

師家楊名時遺訓 「太極」第一九六号より転載

楊名時太極拳は人類の知恵であります孔子さまの儒教 老子さまの道教 お釈迦さまの佛教を その根底をささえる哲学とし中国古来から伝わる武術を源とする簡化太極拳に私自身の考えをとり入れた健康法 養生法です

楊名時太極拳は スポーツとしてだけでなく 調心 調息 調身 をもって自己を表現する芸術でもあると考えています

互いに競い合うのではなく共に相和して互いの幸福 互いの健康を願い精進しあう和の健康法です

平成十七年 八十歳の五月 楊 名時