頤生輯要

863
196

共六

国立国会図書館　タイトル『古今養性論和解』 請求記号 863-196

ガラス使用

古今養性論和解序

孔門の曽参曰天下に達尊三爵一齢一徳一なりと郷黨にハ齢にしくハなしとしるし
されバ長寿ハすなはち尊とき事の最上なるべし其の齢をたもつ事ハ生を養ふにあり
然れども今ハかの博識廣才乃貝原先生も養生訓を著して世俗に示し給へる
ありしが此頃浪華の書林一書を愚に

松平直亮氏寄贈本
24. 3 29
国立国会図書館　タイトル『古今養性論和解』　請求記号 863-196
ガラス使用

謂て序を予にもとむ。まづ書を視れバ古今養性
論和解と題して此書ハもはら生を保ことをむねとす
を述るといへども益軒先生ハ専ら行住坐臥ある
事く物ゝに付て九折に養生乃ひとしかたを述
ふことあれバ萬物并天地乃疾あるをもて説出し
陰陽乃生發收藏を先出觀切に説て陰陽の
消息を主として道家の丹を練るに似たもの
あり莊周所謂與物相忘而自然ゑ天命を
まもるにあらん作者乃意くはしからされ何等の
人も神をかゝしく性命をたもつべきが書各
生保つがための主意老吏ゝ思ふところに異同
有を以て生野氏の序を乞に就て拙き老史が
見るところ跋にかへて補篇を述三乃區別を
具に觀る人は是非をわくべして養生の本意をさとる
べき性命の補ともなるべき歟ここに其乃
肯趣を斷て序とするものなり

天明七年未姑洗

華洛　居行誌

○勇々敷勇ハ韻書ニ猛也トテルヽモヨワミナクタケキヲ云
○濟ハ渡也國家ヲタスクウ事船橋ノ海川ニテ入ヲワタシ濟ノ如クナレバ濟ハ渡ノ字ト同シ
○救ハ助也タスケスクウナリ

古今養性論和解

夫人ノ世ニアル衣食住ノ三ツヨクトヽノホリ心ノマヽナリトモ其身病アリテハ一日モ樂アルコトナシ。其病ヲカ子テフセギ壽ヲ保ツハ醫道ナリ。然ラハ醫ヲ學テ養性ノ道ヲ心得タキ事ナリ。カクイヘバトテ。勇々シキ武士ニ生レ付タル人。其役ヲ厭テ。醫者ニナリ法躰スルハ何事ゾヤ。誠ニ達スルトキハ良相ト成テ天下國家ヲ濟ヒ。不ㇾ達則ハ良醫ト成テ天下國家ヲ救フ。良相ト良醫ト天下國家ヲ濟ヒ救フ事政道ト醫道トナリ。定テ泰平ノ御世ナレバ。武功ハ顯シ難キ故ニ。其道ヲ習テ醫師ニ成テ其效ヲ顯サントヤ。有難志ナリ。サアランニ於テハ。召付ハ

○東坡名軾字子瞻宋朝ノ大儒
○山谷字ハ庭堅東坡ト同時ノ人
○龎安常宋朝ノ名醫東坡山谷ガ友也
○朱文公名ハ喜字ハ晦菴宋朝ノ大儒
○長陽夏醫長陽ハ地ノ名也夏醫モ文公同時ノ名醫也
○呉幼清元朝之人
○戴同甫同元朝之名醫作脉訣刊誤

ル、國主モ此人ヲ醫トナシテ。國家ノ萬病圓ト用ヒ給ハヾ。何ノ御損トイフ事カコレアラン。御重寶至極ナリ。サレドモソレマデ立ノボリタルハ稀ナルベシ。嚮ニ言所ノ醫者多ケレバ。君タル人能々明ニシテ毒ニナラザルヤウニ召ツカハルベシ。余ガ云所ノ醫者ハ生得ノ家業ヲカヘヨト云ニハアラズ。家業々々ヲ勤メテ醫道ヲモシレトナリ。東坡山谷ハ醫ノ龎安常ヲ伴ヒ。朱文公ハ長陽夏醫ニ交リ。呉幼清ハ戴同甫ヲ知ノ類多シ。然レバ醫者ニハマジハリテ生ベキ者ノ生ヌル保養ヲ問。越人ガ曰。非能生死人也此自當生者越人能使之起耳トイヘリ。大名モ小名モ農工商ニ至ルマデ。美食婬酒ヲ事トシテ。

○越人ハ則扁鵲也上古ノ名醫
起トハ病ヲヨク療シテ本ノ如ク平愈スルヲ云
戸樞不蠹トハ古語ナリ常ニ人ノ起居ニアクル所ナレバ虫カム間モナキナリ
流水不腐ト是モ同ジ意ニテ間斷ナク流ルヽ水ハ腐ルベキ間モナキ也

身ノハタラキノナキ人ハ。病ヲ受テ害多シ。農人ハ春ハ耕シ夏ハ耘リ秋ハ穫。其三時ノ勤メニ暇ノアラザレバ。夜ハ安眠甘寢ス。因茲非心淫念ノ生ズル事稀ナリキ。工商モ亦其職々ニ隙ナケレバ。此等ノ責モ嘗テ寡シ。御咎ハ大名富貴ノ上ニコソ。飽マデ多ク侍リキ。戸樞不蠹流水不腐タトヘヲ顧テ。飲食ヲ節ニシ。房事ヲ慎シミ。夜食晝寢ヲ禁シツ、食後ノ行歩兵法ヤ。馬ヲ自路ニ乗テヨシ。少ノ病ノ時油断シテ。大病ノ時悔ル者ハ。神ヤ佛ノシルヤウニ金銀多ク費シテ祈念祈禱ヲシタリトモ。神ハ非禮ヲ受ザレバ。正直ノ頭ニヤドルモノアラジ。サレバ子トシテ父母ノ病ンデ床ニ臥タル時。

国立国会図書館　タイトル『古今養性論和解』　請求記号 863-196
ガラス使用

邪僻トハヨコシマニカタヨリヒガミタルヲ云

尋常オロカナル醫ニ打任セン事。害ヲ致スニ近ケレバ。不孝ノ罪遁し。因テ茲ニ子醫ヲ知トキハ。常ニ能親ブ養フニテアラズヤ。子ノ病ル時親醫ヲ不知。尋常ノ醫ニ見セヌル事是又不慈ニテアラザルヤ。今時邪僻ナル者ノ上ヲ取沙汰スルハ。已レガ氣ニサヘアヘバ。下手ヲ上手ト譽。已レガ氣ニ合ザレバ。上手ヲ下手トソシル。嗟乎悲乎。世ハ愚ナル者多ケレバ。ソレヲ誠ニスル者多し。下手ヲ上手。上手ヲ下手ト言ハ一人ノ私言也。タトヘバ京ナル醫者ノ時メキワタルガ。數世ノ醫師法印ナド、呼ル、人ニ遇テ。互ニ醫學ヲ談話スル時。ソナタハ年モワカし。習ヘル功モ深カラじト。已レハ家傳ノ

