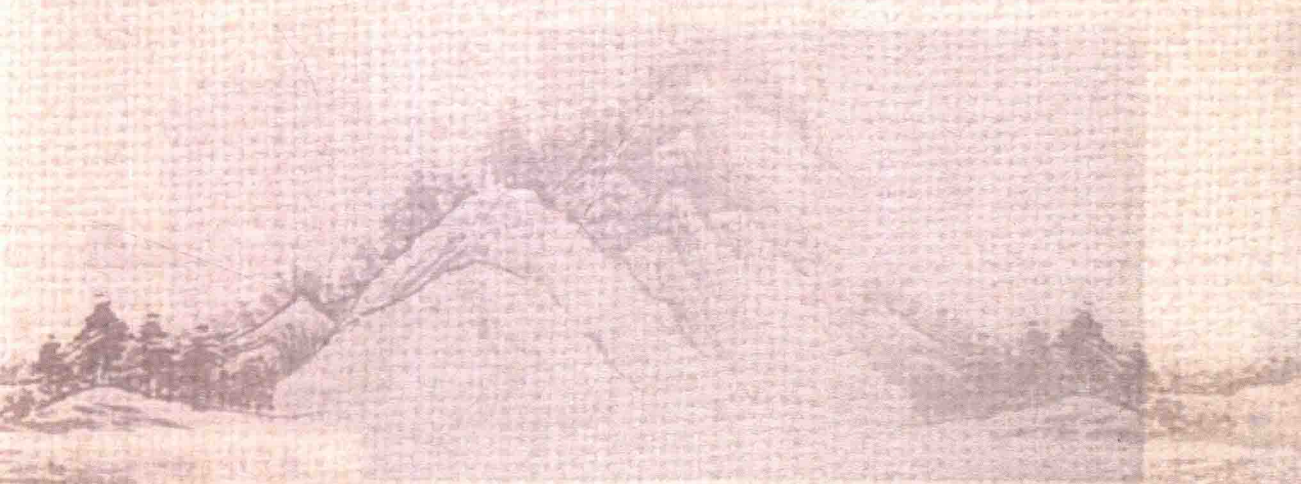


宣

葛洪遺踪





岭南地区，尤其是广东，是葛洪人生当中，主要的生活、著书和修炼的地方。这位岭南中医药学创始人在行迹当中，涉足及停留了广东的数个地方。这些地方于葛洪之医学思想的形成、炼丹修道的践行及伟大的医学成就，都产生了巨大影响。根据史料记载，葛洪入岭南的路径可如此推断：江苏句容→南昌→江西樟树→广东乐昌→经北江到广东英德→广州→罗浮山等地，今将葛洪在广东的活动踪迹，整理如下。

一、罗浮山

罗浮山，堪称“百粤群山之祖”。著名史学家司马迁《史记》中载：“名山五千，五岳作镇，罗浮括苍辈十山为之佐命。”由此始传，“罗浮仙境”、“蓬莱神岛”声名鹊起，历代中国高官仕宦，纷纷慕仙寻境而来。

葛洪在罗浮山主要的遗迹有：

罗浮四庵。葛洪于白鹤峰、麻姑峰、孤青峰、酥醪峰，用泥烧瓦或稻芳草搭建而成的东、西、南、北庵。

罗浮药院。葛洪在观源洞附近的一个小村庄建起了药院，作为其种药、洗药、讲学、为民治病之地，现仍有“药院村”的地名存在。石刻有诗云：“松



白鹤观（东庵）



黄龙观（西庵）



冲虚古观（南庵）



酥醪观（北庵）

门石径茸芳草，落花满院香沉沉。”

