



全文抱朴子

丙篇
三

13
3048
3



13
3048
3

全文抱朴子內篇卷之三

吳興郡山人慎懋官

校

辯問卷第十二

十三卷

守五

或問曰若僊必可得聖人已修之矣而周孔不為之者是無此道可知也抱朴子答曰夫聖人不必僊曰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隨之俗匡將危之主扶亡微之國刊詩書撰河洛著經誥和雅頌訓童蒙應聘諸國突無疑烟席不暇爓其事則執掌罔極窮年無已亦焉能閉聰掩明內視

辯問

抱朴子內篇

卷之三

守五

反聽呼吸導引長齋久潔入水淘金登山採藥數息
思神斷穀清腸哉至於僊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大藥知守一養神之要
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黃
帝先治世而後登僊此是偶有能無之才者也古之
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僊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○
者則謂之碁聖故嚴子卿馬綬明子今有碁聖之名
焉善史書之絕時者則謂之書聖故衛協張墨于今
有書聖之名焉善刻削之尤巧者則謂之木聖故張
衛馬忠于今有木聖之名焉故孟子謂伯夷清之聖
者也柳下惠和之聖者也伊尹任之聖者也吾試推
演而論之則聖非一事夫班狄機械之聖也附庸和
緩治疾之聖也子韋其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答之曰孔子門徒達者七十二而各得聖人之一體是聖事有剖判也又云顏淵具體而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有

之明證也何爲善於道德以致神僊者獨不可謂之爲得道之聖乎苟不有得道之聖則周孔不得謂爲治世之聖乎聖既非一矣何以當責使相無乎按僊經以爲諸得僊者皆其受命偶值神僊之氣自然所稟故胞胎之其邑舍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鈔云主命原由人之吉凶修短於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僊宿則僊又

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克惡之宿如此不
可具載其較略如此爲人生本有定命張車子之說
是也苟不受神仙之命則必無好僊之心未有心不
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僊有平平許人孝而得僊
者甲雖多所鑒識而或蔽於僊乙則多所不通而偏
達其理此其非天命之所使然乎夫道家宝秘僊

弟子之中尤尚簡擇至精彌久然後告之以要訣况
於世人幸自不信不求何爲當強以語之邪旣不能
化令信之又將招喚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肯
當自徇於俗士言我有僊法乎此盖周孔所以無緣
而知僊道也且夫周孔盖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鋏履組
登壇摘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，况過於此者乎？他人之所念慮，蚤蟲之所背向，隔牆之朱紫，林下之草芥，匣匱之書籍，地中之寶藏，豐林邃藪之鳥獸，重淵洪潭之魚鱉，令周孔委曲其采色，分別其物名，經列其多少，審實其有無，未必能盡。况遠於此者乎？聖人不食則饑，不飲則渴，灼之則熱，水之則寒，槌之則痛，刃之則傷，歲久則老矣，損傷則病矣，氣絕則死矣。此是其所以與凡人無異者，甚多而所以不同者，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。

善耳亦安能無事，不無邪。既已著作，與謨安上治民，復欲使之無知，僊道長生不死，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，必謂吾非毀乎聖人，吾豈然哉！但窮盡物理耳。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，甚乎服畏其名，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。不亦笑哉！今具以迹事校之，想可以悟也。完山之鳥賣生，送死之聲，孔子不知之，便可復，謂顏回只可偏解之乎。聞太山婦

人之哭問之乃知虎食其家三人又不知此婦人何以不徙去之意須答乃悟見羅雀者純得黃口不辯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語之乃泫然流涕又疑顏淵之盜食乃假言欲祭先人卜掇塵之虛僞廝焚又不知傷人馬否顏淵後便謂之已死又周流七十餘國而不能逆知人之必不用之也而恹恹遑遑席不暇溫又不知匡人當圍之而由其道問老子以古禮禮有所不解也問鄰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識之而不

不往也見南子而不知其無益也諸若此類不可具舉但不知僊法何足恠哉又俗儒云聖人所不能則餘人皆不能則宕人水居梁母火化子伯耐至熱仲不堪酷寒左慈兵解而不死甘始休糧以經歲范軼身斫而不入驚令流乃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答之曰必不求之於明文而指空以浮言者吾便可謂周孔能振翮翻飛翱翔八極興雲致雨移山投井

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僊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官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僊之術如此則子亦將何以難吾乎亦又未必不然也靈寶經有正機平衡飛龜授秩凡三篇皆僊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囓書以

殿上不知其義故遠諮皇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僊化封之名山石函之中乃今赤雀囓之殆天授也以此論之是夏禹不久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喻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既皆有矣嗜利棄義亦無數焉聖人之太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，憂而昔有絕穀棄美，不畜妻妾，超然獨往，悟言得意，顧影含歡，漱流忘味者，又難勝記也。人情莫不愛紅顏，艷恣輕體，柔身而黃帝悅，驚醜之嫫母，陳侯伶，可憎之敦洽，人鼻無不樂香，故流黃鬱，金蘭麝蘇，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，人口無不悅甘，而周文嗜不美之菹，不以易大牢之滋味，人耳無不喜樂，而魏明好能

擊之聲，不以易絲竹之和音，人各有意，安可求此以同彼乎？周孔自偶，不信僊道，日月有所不照，聖人有所不知，其可以聖人所不為便云。天下無德是責，二光不照，覆盆之內也。

極言卷第十三

或問曰：古之僊人者，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，性篤行真，心無怨貳，乃得升堂，以入於室，或有意厭而中止，或有怨恚而造退，或

極言

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觀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弓弩者効力於發箭涉大川者保全於既濟非不達泉則猶不楫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千尺之木非旬日而長不測之淵起於汀溼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旣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况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旬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莖之據未極而冰霜之

毒交攻不知過之在已而反云道之無益故指丸散而罷吐納矣故曰非長生難也聞道難也非聞道難也行之難也非行之難也終之難也良匠能與人規矩不能使人必巧也明師能授人方書不能使人必為也夫修道猶如播穀也成之猶收積也畝田雖沃水澤雖美而為之失天時耕鋤又不至登稼被壟不獲不刈頃畝雖多猶無獲也凡夫不徒不知益之為益也又不知損之為損也夫損易知而速焉益難知而遲焉而尚不悟其易安能識其難哉夫損之者如燈火之消脂莫之見也而忽盡矣益之者如苗木之

播殖莫之覺也而忽茂矣故治身養性務謹其細不可以小益為不平而不修不可以小損為無傷而不防凡聚小所以就大積一所以至億也若能愛之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名師積功累勤便得賜以合成之藥或受秘方自行治作事不接於世言不累於俗而記著者止存其姓名而不能具知其所以得德者故闕如也昔黃帝生而能言役使百靈可謂天授自然之体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
入金谷而諮滑子論道養則資玄素一女精推步則
訪山嵇力牧講占候則詢風后著休診則受雷岐審
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
要窮道盡真遂乘龍以高躋與天地乎罔極也然按
神僊經皆云黃帝及老子奉事太乙元君以受要訣
况乎不遠彼二君者安有自得僊度世者乎未之聞
也或曰黃帝審僊者橋山之塚又何為乎抱朴子答
曰按荆山經及龍首記皆云黃帝服神丹之後龍

