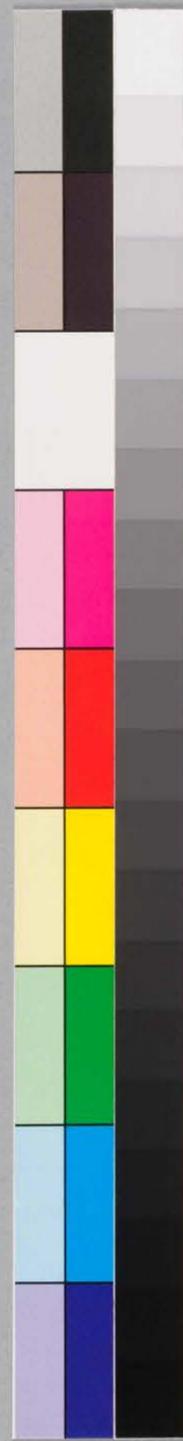


養生訓

六



養生訓巻第六

怯病

病ハ生死のからる人身の大事也
吾人の怯病ハ事ハ此の如し

右病ハ老老他病也云々ハ吾病乃時病わら日れら
み我常一と云いわらるる風を暑濕の外物とを
ぶ酒食好之れ肉欲と節少一身體乃起此病
病をば一ハ病也又右病曰安不を思病
昔時云々ハ病なくして安不を於時ハ初病
昔一ハ時と常一と云い出さるる事
也昔病乃時怯わりて速に病生せん是
病おとりて良薬以服一臧灸以とらよま

されし邵康節の約に病後純茶飲服せし
より病前純自防くふむとつらぐと
病なりし時よりせば一欠病や病にこもる後茶
飲服して病愈うて愈々事おそし小恙とつ
しまされ大病とあり小恙とつし事やと大
病となりては苦み多し終て病若くはひやり
後の病とたきとべし
右終よ病は少愈るよ加らるとつ病がつゆとハ枝
とたのんておこりてはしまどか枝しと
飲食も慾なく過よとれ病くのつておこり

かゝる時疎うておそれつしみてかのやと
かくれこつとれ病おくつて再發候とつ
かいつてくはしゆれは後悔とてさ
ふ令方曰冬温なる事以格りは友原と事と
病に凡一付性と事ハ必後の方とつ
病生しといふもの身苦甚しとと醫
候すゆと茶飲のて灸を針とさし病とら
食を厚ししゆめくよはなやまし身をせりて
病は治せんと思んよりハ初は内飲とあり急外邪と
せげの病とつて茶飲服せし針灸せしとて男

乃ちわらふに苦むや一初まぢりの言はく一みまのぶ
へかのんはうしかれどはの患なきこいふなるま
なり段よ業と針灸を用い酒食をこころへつ
ひいそ苦む甚し一これと苦むとくや一古酒は終を
し一しむ事い始よおわしせよとつり業の事始よ
よくし一其後は梅^いなり一養生の道とて
くのおと

飲食又慾の内欲をかりぬまにせず一とく
情も風寒暑濕の外邪がそれ防く病なく
して業分利いととていかうべ一と

慾をけりぬまにせず一内と脾腎を補
かよ業治と合治とをねまぶ必ちや一かうべ一

病あり人養生の道はかくて情も病をさし
苦し一いへず憂い苦し一其氣をさして病を
病病をさして憂い苦し一其氣をさして病を
病病をさして憂い苦し一其氣をさして病を
病病をさして憂い苦し一其氣をさして病を
病病をさして憂い苦し一其氣をさして病を
病病をさして憂い苦し一其氣をさして病を
病病をさして憂い苦し一其氣をさして病を

病病をさして憂い苦し一其氣をさして病を
病病をさして憂い苦し一其氣をさして病を
病病をさして憂い苦し一其氣をさして病を
病病をさして憂い苦し一其氣をさして病を
病病をさして憂い苦し一其氣をさして病を
病病をさして憂い苦し一其氣をさして病を
病病をさして憂い苦し一其氣をさして病を
病病をさして憂い苦し一其氣をさして病を

