

# 上篇：修功部分

## 第一章 八卦内功源流简述

八卦内功(又称气功)的开山祖师董公，字海川，京南文安县城南朱家坞人氏。生于清代嘉庆九年(一八〇四年)十月，卒于光绪七年(一八八一年)十月。董公生而好学，有神力，以内功武勇名乡里，为人秉性刚直，嫉恶如仇。

董公自幼酷爱内功武术，十二岁即投河北沧县李教师门下学习六合门功术，历时六年，功夫大成。董公有志，常出外远游，寻访名师高友，历尽吴、越、巴、蜀之各名山大川。后来行至江西地界、误入深山，遇一僧一道两位古稀仙长，得佛道之真传。随师精心研究《河图》、《洛书》、《易经》、《易传》、《先天八卦》、《后天八卦》、《先后天合一式八卦》，以及佛学之《达摩混元大法秘诀》等等古代哲学理论，天、地、人体生命的科学知识。修心、修性、练神还虚、导引气功之法、击刺进退之武备，大成之后奉师命下山，独创一个气功、武术、内功术及游身八卦连环掌之门户，名震京师内外，大江南北。收有十大门生、弟子百千。

十大门生中掌门大弟子为尹福，其次为马维琪、程廷华、史纪栋、宋长荣、刘宝真、梁振普、樊志勇、魏吉祥、朱子云等。诸公各有绝技，后各成一派，传演至今。其中尹福先生拜师最早，随师学艺最久，功经二十余载，师承内容自

然就丰富多彩，亦较为全面系统。樊志勇先生随师修炼而尤以佛功最善。

八卦气功之内含层次：采气八法、受气八法、呼吸八法、九宫法、八八十六四卦法、六十四桩功、一百六十八散手、混元一气法、罗汉功法、坐功法、卧功法、罗汉拍打功法、金刚八式、金刚大力法、达摩八式功法、八卦九宫九转得丹法、指针点穴外发气功法等。

董公在江西九华山精心研修廿余年，创造了易学阴阳八卦气功，广泛深入地探讨了天、地、人三大系统的问题。

“天人合一”、“先后天合一”的机理，是我国较为完整、系统的理论体系，并在不断地指导着医疗气功及武术转掌法的实践。因此可以说：“八卦内功”是中国气功中一支晚成的瑰宝。

八卦内功有自己的基础理论，这部分的内容包括：佛、道、儒、阴阳、五行、八卦数术之理、方圆之理。主要有《河图》、《洛书》、《周易经传》、《太极球图》、《先后天合一图》、《阳火阴符》，以及大乘佛学中之开、阖、聚、散、升、降、出、入；道家之清静，无有、有无之道，动静开合、虚空造化，气力寂定，意念有位，定象形性、造化数术之理。

天体宇宙，时空结构，其突出点为：以天心、地心、佛心、道心、我心合一，真如不动，定为天之中。以不动真如定中，描绘天球体的行、度、位三大主圈图。以“真如”超时空坐标、超时空观测点，把观测者和观测象合一，补充赤、黄、白道坐标测不准的问题。初解三坐标历法导出的相对时空与超时空之间的时空关系，为解决人与天地之间的超距关系，及“天人合一”的课题提供了理论依据。

三体天、地、人。人体真气、元神、生命，时空结构，取三芝星定位，天地定位、雷风相搏、山泽通气、水火相射而定八卦方位、象形性意。按照阴阳五行八卦，以七星布阵，七星变化，八卦八八变化之法，一一超时空空间移位，解释了“天人合一”的时空概念，定人位三部：精气神之位，三部丹田之位，上中下之位以及相应三主圈位置和机能。上者为“天”，生命之源；中者为“人”，生命之体；下者为“地”，生命之根。明确了生命之源、体、根及其相互关系，气体、液体、固体、晶体之变化。同时非常重视头（大脑）之神意的作用，提出头为“天”，为乾卦，头顶圆为“佛圈”；眼部横圆为“道圈”；头底部圆（沿人中、风府、左右风池穴之一周）为“命圈”。从人整体上定大圈、中圈、平圈为行度、位三大主圈。人体共分一百零八圈，十二经、任督两脉、奇经八脉、阴阳、共为二十四圈，以应天之二十四节气。主穴一百零八玄位（玄位即人体内外之小圈，气血精神之大会），上有三十六天玄，以应三十六天罡之位；中下七十二地玄，而应七十二地煞之位。圈者，分阴阳、内外、上下、左右、前后，圈圈相连相合相导连，连连连，连为一体。有圈则有声、光、电、力、气，有圈则有功、法、气力劲、度、位、定，气之运动方式为开、阖、聚、散、升、降、出、入。从而明确了人体结构、经络、血脉、气血、经穴结构和物质基础，明确了“气功”所修炼之体、所修炼之物质结构为精、气、神，还指出指针气功点穴按摩术、防病治病、医疗保健、延年益寿、防身自卫、技击、点穴，按人身体骨窍气血之大会处为一百零八玄位。这一〇八个玄位经穴又可分为生穴、死穴、麻穴，供医疗、自卫、技击之用。疗疾用阴阳八卦、子午流注、灵龟八法等诸法。又指出了八方位、象性、形体、

查看完整版

付费下载



---

## 【百万古籍库】

<https://www.fozhu920.com/list/>

【易】【医】【道】【武】【文】【奇】【画】【书】

1000000+ 高清古书籍

打包下载





## 【风水】风水命理资料合集\_9500 本

阴宅阳宅、风水堪舆、八字命理、手相面相、符咒卦象、奇门遁甲、紫微斗数.....



## 【中医】中华传统医学资料大全\_15000 本

针灸、推拿、正骨术、汉医、苗医、民间秘方偏方、药洒药方、祖传医术、珍本...



## 【道术】道家法术\茅山术\符咒术\气术\_3000 套

修真秘籍、丹道、道家秘术、胎息功、内丹术、茅山法术、道家符咒、巫术、...



## 【武术】传统武术与现代搏击术\_6200 册

少林、武当、太极拳、形意拳、八极拳、咏春拳、气功、散打、格斗、拳击、...



## **【集藏】经史子集库\_13300 卷**

【经史子集】楚辞、汉赋、诗集、词集、宝卷、正史、编年、别史、纪事本末、地理志...



## **【国画】传世名画 \_ 6100 卷**

唐、金、辽、宋、元、明、清 800 多位画家近 6000 多幅传世...



## **【县志】方志\地方县志\乡志\地理志\_8100 册**

府志、区志、乡志、地理志..... 此合集为全国范围地方县志\府志古籍影印电子版，...



## **【国学】中华古籍库—32 万册古籍书**

32 万册《中华古籍库》【32 万册影印古籍 + 20 多亿字，带检索器和阅读工具】包括各地方志、日本内...

**【更多】** >> <https://www.fozhu920.com/list/>