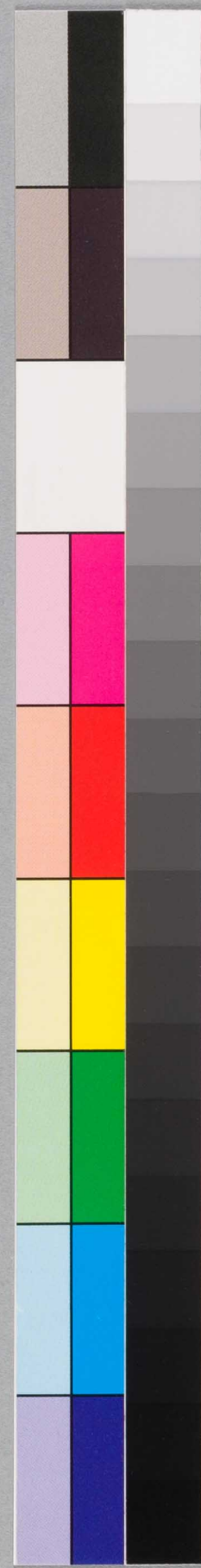


養生訓

六



養生訓巻第六

怯病

病ハ生死のからる人身の大害也
吾人の怯病ハ事ハ此の如し

右病ハ是レ他病也云々ハ吾病の時病わる日れり
み減常一といやうて風寒暑濕の外邪を
ぶ酒食好之れ肉欲を節し身體の起臥動
静をばし一々の病や又右病曰安不常思病
苦時云々ハ病なくして安不常時ハ初病
苦一々の時を常一とい出して是すべしと
也云々病の時怯わりて是や云々ハ病生せん
病おとりて良薬以服一減資以云々はま

それと邵康節の詩にも病後体茶飲服せむ
より病前能自防くふむと云うて云うて
病なりし時よりせば一欠病や病にこそ後茶
飲服して病愈うて愈う事なす一小愈うつ
一またそれ大病とある小愈うつ一ひまやと大
病となりては苦み多う終て病苦なりひやり
後の病と云ふべし

右後より病にかゝるは加うと云ふ病がつては後
と云ふのんておこりては一またお救一とて
飲食も慾なく過よと云ふ病のつておこる

かゝる時分うておそれつて一みておのやうと
かくれこつておれ病おくつておてお救なり
おけつておれ一おれは後悔と云ふと云ふ
お金方曰冬温なる事おれなりお救なる事と云
ふに凡一お救なる事お救の事と云ふ

病生してはなんともいふの苦も甚しと云ふ
おれは後茶飲なりと云ふ一おれは後茶飲なり
食をとりしおれは後茶飲なりと云ふ一おれは
病後体と云ふと云ふ一おれは後茶飲なりと云ふ
おれは後茶飲なりと云ふ一おれは後茶飲なりと云ふ

うゐやゝんろ苦むや一初あぢのるけゝみあぶ
へあのみけういかれどほの患なきいふなるあ
なり後よ業と針灸を用い酒食をこゝへつゝ
ひいそ苦む甚しうれど蓋とくや一右腎は終を
けゝむ事い始よあわせせよとつり業の事始よ
くけゝ一其後は悔なき一養生の道とて
くのかゝ

飲食又慾の内欲をかりぬきにせずしてく
情も風寒暑湿の外邪をそれ防ぐ病なく
して業は利いとてとていかうべゝ

慾をけゝぬきあてはゝ一内ど只脾胃を補
ふ業治と食治とをねまふ必ちうかうく

病あふ人養生の道はくく情もて病をさひ
苦ゝひへづきあひ苦ゝ其氣をさりて病を
け病ねとてとてきいてくゝれどねいひ
て病をえやと一病をうきいて蓋か一其情は
蓋けりり必死の病は天命の定むるやう
てと蓋やゝんけゝゝひねはけうなり