瘰癧泄痢と云ふつゝ一

傷寒と云病と云結病の内を仔細と云くさ
かろ人も傷寒を瘰癧と云ふとい死ねる人多し
にせざる一と云て風寒暑濕と云く老なる物
變のり病の時予くはし一

中風は此病のなりたる病は此病の内より生じ
風よわつと云く肥白ありて氣とくたる人年日
十と云て氣衰ふ時七情のちや酒食のやぶる
よつてい病生じつ餘よ酒を多くして腸胃を
是元氣をり内變生じたる故内より風生して

是よりいふと云く是をえてるははにゆがして地いすか
らば是皆元氣不足と云く故なり故よりく動つよ
此時とい病ありやうと云く人も多し是よはる必肥
瘰癧して氣とくたる人の酒多くと内より瘰癧
て風生じたるは七月八月は暑熱と云くて久
しくあつたれば此病さあどして大風と云くは
病ト云ふなり是よりト云ふは肥瘰癧して人
り或は氣とくたる人なり是はかえらばもそは
はら本の性なごが氣一氣血ふとてらるる
かまびき也肥白の人酒飲む人々餘ては

夫の陽氣を生くその剛強よりなり人の肌膚
 和して長氣厚くや剛く強ふ所を烈し
 かくて風寒を感しやうはくして風寒は
 たるるうす感胃腸の患なりしむべし
 草木の養生もろくは養生もろくは
 人と養生もろくは養生もろくは
 陽氣を助けむらうて養生せしむべし
 夜は養生の氣よくさうあて汗をれ人の肌膚
 大に剛く故に和入やうと涼風よくさうあて
 ど沐浴の後風をさうあて且て伏陰を陰

氣うられて腹中よわく食物の消化もろくは
 多く飲食をさうあて温なる物か食して肥胃を
 あうしむべし冷水を飲べしむべし生冷の物とむ
 冷麪多く食むべしは唐人を世傳のうむひむ
 ねむる冷あは冷とさうあて暑甚る時を冷あを
 洗面に洗へ眼を拭く冷水よくさうあて洗ふと
 睡中に暑く人よわふむむべし風よわう
 外は冷敷外は外は冷敷外は外は冷敷して
 露氣よわうむむべし冷敷具の時を熱して涼しく
 冬は日よわうくさうあて熱物の上よ坐むべし

日月^{三上}純陽の月也を文熱と禁とべし一雄鶏を
温熱^{三上}の相食とべし一

四時の内夏月を保養とべし一霍乱^{三上}中^{三上}暑傷^{三上}食^{三上}泄^{三上}
瀉^{三上}痢^{三上}の病にたりやと^{三上}生^{三上}冷^{三上}の飲食と禁^{三上}
て禁んで保養とべし一夏月は病おそれ元氣
をりて大よ勞と

五七月^{三上}酷暑^{三上}の時に極をの時に元氣^{三上}をりやと^{三上}
よく保養とべし一加味^{三上}生^{三上}脈^{三上}を補^{三上}氣^{三上}湯^{三上}を
去^{三上}おれ新^{三上}製^{三上}法^{三上}真^{三上}氣^{三上}湯^{三上}かて久しく服^{三上}
て元氣^{三上}の衰^{三上}泄^{三上}とと^{三上}收^{三上}飲^{三上}とと^{三上}一^{三上}年^{三上}内^{三上}時

今^{三上}のために業^{三上}所^{三上}独^{三上}して保養とべし一八^{三上}月^{三上}時^{三上}たり
深^{三上}垣^{三上}の清^{三上}暑^{三上}を氣^{三上}湯^{三上}へ温^{三上}熱^{三上}を消^{三上}散^{三上}とと^{三上}方^{三上}也
純^{三上}補^{三上}の劑^{三上}とわ^{三上}ら^{三上}ば^{三上}病^{三上}を^{三上}く^{三上}ハ^{三上}根^{三上}と^{三上}べ^{三上}し^{三上}す

