

Letterlijk vertaald betekent "Pakua" acht trigrammen. Trigrammen zijn filosofische symbolen om de relatie tussen de microkosmos (in het menselijk lichaam) en de macrokosmos (in het heelal) weer te geven. De vloeiende en cirkelachtige beweging van het lichaam verbeelden de trigrammen in de I Ching, het boek der veranderingen. De posities brengen de energie van het lichaam in balans en creëren een gevoel van innerlijke harmonie. Pakua chuan vergroot dus de circulatie van innerlijke energie. De houdingen van Pakua, correct aangenomen, transformeren het lichaam in een krachtige antenne, geschikt om universele krachten te ontvangen. De universele krachten wachten slechts op het juiste voertuig, zodat zij zich kunnen manifesteren. De geogste voordelen voor de gezondheid en algemene vitaliteit worden duidelijk gevoeld en uiten zich meer dan in andere vormen van vechtkunst of vechtsport. De bewegingen van de Pakua stimuleren de circulatie van innerlijke energie en hebben grote invloed op sexuele energie (of essentiële) welke weldadig rond het lichaam circuleert door het te transformeren.