

易经应用研究丛书

周易与气功教程

李邦正 著



广西教育出版社



作者小传

李邦正，一九四七年生，广西南宁人。长期研究佛学、道学、易经、气功、中医、武术、美术、书法等。

现为广西气功科学研究会会员，广西南宁市武学研究所常务顾问，中国美术家协会广西分会会员，南宁市书法家协会会员。

贵阳市新华书店

ISBN 7-5435-0770-6/Z·4

定价：2.30 元

易经应用研究丛书

周易与气功教程

李邦正 著

广西教育出版社

郭书天
3

001341488



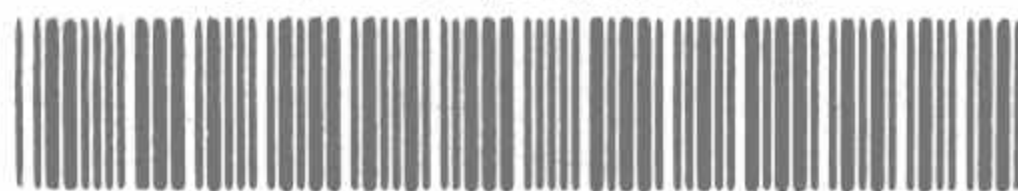
易经应用研究丛书

周易与气功教程

李邦正 著



贵阳学院图书馆



GYXY1341488

广西教育出版社

易经应用研究丛书

周易与气功教程

李邦正 著



广西教育出版社出版

(南宁市七一路7号)

广西新华书店发行 广西民族印刷厂印刷

*

开本 788×1092 1/32 7.75 印张 160 千字

1990年2月第1版 1990年2月第1次印刷

印数: 1—10,000 册

ISBN 7-5435-0770-6/Z·4

定价: 2.30 元

易经应用研究丛书

周易与气功教程

李邦正 著



广西教育出版社出版

(南宁市七一路7号)

广西新华书店发行 广西民族印刷厂印刷

*

开本 788×1092 1/32 7.75 印张 160 千字

1990年2月第1版 1990年2月第1次印刷

印数: 1—10,000 册

ISBN 7-5435-0770-6/Z·4

定价: 2.30 元

序

《周易》，是中国文化最古老的一部儒家典籍。自古以来，它一直被人们推崇为“群经之首”、“大道之源”、“中国文明之母”。其贡献之巨，犹沧海浩瀚，举世赞誉，堪称国宝也！

宇宙万象，人生际遇，动止纷纭，变化难测，然易理广博，无所不包，涉及天文、地理、医学、兵法、数学、历法、乐律、韵学、气功，以逮方外之炉火，均可援《易》以为说。故综罗《周易》之学，无非是在古代先人们所取得的科学成就之基础上产生、形成和发展起来的“仰观天文，俯察地理，中通万物之情”的一门庞大的科学体系。

《周易》同时也可以用于卜筮，即凡婚丧嫁娶、商贾行旅、生老病死等日常社会生活事件，甚至征战讨伐、祭祀等国家大事，均可进行占卜。通过卜筮，以求其本原于天或天道，并遵循天道运行的规律以决凶吉、行止。因此，《易》学里深深地蕴藏着古代贤哲们对于天道运行规律与人世间万事相关联的宏富玄奥之理。总之，《周易》一书通过卦、卦辞和爻辞这种特殊的形式来反映古代人们对于自然界、人类社会和社会生活的自然观和社会政治观、伦理道德观念等各个方面的根本观点。

当今，时代虽已进入二十世纪八十年代，但抵毁《易》学为封建迷信者比比皆是，以致《易》学难登大雅之堂，一直被国人弃之于厚厚的尘埃之下。然而，近几个世纪以来，西方贤哲们已敏锐地注视到了它那透过尘土而焕发的光华，不

序

《周易》，是中国文化最古老的一部儒家典籍。自古以来，它一直被人们推崇为“群经之首”、“大道之源”、“中国文明之母”。其贡献之巨，犹沧海浩瀚，举世赞誉，堪称国宝也！

宇宙万象，人生际遇，动止纷纭，变化难测，然易理广博，无所不包，涉及天文、地理、医学、兵法、数学、历法、乐律、韵学、气功，以逮方外之炉火，均可援《易》以为说。故综罗《周易》之学，无非是在古代先人们所取得的科学成就之基础上产生、形成和发展起来的“仰观天文，俯察地理，中通万物之情”的一门庞大的科学体系。