鉛刀一割トハ古語ナリ鉛刀ハナマリカタナ也ニブキモノトテ人アナヅレドモ一タビハヨクキルヽコトアリアナヅルベカラズトナリ

宿醫顔しテ云ヌレバ。左様ニモ有ベケレドモ。一歳ノ猫兒ノ十歳ノ鼠ヲ取モアレバ。其人ニヨルベクヤアラン。尤老テ醫學アリ。病功ヲ積。療治ヨクスル人ハ沙汰ノ外ナリ。老テ醫學ナク。病功ヲ不積。療治下手ナルハ。沙汰ノ限ナリ。所詮タヾ醫者ハ醫學ヲ勤テ。人ノ病ヲ痊スヲ以是ヲ譽。醫學ヲ不勤人ノ病ヲ不痊ヲ以下手トス。上手ノ醫師モ病証見誤リタル多し。下手ノ醫者ニモ病証能見タルモ多し。上手ハ時トしテ見アヤマリ。下手ハ時トしテ能見タリ。世ノ愚者是ヲ見聞しテ。時トしテ能見タルヲ以醫道功者ノ上手トセンヤ。時トしテ見誤リタルヲ以醫道無功ノ下手トセンヤ。萬事ニ付テ鉛刀

国立国会図書館　タイトル『古今養性論和解』 請求記号 863-196
ガラス使用

崇仰トハアガメタツトブ事ナリ
係トハヨリツナガル事ナリ

ノ一割ト云古語ヲ用ヒ給ヘ。老年若年ニハヨルベカラズ。病ヲヨク愈スヲ崇仰有ベシ

○夫惟ルニ病ハ人間生死ノ所係万物ハ天地ノ病ナリ。凡無物ニ物生ジ。無事ニ事ノ起ル。天ニ在テハ天ノ病。地ニ在テハ地ノ病。國ニ在テハ國ノ病。人ニ在テハ人ノ病。草木ニ在テハ草木ノ病。鳥獸ニ在テハ鳥獸ノ病ナリ。青天白日ノ時ハ。無物無事ニシテ。天モ無病ノ時ナリ。忽ニ雲興リ雷鳴稲光スルハ。是物ナキ所ニ物生ジ。事ナキ所ニ事起ル。即天ノ病也。忽ニ雲興ルハ。人ノ俄ニ痰又胸ニ聚ルガ如シ。雷ノ鳴事ハ人ノ腹中ニ火動テ腸ノ鳴ガ如シ雲ハ水也雷ノ響事ハ。水雲火氣ヲ包テ火内ニ動キ

水凝コルトハ一所ヘカタマリヨルヲ云

走テノ鳴物ナリ。人ノ腸ノ鳴モ火ナリ。痰ハ水也。雲ニテ亦水也。天ニ雲ナキ事アタハズ。人ニ痰ナキ事アタハズ。人ニヨリテ多少ノカハリアレドモ。曽テ痰ナキト云人ハアラザル也。雲ハ天上ニ浮ヲ見テ雲アリト知。痰ハ胸ニアツマルヲ覺エテ痰有トイヘドモ。痰ハ常ニ總身ノ中此彼ニ在モノ也。雲モ此彼ニ在テ。風ニ随テ聚マリ。痰ハ氣ノ上ルニヨリテ胸ニアツマル。天氣ハ降地氣ハ升ル。其升ル事偏ナル時ハ久ク日照シ久ク雨フル。天地順ナラザル時水アツマリテ雲トナル。人ノ氣塞リ滞レバ水凝テ痰トナル。雲ハ天中ノ病。痰ハ人身ノ病ナリ。痰ヲ見ル事雲ノ如ク。雲ヲ見ル事痰ノ如シ。病ト云ハ陰陽雜リ

国立国会図書館　タイトル『古今養性論和解』　請求記号 863-196
ガラス使用

混トハモノノ相マジハリ一ツニナルヲ混雜トモ云
純一トハモ一ツハラニ一ツニナルヲ云
喘トハノキムナクルシキヲ云
咳トハセクナリ
嘔吐ニ字トモニモノヲハク也

清濁混シテ。氣塞リ閉タル所ヨリ生ズルモノ也。氣純一ニシテ無雜ナル時ハ病ナシ。人モ亦氣順ズル時ハ其氣全ク一身ニワタリ。氣不順ノ時ハ處々ニ滯ル。中部下部ノ間ニ滯レバ。其所ハ熱氣生ジ。其熱上ニ昇テ。頭痛シ背腰骨節ニ熱氣サシ入テ疼ヲナス。喘咳嘔吐種々ノ病ヲ生ス是無事ニ事起ル物也。又腹中ニ虫積樣々形アル物生ジテ人ヲナヤマス。是無物ニ物生ズル也。事トハ万事也。身ノ悩ム事一ナラズ。物トハ万物也。虫積等ノモノ是又一ナラズ。ヨロヅトイヘバモルヽ事ナク。モルヽ物ナシ。始ハ無事也無物也。然ルニ其節ニ事ノ起ルハ。陰陽雜リ。清濁混シテ後其間ニ物生ジ事起ル。

蚯蚓ニ字ミヽズ也
蝦蟇ニ字カヘル也

一身ヲ以テ廣ク天地ヲ見レバ。天地ノ間ニ生ズル物ノ細ヲ極レバ。一身ト同ジ。然レバ天地ニ生ズル者ハ天地ノ濁ナリ。草腐テ螢トナリ。魚餒レテ蟲ノ生ズルモ。陰陽混シ寒温相拍テ。物損ジテ後生ズルモノ也。天地本清淨也雜リ混シテ後不淨トナル。清淨ノ所ニハ物生ゼズ。不淨ノ地ニハ蚯蚓蝦蟇ノ類出生ス。清潔ナル水モ損ズレバ一點ノ濁出來テ。清濁雜リ混シテ久シテ鱗生ズ。池水初ハ鏡ヲ磨ガ如シ。風塵折々浮シテ水滑ニナリテ。時ナクニ何ヲ種トテノ萍ノ浪ノウ子ク生茂リヌ。野水初ハ鱗ナシ。池水初ハ萍ナシ。清濁混シテ不淨ナレバ人ノ身ノ中ニモ物生ズ。土ニ木生ズ。木ハ土ノ病ナリ。故ニ土ハ木ニ殺

サル。木ニ虫生ズ。其木必枯レヌ。野ニハ草多ク生ジテ野
荒。草ニハ虫多ク生ジテ茎是ニ蠹レ。林ニ獣生ジテ木
ノ根是ニ鑿タル。身ニ蟣虱生ジテ是ニ血ヲアヘサル。物
ニ在テハ其物ノ病。天地ニ在テハ天地ノ病。水ニ在テハ水
ノ病。草木ニ在テハ草木ノ病。人ヲモ其中ニ籠テ。萬物
コトゴトク天地ノ病也。男女ノ交ハ陰陽ナリ。上下ニ分テ
ハ天地ナリ。乾坤ノ二卦ナリ。乾ヲ父トシ坤ヲ母トス。男
ハ清ル氣女ハ濁ル氣也。其二ノ物交レバ。清濁混ジテ氣
塞ガリ。女ノ血トヾマリテ不流。女十月孕ム。其月充テ其
子胎ヲ出ル。女ノ一生實ニ子ヲ病トス火ハ木ガ子ナリ。
木ハ子ノ火ニ焦サレテ形シテ盡ルモノ也。然レバ木ヨリ