迎之羣臣追慕無所措思或取其几杖立廟而祭之
或取其衣冠葬而守之列僊傳云黃帝自擇亡日七
十日去七十日還葬于喬山山陵後一作忽崩墓空無
尸但劔舄在焉此諸說雖異要於為僊也言黃帝僊
者見於道書及百家之說者甚多而儒家不肯長奇
惟開異塗務於礼教而神僊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
皆生為之立廟祠又古者盛德之人身去之後臣子
刊其勲績於不朽之器而今世君長遷轉吏民思戀
而樹德頌之碑者徃徃有焉此亦黃帝有廟墓之類

也豈足以證其必死哉或人問曰彭祖八百安期三千斯壽之過人矣若果有不死之道彼何不遂僊乎豈非稟命受氣自有修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絲女從房中之術行之有効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石一作山公記云彭祖去後七十餘年門人於流沙之西見之非死明矣又彭祖之弟子青衣鳥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

而各僊去况彭祖何肯死哉又劉向所記列僊傳亦言彭祖是僊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肯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爲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狠量是天下之不應信神僊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僊道旣厚惠遺又甘心欲學不

死之事但自無明師也而為盧敖徐福輩所欺弄故不能得耳向使安期生所言無據三日三夜之中足以窮屈則始皇必將烹者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僊也或但知服草藥而不知還年一作勞中之要術則終無父生之理也或不撓帶神符行禁戒思身神守真一則正可內令疾不起風濕不犯耳若卒有惡鬼強邪山精水毒害之則便死也或不得入山之法令山神為之作禍則妖

異試之猛獸傷之溪毒擊之蛇螫螫之致多死事非一條也或修道晚暮而先自損傷已深難可補復補復之益未得根據而疾隨復作所以剋伐之事亦何緣得長生哉或年老為道而得僊者或年少為道而不成者何哉彼雖年老而受氣本多受氣本多則傷淺傷淺則易救易救故得成僊也此雖年少而受氣本少受氣本少則傷深傷深則難救難救故不成僊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理之既淺又未得又乍刻乍剝或搖或拔雖壅以膏壤浸以春澤猶不免於枯瘁

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剝據乎摧拔也濟之者鮮
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憊用方役
體汲汲短乏者氣損之候也面無光色皮膚枯暗唇
焦脉白腠理萎瘁者血滅之證也二證旣衰於外則
靈根亦彫於中矣如此則不得上藥不能救也凡爲
道而不成營生生得死者其人非不有氣血也然身

中之所以爲氣爲血者根源已喪但餘其枝流也譬
猶入水之燼火滅而烟不卽息旣斷之木柯葉猶生
二者非不有烟非不有葉而其所以爲烟爲葉者已
先亡矣世人以覺病之日始爲已病以絕氣之日爲
身喪之候也唯怨風冷與暑濕不知風冷暑濕不能
侵壯實之人也但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
又等但造沙漠之地並冒嚴寒之夜素雪墮於上玄
水結於下寒風摧條而宵駭欬唾凝珠於唇吻則其
中將有獨中冷者而不必盡病也非冷氣之有偏人

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噐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獨昏瞋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抱隙者類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

服草木可以差於常人不能延其太限也故僊經曰養生以不傷爲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其非色欲之間乎抱朴子曰亦何獨斯哉然長生之要在乎還年之道上士知之可以延年除病其次不以自伐者也若年尚少壯而知還年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僊耳而不得其術者古人方之於水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

又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卽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又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癰不欲甚勞甚逸不欲起脫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寒夏不欲窮

涼不露卧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辣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又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鈍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，不足喻也。雖身枯於流連之中，氣絕於統綺之間，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。

勤求卷第十四

抱朴子曰：天地之大德曰生，生好物者也是。以道家之所至，長生之方秘而重者，莫過乎也。故歃血誓盟，乃傳傳，非其人戒在天罰，先師不敢以輕行授人。求人求之，至勤者猶當揀選，至惰者乃教之。况乎不好不求，求之不篤者，安可自銜沾以告之哉？其受命不

按乎也當作此

勤求

應僊者，雖曰見僊人成群在世，猶必謂彼自異種人，天下別有此物，或呼為鬼魅之變化，或云偶值於自然，其有肯謂修為之所得哉？苟所不信，雖令赤松王喬言提其耳，亦當指以為妖訛。然時頗有識信者，復患於不能勤求明師。夫曉至要，得真道者，誠自甚稀，非倉卒可值也。然知之者，但當少耳，亦未嘗絕於世也。由求之者不廣，不篤有僊命者，要自當與之相值也。然求而不得者，有矣。未有不求而得者也。世間自有好偽圖錢之子，而竊道士之號者，不可勝數也。然此等復不肯謂挺無所知也，皆復粗開頭角，或妄沾

名加之以伏邪飾偽而好事之徒不識其真偽者徒
多之進問自取誑惑而拘制之不令得行廣尋奇士
異人而告之曰道盡於此矣以誤於有志者之不少
可歎可悲也其或間有曉消五雲飛八石轉九丹治
黃白水瓊一作瑾花朱碧凝霜雪於神爐採靈芝於
嵩岳者則多而毀之曰此法獨有赤松王喬知之今
世之人而云知之者皆虛妄耳則淺見之家不覺此
言有詐偽而作便息遠求之意悲夫可為慨歎者也
凌巖颺飛暫少忽老迅速之甚喻之無物百年之壽
三萬餘日耳幼弱則未有所知衰邁則歡樂並廢童

蒙昏耄除數十年而險隘憂病相尋代有居世之年
略消其半計定得百年者喜笑平和則不過五六十
年咄嗟滅盡哀憂昏耄六七千日耳顧眴已盡矣况
於全百年者萬未有一乎諦而念之亦無以笑彼夏
虫朝菌也蓋為不知道者之所至悲矣俚語有之人
在人間日失一日如牽牛羊以詣屠所每進一步而
去死轉近此譬雖醜而實理也達人所以不愁死者
非不欲求亦固不知所以免死之術而空自焦愁無
益於事故云樂天知命故不憂耳非不欲久生也姬
公請代武王仲尼曳杖悲懷是知聖人亦不樂速死

矣俗人見莊周有大夢之喻因復競共張齊死生之論蓋詭道強達陽作違抑之言皆仲尼所為破律應煞者也今察諸有此談者被疾病則遽針灸且危險則甚畏死然末俗通弊不崇真信背典誥而治子書若不吐反理之巧辨者則謂之朴野非老莊之學故無骨殖而取偶俗之徒遂流漂於不然之說而不能自返也老子以長生久視為業而莊周貴於搖尾塗中不為被網之龜被綉之牛餓而求粟於何侯以此知其不能齊死生也晚學不能考校虛實偏據一句不亦謬乎且夫深入九泉之下長夜罔極始為鑿

