

抱朴子

冊一



抱朴子內篇

校刊抱朴子內篇序

道家宗旨清淨沖虛而已其弊或流爲權謀或流爲放誕無所謂金丹仙藥黃白玄素吐納導引禁呪符籙之術也秦漢方士絕不附會老子卽依託黃帝亦非道家之說漢書藝文志以黃帝諸篇分屬道家神仙蓋本七略七略又本於別錄劉子政固誦習鴻寶篤信神仙者而典校祕書仍別方技於諸子之外不相殺也東漢之季桓帝好神仙祠老子張陵之子衡使人爲祭酒主以老子五千文都習神仙之附會道家實昉於此抱朴子內篇古之神仙家言也雖自以內篇屬之道家然所舉仙經神符多至二百八十二種絕無道家諸子曰謂老子泛論較略莊子文子關尹喜之徒祖述黃老永無至言去神仙千億里尋其旨趣與道家判然不同又後世學仙者奉魏伯陽爲正宗是書偶及伯陽內篇之名並無一語稱述惟神仙傳中言參同契假爻象以說作丹之意而已是稚川之學匪特與道家異併與後

世神仙家無幾微之合余嘗謂漢之仙術元與黃老分途魏晉之世  
玄言日盛經術多歧道家自詭於儒神仙遂溷於道然第假借其名  
不易其實也迨及宋元乃緣參同爐火而言內丹鍊養陰陽混合元  
氣斥服食胎息爲小道金石符呪爲旁門黃白玄素爲邪術惟以性  
命交修爲谷神不死羽化登真之訣其說旁涉禪宗兼附易理襲微  
重妙且欲併儒釋而一之自是而漢晉相傳神仙之說盡變無餘名  
實交溷矣然則葛氏之書墨守師傳不矜妙悟譬之儒者說經其神  
仙家之漢學乎孫伯淵漕司篤好古義兼綜九流以明刻抱朴子及  
天一閣鈔本錯亂脫誤手自校讎復屬余與顧澗蘋各以家藏諸本  
參證他書覆校數過伯淵敘錄篇目將以刊行余因舉神仙與道家  
者流古今分合之故論次爲序覽者或有考焉嘉慶十七年七月甲

戌桐城方維甸撰

按明刻抱朴子於內篇之後附入別旨一篇專論吐納導引與內

篇本意不合辭義亦甚淺近不似晉人手筆考之稚川自敘本無此書隋唐諸志皆不著錄惟宋史藝文志道家有抱朴子別旨二卷注云不知作者亦不謂爲稚川所著也晚出之書元不可信且今本五百六十餘言不盈一卷併非宋元舊本故削去之不復附於篇末云維甸又跋

依錄宋元雜書又題

今本五百六十餘言不盡一書其書宋本始編法文不盡  
得法天不始出始錄不勝其數其始錄始錄始錄始錄始錄始錄  
此書其書始錄始錄始錄始錄始錄始錄始錄始錄始錄始錄始錄  
始錄始錄始錄始錄始錄始錄始錄始錄始錄始錄始錄始錄始錄

新校正抱朴子內篇序

諸子多有宋元以來及近人校正刊本唯抱朴子僅明盧舜治本行世五柳居陶大使曾假之於予增刊入漢魏叢書其所譌脫亦未暇校訂也道藏本較完善但見者頗尠予所藏又有天一閣鈔本內篇大半部及盧學士文韶手校明刻本顧茂才廣圻有葉林宗家鈔本及明嘉靖時瀋瀋刊本大略皆與藏本相同爰合以校訂釐其錯簡改其誤字而此書始可省讀考稚川自序暨隋唐史志俱分內外篇一屬道家一屬儒家而盧本兼刻改并卷第輒總題之爲抱朴子遂致諸家書目牽連入錄不能分晰亦可病也今所校正欲使別行以復舊觀嘉慶壬申繼觀察昌司漕江安駐節石城與方制府維甸時相過從觀察敦素好古兼通道釋二典思搜羅放佚嘉惠後學如宋代刊板官庫及明人書帕之例適予及方制府顧茂才校定是書因先以內篇付梓人今年觀察擢臬關中印本就正庶其始終商榷焉



江寧道藏在朝天宮仍借來覆審一過書中多依之有依別本校改者則注明藏本作某某更定錯簡及尋按詞義旁據他書勘正各條亦一一注明以諗後人第十七卷登涉篇諸符各本縮寫多失形似今全從道藏影摹俾傳其真云癸酉歲十月陽湖孫星衍撰

一書法家一書法家而論本家修如天合傳... 如其時字而論書故可省... 又取嘉徽... 太平符及... 好信... 世... 二... 本...

抱朴子內篇目錄

暢玄卷第一

論仙卷第二

對俗卷第三

金丹卷第四

至理卷第五

微旨卷第六

塞難卷第七

釋滯卷第八

道意卷第九

明本卷第十

仙藥卷第十一

辨問卷第十二

極言卷第十三

勤求卷第十四

雜應卷第十五

黃白卷第十六

登涉卷第十七

地真卷第十八

遐覽卷第十九

祛惑卷第二十

右目錄依道藏本定按抱朴子內篇敘云別爲此一部名曰內篇凡二十卷與外篇各起次第也又外篇自敘云凡著內篇二十卷外篇五十卷又云其內篇言神仙方藥鬼怪變化養生延年禳邪却禍之事屬道家其外篇言人間得失世事臧否屬儒家隋書經籍志內篇亦屬道家與外篇分行道藏雖并收外篇原未合爲一部觀其內篇

之後外篇之前以抱朴子別旨一種間隔之可曉然矣明人刻此書從道藏取出而不知其爲三種遂總名曰抱朴子非也今校刊內篇二十卷不連外篇以復葛氏之舊兼正明人之誤舊唐書經籍志及各家書目俱爲二十卷隋志二十一卷音一卷者或加序目及音爲二十二卷也音久不傳道藏序在第一卷前故不復列數云或疑別旨旣自爲一種何以不見於自敘考道藏所收又有抱朴子養生論及稚川真人較證術一卷抱朴子神仙金匱經三卷葛稚川金木萬靈論俱不見於自敘然則別旨正同斯例蓋皆非稚川所撰也嘉慶十六年十月五松居士孫星衍敘錄

抱朴子內篇序

疲六

洪體乏超逸

晉書作進趣

之才偶好無為之業假令奮翅則能凌厲玄霄

騁足則能追風攝景猶故

晉書無此字

欲戢勁翮於鷦鷯

晉書作鷦鷯

之羣藏逸

跡於跛驢之伍豈況大塊稟我以尋常之短羽造化假我於

晉書作以

鴛之蹇足以

晉書無此字

自卜者審不能者止

晉書有又字

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

晉書作篤陋

求媒揚

陽之美談推沙礫之賤質索千金於和肆哉夫以

晉書無此字

焦僥之步

而企及夸父之蹤近才所以躡閱

藏本作閱晉書作礙

也以

晉書無此字要離之羸

而強赴扛鼎之契

原注或作勢晉書作勢

秦人所以斷筋也是以望絕於榮華

之途而志安乎窮否

晉書作圯

之域藜藿有八珍之甘而

晉書無此字

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

晉書作宏

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晉書作足

諮問晉書無此字今爲此書粗舉長生之理其至妙者不得宣之於翰墨

蓋羸言較略以示一隅冀悱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原注先舉一本作先覺者晉書作先覺者耳世儒徒知

服膺周孔桎梏皆死晉書無此四字莫信神仙之事謂爲妖妄之說見余此

書晉書無事至此共十字不特大笑之晉書作不但大而笑之又將謗毀真正故不以合

於此下舊衍世字今校刪余所著子書之數而別爲此一部名曰內篇凡二十

卷與外篇各起次第也晉書故不至第也作故予所著子言黃白之事名曰內篇其餘駁難通釋名曰外篇大凡

內外一百一十六篇蓋史家刪改之耳雖不足以藏晉書以藏作藏諸名山石室晉書無此二字且欲

緘之金匱以示識者晉書止此無下三十一字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謹序藏本作葛洪稚川謹序後人所

增

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稱  
微焉緜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灑一本作而星流或滉  
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  
下沈凌辰極而上游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原注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豔采或

