

抱  
朴  
子

卷之九

PDG

上海涵芬樓借江南  
圖書館藏明魯藩刊  
刊本景印原書版匡  
高營造尺六寸寬四  
寸四分

刻抱朴子叙

粵自聖賢垂訓立言曰經曰傳曰子經以  
載道傳以翼經子則道之支流讀子書者  
通可也執不可也畧可也泥不可也韓子  
醇乎醇老氏玄默荀與揚大醇而小疵下  
此莊虛列恠申韓刑律管晏機畱是各一  
道也抱朴子玄門之肯綮也論者以不經  
擯之過矣夫競功利者迷而不返甘隱苦  
空者滯而不化抱朴子晉人也其自叙幼

以武功效用於時不受賞歸而論著是書  
然則抱朴子豪傑士也彼縱不言神仙其  
功名亦可以垂世不言功名其文詞亦可  
以垂世所以諄諄者必有所試也編內自  
言受九鼎金液二經於鄭君鄭君知江南  
將亂負笈入霍山不知所終鄭君非仙抑  
何以預知亂乎黃白變化服食之事固吾  
儒之所不道然龜鶴長年猿狐多壽物類  
尚爾軒黃已先覺矣抱朴之言非誣也以

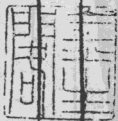
至外篇備論時政得失人事臧否廣駁曲  
引窮搜遠喻鑿鑿允合於時可以拯弊祛  
亂施諸行事非若莊列之虛恠申韓之深  
刻管晏之機畱也推而論之用則可以輔  
世長民舍則可以全身遠害進則可以坐  
致王伯隱則可以却老長生視天地為芻  
狗以古今為逆旅如抱朴子者內精玄學  
外諳時政漢魏以來無其倫也若泥而論  
之則千載之下抱朴子含冤多矣况其文

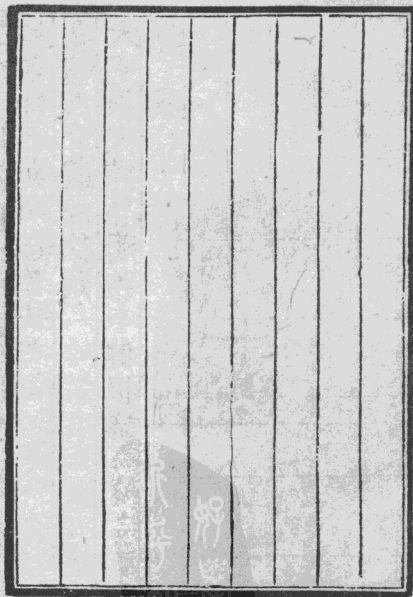
詞恢弘壯麗曠充蒼鬱如千尋之桐梓翠  
干雲霄照乘之明珠光彩射人山嶽不足  
以壯其勢江河不足以充其氣萬化不足  
以擬其富瓊玖琳琅不足以比其珍吳粧  
楚艷不足以比其麗雷電倏忽風雲幻化  
不足以極其變蓋六朝之文之鼻祖韓子  
而下歐蘇不足多也今夫館閣薦紳每耽  
玄竅而操觚士子求工詞論則是編之膾  
炙者衆矣顧所傳抄寫舛譌乃與兒輩手

校壽梓以與同志者共之

嘉靖乙丑歲仲秋朔

大明六代孫魯藩務本健根識







抱朴子序

洪體乏超逸之才偶好無爲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冲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僥之步而企及夸父之蹤近才所以躡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蓽有藻稅之樂也  
故權貴之家雖咫尺弗從也知道之士雖艱遠必造  
也考覽竒書旣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  
者寡而意斷妄說者衆至於時有好事者欲有所修  
爲倉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麤  
言較畧以示一隅莫悻憤之徒省之可以思過半矣

豈爲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之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爲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

抱朴子序終	<p>抱朴子序終</p>	<p>抱朴子序終</p>	<p>抱朴子序終</p>	<p>抱朴子序終</p>	<p>抱朴子序終</p>	<p>抱朴子序終</p>	<p>抱朴子序終</p>	<p>抱朴子序終</p>
-------	--------------	--------------	--------------	--------------	--------------	--------------	--------------	--------------

