貝原養生訓

五六

武庫
705
3

ヤ武9 号 705 巻 3

宮内省圖書寮

養生訓巻第五

五官 六 二便 六 洗浴 七

五官

心は人身の主君也故天君と云也つゝしみをはゝらさゞる事肝心也耳目口鼻形 形は顔面の事也 ハ皆心の五官也

物いひ物をくうとうつくと各真素を失わさゞる様に

職分ある故也 五官のつゝしみ物こゝろ ハ内こゝろ

ありて五官をつゝしむ故也 ひとくこゝろ五官の元祖

を正しくし天君をいつくしむ也 ひとくこゝろ五官の元祖

五官をつゝしむ逆ちり也 ハ順ちり

まことに安楽なるべし 若しこゝろ五官ハ天君

の食ぶべからざるものを各友職をもつて法とすべ
し
法ひとつ所の處は南ふかい戸に近く明かるき
陰蔭ふかくてくらき處に居るべからず乳と
ふるくさくやきたなき湯明の處もつとも居
ていは精神をうばふ陰湯の中にうるひ明晴なる
ものしは悪明なれば簾をかけるべしたゞ簾
をかくべし
陽よりは必東端にて生乳をうくべし北面して乳を
うくべからずしかるに近ごろあらはふすべからず

坐するにはかたよるべからず難居するには安坐すべし
膝をかゝめべからず又ながく膝をのべ
乳あるべしまた中夏の人をつゝかくのごとく
常に居る室も常に用ふる器もかざりなく質朴な
してけがれなくいさぎよくすべし居室には風をふ
ぎ光を入るべし暗い月はふかくもしべし
事をつけそれをなすべからぬ事をなすべ
ものをかたりそのかたりのをかたりてのをを若しわ事
をなくかたりの事をのべ道をいふ害あり生をとる害所
を慶ぶもすべからざるへはなくべしとを況用乃

風くふれば通じて風をくはへて病おこるなり。夜卧して耳を小風のまゝ
なるべしとぞ。

夜ふかくよく必側臥すべし。仰卧のきふとぐるしく作のさまをなすなり。
うつぶせ卧もくるしき事あり。ひだりよりなれば
くだりて孫ゆくに乳ふさがりて卧もやすし
はこれいはうしなり。

夜ふかくしていまだ孫ゆくまる間をあらとのびくふを
べし孫いまだゆくまるあらざる時をのびくふれとなり

してとりてもちふるべし。乳と物とを眠ることを一夜よ
あるいは乳房の脇の間より乳帯しまを是
をのべしめ服とあれはいまだゆくまりはてず下し乳
上ほ人をは乃大指とをもちいるよりよくくうこと
へしとなりてのくはゆくくくとれはあるひとをもん
くして滞をなる乳を吐おもうあり大ま
吐出ことをいとし孫ゆくんしまする時口をとりはうさ
ふけくふをくうべし孫ゆくまる後ようれ出くゆの
しのこのさてふるべうべし扶をつまこやこしー
ものあれ大指と口乃指をもちはさ

つてふをハよしもしれ[illegible]ふさぐべしてゆて
つれどこゝろよハきもの[illegible]ありて行ゆうの肉こゝもひ
らうべしはゆ病原候(ミリ)ゆ[illegible]醫書ふ[illegible]しうり
黄胆ゆ[illegible]のごふ病わ[illegible]べゆ[illegible]くべし病おれ
ど行ゆうてゆ井[illegible]いられうしむ却人い黄胆
ゆ病とそう書ゆ[illegible]のしべしと醫書よいうゆも
はゆ少人ゆうべし晩食食合ゆ乳とふ[illegible]ふ病と
ゆ[illegible]ゆる物食べうしべ井[illegible]いれんゆとゆて
きゆくゆり

夜胆ゆ表とゆ面紙ゆ[illegible]べうしべ乳紙ふさ[illegible]乳

上唇黄胆ゆ姥とそのゆ[illegible]べうしべ魏魏[illegible]しべ
りゆ[illegible]ゆ姥を[illegible]ゆ[illegible]ゆ[illegible]ゆ[illegible]ゆ[illegible]ゆ[illegible]
ふゆ口紙ゆ[illegible]ゆ口紙ひ[illegible]ゆ紙ひ[illegible]ゆ[illegible]ゆ[illegible]ゆ[illegible]
乳ゆ[illegible]ゆ[illegible]ゆ[illegible]ゆ[illegible]ゆ[illegible]ゆ[illegible]ゆ[illegible]ゆ[illegible]
乳一日小ゆ[illegible]ゆ[illegible]ゆ[illegible]ゆ[illegible]ゆ[illegible]ゆ[illegible]ゆ[illegible]ゆ[illegible]
乃こうべ井つゆひの[illegible]ゆ[illegible]ゆ[illegible]ゆ[illegible]ゆ[illegible]ゆ[illegible]ゆ[illegible]ゆ[illegible]
てさゆ[illegible]ゆ[illegible]ゆ[illegible]ゆ[illegible]ゆ[illegible]ゆ[illegible]ゆ[illegible]ゆ[illegible]ゆ[illegible]
べし先面金の[illegible]ゆ[illegible]ゆ[illegible]ゆ[illegible]ゆ[illegible]ゆ[illegible]ゆ[illegible]ゆ[illegible]ゆ[illegible]
ゆ表眉の[illegible]ゆ[illegible]ゆ眉ゆ[illegible]ゆ[illegible]ゆ[illegible]ゆ[illegible]ゆ[illegible]ゆ[illegible]
耳乃[illegible]耳のうしろゆ[illegible]ゆ[illegible]ゆ[illegible]ゆ[illegible]ゆ[illegible]ゆ[illegible]ゆ[illegible]ゆ[illegible]

次に項の左右代りむすびたるは右は右なり
と為る次に右の肩次に脊骨のつゝし次に
腕次に左の十指と小指とを合せ次に背とか
さねうちうごうとへし次に腰及腎臓とを
てとる次に小腹次に右乳次に股と多くあつる
次に右股次に右膝次に脛の表裏次に足
乃踝足の甲次に足乃十指次に足の心皆右
ものくあてひらしむ乳者叢書の法也
我もしてそんぢうすべし

入門日道引の法は保養中の一事く人のむいつる
よ静かなる人は身はつるよ論ずべし終日安坐
をわぢ病生じ中ヒし久を久物より久物久
生ハむ人よ害わり
道引の法を毎日物くで見代わぢし合を消
して按腹とせまぢび物いまさわぢさる何
足とのへ源氏をとるべしれをもし生しひと
物くを代物くを向へ物ぬしよを向へべし歯
とちぢくをもしたちのものくを頭をとうろく
物とを物よを肩をあぢをちびを編先目
とちをもして俗よ肩とよくさく物ものを肩次

