

しゃほうくん  
射法訓 Shahō-kun

しゃほう ゆみ い ほね いる もっと かんよう  
射法は、弓を射ずして骨を射ること最も肝要なり。

Shahō wa, yumi wo izushite hone wo iru-koto mottomo kanyō nari.

こころ そうたい ちゅうおう お しこう ゆんでさんぶん に つる お  
心を総体の中央に置き、而して弓手三分の二弦を推し、

Kokoro wo sōtai no chūō ni oki, shikōshite yunde sanbun no ni tsuru wo oshi,

め てさんぶん いちゆみ ひ しこう こころ おさ こ わごう  
妻手三分の一弓を引き、而して心を納む是れ和合なり。

Mete sanbun no ichi wo hiki, shikōshite kokoro wo osamu kore wagō nari.

しか のちむね なかすじ したが よろ さゆう わか ごと はな  
然る後胸の中筋に従い、宜しく左右に分るる如くこれを離つべし。

Shikarunochi mune no nakasuji ni shitagai, yoroshiku sayū ni wakaruru-goto  
kore wo hanatsubeshi.

しょ いわ てっせきあいく ひ い こときゅう  
書に曰く鉄石相剋して火の出づる事急なり。

Sho ni iwaku tesseki aikoku-shite hi no izuru koto kyūnari,

すなわ きんたいはくしよく にしはんげつ くらい  
即ち金体白色、西半月の位なり。

Sunawachi kintai-hakushoku, nishi-hangetsu no kurai nari.