

嘉納治五郎師範遺訓

かのうじごろうしはんいくん

柔道は心身の力を最も有効に

じゆうどう しんしん ちから おつと ゆうこう

使用する道である

しょう みち

その修行は 攻撃防禦の練習

しゆぎやう こうげきぼらぎよ れんしゆう

に由つて身體精神を鍛錬修養

よ しんたいせいしん たんれんしゆうよう

し 斯道の神髓を體得する事

しどう しんずい たいとく こと

である

さうして是に由つて已を完成し

(そ) これ よ おのれ かんせい

世を補益するが 柔道修行の

よ ほえき じゆうどうしゆぎやう

究竟の目的である

きゆうきやう もくてき

