

岭南文化知识书系·南粤先贤

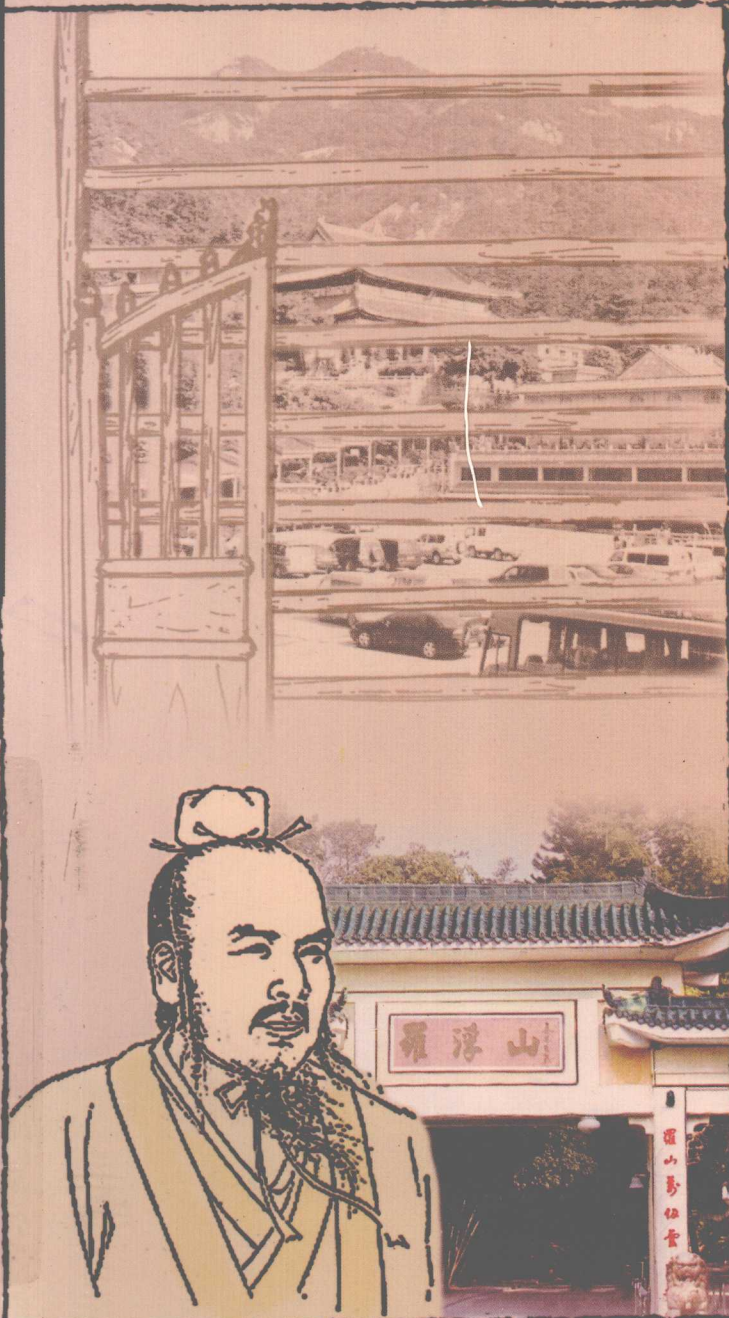
葛洪

钟东 钟易翠 著

广东人民出版社

广东人民出版社

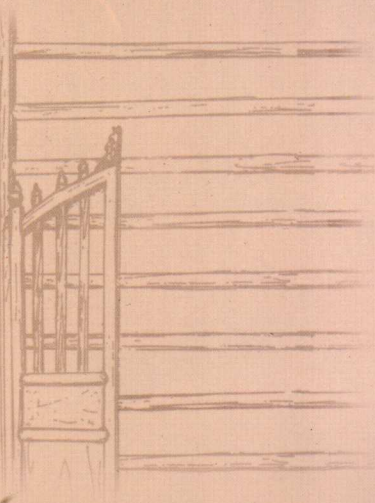
岭南文库编辑委员会
广东中华民族文化促进会
合编



责任编辑：李锐锋

封面设计：邦 邦

岭南文化知识书系·南粤先贤



上架建议：历史/人物

ISBN 978-7-218-06338-6



9 787218 063386 >

定价：15.00元

岭南文化知识书系·南粤先贤

岭南文库编辑委员会 合编
广东中华民族文化促进会

葛洪

钟东 钟易翠 著

广东省出版集团
广东人民出版社
·广州·

图书在版编目(CIP)数据

葛洪 / 钟东, 钟易翠著. — 广州: 广东人民出版社, 2009.7

(岭南文化知识书系)

ISBN 978-7-218-06338-6

I. 葛… II. ①钟… ②钟… III. 葛洪(约 284~364)—思想评论 IV. B235.75

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 116134 号

责任编辑	李锐锋
封面设计	邦 邦
责任技编	黎碧霞
出版发行	广东人民出版社 (地址: 广州市大沙头四马路 10 号)
印 刷	台山市人民印刷厂有限公司 (厂址: 台山市北坑工业开发区)
开 本	889 毫米×1194 毫米 1/32
印 张	4.125
插 页	1
字 数	60 千
版 次	2009 年 7 月第 1 版 2009 年 7 月第 1 次印刷
印 数	5000 册
书 号	ISBN 978-7-218-06338-6
定 价	15.00 元

如发现印装质量问题,影响阅读,请与出版社(020-83795749)联系调换。

【出版社网址: <http://www.gdpqh.com> 电子邮箱: sales@gdpqh.com】

图书营销部: 020-83781020 83790604 直销: 34075209

岭南文化知识书系顾问

(按姓氏笔画为序)

叶选平	杨应彬	杨资元	吴南生
张 磊	张汉青	陈绍基	欧 初
钟阳胜	梁灵光	蔡东士	颜泽贤

岭南文化知识书系编辑委员会

主 编：

朱小丹 岑 桑 (执行)

副主编：

方健宏	陈俊年	朱仲南	黄尚立
王桂科	陈海烈	(执行)	

编 委 (按姓氏笔画为序)：

王桂科	方健宏	庄 昭	吕克坚
刘斯翰	朱仲南	朱小丹	李锐锋
岑 桑	辛朝毅	张健人	陈泽泓
陈俊年	陈海烈	沈展云	林 雄
金炳亮	倪俊明	黄尚立	

南粤先贤丛书顾问

朱小丹	吴南生	杨应彬	欧 初
陈建华	王晓玲	贡儿珍	武延军
张 磊	岑 桑		

南粤先贤丛书编辑委员会

主 编：张汉青

副主编：陈海烈 陈泽泓

编 委 (按姓氏笔画为序)：

于欣伟	王晓吟	卢延光	刘 梅
刘斯翰	麦英豪	李吉奎	李志昌
李鸿生	邱 捷	陈永正	陈忠烈
陈健秀	林亚杰	欧少虹	郑秋平
赵春晨	钟卓安	涂经武	黄天骥
黄洁峰	章文钦	曾庆汉	

出版说明

岭南文化是中华文化中特色鲜明、灿烂多彩、充满生机活力的地域文化，其开发利用已引起社会的重视。对岭南文化丰富内涵的发掘、整理和研究，虽已有《岭南文库》作为成果的载体，但《岭南文库》定位在学术层面，不负有普及职能，且由于编辑方针和体例所限，不能涵盖一些具体而微的岭南文化现象。要将广东建设成为文化大省，必须首先让广大群众对本土文化的内涵有所认识，因此有必要出版一套普及读物来承担这一任务。出版《岭南文化知识书系》的初衷盖出于此。因此，《岭南文化知识书系》可视为《岭南文库》的延伸。

书系采用通俗读物的形式，选题广泛，覆盖面广，力求文字精炼，图文并茂，寓知识性于可读性之中，使之成为群众喜闻乐见的知识丛书。

《岭南文化知识书系》由岭南文库编辑委员会与广东中华民族文化促进会共同策划、编辑，岭南文化知识书系编辑委员会负责具体实施工作，广东人民出版社出版。

岭南文化知识书系编辑部

2004年8月

目 录

一、生平大略	2
二、珠江遗迹	20
三、罗浮仙踪	30
四、言谈道旨	44
五、论说神仙	59
六、烧炼金丹	68
七、便民医学	83
八、外学儒家	89
九、影响岭南	96
十、著述概观	106

晋代的葛洪，是中国道教史、思想史、哲学史、科学史、医药史上的重要人物。

葛洪作为道教思想家、炼丹家，对晋代以后的道教影响很大。由于炼丹，他在化学方面很有成就，科学史的学者称他是中国古代的化学科学家。在医学上，他对医学与药学都做过专门研究，人们也承认他在医药研究方面的成就。他在儒家学说的研讨方面也堪称颇有创见的思想家。

葛洪本来是江苏句容人，后来逗留岭南，留连名山，曾经栖身广州，在禺峡山与罗浮山等地隐居炼丹。他一生的主要活动时间，各方面重要的成就，都是在岭南，而且他在文化、思想、道教、民俗等方面，至今还影响着岭南。因此，他虽然是流寓岭南的外地人，但最终成为广东文化史上值得研究的先贤。



葛洪（画像）

一、生平大略

葛洪，字稚川。人们大多认为他生于西晋武帝太康四年（283），卒于东晋哀帝兴宁元年（363），享年 81 岁。他是丹阳句容（今天江苏句容县）人。句容离当时的建康（即今天的南京）很近。

葛洪的从祖（堂房祖父，也就是叔公或叔祖）葛玄，曾经在三国时的东吴做过左鸿胪（官名），同时又是著名的道士。据说他精于道术，曾漂行海上，得到奇书。

葛洪的父亲葛悌在吴国灭亡之后到西晋国做了邵陵太守。邵陵今天属于湖南省。

葛洪 13 岁时不幸失去了父亲，这使他更加发奋好学。因为家里穷，他经常上山砍柴，卖了钱来换纸笔文具。到了晚上，他抄写书籍，反复诵读和学习。这样，他年轻的时候便以儒学出名。他恬淡寡欲，不愿意花时间在那些无益修养的游戏上。他不知道棋盘上有多少条线、多少个格，就是当时众所

皆知的擲菹游戏（以抛掷骰子来决定胜负的游戏，得彩有卢、雉、犍、白等名目），他也是完全不懂。

从16岁起，他开始研读儒家的经典，如《孝经》《论语》《诗经》《易经》等。虽然没有老师指导，对很多问题没有弄清楚，但是他广泛阅读，坚持诵读和学习。他批阅过的书，从经史百家到短篇文章，有近万卷之多。

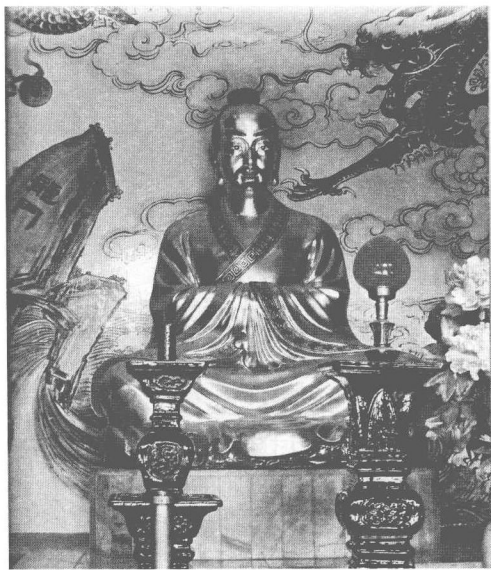
他读书，是为了写书的。面对社会困境，众人浑噩，葛洪很早便开始探讨推动社会进步的办法。他写了许多抨击社会风俗、苦口婆心劝导世人的文章。

葛洪生性淡泊，只爱闭门读书，很少交朋友。他在余杭山也曾遇上高人何幼道和郭文举，但由于性格原因，所以两人并无交往。

葛洪经常做的事情，就是到处去寻访图书，探讨道理。为此，他时常不远数千里，行走崎岖不平的山路，冒着各种危险，力求有所收获。他特别感兴趣的，便是神仙导养之学。

在葛洪一生中，有几个人对他影响巨大，首先是他的从祖葛玄，其次是葛玄的徒弟郑隐。

葛玄（164—244），字孝先，丹阳句容



冲虚古观葛仙宝殿之葛洪像

(今属江苏)人。葛玄遍读五经，三国时候的吴国初年，跟从左慈学习《太清丹经》《九鼎丹经》《金液丹经》以及其他秘术。后来他到江西阁皂山修道，善于服饵、辟谷、符咒等道术，常常给人治病。他的医术很高明，吴国皇帝曾经召见过他。据传，有人乘舟在大海上漂流，

遇登仙岛，神人托此人捎信给吴国的葛玄，称玄为“葛仙公”。东吴赤乌七年（244）八月七日，葛玄在方山白日飞升。后来他的名字一直为人传诵，宋代先后封他为冲应真人、冲应孚佑真人。道教的神谱中，也有他的名号，称为“太极左仙公”。

郑隐（？—302），字思远。年少时即通达五经诸书。长大之后，教授《尚书》《礼记》，通晓音律，对天文、河洛、占卜、推步、九宫、三奇等各种方术无所不通。晚年喜欢道教，跟从葛玄学习《太清丹经》《九鼎丹

经》《金液丹经》《正一法文》等经法。据说，郑隐养生有道，80岁的时候，白发转黑，面色红润，能引强弩，登山步履敏捷，一日可步行百里，一次饮酒二斗不醉，并能在灯下写小字，目力胜过少年。郑隐座下的弟子，以葛洪为佼佼者。西晋太安元年（302），他有感于世事沉浮，遁于霍山修持，不知所终。

葛洪并未见过他的从祖葛玄，但通过葛玄的弟子郑隐，间接得到了从祖的道法。从道教的派别来说，郑隐传给葛洪的一脉，应属于道教灵宝派（阁皂宗），葛洪也就成为这一脉的重要人物。灵宝派以奉传《灵宝经》得名，又因其以江西阁皂山为传播中心而被称为“阁皂宗”。这一道派奉元始天尊为最高神，其下统摄十方三界三十二天帝及地府酆都众神，以三国时候的葛玄为创派祖师。

按有关道书的说法，灵宝派传承的大致源流是：吴赤乌年间（238—251），葛玄在天台山修炼，感太上遣太极三真人下降，授《灵宝经》法等凡三十三卷。玄传弟子郑隐及兄葛孝爱，孝爱传子葛悌，悌传子葛洪。葛洪后又向郑隐求学，再传从孙葛巢甫。巢甫于东晋安帝隆安五年（401）传道士任延庆、徐灵期等。《道法会元·灵宝源流》也

说：葛洪以后还曾传高钦之、陆修静等。这是葛洪传葛巢甫之外的又一传承系统。

尽管葛洪没有见到过葛玄，但是先祖的道教学问，通过家族与葛玄的徒弟郑隐影响着他。葛玄在东吴时就学道成仙了。他把一种炼丹的秘术传授给了弟子郑隐。而葛洪则跟着郑隐学习道法，对各种神仙丹术也全都学会了。

后来，葛洪又遇到了另一位高人鲍玄。鲍玄是上党（今属山西）人，做了南海太守。鲍玄所擅长的也是道教的学问，葛洪很尊重他，把他当作老师来侍奉。鲍玄对道术有相当高的修养，他看见葛洪根器好，又尊重自己，就把独生女儿鲍潜光许配给了葛

洪。葛洪的这位夫人，就是后来人们所称的“鲍姑”。现在广州三元宫内，还有鲍姑祠与鲍姑井，就是为了纪念葛洪的夫人。

从道法来说，葛洪主要传承了葛玄徒弟郑隐的神仙之术，又传



广州三元宫内的鲍姑宝殿

承了鲍玄的医药、占卜之学。这使他后来的著述既有所本，又能折中，有独特精辟的见解。至于他的词章艺术，也得益于他长期酷爱读书，表现出丰富而充实的特点。

在葛洪一生中，和平安稳的日子并不多，生活总是动荡不安。

西晋太安二年（303）二月，张昌率流民起义。七月，陶侃大破张昌。八月，张昌的部将石冰再度起兵，攻州克县。当时，葛洪才20岁出头。吴兴太守顾秘成为平乱都督，同周圯一同起兵讨伐石冰。顾秘写了一封信给葛洪，叫他参加平乱，并且封他为将兵都尉。葛洪带兵攻破了石冰的部队，由此升官做了伏波将军。

平定石冰之乱后，葛洪不自夸，也不以功臣自居。他没有去邀功请赏，而是直赴京城洛阳，去寻找珍秘之书，以增加自己的学问。

后来，天下越来越乱，葛洪觉得应当远离避祸，便来到了广州，想依从当时被任命为广州刺史的嵇含（君道）。但是，嵇含还未出发赴任，就被异己加害。那一年是光熙元年（306）。此时年届23岁的葛洪先已到达，因嵇含已死，葛洪无所依傍，只好留在广州，其后流寓岭南多年。

葛洪第一次到岭南，应当是他在《抱



今天的罗浮山山门

朴子·外篇·自述》所说的，时当太安年间（302—303）石冰作乱以后的一两年。他虽然曾带兵参加平乱，并曾立功，但由于社会动乱，加上故友嵇含遇害，使他受到很大刺激，一时间看淡了荣华与名利，感到应当用

“得之不喜，失之安悲”的心态来看待世情。他到岭南之后，便栖隐罗浮，钻研道术。

几年后，葛洪回到家乡。家乡的人们对他十分尊重，用大礼请他出来当官，但他未予应诺。

晋元帝还在做丞相的时候，葛洪做过他的副官。由于平叛有功，曾被封为关内侯。

东晋成帝咸和（326—334）初年，葛洪被任命为州主簿，又转为司徒的副官，继而升为谏议参军。此时他与《搜神记》的作者干宝很是友好，干宝尊崇葛洪，称他是“才堪国史”的人物。

葛洪最终还是看淡了功名，出世之心日

重。年纪渐大，葛洪更加无心尘世。他听说交趾（今越南）出产丹药，于是就请求做勾漏令。交趾的勾漏县在现今越南的河西省山西县的东南。人们曾误传勾漏在广西北流，当地相传葛洪真人曾来此修炼，塘前水草间，还出产葛仙米，夏天的时候可以采来食用。又相传葛洪在北流县的窰圭洞修炼仙丹。

