

抱朴子內篇卷之十八同卷

守

地真

抱朴子曰余聞之師云人能知一萬事單知一者無一之不知也不知一者無一之能知也遁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沉羽浮山峙川流視之不見聽之不聞存之則在怒之則亡向之則吉背之則凶保之則遐祚國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寸田中或在心下絳官金闕中丹田也或在人兩眉間却行一寸為明堂二寸為洞房三寸為上丹田也此乃是道家所重世世歎血口傳其姓名耳一能成陰生陽推步乘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勸召萬神南到圓隴陰建木觀百令之所登探若託之華飲丹鸞之水西見中黃子愛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眞皇人於玉堂請問真一之道皇人曰子既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玉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官魏魏華蓋金樓宮隆左置右魁激波揚空玄芝被屋朱草蒙瓏白玉嵯峨日月垂光歷火過水經玄涉黃城關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失能服能像一乃不去守一存真乃能通神少欲約食一乃留息白

不失可以無窮陸辟惡獸水却蛟龍不畏魁魁挾毒之蟲鬼不敢近刃不敢中此真一之大略也抱朴子曰吾聞之於師云道術諸經所忍存命作可以却惡防身者乃有數千法如舍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今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真真一口訣皆有明文歎白姓之血以玉相之日受之以白銷白錄為約就金契而分之輕說妄傳其神不行也人能守一一亦守人所以自乃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蠍之處守一不息眾惡遠避若忽偶忘守一而為百鬼所害或卧而覺者即出中庭視輔星握固守一鬼即去若夫陰雨者但止室中向北思見輔星而已若為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是歷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歷試有驗之道也抱朴子曰玄一之道亦要法也無所不辟與真一同功吾內篇第一名之為暢玄者正以此也守玄一復易於守真一真一有姓字長短服色日玄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玄一并思其身分為三人三人已見又轉益之可至數十人皆如己身隱之顯之皆日有口訣此所謂分形之道左君及劉子訓言仙公所以能一日至數十處又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實不能別何者為真主人也師言守一兼脩明鏡其鏡道則能分形為數十人衣服面貌皆如一也抱朴子曰師言欲長生動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弱而終成於久視也道成之後略無所為也未成之間無不為也採掘草木之藥劬勞山澤之中煎餌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為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曾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既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今疾除命益耳不足以攘外來之禍也或為鬼所冒犯或為大山神之所輕凌或為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