



白王家藏書



洞玄子·房内记
房中补益·素女妙论
希夷梦

中国戏剧出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

皇家藏书/孙德敦主编. —北京: 中国戏剧出版社, 2000.11

ISBN 7-104-01315-6

I. 皇… II. 孙… III. 古籍—中国 IV. Z838

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2000) 第 77449 号

皇 家 藏 书

中 国 戏 剧 出 版 社 出 版
(北京海淀区北三环西路大钟寺南村甲 81 号)

(邮政编码: 100086)

新华书店总店北京发行所 经销

北京市通州区大中印刷厂 印刷

21370 千字 787×1092 毫米 1/16 开本 1060 印张

2000 年 11 月第 1 版 2000 年 11 月第 1 次印刷

印数: 1—500

ISBN 7-104-01315-6/I·531 总定价 (全 32 卷): 8800.00 元

目 录

洞玄子	(1)
房内记	(7)
房中补益	(29)
素女妙论	(35)
希夷梦		
第 一 回	喜泰平坠驴招国士 悲鼎革哭像励孤军 (53)
第 二 回	食周粟终不为宋臣 睹覆巢安能望完卵 (60)
第 三 回	闹皇庄狂童取辱 焚歌苑侠气遭擒 (68)
第 四 回	重心膺入狱脱真才 掩耳目焚牢烧假犯 (78)
第 五 回	验骨殖图书行邻国 辨声音指引入名山 (88)
第 六 回	隐士避功名奚啻阱陷 忠心甘节义尤切神魂 (99)

- 第七回 囊空不免吹簾 (109)
腹实何须弹铗
- 第八回 筹国政贤相辞朝 (120)
行新法乞儿受爵
- 第九回 救澆漓立议修文德 (132)
整散漫挥毫著武谋
- 第十回 明荐暗倾沉痾难国手 (147)
顺留逆去利器试盘根
- 第十一回 妒嫉暗招兵 (156)
糊涂偏选将
- 第十二回 寻良友雾漫认龙驹 (168)
夺佳人风萍降獬犬
- 第十三回 得情由良相保奇才 (178)
知确实贤君窜骄将
- 第十四回 馈赂交邻为敌树敌 (187)
正名施令攻心结心
- 第十五回 计中计赚开百结关 (196)
身外身诱过独锁渡
- 第十六回 虚有可乘取城易于拾芥 (207)
武无用处破岭拟若登天
- 第十七回 察阵势漆胶吴越 (215)
中反间鱼水参商
- 第十八回 义胆忠肝难胜谗夫浸润 (226)
志悲气愤单摧大敌貔貅
- 第十九回 酬知己剖腹表丹心 (237)
救良朋束腰擒白额
- 第二十回 绊雄兵两途袭敌 (248)
燔巨舰单艇擒酋
- 第二十一回 鹿角车毙骁骑攻瑕取胜 (259)
蜂房卵毁屯积走险成功
- 第二十二回 数节迎刃星驰电掣 (269)
一着错布瓦解冰消
- 第二十三回 地利人和资用全援绝可守 (279)
依危恃势备御缺求隙而攻
- 第二十四回 两函书商量和议 (290)
一道表惶恐求成
- 第二十五回 五猴掣天印 (300)
百雉炬双毫
- 第二十六回 定河为界大将军封侯镇土 (311)
指石喻心老庶长制佞保储

第二十七回	变成法补全成法 戮贪员惩劝贪员	(321)
第二十八回	追逋犯喜得金船渡弱水 求快婿误将木氏作王郎	(334)
第二十九回	招驸马笼络英雄 认公主成全窈窕	(346)
第三十回	为奸谋散分奸势 进正士扶持正人	(356)
第三十一回	重宿儒盈庭皓首 除痼疾遍野春风	(366)
第三十二回	念疾苦一辆寻源 审形势三年奏绩	(378)
第三十三回	破肚移心善念深仇都了结 拘魂易体巨奸淫恶自灾殃	(389)
第三十四回	怀逆谋群奸授首 舒忠愤二子捐躯	(402)
第三十五回	众邪误置蚊聚成雷 三将临危舍生取义	(413)
第三十六回	守令得人民安寇殄 渠魁失计险丧亲离	(424)
第三十七回	武事无庸武备 攻坚莫若攻心	(438)
第三十八回	金莲瓣倒垂群英智竭 紫竹根斜画众鄙魂穷	(453)
第三十九回	逢覆舟询乡国快意对伤心 追亡友别妻孥生离成永诀	(466)
第四十回	功名何处梦回剩得须眉白 疆土奚存国丧难禁篡夺评	(480)