抱朴子內篇卷一

暢玄卷第一

晉書揚葛洪撰

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霧霏而雲浮因兆類而爲有託潛寂而爲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回旋四七匠成草昧  
轡策靈機吹噓四氣幽括冲默舒闡祭尉一作抑濁  
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  
五聲八音清商流微損聰者也鮮華艷采或麗炳爛  
傷明者也宴安逸豫清醪芳醴亂性者也冶容媚姿  
鉛華素質伐命者也其唯玄道可與為永不知玄道

者雖顧盼爲殺生之神噐脣吻爲興亡之關鍵倚榭  
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  
舞紛綵以綉蛇哀簫鳴以凌霞羽蓋浮於漣漪掇芳  
華於蘭林之圃弄紅蕖於積珠之池登峻則望遠以  
忘百憂臨深則俯擊以遺朝飢入宴千門之混焜出  
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  
歸也欺假借而非真故物徃若有遺也夫玄道者得

之乎內守之者外用之者神忘之者噐此思玄道之  
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翔翔希微履略蜿虹踐  
跚旋璣此得之者也其次則真知足知足者則能肥  
遁勿用顧光山林紆鸞龍之翼於細分之伍養浩然  
之氣於蓬華之中縵縷帶索不以賀龍章之曄曄也



負步杖筴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  
止無徃不足棄赫奕之朝華避僨車之險路吟嘯蒼  
崖之間而萬物化爲塵氛怡顏豐柯之下而朱戶變  
爲繩樞握耒甫田而麾節忽若執鞭啜菘漱泉而大  
牢同乎藜藿泰爾有餘歡於無爲之場忻然齊貴賤  
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衆煩而未始  
與物雜也若夫操隋珠以彈雀舐瘡痔以屬車登朽  
緡以探巢冰呂梁以求魚旦爲稱孤之客夕爲孤鳥  
之餘棟撓鍊覆傾溺不振蓋世人之所爲載馳企及

而達者之所爲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銜蘆之衛翳  
其鱗角乎勿用之地而不恃曲宄之備俯無侶鷄之  
呼仰無亢極之悔人莫之識邈矣遼哉

中叶殊未封之射入美之滋寔矣愈若  
其體角平之用之射而不封曲之射無其射之  
射無射者其六也然正射之射亦不取極遠之射  
抱朴子內篇卷一終而射射者世始至入果為是而

抱朴子內篇卷二

晉丹陽葛洪稚川著

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衆也萬物云云何所不有况列仙之人盈乎竹素矣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  
智端嬰隨酈之辯賁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爲朝暮也  
夫苦心約已以行無益之事鏤冰雕朽終無必成之  
功未若據匡世之高策招當年之隆祉使紫青重紆  
玄牡龍跼華轂易步趣鼎鍊代耒耜不亦美哉每思

詩人甫田之刺深惟仲尼皆死之證無爲握無形之  
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  
班秋不能削瓦石爲芒鉞歐冶不能鑄鉛錫爲干將  
故不可爲者雖鬼神不能爲也不可成者雖天地不  
能成也世間亦安得竒方能當老者復少而應死者  
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鞀磬之音細而  
麗天之景微哉而鼙夫謂之無聲焉瞽者謂之無物  
焉又况絃管之和音山龍之綺祭安能賞克諧之雅  
韻曄曄之鱗藻哉故鼙瞽在乎形器則不信豐隆之  
與玄象矣而况物有微於此者乎暗昧滯乎心神則  
不信有周孔於在昔矣况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  
竒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齊  
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  
主純冷而有溫谷之湯泉火體宜熾而有蕭丘之寒  
燭重類應沉而南海有浮石之山輕物當浮而犛犛  
有沉羽之流萬殊之類不可以一槩斷之正如此也  
久矣有生最靈莫過乎人貴性之物宜必鈞而其賢

