

赵维汉／著

中国八卦如意功中级功法

——玄机神功（一）

人民体育出版社

中国八卦如意功中级功法

玄机神功（一）

赵维汉 著

人民体育出版社

(京) 新登字 040 号

图书在版编目 (CIP) 数据

中国八卦如意功中级功法: 玄机神功 (一)/赵维汉
著. -北京: 人民体育出版社, 1996

ISBN 7-5009-1291-9

I. 中… II. 赵… III. 八卦掌, 如意功 IV. G852.16

中国版本图书馆 CIP 数据核字(96)第 04238 号

人民体育出版社出版发行
化学工业出版社印刷厂印刷
新华书店经销

*

787×1092 毫米 32 开本 5 印张 90 千字
1996 年 9 月第 1 版 1996 年 9 月第 1 次印刷
印数: 1—3.2 00 册

ISBN 7-5009-1291-9/G. 1197

定价: 7.00 元

社址: 北京市崇文区体育馆路 8 号 (天坛公园东门)
电话: 67143708 (发行处) 邮编: 100061
传真: 67116129 电挂: 9474
(购买本社图书, 如遇有缺损页可与发行处联系)

前 言

中国八卦如意功的初级功法已在几年前出版了（书名为《中国八卦如意功》），如今，其中级功法——玄机神功（一）又同广大气功爱好者见面了。玄机神功（一）由十五个神谱和玄机法宝——六合神针以及中级静功“莲台禅坐”组成，这三部分各有特点，形成一套系列功法，可在初级功的基础上进一步练中脉变形、变色，有为地聚气、聚能，采药调丹，增强功力；能进一步调练五脏六腑，调练细胞，克服先天不足和后天耗损；进一步开发大、小脑的功能，增强敏感性、记忆力，开悟开慧，对解开人体八卦之谜、宇宙八卦之谜显示出巨大的威力。这是一套练神还虚的功法。

为了推动气功事业向高深层次发展，逐步揭开人体和宇宙奥秘，为炎黄子孙和人类造福，我决定把玄机神功（一）奉献给广大气功爱好者，不久还将把中国八卦如意功中的玄机神功（二）也

奉献给广大气功爱好者。

在玄机神功（一）的编写过程中，得到了田佩俊教授、赵桂藩教授、王晓峰教授、冯发芹副研究馆员和邱祥环气功师在文字上和插图设计上的帮助，在此对他们表示衷心的感谢。

赵维汉

目 录

前 言

第一章 玄机神功（一）概要	1
一、玄机神功的概念.....	1
二、玄机神功练什么.....	6
三、怎样练好玄机神功	11
第二章 玄机神功（一）功法	20
一、龙虎相戏功	20
二、海底喷泉功	22
三、横行龙蛇功	24
四、中流砥柱功	27
五、哈雷彗星功	29
六、阴阳宝镜功	32
七、夫唱妇随功	35
八、一身多任功	36
九、二鸡斗架功	38
十、旋涡星云功	41
十一、二郎玄风功	43
十二、玉洞香风功	50
十三、千里迎香功	54
十四、海浪淘天功	55

十五、回光返照功	59
第三章 玄机法宝——六合神针	63
第四章 中级静功——莲台禅坐	67
附录	
一、中国八卦如意功高级功法纲要	70
二、中国八卦如意功六十四个问题解答	73
三、中国八卦如意功的理论探讨·····	138

第一章 玄机神功（一）概要

中国八卦如意功的中级功，是在初级功基础上的更高一级的功法。我们称它玄机神功（一）。

人体是个太极，人体是个八卦，通过修炼八卦如意功，将八卦人变成太极人，也就解决了人体内的相克关系，进入了多维时空。人们修炼八卦如意功初级功，将中脉练成之后，逐步达到了阴阳平衡，逐步地从否卦转入泰卦，人体周围的气场清净了，五脏六腑健康了，大小脑电波增强了，记忆力、分析力、想象力大大地提高了。这时需要人为地练运气功夫、采药功夫、脏腑动气功夫、遥感遥治功夫、脑与脏腑发气功夫、组场功夫、给他人开智的功夫、变味功夫等特种手段。这需要更进一步修炼。玄机神功（一）作为八卦如意功练气化神、练神还虚的中级功法，关键是练如何打破太极见玄玄。