葛洪做勾漏令的请求被批准，这样，他又一次来到了岭南。但是由于刺史邓岳的挽留（因避康帝讳，邓岳曾改名为岱。邓岳是咸和五年至建元二年，即330—344年担任广州刺史），葛洪又停留在岭南。邓岳热衷于炼丹，与葛洪趣味相投，因此不让葛洪去交趾。邓岳原来想让葛洪留在广州做东官（东莞）太守，但葛洪不肯，邓岳便让他去罗浮山炼丹修道。葛洪就此去罗浮山炼丹，一直到仙逝。

葛洪往来岭南的时候，都是从北江水路，经过今天清远的禺峡山，在那里停留，并且留下了不少遗迹。他也曾经栖隐于峡山的石楼峰上。请求做勾漏令之后来到岭南的那一段时间，他又在峡山金芝岩住了很久。

葛洪去世前写信给邓岳，说准备远行。邓岳接到信后马上赶去，到的时候葛洪早已仙逝，看上去面色如生，肢体柔软，就像睡着的样子。据说葛洪出殡下葬的时候，棺木



葛洪曾经往来的禹峡山北江

很轻，打开一看，原来只有衣服，不见尸体。人们都说，他应当是“尸解”了。当然，所谓“尸解”，无非是传说罢了。

作为江苏句容人的葛洪，流寓到岭南，成为岭南人，其原因有以下几个：首先是由于朋友嵇含的招引而逗留广州；其次，与中原及长江流域相比，当时的岭南相对安定，是避祸远害之所；再次则是广州、交州一带，古来传说丹砂较多，所以吸引葛洪来到岭南。罗浮山自古便有许多仙踪传说，更是葛洪深感兴趣的。

关于葛洪的生卒年，有一些不同的说法。为了帮助读者增加对他生平的了解，这

里略加介绍。

根据学者王明先生的研究，葛洪的生年可考，卒年则说法不一。葛洪的《抱朴子·外篇》有一条佚文，称他自己在晋惠帝太安二年（303）京城动乱的时候是21岁，据此上推，葛洪当生于晋武帝太康四年（283）。

葛洪的年寿，有三种说法：一为81岁，二为61岁，三为不足60岁。持第一种说法的，有《晋书》本传、吴士鉴等《晋书斟疑注》、余嘉锡《疑年录稽疑》（见《辅仁学志》十卷，一、二合期）、唐代王松年《仙苑编珠》引马枢《道学传》、元代张天雨《玄品录》等。持第二种说法的，有刘汝霖《东晋南北朝学术编年》（其所据为《太平寰宇记》一百六十引韦彦伯《罗浮记》），侯外庐《中国思想通史》第三卷、陈国符《道藏源流考》赞同此说。持第三种说法的是钱宾四（穆）的《葛洪年历》（1946年12月3日《中央日报·文史周刊》第二十九期）。

根据对葛洪年寿三种不同的判断，得出他卒年的三种不同结论：一是卒于东晋哀帝兴宁元年（363），二是卒于东晋康帝建元元年（343），三是卒于342年之前。

葛洪在自己所写的《神仙传》中说：平仲节于晋穆帝永和元年（345）五月一日去世。也就是说，葛洪这一年还活着，因此康

帝建元元年（343）不是他的卒年，那是很明确的。

葛洪出生于名门望族，原本业儒，而最终弃儒入道，这是很多人不大理解的。其实，葛洪的选择，既有外因，也有内因。

葛洪家族世代为宦。他的祖父在东吴做过吏部尚书、大鸿胪、光禄勋，辅吴将军，封吴寿县侯。他的父亲也曾仕吴，做过中书郎、延尉平、中护军，吴平后，入晋为邵陵太守。这种家庭背景，显然属于入世的。葛洪早年，虽然家道中落，他还是充满着儒家的进取精神。他在《抱朴子·外篇》一书中，就明晰地表述了自己的政治主张以及对社会的批判，希望矫末俗于当世，有所作为。

但是，葛洪生不逢时。在他生活的时代，社会矛盾极其尖锐，战乱频仍，先后发生了八王之乱、张昌和石冰的起义，继而便是北方少数民族的骚扰，演变成为长达一百多年的五胡乱华。这些是他最终选择出世修道的外在原因。

先说八王之乱。

这是中国西晋时统治集团内部历时 16 年（291—306）之久的战乱。战乱参与者主要有汝南王司马亮、楚王司马玮、赵王司马伦、齐王司马冏、长沙王司马乂、成都王司

马颖、河间王司马颙、东海王司马越等八王。太熙元年（290）晋武帝临终时命弘农大姓出身的车骑将军、杨皇后的父亲杨骏为太傅、大都督，掌管朝政。继立的晋惠帝是个白痴，他即位后，皇后贾南风（即贾后）为了让自己的家族掌握政权，于元康元年（291）与楚王玮合谋，发动禁卫军政变，杀死杨骏，但政权却落在汝南王亮和元老卫瓘手中。贾后的政治野心不死，又于当年六月指使楚王玮杀死汝南王亮，然后反诬楚王玮矫诏擅杀大臣，将玮处死。贾后于是执政，在元康九年（299）废太子遹，次年又杀掉太子。从此，诸王为争夺统治权展开了极其残酷的内战，史称八王之乱。

先是，统领禁军的赵王伦联合齐王冏起兵杀贾后。永康元年（300），赵王伦废惠帝自立。赵王伦篡位后，镇守许昌的齐王冏起兵讨伦，镇守邺城的成都王颖与镇守关中的河间王颙举兵响应。洛阳城中的禁军将领王舆也起兵反伦，迎惠帝复位，杀死赵王伦。齐王冏以大司马身分入京辅政。太安元年（302）底，河间王颙又从关中起兵讨冏，洛阳城中的长沙王乂也举兵入宫杀齐王冏，政权落入乂之手。太安二年（303），河间王颙、成都王颖合兵讨伐长沙王乂。司马颙命都督张方率精兵7万，自函谷关向洛阳推

进；司马颖调动大军 20 余万，也渡河南向洛阳进逼。二王的联军屡次为长沙王乂所败。次年正月，洛阳城里的东海王越与部分禁军合谋，擒长沙王乂，将其交给河间王颙的部将张方，张方将其烧死。成都王颖入洛阳为丞相，但仍回根据地邺城，以皇太弟身份专政，政治中心一时移到邺城。东海王越对成都王颖的专政不满，率领禁军挟惠帝北上进攻邺城。荡阴（今河南汤阴）一战，被成都王颖击败，惠帝被俘入邺，东海王越逃往自己的封国（今山东鄒城北）。与此同时，河间王颙派张方率军占领洛阳，接着并州刺史司马腾（司马越弟）与幽州刺史王浚联兵攻破邺城，成都王颖与惠帝投奔洛阳，转赴长安。永兴二年（305），东海王越又从山东起兵进攻关中，击败河间王颙。光熙元年（306），东海王越迎惠帝回洛阳，成都王颖、河间王颙相继为其所杀，大权落入越手中，八王之乱到此终结。

八王之乱给百姓带来巨大灾难。16 年中，参战诸王多相继败亡，百姓被杀者众多，社会经济遭到严重破坏，西晋统治集团的力量消耗殆尽，隐伏着的阶级矛盾、民族矛盾便迅速爆发。葛洪本欲赴京寻书，均因动乱而受到影响。

次说张昌、石冰起义。

这是西晋末年席卷长江中下游地区的一次规模较大的农民起义。晋惠帝元康元年(291)开始的八王之乱加深了社会危机,促使阶级矛盾和民族矛盾进一步激化。统治荆州地区的都督荆州诸军事、镇南大将军、新野王司马歆“为政严苛,蛮夷并怨”,导致了张昌起义。

张昌(?—304),义阳(今河南新野)人,出身于汉化的蛮族。他武力过人,好论攻战,年轻时曾为平氏县吏。永宁元年(301),在秦雍李特起义的鼓舞下,张昌纠合徒党数千人。晋王朝为镇压李特起义,在荆州强征“壬午兵”(因壬午日发布诏书而得名),调发荆州“武勇”开赴益州。荆州百姓本不愿背井离乡远戍益州,加以张昌乘机鼓动,坚决不肯应征。诏书催遣严急,凡被征之人在所经郡县界内停留五日者,郡县长官撤职。这些武勇到处受到驱逐,走投无路,纷纷屯聚反抗。张昌改名李辰,于太安二年(303)五月在安陆北面的石岩山起义。各地不愿远征的丁壮和就食江夏(今湖北云梦)的饥民都踊跃参加。义军首先攻克江夏郡,又大败司马歆派来镇压的大军,立原山都(今湖北谷城东南)县吏丘沈为天子,更名刘尼,冒充汉朝后代。张昌以相国掌实权,其兄弟皆领兵。江汉人民纷纷响应,旬

月之间，众至三万。义军头著绛色巾，上插羽毛，作战非常勇敢，分四路进攻。一路黄林率两万人向豫州进发，继而东下，破武昌（今湖北鄂城），斩太守。一路张昌亲率大军西攻宛（今河南南阳），败豫州刺史军，并于樊城一战斩司马歆，直逼襄阳。一路别帅石冰东破江、扬二州。临淮（今江苏盱眙东北）人封云起兵响应，占领徐州。一路陈贞等南破长沙、湘东、零陵、武陵诸郡（今湖南境内）。这样，义军迅速占领了长江中下游的荆、江、徐、扬、豫五州的大部分地区，多以下层人民担任州郡牧守。

司马歆被杀后，朝廷派刘弘代歆为镇南将军、都督荊州诸军事，调集大军，由其部将陶侃率领，进攻张昌的根据地江夏。八月，荆豫地区的义军虽顽强战斗，但终因兵力分散，力量悬殊而失败。永兴元年（304）秋，张昌被俘处死。同年三月，徐扬地区的义军也在周玘、顾秘、贺循等江南豪族武装和广陵度支陈敏等官兵的围攻下失败。

张昌起义不但直接支援了益州的李特起义，而且与北方少数民族的起义遥相呼应，成为动摇和推翻西晋王朝的主要力量之一。起义也沉重打击了荊州地区的封建势力，迫使新任刺史刘弘采取一些缓和阶级矛盾的措施，如抑制豪强霸占山泽的行为，对流入荆

土的梁益流民采用“给其田种粮食，擢其贤才，随资叙用”的办法，以利于荆州地区政局的稳定和生产的恢复。

石冰（？—304），也是西晋时蛮族起义军将领。太安二年（303），张昌发动荆州汉、蛮各族人民起义，派他分兵东攻扬州，击败刺史陈徽，占领扬州诸郡，不久攻破江州，临淮人封云起兵响应，进攻徐州。永兴元年（304），石冰在建康（今江苏南京）为陈敏所败，被迫北依封云，后与封云同被叛徒张统所杀。

张昌与石冰起义，给长江中下游一带造成动荡不安。葛洪生逢其时，也被卷入朝廷对起义的镇压。

再说五胡乱华。

五胡乱华是中国南北朝时期北方多个少数民族大规模南下而造成与汉族政权对峙的时期。又称永嘉之乱或五胡十六国。五胡是指匈奴、鲜卑、羯、羌、氐五个少数民族，其他还有丁零、乌桓、吐谷浑等。

汉朝以来，就有胡人不断向中原内地迁徙，逐渐盘踞华北地区，势力不断壮大。到西晋时期，胡人已入居关中及泾水、渭水流域，对晋都洛阳形成包围之势。在晋惠帝时期的八王之乱以后，晋室分裂，国力空虚，民生凋敝，中原汉族的军事力量迅速衰退。

胡人趁机起兵，于是中原大乱，在百余年间先后由胡人及汉人建立起数十个强弱不等、大小各异的政权，史称“五胡乱华”。又因为北魏末年的史官崔鸿曾撰《十六国春秋》一书，将较具代表性的十六个政权独立记录，故又有将此一时期称为“五胡十六国”。实际上当时政权的数目远逾十六个，建立者也不限于胡人。

葛洪时代，正是五胡乱华的开始，他一生的前半期，就有以下诸国：汉·前赵（304—329）、成汉（304—347）、前凉（建于317年）、后赵（建于319）等。

葛洪亲历了八王之乱与张昌、石冰的起义。西晋太安元年（302），其师郑隐知季世之乱，江南将鼎沸，乃负笈持仙药，携入室弟子，东投霍山，只有葛洪仍留在丹阳。太安二年（303），张昌、石冰于扬州起义，大都督秘任葛洪为将兵都尉，由于镇压张、石起义军有功，升迁为伏波将军。事平之后，葛洪即“投戈释甲，径诣洛阳，欲广寻异书，了不论战功”。但因“正遇上国大乱”（即“八王之乱”），北道不通，而陈敏又“反于江东，归途隔塞”。在此去留两难之际，恰逢其故友嵇含为广州刺史，上表请他为参军，并担任先遣。

葛洪以为可借此避乱于南土，遂欣然前

往。不料嵇含又为仇人郭劭所杀，如此境况，既客岭南，失所依托，儒道也就无法推行。于是便师事鲍靓，继修道术，最后终于成为岭南道教史和文化史上的先贤。

葛洪早年业儒入世，而时代乱离，儒术难行，深感“荣位势利，譬如寄客，既非常物，又其去不可得留也。隆隆者绝，赫赫者灭，有若春华，须臾凋落。得之不喜，失之安悲？悔吝百端，忧惧兢战，不可胜言，不足为矣”（《抱朴子·外篇》自叙）。而此前所学道术，本为避人修习之学，时势让他看破、放下，乃绝弃世务，锐意于松乔之道，服食养性，修习玄静。

二、珠江遗迹

禺山遗影

广东清远的禺峡山，风景秀丽，颇有仙气。珠江的支流北江蜿蜒穿行而过，山水相映，格外迷人。葛洪往来岭南的时候，都是从北江水路，经过今天清远的禺峡山，并在那里停留。在这条江边的山上，留下了许多葛洪的故事与足迹。

清初沈阳孙绳祖修撰的《禺峡山志》，有一则葛洪的小传，说葛洪投奔嵇含，而嵇含遇害，葛洪便停留岭南多年。这是葛洪第一次来岭南，此时他往来峡山，栖隐在山中的石楼峰上。司徒王导请他做州主簿，又选他做散骑常侍，领大著作，他都留在山中不出来。

后一次来岭南，是请求为勾漏令，途经此地，他也经常住在峡山的金芝岩。广州刺史邓岳要挽留他住在城中，他去而不留。后来就去了罗浮炼丹，著书归隐。

人们多知道禺峡山的飞来寺，以为此地只有佛教，并无道教。其实这里既有达摩石，也有葛坛石，一佛一道，同为古迹。今天我们在飞来寺后见到的玄武（龟蛇同形），就是道教所祀北帝水神象征。

据《禺峡山志》所载，石楼峰“层出如楼”，共有两处，其中一处是在葛坛左，另一处可能在南禺山。今天还可以访得的遗迹，多在飞来寺这边，有葛坛石、抱朴亭（原名葛仙亭）等处古迹。



今天所见禺峡山飞来寺，山上有葛仙石

今天还可以看见的一处景点，名为葛坛石，就在现在飞来寺的西边。《禺峡山志》说：飞来寺西边有石头，高好几十尺，宽也有几百尺，晋代葛洪在此地修炼。左右花竹积翠成围，石上旧时筑有葛仙亭。清代康熙年间，本县县长孙绳祖改题颜额“抱朴”二字，用的就是葛洪的别字。又说：葛坛石在前寺西边，与半云亭对峙。明嘉靖七年（1528），寺僧重修。清顺治十一年（1654）废，平南王尚可喜复建。明代崇阳

人、阳山令吴楚材的《游峡山记》还说：葛坛石高几十尺，宽几百尺。石的前边有葛仙亭。

从飞来寺向北几里就是金芝岩，上面有葛稚川丹灶，是在北峡那边。《禺峡山志》说：北峡的岩石，距离山寺好几里，山洞深不可测，相传可通楚地的云梦泽。内分三洞……一窍称为通天岩，左边有石燕穴，冬天的燕子大多藏在洞中。宋代开宝年间，会望气者对皇上说，东南有内灵山，应当能发现金草。皇上遣使寻找，就在这里的岩洞内寻得金芝 20 根，铮铮作响，可以发出金



葛洪炼丹的灶

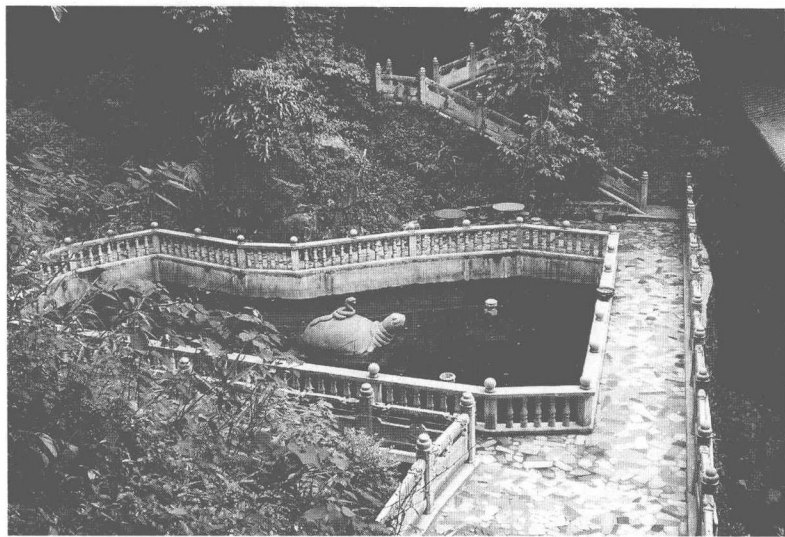
属的声音。《禺峡山志》还说，这里面有葛稚川丹灶。

葛坛上原有瑶林，后来在其旧址上建了问归亭。葛坛下面有仙踪，也就是葛洪遗迹。葛坛石左边，过去还有明代尚书何维柏诗碑一方。另有“葛坛”二字，用楷书写的，后面刻“乾道己丑孟秋，吴兴陶定安世

书”13字，应当是宋代时刻下的。

在石楼峰顶上，又有御风台，也是葛洪修炼的地方。此地形势狭长，左右青峦回抱，峡水环绕足下，宛如虚舟横系江面。古时有人筑台其上，登临此台，顿觉一苇渡江，凭虚御风。后来遇上会看地形的专家，嫌寺西昂首抬头，可能会有多变迁、多外侮的毛病，当地官员遂下令不再治理这个地方，御风台从此就废弃了。