有情 トハ人鳥ケダモノミナ心アルヲ云
非情 トハ草木ヲ云

出ル火ハ木ノ病也土ハ火ガ子ナリ。火終ニ消テ土ハ灰ト
ナル。火ヨリ出ル土ハ火ガ病也。金ハ土ガ子ナリ。金生レヌ
レバ。土ハ性モナキ物ニナリヌレバ。金モ土ノ為ニハ病ナリ。
水ハ金ガ子ナリ。子ノ水生ジヌレバ。濕ヒヲ子ニトラレテ。
金カハク時ハ。金ノ性盡ル。是又金ヨリ出ル水ハ金ノ病
ナリ。木ハ水ノ子ナリ。木ハ水ノ濕ヒノトツテ枝ハ花實
ト榮フ。此故ニ水ヨリ生ズル木ハ水ノ病ナリ。爰ヲ以テ母
虚スルトキバ其子ヲ補トイヘリ。子飽テ母ノ食ヲ奪理ナ
ルベシ。五行如此ナレバ。五行ヨリ生ズル萬物ミナ此本意ニ
タガフ事ナシ。陰陽ノツルミニヨリテ物ノ生ズル事。有情非
情トモニ道理ハ同ジ。氣專ラナルトキハ病ナシ。獨陽不生

国立国会図書館　タイトル『古今養性論和解』　請求記号 863-196
ガラス使用

虚耗トハ身心ツキテウツカリトウツケタル病ヲ云

七情トハ喜怒憂懼愛憎欲ノ七ツナリ。凡人ノ病風寒暑濕是ヲ外感ト云。ミナ外ヨリウクル病也。七情ハミヅカラノ氣ヨリタブコルユヘニ是ヲ内傷ト云。ミナ心ヨリ發ル病ナリ

独産不成バナレテヒトリト物ノ生ズル事ナシ。雑リテ不流ニヨリテ万ノ病ハ生ズ。無病ト云氣ノ順ズル名ナリ。病ト云ハ氣ノ不順辞ナリト心得タランハ養性ノ本タルヘシ。喜モ過レバ正氣散ジテ虚耗ノ病ヲナス。怒驚イツレモ此三ハ七情ノ中ニテハ正氣ヲチラシテ虚ノ病ヲナス。喜トイヘルハ氣遊ンデ血中ニ行リ血濡テ頬色ヲマス。怒ハ氣急ニシテ血所々ヘ走リ眼ニ角ヲタテ俄ニ息アラシ。驚ト云ハ物ノ俄ニ見聞ニアタリタル時、肝氣動テ魂散ズ故ニ顔ノ色ヲ失フ。氣急ナル故ニ血變ズ。肝ハ血ノ府也。血變ズル故ニ顔色青白ナリ。驚ク事又肝ニアリ。喜ト怒トハ違順ノ二境ニ因テ我ニ臨ブ時ハ喜ビ。我ニ違フ時ハ怒ル。喜ト怒ハ掌ノ如シ。飜せハ表裡ノ別ナレドモ氣ト血トノサハグ事ハ同ジ。物憂レモノ思ヒシ。悲ミ恐ル。此四ツハ何モ氣結テ血閉テ欝ノ病ヲナス。欝ニ種々アレトモ其本ハ氣一ツナリ。氣ハ散スルニ減物ナレドモ欝スルニモ亦ヘル物也。欝セズ散セズ只氣ヲ調フト云事養性ノ専用也。欝シテ氣ノヘルト云事。タトヘバ火ハ炭ナリ炭ハ火ナリ炭ヲバ欝氣ニタトヘ火ヲバ正氣ニタトヘ炭多シテ火少ク有レバ炭ニ欝セラレテ火消ル是氣欝シテ正氣ノ盡ルタトヘナリ亦欝ヲヒラケバ氣生スト云テモ過レバ還テ正氣亦減モノ也。炭ノ欝ニヨツテノ火消ルトテ少アル火ヲカキチラセバ還テ火消ル

旺ハ盛也明氣ヲ上テ四季春夏秋冬ノ外ヨリ三土用アツテ四季ヲ一季トシテヘ二季ノ運氣調フヲ旺ト云土用ト云ニ同シ

蹶ハ上ノ氣上ヘアガリタヽミカケテノボルヲ云

ガ如シ。タヾ氣ヲ調ヘテ血ヲ順ズル心持専用ナリ。一年ハ五季ナリ。七十二日ヅヽ五ツ合テ一年トス。春七十二日、夏七十二日、秋七十二日、冬七十二日、又春夏ノ間ト。夏秋ノ間ト。秋冬ノ間ト。冬春ノ間ニ。十八日ヅヽ、土用ナリ。此四土用ヲ合セテ又七十二日。合セテ是五季ナリ。五季ヲ合セテ三百六十日也。然レバ五季ハ木火土金水ノ五行。各七十二日ヅヽ旺ヲモツ時ナレバ。土用ナリトテ。土ノ七十二日旺ヲモツ時バカリ人ニタヽルベキ道理ナシ。然ルニ無病ノ者モ土用ニハ心アシク思フ人ハ、猶々タヽリヲウクル事ハ。夏ノ火氣ト秋ノ金氣ト[illegible]ノカハリ。其間ニアル十八日ナルユヘニ。兩氣交リテ氣ノ蹶ク時ナレバ。天地ト人ノ身ト同ジキ故

ニ。外サハゲバ身ノ天地モサハグ故也。土用ノタヽリヲナスハニハアラズ。二季ノマジハル所ニ氣躁テ病ヲ發スル道理ナリ。マジハラザレバ事ナシ。水穀一マジハリテ酢酒ノ味ナルガ如シ。虫積ノ出ルト云事モ實ニアタリタル事也。凡虫積ナド云モノモ。人ノ家ニ居リ。鳥獣ノ巣ニ居。穴ニスム如ク人ノ臟腑ノ間ニヲノレヲノレガ巣ヲカマヘ引籠テ常ニアルモノ也。羹食大酒ナド飲バ常ヨリモ氣増テ氣溢レ。虫積ノ巣ヘ氣ガ籠入故ニ虫已レガ巣ニスミ難クシテ。外ヘ出ルモノ也。然レバ虫出ルトイヘリ。熱氣ヲ病時モ必虫積サヽシ出。氣節ノカハリ土用ハ専ナドニサヽシ出モ皆氣ノウゴキマス故ナリ。腸胃甚ク熱シ。又キハメテ寒ルニ

