

老人養算

番外書册

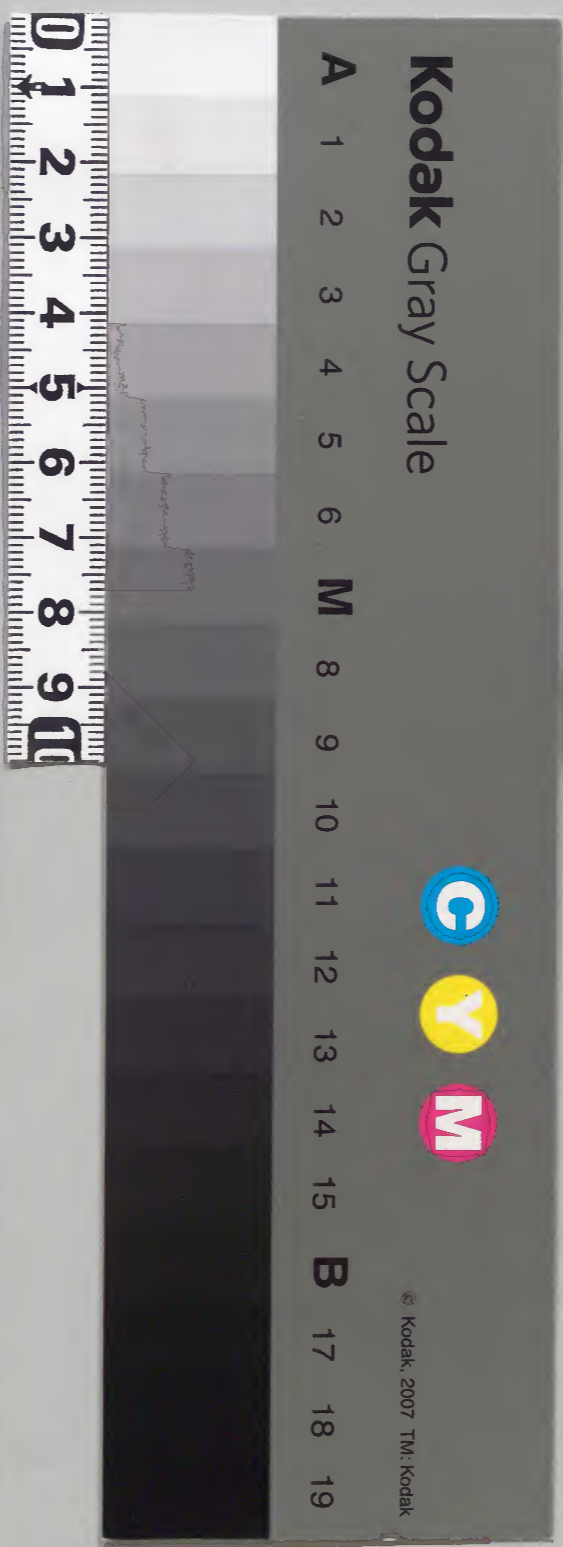
醫療捕養

百五五

和書門		二四九〇九	類
五册	七架	七函	號

庫文閣内		和書
九五函	二四九〇九	書
六架	又	

内閣文庫	
番號和	24909
册數	5 (3)
函號	195 155



老人必用養草卷三

牛山翁

香月啓益甫

纂集

○衣服の親

人の子のむら親をなすかや夏は清く冬は温
 ますはあわり是飲食の害いよはけきふ
 るかろ人し禮記よも衣乃煖寒とととと
 かりむくハ血氣虧くて寒氣を培くは皮
 膚の氣弱きあよ風寒犯しやと又暑熱乃
 邪も透やとよみんはく寒暑をたに培く