よ面に五あり下に足を用ひらより用ひるにたゞくたて乳をあよひ中指
みぎ六七度たて耳輪をあよひ五指をて挾
ゝみて下ひる六七度あよの中指と五耳み
へさゞりたゞしくあくひきあよとく
ゝ左へ引とれハかゞくたをとうえたく引とれハ
左へうゝくはたをとる者三度次よの背
ゝたをの腰の上意ひたりとゝぐうひよ
下に十数度をて下し次ゝあよ以腰を按を
あよひ掌にゝく腰のうて下とゝぐくあて下に色合
乳にあゝ乳を下に次ゝ腎のうに以やハ
らゝふ折ゝ十数度次ゝ股膝を按ぐしあよ
とんて三里の穴に指をおへ引たの足の足ふめとうる
たをのゝとおへ引たの足ふめとうる
たゞくゝたゞし次ゝたに以ハたの脚乃
表表とゝくゝ下ひる教度次ゝ足の穴に以湧
泉の穴と云所足の五指を下ゝにくゝ
湧泉乃穴に以たゝゝあくたゝ以て左ゝにく左
とゝひるゝ者数十度又あ足の大指をよく
引ゝ指をもひゝる乳脚表ひたゝ導引乃

御ちり用脚(カ)ある人は日しかくのぬぎ又奴婢児
童に行しえく脚(ハギ)をもみてさせ足をもたしむる
ことも也熱灸をしてやむ又足の指をもむ朝夕
必ずこれをわざとなすべし気血めぐり足ひえ病を治す意
益あり是を方へ歩行せんことなり何ぞ人歩行
て後足をもみてよく按摩すべし
膝ちりのこれ出て人をして久敷
立てうごかしめざる也足の甲をもみて足を活足
のうごきとなる故足の十指をもむ指(ハラ)をもむ
意気血流通しめて滞ることなかれ

気血活ちり
氣のよくめぐりて枝末に導引按摩をもぐる法
又冬月按摩をいとしむ肉体を損ずる事動して気血病よい導引按摩ひとの志
しに日月をもづるよ動ずる歩行をもて事
に時ふるふるしむ仮令ばよるに湯泉の気を
をつるるもに河ふるふるし
髮ハ毎日くしづくし気血めぐらし上気をとる
と指の間をもけさい髮ぬけ白くしてあく
牙医いとぐるくそしぐ歯ぬけくしぐ出し

まれはゝ面のもゝ合せをとりてあて先面服とあてめのもとゝし目ゝ風ゝふゝ風と云よりて髮きはより下額と面ゝ上より下ゝ
はゝ二七遍古人面はつゝよ面をもゝ
ゝ二ゝ面ハゝ面ゝ面をもゝ面とをゝ
ゝめゝをれば氣とめゝゝ上ゝ見ゝ
面ゝゝゝゝゝゝ乃中指ゝ鼻の
面ゝをゝくゝで面耳の根ゝゝ
ゝゝ

五更よりゝて坐一ゝゝゝ足乃ゝ指ゝゝ
一ゝゝゝ足のゝゝでゝゝゝゝ
ゝゝて足ゝ踵をは面ゝゝゝ面乃
指ゝゝゝゝゝ指ゝゝゝ合ゝてゝ
のゝゝゝゝ成ゝゝ更ゝゝゝゝゝ毎ゝゝ
坐一ゝゝゝゝゝけゝゝ足の痛ゝゝ上
氣ゝゝゝ足ゝゝゝゝゝゝゝゝゝ
てゝゝゝゝれは踵のゝゝゝゝゝゝ足
ゝゝゝゝゝゝゝゝゝゝゝゝゝゝ
古人ゝゝ書老ゝ紀書及東坡ゝ説ゝ
ゝゝゝゝ

脚と附童子よりもこれに合せてもつて製せしめて
もつぱら腎堂に久しく磨(ナデ)しめ見るをひさしく
磨しむべしもつぱらもつて腎堂の下磨めもこれをもつぱらふるしむべし
毎夜ふるさんとすれば指もて製とをきりに
ふるつて湯もて足とともにひたすべしもつぱらもつて氣をあ
ちらしまた脚よりのぼりて熱をかんて熱氣を加へ口
をすすぐべし口中を清くして牙齒に潔にして
下氣よし

入門より日年月日に至るまで附いつる見れば

しばらく宜しく要ずるあるんは罪なべしば
金液(キンエキ)の脚は腦(ナウ)と腎とをつけ食(ジキ)とをもつて本を入
身とあらしむ佐ちこれをもつてこれにあれば身
をあらしむるもしもゆるもつ身ならしむ熟成
よりを見ればうまつ呂中年以上の人は本とあ家
くしてあらしむをもつぱらをふるべし足を出して養
脚をもつぱらしばしばもつて人は用ひ事たりもつてき
人を養生の附呂は本を射しまたもつて本し
あらしむべし身とあらしめもつぱらしば
元氣とあつくきはつさ本をあらあつき湯

潮ー入ーく活ー樂酒と合りて身とわくこゝ
ろをとゝ氣外にのれわく氣ゆと氣のぢる毛皆人
の身よ書書わりいまーしべー
きえ人のおりくーく活人り或云麻ゆ久ーく生
ーて皆ちびきみとゝれ毛すあーどーく
たゝれふと事ゆうんとゝるおゝりゝ
てゝんぐゝ皆のた太の大指をちぢく初ー
のべうゝとゝーくゆにとわぐちいまゝあえ
ぐーて毛ぐゝさのゝまゝひれー年日ゆゝ毛
の大指をのべのゝわゝしくーてたゝいまれ

で鵜のうまひ年一人物爪ちゝ付ゆ皆の
大指をちぢく初ーせゆひ毛毛紙活ゝれ
はちゝちゝべー上氣ゝゝ人ゆ毛毛とのべて
大指紙ちぢく初ーとべー氣ゝ活出活人ゆ
皆わり
既ゆ火炉とわくべゝれ氣上活
栗拓ゝ日ゆゝれ風ふゆゝく氣ゝすくハ一
月の氣紙ゝゝて風毛紙ゝゆぎ肌よへと
ひべゝべ
わゝ〇と鶏鶏ゝ云留青日札ゝ云書ふゝたち

又眼鏡と云物四十歳以後ハはやくかけて
眼力を養ふべし和水晶よしぬぐふにハ
きぬもめんハ毎朝それを洗ひきよくぬぐふべし
或羅紗などハぬぐふべし硝子ハそこねやすし水晶
に劣れり硝子ハ眼をそこなふべし
牙歯をみがき目を洗ふ法毎朝まづ熱
湯にて目を洗ひあたため鼻中をきよめ次に温
湯にて口をすゝぎ昨日よりの牙歯の滞を
吐きすてほしてかはける塩を用ひて上下の
牙歯とはぐきをすりみがき温湯をふくみ
口中をすゝぐ事二三十度其間にまづ別の
碗に温湯をあら布の小篩を以こして入置
置次に手と面を洗ひおはりて口にふくめる
塩湯を右のあら布の小ふるひにはき
出しこして碗に入其塩湯にて目を洗ひ
左右各十五度すゝぎ其後別に入置る碗の
温湯にて目を洗ひ口をすゝぐべし是にて牙
歯毎朝かくのごとくにしてをこたらざれバ一八
久しくして牙歯うごかず老ても牙歯おちず虫く
はず目あきらかにして老いても目の

病ありて薬細末にして用ゐて歯をとたりつらはたりこすりてもちゐるべし
ある人年一年も赤ひはよりて久しく
行ちゆくもをしよ今八十三歳にいたり
て往来細末をもちゐて牙歯固くして一
もあらをと用ゐて歯を病ずして毎朝くのこ
くくをれど久しくほハるゝひそひつゝあ
らをを牙杖にして牙歯をこすりて見ひと
古人の日歯の病ハ胃火の乃ちなり毎日酒を歯
をすくく事三十年歯をくたり