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爲永不知玄道者刻本有難與雖顧眄

抱朴子內一  
一一中華書局聚

爲生殺藏本作殺生

之神器脣吻爲興亡之關鍵椅榭俯臨乎雲雨藻室

華綠以參差組帳霧合羅幃雲離西毛陳於閒房金觴華以交馳清

絃嘈囀以齊唱鄭舞紛綵以蛟螭哀簫鳴以凌霞羽蓋浮於漣漪掇

芳華於蘭林之囿弄紅葩

藏本作葩

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熒

一本作耀

出駢朱輪之華儀然

樂極則哀集至盈必有虧故曲終則歎發燕

藏本作讎

罷則心悲也寔理

勢之攸召猶影響之相歸也彼

藏本作欺

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彷彿之表咽九華於

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頤光山林紆鸞龍之



翼於細分按分當作介之伍養浩然之氣於蓬蓽之中縵縷帶索不以貿

龍章之曄曄也負步杖策不以易結駟之駱驛也藏夜光於蒿岫不

受他山之攻沈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閒而萬物化為塵氛怡一本

作顏豐柯之下而朱戶變為繩樞握耒甫田而麾節忽若執鞭啜菘

一本作粟激泉而太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刻本

如明如清二如字作而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而為

藏本無此二字庸夫之憂樂藐然不喜流俗之譽坦爾不懼雷同之毀不以

外物汨其至精不以利害污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秦痔以屬  
車登朽緡以探巢泳呂梁以求魚且爲稱孤之客夕爲狐鳥之餘棟  
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悅按析當作悅奮其六羽於五城之墟  
而不煩銜蘆之衛翳其鱗角乎勿用之地而不恃曲穴之備俯無倨  
鷄之呼仰無亢極之悔人莫之識邈矣遼哉

抱朴子內篇卷之一

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。雖有禹益齊諧之智，藏本無作識而所嘗藏本無此字

識者，未若所不識之衆也。萬物云云，何所不有？況列仙之人，盈乎竹素矣。不死之道，曷爲無之？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。夫苦心約己，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，

玄牡龍跼華轂易步趨藏本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

之逐遊女喪當作桑事見列子說符說苑權謀必有兩失之悔單張之信偏見將速內

外之禍也夫班狄藏本作狄非也依意林引改狄翟同字又見後辨問篇不能削瓦石為芒鉞

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之榮舊脫此二字今補

使累晦朔之積舊此下衍吾子二字今刪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

之見豈輜磔之音細而麗天之景微哉而聾夫謂之無聲焉瞽者謂

之無物焉又况管絃之和音山龍之綺粲安能賞克諧之雅韻曄曄

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

怪無方物是事非一作本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麥枯焉謂冬必凋而竹柏茂

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而或震動而崩弛疑作水性藏本純冷而

有溫谷之湯泉火體宜熾而有蕭丘之寒炤重類應沈而南海有浮

石之山輕物當浮而梓柯有沈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藏本無而

其賢愚邪正好醜脩短清濁貞淫緩急遲速趨舍所尚耳目所欲其

為不同已有天壤之覺刻本作隔非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

假翼川蛙翻飛水蠖爲蛤苻苓爲蛆田鼠爲鷲腐草爲螢蠶之爲虎

蛇之爲龍皆不然乎若謂人稟正性不同凡物皇天賦命無有彼此

則牛哀成虎楚嫗爲龜枝離原注一作滑錢爲柳秦女爲石死而更生男女

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

世閒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奇豈遽有限詰老戴天而藏本有或字無知其

藏本有爲字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

有哲人大才嘉遁勿用翳景掩藻廢偽去役藏本作欲執太璞於至醇之

中遺未務於流俗之外世人猶尠能甄別或莫造志行藏本無此二字於無

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印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原注或作軀或金車羽服乃可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況彼神仙何爲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

蜉蝣校巨鼈日

藏本作白今改

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爲此也陳思王著釋疑論云初謂道術直呼愚民詐僞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游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雞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僞研覈有無其所撰列仙傳仙人七十有餘誠無其事妄造何爲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  
利刻本汲汲名利以己之心遠忖昔人乃復不信古者有逃帝王之  
禪授薄卿相之貴任巢許之輩老萊莊周之徒以爲不然也況於神  
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楊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尤有不達者焉稼  
穡猶有不收者焉商販或有利者焉用兵或有無功者焉況乎求  
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賞也苟非其人則高位厚貨乃所以爲重

累耳何者學仙之法欲得恬愉澹泊滌除嗜欲內視反聽尸居無心

而帝王任天下之重責治鞅掌之政務思勞於萬幾神馳於宇宙一

介失所則王道爲虧百姓有過則謂之在予醇醪汨其和氣豔容伐

其根莖所以翦精損慮削乎平粹者不可曲盡而備論也蚊嚼膚則

坐不得安蝨羣攻則臥不得寧

藏本作安

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

國最爲壽考已得養性之小益矣但以升合之助不供鍾石之費畎

澮之輸不給尾閭之洩耳仙法欲靜寂無爲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

走迅鈞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

疑有脫字

不絕於市仙法欲止絕臭腥休糧清腸而人君烹肥宰膾屠割羣生  
八珍百和方丈於前煎熬勺藥旨嘉饜飫仙法欲溥愛八荒視人如  
己而人君兼弱攻昧取亂推亡闢地拓疆泯人社稷駟合生人投之  
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噉然尸口減半祝其有益詎亦有損  
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翳桑絕糧之餒冬抱戎夷後  
門之寒夏有儒行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羣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月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爲旬月之齋數日閒居猶將不能況乎內棄婉孌之寵外捐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尠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飢渴榮貴冒干貨賄銜虛妄於苟且妄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式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按待當作得煞乎夫有道者視爵位如湯鑊見印綬如縷經視金玉如土糞覩華

堂如牢獄豈當捃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塗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乙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刻本有去後人見之五字非皆在鄆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爲篡盜也相如因鼓琴以竊文君不可謂雅樂主於淫佚也噓死者不可譏神農之播穀燒死者不可怒燧人之鑽火覆

溺者不可怨帝軒之造舟酤營者不可非杜儀之爲酒豈可以樂太  
之邪僞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爲覘在女爲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爲人間作光怪變異又經典所載多  
鬼神之據俗人尙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，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，簡蓐收之降於莘，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。然而蔽者猶謂無之。況長生之事，世所希聞乎。望使必信，是令蚊虻負山，與井墓藏本論海也。俗人未嘗見龍鱗鸞鳳，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，捐無價之淳鈞，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秘

其要文一作一本又必須口訣臨文指解然後可為耳其所用藥復多改其

本名不可按之便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此作金不

成耳至於撰列仙傳自刪秦大夫阮倉四字刻本譌作太史暨漢書中出之或所

親見然後記之非妄言也狂夫童謠聖人所擇芻蕘之言或不可遺

采葑藏本無此二字采菲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懸藏本元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

殊不冝信乃云水精本自然之物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

所作又不信騾及駃騠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

唐休于内...

皇朝文獻通考...

大清文獻通考...

抱朴子內篇卷之三

疲七

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  
也衆木不能法松柏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意林作蛇蟲合聚魚鼈三十六石立化  
爲水消玉爲粉潰金爲漿入淵不沾意林作溺蹴刃不傷幻化之事九百

有餘按而行之無不皆效何爲獨不肯信仙之可得乎

刻本有但字

仙道

遲成多所禁忌自無超世之志強力之才不能守之

藏本更有其或守之二字

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閒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邃

藏本作遠

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柏藏本作樹四邊

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御覽九百五十三引作萬歲又云蛇有無窮之壽獮

猴壽八百歲變為獏獏壽五百歲變為獏獏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

毛色白能御覽九百七引作熊壽五百歲者則能變化狐狸豺藏本作狸疑作獾狼皆

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  
 故太丘長潁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糲之  
 下此女於塚中以數月許乾飯及水漿與之而舍去候世藏本平定  
 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飢見塚角有一物  
 伸頸吞氣試效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  
 是一大龜耳女出食穀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衆

故也觀一隅則可以悟之矣或難曰龜能土蟄鶴能天飛使人爲須  
臾之蟄有頃刻之飛猶尙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狷蠹蝨皆能竟冬不食