清远禺峡山葛洪遗迹，古往今来，题咏很多，这里录下几首，希望能够引起人们追怀葛洪的兴趣。



禺峡山上的玄武

明代浙江人、金事吴廷翰《葛仙亭》
诗写道：

登山探奇胜，历景稽仙宅。
山人为我言，上有勾漏迹。
世远语茫昧，人稀径危折。
闻言动遐想，凌风挂山幘。
藤萝蔓衣襟，牙磴刺胸臆。
目眦决云霄，毫端响松柏。
丹灶忽隐见，何许觅踪迹。
但见百尺亭，插此万仞壁。
力倦藉丰草，而或作盘石。
坐此不能去，拂拭仙翁席。
起行扪苍苔，如见古坛额。
漫灭不可读，依稀辨形画。
乃知事不讹，流传自夙昔。
我闻仙君术，曾不事黄白。
丹砂凝胎元，黄金生肘腋。
功德崇累生，空山练形魄。
一为烟霞人，迥与尘宇隔。
我生逢大还，乃是真仙脉。
若人能啖之，其甘如玉液。
千载注红颜，虚空生羽翮。
仙君知我言，如闻掷飞锡。
望之不可见，四山翳苍碧。
倏然万念清，焚香展《周易》。

明代南海人伦以谅《葛坛》则云：

炼丹朱明洞，寄迹飞来山。
五百年前事，春风为解颜。

钟顺《葛坛石》：

仙迹追寻路已迷，石坛高望四山低。
红尘路远人稀到，绿树云深鸟乱啼。
种药园荒繁枣栗，炼丹房冷锁云霓。
葛翁不见重来日，洞口桃花吐正齐。

明代顺德人、郎中欧大任《葛仙亭》
咏道：

海上元无宅，山中半带霞。
罗浮多石髓，勾漏有丹砂。
弟子羊为石，仙人枣似瓜。
飘飘九芝盖，出入五云车。
山精时照镜，木客日餐花。
虚驾那能度，悬壶即是家。

顺德人、给事中苏应旻《葛仙亭》：

层云森古寺，返照静渔矶。
山色水传去，溪声松助之。

听经孤鹤舞，采药一僧归。
安得如来者，高谈慰所思。

清康熙时沈阳人孙绳祖《葛坛石》：

怪哉抱朴子，到处便烧丹。
此石留仙迹，今人景葛坛。
天空容啸傲，海阔仍盘桓。
(石上有“海阔天空”四字。)
欲访成峰术，何时得挂冠。

清人刘继礼《葛坛石》：

吾乡亦有葛仙坛，踞小桃源第一峦。
杏树分林春艳艳，曦轮出海晓团团。
闲游禺峡寻神迹，想见伊人立石盘。
到此徘徊思不尽，扶筇再上白云端。

吾乡武功山，一名小桃源，即葛仙藏书处，上有葛仙坛。每子夜登坛观日，其景绝胜。旧有二杏并立，东花则西实，至明年则花实易向。

此外，葛洪可能在北江通往岭北的路上也都留下了足迹。在始兴的玲珑岩、南雄的钟鼓岩都有葛洪炼丹的地方。在历代方志书中也有一些记载。

羊城旧址

西晋时候的广州南海郡，管辖的范围很大，包括相当于今广东的大部分地区和广西的部分地区。葛洪以如今的广州市为主要活动场所，也曾经到过附近的不少地方。

葛洪首次来广州，初衷本来是避祸。此前他曾经北上洛阳，希望广收异书，研修仙道，但是路上遇到八王之乱，道路不通，只好在河南、湖北一带漂泊。之后，他的朋友嵇含（君道）被任命为广州刺史，召葛洪做参军，葛洪答应了。没有想到葛洪到广州时，嵇含却被人杀害了，葛洪只好留在广州。

在广州，有一个地方叫浮丘，即现在广州市中山七路和光复路交界的地方，葛洪曾经在这里炼丹弘道。他听说南海太守鲍玄精于道术，便去拜他为师。鲍玄是左慈的弟子，与葛洪从祖葛玄是师兄弟，算起来可以说是葛洪的师祖了。葛玄主要精修丹鼎一派，从史载看来，他是外地到岭南的第一位道人。他兼通儒家和道家，擅长河图洛书，据说他还见过仙人阴长生，寿命很长，活到100多岁。

葛洪在广州的时候，经常跟鲍玄研究道术。他的学识与人品，得到鲍玄的器重，葛

洪后来便成了鲍玄的女婿。葛洪的妻子鲍潜光，就是后来人称“鲍姑”的著名道医。

鲍姑自幼便继承父业，精通医术，长于道法。319年，鲍靓（即鲍玄）为鲍姑在越秀山南麓建造了越岗院，作为修道的场所，也为百姓治病。其艾灸之术闻名千古。葛洪也精通医术，夫妻俩一起为百姓治病。

现在的三元宫便是当年越岗院的原址。鲍姑仙逝以后，人们建祠纪念她。明代的时候，把正殿定名为三元殿，把鲍姑祠改名三元宫。

在三元宫西厢，今天我们还可以看见一口古井、一块经络图碑和一座纪念亭。古井在过去也叫“粤井”，里面的水，传说当年鲍姑曾经用来做药，给百姓治病。碑中的经络图是鲍姑艾灸治病的穴位图，图中记录的是人体五脏六腑、炁路经脉以及肝肠肺胆、人体诸经的医学原理。亭则是后人建的鲍姑亭。

鲍姑在三元宫、冲虚观等岭南道观中多有祠祀。人们在纪念这位岭南道医女子的同时，也时时会想起与她既是道友，也是夫君的葛洪。

葛洪在广州的时候，足迹所到很是广远。东边常到罗浮不说，北边则去禺峡、曲江，南边甚至到了交趾日南（今越南顺化）、



广州三元宫的粤井，亦称鲍姑井



广州三元宫西厢的经络图碑

扶南（今越南与柬埔寨南部）。而广州则是葛洪南来北往的重要据点。今天在广州西面的佛山南海有一镇，名叫“丹灶”，据传也是由葛洪炼丹而得名的。

今佛山市顺德区乐从镇葛岸村，相传也是葛洪到过的地方，因而得名。葛岸民间有纪念“葛仙翁”的民俗，至今不衰。

三、罗浮仙踪

葛洪在广东逗留较多的地方，有清远禺峡（今飞来寺附近）、广州越冈（今应元路三元宫一带）、惠州罗浮（岭南名山）几处，而最为人知的是在罗浮山。罗浮山至今还有他创的遗庵和所建的丹灶等旧址。

葛洪来到岭南，盘桓于罗浮山，那是有缘故的。试想，风景秀丽，远离尘世，自然不必多说。而真正吸引葛洪的，应当是罗浮山自古以来的修道福地与仙家灵迹。

葛洪之前，罗浮山的石刻就有《金液丹诀》，据说是太乙仙师所撰，又有《太一真君固命歌》，据题乃是真人勒于罗浮山朱明洞阴谷壁，古文篆字，葛洪译，鲍靓行于世。

当然，葛洪选择罗浮山修道，古人早就做了解释。像《太平寰宇记》就曾引晋人袁彦伯的解说，认为葛洪因为嵇含遇害，“乃憩于此山”。也就是说，葛洪选择罗浮

山，是因为羁留岭南。而罗浮山的神仙灵迹，对慕道修真心切的葛洪来说，本身便带有巨大的吸引力。但是，这还不是必然的原因。

对山的选择，可在葛洪的著作中找到。他对山很有研究，也很讲究。在《金丹》一篇中，他说：“诸小山皆不可于其中作金液神丹也。凡小山，皆无正神，为主多是木石之精、千岁老物、血食之鬼。此辈皆邪炁，不念为人作福，但能作祸，善试道士。”又说：“是以古之道士，合作神药，必入名山，不止凡山之中，正为此也。”他列了天下几十座修道名山，而罗浮山正是他周览天下之后在南国的首选。

此外，影响葛洪入罗浮山修真悟道的还有一个关键的原因，就是受他的师父郑思远的影响。郑思远在罗浮山炼过丹药。据古人记载，在罗浮山顶有一泉源福地，就是郑思远炼丹处。这个泉源福地，由后来的道士华子期继而治理。在冲虚观西北的幽居洞，古时有郑公书堂，也是郑思远的旧址。

由此，我们可以推知，罗浮山的神仙灵迹与修真福地，吸引着所有修道之士，葛洪也不例外。如果郑思远罗浮炼丹一事属实，那么葛洪之赴此山，就是步乃师之路，以此山为仙洞了。他入罗浮修道，便属必然。

道教曾把天下名山分为 10 大洞天，36 小洞天，72 福地。罗浮山是 72 福地中的第 34 福地。洞天是上天群仙治理的地方，福地则是上天派真人治理的地方，都是人修道成仙最理想之处。

罗浮山坐落在现在广东惠州博罗县西北，又跨入增城市境内，古来便称为“百粤群山之祖”，或称为“岭南第一山”。

秦汉以降，南海郡便有博罗县。古来传说，博罗原有罗山，后来从会稽浮来一座山，人称浮山，两山合称罗浮。

罗浮山方圆 1000 平方公里，有 432 座山峰。主峰飞云顶，海拔 1296 米。全山白云缭绕，林木繁茂，奇树参天，野花遍布，山溪潺潺，泉流淙淙，飞禽走兽出没其间。山中有 432 座山峰、983 处泉水瀑布、72 条

长溪和十多处有名的洞壑。如此美景不仅令人叹其壮观，更让人产生出世的妙想：山洞是仙人的居所，深坑是龙的洞穴，奇树是凤巢，鸾鹤



罗浮山酥醪观山后

是仙人的坐骑，月光云影仿若仙人飞行，林木风声则如神仙奏乐……

罗浮山瑰奇灵秀，民间传说有许多灵异之处，比如离酥醪观八里之处的忘饥石，据传坐在上面，可以让人不饥不饿，不知疲劳。罗浮山有个蝴蝶洞，生长着特有的罗浮仙蝶。还有一块飞来石，据说是由桂林象郡（今属广西）被雷击后飞来。山南稍东，近孤青峰上的瑶台仙石，据说仙人经常在那里下棋，八仙也常来饮酒，欣赏七仙女从天上下来表演歌舞。当然这都只不过是传说罢了。

罗浮山丫髻峰下，还有一种竹子，上面的竹叶纹理皆如符篆，据传是汉钟离挥写的符咒，给正在修道的刘高尚道人镇驱虎蛇之用，后来便有了这种竹叶符。罗浮山东南临近大海，据说夜半可见“天灯”出现在铁桥峰和瑶台石之间。

在葛洪之前，相传罗浮山很早就有神仙或修炼神仙的人。秦汉时候，有安期生、朱灵芝、阴长生、苏元明等人，他们的故事一直在民间流传。

安期生在罗浮修道，据传他是最早游罗浮之仙人。后来的酥醪洞就得名于安期生。《神仙传》说安期生同神女在玄邱相会，喝的是玄碧色的香酒，醉了之后呼吸水露，都成了酥醪美酒。



罗浮山酥醪观

汉代人李少君，见汉武帝热衷于神仙方术，就说炼丹服丹可以长寿。炼丹法就是把丹砂放到祠灶中去烧，做成黄金色丹药，吃了便可以长生不老，可以到蓬莱仙岛去。李少君还说自己擅长炼丹，所以经常出入罗浮山，据传还同安期生在那里谈论大道。

据传说安期生是秦朝人，他来罗浮山修道，后来又隐居于

广州白云山的蒲涧，终于修成真人，悟通大道。直到晚清民初，广州还有蒲涧安期仙祠。相传安期生见到秦始皇，就说：“三千年之后到蓬莱仙山来找我。”罗浮山是蓬莱仙山的别岛。所谓别岛，就像后来大的道观有正庙，又有下院那样，下院也叫别院。

安期生把他的道法传给了朱灵芝。朱灵芝原本是西域大宛地方的人，远道而来罗浮山修道，据说著名的“朱明耀真洞”就是朱灵芝创建的。

朱灵芝又把他的道法传给了阴长生。阴长生是南阳人（今属河南省），传说是汉和帝皇后的曾祖父。他听说马明生得到大道，便前去拜师，获得金液神丹的法诀。之后便隐居到罗浮山铁桥峰下，后来到惠州来都山修炼服丹，活到 170 岁。

此外，葛洪的从祖葛玄，葛玄之徒郑隐，也曾经隐居罗浮山修道。

宋代岭南著名道士白玉蟾的弟子留文长著有一篇《金丹世系》，记录了与葛洪同时在罗浮山修道炼丹的一些人物以及他们相对固定的处所：

阴长生——铁桥峰

苏元明——青霞谷

葛孝先——飞云顶

郑隐——泉源福地

葛洪——麻姑峰

此外，当时在罗浮修道的，还大有人在，如安定人梁卢，曾做罗浮道士；太原人王佐，隐居罗浮；博昌人任敦，年少时在罗浮修道。他们都修炼成仙，道术兼通。

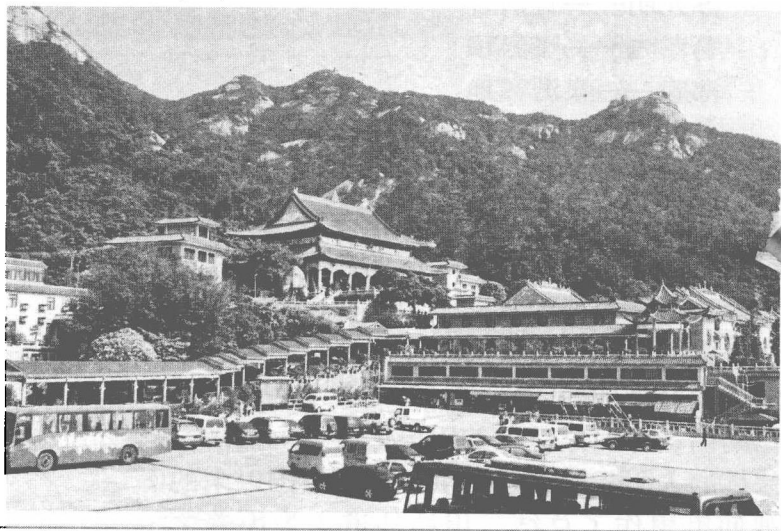
由此可见，自古以来，罗浮山便吸引着众多爱好神仙的才士。但是，要说有确切根据的话，在罗浮道教的历史上，第一位潜心修炼的人，无疑就是葛洪。他对战国以来的神仙思想作了总结，用神仙道术为内养之

学，以儒家学问为外养之道。所以他像鲍玄那样，兼通儒道两家学术。

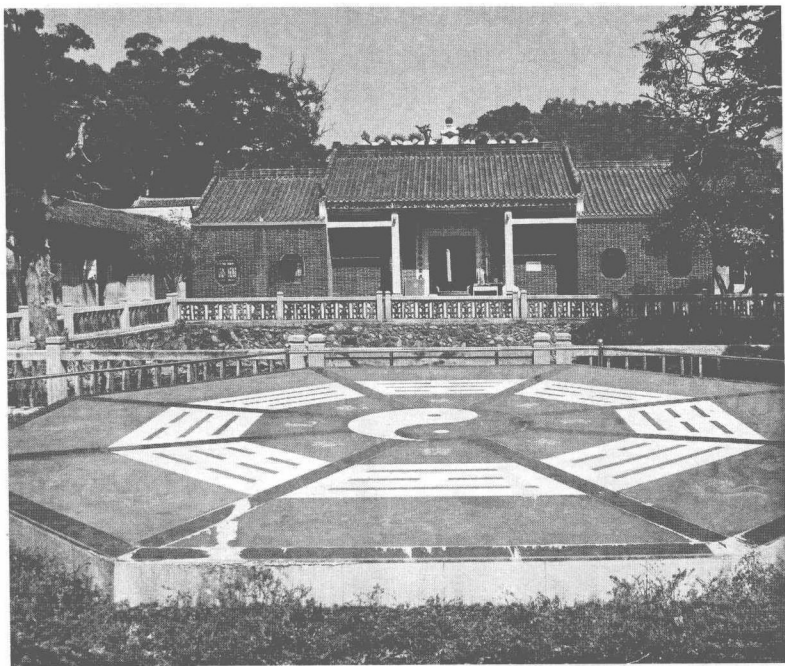
早在 327 年，葛洪就在罗浮山建庵修道，建东庵九天观、西庵黄龙观、南庵都虚观、北庵酖醪观。东晋安帝义熙元年（405），为纪念葛洪在罗浮山的活动，在南庵故址建立了葛洪祠。到宋朝时候，立道观，初名“都虚”，后改名“冲虚”，一直沿用至今，也就是我们今天能够看见的冲虚古观。

葛洪在罗浮山做了三件事，一是著书立说，二是炼烧金丹，三是传播道教。

葛洪的主要著作是《抱朴子》内外篇、



今天的罗浮山黄龙古观



今天的罗浮山九天观

《肘后方》和《枕中书》，都是在罗浮山写就的。也有人认为是在他的老家句容写成的，但证据不是很充足。葛洪自己说早年遇兵乱，流离奔波，不动笔十几年。后来停留在罗浮山，日子过得从容悠闲，所以便不停地著述，写下了大部头的著作。他的著述吸收了颇具岭南地方色彩的神仙传说故事，还吸收了他妻子鲍姑行医的实践经验。

葛洪到罗浮山，实际上还带着儿子、侄

子，也即是说由兄弟、夫妻、后辈等组成一个集体。他的修道，起先是在家庭内部形成一个小圈子，从葛孝先（玄）、葛孝爱传葛中弟，葛玄一脉经郑隐传葛洪，还传给了葛望、葛世，直至葛巢甫。在家庭之外，当时葛洪在罗浮山还影响或吸引了一批人，如黄野人、滕升等，形成了一个相当规模的修道信仙集体。



这里略微介绍当时追随在葛洪周围的几个人物。

黄大仙，原名黄初平，号赤松子，俗称黄野人。有兄黄起平，一同在家乡浙江金华修行得道，葛洪到罗浮山炼丹，他便跟随而来。在传说中，有的说他长得像神农氏，有的说他就是神农时候的仙人赤松子，有的说他是汉代张良遇见过的黄石公，但这些说法都根据不足。据人们研究，较为可靠的说法是，黄大仙

为葛洪的弟子，得到了葛洪的道法真传。据说当时葛洪炼成了丹并仙去之后，仙丹保留在柱石之间。黄从外面回来，取了一粒服下，便变成了地行仙。道经说，天仙可以升到天上，地仙可以穿行山间，下士可以得尸解。黄野人虽未能随师升天，但却成了地行仙。

冲虚古观原来有下院供奉黄大仙。抗日战争时，道士流落香港。1949年在香港建成黄大仙祠，又名啬色园。此前在1915年，黄大仙神像已经从罗浮山迁入香港，之后陆续在湾仔和九龙建祠。

