葛洪素材

# 介绍

葛洪（283—343），字稚川，自号抱朴子，丹阳句容（今江苏句容-金陵句容）人，西晋太康四年（283）出生于一个没落的官宦之家。 他是东晋道教学者，著名的炼丹家，还是一位有名的医药学家。他是三国时期方士葛玄的侄孙，世人都称他为小仙翁。葛洪曾经受封做过关内侯，后来受其师傅郑隐遁世思想的影响隐居在罗浮山炼丹。

# 家世

祖父葛系在三国时期的吴国为官，历任吏部侍郎，御史中丞，卢陵太守，吏部尚书，太子少傅，中书、大鸿胪，侍中，光禄勋，输吴将军等要职。父葛悌，仕吴为建城、南昌二县令，中书郎，廷尉评，中护军，五郡赴惊等，入晋后，又任郎中，大中大夫，大中正，肥县令，吴王郎中令，后升迁为邵陵太守，卒于官所。葛洪为第三子。葛洪从祖葛玄，字孝先，受业于三国时魏国著名方士左慈（左元放），精于炼丹术，世称葛仙公，又称太极仙翁。其术传弟子郑隐（郑思远）。仙公升天之日，曾将上清三洞、灵宝中盟诸品经篆一通，授与弟子郑思远，嘱以吾家门子孙。若有可传者，万勿秘。

# 道术

左慈-九丹金液仙经 – 葛玄 -上清三洞、灵宝中盟诸品经篆

* 郑隐 -

# 生平

小时候：他的师父郑隐知道世道要乱的时候就带着书籍和弟子前往霍ft隐居避世了，只有葛洪留在了丹阳。葛洪是丹阳人，是江南士族出身。早年受父母娇宠，生活懒散，好学而未苦读。但是在十三岁的时候他父亲去世了，又逢西晋末年八王之乱，社会动荡，家乡屡遭兵火，不仅先人传留的书籍烧毁一空，而且家境也每况愈下，以致饥寒困顿，生计艰难。渐渐的家道中落，直到家里穷到请不起仆人伺候自己。家境的变迁使葛洪受到极大的震动，并促使他振奋起来，刻苦学习，力求上进。家里的篱笆也不修理，他常常用手分开院子里长得杂乱的草木出门，回来的时候又推开杂草野树回家。家中都失火好几次了，家里收藏的经典著作都被火焚毁了，他就背着书箱步行，不怕路途有千里之远，去问人家借书在劳作之余抄书学习，常至深夜。由于家里没钱葛洪就卖木柴赚钱，拿赚来的钱买纸抄书，没钱买灯油就点燃木柴的火光翻阅书籍。无书可读，他便背着书箱四处求借。他常以砍柴所得换取纸笔，日间劳动，夜晚抄读。由于家贫，每得到一张纸都备加珍惜，在正反两面反复抄写，直到无法利用为止。在古代药物典籍里面，他所用的一张纸都要重复使用多次，所以其他人都看不懂葛洪写的东西。后来，为寻书问义，他甚至不远千里崎岖跋涉，以达到求学的目的。经过多年的勤学苦练，到十五六岁时，他已博览群书，小有文名，所作诗赋杂文达到相当高的水平。葛洪十六岁始读《孝经》、《论语》、《诗经》和《易经》等儒家经典，但他自知“才非政事”，无意仕途，于是立志成为精研经史百家，专事著书立说的儒家学者。这是他早期的奋斗目标。当时，有人劝他道：“兄之学业，亦可谓成矣，若肯出而求仕，便不忧贫贱了。”葛洪答道：“读书为明理耳，岂谓功名贫贱哉？”劝者道：“功名可谢，而贫贱难处。今兄壮年，只因贫贱，尚未授室，设非出仕，则妻子何来？”葛洪笑道：“梁鸿得孟光为妻，未闻出仕。即欲出仕、亦自有时，何待人求？”劝者不能答而去。葛洪学问既高，寄情又远，故于闲居，惟杜门却扫，绝不妄交一人。有兴时，但邀游山水以自适。

拜师：葛洪的伯祖父葛玄曾经有拜炼丹家左慈为师，跟左慈学道， 号为葛仙公，把他会的炼丹秘术传给了他的弟子郑隐。葛洪大约在十八九岁时曾到庐江（今安徽庐江）入马迹山拜郑隐为师，并做他的助手，研习道书和炼丹术著作，受到道教思想的深刻影响。郑隐还将一些道家秘籍传授给葛洪，让他归家继续钻研。葛洪在二十岁左右就因儒道兼通学识渊博而远近知名，并且决心“立一家之言”，开始撰写《抱朴子》，但不久即因战乱而中辍。葛洪好像比较喜欢道学，所以大概是在十六岁的时候就拜郑隐为师了，认真的想郑隐学习，很是受郑隐的喜爱和器重。据说郑隐有弟子五十余人，但是只有葛洪一人见到并且被郑隐传授炼金丹的经书，其余的弟子没有一个能见到这些经书的，由此足以见得郑隐对葛洪的器重。郑隐自比神仙，遁世修仙的思想影响了葛洪的一生，所以葛洪从此就有了归隐ft林炼丹修道，著书立说的故事。

参军：西晋惠帝太安二年（303）在他二十一岁的时候，发生了张昌领导的农民起义。葛洪小时候学过骑射，略知武功，这时应吴兴太守顾秘之邀，出任将兵都尉，募集数百人，参与了镇压义军石冰部的行动，并因战功升迁为伏波将军。事平之后，他立即投戈释甲，径往洛阳，搜求异书，以广学识，这一时期已天下大乱，北道不通，归途阻塞，于是周游于徐、豫、荆、襄、交、广数州之间，接触了流俗道士数百人，对于道教及方术有了更多的了解。晋惠帝光熙元年（306），葛洪24 岁，其友人嵇含被任命为广州刺史，请他去作参军。他感到这虽非所愿，但可避地南土，所以还是接受下来，并受命先行催兵来到广州。不想嵇含被他的仇人郭励杀死了，葛洪仍留广州多年，但无意再任官职，地方官员屡次邀用皆被辞却。不想嵇含被他的仇人郭励杀死了，于是被被迫留在广州好几年，感到世事无常，荣华富贵都是过眼云烟。

结婚：在此期间，他又拜南海太守鲍靓（鲍太玄）为师，学习神仙方术，使丹法、医道更为精进。鲍靓很器重葛洪，并将女儿鲍姑嫁给他。鲍姑，名潜光，懂医术，尤擅长针灸，是中国历史上第一位见于记载的女针灸医家。她曾亲自参加葛洪的炼丹和医疗活动，帮助葛洪编撰医学著作，葛洪《肘后备急方》中还载有她的艾灸法等。

回家：

约在三十岁左右，葛洪携家眷返归故里，潜心著述十余年，作品多达六百余卷。他在整理和续写《抱朴子》旧稿方面下了很大功夫，约于建武元年（317）三十五岁时，完成《抱朴子内篇》20 卷，《抱朴子外篇》50 卷。这两部书合称《抱朴子》，是道教理论的经典之作，葛洪也因之成为对后世影响很大的道教学者，此外，他在这时期完成的著作还有《神仙传》10 卷，《隐逸传》10 卷，碑颂诗赋100 卷，军书檄移章表笺记30 卷，抄录五经七史、百家之言、方技杂事310 卷，《玉函方》100 卷，《肘后备急方》3 卷等。两年后，东晋开国，因为记得葛洪的功劳，特地赐封葛洪为关内侯。其间，葛洪曾担任为期不长的掾，州主簿，司徒掾，咨议参军等官职，并受封关内侯。后来，其挚友干宝推荐他为散骑常侍，领大著作，葛洪固辞不就。

炼丹：

晋成帝咸和年间（326—334），约在葛洪五十岁左右，他因年事已高，打算亲自炼丹以求长寿，又听说扶南（今越南和柬埔寨南部）出产丹砂，于是上书请为勾漏（今广西北流）令。成帝因其资历高不可低就而未准。葛洪解释说，他去勾漏并非贪求荣耀，而是为了炼丹。在说服成帝之后，他与子侄同行又赴广州。

隐居：在广州为刺史邓岳劝阻，遂隐居于罗浮山。邓岳曾上表补授他为东官太守，他仍婉辞不就。葛洪在罗浮山多年，从事著述，修道炼丹，过起了“丹鼎神仙”的优游生活。南粤名山属二樵，罗浮山即其中的东樵，为道教“第七洞天”所在地，现在尚存葛洪炼丹时所用之洗药池等胜迹。东晋康帝建元元年（343）辞世，享年六十一岁①。

羽化：

葛洪以道家尸解成就法仙去：“洪坐至日中，兀然若睡而卒，岳至，遂不及见。时年八十一。视其颜色如生，体亦柔软，举尸入棺，甚轻，如空衣，世以为尸解得仙云。”葛洪仙翁辗转全国各大名山炼丹，最后长隐南粤罗浮山，并在此地得道飞升，留下衣冠冢。

# 大事件

# 小事件

葛洪卖薪买纸

关于葛洪卖薪买纸的故事其实就是葛洪艰苦求学的故事。葛洪性格比较内向，不擅长同人家交流，只待在家里自己一个人读书，但是他学习的范围很广，十六岁的时候就

开始阅读《孝经》、《论语》等儒家典籍，不过他更喜欢“神仙导养之法”。

葛洪炼丹

中国的炼丹术兴起于秦汉时期，古代方士和社会流行的阴阳五行思想的结合，就成了

炼丹术发展的思想源泉。葛洪是晋朝的一代名医，他对炼丹极其推崇，他认为服用植物做成的要只能让人延年益寿，但是无法成仙。只有服用“金丹”和黄金才能让人不老 不死。葛洪应当算是早期的化学家了，他们把一些矿物放在密封的鼎里，用火来烧，美其名曰是炼丹。矿物在高温高压喜爱就会产生化学反应，产生新的物质。当然，长生不老的仙丹只是古代贵族们的幻想。葛洪有炼出密陀僧（氧化铅）、三仙丹（氧化汞）等外用药物的原料。他在炼制水银的时候发现化学的反应是可逆的，在丹砂（硫化汞） 加热时可以炼出水银，但是水银和硫磺的再次结合又能变成丹砂。

在葛洪撰写的书中还记载了雌黄和雄黄在加热升华后会有成为结晶的现象。除此之 外，葛洪的炼丹还做出了许多治疗疾病的简单药物和方剂，有些药剂在如今已经被证实是特效药。比如像松节油可以治疗关节炎，铜青（碳酸铜）可以用来治疗皮肤病， 雄黄、艾叶可以消毒，密陀僧（氧化铅）可以防腐等等。因为铜青能一直细菌的生长繁殖，所以可以治疗皮肤病。雄黄中的砷有较强的杀菌作用所以能用来消毒。密陀僧有杀毒灭菌的作用可以用来做防腐剂。作为一个炼丹师，葛洪炼丹发现这些药物的作用，对我国医学上做出了非常大的贡献。

一抹斜阳，名山古墓，刹那间犹如穿越时空，与这位中古圣者对话.......

