之，置爐於炭火中，爐赤，內水銀，銀動則內鉛其中，黃從傍起交中央，注之於地，即成金。凡作一千五百斤，爐力即盡矣。此金取牡荊赤黍酒漬之，百日，即柔可和也。如小豆，服一丸，日三服，盡一斤，三蟲伏尸，百病皆去，盲者視，聾者聞，老者即還年如三十時，入火不灼，百邪眾毒、冷風暑濕，不能侵人；盡三斤，則步行水上，山川百神，皆來侍衛，壽與天地相畢。以杼血朱草煮一丸，杼一作

樗。以拭目眦，即見鬼及地中物，能夜書；以白羊血塗一丸，投水中，魚龍立出，可以取也；以青羊血丹鷄血塗一丸，懸都門上，一里不疫；以塗牛羊六畜額上，皆不疫病，虎豹不犯也；以虎膽蛇肪塗一丸，從月建上以擲敵人之軍，軍即便無故自亂，相傷殺而走矣；以牛血塗一丸，以投井中，井中即沸，以投流水，流水則逆流百步；以白犬血塗一丸，投杜廟舍中，其鬼神即見，可以役使；以兔血塗一丸，置六陰之地，行廚玉女立至，可供#10六七十人也；以鯉魚膽塗一丸，持入水，水為之開一丈，可得氣息水中以行，冒雨衣不霑也；以紫莧煮一丸，含咽、其汁，可百日不饑；以慈石煮一丸，內髻中，以擊賊，白刃流矢不中之，有射之者，矢皆自向也；以六丁六壬上土并一丸，以蔽人中則隱形，含一丸，北向以噴火，火則滅；以庚辛日申酉時，向西地以一丸擲樹，樹木即日便枯；又以一丸，禹步擲虎狼蛇蝮，皆即死；研一丸以書石即入石，書金即入金，書木入木，所書皆徹其肌理，削治不可去也。卒死未經宿，以月建上水下一丸，令入咽喉，並含水噴死人面，即活。以狐血鶴血塗一丸，內瓜中，以指萬物，隨口變化，即山行木徙，人皆見之，然而實不動也。凡作黃白，皆立太乙、玄女、老子坐醮祭，如作九丹法，常燒五香，香不絕。又金成，先以三斤投深水中，一斤投市中，然後方得恣其意用之耳。

#### 抱朴子內篇卷之十六竟

- #1『梗』原作『硬』，據王明校本改。
- #2『為』原作『異』，據王明校本改。
- #3『論』原作『詮』，據王明校本改。
- #4『乎』原脫，據王明校本補。
- #5『況』原作『沉』，據王明校本改。
- #6『餌』原作『明』，據王明校本改。
- #7『水』原脫，據王明校本補。
- #8『近』原作『延』，據王明校本改。
- #9『任』原作『在』，據王明校本改。
- #10『釜』原作『金』，據王明校本改。
- #11『三』原作『正』，據王明校本改。
- #12『汞』原作『綠』，據王明校本改。
- #13『置』原作『累』，據王明校本改。
- #14『一斤』原脫，據王明校本補。
- #15『一斤』原脫，據王明校本補。
- #16『供』原作『俟』，據王明校本改。

#### 抱朴子內篇卷之十七

登涉

或問登山之道。

抱朴子曰，凡為道合藥，及避亂隱居者，莫不入山。然不知入山法者，多遇禍害。故諺有之曰，太華之下，白骨狼籍。皆謂偏知一事，不能博備，雖有求生之志，而反強死也。山無大小，皆有神靈，山大則神大，山小即神小也。入山而無術，必有患害。或被疾病及傷刺，及驚怖不安；或見光影，或聞異聲；或令大木不風而自摧折，巖石無故而自墮落，打擊煞人；或令人迷惑狂走，墮落坑谷；或令人遭虎狼毒蟲犯人，不可輕入山也。當以三月九月，此是山開月，又當擇其月中吉日佳時。若事久不得徐徐須此月者，但可選日時耳。凡人入山，皆當先齋潔七日，不經污穢，帶昇山符出門，作周身三五法。又五岳有受殃之歲，如九州之地，更有衰盛，受飛符煞炁，則其地君長不可作也。按周公城名錄，天下分野，災之所及，可避不可禳，居宅亦然，山岳皆爾也。又大忌不可以甲乙寅卯之歲，正月二月入東岳；不以丙丁巳午之歲，四月五月入南岳；不以庚辛申酉之歲，七月八月入西岳；不以戊己之歲，四季之月入中岳；不以壬癸亥子之歲，十月十一月入北岳。不須入太華、霍山、恆山、太山、嵩高山，乃忌此歲，其岳之方面，皆同禁也。又萬物之老者，其精悉能假託人形，以眩惑人目而常試人，唯不能於鏡中易其真形耳。是以古之入山道士，皆以明鏡徑九寸已上，懸於背後，則老魅不敢近人。或有來試人者，則當顧視鏡中，其是仙人及山中好神者，故鏡中故如人形。若是鳥獸邪魅，則其形貌皆見鏡中矣。又老魅若來，其去必卻行，行可轉鏡對之，其後而視之，若是老魅者，必無踵也，其有踵者，則山神也。昔張蓋一作盍。躡及偶高一作豪。成二人，並精思於蜀雲臺山石室中，忽有一人著黃練單衣葛巾，往到其前曰，勞乎道士，乃辛苦幽隱！於是二人顧視鏡中，乃是鹿也。因問之曰，汝是山中老鹿，何敢詐為人形。言未絕，而來人即成鹿而走去。林慮山下有一亭，其中有鬼，每有宿者，或死或病，常夜有數十人，衣色或黃或白或黑，或男或女。後郟一作郟。伯夷者遇之宿，明燈燭而坐誦經，夜半有十餘人來，與伯夷對坐，自共樗蒲博戲，伯夷密以鏡照之，乃是羣犬也。伯夷乃執燭起，佯誤以燭燼爇其衣，乃作焦毛氣。伯夷懷小刀，因捉一人而刺之，初作人叫，死而成犬，餘犬悉走，於是遂絕，乃鏡之力也。上士入山，持三皇內文及五岳真形圖，所在召山神，及按鬼錄，召州社及山卿宅尉問之，則木石之怪，山川之精，不敢來試人。其次即立七十二精鎮符，以制百邪之章，及朱官印包元十二印，封所住之四方，亦百邪不敢近之也。其次執八威之節，佩老子玉策，則山神可使，豈敢為害乎？余聞鄭君之言如此，實復不能具知其事也。余師常告門人曰，夫人求道，如憂家之貧，如愁位之卑者，豈有不得耶？但患志之不篤，務近忘遠，聞

之則悅，偃偃前席，未久，則忽然若遺，毫釐之益未固，而丘山之損不已，亦安得窮至言之微妙，成岡極之峻崇乎？

抱朴子曰，入山之大忌，正月午，二月亥，三月申，四月戌，五月未，一作戌。六月卯，七月甲子，八月申子，九月寅，十月辰未，十一月己丑，十二月寅。入山良日：甲子、甲寅、乙亥、乙巳、乙卯、丙戌、丙午、丙辰，已上日大吉。