之糧終與塵壤合體令人怛然心熱不竟咄嗟若必有求生之志何可不棄置不急之事以修玄妙之業哉其不信則已矣其信之者復患於俗情之不蕩盡而不能專以養生為意而營世務之餘暇而為之所以或有為之者恒病晚而多不成也凡人之所汲上者勢利嗜欲也苟我身之不全雖高官重權金玉成山妍艷萬計非我有也是以上士先營長生之事長生定可以任意若未昇玄去世可且地行人間若彭祖老子止人中數百歲不失人理之權然後徐登遐亦盛事也然決須好師不足奉亦無由成也昔

漢太后從夏侯勝受尚書賜勝黃金百斤他物不可
 勝數及勝死又賜勝家錢二百萬為勝素服一百日
 成帝在東宮時從張禹受論語及卽尊位賜禹爵關
 內侯食邑千戶拜光祿大夫賜黃金百斤又遷丞相
 進爵安侯年老乞骸骨賜安車駟馬黃金百斤錢數
 萬及禹疾天子自臨省之親拜禹牀下章帝在東宮
 時從桓榮以受孝經及帝卽位以榮為太常少卿天
 子幸榮第令榮東面坐設几杖會百官及榮門生子
 姪數百人帝親自持業講說賜榮爵關內侯食邑五
 千戶及榮病天子幸其家入巷下車抱卷而趨如帝

子之禮及榮薨天子為榮素服凡此諸君非能攻城
 野戰折衝拓境懸旌効節一作折連方轉元功一作中銳
 絕域也徒以一經之業宣傳章句而見尊重巍巍如
 此此但能說死人之餘言耳帝王之貴猶自卑降以
 敬事之世間或有欲試修長生之道者而不肯謙下
 於堪師者直爾躐迹從末至要寧可得乎夫學者之
 恭遜驅走何益於師之分寸乎然不爾則是彼心不
 盡彼心不盡則令人告之不力告之不力則秘訣何
 可悉得邪不得已當以浮淺示之豈足以成不死之
 功哉亦有人皮膚好喜而信道之誠不根心神有所

索取陽爲曲，茶累日之間，怠慢已出。若值明智之師，且欲詳觀來者，意態試以淹久，故不告之以測其志。則若此之人，情僞行露，亦終不得而教之。教之亦不得盡言，吐實言不盡，則爲之無益也。陳安世者，年十三歲，蓋灌叔本之客子耳。先得僊道，叔本年七十皓首，朝夕拜安世曰：「道尊德貴，先得道者則爲師矣。吾不敢倦執弟子之禮也。」由是安世告之要方，遂得僊去矣。夫人生先受精神於天地，後稟氣血於父母，然不得明師告之，以度世之道，則無由免死。鑿石有餘燭，年命已彫頹，由此論之，明師之恩誠爲過於天地。

重於父母多矣，可不崇之乎？可不求之乎？抱朴子曰：古人質直，貴行賤言，故爲政者不尚文，辨修道者不崇辭說，風俗衰薄，外飾彌繁。方策旣山，積於儒門而內書亦鞅掌於術家。初學之徒，卽未便可授以大要，又亦人情以本末殷富者爲快，故後之知道者，于吉容高桂帛，諸家各著千數篇，然率多教誡之言，不肯爲人開顯大趨向之指歸也。其指真之訣，或但口傳，或不過尋尺之素，在領帶之中，非隨師經久累勤歷試者，不能得也。猥雜弟子，皆各隨其用心之踈密，履苦之久遠，察其聰明之所逮，及志力之所能辦，各有

所授千百歲中時有盡其囊枕之中肘腋之下秘要
之旨耳或但將合成藥以分之足以使之不死而已
而終年不以其方文傳之故世之道士知金丹之事
者萬無一也而管見之屬謂僊法當具在於紛若之
書及於祭祀拜伏之間而已矣夫長生制在大藥耳
非祠醮之所得也昔秦漢二代大興祈禱所祭太乙
五神陳寶八僊之屬動用牛羊穀帛錢費億萬了無
所益况於匹夫德之不備體之不養而欲以三牲酒
餼祝願鬼神以索延年惑亦甚矣或頗有好事者誠
欲爲道而不能勤求名師合作異藥而但晝夜誦誦

不要之數千百卷諸老無益便謂天下果無僊法或
舉門扣頭以向空坐烹宰犧牲燒香請福而病者不
能愈死喪相襲破產竭財一無其効終不悔悟自謂
未篤若以此之勤求知方之師以此之費給買藥秘
術之直者亦必得神僊長生度世也何異誦老空耕
石田而望千倉之收用力雖勤不得其所也所謂適
楚而道燕馬雖良而不到非行之不疾然失其道也
或有性信而喜信人其聰明不足以校練真僊揣測
深淺所博涉素狹不能賞物後世頑淺趣得一人自
譽之子云我有秘書便守事之而庸人小兒多有外

託有道之名名過其實由於誇誑內抱貪濁惟利是圖有所請爲輒強暗鳴俛仰抑揚若所知寶秘之深而不可得之狀其有請從其所求俛仰含笑或許以項後故使學者欲罷而不能自謂事之未勤而禮幣之尚輕也於是篤信之心尤如恭肅賂以珠玩爲之執奴僕之役不辭負重涉遠不避經險履危欲以積勞自効服苦求哀庶有異聞而虛引歲月空委二親之供養捐妻子而不卹戴霜蹈冰連年隨之而妨資棄力卒無所成彼初誠欺之未或慙之情然體中實自空罄短乏無能法以相教將何法以成人乎余自

見此輩不少可有十餘人或自號高名又居於世世或謂之已三四百歲但易名字詐稱聖人託於人間而多有承事之者余但不喜書其人之姓名耳頗游俗間凡夫不識妍蚩爲共稱揚增長妖妄爲彼巧僞之人虛生華譽歛習遂廣莫能甄別故或令高人偶不留意澄察而但任兩耳誤於學者常由此輩莫不使人歎息也每見此曹欺誑天下以規勢利者遽速皆受殃罰天網雖疎終不漏也但誤有志者可念耳世人多逐空聲數能校實聞甲乙多弟子至以百許必當有異便載馳競逐赴爲相聚守之徒妨工夫以

崇重彼愚陋之人也而不復尋精彼得門人之力或
 以致富辨逐之雖久猶無成人之道愚夫故不知此
 人不足可事何能都不與悟自可悲哉夫搜尋伺之
 壘求于天之木漉牛迹之中索吞舟之鱗用日雖久
 安能得乎嗟乎將來之學者雖當以求師為務亦不
 可以不詳擇為急也陋狹之夫行淺德薄功微緣少
 不足成人之道亦無功課以塞人重恩也深思其趣
 勿令徒勞也抱朴子曰諸虛名之道士既善為誑詐
 以欺學者又多護短畏愚耻於不知陽若博涉已足
 終不肯行求請問於勝已者蠢爾守窮面墻而立又