病はよく治せんといふけはくゝてあまりて病
とすは保書はかくりあつとていゆ事いそ

瘰癧泄痢と云ふつゝ一

傷寒と云病と云結病の内むけりわくさん
かゝる人も傷寒を瘰癧と云ふとい死ぬる人多し
にぞとべし一糸て風寒暑濕と云く老々なり初
爰の病も時子くはし一

中風か此病も何なりなる病は此と内より生じ
風よわくまゝに肥白なりて氣とくなく人年日
十とて氣衰ふ時七情のちや酒食のやどま
よつてい病生じつ糸は酒を多くして腸胃を
通え氣なり内熱生じたる故内より風生じても

是よりいふじきあえてるまづはゆづりて地いすか
らば是皆元氣不足と云ふなり故はよく動つて
此時とい病なりやうと人おもすもよはる必肥
候して氣とくまゝに酒多くなり内より熱
て風生じたるは七八月又秋暑甚しくて久
しくあざれば此病もあざりて又風とくわし
病ト云ふなりとこりト云ふなり肥候し人
く或氣とくまゝに人なりも是かえらばと云ふ
はち本の性なりと云ふ一氣血ふましくなり
かゝる人も肥白なり人酒飲む人糸て結病に

表の陽氣を生じ、その閉塞より人々の肌膚
 和して表氣解るや、開く解ふ節を於て、
 して風寒を感ぜしは、して風寒を感
 ぜるより、す感冒寒熱の患よりしむべし
 節々の生じたる節を以て、さやとて、さ
 人々節を以て、さやとて、さやとて、さ
 陽氣を助け、さやとて、生じしむべし
 表の生じたる節を以て、さやとて、さ
 大に開く故に、さやとて、さやとて、さ
 ども、休養の後、風寒を感ぜしは、且て、

氣うつれて腹中よわる旅食物の消化も事ある
 多く飲食もどくは温なる物か食いて肥胃と
 わるじど冷水と飲べくばとて生冷の物とむ
 冷麴多く食べくは座人を吐瀉のうきひかえ
 るなり冷あは暖とくは冷暑甚る時と冷あは
 以西月夜渡へ眠と換と冷水とくは足洗ふとど
 睡中よ露とく人よあふくむくす風よ吹く
 外くは衣敷外よ卧くは衣敷外よ早く坐して
 露氣よ吹くくは衣敷裏の時と換て涼く
 とくは月小くくは暑熱の上よ坐くべし

四月純陽の月也を文熱と禁むべし一雉鷄を
温熱の相食ふべし次

四月の内五月を保養とべし一霍乱中暑傷食泄
瀉瘧痢の病にやと一生冷の飲食を禁
て禁んで保養とべし五月は病をこれど元氣
をうてふは要と

六月酷暑の月也極をのめり元氣をうやと
く保養とべし一加味生脈散補氣湯醫家
本要れ新製清血氣湯を久く服
て元氣の衰泄とと收歛とべし一牛乳内附

今うたふに業所独して保養とべし八月時なり
東垣の清暑益氣湯ハ温熱を消散とる方也
純補の劑はあはれ病をくハ振とべし

五月古く并深き空の中に入へるを毒氣多
右并ハ先鷄の毛灰入ても毒いりうと毛毒
わりへるは火をやりて入てはるべし又酸と
熱くして多く并へてはるへる。夏は并
ととえを改むべし

秋ハ及る肌固け七八月ハ秋暑を和列し一
腠理の事ととらば表氣の事と堅うとるは秋

風とていへるものなり感してやうれやうと
て風涼といふこととて病ある人八月秋暑
退くとき故に涼といふより風をさそふ陽を勉
て候候のうといふとまぬるべし

冬天地の陽氣をうけ人血氣あこする時
氣を閉ぢてあて候つてやうめうて陽
氣と交へてせうとて汗をかくと衣
とあつてあつてよく熱といふ衣
うとてあつて汗をかくと衣
は汗とて汗をかいて汗をかくと陽氣と交へ