关于黄野人，古代留存下来的罗浮山地方志等书籍，还有许多神奇的传说。当代人也可以在广州芳村的黄大仙庙和香港的黄大仙庙感受到他的神奇灵验。

比如遗履轩。传说鲍姑白天在南海帮助人治疗百病，晚上便到罗浮修道。黄野人看见师母白天晚上来来去去，就是不见车马，只见每天一双黑燕从岩中飞出，便觉得奇怪，又不便问。后来，他用网拦住燕子，一看，原来是师母鲍姑的鞋子。

黄野人成仙之后住在罗浮山，他的庙宇就靠近今天的冲虚观，据说有一头哑老虎守护着他。他在罗浮山经常显灵，大概每年的九月六日至九日，他必定出来，只是人们未

必认识他罢了。传说不少人见过黄野人，宋代大文豪苏东坡还在田埂上遇见过他，但一时没认出来，与他失之交臂。他有各种各样的化身，时而是道士，时而是儒生，时而是溪边的老翁，时而是山间的妇女，变化无常。

黄野人还经常显灵为人治病，救助有困难的病者，有缘的人就可以见到他。有一个樵夫患脚疮，多年不见好。一天，黄野人隔着溪水叫他过去，削了一块树皮，敷在他的脚疮上，叫樵夫闭上眼睛。过了一会儿，樵夫睁开眼睛，野人已经隐去，脚疮却好了。还有一个驼背老婆子，遇见黄野人，黄野人叫她捡一块石头给他，老婆子捡了，站起身来腰就直了，可是黄野人已经走得没有踪影。在山中，黄野人总是施有缘药，有时用木皮补兔唇，有时用泥土医皮肤，这种例子很多。

透过这些传说，我们可以知道黄野人大概的情况：他作为葛洪的弟子，主要继承了葛洪的道术仙法，在医术上可能也继承了鲍姑的医疗技术。葛洪仙去以后，他依然留在罗浮山修道、行医，立心行善，以地行仙的形象，活跃在岭南罗浮，也成为这一地区的代表仙灵。

黄野人在岭南地区颇负盛名，至今除了

罗浮山冲虚观、南海黄大仙祠，在香港上水九龙湾、广州芳村、惠州龙藏洞赤松观、新会叱石等都还有黄大仙的祠祀。岭南地区之外，在黄野人的家乡一带，如上海闸北、杭州西湖，以及东南亚粤人较多的地方，像马来西亚和新加坡，这位仙人依然受到祀奉。

葛洪另一位弟子滕升，也值得加以介绍。一来是因为他跟从葛洪在罗浮山修道，二来是因为他很好学，问葛洪关于神仙的事情，触发葛洪撰写出一本传世名著《神仙传》。

葛洪在写完《抱朴子·内篇》之后，他的弟子滕升读到书中论述神仙的道理和修炼神仙的法术，就产生了疑问：“仙化、不死，这些事是真的吗？古来所说神仙真的吗？”葛洪告诉滕升，记载神仙的故事古来就有，像秦朝时大夫阮仓记载了几百人，汉



黄大仙塑像

代刘向的《列仙传》记载了70多人，但是世上的神仙超过这个数目几千倍。他为了让人信服古来世上确有神仙，便抄录古代关于神仙的故事和服食成仙的记载，汇编成《神仙传》十卷。

《神仙传》与《抱朴子·内篇》的仙家理论相为补充。《内篇》偏重谈论神仙的理论，《神仙传》专门记述神仙的故事。《神仙传》同刘向的《列仙传》相比，记录的神仙的数量增加了，而且记录更加详尽。

葛洪的《神仙传》写到不少岭南甚至是罗浮山的神仙。例如安昌期，在广州、清远、罗浮都有他的足迹；王远都常往来于罗浮、括仓（山名，在浙江）；董奉曾经赴交州为人治病。

葛洪家族之内的传人，有几位也与罗浮山有关。

一是葛玄。葛洪学道的师承，有一脉是葛玄传下来的，其中有《灵宝》古经。葛洪又传给了他的侄子葛望、葛世。葛望曾经做过邓岳（当时为广州刺史）的记室参军，那是葛洪推辞邓岳的挽留后，让葛望去为邓岳做事。除了葛望、葛世，葛洪还传给了他的弟子安海君。

二是葛巢甫。葛洪之后，到晋隆安年间（397—401），他的从孙葛巢甫把传承下来的

先祖道脉，发扬光大，形成了道教的一个重要流派，即灵宝派，收徒任延庆、徐灵期等人。这一派在很长一段时间活跃在江西皂阁山，因此又称皂阁宗。

如今，冲虚古观东边为葛仙祠，供奉着葛洪和他的妻子鲍姑。西边则是供奉赤松黄大仙的黄大仙祠。三清宝殿中有四位真君，其中一位是葛洪的从祖葛玄。

葛洪在罗浮山的记载，可参看宋广业《罗浮山志会编》（《续修四库全书》第725册）、陈伯陶《罗浮志补》、《罗浮指南》（《中国道观志》第36册）等书。

四、言谈道旨

葛洪的著述很多，且内容丰富，有许多是值得我们认真探讨的。这里，笔者先介绍几个最基本的，比如道旨、神仙、仙药、金丹等。

说起道旨，我们可以看到道教有两大类出发点，一种是在世之人存出世之心，另一种则是遗世而去做完全的隐者。葛洪开头或许也想做第一种人，就像他的先辈那样；但最终选择了第二种，因为他对世界有着不同于先辈的新认识。越到后来，他的人生态度越是否定的和拒绝俗世的，他的道旨都是从这种人生态度出发的。概括地说，他所谈论的道术修炼，其实就是选择了一种与世俗截然不同的生活方式。

出儒入道

葛洪在《抱朴子·外篇》中，曾经流露

出要复兴儒家的念头。大概是在年轻的时候，在饱读儒家经典之际，他对当时盛行的玄学不满，有意兴儒教、救微言。从他早年所学，我们知道葛洪最初的学问基础是在儒家那里打下的。但是到了后来，他看到社会动乱与政客之间的争斗，使他逐渐捐弃儒家的社会伦理之学。与此同时，他在不断学习道教丹术与其他方术的过程中，对神仙出世则无限向往。我们在《抱朴子·内篇》中，看到葛洪很明显地把儒家与道家加以权衡，最后决意舍儒而去，终归于道。

葛洪认为道是儒之本，而儒是道之末，所以他主张修道。那么，为何修道？道有何妙？

葛洪说，道涵括天地，本来无名。说它是无，那么影子和回响就是有了；说它是有，那么宇宙万物就是无了。说它小而近，最小的秋毫也绰绰有



当年葛洪所创都虚观，今为广东省道教协会所在

余；说它大而远，太虚空间还比不上。方的得道变静，圆的得道变动，下降的得道自然俯落，上升的得道自然仰高。勉强称它是道，已经失去它的本真，如果还要去分析，那就差得更远了。葛洪的“道”，大体是从《老子》一书的“道”引伸而来，而讲得更加深入细致。

葛洪认为，一般人是修不成大道的。一方面是他们不相信人可以修炼成仙，不懂微妙，愚昧困惑。另一方面则是太多的干扰，因为近前的欲望难以放下，所以深远的功夫便难修成。人们只相信长生也许可以得到，但认为世间一定没有神仙，说那是没有验证的。在葛洪看来，不信、不舍，便是修道的大碍。

葛洪说，俗人不懂得这个道理。世人虽然乐生畏死，但荣华诱惑他的心意，美色诱惑他的眼睛，音乐扰乱他的耳朵，爱好与厌恶劳动他的心神，功名富贵束缚他的身体。这些都是他自己不招而自来，不学而已成的。他分不清自身与名利哪一个更亲，经常后悔时间像白驹过隙那样流逝。这样的人，是没有条件修炼成仙的。

人的身体是有形的器物，是精神与灵气所寄托的地方。许多人不懂得身体疲劳就会精神涣散、内气用尽就会性命终结的道理，

人死不能复返，
朽坏不能再生。

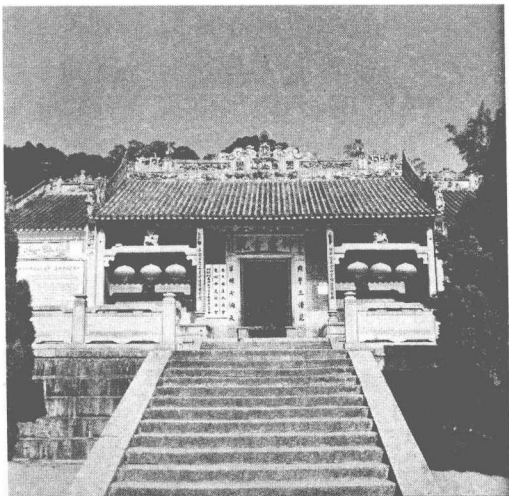
所以，“尺璧非宝，寸阴是竞”的说法，不是没有原因的。山林养性、遗俗得道的人，就会把功名富贵当作是赘疣，把万物比作蝉翼。

于是，选择
隐遁，入山幽栖，
闭上用来看的眼
目，丢弃损失光

明的颜色，塞住喜欢音乐的耳朵，远离乱心的音乐，把一切有害生命的东西隔离开来。收视返听，反而看得更彻底、更清楚；养住灵根，才能不受外界诱惑。如此，便可望保全天然的本性。

只有呼吸天地自然的精华，内守九精于丹田和命门，这样才能有望永生久视。修道是没有办法速成的，修炼成功的人少之又少，他们又隐逸不出，所以人们看到的多是没有炼成的，因此都说没有仙道这回事。

葛洪宣扬神仙，意在使人觉悟。他说，在浅水中的小鱼，难以知道四海之广大；果



冲虚古观

核里的小虫，不能理会世界之浩瀚。习惯使人们无法作意外神奇之想，即使提着他们的耳朵跟他们说，他们也觉悟不了。葛洪告诉人们，学道之人首先不能疑惑，必须志诚。志诚才能感动神灵，志诚才能结交师友。心志既诚，还要有明师指点，由易到难，由浅入深，积德行善，才能得到九丹金液，修成大道。

葛洪认为，即使是学习一些小法术，也需要广博的知识。要多闻，要博见，只有这样，才能体会道的真要，也只有这样，才能有所选择。学道没有成就，一定是因为有所偏废的原故。

守一体玄

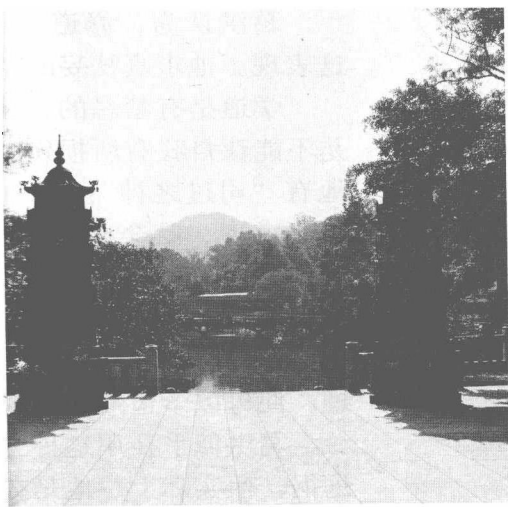
葛洪推崇“玄”，教人们如何修炼玄道。玄道似乎是至高无上的自然神，这使人容易把它与元始天尊之间拉上关系。那么，什么是玄？如何修玄？

葛洪曾经精彩地描绘过玄道。他说，玄是自然的始祖、万殊的宗源。它深不可测，微不可言。它绵绵渺渺，所以又称为“妙”。它的高度超过了九霄，它的广袤笼罩了八荒。它的光比日月还亮，它的速度比雷电还快。它如影子，如流星，如深渊，如浮云。

随万事万物而表现为有，托沉潜寂灭而表现为无。它可沉到深海，也可升上北斗。金石比不上它的坚刚，露珠比不上它的柔软。它不用直尺可以变方，不用圆规可以变圆。来的时候，不知道从何而来；走的时候，不知道如何追赶。天因它而增高，地因它而卑下，云因它而行，雨因它而降。

这个玄，孕育了浑元合一的自然，陶成了阴阳两分的天地，吞吐出世界万有的起始，冶造出亿类不同的物种。二十八宿因它而回旋，蛮荒草昧由它启蒙，自然的灵机由它驱遣，四时的气息由它吹嘘。它的里面有冲淡静默，也有灿烂辉煌。它可以让肮脏的浊水变成清流，把黄河渭水当美酒来斟酌。

“玄”美妙无比，只要有了它，什么都能让人快乐，如果失去它，一切都会败坏。美妙的音乐可以让人失聪，嘉丽的景色可以让人失明，宴饮往往使人乱性，美色



冲虚古观门前的白莲湖

则常常使人丢命，只有玄道可以使人永恒。如果不懂得玄道，一切的繁华富贵其实都是杀机，只能让人乐极生悲，至盈复亏。

葛洪又教人们如何修炼玄道。他说学玄道的要诀，首先在内心得道，然后依凭外行守住，用精神去使用，借器物来遗忘。无论是在世修炼还是出世飞遁，都必须谨守此诀。

葛洪的玄道，大概是从《老子》一书“玄之又玄，众妙之门”加以发挥而成的。

求真祛妄

葛洪认为，修道要正，才能免入歧途。这表现了他求真祛妄的精神。

学道是有禁忌的，在这方面至关重要的不能让自我有所损伤。这指的是要懂得天地有“司过之神”：当一个人每天做的事情不合道理，就会遭到这位司过之神的定罪，大的罪夺去一纪（三百天）的寿命，小的夺去一算（三天）的寿命。所以修道之人，一定要积善、立功、慈心、自恕。懂得这个道理，便可以学道速成，否则便会自招灾祸。

葛洪似乎在用这种方式来劝说人们学道远祸。但实际上，他是在否定两类人的生存方式，一类是假道人，另一类是真俗人。

葛洪对假道人的否定，包括对太平道人张角等人的伪妄，以及一切借道教之名欺骗世界的人和事的否定。葛洪对那些行巫术的人和信巫术的人，指斥他们是“妖伪”。即使是领导过太平道的张角那样有名的一代道人，葛洪也认为应当禁绝。在葛洪看来，张角等人只会一点小法术，就在那里欺诱百姓，搜罗钱财，他们既不能让自己延年益寿，也不会以给百姓治病为业，所以无益于世。

葛洪否定的道人，还有当时的李氏道。李氏道说起来也由来已久，在东吴时候就已经有了李阿，后来又有李宽。葛洪认为他们不可取，最主要是因为他们的道法不过是一些祝水、符箓、导引、行炁而已，一点也没有治身的法要，不懂得服食成仙、延年驻命和长生不死的方法。

此外，葛洪还对当时人们盲目崇拜的淫祠、虚妄的房中术等作了批判，叫人们不可信那种歪道。

葛洪还对真俗人作了否定。最俗之人，莫过于“人君”了。他在谈修仙的时候，直指人君害道。他说：仙法要静寂无为，忘乎形骸，但人君却要撞钟鸣鼓，惊魂荡魄；仙法想不妨碍含蓄之气，而人君则专门让人发怒，大开杀戒；仙法要求饮食清淡，人君却一定要浓甘肥脂；仙法爱他人如爱自己，人



君却要辟地开疆，残害别人的社稷。秦皇与汉武，积的恶怨太多，徒有好仙之名，没有修道之实，他们是没有办法修成神仙的。

更有其他的世俗之人，也是执迷不悟，终生不能明白道是什么。他感叹于他们的可悲。葛洪就是带着一种否拒世俗和邪道的悲悯情怀来阐明他的道旨的。

阐明道教

葛洪对于道的研究，其中值得充分注意的，是他第一次提出了“道教”的概念。在他之前，司马迁的父亲司马谈曾经在概述先秦诸子思想的《论六家要旨》中，说过“道家之教”的特征。葛洪进一步阐明，道教可以使人精神专一、举止自然，有儒家、墨家的优点，有名家、法家的精髓，能与时迁移、随机应变、要旨简明、事半功多、守朴归真。

葛洪对道教的性质作了定位，使得道教有了一个新的开始。

在葛洪之前，也有所谓道教与道士。但是，那时候的道家与作为哲学的道教，联系并不是很紧密。很多人只是奉老子之名，作为吸引大众的招牌。像张陵奉老子为始祖，可能就只是借以抬高道教地位，他并没有把



冲虚古观藏匾

老子的思想当作是道教的理论基础。

在葛洪之前，所谓道士就是指那些方士、术士，也泛指一切能弄点道术之人，不是有思想、有教义、有团体的宗教人士。所以，葛洪之前的道教，大多数属于民间宗教的性质。总是由少数人发起，然后通过请神治病、画符驱邪等方式吸引教众。

葛洪把这种宗教一律称之为妖道、鬼道、淫祀、妖邪。葛洪提出，要以道家始祖老子等人的哲学思想作为道教的理论基础。这就使道教有了明确的教旨与理论体系，从而使道教走上了一条全新的路子。虽然，此前有过《太平经》，被人们认为是张陵的道教理论，但显然还不够成熟。自葛洪开始，

道教才成为有自身成熟理论的教派。

首先，葛洪确立了道教信奉什么。他认为，至高无上的“玄道”就是道家之教的信奉对象，这就是前面介绍的他在《畅玄》一文中所阐述的道理。大家知道，在基督教的经典《圣经》中，《创世纪》演说世界是如何而来的。葛洪的思想中也有相关的演说，他发展了《老子》一书中“道”的思想，给人们找到了一个世界的本原，也就是世界产生和变化的原始起点，这便是“道”。道生万有，而道又法自然。所以道是玄，是一，是自然，是气。

葛洪认为，玄道是宇宙中的永恒者，所以修道之士应当效法，守一存真。他认为玄道既在宇宙，也在人身，守住人身的玄道，就能真神不死，从而获得长生，成为神仙。

其次，在葛洪的道教理论中，一个重要的问题，是解决人如何才能修成神仙。人生在世，有两条归宿之路，一是老死，一是升仙。葛洪坚信世界上有神仙，经过修炼，人不仅不会死，会更好地活着，还可以长生不老，变成神仙。