罗浮洗药池。葛洪采药归来将草药洗净处，古人先后在黄龙涧和冲虚古观侧大石刻有“洗药池”字样，好让游访者识别。

罗浮遗履轩。葛洪常在此与鲍靓夜间谈经论道，旁边建有双燕亭以志纪念；稚川丹灶，为葛洪炼丹炉灶；七星坛，为葛洪整理药方研究医道的场所；长生井、酿泉和滴水岩，为葛洪炼丹汲水熬药的水源；罗浮药槽，为葛洪采药



罗浮药院



罗浮洗药池



葛洪

肘后备急方



遗履轩



双燕亭



稚川丹灶



长生井



醱泉

分类的地方。

葛洪鲍姑合葬处。据《历世真仙体道通鉴合集》可知，鲍姑先于葛洪卒，传说她为民采药坠崖而终，葛洪同年仙去。

二、南雄洞真古观

洞真古观位于广东省南雄县城北雄庚公路旁，坐落在梅岭南麓之翠屏山中。相传公元3世纪初，葛洪隐居岭南时曾停留于翠屏山中，采药炼丹，潜心修道。翠屏山腹藏天然石灰岩洞，葛洪曾每日于岩内敲钟打鼓诵经，故岩洞被称为道人岩，如今又叫钟鼓岩。洞真古观为唐贞观年间道士所创建，筑有山门牌坊、道观大门及太上老君殿、玉皇大帝殿、纯阳殿、三元殿等。道观高大的门楣上书有“洞真古观”四个大字，两侧挂着一副对联：“钟鼓岩高，岭上烟云开紫府；珠玑巷古，山中猿鸟听黄庭。”

三、英德南山与碧落洞

南山风景区位于英德市区南面1.5公里的北江河畔，是英德的文化历史古建筑和摩崖石刻重地，汉朝以来就设有供人游赏的亭台建筑，南山的摩崖石刻年代久远，篇幅壮观，内容丰富，刻工精巧，相传葛洪是先到了这里修炼后再去与之相距不远的碧落洞炼丹，此地至今仍然保留有“遇仙桥”、“修炼洞”等遗址。与南山相近的碧落洞，位于宝晶宫风景区内。由于地下河袭夺地上河，碧落洞形成了独具特色的“穿洞”，即洞中有洞，穿洞而过，洞旁有洞，直通山顶。据《英德县志》和石刻记载，约在公元306至363年间，葛洪两度北上中原和南下广州，路经北江时发现江边的碧落洞“古树参天，岩壑绝奇，紫气浓郁”，认为此地是难得一见的适合炼丹的洞天福地。当时碧落洞尚无名度，甚至还没有洞名。直到五代时期，南汉王刘晟巡游英州，在碧落洞设行宫，并题词“云华”和“碧落”，“碧落洞”名称由此而来。碧落洞洞长90米，宽38米，高18米。前洞口坐东向西，一日之中均可吸取太阳的光华，非常符合道教对炼丹地的要求。洞口上方峭壁腾空高耸，险峻壮观。在前洞口的右侧有一小溶洞，后人称之为“升天洞”。相传此处即是葛洪炼丹的道观，洞口依稀可见道观的墙基和炼丹用的石舂。洞内面积较小，有一条仅容一人通过、通往山顶的“天梯”。斗转星移，昼夜交替，葛洪潜心炼丹成功后，携



