

吉良晨 著

楊氏太極拳真義

朱南陽題



吉良晨 著

楊氏太極拳真義

朱南陽題

中國書店

責任編輯：趙安民

封面設計：張宇瀾

楊氏太極拳真義

吉良晨 著

出版：中國書店

地址：北京市宣武區琉璃廠東街115號

郵編：100050

電話：010 63017857

發行：全國新華書店經銷

印刷：北京市李史山印刷廠

開本：880×1230 1/32

版次：2003年11月第1版 2003年11月第1次印刷

字數：120千字

插頁：10

印張：4.75

印數：0001 - 3000 冊

書號：ISBN 7-80663-178-X/G · 256

定價：28.00元

本版書凡印裝質量不合格者由本社調換，
當地新華書店缺售者可向本社郵購。



吳玉如先生遺墨

吳玉如(1898~1982)，安徽涇縣人，名家琇，晚號迂叟。在天津南開中學與周恩來同班。吳作人、李苦禪、蕭勞、歐陽中石等書畫家在吳玉如先生的書法展上贊為“上上神品”；啓功先生稱道“三百年來無此大手筆”。先生由津至京總是先到舍間小憩用餐，喜食豬脂油餅，佐以牛奶、豆制素菜，由余妻桂貞親自下廚，談今論古甚是投機，亦緣分也。聆聽學問之際，又在書法上得以指教，闡述如何用筆、用紙、用墨，余細揣摩，受益頗多，其味無窮。先生半生清苦，不擾他人“沾光”，澹泊名利，早已銘刻余之心中。先生道德修養高尚，集古之大成，書法風格堪稱一絕，實為國學大師揮毫巨擘。余藏先生遺墨有數，展之琳琅滿目，飽以眼福。先生當時臨池“妙手”二字其意有三：一為醫之妙手；二為拳之妙手；三為書之妙手。并稱余“為謹飭之士，年力方壯，勤學不懈，又精拳術，其造詣誠未可量也。”滄桑瞬間已有二十余載，書此至今，好似墨迹未乾，先生仍在眼前，鼓勵之語沒齒難忘。古人從草寫書法可以悟出高超之劍術，今觀“妙手”二字可尋拳理之奧義，勁意不斷，身心合一，神韻所在，其境界妙不可言，對練好太極拳、深化太極拳是大有裨益的。老友西去，千古流芳，憶往昔，看今朝，深有感觸，故將先生墨寶刊印于此，公之于世，以悼先生，是以為記。