愚邪正好醜脩短清濁貞淫緩急遲速趨捨所向耳目所欲其為不同已有天性之覺氷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虜為蛤荇苓為蛆田鼠為鴛腐草為螢鼯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媪為龜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爲難也而淺識之徒  
拘俗守常咸曰世間不見仙人便云天下必無此事  
夫目之所曾見當何足言哉天地之間無外之大其  
中殊竒豈遽有限詣老戴天而或無知其爲上終身  
覆地而莫識其下形骸已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  
於流俗之外世人猶歎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爲  
不幸以榮華爲穢汙以厚玩爲塵壤以聲譽爲朝露  
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叩䟽之雙耳出乎頭  
巔馬皇乘龍而行子晉躬御白鶴或鱗身蛇首

或作  
軀

或金車羽服乃可得知耳自不着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潛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况彼神仙何爲汲汲使芻狗之倫知有之何所索乎而惟於未嘗知也目察百步不能了了而欲以所見爲有所不見爲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鰲白及料大椿豈所

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暮二物畢至帝乃歎息遽毀斯論事無因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閉左慈等令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含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覈有無其所撰列仙傳仙  
人七十有餘誠無其事妄造何為乎遂古之事何可  
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已之心遠忖昔人乃復不信古者有述帝王之禪授薄卿相之責任巢許之輩老萊莊周之徒以爲不然也况於神仙又難知於斯亦何可求今世皆信之哉多謂劉向非聖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爲實錄劉向爲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爲之無  
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達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况乎求仙  
事之難者爲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慾內視反聽尸居無心而帝王任天下之重貴治執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由盡而備論也蚊嗜膚則坐不得安虱群攻則卧不得安四海之事何祇若是安得掩翳聰明歷藏數息長齊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  
君撞千石之鐘伐雷霆之鼓砰磕嘈囂驚魂蕩心百  
枝萬變喪精塞耳飛輕走迅釣潛弋高仙法欲令愛  
逮蠢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饗  
飫仙法欲博愛八荒視人如已而人君薰弱攻昧取

亂推亡闢地拓疆泯人社稷駘合生人投之死地孤  
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  
下嗷然戶口減半視其有益粗亦有損結草知德則  
虛祭必怨衆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爲合成仙藥以  
與之不得長生無所怪也吾徒匹夫加之罄困家有

長卿壁立之貧腹懷駢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紈之娛出無遊觀之歡  
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衆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

書院  
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爲旬月之齊數日閑居猶將不能況乎內棄婉嬖之寵外損赫奕之尊口斷甘着心絕所欲背榮華而獨徃求神仙之幽漠豈不尠哉是以歷覽在昔得仙道者多貧賤之士非勢位之人又戀太所知實自淺薄飢渴榮貴冒干貨賄銜虛妄於苟且忘禍患於無爲區區小子之奸僞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桓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爲虛誕耳樂太若審  
有道者安可待然乎夫有道者視爵位如湯鑊見印  
綬如縲經視金玉如土糞觀華堂如牢獄豈當扼腕  
空言以佞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皆在郢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酌管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竒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無鬼神或云有之亦不可劾召或云見鬼者在男為覡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爲文成將軍武帝所  
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旣令鬼見其形  
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况乎仙人居高處  
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衆方得其徵

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鬼氣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爲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無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培燕簡尊收之降于辛欒侯之止民家

素姜之說識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  
然而蔽者猶謂無之況長生之事世所希聞乎望使  
必信是令蚊虻負山與井螿論海也俗人未嘗見龍  
麟鸞鳳乃謂天下無有此物以爲古人虛設瑞應欲  
令人主自勉不息冀致斯珍也況於今人之信有仙  
人乎世人以劉向作金不成便謂索隱行恠好傳虛  
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荆和之

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祕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  
謠聖人所擇葛堯之言或不可遺採非無以下體豈

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殊不肯信乃云水精本自然之法玉石之類况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况乎難知之事哉夫所見少則所恠多世之常也信哉此言其事雖天之明而人處覆甕之下焉識至言哉