二、葛岭仙迹西湖，环绕皆山也。而山之蜿蜒起伏，可客人之散步而前后观览者，则岭也。岭之列在南北两峰，与左右诸山者，皆无足称。纵有可称，亦不过称其形势。称其隅位而已，并未闻有着其姓者。独保叔塔而西一带，乃谓之葛岭。此何说也？盖尝考之。此岭在晋时，曾有一异人葛洪，在此岭上修炼成仙，一时人杰地灵，故人之姓，即冒而为岭之姓也。

遇鲍靓：

有兴时，但邀游山水以自适。一日，在青黛山数株长松之下，一块白石上箕踞而坐，静玩那满山的苍翠之色，以为生于山中，却又不紧贴于山，以为浮于山外，却去山远了则此色又不复有，因而感悟道：“孟夫子所言‘睟于面，盎于背’，正是此种道理，此山之所以称寿也。”正在沉吟注想，不期此日，恰有个南海的太守，姓鲍，名玄，同了许多门客，也到青黛山来游玩，先在半山亭子上吃了半晌酒，酒酣之际，各各散步。鲍玄偶携了一个相士，正游到葛洪的坐处来忽见葛洪坐在石上，昂昂藏藏，丰神飘逸，不觉惊讶，因指谓相士道：“你看此人，体态悠然，自应富贵，何如此青年，甘居泉石？”相上因定睛看了一看，道：“这少年富贵固有，然富贵还只有限，更有一件大过人处，老先生可曾看出？”鲍玄道：“富贵之外，则不知也。”相士道：“你看他须眉秀异，清气逼人，两眼灼灼有光，而昂藏矫健如野鹤，此殆神仙中人。”</p><p>鲍玄听了，尚不尽信，因走上前，对着葛洪拱一拱手，道：“长兄请了。”葛洪正看山到得意之所，低着头细细理会，忽听得有人与他拱手；忙回过头来看时，却见是一个老先辈模样，只得立起身来，深深打一恭，道：“晚辈贪看山色，不识台驾到此，失于趋避，不胜有罪。”鲍玄见他谦谦有礼，愈加欢喜，因又问道：“我看长兄神情英发，当驰骋于仕路中，为何有闲工夫寻山问水，做此寂寞之事？”葛洪答道：“尝闻贤人君子之涉世，即居仕路中吐握风云，亦宜有山水之雅度，如老先生今日是也。何况晚辈正在贫贱时，去仕路尚远，落得受用些山川秀气，以涵养性。”鲍玄听了大喜道：“长兄不独形貌超凡，而议论高妙又迥出乎寻常之外，真高士也，可敬，可羡。”因而问姓。葛洪道：“尚不曾拜识山斗，晚生小子安敢妄通。”鲍玄道：“我学生南海郡守鲍玄也，过时陈人，何足挂齿。”</p><p>葛洪忙又打一恭，道：“泰山北斗，果是不虚。晚生葛洪，孤寒下士，何幸得瞻紫气。”鲍玄听了，道：“这等说是葛兄了。但不知仙乡何处？”葛洪道：“祖籍金陵句容。”鲍玄道：“闻句容县，三国时，有一位白日飞升的仙人，道号葛孝先者，兄既与之同姓，定知其来历矣。”葛洪又打一恭，道：“此即晚生之祖也。自愧不肖，尚坠落凡胎，言之实可羞耻。”鲍玄听了又不觉大喜，因顾谓相士道：“祖孙一气，吾兄言神仙中人，殆不诬矣。”相士笑答道：“非予言不诬，实相理不诬也；非相理不诬，实天地间阴阳之气不诬也。”葛洪见二人说话有因，因而问故。鲍玄遂将前看他所论之言，又细细说了一遍。葛洪此时听了，虽谦谢不遑，然胸中早已落了一个神仙的影子在心坎之上。葛洪见鲍太守宾客纷纷，恐他有正事，说罢，遂要辞别而回。鲍玄执手不舍，再三问明了居址之地，方容他别去。正是：</p><p><strong>谩道知音今古稀，只须一语便投机。</strong></p><p><strong>况乎语语皆如意，怎不身心一片依。</strong></p><p>你道鲍玄为何这等喜爱葛洪？原来他有一个女儿，名唤潜光小姐，最所钟爱，尚未得佳婿。今见葛洪少年，潇洒出尘，又有才思，甚是注意。到次日，就托相士为媒，来与葛洪道达鲍太守之意。葛洪惟以处贫，再三辞谢，当不得鲍太守情意谆谆，遂一言之下，结成了秦晋姻盟。又过不多时，竟和谐了琴瑟之好，夫妻甚是相得。自此，鲍玄与葛洪在翁婿之间，便时相过从。原来鲍玄最好的是外丹，并内养之术。因见葛洪出自神仙之裔，便尽将所得的丹术。朝夕与葛洪讲究，指望他有些家传。葛洪因说道：“小婿闻修仙一道，要在各人自炼，虽有家学，亦不过是些平常导引之法，只好保养气血，为延年计耳。至于飞升冲举之事，想来定须大丹。”鲍玄听了，深以为然，遂留心访求大丹之术。

当官封侯

那时是晋成帝咸和初，司徒王导欲召葛洪补州主簿，以便选为散骑常侍，领大着作。葛洪固辞不就。后因东南一带反了无数山贼，朝廷敕令都督顾秘统领大兵往讨之。这顾秘与鲍玄原是旧交，临行来辞，鲍玄因开筵款留，坐中命葛洪相陪。顾秘见葛洪器宇轩豁，间出一言，颇有深意，度其有才，因问他道：“目今东南一带，山贼作乱，相连相结，将有千里。本督奉命往讨，不知还该作何方略。葛兄多才，当有以教我。”葛洪道：“草野下士，焉知方略。但思贼本民也，汹汹而起者，不过迫于饥寒。有司不知存恤，复以催科酷虐之，使其不能生，便不畏死而作乱，实非有争夺割据之大志。况一时乌合，未知纪律，恩诏并宽恤之令一下，则顷刻解散矣。若欲示威，铤而走险，则天下事不可知矣。望老大人为天地惜生，为朝廷惜福。”</p><p>顾秘听了，不觉喜动颜色，因对鲍玄道：“令婿稚川兄不独才高，而察览贼情，直如燃犀观火，而解散谋猷，竟是仁心义举。杯酒片言，本督领教多矣。军旅危务，本不当烦读高贤，但思兵机叵测，倘一时有变，本督自知鲁钝，恐不能速应。一着稍差，岂不丧师辱国。意欲暂屈高贤，帷幄共事，设有所疑，便于领教，使东南赖以安静，或亦仁人所愿。望葛兄慨允。”葛洪因辞谢道：“刍荛上献，不过备大人之一采。若借此临戎，小知大受，鲜不误事，乌乎敢也。”顾秘道：“一长便可奏效，何况全才。本督意已决矣，万望勿辞。”随命军中取了一道县尉的敕书，填了葛洪名字，并县尉的衣冠送上，道：“暂以此相屈，寻当上请，自别有恩命。”</p><p>葛洪还要推辞，鲍玄因从旁劝说道：“幼而学，壮而行，丈夫之志也。贤婿虽别有高怀，然积功累行，不出贫寒，则功名二字，亦人生所不可少。况知己难逢，今既蒙顾老督台汲汲垂青，实贤婿知己也。何不出而仰佐其成功，使东南万姓死而忽生，扰而忽定，岂不于徒抱之仁心，更加一快乎？至于事后之功名，存之弃之，则无不可。当此之际，何必饥而不食，渴而不饮，虚费此耕凿之功哉。”顾秘听了大喜道：“鲍老先生之言甚善，葛兄不可不听。”葛洪见交相劝勉，知义不可辞，方才受了敕书，穿了冠带，先拜谢了圣恩，又拜谢了主帅，然后入内，拜别了岳父岳母并妻子，竟随了顾都督，领着三军而去。正是：</p><p><strong>莫认丹成便可仙，积功累行实为先。若徒硁守不为善，那得丹成上九天。顾督师兵尚未到东南之界，葛洪早献计道：“贼巢广远，难于遍剿，利在招降，固矣。但思招降亦不容易，必使其心又感又畏，方才贴服。今欲其感，须用大恩结之；再欲其畏，必须大威震之。大恩不过一纸，大威必须百万。今元师所拥有限，何以使其必畏？”顾秘道：“如此却将奈何？”葛洪道：“洪闻先声最能动众。元帅可先发檄文于东南各府州县，虚檄其每府发兵若干、粮草若干，每州县发兵若干、粮草若干；某兵就使当守何险，某兵乘势当攻何寨；获一首级，当作何赏；破一营寨，当进何爵；候本督府百万大兵到日，一同进剿。烈烈轰轰，喧传四境。却暗戒各府州县不必实具兵马，但多备旗鼓火炮，虚张杀伐之势，使贼人闻之，自然惊惧。然后命洪率一旅，宣扬圣恩，沿路招而安之，定自畏威而感服矣。”顾督师称其妙算，一一依计而行。不数日之间，各府州县俱纷纷传说大兵到了，有旨檄兵进剿，皆设旌旗、火炮、粮草，以为从剿之用。众山贼闻知，莫不惊惧。强梁者尚思拥众凭险，以图侥幸，柔弱者早已悔之无及。过不得一两日，忽又闻得恩诏到了，沿途都写帖诏旨道：万物皆自倾自覆，而天地之栽培不息。凡我黎民，偶以饥寒而为贼诱者，朕甚悯之。若能悔过自新，可速纳兵戈于各府州县，仍各回乡里安生，便曲赦其罪，蠲免其积欠钱粮，有司不得重征再问。若果系饥寒，事平后量加优恤。有能诛获贼首来献者，赏千金，封万户。若执迷不悟，大兵到日，尽成齑粉，其无悔？</p><p>众贼见诏书写得明明白白，又且恳切，皆大喜道：“吾属有生路矣。”遂各人将所执的刀枪弓箭，尽交纳到各府州县来，竟一哄分头散去。各府州县转取他所纳的兵器，摆列在城头之上，要害之所，以为助剿之需。贼首见此光景，无计可施，欲要拥众，而众已散了八九；欲要据险，而势孤力寡，如何能据，只得寻思要走。早有几个贴身贼将，打听得有赏千金、封万户的诏书，便你思量生缚了去请赏，我思量斩了首级去献功。你争我夺，竟将贼首斫成肉酱，而不可献矣。贼首既死，而余党便东西逃散，那里还有踪迹。及顾都督的兵到境上，而东南一带已是太平世界，竟无处劳一兵一将、一矢一炮矣。顾都督大喜道：“此皆葛县尉之功也。”遂细细的表奏朝廷，请加重赏。</p><p>朝廷见兵不血刃，而四境扫清，甚嘉其功，因赐爵为关内侯。