抱朴子曰，按九天秘記及太乙遁甲云，入山大月忌：三日、十一日、十五日、十八日、二十四日、二十六日、三十日；小月忌：一日、五日、十三日、十六日、二十六日、二十八日。以此日入山，必為山神所試。又所求不得，所作不成，不但道士，凡人以此日入山，皆凶害，與虎狼毒蟲相遇也。

抱朴子曰，天地之情狀，陰陽之吉凶，茫茫乎其亦難詳也，吾亦不必謂之有，又亦不敢保其無也。然黃帝太公皆所信仗，近代達者嚴君平、司馬遷皆所據用，而經傳有治曆明時剛柔之日。古言曰，吉日惟戌。有自來矣。王者立太史之官，封拜置立，有事宗廟，郊祀天地，皆擇良辰；而近才庸夫，自許脫俗，舉動所為，恥揀善日，不亦戇愚哉？每伺今入山，不得其良時日交，下有其驗，不可輕入也。按玉鈴經云，欲入名山，不可不知遁甲之秘術，而不為人委曲說其事也。而靈寶經云，入山當以保日及義日，若專日者大吉，以制日伐日必死，又不一一道之也。余少有入山之志，由此乃行學遁甲書，乃有六十餘卷，事不可卒精，故抄集其要，以為囊中立成，然不中以筆傳。今論其較略，想好事者欲入山行，當訪索知之者，亦終不乏於世也。遁甲中經曰，欲求道，以天內日天內時，劾鬼魅，施符書；以天禽日天禽時，入名山，欲令百邪虎狼毒蟲盜賊不敢近人者，出天藏，入地戶。凡六癸為天藏，六巳為地戶也。又曰，避亂世，絕跡於名山，令無憂患者，以上元丁卯日，名曰陰德之時，一名天心，可以隱淪，所謂白日陸沉，日月無光，人鬼不能見也。又曰，求仙道入名山者，以六癸之日六癸之時，一名天公日，必得度世也。又曰，往山林中，當以左手取青龍上草，折半置逢星下，歷明堂入太陰中，禹步而行，三咒曰，諸臯，太陰將軍，獨聞曾孫王甲，勿開外人；使人見甲者，以為束薪；不見甲者，以為非人。則折所持之草置地上，左手取土以傅鼻人中，右手持草自蔽，左手著前，禹步而行，到六癸下，閉氣而住，人鬼不能見也。凡六甲為青龍，六乙為逢星，六丙為明堂，六丁為陰中也。比成既濟卦，初一初二跡不任九跡數，然相因仍一步七尺。又云，一尺合二丈一尺，一作一步三尺。顧視九跡。又禹步法：正立#1，右足在前，左足在後，次復前右足，以左足從右足併，是一步也。次復前右足，次前左足，以右足從左足併，是二步也。次復前右足，以左足從右足併，是三步也。如此，禹步之道畢矣。凡作天下百術，皆宜知禹步

，不獨此事也。

抱朴子曰，靈寶經曰，所謂寶日者，謂支干上生下之日也，若用甲午乙巳之日是也。甲者，木也。午者，火也。乙亦木也，巳亦火也，火生於木故也。又謂義召者，支干下生上之日也，若壬申癸酉之日是也。壬者，水也。申者，金也。癸者，水也。酉者，金也，水生於金故也。所謂制日者，支干上克下之日也。若戊子己亥之日是也。戊者，土也。子者，水也。己亦土也，亥亦水也，五行之義，土克水也。所謂伐日者，支干下克上之日，若甲申乙酉之日是也。甲者，木也。申者，金也。乙亦木也，酉亦金也，金克木故也。他皆倣此，引而長之，皆可知之也。

抱朴子曰，入名山，以甲子開除日，以五色繒各五寸，懸大石上，所求必得。又曰，入甲宜知六甲秘祝。祝曰，臨兵鬪者，皆陣列前行。凡九字，常當密祝之，無所不辟。要道不煩，此之謂也。

抱朴子曰，山中山精之形，如小兒而獨足，走向後，喜來犯人。人入山，若夜聞人音聲大語，其名曰蚊，知而呼之，即不敢犯人也。一名熱內，亦可兼呼之。又有山精，如鼓赤色，亦一足，其名曰暉。又或如人，長九尺，衣裘戴笠，名曰金累。或如龍而五色，赤角，名曰飛飛，見之皆以名呼之，下飛字或作龍。即不敢為害也。

抱朴子曰，山中有大樹有能語者，非樹能語也，其精名曰雲陽，呼之則吉。山中夜見火光者，皆久枯木所作，勿怪也。山中夜見胡人者，銅鐵之精。見秦者，百歲木之精。勿怪之，並不能為害。山水之間見吏人者，名曰四微，呼之名即吉。山中見大蛇著冠幘者，名曰升卿，呼之即吉。山中見吏，若但聞聲不見形，呼人不止，以白石擲之，則息。一法以葦為茅以刺之，即吉。山中見鬼來喚人，求食不止者，以白茅投之即死也。山中鬼常迷惑使失道徑者，以葦杖投之，即死也。山中寅日，有自稱虞吏者，虎也。稱當路君者，狼也。稱令長者，老狸也。卯日稱丈人者，兔也。稱東王父者，麋也。稱西王母者，鹿也。辰日稱雨師者，龍也。稱河伯者，魚也。稱無腸公子者，蟹也。巳日稱寡人者，社中蛇也。稱時君者，龜也。午日稱三公者，馬也。稱仙人者，老樹也。未日稱主人者，羊也。稱吏者，麋也。申日稱人君者，猴也。稱九卿者，猿也。酉日稱將軍者，鷄也。稱捕賊者，雉也。戌日稱人姓字者，犬也。稱成陽公者，狐也。亥日稱婦人者，金玉也。稱神君者，豬也。子日稱社君者，鼠也。稱神人者，伏翼也。丑日稱書生者，牛也。但知其物名，則不能為害也。