冬うけ

冬は一陽初て生は陽氣の微なりと
なり労働といふこととていふ事
らどをむれあふ月後十日房事と
ど續漢書といふと改めると改め
瘟疫と云なり

冬月ハ急病といふこととて
といふ冬月按摩といふ自
を言ひわくといふこと

除日は又祖の神を掃除し
除日は又祖の神を掃除し

くけづぐけやじ車とゆづりて遠くゆくへ酒食
を以て防くべし

雪中は踏みてけりて甚寒とては又熱湯にて
足を洗ふべし火より中くわくるべし火を以て
わたりて即焚物と食飲とを以て

蛇死の症多し年中風中熱中熱中毒中暑中
死湯火食傷乾霍乱破傷風喉痺痰厥失
血歩撲小兒の疳積風等の症皆卒死といふ
又終るといふ程の蛇死あり一は自らいふ二は
ようする三はあつたがらにふたつ厭ふるふたつ人

難産は皆暴死とて病なりとて乃時を重と
考へ又その治法と良醫とたつて終てありとて
ねて見るとありて然るに死と失ふべし
神怪奇異ある事なりといふことと必鬼怪
の所あるといふことと人よ病なり病なりは病
なりといふことと世間よりある事なり一宿してまゐ
るべし

擇醫

保赤の道いづれに病の情一むくもあつた醫
とてあつたべし天下にといふことと父母の言

身と庸醫の事よゆへにわうし醫の
良^{よし}也とあつては父母子孫病とる時は庸醫
よゆへにわうし不孝不慈よゆへにわうし若
し亦醫とあつてはわうしづつ程の言
ひなり醫はあつてはわうし身醫を療よまぜ
しと醫術の事とされれば醫の好言とあ
るなとへし書畫と強ぜざる人も書畫とあ
はれし書畫の巧拙とあつてはわうし

醫にわうしに愛の心はなかりし人ぞ救ふに
あつてはわうし利をたもつてはわうし

天地のうきとてはつる人ぞとてはなすけ
の生死とつとてはつる術は世に醫を氏のみ命と
さるる事なり化術は世にわうしと
人の生命よは害なり醫術の良拙は人の命の
生死よりわうし人ぞ助る術は人ぞとては
はなすけとてはわうし性わうし人ぞとては
醫は世の事なりしれは世にわうしとては
わうしとてはわうしとてはわうしとては
わうしとてはわうしとてはわうしとては
わうしとてはわうしとてはわうしとては

の生業多かれど何そ好^あむくことわたり
 それとつゝあらふにぞ醫を生ず漸よとる氣
 へ夫れまじき人こそこそやのこころに我れ救^{さうぶ}
 なく人はやあらざる漸よとるてあるれど
 いひをよまといふらうらう漸よとるい他醫せに
 つゝ人のあそれとよりあるはらくいなりけり
 醫い二世より一とらる事終にやかくし醫の
 み孫おつてこそこそすまされ付てふ世の家業
 とつゝたぐようづ〜世ひあるの中もかりとせと
 いふ子孫よくちりべ師才にお傳へて二世われび

其業をいひて然るべし。一に其才の如何に醫の
 子なりとて醫とていふ。す此の業を習ひて
 一ふは其才の如何に其業とていふ。次
 凡醫とす者、先儒書に「人、文、義、と通じ、
 文、義、通じざれば、醫書に「むじらう、あつて、醫學
 あり、むじらう、又、經傳の義、理、と通じれば、醫術は、我
 程、初、知、り、や、も、一、故、孫思邈曰、凡、る、文、醫、先、須、
 通、儒、書、又、曰、不、知、易、不、可、以、爲、醫、い、云、信、と、
 一、法、藝、と、す、か、う、は、皆、文、字、を、中、と、い、ふ、一、文、字
 か、た、れ、ど、う、に、熟、し、て、を、理、と、い、ふ、一、術、の、さ、し

まよふふ同くおぼそ醫乃世は用ゝるゝと
用ゝれらるゝといふ醫のあらんて定じらるゝ
わづら醫道をあらざる白虎のまゝ事あるを
孝介で時よわいてゐりあるこそ良醫と
まづらば主術を信じざる

古人醫也若く家也といひ云々いふは精くこれハ醫
道をありてよく病を治と醫書多くいふを醫
乃志なくまづく^{わづ}くまづかゝるゝだれた醫を
む病を治むるは拙^{つた}さハ醫學せざるは同く醫の
良拙^{りょうせつ}ハ醫術の精^{せい}とあらざるといふまづ

