吳義雄先生
民國三十年生
運動社團負責人
推薦單位：宜蘭縣圖書教育用品商業同業公會

嚴芙寧撰稿

攜老扶幼 最佳推手
太極運氣 圓滿生命

年輕時，是站在講台上作育無數英才的老師，三十餘年的教育生涯可說是桃李滿天下，退休後，轉換舞台，成了國際太極氣功的主要推手，吳義雄就是這樣一個閒不下來的人，發揮他熱忱善良的天性，讓宜蘭鄉里的銀髮族們，有了心靈新寄託，藉著十八式太極氣功調身、調心、調氣，老而不衰，讓人生有了新境界。

以氣功讓身心息臻至新界

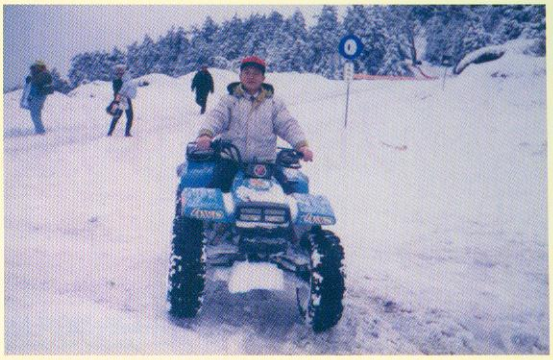
平時就熱愛運動的吳義雄，在民國八十二年退休後，因為見到許多教育界前輩不擅安排退休後的生活，往往覺得人生了無生趣，甚至常常被病痛折磨而失去生存意志，於是他興起帶領銀髮族從事運動來調劑身心的念頭，在考量到老年人的體力及意願下，他選擇了一種動作簡單、呼吸徐緩的運動，就是太極氣功。

為了推展這項運動，吳義雄走遍全國鑽研十八式氣功，發現它可外練筋骨皮，內練精氣神，藉由調身、調心、調氣三要素，幫助中老年人恢復健康，於是他先從頭城地區開始推廣，每天清晨天未亮就出門，不論炎夏或是寒冬，從不間斷，就這樣十餘年如一日。

目前在宜蘭縣已有八十二個練功場所，四千多位會員，並且是宜蘭縣運動人數最多、最團結、最有規律性的民間社團。吳義雄是推手，除了推展了太極氣功外，也為大家推出生命的新境界。

幼吾幼老吾老 盡己所能

樂於助人的吳義雄，童年生活其實很艱辛，出生六個月即喪父，也因此他更能體會單親家庭的苦楚，在當老師之時，就已常常救濟貧困學童的午餐費，也長期捐助佛教慈濟功



德會，自從全心投入氣功的推廣後，更是自掏腰包數次出國學習氣功的課程，為了培養優秀的後進，每年並精心策劃舉辦二場教練研習，多年來，已培訓六百多位義務教練。

而為了增進學員們的學習興致，每年都會舉辦縣內觀摩大會，鼓勵全縣四千多位學員不分年齡共同表演，取人之長補己之短，由於他的用心經營，此一太極氣功深受各級機關及長官的肯定，並被指定為九十四、九十五年，在縣運動會中唯一表演大會操的團隊。

對於孩童，吳義雄除了實質的金錢幫助外，並教育鼓勵他們懂得上進，對於老人，他更視為珍寶，努力提升他們的身心靈，讓生命更有意義。

無時不學、無處不學～成功之路～