或問曰隱居山澤辟蛇蝮之道。

抱朴子曰，昔圓丘多大蛇，又生好藥，黃帝將登焉，廣成子教之佩雄黃，而眾蛇皆去。今帶武都雄黃，色如鷄冠者五兩以上，以入山林草木，則不畏

蛇。蛇若中人，以少許雄黃末內瘡中，亦登時愈也。蛇種雖多，唯有蝮蛇及青金蛇中人為至急，不治之，一日則煞人。人不曉治之方術者，而為此二蛇所中，即以刀割所傷瘡肉以投地，其肉沸如火炙，須臾焦盡，而人得活。此蛇七八月毒盛之時，不得嚙人，而其毒不泄，乃以牙嚙大竹及小木，皆即焦枯。今為道士人入山，徒知大方，而不曉辟之之道，亦非小事也。未入山，當預止於家，先學作禁法，思日月及朱雀玄武青龍白虎，以衛其身，乃行到山林草木中，左取三口炁閉之，以吹山草中，意思令此炁赤色如雲霧，彌滿數十里中。若有從人，無多少皆令羅列，以炁吹之，雖踐蛇，蛇不敢動，亦略不逢見蛇也。若或見蛇，因向日左取三炁閉之，以舌柱天，以手捻都關又閉天門，塞地戶，因以物抑蛇頭而手繫之，畫地作獄以盛之，亦可捉弄也。以繞頭頸，不敢嚙人也。自不解禁，吐炁以吹之，亦終不得復出獄去也。若他人為蛇所中，左取三口炁以吹之，即愈不復痛。若相去十數里者，亦可遙為作炁，呼彼姓字，男祝我左手，女祝我右手，彼亦愈也。介先生法，到山中住，思作五色蛇各一頭，乃閉炁以青竹及小木板屈刺之，左徊禹步，思作吳蚣數千板，以衣其身，乃去，終亦不逢蛇也。或以乾姜附子帶之肘後，或燒牛羊鹿角薰身，或帶王方平雄黃丸，或以豬耳中垢及麝香丸著足爪甲中，皆有效也。又麝<sup>#2</sup>及野豬皆啖蛇，故以厭之也。又運日鳥及蠓龜，亦皆啖蛇。故南人入山，皆帶蠓龜之尾，運日之喙以辟蛇。蛇中人，刮此二物以塗其瘡，亦登時愈也。曇是，鳩鳥之別名也。又南人入山，皆以竹管盛活吳蚣，蚣知有蛇之地，便動作於管中，如此則詳視草中，必見蛇也。大蛇丈餘，身出一圍者，吳蚣見之，而能以炁禁之，蛇即死矣。蛇見吳蚣在涯岸間，大蛇走入川谷深水底逃，其吳蚣但浮水上禁，人見有物正青，大如綫者，直下入水至蛇處，須臾蛇浮出而死。故南人因此未吳蚣治蛇瘡，皆登愈也。

或問曰，江南山谷之間，多諸毒惡，辟之有道乎？

抱朴子答曰，中州高原，土氣清和，上國名山，了無此輩。今吳楚之野，暑濕鬱蒸，雖衡霍正岳，猶多毒蠱也。又有短狐，一名蜮，一名射工，一名射影，其實水蟲也。狀如鳴蜩，狀似三合盃，有翼能飛，無目而利耳，口中有橫物角弩，如聞人聲，緣口中物如角弩，以氣為矢，則因水而射人，中人身者即發瘡，中影者亦病，而不即發瘡，不曉治之者煞人。其病似大傷寒，不十日皆死。又有沙虱，水陸皆有，其新<sup>#3</sup>雨後及晨暮前，跋涉必著人，唯烈日草燥時，差稀耳。其大如毛髮之端，初著人，便入其皮裏，其所在如芒刺之狀，小犯大痛，可以針挑取之，正赤如丹，著瓜上行動也。若不挑之，蟲鑽至骨，便周行走入身，其與射工相似，皆煞人。人行有此蟲之地，每還所住，輒當以火炙燎令遍身，則此蟲墮地也。若帶八物麝香丸、及度世丸、及護命丸、及玉壺



丸、犀角丸、及七星丸、及薺芎，皆辟沙虱短狐也。若卒不能得此諸藥者，但可帶好生麝香亦佳。以雄黃大蒜等分合搗，帶一丸如鷄子大者亦善。若已為所中者，可以此藥塗瘡亦愈。口咀赤莧汁，飲之塗之亦愈。五茄根及懸鉤草菖藤，此三物皆可各單行，可以搗服其汁一二升。又射工蟲冬天蟄於山谷間，大雪時索之，此蟲所在，其雪不積留，氣起如灼蒸，當掘之，不過入地一尺則得也，陰乾末帶之，夏天自辟射工也。若道士知一禁方，及洞百禁，常存禁及守真一者，則百毒不敢近之，不假用諸藥也。

或問，道士山居，棲巖庇岫，不必有網罟之濫，直使我不畏風濕，敢問其術也。

抱朴子曰，金餅散、三陽液、昌辛丸、葷草耐冬煎、獨搖膏、茵芋玄華散、秋地黃血丸、皆不過五十日，服之而止，可以十年不畏風濕。若服金丹大藥，雖未昇虛輕舉，然體不受疾，雖當風臥濕，不能傷也。服此七藥，皆謂始學道者耳。姚先生但服三陽液，便袒臥冰上，了不寒振。此皆介先生及梁有道臥石上，及秋冬當風寒，已試有驗，秘法也。

或問涉江渡海辟蛟龍之道。

抱朴子曰，道士不得已而當遊涉大川者，皆先當於水次，破鷄子一枚，以少許粉雜香末，合攪器水中，以自洗濯，則不畏風波蛟龍也。又佩東海小童符及制水符、蓬萊札，皆卻水中之百害也。又有六甲三金符、五木禁。又法，臨川先祝曰，卷蓬卷蓬，或作弓逢弓違。河伯導前辟蛟龍，萬災消滅天清明。又金簡記云，以五月丙午日日中，搗五石，下其銅。五石者，雄黃、丹砂、雌黃、礬石、曾青也。皆粉之，以金華池浴之，內六一神爐中鼓下之，以桂木燒為之，銅成以剛炭鍊之，令童男童女進火，取牝銅以為雄劍，取牡銅以為雌劍，各長五寸五分，取土之數，以厭水精也。帶之以水行，則蛟龍巨魚水神不敢近人也。欲知銅之牝牡，當令童男童女俱以水灌銅，灌銅當以在火中向赤時也，則銅自分為兩段，有凸起者，牡銅也，有凹陷者，牝銅也。各刻名識之。欲入水，以雄者帶左，以雌者帶右。但乘船不身涉水者，其陽日帶雄，陰日帶雌。又天文大字，有北帝書，寫帛而帶之，亦辟風波蛟龍水蟲也。

或問曰，辟山川廟堂一作座。百鬼之法。

抱朴子曰，道士常帶天水符及上皇竹使符、老子左契及守真一思三部將軍者，鬼不敢近人也。其次則論百鬼錄，知天下鬼之名字，及白澤圖九鼎記，則眾鬼自卻。其次服鷄子赤石丸、及曾青夜光散、及葱實烏眼丸、及吞白石英祇母散，皆令人見鬼，即鬼畏之矣。

抱朴子曰，有老君黃庭中胎四十九真秘符，入山林，以甲寅日丹書白素，夜置案中，向北斗祭之，以酒脯各少少，自說姓名，再拜受取，內衣領中

，辟山川百鬼萬精虎狼蟲毒也。何必道士，亂世避難入山林，亦宜知此法也。

### 入山符

抱朴子曰，上五符，皆老君入山符以丹書桃板上，大書其文字，令彌滿板上，以著門戶上，及四方四隅，所道側要處，去所住處，五十步內，辟山精鬼魅。戶內梁柱，皆可施安。凡人居山林及暫入山，皆可用，即眾物不敢害也。三符以相連著一板上，意謂爾非葛氏。

抱朴子曰，此符亦是老君入山符，戶內梁柱皆可施。凡人居山林及暫入山，皆宜用之也。

抱朴子曰，此是仙人陳安世所授入山辟虎狼符。以丹書絹二符，各異之。常帶著所住之處，各四枚。移涉當拔收之以去，大神秘也。開山符以千歲藁名山之門，開寶書古文金玉，皆見秘之。右一法如此，大同小異。