遇仙桥



升天洞



碧落洞



石刻

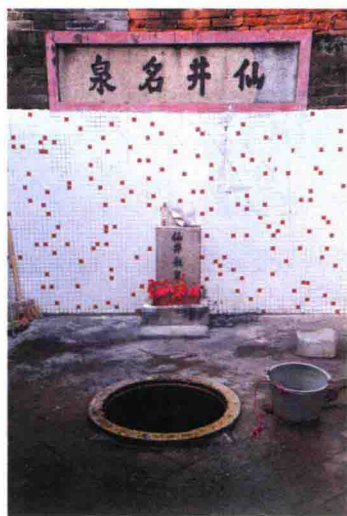
着“仙丹”经“天梯”至山顶后腾云驾雾而去，余下的7颗“仙丹”则藏于洞内。但藏于洞内的“仙丹”至今尚未有人寻获，成为后人寻奇探宝的题材。步入洞中，两侧峭壁上存留自五代以来历代题刻127篇，这些摩崖石刻内容丰富，书法艺术非凡，具有宝贵的文学和书法美术价值。洞口有一条小溪自西向东穿洞而过，具有“流水出天洞，人间一脉通”的玄机。洞中石刻中有记载葛洪在此炼丹的诗句若干，如：“神仙谁道杳难穷，老俗相传住此宫，山裂旧分三岛洞，羽飞曾驭九天风，玉为双阙无尘到，云作丹梯有路通，试问稚川何处在，俨然金灶列壶中。”

四、南海丹灶仙冈村

丹灶镇仙冈村，位于广东省佛山市南海区西部，古村落风貌较为完整，保留着与葛洪相关的历史遗迹。当地村民间流传：据史书上记载，当年葛洪先到西樵山，后至仙冈，浓荫之下得一佳泉（今仙冈村流水井），后又登至丹灶金峰冈顶，觉此冈巍然高耸，冈峦起伏，山环水抱，实为炼丹胜地，于是举锄劈灶，从仙冈取仙水，在“金峰冈”顶燃起熊熊炉火，经几载煎熬，遂大功告成。后来，明朝神宗皇帝朱翊钧把仙冈村取名为“丹灶”，以此纪念炼丹仙人



仙冈村



仙井



南海丹灶镇炼丹炉



葛洪。村民亦随之将“葛仙翁”炼丹的山冈、水井以及炼丹的石钵称为仙冈、仙井、仙钵。

仙钵，传说为葛洪在丹灶炼丹时所遗留，为南宋时村民挖掘鱼塘时所发现，因塘边早年有“葛仙遗迹”的碑石，故村民称之为“仙钵”。仙钵实为一铁矿石钵，高0.4米，最大直径0.86米。石钵表面粗糙，质地非常坚硬，上面依稀可见“丹钵”二字，如今被收藏在原葛仙祠旧址旁的一座民房内。

仙井，即是仙冈村的千年古泉蟹眼泉。相传葛洪南隐炼丹多次失败，后经其妻鲍姑提醒于仙井清洗草药、取水炼丹而最终丹成。蟹眼泉以仙冈村内的“千年社稷”碑为中轴而分雌雄，两泉眼相隔35米左右。“雄”蟹眼泉居左侧，井口为0.45米见方，井内水深0.65米。井边有洗药池，泉水经此流至附近的荷花塘。“雄”蟹眼泉一直水流不息，造福后人。然居右侧的“雌”蟹眼泉则曾于1968年时仙冈村修路而一度被埋，直到2012年启动复挖工程才重见天日。

五、怀集道士岩与丹山岩

怀集位于广西东北部与广东西北部交界，是北流到罗浮山这条北线必经之地。在广州至桂林公路怀集段梁村镇墟西边不远处，有13座奇峰在平川绿野兀然拔地而起。13座山峰都较矮小，相距颇近但各具风韵。它们之中大多有岩洞，自然天成，鬼斧神工，在古怀阳十六景中称为“花石洞天”，其中又以道士岩和丹山岩最负盛名，皆因传说葛洪曾在这两个岩洞炼制灵丹，两岩亦因此而得名。

道士岩，高约60米，岩顶上刻明朝贡士梁宗禹所题“壶天”两个大字。峰上有人工所砌的石梯残垣，洞内呈曲尺形，内有六龙洞、龙宫、迷仙洞、会仙院。丹灶上有“抱朴”二字石刻，传说二字为葛洪所题。