不也然而已乃復憎忌於實有道者而謗毀之恐
 彼聲名之過已也此等豈有意於長生之法哉為欲
 以合致弟子圖其財力以快其情欲而已耳而不知
 天高聽卑其後必受斯殃也夫貧者不可妄云我富
 也賤者不可虛云我貴也况道德之事實無而空養
 門生弟子乎凡俗之人猶不宜懷如善之心况於道
 士尤應以忠信快意為生者也云何當以此之傲然
 函曾臆問乎人自不能聞見神明而神明之聞見已
 之甚易也此何異乎在紗幌之外不能察軒房之內
 而肆其倨慢謂人之不見已此亦如竊鍾振物鏗然

有聲惡他人聞之因自掩其耳者之類也而龍蠶之
存乎精神者唯欲專擅華名獨聚徒衆外求聲價內
規財利患疾勝已乃劇於俗人之爭權勢也遂以唇
吻爲刃鋒以毀譽爲朋黨口親心踈貌合行離陽敦
同志之言陰挾蜂蠆之毒此乃天人所共惡招禍之
符檄也夫讀五經猶宜不耻問下以進德修業日有
緝熙至於射御之麤伎數書之淺功農桑之露事規
矩之小術尚須師授以盡其理况營長生之法欲以
延年度世斯與救卹死事無異也何可務惜請受之
名而求受無知之困至老不改臨死不悔此亦天民

之篤暗者也令人代之慙慙爲之者獨不顧形影也
爲儒生尚當兀然守朴外託質素知而如否有而如
無令庸兒不得盡其稱而不問不對對必辭讓而後
言何其爲道士之人強以不知爲知以無有爲有虛
自銜燿以圖奸利者乎迷而不知返者愈以遂徃若
有以行此者想不耻故也吾非苟爲此言誠有爲而
興所謂疾之而不能默然也徒愍念慮人不忍見嬰
兒之投井不御苦口其危至矣不俟脉診而可知者
也抱朴子曰設有死罪而人能救之者必不爲之吝
勞辱而憚卑辭也必獲生生之功也今雜猥道士之

輩不得金丹大法必不得長生可知也雖治病有起死之効絕穀則積年不饑役使鬼神坐在立亡瞻視千里知人盛衰發沉祟於幽翳知禍福於未萌猶無益於年命也尚羞行請求耻事先達是惜一日之屈而甘罔極之庸是不見事類者也古人有言曰生之於我利亦大焉論其貴賤雖爵為帝王不足以此法比焉論其輕重雖富有天下不足以此術易焉故有死王樂為生鼠之喻也夫治國而國平治身而身生非自至也皆有以致之也惜短乏之虛名耻師授之蹇勞雖曰小愚吾不信也今使人免必死而就戮刑

者猶欣然喜於去重而即輕脫炙爛而保視息其其苦痛過於更生矣人但莫知當死之日故不慙憂耳若誠知之而刑剗之事可得延期者必將為之况但躬親灑掃執巾竭力於勝已者可以見教不死之道亦何足為苦而蔽者憚焉假令有人耻迅走而待野火之燒爇羞逃風而致沉溺於重淵者世必呼之為不曉事也而咸知笑其不避災危而莫恠其不畏債禍何哉抱朴子曰昔者之著道書多矣莫不務廣浮巧之言以崇玄虛之旨未有究論長生之階徑箴破為道之病痛如吾之勤勤者也實欲令迷者知反失

之東隅收之桑榆墜并引綆愈於遂沒但惜養危病
而與惡石者不可如何耳人誰無過過而能改日月
之蝕晞顏氏之子也又欲使將來之好生道者審於
所託故竭其忠告之良謀而不飾淫麗之言言發甚
指切筆不覺辭痛惜在於長生而折抑邪耳何所索
哉抱朴子曰深念學道藝養生者隨師不得其人竟
無所成而使後之有志者見彼之不得長生因云天
下之果無僊法也凡欲度生必不能苦身約己以修
玄妙者亦徒進失干祿之業退無難老之功內誤其
身外沮將來也僊之可學致如黍稷之可播種得甚

烟然耳然未有不耕而獲嘉禾未有不勤而獲長生
度世也

雜應卷第十五

守七

或曰敢問斷穀可以長生乎凡有幾法何者最善與
抱朴子答曰斷穀止可省穀糧之費不能獨令人長
生也問諸曾斷穀積久者云差少病痛勝於食穀時
其服水及餌黃精及禹餘糧日再服久令人多氣力
堪負檐遠行身輕不極其服諸石藥一服守之十年
五年者及吞氣服符飲神水輩但為不饑耳體力不
任勞也道書雖言欲得長生腸中當清欲得不死腸

中無滓又云食草者善走而愚食肉者多力而悍食穀者智而不壽食氣者神明不死此乃行氣者一家之偏說耳不可便孤用也若欲服金丹大藥先不食百許日爲快若不能者正爾服之但得僊小遲耳無大妨也若遭世荒飲窟山林知此斷穀法者則可以不餓死其不然也則無急斷無可大益又止人中斷肉聞肥鮮之氣皆不能不有欲之中心若未絕俗委家巖棲岫處者固不成遂體五味無致自苦不如莫斷穀而節量饑飽近有一百許法或服守中石藥數十丸便辟四五十日不饑練松栢及水亦可以守中

但不及大藥久不過十年以還或辟一百二百日或須日日服之乃不饑者或先作美食極飽乃服藥以養所食之物令不消化可辟三年欲還食穀當以葵子猪膏下之則所作美食皆下不壞如故也洛陽有道士董威輩常止白社中不食陳子叙共守事之從學道積久乃得其方云日甘草防風壳實之屬十許種搗爲散先服方寸匕乃吞石子大如雀卵十二枚足辟百日輒更服散氣力顏色如故也欲還食穀者當服葵子湯下石子乃可食耳又赤龍血青龍膏作之用丹砂曾青水以石內其中復須更石柔而可

食也若不卽取便消爛盡也食此石以口取飽令人
下壯又有引石散以方寸七投一斗白石子中以水
合煮之亦立熟如芋子可食以當穀也張太玄舉家
及弟子數十人隱居林其山中以此法食石十餘年
皆肥健但爲瀕得白石不如赤龍血青龍膏取得石
便可用又當煮之有薪火之煩耳或用符或用水或
符水兼用或用乾棗日九枚酒一二升者或食十二
時氣從夜半始從九九至八八七七六六五五而止
或春向東食歲星青氣使入肝夏服熒惑赤氣使入
心四季之月食鎮星黃氣使入脾秋食太白白氣使

入肺冬服辰星黑氣使入腎又中岳道士郗元節食
六戊之精亦大有効假令甲子之旬有戊辰之精則
竟其旬十日常向辰地而吞氣到後甲復向其旬之
戊也甘始法召六甲六丁玉女各有名字因以祝水
而飲之亦可令牛馬皆不饑也或思脾中神名名黃
裳子但合口食內氣此皆有真効余數見斷穀人三
年二年者多皆身輕色好堪風寒暑溫大都無肥者
耳雖未見數十歲不食者然人絕穀不過十許日皆
死而此等已積載而自若亦何疑於不可大久乎若
令諸絕穀者轉羸極常慮之恐不可久耳而問諸爲

