

抱朴子内外篇

五



抱朴子內外篇

(五)

葛 洪 撰

抱朴子內篇卷之十八

守十

地眞

抱朴子曰余聞之師云人能知一萬事畢知一者無一之不知也不知一者無一之能知也道起於一其貴無偶各居一處以象天地人故曰三一也天得一以清地得一以寧人得一以生神得一以靈金沈羽浮山峙川流視之不見聽之不聞存之則在忽之則亡向之則吉背之則凶保之則遐祚固極失之則命彫氣窮老君曰忽兮恍兮其中有象恍兮忽兮其中有物一之謂也故仙經曰子欲長生守一當明思一至飢一與之糧思一至渴一與之漿一有姓字服色

男長九分女長六分或在臍下二寸四分下丹田中
或在心下絳宮金闕中丹田也或在人兩眉間却行
一寸爲明堂二寸爲洞房三寸爲上丹田也此乃是
道家所重世世畝血口傳其姓名耳一能成陰生陽
推步寒暑春得一以發夏得一以長秋得一以收冬
得一以藏其大不可以六合階其小不可以毫芒比
也昔黃帝東到青丘過風山見紫府先生受三皇內
文以劾召萬神南到圓隴陰建木觀百令之所登採
若乾之華飲丹轡之水西見中黃子受九加之方過
洞庭從廣成子受自成之經北到洪隄上具茨見大
隗君黃蓋童子受神芝圖還陟王室得神丹金訣記

到峨眉。山見天真皇人於玉堂。請問真一之道。皇人曰。子旣君四海。欲復求長生。不亦貪乎其相覆。不可具說。粗舉一隅耳。夫長生仙方。則唯有金丹守形。却遠刻本作惡。則獨有真一。故古人尤重也。仙經曰。九轉丹金液經。守一訣。皆在崑崙五城之內。藏以玉函。刻以金札。封以紫泥。印以中章焉。吾聞之於先師曰。一在北極大淵之中。前有明堂。後有絳宮。巍巍華蓋。金樓穹隆。左罡右魁。激波揚空。元芝被崖。朱草蒙瓏。白玉嵯峨。日月垂光。歷火過水。經元涉黃。城闕交錯。帷帳琳琅。龍虎列衛。神人在傍。不施不與。一安其所。不遲不疾。一安其室。能暇能豫。一乃不去。守一存真。乃能

通神少欲約食一乃留息白刃臨頸思一得生知一
不難難在於終守之不失可以無窮陸辟惡獸水却
蛟龍不畏魍魎挾毒之蟲鬼不敢近刃不敢中此真
一之大畧也抱朴子曰吾聞之於師云道術諸經所
思存念作可以却惡防身者乃有數千法如含影藏
形及守形無生九變十二化二十四生等思見身中
諸神而內視令見之法不可勝計亦各有効也然或
乃思作數千物以自衛率多煩難足以大勞人意若
知守一之道則一切除棄此輩故曰能知一則萬事
畢者也受真一口訣皆有明文畝白牲之血以王相
之日受之以白絹白銀爲約剋金契而分之輕說安

傳其神不行也人能守一一亦守人所以白刃無所
措其銳百害無所容其凶居敗能成在危獨安也若
在鬼廟之中山林之下大疫之地塚墓之間虎狼之
藪蛇蝮之處守一不怠衆惡遠迸若忽偶忘守一而
爲百鬼所害或臥而魘者即出中庭視輔星握固守
一鬼即去矣若夫陰雨者但止室中向北思見輔星
而已若爲兵寇所圍無復生地急入六甲陰中伏而
守一則五兵不能犯之也能守一者行萬里入軍旅
涉大川不須卜日擇時起工移徙入新屋舍皆不復
按堪輿星厯而不避太歲太陰將軍月建煞耗之神
年命之忌終不復值殃咎也先賢厯試有驗之道也

抱朴子曰元一之道亦要法也無所不辟與真一同
功吾內篇第一名之爲暢元者正以此也守元一復
易於守真一真一有姓字長短服色目刻本作日元一但
此見之初求之於日中所謂知白守黑欲死不得者
也然先當百日潔齋乃可候求得之耳亦不過三四
日得之得之守之則不復去矣守元一并思其身分
爲三人三人已見又轉益之可至數十人皆如己身
隱之顯之皆自有口訣此所謂分形之道左君及薊
子訓葛仙公所以能一日至數十處及有客座上有
一主人與客語門中又有一主人迎客而水側又有
一主人投釣賓不能別何者爲真主人也師言守一