吉良晨

癸未穀雨于北京蟄龍居

書贈吉良晷老同道老友

永練太極拳能
保持無病健康
長壽

八九歲老中醫

膠城呂炳奎





良辰老弟紀念



修身養生法
太極傳真人

九十李烈初波題



祝賀楊氏太極拳真義出版

楊氏太極正宗

壬午孟春廿九日王為蘭



同興
極大



楊氏太極拳
真義



真傳太極拳
造福全世界

祝

吉良晨教授

楊氏太極拳真義我出版

二〇〇二年三月

鄧致遠



恬



淡

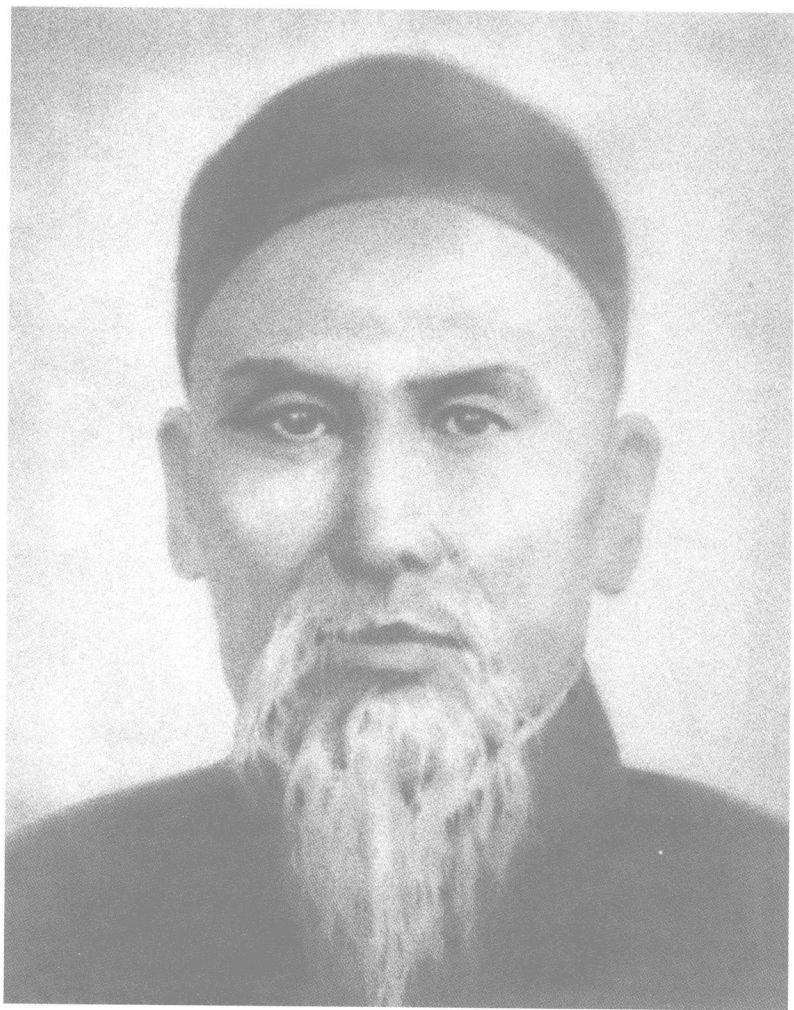
提挈天地
把握陰陽



歲在壬午孟春
於北京蟄龍居

吉良晨





楊氏露蟬（禪）師高祖遺像

生於嘉慶三年（戊午），卒於同治十年（辛未），
即公元一七九八年至一八七一年。

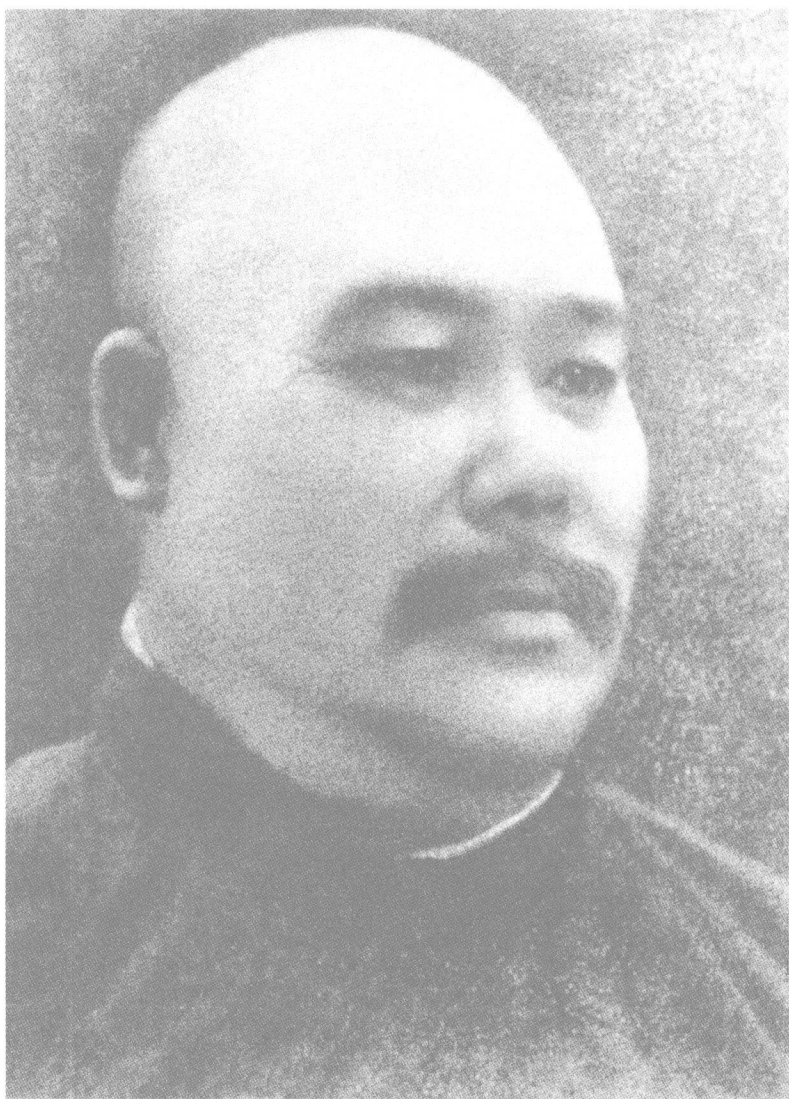
第五代傳人吉良晨珍藏。



楊氏健侯師曾祖遺像

生於道光二十二年，卒於民國六年，即公元一八四二年至一九一八年。

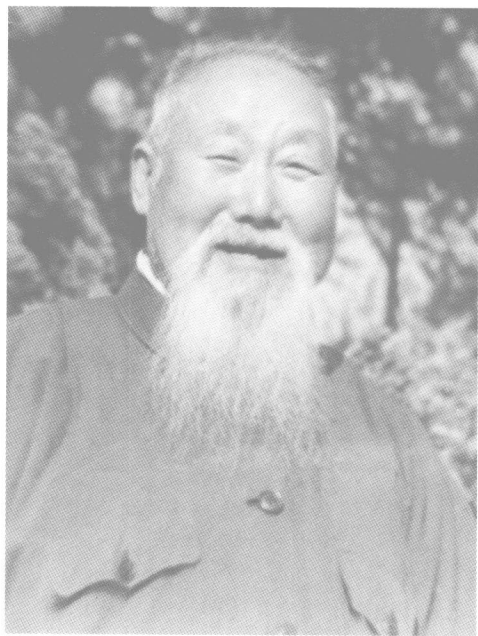
第五代傳人吉良晨珍藏。



楊氏澄甫師祖遺像

生於光緒九年，卒於民國二十五年，即公元一八八三年至一九三六年。

