



黄氏太极歌

HUANG' S TAI CHI SONG

4/4

(庄重从容而有气魄与严肃之风格歌韵)

5 5 2 2	3 3 2 5	1 2 3 5
拳 尊 太 极	理 本 阴 阳	心 身 并 练
quan zun tai ji	li ben yin yang	xin shen bing lian
谦 恭 礼 待	不 露 锋 芒	量 己 之 短
qian gong li dai	bu lu feng mang	liang ji zhi duan
2 1 6 5 —	5 5 5 1	4 5 3 2
道 技 兼 扬	刚 柔 互 济	动 静 有 常
dao ji jian yang	gang rou hu ji	dong jing you chang
取 人 之 长	和 气 相 处	决 不 逞 强
qu ren zhi chang	he qi xiang chu	que bu cheng qiang
1 6 1 2	3 2 3 5 2 —	3 5 2 3 5 —
毋 骄 毋 馁	勿 助 勿 忘	凝 神 养 气
wu jiao wu nei	wu zhu wu wang	ning shen yang qi
精 神 团 结	智 仁 勇 全	济 世 为 怀
jing shen tuan jie	zhi ren yong quan	ji shi wei huai
6 5 3 2 1 —	5 6 6 5	1 2 3 3
姿 态 安 祥	虚 心 练 习	德 能 莫 忘
zi tai an xiang	xu xin lian xi	de neng mo wang
益 寿 绵 长	浩 然 正 气	不 息 自 强
yi shou mian chang	hao ran zheng qi	bu xi zi qiang
5 — 5 6	1 — — —	
德 能 莫	忘	
de neng mo	wang	
不 息 自	强	
bu xi zi	qiang	

黄性贤编
HUANG SHENG SHYAN