诏命到日，众皆称贺。葛洪独苦辞道：“洪本一书生，蒙元帅提携，得备顾问。即今山贼之平，非元帅大兵，赫赫加临，谁肯信一言，而遽解散耶？此皆元帅虎威所致，元帅乃谦虚不自有，而尽归功于洪，复蒙圣主赐以上爵。洪自惟草茅下士，何以当此？万望元帅代为辞免。”顾秘道：“解散之功且无论，即大兵之威，亦贤候檄府县虚应之所扬也，岂尽在本督？贤侯有功而不受职，朝廷不疑贤侯为薄名器，则疑贤侯为矫情。辞之何难？然揆之于义，似乎不可。”葛洪听了，甚是踌躇。</p><p>原来葛洪本念不甚重在功名，惟深注于修炼。平素与鲍玄讲究，知修炼以得丹砂为重，而丹砂惟交趾最良，今见辞功名不去，遂转一念道：“洪本书生，不谙朝廷典礼，几于获罪。今蒙元帅训教，辞爵既于义不可，但士各有志，才各有宜，今洪欲谨辞侯爵，别乞一命。总是朝廷臣子，不识可乎？”顾秘道：“既有所受，则不为矫情矣。但不知贤侯欲求何地？”葛洪道：“乞勾漏一令，平生之愿足矣。”顾秘道：“勾漏，下邑也，贤侯何愿于此？”葛洪道：“此洪素志也，望元帅周全。”顾秘许诺，果为他婉婉转转上了一本。不日倒下旨来道：</p><p>葛洪既奏大功，勾漏一令，何足以偿。既称其有素志，着即赴任。侯爵虽不拜，可挂为虚衔，以示朝廷优待功臣之典。</p><p>葛洪拜谢了圣恩，又拜谢了顾都督，方才奉旨还家，与岳翁鲍玄将愿乞勾漏令，要求丹砂之事细细说明，鲍玄大喜。不久别了岳翁，携了妻子潜光小姐，上任而去。正是：</p><p><strong>一官远远走天涯，名不高来利不加。</strong></p><p><strong>若问何求并何愿，谁知素志在丹砂。</strong></p><p>果然勾漏是一小县，葛洪到任即薄赋减刑，宽谣息讼。不消两月，治得一清如水，真是民无冻馁，官有余闲。

悟道：

故葛洪在衙无事，闻知罗浮名胜，遂常常去游览，欲以山水之理，去参悟那性命之学。见那山水，到了春夏之时，则草木荣茂，到了秋冬之际，则草木衰落，因悟道：“此岂山水有盛衰，盖气有盛衰也。”偶看到梅花盛开之时，见开者开，落者落，因又悟道：“此亦非梅有开落，亦气有盛衰，故梅当其盛而开，缘其衰而落也。”因而自悟道：“万物皆在气中，岂人独能出于气外？少壮者，受生之气正盛也；老耄者，受生之气已竭矣。若欲长生，必须令此气常壮，不至于衰竭则可也。此《丹经》所以贵乎养气也。”由是朝夕之间，惟以养气为事，初惟静养；继用调息；继而闭其口，使气惟从鼻息中出纳；继而长收短放；继而吐故纳新，又直收入丹田；继而直贯至尾闾，又直贯至夹脊，渐渐有个贯顶之意，行之既久，只觉满腹中的精神充足，满身上的气血流通，十分快活。因暗想道：“吾自身中原有大乐，反不去料理，为何转在尘世中恋此鸡肋？”此时在勾漏作令，已满了三载，因而解了印绶，纳于上司，竟告病谢事而去。不日到了故乡，拜见鲍玄，道：“小婿为吏三年，真是两袖清风，惟有丹砂一筐，奉上泰山，聊以佐外丹之一用。”鲍玄笑受道：“得此，则黄白有种，无藉于世矣。”自此之后，翁婿二人，杜门不出，不是养气，就是炼丹。不数月之间，外丹已成，不但资生，兼之济世。然而细细一思，却于性命无益，故葛洪全不在意。虽不在意，而葛洪修炼之名，早已传播四方。</p><p>有一个淮南王刘安，原是汉朝子孙，朝代虽更，他却保全未失。他为人最好的是修炼外丹，只因未得真诀，往往为之而不就。他心不能死，尚苦苦的访求高人异士。今闻得葛洪之名，遂着人用厚聘，再三来敦请一会。葛洪初辞了一两遍，后见他殷殷不倦，转感他仰慕之诚，竟慨然而往。及到了相见，淮南王加礼优待，欲求他修炼之术。葛洪道：“修炼虽炉火之功，然其成败，实关天地之造化，并赖鬼神之护持。大王若存济人利物之心，则天地自然不吝，鬼神自然乐从，而铅汞通灵矣。倘妄想齐山，私图高斗，诚恐九转之功，必不能满也。”淮南王听了，不胜大喜，道：“贤侯之论，金玉也。安何敢私？但欲参明至理耳。倘蒙仙术，侥幸成丹，请悉以代民间租赋。”葛洪听了，因力赞道：“大王仁心仁政，天地鬼神实与闻之。洪虽薄德，何敢不于炉鼎之间少效一臂。”二人说得投机，彼此大悦。遂选吉择地，起立炉灶，安铅置汞，加以丹砂，尽心修炼。到了七七四十九日，如是者九转，大丹乃成。淮南王启炉，果得黄金三万两，不负前言，悉以代淮南一郡租赋之半。深感葛洪之传，敬之不啻神明。</p><p>然葛洪静思暗想，以为终日碌碌为人，而自家性命何时结果？必须弃家避世，远遁而去，择一善地，细细参求，方能有成。算计定了，此时身边黄自之资自有，不忧路费，遂暗暗的改换了道装，隐起葛洪名姓，别号抱朴子，止带了一个能事的老仆，飘然而去。又恐近处人易踪迹，遂顺着长江一路，直至京口，由京口转至丹阳，又由丹阳至常苏。常苏非无名胜之地，可以潜身，然山水浅足，故葛洪舍之而去。直至临安，见两峰与西湖之秀美，甲于天下，方大喜道：“此地可卜吾居矣。”因而遍游湖山，以择善地。南屏嫌其太露，灵隐怪其偏枯，孤山厌其浅隘，石屋憎其深沉，皆不称意。</p><p>一日，从赤霞山之西而行，忽见一岭蜿蜒而前，忽又回环后盼，岭左朝吞旭日，岭右夜纳归蟾，岭下结茅，可以潜居，岭头设石，可以静坐，有泉可汲，有鼎可安。最妙是游人攘攘，而此地过而不留；尤妙在笙歌沸沸，而此中安然独静。葛洪看了，不觉大喜道：“此吾居也。”因出金购地，结庐以处。遂安炉设鼎，先点外丹，为资身之计，然后日坐岭头，观天地之化机，以参悟那内丹之理。一日有感，因而题诗一首道：</p><p><strong>纵心参至道，天地大丹台。</strong></p><p><strong>气逐白云出，火从红日来。</strong></p><p><strong>真修在不息，虚结是灵胎。</strong></p><p><strong>九转还千转，婴儿始出怀。