抱朴子曰，此是老君所戴符，百鬼及蛇蝮虎狼神印也。以棗心木方二寸刻之，再拜而帶之，甚有神效。仙人陳安世符矣。

### 入山佩帶符

此三符，兼同著牛馬屋左右前後及豬欄上，辟虎狼也。

或問曰，昔聞談昌，或步行水上，或久居水中，以何法乎？

抱朴子曰，以葱涕和桂，服如梧桐子大七丸，日三服，至三年，則能行水上也。鄭君言但習閉氣至千息，久久則能居水中一日許。得真通天犀角三寸以上，刻以為魚，而銜之以入水，水常為人開，方三尺，可得安息水中。又通天犀角有一赤理如縵，有自本徹末，以角盛米置羣鷄中，鷄欲啄之，未至數寸，即驚卻退。故南人或名通天犀為駭鷄犀。以此犀角著穀積上，百鳥不敢集。大霧重露之夜，以置中庭，終不沾濡也。此犀獸在深山中，晦冥之夕，其光正赫然如炬火也。以其角為導，毒藥為湯，以此導攪之，皆生白沫涌起，則了無復毒#5勢也。以攪無毒物，則無沫起也。故以是知之者也。若行異域有蟲毒之鄉，每於他家飲食，則常先以犀攪之也。人有為毒箭所中欲死，以此犀叉#6刺瘡中，其瘡即沫出而愈也。通天犀所以能煞毒者，其為獸專食百草之有毒者，及眾木有刺棘者，不妄食柔滑之草木也。歲一解角於山

中石間，人或得之，則須刻木色理形狀，令如其角以代之，犀不能覺，後年輒更解角著其處也。他犀亦辟惡解毒耳，然不能如通天者之妙也。或食六戊符千日，或以赤班蜘蛛及七重水馬，以合馮夷水仙丸服之，則亦可以居水中，只以塗蹠下，則可以步行水上也。頭垢猶足以使金鐵浮水，況妙於茲乎？

或問，為道者多在山林，山林多虎狼之害也，何以辟之？

抱朴子曰，古之人入山者，皆佩黃神越章之印，其廣四寸，其字一百二十，以封泥著所住之四方各百步，則虎狼不敢近其內也。行見新虎跡，以印順印

之，虎即去；以印逆印之，虎即還；帶此印以行山林，亦不畏虎狼也。不但只辟虎狼，若有山川社廟血食惡神能作福禍者，以印封泥，斷其道路，則不復能神矣。昔石頭水有大鼃，常在一深潭中，人因名此潭為鼃潭。此物能作鬼魅，行病於人。吳有道士戴昞者，偶視之，以越章封泥作數百封，乘舟以此封泥遍擲潭中，良久，有大鼃徑長丈餘，浮出不敢動，乃格煞之，而病者並愈也。又有小鼃出，羅列死於渚上甚多。山中卒逢虎，便作三五禁，虎亦即卻去。三五禁法，當須口傳，筆不能委曲矣。一法，直思吾身為朱鳥，令長三一作二。丈，而立來虎頭上，因即閉氣，虎即去。若暮宿山中者，密取頭上釵，閉炁以刺白虎上，則亦無所畏。又法，以左手持刀閉炁，畫地作方，祝曰，恆山之陰，太山之陽，盜賊不起，虎狼不行，城郭不完，閉以金關，因以刀橫旬日中白虎上，亦無所畏也。或用大禁，吞三百六十氣，左取右以叱虎，虎亦不敢起。以此法入山，亦不畏虎。或用七星虎步，及玉神符、八威五勝符、李耳太平符、中黃華蓋印文、及石流黃散，燒牛羊角，或立西岳公禁山符，皆有驗也。闕此四符也。

此符是老君入山符，下說如文。又可戶內梁柱皆施之，凡人居山林及暫入，皆可用之。

抱朴子內篇卷之十七竟

#1『立』原作『五』，據王明校本改。

#2『麝』下原衍『香』字，據王明校本刪。

#3『新』原作『親』，據王明校本改。

#4『河』原作『何』，據王明校本改。

#5『毒』原脫，據王明校本補。

#6『叉』原作『文』，據王明校本改。

抱朴子內篇卷之十八

地真

抱朴子曰，余聞之師云，人能知一，萬事畢。知一者，無一之不知也。不知一者，無一之能知也。道起於一，其貴無偶，各居一處，以象天地人，故曰三一也。天得一以清，地得一以寧，人得一以生，神得一以靈。金沉羽浮，山峙川流，視之不見，聽之不聞，存之則在，忽之則亡，向之則吉，背之則凶，保之則遐祚罔極，失之則命彫氣窮。老君曰，忽兮恍兮，其中有象，恍兮忽兮，其中有物。一之謂也。故仙經曰，子欲長生，守一當明；思一至飢，一與之糧；思一至渴，一與之漿。一有姓字服色，男長九分，女長六分，或在臍下二寸四分下丹田中，或在心下絳宮金闕中丹田也，或在人兩眉間，卻行一寸為明堂，二寸為洞房，三寸為上丹田也。此乃是道家所重，世世歃血口傳其姓名

耳。一能成陰生陽，推步寒暑。春得一以發，夏得一以長，秋得一以收，冬得一以藏。其大不可以六合階，其小不可以毫芒比也。昔黃帝東到青丘，過風山，見紫府先生，受三皇內文，以劾召萬神，南到圓隴陰建水，觀百靈<sup>#1</sup>之所登，採若乾之華，飲丹轡之水；西見中黃子，受九加之方，過崆峒<sup>#2</sup>，從廣成子受自然<sup>#3</sup>之經；北到洪隄，上具茨，見大隗君、黃蓋童子，受神芝圖，還陟王室，得神丹金訣記。到峨眉山，見天真皇人於玉堂，請問真一之道。皇人曰，子既君四海，欲復求長生，不亦貪乎？其相覆不可具說，粗舉一隅耳。夫長生仙方，則唯有金丹；守形卻惡<sup>#4</sup>，則獨有真一，故古人尤重也。仙經曰，九轉丹，金液經，守一訣，皆在崑崙五城之內，藏以玉函，刻以金札，封以紫泥，印以中章焉。吾聞之於先師曰，一在北極大淵之中，前有明堂，後有絳宮，巍巍華蓋，金樓穹隆，左罡右魁，激波揚空，玄芝被崖，朱草蒙瓏，白玉嵯峨，日月垂光，歷火過水，經玄涉黃，城闕交錯，帷帳琳琅，龍虎列衛，神人在傍，不施不與，一安其所，不遲不疾，一安其失，能暇能豫，一乃不去，守一存真，乃能通神，少欲約食，一乃留息，白刃臨頸，思一得生，知一不難，難在於終，守之不失，可以無窮，陸辟惡獸，水卻蛟龍，不畏魍魎，挾毒之蟲，鬼不敢近，刃不敢中，此真一之大略也。