一、玄机神功的概念

玄的概念：一讲到玄，人们总是觉得高深莫测，很难理解。如很多气功现象、特异功能，人

们认为很玄，与人们的现有知识和认识格格不入。近年来，随着气功事业的发展，人体生命科学的进一步研究，特异功能的确实存在及部分人经过认真的气功修炼所产生的实效，大大地开拓了人们的视野，逐步认识到很多特异功能不是可望而不可即的。随着科学的发展、知识面的扩大和有识之士对气功事业的介入，气功逐渐被广大群众所接受，玄也就好理解了。

按照八卦如意功的观点，玄是物质的概念。任何物质都是无限可分的，人们发现了原子，以为原子是最小的了，不再可分了，但随着科学的发展，又发现了比原子更小的基本粒子，比如质子、中子、电子。基本粒子是不是最小的，是不是还可分呢？近几年又有文章报道，发现了比基本粒子更小的夸克。究竟物质能分裂到什么程度为终点，目前很难下结论。物质分裂一个层次，就有不同性质呈现，原子有化学反应的性质，而基本粒子就没有化学反应的性质；基本粒子有核聚变和核裂变反应，夸克却没有核聚变和核裂变反应。假如物质可分裂到最原始单位，达到这样层次和级别的物质的性质是常人难见到的，对常人来说就谓之玄。由于目前科学手段的限制，对极细微的物质，仪器很难测定出来；但有很深造诣的气功师或特异功能的人，是能感觉得到的。人的大脑的想象力总是走在双手的前面。比如意念致动、

意念搬运，用仪器就很难测定出来，但不等于不存在。所以气功遥感功能、预测功能、变味功能、内动功能等等，同仪器测定不完全相符，但不等于不存在。人们习惯于眼见为实，总以为气功的非凡功能太玄了，但不玄就不是特异功能了。如常人一餐吃四两米饭，是谓不玄，如果有人一顿吃斗米，那就谓之玄，少见多怪嘛。特异功能是人的潜意识功能，人人都有特异功能，不同的是能否被激发出来，有的人通过气功修炼出现了特异功能，有的人本来就有特异功能或突然出现了某种特异功能，这都是潜意识功能出现的现象。所以，人有特异功能是正常现象，报刊上常报道奇人奇事，有同常人不同的特异功能，因少见或未见，总谓之玄。

古代有深厚气功造诣和身怀绝技的人，有的被封建皇帝御用，有的躲进深山不愿被封建皇帝所御用，这样常人也就很难见到了，他们同常人没有了共同生活的习惯，没有共同的语言，他们的绝技也不愿意在常人中显露，成了“真人不露相”了。一旦常人见到一些气功现象，就谓之玄。所以，玄即是人们难以见到的气功现象，难以见到的宇宙现象，难以见到的人体奥秘现象。

八卦如意功认为，玄就是极细微的物质，也就是小得不能再小的物质才谓之玄。八卦如意功，要求道心在微，微到哪里？微到玄。这样人的功

能才可进入多维时空，这时遥感功能、透视功能、预测功能……皆可练出来了，玄恰是修炼八卦如意功所要求达到的高级目标。例如，北方之气，古人谓之为玄天之气。玄天之气对于练功者来讲，能使头脑清醒，利于开智，易产生玄的功能。我国北方气候干燥，晚上天空一片晴朗，星斗闪烁。北方气温较低，比较凉爽，对于练功者来讲，比较适宜。

机的概念：任何物质都有它特有的规律，玄也是这样。宇宙中最细微、最原始的物质也有它自己特有的规律，这就是玄机。河图的规律，洛书的规律，宇宙中一切现象，一切深奥不可测的现象都可称为玄机。如果掌握了玄机，掌握了宇宙和人体的奥秘，就能通晓过去未来。为什么幼儿天真的语言、垂死老人似醒非醒的胡言乱语、梦境中的离奇经历、自发状态的古怪判断，往往事后似乎有应验呢？这是因为进入了玄的境界。因为幼儿百窍未闭，能收来周围的信息；而垂死的老人神不守舍，神已散失到周围的广阔空间，恍恍惚惚，时出时进；梦境就是多维时空之境；自发状态就是恍兮惚兮之态。高功夫师能有为地似醉非醉地进入恍兮惚兮之态，就能进入高级气功态，就能掌握周围各种复杂信息，准确地判断许多复杂事物的因果关系，同时又有掌握和改变这种状态的功能，就进入了六神通的境界，掌握玄