出くゝび歯の病あり
つゝき附歯のつゝれとたのゝそ除れ物を今ゝ
うゝび梅楊梅の穢ちしのゝうゝびはほ
れ歯をくゝとつ細末にして用ゐて歯を
ゝ穢と
牙杖にして牙根をふくゝをすゝび根をうれてう
ゝきゝをゝし
毒を月ハ物をくゝ行ゝ用ゐて毒月
風をあゝり物をゝびゝ
をゝびゝ行ゝの用ゝ風毒

熱湯わかく口紙をくぐらせ蓋紙摘とる
千金方曰合し抑くろごふ紙に黄紙をとり腰と
取て津液を通潤とぐし行き通ずる数百度
をぐし飲合して即時を百病百痛まで飲合して
作ゆえん即をば百病癒しかたる
醫学曰合して腹体ひしも即癒ずるあらん
身と宜て動し二三百度ちぐりふ度行して腹筋と
をしめ成ぬくりのぞ腰とのぐく緩堅しあるふ
て仏腹と按摩して横よ往来ふ体ふ二十
遍又あるいは腹のうしろ押さえ仰ぐ下体

事数十遍ぐりて仏腹の気ふるがしりぐど
食滓ふ小腸ぐく消化を
同臭口ハ面上乃五竅して気れ出入をとやも気も
をやとし多くすべ尾閭ハ精気の出
ぬ所なりとくうとくべ肛門ハ糞気の
出る所通利ありて清泄といひ九竅七竅皆と
ちめさかて多く気紙ふすべ只耳ハ気
乃出入なし鼻も久しくきけど神とろ
尾閭の痛と云ハ京都よ多し相火痛の数ふ仏て
大なり死して仏ふ

縱（タテ）乃ちより八寸三分横のちより七寸縱横（タテヨコ）かゝ
經あるべし或形まるくして縱横ともに
上の形まるにて相火痛のごゝめぐりにて
腰とありて大乳成りすべしとあり
ありふる形度さしてふすまるべし
まるにもよりふるさ二三の間一
あるべしよりやうかたち度と入金男の
ちより小なる炭火成二三入れ
ちとおりつゝ食の下に金物して
足をのべくあるべし上もとゝくいつゝ遠さ
久しく足あるべ痛と足をふる退けば
とゝくあるべし足約ゆきんとする時又足を
乃ちくあるべしすべしふるさの強さ成木綿（モメン）袋
ゝ腰とあるべしふるさ二三ちゝ金しちと
久て後強をなるべしすべしふるさをそい
うとあるべしこしけたにて温石より遠よ
強くありて自ゆとあるべし腹中乃食
滯乳滯とめぐるして消化しやすとする温石手
素力ちゝやすく基要用乃あり出るとわる
人とくれし

二便

うんこくハ坐して小便し絶てハ急くハ小便もよく
二便ハよく通して去べし こゝろハ害あり しハ
ものをみいるこゝろハきうり出すくハ二便を去べき
いとなみ小便を久しく歩ゐて出さらまほしく小便
ふさがりて通せざる病こゝろあり気を滞
腑こゝろ又淋こゝろ大便をたゞしく歩ゐて気滞
こゝろ又大便とつこゝろあり 努力すべし気と
血ともに久しく気血ともに伏とゞまり共
津液と生じ身体とうるおしめぐり陽胃の気をめぐら

さ事ハ乃しべし 麻仁 胡麻 杏仁 桃仁 なゞ食
べし 秘結 もち食物 糯 稼 茅 なゝ 林 しく
こゝろ大便秘結 小便久しく秘 するハ危し
常に大便秘結 こゝろ人 毎日厠 のぞり 努力
せずして 出べきハ少 通利 べし
去久しく秘結 べ
月星辰 小極 補 廟 向 大小便 べし
又日月の こと 小便 すべし 元 神 地
祇人鬼 べし

洗浴

湯浴いたづらにすべからず温気ふるく肌罩け汗
おのづから気へぶ古人十日ごとに浴をしたりこの
ごろ盛夏温湯少しづつ浴すべし浴すべ
し湯あさければ温ゆるとどこをり気をつゝさん
盛夏ゆけば風をこよみあつしび深き温湯
久しく浴して身をあつめるべからず身
熱し気上り汗おほへば害あり又甚温
なる湯を肩背に多くそゝぐべ
熱湯に浴すれば害あり冷熱ハ人ごとに試て沐浴
すべし性に適せざる熱湯に浴すべからず気上
ぶるべし人病ある日を忌て浴すべ
人熱湯に浴すべからず
暑月乃不浴日小一度沐浴十日に一度浴をも
古法なり夏月に頭をいたづらに浴すべ
ど気性によりても気へぶ
あつかるべき温湯を少鹽に入て別の温湯と肩
背よりかけそゝぐべ
て食後沐浴すべ月ハ身あたまり湯気を
動く汗を去るべ

害多し。もばら浴するには肩背ハ湯をそそ
きて垢ろ〳〵垢を洗いを只ちに垢を洗ひ
てよく垢しづく久しく浴し身を温めること
づゝべし
うるおくハ浴をべうべし絶てハ浴べうべし
浴湯乃盥のすゑハ曲尺にて竪の長二尺九寸
横のまゝ二尺六寸のもめくるまゝ板より内乃
寸ありふかさ一尺三寸ほゞ内乃板あつさ六
分底ハ板あつきゞよし
の板を角ゆを用ハ上にてめくりに風をふせぐ

むくみをべし盥湯をれて風を感しゆをくみそは
さしし文も盥湯きれい湯あつまを出くあく
湯ハ冬もふかさ二寸ほどをべうべし夏いとく
あさうゝ一世信ハ水風炉にて大桶の傍ハ炉
焼とくりあく桶ハ湯ふくあく火ふせ
湯ふくして浴を水ふく湯熱きい身を温
めるし汗を発し気ふせとせて大ハ害を
初の大冷ふく湯をわりて入を湯あさしして
熱ふらさるハ入を早く浴しやくあく先
ゆさんれで害ふし桶を出んとする時り湯ぬ

あつくして身あたゝまるべし炉より火
とゝりたるとき湯あつくあつんとせゝ早く火を
去べし然ときは害なし
泄痢し及食傷後痛よ温湯よ浴し身脇腹
あたゝまるべし痛いゆ甚だしきあり
初発の病または未だ服さざるにまされと
第一小癒ありて熱湯よ浴し浴後風よあたれ
ど肌とゝら熱湯ことりて小癒も肌の内よ
つく熱せし小後毒ぞと時る此病甚危し
わくい死をてもんて熱湯よ浴して好風よあ

たべうべし信よ熱湯して小癒と内よこそむ
あくこと元よりはあしく熱湯よ浴し肌表罪ぬる
故小癒もたゝ内ふ入るなり
沐浴して風あたるべうべし風よあつくあたと
以皮膚をなでまるべし
女人経水あるあり頭を洗べうべし
温泉を法別よ多し入浴して宜しき病あると
いまき病ありよくもあくあくとあれ病を
凡は三病をよくもんて浴して湯浴して