抱朴子曰，吾聞之於師云，道術諸經，所思存念作，可以卻惡防身者，乃有數千法。如含影藏形，及守形無生，九變十二化二十四生等，思見身中諸神，而內視令見之法，不可勝計，亦各有效也。然或乃思作數千物以自衛，率多煩難，足以大勞人意。若知守一之道，則一切除棄此輩，故曰能知一則萬事畢者也。受真一口訣，皆有明文，歃白牲之血，以王相之日受之，以白絹白銀為約，尅金契而分之，輕說妄傳，其神不行也。人能守一，一亦守人。所以白刃無所措其銳，百害無所容其凶，居敗能成，在危獨安也。若在鬼廟之中，山林之下，大疫之地，塚墓之間，虎狼之藪，蛇蝗之處，守一不怠，眾惡遠避。若忽偶忘守一，而為百鬼所害。或臥而魘者，即出中庭視輔星，握固守一，鬼即去矣。若夫陰雨者，但止室中，向北思見輔星而已。若為兵寇所圍，無復生地，爭入六甲陰中，伏而守一，則五兵不能犯之也。能守一者，行萬里，入軍旅，涉大川，不須卜日擇時，起工移徙，入新屋舍，皆不復按堪與星歷，而不避太歲太陰將軍、月建煞耗之神，年命之忌，終不復值殃咎也。先賢歷試有驗之道也。

抱朴子曰，玄一之道，亦要法也。無所不辟，與真一同功。吾內篇第一名為暢玄者，正以此也。守玄一復易於守真一。真一有姓字長短服色，此<sup>#5</sup>玄一但此見之。初求之於日中，所謂知白守黑，欲死不得者也。然先當百日潔齋，乃可候求得之耳，亦不過三四日得之，得之守之，則不復去矣。守玄一，並

思其身，分為三人，三人已見，又轉益之，可至數十人，皆如己身，隱之顯之，皆自有口訣，此所謂分形之道。左君及薊子訓、葛仙公，所以能一日至數十處，及有客座上，有一主人與客語，門中又有一主人迎客，而水側又有一主人投釣，實不能別何者為真主人也。師言守一兼脩明鏡，其鏡道成#6，則能分形為數十人，衣服面貌，皆如一也。

抱朴子曰，師言欲長生，勤服大藥，欲得通神，當金水分形。形分則自見其身中之三魂七魄，而天靈地祇，皆可接見，山川之神，皆可使役也。

抱朴子曰，生可惜也，死可畏也。然長生養性辟死者，亦未有不始於勤#7，而終成於久視也。道成之後，略無所為也。未成之間，無不為也。採掘草木之藥，劬勞山澤之中，煎餌治作，皆用筋力，登危涉險，夙夜不怠，非有至志，不能久也。及欲金丹成而昇天，然其大藥物，皆用錢直，不可卒辦。當復由於耕牧商販以索資，累年積勤，然后可合。及於合作之日，當復齋潔清淨，斷絕人事。有諸不易，而當復加之以思神守一，卻惡衛身，常如人君之治國，戎將之待敵，乃可為得長生之功也。以聰明大智，任經世濟俗之器，而修此事，乃可必得耳。淺近庸人，雖有志好，不能克終矣。故一人之身，一國之象也。胸腹之位，猶宮室也。四肢之列，猶郊境也。骨節之分，猶百官也。神猶君也，血猶臣也，氣猶民也。故知治身，則能治國也。夫愛其民，所以安其國，養其氣，所以全其身。民散則國亡，氣竭即身死，死者不可生也，亡者不可存也。是以至人，消未起之患，治未病之疾，醫之於無事之前，不追之於既逝之後。民難養而易危也，氣難清而易濁也。故審威德所以保社稷，割嗜慾所以固血氣。然後真一存焉，三七守焉，百害卻焉，年命延矣。

抱朴子曰，師言服金丹大藥，雖未去世，百邪不近也。若但服草木及小小餌八石，適可令疾除命益耳，不足以攘外來之禍也。或為鬼所冒犯，或為大山神之所輕凌，或為精魅所侵犯，唯有守真一，可以一切不畏此輩也。次則有帶神符。若了不知此二事，以求長生，危矣哉。四門而閉其三，盜猶得入，況盡開者邪。

抱朴子內篇卷之十八竟

#1『靈』原作『令』，據王明校本改。

#2『崆峒』原作『洞庭』，據王明校本改。

#3『然』原作『成』，據王明校本改。

#4『惡』原作『遠』，據王明校本改。

#5『此』原作『目』，據王明校本改。

#6『成』原脫，據王明校本補。

#7『勤』原作『弱』，據王明校本改。

## 抱朴子內篇卷之十九

### 遐覽

或曰，鄙人面牆，拘繫儒教，獨知有五經、三史、百氏之言，及浮華之詩賦，無益之短文，盡思守此，既有年矣。既生值多難之運，亂靡有定，干戈威揚，藝文不貴，徒消工夫，苦意極思，攻微索隱，竟不能祿在其中，免此壘畝；又有損於精思，無益於年命，二毛告暮，素志衰頹，正欲反迷，以尋生道，倉卒罔極，無所趨向，若涉大川，不知攸濟。先生既窮觀墳典，又兼綜奇秘，不審道書，凡有幾卷，願告篇目。

抱朴子曰，余亦與子同斯疾者也。昔者幸遇明師鄭君，但恨子弟不慧，不足以鑽至堅極彌高耳。于時雖充門人之灑掃，既才識短淺，又年尚少壯，意思不專，俗情未盡，不能大有所得，以為巨恨耳。鄭君時年出八十，先髮鬢斑白，數年間又黑，顏色豐悅，能引強弩射百步，步行日數百里，飲酒二斗不醉。每上山，體力輕便，登危越險，年少追之，多所不及。飲食與凡人不異，不見其絕穀。余問先隨之弟子黃章，言鄭君嘗從豫章還，於掘溝浦中，連值大風。又聞前多劫賊，同侶攀留鄭君，以須後伴，人人皆以糧少，鄭君推米以卹諸人，己不復食，五十日亦不饑。又不見其所施為，不知以何事也。火下細書，過少年人。性解音律，善鼓琴，閑坐，侍坐數人，口答諮問，言不輟響，而耳並料聽，左右操弦者，教遣長短無毫釐差過也。余晚充鄭君門人，請見方書，告余曰，要道不過尺素，上足以度世，不用多也。然博涉之後，遠勝於不見矣。既悟人意，又可得淺近之術，以防初學未成者諸患也。乃先以道家訓教戒書不要者近百卷，稍稍示余。余亦多所先見，先見者頗以其中疑事諮問之，鄭君言，君有甄事之才，可教也。然君所知者，雖多未精，又意在於外學，不能專一，未中以經深涉遠耳，今自當以佳書相示也。又許漸得短書縑素所寫者，積年之中，合集所見，當出二百許卷，終不可得也。他弟子皆親僕使之役，採薪耕田，唯余尪羸，不堪他勞，然無以自效，常親掃除，拂拭牀几，磨墨執燭，及與鄭君繕寫故書而已。見待余同於先進者，語余曰，雜道書卷卷有佳事，但當校其精粗，而擇所施行，不事盡諳誦，以妨日月而勞意思耳。若金丹一成，則此輩一切不用也。亦或當有所教授，宜得本末，先從淺始，以勸進學者，無所希準階由也。鄭君亦不肯先令人寫其書，皆當訣其意，雖久借之，然莫有敢盜寫一字者也。鄭君本大儒士也，晚而好道，由以禮記、尚書教授不絕。其體望高亮，風格方整，接見之者皆肅然。每有諮問，常待其溫顏，不敢輕銳也。書在余處者，久或一月，足以大有所寫，以不敢竊寫者，政以鄭君聰愍，邂逅知之，失其意則更以小喪大也。然於求受之初，復所不敢，為斟酌時有所請耳。是以徒知飲河，而不得滿腹。然弟子五十餘人，唯余見受金丹之經、及三皇內