モ虫胸へ出ノボッテ口へ出。又下へサガル事アリ。熱ニヨリ寒ニヨリテ虫巣ニアラレズシテ出ルモノ也。寒ニヨリテ出ル虫ハ其色白シ。熱ニヨリテ口ヘ出、或ハ下ヘクダル虫ハ其色赤シ。虫死シテ出ルハ寒熱共ニ強シ。生テ出ルハ寒熱共ニ軽シ。美食好酒ヲヒカヘ麁食ナレバ虫積持タル人モ一生クルシカラズシテ終ルモノ也。故ニ虫積ノ藥ハ氣ヲ降シ耗スル藥味也。氣ヘルトキハ虫ヲノレガ巣ニヤスクシテアルモノ也。必藥ニテ虫ヲ殺スニハ非ス。虫ヲコロサントセバ人危カルベシ。タヾ氣ヲオサメテ虫ヲ巣ヘカヘス心持也。又氣ノボッテ胸サキヲツヽク事有テ痛ムヲモ人常ニ虫咬ルナド云。虫ニテハナケレドモ。藥ハ虫藥ヲ飲デタガ

降火トハ一身ノ火ノホルヲククグスヤウニスル藥ナリ

ハズ又火胸ニツキノボッテイタム事。是又虫ナリト常ニハノ云事也。常ノ虫藥ニテハ心持少カハリアリ。降火ノ藥ヨシ。八専ノタヽリヲナスト云事八専ハ壬子ニ入テ癸亥ニアク。八専ト書事ハ。ミヅノヘノ水ト子ノ水ト。メグリアヒ。甲乙ノ木ト寅卯ノ木トメグリアヒ。カヤウニ十干五行十二支ノ五行ト一ツニメグリアフ日八日アル故ニ八専ト云。専ハ専一ノ儀也。二ツノ物一ツニナル故也。八専十二日。其日ノ中四日ハ支干五行ノメグリニハヅル、故ニ間日トイヘリ。犬牛龍馬ナリ。八専ハ五行一處ニメグリアフ故ニ氣盛ニシテ病氣動ク。又八専ノ朔ル次ノ日甲子ナリ六十一日ヅヽニテ六氣ノカハル時ナレバ。てじハル氣サハグ故ニ病入

陰陽ト云ハ天地万物皆此陰陽ナキト云コトナシ天ハ陽地ハ陰五行万物ミナ此理ヲ備フ詳ニ記スニヲヨバズ

タヽリヲウク。又甲子ハ六十日ニメグリ。冬至ハ十一月ノ中ナリ。冬至ノ後ノ甲子ノ日ニ、陰キハマリ一陽初メテ生ズ。是ヲ初ノ氣ト云。第二ノ甲子第三ノ甲子是ヲ二ノ氣三ノ氣ト云。又夏至ハ五月ノ中也。夏至ノ後ノ甲子ニ一陽初メテ生ジテ陰陽コヽニテマジハル。是ヲ四ノ氣ト云。第五六ノ甲子ヲ五ノ氣六ノ氣ト云。六十日ヅヽニテ六ケ二百六十日ニテ又前ノ年ノ如クニカヘリメグル甲子ノ人ノ身ニタヽル事ハ。陰陽カハル時ナレバ。譬テ云ニ。人ノ國所ヲ入カハルニ、コヽヲ去モノ爰ニ來ルモノ相交テツドヒサハグガ如シ。カヤウニ心ヲ付テ。其前後ヲ愼ミヌレバタヽリモ輕シ。カハリ目ノ前後ニツヽシミナクシテ。外ハ風寒ニ感ジ。内ハ

支干ト云ハ甲ヨリ癸マデヲ十干ト云フ子ヨリ亥マデヲ十二支ト云

客氣ト云ハ右ノ支干ノ間ニマジハル天地ノ氣ヲ云

食傷房事ナド冒セバ時節ノタヽリト相合テ。病殊外重クナル。此心持養性ノ為ニ入事也。右ノ六氣ニ又其歳メグル支干ニヨリテ。客氣ノ六ツガ添テメグル也。其歳ノ民ノ病ヲ兼テ知其年ニ用ユベキ藥種ナド覺悟スル事醫ノ知所ナリ。五行ト云事珍シカラ子ドモ。五行ハ木火土金水ナリ。行ハ行列ナリ。五ノ數ヲ陳ル故ニ五行ト云。又此五行メグリテヤマヽヌ故ニ五行ト云。行ハメグル意ナリ春ハ木夏ハ火、土用ハ土秋ハ金冬ハ水ナリ。五行各其時々ノ旺ナリ春ハ木ノ旺スル時ナリ。脾胃木ノ尅ヲウケテ死ノ位ナリ。酸キ物ヲバ用捨ノ心有ベシ。一向ニ思フベカラズ。少辛キ物ヲ以肝氣ヲヽサヘ。肺ニカヲソヘ。脾胃ヲ補テヨシ。肺ハ脾ガ子

ナリ。子ヲ以テ母ヲ補ナルベシ。夏ハ火ノ旺スル時ナリ。
肺ノ臓火ノ尅ヲ受テ死ノ位ナリ。苦キ物ハ用捨シテ心有ベシ。
一向ニ思フベカラズ。少鹹キ物ヲ用テ心氣ヲ抑ヘ腎ニ力
ヲツヘ肺ヲ補テ善シ。腎ハ肺ガ子ナリ。子ヲ以テ母ヲ補フ
ナルベシ。土用ハ四季ニ在トイヘドモ。夏秋ノ間ニアルヲ
本トス。秋ハ金ニテ肺ノ臓旺ヲ持時也。木ハ金ノ尅ヲ受
テ肝ノ臓死ノ位也。少シ苦キ物ヲ用ヒテ心ニ力ヲソヘテ。
肝ノ臓ヲタスケテヨシ。肝ガ子ナリ。子ヲ以テスハ母ヲ補フ
ナルベシ。冬ハ水ニテ腎ノ臓旺ノ位也。水ノ尅ヲ受テ心ノ
臓死ノ位ナリ。少シ甘キ物ヲ用ヒテ腎ヲ抑ヘ脾胃ニ力
ヲツヘ心ノ腑ヲ補ノ。土ハ火ガ子也。子ヲ以テスナリ。五臓ノ本

瀉トハ藥ニ補瀉温涼ノ四ツアリ瀉トハ下スクスリヲ云

味ハ少シ用則ハ補フ。多用則バ瀉ニナル。實ニ天理ナリ。脾
胃ハ水穀ノ海ニシテ食ノ腑ナレドモ。少食ハヨク五臓ヲ養
フ大食スレバ溢レテ必瀉下ス。是ヲ世事ニアテヽ見レハ。
多欲ハ身ヲヤブリ。少欲ハ身ヲタスクルガ如シ。酸キ物少
食スレバ肝ノ臓ニ力ヲツヘ。多キハ毒ナリ。脾胃ニ悪シ。甘
キ物少食スレバ脾胃ヲ養フ。多ハ胃ニ食ヲ滞ラシム。沙
糖ノ胃火ヲ長ズルガ如シ。苦キ物少食スレバ心ニ補ア
リ。過レバ心ヲ瀉ス。又肺ニタヽル。苦ハ火ノ化ナリ。沙糖甘
草トイヘドモ焦ルヽ時ハ皆苦シ。焦レタル物ハ肺金ヲコガ
スベキカ。音聲ヲ出スニ甘キ物ハヨシ。金ヲ生ズル故ナリ。
苦キ物悪シ。火尅金ノ故カ。辛キ物多ク食スレバ。肺ヲ損