洞玄子

[一]

洞玄子曰：“夫天生万物，唯人最贵。人之所 [以] 上，莫过房欲。法天象地，规阴矩阳。悟其理者，则养性延龄；慢其真者，则伤神夭寿。

[二]

“至于玄女之法，传之万古，都具陈其梗概，仍未尽其机微。余每览其条，思补其阙，综习旧仪，纂此新经。虽不穷其纯粹，抑得其糟粕。其坐卧舒卷之形，偃伏开张之势，侧背前却之法，出入深浅之规，并会二仪之理，俱合五行之数。其导者则得保寿命，其违者则陷于危亡。既有利于凡人，岂无传于万叶？”

[三]

洞玄子云：“夫天左旋而地右回，春夏谢而秋冬袭，男唱而女和，上为而下从，此物事之常理也。若男摇而女不应，女动而男不从，非直损于男子，亦乃害于女人。此由阴阳行悞，上下了戾矣。以此合会，彼此不利。故必【须】男左转而女右回，男下冲女上接。以此合会，乃谓天平地成矣。

[四]

“凡深浅、迟速、捌掇、东西，理非一途，盖有万绪。若缓冲似鲫鱼之弄钩，若急蹙如群鸟之遇风，进退牵引，上下随迎，左右往还，出入疏密，此乃相持成务，临事制宜，不可胶柱宫商，以取当时之用。

[五]

“凡初交会之时，男坐女左，妇坐男右，乃男箕坐，抱女于怀中。于是勒纤腰，抚玉体，申燕婉，叙绸缪，同心同意，乍抱乍勒，两形相薄，两口相嚙，男含女下唇，女含男上唇，一时相吮，茹其津液，或缓啮其舌，或微齧其唇，或邀遣抱头，或逼命拈耳，抚上拍下，嚙东啞西，千娇既申，百虑竟解。乃令女左手抱男玉茎，男以右手抚女玉门。于是男感阴气，则玉茎振动，其状也，峭然上耸，若孤峰之临迴汉；女感阳气，则丹穴津流，其状也，涓然下逝，若幽泉之吐深谷。此乃阴阳感激使然，非人力之所致也。势至于此，乃可交接。或男不感振，女无淫津，皆缘病发于内，疾形于外矣。”

[六]

洞玄子云：“凡初交接之时，先坐而后卧，女左男右。卧定后，令女正面

仰卧，展足舒臂。男伏其上，跪于股内，即以玉茎竖拖于玉门之口，森森然若偃松之当邃谷。洞前更拖疹勒，鸣口嘲舌，或上观玉面，下视金沟，抚拍肚乳之间，摩挲琼台之侧。于是男情即惑，女意当迷，即以阳锋纵横攻击，或下冲玉理，或上筑金沟，击刺于辟雍之旁，憩息于琼台之右。以上外游，未内交也。

[七]

“女当淫津湛于丹穴，即以阳锋投入子宫，快泄其精，津液同流，上灌于神田，下溉于幽谷，使往来拼击，进退揩磨，女必求死求生，乞性乞命。即以帛【子】干拭之。后乃以玉茎深投丹穴，至阳台，岩岩然若巨石之拥溶谿。乃行九浅一深之法，于是纵柱横挑，傍牵侧拔，乍缓乍急，或深或浅，经廿一息，候气出入，女得快意。

[八]

“男即疾纵急刺，疹勒高抬，候女动摇，取其缓急，即以阳锋攻其谷实，捉入【于】子宫，左右研磨，自不烦细细抽拔，女当津液流溢，男即须退，不可死还，必须生返，如死出大损于男，特宜慎之！”

[九]

洞玄子云：“考核交接之势，更不出于卅法。其间有屈伸、俯仰、出入、浅深，大大是同，小小有异，可谓括囊都尽，采摭无遗。余遂象其势而录其名，假其形而建其号。知音君子，穷其志之妙矣。”

[十]