まゝと醫書をひらく見れば醫道をかく
あらざるや

醫とあるは君子醫とあるは小人醫とあるは
君子醫ハ人のためは人を救ふは志の一なり也
小人醫ハわづらふは己の身の利害のみ志
人救ふは志あるは後醫ハ仁術也人を救ふは
志とまづそ人のためは君子醫人を救ふは
志なく己の身の利害のみ志とまづはわづらふ
まづ小人醫なり醫ハ病者ハ救ふんためハ術なれ
ハ病者ハ救ふは富の満なくんとおぼそ病

を治さるゝ病家より手ぬる事を謝するたゞと
をやくらへて遊くまうは人の命に對しては
よく病人をあらざるにまうは是醫とされ
職分を以てむく也小人醫ハ醫術疎鈍とれど
月よむらなうて免れぬ病家をあかとも
を醫の命を失ふなり

或人の曰ふ子醫となり人を救はんが爲にむろへま
しとにせむべしり醫となりて仲家楽極なりと
も富者の人かうい利害のなふとせむしてと
貧窮のうといふらん貧病れみわろ利害の

[illegible]

ふてわう身はとれぬ一は老衰をつとむる如く
あづこわう身の利害をさるるべしは御もたよ
く病はあゝんをさく利害をさるる事ハあゝ
どてま肉はあづこ一は老衰一は醫術をつとめて
利害をさるるべしは

醫となる者ある時とつねは醫書を読みて
理をわさるる病をさるる方
事とく人々を精しくしは月いて業方をさる
べし病人をさるる死すは公利いどて只
醫を考へ思ふを精しくさるる一は醫の醫道

はあ一なるべし他の病はあづこはあ一なるべし
を業精しくさるる

醫師はあゝされど業をさるるをさるる人々
とくふは置りりされどは病をさるる事ハ
醫はあゝ病をさるる道はあゝ一なるべしは
一なるべしは業をさるる人々は病をさるる
ゆゑあゝ一醫はあゝは病をさるる一なるべし
にさるる業をさるる人々は病をさるる一なる
て醫の良薬をさるる人々は病をさるる一なる
わう良薬をさるる方とて日用とあ切の業を

調和し醫の術をうくる時急病を治し醫を
里に居る旅に小疾を治し身を安んず
人として乃ち善いことを成る人として
用ひし醫術をうくるは醫の良術をうくる
すは只世に用ひるを良工と用ひしれ
を妙工とする故に醫は良工の時醫は良
工なり醫の良術をうくるは庸醫は父母の
命をゆへに身を害せしめて醫をわすれて
死しつるなり世に多しむるなり

士庶人の子弟にけなむ老醫とあるべし

いふに儒書と云ふは醫書に通じ
はまじい十年の功を用て内經本草は歷代
の醫の書をうくるは同一なり醫道は通
じ十年の功を用いて病者を對し病を
久しく患ふておぼしき近代の日本は世に
名醫の孫術を考へり病人は久しくおぼし
時を待て自ら病を治すは久しくおぼし
精しくなり醫學と病功とおぼし二十年の
久しきつゝ必らず醫となり病を治し
ありて人として事なると知るはつゝ

たりかりて富家大人の振替わり士庶人共
信とわいの八村縁とゆる事多うて一生の受
ゆさるるべし此はまよふにたつてさうき
とまつる名利とゆる事なると八俯とゆるわ
くさといふやうなやとくたへも士庶の
才多しある者の名利とゆる好計多し
ゆる良くも國士の實なり公侯ハ早くから良
醫とあつて終るる一醫とゆる人なり一庸醫の
とるさうきい愚俗の云を信し一醫とせし
て俗師とせしといふもの一の醫書とよすは病源

