

二篇同卷

成六

呂純陽真人沁園春丹詞註解

青天歌註釋

呂純陽真人沁園春丹詞註解

林屋山人全陽子註解

七返還丹

七火數也煉丹之法其先以紅投黑而生藥既有藥然後進火煉黑入紅而成丹故

曰七返還丹即非自寅至申之七時也張紫陽悟真篇云金公本是東家子送在西鄰寄體生認得喚來歸舍養配將姪女作親情是此義也

在人先須煉已待時

離騷遠遊篇云毋滑而禮兮彼將自然一氣孔神兮於中夜存虛以待之兮無為之先即煉已待時之謂也要在收視返聽寂然不動凝神於太虛無一毫雜想少為神入氣中氣與神合則真息自定神明自來

不過片餉聞耳邵康節先天吟云若問先天一字無後天方要著功夫丹法亦然採藥於先天則無為進火於後天則有為不可以一律齊也

正一陽初動

白紫清珠玉集丹髓歌云煉丹不用尋冬至身中自有一陽生然吾何以知身中之一陽生也蓋彈指聲中巽門豁開而心覺恍惚之時是也吾於此時鼓之以橐籥煨之以猛火則真鉛出坎而河車不敢暫留停運入崑崙峯頂乃可以為還丹邵康節恍惚吟云恍惚陰陽初變化細細天地下迴旋中間此子好光景安得功夫入語言非洞曉陰陽造化曠克知此

中宵漏永

中宵即半夜子時也周易參同契云含元虛危播精於子是也又云晦朔之間合符行中謂三十日半夜子時之前介乎晦朔之間也若感之於一日則每夜子時之前即晦朔之間初不拘於三十日之半夜也

悟真篇云日月三旬一週達以時易日法神功其說明矣漏者滴漏也滴漏有內有外在內乃氣之出入息也薛紫賢復命篇云此心却似糠灰火靜坐時聞滴漏聲是也在外即更漏也或疑悟真篇有須知大

隱居朝市休向深山守靜孤之說殊不知在深山則難得燈與漏也或又疑曰陳泥丸翠虛篇云若言刻漏無憑信不會玄機藥未成而又云日觀土圭夜瞻刻漏謬之甚矣何其說之自相戾也曰修煉之初功夫未純熱恐或差違故必外立刻漏以為時候之準則若至於功夫純熟丹田有種則精生有時時至神知雖當寢寐有不待喚醒而亦自覺悟又何必刻漏為哉漏永者言其點點相續而無間斷也在吾身求之則真息綿綿勿令間斷如漏水之相續無異也

温温鉛鼎光透簾帷

鉛即藥也鼎謂下丹田也子時將至而陽氣潛萌於其下所以温温也簾帷者眼也

垂眼下視有垂簾之象故曰簾帷丹田有藥而陽氣上升透於兩眉之間是以有光譬之室中有燭燭光映於窗牖而明蓋非窗牖之明乃燭之明也或者乍見此景而驚訝夫喜以為奇異則心動而神散矣欲

望成丹不亦遠乎
造化爭馳

造化爭馳謂坤之未復之初也其時瓊鐘一扣玉洞雙開復命篇謂兩畔同升共一介是也

虎龍交媾

參同契云龍吟於虎虎吸龍精兩相飲食俱相吞併作丹之時要在心息相依然後神凝氣聚交媾而為藥陳朝元玉芝書云玄黃若也無交媾爭得陽從坎下飛故必

陰陽交媾丹田有藥乃可以進火也
進火功夫牛斗危

牛斗危乃身中火候之方位謂進火功夫自子而發端至寅而搬運如天之生物胚胎於子至寅而出也參同契云始於東北

箕斗之鄉旋而右轉咄輪吐萌翠虛篇云有一子母分胎路妙在尾箕斗牛女與此同旨或以牛斗危為猜闕危而引用悟真篇兩手提來今死闕之語以發明之是亦一說也

曲江上見月華瑩淨

翠虛篇云西南路上月華明大藥還從此處生記得古人詩一句曲江之上鷓鴣橫古仙本以小腸有九盤十二曲是為曲江後人復以鼻口之間為曲江二說俱通而翠虛又以西南路上發明其說可謂深切著明矣蓋西南屬坤坤為腹藥生於丹田之時陽氣上達麗於目而有光故自目至臍一路皆虛白晃耀如月華之明也

有箇鳥飛

有箇鳥飛者身中之天地交坎離合二氣細縷結成一滴露珠而飛落丹田中也陳希夷指玄篇云有箇鳥飛入桂宮翠虛篇云紅蓮含露露珠凝碧飛落華池滴滴珠玉集還源篇云人能明此理一點落黃庭

白紫清詞云而今識破金鳥飛入蟾窟皆此義也

當時自飲刀圭

賢書言方寸七又言刀圭刀圭者刀頭圭角此子而已或以刀為金圭為二土交合此地求奇之說非至論也自飲云者遍歷三宮降而入口與悟真篇謂脫胎入口身通聖其義一也或疑既脫胎何為復入口遂以為丹自外來從而吞嚥外物去道遠矣翠虛篇不云乎採之煉之未片餉一氣眇眇通三關三關來往氣無窮一道白脉朝泥丸泥丸之上紫金鼎鼎中一塊紫金團化為玉漿流入口香甜清爽遍舌端是豈自身外而來者耶

