辟穀說

维基文库 · 免费全文 · CC BY-SA 4.0

←

謝魯元翰寄暥肚餅

辟穀說
作者：蘇軾　北宋

記服絹

本作品收錄於《東坡志林》

東坡志林/卷一

洛下有洞穴，深不可測。有人墮其中不能出，飢甚，見龜虵無數，每旦輒引首東望，吸初日光嚥之，其人亦隨其所向，效之不已，遂不復饑，身輕力強。後卒還家，不食，不知其所終。此晉武帝時事。辟穀之法以百數，此為上，妙法止於此。能服玉泉，使鉛汞具體，去僊不遠矣。此法甚易知易行，天下莫能知，知者莫能行，何則？虛一而靜者，世無有也。元符二年，儋耳米貴，吾方有絕糧之憂，欲與過子共行此法，故書以授之。四月十九日記。

此北宋作品在全世界都属于公有领域，因为作者逝世已经超过100年，且作品于1931年1月1日之前出版。

Public domainPublic domainfalsefalse