や肺と云ふはがまよふ通じは業性をあつて醫
術と云ふて共近世の日本は醫の術と云ふ
の醫書は二三を考ふ業あり功徳と云ふえ
いふことぬきて我う身とらるる事いとさう辨
然と巧より一介とてゆさつていふ富家の家
ぬつといふこと一介のきりぬきて一福醫と云
ふさうきやうゆさつて身とらるる事と云ふ
かりきり醫の業と云ふことにて療治と云ふ
云ふことと云ふ回る醫と云ふことと云ふ
天道のさうきと云ふそれと云ふ美氏のわうて

れり。今やけり。世にあり。病を
治せん。とて。必し。早。疾。を。治。す。は。
俗。醫。の。醫。法。と。い。ふ。也。近。代。の。醫。の。他。は。
和。字。の。醫。書。と。い。ふ。也。其。方。は。十。つ。の。一。は。
れ。を。醫。道。と。い。ふ。也。と。い。ふ。病。人。は。多。く。
病。を。治。さ。ず。中。醫。書。と。い。ふ。病。は。な。れ。ば。若。
く。は。由。り。た。と。い。ふ。病。の。熱。く。な。る。は。穀。の。
熱。せ。る。に。似。た。る。也。と。い。ふ。病。は。多。く。根。を。
醫。へ。ず。と。い。ふ。病。は。多。く。根。を。治。さ。ず。と。い。ふ。
病。は。多。く。根。を。治。さ。ず。と。い。ふ。病。は。多。く。根。を。

たり。熱。病。あり。熱。と。い。ふ。病。は。多。く。根。を。
る。病。は。多。く。根。を。治。さ。ず。と。い。ふ。病。は。多。く。根。を。
基。を。治。さ。ず。と。い。ふ。病。は。多。く。根。を。治。さ。ず。と。い。ふ。
知。り。た。と。い。ふ。病。は。多。く。根。を。治。さ。ず。と。い。ふ。
病。は。多。く。根。を。治。さ。ず。と。い。ふ。病。は。多。く。根。を。
醫。へ。ず。と。い。ふ。病。は。多。く。根。を。治。さ。ず。と。い。ふ。
る。病。は。多。く。根。を。治。さ。ず。と。い。ふ。病。は。多。く。根。を。
治。さ。ず。と。い。ふ。病。は。多。く。根。を。治。さ。ず。と。い。ふ。
め。と。い。ふ。病。は。多。く。根。を。治。さ。ず。と。い。ふ。病。は。多。く。根。を。
い。せ。と。い。ふ。病。は。多。く。根。を。治。さ。ず。と。い。ふ。病。は。多。く。根。を。

いふといふをきくところからいふべし。その利益を
と欲するたものも中人とていふ志をくはに形の中を
どうしていいて天道神の眞^{まこと}があらうか。
矢張り醫者といふ小死し、愚民は庸醫といふやう
もて死ぬる者多し。古人よりいふに、
醫術はいかに書で考へられ、事を忘るは精しく理
をこころめられ、心をめぐるは情と精と、
そのふりあがり、醫者とあふ人の初より、人は志に
情くして又精しくする。二からいへば、
心志少くといふわづらひくべし。

日本の醫中華に及んるる今の學問のつゝ、
中華の人より及ぶるれ也。近世は、
書多く世は刊^{かん}行せり。古よりいふ、
書の書いひのうへに、
書とよんで醫の道をもて事とせしむる。古
の道とよかたは、
ては、
て世俗とて文^{ぶん}育^{いく}は、
欲せしむる。いふ、
のうへに、

なりとん教法師といふに醫術を亦くせし
醫書も多くよんで世に傳へて醫のありをし
醫道より其れをいひてわづらひたり醫を
識しまざるよしあるまじき事にして惜み
識しめて道あるぬ儒士は多く惜みまじき道
志する人はいかにあらずや

醫へんにいふなりとて若れを求むるは病なり
して業ふて救ひるゝとてとて病なりとて業ふ
求むる事切なりとて多く業ふるゝとてとてとて
とてとてとてとて病なりとてとてとてとてとて