文、枕中五行記，其餘人乃有不得一觀此書之首題者矣。他書雖不具得，皆疏其名，今將為子說之，後生好書者，可以廣索也。

道經有三皇內文天文三卷，元文上中下三卷、混成經二卷、玄錄二卷、九生經、二十四生經、九仙經、靈卜仙經、二化經、九變經、老君玉曆真經、墨子枕中五行記五卷、溫寶經、息民經、自然經、陰陽經、養生書一百五卷、太平經五十卷、九敬一作都。經、甲乙經一百七十卷、青龍經、中黃經、太清經、通明經、按摩經、道引經十卷、元陽子經、玄女經、素女經、彭祖經、陳敖經、子都經、張虛經、天門子經、容成經、入山經、內寶經、四規經、明鏡經、日月臨鏡經、五言經、柱中經、靈寶皇子心經、龍躡經、正機經、平衡經、飛龜振經、鹿盧躡經、蹈形記、守形圖、坐亡圖、觀臥引圖、含景圖、觀天圖、木芝圖、茵芝圖、內芝圖、石芝圖、大魄雜芝圖、五嶽經五卷、隱守記、東井圖、虛元經、牽牛中經、玉彌記、臘成記、六安記、鶴鳴記、平都記、定心記、龜文經、山陽記、玉策記、八史圖、入室經、左右契、玉曆經、昇天儀、九奇經、更生經、四衿經十卷、食日月精經、食六氣經、丹一經、胎息經、行氣治病經、勝中經十卷、百守攝提經、丹壺一作臺。經、岷山經、魏伯陽內經、日月廚食經、步三罡六紀經、入軍經、六陰玉女經、四君要用經、金鴈經、三十六水經、白虎七變經、道家地行仙經、黃白要經、八公黃白經、天師神器一作氣。經、枕中黃白經五卷、白子白一作帛。變化經、移災經、壓禍經、中黃經、文人經、涓子天地人經、崔文子肘後一作時候。經、神光一作仙。占方來經、水仙經、尸解經、中遁經、李君包天經、包元經、黃庭經、淵體經、太素經、華蓋經、行廚經、微言三卷、內視經、文始先生經、歷藏延年經、南闕記、協龍子記闕一作闕。七卷、九宮五卷、三五中經、宣常經、節解經、鄒陽子經、玄洞經十卷、玄示經十卷、箕山經十卷、鹿臺經、小僮經、河洛內記七卷、舉形道一作通。成經五卷、道機經五卷、見鬼記、無極經、宮氏經、真人玉胎經、道根經、候命圖、反胎胞經、枕中清記、幼化經、詢化經、金華山經、鳳綱經、召命經、保神記、鬼谷經、凌霄子安神記、去丘子黃山公記、玉子五行要真經、小餌經、鴻寶經、鄒生延命經、安魂記、皇道經、九陰經、雜集書錄、銀函玉匱記、金板經、黃老仙錄、原都經、玄元經、日精經、渾成經、三尸集、呼身神治百病經、收山鬼老魅治邪精經三卷、入五毒中記、休糧經三卷、採神藥治作秘法三卷、登名山渡江海勅地神法三卷、趙太白囊中要五卷、入溫氣疫病太禁七卷、收治百鬼召五岳丞太山主者記三卷、興利宮宅官舍法五卷、斷虎狼禁山林記、召百里蟲蛇記、萬畢高丘先生法三卷、王喬養性治身經三卷、服食禁忌經、立功益筭經、道士奪筭律三卷、移門子記、鬼兵法、立亡術、練形記五卷、郗公道要、甬里先生長生集、少君道意十卷、樊英石壁文

三卷、思靈經三卷、龍首經、荆山記、孔安仙淵赤斧子大覽七卷、董君地仙卻老要記、李先生口訣肘後二卷。凡有不言卷數者，皆一卷也。

其次有諸符，則有自來符、金光符、太玄符三卷、通天符、五精符、石室符、玉策符、枕中符、小童符、九靈符、六君符、玄都符、黃帝符、少千三十六將軍符、延命神符、天水神符、四十九真符、天水符、青龍符、白虎符、朱雀符、玄武符、朱胎符、七機符、九天發兵符、九天符、老經符、七符、大捍厄符、玄子符、武孝經燕君龍虎三囊辟兵符、包元符、沈義符、禹躺符、消災符、八卦符、監乾符、雷電符、萬畢符、八威五勝符、威喜符、巨勝符、採女符#2、玄精符、玉曆符、北臺符、陰陽大鎮符、枕中符、治百病符十卷、厭怪符十卷、壺公符二十卷、九臺符九卷、六甲通靈符十卷、六陰行廚龍胎石室三金五木防終符合五百卷、軍大召治符、玉斧符十卷，此皆大符也。其餘小小，不可具記。

抱朴子曰，鄭君言符出於老君，皆天文也。老君能通於神明，符皆神明所授。今人用之少驗者，由於出來歷久，傳寫之多誤故也。又信心不篤，施用之亦不行。又譬之於書字，則符誤者，不但無益，將能有害也。書字人知之，猶尚寫之多誤。故諺曰，書三寫，魚成魯，虛成虎，此之謂也。七與士，但以鋸勾長短之間為異耳。然今符上字不可讀，誤不可覺，故莫知其不定也。世間又有受體使術，用符獨效者，亦如人有使麝香便能芳者，自然不可得傳也。雖爾，必得不誤之符，正心用之。但當不及真體使之者速效耳，皆自有益也。凡為道士求長生，志在藥中耳，符劍可以卻鬼辟邪而已。諸大符乃云行用之可以得仙者，亦不可專據也。昔吳世有介象者，能讀符文，知誤之與否。有人試取治百病雜符、及諸厭効符，去其籤題以示象，皆一一據名之。其有誤者，便為人定之。自是以來，莫有能知者也。

或問，仙藥之大者，莫先於金丹，既聞命矣。敢問符書之屬，不審最神乎？

抱朴子曰，余聞鄭君言，道書之重者，莫過於三皇文、五嶽真形圖也。古者#3仙官至人，尊秘此道，非有仙名者，不可授也。受之四十年一傳，傳之敵血而盟，委質為約。諸名山五嶽，皆有此書，但藏之於石室幽隱之地，應得道者入山，精誠思之，則山神自開山，令人見之。如帛仲理者，於山中得之，自立壇委絹，常畫一本而去也。有此書，常置清潔之處，每有所為，必先白之，如奉君父。其經曰，家有三皇文，辟邪惡鬼、溫疫氣、橫殃飛禍。若有困病垂死，其信道心至者，以此書與持之，必不死也。其乳婦難艱絕氣者持之，兒即生矣。道士欲求長生，持此書入山，辟虎狼山精，五毒百邪，皆不敢近人。可以涉江海，卻蛟龍，立風波。得其法，可以變化起功。不問地擇日，家無殃



