

## 極真の精神

頭は低く目は高く、口を慎んで心は広く、孝を原点として他を益する

## 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
- 一、吾々は武の神髓を極め機に発し感に敏なること
- 一、吾々は質実剛健を以て克己の精神を涵養すること
- 一、吾々は礼節を重んじ長上を敬し粗暴の振舞いを慎むこと
- 一、吾々は神仏を尊び謙譲の美德を忘れざること
- 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
- 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

## 大山倍達座右の銘 十二箇条

- 一、 武の道は礼に始まり礼に終わる。よって常に礼を正しくすべし
- 二、 武の道の深求は断崖をよじ登るがごとし、休むことなく精進すべし
- 三、 武の道においてはすべてに先手あり、しかれども私闘なし
- 四、 武の道においても金銭は貴いものなり、しかれども執着すべからず
- 五、 武の道は姿なり、何事においても常に姿を正しくすべし
- 六、 武の道においては千日を初心とし、万日の稽古をもって極みとす
- 七、 武の道における自己反省は、常に練達への機会なり
- 八、 武の道は宇のためにあるものなり、修練にて私心を忘れるべし
- 九、 武の道においては点を起とし、円を終とす 線はこれに付随するものなり
- 十、 武の道において真の極意は体験にあり、よって体験を恐れるべからず
- 十一、 武の道において信頼と感謝は常に豊かなる収穫を得ることを忘るべからず
- 十二、 武の道において財を失うは小、信を失うは大、覇気を失うは己を失するものと知るべし