浅草文庫

老人必用養草卷三

老^{ろう}人^{にん}の^たま^まら^ら親^{おや}と^と居^いる^るは^は久^くく^くも^も夏^{なつ}の^あれ^れ經^{きやう}
 冬^{ふゆ}の^あれ^れ長^{なが}き^きい^いり^り身^みと^とゆ^ゆく^く衾^{きん}席^{せき}を^を
 温^{あたた}てる^るの^お親^{おや}と^と居^いる^るは^は久^くく^くも^も夏^{なつ}の^あれ^れ經^{きやう}
 冷^{ひや}えて^て衣^い乃^の金^{かね}と^とも^も急^{いそ}ぎ^ぎら^らる^る成^なる^るも^もつ^つみ
 一^いと^とお^おり^りの^なか^かに^にや^や中^{ちゆう}華^{かう}の^のつ^つみ^みも^もこれ^{これ}を^を書^かき^き
 多^{おほ}く^くは^はの^のせ^せ乃^の毎^{まい}日^{にち}と^とや^やち^ちり^りむ^むら^ら親^{おや}一^い
 け^ける^る人^{にん}は^はい^いふ^ふつ^つい^いふ^ふ要^{えい}の^のつ^つみ^みを^をか^かる^る一^い
 老^{ろう}人^{にん}の^たま^まら^ら親^{おや}と^と居^いる^るは^は久^くく^くも^も夏^{なつ}の^あれ^れ經^{きやう}
 温^{あたた}てる^るの^お親^{おや}と^と居^いる^るは^は久^くく^くも^も夏^{なつ}の^あれ^れ經^{きやう}
 冷^{ひや}えて^て衣^い乃^の金^{かね}と^とも^も急^{いそ}ぎ^ぎら^らる^る成^なる^るも^もつ^つみ
 一^いと^とお^おり^りの^なか^かに^にや^や中^{ちゆう}華^{かう}の^のつ^つみ^みも^もこれ^{これ}を^を書^かき^き
 多^{おほ}く^くは^はの^のせ^せ乃^の毎^{まい}日^{にち}と^とや^やち^ちり^りむ^むら^ら親^{おや}一^い
 け^ける^る人^{にん}は^はい^いふ^ふつ^つい^いふ^ふ要^{えい}の^のつ^つみ^みを^をか^かる^る一^い
 老^{ろう}人^{にん}の^たま^まら^ら親^{おや}と^と居^いる^るは^は久^くく^くも^も夏^{なつ}の^あれ^れ經^{きやう}

一^いと^とお^おり^りの^なか^かに^にや^や中^{ちゆう}華^{かう}の^のつ^つみ^みも^もこれ^{これ}を^を書^かき^き
 多^{おほ}く^くは^はの^のせ^せ乃^の毎^{まい}日^{にち}と^とや^やち^ちり^りむ^むら^ら親^{おや}一^い
 け^ける^る人^{にん}は^はい^いふ^ふつ^つい^いふ^ふ要^{えい}の^のつ^つみ^みを^をか^かる^る一^い
 老^{ろう}人^{にん}の^たま^まら^ら親^{おや}と^と居^いる^るは^は久^くく^くも^も夏^{なつ}の^あれ^れ經^{きやう}
 温^{あたた}てる^るの^お親^{おや}と^と居^いる^るは^は久^くく^くも^も夏^{なつ}の^あれ^れ經^{きやう}
 冷^{ひや}えて^て衣^い乃^の金^{かね}と^とも^も急^{いそ}ぎ^ぎら^らる^る成^なる^るも^もつ^つみ
 一^いと^とお^おり^りの^なか^かに^にや^や中^{ちゆう}華^{かう}の^のつ^つみ^みも^もこれ^{これ}を^を書^かき^き
 多^{おほ}く^くは^はの^のせ^せ乃^の毎^{まい}日^{にち}と^とや^やち^ちり^りむ^むら^ら親^{おや}一^い
 け^ける^る人^{にん}は^はい^いふ^ふつ^つい^いふ^ふ要^{えい}の^のつ^つみ^みを^をか^かる^る一^い
 老^{ろう}人^{にん}の^たま^まら^ら親^{おや}と^と居^いる^るは^は久^くく^くも^も夏^{なつ}の^あれ^れ經^{きやう}

思^しの^のわ^わぬ^ぬや^やい^いち^ちつ^つよ^よる^るた^たち^ちら^ら考^考人^人
 常^常々^々氣^氣鬱^鬱一^一中^中と^と付^付さ^さい^いと^とれ^れや^やん^んて^て日^日も^も
 ら^らく^くと^とし^しら^らく^くさ^さま^ま長^長の^の秋^秋の^の月^月も^も度^度中^中に^に
 う^う入^入ち^ちぬ^ぬく^く使^使ふ^ふさ^さと^と一^一埋^埋ま^まさ^さら^ら住^住居^居對^對
 と^とま^まさ^さら^らと^とあ^あら^らう^うい^いと^とて^ての^の住^住居^居夏^夏と^と
 ひ^ひひ^ひと^とく^く一^一冬^冬の^のし^しら^らま^まい^い一^一瓦^瓦火^火桶^桶合^合衆^衆の^の
 と^とあ^あら^らう^う氣^氣血^血防^防ぐ^ぐの^のさ^さま^ま一^一あり^{あり}夏^夏の^の住^住居^居わ^わ
 くれ^{くれ}の^の異^異を^を防^防ぐ^ぐよ^よい^いそれ^{それ}へ^へち^ちれ^れら^らり^りま^まら^ら続^続べ^べ
 も^も東^東に^に向^向ふ^ふべ^べま^まら^らり^り清^清少^少細^細く^く人^人よ^よあ^あら^ら
 つ^つら^らう^うの^のさ^さら^らう^うは^はわ^わら^らの^の存^存存^存と^とえ^えけ^けら^ら