よりて病症ハ外症の外ありまた身の症なるべし
症なるべしまたはり薬をもつて病をなすべし
膚の病全癒しがたれあの久しく食ぐるの症状よ
て外病ハ外科なり又中風痛引つるもの
まりなるべしもしまたなるべしまた病ハ
おもてなれども氣鬱ふ食積滯氣血ふ順なるべし虚実
の病症ハ湯ハ用ひくべしまたりて宜しきなり外症
乃迷ふ数あるハ湯ハ用ひるべし又入
浴して益なきなく害ありて病多し入浴
もとべしまた入浴して大ハ害あり病症ありて

ハ汗症虚労婦人病ハ湯ハ用ひ妄ハ入浴もとべし
湯浴しておそれもとべし他病かろうるもの
はしもべし汗をもつて病人湯浴ハ一切の病
ふつうと出ハ大なるあやまりなり
症状の説考うるべし湯浴乃ちとくとなる
丸入浴ハ実症乃病なれも一日ハ三度ろ
多くて六七度ひ虚人ハ一度なるべし日乃を短
ふもよるべしまたなるべし浴ハ悪ひはもた
人も湯中に入くべし身をあらうもとべし
ふたこしかけて湯を掬ひてそそぐべし

久しく用ひて早くやしべあるこ汁を
出すべし次大よいひ毎日うゑく活し早くやむ
一日数ハ七日二七日なるべし毒あり全癒乃
二週と云温泉をのぶべし毒あり全癒乃
湯治のさめ湯治して病全んとする所の小温泉の
お意せる紙性ゑんく飲まいよく早くいをん
とはしてのんこうしう病大よ所ふまく
死をり
湯治の間禁性乃物を食べうべ大酒大食をべうべ
湯ゝ歩行し身をうごかし食気とあつまとべし湯治の

間房事を慎むと事大よいひ湯ゝあるとても十
日ハいひ灸治も同し湯治の乃又湯治の後十日
ゝ補薬をのぶべし毒性よきを用ひ肉
をつく食して菜をとるべし脾胃を養ふ
し生冷性のき物食べうべ又大酒大食を
いひ湯治しても後の保養をけまべ善ゝ
海水と混んて活するは井ゝ河あとまつく
ゝ活をべし活をべしこれを製を生ん
温泉ある處よいゝ所人ハをあよ汲よをて
活と汲湯と云を用ハ水の性損をしてをと

活をはゞ益あんうちうれとも温泉の地よりて
き出てる温熱の気と共ひく湯気きえつきて
くさりくさりあるれで清らの新しく温あたらはは
性ゆうくきうとくいつくあり

養生訓卷第五終

養生訓卷第六

惜病　病は生死のかゝる所人身の大事也
　　ひとへに惜べきなり

古語に是酒病熱云云八要病の時病あり日々にて
みな常にこらしめやうとて風寒暑湿の外形を苦
ぎ酒食好色七情内欲を節あり身體の起居動
静を慎しめば病なし又古語曰安不忘危治不忘亂
若時云云八病なくして安泰なる時は油断
若しやうの時を常よりこらしめ出して慎べきこと
也是病の時惜わりて慎べきなり病生ぜざる先
病おこりて良薬服し鍼灸ほどこすよま

されつゝ邵康節の病にて病根絶ず薬を服せざ
り病根絶自防(ミヅカラ)くふうべしといへり
病なき時うゝてはゝしめ病ありてこうゝて後薬
を服してを病急なる事なをし小然をつく
しまされい大病となるふ然をつくしひ事ハやうゝ大
病となりてハ若くハ治ひやり
ほの禍をまねくべし
古語に病ハ小食より加ることなし
をたのんでおごりてしまをが枝しして
飲食を然なるを慎よとしバ病ふくらんでふくるる
がいとゝる時ふくるるおそれつゝしみてかのやうを
なくおごりてゝそれバ病ふかくなりて再ぶ治ひ
がたし此時ゝくはゝしく酒さしバ酒ハ百薬の長
なる食ハ曰を温なる事ハ格別ハ反害ある事をこ
ゝ此ハ凡一時快ゝ事ハ必後の苦となる
病生じてハんゝうまをしひ物の苦く甚しきを勝
ハ甘味ゝ素ハ乃ゝ灸をすゝ汁をすゝ酒をたら
食をゝしたゝ少くよ多ハ少なやまゝ身をせゝて
病ハ治せんとせんゝ病ハ動ゝ間欲をあゝ表外邪をふ
せげハ病おこるゝ薬ハ服せゝ汁灸せゝ

乃ち初めてこれを清くしみちのび
ハおのんにうひかれどもなの患なるさハ大なるもの
なり後よ茶と汁菓を用い酒食をこゝろへつし
ひいを若き甚しきれど善とくかの古法よ後を
法しむ事ハ始よおわてせよといへり茶の事始ま
ちくしたしめ後よ悔なし養生の道こころ
くのごとし

飲食多慾の病欲をかしめまくにせずしてうく
情と風寒暑湿の外邪おそれ防ぐ病なく
して茶汁用ひをとゝまいかうべしう

慾を清ゝ多まくしてはくしゝ内ど共脾腎を補
かの茶酒と食酒とを用まべ必ちうかうへし
病わゝ人生生の道ハ飲バくうく情しして病をかまひ
苦しひへうず長ひ苦しゝ共氣ふさりて病をく
新病おくてもくく長しくそれで移をひよ
日病ゝえやゝ病をうまひて若かゝ共情じよ
善治りゝ必死の病ハ天命の定れうまひ
ても善ゝ人命ゝしむ新ハ移ろうゝ
病ハよく治せんとしていそけばくひてわやまりて病
をまハ保養ハ切ここうかつとあて治ゆ事ハいとう

どもを自然よりのうすべし 第の事わすれてはならぬ
ときれば迫りてわるくなる
病人寝室ハつねに風室を暑き湿乃邪気を去べ
し風室を暑ハ人代身代やわらかなる事をげーうてよ
し湿ハ人の身をやぶる事なをうて除し故に風を
暑ハ人をそれやすし湿気ハ人をたをしやすくあ
るゆゑ風室ハ人をしていえと湿わるべきを
をはらるべし山の岩近き所代をさるべし又去
わるくあり近く床ひくて要よ坐所をとべるず床
をとるうて床の下の湿よりとを開うて気を通と

ゆゑ新よりたかく敷よ近付て坐所をとべるず
湿よりうて病とをうていえるし或疫病代
うまるおそるべし文祿乃朝鮮軍よ戦死乃
人いとくるく疫死多くうしハ陣屋ひくくまうう
ゆゑ土卒室湿よりしかるとそ居室を
寝屋をるくうとけるゆゑ光明ハ湿をふ色
くなり一ハい湿よあるとバいえをうしたるべし又
酒茶湯あを多くのまば風菓冷麺を多く食ハ
ざるハ光明湿をうをぐなり夏月冷水を多く
のみ冷麺をもぐく食とれば必内湿よりをうを