国立国会図書館　タイトル『古今養性論和解』　請求記号 863-196
ガラス使用

健忘トハウツトリトシテヒタトモノワスレスル病ナリ

眩暈トハメマイタチグラミノ病ナリ

大概トハ大細ト云ガ如シアラマシカクノゴトシ大凡ナド云類ト同ジ

ズ山椒ノ真氣ヲ散ジテ健忘スルガ如シ。又肝ノ臓ノ尅味
ナル故ニ山椒多ク食スレバ眩暈ス鹹キヲ少用ユレバ腎
ヲ養フ。多ハ腎ノ毒ナリ。塩ヲ好ンデ多ク食スルハ腎弱キ
故ナリ。同類ノ力ヲカヽノシトスルモノ也。然レドモ力ノヨハ
キ人ガ人ノ手ヲトラヘ我カニセントスルガ如シ。巳ガチ
カラ弱フシテ大力ノ者ニ取ツケバカヘツテ引倒サルヽガ
如シ。世話ニヨハキ家ニツヨキ梁トオラン。大概内ヨリ外
ヘシラスルモノ也。食ヲ思フハ胃中ニ食盡タル事ヲシラ
スル也。此時食スルハ病ニ藥ヲ飲ガ如シ。欲ニテ多食スル
故ニ毒トナル。水ノ飲タキト思フハ内ノ熱スル事ヲ外ヘシ
ラスル也。少ノムハ藥ノ如シ。欲ニテ多ク飲テ冷ニアテラ

ル、モノ也。アツキ物ヲ好ムハ内ヒユル故也。夢ニ河水ヲ見ル
ハ内熱スル故ナリ。願フ心有テ夢ニ見ユル。火ヲ夢ミルハ
内ヒユル故也。火ヲ願フ道理ナリ。高キ所ヘ上ルノボルト
夢ミルハ上氣ナリ。高キ所ヨリ墜ルオツルト夢ミルハ氣
ノ沉ム故ナリ。大小便ナドノ此彼ニアリテムサキ事ヲ夢
ミ。或ハ又鳥獸ナドノクサレテ腸ノ不浄ヲ夢ミルハ。心氣
盡テ上達セズシテ。我腸ノ間ニ我心陷テアル故也。鳥獸ナ
ド、思フナコレ巳ガ腸ナリ。我心ガ腸ノ間ニアルヲバ辨ズシ
テ。夢ニ外ニ在ヲ見ルヽト思フモノ也。心腎盡タル時ハ死
ノ久シキ人ヲ夢ミルモノ也。タトヘバ年寄ノ今ノ事ヲバ
忘レテ。五十年三十年以前ノ事ヲ能覺ユルガ如シ唯今

国立国会図書館　タイトル『古今養性論和解』　請求記号 863-196

ガラス使用

現在ノ人ヲ不見昔ノ人ヲ見ルハ真氣絶シ當分ノ事ヲバ忘却シテ真氣ノ正シカリシ時ノ覺ガ殘テ死セル昔ノ人ヲ見ルナリ。精神盡タル故也。總ジテ藥ヲモ不斷飮バキカヌモノ也。毒ニナル物モ頻リニ食ナルレバ腹ト毒トガ知音シテ。サテ〳〵デタヽラヌガ如シ。藥ヲ常〳〵ノメバ。大事ノ急ナル病ノ時。急ニキカザルモノ也。數服重レバキケドモ五服六服ニテキカザレバ藥相應セヌトテ其藥ヲ替ヌル故ニ。療治定ラズシテ病結テアヤシキ事也。藥ノ腹ニ。シテヌヤウニシタルガヨシ。譬バ人ニ異見スルニ。ナレナジミタル人ヲバ心ヤスク思ヒテキカヌモノ也。常ニ一ナジヽヌ隔心ナル人ヲバ耻テ同心スルモノ也。灸治ナ

折檻トハ蒙求ニ朱雲ト云人帝ヲイサメ檻チヲオシ折シヨリ人ヲイサメイケンナド云事ヲ折檻スト云ナリ
教化トハ教ハヲシユル也化ハアシキ事ヲアラタムル也人ノアシキ事ヲ教ヘテアラタムルヲ云

ドモ年中絶ズスレバ。後〳〵ハキカヌモノ也。春秋ニシテス其間ニモ程ヲ置テ思ヒモカケヌヤウニシテ不圖シタル灸ハ能キクモノ也。人ヲ折檻教化スルニモ日〳〵ニ喧ク言ヘバキカヌモノナリ。折〳〵時分ヲ以。ハキト云テノ常ニハイハヌガ吉。山城ノアル山寺ニ長命丸ト云藥アリ。他ノ國里ヘ取テ行飮バ。不思議ノ驗アリ。其寺ノアタリ其里ノ者ニハキカヌナリ。近所ノ者ノ腹中トハ藥ガ別而ノ知音ニテ早速ニハ相應セヌモノ也。サレバ湯ノ山ノ湯ノ道理モカクヤアラン。一切ノ初物ヲバ少ヅヽ食シテ連〳〵ニハ多ク食テモタヽラヌモノ也。梨柿ニテモ去年終テ今年初ニ食スル故腹中ニ遠ノキタルニ因テアタ

三日不相見爲舊日看トハ古語也。日々ニ参會シタル人チ二日ホドヘダヽリヌレバハヤナヤツ心出來ルト也。聚斂トハモノヲオサメアツムル義也

ルモノ也。毒ノキクモ薬ノキクモ灸ノキクモ鍼ノキクモ同ジ。程阻リテハ毒モ薬モハタトシルシアリ。人モ久ク遠ノケバ互ニ隔心アルガ如シ。三日不相見為舊日看トイヘリ。種々ノ食味ヲツラネ。凡中ニテモ初ハ焼モシ烹モシタルヤハラカニアタヽカナル物ヲ食シテ。次ニサシミ鱠ナドヲバ食シテヨシ。酸物ハ腸チヾミテノビズ。ノビヌ所ニハ必氣聚リテイタミヲ生ズ。アタヽカニヤハラカナル物ヲ食シテノ。ヨク胃ヘ食ヲウケシメテ。後酸物ヲ食スルハ。胃ヲオサムル心有テヨシ。酸物ハオサムル道理アリ。聚斂ノ味也。過ルハ又悪シ。朝ニハ辛ノ苦キ味少シ用テヨシ。多クハアタル。朝ハ氣外エ肺ニアツマル。五臓ノ氣肺ニ朝スレバナリ。辛キ物ニテ胸ヲ