抱朴子內篇卷三

晉丹陽葛洪稚川著

對俗

或人難曰人中之有老彭猶木中之有松柏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又視知上藥之延年故服其藥以求仙知龜鶴之遐壽故効其道引以增年且夫松柏枝葉與衆木則別龜鶴體貌與衆蟲則殊至於彭老猶是人耳非異類而壽

獨長者由於得道非自然也衆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爲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爲水消玉爲粘漬金爲漿入淵不沾蹴刃不傷幻化之事九百有餘按而行之無不皆効何爲獨不肯信仙之可



得乎仙道達成多所禁忌自無超世之志強力之才  
不能守之守之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况古之真人  
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  
在叢蓍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宇  
經不但此二物之壽也云千歲松樹四邊枝起上杪  
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猴壽五百歲變為獾獾千歲蟾蜍壽三千歲騏驎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况乎巨  
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  
乎故太丘長潁川陳仲弓薦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罌盛緋之下  
此女於塚中以數月許乾飯及水漿與之而捨去候  
此乎定其間三年廣定乃得還鄉里欲收塚中所棄  
女骨更殯埋之廣定徃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飢見塚角有一  
物伸頸吞氣試効之轉不復飢日月為之以至於今  
父母去時所留衣被自在塚中不行徃來衣服不敗  
故不寒凍廣定乃索女所言物乃是一大龜耳女出

食穀初小腹痛嘔逆又許乃習此又足以知龜有不  
死之法及爲道者効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衆故也覩一隅則可以悟  
之矣或難曰龜能土螿鶴能天飛使人爲須臾之螿  
有頃刻之飛猶尚不能其壽安可學乎抱朴子荅曰  
蟲之能螿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螿與飛也是以真  
人但令學其道引以延年法其食氣以絕穀不學其

土螿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螿頃刻之飛而已乎龍  
蛇蛟螭狙狴鼉蟲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萱莖以知月終歸知徃乾  
鵠知來魚伯識水旱之氣蜉蝣曉潛泉之地白狼知  
殷冢之興鷺鷥見周家之盛龜鶴偏解導養不足恠

也且仙經長生之道有數百事但有逢速煩要耳不  
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  
懷也夫占天漢書欒大初見武帝試令闔棊棊自相  
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况得仙道長生又視天地相  
畢過於受全歸完不亦遠乎果能登虛躡景雲輦霓  
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  
鄴威可以叱咤梁柱誠如其道罔識其妙亦無餓之  
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  
強顏色悅懌老而不衰延年久視出處任意寒溫風  
濕不能傷鬼神衆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爲隣不足多也昔安期先生  
龍眉寧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爲勝於地  
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爲附人情  
者也或問曰爲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爲上除過次之爲道  
者以救人危使免禍護人疾病令不枉死爲上功也

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運三棊以定行軍之興亡推九符而得禍福之分野乘除一筭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枘之麤伎而輪扁有不傳之妙掇蜩之薄術而傴僂有入神之巧在乎其人由於至精也况於

神仙之道旨意深遠求其根莖良未易也松喬之徒  
雖得其効未必測其所以然也况凡人哉其事可學  
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詰古人何以獨  
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  
歎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旣斬  
而連之不可續也血旣灑而吞之無所益也豈况服  
彼異類之松栢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旣斬之指已  
灑之血本自一體非為殊族何以旣斬之而不可續

已灑之而不中服乎余數見人以蛇銜膏連已斬之

指桑豆易雞鴨之足

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蝮敗葉  
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腊為之不爛



况於以宜身益命之物納之於已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効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湏臾龍魚灑灑於盤盃皆如說焉按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筭難盡而遲死若所稟本  
少而所犯者多則紀筭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

抱朴子內篇卷四

晉丹陽葛洪稚川著

金丹

抱朴子曰余考覽養性之書鳩集爰視之方曾所披  
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則古來無  
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時有知行氣及斷穀服  
諸草木藥法所有方書畧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大半

矣足以與盡微者甚歎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則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洒掃積爰乃於馬迹