不食

藏本無此二字

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當作以正

時帝軒俟

刻本作候

鳳鳴以調律唐堯觀蓂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

之近情而推神仙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此下失一字天藏本此下

三十一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棋以定行軍之興亡推九符而得

禍福之分野一本作分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

之奧治至於樸素徒銳思於糟粕不能窮測其精微也夫鑿柄之蠹

伎而輪扁有不傳之妙掇蜩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

徒雖得其効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

命不當詰古人何以獨曉此而我何以獨不知之意耶吾今知仙之

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卽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爲益然則旣斬之指已灑之血本自一體非爲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鷄鴨之足原注豆一作蟲異物之益不可誣也若子言不恃他物則宜擣肉治骨以爲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爲命

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蝓敗桑樹見斷而蠹殄觸類而長之斯  
 可悟矣金玉在九竅則死人爲之不朽鹽滷沾於肌髓則脯腊爲之  
 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須  
 臾龍魚灑灑於盤盂皆如說焉按藏本此下錯簡八百三十八字漢書樂太初見武  
 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  
 可知矣小記疑作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烝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

疑此下  
有脫文

膳可以咀茹華璫勢可以總攝羅艷

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爲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  
蛟龍或疑棄神州而宅蓬瀛或遲迴於流俗逍遙於人間不便絕跡  
以造玄虛其所尙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

一本作汲汲

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爲  
蛤雉之爲蜃非人道也人道當食甘旨服輕煖通陰陽處官秩耳目  
聰明骨節堅強顏色悅澤老而不衰延年久視出處任意寒温風濕  
不能傷鬼神衆精不能犯五兵百毒不能中憂喜毀譽不爲累乃爲  
貴耳若委棄妻子獨處山澤邈然斷絕人理塊然與木石爲鄰不足  
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疑作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

有之按玉鈐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爲本若德行不修而但務此上藏本錯簡今皆移正方術皆不得長生也行惡事大者司命奪紀小過奪算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算難盡而遲死若所稟本少而所犯者多則紀算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

... 二百... 皆... 新... 大... 餘... 斷... 亦...

抱朴子內篇卷之四

金丹

抱朴子曰余考覽養性

太平御覽九百八十五引作生

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爲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爲寫蓄之耳  
時時有知行氣及斷穀服諸草木藥法所有方書略爲同文無一人  
不有道機經事以此爲至祕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

譽及欺人云己久壽及言曾與仙人共遊者將大半矣足以與盡微者甚渺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御覽引經無丹字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爲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如漿苻之薄味覩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木刻

作藥以自支持耳然服他藥萬斛爲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

五穀耶夫金當丹之爲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物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不可滅銅青塗脚入水不腐此

是借銅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

必自知出黃污而浮滄海背螢燭而向日月聞雷霆按靈當作靈後

明本篇有雷靈

可證也

而覺布鼓之陋見巨鯨而知寸介之細也知

當作如

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藍舟而濟大

川乎又諸小餌丹方甚多然作之有淺深故力勢不同雖有優劣轉

不相及猶一醎

一本作宿

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木

藏本無此字

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冝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獨得爾

爾舊誤作耳今校正此近

易之事猶不可喻其聞仙道而大

當作大而誤倒大而笑之又見後微旨篇

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冝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爲喜雖見毀

笑不以爲戚焉知來者之不如今是以著此以示識者豈苟尙奇怪

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

能移下愚書爲曉者傳事爲識者貴農夫得彤弓以驅鳥意林作鳥南夷

意林作域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留連孟觴以羹沸或以美女疑此下荒有脫文

沈絲竹或耽淪綺紈或控弦以弊原注一作疲筋骨或博奕以棄功夫聞

至道之疑衍道之二字言而如醉覩道論而晝睡有身不修動之死地不肖

求問養生之法自欲割削之煎熬之憔悴之漉汔之而有道者自寶

祕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

可得者古藏本有之聖二字衍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

目前之所欲者爲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少夭乎天下之事萬端而道術尤難明於他事者也可何以中才之心而斷世閒必無長生之道哉若正以世人皆不信之便謂爲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爲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爲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爲約啜血爲盟無神仙之骨亦不可得見此道也合

丹當於名山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污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煑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

原注一

戎鹽鹵

鹽礬

疑作礬

石牡礪赤石脂滑石胡粉各數十斤以爲六一泥

刻本有封之二

字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刻本有注云即鉛也藏本無合火之即成黃金

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疑衍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太平御覽九百八十五引作十四篇云其上三御覽引篇不

可教授一本作授其中三御覽引篇世無足傳常藏本作當沈之三泉之下下

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衆仙皆隸焉猶自言

亦本學道服丹之所致也非自然也況凡人乎其經曰上士得道昇

爲天官中士得道棲集崑崙下士得道長生世間民愚不信謂爲虛

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爲神丹既

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

門戶閭鬼神清君各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人藏本無此字處徑去無復

顧凡用百斤外乃得恣意藏本作息恣疑自恣之誤用之耳不先以金祀神必被

殃咎又曰長生之道當脫四字以下六句皆七字有韻也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爲之實當衍難也子能作之可長存也近代漢末新野陰君合此太清丹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己所知識之得仙者四十餘人甚分明也作此太清丹小爲難合於九鼎然是白日昇天之上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煌輝輝藏本作煌輝煌輝神光五色

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

於土金中糠火先文後武其一轉至九轉遲速各有日數多少以此

知之耳其轉數少藏本衍則用日多四字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

砂雄黃白凡刻本作礬太平御覽九百八十八引作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之藏本無死此字

人立生也欲致行廚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

御覽九百八十五引無此二字

石硫黃曾青礬

御覽引作礬

石慈石戎鹽太乙

御覽引餘有禹字

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躡精思於岷山石室中得此方也其法鼓冶藏本黃銅以作方

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

豆百日盲者皆能視此下疑有脫文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隅藏本

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廚此丹

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理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

變化任意所作也又和以朱草一服之能乘虛而行云疑作朱草狀

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

投之名爲金漿以玉投之名爲上八字据意林增各本脱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

丹魚當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原注一作汁一及蟠桃汁淹

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須子者豈

非服此乎又石先生丹法取鳥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百藏本作十

歲服一升千歲也又崔文子丹法納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汚手又

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箔中乾瓦

白滑石封之於白砂中蒸之八十日服如小豆三年仙矣原注一本作一年仙

又李文丹法以白素裹丹以竹汁煮之各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華

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死

者藏本作折師二字口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

器中火熬之以鐵上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之而火之百日成黃

金或太剛者以猪膏煮之或太柔者以白梅煮之又玉柱丹法以

華池天一閣本華池下有汞也藏本無和丹以曾青硫黃末覆之薦之內簞中沙中

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一本有砂金華和丹乾瓦封之蒸八十日取

如小豆按此如小豆三字當衍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原注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御覽九百

九十六引作血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鷄子中漆合

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亦皆如此驗又陳生丹法用白蜜

和丹內銅器中封之沈之井中一期服之經年不飢盡一斤壽百歲

又韓衆此當衍此字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具藏本作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元明龍膏太乙旬首中

石冰石紫遊女玄水液金化石丹砂封之成水真當作其經云金液入

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各山之側東流水

上別立精舍藏本作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求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任意所欲無

所禁也若復欲昇天者乃可齋戒刻本有斷穀一年四字非更服一兩便飛仙矣

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

御覽九百八十五引有和字

水銀一斤卽成銀又取此丹

一斤置火上扇之化爲赤金而流名曰丹金以塗刀劍辟兵萬里以此丹金爲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爲丹服之如小豆可以入名山大川爲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八兩一本八作十於東流水中飲血爲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爲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爲難得耳古秤金一斤於今爲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

當作人  
仙誤倒

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荆酒磁石

消之或有可引爲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

可化爲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爲之者少且亦千萬

人中時當有一人

藏本作  
人人

得其經者故凡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乙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

藏本作  
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各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

君云老當是左字之誤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綵者惡惡目者見之

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刻本眉山藏本綏藏本山雲臺山羅浮山

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夏洲紵嶼刻本下有

洲字非及徐州之莘藏本莒洲泰光洲鬱洲皆其次也今中國各山不

可得至江東各山之可得住刻本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予忝大

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辰藏本霄者矣余所以絕慶弔於鄉黨

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

故也俗人莫不怪予之委桑梓背清塗而躬耕林藪手足胼胝謂予

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  
老老翁成少年長生不死矣小丹法丹一斤搗篩淳苦酒三升漆二  
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卽沸矣握之出指間令如泥若不  
沸及握之不出指間卽削刻本之內清酒中無數也成服之如彈丸  
一枚亦可二丸分爲小丸服之三十日無寒温神人玉女侍之銀亦  
可餌之與金同法服此二物能居名山石室中者一年卽輕舉矣止  
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  
亦爾食藏本一斤壽蔽天地食半斤壽二千歲五兩壽千二百歲無  
多少便可餌之當以王相曰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