不離信無中養就兒

金丹大道至簡至易於無中生有養就嬰兒如涕唾精神津氣血液之類止可接助以為階梯非丹質也學者局於管見往往以先入之說為主更不肯參究丹書雖有道者欲與開發歎為之信翠虛篇云惟事教

人笑幾回男兒今也會懷胎自家精血自
交結身裏夫妻是妙哉蓋夫婦即陰陽之
異名非真有所謂夫婦也或者偏執竹破
竹補之說遂謂以人補人而專意於三峯
邪術又安信金丹乃清淨無為之道而果
於無中生有哉

辨水源清濁

清濁之說蓋魯辨之矣一日天清地濁稟
生成一日取清捨濁更玄玄今日水源清
濁則請就水源兩字辯之蓋天一生水其
位居北以入水同歸於此故謂之水源翠
虛篇云促將百脉盡歸源蓋謂此也在上
曰清在下曰濁始者上下相交混而為一
久之則漸漸可漸漸清清則至樂生於其
中矣劉海蟾還金篇謂水澄疑琥珀是也
乃若留清去濁之說則自是一義愚註參
同契於形體為水土狀若明窓塵下已詳
言之茲不復贅

木金間隔

人身有一物分而為二其浮者為木沉者

為金一東一西故謂之間隔若得斗柄之
機幹運使之上下循環如天河之流轉則
本性愛金金情戀木而刑德並會不間隔
矣彼有以兩目交光於中央為金木不間
隔此亦一說然以參同契悟真篇考之則
所謂金木間隔者其義蓋在內而不在外
也

不因師指此事爭知

悟真篇云饒君聰慧過顏閔不遇真人莫
強猜蓋丹經所陳或假物以明理或設象
以寓意名義不同學者卒然讀之莫不有
望洋之歎且以五行言之或曰金木或曰
金土或曰水火或曰金火或曰金水或曰
木火或曰水土使人心目俱眩誠不易知
也

道要玄微

丹道之要有二曰交媾曰進火雖有先後
次序要皆一片功夫蕭紫虛金丹大成集
謂刻裏功夫妙更奇是也玄哉微哉
天機深遠

天機謂半夜子陽初動之時也天機將至
人能動吾之機以應之則天人合發內外
相符結而為丹矣雖曰一日十二時凡相
交處亦皆可為而古仙必用半夜子陽初
動之時者其時太陽正在北方而人身氣
到尾閭關蓋與天地相應所謂盜天地奪
造化唯此時為然迺若丑時則太陽已偏
人身之氣已過尾閭矣寅時則太陽已出
地人身之氣已過腎堂矣皆不可用也王
芝書云凡煉丹隨子時陽氣而起火其火
方然餘外別時起火其火不全斯言蓋之
矣

下手速修猶太遲

下手謂烹煉之時握一身之神歸於天谷
穴中而不可縱放非真有所執也或混下
手兩字正合悟真篇兩手捉來令死闕之
說於是努力提券或掩耳鼻或摩腰腹或
以大指掐掌心或以中指抵臍輪不亦勞
乎速修猶太遲謂光陰迅速而貴乎及時
修煉也

蓬萊路仗三千行滿獨步雲歸

三千行滿謂九年三千日也三千日內務要積功累行十二時中不可須臾離道劉虛谷還丹篇云大功欲就三千日妙用無虧十二時是也丹法片餉結胎百日而功靈周年而胎圓九年而行滿皆有程度決無今日過師明日便能成仙之理當知一年而小成九年而大變始而易氣次而易血次而易脉次而易肉次而易髓次而易筋次而易骨次而易髮次而易形積九年而閱九變煉盡陰氣變成純陽然後可以遺世獨立羽化而登仙也曾至游集仙傳載陳朝元戒世云為善事者必享福報集陰德者子孫榮昌不殄天物不肆盜姦不毀正教善事也救死扶傷恚人患難無縱隱賊陰德也不作善事不積陰德則惡道無所不入矣朝元此言蓋為俗人設也況學仙者乎大抵欲修仙道先修人道人道不修則仙道遠矣又豈不見悟真篇云大藥修之有易難也知由我也由天若非積

行施陰德動有聲魔作障緣學者詎可以我命在我之說自諉而不務功行為急哉嗚呼功滿三千大羅為仙行滿八百大羅為客吾黨其勉諸

呂純陽真人沁園春丹詞註解終

成六

九

正一天師清微弟子 洪百堅 製作



道教學術資訊網站

青天歌註釋序

夫青天歌者真人丘長春之所作也是歌演音三十二句乃按度人經三十二天運化之道也余每誦其音喜其文簡而理直實修真之捷徑入道之梯階前十二句乃明修性之本體中十二句為復命之工夫末後八句形容性命混融脫胎神化之妙也愚見世人只作閑文歌唱舞蹈終不知其中九和十合之理今故強為註釋以俟後之來者鄙見淺陋然初學者其庶幾有所感悟焉混然子序