丹山岩，北宋时原名“安山”，后因葛洪传说而改称“丹山岩”，其有东、南、西、北四个洞口，故又称为“四门岩”。丹山岩是花石十三峰中较宏伟的一个，其洞长约70米，宽约30米，高10多米，洞内面积约4200平方米，可容纳千余人。洞内有石莲花一座和望仙台、钓鱼矶，以及8条钟乳石柱，形成了“四门八柱三台”的景观。其东南角突出的小洞名青牛洞，内有石僧人一尊和石龟一只。有关葛洪在丹山炼丹之事，虽未在《怀集县志》中找到相关记载，但在民间广为传扬，数百年前文人墨客讴歌赞颂葛洪的诗词流传至今。唐代著名道士司马紫微亦奉丹山岩为“二十福地”，是道教推崇的炼丹成仙的圣地。

六、乐从葛岸村

葛岸村位于广东省佛山市顺德区乐从镇。传说葛洪在南下隐居的日子里，曾因村子爆发恙虫病而两度来到葛岸为老百姓治病。后来村民为表敬意修建了一座纪念牌坊——“葛仙道岸”，葛岸村因此而得名。如今还能见到后人为纪念葛洪而修筑的葛仙祠，祠堂前的壁墙上镶嵌着一块石碑，上书“葛仙道岸”四个大字。大殿正门上挂着一副对联：“抱朴金丹悠悠懿泽传千载；仙翁宝灶裊裊香烟绕万年”，为著名散文家岑桑所撰写。殿里供奉着一座镀金的葛仙坐像。葛岸村每年农历三月廿四都会如期举办巡游活动，以此纪念“葛仙翁”。

七、德庆北帝观

德庆北帝观位于广东省肇庆市德庆县凤村镇，始建于公元284至364年间，相传葛洪受封为关内侯期间曾在此修道、传道、弘法、炼丹、行医。北帝观坐西南向东北，占地面积约8880平方米，总建筑面积约3180平方米。北帝观建筑风格独具岭南地方民族特色，绿瓦灰墙，素雅古朴，门前上书“北帝殿”。步入北帝观，其观内布局为：主殿供奉北帝，左二殿供奉观音，左一殿供奉财神，右二殿供奉龙母，右一殿供奉太岁。

除此之外，在增城的仙村镇，当地老百姓根据传说修建有“葛仙祠”；广州越秀山山南的三元宫，也有葛洪和鲍姑留下的活动遗址，广州市光复中路也曾有葛洪炼丹的灶台。



增城葛仙祠



广州三元宫

八、结语

葛洪一生医学成就卓著，极大地促进岭南中医药学的发展，并形成岭南中医药学之始。同时，岭南的地理环境，包括气候、土地、山脉、河流、矿藏以及动植物资源等，亦对葛洪医学思想的形成产生了重要的影响。对中医学而言，人体体质、疾病类型、治病方法、道地药材等都受到地理环境的影响，地理环境对中医家独到的医学理论的形成具有举足轻重的作用。葛洪南下隐居的20余年是其医学思想形成的关键时期，也是其一生中的创作高峰期。正是岭南独特的地理环境，促使葛洪对某些疾病和中草药有了较早且深入的认识，经过自身的潜心探索和研究，最终取得非凡的医学成就。



武

《肘后备急方》原方选录





根据清代瓶花书屋校刊《肘后备急方》、梅全喜等《抱朴子内篇肘后备急方今译》和王均宁点校《肘后备急方》等所录原文，选择部分葛洪原创方，结合现代临床应用，按照方剂功能，归纳为治猝死方、治发热方、治痛症方、治中风方、治吐利方、治咳喘上气方、治神志异常方、治食物中毒方、治药物中毒方、治犬蛇虫咬方、治外科诸急症方等十一类方，整理选录如下：