《周易》同时也可以用于卜筮，即凡婚丧嫁娶、商贾行旅、生老病死等日常社会生活事件，甚至征战讨伐、祭祀等国家大事，均可进行占卜。通过卜筮，以求其本原于天或天道，并遵循天道运行的规律以决凶吉、行止。因此，《易》学里深深地蕴藏着古代贤哲们对于天道运行规律与人世间万事相关联的宏富玄奥之理。总之，《周易》一书通过卦、卦辞和爻辞这种特殊的形式来反映古代人们对于自然界、人类社会和社会生活的自然观和社会政治观、伦理道德观念等各个方面的根本观点。

当今，时代虽已进入二十世纪八十年代，但抵毁《易》学为封建迷信者比比皆是，以致《易》学难登大雅之堂，一直被国人弃之于厚厚的尘埃之下。然而，近几个世纪以来，西方贤哲们已敏锐地注视到了它那透过尘土而焕发的光华，不

少学者和科学家们都曾得到它高深学理的启发而创造出不少的奇迹：十八世纪，德国大数学家莱布尼兹，据八卦原理而发明了当今人们所熟知的电子计算机的二进制；近代物理学的奠基人爱因斯坦，在运用十一个公式推算时空相对论增减之数时，从《易经》中的河洛数理得到很大启发，从而产生了《相对论》等等。从此《易》学在西方世界风行至今，并大有趋向于“墙内开花墙外香”之势。因此，我们应该本着“古为今用”的原则，拨开它那浓重迷雾和厚厚尘土，剔除糟粕，吸收精华，让祖国古老而伟大的《易》学放射出更耀眼的光芒，使之卓然屹立于世界文明之林。

两千余年来，《易》学源流颇多，详细考究，无非象数、义理两端，盖《周易》原本象数，发为义理，故当以象数、义理为其主干，余此而旁及者，皆其枝附。而研究《易》学，则需由主干而寻枝附，方可探溯本源，明辨主客。

易理古奥渊深，精湛玄妙，既闳中而肆外，复博大而精深，加之年代久远，阐发有别，注释不一，瑕瑜互见，故古今易学家均难窥其堂奥，初步之士更望而却步。岭南易学家李邦正先生，自幼随父母学医练武，后得道家崆峒派峙林门掌门人“玄隐子”真传，治“易”二十年，对医学、易理、武术、气功皆通，用于治病疗疾，有手到恙除之妙。鉴于弘扬祖国瑰宝，造福寰宇之需，他欣然命笔写出《周易与气功教程》一书稿，展余视之，捧读之际，深感书中引用《易》理对气功、养生、医学、点穴和武术等内容阐释綦详，深入浅出，图文并茂，条分缕析，上下启迪。聚众贤之殚精，发古今之灵慧，剖释疑窦，点破奥秘。鉴古知今，是非得失，判然立明，如镜之鉴物，妍媸好醜，毫无遁形。后学者苟能手执是书，由其说以求之，绝不致有面墙之叹，徘徊歧路不得其门

少学者和科学家们都曾得到它高深学理的启发而创造出不少的奇迹：十八世纪，德国大数学家莱布尼兹，据八卦原理而发明了当今人们所熟知的电子计算机的二进制；近代物理学的奠基人爱因斯坦，在运用十一个公式推算时空相对论增减之数时，从《易经》中的河洛数理得到很大启发，从而产生了《相对论》等等。从此《易》学在西方世界风行至今，并大有趋向于“墙内开花墙外香”之势。因此，我们应该本着“古为今用”的原则，拨开它那浓重迷雾和厚厚尘土，剔除糟粕，吸收精华，让祖国古老而伟大的《易》学放射出更耀眼的光芒，使之卓然屹立于世界文明之林。

两千余年来，《易》学源流颇多，详细考究，无非象数、义理两端，盖《周易》原本象数，发为义理，故当以象数、义理为其主干，余此而旁及者，皆其枝附。而研究《易》学，则需由主干而寻枝附，方可探溯本源，明辨主客。

