



治身之法、先治其心、心治則身治、
 此亦治身之一法也、夫治身之法、
 不外乎此、故曰、治身先治心、
 心者、身之主也、心亂則身亂、
 心定則身定、此理之必然也、
 故欲求身之安、必先求心之靜、
 心靜則神清、神清則氣和、氣和則
 血平、血平則脈通、脈通則病除、
 此治身之要也、故曰、治身先治心、
 心者、身之主也、心亂則身亂、
 心定則身定、此理之必然也、
 故欲求身之安、必先求心之靜、
 心靜則神清、神清則氣和、氣和則
 血平、血平則脈通、脈通則病除、
 此治身之要也、



此の御書は、先づ
一書の内容は、向一件の事
おぼつかぬ形致す
況んや、其の事
と申す、其の事
付、一、右、一、右、一、右
の事、一、右、一、右、一、右
と申す、其の事
より、一、右、一、右、一、右
と申す、其の事
所、一、右、一、右、一、右
と申す、其の事
方、一、右、一、右、一、右