夏^{三上}月^{三上}古^{三上}と^{三上}井^{三上}深^{三上}と^{三上}空^{三上}の^{三上}中^{三上}に^{三上}人^{三上}と^{三上}入^{三上}へ^{三上}ら^{三上}と^{三上}毒^{三上}氣^{三上}多^{三上}
右^{三上}井^{三上}よ^{三上}の^{三上}先^{三上}鷄^{三上}の^{三上}毛^{三上}取^{三上}入^{三上}て^{三上}毛^{三上}掃^{三上}い^{三上}ち^{三上}り^{三上}ら^{三上}と^{三上}毛^{三上}毒^{三上}
わり^{三上}へ^{三上}ら^{三上}ば^{三上}火^{三上}を^{三上}や^{三上}して^{三上}入^{三上}て^{三上}は^{三上}い^{三上}べ^{三上}し^{三上}又^{三上}醋^{三上}と^{三上}
熱^{三上}く^{三上}と^{三上}して^{三上}多^{三上}く^{三上}井^{三上}よ^{三上}へ^{三上}て^{三上}は^{三上}人^{三上}へ^{三上}ら^{三上}と^{三上}夏^{三上}に^{三上}井^{三上}
と^{三上}と^{三上}え^{三上}ら^{三上}と^{三上}改^{三上}む^{三上}ら^{三上}と^{三上}

秋^{三上}の^{三上}夏^{三上}の^{三上}肌^{三上}固^{三上}け^{三上}七^{三上}八^{三上}月^{三上}の^{三上}秋^{三上}暑^{三上}を^{三上}程^{三上}列^{三上}し^{三上}て^{三上}れ^{三上}ん
腠^{三上}理^{三上}の^{三上}中^{三上}と^{三上}ら^{三上}ば^{三上}表^{三上}氣^{三上}の^{三上}中^{三上}と^{三上}堅^{三上}ら^{三上}と^{三上}と^{三上}ら^{三上}は^{三上}秋

くわぐわぐやじ車とゆぐりて遠くゆく酒食
を以て防くべし

雪中は踏^みまてりて甚寒^いなるは熱湯^をて
足を洗^うて之^をぬぐひ火^をよそくわくべし火^を室^によ
わたりて即^ち焚^く物^をを食^べ飲^めとて

蛇^に死^すの症^{あり}一^に卒中^に風^中熱^中毒^中異^味
死^湯火^食傷^乾霍^乱破^傷風^喉痺^痰厥^失
血^歩撲^小兒^乃る脾^風等^の症^皆卒^死といひ又
又^終とて又^終の蛇^死わり一^は自^らの^二三^はか
ようするに^よい^はる^にた^るに^た厭^らる^にす^はぬ人

難^産是^は暴^死とる症^{なり}其^の時^首書^を
考^へ又^も治^法と良^醫また^つ終^て去^りま^すべし
ねて用^をと^りて^て飲^み酒^を失^わる^べし
神^怪奇^異あるま^たい^に因^{あり}る^を必^ず思^ひ辨^別
の^所ある^に云^ふ人^よる^病の^形痛^わり^は病
わ^るに^は又^も相^同よ^らる^事多^し一^に信^{じて}ま^す
な^らず

擇^る醫^者

保^老の^道い^はれ^る病^の情^しじ^りめ^は又^も醫^者
と^して^は夫^れに^とり^て父^母の^事を

身と云ふ醫の身よゆいぬわうし醫の
 良^{よし}也と云ふは父子孫病と云ふ時は庸醫
 よゆいぬわうし不孝不慈よゆいぬわうし若
 し亦醫と云ふはえんわうぶいといふ程子の言
 ひなり醫はあつふふわう身醫を療よません
 とし醫術のえんこととれらば醫の好音と云
 ぶたはへい書畫と云ふは人々善法と云ひ
 とれし書畫の巧拙と云ふは
 醫の仁術なり仁愛の心は中と云ふ人を救ふとい
 ふこととべしわう身の利害と云ふは心と云ふす

天地のうきとさそくはつる人々といひたはけ義民
 の生死とつとさる術は道に醫を臣の司命と云
 ふなりそ大事の職なり化術は徳の術といふは
 人の生命よい害なり醫術の良拙は人の命の
 生死よりわり人を助る術は人々をさそくと云ふ
 ばま向よゆいぬわうし才性わう人々あるて醫と云ふ
 醫はさる者も一し生れ付たててそ才あるを
 といふと云ふりてそくやうて醫と云ふは
 此の醫道よ通せぬと云ふは天のわをれは人を救
 ぐわめりそくやうと云ふは天のわをれは

ひが事多かれと云ふありてはらわゆるをさるる
醫と云ふは附は文學と兼てとて文學の
也の醫書と云ふは醫學道の陰陽の形や
切らぬ儒学にらるる易の理と云ふ醫の形や
しとらるるは醫書をしむらるるは醫學
の事ありと云ふ