的规律，就掌握了玄机。玄机太玄奥，常人又很难相信。有重病的人，依赖性很强，不去认真练功，常依赖高功夫师保护。所以，过去修炼想成正果之人，总想回避常人，躲进深山修炼，进入“真人不露相，露相不真人”的境界。有些玄机被功德不好的、心不善之人掌握就会害人，所以，越高深的玄机越难泄露，而高深的玄机常人也很难理解。玄机就是宇宙的密码、人体的密码。玄机神功就是如何破译这一密码，如果掌握了对人们有用的密码就可以为人们服务，造福于人类。

玄机神功强调神的作用，因为宇宙密码、人体密码千千万万，必须用自己的神去掌握，才能为我所用。人是由形、神组成的，有神无形则神无所托，有形无神则形无所用。生命在于运动，形在运动中阴阳相搏而生神，意念放松而充电，形是三维的，而神是多维的，神能瞬息万变。神分元神和识神，元神常附于奇经八脉，识神常附于十二正经。元神足了常呈恍兮惚兮状态，能感知十万八千里，识神能判断、能识别。有了强大的中脉，元神识神皆强，且相互感应，能清醒地、有为地利用元神去感知周围的一切事物，极易产生各种气功功能。玄机就是宇宙的密码、人体的密码，必须用识神去掌握。道心在悟，悟就是明白，并掌握它。八卦如意功在办各种学习班中，都向学员讲明道理，要求学员掌握玄机，把武器掌握

在自己手里。八卦如意功的观点是，明白医生治的方法，明白病的状态，学员一旦掌握了玄的规律，其功夫会突飞猛进。

任何本领、任何绝技学了之后，必须坚持修炼方有效用，不坚持修炼之人，就是有绝技也不会长久巩固。功夫只能越练越精，越练越深，这就是道心在坚，再好的功法，你拿来束之高阁，绝不能变成你的功夫。有些人缘分、机遇都很好，很容易学到许多高深的东西，可自己没有志向，没有上进心，没有毅力，真是“少壮不努力，老大徒伤悲”。而有些没有机遇的人抓机遇，没有缘分之人找缘分，又能认真刻苦修炼，勤奋好学，心怀开阔，能在普济众生、光照四海上下功夫，广结善缘，形成强大的统一场，久而久之，必能修炼到大成之境。功夫不负有心人，稍有违心，贻害自身。

二、玄机神功练什么

练功之人经常提到，练精化气，练气化神，练神还虚，练虚合道。

首先谈放松。玄机神功要求练功者，夺天地之造化，取日月之精华，通过各种手段，把宇宙中最好的东西采来，变成自身最有用的东西。要想采来，必须体内外全部放松，达到惚兮恍兮，其

中有象；恍兮惚兮，其中有物；窈兮冥兮，其中有精；其精甚真，其中有信。体内外充分放松，达到了窈兮冥兮，宇宙中之精华就能采来。至虚极，守静笃，采来的精华按河图规律，反复运化成为自身洛书范畴有价值的精华，就是天一生水，六化成之，经过六天运化成为自身的肾精之水；地二生火，七变成之，经过七天运化成为自身心精之火；天三生木，八化成之，经过八天运化成为自身肝精之木；地四生金，九变成之，经过九天运化成为自身肺精之金；天五生土，法于灵龟，全身放松采气，进入五行归中的先天营养和后天饮食的精华之气，充填五居中央的坤局。防止满招损，要做到谦受益。酒食太满气不进，心神自满法不来。在日常生活中浊精下降，先天元精可化为气。顺为凡，逆为仙。仙者，返老还童之人也，高功夫之人也。

关于练精化气：精遇天阳化为气，气遇地阴变为精。精气是人体运转精华的两种存在形式，百会吞气，百会接天阳遇体内之精，精有了能量升腾为气。练精有文火和武火之分：文火为自然呼吸时，达到惚兮恍兮时，先天之精化为纯净之气，其气开密窍效果极好，非常利于开智，开发潜在功能，功夫就会稳步上升。武火为深呼吸时，恍兮惚兮时，武火喷炼，体内不太纯净的浊精也化为气，其气不舒服，必须送出去，求体外既济得