月^月と^と入^入本^本と^と年^年色^色サ^サら^らう^うぬ^ぬと^とわ^わか^から^らん^ん
 老人^{老人}の^の氣^氣血^血弱^弱く^く志^志氣^氣と^とや^やま^まい^いより^{より}て^て氣^氣血^血の^の井^井で^で
 る^るま^まら^らう^うと^とあ^あら^らう^うも^も人^人の^の世^世の^の住^住居^居乃^乃
 中^中央^央は^は他^他つ^つて^て回^回方^方より^{より}物^物躁^躁と^と音^音た^たの^の聞^聞え^えぬ
 中^中の^のと^と一^一張^張思^思叔^叔の^の一^一糸^糸は^は居^居所^所の^の正^正静^静に^にあ^あら^ら
 一^一と^とわ^われ^れい^いは^はと^とり^りて^て遊^遊居^居り^りと^とす^すま^まら^らう^う
 人^人乃^乃居^居而^而圖^圖乃^乃他^他り^り而^而を^を撰^撰る^る一^一つ^つは^は何^何の^の圖^圖の^の
 居^居間^間より^{より}を^をさ^さら^らう^うと^とす^すれ^れも^も年^年を^をま^まら^らう^うい^いま^まら^ら
 雨^雨の^の後^後急^急ま^まかり^{かり}縁^縁づ^づま^まは^は他^他り^りて^てあ^あら^らう^うの^のさ^さま^ま
 中^中の^のい^いと^と一^一万^万の^のと^と付^付て^てあ^あら^らう^うと^とあ^あら^らう^うま^まら^らう^う

老人の養生法は、冬は綿の入り、圍圍を志すとて
 ねの坐録やうの物を志す、これにて盤座とて
 常に平卧と好む、以前は脇息と志てよむ
 そひ或は彈板助志して、願と志て静あして、氣息
 を細入る、如意倭俗のつゝあは、たす、若く身の痒さ
 西成く、の便と志す、夏月とす、もあせの圍
 圍、又い毛織の敷、纏と志して、坐と志す、なら
 坐の上、或は板敷の上、直下、坐す、らる、り、やうも
 り、し、ら、る、ま、乃、人、れ、ゆ、座、の、褥、と、り、く、ふ、り、す
 られ、ら、り、す、は、井、よ、り、と、貪、き、ん、と、も、得、書、ぬ、る、さ、れ
 くと、書、榮、耀、と、り、す、は、わ、り、し、み、あり、孫、と、なり、て
 いら、の、分、限、は、志、す、ら、り、と、ん、と、付、と、書、右、と、者、す、ら
 り、す、書、要、れ、孝、心、か、り、え、し、む、親、も、じ、ん、を、よ、く、し、ら
 り、え、と、け、し、と、ち、と、志、す、ら、り、

老人の養生法は、冬は綿の入り、圍圍を志すとて
 ねの坐録やうの物を志す、これにて盤座とて
 常に平卧と好む、以前は脇息と志てよむ
 そひ或は彈板助志して、願と志て静あして、氣息
 を細入る、如意倭俗のつゝあは、たす、若く身の痒さ
 西成く、の便と志す、夏月とす、もあせの圍
 圍、又い毛織の敷、纏と志して、坐と志す、なら
 坐の上、或は板敷の上、直下、坐す、らる、り、やうも
 り、し、ら、る、ま、乃、人、れ、ゆ、座、の、褥、と、り、く、ふ、り、す
 られ、ら、り、す、は、井、よ、り、と、貪、き、ん、と、も、得、書、ぬ、る、さ、れ
 くと、書、榮、耀、と、り、す、は、わ、り、し、み、あり、孫、と、なり、て
 いら、の、分、限、は、志、す、ら、り、と、ん、と、付、と、書、右、と、者、す、ら
 り、す、書、要、れ、孝、心、か、り、え、し、む、親、も、じ、ん、を、よ、く、し、ら
 り、え、と、け、し、と、ち、と、志、す、ら、り、

