

# Le judo

**La voie de  
la souplesse,  
celle du corps  
et de l'esprit.**

## *La politesse*

C'est le respect d'autrui

## *Le courage*

C'est de faire ce qui est juste

## *La sincérité*

C'est s'exprimer sans déguiser sa pensée

## *L'honneur*

C'est d'être fidèle à la parole donnée

## *La modestie*

C'est de parler de soi-même sans orgueil

## *Le respect*

Sans respect, aucune confiance ne peut naître

## *Le contrôle de soi*

C'est de savoir se taire lorsque monte la colère

## *L'amitié*

C'est le plus pur des sentiments humains