之者無不初時少氣力而後稍丁健月勝一月歲勝
一歲正爾可久無嫌也夫長生得道者莫不皆由服
藥吞氣而達之者而不妄也夫服藥斷穀者畧無不
先極也但用符水及單服氣者皆四十日中疲瘦過
此乃健耳鄭君云本性飲酒不多昔在銅山中絕穀
二年許飲酒數斗不醉以此推之是爲不食更令人
耐毒耐毒則是難病之候也余因此問山中那得酒
鄭君言先醱好雲液勿壓漉因以桂附子甘草五六
種末合丸之曝乾以一九如雞子許投一斗水中立
成美酒又有黃帝雲液泉法以蘖米及七八種藥合

之取一升輒內一水中如千歲苦酒之內水也無知
盡時而味常好不變飲之大益人又符水斷穀雖先
令人羸然宜無知者倘卒遇荒年不及合作藥物則
然水爲上矣有馮生者但單吞炁斷穀已三年觀其
步履登山檐一斛許重終日不倦又時時引弓而略
不言語言語又不肯大聲問之云斷穀亡精費氣最
大忌也余亦屢見淺薄道士輩爲欲虛曜竒恠招不
食之名而實不知其道但虛爲不啖羨飯耳至於飲
酒日中斗餘脯腊糝糲粟雞子之屬不絕其口或
大食肉而咽其汁吐其滓終日經口者數十斤此直

是更作美食矣凡酒客但飲酒食脯而不食穀皆自
堪半歲一歲而不覺頓矣未名絕穀耳吳有道士石
春每行氣為人治病待病者之愈或百日或十日乃
食吳景帝問之曰此但不久必當饑死也乃召取鎖
閉令人備守之春但求三三升水如此一年餘春顏
色更鮮悅氣力如故景帝問之可復堪幾時春言無
限可數十年但恐老死耳不憂饑也乃罷遣之按如
春言是為斷穀不能延年可知也今時亦有得春之
法者或問不寒之道抱朴子曰或以立冬之日服六
丙六丁之符或閉口行五火之炁千二百遍則一二

月中不寒也或服太陽酒或服紫石英米漆散或先
服雄丸一後服雌丸別本先雌後雄亦可堪一日一夕不
寒也雌丸用雌黃曾青礬石磁石也雄丸用雄黃丹
砂石膽也然此無益於延年之事也或問不熱之道
抱朴子曰或以立夏日服六壬六癸之符或行六癸
之炁或服玄水一作之丸或服飛霜之散然此用籥
丘上木皮及五月五日中午時北行黑蛇血故少有得
之者唯幼伯子王仲都此二人衣以重裘曝之
於夏日之中周以十二爐之火口不稱熱身不流汗
蓋用此方者也或問辟五兵之道抱朴子曰吾聞吳

文皇帝曾從介先生受要道云但知書北斗字及日月字便不畏白刃帝以試左右數十人常為先登鋒陷陣皆終身不傷也鄭君云但誦五兵名亦有驗刀名大房虛星主之弓名曲張氏星主之矢名祛徨熒志星主之劍名大傷角星主之弩名遠望張星主之戟名大將軍參星主之也臨戰時常細祝之或以五月五日作赤靈符著心前或丙午日日中時作燕君龍虎二囊符歲符歲易之月符月易之日符日易之或佩西王母兵信之符或佩熒惑朱雀之符或佩南極錄金之符或戴却刃之符祝融之符或傳玉札散

或浴禁葱湯或取牡荊以作六陰神將符符指敲人或以月蝕時刻三千歲蟾蜍喉下有八字者血以書所持之刀劍或帶武威符螢火丸或交鋒刃之際乘魁躡呼四方之長亦有明効今世之人亦有得禁辟五兵之道徃徃有乏或問隱淪之道抱朴子曰神道有五坐在立亡其數焉然無益於年命之事但在人間無故而為此則致詭恠之聲不足妄行也可以備兵亂危急不得已而用之可以免難也鄭君云服大隱符十日欲隱則左轉欲見則右回也或以玉粉丸塗人身中或以蛇足散或懷離母之草或折青龍

之草以伏六丁之下或入竹田之中而執大樞之壤
或造河龍石室而隱雲蓋之陰或伏清冷之淵以過
幽闕之徑或乘天一之馬以遊紫房或登天一之明
堂或入玉女之金匱或背輔向官立三蓋之下或投
巾解履文缺膽煎及而衣符子居蒙象一作人清液桂梗
六甲父母僻側之膠馱馬泥丸木鬼之子金商之艾
或可為小兒或可為老翁或可為鳥或可為獸或可
為草或可為木或可為六畜或依木成木或依石成
石依水成水依火成火此所謂移形易貌不能多隱
者也或問魏武帝曾收左元放而桎梏之而得自然

解脫以何法乎抱朴子曰吾不能正知左君所施用
之事然歷覽諸方書有月三服薏苡子和用三五陰
丹或以偶牙陽胞或以七月七日東行跳脫虫或以
五月五日石上龍子單衣或以夏至日霹靂掇或以
天文二十一字符或以自解去父血或以王子餘糧
或食山君目河伯餘糧浮雲滓以塗之皆自解然左
君之變化無方未必由此也自用一甲變化其真形
不可得執也或問曰為道者可以不病乎抱朴子曰
養生之盡理者既將服神藥又行氣不懈朝夕導引
以宣動榮衛使無輟閔加之以房中之術節量飲食

不犯風濕不患所不能如此可以不病但患居人間者志不得專所修無恒又苦懈怠不勤不得不有瘵疾耳若徒有信道之心而無益已之業年命在孤虛之下體有損傷之危則三尸因其衰月危日入絕命病鄉之時招呼邪氣妄延鬼魅來作殃害其六危並會三刑同方者其災必大其尚盛者則生諸疾病先有瘵患者則令發動是以古之初爲道者莫不兼修醫術以救近禍焉凡庸道士不識此理恃其所聞者大至不關治病之方又不能絕俗幽居專行內事以却病痛及病無以攻療乃更不如凡人之專湯藥者

所謂進不得邯鄲之步退又渾漫陵之義者也余見戴霸華陀所集金匱綠囊崔中書黃素方及百家雜方五百許卷甘胡呂付周始甘唐通阮南河等各撰集暴卒備急方或一百十或九十四或八十五或四十六世人皆爲精悉不可加也余究而觀之殊多不備諸急病其尚未盡又渾漫雜錯無其條貫有所尋按不即可得而治卒暴之候皆用貴藥動數十種自非富室而居京都者不能素儲不可卒辦也又多令人以針治病其灸法又不明處所分寸而但說身中孔穴榮衛之名自非舊醫備覽明堂流注偃側圖者