一、治猝死方

救卒死，或先病痛，或常居寝卧，奄忽而绝，皆是中死。

救之方，令二人以衣壅口，吹其两耳，极则易。又可以筒吹之，并捧其肩上，侧身远之，莫临死人上。

又方，以绵渍好酒中，须臾置死人鼻中，手按令汁入鼻中，并持其手足，莫令惊。

又方，视其上唇里弦弦者有白如黍米大，以针决去之。

又方，取皂荚如大豆，吹其两鼻中，嚏则气通矣。

又方，灸其唇下宛宛中承浆穴，十壮，大效矣。

又方，令爪其病人人中取醒。不者，卷其手灸下文头，随年。

又方，灸鼻人中，三壮也。

又方，灸脐中，百壮也。

又云：半夏末如大豆，吹鼻中。

救卒死而壮热者，矾石半斤，水一斗半，煮消以渍脚，令没踝。

[救卒中恶死方第一]

尸厥之病，卒死而脉犹动，听其耳中循循如啸声，而股间暖是也。耳中虽然啸声而脉动者，故当以尸厥。

救之方，捣干菖蒲，以一枣核大着其舌下。

又方，熨其两胁下，取灶中墨如弹丸，浆水和饮之。须臾三四，以管吹耳中，令三四人更手吹之。又，小管吹鼻孔，梁上尘如豆，着中吹之令入，差。

又方，针百会，当鼻中入发际五寸，针入三分。补之针足大指甲下肉侧去

甲三分；又针足中指甲上各三分，大指之内去端韭叶；又针手少阴锐骨之端各一分。

又方，灸膻中穴，二十八壮。

[救卒死尸厥方第二]

客忤者，中恶之类也，多于道门门外得之，令人心腹绞痛胀满，气冲心胸。不即治，亦杀人。

救之方，灸鼻人中三十壮，令切鼻柱下也。以水渍粳米，取汁一二升饮之。口已噤者，以物强发之。

已死者，捣生菖蒲根，绞取汁，含之立差。

卒忤停尸不能言者，桔梗烧二枚末之，服。

若卒口噤不开者，末生附子，置管中吹内舌下，即差矣。

[救卒客忤死方第三]

凡得毒病愈后，百日之内，禁食猪、犬、羊肉，并伤血，及肥鱼久膩干鱼，则必大下痢，下则不可复救。又禁食面食、胡蒜、韭薤、生菜、虾鳢辈，食此多致复发，则难治，又令到他年数发也。

治笃病新起、早劳及食饮多致欲死方，烧鳖甲，服方寸匕。

又方，干苏一把，水五升，煮取二升，尽服之。无干者，生亦可用，加生姜四两，豉一升。

麻子仁内一升，加水一升，弥良。亦可内枳实、葱白一虎口也。

又方，取伏鸡子壳碎之，熬令黄黑，细末，热汤服一合，温覆取汗。

又方，浓煮甘皮服之，芦根亦佳。

[治时气病起诸劳复方第十四]

二、治发热方

治伤寒，及时气、温病，及头痛、壮热、脉大……

又方，小蒜一升，捣取汁三合，顿服之，不过再作便差。

又方，乌梅二七枚，盐五合，以水三升，煮取一升，去滓，顿服之。

又方，鸡子一枚，着冷水半升，搅与和，乃复煮三升水极令沸，以向所和水投汤中，急搅令相得，适寒温，顿服取汗。

又方，取生蕤荷根、叶，合捣绞取汁，服三四升。

又方，取干艾三斤，以水一斗，煮取一升，去滓，顿服取汗。

又方，盐一升食之，以汤送之，腹中当绞吐，便覆取汗，便差。

又方，乌梅三十枚，去核，以豉一升，苦酒三升，煮取一升半，去滓，顿服。

又，伤寒有数种，人不能别，令一药尽治之者。若初觉头痛、肉热、脉洪，起一二日，便作葱豉汤。用葱白一虎口，豉一升，以水三升，煮取一升，顿服取汗。不汗，复更作，加葛根二两，升麻三两，五升水，煎取二升，分再服，必得汗。若不汗，更加麻黄二两。