老子之后，葛洪之前，道家思想家和早期道教徒众，像文子、庄子、关令尹喜、汉代的黄老道、传说的神书《太平经》等，都对老子的思想有所发挥。不过，葛洪认为

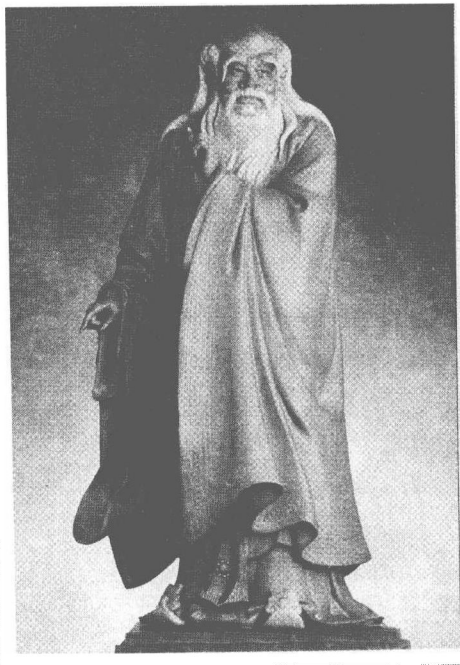
这些人的思想都太过空泛，没有把老子之道往精微绵密的方向加以发展。

葛洪一生不仅实行修仙登涉、炼丹服药之道法，而且在理论上把老子之道在哲学层面加以推衍阐述，使玄道更加精微细密，又佐以金丹仙药的探讨，从而让这至为抽象的道理，变成可以让世人实践的道术。

老子曾经谈玄，说“玄之又玄，众妙之门”。后来到了魏晋时代，经黄老道家思想

与清谈之风，产生了玄学。玄学以研究老、庄、易三玄为对象，探讨世界本体、有无、言意、名教与自然等问题。葛洪吸收了玄学的思想，认为玄是自然之始祖。他由玄道的人格化，塑造了“元始天王”这一至尊之神，阐述了元始天王创造一切的教义。

在实践道法的着手功夫方面，葛洪不满汉魏道教依附黄老的道书，认为那些都是“泛论较略”，不足



葛洪（塑像）

以“演畅微言”，所以就是读上一万遍，也没有什么收获。他也不满过去道教思想家的“祖述黄老，宪章玄虚，但演其大旨，永无至言”，所以他针对这种情况，大力阐述和弘扬金丹之道。

他在《抱朴子·内篇》的《金丹》篇中说，曾经考查养性之书，收集延命之术，翻阅的书籍数以千计，他发现最要紧的还是还丹金液。金丹可以延命，使人长生不死。他认为，金丹烧炼越久，变化就越美妙；黄金则不怕火烧，埋在地里，永久不坏；这两种药物，如果用来锻炼人的身体，就可令人永不老死。

就有与无的关系而言，《老子》第二章曾经说“有无相生”，葛洪把它具体用在阐述形与神的相互依存上。他说，形须神而立，固形乃可以留神，神不离身，则可以永生。也就是说，有乃无之宫，形为神之宅。由此，他强调炼形的重要性。这在道教理论上就是把老子的有无观念具体化，同时，也是他神仙修炼的一个重要方面。

《老子》一书曾论道德，而且据出土文献，德经在道经之前，所以老子也重德以修道。到了葛洪，对这一方面的思想也有专门的探讨。他有一个核心的思想，便是“为道当先立功德”。他在《对俗》篇中说，修道

要以立功为上，除过次之。救人护死（“救人危使免祸，护人疾病，令不枉死”），那是立上功的。求仙应当以忠孝和顺为本。如果德行不修，只求方术，一定得不到长生。又说积善事不满，就是服用仙药，也是没有什么用处的。而如果不服仙药，只行好事，即便不能得仙，也可以无速死之祸。可见，葛洪的神仙之说对老子的道德内容有所发展。或者，他正是借此矫正末俗的。

说到治身，老子有不少论述，大旨在体验道之玄妙。葛洪所提出的，从上面已经可见，有不少是老子所未言及。另外，葛洪还有些很新鲜的说法，比如“我命在我不在天”。他说天道无为，任物自然，无亲无疏，无彼无此，所以人的寿命禀性，不是由天决定的。当然，他的宗旨是要鼓励道徒自我修炼，“还丹成金亿万年”。老子说“死而不亡者寿”，而葛洪主张做活神仙，这也是不同于老子的新说法。

总之，作为道教的一个重要思想家，葛洪与老子相比较，既有一些继承，但更多的是创新。

五、论说神仙

“上标老子，次述神仙”，是道教的基本内容。葛洪对神仙之学的探讨，是把上古以来已有的神仙之说作了整理，并加以丰富，从而确立了道教的神仙理论体系。

先秦时候，从《周礼》等典籍可以看见，人们已经是相信有鬼神的存在，而且安排专门的职司来管理鬼神之礼。先秦不少文献都记载了方士与神仙的传说，像《庄子·逍遥游》中的藐姑射之山上那位餐露乘云游乎四海的神人，《庄子·天地篇》中乘彼白云的上仙，《列子》中引申和发挥了《庄子》仙人、真人、至人的夸赞，更加渲染仙境的美妙。《列子·汤问》说渤海之东有五座仙山（岱舆、员峤、方壶、瀛洲、蓬莱），有仙居住。《列子·黄帝》则勾画了神仙之境“华胥之国”。

先秦至汉的帝王，对神仙有过非常痴迷的追慕，这助长了世人对神仙的追求。司马

迁的《史记·封禅书》说“自威、宣、燕、昭使人入海求蓬莱、方丈、瀛洲”。《史记·孝武本纪》也说有方士（拥有方术的人，可以看作是早期的道士）曾经向汉武帝言说神仙安期生的事。而后来题名班固撰写的《汉武帝故事》（鲁迅先生《古小说钩沉》有辑本）更有记载李少君为汉武帝李夫人招魂的故事，还记载西王母降临汉庭等传说。这些神仙与方士的传说，都是葛洪之前有关神仙观念与道教神仙信仰的文化积累。

其实，古来神仙方士很多，如先秦的彭祖、容成、岐伯、素女、萇弘、驺衍，秦朝带数千童男童女入海求仙的徐福，上文所述汉武帝时的李少君等，他们都是为神仙传说推波助澜的人。

神仙崇拜与方士游售，对后来道教形成深有影响。在早期道教如太平道与五斗米道家的教义中，基本的内容便是对神仙的信仰。《太平经》中就有一位道教的“帝君”，他可以“上升上清之殿，中游太极之宫，下治十方之天，封掌亿万兆庶，监察诸天河海”，他就是一位得道的神圣了。《太平经》中还记载了介乎人与神之间的仙人，并且说，仙人是可以由人修炼而成的：普通下民，也可以由善人而贤人，由贤人而圣

人，由圣人而入道，成仙归真。

虽然这些思想已经对神仙有所总结，但如何在理论上让喜欢道教的人建立对神仙的信念，还存在问题。葛洪在岭南清修时，著《抱朴子·内篇》，继承并发扬了前人的神仙之说，把之前的神仙传说加以理论化和系统化；此外，又撰《神仙传》，详载古来神仙故事。葛洪的著述，试图解决神仙之存在与可信的问题，回答神仙是否可求、如何修仙等一般俗界世人的疑问。

说到神仙，人们必然会有三个最基本的问题：一是世界上真的有神仙吗？二是人真的可以成为神仙吗？三是人如何才能成为神仙？葛洪在理论上对这三个问题一一作了回答。

第一个问题：世界上真的有神仙吗？

今天提起神仙，连小孩子也会说那是虚幻的、不存在的。然而葛洪却坚信有神仙的存在，而且劝人们去学仙。他的一个重要的思想，就是贵仙贱俗，宣扬神仙。这种思想，使



葛玄真君像

得后来有些人称他是属于方仙道的（这种对葛洪道脉的归派是错误的）。他说，很多人没有见过神仙，却想证明神仙不存在，凭借短浅的目光，就如此武断，这是很可悲的。

葛洪认为，神仙一定是存在的，世上一定有长生不死的神仙。他说世界上任何事情都有，列仙之存在也不例外。他特别提出汉代刘向的《列仙传》，把里面所记载的神仙当作“有仙论”的证据，说那本书记载的70多位神仙都是真的。他还说假如没有神仙这回事，刘向何必去妄造呢。他认为，刘向所著是从秦大夫阮仓的书删定而成，原作者必定亲见，绝非妄言。除此之外，他还举出不少前人的记载，说过去的神仙有近千人，都是有名有姓的，可见不是虚构的故事人物。

葛洪的神仙之说，还有他自己的著述作支撑。他继汉代刘向《列仙传》之后，撰写了《神仙传》一书，里面收录了92位神仙。

葛洪说神仙有三种：第一种是天仙，那是升天入地自由遨游的；第二种是地仙，那是游于名山的；第三种是死后蜕化，那叫尸解仙。天仙很少，地仙不容易考证，最多见的是尸解仙，像汉代的李少君等便是。

不管是哪一类神仙，他们都有共同的特

点，就是能够长生不死。他们或者让人很久以后重新见到，或者以另一种面貌出现，总之，他们实现着原始道家“长生久视”的理想，从而吸引着渴望解脱现世苦难的人。

第二个问题：人是否可以成为神仙？

葛洪《神仙传》中记录的这些神仙，如果从他们本来的身份来说，除了道家、道教之外，还有墨家的墨子、孔子的后人孔安国以及一些不那么高贵的人，因为他们积善或有所长，即使本身是下层人物，也能成仙。

所以，葛洪告诉人们，就像儒家所说人人可以成为圣人，神仙也是人人可以学得的。而且，只要去学，就一定能学会。

神仙可以学得的思想，给那些想学仙又怕困难的人们，增加了极为有力的精神支持。所以，这种思想对道教徒的立心起信，起过一定的积极作用。

第三个问题：人如何才能成为神仙？

既然人人都可以成仙，便有一定的学仙方



罗浮山上的仙人碑

法。葛洪说神仙可以学成，那么，如何学？从他的著述中，可以概括为两方面，一方面是传统的积德行善，另一方面便是服药养生。

从道德等方面来说，修仙必须积德行善，否则服用什么灵丹妙药也是徒劳的。积善，在修仙中可以立功，所以，葛洪提倡慈悲地对待别人，用自恕之心待物，把这种慈善仁爱之心推及到昆虫，喜欢别人的吉祥，悲悯别人的苦难，赈济别人的紧急，救助别人的落泊，举手不伤生命，出口不助灾祸，见到别人得到就像自己得到，见到别人失去就像自己失去，不会太看重自己，不会自己表扬自己，不去嫉妒比自己好的。这样的人，是有天德的，他会从天那里受到福报，做什么都会成功，学仙也就具备了前提条件。

积德就是积功，没有功德绝不会长寿，如此学仙也是空的。地仙要立三百善，天仙要立一千二百善。如果差一善就要成仙时做了一件恶事，那么善行必须重新积累。所以说，学仙之人，善不在大，恶不在小。积善不够，服仙药也起不了修仙的作用；积善多了，就是不服仙药，也是可以避免折寿的。

这是宗教劝善的思想，从这里可以见到葛洪的探讨涉及了宗教的深层问题。葛洪还

提到，天上有专门的“司过”（掌管人们过错）之神，为做恶事的人减寿。如此可知，葛洪的仙学不纯粹是为了个人的目的，甚至可以说有针砭、批判恶行的深层目的。

另外一方面，葛洪又强调学仙的内求方法，是在宝精、行气、服药几方面。

宝精的问题在古代的医学书和方术书中一直受到重视。《黄帝内经》就曾经有所涉及，主张人们保持上古天真（自然所赋予的生命之真）。《汉书·艺文志》所载房中之书，还有一些流传至今。可见在葛洪之前就有不少人对宝精问题加以探讨。葛洪对这个问题也很重视，但是他对于房中术的荒诞一面是很不以为然的，他只是从宝精角度，提出过还精补脑的观点，并主张得到阴阳之和，达到不损也不滞的目的。从这个大的原则出发，葛洪甚至对以前的房中术有所批判。

在行气方面，葛洪主张节饮食，制恚怒。他说，不要吃得太饱，不要吃得太好，也不要生气发怒，因为这些是不利于行气的。

至于服药，则是那个时代形成的一股风气。葛洪说，最次的药用来除病，第二等药用来养性，上等的药则是用来延年和升仙的。最重要的药，当然是他在著作中经常强

调的金液九丹。这一点，请看下一章。

葛洪认为，积善、宝精、行气、服药，都是学仙的方法，如果能兼顾，升仙就快；如果有所偏废，势必难以得力。

当然，学仙虽然有方法，但还要有以下保证：一是立志需坚，二是形神相卫，三是明师指点，四是勤奋追求。

今天如果用科学的眼光来看，升仙是没有人相信的。但是如果我们换个角度想想，就会发现葛洪的思想有其合理的部分。葛洪的神仙思想，实际上是在向人们推荐一种不同于世俗的生活方式。他原本是儒家思想的热情学习者，最后终于把儒家舍弃了；他原本还热衷过经世致用之学，后来终于选择了避世和避人，隐逸于山林。可见他的学仙和仙学，正是他人生的选择。他所提倡的，正是他所处的社会和时代普遍缺失的。那么，他探讨的神仙，就不能够仅以“虚妄”一词来作简单的概括了。至少，把延年益寿当作一个重要的研究课题。

总之，仙是与俗相对的一个概念，神仙是不同凡俗的。葛洪的《抱朴子·内篇》对于仙与修仙，有过比较集中的讨论。他对历史上的神仙思想作了一番梳理和总结，推崇修炼神仙的生活方式，也介绍了学仙的基本方法和技术，同时表现出对凡

俗生活情趣的厌弃、对尘世生活的否定与拒绝。

六、烧炼金丹

古代的时候，中国同外国一样，都曾经探讨过神奇的“丹”术，英国的科学史家李约瑟博士在其著作《中国科学技术史》第五卷中对此有非常详细的介绍。据说，普通人吃一颗丹药，可以长生不老；临死的人吃一颗，立即起死回生；年老的人吃一颗，瞬间返老还童！李约瑟还说，中国古代炼丹术的传统发端于三个不同的来源：一是对于长生不老植物的药物学和植物学研究；二是变金术和炼金术过程中的冶金学与化学的发现；三是在医疗术中对无机物质的医学和矿物学的利用。葛洪则主要是依据了化学来炼丹。

下面首先回顾一下葛洪之前的炼丹术。

葛洪之前的炼丹术

谈葛洪炼丹，需要回顾一下历史，这样较容易对葛洪有个定位。在葛洪之前炼丹术

已经有较长时间的广泛实践。

一种意见认为，炼丹开始于公元2世纪《周易参同契》的作者魏伯阳（约100—170）。另一种意见认为魏伯阳只是最早记载炼丹术的人，在这之前三世纪已经有了用其他金属制取黄金的实践。那正是秦始皇的时代。现代出土的实物表明，那时已经有“镀金”之器。在《山海经》中记载的“不死之药”则更早，那时正是驺衍与庄周的时代。

但是炼丹的目的，首先是在于长生不死，即成仙。秦汉时代延续了战国以来的神仙观念，不断有帝王及士人追求长生不死，派人到东海的仙山蓬莱、方丈、瀛洲等地去求仙药。这种风气促使某些方士自己研制仙药。汉代的司马迁《史记·封禅书》第一次提到炼丹家，说李少君同汉武帝刘彻说可以通过祠灶而弄成药物，这种药物可以把丹砂变成“黄金”，服用后可以长生不死。李少君因此得到汉武帝的重视。

李少君的做法，大概是用丹砂、黄金做原料，利用汞金齐的镀金器。1981年在陕西兴平出土的鍍金器，可以作为证明。其工序是在灶上从丹砂中炼出汞，制成汞金齐，涂在铜上，再在灶中烧去汞，就得到了“镀金”的器皿。这种器物，今天称之为“鍍金”，因为它还不是真正的镀金。

古代人的五行学说，把金、银、铜、铁、锡、铅、汞、钾、钙、砷、硫等多种金属分属不同的特性，它们之间存在着相互的关系。古代人的神仙学说认为，人要想升仙，唯一的方法是服药。这一观念也影响了古代炼丹术的发展。

20 世纪 70 年代，美国费城的席文教授以及英国的李约瑟博士都认为，中国的炼丹家希望得到的是一种“控时物质”，也即完善的阴阳物质组合成分，获得后便可达致极其长寿。

汉朝淮南王刘安的《淮南子》一书，在《叙目》《坠形训》等篇中，也大量讨论了炼丹的理论和技術，如把汞或汞当作炼丹最重要的物质。我国现在最早的炼丹著作是东汉炼丹家魏伯阳的《周易参同契》。在这以前还有一些著作，现在已经佚失，有的在后人著作中被引用，还保留一部分。这些书中已经记载了一些化学知识。葛洪在《抱朴子》中记录了更具体的炼丹方法，比前人前进了一步。

汉代的时候，由于连年战乱，挥霍了不少钱财，导致黄金白银紧缺。炼丹的方士有时也转向黄白之术，也即是炼造黄金和白银。魏伯阳在《周易参同契》中也谈论过炉火之事。葛洪在《神仙传》中还叙述了

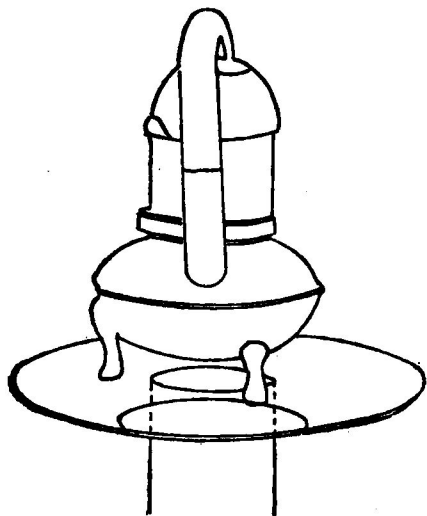
魏伯阳炼成仙丹的故事。

葛洪的从祖葛玄就精于丹术，通过郑隐，葛洪继承了祖辈的丹法要诀。

葛洪与炼丹术

上述炼丹的历史，对葛洪都深有影响。葛洪在《抱朴子·内篇》一书中，对炼丹术有专论，像《仙药》和《金丹》等卷。葛洪无疑是炼丹术历史上承先启后的重要人物，他的实践和理论开创了一直延续到唐代末年的长约六七百年的炼丹鼎盛时期。

葛洪的炼丹学说，主要是记述前人的经验。在他之前，几乎已经积累了上千年的历史，他搜集了前人的很多资料，对中国公元4世纪以前的炼丹术理论作了整理。《抱朴子》共70卷，其中内篇20卷，论述了战国以来神仙家的理论，内篇《金丹》《仙药》《黄白》3卷，记载了炼丹的方法，是我国现存年代比较早而又比较完整的炼丹术著作。