ヒラキ。食ヲ胃ヘオサム。晩ニカヽリテハ。甘ク酸物ヲ少シ用テヨシ。過ルハ何モ悪シ。甘ハ胃ヲヤシナヒ。酸ハオサムル味ナレバ。胃ヲオサメ。肝腎ニ情ヲ閉テ。明朝生發ノ氣ヲ期スベキカ。五味イヅレモ過レバヤブラルヽ物也。然バ塩ハ終日食スル物ゴトニ不入ト云事ナシ。シカレドモ過ルノワザハイナシ。唯是水ト相應スル故也。終日食スル物ミソヲ以調フ故ニ。水ヲ不含ト云事ナシ。又一日ノ中ノム水多シ。其水ト相應スル故ニタヽリナシ。一ヒ子リノ塩ヲ直ニ舌ニ置時ハ甚鹹シトイヘドモ。一盞ノ水ニ投ジテ飲バ塩ハ口ニモ覺エザルニテ得心スル事ナリ。又人ニ踰テ用ユルトキハ咎アルベシ。常ニ氣ヲ調フト云事簡要ナリ。氣平

和ニシテ心ノ悠〻トアル事也。偏ニ氣ヲ補ニモアラズ。偏ニ散ズルニモアラズ藥ヲ以トヽノフ事ハ醫ノ巧ニアリ。氣ヲ以氣ヲ調ル事ハ我ニアリ。然レドモ我ト怒ヲ解胸ノ欝ヲヒラク事ナリ難キモノ也。是ヲ拂ハント思ハヾ氣ヲ物ニ遷シテ其物ニ我怒ヲ奪ハセ。我欝ヲヒラカスベシ。花ヲ折テ瓶ニ入テ花ニ奪ハセ。香一炷焼テ香ニ氣ヲ奪ハスベシ。痛ク腹ノ立事アラバフリ仰テ天上ノ月ヲ見ルベシ。鳥獸ニモ心ヲウツスベシ。向フ物ニ氣ヲ奪ハスレバ。兎角スルウチニ怒リトケ結ルヽ氣散テ。ヲノヅカラ調フモノ也。其怒ニトヾマリ欝ニ閉ラルレバ氣伸ン様ナシ。罪業ト云モ胸ニ殘ノ留リテ去ヌガ着ト成タルヲイヘリ。

我心ガ物ニツキテ其物ガ我ヲナヤマス事ナリ。彼我ヲナヤマスニアラズ。我ワレヲナヤマス道理ナリ。万ツノ咒事ニテ物ノナヲルモ。潛ニ氣ヲ奪ハスルノ道理ニヤ通ジヌラン

○サレバ或女胸ニ氣アガリテ猛〻トシテ久シク煩フ諸醫手ヲ盡シテモ其驗ナシ。コヽニサル醫者ノ云此女人ノ病ハ戀ノ思ヒアリ。心ヲ佗ニ配シタル人ナリト云。此女是ヲ聞テ以ノ外怒リ。努〻左様ノ心ナシ。イカナレバ此醫師。我ニアラヌ難ヲ云付ルゾトテ。俄ニ黒雲ノサシオコルゴトクニ怒リテ後。右ノ病人藥ヲノマズシテ平愈ス醫者ノ一言ニテ胸ノ欝ヲ奪ヒ取ル計ナリ。氣サカンニ脾胃モ尋常ノ人ハ。一日ニ二度心ニ足ホド食シテ。間〻ニ物ヲクハ

国立国会図書館　タイトル『古今養性論和解』　請求記号 863-196
ガラス使用

一粒米トハコメ一ツブト云コトナリ

[illegible]トハ病ノミヽクダ

ヌヤウニ腹中ヲシツケタルガヨキナリ。サアリトテ一度ニ飽食スルハ悪シ。氣弱ク脾胃遅シカラヌ人ハ少ヅヽ細々食シテ胃ノ氣ヲ引アグルガ養性ナリ。氣虚ノ人ハ何ナリトモ口ニ入レ。或ハ湯ヲ飲テモ氣ヲタスクルガヨキナリ。粒米ニテモ口ニ入テ口ヲ動セバ。則胃ノ氣ノボルモノナリ。濡ヲトル炙ニテモ口ヘ入。是ヲ噛ニ則口ニ濡ヒヲ生ズ。口動ケバ胃ノ氣其食氣ヲ受テ。其儘ノボルモノ也。唯言ニモ口ハ動ケドモ其時ハ濡ヒ無シテ。食ニ動ケバ濡ヲ生ス。是食ニ胃ノ氣ノボルシルシ也。胃ノ氣ト云ハ穀氣ナリ。同氣相求トテ上ニ穀氣動ケバ胃ヨリ又穀氣ノボル也。氣ハ上達スレバメグリテ病ナレバ氣ニテハナシ。下陥シテ下部ニアレバ

ノルヲ云

様々ノ病ヲナス。氣ノヤムト云事ハナシ。血ハヤムモノ也。氣ハカタチナシ。ヤムベキ様ナシ。血ハカタチアル故ニヤム血ヲヤヽスルモノ也。血ハ氣ヨリ病ヲウク。血トイヘバ骨肉筋皮皆コモレリ血バカリノ事ヲ云ニハアラズ百病ハ氣ヨリ生ズレバ氣ニ逾ル事ナシ。風寒ノ病トイヘドモ風ニヨリ寒ニヨリテ。表ノ氣内ヘ迫リ。氣ノ聚ル所ニ熱氣生ジテ外リテハ頭痛シ氣腰脇ニ迫リテ。ゾコヽノ疼トナル。是ヲ風ノ痛トイヘドモ。風ハ病因ニシテ。風寒ニヨツテ氣痛ヲナスモノ也。夏中暑ノ病トイヘドモ。暑ハ病因ニシテ暑ニヨツテカヘツテ冷痛ヲヤメリ。風寒ニヨツテ氣病ト也。冷食ヲシテ食傷ヲヤムトイヘドモ。食ノ冷ニヨリテ勝胃ノ氣滞テ氣

藥劑トハ何湯何散ト病ニヨリ〻方ヲコシラヘ入フスクウヲ云

薫蒸トハムス也薫ハフスブルナリ

咳嗽トハセキナリ

ノ爲ニ勝胃痛ムモノナリ。食傷ノ藥ハ滯氣ヲ伸ル藥劑ナリ。悉皆氣ノ病ナリ。人ノ身ノ中ヘ風ノ入事。戸ノ口窓ノ隙ヨリ風ノ吹入ガ如クナルニハアラズ。人ノ皮膚ハ如何ニモ密クニシテスキ間ナキ物ナリ。邪氣乗虚入トハイヘドモ人ノ膚イカニ虚ニシテ密ナラズト云トモ。窓ニモチザサヨミノウス布ヲハリテ内空ナル家ヘ風ノ吹入如クナル物ニハアラズ。風膚ヲ吹バ冷テ愈膚ハ縮ミ塞ルモノ也。然バ猶以風ノ吹入ベキ様ナシ。タヾ風寒ニアタレバ表ノ陽氣内ニ入テ。表彌冷レバ氣イヨ〻内ニ迫リ。氣内ニ薫蒸スル故ニ。内是ニヨリテ熱氣シ。其熱頭ニアガリテ頭痛シ。肺ヲ責テ咳嗽シ。鼻ニ清涕ヲヒク也。スヽバナハ内熱シテ涌故ニユゲ腦ニアガ