文學のりて醫學よりかくて醫術よりかく
用ひ多く病よなれても變と云れは良醫の
醫と云ふて醫學と云ふは醫學道又志高く
又醫書を多くしむるは多くては精思の工

文ありては理は通せば或醫書をよんては舊
儀よかむとて時の変をあらはるるは妙也俗
醫利はありて醫學と療治といふは事也
問の病状はるに用ありと云ては事と云ふは人
情よかむと世事に熟し指針の病よるつら
るるは事を得て事ありて世は用いらる者
多し是を名にけては秘醫と云ふ又時醫と云ふ
醫道といふと云れは時々の事ありて秘伝あり
て一人療して偶中と云ふは名は
世は用いらる事あり才徳ある人の時といふ富

を治さば一病家よりまぬるべき術をもちたごと
 ちやくびべ一遊くまづうび人の命に繋りてお
 こし病人をおろそかにせざるは是れ醫とされれ
 疾を治しむる也小人醫ハ醫術はたれだれ
 男よわたりたふりて英術ある病家をおかす
 毛醫の印をさすべし

或人の曰ま子醫となり人を救はんが爲一むらば
 しくはせざるべし一醫となりて仲家楽極かす
 此富貴の人の利富のたれよせざるは
 貧窮のうまひなるらん英術はむらり利益の

るよせざるは一人は病よも一むらば飢寒の
 うまひなるべし一醫となりて日わら利益の
 為一醫ある事たへは英術ある者利益のうま
 ぶつらるる一まに利益のたれよせざるは
 一むらば病よつらてはわら病を治しては
 たりよせざる一節義はわらしては利益の
 多しよ一命をさすべし一人の長る道なりよ
 く是ははくまはる事ありては病を治して
 一むらば病よつらてはわら病を治しては
 たりよせざる一節義はわらしては利益の
 多しよ一命をさすべし一人の長る道なりよ
 く是ははくまはる事ありては病を治して

つてりら身証とされ也一は老衰をつとじらぬく
ゆづりわら身の利害をさるべしは御もたよ
く病証をくんとくわ利害をゆる事ハ疾ぬ
ぢてたま肉よりづり思也一は醫術をつとて
利害をいひさがるべし

醫となる者疾とある時とつ孫よ醫書をかんと
理とあつらぬ病人とていふと病とある事の方
事とくんと念を精しくんは月にして業方を定む
べし病人を引うけて死すよんは月にして思
醫と考へ思慮を精しくとづり凡醫の醫道

よる一なるべし他のはぬあつづりばも一かうされ
む業精しくらば

醫師よわらされどと業をまねんをわしめん人
とくふよ置りりされども醫務よぬをゆる事わ
醫生よわらたむ道よ也一かうぢて成ぐこ
しとづりる醫業をいひんより良醫をあらんて
ゆづり一醫生よわらむとぬわく一とみたり
にとづりる業を月也づりは共略醫術よ通し
て醫の良証とすす人本業とくんと業性と食
物ハ良毒とあり方ととく日用と急切の業と

調和し醫乃のまらざる時急病を治し醫はるる
 里は疾武旅病しく小疾をよと人身をせり
 人にとらふる言わぬいふはわらんことごとく
 せり醫術をたむむして醫の良術をたむむ
 ずは只世は月いふをを良工と月いふれさる
 を術工とせらる故は醫はるる醫の良術はるる
 ことり醫乃の良術をたむむく庸醫は父母の
 命をゆへぬと身はまうせて醫はわやまうれて
 死しつるなり世はまうむらるるなり
 士庶人の子弟はけなると老醫とあつるを

いふく儒書とよき力を以て醫書に通じ
 一はあつる十年の功を用て内經本草は歴代
 の時醫の書をよきと問ひやむく醫道は道
 一又十年の功を用いて病者に對し病病を
 久しく歴つて習熟し近代の日本は世に
 名醫の孫術を考り病人は久しくおれて
 時變を知り日本の風土はよくいふ術はよく
 精しくなり醫學と病功とおぼえ二十年の
 久しとつる必ら醫とかり病を治し
 わりて人にとらふ事なると知ふはあつる