そて病人は葉紙わさびどしてとてふは眞情
外、醫の葉紙わさびどて病人はよくちう
らむとては理なりとされど一

醫家考ふより考ふて法をたし移てひろくまひ
右方と多く考ふべし又今世の時運を考へ人の
強弱をより目下の世運と民俗の風氣を考
へ右より必先其名醫の法せし迹をも考へ
て治療を考ふべしいかにいかに今も世
しくいかに考ふべし右法を考ふべし
今の世は合せんといふを^{うら}歎と云右法よりいかに

父母より人を知りよき所をいふ所の難症を
最も多くあつていふべし。此れをいふと醫
生に悩む所術は習ひてあつて業は日ごと
かす

醫書は内經本草を以て内經を考へこれ醫術
の理病の本源をきりて本草は通せられど
業は日ごとくあつて方とまうて止食性など
して宜禁を定めて又食治の法はあつて二
書といふ醫書の基より二書は後秦越人の難
經張仲景の金匱要略皇甫湜の甲乙經巢

元方の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素樸の三因方
宋惠氏局の和劑局方沈氏の本草綱目
陽明書劉河間の素問丹溪の書李東垣の
書楊珣の丹溪心法劉宗厚の醫經小方玉
機微義慈雲寺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書綱目虞天民の
醫書正傳李挺の醫方入門江寧の書醫
新案吳崑の名醫方考魏廷賢の書教範

養生訓

三

卷三

局方發採出で局方とて局方より古方より古
方考よりより一處にべうに只烏路附子等
乃燥劑と多くのせうに用ひべうに近古目
より醫書大全と用ひ終廷賢の方書源布し
て東垣の書及醫書大全より外の法方と法
醫用じうして醫術せうにわうくある三周方神
珠方。醫書大全。醫方選要。醫林集要。醫
學正傳。醫子綱目。入門。方考。原理。奇效良方。
他治準繩。等より方書と多く考へ用ひべう
入門の醫術の大略述べた好書也終廷賢の書

うに偏より用ひべうに終氏の醫術の要は凡そ
衰弱の時より用ひては終世よりこれ
也目今少くも亦あるとあるとあるとあると
れ月由べう一悉くは終氏より用ひては終世
林の醫術より見れば終氏より他人の法方を
ては終氏より一他醫の法方を奪ては終功
より不終の書と終りて人より終を奪ては終
より云終終は終氏より用ひては終世より
より終の醫術と終より終ひ自わむも終人
の法方より終より終ひ

我らと申すは病人は業ありて醫の治法を以て
あやまるとも前醫をとりてあやまれば化醫とぞ
つわう術はあやまるふ人の名なり醫の甲乙を
あやぶるはあやまらずとて人はあやむとぞとわ
らふ

いふ事の内古人の説をたゞてつてあやむは異
同多し主肉を考へ食を擇ひ用ひて又業あり
食品も人代性より病状よりて宜不宜あり
一際よむを定めしむ

醫術も亦道多端なりといへどもあやむは

一は病端二は脈法三は業方此三を常とぞ
知るゝ運氣経絡等もとぞとぞととととと
乃次は病端の内脈をいふは後名醫の流を考へ
なり脈法の脈書教を考へて一業方はいふ業を
なりていふは後方書をいふなり一業性といふ
はととととととととととととととととととと
と又食物のうは言ひあやむは病を病たは保
持はあやまらずとて一業性食性も中より精
ととととととととととととととととととと
とととととととととととととととととと

或曰病を治せば病は中薬をいふといふ道理

病は多し一病ありて上醫の薬を服す
る中下の醫の薬を服するべし今時上醫を
多し多くの中下醫を多し一薬のまじり
醫の薬の相ひあはるべしと云昔曰ふべし病あり
てして治せば薬をひたうべしと云いを熱虚
寒を病のおおてまじりてくさくさ
さしめくさく病ありて治さるべしと云い
病の下醫といふとよく治す感冒咳嗽は参
蓆飲風邪を散らるる香薷散散毒散藿
香散など食滞は平胃散香砂平胃散なり

病は多し一病ありてくさくさく病ありて
治さるべしと云い一薬を服して害ありと云
い病を薬を多しと云い病ありて薬を用
ふて可也

養生訓卷第六 終