山中立壇盟受之井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糝則知漿苻之薄味觀  
崑崙則覺丘垤之至卑旣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  
死又况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  
火而可不滅銅青塗脚入水不腐此是借銅青之勁以  
扞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  
之有斯妙事也余今畧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  
想見其說必自知出潢汙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  
知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



及猶一醞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恠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而大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竒恠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形弓以驅鳥南夷得袞衣以負薪夫不知者何可強哉世人飽食

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  
中原或番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  
至道之言而如醉覩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  
漉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之  
聖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富貴者耳俱不信不  
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  
試之小効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  
水中以為約啞血為盟無神仙之骨亦不可得見此

道也合丹當於名山之中心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椎黃水礬石水

一本作汞戎鹽鹵鹹礬石牡礪赤石脂滑石胡粉各  
數十斤以爲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刀圭三尸九  
蟲皆即消壞百病皆愈也

第三之丹名曰神丹服一刀圭百日仙也以與六畜

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刀圭百日仙也朱鳥鳳凰翔覆其上玉女至傍以一刀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衆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駢駕九龍十二白虎  
天下衆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  
玉俟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息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冊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合此太清冊得仙其人本儒生有才

思善著詩及丹經讚并序述初學道隨師本末列已  
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  
先作華池赤鹽良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  
煌輝煌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上釜中糠火

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礬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  
法俱在大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  
磁石戎鹽太乙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不死  
但不及太清及九鼎丹藥耳又有岷山丹法道士張



蓋踰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日病者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  
中銅鑄以爲噐覆之三歲淳苦酒上百日此噐皆生  
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玉醴服之皆長生又有取  
伏丹法云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繁汗一作及礬桃  
汁淹丹著不津器中練密蓋其口埋之入地三尺百

日絞柠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  
先生丹法取烏鷄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鷲腹中蒸之服令人延  
年長服不死又劉元丹法以丹砂內玄水液中百日

紫色握之不汙手又和以雲母水內管中添之投井  
中百日化為赤水服一合得百歲又服長生也又樂  
子長丹法以魯青鉛丹合汞及丹砂著銅甬中乾瓦

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免血和丹與蜜蒸之百日服之如梧桐子者大九九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椎黃水和之而火之百  
日成黃金金或太剛者以猪膏煮之或太柔者以白  
梅煮之又玉桂丹法以華池和丹以曾青硫黃末覆  
之薦之內笥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檗汁和丹蒸之三

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玉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暮服之經年不饑盡一斤壽百歲又韓衆終丹法漆蜜和丹煎之服可延年又視立日中無影過此已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二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碗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  
一斤皆成銀受金液經投金人八兩於東流水中飲  
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仙人也然其中  
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昉及酒鍊之或以樗皮治之或以荆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供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畧无說金丹者也第一禁勿

今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今俗間愚人得經過聞見之則諸神便責作藥之者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老君告之言諸小小山皆不可於其中作金液神丹也凡小山皆无正神為主

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湏當以術辟  
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况  
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恒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  
者海中大島嶼若會稽之東翁洲曹洲紵嶼及徐州  
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  
白在東陽四望山大小天台山蓋竹山括蒼山並在



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  
揮翮雲漢耀景晨霄者矣余所以絕慶帛於鄉黨業  
當世之榮華者必欲遠登山成所著子書次則合  
神藥規長生故也俗人莫不恠余之委桑梓背清塗  
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

所捐棄者亦與余之不異也小神丹方用真丹三斤  
白蜜六斤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肌服之  
不老老翁成年少長生不死矣小丹法丹一斤擣篩  
淳苦酒三升漆二升凡三物合令相得微火上煎令  
可丸服如麻子三丸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  
相畢日月相望形易容變无常日中无影乃别有光  
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二  
丸分為小丸服之三十日无寒温神人玉女事之銀  
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  
餌消黃金法猪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  
爾澆一斤壽蔽天地澆半斤壽二千歲五兩金千二  
百歲无多少便可餌之當以王相日作服之神良勿