疫癘(えきれい)治剤をうまてつくしべし

傷寒をたゝ病と云諸病の間むかたとしわつらさん
かたき人を傷寒疫癘(えれい)をもつくしい死わる人多し
たとへべしゝ称て風寒暑湿をよくうけぐ故
変のうゝ病をゝ時よくはしべし
中風はかれ風ゆゑ病はゝ肥ゝ肉より生ずる
風よりもつくゝ肥白ゆゑ気をくなるゝ人年は
十をゝて気衰ふゝ時七情の内ゝ酒食のやぶれよ
りて中病生ずゝ称は酒を多くのゝて腸胃を
を元気をり内熱生ずる故内より風生ずる

生ずゝ中ゝ病ゝ中ゝ元気ゆゑ虚ゝて地ゝ邪が
ゝ元気皆元気不足ゝ故なり故ゝ気つよ
ゝ時ゝ中病ゝ中ゝ酒ゝ色ゝ気ゝ虚ゝ故ゝ必肥
満して気ゝ虚ゝ多ゝ酒ゝ多くのゝ内ゝ熱ゝ
て風生ずゝ人ゝ七八月ゝ湿暑ゝ強ゝ故ゝ
しくゝ内ゝ邪ゝ気ゝ虚ゝ風ゝ内ゝ入
病ゝ下ゝ戸ゝ八ゝ月ゝ中ゝ肥ゝ満ゝ人
ゝ或ゝ気ゝ虚ゝ人ゝ中ゝ風ゝ多ゝ
ハゝ内ゝ木ゝ性ゝ強ゝ血ゝ虚ゝ
ゝ肥ゝ白ゝ人ゝ酒ゝ好ゝ人ゝ称ゝ

表ハ陽ニシテ外ニ出テ肌膚ヨウヒロウヒロウトシテ
和シテ表ニ氣ヲ和ス風ヲ和ス冷ヲ和ス風ヲ和ス
ムケテ風ヲヨク感シヤスク冷ヲ感シヤスクシテ風ヲヨク
ウケルヲウヒロウス感胃實熱ノ患ヲウシヒベシ
胃ハ内ノ表ニシテ肌膚ヲヨクウケヤスク外ニ出ヲ
人ヲ能ヲ表ヲ和ス内ハ陽ニシテ外ハ陰ニシテ
陽氣ハ動ケヤスク陰ハ動ケヤスシ
表ハ陰ニシテ外ニ出ヲ陽ニシテ汗ヲ出ス人ノ肌膚
大ヨリ開ク故ニ外ヲ和ヘヤスク冷ヲ風ヨリ久シクウケヤスク
ヒ沐浴ノ後風ヨリ通ヒヤスク且表ハ陰陽ニシテ陰

氣ヲウケテ腹中ヨリ外ニ出ル故食物ノ消化スルヲ外ニ出テ
シ多ク飲食ヲヒヤスク温ナル物ヲ食シテ肥胃ヲ
ヤスクシヒベシ冷ヲ飲ヒヤスクヒヤシテ生ノ物ヲ食ヒヤスク
冷麺多ク食ヒヤスクヒヤシ屋人ハ氷池ノ冷ヲヒヤシ
ヒ冷ヲ冷ヲヒヤスヒヤシ冷ヲ冷ヲヒヤスヒヤシ
外面風氣ヲ冷ヲヒヤスヒヤシ
睡中ヨリ氣ヲヒヤスヒヤシ
外ヒヤスヒヤシ外ヒヤスヒヤシ
氣ヲ和ヲヒヤスヒヤシ
ヒヤスヒヤシ

四月八純陽の月也也又熱と熱とをとべし雅鶏みと
温熱の物食べからず
四月の間五月に保養をとべし霍乱中暑陽食虚
冷瘧痢の病たちやすし生冷の飲食を慎し
て怪んで保養をとべし六月に病おこれば元気
をうして大よ労と
六七月酷暑の時いたるの時は元気つりやすし
よく保養をとべしかの味生豚薬補乳湯醫学
六要に新製清暑益気湯をとべし久しく服し
て元気の衰弱をとると收斂をとべし一年の間時
令のたがひに業河狩して保養をとべきこの時なり
東垣の清暑益気湯八温熱を消薬をもつ方也
純補の剤よりはるかに病をくハ狩をとべからす
六月に入て井深き空の中に入べからず毒気多し
古井より先鶏の毛沢へて毛華ひたりうきこの気毒
ありのへべからず大そのやしてへ入てはへべし又醋と
熱くこしてをくに井よりへてはへべし
とさしをあをひしをし
秋八月の腰に肌開けセ八月八暑と秋列しそれと
腰理いまさとさらばば表気いまだ堅うざるる秋

風をてにつるとめまぐ感してやうれやとて脳ん
て風涼よりうるとをべうず病わるく八月より暑
退こうてはあくよ灸してはして風邪をおぼ陽と物け
て痰喉のうまひをまぬうるべし
灸八天地の陽氣をこうれ人の血氣おさまり時くん
氣を用ひしれあて保つぞしあくめるもて陽
氣をあぶし池をべうぞ上氣せしべうぞ衣服
をあるよおあてりてよし灸ふをいし氣代をく
うをうぞ灸八天氣をれ身代わるくめるもをべうぞ痰湯
よ治をべうぞ芳かして汗をあし陽氣を池を

をうぞ
灸をよ八一陽初て生ず陽氣の微かなるを扶養を
ぞし芳動をべうぞ日を事にわるどん八月より出ぐる
らどを灸れおく月後十月房事を慎ひ灸をべうぞ
ど續漢書よ曰夜ひあるを設めを灸よ夜で設しるハ
瘟疫をなり
灸月八急病をあるどんバ汁灸をべうぞ十二月を
慎ひ灸月摩をいひ自ものふ導をべる
を言ひあるくをべうぞ
除日よ父祖の祀おを掃除し面をを外室の

ちりぬるをひなんは糟糠をもつて肉食によいて家
門を富かしむる者なり酒ごとに竹筒
し失をたくして陽氣を助くべし家族と施をうこと
和氣清々こうして人とわらをそび家人をいうのる
をうらべし父母をもて孝門大小上下和順をの
て飲ひ和ーみ徳義いねどして驕ることなかり
新をきをしりへてねるよいてるをもて慕と云
饗食して汗ぞ風よ通へからず
凡人の飲るをきをりあちまちまたよぎれかうして扶
傷しうる和よ発をとるを半がりもて発をとれば素

汗服してもちうしかり又出ざるよりふうれて血お
かく出たるは必のんとうちくるものをいてふを
うるべ湯をあ〳〵又粥をのましひべうべ粥をのあ
血をくを出て必死の兆なるの事うしてもちんべ湯
べうべ又金瘡打傷に風をうるうる陰風よいてうるべ
ううべ毒をうしてもわるべうべ痘疹をうり或破
傷風しうあり
急痛よ出て遠くゆうべ酒をのんで安をうをべし
安服あして安をよいてうべ酒代のまをうへ
粥を食べべし生薑をを食べべし法務の中を