成仙之后：

葛洪悟后，因时时参想道：“天地所以不老者，先天之气至足也。人是后天父母气血所生，故有壮有老，不能持久，纵能于天地之气吐吞收放，亦不过稍稍延年，断不能使受伤之后天，重返不息之先天。”再又参想道：“若果不能，则神仙一道，尽属荒唐矣。他人且无论，即吾祖仙公，仙踪仙术，历历可征，岂亦荒唐耶？由此想来，必竟后天之中，仍有开辟先天之路。故《丹经》论至精微，有曰父母，有曰戊巳，有曰怀胎，有曰调养，有曰产婴儿，有曰出元神。此必有说，断非无故而妄立名色，以炫世人之耳目。且《丹经》又有曰三九郎君、二八姹女，又有曰黄婆，不知者尽指为采战之事。试思采战淫欲，岂有得道仙人而肯着之为经耶？此中定别具妙理，而人未及参明耳。若果采战，纵有神术，亦属后天，何关性命。况且温柔乡。多半是黄泉路。”</p><p>原来葛洪自在勾漏，得了养气调息之术，有些效验，便日日行之。这一日，正坐在岭头初阳台上，吐纳东方的朝气，忽想起《丹经》上有两名要言，道：“炉内若无真种子，犹如水火炼空铛。”因又参想道：“据此二言，则调养不足重，而真种子乃为贵也。但不知真种子却是何物。若要认做药物，《丹经》又有言：‘竹破还将竹补宜，抱鸡须用卵为之。’由此看来，自是人身之物。但人身俱是后天，那里做得种子？”因而坐卧行动，凝思注想，无一刻不参真种子，再也参不透。</p><p>忽有一道人，古貌苍髯，来访葛洪，欲暂借一宿。葛洪看那人体态，大有道气，便延之上坐，请教道长何来，那人道：“来与汝说真种子。”葛洪闻言，便下拜道：“愿吾师指教。”那道人便一手扯起葛洪，道：“世兄请起，吾乃汝祖弟子郑思远也，特来传汝祖秘术于兄。”遂将昔日葛玄神仙妙旨，一一传授而去。葛洪恍然大悟道：“原来《丹经》所喻，皆系微言，实暗暗相通，所云三九郎君，即父也；二八姹女，即母也；所云戊巳黄婆，即父母交媾之媒也。父母之交媾，即父母先天之阴阳二气，相感相触，而交结于眉目间，而成黍珠也。此黍珠，吸而吞之，即吾后天中之真种子也。父母交媾，即战也；吾吞纳，即采也。采而温养之，即水火之炼也。修炼得法，而种子始成胎也。时足胎成，而婴儿始产也。婴儿既产，则元神始出也。元神出，然后化腐为神，而尸可解也。”葛洪自得郑思远之指点，此理既明，心无所惑，遂出囊中黄白，叫老仆去一一治办。又广结其庐，深深密密，好潜藏修炼，不与人知。正是：</p><p><strong>茫然容易偏难识，得窍虽难亦易行。</strong></p><p><strong>药饵金丹皆备矣，大丹何患不能成。</strong></p><p>药物既备之后，葛洪便闭户垂帘，据鼎炉而坐，抽添得鼎炉内水火温温暖暖、以待先天种子之来。而戊巳黄婆，则日引着明眸皓齿的三九郎君，与绿鬓朱颜的二八姹女，时时调笑于葛洪鼎炉之前。虽五贼为累，龙虎不能即驯也。参差了数遍，然阴阳之交媾，你贪我爱。出自天然，铅汞之调和，此投彼合，不须人力。况有黄婆勾勾引引，忽一时，金童玉女眉目间，早隐隐约约浮出一粒黍珠，现紫光明色。葛洪急开帘审视，认得是父母的先天种子。忙一吸而采入炉中，再抽添火候，牢牢固守，工夫不敢少息。过了些时，腹中渐觉有异，知已得了真种子。不须更烦药物，遂将所求，一概遣去，惟存心于调摄温养，毫忽不敢怠情。果是道参真诀，修合玄机，胸中种子结就灵胎，早日异而月不同。到了十月满足，忽有知有觉，产一婴儿，在丹田内作元神，可以随心称意，出入变化无穷矣。</p><p>葛洪到此，素心已遂，道念愈坚，因拜谢天地祖先，立愿施药济世，不欲复在世缘中扰扰。因遣老仆还乡报信，使家人绝望，自却颠颠狂狂，在西湖上游戏。他虽韬光敛晦，不露神仙的踪迹，然朝游三竺，暮宿两峰，旬日不食也不饥，冬日无衣也不寒，入水不濡，入火不燃，举止行藏，自与凡人迥异，遂为人所惊疑而羡慕矣。</p><p>一日，有一贵者邀洪共饭。时宾客满座，内忽一客戏洪曰：“闻令祖孝先公，仙术奇幻，能吐饭变蜂，不知果有其事，而先生亦善此术否？”葛洪道：“饭自饭，蜂自蜂，如何可变？先祖之事，或真或妄，予亦不知。但尊客既谈及此，或蜂饭之机缘有触，而不可不如尊客之命。”一面说，一面即将口中所嚼之饭，对着客面一喷。客只道是饭，忙低面避之。那里是饭，竟是一阵大蜂，乱扑其面，而肆其攒噬之毒。客急举衣袖拂之，那里拂得他开。左边拂得去，右边又叮来了，右边拂得去，左边又叮来了。客被叮不过，慌了手脚，只得大叫道：“先生饶我罢，某知罪矣。”葛洪笑道：“此饭也，岂会叮人，尊客欲观，故戏为之。既如此害怕，何不仍饱予腹内。”将箸招之，那一阵大蜂早飞入口中，还原为饭矣。满座宾客见之，无不绝倒。</p><p>遂传播其仙家幻术之妙，至钱塘县尉亦闻其名，特设席钱塘江口，请葛洪观潮。正对饮时，忽风潮大作，一派银山雪浪，自海门汹涌而来。观潮之人，尽远远退奔高岸。县尉亦要避去，葛洪笑留之，道：“特来观潮，潮至而不观，转欲避去，则此来不几虚度乎？”县尉道：“非不欲观，略移高阜。以防其冲激耳。”侍卫之人，恐其有失，遂不顾葛洪，竟簇拥县尉，亦退避于高岸之上，独剩葛洪一人，据席大饮。顷刻潮至，葛洪举杯向之，称奇道妙，恬不为怪，真是仙家妙用，不可测度。那潮头有三丈余高，却也奇怪，到了葛洪面前，宛若有物阻隔住的一般，竟自分流而过，独他坐处，毫无点水润湿，观者莫不称异。一日，有客从葛洪西湖泛舟，见洪有符数纸，在于案上。客曰：“此符之验，可得见否？”葛洪道：“何难”。即取一符，投之水中，顺水而下。洪曰：“何如？”客笑道：“常人投之，亦能下流。”洪复取一符投之，逆水而上。洪曰：“何如？”客又笑道：”西湖之水平，略遇上水微风，则逆上亦易事耳。”洪又复取一符投之，这符却便作怪，也不上，也不下，只在水中团团旋转。但见那上流的符，忽然下去，下流的符，忽然上来，三符聚做一块，便不动了。葛洪随即收之。客方笑谢道：“果然奇异。”</p><p><img src="http://image109.360doc.com/DownloadImg/2019/04/2515/159713283\_6\_20190425031935488"></p><p>忽一日，葛洪在段桥闲走，见一渔翁自言自语道：“看他活活一尾鱼，如何一会儿便死了？只得贱卖些，自有个售主。”葛洪闻言，笑道：“你既肯贱，我欲烦此鱼，到河伯处一往，买你的放生罢。”渔翁大笑道：“此真买干鱼放生的了，果能活之，任凭放去，断不要钱。”洪遂于袖中，取符一道，纳鱼口中，投之水内，踊跃鼓鳞而去。观者无不称奇。</p><p>又一年，钱塘大旱，万姓张惶。也有道士设坛求雨，也有儿童行龙求雨，百计苦求，并无半点。葛洪看此光景，不觉动念。因安慰众人道：“莫要慌，吾为汝等求之。”因在葛岭丹井中，取水吸了一口，立在初阳台上，望着四面一喷，不多时，早阴云密布，下了一场大雨，四野沾足。</p><p>一日，见一穷汉，日以挑水为生者，因汲水，误落钱百十文于井中，无法可得，惟望井而泣，葛洪道：“痴汉子，何必泣，我能为汝取出。”遂于井上，大呼：“钱出来！钱出来！”只见那钱一一都从井内飞将出来，一个也不少。其人拜谢而去。</p><p>又一年，瘟疫盛行，葛洪不忍人染此疾，遂书符投于各井中，令人饮水，则瘟疫自解。又一人为钱粮逼迫，要卖妻子，其妻情急，竟往西湖投水。葛洪见了，止他道：“不必短见，我完全你夫妇罢。”松亭内一块大青石下，有贼藏银一包在彼，可叫汝丈夫往取之，完粮之外，还可作本钱度日。其夫往取，果得之，感谢不尽。</p><p>尝有客来谒葛洪，洪与客同坐在堂，门外又有客继至，复有一洪亲迎，与之俱人。而座上洪仍与前来之客谈笑，未尝离席动身。此乃葛洪出神妙用。每遇天寒客至。洪便道：“贫居乏火，奈何？”因而口中吐出热气来，满座皆暖。盛暑客到，洪又道：“蛙居苦热，奈何？”因而口中嘘出冷气来，一室皆凉。</p><p>或有请洪赴席，洪意不欲往，无奈请者再三勉强，洪不得已而随去。行不上数百步，忽言腹痛，即时卧地，须臾已死，请者惊慌，忙举洪头，头已断，再举四肢，四肢皆断，抑且鼻烂虫生，不可复近。请者急走报洪家，却见洪早已坐在堂上，请者亦不敢有言，复走向洪死所视之，已无洪尸矣。神异如此，人人皆道他是仙公再世，每以仙术济人，其功种种也，称述不尽。</p><p>但在湖上邀游既久，人皆知他是个仙人，日逐被人烦扰，不欲更留，因振衣拂袖，返于故乡。此时鲍玄并妻子潜光，俱已去世，物是人非，不胜感叹，因访遗族子孙，以为栖止。曾着《抱仆子》内外篇、医书《金匮方》百卷、《肘后方》四卷，流传于世。既而仙机时露，复为人踪迹甚繁，心每厌之，遂独居一室。其年八十一岁，坐至日中，不言不动。兀然若睡。家人惊视之，己尸解而去矣。及视其颜色，虽死如生，再抚摩其体，却柔软不糜。至后举尸入棺，轻如无物，方知仙家与世人迥异。</p><p>后朝代屡更，有人登葛岭凭吊之，尚若仙人之遗风不散，故地借人灵，垂之不朽，至今称为葛岭焉