抱朴子內篇卷之五

疲八

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己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

藏本有可

辨說昔庚桑胥文字

疑子字

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疎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刻本作形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慎為乎無為以全天理  
 爾乃吮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馭白而  
 留青凝澄泉於丹田引沈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疑作倉鬱而連天長谷  
 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



翠莖鼎鼎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

之疑疑脫盈尺非可求之疑脫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藏本

有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

患龍泉以不割常利意臨作新斤斧以日用速弊隱雪以違暖經夏藏冰

以居深過暑單帛以慢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櫨藏本作柳速朽者也而燔之為炭則

可億載而不敗焉轅豚以優畜藏本作稽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

非徒温煖之為淺益也久視之効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夫乃不冝信湯藥鍼艾况深於此者乎皆曰俞跗扁鵲和緩倉公之流必能治病何不勿死又曰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却虎豹破積聚於腑臟退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技猶能若是豈况神仙之道何所不為夫人所以死者損也老者當作也老也即下文所謂六害之第二百病所害也毒惡所中害藏本誤作者非刻本無此二字更非也邪氣所傷也風冷所犯也今道引行氣還精補腦食飲有度與居

有節將服藥物思神守一柱疑作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藜當作

恭三國志作黏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陀受五

禽之戲以代導引猶得百餘歲此皆藥術之至淺尙能如此況於用

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

蒲乾薑之止疑去字痺濕菟絲菴蓉之補虛乏甘遂葶藶之逐痰癖括

樓黃連之愈消渴薺芫甘草之解百毒蘆如益熱詳未之護衆創麻黃

大青之主傷寒俗人猶謂不然也寧煞生請福分著問崇不冝信良

醫之攻藏本有疾字病反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游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爲畫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黄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爲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爲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爲之猶得中壽之三倍況於備術行諸祕妙何爲不得長生乎此事見於漢書非空言也抱朴子曰服藥雖爲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爲勞損則行氣難得力也夫人在氣中氣在人中自天地至於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

呪之法甚有明驗

藏本作獻

多烝耳

疑句有脫字

知之者可以入大疫之中與

病人同床而已不染又以羣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

形見往來或但聞其聲音語而善禁者以烝禁之皆卽絕此是烝

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爲害者又能禁虎

豹及蛇蜂皆悉令伏不能起以烝禁金瘡血卽登止又能續骨連筋

以烝禁白刃則可蹈之不傷刺之不入若人爲蛇虺所中以烝禁之

則立愈近世左慈趙明等以烝禁水水爲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

釘卽涌射而出又以烝禁沸湯以百許錢投中令一人手探攬取錢

而手不灼爛又

藏本作損非

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爲先登盡捉倍彼山賊恃其善  
禁者了不能一本作爲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烝可以  
不飢不病云吾始者未之信也至於爲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

其諫辭則此爲良說矣

疑句有脫誤刻本此下添然亦非至當之論七字非

使彼有不死之方

若吾所聞行炁之法則彼說師

疑衍說師二字

之死者未必不知道也直不

能棄世事而爲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耳此則又有仙之一證也

按卜當作上後漢書方術

傳云上成公廣韻以爲上成復姓疑者是公字之誤耳

### 抱朴子內篇卷之五

外本正不...

[Faint vertical text columns, likely bleed-through from the reverse side of the page]



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務者雖忠告而見疑夫尋常咫尺之近理人間取舍之細事沈浮過於金羽皁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爲難見藏本作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爲則大驗然而淺見之徒區區所守甘於荼蓼而不識糝蜜酣於醪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畜疾病而不能節肥甘

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頓之  
 策取譏論者其理必也抱痼疾而言精和鵠之技屢奔北而稱究孫  
 吳之筭人不信者以無效也余荅曰夫寸鮪意林引作蝓按蝓蝓皆非也當作蝓蝓者井中  
小蟲也見爾雅郭注汎迹濫二字誤倒意林引作濫跡水之中則謂天下無四  
 海之廣也芒蜴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爲空言必不冝信也若令吾眼  
 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爲天神地祇異類之人豈謂我爲學  
 之所致哉姑藏本作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爲無耳世人信其臆  
斷仗其短見自謂所度事無差錯習乎所致怪乎所希提耳指掌終  
於不悟其來尙矣豈獨今哉或曰屢承嘉談足以不疑於有仙矣但  
更自嫌於不能爲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  
事也夫根荑不洞地而求柯條干雲淵源不泓窈而求湯流萬里者  
未之有也是故二字刻本作自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明師藏本無此二字而求要道  
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爲善抱朴子  
曰若未得其至要之大者則其小者不可不廣知也蓋藉衆術之共

成生長也大而諭之猶世主之

藏本無此字

治國焉文武禮律無一不可

也小而諭之猶工匠之爲車焉轅輞軸轄莫或應虧也所爲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札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己以消工棄日而所施用意無一定此皆兩有所失者也或本性齷鈍所知殊尙淺近便強入名山履冒毒螫屢被中傷恥復求還或爲虎狼所食或爲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爲道不在多也夫爲道不在多自爲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

刻本作蔬是藏本如此

以斷穀辟兵厭劾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爲物雖無形而實魂

藏本  
作鬼靈鬼神之屬

也欲使人早死此尸當得作鬼自放縱遊行享人祭酹是以每到庚

申之日輒上天白司命道人所爲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二日也原注或曰吾

亦未能審此事之有無也然天道邈遠鬼神難明趙簡子秦穆公藏本

非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

有精氣及人身中疑此下有脫文況天地爲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疎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憫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爲有德受福於天所作必成求仙可冀也若

乃憎善好殺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爲私刑加無辜破人之

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

殘道士彈射飛鳥剗胎破卵春夏燎獵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脅羸弱以惡易好強取強

求擄掠致富不公不平淫佚傾邪凌孤暴寡拾藏本遺取施欺給誑

詐好說人私持人短長牽天援地說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僞雜真採

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

損於人者奪藏本無奪紀二字疑有脫文紀二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卽

至耳其惡行若不足以煞其家人者久久終遭水火劫盜及遺失器

物藏本作及行或遇縣官疾病自營醫藥烹牲祭祀所用之費要當

抱朴子內六四一中華書局聚

令足以盡其所取之直也故道家言枉煞人者是以兵刃而更相殺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爲則可便受吉利轉禍爲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爲親而獲鐵券之重賜然善事難爲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陽譽者不能解陰罪若以薺麥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迹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爲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偏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藏本有亦有死地四字況一房乎或曰竊聞求生之道

當知二山不審此山爲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沈不浮絕

險繇邈崑崙御覽七百一十引作崔巍崎嶇和氣紈緼神意並游玉井泓邃灌漑

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

御覽引作實如珠金玉嵯峨醴泉出隅還年之士挹其清流子能修之喬松

可儔此一山也長谷之山杳杳巍巍玄氣御覽引作靈飄飄玉液霏霏金

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成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於幽關三曲折中丹煌煌獨無匹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爲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僞造作虛妄以欺誑世人隱藏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而却禍致福乎人不可以陰陽不交坐致疾患若欲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於朱腸采玉液於金池引藏本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爲之  
說亦不可盡信也玄素諭之水火水火煞人而又生人在於能用與  
不能耳大都知舊脫知字  
今校補其要法御女多多益善如不知其道而用  
之一兩人足以速死耳彭祖之法最其要者其他經多煩勞難行而  
其爲益不必如其書人少有能爲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

...

...

...

...

...

...

...

...

...

...

...

...