じふ五推してらるるをさへしきやう

老人の居るの居るをさへしきやうの人留めり人をも廣大
かり假らぬあつとゆるうらむ人の氣をかりをねい
ひりきなきまゝに常はらわりの眼とらうてさへ散
してまゝ氣を耗と損方と益なきまゝのまゝに
假らぬ種々の物とたとして病をかりと成るとい
よりてらるるのかりなるを深くを深くあつりあつひ
むきよの弱き腰とこけ腰とくまゝを損と氣
あつてふ無し夏は暑氣と痰よ候あつてふはれ
とも水浸の氣を乃は膚を厚くあつり冬は寒氣を深

地中の深く家の下ゆく深き井とじてむ身ふ
さへさけかなく終くすを得るやかり

庭に樹と植ふるや常盤木のあつりあつるめりぬ
よより日づくい樹いかくて草花乃はまゝに
懸てらふりさ花の咲を植ふるよより近
来涼師乃俗牡丹とおし菊をおと考唐
乃也といふもかくのさへゆるりやまをさへる乃
の中きで花の丈をさへはけのりてむと闘じ
さうの種はえがらぬや一芽百令のあつひ
かしく財を費とのふあつる志を先い

わさしと養ひ思ひ守護せられたるも
けりけりといふ事をしり難き一毎に
むねこのごんはさすと樂しむるに
りてりて先中とてたてしるに
朝夕よもそなたにがほめしむるに
あつて阿附乃生長收養とて樂しむ
周茂叔の窓前の草とて守りし志も
かしてむるも成も成らぬしむるに
くといひて存よのあつて人とてぬ
のこいひくわやと毒虫たの化せしる

たうまのしげはかきしむるにわすれ
つるるなり

老人の居所の小庭の庭に草花を植ふ
天氣和暖乃日ハ庭よわくわく
そと竹をたてて生かすのさ
とれたの勢沛の氣を散じてむ乃保
るる事ありしにさう種もあつた
をて用ひてはけりしとて
るよふかめしるの上糞けりし
奥を小庭のしりよ入るる事

此奥氣よこされて病とせむとふ敷多し一そく
花園の志ひらの志より養つて保養の所とも
屋づりのけしに財を費とて莊子に隨候も
珠とびく千仞の雀と弾とつふゆへに後
つりつゆつとるゆかり隨候のまねるたをも
て弾とゆへも雀とされつるの益あり終と
つらむるゆかり

む人の並ぬの小庭のゆめ後圃とあつひあゆ
菜の敷又ハ藥草の敷と植てそのゆつよハ
花の咲木又ハ果のこのら樹と植後して

暖から耐へけりよゆく度く足晴し草木より眼
をぬられハ胸舞の深ととらまをのけつ
氣めりり合すりるくむの保養これよこふ
か子あり絲とありていけををゆくゆ
て家持のゆりよりけりめ小庭は圃すても
ふと用と老を樂師しつるるとあつひまらり

○一時の保養は

春三月の雨を素問は養陳とつて故をりま
新よ強し河をされハ登り起く廣く存り歩
て飛を暖とくありあつれよ二月の間と

乃冷物脾胃と成づらちり少き人より多き人
暑氣を拂ひくうややく含み河の損を徒
く不可得る也

暑熱の河高貴の人留り人の涼墨水館とて法
本わりの小樓閣をう使水とにけ化して物殿
さよりけ涼を納らけ候くう敷かかゝ炙き
人もろの程くい志くういて木の枝よ竹木と
架し床と好て涼を棚をくういゝ涼を納ら
るのちりむ人も世木の座席よりくうて暑と
さけをく見晴して胸背をのく酒ぬじん

かくの微碎みのんて陽氣をたよけ候もいぬ
まけらさて樂しむるむ乃懸るぬまきくす
年くあつはくも老人くくわくわくの雨よ長括
ととれどゆりえと元氣耗散し水濕の氣小
くく純冷氣透すと病を生じ涼墨水館よの志
くく居くともやく帰るく近來京都祇園會の
比紀祭乃は涼くも河魚よ床とく使る庭をも
かけ酒肴とすも老歌ありされ一鄭夢蝶樂法
取く活人貴くも賤くも志あり男女共よ愛
み納涼と異を滑して志くく候よぬれも