清涕トハナ下モナキニ出ルナミダヲ云

リテ鼻ヘ出ルモノナリ。湯ノ息ノ如シ。外風寒ニシテ内ハ氣ノ熱也。故ニ是ヲ外ヘ發散スルニ。風氣ト同性ナル藥ヲ飲バ。内ニ風ヲフセガセ。内ニアル氣ヲ外ヘ吹出ス道理也。此氣ノ内ヘ入タルハ風寒ガ外ヨリ吹入タレバ。亦其如ク内ヨリ風藥ヲ以ヲシ出ス道理也。風カ内ニ在ヲ拂ニハアラズ。風ニヨリテ内ニ氣迫リタルヲ風ヲ以氣ヲ拂ヒ出スノ道理ナリ。獨活羌活ハ旣ニ無風獨揺草トイヘバ風ヲ除ク藥ニハアラズ。則此藥風ノ性ナリ。防風等皆ヨク動ヒテ自ラ内ニ風吹テ氣ヲ外ヘ出スモノ也。氣表ヘカヘツテ肌アタヽカニ汗出レバ本復ス。飲熱アルハ氣ノアツマリタル所ノアト猶熱ス。ダトヘバ火ヲ拂ヒ捨テモ其跡アツキカ如

国立国会図書館　タイトル『古今養性論和解』 請求記号 863-196
ガラス使用

点檢トハ点ハ合点ナド云点ト同ジ。モノヲツクトシルシヲ云。檢ハシルス也。モノヲカクトカツテシルシアカスコト也

校量トハモノヲカ

シ。餘熱ヲ退ルニハ寒薬アリ。又、シメテ治ス。藿香正氣散
諸ノ風寒ニ用ユ。此薬ヲ点檢スレバ氣ヲ導薬也。參蘇飲モ
大抵同ジ。風病トイヘドモ氣ヲ導テ治スルモノ也。サレバ
平生氣ヲ養フ心持何事ニモアリ。万ノ事ヲ仕果サント
思フハ氣ノ盡ルモノ也。タトヒ十ノ事ヲ九ツ半ニシテ殘ル所
ノ半ナリトモサシヲキテ。氣ヲ少ヤスメヌレバ殘ル所ノ
半ヲ仕足事ハヤスクシテ。又重テ十ノ事ヲスレドモ仕ナ
スモノ也。仕ナスモノナリトモ半ニシテ。是程ノ事ヲト思ヒ
テ仕果セバ。殊更氣盡テ後ノ事ハナラザルモノナリト。延
壽院法印ノ語ラレシ。尤道理ナリ。病者ハ只管ニ食事
ノ校量肝要也。鷹ハ肉ノアテ様ニヨリテ鳥ヲトルト云

ンガヘカル也。是程ヽト宜キ程ニハカルノテ也

肉ノアテ様トハ鷹ニ鳥肉ヲアテカイヌヒカヘツヨキ程ニスルヲ云。肉スキスレバ鳥ヲトラズ。ヌ、タラ子バツカルヽ也。ヨク鳥ヲトル程ニ肉ヲアツルナリ

豫事トハモノ事ヲ前カドヨリカクト心得ヲキテサシアタ

事實モナリ。病ハ口ヨリ入トイヘリ。凡我ハ何ホド食シテコ
キ比ナリト思フ分量ヲ定ベシ。若時脾胃強ク何ヲ食シ
テモサノミタヽリナシト思テ。他人ノ譽ルニ乘テ。二三日ノ
食ヲ一度ニ取食ヒ果シテ脾胃ヲ損ジ。食タキト思フモ
ノヲバエクラハデ。死ニモヤラズシテ世ニ存命シ事豫覺悟
シテ多食ハ無用也。タトヘバ座敷ニアマルホド人ヲ請ズレバ。
アマル人ハ廊下ニイガ如シ。口ヨリ胃ノ腑マテノ間ハ廊
下ノ如シ。食ノ胃ヘ入道筋ナリ。サキヘ入タル食胃ニ滿タレ
バ。アトヨリクラフ食胸ニアリテ心悪ク。脾胃モ損ズル也。
人ニ事ヲ擬ニモ。先ヅ二ツ三ツアテガヒ其事仕澄タラバ又
跡ヨリ二ツ三ツホドツヽ追テハ。不苦ドノ事十ナガラ成就

リツヽヅカヌヤウニスルヲ云

○亞聖顔回 亞聖トハ聖人ニツクト云心ナリ顔淵名回孔子ノ弟子也顔回ハ大賢聖人孔子ノ如キルノ違ナレバ聖人ニツクノ心

スルモノ也。一度ニ多クアタヘヌレバ。事ヲセザルウチニ草臥
テ遂ザルモノ也。少ナレドモ胃ヘ食ガ行トヽケハツレニテ
飢ハヤムモノ也。右其少ケレバヤガテ消シテ又食ヲ思フ
心生ズ。其時又少シ胃ヘ食ヲ入ヌレバ飢ハヤムモノ也。カヤ
ウニアレバ胃ツカレズシテ五臟ヲ養フ道ニ叶タル人ト
テ。壽命長カラシニハアラズ。大聖孔子モ七十三ニシテ終
リ玉フ。亞聖顔回ハ不幸短命ニシテ死ス。タヾ天命ヲ稟
タルニ多少ノ不同アリ。其稟タル程ノ血氣盡ヌレハ終ルモ
ノ也。身持心持能シテ壽ノフルモアリ。悪クシテフツヾテルモ
アリ。ツヾテルト云ハ。七十八十マデモアルベキ命ヲ。食事飲
事ヨロヅノ行悪ケレバ。不圖ニ十ヨリウチニテモ死スルモノ

云

也。又能保養スレバ。六十マデ生ベキガ。七十八十マデモ長命
フルモノ也。心持道ニ叶フタル故ニ命短モアリ。又道ニカナ
ハヌニヨリテ命長キモアリ。道ニ叶フテ短キハ何トシタ
ル事ナレバ。道ノ為身心ヲ苦シムル故ニ命ツヾマルモノ也。人
ノ為ニ身心ヲクルシムルハ仁愛ナリ。故ニ身ヲ殺シテ仁ヲ
スル事アリト孔子モノ玉ヘリ。身心ヲ苦メテモ義ヲ闕マジ
キト思ヒ禮ヲ闕マジキト思ヘバ。身心苦シム也。一言ノ約
ヲチガヘヌレバ信ナキモノ也ト思ヘバ。行マジキ所ヘモ行。
タク居マジキ所ニモ居。長坐窮屈ニ苦シミ風雨霜雪ヲ
モ不顧信ノ為ニ身心ヲ苦マシム。是皆道ニ違フマジキト
思フ故ナリ。如此ナラバ道知故ニ壽ハ短キモノ也。士民百姓