抱朴子內篇卷之七

守一

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久視之祚哉抱朴子曰命之修短實由所值受氣結胎各有星宿天道無爲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不

信仙道

藏本無此四字

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消於爐冶瓦器之甄於陶竈雖由之以成形而銅鐵之利鈍鑿鑿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爲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荅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

覺萬物之小有

藏本無此字

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爲也譬猶草木之因

山林以萌秀而山林非有事焉魚鼈之

藏本無此字

託水澤以產育而水

澤非有爲焉俗人見天地之大也以萬物之小也因曰天地爲萬物

之父母萬物爲天地之子孫夫蚤生於我豈我之所作故蚤非我不

生而我非蚤之父母蚤非我之子孫蠶蠓之育於醯醋芝樗

按樗當作樗卽

禮記芝樗也廣韻樗木耳別名可證樗卽樗字矣

之產於木石蛭蠹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況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

失序由茲論之大壽之事果不在天地仙與不仙決非

疑作在

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按

當作姣麗性理必平和智慧必高遠多致我氣力延我年命而或矧陋

疴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授藏本

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

遂之類而頃按頃當楊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爲德德之至也天

若能以至德與之而使之所知不全按當作所功業不建位不霸王

壽不盈百此非天有爲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躑極惡而黃髮天之無爲於此明矣或曰仲尼稱自古皆有死老子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刻本有上字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藏本作澄藥唯樓觀本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尙有不易之性也仲尼知老氏玄妙貴異而不能挹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沈靜玄默自藏本無此字守無爲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于俗情非學仙之人也夫栖栖藏本作栖惶惶務在匡時仰悲鳳鳴俯歎匏瓜沽之恐不售忼慨思執鞭亦何有捨經世之功業而修養生之迂闊哉或曰儒道之業孰爲難易抱朴子荅曰儒者易中之難也道者難中之易也夫棄交遊委妻子

謝榮名損利祿按利祿當作祿仕與上文子下文耳已喜取爲韻割粲爛於其目抑鏗鏘於

其耳恬愉靜退獨善守己謗來不戚譽至不喜觀貴不欲居賤不取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

無為無慮不怵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默隨時師則循藏本無此字比屋而可求藏本

書則因解注以釋疑此儒者之易也鉤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忠舊誤作志今校正貞盡於事君仰馳

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之藏本無此字所傳此儒家之難

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觀其已然則明其未試耳且夫世之不信天地之有仙者又未冝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能獨作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

本藏

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繫以小黠自累不冝當作爲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閒至遠之事謂神仙爲虛言不亦蔽哉抱朴子曰妍媸藏本作蚩有定矣而憎愛異情故兩目不相爲視焉雅鄭有素矣而好惡不同故兩耳不相爲聽焉真僞有質矣而趨舍舛忤故兩心不相爲謀焉以醜爲美者有矣以濁爲清者有矣以失爲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爲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

原注咎一作吝

乎夫物莫之與則傷之者至焉蓋盛陽不能榮枯朽

之木神明不能變沈溺之性子貢不能悅祿

按祿當作錄事見呂氏春秋必已淮南子人間

訓前論仙篇云則術家有拘錄之法用錄字義正同

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烏不用於跣夷何可

強哉夫見玉而指之

藏本無此字

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解果當從連環之

義乎

抱朴子內篇卷之七

抱朴子內七

五中華書局聚

...

...

...

...

...

...

...

...

...

...

...

...

...

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荅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昇騰則凌霄而  
 輕舉者上士也自持才力不能並成則棄置藏本人間專修道德者  
 亦其次也昔黃帝荷四海之任不妨鼎湖之舉彭祖為大夫八百年  
 然後西適流沙伯陽為柱史甯封為陶正方回為閩士呂望為太師  
 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舊本作史今校正古人多得道而匡世修之  
 於朝隱蓋有餘力故也藏本無此字何必修於山林藏本無此二字盡廢生民之

抱朴子內八

事然後乃成乎亦有心安靜默性惡諂譁以縱逸爲歡以榮任爲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爲猶常如此況又加之以知神仙之道其亦必不肖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臧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爲宏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爲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飢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微藏本無此  
吐之當重有二字及引之皆不欲令已藏本自作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爲候也漸習轉增  
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爲生炁從日中至夜半六時爲  
死炁死炁之時行炁無益也善用炁者噓水水爲之逆流數步噓火  
火爲之滅噓虎狼虎狼伏而不得動起噓蛇虺蛇虺蟠而不能去若  
他人爲兵刃所傷噓之血卽止聞有爲毒蟲所中雖不見其人遙爲

噓祝我之手男噓我左女噓我右而彼人雖在百里之外卽時皆愈矣又中惡急疾但吞三九之炁亦登時差也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旣不得溢或令人發效故尠有能爲者也予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衆病或以采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當重有二字不交則坐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爲之而不以此自傷煞者也玄素子都容成公彭祖之屬蓋載其麓事終不以至要者著於紙上者也志求不死者以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源流  
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未學者或不別作者之淺深其於名  
爲道家之言便寫取累箱盈筐盡心思索其中是探燕巢而求鳳卵  
搜井底而捕鱓按鱓當作鱓假借爲鱓鱓之鱓顏氏家訓書證論後漢書三鱓尚書大傳注鱓或爲鱓鱓鯉也其用字正  
同傳寫者誤認爲蛇鱓之鱓而改之以俗鱓字失之遠矣魚雖加至勤非其所有也  
不得必可施用無故消棄日月空有疲困之勞了無錙銖之益也進失當世之務  
退無長生之効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冝  
首尾全舉其事有可承按者也但暗誦此經而不得要道直爲徒勞  
耳又況不及者乎至於文子莊子關令尹喜之徒其屬文筆藏本雖  
祖述黃老憲章玄虛但演其大旨永無至言或復齊死生謂無異以  
存活爲徭役以歿歿爲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爲窟藪不亦惜乎或曰聖明御世唯賢是寶  
而學仙之士不冝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爲貴也軒  
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翦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

藏本作王

四老鳳戢於

商洛而不妨大漢之多士也周黨麟跼於林藪而無損孝文

當有之誤

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

以芳林爲臺榭峻岫爲大廈翠蘭爲網牀綠葉爲幃幙被褐代衮衣

薇藿當嘉饍非躬耕不以充飢非妻織不以蔽身千載之中時或有

之況又加之以委六親於邦族捐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荅曰夫北人石戶善卷子

州皆大才也而沈遁放逸養其浩然昇降

疑作隆

不爲之虧大化不爲

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勤久者有遲敘之歎勳高者有循資藏本作待漏之屈濟濟之盛莫此之美一介之徒非所乏也昔

子晉舍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以崇光大上無嫌怨之

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今藏本作喪亂既平休牛放

馬烽燧滅影干戈載戢繁弱既韜盧鵠將烹子房出玄帷而反閭巷

信越釋甲冑而修魚釣况乎學仙之士萬未有一國家吝此以何爲

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滉瀆其高不俟翔埃之來其

深不抑行潦之注撮壤土不足以滅其峻挹藏本作升勺水不足以削其

廣一世不過有數仙人何能有損人物之鞅掌乎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爲聖若知而不學則是無仙道也抱朴子荅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也夫五經所不載者無限矣周孔所不言者不少矣特爲吾子略說其萬一焉雖大笑不可止局情難卒開藏本作闡且令子聞其較略焉夫天地爲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周天之度數四海之廣狹宇宙之相去凡爲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藏本作剩昏明脩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羲和外景而熱望舒內鑿而寒天漢仰見爲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

一珍做宋版  
候欃槍尤矢旬始絳繹按絳繹當作絳澤謂天鋒及格澤也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

郟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之徒是為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

則不得今寧可盡以為虛妄乎天地至大舉目所見猶不能了況於

玄之又玄妙之極妙者乎復問俗人曰夫乘雲鬣產之國肝心不朽

之民巢居穴處獨目三首馬閒一本作鳥爪狗蹄脩臂交股黃池無男穿

胸旁口廩君起石而沈土船按沈當作沈沙壹藏本作非觸木藏本作非而生

羣龍女媧地出壯當作杜宇天墮璧原注璧一作璧飛犬言山徙社移三軍之

衆一朝盡化君子為鶴小人成沙女仞原注一作丑倚枯貳貳舊誤作二今校正負

抱桎桎舊誤作杜今校正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元讓

遞生

按元當作交

火浣之布切玉之刀炎昧吐烈磨泥漉水枯灌化形山

夔前跟石脩九首畢方人面少干之劾伯率聖卿之役肅霜西羌以

唐景興鮮卑以乘

藏本作乘譌

鼈強林邑以神錄王庸蜀以流尸帝鹽神

嬰來

按來當作采

而蟲飛縱目世變於荆岫五丁引蛇以傾峻肉甚

刻本

其振翅於三海金簡玉字發於禹井之側正機平衡割乎文

按文當作合事

見後辨問篇

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昏

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

鳩之翩翾離朱覲毫芒於百步賁獲効膂力於萬鈞越人揣鍼以蘇

死豎亥超迹於累千邳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閒何足以為攻難之主



抱朴子內篇卷之九

守二

道意

抱朴子曰道者涵乾括坤其本無名論其無則影響猶爲有焉論其有則萬物尙爲無焉隸首不能計其多少離朱不能察其髣髴吳札

晉野竭聰不能尋其音聲乎窈冥之內猶狶狶

四字据刻本如此疑傳寫誤也藏本

涉猪作

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爲聲之聲爲響之響爲形之形爲影之影方者得之而靜員者得之而動降者得之而俯昇者得之以仰強名爲道已失其真況復乃千割百判億分萬析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繫於外