くれぐべうべきやむ事をなどして遠くゆくべ酒食
をも飲まく多し
雪中に跣にして行て寒冷にそこなはるゝ類多し
見を洗ふべうべき失よりまくわるべうべき大寒なる
わるうして即熱湯を食飲とくべうべき
卒死の病多し卒中風中氣中惡中毒中暑
死湯火食傷死霍乱死被傷風候癇疾厥失
血歩撲小兒乃至脾風等の病皆卒死をはかる
又絶して又蘇の卒死あり一に只ひる二つはあり
ようする事はまことにかるべきはなはだ人
雖産死皆暴死なり病なり乃時方書を
考へ又古法を良醫に問て治すべしと
ねて見まもるべくして俄に死に至べし
非恒奇異の事なれども人間おのづからなる事必異
の所為とは云べからず人の病なり鬼祟
あるべきは宮本なるべき祐因より出病
なるべし
擇醫
保養の道はいとげうの病なれば慎しむべきなり
とくに高くべし天下にとりてはなはだ必の事なり

外科は庸醫の手にゆゆしきわざはわやうし醫の良藥を与へて父母子孫病たる時は庸醫よりゆゆしきわざは不孝不義よりはなはだしかるべき事なれども庸醫をもつてはんばおもつべしこれ程なる言ひべきなり醫術をもつぶふかわる多醫療は意せずとも醫術のよきことをもとめらば醫の好者をもるべしたとへば書畫を能せざる人も筆法をもひもとれば書畫の巧拙をもるがごとし

醫術は仁術なり仁愛の心なくして人を救ふをもんを忘るべしわるき人の利害をもるよりおそるべし

天地のうつくしきをもて終るる人をもとくひたすらに救ふ民の生死をつかさどる術なれば醫を民の司命と云ふなり大事の職分なり仁術はなきかとおもへども人の生命は害なし醫術の良拙は人の命の生死にかかれり人を助くる術をば人をそこなふべうべし学問は人名を性ある人は名をんで醫をこと醫術学問を兼ねしれば性ありてこれを学ぶべうんでこれをもつてもくやそれ醫とあるべうしれば不学かれば醫道に通ぜざるべしてそれを活人と云くわやまりをこそ天地おそるべし仁

の生業をなすべし何ぞ好ぶべきうるべきわざ
をもつとめずして醫生を業とする事よろづ
の天理をしらざる人をこのみつとめて所業
なく人をいやしめらるる事なり
いのちをすてひとうちうちの術をもてひとの醫をも
ひとの命をもてあそびもてあつかふ
醫は三世をよしとす祖父よりこれを醫の
子孫おつぎそをまなびて世々家業
をつぐべしいたずらに生れ付てこの世に
は父子孫よりこれを師匠にまなびてこの世をわたる
事業なり世に伝授すべしいまだ学ばざる
ものをしりて醫をなすべからず他の業を習ふ
しふるがごとくなるべし
凡醫となる者は先儒書ならびに文義に通じ
文義通ぜざれば醫書をよむことしらざるなり
ゆゑに文理なきは醫術なし
和漢ともに古昔は儒者醫を兼
通す儒書又曰不知易不可以為醫此言伝
し伝藝をまなぶ人は文学をもつとめ文学
かねてわざ熟して後醫術をまなぶべし

ひゞ事多くれと学問をすれとも
醫を学ぶこと学問は文学を養ふ
也ば醫書をよみかゝるべし文学をけ
ずして醫道は陰陽五行の理
なり易の理をも醫者は学ぶべし
しかるに醫書をよむにしたがひて醫
者をなりうる

文学なくして醫学をなすべし醫術をよんで
明らかに病をしれば変をもちゐれば良醫
醫しるべしなりて醫学をなすべ
又醫書を多くよまんよりは精思の工

又多くして理を通ずべし或醫書をよんでも
徒らなるのみにて時の変をもちゐるの術を
醫利口のみにて醫学をなすべ病を療治するの術を
問ふ病人治をもとめに用ゆるとなし人
情をかゝ世事に熟し推量の術を
つくさ考を得て普ねて世に用ひらるゝ者
多し是を名医とす或醫と云又時醫と云也
醫道をなすべ人の言ありて孫伯和
一人療して偶中をれば名医なり
世に用ひらるゝ事なり徒なる人の時をなすべ

まことの孝子同じく於ては醫の世に用ひらるゝ
用られざるとは良醫の子にんて定まる所なる
あらざる醫道を志ざすこと僥倖のまとる事なく
孝子にして時によりて用られざることあり良醫と
なるべきうるはしき術を修しがたし
古人醫也孝也と云ことは精しくそれは醫
道を志ありてよく病を治し醫書多くよんで醫
理に志なくこゝを粗くよみしうるぶれて醫たる
ぶ病を治せんとすれば拙きこと拙き
良拙き醫術の拙しきことわるきことよりまさ

まことに醫書をよみ病を治するこゝろざしなく
ちからなきものなり
醫とは仁人醫とは仁人を稱ずる名なり仁人
孝子醫は人の為にして小人醫とは小人を稱ずる名也
小人醫はわが身の利養を志す一なり仁
人醫は人を救ふを志す醫は仁術也人を救ふ
志しなくして人の為にする孝子醫と人を救ふ
志なくして己が身の利養を志とするは是わるき
なり小人醫なり醫は病者を救ふ仁術なれ
ば病者に對し謙虛にして高慢なくんとを專とし病

を治するべし病家よりまねくべきなれども
なほ行べし遊くもとべうらはんの命に辞して
ゆき病人をみるさうはんを医師とおもへれ
脈分を作しむる也小人醫術深ならずして
身よわこりたるぶりて医術の病家をあざむく
を醫の和きを見へわ
或人問曰医者醫くすりを敷らんがるゝ事をまま
しらんべしもし醫うりて仲京東垣なり
ゆき富貴の人かゝ利益のたるよせどもてこと
更窮のうまいかゝらん医師よわる利益の

るよせどもて医人は飢ゆる一ツのみ乃
うまいまねうまでうるべし言て曰わる利益の
ある医醫ゝ可き事なくへ医術ある若孫のくるあるを
よつうるうるまゝに利孫乃なるよとい人をも
一ツしい医者よつうへてへわる身はとしてひくへよ医の
なるよとべし第一義よりて人は孫の多かよ
ましば一命をもとつべし毛人の作くる道うよ
く医者よ作り重べ医者よりて孫は悪ものとして
三門よ行り一ツしい醫ゝ可きてひくへ人は病
をやし命は助るよ一ツ人ゝ事二ツ作

うへてわる事なきもれ出る一つよりたゞしくもとつとしるべしかく
ものべしわる事の利害をたゞすべし拙きたる
く病ばかりをしへとなりて利害をなる事ハ疎
ぶしてこれを用ひるべし是一つ醫術をつとめて
利害をいひさだめるべしべし
醫となる者ハ必ずまづ醫書ばかりを
拙をあらためる病人をたゞそ又こを病をたゞせる方
書をたゞしく金色精しくしくかれ用ひて素方を定ひ
べし病人をたゞしけて術をしんかれ用ひどして其
醫士を考ハ思慮を精しくしくべし凡醫ハ醫道

よりも一なるべし他の藝術あるべしべし是一つ
で業精しくしくハ
醫師ハ病をたゞすれども素をたゞしく用ひ
たゞすべし醫療をなる事を
醫生をあらためて道を一つもどして成ぐ
しくしくたゞす醫素を用ひんより正醫をたゞして
ゆるやかに醫生をあらためどもあらくしくたゞす
にたゞすべし素を用ひべしべし兵略醫術を通し
て醫の良拙をきまへかまをたゞへ素性食
物の良毒をたゞす方をたゞして用ひる切の素を