安能曉之哉余所撰百卷名曰玉函方皆分別病名以類相續不相雜錯其九十三卷皆單行徑易籙陌之間顧盼皆藥衆急之病無不畢備家有此方可不用醫醫多承襲世業有名無實但養虛聲以圖財利寒白退士所不可得使使之者乃多誤人未若自閑其要勝於所迎無知之醫醫又不可卒得得又不肯即爲人使使膝理之微疾成膏肓之深禍乃至不救且暴急之病而遠行借問率多枉死矣或問將來吉凶安危去就知之可前審爲有道乎抱朴子曰仰觀天文俯察地理占風氣布籌筭推三繫步九宮陰

卦考飛伏之所集詆訛於物類占休咎於龜策皆下術常伎疲勞而難恃若乃不出帷幕而見天下乃爲入神矣或以三皇天文召司命司危五岳之君阡陌亭長六丁之靈皆使人見之而對問以諸事則吉凶昭然存諸掌無遠近幽深咸可先知也或召六陰玉女其法六十日而成成則長可役使或祭致八史八史者八卦之精也亦足以預識未形矣或服葛花及秋芒麻勃刀圭方寸七忽然如欲卧而聞人語之以所不覺之事吉凶立定也或用明鏡九寸以上自照有所思存七日七夕則見神僊或男或女或老或

少一示之後心中自知千里之外方來之事也明鏡
或用一或用二謂之日月鏡或用四謂之四規四規
者照之時前後左右各施一也用四規所見來神甚
多或縱目或乘龍駕虎冠服彩色不與世同皆有經
圖欲修其道當先暗誦所當致見諸神姓名位號識
其衣冠不爾則卒至而忘其神或能驚懼則害人也
為之率欲得靜漠幽閑林麓之中外形不經目外聲
不入耳其道必成也二童九女節壽君九首蛇軀百
二十官雖來勿得熟視也或有問之者或有訶怒之
者亦勿答也或有侍從曄曄力士甲卒乘龍駕虎籊

誦嘯嘯勿舉目與言也但諦念老君真形老君真形
見則起再拜也老君真形者思之姓李名聃字伯陽
身長九尺黃色身嘴隆鼻秀眉長五寸耳長七寸額
有三理上下徹足有八卦以神龜為牀金樓玉堂白
銀為階五色雲為衣重疊之冠鋒鋌之劍從黃童百
二十人左有十二青龍右有二十六白虎前有二十
四朱雀後有七十二玄武前道十二窮竒後從三十
六辟邪雷電在上是是是此事出於僊經中也見
老君則年命延長心如日月無事不知也或問堅齒
之道抱朴子曰能養以華池浸以醴液清晨建齒三

百過者水不搖動其次則含地黃煎或含玄膽湯及
 蛇脂丸礬石丸九棘散則已動者更牢有重者即愈
 又服靈飛散者則可令既脫者更生也或問聰耳之
 道抱朴子曰能龍導虎引熊經龜咽鸞飛蛇屈鳥伸
 天俛地仰令赤黃之景不去洞房猿據兔驚千二百
 至則聰不損也其既聾者以玄龜薰之或以棘頭羊
 糞桂毛雀桂成裏塞之或以狼毒治葛或以附子葱
 涕合內耳中或以蒸鯉魚腦灌之皆愈也或問明目
 之道抱朴子曰能引三焦之昇外一作景召大火於南
 離洗之以明日熨之以陽光及燒丙丁洞視符以酒

和洗之古人曾以夜書也或苦酒煮蕪菁子令熟曝
 乾未服方寸七日三盡一斗能夜視有見矣或以犬
 膽煎青羊班鳩石决明充蔚百花散或以雞舌香黃
 連孔汁煎注之諸有百疾之在目者皆愈而更加精
 明倍常也或問登峻涉險遠行不及之道抱朴子曰
 惟服食大藥則身輕力勁勞而不疲矣若初入山林
 體未全實者宜以雲珠粉百華醴玄子湯洗脚及虎
 膽丸朱明酒天雄鶴脂丸飛廉煎秋亡車前澤瀉散
 用之旬日不但涉遠不極乃更令人行疾可三倍於
 常也若能乘蹻者可以周流天下不拘山河凡乘蹻

道有三法一曰龍躡二曰虎躡三曰鹿盧躡或服符
精思若欲行千里則以一時思之若晝夜十二時思
之則可以一日一夕行萬二千里亦不能過此過此
當更思之如前法或用棗心木為飛車以牛革結還
劍以引其機或存念作五蛇六龍三牛交罡而乘之
止昇四十里名為太清太清之中其氣甚罡劉龍勝
人也師言為飛轉高則但直舒兩翅子不復扇搖之
而自進者漸乘劉炁故也龍初昇階雲其上上行四十
里則自行矣此言出於僊人而留傳於世俗耳實非
凡人所知也又乘躡須長齋絕葷菜斷血食一年之

後乃可乘此三躡耳雖復服符思五龍躡行最遠其
餘者不過千里也其高下去留皆自有法勿得任意
耳若不奉其禁則不可妄乘躡有傾墜之禍也或曰
老子篇中記及龜文經皆言藥兵之後金木之年必
有大疫萬人餘一敢問避之道抱朴子曰僊人入瘟
疫秘禁法思其身為五玉五玉者隨四時之色春色
青夏赤四季月四季或作六月黃秋白冬黑又思冠金巾思
心如炎火大如斗則無所畏也又一法思其髮散以
被身一髮端輒有一大星綴之又思作七星北斗以
魁覆其頭以罡指前又思五臟之氣從兩目出周身

如雲霧肝青氣肺白氣脾黃氣腎黑氣心赤氣五色
 紛錯則可與疫病者同狀也或禹步呼直日玉女或
 閉氣思曰士操千斤鎚百二十人以自衛或用射鬼
 丸赤車使者九冠軍九徐長卿名散玉丞精粉青
 牛道士熏身九雀一作雀文黃一作星散草玉酒黃庭九
 皇倫老子領中符赤鬚子桃花符皆有良効者也

黃白卷第十六

抱朴子曰神僊經黃白之方二十五卷千有餘首黃
 者金也白者銀也古人秘重其道不欲指斥故隱之
 云爾或題篇云庚辛亦金也然率多深微難知其可

解分明者少許爾世人多疑此事為虛誕與不信神
 僊者正同也余昔從鄭公受九丹及金銀液經因復
 受黃白中經五卷鄭君言曾與左君於廬江同山中
 試作皆成也然而齊紫禁忌之辛苦與金丹神僊藥
 無異也俗人多譏余好攻異端謂予為趣欲通天下
 之不可通者余亦何為然哉余若此欲以董事騁辭
 章於來世則余所著外篇及雜文二百餘卷足以寄
 意於後代不復須此且此內篇皆直語耳無藻飾也
 余又知論此曹事世人莫不呼為迂濶不急未若論
 俗間切近之理可合衆心也然余所以不能已於斯