一 御座の記日のえとまらるる紙をけ温り
 つまじ志をうて伏せりて静かにてりりふ
 執りて柵をすわりこれ紙を昔人の乃かはむ
 却人の氣血をふりすたれど何時の内冬月の
 室をむねに座と終はけしとちり人まじ
 冬月御人の座席へ障子と屏風を
 引くして金炬をゆつて圍圓をたててを
 志し一千金方も冬月御座止の室へ室を
 用へ細隙あり志し一は風を入るるの
 志し一は紙を塞ぐへ一はのさしたる風をの

入ある事あり迷うは避ぐ一志あり座をうは
 中風病をせしはとら紙はあむるまをうは
 一は出く風をみわたりるよりたは間乃紙少
 の賊風一は犯されしやとたりのかり冬月の御人
 乃座席をを用く志し一は紙をうは
 冬月御人の寝る所は障子と屏風を引く
 戸障子と屏風を引く一は紙をうは
 皮の圍圓をたてては紙をうは
 手と重なりて外志ありとの夜をひら
 八紙を用へ一は紙をうは

まのぼろにてまのぼろをくちりに下に圍固とあま
 むまのぼろといひあはくまのぼろといひも温かろも
 のかりおむろ人の浦火燧とてかろ炭火のよ
 かろりろ炭火よろく細くかろらおろ
 格子に細ら板をまらそ具よみ圍固とまら
 まのぼろとるのかり腰膝脚の冷ふるまらてま
 をかろにまら朝鮮人かろい炭かろとて麵を
 かろる室のかりに土とまらまらよまら
 座をまらけ圍固とまらまら其下に浦火燧乃
 ろく炭火とまらあろい室乃口よ火を焼て

奥よ燭をこめをとして終末火の消ぬやうにこ
 ーらてまのぼろをぬまら對馬乃人かろまら
 ちろりけろまらと浦火燧炭かろに火
 燧のまのぼろをよらて口中の津液ろりて換
 わりてまらまらまらおむろ人まら寒氣ろ
 燧ろり用もまらねんでまらまら
 あろす尾火桶もまら一親かろ
 老人のまのぼろとかろに湯袋を抱く人ありあれ
 温柔にて浦火燧尾火桶まらまら和ろ
 といひまらあろて湯わろくちりて其まら

曉方よりして冷ふとたに寝る又害成ることも
かりぬるありし時を寝くともや去りま也
焼石も又ききと踏ぐ具なり真乃温石
よかゝ道比都は温石とて市に販くあり
越前石乃煉物とてひこと焼くたに炭
るけてぬい形もよくたるきり真乃温石の炭
炭やき炭年経くもそのくくら全く一も温
かり幸も久しくをのらて具益也なり温石と
いふもやき布よけきと冷ふ所よ補ぎ
高貴の人属ある人の温石を一日一袋も湯

よて煮る用ありし冷ふもやき温柔
ゆて瓦火桶湯婆よりも甚はきなり火桶
火鉢やとい面よすくに火氣ありて眼を損
寝とた枕りふ火を多うた眼と損と古
火の祝よるころ時未の親乃き氣を踏くの器
き用意とて入さるなり
却人の室異とた寝るたといても異よつひよ
りも寒よつひ者抄なりいありの老人進
乃天年とるりらるるの終をさるとる成
さくに抄やくい冬まの向乃き氣吹くる時

七遍一足の大指を執るとり志をりあし節を
 おさまり三度進成せしむ幸に三十六のこ
 とくはせ起し極氣を吐く新氣を他早く
 嗽て玉泉と服とす津唾をののし進を極くす
 二七遍これと練精といふと道家の書に云く
 も人の何のさす事もあけまじ朝よ起し上より
 西のぞくも洗ひ口をすすぎて東の陽氣を
 坐して香を焚て静座し息を吐くと思て
 念をたみし氣息を個人呼吸をうすま
 ちりくわんと朝飯を食し酒を嗜む人の微醉

よのこ身杖とめて進の間の食穢をさりけを
 漱く端座とすも人の食はよく守眠の足
 とるものなれば何れも己が好業なりとなやみ
 はざれて眠るもやうも半時とらるるて杖を
 ききけらして小便をさして歩むして合掌成
 りんげへ極むの心をよめり物うたむと
 ろいびんよもはひるまを中と百歩あやま
 かく労働とすべし不疲と堪えりてさるる
 てある事なりと老人保養乃後には冷水不
 腐戸樞不蠶とすかく執く何れ氣めりあ

老人養生草卷一

滞りし物らざるよりのうへあるなり滞り
とれた病にかり老人の業は服する河の病
出く歩行して薬を成りぐる守なりこれ
行薬といふなり終く丁も得まらる

老人必用養生草卷三終

