



作者简介

杨柏龙 毕业于北京体育大学（原北京体育学院）运动系武术专业。现任北京体育大学张广德导引养生功中心主任、副教授、国家级武术裁判员。在从事武术工作的近30年间，得到了著名武术专家张文广、成传锐、夏柏华、门惠丰教授等名家的直接指教，并被武术家李秉慈先生收为弟子，被张广德教授收为大弟子。撰写和参与编写了《六合拳》《八仙剑》《通背拳》《中国查拳》《武术入门》《易筋经》《八段锦》《中国武术百科全书》和武术、健身功法等书籍与音像教材。



作者简介

刘玉萍 自幼随曾外祖父佟忠义习六合拳，八岁入选上海市体校武术班，毕业于原北京体育学院运动系武术专业。现任北京体育大学武术教研室主任、副教授，武术七段，国际级武术裁判员。多次担任国内外大型武术比赛的裁判长、总裁判长。撰写和参与编写了《通背拳》《武术竞赛套路》《奥林匹克丛书》《全国武术馆校教材》《中国武术段位教程》《中国武术百科全书》等十余部书籍。



◎ 责任编辑 / 赵振平 ◎ 封面设计 / 赵沛 ◎ 版面设计 / 陈全



附錄二

國術中之精神學

世稱武術爲達摩所創，然考之史冊，稽諸通籍，上古已有武術，非自達摩始也，盤古氏開天闢地，天地人三皇治世，湯虞夏商周五帝爲君，人皇氏時，混沌初分，人與獸爭，人皇氏發明拳勇，僅依山河星斗之象，沙蟲猿鳥之形，據其部位，仿其動作，而演爲拳勇，其後人與人爭，力爲之主，智爲之輔，鬪志角力，而武術遂肇興焉，以本身性能，籍心靈之運用，自然發揮，是爲人祖門性功拳，其後漸次演進，互相標榜，致失虛山真面，今世稱之爲三皇門少林派，考其拳訣，初視之似涉迷信，然有所謂精神學者，係神佛之助，憑本身之心靈性能，非迷信鬼神，乃借題發揮者也，其秘訣如頭如波浪，手似流星，身如楊柳，脚似醉漢，似實非實，似虛非虛，似剛非剛，似柔非柔，實中生虛，虛中有實，虛實併用，剛中生柔，柔中有剛，剛柔併濟，久煉自化，熟極自神等語，惟練此功夫者，須有三年子功，即踢腿打拳之功夫，方能勝任，否則過功後，心靈發

動，性能作用，進退反側，天旋地轉，難以應付也，其拳械如，鐵甲拳，金剛拳，白虎拳，青龍拳，哪叱拳，八趟八仙拳，十八趟羅漢拳，三皇刀，如意金刀，明月劍，清風劍，禪杖，解棍等等，名稱繁多，余初習少林，尤嗜地趟拳，後見余師兄演練揭諦拳，觀其中左右後，八八六十四盤，練畢，氣不湧出，面不改色，始知非有性功依託，不能臻於化境，得殷師德魁之遺傳，復蒙少林當代嫡宗，妙興大師之訓導，於性功始稍知門徑，性功者何，即道也，道者何，即今世催眠術之謂也，余不顧師友貽笑，故將人祖門性功拳訣附諸本錄，以資後學之參考，余往年客遼時，曾見日僧表演日人所謂神傳護身術，一日人自其身後圍抱之，僧不脫手，亦不抵抗，只大喊一聲，圍抱之人已側跌丈外，復見該僧持匕首猛力自刺其臂，不呼痛亦不流血，良久，大喊一聲，拔刃而出，不流血亦無傷痕，余觀之良久，頓悟其為精神學，乃凝神靜氣，欲與之較，彼睨我久，不進亦不退，余乃運用功夫，探右掌擊之，僧不還手，口中呼曰，呀，余頓覺精神恍惚，知僧用精神傷我，乃躍足厲目，蹇然一聲，用斬魔劍「手上功夫」，跌之，僧起而大欽服，不再與我較，且深誇我之技進於道，並贊我國文化武化，為泰東之首領也，附性功