事知其不入世人之聽而猶論著之者誠見其効驗
又所承授之師非妄言者而余貧苦無財力又遭多
難之運有不巳之無賴無以道路梗塞藥物不可得
竟不遑合作之余今告人言我曉作金銀而躬自饑
寒何異自不能行而賣治瘴之藥求人信之誠不可
得然理有不如意亦不可以一槩斷也所以勤勤綴
之於翰墨者欲令將來好奇賞真之士見余書而見
論道之意耳夫變化之術何所不為蓋人身本見而
有隱之之法鬼神本隱而有見之之方能為之者往
往多焉水火在天而取之以諸一鉛性白也而赤之

以為丹丹性赤也而白之而為鉛雲雨霜雪皆天性
之氣也而以藥作之與真無異也至於飛走之屬蠕
動之類稟形造化既有定矣及其倏忽而易舊體改
更而為異物者千端萬品不可勝論人之為物貴性
最靈而男女易形為鶴為石為虎為猿為砂為天又
不少焉至於高山為淵深谷為陵此亦大物之變化
變化者乃天地之自然何為嫌金銀之不可以異物
作乎譬諸陽燧所得之火方諸所得之水與常水火
豈有別哉蛇之成龍茅糝為膏亦與自生者無異也
然其根源之所緣由皆自然之感致非窮理盡性者

不能知其指歸非原始見終者不能得其情狀也狹
觀近識臣梏巢穴揣淵妙於不測推神化於虛誕以
周孔不說墳籍不載一切謂為不然不亦陋哉又俗
人以劉向作金不成便云天下果無此道是見田家
或遭水旱不收便謂五穀不可播殖得也成都內史
吳大文博達多知亦自說昔事道士李根見根煎鉛
錫以少許藥如大豆者投鼎中以鐵匙攪之冷即成
銀大文得其秘方但欲自作百日齋便為之而留連
在宮竟不能得恒歎息言人間不足處也又桓君山
言漢黃門即程偉好黃白術娶妻得曰友家女偉當

從焉出而無時衣甚憂妻曰請致兩端縑緜即無故
而至前偉相枕中鴻寶作金不成妻乃往視偉備左
扇炭燒甯甯中有水銀妻曰吾欲試相視一事乃出
其囊中藥少少投之食頃發之已成銀偉大驚曰道
近在汝處而不早告我何也妻曰得之須有命者於
是偉日夜說誘之賣田宅以供美食衣服猶不肯告
偉偉乃與伴謀槌笞伏之妻輒告偉言道必當傳得
其人得其人道路相遇輒教之如非其人口是而心
非者雖寸斷支解而道猶不出也偉逼之不止妻乃
發狂裸而走以泥自塗遂卒近者前廬江太華令思

高才達學洽聞之士也而事之不經者多所不信後
有道士說黃白之方乃試令作之云以鐵器銷鎔以
散藥投中卽成銀又銷以他藥投之乃作黃金又從
此道士學徹視之方行之未百日夜卧卽便見天文
及四隣了了不覺復有屋舍籬障又妾名瑤華者已
死乃見形與之言語如平生又祭廟聞廟神答其拜
狀似動有聲令思乃嘆曰世間乃定無所不有五經
雖不載不可便以意斷也然不聞方伎者卒聞此亦
焉能不驚恠邪又黃白術亦如合神丹皆須齋潔百
日已上又當得閑解方書意合者乃可為之非濁穢

之人及不聰明人希涉術數者所辨作也其中或有
湏口訣者皆宜師授又宜入於深山之中清潔之地
不欲令凡俗愚人知之而劉向於宮中作之使宮人
供給其事必非齋潔者又不能斷絕人事使不來往
也如此安可得成哉桓譚新論曰史子心見署為丞
相史官架屋發吏卒及官奴婢以給之作金不成丞
相自以力不足又白傅太后不復利於金也聞金成
可以作延年藥又甘心焉乃除之為郎舍之北宮中
使者待遇寧有作此神方可於宮中而令凡人雜錯
共為之者哉俗間染繒練尚不欲使雜人見之見之

卽境况黃白之變化乎凡事無巨細皆宜得要若不
得其法妄作酒漿醬醋羨臚猶不成况大事乎余曾
諮於鄭君曰老君云不貴難得之貨而至治之世皆
投金於山捐玉於谷不審古人何用金銀為貴而遺
其方也鄭君答余曰老君所云謂夫披沙剖蚌傾山
漉淵不遠萬里不慮壓溺以求珍玩以妨民時不知
止足以飾無用反欲為道志求長生者復兼商賈不
敦信讓浮深越險乾沒逐利不恤驅命不修寡欲者
耳至於真人作金自欲餌服之致神僊不以致富也
故經曰金可作也世可度也亦亦可餌服但不及金

耳余難曰何不餌世間金銀而化作之作之則非真
非真則詐僞也鄭君答余曰世間金銀皆善然道士
率皆貧故諺云無有肥僊人富道士也師徒或十人
或五人亦安得金銀以供之乎又不能遠行採取故
宜作也又化作之金乃是諸藥之精勝於自然者也
僊經云丹精生金此是以丹作金之說也故山中有
丹砂其下多有金且夫作金成則為真物中表如一
百煉不減故其方曰可以為釘明其堅勁也此則得
夫自然之道也故苟能之何謂之詐乎詐者謂以曾
青塗鐵鐵赤色如銅以雞子白化銀銀黃如金皆外

變而內不化也。夫芝菌者自然而生，而僊經有以五石五木種芝，芝生取之，亦與自然之芝無異。俱令人長生，此亦作金之類也。雉化為鴈，雀化為蛤，與自然者正同。故僊經曰：流珠九轉，父不語子化，為黃白自然相使。又曰：朱砂為金服之，昇僊者上士也。茹芝導引咽氣，長生者中士也。飧食草木千歲以還者，下士也。又曰：金銀可自作，自然之性也。長生可學，得者也。玉牒記云：天下悠悠皆可長生也，患於猶豫故不成耳。疑水銀為金，可中釘也。銅柱經曰：丹砂可為金，河車可作銀，立則可成，成則為真。子得其道，可以僊身。

黃山子曰：天地有金，我能作之。二黃一赤，立成不疑。龜甲文曰：我命在我，不在天。還丹成，金億萬年。古人豈欺我哉？但患知此道者多貧，而藥或至賤，而生遠方，非亂世所得也。若戎鹽鹵鹹，皆賤物，清平時了不值錢。今時不限價直而買之，無也。羗里石，膽千萬錢一斤，亦不可得。徒知其方而與不知者正同，可為長歎者也。有其法者，則或饑寒無以合之，而富貴者復不知其法也。就令知之，亦無一信者。假令頗信之，亦已自多金銀，豈肯費財以市其藥物？恐有棄繫逐飛之悔，故莫肯為也。又計買藥之價，以成所得之

物尤有大利而更當齋戒辛苦故莫克為也且夫不得名師口訣誠不可輕作也夫醫家之藥淺露之甚而其常用効方便復秘之故方有用後宮遊女僻側之膠封君泥丸木鬼子金商芝飛君根伏龍肝白馬汗浮雲滓龍子丹衣夜光骨百花醴冬鄒齋之屬皆近物耳而不得口訣猶不可知况於黃白之術乎今能為之者非徒以其價貴而秘之矣此道一成則可以長生長生之道道之至也故古人重之也凡方書所名藥物又或與常藥物同而實非者如河上姤女非婦人也陵陽子明非男子也禹餘糧非米也堯寶