易理古奥渊深，精湛玄妙，既闳中而肆外，复博大而精深，加之年代久远，阐发有别，注释不一，瑕瑜互见，故古今易学家均难窥其堂奥，初步之士更望而却步。岭南易学家李邦正先生，自幼随父母学医练武，后得道家崆峒派峙林门掌门人“玄隐子”真传，治“易”二十年，对医学、易理、武术、气功皆通，用于治病疗疾，有手到恙除之妙。鉴于弘扬祖国瑰宝，造福寰宇之需，他欣然命笔写出《周易与气功教程》一书稿，展余视之，捧读之际，深感书中引用《易》理对气功、养生、医学、点穴和武术等内容阐释綦详，深入浅出，图文并茂，条分缕析，上下启迪。聚众贤之殚精，发古今之灵慧，剖释疑窦，点破奥秘。鉴古知今，是非得失，判然立明，如镜之鉴物，妍媸好醜，毫无遁形。后学者苟能手执是书，由其说以求之，绝不致有面墙之叹，徘徊歧路不得其门

之患。

《易》学类似一圆形结构，探其奥秘，处处可进，处处可出，无前门后门之分。故李邦正先生《周易与气功教程》一书的观点和研究方法，可视为投石下渊，无疑能帮助人们打开思路，得到启发。至于书中的学术观点和研究方法是否完全正确，历史将会作出公正的检验。

是书之出版，既有利于二十一世纪——生命科学世纪前夕的《易》学与人体科学的学术交流和争鸣，又能弘扬古老而伟大的中华文化。岂不懿哉！

书成，喜逢付梓剞劂之际，李君问序于余，爰乐而挥毫谨序之。

广西气功科学研究所所长 莫文丹

己巳年孟秋廿五日于邕城

之患。

《易》学类似一圆形结构，探其奥秘，处处可进，处处可出，无前门后门之分。故李邦正先生《周易与气功教程》一书的观点和研究方法，可视为投石下渊，无疑能帮助人们打开思路，得到启发。至于书中的学术观点和研究方法是否完全正确，历史将会作出公正的检验。

是书之出版，既有利于二十一世纪——生命科学世纪前夕的《易》学与人体科学的学术交流和争鸣，又能弘扬古老而伟大的中华文化。岂不懿哉！

书成，喜逢付梓剞劂之际，李君问序于余，爰乐而挥毫谨序之。

广西气功科学研究所所长 莫文丹

己巳年孟秋廿五日于邕城

目 录

第一讲	周易略论及其在日常生活中的应用	(1)
第二讲	太极图与先天八卦图	(13)
第三讲	易 象	(26)
第四讲	河图与洛书	(37)
第五讲	五行学说	(44)
第六讲	手相八卦图	(53)
第七讲	阴阳与气功	(71)
第八讲	周易图像与气功	(80)
第九讲	金丹功与太乙五行神功	(100)
第十讲	七星桩与六字大明王神诀	(109)
第十一讲	练功的时间与方位	(119)
第十二讲	周易未来预测学	(126)
第十三讲	周易与武术	(159)
第十四讲	奇门遁甲浅述	(181)

周易是我国最古老的经书，它列为《周易十三经》之首，和老子的《道德经》、《庄子》，并称为道家“三玄”。数千年来，不少著名学者为了研究它而穷尽白发。人们研究周易不外是从数、理、象、占四个方面进行。

目 录

第一讲	周易略论及其在日常生活中的应用	(1)
第二讲	太极图与先天八卦图	(13)
第三讲	易 象	(26)
第四讲	河图与洛书	(37)
第五讲	五行学说	(44)
第六讲	手相八卦图	(53)
第七讲	阴阳与气功	(71)
第八讲	周易图像与气功	(80)
第九讲	金丹功与太乙五行神功	(100)
第十讲	七星桩与六字大明王神诀	(109)
第十一讲	练功的时间与方位	(119)
第十二讲	周易未来预测学	(126)
第十三讲	周易与武术	(159)
第十四讲	奇门遁甲浅述	(181)

周易是我国最古老的经书，它列为《周易十三经》之首，和老子的《道德经》、《庄子》，并称为“三玄”。数千年来，不少著名学者为了研究它而耗尽白发。人们研究周易不外是从数、理、象、占四个方面进行。