药。惚兮恍兮能练功，恍兮惚兮能治病，关键是掌握火候和向哪里取药。练功时要做到常无欲以观其妙，治病时要做到常有欲以观其微。如水可以克火，肾水不纯，毒水不可以克火。防止心神紊乱，克火之药如体内不存在，必须到体外去找。热性用水，寒性用火，毒性用木。菌性用金，痛性用土。高功夫师可用宇宙中的东西南北中，和地下星空大溶剂对症溶化，这就叫天人合一。找到其方法，对症找药，达到玄妙的治病效果，方能做到常有欲以观其微。

关于练气化神：首先讲神无为的观点：从概念上讲，阴阳不测谓之神；有为观点从方法上讲阴阳相搏谓之神。从良性意念和人们想象来讲，老而不死谓之神；从人们的崇拜和共同的良性意念上讲，被尊敬的推崇的偶像谓之神；从形神论来讲，指挥形的能量的最高司令谓之神。总之，无论从何种意义来讲，神总是至高无上的。八卦如意功认为，神是具有生命的人达到天人合一程度的标志，神是物质能量的表现形式，同中医讲的神是一致的。神既属于物质能量的范畴，那神就有被消耗也有被补充的过程。人经过体力劳动或脑力劳动后，神被消耗了一部分，浑身没劲了，眼睛睁不开了；但经过放松、休息、睡眠之后补充了神，就又有神了。人饮食之后，神集中在胃上，其他部位的神相应不足，需要放松休息。八卦如

意功初级功的旋转、摆动和放松都是加强神的锻炼，体内小人的锻炼，更是练气化神的玄妙手段。玄机神功从一开始就在练气化神方面下功夫，练玄机神功的重点是练神的产生、强化和神的运用，对开智效果极好。练玄机神功能大大地增强记忆力，丰富想象力，很受脑力劳动者欢迎。

关于练神还虚：有功夫之人，能运神到自身之外去练功、遥感、采药、治病，这就是练神还虚。每个人从一生下来，就开始受天地人场的不同影响，其原始惯性不同，形状就不同，神也不同。每个人都有不同的固有频率和不同波长的神，世界上没有两个绝对相同的人，也没有两个绝对相同的神。神足之人对神虚之人有强大的干扰力，比如导引。神特虚之人不但易受神足的人干扰，而且也易受其他动物神的干扰；甚至受死亡之人的残留信息的干扰，癔症患者、精神病患者，首先是一个神特虚之人。八卦如意功就是把自己的神练得非常强大，不受外神所干扰。练八卦如意功之人，都两目炯炯有神，神足了工作效率就会大大提高，学习成绩也会大大提高。神足了可以到体外去练功，初级功中的意念动功、身外身法和阴阳静功就属于练神还虚的范畴。中级功玄机神功（一）中的二郎玄风、玉洞香风、千里迎香这三个神谱就属于练神还虚的范畴。高级功玄机神功（二）中的白日作梦、云游四海、出神入画三

个神谱是典型的练神还虚的功法。练神还虚可以创造人造仙境，通过时空隧道，通过画面变成力量，达到治病效果，进入四维空间，进入“远在天边，近在眼前”的境界，进入千里诊断、治病的境界。

关于练虚合道：人们都爱阅读古代的神话小说，对斗法中的各种法宝看得津津有味。姜子牙的打神鞭、哪吒的乾坤圈等等都有虚空成形的功夫。有虚空成形的高深功夫之后，能当武器或工具使用，此形有了道行，道行高低看做法者功夫的高低。古人对气功的认识没有现代人透彻，但练功不怕周围人的嘲笑、挖苦，且持之以恒，出高功夫的人很多。现代人也是在艰苦的地方、边远的地方练功出功较快，比如西藏高原、松花江流域，民间能人就比较多了。进入空中移物、搬运，方能真正进入练虚合道，一般的练虚合道只达到场和光的练虚合道。通过练功，神足了，想象力大大丰富了，神能还虚了，在虚空中的想象力，能聚且成形了，此形此景凡人是难见到的，但天眼开的人能看到。人眼虽看不见，但摄像仪器能摄影出来，有的人也能感觉得到。有功夫之人良性意念对人有利，恶性意念对人有害。带功报告、带功讲课就是有功夫的人把有感觉力量的想象力，感应给听众和学员。神虚的人受带功者感应，运动神经易产生大动，产生自发动功；神虚的人受