又，用葱汤研米二合，水一升，煮之少时，下盐、豉，后内葱白四物，令火煎取三升，分服取汗也。

又方，葛根四两，水一斗，煎取三升，乃内豉一升，煎取升半，一服。捣生葛汁，服一二升，亦为佳也。

若汗出不歇已三四日，胸中恶，欲令吐者，豉三升，水七升，煮取二升半，去滓，内蜜一两，又煮三沸，顿服，安卧，当得吐。不差，更服取差。秘法，传于子孙也。

又方，生地黄三斤，细切，水一斗，煮取三升，分三服。亦可服藜芦吐散及苦参龙胆散。

若已五六日以上者，可多作青竹沥，少煎令减，为数数饮之，厚覆取汗。

若已六七日，热极，心下烦闷，狂言见鬼欲起走，用干茱萸三升，水二升，煮取一升后，去滓，寒温服之，得汗便愈。此方恐不失，必可用也，秘之。

又方，大蜥一升，破去，以人溺煮令熟，去滓服之。直生绞汁及水煎之，并善。

又方，取桐皮，削去上黑者，细擘之，长断令四寸一束，以酒五合以水一升，煮取一升，去滓，顿服之，当吐下青黄汁数升，即差。

治时气行垂死……苦参一两，咬咀，以酒二升半，旧方用苦参酒煮，令得一升半，去滓，适寒温，尽服之，当间苦寒吐毒如溶胶便愈。

[治伤寒时气温病方第十三]

常用辟温病散方……西南社中柏东南枝，取暴干，末，服方寸匕，立差。

[治瘴气疫疠温毒诸方第十五]



治疟病方……

又方，青蒿一握，以水二升渍，绞取汁，尽服之。

又方，用独父蒜，于白炭上烧之，末，服方寸匕。

又方，取蜘蛛一枚，芦管中密塞管中，以绾颈，过发时，乃解去也。

又方，多煮豉汤，饮数升，令得大吐，便差。

又方，取蜘蛛一枚，着饭中，合丸吞之。

又方，临发时，捣大附子下筛，以苦酒和之，涂背上。

又方，鼠妇虫子四枚，各一以饴糖裹之，丸服便断，即差。

又方，常山三两，甘草半两，水、酒各半升，合煮取半升，先发时一服，比发令三服尽。

又方，常山三两，锉，以酒三升，渍二三日，平旦作三合服，欲呕之，临发又服二合，便断。旧酒亦佳，急亦可煮。

又方，常山三两，秫米三百粒，以水六升，煮取三升，分之服，至发时令尽。

又方，若发作无常，心下烦热，取常山二两，甘草一两半，合以水六升，煮取二升，分再服，当快吐，仍断，勿饮食。

老疟久不断者……

又方，牛膝茎叶一把，切，以酒三升服，令微有酒气。不即断，更作，不过三服而止。

又方，末龙骨方寸匕，先发一时，以酒一升半，煮三沸，及热尽服，温覆取汗，便即效。

又方，先发二时，以炭火床下，令脊脚极暖，被覆，过时乃止。此治先寒后热者。

又方，先炙鳖甲，捣末方寸匕，至时令三服尽，用火炙，无不断。

又方，常山三两，捣筛，鸡子白和之丸，空腹三十丸，去发食久三十丸，发时三十丸，或吐或否也。从服药至过发时勿饮食。

劳疟积久，众治不差者，生长大牛膝一大虎口，以水六升，煮取二升，空腹一服，欲发一服。

[治寒热诸疟方第十六]

三、治痛症方

鬼击之病，得之无渐，卒着如人刀刺状，胸胁腹内绞急切痛，不可抑按，或即吐血，或鼻中出血，或下血，一名鬼排。

治之方，灸鼻下人中一壮，立愈。不差，可加数壮。

又方，灸脐下一寸三壮。

又方，灸脐上一寸七壮，及两踵白肉际，取差。

又方，熟艾如鸭子大三枚，水五升，煮取二升，顿服之。

又方，盐一升，水二升，和搅饮之，并以冷水噀之，勿令即得吐，须臾吐，即差。

又方，以粉一撮，着水中搅，饮之。

又方，以淳酒吹内两鼻中。

[治卒得鬼击方第四]