洞玄子云：“凡玉茎，或左击右击，若猛将之破阵其状一也；或缘上蓦下，若野马之跳涧 其状二也；或出或没，若【游】波之群鸥 其状三也；或深筑浅挑，若喙（鸦）白之鸦（喙）雀 其状四也；或深冲浅刺，若大石之投海 其状五也；或缓耸迟推，若冻蛇之入窟 其状六也；或疾纵急刺，若惊鼠之透穴 其状七也；或抬头拘足，若鸽鹰之掬狡兔 其状八也；或抬上顿下，若大帆之遇狂风 其状九也。”

[十一]

洞玄子云：“凡交接，或下捺玉茎，往来锯其玉理，其势若割蚌而取明珠 其势一也；或下抬太理，上冲金沟，其势若剖石而寻美玉 其势二也；或以阳锋冲筑琼台，其势若铁杵之投药臼 其势三也；或以玉茎出入，攻击左右辟雍，其势若五锤之锻铁 其势四也；或以阳锋来往，研磨神田、幽谷之间，其

势如农夫之垦秋壤 其势五也；或以玄圃、天庭两相磨博，其势若两崩岩之相欹其势六也。”

[十二]

洞玄子云：“凡欲泄精之时，必须候女快，与精一时同泄。男须浅拔，游于琴弦、麦齿之间。阳锋深浅，如孩儿含乳。即闭目内想，舌拄下腭，跼脊引头，张鼻歛肩，闭口吸气，精便自上。节限多少，莫不由人。十分之中，只得泄二三矣。”

[十三]

洞玄子云：“凡欲求子，候女之月经断后则交接之。一日、三日为男；四日、五日为女；五日以后，徒损精力，终无益也。交接泄精之时，候女快来，须与一时同泄，泄必须尽。先令女正面仰卧，端心一意，闭目内想受精气。故老子曰：‘夜半得子为上寿，夜半前得子为中寿，夜半后得子为下寿。’”

[十四]

“凡女怀孕之后，须行善事，勿视恶色，勿听恶语，省淫欲，勿咒诅，勿骂詈，勿惊恐，勿劳倦，勿妄语，勿忧悉，勿食生冷醋滑热食，勿乘车马，勿登高，勿临深，勿下坂，勿急行，勿服饵，勿针灸。皆须端心正念，常听经书。送令男女如是，聪明智慧，忠真贞良，所谓‘教胎’者也。”

[十五]

洞玄子云：“男年倍女损女，女年倍男损男。

“交接所向，时日吉利，益损顺时，效此大吉。

“春首向东，夏首向南，秋首向西，冬首向北。

“阳日益 只日是，阴日损 双日是，阳时益 子时已后、午前是，阴时损 午时已后、子前是。

“春甲乙，夏丙丁，秋庚辛，冬壬癸。”

[十六]

【洞玄子云：】“秃鸡散。治男子五劳七伤，阳痿不起，为事不能。蜀郡太守吕敬大，年七十，服药，得生三男。长服之，夫人患多玉门中疹，不能坐卧，即药弃庭中。雄鸡食之，即起，上雌鸡，连日不下，喙其【冠】冠秃。世呼为‘秃鸡散’，亦名‘秃鸡丸方’。

肉纵容 三分

五味子 三分

菟丝子 三分 远志 三分
蛇床子 四分

右（凡）五味物，捣筛为散，每日空腹酒下方寸匕，日再三。无敌不可服。六十日可御卅妇。又以白密和丸如梧子，服五丸，日再，以知为度。”

【又云：】“鹿角散。治男子五劳七伤、阳痿不起、卒就妇人、临事不成、中道痿死、精自引出、小便余沥、腰背疼冷方。

鹿角 柏子仁 菟丝子 蛇床子
车前子 远志 五味子 纵容 各四分

【右捣筛为散，每食后服五分匕，日三。不知，更加方寸。”】

【洞玄子云：】“长阴方。

肉纵容 三分 海藻 二分

右捣筛为末，以和正月白犬肝汁，涂阴上三度，平旦新汲水洗却，即长三寸，极验。”

【洞玄子云：】“疗妇人阴宽冷急小交接而快方。

石硫黄 二分 青木香 二分
山茱萸 二分 蛇床子 二分

右四味捣筛为末，临交接，内玉门中少许，不得过多，恐撮孔合。

“又方，取石硫黄末三指撮内一升汤中以洗阴，急如十二、三女。”

房 内 记

至理【第一】

《玉房秘诀》云：“冲和子曰：‘夫一阴一阳，谓之道。’构精化生之为用，其理远乎。故帝轩之问素女、彭铿之酬，良有旨哉！”