非水也而俗人見方用龍膽虎掌雞頭鴨蹠馬蹄犬血鼠尾牛膝皆謂之血氣之物也見用缺盃覆盆金鐘大戟鬼箭天鈎則謂之鐵瓦之器也作鈎見用胡王使者倚姑新婦野文人守田公戴文浴徐長卿則謂人之姓名也近易之草或有不知玄秘之方孰能悉解劉向作金不成無可恠之也及得其要則復不煩聖賢大才而後作也凡人可為耳劉向豈凡人哉直坐不得口訣耳今將載其約而効之者以貽將來之同志焉當先取武都雄黃丹色如雞冠而光明無灰石者多少任意不可令減五斤也搗之如粉以牛

膽和之煮之令燥以赤土金實一斗者先以戎鹽石
膽末薦釜中令厚三分乃內雄黃末令厚五分復加
戎鹽於上如此相似至盡又加碎炭火如棗核者令
二寸以劔矓土及戎鹽為泥泥釜外以一釜覆之皆
泥令厚三寸勿泄陰乾一月乃以馬糞火煨之三日
三夜寒發出鼓下其銅銅流如治銅鐵也乃令鑄此
銅以為簞簞成以盛丹砂水又以馬屎火煨之三十
日發爐鼓之得其金即以為簞又以盛丹砂水又以
馬通火煨三十日發取擣治之取其二分生丹砂一
分并粉汞者水銀也立凝成黃金矣光明美色可也

缸也

作丹砂水法

治丹砂一斤內生竹筩中加石膽消石各二兩覆薦
上下閉塞筩口以漆骨丸封之須乾以內醇苦酒中
埋之地中深三尺三十日成水色赤味苦也金樓先
生所從青林子受作黃金法先鍛錫方廣六寸厚一
寸二分以赤鹽和灰汁令如泥以塗錫上令通厚一
分累置於赤土釜中率錫十斤用赤鹽四斤合封固
其際以馬通火煨之三十日發火視之錫中悉如灰
狀中有累累如豆者即黃金也內土甌中以炭鼓之

作丹砂水

十煉之並成也率十斤錫得金二十兩唯長沙桂陽豫章南海土釜可用耳彼鄉土之人作土釜以炊食自多也

治作赤鹽法

用寒鹽一斤作寒水石一斤又作寒羽理一斤又作白礬一斤合內鐵器中以炭火火之皆消而色赤乃出之可用也角里先生從稷丘子所授化黃金法先以礬水石二分內鐵器中加炭火令沸乃內汞多少自在攪令相得六七沸注地上即成白銀乃取丹砂水曾青水各一分雄黃水二分於鑪中加微火上令

沸數攪之令相得復加炭火上令沸以此白銀內其中多少自在可六七沸注地上凝則成上色紫磨金也

治作雄黃水法

治雄黃內生竹筍中一斤取加硝石二兩覆薦上下封以漆膏丸內醇大醋或作醇苦酒中埋之深三尺二十日即化為水也作曾青水方及礬石水同法但各異筍中耳

小兒作黃金法

作大鐵筍成中一尺二寸高一尺二寸作小鐵筍成

中六寸空磨之赤石脂一斤硝石一斤雲母一斤代
 赭一斤作黃半斤空青四兩凝水石一斤皆合搗細
 篩以醯和塗之小筩中厚二寸分汞一斤丹砂半斤
 良非半斤取良非用法用鉛十斤內鐵盆中居爐上露
 灼之鉛銷內汞三兩卓出者以鐵匙抄取之名曰良
 非也攪令相得以汞不見為候置小筩中雲母覆其
 上鐵蓋鎮之取筩居爐上銷鉛注大筩中沒小筩中
 去上半寸取銷鉛為候猛火炊之三日三夜成名曰
 紫粉取鉛十斤於鐵器中銷之二十日上下更內銅
 器中須鉛銷內紫粉也方寸七攪之即成黃金也

作白銀者取汞置鐵器中內紫粉三寸已上火令相
 得注水中即成銀也務成子法作鐵筩長九寸徑五
 寸擣雄黃三斤蜩螻蟻等分作合以為泥塗筩中使
 徑三寸匱口四寸可加丹砂水二合覆馬通火上令
 極乾內銅筩中塞以銅合蓋堅以黃砂築上覆以蜩
 蟻重泥上無令泄置爐炭中令有三寸炭筩口赤口
 寒發之雄黃皆入著銅筩復出入如前法三斤雄黃
 精皆下入著筩中下提取與黃沙等分合作以為爐
 爐大小自在也欲用之置爐於炭火中爐赤內水銀
 銀動則內鉛其中黃從傍起交中央注之於地即成

相木十內篇 卷之三

四十一

金凡作一千五百斤，爐力即盡矣。此金取牡荆赤黍酒漬之，百日即柔可和也。如小豆服，一九日三服盡，一斤三垂伏，百病皆去。盲者視聾者聞，老者即還年，如二十時入火不灼，百邪衆毒冷風暑濕不能侵入。盡三斤則步行水上，山川百神皆來侍衛，壽與天地相畢。以杼血朱草煮一九杼作杼以拭目，皆即見鬼及地中物。能夜書以白羊血塗一九，投水中魚龍立出，可以取也。以青羊血塗一九，丹雞血塗一九，懸都門上一里不疫。以塗牛羊六畜額上，皆不疫病。虎豹不犯也。以虎膽蛇肪塗一九，從月建上以擲敵人之

軍軍即便無故自亂相傷殺而走矣。以牛血塗一九，以投井中，井中即沸。以投流水，流水則逆流百步。以白犬血塗一九，置六陰之地。投社廟舍中，其鬼神即見，可以役使。以鬼血塗一九，置六陰之地，行厨玉女立至，可俟六七十人也。以鯉魚膽塗一九，持入水，水為之開，一丈可得氣息。水中以行，具雨衣不濡也。以紫莧煮一九，含咽其汁，可百日不饑。以慈石煮一九，內髮中，以擊賊，白刃流失不中。即有射之者，矢皆自向也。以六丁六壬上土并一九，以蔽人中，則隱形。舍一九，北面向以噴火，火則滅。以庚辛日申酉時向西

地以一丸擲樹樹木即日便枯又以一丸禹步擲虎
狼蛇蟻皆即死研一丸以書石即入石書金即入金
書木入木所書皆徹其肌理削不可去也卒死未經
病以月建上水下一丸令人咽喉并含水噴於人面
即活以狐血鶴血塗一丸內爪中以指萬物隨口變
化即山行本徒人皆見之然而實不動也凡作黃白
皆立太乙元女老予醮祭如作九丹法常燒五香香
不絕又金成先以三斤投溪水中二十斤投市中然
後方得恣其意用之耳

抱朴子內篇卷之三終