拳訣於左，

三皇門少林派性功拳訣記略——即精神學——

（照原抄本錄之，一字不改，免失虛山真面）

過功

維

南瞻部洲口口省，口口縣，口口村，口口店，三皇門徒，某人，帶領信士弟子，某人等，謹俱香花紙燭之儀，敬敢照告於

七珍祖

哪叱三太子老師 二位揭諦神

三皇祖

青龍祖 三位揭諦神

關聖帝君

白虎祖 四位揭諦神

聖祖

鐵甲將軍老師 雷震飛行將軍老師

衆聖護法之壇前，祈者，鐵衣鐵甲，鐵甲將軍，即時赴體，練就神拳，與國出力，終身不忘，百年不易，小則獨善其身，大則兼善天下，如應弟子所祈，則感恩無極矣，謹戒不忠不孝，奸盜邪淫，欺師滅祖，力大欺人，以上各戒，如有所犯，當鳴誓以決之，

年

月

日

時沐手
聞手

鐵衣功

師傅慈悲，祖師慈悲，弟子求鐵甲拳，請着就到，用着就急，

謹請北方洞門開，洞門請出鐵人來，鐵人鐵馬鐵將軍，奉請將軍緊護身，鐵眼鐵臉鐵舌根，鐵鼻鐵項鐵雄心，鐵腳鐵腿鐵卵鐵肚身，足踏鐵鞋鐵機鐵瓣，緊護我的身，頭戴一頂鐵冠帽，身穿一領鐵肚腰，七十二領鐵布衫，我都穿了，逢鋼鋼折，逢鐵鐵捲刀，一切刀槍不能進，打不着我的身，此法要心虔，能當百萬兵，弟子奉請，南斗六星，北斗七星，吾奉太上老君，急急如律令敕，

壯功

師傅慈悲，祖師慈悲，弟子求八仙拳，請着就到，用着就急，左請青龍，右請白虎，又請助力四金剛，上請叱哪三太子，下請四位揭諦神，兵法武藝我學會，師傅慈悲壯我身，弟子奉請，南斗七星，北斗七星，吾奉太上老君，急急如律令敕，

快功

王魔千斤桿，天下人難推，銅鐵捻如醬，筋骨捻如灰，弟子奉請，南斗六星，北斗七星

，吾奉太上老君，急急如律令敕，

三皇功

師傅慈悲，祖師慈悲，弟子求羅漢拳，請着就到，用着就急，弟子奉請三皇祖，武祖，七珍聖祖顯神通，應了弟子口，方顯祖師靈，阿，彌，唏，咀，哆，体，怛，囉，

揭諦功

師傅慈悲，祖師慈悲，弟子求地踰拳，請着就到，用着就急，弟子奉請揭諦尊神，弟子奉請般羅揭諦尊神，揭諦尊神護體，振動六十四盤，能蓋大千廣象，師傅慈悲，祖師慈悲，揭諦尊神，大發慈悲，阿，彌，唏，咀，哆，体，怛，囉，

飛行功

師傅慈悲，祖師慈悲，弟子求飛行功，請着就到，用着就急，虔心奉香達天庭，師傅慈悲萬法靈，弟子跪求飛行功，祖師慈悲顯神通，降臨法壇傳神意，西起雷震大仙風，雷震仙風赴我體，足下神風身登空，煉就八步登空意，專能在人頭上行，應了弟子口，方顯祖師靈，師傅慈悲，祖師慈悲，雷震飛行大發慈悲，

閉血功

日出東方一點油，手提金鞭倒騎牛，一聲喝斷三江水，止住紅門血不流，

自打功——斬魔劍——

天元地方，弟子奉請天罡，請到天罡，凶手在四方，那人來動手，靈魂自受傷，弟子奉請，南斗六星，北斗七星，吾奉太上老君，急急如律令敕，

過手功

天洪大吉，平地一雷，雷響一聲，四海揚名

劍訣

乾見經，坤順靈，龜雷電，迅雷風，銅行指，立於中，乾，元，亨，利，貞，
天光鎖，地光鎖，日月星，三光鎖，萬法一齊歸鎖，住，尖，角，狗。的，口，
天洪大吉，平地一雷，雷響一聲，四海揚名，敕令嚇，

坐功

噉，嘛，呢，叭，咪，吽，