兼修明鏡其鏡道成

刻本無此字

則能分形爲數十人衣

服面貌皆如一也抱朴子曰師言欲長生勤服大藥

欲得通神當金水分形形分則自見其身中之三魂

七魄而天靈地祇皆可接見山川之神皆可使役也

抱朴子曰生可惜也死可畏也然長生養性辟死者

亦未有不始於勤

藏本作弱

而終成於久視也道成之後

略無所爲也未成之間無不爲也採掘草木之藥劬

勞山澤之中煎餵治作皆用筋力登危涉險夙夜不

怠非有至志不能久也及欲金丹成而昇天然其大

藥物皆用錢直不可卒辦當復由於耕牧商販以索

資累年積勤然後可合及於合作之日當復齋潔清

淨斷絕人事有諸不易而當復加之以思神守一却惡衛身常如人君之治國戎將之待敵乃可爲得長生之功也以聰明大智任經世濟俗之器而修此事乃可必得耳淺近庸人雖有志好不能克終矣故一人之身一國之象也胸腹之位猶宮室也四肢之列猶郊境也骨節之分猶百官也神猶君也血猶臣也氣猶民也故知治身則能治國也夫愛其民所以安其國養其氣所以全其身民散則國亡氣竭即身死死者不可生也亡者不可存也是以至人消未起之患治未病之疾醫之於無事之前不追之於旣逝之後民難養而易危也氣難清而易濁也故審威德所

以保社稷割嗜慾所以固血氣然後真一存焉三七
守焉百害却焉年命延矣抱朴子曰師言服金丹大
藥雖未去世百邪不近也若但服草木及小小餌八
石適可令疾除命益耳不足以攘外來之禍也或爲
鬼所冒犯或爲大山神之所輕凌或爲精魅所侵犯
唯有守真一可以一切不畏此輩也次則有帶神符
若了不知此二事以求長生危矣哉四門而閉其三
盜猶得入況盡開者邪

抱朴子內篇卷之十八

抱朴子內篇 卷一八

抱朴子內篇卷之十九

遐覽

或曰鄙人面牆拘繫儒教獨知有五經三史百氏之言及浮華之詩賦無益之短文盡思守此既有年矣既生值多難之運亂靡有定干戈威揚藝文不貴徒消工夫苦意極思攻微索隱竟不能祿在其中免此壘畝又有損於精思無益於年命二毛告暮素志衰頽正欲反迷以尋生道倉卒罔極無所趨向若涉大川不知攸濟先生既窮觀墳典又兼綜竒祕不審道書凡有幾卷願告篇目抱朴子曰余亦與子同斯疾者也昔者幸遇明師鄭君但恨子弟當作不慧不足

以鑽至堅極彌高耳於時雖充門人之灑掃旣才識短淺又年尚少壯意思不專俗情未盡不能大有所得以爲巨恨耳鄭君時年出八十先髮鬚斑白數年間又黑顏色豐悅能引強弩射百步步行日數百里飲酒二斗不醉每上山體力輕便登危越險年少追之多所不及飲食與凡人不異不見其絕穀余問先隨之弟子黃章言鄭君嘗從豫章還於掘溝浦中連值大風又聞前多劫賊同侶攀留鄭君以須後伴人皆以糧少鄭君推米以卹諸人已不復食五十日亦不飢又不見其所施爲不知以何事也火下細書過少年人性解音律善鼓琴明坐侍坐數人口荅諮

問言不輟響而耳並料

刻本作聰

聽左右操絃者教遣長

短無毫釐差過也余晚充鄭君門人請見方書告余曰要道不過尺素上足以度世不用多也然博涉之後遠勝於不見矣既悟人意又可得淺近之術以防初學未成者諸患也乃先以道家訓教戒書不要者近百卷稍稍示余余亦多所先見先見者頗以其中疑事諮問之鄭君言君有甄事之才可教也然君所知者雖多未精又意在於外學不能專一未中以經深涉遠耳今自當以佳書相示也又許漸得短書縑素所寫者積年之中合集所見當出二百許卷終不可得也他弟子皆親僕使之役採薪耕田唯余厓嬴

不堪他勞然無以自効常親掃除拂拭牀几磨墨執燭及與鄭君繕寫故書而已見待余同於先進者語余曰雜道書卷卷有佳事但當校其精粗而擇所施行不事盡誦誦以妨日月而勞意思耳若金丹一成則此輩一切不用也亦或當有所教授宜得本末先從淺始以勸進學者無所希准階由也鄭君亦不冝先令人寫其書皆當決其意雖久借之然莫有敢盜寫一字者也鄭君本大儒士也晚而好道由以禮記尚書教授不絕其體望高亮風格方整接見之者皆肅然每有諮問常待其溫顏不敢輕銳也書在余處者久之月足以大有所寫以不敢竊寫者政以鄭

君聰慙邈近知之失其意則更以小喪大也然於求
受之初復所不敢爲斟酌時有所請耳是以徒知飲
河而不得滿腹然弟子五十餘人唯余見受金丹之
經及三皇內文枕中五行記其餘人乃有不得一觀
此書之首題者矣他書雖不具得皆疏其名今將爲
子說之後生好書者可以廣索也道經有三皇內文
天文刻本作地
人二字三卷元文上中下三卷混成經二卷
元錄二卷九生經二十四生經九仙經靈卜仙經十
藏本無
此字非二化經九變經老君玉歷真經墨子枕中五
行記五卷溫寶經息民經自然經陰陽經養生書一
百五卷太平經五十卷九敬原注一
作都經甲乙經一百