書院  
抱朴子內篇卷四  
傳示人示人今藥不成不神欲去當服丹砂也

抱朴子內篇卷四終

抱朴子內篇卷五

晉丹陽葛洪稚川著

至理

抱朴子曰微妙難識疑惑者衆吾聰明豈能過人哉  
適偶有所偏解猶鶴知夜半燕知戊巳而未必達於  
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  
桑胼胘文字鰲頰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  
神功名聲譽秉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踈悼過隙之電速者豈  
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遺損明之色杜思音之  
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  
謚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模

為乎無為以全天理爾乃呼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駟白而  
留青凝澄泉於丹田引沉珠於五城瑤鼎俯嬰藻禽  
仰鳴瑰華擢頰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  
六丁坐卧紫房咀吸金英擘擘秋芝朱華翠莖晶晶  
珍膏溶溢霄零治飢止渴百痾不萌逍遙戊巳燕和  
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  
微非可致之於造次也患於聞之者不信信之者不  
爲爲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裹  
鏡不灼凡卉以偏覆越冬泥壤易消者也而陶之爲  
瓦則與二儀齊其久焉柞柳速朽者也燔之爲炭則

可億載而不敗焉。轅豚以優穡晚卒，良馬以陟峻早斃。寒蟲以適已，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，非徒溫煖之爲淺益也。又視之効，何爲不然而世人守近習，隘以仙道爲虛誕，謂黃老爲妄言，不亦惜哉！夫愚人乃不肯信湯藥，鍼艾况深於此者乎？皆白喻跗扁鵲和緩倉公之流，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攘却虎豹破積  
聚於腑臟殲二豎於膏肓起猝死於委尸返驚魂於  
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號太子於既殞  
胡巫活絕氣之蘇武淳于能解顱以理腦元化能剗  
腹以澣胃文摯衍期以瘳危困仲景穿胸以納赤餅

此醫家之薄伎猶能若是豈况神仙之道何所不為  
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葙  
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餘  
歲此皆藥術之至淺尚能如此况於用其妙者耶今  
語俗人云理中四順可以救霍亂欬冬紫苑可以治  
欬逆萑蘆貫衆之煞九蟲當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從蓉之補  
虛乏甘遂葶歷之逐痰癖括樓黃連之愈消渴薺菴  
甘草之解百毒蘆如益熱之護衆創麻黃大青之主  
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况乎告之以金

冊可以度世芝英可以延年哉昔留侯張良吐出竒  
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角里先生綺  
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秘  
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  
則行無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却惡然百姓日用而不知焉吳越有禁咒之法甚有明獻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氣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氣禁之皆即絕此是氣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氣禁之能辟方數十里上伴侶皆使无



為害者又能禁虎豹及虵蜂皆悉令伏不能起以炆  
禁金瘡血即登止又能續骨連筋以炆禁白刃則可  
蹈之不傷刺之不入若人為虵虺所中以炆禁之則  
立愈近世左慈趙明等以炆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  
釘釘柱入七八寸以炆吹之釘即涌射而出又以炆  
禁沸湯以百許錢投中令一人手探攬取錢而手不  
灼爛損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  
登盡捉倍彼山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  
有萬計夫烝出於形用之其効至此何疑不可絕穀  
治病延年養性乎仲長公理者才達之士也著昌言

亦論行炁可以不飢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

書院  
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

抱朴子內篇卷五終

抱朴子內篇卷六

晉丹陽葛洪稚川著

微旨

抱朴子曰余聞歸同契合者則不言而信著途殊別  
務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  
猶多不辨焉豈况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爲難焉苟所不逮

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秘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濟  
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荼蓼而不識粘蜜酣於  
醕酪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知  
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竒毛通骨年非安期彭  
祖多歷之壽目不接見神仙耳獨不聞異說何以知  
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頓之策取譏論者其  
理必也抱痼疾而言精和鵠之伎桑奔北而稱究孫  
吳之筭人不信者以無効也余答曰夫寸銷汎迹濫  
水之中則謂天下無四海之廣也芒蜎宛轉果核之