たりくかりてゑ家大人の振替わりの士庶人此致
 信とわのくハ材縁とゆる申さくして一生の受月
 中さうあふべし如ひまよふくはとめていとう者も學功
 ともつうハ名利とゆる事なるとハ俯して地よあつわ
 くさといつうあつたやとくたへし毛士庶の子
 才多美妙ある者の名利とゆる好計カキト多くとく計
 切る良六毛個士の實なり公侯ハ早くかり良
 醫とあつて終るる醫とゆる人り一庸醫の
 ともともまかひ愚俗のまを信し醫學とせし
 て信師よとていひの終るの醫書とよまひ病源

や脚とあつてはがまよ通せば業性をあつて醫
 術よらうらとて共近世の日中ハ醫の他とるま字
 の醫書も以二三考之業方ハ功徳とかりまえ
 ともともねとそ我う身たつたらあつていとうり辨
 然と巧よしハ分りてあつてい富きあふ
 なるといふことハ時のもがあらて福醫はあ
 ざさうともあつてあつてあつてあつてあつて
 かりる醫ハ醫業とれらるりて療治と拙し
 云中らりてま回つる醫とまら醫とまらて
 天道のまらとてあつてあつてあつてあつて

いふべしとてわきまをとりかたむけしり一書より利益
を致さうたむるに中人とてとらふ志あるに形の中
をうしりて天道神の眞加わらうは
多民の醫者といふ小死一愚民の庸醫といやう
也て死ぬる者多しと古人のりあされじべ
醫術のいぬく書を考へられし事を忘るは精しく理
をこころあされぬとめりあうて精しく精しく醫を
学ぶるあたり醫を学ぶ人の初らるゝ志に
携りて又精しくくく二かうり依りてとんあわ
くは志少くはわくくくく

月々の醫中華よ及んるるの学問のつとめ
中華の人よ及んるれ也しに近世の書は方
書多く世よ刊行せり古書とぬまうる醫書は
この書はじりくられさうしてよまらるか書の
書とよんて醫の道をも事思つとぬくは古
の道とよかだは目今に醫の道よとら
てはしやうといふはじりくは沙波の字といふ
て世俗とて文書よかたむか
欲とよむはしりくは書とよんては学ありとて
のつとめありとては学ありとては学ありとて

今の世は合つるを泥と云ふやまら同く古に
くく今も通せどしての醫道はさるべし
人にも温故知新にて師とまじりて
師と亦くくの如くあらぶ

業の病は愈えざるは適中あり偶中あり適中の
醫は業必愈えざる也偶中の庸醫の業愈えざら
愈えざる也是も人よきあはれぬつてはされど
色々の病は愈えたる也りともは庸醫
なりといふも愈えざる中多し良醫の適中業
は月日づつ庸醫ありけり偶中の業は

わやうし適中の徳村の者の的はあつるが如く偶
中の徳村の者の的はあつるが如く

醫とある者時の音はあつて富貴の如く用らるる後
さうもやうして醫をさつとらば只格のよきは出入
しへはくはぬめて名利をゆる者多し醫術のす
つておくやう庸醫の多くあつてはなかり

徳村の日用のためはさるる中多し良醫術の
も用らるる醫はよむとてはさるるが如く
儒者の天下の中はさるるが如くは古くも儒者
の一才とさるることの醫術はわが身とやあ

父母より人々を教ふるは道徳を以て爲すの道也
最も多しあるは人の心と云ふべし
生に於ては徳は最も重し
加へず

醫書ハ内經本草を以てハ内經を考へ
乃理病の本源を以て之を考へ
業性ハ其の旨を以て之を考へ
して宜禁を定むる又食治の法ハ其の旨を以て之を考へ
書ハ醫書の基として二書ハ其の旨を以て之を考へ
經張仲景の令醫要略曾南湓の甲乙經巢

元方は病源候論孫思邈の千金方王素の和
華秘要孫思邈の衛生寶鑑陳至擇の三因方
宋惠民局の和劑局方院教を奉序例抄仲
陽の書劉河間の書朱丹溪の書李東垣の
書楊詢の丹溪心法劉宗厚の醫經小方玉
機微義慈宗之の醫書大全周憲王の袖珍
方圓良采の醫方選要薛立齋の醫案王
全の醫林集要樓英の醫學綱目虞天民の
醫學正傳李樞の醫學入門江篁の名醫
新案吳崑の名醫方考魏廷賢の書教