汉代炼丹的虹器（《李约瑟文集》第五卷）

在炼丹可能性的问题上，葛洪坚信丹药是可以炼成的。他认为变化是天地的自然本质，所以，他用变化的观点来看问题。他说，泥是容易散的，但用泥烧成了瓦却不容易破碎，寿命就长久了。树枝，也是容易腐坏的，但是用树枝烧成木炭，用来写字，却可以保存很久。他还指出，外国有水精碗，那也是用五种灰合成的，当时的交广（即交趾与广州）多用此法，可是愚人便不相信，那是少见多怪。水精碗即玻璃碗。他用类推的方法，试图让大家与他一样相信丹药是可以炼成的。

在炼丹实践上，葛洪郑重其事。他曾做过精心的准备工作，比如建造最先进的丹灶。灶是炼丹术不可缺少的工具。当葛洪重上罗浮时，他就在南庵都虚观（即今冲虚观）右侧，建了一座丹灶。这座丹灶高3.6米，底座为方形，边长2.25米，中部由三层石块叠加而成。他建的丹房，四周有



罗浮山的稚川丹灶

一丈八尺高的围墙，四角挂着宝剑和古镜，可以避邪驱鬼。

丹灶的基座呈八角形，由花岗岩砌成，成八个方位，分别雕刻了乾、坤、震、巽、坎、离、艮、兑八卦图像。四角的石柱配以云龙浮雕，柱上还有顶盖。东、西、南、北、中五个方向，则依五行的道理，分别配上了青、黄、赤、白、黑五色。灶上放金鼎，称未济炉。鼎座有三足，鼎身为罐形，炉体中有曲柄，罐盖为荷叶形。

炼丹前，葛洪必定斋戒一百天，用五香沐浴，不近污秽和俗人，不让不信的人知道。

葛洪在著述中详细研究了神仙丹药的炼制方法，这些都是建立在他的实践基础上的。他把丹药当作是得大道的一种法术，而且是各种法术中最重要法术。因为升仙的外在必要条件，便是炼服金丹。他在书中记载的丹药方法，有四五十种之多，比如丹华、神丹、还丹、饵丹、炼丹、柔丹、伏丹等。今天人们去罗浮山，还可以看见他用过的药炉丹灶、长生井、洗药池等遗迹。

葛洪对九丹的记载，大概是从前人张陵的《九鼎丹经》中转述而来。第一种丹，叫“丹华”，是用雄黄、矾石、盐、氧化铊、氧化铁、滑石、铅粉等共炼而成。现在很难

推测他这种方法炼制丹药的成分，因为没有记明实验条件。

但是综观葛洪炼丹的记载，可知他遵循着化学的科学原理。葛洪在《肘后方》卷三中记述了单质砷的提取方法，大概可知他用硝石，并从其中的芒硝得到单质砷。另外，他在《抱朴子》中还记载了氧化砷的制法。他根据 2 世纪的《太清丹经》，取雌黄、雄黄烧炼，在器中产生红色的乳霜，有时成五色，具有几分之长，这就是氧化砷。

烧炼丹砂，最后还可以“还丹”（还归丹砂），用今天的化学语言，便是 $\text{Hg} + \text{S} \rightleftharpoons \text{HgS}$ ，即是汞与硫互相化合的方式。

葛洪制成“还丹”之后，便得到“金液”，用它同水银一味合煎，便得到汞合金，这些东西同蜜在一起，制成芝麻大小的微粒药丸，每次服用几颗。

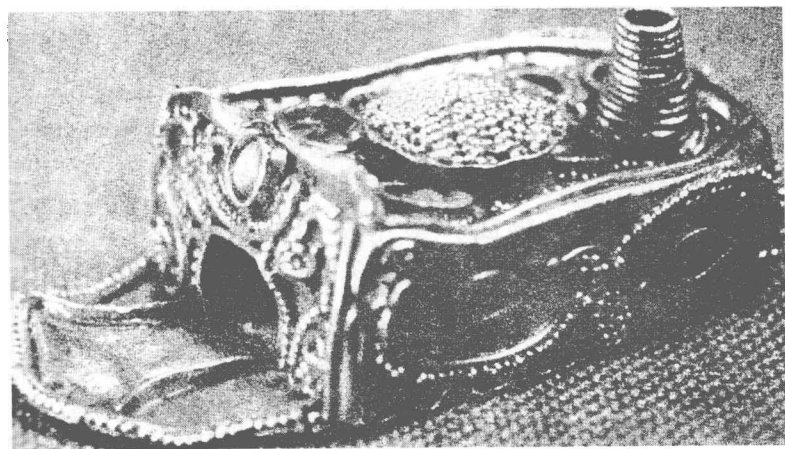
古人很早便有物质变化的观念，《老子》的“道生一，一生二，二生三，三生万物”，《易经》的“易有太极，是生两仪，两仪生四象，四象生八卦”，就已经认识到事物是变化的。后来以丹鼎为自然、为日月以配三才，是这种观念的延伸。葛洪的神仙道教，则认为人服丹药，可以延年不死，就像古人说的神人、真人、至人那样。物质的变化性质与不变性质，被古代丹家注意到，

而药物对人体的作用，则又被他们用来追求神仙。

烧炼金丹，首先需要药物。葛洪炼丹，继承了他之前医方书用药物治疗病的某些做法。葛玄、郑隐、葛洪等人在炼丹时采用的药物多为天然矿物质，最主要的是丹砂、汞、铅和黄金，也兼用其他众多品种的药石。

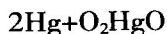
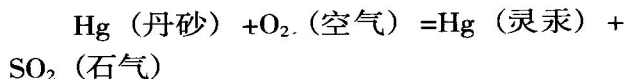
丹砂又称衣砂、朱砂、银朱、仙砂、灵砂、神砂、朱鸟、朱雀、朱帝、硃标，主要成分是硫和汞。丹砂别名丹，炼丹术之名由此而得。汞，也叫做水银、元水，是一种银色液态的物质，有生熟之分，生者为天然，熟者为丹砂升炼的水银。铅，又名丹铅、黄丹，常温时为黄橙色或者红色，受热时为紫色。黄金是珍贵的金属，丹家以为它不易坏朽，故把它当作重要的长寿仙药。当然，炼丹所用的药物，除此四种之外，还有多达十几到百余种，数量众多。

如何烧炼，是另一个问题。第一是要建丹房，类似今天的实验室。葛洪认为丹房必须筑在远离尘世的仙山上，不受俗人与杂人的干扰。第二是要筑坛，坛上置炉、灶，炉、灶之上置鼎、釜，鼎、釜之中置烧炼的药物。然后，把柴火等燃料放在炉灶下面进行烧炼。

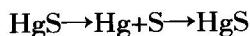


古代的金丹炉

烧炼的方法，据古书的记载及今人的总结，不外乎火烧法和水炼法。火烧的过程，是用蒸馏、升华等提净的反应方法。葛洪《抱朴子·内篇》所记，大体步骤是，先放天然的丹砂在赤土釜中加热灼烧，造成硫化汞的升华，升华到上釜，从丹砂中抽取出汞，所谓抽砂出汞。其反应式为：



温度加高，密封烧炼， HgS 分解，生成水银汞，冷却后，二者的蒸气又化合，再生成 HgS ，其反应式为：



而用戎盐、卤盐、礬石、牡蛎、赤石脂、滑石、胡粉做成的六一泥，一方面用来密封，另一方面也参与化学反应。此外，葛洪也与其他炼丹家一样，用不同的火法，如文火、武火、煨法、煔法、煅法，以控制温度曲线，得到不同的反应结果，或升华，或分解，或化合，从而炼制成丹药。

至于水炼法，其实即是熔解反应法。葛洪在书中说到《金液丹经》载有“用古秤黄金一斤，并用玄明龙膏、太乙旬道中石、紫游女、玄水液、金化石、丹砂封之成水”。他自己在书中还载有作丹砂水法、治雄黄水法等，都是熔解法。不过这种方法，逐渐成为火烧法的辅助方法。

由砷、汞、铅等氧化物组成的丹药，显然是有毒的，古代人其实也知道这一点，也曾经尝试着用过一些方法来消除它的毒性，然而终究无法去掉汞、砷、硫、铅对人体的毒害作



清代人画的古人炼丹图

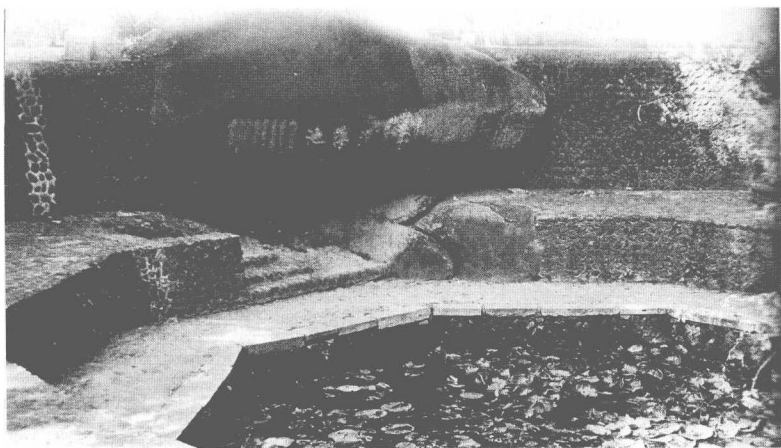
用。这些毒物对人体的作用，轻度的是使血管扩张、肤色变深，或可增加兴奋，深度中毒则会使肠胃腐烂，致人死命。历代丹士，包括帝王们，有不少便是这样送命的，而丹士们则解释是尸解成仙了，所以，历代还是有不少人相信，经过烧炼，真的可以做成灵丹妙药，服食之后，可以成仙。

不过，科学是一回事，作为宗教的道教，又当从另一个角度来看待。葛洪等人的道教烧炼金丹，给人们留下了神奇的传说，也给予人们丰富的想象，从而在民间的巷谈中和文人的笔底下广为流传。

如何看待炼丹术

今天我们看待炼丹术，可以有各种不同的意见。我们可以从科学史的角度对其加以审视。

炼丹术是古人为求“长生”而炼制丹药的方术。这种方术在我国起源于战国秦汉时期的方士。早在战国时期，就已经有方士向荆王献过“不死之药”。秦始皇统一六国后，也曾陆续派遣不少人去各地寻求“仙人不死之药”。其中规模最大的一次是由徐市（又作徐福）率领的一支包括童男童女数千人的庞大队伍，渡海到传说中的蓬莱仙岛去求仙



葛洪罗浮炼丹的洗药池

人，但是这支队伍后来一直杳无音讯。汉武帝更是喜好方术，求仙找药的规模比秦始皇还要大。据史料记载，这个时期的方士不仅到神山、仙岛去寻找仙药，还建造炉灶，亲自烧炼丹砂。东汉末年，炼丹术与新兴的道教结合起来，有了更广泛的社会基础，社会上炼丹的风气越来越盛行。

炼丹家的目的是要得到长生不老之药，以满足帝王将相、贵族豪强想延年益寿、长生不死、永远享受人世间荣华富贵的愿望。

他们为何认为服食仙丹可以长生成仙呢？炼丹家认为，烧炼丹砂（硫化汞）的时候，它的颜色和形态都要发生变化，可以和人的生老衰死相联系，因此服食还丹（炼得

的红色硫化汞)，可以使白发变青丝、旧齿变新牙、老翁还壮男、老妪成少女，也就是人们所说的返老还童。他们又认为黄金无论火烧土埋，都不会败坏，因此，常服金丹，就能够长生成仙了。

炼丹家的理论无疑是荒唐可笑的，他们的目的是永远也达不到的。但是，炼丹家在长期的炼丹活动中，接触和研究的是物质变化的规律，从事的是改变物质属性的原始状态的化学实验工作。长期的炼丹实践，使他们记录和总结了不少相关的化学知识，为近代实验化学做了奠基工作。因此，炼丹术被称作是近代化学的原始形式。

炼丹家历来很重视水银（汞）和硫黄。大约公元前2世纪成书的《淮南万毕术》一书，曾经提到“丹砂为汞（汞）”，说明可以从硫化汞中提炼出水银。《周易参同契》用韵文形式的隐语说明了水银的某些化学性质：水银受热就会挥发，用硫黄可以把它固定。这说的就是汞和硫化合生成硫化汞。

葛洪在《抱朴子》中进一步明确指出，煅烧红色的丹砂，可游离分解出水银。使水银和硫黄化合，生成黑色的硫化汞。在密闭的状态下，加热黑色的硫化汞，可以升华到赤红色的晶体硫化汞（即所谓还丹）。他更将这两个反应的关系概括起来说：丹砂烧成

水银，积变又变丹砂。这实际上已经将化学反应的可逆性问题提出来了。

《抱朴子·内篇·黄白篇》还记述了铅的变化也是可逆的。它说明铅白（碱式



外丹

碳酸铅)加热后经过种种变化,可以变成铅丹(红色的四氧化三铅),铅丹加热可以再制成铅白。

葛洪在炼丹过程中所用的矿物也比前人增加了许多种类。早期炼丹家常用的药物有朱砂、雄黄(二硫化砷)、云母、空青(孔雀石,也就是碱式碳酸铜)、硫黄、戎盐(食盐)、消石(碳酸钾)和雌黄(三硫化砷)等8种。《抱朴子》中谈及的药物已经增加到20种,如铜青(硫酸铜)、矾(白明矾)、磁石(赤铁矿)、寒羽涅(石膏)、胡粉(铅白)等等,说明当时人们研究的矿物范围有了扩大。

上述炼丹药物,主要成分就是汞、硫、钾、砷,这些都是对人体有毒性的,所以,借助丹药追求长寿或向往成仙,可能会适得

其反。

葛洪在炼丹的过程中，应用和发现了许多重要的化学原理和方法，这在我国乃至世界古代化学史上有着重大的意义。他同时从事医药研究和治疗实践，取得多项有重要价值的成果。英国皇家学会的李约瑟博士在《中国科学技术史》第五卷中对葛洪有高度评价：“公元四世纪早期，道家中产生了最伟大的博物学家和炼金术士抱朴子。”葛洪和他的炼丹实践被纳入了世界科学技术发展历史研究的视野。

此外，古代炼丹家所用的设备，有实验台、炉灶、反应器（鼎）、密封反应器、蒸汽与水浴并冷却器、升华器、蒸馏器和萃取器，还有其他附属用品，李约瑟均有详细考证。这足以证明，炼丹是一种早期形式的科学实验。

七、便民医学

葛洪在医学方面也取得了杰出的成就。他有一部《肘后方》，现在看来，应当是便民医方，都是容易得到又有实效的方子。

《肘后方》又名《肘后备急方》，原名《肘后救卒方》（也叫《肘后卒救方》）。葛洪在《肘后备急方·序》中说，他曾经细细研究张仲景、华佗等人的秘要以及金匱、绿秩、黄素方等医方书，差不多有上千卷，从中有所选择地加以汇集，编成新书 100 卷，给它命名为《玉函方》，后来又加以精选，撰成《肘后救卒方》3 卷。另外，葛洪还在《抱朴子·杂应篇》中说，曾经撰写 100 卷书，名叫《玉函方》，之后撰成《救卒》3 卷，都是很简便容易也很灵验有效的方子。

葛洪之后，在华阳隐居的陶弘景对《肘后方》加以增补整理，宋代陈振孙《直斋书录解題》对此事有记载。《肘后救卒方》

所述都是容易得到的药，本来有 86 首，陶弘景归并了 7 首，增加 22 首，共为 101 首。

根据上述资料，可知《肘后方》是葛洪从他自著的《玉函方》中摘录而成的，总共 86 首，经梁代陶弘景于公元 500 年归并增补后，变为 101 首。“首”的意义同“篇”，101 首即 101 篇。陶弘景整理时，对每篇又增益若干个方子，并将全书分为上、中、下三卷：上卷 35 首治内病，中卷 35 首治外发病，下卷 31 首治为物所苦病。书成，取名为《华阳隐居补阙肘后百一方》，简称《肘后百一方》。陶氏所整理的本子，比葛洪原书更加完备。所以《梁书》说，陶弘景《肘后百一方》成了“百一”的体制，世人使用，大多获得异效。

陶弘景之后，还有宋朝的唐慎微、金朝的杨用道等人对《肘后方》作过整理。当代对这本书的整理本，较好的是安徽皖南医学院尚志钧在 1976 年出版的《补辑肘后方》整理本。

葛洪编成《肘后方》的出发点，就是方便一般穷苦民众。他在序言里说得很清楚，此前他编的《玉函方》，不是人人都能用。况且其他各家的药方，也都因为不能详细说明症状，又多是使用珍贵的药材，不是“贫家野店”可以马上办到的。有的方子又

叫人们施针，可是没有经过训练，也没有经过研究的人，连穴位都认不准，怎样去用针？所以，虽然有这样那样的方子，也不能让人们免于疾苦。可是《肘后方》的药就不同了，到处都有，偶尔用用灸，一般人只要掌握分寸便行，有这样一本书在手边，就可以免去疾病的横祸了。所以，《肘后方》的用药原则，是价廉、简便、灵验三条，要求施药治病能救急、方便、实用。

葛洪的医学，继承了《黄帝内经》《伤寒杂病论》的治疗学，遵循辨证论治、调整阴阳、扶正祛邪、因势利导的原则，又用之于实践，总结出简便易行、富于实效的治疗方法，这是他对中国医学的发展和创造。

《肘后方》所选用的，都是民间常用的单方、验方，诸如常山治疟疾、麻黄治哮喘、葶苈子治癫狂、海藻治瘰病（甲状腺病）、雄黄硃砂治皮肤病等。书中之药，一般是乡野、篱边都可以采到的，病人不用花钱，即使少数药需要买，也是价廉易购，不会超出寻常百姓的经济承受力。

这本验方，可以起到类似今天临床急诊手册那样的作用。全书大体上包括了急性传染病和人体各器官的急慢性病及其他各种疾病。葛洪在每一首中，先扼要介绍这种病的症状和病源，然后再详列药方。他记述的多

是急病，方便人们诊断治疗，即便在仓促之间，也能得到及时救治，避免病痛拖延。所以，名副其实地可以“救急”或“救卒”。

书中的外治法，如针法、灸法、角法（拔火罐）、推拿、嚏鼻、热熨、蜡疗等，同样也是简单易行的。由于文字通俗，叙述简练，一般人容易掌握，有很强的实用性和操作性，避免了之前不少医书艰涩难行、文化水平不高的人看不懂的问题。