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

之搖奪藏本作策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情濁亂

於波蕩於是有傾越之災有不振之禍而徒烹宰肥脂沃醪醴撞

金伐革謳歌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

和勞逸過度而碎首以藏本無此字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叢爾之體自貽茲患

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

非禋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歆非族鬼不享淫祀阜隸之巷不

能紆金根藏本作銀非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

賂太牢之饌求令名於明主釋憊責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真是與冀其曲祐

未有之也夫慚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却吳

師之討也漢之廣陵敬奉李頌按頌當作頌事見漢書武五子傳傾竭府庫而不能

救叛逆之誅也孝武武舊誤作文今校正尤信鬼神咸秩無文而不能免五柞

之殂孫主貴待華嚮封以王藏本作往非爵而不能延命盡之期非犧牲

之不博碩非玉帛之不按此下疑有脫文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妄按妄當作忘將來

之鑒也明德惟馨無憂者壽畜寶不夭多慘用老自然之理外物何爲若養之失和伐之不解百痾緣隙而結榮衛竭而不悟太牢三牲曷能濟焉俗所謂按當有脫字率皆妖僞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无已問卜不倦巫祝小人妄說禍崇疾病危急唯所不聞聞輒修爲損費不訾富室竭其財儲貧人假舉倍息田宅割裂以訖盡篋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

誤活財產窮罄遂復飢寒凍餓而死或起爲刦剽或穿窬一本作或

縱而爲穿窬非喪身於鋒鏑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

所以令百姓杜凍飢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爲務退不以消災治病爲業遂以招集  
姦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  
利錢帛山積富踰王公縱肆奢淫侈服玉食妓妾盈室管絃成列刺  
客死士爲其致用威傾邦君勢凌有司亡命逋逃因爲窟藪皆由官  
不糾治以臻斯患原其所由可爲歎息吾徒匹夫雖見此理不在其  
位末如之何臨民官長疑其有神慮恐禁之或致禍崇假令頗有其  
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衆本無至心而諫怖者異口  
同聲於是疑惑竟於莫敢令人扼扼舊誤作振今校正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各位巍巍子孫蕃昌  
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徑遊一無所過而車馬無頗覆之變涉水無風波之異屢值疫癘當得藥物之力頗冒矢石幸無傷刺之患益知鬼神之無能爲也又諸妖道百餘種皆煞生血食獨有李家道無爲爲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廚費亦多矣復未純爲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大帝時蜀中有李阿者穴居不食傳世見之號爲八百歲公人往往問事阿無所言但占問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卽有深憂如此之候未曾一失也後一旦忽去不知所在後疑作復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爲李阿因共呼之爲李八百而實非也自公卿以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爲弟子者恆近千人



而升堂入室高業先進者不過得祝水及三部符導引日月行烝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謂寬故作无異以欺人豈其然乎吳曾有大疫死者過半寬所奉道室名之爲廬寬亦得温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爲真死也夫神仙之法所以與俗人不同者正以不老不死爲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人間一二百歲住年不老藏本作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授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令人覺此而悟其滯迷耳天下有似是而非者實爲無限將復略說故

事以示後人之不解者昔汝南有人於田中設繩罾以捕鱉按此下

風俗通怪神篇鮑君神李君神石賢士神與以下而去猶念取之不

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

之以爲神不敢持歸於是村里聞之因共爲起屋立廟號爲鮑君後

轉多奉之者丹楹藻枕鐘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爲之說

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卽去

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犍其目偶愈便殺犍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沲如此

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

此石上當作土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

石人治病初但雞肋疑作肫後用牛羊爲立帳帷管絃不絕如此數年

忽日前忘餅母聞之乃爲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便藏本或持器遺當作信

買之於是賣水者大富人或言無神官申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辨士遊行爲之虛聲云能令

盲者登視覽者卽行於是四方雲集趨之如市而錢帛固已山積

二字

舊誤倒矣又敕諸求治病者雖不便愈當告人言愈也如此則必愈

今校正

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爲當作虛誕而喜信妖

邪鬼怪令人鼓舞祭祀所謂神者皆馬氏誑人之類也聊記其數事

以爲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却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却之矣夫儲甲冑蓄義笠者蓋  
以爲兵爲雨也若幸無攻戰時不沈陰則有與無正同耳若矢石霧  
合飛鋒烟交則知裸體者之困矣洪雨河傾素雪彌天則覺露立者  
之劇矣不可以薺麥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



抱朴子內篇卷之十

守三

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

此

當有脫文以爲陰陽之術衆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偏修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爲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原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爲實錄而班固之所論未可據

藏本

作據

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古今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武藏本作式者哉而管窺諸生臆斷警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乎所謂抱螢燭于環堵之內者不見天光之焜爛侶鮒鰕于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冶百氏範鑄二儀胞胎萬類醞釀彝倫者也世間淺近者衆而深遠者少少不勝衆由來久矣是以史遷雖長而不見譽班固雖短而不見彈然物以少者爲貴多者爲賤至於人事豈獨不然故藜藿彌原而芝英不世



枳棘被野而尋木間秀沙礫無量而珠璧甚鈔鴻刻本隼屯飛而鸞

作鷹

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

身外以爲國能令七政遵度二氣告和四時不失寒燠之節風雨不

爲暴物之災玉燭表昇平之徵澄醴彰德洽之符焚輪虹霓寢其祆

積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爲重居前而人不以爲

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

無爲而化美夫唯不足故刑嚴而姦繁黎庶怨於下皇靈怒於上或

藏本無此字洪波橫流或亢陽赤地或山谷易體或冬雷夏雪或流血漂

櫓積尸築京或坑降萬計析骸易子城愈高而衝愈巧池愈深而梯

愈妙下二愈字法令明而盜賊多盟約數而叛亂甚猶風波駭而魚

驚擾於淵織羅密而羽禽躁於澤豺狼衆而走獸劇於林爨火猛而小鮮糜藏本作麋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爲道之士莫不飄然絕跡幽隱何也抱朴子答曰曩古純朴巧僞未萌其

藏本有明字

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僞彌深玄淡之化廢而邪俗之黨繁既不信道好爲訛毀謂真正爲妖訛以神仙爲誕妄或曰惑衆或曰亂羣是以上士取居其中也昔之達人杜漸防微色斯而逝夜不待旦覩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衆我寡華元去之況乎明哲業尙本異有何戀之當住其間哉夫淵竭池漉

則蛟龍不游巢傾卵拾則鳳凰不集居言于室而翔鷗不下凡卉春

翦而芝莫不秀世俗醜正慢辱將臻彼有道者安得不超然振翅乎

風雲之表而飜爾藏軌於玄漠之際乎山林之中非有道也而爲道

者必入山林誠欲遠彼腥膻而卽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刻本無此字按當有脫誤未詳污穢而合金丹之大

藥鍊八石之飛精者尤忌利口之愚人藏本有忌字非凡俗之聞見明靈爲

之不降仙藥爲之不成非小禁也止於人中或有淺見毀當之有司

加之當脫罪福當作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一本作岫豈不有以乎或

云上士得道於三軍中士得道於都市下士得道於山林此皆爲仙

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

爲源本儒之爲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藏本作命之節歡

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其藏本作無誤爲

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按慎當作真

而無悶此所以爲百家之君長仁義之祖宗也小異之理其較如此

首尾汗隆末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

有家不易之制也爲道之士不營禮教不顧大倫侶狐貉於草澤之

中偶猿猱於林麓之間魁然流擯與木石爲鄰此亦東走之迷忘葵  
之甘也抱朴子答曰摛華騁豔質直所不尙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耶案耶當作卽又陳梗概粗抗