咎。若欲立新宅及塚墓，即寫地皇文數十通，以布著地，明日視之，有黃色所著者，便於其上起工，家必富昌。又因他人葬時，寫人皇文，並書己姓名著紙裏，竊內人冢中，勿令人知之，令人無飛禍盜賊也。有謀議己者，必反自中傷。又此文先潔齋百日，乃可以召天神司命，及太歲日遊五嶽四瀆，社廟之神，皆見形如人，可問以吉凶安危，及病者之禍崇所由也。又有十八字以著衣中，遠涉江海、終無風波之慮也。又家有五嶽真形圖，能辟兵凶逆，人欲害之者，皆還反受其殃。道士時有得之者，若不能行仁義慈心，而不精不正，即禍至滅家，不可輕也。

其變化之術，大者唯有墨子五行記，本有五卷。昔劉君安未仙去時，鈔取其要，以為一卷。其法用藥用符，乃能令人飛行上下，隱淪無方，含笑即為婦人，蹙面即為老翁，踞地即為小兒，執杖即成林木，種物即生瓜果可食，畫地為河，撮壤成山，坐致行廚，興雲起火，無所不作也。其次有玉女隱微一卷，亦化形為飛禽走獸，及金木玉石，興雲致雨方百里，雪亦如之，渡大水不用舟梁，分形為千人，因風高飛，出入無間，能吐氣七色，坐見八極，及地下之物，放光萬丈，冥室自明，亦大術也。然當步諸星數十，曲折難識，少能諳之。其淮南鴻寶萬畢，皆無及此書者也。又有白虎七變法，取三月三日所殺白虎頭皮，生馳血、虎血、紫綬、履組、流萍，以三月三日合種之。初生草似胡麻，有實，即取此實種之，一生輒一異。凡七種之，則用其實合之，亦可以移形易貌，飛沉在意，與墨子及玉女隱微略同，過此不足論也。

遐覽者，欲令好道者知異書之名目也。鄭君不徒明五經、知仙道而已，兼綜九宮三奇、推步天文、河洛織記、莫不精研。太安元年，知季世之亂，江南將鼎沸，乃負笈持仙藥之撲，將入室弟子，東投霍山，莫知所在焉。

抱朴子內篇卷之十九竟竟

#1『金』原作『今』，據王明校本改。

#2『符』原作『自』，據王明校本改。

#3『者』原作『人』，據王明校本改。

抱朴子內篇卷之二十

祛惑

抱朴子曰，凡探明珠，不於合浦之淵，不得驪龍之夜光也。採美玉，不於荊山之岫，不得連城之尺璧也。承師問道，不得其人，委去則遲遲冀於有獲，守之則終已竟無所成，虛費事妨功，後雖痛悔，亦不及已。世間淺近之事，猶不可坐知，況神仙之事乎？雖聖雖明，莫由自曉，非可以歷思得也，非可以觸類求也。誠須所師，必深必博，猶涉滄海而撻水，造長洲而伐木，獨以力劣為患，豈以物少為憂哉？夫虎豹之所餘，乃狸鼠之所爭也。陶朱之所棄，乃

原顏之所無也。所從學者，不得遠識淵潭之門，而值孤陋寡聞之者，彼所知素狹，源短流促，倒裝與人，則靳靳不捨#1，分損以授，則淺薄無奇能，其所寶宿已不精，若復料其粗者以教人，亦安能有所成乎？譬如假穀於夷齊之門，告寒於黔婁之家，所得者不過橡栗縵褐，必無大牢之膳，錦衣狐裘矣。或有守事庸師，終不覺悟。或有幸值知者，不能勤求，此失之於不覺，不可追者也。知人之淺深，實復未易。古人之難，誠有以也。白石似玉，奸佞似賢。賢者愈自隱蔽，有而如無，奸人愈自銜沽，虛而類實，非至明者，何以分之？彼之守求庸師而不去者，非知其無知而故不止也，誠以為足事故也。見達者而不能奉之者，非知其實深而不能請之也，誠以為無異也。夫能知要道者，無欲於物也，不徇世譽也，亦何肯自標顯於流俗哉？而淺薄之徒，率多誇誕自稱說，以厲色希#2，聲飾其虛妄，足以眩惑晚學，而敢為大言。云，已登名山，見仙人。倉卒聞之，能清澄檢校之者，鮮覺其偽也。余昔數見雜散道士輩，走貴人之門，專令從者作為空名，云其已四五百歲矣。人適問之年紀，佯不聞也，含笑俯仰，云八九十。須臾自言，我曾在華陰山斷穀五十年，復於嵩山少室四十年，復在泰山六十年，復與某人在箕山五十年，為同人遍說所歷，正爾，欲令人計合之，已數百歲人也。於是彼好之家，莫不煙起霧合，輻輳其門矣。

又術士或有偶受體自然，見鬼神，頗能內占，知人將來及已過之事，而實不能有禍福之損益也。譬如著龜耳。凡人見其小驗，便呼為神人，謂之必無所不知。不爾者，或長於符水禁祝之法，治邪有效，而未必曉於不死之道也。或修行雜術，能見鬼怪，無益於年命。問之以金丹之道，則率皆不知也。因此細驗之，多行欺誑世人，以收財利，無所不為矣。此等與彼穿窬之盜，異途而同歸者也。夫託之於空言，不著之於行事之有徵也，將為晚覺後，說其比故，可徵之偽物焉。

昔有古強者，服草木之方，又頗行容成玄素之法，年八十許，尚聰明不大羸老，時人便謂之為仙人，或謂之千載翁者。揚州稽使君聞而試迎之於宜都。既至，而咽鳴掣縮，似若所知實遠，而未皆吐盡者。於是好事者，因以聽聲而響集，望形而影附，雲萃霧合，競稱#3歎之，饋餉相屬，常餘金錢。雖樂里之見重於往漢，不足加也。常服天門冬不廢，則知其體中未嘗有金丹大藥也。而強曾略涉書記，頗識古事。自言已四千歲，敢為虛言，言之不忤。云已見堯、舜、禹、湯，說之皆了了#4如實也。世云堯眉八采，不然也，直兩眉頭甚豎，似八字耳。堯為人長大美髭鬚，飲酒一日中二斛餘，世人因加之云千鐘，實不能也，我自數見其大醉也。雖是聖人，然年老治事，轉不及少壯時。及見去四凶，舉元凱，賴用舜耳。舜是孤瑩小家兒耳，然有異才，隱耕歷山，漁于雷澤，陶于海濱，時人未有能賞其奇者。我見之所在以德化民，其目又有重瞳子