# 性格

# 成就

医术：

葛洪是中国古代东晋时期非常有名气的医生，是预防医学的先驱和传播者，著有一部著名的著作《肘后备急方》，这本书是最早记载一些传染病，比如天花、恙虫等病症的症状和诊治的医书。

# 著作

葛洪一生著述宏富，但多已失传。《正统道藏》和《万历续道藏》一共收录了葛洪的著作十三种。比较有名的就是《肘后备急方》，简称《肘后方》。《正统道藏》所收归于葛洪名下的著作共19 种，主要有《抱朴子内篇》20 卷，《抱朴子外篇》50 卷，《肘后备急方》8 卷，《神仙传》10 卷，《太清玉碑子》1 卷，《大丹问答》1 卷，《还丹肘后诀》3 卷，《抱朴子养生论》1 卷，《稚川真人校正术》1 卷，《抱朴子神仙金汋经》3 卷，《元始上经众仙记》1 卷，《汉武内传》1 卷等。其中除前四种外，余者大部分为托名之作。史籍有载《西京杂记》6 卷为葛洪托名西汉刘歆所作，尚无确据。葛洪佚著除前文录而不存者外，尚有《玉函方》100 卷，《神仙服食药方》10 卷，《太清神仙服食经》5 卷，《序房内秘术》1 卷，《胎息术》1 卷，《五金龙虎歌》1 卷，《周易杂占》1 卷，《五岳真形图文》1 卷，《良吏传》10 卷，《集异传》10 卷，《抱朴子军术》、《浑天论》、《潮说》等，其中有些作品是否确为葛洪所作，亦难以断定。

葛洪的《肘后备急方》

葛洪治病的时候主张使用简单容易的到的方子，反对使用贵重难得的药物。因此，他从民间广泛收集草药和药方，亲自校对和检验药方，之后汇编起来写成了一本《玉函方》。之后他有摘录其中可以用来急救医疗，而且实用有效的方子和简单的灸法编成

《肘后备急方》。《肘后备急方》是我国古代中医方剂的著作，是中国第一部临床急救手册。这本书被陶弘景补录了方子一百零一首，改名为《补阙肘后百一方》。在这之后又被金代的杨用道摘取了《证类本草》中的单方作为《肘后方》的附方，叫做

《附广肘后方》。这就是现在留存的《肘后备急方》。

《肘后备急方》主要记载了各种急性病或者某些慢性病在急性发作的时候的治疗方 法，还简单的记述了个别病的病因、症状。并且书中对天花、恙虫病和脚气病的描述在中国的医学史上还是第一例。葛洪提出用狗脑治疗狂犬病，被认为是中国免疫思想的萌芽。书中还提到了结核病的症状，还提出结核病会传染的特性，有涉及到了肠结核、骨关节结核等多种结核病。对于恙虫病和疥虫病等寄生虫病的描述，书中更是非常的详尽，这是世界医学史上出现时间最早，叙述最准确的。

葛洪抱朴子

葛洪自号抱朴子，更著有《抱朴子》一书。他对文章和美学论论述就在《抱朴子》这本书中体现了。虽然比较零散，但是其中的价值是容不得我们忽视的。抱朴是一个道教的术语，出自《老子》的“见素抱朴，少私寡欲”。抱朴的意思就是道家的思想追求 中的保持本真，怀抱纯朴，不受到社会和自然的干扰同物欲的影响。

《抱朴子》分为内篇和外篇，内篇讲的是神仙吐纳符箓的神仙术法，还有鬼怪变化， 如何养生延年益寿，讲的全部都是道家养生范围；外篇则是谈论当时文学理论的批 评，对人世间的评价，言辞意旨学识都比较广博，里面的话都很有道理，但是内容都以黄帝和老子为核心，当时的人都把《抱朴子》认为是道术之一。

葛洪认为修仙要积善行德，《抱朴子》中强调人不能只是单纯的修炼，，要有远大的人生抱负，在入世修行的时候能够磨练自己，让自己既做到了济世救人，又可以使自己脱离凡尘成为圣者。他认为修炼既可以增长自己的功德使自己长生，也可以治理国家，保天下太平。通过修仙使自己长生，身体不损坏，是最大的孝道。这一观点可能是由“身体发肤受之父母”得出的。《抱朴子》最大的成就就是总结了魏晋以来所有的 神仙家理论，从此确立了道教的神仙理论体系，并且还继承了被后世道教奉为神仙的魏伯阳的炼丹理论，集魏晋炼丹术之大成，成为当时的炼丹大家。

# 葛洪和道教

自东汉时期道教形成以后，魏晋之际获得了迅速的发展，到南北朝时期已成为具有全国影响的一股宗教力量和社会思潮。葛洪则是这一时期最重要的道教理论家，他为道教理论的建立和发展奠定了基础，从而受到历代道家和道教徒的尊崇。葛洪的道教思想十分庞杂。他继承和发挥先秦及秦汉道家的哲学理论，并对道家一些基本概念加以神秘化的解释，才得以建立起来道教的理论体系。另一方面，他又吸取了儒家的伦理道德学说，与儒家思想有① 关于葛洪卒年说法不一。《太平寰宇记》卷160 引袁彦伯《罗浮记》称葛洪卒时，年六十一，而《晋书·葛洪传》、《太平御览》卷664 引《晋中兴书》等，均谓其卒时，年八十一。《晋书·葛洪传》提到，广州刺史邓岳曾去看望葛洪，但洪已卒，遂不及见。按吴廷燮《东晋方镇年表》，邓岳卒于康帝建元二年（344）葛洪卒年当在此之前，故此《太平寰宇记》谓洪卒年六十一之说较为可信。着极为密切的关系。葛洪所著《抱朴子》自叙称，“其‘内篇’言神仙方药，鬼怪变化，养生延年，禳邪却祸之事，属道家；‘外篇’言人间得失，世事臧否，属儒家”①。他还明确指出：“夫道者，内以治身，外以治国”②，“欲求仙者，要当以忠孝、和顺、仁信为本。若德行不修，而但务方术，皆不得长生也”③，明显地体现了他的内神仙外儒术的思想。他的这种思想和理论，为后世道教所袭用和发挥，并为封建统治阶级所接受，在封建社会长期盛行。但是，葛洪的思想仍然是以道家为主体的，他认为：“道者儒之本也，儒者道之末也”④，以道术修身与以儒术应世并不能摆在同等的地位。在葛洪的道教理论中，最基本的概念是“道”、“玄”和“一”。他说：“道者，涵乾括坤，其本无名。论其无，则影响犹为有焉；论其有，则万物尚为无焉”⑤，把“道”描述成一种涵盖天地万物，影响其运动变化，但又无可捉摸，难以认识的神秘力量，而如果将任何事物“强名为道”，那么就“已失其真”了。他还说：“玄者，自然之始祖，而万殊之大宗也”，把“玄”说成是产生天地万物及造成物质多样性的本源。“一”则是象征天地人，但“视之不见，听之不闻，存之则在，忽之则亡，向之则吉，背之则凶”⑥的人格化的神物。就人而论，“一”存在于上中下三丹田之中，甚至有姓名、有大小、有固定的穿着，只是道家秘相传授绝不对外说出来而已。从“道”、“玄”、“一”出发，葛洪进而宣扬，如果人们能够“得道”，“通玄”，就会具有无限的超自然的力量，就能成为超自然的存在，从人变成长生不老随意上云霄入川海的神仙。要想“得道”当然就要“修道”，修道要在内修与外养两方面下功夫。内修主要是“守一”，并且还有“守真一”与“守玄一”的不同，“守形却恶，则独有真一”，“守一存真，乃能通神”①。但是，内修“守一”，行气导引，只能益寿延年，最多也不过是“通神”，还不能达到长生不老的地步，因此还需要外养。外养主要是服食金丹，所谓“长生仙方，则唯有金丹”②，“服神丹，令人寿无穷已，与天地相毕，乘云驾龙，上下太清”③。炼丹术是炼制丹药的方法，只有掌握这些方法才能获得金丹。炼丹术还有一项内容就是炼制金银，实际上是伪金和伪银。服食金丹可以长生，炼制金银可以致富，都是很有诱惑力的事情，所以历代道教信徒为了追求长寿永生、得道成仙或者发财致富，一直对炼丹术十分重视，并且进行了无计其数的炼丹活动。葛洪是道教理论的奠基者，也是道教中“丹鼎派”的代表人物之一。他不仅继承了左慈、葛玄、郑隐传承的丹经和炼丹经验，而且周游四方，访道问贤，广泛收集各种丹书丹法。在此基础上，他在《抱朴子内篇》中对于各种丹药丹方和炼制方法，服食方法等，都作了翔实的记述，并且还有所创新，有所发展。这是对于自西汉到东晋时期中国早期炼丹实践及其成就的全面概括和系统总结，同时也为中国炼丹化学的发展作出了重大贡献。