一隅夫體道以匠物寶德以長生者黃老是也黃帝能治世致太平

而又昇仙則未可謂之後於堯舜也老子既兼綜禮教而又久視則

未可謂之爲減周孔也故仲尼有竊比之嘆未聞有疵毀之辭而未

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僥之脛不足

以測滄海每見凡俗守株之儒營營所習不博達理告頑令按令當作舍

囂崇飾惡言誣詰道家說糟粕之滓則若觀駿馬之過隙也涉精神

之淵則當脫二字淪溺而自失也猶斥鷃之揮短翅以凌陽侯之波猶當

蒼蠅之藏本脫蒼字力驚質以涉响原注一作日按响當作响猿之峻非其所堪祇

抱朴子內十 四一中華書局聚

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  
光鼓腹以奮按奮當作奪雷靈不亦蔽乎蓋登旋璣之眇邈則知井谷之

至卑覩大明之麗天乃知鷦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祕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

之言又多不書登壇敵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

知跟藏本豈吾子所詳悉哉夫得仙者或昇太清或翔紫霄或造玄

洲或棲板原注或作枝桐聽鈞天之樂享九芝之饌出攜松羨於倒景之

表入宴常陽於瑤房之中曷爲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擯

未爲戚也犧脂聚處雖被藻繡論其爲樂孰與逸麟之離羣以獨往

吉光拆偶而多福哉

抱朴子內篇卷之十

抱朴子內十

五  
中華書局聚

圖林字區錄卷八十一



抱朴子內篇卷之十一

守四

仙藥

抱朴子曰神農四

太平御覽九百八十四引無此字

經曰上藥令人身安命延昇為

藏本無此字

天神

御覽引此下有仙字

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

御覽引無此二字

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衆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

御覽引作五雲

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

御覽九百八十四引作丹

次則石粉次則曾青次則松柏脂茯苓地黃麥

門冬木巨勝重樓黃連石韋楮實象柴

御覽大觀本草引象作家

一名純盧

御覽大觀

本草引是也或云仙人杖或云西王母杖或各天精或各却老或各

地骨或各苟杞也天門冬或各地門冬或各莛門冬或各顛棘或各

淫羊食或各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

下氣為益尤遲也服之百日皆丁壯倍駛駛舊誤作駛今校正於朮及黃精也

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并

及絞其汁作酒以服散尤佳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揆唯中

以治欬及殺蟲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御覽九百八十九引作鹿竹一名救窮御覽引一作雞格一

名垂御覽引珠服其花勝其實服其實勝其根但花難多得得其生

花十斛乾之纔可得五六斗御覽引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尤  
尤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

大觀本草引作代

糧人不能別之謂爲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險峻之地或却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  
冰也晦夜去之三御覽九百八十五引作一二百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  
輩也凡見諸芝且先以開山却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七日三盡一斤則得  
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彩  
率多似山玄水蒼玉也亦鮮明如水精得而未之以無心草汁和之  
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  
石崖之間狀如盤碗不過徑尺以還有莖蒂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七入口則翕  
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柱柱上有偃蓋石高度  
徑可一丈許望見蜜芝從石戶上隨御覽九百八十五引作墮入偃蓋中良久輒  
有一滴有似雨後屋之餘漏時時一落耳然蜜芝墮不息而偃自有一至  
而偃二十四字各本皆脫去御覽引有今據之補全蓋亦終不溢也戶上刻石爲科斗字曰得  
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碗

器著勁竹木端以承取之然竟未有能爲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寶石也

高尺許大如疑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本草圖經引作近水之山爲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雞子

之在其殼中也卽當飲之不飲則堅凝成石不復中服也法正當及

未堅時飲之旣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御覽引作斗壽則

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

明而自動服一升御覽引作斗得千歲矣石硫黃芝御覽九百八十五引無芝字五岳

皆有而箕山爲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原注一作字一內記不可具稱也及夫木芝者松

柏刻本無此字非脂淪入地千歲化為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御覽大觀本草引作焦帶之

辟兵以帶雞而雞以他雞十二頭共籠之去之十二步射十二箭他

雞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

末服方寸七日三盡一枚則三千歲也千歲之枯木御覽九百九十二引作射干按

所引為藥部射干門當不誤也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腹一刀圭其腫

痛在外者隨其所在刮一刀圭藏本無此字其腫痛所在以摩之皆手

下即愈假令左足有疾則刮射按當有干字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

龍形名曰日御覽九百五十三九百八十六引皆無此字飛節芝大者重十斤末服之盡

十御覽九百八十六引作一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各山之陰東流泉水之土以立

夏御覽引作夏至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

其實御覽引作文如鸞鳥此三芝得服之白日昇天也黃廬子尋木華元

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

蘖檀桓芝者千歲黃蘖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如手指赤如丹素葉

似莧其根有大魁如斗有細者如雞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卽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七日三至百日則得千歲矣龍仙芝狀如昇龍之相負也以葉爲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二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銜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體重以五月五日中時取之陰乾百日以其左足畫地卽



爲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七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提取服之卽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錘鍛其頭數千原注或作十下乃死死而張其口以向風須臾便活而起走以石上

菖蒲塞其鼻卽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御覽九百八十引有曲字掘取陰乾末服一

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

大木之下或生泉御覽有水字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

采取之刻以骨刀陰乾末服方寸七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恨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雞以白鹽一斗及開山符檄著大石

上執吳唐草

原注或作花

一把以入山山神喜必得芝也又采芝及服芝

欲得王相專和之日支干上下相生爲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鬼神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名雲者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爲水或以露於鉄器中以玄水熬之爲水或以硝石合於筒中

埋之爲水或以蜜搜爲酪或以秋露漬之百日韋囊挺以爲粉或以

無巔草樗血合餌之服之一年則百病除藏本二年久服藏本無老

公反成童子五年不闕可藏本此三字作則役使鬼神入火不燒入水不濡

踐棘而藏本無不傷膚藏本無與仙人相見又他物埋之即朽著火藏本

之即焦而五雲以納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

大觀本草玉石部引又向日看之暗暗純黑色起者不中服令人病

淋發瘡雖水餌之皆當先以茅屋霽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雞冠光明

曄曄者乃可用耳其但純黃似雄黃色大觀本草引雄作雌無赤光者不任以

作仙藥可以合理病藥耳餌服之法或以蒸煑之或以酒餌或先以

硝大觀本草引作消石化為水乃凝之或以元脰腸大觀本草引元脰腸作猪脰二字裹蒸

之於赤土下或以松脂和之或以三物煉之引之如布白如冰服之

皆令人長生百病除三尸下癩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

真玉女也無此誌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

名也令人身飛輕舉不但地仙而已然其道遲成服一二百斤乃可

知耳玉可以為米酒及地榆酒化之為水亦可以葱漿消之為粉亦

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爲水而服之故能乘烟御覽八

有霞

上下也玉屑服之與水餌之俱令人不死所以爲不及金者令

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

原注招一作始

合得珪璋環璧及校

原注一作裝

一劍所用

甚多欲餌治服之後余爲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煉之然

按此下當有日字

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巢

大觀本草引此下有蠶字

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

此四字當是正誤入正文

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

此三字當是正誤入正文

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

原注一作楮

木實芝

大觀本草引無此字赤

者餌之一年老還少令人徹視見鬼昔道士梁須

大觀本草引作頓

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

御覽九百五十四引作瓷

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

御覽作早

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

疑作

丸制命丸羊血丸皆令人駐年却老也南陽酈縣

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

世彌久故水味爲變其臨此谷中居民皆不穿井悉食甘谷水食者無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爲南陽太守每到官常使酈縣月送甘谷水四十斛以爲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爲少耳率多生於水側緱氏山與酈縣最多仙方所謂日精更生按此下當有陰成二字各本皆脫去非周盈皆一菊而根莖花實異各其

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

亡祖鴻臚少卿御覽七百二十九百八十四引昔作時曾爲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爲而不知其何故疑其