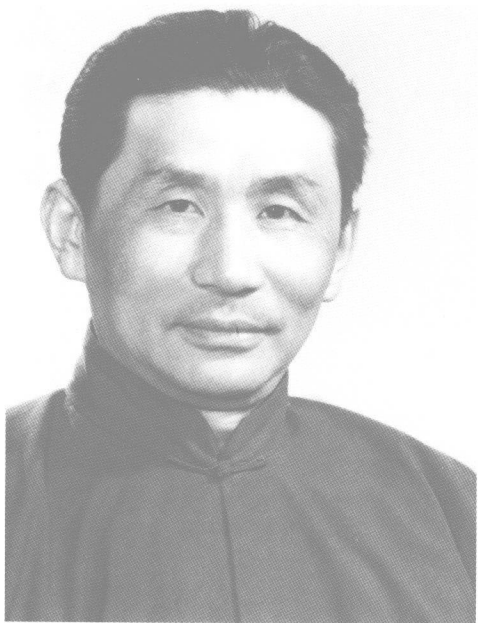
第五代傳人吉良晨珍藏。



楊氏太極拳第四代傳人崔毅士(立志)業師遺像

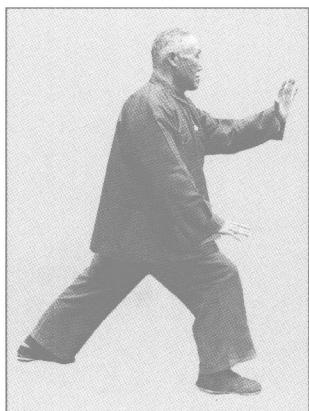
生於光緒十八年，壬辰（公元一八九二年），卒於公元一九七〇年，農曆五月。

第五代傳人吉良晨珍藏。



楊氏太極拳第五代傳人吉良晨(本書作者)肖像

生於民國十七年（戊辰）即公元一九二八年二月。滿族（烏里布額爾吉氏）。



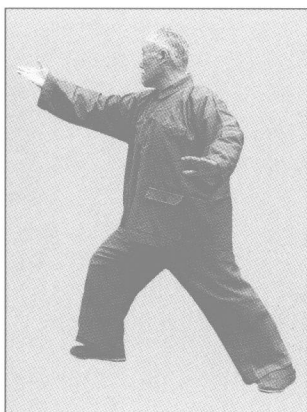
樓膝拗步



攬雀尾

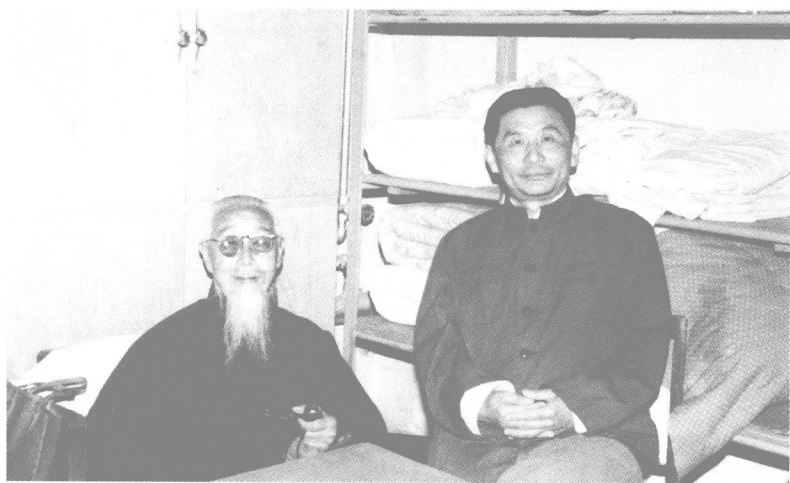


手揮琵琶



野馬分鬃

業師崔毅士（立志）晚年拳術遺照



作者與太極拳名家吳圖南師伯（蒙族）在北京東長安街體育場休息室。
（學生朱欽堂攝）



作者一九八二年冬在北京勞動人民文化宮與二師叔楊振基、
三師叔楊振鐸、師叔傅鍾文等合影。
前排坐者，中間為楊振基，左三為楊振鐸，右三為傅鍾文。（已故）



作者於一九八一年五月十七日，在八卦掌創始人董海川大師
靈樞遷葬大會上發言。（時值陰雨）



作者在觀摩中日太極拳比賽交流大會上與北京領隊及學生姊妹運動員在一起。