

抱朴子內篇卷十二之十三

守五

抱朴子內篇卷之十二

十三
同卷

辨問

或問曰若仙必可得聖人已修之矣而周孔
不爲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疑煙席不暇
煖其事則鞅掌罔極窮年無已亦焉得閑聰

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爲道者
之重累也得合一太樂知一養神之要則長

守五

生久視豈若聖人所修爲者云云之無限乎
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山此是
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衆所不及者便謂之聖故善圍碁之無比者則謂之碁聖故嚴子卿馬綏明于今有碁聖之名焉善史書之絕羅者則謂之書

聖故衛協張墨子今爲書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吾試演而論之則聖非一事夫班秋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
守五
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
必總而兼之然後爲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在微是聖事有厚薄
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爲善於
道德以致神仙者獨不可謂之爲得道之聖
苟不有得道之聖則周孔不得爲治世之聖
乎旣非一矣何以當責使相兼乎按仙經以
爲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云主命原曰人之吉凶制在結胎受氣之日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

守五

三

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

有忠孝之宿有兇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

邪既不能化令信之又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昔當

目銜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跣丸弄劍踰鋒投狹履絙登幢擿盤緣案跟挂萬仞之峻峭游泳吕梁之不測手扛千鈞足躡

驚飈暴虎檻豹攬飛捷矢凡人爲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墻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

守五

四

列其多少審實其有無未必能盡知況於達此者乎聖人不食則飢不飲則渴灼之則熱凍之則寒撻之則痛刀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
言道俗耳真語必違衆儒士卒覽吾此書者
必爲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爲聖人所
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

守五

五

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既定墓崩又不知
之弟子誥之乃泫然流涕又疑顏淵之盜食
乃假言欲祭仙人卜掇塵之虛偽廡焚又不
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恓
恓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鄒子
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宥人水居梁
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脉
仲甫假形於晨鳧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又而指空
以空言者吾便可謂周孔能振翮飛翔翔
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爲家無復
子孫國無復臣吏忠孝並喪大倫必亂故周
孔密自爲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

守五

六

袂凡三篇皆仙術也吳王伐石以治宮室而
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
聖人不爲此事未可謂無其効也人所好惡
各各不同諭之以面豈不信哉誠合其意雖
小必爲也不合其神雖大不學也好苦憎甘
旣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

以四海之富而不願茂三九之官背玉帛之
聘遂山林之高潔甘魚釣之隘業者蓋不可
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
畜妻妾超然獨往倍然得意顧影含歡漱流

守五

七

忘味者又難勝記也人情莫不愛紅顏艷姿
輕體柔身而黃帝遠篤醜之嫫母陳侯伶可
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隅不信仙道日月有
所不照聖人有所不知豈可以聖人所不爲
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



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恚而造退或有誘
於榮利而還修流俗之事或有敗於邪說而
失其淡泊之志或朝爲而夕欲其成或坐修

而立望其効若夫覩財色而心不戰聞俗言
而志不沮者萬夫之中有一人爲多矣故爲
者如牛毛獲者如麟角也夫毅勁弩者効力
於發箭涉大川者保全於旣濟并不達泉則
猶不掘也一步未至則由不往也修塗之累

守五

非移晷所臻凌霄之高非一慣之積然升俊
者患於垂上而力不足爲道者病於方成而
志不遂千倉萬箱非一耕所得千天之木非
旬日所長不測之淵起於汀滢陶朱之資必
積百千若乃人退已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已之耗江河
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移之
據未極而冰霜之毒交攻不知過之在已而
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

守五

九

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

之爲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天損之者如
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爲不平而不修不可
以小損爲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

治作事不捷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詢風后著體
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鳥之說救傷

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

守五

十

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
所措思或取其凡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忽崩墓

空無尸但劍舄在焉此諸說雖異要於爲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竒怪閱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樂巴于公有功惠於民百姓皆生爲之立廟祠又古者盛德之人身沒之後臣子刊其勲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右

果有不死之道彼何不遂仙乎豈非稟命受
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
帝嚳佐堯歷夏至殷爲大夫殷王遣綵女從
受房中之術行之有效欲殺彭祖以絕其道

守五

十一

彭祖覺焉而逃去去時年七八百餘非爲死
也黃帝石山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

百歲在殼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
量爲報留書曰復數千載求我於蓬萊山如
此是爲見始皇時已千歲矣非爲死也又始
皇剛暴而驚狼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遣文甘心欲學不
死之事但自無明師也而爲盧敖徐福輩所
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
服草藥而不知還年悞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
真一則正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
得入山之法令山神爲之作禍則妖鬼試之
猛獸傷之溪毒繫之蛇蝮螫之致多死事非

守五

十二

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
冠伐之事亦何緣得長生哉或年老爲道而
得仙者或年少爲道而不成者何哉彼雖年
完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
久乍刻乍剥或搖或拔雖壅以膏壤浸以春
澤猶不脫於枯瘁者以其根芟不固不暇吐
其萌芽津液不得遂結其生氣也人生之爲
體易傷難養方之二木不及遠矣而所以攻
毀之者過於刻剥劇乎搖拔也濟之者鮮壞
之者衆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沒體汲汲短乏者氣損之候也面無光色皮膚枯腊脣焦脉白腠理萎痺者血減之證也二證既衰於外則靈根亦

守五

十三

凋於中矣如此則不得上藥不能救也凡爲道而不成營生而得死者其人非不有氣血也然身中之所以爲氣爲血者株源已喪但餘其枝流也譬猶入水之燼火滅而煙不即息旣斷之木柯葉猶生二者非不有煙非不

有葉而其所以爲煙爲葉者已先亡矣世人以覺病之日始作爲矣猶以氣絕之日爲身喪之後也唯怨風冷與暑濕不能傷壯實之人也徒患體虛氣少者不能堪之故爲所中耳何以較之設有數人年紀老壯旣同服食厚薄又等俱造沙漠之地並冒嚴寒之夜素雪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冷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頽烈火燎原而燥
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
爲道者常患於晚不患於早也特年紀之少
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

守五

十四

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三
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卧傷也跳走喘
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唾
不及遠行不疾步耳不極聽目不久視坐不
至久卧不及疲先寒而衣先熱而解不欲極
飢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
飲酒嘗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
卧星下不眠中見有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卧起有四
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諭也雖身枯於流連
之中氣絕於紈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
言以
以明
以明
以明
以明
以明
以明
以明
以明
以明

之
之
之
之
之
之
之
之
之
之

之
之
之
之
之
之
之
之
之
之

之
之
之
之
之
之
之
之
之
之

抱朴子内篇卷之十三

三
共
集