　　① 葛洪：《抱朴子外篇·自叙》。

　　② 葛洪：《抱朴子内篇·明本篇》。

　　③ 葛洪：《抱朴子内篇·对俗篇》。

　　④ 葛洪：《抱朴子内篇·明本篇》。

　　⑤ 葛洪：《抱朴子内篇·道意篇》。

　　⑥ 葛洪：《抱朴子内篇·地真篇》。

　　② 葛洪：《抱朴子内篇·地真篇》。

　　③ 葛洪：《抱朴子内篇·金丹篇》引《黄帝九鼎神丹经》。

# 葛洪和神仙

葛洪《神仙传》上承《列仙传》，下启类传体仙传小说，在文学史上有着十分重要的地位。《神仙传》中塑造的一系列仙人形象，不仅为后世文学创作提供了大量的素材，还对当时的仙道文学的创作，产生了重要的影响，促进了仙道文学的发展与成熟。 　　一、《神仙传》中人物的行为特征 　　“神仙是随灵魂不死观念逐渐具体化而产生的一种想象的或半想象的人物。”[2]神仙思想随着历史的发展，有着不同的时代特征。不管神仙思想如何的发展演变，神仙的基本特征总离不开如下两方面：首先，神仙必须能够不死或长寿；其次，神仙必须要有各式各样的仙术。不死和仙术是神仙的最基本的标志，缺一不可。这两种特征的构想，是根据道家对人生的定位而产生的，在道教的神仙观念中，仙人不仅要能摆脱时间的束缚超越生死，而且还必须具有各种各样的神秘法术，来摆脱空间的束缚和现实的束缚。后世神仙形象无论发生什么样的变化，都离不开这两个基本的特征。不死，表明能够冲破时间的限制，带来时间的永恒，这样仙人就能永远活在人们的心目中，接受人们的景仰；各种仙术又能够突破空间的限制，让仙人可以任意变化、随意飞升，获得世人所向往的自由，并增加自身的神秘色彩，让人们寄予更多的憧憬。 　　《神仙传》中的神仙神格特征，都具有这两种最基本的仙人特征。除了不死之外，仙人们还具有各异多样的法术特征。葛洪在《抱朴子内篇》中提出了作者自己对各种变化之术的认知，详细指出了时人的变化观念、当时变化的具体表现形式以及变化实施的具体方法。这一系列神仙观念、成仙方式、成仙方法、仙法仙术，在《神仙传》中都有实例记载。如《蓟子训》记子训有大幻化之事,京师贵人欲得见之,“凡二十三处,便有二十三子训,各在一处。诸贵人各各自喜,自谓子训先诣之”；《孙博》记孙博能入“山间石壁,及地上盘石…初尚见背及两耳出石间,良久都没”；《栾巴》中栾巴“乃平生入壁中去”，穿墙入壁，熟练娴熟。 　　《神仙传》中的仙人具有仙术之后，并不就此弃世，而是仍与尘世保持自如往来，即他们虽然经过修炼成仙了，但是仍然可以继续享受着人世间的一切。因此凡人经过修炼成仙之后，可以往返于天地之间，仍然可以享受着人世间的一切。彭祖在《白石先生》中指出，神仙的可贵之处，不只在于其超强的法术，可得长生不死的优越性，而在于能自由出入天地人间，能在人间不受人间之苦难，却能享受各种正常人的乐趣，而且能够长生，能永久地享受。这种超脱人世间一切患难，又不失人情的本真和享乐的观念，给一般修习仙道者以更大的希望和鼓励。 　　《神仙传》中的仙术，具有生活化、平民化的特点。仙人的法术都是源自真实的社会生活，每个人都可以在具体的生活中来感知它。如《封君达》：“常骑青牛，闻人有疾病，便过与药治之，应手皆愈。”修道者修炼成功之后，所炼之术，是与现实生活息息相关的，多是医病救人，服务于民的。这是上古巫医思想的体现，亦是早期道教在民间传播的需要。 　　任何文学的创作，都离不开当时的时代背景,《神仙传》中的神仙思想背后，亦反映人们对现世的愿望。人们追求成仙，并不是要企图穿越现世，升天享乐，而是为了永享现世的荣华富贵。 　　二、《神仙传》中人物的神格特征 　　《神仙传》创作于道教分化时期，此时的道教仙位官秩还没有形成系统毕业论文格式。因此，《神仙传》更多还是关注普通人的生活，其艺术表现中更多的表现现实的成分。在《神仙传》玄想的神仙中，大多是生活在现实世界中的人去，他们的行为与现实中的人并没有什么区别，发生在他们身上的事情基本是围绕现实中的事情来展开的。作者的创作目的是为了宣扬神仙“人人可学”的思想，因此《神仙传》中仙人并没有太多的体现封建等级制度，也没有体现繁多的神仙世界仙官的秩位，只是有古仙人，谪仙、地仙和尸解仙几类。据统计，《神仙传》中天仙有22位，尸解仙有4位，地仙有60位。 　　在时人的眼中，仙人有飞升或变化之术，可以长生不老，但是不食人间烟火神格特征，不能得到正常人的享受，失去了人的本真。这虽然符合葛洪创作《神仙传》的初意，证明神仙实有的观念，但是还不足以吸引人们去追求成仙。要宣扬人人可以“学以致仙”的思想，还必须根据时人的需求来构建成仙目的。因此，《神仙传》中的仙人必须既具有仙人的不死和拥有变化之术的本质特征，还要拥有能继续享受人世间的一切的特权。因而，《神仙传》中出现了大量的地仙。所谓地仙，即处在人间的普通人，经过服食、修炼或遇仙而成仙，他们虽然名列仙籍，但是却可享受人世界的一切。《彭祖》中曰：“人道当食甘旨，服轻丽，通阴阳，处官秩，耳目聪明，骨节坚强，颜色和泽，老而不衰，延年久视，长在世间，寒温风湿不能伤，鬼神众精莫敢犯，五兵百虫不能近，忧喜毁誉不为累，乃可贵耳。”修仙只为长生，人世间的快乐还能继续享受才是最可贵的。这样，神仙的神秘的色彩更去一层，人人想成仙，人人能成仙的宣传目标更进一步。 　　《神仙传》中亦有古之仙人，如若士“古之神仙也”，但是他们的出现只是为了作为一个帮助凡人成仙的引导者，向想成仙者传授成仙的方法，与仙人之优越性。这类人物的出现，就构建了仙人与凡人之间的桥梁，既能宣传神仙世界的神秘，又能宣扬神仙的可学，增强道教的吸引力。 　　《神仙传》中另一类神仙是谪仙，即是触犯天条，被受到贬谪惩罚的仙人。这类仙人在文中的作用，亦是起引导指引作用。仙人在天上做错事情，亦会受到惩罚，被贬罚至人间，可见，天上仙界亦是人间社会的写照。但即使是在人间受罚，这类仙人，仍然不同于一般人，仍具有仙术仙法。这是道教宣传的另一类主题，一旦成仙，仙术仙法就会成为个人的特性，是会一直存在，永不消逝。这类仙人，在故事中所起的作用神格特征，一般是指引凡人成仙的方法，如壶公传授费长房修炼方法。也兼有对可教仙法之人，进行考察，如壶公对费长房的历练、考验，最终确定长房只是有缘之人。 　　《神仙传》中还有一类是尸解仙，所谓“尸解”，即通过各种方法，去除肉体，使体内气体能够上升，如蝉蜕一般最终飞升成仙。如《沈文泰》：“以竹根汁煮丹黄土，去三尸”，而得以成仙；《王远》：“汝生命应得度世，故欲取汝以补仙官，然汝少不知道，今气少肉多，不得上升，当为尸解耳。”这类仙人在文中出现，多是教导时人一种成仙之法，照应作者理论中成仙的具体途径。 　　综上所述，《神仙传》中的神仙基本都是凡人经修炼而成的，所以虽然已经得到成仙，位列仙班，但是在他们身上更多的还是体现的与凡人相似的品质，具有生活化和世俗化的特点，为后世文学创作提供了丰富的灵感和素材。作品中表现道教玄想的神仙世界，用道教的特殊语言和表现形式书写他们的思想情感，具有一定的文学价值和艺术魅力。 　　【注释】 　　本文所有引文均据.（晋）葛洪撰，胡守为校释《神仙传》，中华书局,2010年版。

# 葛洪和炼丹术

葛洪的《抱朴子内篇》是中国也是世界炼丹术史和化学史上的重要文献。其中有关炼丹术的内容主要集中在《金丹》、《仙药》和《黄白》三篇。《金丹篇》主要论述各种金丹的炼制和服食方法。《仙药篇》主要论述五芝、云母、雄黄、诸玉、真珠、胡麻等所谓仙药的特征、性质、产地、采集、加工及服食方法。《黄白篇》主要论述伪金和伪银的炼制方法。这些内容集中反映了汉晋时期中国炼丹化学的概貌。