黄帝问素女曰：“吾气衰而不和，心内不乐，身常恐危，将如之何？”素女曰：“凡人之所以衰微者，皆伤于阴阳交接之道【尔】。夫女之胜男，犹水之灭火。知行之，如釜鼎能和五味以成羹臠，能知阴阳之道，悉成五乐；不知之者，身命将天，何得欢乐？能不慎哉！”

素女云：“有采女者，妙得道术。王使采女问彭祖延年益寿之法，彭祖曰：‘爱精养神，服食众药，可得长生。然不知交接之道，虽服药无益也。男女相成，犹天地相生也。天地得交会之道，故无终竟之限；人失交接之道，故有夭折之渐。能避渐伤之事而得阴阳之术，则不死之道也。’采女再拜曰：‘愿闻要教。’彭祖曰：‘道甚易知，人不能信而行之耳。今吾王御万机治天下，必不能修（备）为众道也。幸多后宫，宜知交接之法。法之要者，在于多御少女而莫数泄（泻）精，使人身轻，百病消除也。’”

汉驸马都尉巫子都年百卅八。孝武巡狩，见子都于渭水之上，头上有异气，忽忽高丈余【许】。帝怪而问之，东方朔相对曰：“此君有气通理天中，施行阴阳之术。”上屏左右问子都，子都曰：“阴阳之事，公中之秘，臣子所不【宜】言。又能行之者少，是以不敢告。臣受之陵阳子，时（明）年六十五矣，行此术来七十二年。诸求生者，当求所生。贪女之容色，极力强施，百脉皆伤，百病并发也。”

《玉房指要》云：“彭祖曰：‘黄帝御千二百女而登仙，俗人以一女而伐命，知与不知，岂不远耶？知其道者，御女苦不多耳，不必皆须有容色妍丽也，但欲得年少未生乳而多肌肉者耳。但能得七八人，便大有益也。’”

素女曰：“御敌家当视敌如瓦石，自视如金玉。若其精动，当疾去其乡。御女当如朽索御奔马，如临深坑下有刃，恐堕其中。若能爱精，命亦不穷也。”

黄帝问素女曰：“今欲长不交接，为之奈何？”素女曰：“不可。天地有开阖，阴阳有施化，人法阴阳随四时。今欲不交接，神气不宣布，阴阳闭隔，何以自补？练气数行，去故纳新，以自助也。玉茎不动则辟死，其舍所以常行以当导引也。能动而不施【者】所谓‘还精’。还精补益，生道乃著。”

《素女经》云：“黄帝曰：‘夫阴阳交接节度，为之奈何？’素女曰：‘交接之道，故有形状。男致不衰，女除百病，心意娱乐，气力强；然不知行者，渐以衰损。欲知其道，在于定气、安心、和志。三气皆至，神明统归，不寒不热，不饥不饱，亭身定体，性必舒迟。浅内徐动，出入欲稀，女快意，男盛不衰，以此为节。’”

《素女经》云：“黄帝问素女曰：‘吾受素（玄）女阴阳之术，自有法矣。愿复命之，以志其道。’玄女曰：‘天地之间，动须阴阳。阳得阴而化，阴得阳而通，一阴一阳，相须而行。故男感坚强，女动辟张，二气交精，流液相通。男有八节，女有九宫，用之失度，男发痲疽，女害月经，百病生长，寿命消亡。能知其道，乐而且强，寿即增延，色如华英。’”

抱朴子云：“凡服药千种，三性之养，而不知房中之术，亦无所益也。是以古人恐人之轻恣情性，故美为之说，亦不可尽信也。玄、素喻于水火，水火杀人，又生人。于在能用与不能耳。大都得其要法，御女多益善，若不晓其道，用一两者，适足以速死耳。”

又云：“人复不可都阴阳不交，则生痲疽之疾。故幽闭怨旷多病而不寿，任情恣意复伐年命，唯有得节宣之和可以无损。”

（《洞玄子》第一、二条）

《千金方》云：“男不可无女，女不可无男。若孤独而思交接，损人寿，生百病。又鬼魅因之共交，精损一当百。”

（《千金方》第一、二条）

养阳【第二】

《玉房秘诀》云：“冲和子曰：‘养阳之家不可令女人窃窥此术，非但阳无益，乃至损病。所谓利器假人，则攘袂莫拟也。’”