井水殊赤乃試掘井左右得古人埋丹砂數十斛去

御覽九百八十四引有井字

數尺此丹砂汁因泉漸入井是以飲其水而得壽况乃餌煉丹砂而

服之乎余又聞上黨有趙瞿者病癩歷年衆治之不愈垂死或云不

及活流棄之後子孫轉相注易其家乃齎糧將之送置山穴中瞿在

穴中

藏本有瞿字

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

大觀本草引作命

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

大觀本草引作遺

其方仙人告

之曰此是松脂耳此山中更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爲小耳遊戲其口鼻之



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小童乃入抱犢山去必地仙也于

藏本  
作余時聞

瞿服松脂如此於是競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

大觀本草  
引作乃

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飢無所食垂餓死有一老翁教我食松

葉松實

大觀本草引  
作松柏葉實

當時苦澀後稍便之遂使不飢不渴冬不寒夏

不熱計此女定是秦王子嬰宮人至成帝之世二百許歲乃將歸以

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

死向使不爲人所得便成仙人矣南陽文氏說其先祖漢末大亂逃

去山中飢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

俛而視文氏因聞藏本作閱其相問言此子中呼上否其一人荅言未可

也尤一名山薊一名山精故神藥經曰必欲長生常御覽九百八十九大觀本草引

作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御覽九百九十引作羨非後遺覽篇有移門子

也記門子服五味子十六年色如玉女入水不沾入火不灼也楚文子

服地黄八年夜視有光手上車按車當作連弩也林子明服尤十一年耳

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

有子百三御覽九百八十九大觀本草引作四十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忽忽舊誤作勿今校正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

自椿持耳或問服食藥物有前後之宜乎抱朴子荅曰按中黃子服

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驅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荅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二言得之者徵與火

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

包

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

按右當作左

右過左

左就右

如此三步當滿二丈一尺

藏本無此字

後有九跡

小神

按疑有丹字

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納清酒中二百出二

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

之內酒中無數也成服如彈丸一枚亦可汁一丸分爲小丸服三十

日無寒温神人玉女下之又銀亦可餌與金同法服此二物可居名

山石室中一年即輕舉矣人間服之各地仙勿妄傳也兩儀子此二字据

前金丹篇補

餌銷黃金法猪負革肪

肪舊誤作方脂二字今刪正

三斤醇苦酒一斗取

黃金五兩置器中煎之出爐以金置肪藏本無此字中百入百出苦酒亦

爾澆一斤金壽藏本無此字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篩下藏本作下從誤今改正金

丹篇篋作醇藏本無此字苦酒三升淳漆二升原注一本凡三藏本無此字物

合令相得微火上煎之令可丸服如麻子三九日再四十日腹中百

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别有光矣自小神方至此皆又

見金丹篇其文小異不具出

抱朴子內篇卷之十一

抱朴子內篇卷之十二

守五

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

知也抱朴子荅曰夫聖人不必仙仙人不必聖聖人受命不值長生

之道當作氣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

和雅頌訓按訓上當脫一字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能閉聰掩明內視反聽呼吸導引長齋久潔

入室鍊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疑作具

乃爲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

抱朴子內篇卷之十二

黃帝先治世而後登仙此是偶有能兼之才者也古之帝王刻於泰

山可省讀此下舊衍書字今刪正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

故善圍棋之無比者則謂之棋聖故嚴子卿馬綏明於今有棋聖之

名焉善史書之絕時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上二十六字藏本脫校本約太平御覽七百五十二增故衛

協張墨於今有畫聖之名焉善刻削之尤巧者則謂之木聖故張衡

馬鈞藏本作忠校本依御覽更正於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上十六字藏本脫刻本有吾試演而論

之則聖非一事夫班輸上刻本無二字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爲聖余荅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微是聖事有厚薄也又易曰有聖人之道四焉以言者尙其辭以動者尙其變以制器者尙其象以卜筮者尙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既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亦不得也玉鈐經藏本作云非按玉鈐經又見前對俗篇又見後登涉篇今改正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  
 較略如此此二字當衍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祕仙術弟子之中尤尙簡擇至精  
 彌久然後告之以要訣況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

刻本作  
頰舌

之攻絕軌迹猶恐不足以免毀辱之醜貴不足以誘

之富不足以移之何冑當自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跳丸弄劍踰鋒投狹履絙登幢擲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爲之而周孔不能況過於此者乎他人之所念慮蚤蟲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鼈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況於遠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衆儒士卒覽吾此書者必謂吾非毀聖人吾豈然哉但欲盡物理耳理盡事窮則似於誘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甚於服畏其名不敢復料之以事謂爲聖人所不能則人無復能之者也聖人所不知則人無復知之者也不

可

藏本  
作亦

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荅乃悟

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

須人語之既定墓崩又不知之弟子誥之乃泣然流涕又疑顏淵之

盜食乃假言欲祭先人卜掇塵之虛僞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

栖栖

藏本  
作栖

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鄉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爲斯事也俗人或曰周孔皆能爲此但不爲耳吾荅之曰必不求之於明文而指之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爲耳一不以記籍見事爲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

爲之而祕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於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藏本作倍非然得意顧影含歡漱

流忘味者又難勝記也人情莫不愛紅顏豔姿輕體柔身而黃帝求

藏本作遠非篤醜之嫫母陳侯伶可憎之敦洽人鼻無不樂香故流黃鬱

金芝蘭蘇合元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刻本有人口無不悅甘而七字非周文嗜不美之菹不以易

大牢之滋味刻本有人耳無不喜樂而七字非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

抱朴子內篇卷之十二

五二中華書局聚

宋本

宋本

宋本

宋本

宋本

宋本

宋本

宋本

宋本

宋本

宋本

宋本

宋本



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其氣耶抱朴子荅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穀勁弩者効力於發箭涉大川者保全於旣濟井不達泉則猶不掘也一步未至則猶不往也修塗之累非移晷所臻凌霄之高非一簣之積然升峻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干天之木非旬日所長不測之淵起於汀瀼陶朱

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閒  
無不信道之民也患乎升勺之利未堅而鍾石之費相尋根柢藏本作移  
非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  
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爲也夫修道猶如播穀也成之猶收積  
也厥田雖沃水澤雖美而爲之失天時耕鋤又不至登稼被壟不穫

不刈頃畝雖多猶無獲藏本作獲非也凡夫不徒不知益之爲益也又不

知損之爲損也夫損易知而速焉益難知而遲焉人尙不悟其易安

能識其難哉夫損之者如燈火之消脂莫之見也而忽盡矣益之藏本

無此字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之藏本無此字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荅曰

無也或隨明師積功累勤便得賜以合成之藥或受祕方自行治作

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

體者也猶復不能藝文類聚十一御覽七十九引作敢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藝文類聚御覽引作質玄素二女精推

步則訪山稽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藝文類聚御覽引作烏之

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荅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

日去七十日還葬於橋山山陵原注一作後忽崩墓空無尸但劍為在焉

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

多而儒家不肖長奇怪開藏本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當作樂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勳績於不

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年期三千斯壽之過人矣若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荅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彭祖覺焉而逃去去時年七八百餘非爲死也黃

藏本有石原注一  
帝字非石作山

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冝來七八人皆歷數百歲在殷而各仙去況彭祖何冝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很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閒之必有仙道旣厚惠遺又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導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原注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擊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  
得長生哉或年老爲道而得仙者或年少爲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藏本不重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刻本作免於枯瘁者以其根莖不固不暇吐其萌

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剝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效或

滿刻本用力役體汲汲短乏者氣損之候也面無光色皮膚枯腊唇

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

始作為疾猶以氣絕之日為身喪之候也唯怨風冷與暑溼不知風

冷暑溼藏本無此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雪墮於上玄冰結於下寒風摧條而

宵駭效唾凝汗於唇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瞑煩悶

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拆



隙首頹烈火燎原而燥卉前焚龍當作籠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早也恃年紀之

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

之者豈非淫慾之閒乎抱朴子曰亦何獨斯哉然長生之要在乎還

年疑房中之道上士知之可以延年除病其次不以自伐者也若年尚

少壯而知還年疑房中服陰丹以補腦采玉液於長谷者不服藥物亦

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

傷也悲衰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沈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唾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當有起早二字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諭也雖身枯於流連之中氣絕於紈綺之閒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矇瞽以絲竹娛聾夫也

抱朴子內篇卷之十三