卧忽不寤，勿以火照，火照之杀人，但痛啮其踵及足拇指甲际，而多唾其面即活。又治之方，末皂角，管吹两鼻中，即起，三四日犹可吹。又，以毛刺鼻孔中，男左女右，展转进之。

[治卒魔寐不寤方第五]

五尸者，飞尸、遁尸、风尸、沉尸、尸注也，今所载方兼治之。其状腹痛胀急不得气息，上冲心胸，旁攻两胁，或礫块涌起，或挛引腰脊。兼治之方，灸乳后三寸十四壮，男左女右。不止，更加壮数，差。

又方，灸心下三寸，六十壮。

又方，灸乳下一寸，随病左右，多其壮数，即差。

又方，以四指尖其痛处，下灸指下际数壮，令人痛，上爪其鼻人中，又爪其心下一寸，多其壮，取差。

又方，破鸡子白，顿吞之。口闭者，内喉中，摇顿令下，立差。

又方，破鸡子白，顿吞七枚，不可，再服。

又方，理当陆根，熬，以囊贮，更番熨之，冷复易。

虽有五尸之名，其例皆相似而有小异者。飞尸者，游走皮肤，洞穿藏腑，每发刺痛，变作无常也。遁尸者，附骨入肉，攻凿血脉，每发不可得近见尸丧，闻哀哭便作也。风尸者，淫跃四肢，不知痛之所在，每发昏恍，得风雪便作也。沉尸者，缠



结藏腑，冲心胁，每发绞切，遇寒冷便作也。尸注者，举身沉重，精神错杂，常觉惛废，每节气改变，辄致大恶。此一条，别有治，后熨也。

凡五尸，即身中尸鬼接引也，共为病害，经术甚有消灭之方，而非世徒能用，今复撰其经要，以救其敝……

又方，干姜、桂分等，末之，盐三指撮，熬令青，末，合水服之，即差。

又方，捣蒺藜子，蜜丸，服如胡豆二丸，日三。

又方，粳米二升，水六升，煮一沸，服之。

又方，掘地作小坎，水满中，熟搅，取汁服之。

又方，乌臼根，锉二升，煮令浓，去滓，煎汁，凡五升则入水一两，服五合至一升，良。

又方，忍冬茎叶，锉数斛，煮令浓，取汁煎之，服如鸡子一枚，日二三服，佳也。

又方，漆叶，暴干捣末，酒服之。

又方，断鳖头，烧末水服，可分为三度，当如肉者，不尽，后发更作。

又方，梔子二七枚，烧末服。

[治卒中五尸方第六]

治卒心痛，桃白皮煮汁，宜空腹服之。

又方，桂末，若干姜末，二药并可单用，温酒服方寸匕，须臾六七服，差。

又方，东引桃枝一把，切，以酒一升，煎取半升，顿服，大效。

又方，生油半合，温服，差。

又方，黄连八两，以水七升，煮取一升五合，去滓，温服五合，每日三服。

又方，煮三沸汤一升，以盐一合搅饮之。若无火作汤，亦可用水。

又方，闭气忍之数十度，并以手大指按心下宛宛中，取愈。

又方，白艾成熟者三升，以水三升，煮取一升，去滓，顿服之。若为客气所中者，当吐之虫物。

又方，苦酒一杯，鸡子一枚，着中合搅，饮之。好酒亦可用。

又方，蒸大豆，若煮之，以囊贮，更番熨痛处，冷复易之。

又方，切生姜若干姜半升，以水二升，煮取一升，去滓，顿服。

又方，灸手中央长指端，三壮。