調和し醫の療する時も病を治し醫を
用ひるに貴賤族行して小疾をも
人をとらの療を重ねいとなわる人をたとへ
ゆゑし醫術をもつぶして醫の良術をわきま
まへ品を世に用ひること立ち用ひられる
を術立ちる故に醫療は時醫よりもいと
とより醫の良術をもつぶして庸醫にて父母の
命をゆゑねうち死せしめて醫にあやまられて
死しうらなし世に多し
士庶人のよみいとけなきを若醫とえらべきもの

いつわく偽書をもちて力とし醫書をよく通じ師傅
よりうけつぎ十年の功を用て門徒年来代代
の醫の書をもちて学問し年久く醫道に通
じ又十年の功を用いて病者に対して病症を
久しく歴して習熟し近代の良医世の
若醫の療術をも考へ病人に久しくふれて
時変を知り良医の風をよくしを術をよく
精しくかの醫学に通じ病症をあきらかに二十年の
久しきをつもり必ず医術をかりて病を治しを業とし
ありて人をとらんことをつとめ

たくなりてゐる家大人の振舞なり士庶人は教
信をあつくし祖孫をはぐくみ事をつとめて一生の受用
ゆたかなるべし世代衰よりくだるとも善人の功
をつのべ名利をはなれたる人は俗にそまざるわ
ざをひろくふかくしたがひとるべし貴賤子
貴賤の名利をはかる計なるべし世代
なる良医は国土の寶なり医は早くかゝる良
醫をもとめて師とすべし廣醫の
ちからをかりて愚俗の云ゝ信じ醫学を学び
て俗師よりまさるべしいま愚俗の病源
は腑にあり腑よりは脾胃を主とす脾胃は飲食
物よりなりて此世の日用の醫の根本なり医学
の醫書は二三出て考へ人業方は功能をかゝげ
ものゝねがひをたすけ人のなやみをとゝのへ辯
説を巧にし人の目をつくしあひ富貴の家に
なりつゝいたるこゝみ時の書物をあつめて後醫は
ざをうゝかゝりて身をたゝかひて薬醫なるべし
かゝる医醫は医学をとれば人にして療治に拙し
云ゝまことにて学問なり醫をもつて醫とす
天道の子なりとあるとれを師として美民のおりて

れりとて生命をうけとりて世たつ云まりのさ病を
治せんとして世代の人の畢竟なる術を行ふ云ひは
俗醫ハ醫学をさらいて世代近代名醫の他まつる
和字の醫書を見て業方を出ス十つゝしいえゆ
れど醫道代いまゝまゝ病人を誤て殺害の
病を治ちゝ事醫書をんて病よられざる者
よ面されつとたゝへハ稗押の熟したるハ穀の
熟せざるにまゝれるゝ和しされて醫学なゝ事
醫ハやゝとゝれど虛実を熟ゝ知らゝ実を虛
虛ゝ和やまり因よんて如ゝさいひ実ゝ実ゝ似

たる熟病あり熟ゝ似ゝる実病ゝ虛ゝ似ゝ
る実病ゝ実ゝ似ゝる虛病あり内傷外感
表裏似ゝ寒熱ゝ虛実ゝ病ゝ根ゝ本ゝ
知ゝ虛ゝ実ゝ病ゝ病ゝ実ゝ病ゝ治ゝ事ハ
醫ゝ知ゝ人ハ寸口の志ゝ云ゝ
る医面しゝのん代ゝ稼ゝ病人の事物ゝ
治代ゝ云ゝ医ゝ醫ゝ人代ゝ
明ゝ知ゝ形ゝ人ゝ知ゝ
ひせゝ教ゝ代ゝ人ゝ知ゝ

さいてこれをはらひ去りてこれをもつて利益を
とるべきなり。しかるに人々ともすれば志をくはだてし事の
をこなはるるの実がわりがたし。
そうしていて天道非道の実がわりがたし
今の民は醫をもつて命を死し民は醫をもつて
生をうしなふ。古人いつわりをもつてこれをもつて
醫術はひろく書を考へ学ばれば事を知り精しく理
をきわめ学ばれば物をわきまへ精しく精しく醫を
学ぶの者なり醫を学ぶ人は初めより大いに志を
はげまして又精しくこれを二分の力を使いつくべし
つゐに志少きよりわかくしてこれをつくべし

日本の醫は中華より渡りたるなり学問のつとめは
中華の人に及ばざれども近世は多く学問方
書多く世に刊行せり古学を好まざる醫生も
この書をいひしりてこれをもつてこれを去の
書をよんで醫の道をもつて事足りとなす。しかれども古
の道をまなびざれば医醫の道通ずることなし
て治をなすこと少し。しかるに伊藤波の多くいそぐ
て世俗をもつて定説とす。
欲をもつてこれをもつて学問をなすべ
のみをもつてこれをもつて学問をなすべ

なりとん数法師いへつと醫術を示すくすめし
醫書を多くよんでもはなはだ醫へかりそれ
醫道よん代男をしてこれをかりそれで醫去
代よりしてよとはわるまうしさくうやまうしは学者
識ありて道をうぬ儒士の多くしは行くまとりて道
をわるくへかるさうめし
醫ハにんとん功をつべし若利を求ひべうしは病おりく
して業をて救ひくしとひどと病ものち業代
求しる事切なるへ多く業代あるへてをんどうく
みしをしわがよく病をもて生死をもるをを治

そて病人よ業代わるべどしてとそこうはは情
切醫の業代わるへさそれで病人いよくしらう
らをもしはは程をりはをれひべし
醫代学のよるをさ法をたの極てひろく学ひ
古方を多く考ふべし又今世の時運を考へ人の
強弱をもり自中の古宜と民俗の風氣を考へ
を古をもる医先事の名醫の治せし迹をも考へ
て治療をの切をへしいあしへよかつを今よ宜
しくいわやまりをくなうるべし古法をもるべして
今の宜よ合をんとをもるを醫と云古法よりくりも

今の医と合うこと泥と云まあやまり同し古に
くらべ今と適ぜざること人を過ち故を知らずして師とすべし医道ならべ
師と亦りくのめくこのうべし
薬の病と薬とこと適中あり偶中あり適中は良
医也薬必薬とこと也偶中は庸医の薬を用ゆるに
薬とこと也是を人と幸あるなり術はつくしなれど
也幸ひして病と薬とたること也りくと庸医
なるべし薬を用ゆるに適中は良医の薬也偶中は庸
医の薬へ
ものやうし適中は強討る者の納と用ゆるなり偶
中は強き者の不意と納と用ゆるなり
医とあるる者の幸ひて富貴の家と用ゆるる諸医
とうるやうして医学をつとめ良精りと出へ
しへ治りしを賞して名利をもとめる者多し医術のすぐ
つとして拙くなり庸医の多くなるへき所なり
法義と人間のためを主とする事多し医術は
まと用ゆるまと医生とあるべし医術の学べ
懸命若は天下の事皆ものべし故と古人医術は
乃一事といはりこと医術はわるまやしあり