葛洪认为，“变化者，乃天地之自然”，“夫变化之术，何所不为”①，他以高山为渊、深谷为陵、阳燧取火、方诸得水、铅丹制炼等种种事例来说明这个道理。他还说，“外国作水精碗，实是合五种灰以作之，今交、广多有得其法而铸作之者”②，可是一般人并不相信，还要说水精本来是自然之物，玉石之类，这正是由于“所见少，则所怪多”③的缘故。葛洪通过对炼丹术的体验以及对其他事物的仔细观察和思考，已经朴素地认识到物质变化是自然界的普遍规律。这与道家“道法自然”的思想也是一脉相承的。在他看来，一切物质都可以变，只要“心诚”，并且具备一定的条件和掌握适当的方法，完全可以用不同的物质制炼出宝贵的仙丹神药和黄金白银。这是葛洪关于炼丹术的基本理论，也是中国古代炼丹家的共同信念。关于服食金丹何以能使人长生不老，葛洪的解释可以概括为一句话：“盖假求于外物以自坚固”。他说：“夫金丹之为物，烧之愈久，变化愈妙。黄金入火，百炼不消，埋之，毕天不朽。服此二物，炼人身体，故能令人不老不死。此盖假求于外物以自坚固，有如脂之养火而不可灭，铜青涂脚，入水不腐”，试图以当时还无法正确解释的物理现象和化学现象并通过简单类比的方法，来说明金丹和黄金可使人长生的功效。葛洪关于物质变化，世界上还有很多未知的事物，服食药品可以健身益寿等等思想，都含有可贵的真理成分，然而他把这些加以引申，例如把黄金的稳定性转化为生命的恒久性，把物质的可变性转化为炼制仙丹的可行性，并以此来论证人可以长生不老，羽化登仙，那就变成了真正的谬误。当然，道教徒和炼丹家的这类想法是十分荒唐的，他们所追求的虚幻目标也永远不可能实现。但是，炼丹家基于这种信念，为了炼制幻想中的仙丹神药，进行了长期的甚至可说是坚韧不拔的努力。他们通过采集和加工药品，接触大自然，对自然界进行深入的观察和探索，以及亲身参加炼丹实践，进行各种各样的化学实验，从而深刻地认识到许多物质的物理和化学性质，观察到众多的化学变化，制取了不少化学制剂和其他的人工产品，并且摸索出一套较完整的实验操作规程。炼丹术作为原始形式的化学，不仅在化学史上占有重要的地位，而且促进了医药学、动植物学、矿物学和冶金学等的发展。葛洪在《抱朴子内篇》中记述了中国化学史上不少值得称道的成就。黄白术是中国古代炼丹家制作伪黄金、伪白银的方技。其中包括利用某些点化药剂与锡、铅、汞、铜等合炼，使之成为金黄色或银白色的合金。方士们把这种伪金伪银称为“药金”、“药银”，认为服之可令人长生不老。

① 葛洪：《抱朴子内篇·黄白篇》。

　　② 葛洪：《抱朴子内篇·论仙篇》。

　　③ 葛洪：《抱朴子内篇·论仙篇》。

　　在《黄白篇》中，葛洪叙述了多种用丹砂、雄黄等点化锡、铅、汞、铜为人造“金”、“银”的方法。例如他所记载的炼制黄色铜砷合金的大致程序是：先在一个赤土釜（坩锅）中按一定比例放入混有牛胆汁的雄黄粉、石胆、戎盐和炭末，然后再扣上一个赤土釜，外面用掺有戎盐的泥封固。这种混合物经加热，戎盐（NaCl）起助熔作用，雄黄（As4S4）和石胆（CuSO4·5H2O）被还原而生成组织不均匀的铜砷合金。接着将此合金铸成小筒，筒中盛“丹砂水”[丹砂（HgS）、石胆、消石（KNO3）、稀醋酸的混合液]，再置釜中封闭加热。如此精炼两次，可以得到组织较均匀的黄色铜砷合金。最后将合金捣碎，加入生丹砂和汞，再行冶炼，即可得到组织很均匀的金黄色的铜砷合金（砷黄铜）。在此过程中，丹砂水、生丹砂受热都产生汞，与直接加入汞一样，能起到溶解金属形成汞齐的作用，有利于炼制出组织均匀的铜砷合金。葛洪的这一记述是中国古代文献上关于砷黄铜炼制法的最早记载。

　　葛洪在《黄白篇》中还明确地记载了炼制彩色金（SnS2）的秘密。其炼制过程大意是：先作赤盐，将寒盐（即戎盐，NaCl），寒水石[芒硝（Na2SO4·10H2O）与石膏（CaSO4·2H2O），或硫酸镁、硫酸钾及硫酸钙等的复盐] ，寒羽涅（FeS2）和白矾[即明矾，化学成分为K2SO4·Al2 （SO4）3·24H2O]，按一定比例置入铁器内，以炭火加热，待溶解且变成红色后即可使用。然后，将赤盐与石灰水拌和成泥，遍涂在一些锻成的方形锡锭上，再将这些锡锭迭放在赤土釜中，封固加热。经过30 日，开釜检视，锡中悉如灰状，按葛洪所说“其中有累累如豆者，即黄金也”。从化学的角度来说，“赤盐”的成分应为氧化铁（Fe2O3）、硫黄、寒盐等的混合物。金属锡与“赤盐”作用，在有寒盐、石灰等助熔剂存在的情形下，加热即可得到彩色金（SnS2），其反应过程如下：葛洪的这一记载来源于金楼先生受自青林子的“作黄金法”。青林子和金楼先生是西汉初的炼丹家，可见中国古代制取彩色金的历史是相当悠久的。葛洪提到的这种方法则是世界上关于制取彩色金的现存最早的记载。中国炼丹术发展到魏晋时期，历来为方士们所推崇的神丹大药就是“还丹”、“金液”。葛洪在《金丹篇》中说，此二事“盖仙道之极也。服此而不仙，则古来无仙矣”。何为“还丹”，如何炼制，《金丹篇》中并无明确记载。葛洪曾提到“丹砂烧之成水银，积变又还成丹砂”。丹砂就是硫化汞，是炼制水银的原料。将丹砂锻烧，其中所含的硫变成二氧化硫，而游离出金属汞（水银）。再将汞加以烧炼，会生成氧化汞，而氧化汞加热后又可以游离出汞。这个过程实际是以下的反应：HgS＋O2＝Hg＋SO2，2Hg＋O2 2HgO，说明炼丹家对于合成反应、分解反应以及氧化还原反应有了一定的了解。第二个反应式中出现的氧化汞（HgO），颜色鲜红，葛洪可能还不知道如何区分氧化汞和硫化汞，所以将它误认为是丹砂。葛洪还提到“九转九变”，而这里出现了汞与氧化汞的可逆反应，有些符合“还丹”的含意，但如果说经多次反应制得的氧化汞就是“还丹”，则显得过于简单。《金丹篇》中的“金液”方，是难以破译的丹方之一。例如书中说，“用古秤黄金一斤，并用玄明龙膏、太乙旬首、中石、冰石、紫游女、玄水液、金光石、丹砂，封之成水”，无须起火，“但以置华池中，日数足便应矣”。据推测，这可能是使金的溶解度有所增加（以铁盐为氧化剂，氯化物为络合剂，有反应发生），然后被有机酸还原为胶态金。如果是这样的话，这一过程所得到的胶态金，则与国外炼金术中的“金液”（potable gold）是很类似的①。

　　在葛洪所推崇的“仙药”中，雄黄（AS4S4）占有比较重要的地位。他记述了服食雄黄的六种方法：“饵服之法，或以蒸煮之，或以酒饵，或先以硝石化为水乃凝之，或以玄胴肠裹蒸之于赤土下，或以松脂和之，或以三物炼之，引之如布，白如冰，服之皆令人长生”②，其中列举的第六法所说的“三物”，即硝石，玄胴肠（猪大肠或猪脂）和松脂。用这三种东西按不同组合顺序处理雄黄，可分别得到单质砷或氧化砷。这些化学反应已经为模拟实验所证实③，并在实验中观察到三物炼雄黄需要控制温度，否则超过一定温度就要起火爆炸。因此在古代既有成功的记录也有失败的记录，而后一情况则是原始火药的萌芽。在以上第六法中，“三物”与雄黄合炼的产物“白如冰”，一般来说是砒霜（氧化砷，As2O3）。葛洪的这段文字是我国人工制取纯净砒霜的最早记录，在制药化学上具有重要意义。

　　对于铅的化学变化，葛洪在《黄白篇》中也有较生动的记述。他明确指出胡粉[PbCO3·pb（OH）2] 和黄丹（Pb3O4）都是“化铅而作”，即由铅经过化学变化而制造出来的。他还说，“铅性白也，而赤之以为丹；丹性赤也，而白之以为铅”，这指的是如下的反应：3Pb＋2O2＝Pb3O4Pb3O4＋2C＝3Pb＋2CO2。

　　对于铅与铅丹（红色的四氧化三铅），铅白（胡粉，白色的碱式碳酸铅）之间这些化学变化的认识，显然是作了一系列研究之后所得到的结论。

　　从炼丹实践中，人们早已知道铁对铜盐的置换反应。西汉的《淮南万毕术》中就已提到“曾青得铁则化为铜”。曾青[2CuCO3·Cu（OH）2] 是天然的硫酸铜，它与铁发生化学反应时，铁能从中置换出铜而生成铁盐。葛洪在《黄白篇》的记述则更为细致，他引用郑隐的话说，“以曾青涂铁，铁赤色如铜”，“外变而内不化也”。由于是在铁的表面涂抹硫酸铜溶液，置换反应仅在铁的表面上进行，所以才“外变而内不化”。这一反应过程的发现是很重要的，它奠定了宋代水法炼铜（胆铜法）的基础。

　　葛洪《抱朴子》有关炼丹术的论述，多是科学精华与迷信糟粕并存，其中许多内容隐晦难懂，充满了神秘色彩，因此还有必要更深入地挖掘和探讨。葛洪和医药学葛洪不仅在化学方面有所建树，而且在医学方面也取得了突出的成就。