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凌流電  
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謂我為學之所致哉姑聊以  
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伏其短見自非所度事無



差錯習乎所致恠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淺以涉深由難以及易志  
誠堅果無所不濟疑則無功非一事也夫根莖不涸  
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衆術之共成長生也大而諭之猶世主治國焉文武禮律無一不可也小而諭之猶工匠之為車焉轆輞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生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

本性慳鈍所知殊尚淺近便強入名山履冒毒螫屢  
被中傷耻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情不盡以教  
之因告云為道不在多也夫為道不在多自為已有  
金丹至要可不用餘耳然此事知之者甚希寧可虛  
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獸効鬼魅禁禦百毒  
治救衆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  
知况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算算減則人貧耗  
疾病屢逢憂患算盡則人死諸應奪算者有數百事  
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  
况天地為物之至大者於理當有精神有神則宜賞  
善而罰惡但其體大而網踈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  
於物恕已及人仁逮昆蟲樂人之吉愍人之苦憫人  
之急救人之窮手不傷生口不勸禍見人之得如已  
之得見人之失如已之失不自貴不自譽不嫉妬勝  
已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愆口是心非背向異辭反  
疾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

訛仙聖傷殘道士彈射飛鳥剝胎破卵春夏燎臘罵  
詈神靈教人爲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尪弱以惡易好強  
取強求擄掠致富不公不平淫佚傾斜凌孤暴寡捨  
遺取施欺給誑詐好說人私持人短長牽天接地詛  
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悔歌朔哭凡  
有一事輒是一罪隨事輕重司命奪其等紀筭盡則  
死但有惡心而無惡迹者奪筭若惡事而損於人者  
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愆其家人者又終遭水火  
劫盜及行求遺器物若遇縣官疾病自營醫藥烹牲  
祭祀所用之費要當令足以盡其所取之直也故道  
家言枉愆人者是以兵刃而更相愆其取非義之財

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  
煞人則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  
應之郭巨教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却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軌如此一車之  
中亦有生地亦有死地况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靠嶮崎嶇  
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馨皆殊  
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隈愚人妄往至皆死歸  
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旣往不追身將滅

純白之氣至微密昇于幽關三曲折中丹煌煌獨無  
定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今失實或亦姦偽  
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却禍致福

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却走馬以補腦還陰丹以朱腸采玉液於金池引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荆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

書院  
諭之水火水火慾人而又生人在於能用與不能耳  
大都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

抱朴子內篇卷六終



抱朴子內篇卷七

晉丹陽葛洪稚川著

塞難

或曰皇穹至神賦命宜均何爲使喬松凡人受不死之壽而周孔大聖無乂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疎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噐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爲一物但成有先後體有巨細耳有天地之大故覺萬物之小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蠛蠓之育於醯醋芝孺之產於木石蝓蛄之滋於汚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  
視呼吸以遠况近以此推彼人不能自知其體老少  
痛痒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閱則天亦不  
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况乎天地遼闊者哉  
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衆生無不遂之類  
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衆焉道意遠而難識故  
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  
餘也澄藥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易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恹恹遑遑務在匡時  
仰悲鳳鳴俯歎匏瓜沾之恐不售忼慨思執鞭亦何  
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粲爛

於其目抑鏗鏘於其耳恬愉靜退獨善守已謗來不  
戚譽至不喜親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衆煩旣  
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志貞盡於事君仰馳神

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為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  
盡性研覈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  
豈敢自許以授群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効覩  
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衆  
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  
仙仙必無矣自来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繫  
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  
信已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  
之耳目果不足信也况乎心之所度無形無聲其難

書院  
察尤甚於視聽而以已心之所得必固世間至遠之  
事謂神仙為虛言不亦蔽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况乎神仙之  
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嘿者冀夫可上  
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焉蓋盛陽  
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

說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慘見譽而  
不悅也彼誠以天下之必無仙而我獨以實有而與  
之諍諍之彌久而彼執之彌固是虛長此紛紜而無  
救於不鮮果當從連環之義乎

抱朴子內篇卷七終