又云：“彭祖曰：‘夫男子欲得大益者，得不知道之女为善。又当御童女，颜色亦当如童女。女但苦不少年耳，若得十四五以上、十八九以下，还甚益佳也。然高不可过卅，虽未卅而已产者，【为之】不能益也。吾先师相传此道者，得三千岁，兼药者可得仙。’”

又云：“欲行阴阳取气养生之道，不可以一女为之，得三若九若十一，多多益善。采取其精液，上鸿泉还精，肌肤光泽，身轻目明，气力强盛，能服众敌，老人如廿时。若年少，势力百倍。”

又云：“御女欲一劝辄易女，易女可长生。若故还御一女者，女阴气转微，为益亦少也。”

又云：“青牛道士曰：‘数数易女则益多，一夕易十人以上尤佳。常御一女，女精气转弱，不能大益人，亦使女瘦瘠也。’”

《玉房指要》云：“【彭祖曰：】‘交接之道，无复他奇，但当纵容安徐，以和为贵。玩其丹田，求其口实，深按小摇，以致其气。女子感阳，亦有征候，其耳热，如饮醇酒；其乳曝（腰）起，握之满手；颈项数动，两脚振扰，淫衍窈窕[迫]迕（乍）男身。如此之时，小缩而浅之，则阳得气，于阴有损。又五藏之液，要在于舌，赤松子所谓玉浆可以绝谷。当交接时，多含舌液及唾，使人胃中豁然如服汤药，消渴立愈，逆气便下，皮肤光泽，姿如处女。道不远

求，但俗人不能识耳。’采女曰：‘不逆人情而可益寿，不亦乐哉!’”

养阴【第三】

《玉房秘诀》云：“冲和子曰：‘非徒阳可养也，阴亦宜然。西王母是养阴得道之者也，一与男交而男立损病，女颜色光泽，不着脂粉，常食乳酪而弹五弦，所以和心系意，使无他欲。’”又云：“王母无夫，好与童男交，是以不可为世教，何必王母然哉!”

又云：“与男交，当安心定意，有如男子之未成。须气至乃小收，情志与之相应，皆勿振摇踊跃，使阴精先竭，其处空虚，以受风寒之疾。或闻男子与他人交接，嫉妒烦闷，阴气鼓动，坐起悁恚，精液独出，憔悴暴老，皆是（此）也，将宜抑慎之!”

又云：“若知养阴之道，使二气和合，则化为男子。若不为〔男〕子，转成津液，流入百脉。以阳养阴，百病消除，颜色光（悦）泽，肌好，延年不老，常如少童。审得其道，常与男子交，可以绝谷五（九）日而不知饥也。有病与鬼交者，尚可不食而消瘦，况与人交乎!”

和志【第四】

（《洞玄子》第三、四、五条）

《玉房秘诀》云：“黄帝曰：‘夫阴阳之道，交接奈何?’素女曰：‘交接之道，固有形状，男以致气，女以除病，心意娱乐，气力益壮，不知道者则侵以衰。欲知其道，在安心和志，精神充归，不寒不暑，不饱不饥，定身正意，性必舒迟，滑内徐动，出入欲稀。以是为节，【慎】无敢违，女既欢喜，男则不衰。’”

又云：“黄帝曰：‘今欲强交接，玉茎不起，面惭意羞，汗如珠子，心情贪欲，强助以手，何以强之?愿闻其道。’素女曰：‘帝之所问，众人所有。凡欲接女，固有经纪，必先和气，玉茎乃起。顺其五常，存感九部，女有五色，审所足扣，采其溢精，取液于口，精气还化，填满髓脂，避七损之禁，行八益之道，无逆五常，身乃可保。正气内充，何疾不去?府藏安宁，光泽润理，每接即起，气力百倍，敌人宾服，何惭之有?’”

《玉房指要》云：“道人刘京言：‘凡御女之道，务欲先徐徐嬉戏，使神和意感，良久，乃可交接。弱而内之，坚强急退。进退（退进）之间，欲令疏迟，亦勿高自投掷，颠倒五藏，伤绝络脉，致生百病也。但接而勿施，能一日一夕数十交而不失精者，诸病甚愈，年寿日益。’”

《玄女经》云：“黄帝曰：‘交接之时，女或不悦，其质不动，其液不出，玉茎不强，小而不势，何以尔也?’玄女曰：‘阴阳者，相感而应耳。故阳不得阴则不喜，阴不得阳则不起。男欲接而女不乐，女欲接而男不欲，二心不和，