① 王奎克：《中国炼丹术中的金液“和华池”》，《科学史集刊》，第7 期，1960 年。

② 葛洪：《抱朴子内篇·仙药篇》。

③ 郑同、袁书玉：《单质砷炼制史的实验研究》，《自然科学史研究》第1 卷第2 期，1982 年。

# 葛洪与医学

他可说是东晋时期对我国医学贡献最大、创见最多的医学家。葛洪说：“古之初为道者，莫不兼修医术，以救近祸焉”①，他强调“为道者，以救人危，使免祸，护人疾病，令人不枉死，为上功也”②。因此，他在研究炼丹术的同时，对于医药学也下了很大的功夫，并在博采前人医方和注意收集民间验方、秘方的基础上，撰成《玉函方》100 卷（《晋书·葛洪传》称《金匮药方》）。此书已佚，内容难以详知，但其篇幅宏大，显然是一部集医疗经验之大成的巨著。同时，他考虑到以往的一些备急之作，“既不能穷诸病状，兼多珍贵之药”③，对于“贫家野店”来说，是难以立办的，因而在百卷巨著《玉函方》的基础上，编选和收集各种简便易行的医疗技术和单验方，又撰成《肘后备急方》3 卷。《肘后备急方》，又名《肘后救卒方》，简称《肘后方》，可供医家随身携带以备救急检索之用，所以近世有人称之为中国最早的“医疗救急手册”。由于该书选方精良，用药也多价廉易得之品，正如葛洪自序所说，方中“卒多易得之药”，即使须买者，“亦皆贱价草石，所在皆有”，其灸法也是“凡人览之，可了其所用”，由此可见，这部著作具有非常可贵的实用性和群众性，这也是它一直为后世所重而能流传不衰的根本原因。《肘后备急方》，经南朝梁代陶弘景增补，改名为《肘后百一方》。以后，又经金代杨用道再度整理修订，并改名为《附广肘后备急方》。明洪武年间，赵宜真（原阳子）又将外科医方增入杨氏附方内。全书后被收入《道藏》，名为《肘后备急方》，8 卷。

《肘后备急方》的内容主要是各种急性传染病，寄生虫病，内科杂病，以及外科、妇科、儿科、五官科急症和六畜病的治疗方法。体例大体上是先简略叙述病源，再较详细地介绍病症，以便对照症候即可处方用药。葛洪在《肘后方》中的贡献是多方面的和非常突出的，特别是他对一些传染病和寄生虫病的症状、预防和治疗作了正确的论述，达到了很高的水平，并且他对一些急慢性传染病的记载，在我国医学文献中是首次记录，其中有些还是世界医学史上的最早记录。例如关于天花，葛洪说，近年来有一种疾病流行，发病时，先在头面和身上出疮，很快遍及全身，状如火疮，疮头上戴白浆，流出来后又产生脓浆。如不及时治疗，重症者大多死亡。治好以后，留有紫黑色瘢痕，要一年多才会消退。这是一种恶毒之气引起的。用煮葵菜拌蒜末服下可治。大家都说在永嘉四年（310）此病由西方向东方流行起来，很快传遍全国。建武中（301）曾在南阳俘虏中发现此病，于是又叫“虏疮”。对天花这种烈性传染病如何传入中国和流行情况、发病的症状、传染性质、治疗及预后等整个过程，都作了相当确切的描述和记载。这一记载是中国也是世界上最早关于天花的明确记录。又如关于恙虫病，葛洪提到一种沙虱病，其病状是：初起时，皮肤上出现赤红色皮疹，大小如豆黍米粟粒，用手摸之其痛如刺。三天后，全身骨节剧痛，发烧，以后皮肤上的病变结痂，严重的可致人于死。这一记载包括发热、皮疹、焦痂及其发病经过，均与恙虫病相同。《肘后方》中还提出了用沙虱幼虫虫屑内服或外敷以防治恙虫病的措施。恙虫病一般认为是日本桥本伯寿于1810 年最早报道的，但较葛洪的描述已晚了千年以上。葛洪对中国传统医学的创造性贡献更加突出的体现在疾病治疗学方面，对于医学尚不发达的古代来说，这些贡献尤其具有重要的现实意义。

① 葛洪：《抱朴子内篇·杂应篇》。

　　② 葛洪：《抱朴子内篇·对俗篇》。

　　③ 葛洪：《肘后备急方》自序，商务印书馆，1955 年。

　　例如在治疗狂犬咬伤时，他提出“仍杀所咬犬，取脑敷之，后不复发”，即杀死狂犬，用狂犬脑髓外敷被咬伤伤口以预防狂犬病的发作。这些方法是基于古代“以毒攻毒”的思想提出来的，是否真能达到“后不复发”的效果，尚未证实，但其中所包含的免疫思想的萌芽却是十分可贵的。在免疫学史上，16 世纪我国发明人痘接种术预防天花，19 世纪法国微生物学家巴斯德从狂犬脑提取狂犬病毒制备狂犬病疫苗，20 世纪美国病理学家立克次从恙虫体分离出立克次体并制备防治恙虫病疫苗，这些都是极为重要的创造发明，为人类战胜天花、狂犬病、恙虫病，保护人类健康，作出了无可估量的贡献①。追本溯源，葛洪早在公元4 世纪就已提出的创见和记述，就不能不更令人备加赞叹。对于危害人类健康的疟疾，《肘后方》中对其种类和症状也有较详细的记载，并开列30 多首方剂，其中多次用到的“常山”，已被现代证实是一种抗疟特效药。葛洪还提出用青蒿治疟，这种方法不仅在当时有实用价值，而且成为我国现代研制青蒿素的线索，由此发明了一种高效、速效和低毒的抗疟新药。此外，葛洪对其他多种急慢性传染病和寄生虫病，如出血热、黄疸性肝炎、结核病、血吸虫病、痢疾、马鼻疽等，也都有精彩的和很有价值的记载。他对脚气病的症状描述也很简练精当，所开列的大豆、牛乳、蜀椒和松叶等，含有丰富的维生素B，都是治疗脚气病效果较理想的药物。欧洲直到17 世纪才有治疗脚气病的办法。他所强调的灸法，他所载录的捏脊疗法、食道异物疗法、食物和药物中毒疗法，也都简便有效，至今仍是在医院里特别是在民间常用的独特的治疗技术和急救方法。葛洪在医学理论上的一大贡献是提出了“疠气”概念，指出：“疠气兼挟鬼毒相注，名为温病”。由于《肘后方》重在医方，并非论述医理，所以他并未对“疠气”概念有所发挥。东汉张仲景《伤寒论》把所有热性传染病都归入伤寒，并认为是伤于寒邪所致，已成为葛洪之前的经典观点。“疠气”并不是“寒邪”。这一概念连同“鬼毒”、“相注”（传染），在中国医学史上最早突破了“伤寒”的藩篱，成为后世温病学派的先声。

葛洪的科学工作除化学和医学外，还涉及了一些别的领域，例如，他注意研究过天文学，支持浑天学派的观点，并撰有《浑天论》；他还探讨过潮汐涨落的问题，撰有《潮说》；葛洪在《抱朴子内篇·杂应篇》中还记述了一种叫做“飞车”的飞行器。他写道：“或用枣心木为飞车，以牛革结环，剑以引其机。”由于这种“飞车”能升上空中，所以这段文字是螺旋浆和直升飞机发明以前，中国有关利用空气反作用力托升重物的最早历史记载。①

① 李经纬：《中国古代医学科学技术发明举隅》，见《中国中医研究院三十年论文选》，中医古籍出版社，1985 年。

　　① 参见王振铎：《葛洪<抱朴子>中飞车的复原》，《中国历史博物馆馆刊》总第6 期，1984 年。该文收入王振铎《科技考古论丛》，文物出版社，1989 年。

【葛洪名言】　　一言之善，贵于千金。　　伤人之语，剑戟之痛。　　临凝结而能断，操绳墨而无私。　　水则不决不流，不积不深。　　学之广在于不倦，不倦在于固志。　　用得其长，则才无或弃；偏诘其短，则触物无可。　　虽有兄弟，不如友生。　　参差之上，无齐之下。　　时移世改，理自然也。　　朋友之交不宜浮杂。　　权贵之家，咫尺弗从。　　东海三为桑田。　　位高而器不称者，不免致冠之惑也。　　详交者不失人，泛交者多后悔。　　良骏败于拙御，智士踬于暗世。　　金钩玉饵虽珍，不能制九渊之沉鳞。　　以玉为石者，亦将以石为玉矣；以贤为愚者，亦将以愚为贤矣。　　格言不吐庸人之口。　　官达者，才未必当其位；誊美者，实未必副其名。　　役其所长，则事无废功；避其所短，刚世无弃材。　　人之有礼，忧鱼之有水矣。　　其取非义之财，不避怨恨，譬若以漏脯救饥、鸩酒解渴。　　仁者为政之脂粉，刑者御世之辔策。　　善养生者：食不过饱，饮不过多；冬不极温，夏不极凉。　　【关于葛洪养生的名言名句】　　虽云色白，匪染弗丽；虽云味甘，匪和弗美。　　必死之病，不下苦口之药；朽烂之材，不受雕镂之饰。　　小疵不足以损大器，短疾不足以累长才。　　志坚者，功名之柱也。登山不以艰险而止，则必臻乎峻岭。　　明治病之术者，杜未生之疾。　　疏广散金以除子孙之祸。　　云厚者，雨必猛，弓劲者，箭必远。　　不欲极饥而食，食不过饱，不欲极渴而饮，饮不过多。　　过载者沉其舟，欲胜者杀其身。　　鸾凤食粒于庭，则受辱于鸡鹜也。　　出不辞劳，入不数功。　　金舟不能凌阳侯之波，玉马不任骋千里之迹。　　名美而实不副者，必无没世之风。　　金以刚折，水以柔全，山以高?，谷以卑安。　　粉黛至则西施以加丽。　　养生以不伤为本，积伤至尽则早亡。　　执志不绝群，则不能臻成功铭弘勋。　　锐锋产乎钝石，明火炽乎暗木，贵珠出乎贱蚌，美玉出乎丑璞　　冬不欲极温，夏不欲穷凉。　　论珍则不可以细疵弃巨美。　　常制不可以待变化，一涂不可以应万方。　　富贵之多罪，不如贫贱之履道。　　量才而授者，不求功于器外；揆能而受者，不负责于力尽。　　志合者不以山海为远，道乖者不以咫尺为近。故有跋涉而游集，亦或密迩而不接。　　谤来不戚，誉至不喜。　　劳谦虚己，则附之者众；骄慢倨傲，则去之者多。　　千仓万箱，非一耕所得；干天之木，非旬日所长。　　西施有所恶而不能减其美者，美多也。　　火则不钻不生，不扇不炽。