江石山り醫學原理を成り成る聚英書の中
 梓の醫學必讀願生微補業性解内經知要
 わり又薛立齋の十六種あり醫統正脈の四十二種
 あり歴代名醫の書はわりの一類とせり是等
 醫中のよくむく書也年々々々時先儒書と
 記補しそ方志右の醫學書はよんで後世に
 張仲景の古世の醫祖を主後歴代の内醫をくか
 ずは後世の變めたりそ書も一とぞを各書に編
 録の失わり取捨とべし孫思邈の又書生の祖
 かり子金方とわくそは書生の祖也醫學方書

宋ととて一を在り好んでそ書の人の道と
 せりそ書も一醫學のよきとせり儒書も一通
 易を知ると盧照鄰の書一救難書も
 理ありけり人好せよ昔のり醫術の功わる事皇
 南濫葛洪陶弘景等の法もよきなり書百
 餘集あり一は保嬰書ありそ書も一
 びう日中に方書はありし初の子金方なり近世
 醫學書板ありし初の醫學書大全なりは書
 明の正統十一年に徳宗の編じ日中よ大永
 の初ありて同八年に泉玉の醫河佐井隆宗瑞

刊行と活板也正徳元年より百八十四年迄
活字の醫書やうやく板行と實永六年以後
扁板鑿刻の醫書漸多し

凡徳醫の方書偏狭多し或一人私家の一書
を用いて活するごとく字者多く方書をわ
つめいやく異同を考うべきを考ふるを疑ある
とて醫務をすべしは後才識ある人世を助
救し志あるを多く方書とありしを重版とあり
つとを懸絶あるを除くべき粹美あるをわりのり
て一書とあり純正なる全書とありて大なる

世實なるべしは事いふ人を待て行らるべし凡
を代の方書醫術脈法業方同一に事甚多
し辨證延賢の方書教訓同一に事多しして
重出志けりなりし年月の類も亦多し凡病よ
り多しは多く方書を檢する事好方なりと病
よありふらんに廣く考へてまお懸せる良方
を多しいごて同事多くお懸るを多しあり
や考らるるごとく才学ある人の世益の多しあり
て賜とつらやんよりかろき益の事とありて世を
助け給へし世に益あり人量なるべし

局方を採出て局方とする局方より古方より古
 方考よりより用べし薬のべしは只鳥路附子等
 乃燥劑を多くのせざる用由べし近古日本
 より醫書大全と用由御書廷賢の方書海布し
 て東垣の書及醫書大全より外の法方と法
 醫用じりして醫術せしむるくわくある三周方神
 珠方。醫書大全。醫方選要。醫林集要。醫
 学正傳。醫子總目。入門方考。原和。奇效良方。
 他法準繩。等より方書と多く考へ用由べし
 入門の醫術の大略述べた好書也御書廷賢の書

つと編より用由べしは御書氏の醫療の的を其風氣
 衰弱の時正しぬるに在りては術せしむるに
 也目今少くも亦志するに志するにありて可
 れ用由べし悉くは信ぜざるに在りては云
 林の醫術を其見識ひて他人の作らざるを
 てこと化して化醫の法せし療功を奪てこと功
 とは不傳の書を傳りて人よ法を奪て之紅銀
 らく云縁起は抄に在りし事と人よ奪て其業
 とはより醫術とをいづる術ひ自れは若人
 の操りたりとせしむる

病は志くく一知るの病ありの上と醫の業は勝す
 ぐ一申下の醫の業は振とぐ一今時上醫を
 むぐ一多く申下醫をぐ一業のまどを
 醫の用の物ありと云昔曰く一病あり
 てして治せば業ありむむと云いを熱虚
 実を病のおおてまをく一く一
 ことし一病あり一治さる一
 病下醫といとよく治と感冒咳喘は参
 蓆飲風和散散とらよ香薷散散毒散藿
 香散不食散滞よ半胃散香砂半胃散やう

の病はまじりてかこうく一病あり下
 醫を治しやと一業を服して言かう一
 の病と業あり一病あり一病あり業を用
 して可也

養生訓卷第六 終



總目録

卷一