，知其大貴之相，常勸勉慰勞之。善崇高尚，莫憂不富貴，火德已終，黃精將起，誕承歷數，非子而誰！然其父至頑，其弟殊惡，恆以殺舜為事。吾嘗諫諭曰，此兒當興卿門宗，四海將受其賜，不但卿家，不可取次也。俄而受禪，嘗憶吾言之有徵也。又云，孔子母年十六七時，吾相之當生貴子，及生仲尼，真異人也，長九尺六寸，其頭似堯，其項似臯陶，其眉似子產，自腰以下不及禹三寸。雖然，貧苦孤微，然為兒童便好俎豆之事。吾知之必當成就，及其長大，高談驚人，遠近從之受學者，著錄數千人。我喜聽其語，數往從之，但恨我不學，不能與之覆疏耳。常勸我讀易，云此良書也，丘竊好之，韋編三絕，鐵槌一作槌。三折，今乃大悟。魯哀公十四年，西狩獲麟，麟死。孔子以問吾，吾語之，言此非善祥也。孔子乃愴然而泣，後得惡夢；乃欲得見吾。時四月中盛熱，不能往，尋聞之病七日而沒，于今髣髴記其顏色也。又云，秦始皇將我到彭城，引出周時鼎。吾告秦始皇，言此鼎是神物也。有德則自出，無道則淪亡。君但修己，此必自來，不可以力致也。始皇當時大有怪吾之色，而牽之果不得出也。乃謝吾曰，君固是遠見理人也。又說漢高祖項羽皆分明，如此事類，不可具記。時人各共識之，以為戲笑。然凡人聞之，皆信其言。又#5強轉愒者，廢忘事幾。稽使君曾以一玉卮與強，後忽語稽曰，昔安期先生以此物相遺。強後病於壽春黃整家而死。整疑其化去。一年許，試鑿其棺視之，其尸宛在矣。此皆有名無實，使世間不信天下有仙，皆坐此輩以偽亂真也。

成都太守吳文，說五原有蔡誕者，好道而不得佳師要事，廢棄家業，但晝夜誦詠黃庭、太清中經、觀天節詳之屬，諸家不急之書，口不輟誦，謂之道盡於此。然竟不知所施用者，徒美其浮華之說而愚人。又教之但讀千遍，自得其意，為此積久，家中患苦之，坐消衣食，而不能有異，己亦慙忿，無以自解，於是棄家，言仙道成矣。因走之異界深山中，又不曉採掘諸草木藥可以辟穀者，但行賣薪以易衣食，如是三年，饑凍辛苦，人或識之，而詭不知也。久不堪而還家，黑瘦而骨立，不似人。其家問之，從何處來，竟不得仙邪？因欺家云，吾未能昇天，但為地仙也。又初成位卑，應給諸仙先達者，當以漸遷耳。向者為老君牧數頭龍，一班龍五色最好，是老君常所乘者，令吾守視之，不勤，但與後進諸仙共博戲，忽失此龍，龍遂不知所在。為此罪見責，送吾付崑崙山下，芸鋤草三四頃，並皆生細石#6中，多荒穢，治之勤苦不可論，法當十年乃得原。會偃佺子王喬諸仙來按行，吾守請之，並為吾作力，且自放歸，當更自修理求去，於是遂老死矣。初誕還云，從崑崙來，諸親故竟共問之，崑崙何似#7？答云，天不問其高幾里，要於仰視之，去天不過十數丈也。上有木禾，高四丈九尺，其穗盈車，有珠玉樹沙棠琅玕碧瑰之樹，玉李玉瓜玉桃，其實形如世間桃李，但為光明洞徹而堅，須以玉井水洗之，便軟而可食。每風起

，珠玉之樹，枝條花葉，互相扣擊，自成五音，清哀動心。吾見謫失志，聞此莫不愴然含悲。又見崑崙山上，一回輒有四百四十門，門廣四里，內有五城十二樓，樓下有青龍白虎，蛟蛇長百餘里，其口中牙皆如三百斛船，大蜂一丈，其毒煞象。又有神獸，名獅子辟邪、天鹿焦羊，銅頭鐵額長牙鑿齒之屬，三十六種，盡知其名，則天下惡鬼惡獸，不敢犯人也。其神則有無頭子、倒景君、翕鹿公、中黃先生、與六門大夫。張陽字子淵，俠備玉闕，自不帶老君竹使符、左右契者，不得入也。五河皆出山隅，弱水透之，鴻毛不浮，飛鳥不過，唯仙人乃得越之。其上神鳥神馬，幽昌、鷓鴣、騰黃、吉光之輩，皆能人語而不死，真濟濟快仙府也，恨吾不得善周旋其上耳。于時聞誕此言了了，多信之者。

又河東蒲坂有項口都者，與一子入山學仙，十年而歸家，家人問其故。口曰，在山中三年精思，有仙人來迎我，共乘龍而昇天。良久，低頭視地，窈窈冥冥，上未有所至，而去地已絕遠。龍行甚疾，頭昂尾低，令人在其脊上，危布嶮巖。及到天上，先過紫府，金狀玉几，晃晃昱昱，真貴處也。仙人但以流霞一盃與我，飲之輒不饑渴。忽然思家，到天帝前，謁拜失儀，見斥來還，令當更自修積，乃可得更復#8矣。昔淮南王劉安昇天見上帝，而箕坐大言，自稱寡人，遂見謫守天廁#9三年，吾何人哉！河東因號口都為斥仙人。世多此輩，種類非一，不可不詳也。此妄語乃爾，而人猶有不覺其虛者，況其微茫欺誑，頗因事類之象似者而加益之，非至明者#10，倉卒安能辨哉？

乃復有假託作前世有名之道士者，如白和者，傳言已八千七百歲，時出俗間，忽然自去，不知其在。其洛中有道士，已博涉眾事，洽鍊術數者，以諸疑難諮問和，和皆尋聲為論釋，皆無疑得，故為遠識。人但不知其年壽，信能近千年不啻耳。後忽去，不知所在。有一人於河北自稱為白和，於是遠近竟往奉事之，大得致遺至富。而白和子弟，聞和再出，大喜，故往見之，乃定非也。此人因亡走矣。

五經四部，並已陳之芻狗，既往之糟粕，所謂迹者，足之自出而非足也。書者聖人之所作而非聖也，而儒者萬里負笈以尋其師，況長生之道，真人所重，可不勤求足問者哉？然不可不精簡其真偽也！余恐古強、蔡誕、項口都、白和之不絕於世間，好事者省余此書，可以少加沙汰其善否矣。又仙經云，仙人目瞳皆方，洛中見之白仲理者，為余說其瞳正方，如此果是異人也。

抱朴子內篇卷之二十竟

#1『捨』原作『息』，據王明校本改。

#2『希』原作『若』，據王明校本改。

#3『競稱』原作『竟守』，據王明校本改。

#4『了了』原作『萬萬』，據王明校本改。

#5『又』原作『人』，據王明校本改。

#6『石』原作『而』，據王明校本改。

#7『似』原作『以』，據王明校本改。

#8『復』原作『後』，據王明校本改。

#9『廁』原作『廚』，據王明校本改。

#10『者』原作『君』，據王明校本改。