

きょくしんからて どうじょうくん

■ひとつ われわれは しんしんをれんまし かっこふばつの しんぎを きわめること
*ぼくたち わたしたちは からてをいっしょうけんめいけいこして つよいところとからだをつくりま

■ひとつ われわれは ぶのしんずいをきわめ きにはっし かにびんなること
*ぼくたち わたしたちは からてのけいこをとおして どんなとき でも すばやいどうさ

■ひとつ われわれは しつじつごうけんをもって じこのせ いしんを かんようすること
*ぼくたち わたしたちは いばったり、じまんしないで ひとのは なしをすなおに いっ

■ひとつ われわれは れいせつをおもんじ ちょうじょうを けいし そぼうのふるま
いを つつしむこと
*ぼくたち わたしたちは めうえのひとを たいせつにし、 いつでもれいぎただしく、

■ひとつ われわれは しんぶつをとうとび けんじょうのび とくを わすれざること
*ぼくたち わたしたちは かみさまやほとけさまをたいせつにして まわりのひとをたい

■ひとつ われわれは ちせいとたいりよくとをこうじょうさせ ことにのぞんで
あやまたざること
*ぼくたち わたしたちは ところとからだをつよくして、 からて だけでなく べんきよ

■ひとつ われわれは しょうがいのしゅぎょうを からての みちにつうじ きょ
くしんのみちを まっとうすること
*ぼくたち わたしたちは いっしょうけんめいけいこをして どん なに つらくても、

極真空手道場訓

一. 吾々は心身を錬磨し、確固不拔の心技を極めること

わたしたちが、空手を修行する目的は、自分自身の体と心をきたえることにあり、真剣にけいこに打ち込むことで、どんなことにも動じない心と強い意志を習得して行かなければならない。

一. 吾々は武の神髄を極め、機に発し感に敏なること

わたしたちは、武道としての空手の道を徹底的に追求していくことで、どんな状況でも臨機応変に対応する力と相手の心を理解する思いやりや優しさ、どんなことにも素直に感動できる心を身につけなければならない。

一. 吾々は質実剛健を以て、克己の精神を涵養すること

わたしたちは、自分自身を飾ることなく、真面目で素直に空手の修行に打ち込むことによって、自分自身に打ち勝つ強い心を養っていくことを心がけなければならない。

一. 吾々は礼節を重んじ長上を敬し、粗暴の振る舞いを慎むこと

わたしたちは、礼儀を身につけ、目上の人を敬い、人前で空手の力を誇示するような行動をとってはならない。

一. 吾々は神仏を尊び、謙讓の美德を忘れざること

わたしたちは人間の力が及ばない自然や宇宙の摂理を重んじ、神や仏を敬い、相手のことを大切にし自分を謙遜する態度を忘れてはならない。

一. 吾々は智性と体力とを向上させ、事に臨んで過たざること

わたしたちは、空手の修行によって知性と体力を向上させ、どんな状況でもあせらず、冷静に対処できるようにならなければならない。

一. 吾々は生涯の修行を空手の道に通じ、極真の道を全うすること

武道としての空手の修行は、一生かけて追い求めるものであり、一生を通じて極意に一步でも近づこうとする姿勢、それが極真空手の本義である。