从世界医学史的角度进行考察，葛洪对医学的认识，可以说是取得了卓越的成果。

在《肘后方》中，葛洪对伤寒、痢疾、时行、时气（流行性传染病）、瘟疫、疫病（急性传染病）以及狂犬咬人（狂犬病）、骨蒸尸注（结核病）、丹毒病、沙虱、马鼻疽、食物中毒等疾病都有相当深刻的认识和医学创见。以下举数例。

时行（天花）。在《肘后方》卷二说，连年来有流行病，在头、面、身发疮，很快布满全身，像火疮的样子，里面含有白浆，一边破一边生，不马上医治，多有病死；经治疗结痂之后，痊愈成紫黑色，一年才消除。这是全世界对天花这种急性传染病最早的记载，比阿拉伯医生雷撒斯（Rhazes，865—925）关于天花的描述早了五百年，在中国医学史上弥足珍贵。

尸注也称鬼注（结核病）。所谓“注”，是传染的意思；所谓“尸”、“鬼”指的是病原体。葛洪指出，此病症状是怕冷怕热，精神恍惚，难以忍受其苦，看见什么都感到厌恶，连年累月这样，逐渐萎靡失神，阻滞而死。死后，还会将病传染给周边的人，以至酿成灭门之灾。所以，葛洪主张一定要早治。

沙虱（恙虫病）。恙虫病直到 20 世纪的 1930 年才经日本学者研究证实。葛洪所载，正是红恙螨把寄生体内的病原体——东方克次氏注入人体，从而引起的急性传染病。葛洪比现代医学家早一千多年便有这样的认识，实在是难能可贵的。

沙虱病其实是远东地区特有的一种地方性传染病，这种病是由沙虱螫刺人体后，将寄生于体内的微生物恙虫传入人体而造成的。其所流行的地区，多是大溪的丘陵地带，流行时间则是在夏季的洪水之后。葛洪对它作了准确的阐述。他说在山里往往有沙虱，很小，几乎看不见，人在水中洗澡，常常被附在身体上。此外，在阴雨天的草中行走，也容易被那种小虫钻到皮里面。得了沙虱病的表现是，开始皮上红赤，像小豆、黍米、粟粒，摸起来刺痛，三天之后，全身关节僵硬，疼痛、寒热，红赤上面长疮。这时，

可能虫毒已经进入骨中，很快将人杀死。

狂犬病。葛洪在《肘后方》中讲到的治疗疯狗咬伤的方法，是把咬人的那只狗杀掉，用它的脑子来傅（即敷）伤口，以后就不会复发了。用疯狗脑浆来治疗疯狗咬伤，初步具备了现代免疫学的思想。

必须指出，葛洪的妻子鲍姑（潜光），因家传而深明医学，特别精通针灸治疗，她可以被称为中国第一位女性针灸学家。鲍姑擅长灸法，行医济世足迹遍及南海、番禺、博罗、广州、惠州等地，其事迹在各地方志中多有记载。鲍姑特别擅长用越秀山天生的红脚艾治疗赘瘤和赘疣，非常有效。在《南海县志》和《羊城古钞》等书中，都有关于她治病的记述。鲍姑的医疗活动，对葛洪有相当大的帮助和启发。葛洪在《肘后方》书中，绝大多数用灸法，累计达 90 多条，书中对灸法的效用、施治方法、所宜所禁等方面，都有很系统的阐述，由此推知鲍姑的针灸水平的确非常之高。

葛洪让道士把《肘后方》抄了几百份，分送给百姓。由于药物易得，而且疗效显著，深受百姓欢迎。有的验方，至今还为人们所沿用。

八、外学儒家

古代图书目录分类，有经、史、子、集四部，葛洪是子家类在晋朝的重要人物。从子学来言，葛洪首先是儒家，然后才是道教学者。

《抱朴子·外篇》50卷，作于内篇之前，主要是政论性著作，探讨的是人间得失，世事善恶，属于儒家。古代图书分类把《抱朴子·外篇》归类到子部儒家，《抱朴子·内篇》则归类到道家。

外篇针对儒学的失落，对现实社会的腐化堕落作了尖锐的批判，从而表现了他对社会的忧虑，对儒学的失望和对理想的期待。他在文章中反复针砭当时上流社会（士族）的种种问题，如贪婪、阴毒、荒淫、奢侈、虚伪、放荡，指出他们根本意识不到社会的危机。

葛洪13岁的时候父亲便去世了，家庭生活困难，后来又遭到兵火，过去的存书也

被丢尽。农闲时候，他经常背着箱子到处借书看。后来在人家那里逐渐得到些书，又加上自己砍柴卖钱，换买纸笔，才稍稍有条件写作。于是他以柴火（木炭）作笔来写书，因经常纸不够用，便在一张纸上正反两面都密密麻麻地写上字，一般人看也看不清。

葛洪写了很多文章，都是直截了当针砭社会。有人担心他会得罪权贵，引来灾祸，但是他不愿意违背内心的想法，以曲笔伪饰。在当时虚伪美化的时风之下，更显其操守有节。

鲁迅先生曾经说葛洪“论及晋末社会状态”，大概就是指外篇中的一些文章。像《酒诫》《疾谬》《讥惑》《刺骄》等，就是对现实的不良方面作揭露和批判的，《汉过》《吴失》，则是通过对汉代、吴国等历史的探讨来讽刺时弊。

葛洪在《崇教》篇描绘当时的王孙公子天天游手好闲，只知享乐，绮罗纨袴，从来不知道稼穡的艰难，眼睛看惯了彩色，耳朵听惯了靡靡之音，鼻子闻厌了兰香，口味吃惯了甘脂。冬有皮裘，夏有丝衣。出门不走路，回家有美房，雕梁画栋，珠宝珍玉，沉湎酒色，游戏娱乐。这样的习染，对着文章便一窍不通，看见有学问的人就像看见一根草。言谈作文，一点典故依据都不讲；说

事论理，牵缠不清。经不起任何考验，这样的人虽有眼睛、耳朵，跟矇瞽、聋子也没有什么两样。不学无术，享乐荒淫。

葛洪看到了社会的症结，即那些权势人家自高自大，因为有靠山便有恃无恐。在《疾谬》篇中说，那些以积善为名而取得一定地位的人，有条件的时候便把本性暴露出来，或用财色同权豪交易，或者买卖官位，或者同贵戚联姻，或者搬弄是非以讨好权贵。病态百出，但却平步青云。这种拉关系、树党羽，谁也不敢奈何的状况，便是社会的怪状。

葛洪在探讨古今败亡的原因时指出，那些被任用掌有重权之大臣，管理人民的官吏，往往不是母后之亲，便是阿谀之人。这些人不需要学习法令，便可以做高官；不需要认识多少字，就可以任要务；不懂得“五经”的名目，却享受着儒官的禄位；不知道纸的长短，便可以有著作的称号。文章、军政都是外行，却享着那些方面的声誉。

官不胜任，社会如此，儒家学问，走入歧途。葛洪在《勗学》篇中，慨叹世道变了，儒教没了，周朝文王、武王的轨范已经凋坠。如孔子时候有才学的子游、子夏，孤贫没地位；附庸风雅、才质粗鄙的人，却在高位。许多人舍本逐末，却被认为是勤奋修

习；那些真有创见的，却被认为迂腐顽固。这样必然让人走向旁门左道，希望早上下种，晚上就收获，谁还会真正用功，走寂寞艰苦的路？孔门正道少人行，学校教育荒废了啊！这使人悲悯世俗，忧患道统。

葛洪感到这是一个“文籍虽满腹，不如一囊钱”的时代。那些没有德行的人，位置很高，得意忘形，见到有利可图便很激动，见到奇异之士便昏昏欲睡。读书的人，就是有司马相如、扬雄这样的文才，有孔融、郑玄那样的学问，在他们眼里也像灰尘和草芥那样不起眼，得不到他们的帮助。相反那些腹中空空的人却很有地位。这些都是葛洪对现实的清醒认识，他的儒学就是建立在对社会的批判性认识之上的。

葛洪提出了自己对君道、臣节的认识，也提出了贵贤、任能的政治主张。

他认为君临天下的人，一定要注意修身，去掉偏袒私情，要像宇宙笼罩着世间万物。君主应当建立典范，让百姓懂得六艺和忠信，善于运用慈和、礼刑的手段来诱导百姓。君王还应懂得外有文武之士，内有和穆维城。他告诉人们，贤明之君有共同特征：他们每天都不忘危难，时常警惕；他们守着正道，依赖法制；他们对民众怀着悲悯之心，敬畏神明；他们借鉴古代一切失败的教

训，无论是耽玩、征伐，还是诛戮、蒐田；他们不会犯废嫡、立庶、偏爱、独任的错误。贤明之君能防止一些问题发生，效法古代的圣贤，所以能始终保持令人仰望的地位。他们的功德，既保黎民，也固宗庙。而昏庸之君则是民不见德，唯戮是闻。他苦口婆心地劝导君王，要注意戒慎，要不辜负民众对他们的厚望，千万别去纵欲而犯下天怒。可见葛洪的儒学很有忧患的精神。

葛洪又论述了臣节。他认为臣是帮助帝王成就功业的。君王一定要度量臣下的才能去任命，臣下也必须量力去接受任命。臣下为了正义敢于违犯君命的，是国家的福分；喜欢讨好君王的，一定是献媚的坏人。贤良臣下的举动，必定依据过去的训典，按照宪章来办事。不去做托人情的事，不去以权谋私，不用刑法泄私愤，不去独揽大权。他们每天考虑的，都是让君王去掉错误，让贤才得到任用。人臣的勋劳不够弘大，应当惭愧自己的俸禄；成绩不显著，应当羞愧自己的地位很高。古人用“肱股”来比喻大臣，意思是他们应当像君王的手足，即使用来取热，用来走冰，都不可以辞谢。所以，葛洪认为臣下应有一定的职分，有一定的才能，有一定的胆略，也有一定的器量，否则便不可以做臣下。

在儒家的观念中，向来注重文以传道，立言与立功、立德并重，可以经理国事，成为不朽。葛洪在他的《抱朴子·外篇》中对文学也作过很深入的思考，他探讨了文学的演变、文学的体性、文学的功能等问题。

对于文学演变，葛洪认为“今胜于古”。他说世人知道物质生活今人比古人要便利，科学要发达，文学不也一样吗？他说汉代的《上林》《羽猎》《二京》《三都》等赋，比《诗经》强多了；近时的优生、诏策、军书、奏议，也比《尚书》要汪洋博大、清丽富赡。写鲁国宫殿，《诗经·鲁颂·閟宫》，比不上汉代王逸的《灵光殿赋》；写游猎，《诗经》的《叙于田》等诗，比不上汉代司马相如的《上林赋》；写祭祀，《诗经》的《清庙》《云汉》，也比不上晋代郭璞的《南郊赋》；写征伐，《诗经》的《出车》《六月》之作，比不上三国时魏人陈琳的《武库赋》。《诗经》中有六篇亡诗，晋人夏侯湛、潘安仁加以补齐，《白华》《由庚》《南陔》《华黍》，哪一篇不是比《诗经》原作要好呢？

由此，他批评那些“贵远贱近”的文坛之人，说他们只有耳朵，没有眼睛，把金玉之什当是瓦砾之篇，把质朴之文当是天才之作。对古人的作品，葛洪认为应当像渔夫面

对水，像樵夫面对山，应当去渔猎和采伐，如果不这样，就像不去云梦、孟诸的水里，便得不到鱼的美味。所以，他亦不是全盘否定古人的作品。

对于文学的体性，葛洪主张文德并重。儒家正统的观念，是德行为文学之本。孔门四科的顺序，是德行、言语、政事、文学，文学摆在最末尾。但葛洪认为，文采及德行，就像一丈与十尺，没有素就不会有锦，没有蚌就不会有珠；没有抓到鱼，渔具就不能丢；没有传道，文章就不可弃。所以，文学并非多余的事。

他非常重视文学的社会功用。他说鲁仲连射出一封书信，聊城就被攻下了；韩信贴一道檄文，千里之野就安定了；他们的文章，比攻城的云梯、百万的雄师还要厉害。他说，懂得立言的人，可以帮助教化；开口动笔，应当有实用价值。否则，画个粮仓来充饥，对着银河来解渴，有什么用？所以，他认为文章的内容，应当是典事、意义都很高远。

葛洪的儒学，研究了社会、君臣、文学等种种问题，内容十分丰富。人们一般只注意他的道家之学，其实他的儒家之学也值得认真探讨。

九、影响岭南

葛洪籍贯在江苏，但他在岭南的时间前后大概有二十多年，他一生主要的成就是在岭南完成的。他对岭南地区文化的影响，也是非常显著的。其实，无论是哲学还是道教，他在中国的文化史上都有着令人瞩目的地位。换句话说，他是岭南先贤，也是全国的文化名人。这里，从道教、医学等相关几个方面，作概要的评述。

在道教方面

葛洪多年来从事道教理论与实践的活动，潜心修炼丹术，四处采药行医，足迹所至，遍布广东。广东各地方志多有关于他的记载。就从道教来说，他去过的地方，先后都有宫观创建，除罗浮山与广州之外，像南海、连州、清远、南雄等地的主要道教宫观，都与葛洪有关。

岭南的道教，在葛洪之前，虽然有神仙传说，有道人修真，但有几个问题，一是不成团体，二是不成体系，三是道脉不清，四是场所有限，五是理法不严。这种情况直到葛洪来后才有了全新的改观。

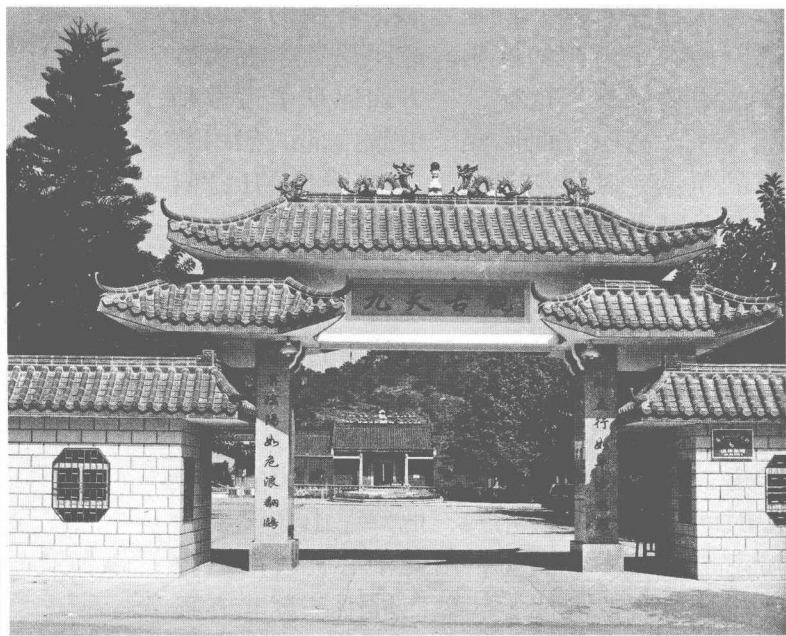
葛洪来岭南修道，特别是他第二次来岭南，是一心为避世修炼而来的，所以他带领着子侄辈整个家庭的修道集体，加上弟子、亲近道友等一同而来，他的团队有着道教的教团特征。这跟此前道人独自一人的个体修行方式迥然有别，自此之后，岭南的修道悟真开始有了道团的性质。道团是道学成为教派的重要条件，这样，一方面保证了道教师徒传承，另一方面形成了道教内部的集团共修的氛围，又能与道外人士有明显的区别，不再是既做道人，又做俗世儒官，使道教得以独立、纯一地发展。

葛洪的道脉传承，一是自郑隐传下来的自己从祖葛玄一脉，二是自鲍玄传下来的一脉，两脉合流到葛洪身上，其道脉十分清晰。葛洪后来看破了世情，断绝俗务，专心求道，一意修仙，使得他所传承的道脉在很短时间内得到发扬光大，把罗浮山建设成为岭南道教的中心场所，由此中心，岭南道教通过葛洪和他的徒子徒孙向周围甚至北方辐射。广州、清远、南海、惠州、江西、江

苏、浙江等地的不少道观，都同葛洪或者他的徒子徒孙有直接关系。

由于葛洪在岭南的努力，道教从此便有了规模和体系；岭南的道教也从此有了规模和体系。罗浮道场的开辟，使道教在这里继续发展，很多教派有了生长的空间。明代的陆静修曾经到过罗浮山。隋朝的苏元朗更是在罗浮山开创了内丹道派。

葛洪在岭南时住在罗浮山的时间最长，他的传说也多同罗浮山有关。如果说葛洪在



罗浮山研讨、探究的是道教外丹（服食金丹）之术，隋朝的苏元朗则在罗浮山专攻内丹之术（提炼人体自身的精、气、神）。苏元朗在很多方面都受到葛洪的启发。他们俩在罗浮山前后相继，都是罗浮道脉中开山立派的人物。

葛洪、苏元朗之后，岭南和罗浮山的道教便长盛不衰，历代道人名家辈出，像唐代的何仙姑、卢眉娘、邓元起、轩辕集，宋代的陈楠、白玉蟾，清代的曾一贯、杜阳栋、李明彻等。在宋代，全真教龙门派开始流播广东，在广州和罗浮山两个地区形成道教中心。

葛洪二度来岭南之后，专意修道，在道场建设上做了前所未有的努力。比如在罗浮山创立东、西、南、北四庵，这就保证了道人可以出家修道。选择山林之中，可以远离尘世俗务，这同在城市或在住家修道的生活，有了本质性的区别。史料表明，岭南之有道人专修仙道的场所，而且有原来遗址留存的，应当自葛洪开始。

就道教法术的烧炼仙丹来说，葛洪在罗浮山建灶炼丹十分讲究。这种庄严认真、虔诚专一，也成为后世岭南人效法的精神楷模。

因此可以说，葛洪是岭南道教历史上开创性的人物。

在医药方面

葛洪不仅炼丹一丝不苟，对于神仙道法和道医技术，也是严谨求实，力避虚妄的。岭南文化本身向来就有求实的精神，葛洪对于道教的研究也体现出这一点。

或许有人会问，葛洪不过是探讨神仙之道，这难道也是求实吗？其实，葛洪之神仙探讨，最终是落实到人本身的提升和超越。他的神仙论的整体思想，是以人为本的，从今天看来是对人自身的开发。神仙本来就不是天上有的，是人通过后天的修炼、服食才变成神仙的。

葛洪从延长人的寿命直到长生不老的目的出发烧炼丹药，与医药的研究紧密联系在一起。如今罗浮山云峰岩下还有一个八角形的水池，就是当年葛洪的洗药池。旧时《罗浮山志》记载，书堂坑南边，有石臼三个，药槽一个，是葛洪炼丹遗留下来的。