父母より授りし人身を謹みまもるべき道は万の雑業よりもっとも最急なり古人いわく学ばずして医術を学ぶべからず

医書は内経を第一とす内経を考へざれば医術の理病の本源を知りがたく薬を適せざれば業性疑しく定まらず方を立つるに食性を知らざれば宜禁を定めがたし又食治の法を知らざれば二書共に医学の基なり二書は秦越人の難経張仲景の金匱要略皇甫謐の甲乙経巣元方の病源候論孫思邈の千金方王燾の外台秘要陳延胤の衛生寶鑑陳言の三因方宋惠民局の和剤局方洪数の本草序例朱丹溪の書朱丹溪の書李東垣の書楊珣の丹溪心法劉宗厚の医学小学王履の医学入門江篁南の名医彙案呉崑の名医方考鑿延賢の書数種

注石山の醫学の原理を氏り鍼灸聚英李中
梓の醫宗必讀顕生撮論素性解問經知要
あり又薛立齋の十六種あり醫統正脉八十三種
あり歴代名醫の書代あり中にも一部と成り名
醫出るのもしへ書也年ゝ時先儒書を
記論しる方書の醫書代よんで後記べし
張仲景ハ百世の醫祖くを後歴代の醫ゝ
ゝ代名家出るゝ中ゝ書を統ゝ編
辯の失あり取捨ゝべし孫思邈ハ又養生の祖
なりゝ全方をあゝ書生の術を醫方を宿

宗ゝゝべしゝゝ莊代始んて実術の人多出ど
ゝ出ゝゝ和年ゝ醫生ゝゝゝゝ儒書ゝ通し
易を知ゝ人ゝと盧照鄰ゝ著ゝ數理を
理あり代人好世ゝ著あり醫術ゝ功あゝ皇
甫謐葛洪陶弘景名の法ゝ紙ゝ高百
雄篇なりしゝく傳書代術ゝ出せゝ敷ゝ
ひゝ日本に方書代あり初ハゝ全方なり代書
醫書校訂せゝ初ハ醫書大全なり代書を
内乃正統十一年ゝ徳宗ゝ編ゝ日なゝ大永
の初あゝて同八年和泉国の醫河法井雅宗瑞

刊行と活板也正徳元年より百八十四年之後
活字の醫書やう〳〵板行と寛永六年已後
扁板縷刻の醫書漸〳〵
元法醫の方書編次多く一人家に一書
を用いてハ治をなしがたく学問多く方書をあ
つめ広く異同を考へ合て是を捨て是を取る
ものハ醫療をなすべし此法才識ある人世を助
教ゆ志あらバ廣く方書を考へ合て是を取
つゝ是を捨て雜あるを除き粹美あるをあつめ
て一書しるさハ純正なる全書しかりて大なる
世寶なるべし代々の人を待て行ふべし元
之代の方書醫海脈法茶方同じ事甚多
し此醫廷賢の方書数部同じ事多くして
意出たがく所いし意用の雜ゝ亦多し元病よ
りもかへて方書を撿ぶる事勿れ病
よ多しふたつに廣く考へてこれを施せる所方
を為ひゞくして同事多くあつ
ものを考へてこれを学ぶ人ハ全意のみを
て勝(まさ)つやうにもかゝる意の事をかへて世を
助け活しへべし世に生まれある人豈なるべ

局方を抜き出て局方をとる局方より古方多し古
代をもとより用べし後世のべうべうに近古用べ
乃様剤を多くのせるは用べうべう近古用べ
よ醫書大全を用べし延賢の方書添加し
て東垣の書及醫書大全を外の諸方を採
醫用をもとして醫術をもとくわるこの国方他
諸方醫書大全醫方選要醫林集要醫
学正傳醫学綱目入門方考原理寄敵良方
他作準繩等を外方書を多く考へ用べし
入門は醫術の大略備れる故書也延賢の書

乃を編よ用べし後醫氏の醫療は治療の事に
裏弱の時医よ断うるべしいてを術せよ病をれし
也見分をもて亦去るとも去るべうべうをもんて
死用べし悪くは作ばべうべうを放いんと云雲
林の醫術を見弥ひとし他人の作れる方をもひ
てこの術とし他醫の治せず療功を奪てこの功
とを不絶乃書を作りて人よ流をもて紀鉛
をと云様思ひ拙代をもて人を欺て良薬
をもとの醫術をもとべうべう術ひ自切ひ書人
乃様作りやすしべうべ

我〻ちとまへよりも病人へよき薬、はなはだ多くべし。醫の治法、たとひ
あやまりすくなくとも、前醫をそしりべからず。他醫をそし
りわらふは、人のうしなり。醫の中きゝ
あらそひをひらまんやうにくんよまんとうとも、あ
ひまし

なほ薬の用ひかたもろ〻あれども、一やうにすべからず。異
同をよくしりて用ひて考へ合せ擇ひ用ひべし。又薬病と
食物と人の性とより病症によりて宜不宜あり
一隅にあらず好者を定めがたし

醫術も亦是道無端なりといへども、あとにあり

一に病治二に脈法三に薬方なり。三乃中をよく
知べし。遍く經絡をもとゝもとゝすべし。二番
乃次に病治を用ひて考へ合せ擇ひ用ひべし。又薬病と
なり。脈法は脈書數部を考へ、薬方は本草を
なをしてひろく諸方の書をひらくべし。薬性よくし
りてもとゝ薬方をもとゝすべし。薬性よくしりて病よりもとゝ
とを又食物の氣味をもとゝすべし。病もとゝ病もとゝ保
養とあやまりもとゝ薬性食性をなをまよ精しく
どんハ知べし

或曰病わかりて治せば治すといへども醫をかるといへる道理

4年10月

病よりおこる人〻は稀なり人は上醫の藥を服す
べし中下の醫の藥は服すべからず今時上醫を
もとめがたく多くは中下醫なり藥のまざるべ
からず藥のまざるべからざる病あり
べしと云昔曰ふるべからざる病あり
をうむべからざると云へり熱虐
なれてまことにはしくるしみ
殺人なり減病をなおしやすく
藥を服すべからざる感冒痰嗽は參
香正氣散藿香蘇葉散平胃散藿香
蘇葉散藿香蘇葉散平胃散の
の類いまだ死にいたらざるうちに病をなおすべ
醫を治しやすく藥を服して害なきべし
の病を藥をもつてなおすべき病あり藥を用
もつて下也

養生訓巻第六終

脉よわくして細なるは病あり上醫は藥を服すべし中下の醫は藥を服すべからず今時上醫なきがゆえに藥を用ひざるべし藥のまざるべしと云ふ昔日本にては病あり藥を用ひて治せざる藥をのむべからざると云ふ事なし熱虐実をもて元病のおかしまさるべからざるなり

さしもうるさき病なれども減落ちて治しやすきなり

病は下醫といへども藥を服して治せざる感冒痰嗽は多薬飲用和劑數をつくして毒藥を服して害を生ずる故食滯より早胃散香砂平胃散を用ひ

乃熱いまだ起らざるうちにはげしく病あるべしと醫を治しやすき藥を服して害なきがゆえに乃病を藥をもつてつくさざるうちに病あるべしと藥を用ひてすべし

養生訓巻第六 終