第一讲 周易略论及其在日常生活中的应用

《周易》这部中国古代的珍贵典籍，曾经影响过我国古代数千年的历史文化。无论是深奥神秘的中国哲学，还是伟大的自然科学；无论是战无不胜的军事理论，还是神奇的医学；无论是天文、地理，还是奇特的养生学，等等，无不沐浴过它的阳光。

现代科学发展到今天，计算机普遍应用于科学研究、军事战略、现代化管理等各个领域。可以这样说，没有电子计算机，我们整个社会就不会有今天这样昌盛发达。然而有谁知道，计算机的先驱莱布尼兹正是通过在中国的传教士鲍威特送给他的《伏羲六十四卦次序图》、《伏羲六十四卦方位图》发现了二进位制，突破性地解决了他久思而不解的难题，从而使二进位制成为今天巨型计算机的最适合的体系，这导致了以后莱布尼兹终生研究中国的学术。

同样，爱因斯坦以划时代的《相对论》在科学史上占有重要的席位。但又有谁知道，在他运用十一个公式推算时空相对增减之数时，河洛数理（《易经》中的一部分）使他得到很大的启发。

周易是我国最古老的经书，它列为《周易十三经》之首，和老子的《道德经》、《庄子》，并称为三玄。

数千年来，不少著名学者为了研究它而穷尽白发。人们研究周易不外是从数、理、象、占四个方面进行。

第一讲 周易略论及其在日常生活中的应用

《周易》这部中国古代的珍贵典籍，曾经影响过我国古代数千年的历史文化。无论是深奥神秘的中国哲学，还是伟大的自然科学；无论是战无不胜的军事理论，还是神奇的医学；无论是天文、地理，还是奇特的养生学，等等，无不沐浴过它的阳光。

现代科学发展到今天，计算机普遍应用于科学研究、军事战略、现代化管理等各个领域。可以这样说，没有电子计算机，我们整个社会就不会有今天这样昌盛发达。然而有谁知道，计算机的先驱莱布尼兹正是通过在中国的传教士鲍威特送给他的《伏羲六十四卦次序图》、《伏羲六十四卦方位图》发现了二进位制，突破性地解决了他久思而不解的难题，从而使二进位制成为今天巨型计算机的最适合的体系，这导致了以后莱布尼兹终生研究中国的学术。

同样，爱因斯坦以划时代的《相对论》在科学史上占有重要的席位。但又有谁知道，在他运用十一个公式推算时空相对增减之数时，河洛数理（《易经》中的一部分）使他得到很大的启发。

周易是我国最古老的经书，它列为《周易十三经》之首，和老子的《道德经》、《庄子》，并称为三玄。

数千年来，不少著名学者为了研究它而穷尽白发。人们研究周易不外是从数、理、象、占四个方面进行。

下面主要谈的是象和数方面。

由于历史与各方面的原因，很多人对《周易》还不太了解，甚至有一部分人误解为这是一部宣扬封建迷信和宗教的书，尤其痛心的是我们把这份珍贵遗产弃之于厚厚灰土之下时，西方的贤哲们却用贪婪的目光注视着它透过灰土而发出的光华，欲占为己有而不肯罢休。

一、周易略谈

何谓《周易》呢？经古人解释和现代学者考究，“周”即是“遍”的意思，亦是“无所不备”的意思。“易”者，日月为“易”也。日代表阳，月代表阴，可以这样认为：《周易》是一条自然界的总规律，所以它能无所不包。

有些人很奇怪，为什么《周易》能“无所不包”呢？因为《周易》是以其易数来将“天下万物”进行概括和分类的。

《周易》里提出“无极生太极，太极生两仪，两仪生四象，四象生八卦”。（如图）

这就是《易经》用以研究天下万物而提出来的对事物的分类法。从偶数可分为两仪、四象、八卦；从奇数可分为太极、三才、五行。这就构成了完美而全面的易数理论。

无极是什么呢？无极代表着宇宙。在茫茫的宇宙中，从空间来讲它没有极限，从时间来讲它无头无尾。从数的方面它以0来表示。但我们研究事物不可能在茫茫的无边际中进行，必需要一个目的，一个范畴。

太极在易数上代表一，有着事物无限大和初始而无边际状态的涵义。包括宇宙间无穷无尽大大小小的事物，是最原始、最基质、最初态的变化规律，是指一个范畴。所以