葛洪在炼丹过程中，逐步掌握了各种丹药的性能，于是用之于医疗实践。他知道大黄可以做泻药，雄黄可以消毒，密陀僧可以防腐。

在修道过程中，他更深入研究中医中药，以帮助百姓治病。他在《抱朴子·内篇·

仙药篇》中，记述了天门冬、茯苓、地黄、胡麻、黄精、枸杞等多种草药的名称、生长环境、特性与药用方法。它与前文介绍的《肘后方》一样，是中国较早的医药著作。

又如，古来称岭南地区暑湿多瘴，容易起各种怪病，比如赘疣。葛洪记载的针灸疗法，历代岭南医家都给予重视，多有施用。环境孕育了葛洪与鲍姑这样的道医，他们的研究与总结也直接影响到岭南的医学。

对疟疾、脚气，葛洪也做过认真研究，并以便民为原则，用常见药物来治疗。他用青蒿、蒜、豆豉、常山、皂荚、鳖甲等治疟疾，又用豆豉、大豆、小豆、牛羊乳、蜀椒来治脚气。他记录的灸法，更是丰富，有隔蒜灸、隔盐灸、隔面灸、隔瓦甑灸等。当然这些都是他与妻子鲍姑合作完成的，他们可谓岭南最早的医药夫妻搭档了。

还有，岭南的饮食文化讲究食疗，比如煲汤和以药入膳等。葛洪炼丹、服药的修道方式，其所传播与推衍，是否影响到岭南地区的日常饮食文化？对这一点，有兴趣的读者可以展开进一步的探讨。

在民俗方面

民间风俗常由教化而成，名人又在地方

教化中起着不可忽略的作用。韩愈贬潮州，潮州始重文教；苏轼居惠州，惠州开了文脉。而葛洪在罗浮修仙，也使粤人的风俗由好巫与事鬼转而懂得修仙。

葛洪的道教思想中，神仙论是最为核心的思想，这影响着后世的岭南人。葛洪所说的神仙，都是由凡人变成的。凡人与神仙，本来没有什么本质的不同，所不同的是神仙比凡人更有能力、更有智慧、寿命更长。

所谓修仙，本质上就是对自己生命的开发和利用，使潜能发挥出来。修仙无非是让人避免一条悲哀的归途，达到长生不老。所以，神仙崇拜也就是对人的生命的崇拜。

岭南历代民间宗教，多有对各种神仙的祭祀。其中既有全国性的，如关帝、北帝、城隍、玄武，也有地方性的，如葛仙、黄大仙、何仙姑、南海神、冼夫人、峻灵王、雷神、三山国王、双忠神等。对这些神仙的祠祀与礼敬，可能都同葛洪的神仙崇拜思想有着历史承继的关系。

在科学方面

葛洪注重以科学的态度来进行道术和医学的研究，他在著作里面处处体现着对科学的热衷以及科学的智慧。李约瑟等西方学者

把葛洪作为中国古代科学家加以研究，称他是极有成就的化学家。其实，葛洪在科学方面的成就有很多，他在日用科技、药物、医疗、山林、自然、天学、地学等领域，都作了很深入的探讨。

在山林方面，葛洪专门对山的凶险有充分的认识。古代人口稀少，入山修道的人经常是单独行动，所以就得学会避开凶险。从《抱朴子·内篇》可见，葛洪研究过入山之法。“入山之法，令山神为之作祸，则妖鬼试之，猛兽伤之，溪毒系之，蛇虺螫之，致多死事，非一条也，或修道晚暮而先自损伤已深，难可补复，补复之益，未得根据，而疾随复作，所以克伐之事，亦何缘得长生哉。”后世道士所用入山之符与图，葛洪都是早期研究者。他不仅把入山符载于书中，更介绍一些方术，专门作入山之用：“初入山林，体未全实者，宜以云珠粉、百华醴、玄子汤洗脚，及虎胆丸、朱明酒、天雄鹤脂丸、飞廉煎秋芒、车前泽泻散，用之旬日，不但涉远不极，乃更令人行疾，可三倍于常也。”（《杂应》）

对于自然的体认，是葛洪学术的重要内容。他说：“玄者自然之始祖，而万殊之大宗也。”他所说的自然，就是自然之道。他认为人的寿夭，皆非由于自然，而是在于人

是否得到了道。他对于自然的研究，还是围绕着他的仙学核心的。“众木不能法松柏，诸虫不能学龟鹤，是以短折耳。人有明哲，能修彭老之道，则可与之同功矣。”（《对俗》）他对自然的研究，是用对自然的观照来反观人的修仙。他认为人役使百灵，乃是天授自然之体。（《极言》）

葛洪的著作中，有许多“自然”与“天地”的词语，出现这些词语的地方，都可以看见当时葛洪的科学观念，渗透于自然万物，同时，他又用自然万物之理，观照三才之一的“人”。“夫人在气中，气在人中，自天地至于万物，无不须气以生者也。善行气者，内以养身，外以却恶。”（《至理》）葛洪对于自然天地的研究，最后上升为宗教哲学的层面，他是要人们敬畏天地。他说：“天地有司过之神，随人所犯轻重，以夺其算，算减则人贫耗疾病，屡逢忧患，算尽则人死，诸应夺算者有数，百事不可具论。”又说：“况天地为物之至大者，于理当有精神，有神则宜赏善而罚恶，但其体大而网疏，不必机发而响应耳。”所以，他的结论是：“天地之大德曰生，生好物者也。是以道家之所至秘而重者，莫过于长生之方也。”（《勤求》）他对于自然的研究，最终的目的，是要道人能够“与天地相毕”。

葛洪详细地记述了当时岭南已经学会了从外国传来的玻璃碗制作术：外国做水精碗是用五种灰做原料，交州与广州很多人都会铸作。他说的水精碗就是透明的玻璃碗。当时，埃及生产的玻璃一般用硅土、苏打、石灰、镁和氧化铝等为主要原料，所以葛洪说用五种灰是有根据的。葛洪这一记载，说明岭南与国外的交流自汉晋以来已经相当频繁，也说明岭南人乐于接受新鲜事物，积极引进科学技术。

今天罗浮山冲虚道观旁边的丹灶上刻着朱红的四个大字“稚川丹灶”，是清代嘉庆年间由学使吴云岩书写的；之前的四个字是“葛洪丹灶”，本来是苏轼手迹。这个丹灶已不是葛洪当年的原物，但却可以引起人们无限的遐想和永远的怀念。

葛洪的成就是多方面的。如果要较全面和整体地了解这位岭南文化先贤，最好还是读一读他写的书，走一走他曾经去过的地方。

十、著述概观

《晋书·葛洪传》（以下简称《本传》）说葛洪很博学，是东晋其他人难以比拟的。其实在古代，像他这样博学的人也不是太多。葛洪的著作，比司马迁和班固的还要多。《晋书·葛洪传》的末尾，列举了他的一些著作，如《抱朴子》内外篇共70卷，《碑颂诗赋》100卷，《檄移章表》30卷，《神仙良吏隐逸集异》等传各10卷，还有《抄五经史汉百家之言方伎杂事》310卷，《金匱药方》100卷，《肘后要急方》4卷。

然而，这还不足以概括葛洪著作的全部。当代学者王明先生，在《抱朴子·内篇·校释》一书的后面，附有《葛洪著述书目表》，从中可以看到葛洪的著作全貌。现在，根据王明的这个表，加上笔者对葛洪的一些了解，把葛洪著述的书名、出处、存佚及有关说明，大略叙述如下。

《抱朴子·内篇》20卷。见《抱朴子·内

篇序》，《抱朴子·外篇·自叙》（以下简称《自叙》）。今存《隋书·经籍志》作21卷。今有中华书局王明校注本。

《抱朴子·外篇》50卷。见《自叙》。今

存。《隋书·经籍志》作30卷，并说梁有51卷。今有中华书局杨明照校注本。

《碑颂诗赋》100卷。见《自叙》。《晋书》本传“颂”作“谏”。《仙苑编珠》引陈马枢《道学传》同。

《军书檄移章表笺记》30卷。见《自叙》。《本传》作《檄移章表》。

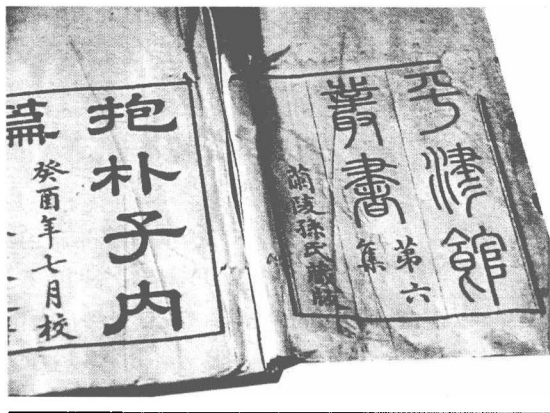
《神仙传》10卷。见《自叙》《本传》。今存。《云笈七签》《道藏》等书中收录。

《隐逸传》10卷。见《自叙》《本传》。

《兵事方伎短杂奇要》310卷。见《自叙》。《本传》作《方伎杂事》。

《金匱要急方》4卷。见《本传》。

《玉函方》100卷。见《抱朴子·杂应篇》。疑即前《金匱药方》。



葛洪所著《抱朴子·内篇》

《肘后要急方》4卷。见《本传》。《杂应篇》作《救卒方》3卷。《隋书·经籍志》作《肘后方》6卷。《旧唐书·经籍志》作《肘后救卒方》4卷。《四库全书目录》作《肘后备急方》8篇。今存。《道藏》正一部《肘后备急方》8卷，误题作“葛仙翁”。余嘉锡《四库提要辨证》对此书的流传有详尽的考辨。当代有好几种点校版本。

《神仙服食药方》10卷。见《隋书·经籍志》。

《太清神仙服食经》5卷。见《新唐书·艺文志》。

《服食方》4卷。见唐释法琳《辨正论》卷九。

《玉函煎方》5卷。见《隋书·经籍志》。

《黑发酒方》1卷。见《崇文总目》《通志略》。

《浑天论》。见《晋书·天文志》、文廷式《补晋书·艺文志》。

《幙阜山记》1卷。见文廷式《补晋书·艺文志》。

《潮说》。见文廷式《补晋书·艺文志》。

《兵法孤虚月时秘要法》1卷。见《新唐书·艺文志》。

《阴符十德经》1卷。见《新唐书·艺文志》。

《抱朴子军术》。见文廷式《补晋书·艺文志》。说这是《外篇》中的佚篇。严可均的《全晋文》辑得42条。

《金木万灵诀》1卷。见《宋史·艺文志》《通志略》。今存《道藏》洞神部众术类。好像是删改《金丹篇》而成。

《太清玉碑子》1卷。见《宋史·艺文志》。是葛洪与郑思远问答之录。今存《道藏》洞神部众术类。

《太丹问答》1卷。今存《道藏》洞神部众术类。

《还丹肘后诀》3卷。今存《道藏》洞神部众术类。

《四家要诀》1卷。见《通志略》。杂集刘向、陵阳子、抱朴子、狐刚子所记炼丹事。

《抱朴子养生论》1卷。见《宋史·艺文志》。今存《道藏》洞神部方法类。

《稚川真人校证术》1卷。今存《道藏》洞神部众术类。

《神仙金钩经》3卷。《通志略》不著撰人。今存洞神部众术类。

以上三书，前人有所考辨。严可均说，《抱朴子养生论》，前半即《地真篇》，后半则与《极言篇》相辅。《稚川真人校证术》是后人所演。《神仙金钩经》3卷，其中、

下两卷，就是《金丹篇》。上述观点，见《铁桥漫稿》卷六《代继莲龛为抱朴子叙》。孙诒让《札逢》十《抱朴子·微旨》条说，《金钤经》，晋宋间人依傅《抱朴子》假托而成。

《要用字苑》1卷。见《旧唐书·经籍志》。《颜氏家训·书证篇》作《字苑》。此书马国翰有辑佚本。

《史记钞》14卷。见《新唐书·艺文志》。

《后汉书钞》30卷。见《旧唐书·经籍志》。

《良吏传》10卷。见《本传》。

《集异传》10卷。见《本传》。

《西京杂记》6卷。见《旧唐书·经籍志》。此书作者，旧有争议。《四库全书简明目录》子部十二称此书旧本或题作汉刘歆撰，或题作晋葛洪撰，实则梁吴均撰。但近人余嘉锡《四库提要辨证》子部七考定此书为葛洪所作。今存。

《汉武内传》1卷。见《隋书·经籍志》，不著撰人。文廷式《补晋书·艺文志》说：《日本见在书目》题葛洪，今从之。余嘉锡《四库提要辨证》子部七考定为晋葛洪撰。今存《道藏》洞真部记传类。

《老子道德经序诀》2卷。见《旧唐书·经籍志》。王明认为当题葛洪撰。

《修撰庄子》17卷。
见释法琳《辩证论》、文廷式《补晋书·艺文志》。

《丧服变除》1卷。见《隋书·经籍志》。

《遁甲肘后立成囊中秘》1卷。见《隋书·经籍志》。《登涉篇》作《囊中立成》。

《遁甲返覆图》1卷。见《隋书·经籍志》。

《遁甲要用》4卷。见《隋书·经籍志》。

《遁甲秘要》1卷。见《隋书·经籍志》。

《遁甲要》1卷。见《隋书·经籍志》。

《三元遁甲图》3卷。见《旧唐书·经籍志》。

《龟决》2卷。见《隋书·经籍志》。

《周易杂占》10卷。见《隋书·经籍志》。

《抱朴君书》1卷。见《隋书·经籍志》集部。

《序房内秘术》1卷。见《隋书·经籍志》，称葛氏撰。又见《新唐书·艺文志》。或者便是葛洪。



中华书局版葛洪著作

《太一真君固命歌》1卷。见《宋史·艺文志》。

《抱朴子别旨》1篇。见《通志略》。今存《道藏》太清部。内容是吐纳导引之术，与《胎息术》同类，是后人采辑而成。

《胎息要诀》1卷。见《通志略》。

《胎息术》1卷。见文廷式《补晋书·艺文志》。

《郭文传》。见文廷式《补晋书·艺文志》。郭文，在《晋书·葛洪本传》中提及，说葛洪见过郭。郭文，即郭文举，河内轵人，是葛洪同时的隐士，比葛洪先去世，事见《晋书·隐逸传》。

《五金龙虎歌》1卷。见《崇文总目》。

《五岳真形图文》1卷。见《崇文总目》。

《老子戒经》1卷。见《通志略》。

《关中记》1卷。见《宋史·艺文志》《玉海》所引《中兴书目》。

《马阴二君内传》1卷。见《宋史·艺文志》。

《隐沦杂诀》1卷。见《宋史·艺文志》。《抱朴子·杂应篇》问答隐沦之道，或者与此有关。

《元始上真众仙记》1卷。见《宋史·艺文志》。今存《道藏》洞真部谱篆类。刘师培《读道藏记》说：此书“次行题葛洪

《枕中书》五字，中志名仙官位号及治所，即今所传《枕中记》也”。王明认为，《道藏》洞真部方法类别有《枕中记》1卷，言养生接命之术，与《众仙记》内容迥异。《通志略》著录唐孙思邈《枕中记》1卷，未知孰是。《四库全书总目提要》则云：《枕中书》1卷，旧本题晋葛洪撰。隋、唐、宋史志目录，只有《墨子枕中记》及《枕中素书》，而无葛洪《枕中书》。这本《枕中书》，一名《元始上真众仙记》，余嘉锡《四库提要辨证》卷十九认为不可能是葛洪所撰，理由是《枕中书》提到许穆和许玉斧，这两个人都比葛洪小，许玉斧更是葛洪的后辈，二人去世，葛洪是没有见到的，不可能取以著之书中。王明认为余先生之说是正确的。

《抱朴子·玉策记》。见文廷式《补晋书·艺文志》。王明认为这本书不是葛洪所撰，只不过是葛洪在《抱朴子》中引用了《玉策记》。归属葛洪所作的说法，起于唐代的徐坚《初学记》。《初学记》卷二十九《狐》第13条，引《抱朴子·玉策记》文“狐及狸狼，皆寿八百岁，满三百岁暂变为人形”，正是《抱朴子·对俗篇》中所引《玉策记》的文字。而葛洪《抱朴子·遐览篇》已经著录有《玉策记》1卷，足以证明

葛洪曾经见过此书。严可均《铁桥漫稿》卷六云《玉策记》可能是后人依托葛洪之书，也不确切。

目前，一般读者可以找到的葛洪著作整理本，大致有以下几种：

《抱朴子·内篇》

《抱朴子内篇校释》，王明著，北京中华书局 1980 年版。

《抱朴子内篇今译》，邱凤侠注译，北京中国社会科学出版社 1996 年版。

《抱朴子内篇》，北京蓝天出版社 1998 年版。

《抱朴子内篇》，北京燕山出版社 1995 年版。

《抱朴子·外篇》

《抱朴子外篇校笺》上册，杨明照撰，北京中华书局 1991 年版。

《抱朴子外篇校笺》下册，杨明照撰，北京中华书局 1997 年版。

《肘后方》

《葛洪肘后备急方》，北京人民卫生出版社 1983 年版。

《葛洪肘后备急方》，上海商务印书馆 1955 年版。

《肘后备急方》，（梁）陶弘景增补，北京人民卫生出版社 1956 年版。

其他

《燕丹子》，无名氏撰，北京中华书局 1985 年版。

《西京杂记》，周天游校注，西安三秦出版社 2006 年版。

《西京杂记全译》，成林、程章灿译注，贵州人民出版社 1993 年版。

《神仙传》，北京中华书局 1991 年版；上海古籍出版社 1990 年版。

以上著述中，最能代表葛洪道教思想和神仙修炼的，是《抱朴子·内篇》一书。这本书今所见 20 卷，每卷有题，分别是：《畅玄》《论仙》《对俗》《金丹》《至理》《微旨》《塞难》《释滞》《道意》《明本》《仙药》《辨问》《极言》《勤求》《杂应》《黄白》《登涉》《地真》《遐览》《祛惑》。从这些题目来看，葛洪实际上是围绕道理与道术来介绍他的神仙修炼思想和方法的。

而《抱朴子·外篇》，则是葛洪对儒家思想阐述与研讨，是他关于儒家应世哲学的集中思考，同时也表现了他对社会的批判。

葛洪的著作如此丰富，是后人对他进行

研究的最基本史料。本书对葛洪的介绍，有不少就是依据葛洪自己的著述。