国立国会図書館　タイトル『古今養性論和解』　請求記号 863-196
ガラス使用

ノ道トモ何トモ知ヌ者ニ長命ノ者多シ。是ハ心ニカヽル
事ナクテ命ノバユル者也。亦道ニ叶ハヌ故ニ命ノ延ルトハ。
道ハ知ナガラ道ヲ潛メテ仁ニモ心ヲ苦メズ義ニモ禮ニモ
苦メズ。只心ノマヽニシテ人ノ苦ミヲモ思ハズ。我サヘクルシ
カラズハト思ヒ。人ノ急グニモイソガズ。心ノ向フヤウニ身ヲ
持人ハ。一切道ニハカマヒナク偏ニ身心ノ安キヲソレト思フ
故ニ。命ノツヾマルベキ様ナシ。是ニヨリテ我ウケタル血氣
ノ盡ルマデハ生ルモノ也。幸ニシテ長命ノ者ト。不幸ニシテ
短命ナル者トノ身心ノ理ヲ以子細ニ心ヲ著ベシ。大カタハ
天命ノ血氣程ノモノ也。養性ノ道ヲ能心得タラバ。少ハ命
長カルベシ。又養性ノ道理ヲバ得タレドモ心ノマヽナラヌ

悶心トハ心不開ノモダユルヲ云ナリ

身ハ得タル道理ヲモナシ難シ。心ニ任セヌ身ハ思ヒナガラ
ニ果ヌルモノ也。氣有餘ノ人ノ欝病ハ氣ヲハタラカシテ。氣
ヲノブル時ハ欝氣散ジテヨシ。スグルハ虛ニカヘル也。氣不
足ノ人ノ欝病ハ氣ヲハタラカストモ其動ヲハヤクヤメ。遠
見シテ氣ヲハラストモアサクシテ頓テヤムベシ。氣スク
ナキ時。下ヘ陥リテ。上達セズシテメグラズ。故ニ氣朦セト
シテ欝ノ病有ヤウニ覺ユルモノ也。眞氣不足ニシテ短少
ナレバ悶心アリ。必鬱ニハアラズ。然ルヲ欝ナリト心得テ氣
ヲハタラカシ。ウゴキハシルル事ヲヨシトシ。是ヲ養性ナリト
アヤマル事アリ。當座ハ少アル氣ナレドモ。引立ル故ニ。一段
ト氣ハヨキモノ也。然レドモ太躰氣スクナケレバ。氣一度

ニ少ヅヽナレドモ減テ後ハ引立レドモタヽヌヤウニナル物也。カヤウノ人ヲバ氣ヲ引立ルニモ引立様アルベシ。アサクト輕キ事ニテ引立ルガヨシ。一旦戸障子ヲサラリトアケ。花ナトニ水ヲ灌キ。亦香ナド焼朝夕立テアル屏風ナリトモ立カヘテ。座ヲアラタメナドスルニテ。氣ヲ生ズル物也。我ハ生レツキ氣卓散ニシテ丈夫ナリトテ生レツキヲ頼ムベカラズ。氣ハツカフガ善也。氣ニツカハル、ト云事悪キ也。志ノ氣ノ大将トシテカケヒキスル事専一ナリ。胷ヲハラストテ誤テ氣ノ減事アルモノ也。實胷ハ氣胸ニ聚リテ悶ヘトシテ心アシキモノ也。氣強クシテ能メグレドモ七情ニ引トメラレテ胷スルモノ也。虚ニシテ胷スルハ氣下部小腸ニアツマヽ

喘トハ韻書ニ疾息ナリトテ行ツカレテ息ザ

リ。三焦ノ氣フサガリ。氣上達セズシテ。是モ胸架ルヤウニシテタメ息ヲツクモノナリ。虚證ニシテ氣下部ニアラバ。胸ニツカヘ息ドヲシキ事ハアルマジキ議ナレドモ。胸ノ下マデハ氣ノボレドモノボリ達セズシテ。胸ノ下ニツカヘテアル故ニ息ドヲシキ事ハ同ジヤウナレドモ。實證トノカハリアル也。實證ノ胷ハ氣ハメグレドモ何ナリトモ其思フ事。カナシム事。憂ル事ニ引トメラレテ。胷スルト氣ノボリメグル事ナラズシテ。ムネニ逗留スルトノカハリナリ。假令バ三町ノ道ヲ得行ツカズシテ。二町目マデ來テ。ソコニテ喘ギ居心ナリ。是ハ力不及シテ如此ナリ。氣ハ健カナレ𪜈、七情ニトメラレテ上達セズ。下ヘメグリカヘラズシテ。中途

ニアラク体ハ躰也

ニ逗留シテ胸ニツカユル一ノカハリ也。氣ト體ト分テ養性ノ心持アルベシ。躰ヲ動カシツカフヲ養性トス。過ル時ハ躰疲ル。氣ハツカハズシテ靜ナルヲ以養フトバカリ心得テ靜カ過レハ氣沈ミ一所ニ滞テ欝ノ病ヲナス。氣ハ全體ニ渡リテアルモノ也。體ヲ使フ時ハ即氣ヲツカフ然ルニ氣ヲバ使ハヌヲ養ヒトシ體ヲバ使フヲ養トスト云事心得難シ。氣ヲ使フト云ハ思惟分別アリテ氣ノツカレトナル故ニツカハヌヲ養性トストイヘリ。氣ヲツカフト云ハ心ヲ兼テ云ナリ。心ハムカフ物ゴトニ慮アリ氣ハ非情ノ物ニテ水火金土ノ氣ト同ジ。慮ル事ナクシテメグル計ナリ。故ニ躰ヲツカヘハ氣ハ慮ル事ナクシテメクルハカリ。躰ヲツカヘハ氣メ

羸トハ心モノニ惜ツキテ身ノ困ルヲ云

穀氣トハ五穀ノ氣食シテ入テ體ヲ養フヲ云

グル故ニ滞ル病ナシ。コレヲ以躰ハツカフヲ養性トス。心ハ氣ヲノリモノトシテ氣ニノリテハタラク。心ハタラキ過ヌレハツクル物ナリ。慮リ多キトキハ心羸ル。氣ハ動キ過レハヘリテヘル物也。心ハ知慮ニ減ジ。氣ハ動轉ニヘル物也。氣ヨリ心ヲ惜ミ心ヨリ氣ヲシツメテタガヒニ養性スヘシ。元氣ハ胎内ニ在テ母ヨリ我ニ傳タル氣ナリ。臍ノ緒ヨリ傳タル物ナリ。故ニ臍下ニ在。血ニモアラス水ニモアラズシテ動クモノ是也。氣ハ動クヲ体トスル故ニ。動コトスクレバ氣ヘリ又會テ動カザレバ氣滞ル物也。其動事中ヲ得テ善元氣ヲ日夜ニ動キハタラヒテツカヘドモツキヌハ穀氣ヲ以養フ故ナリ。穀氣絶ヌレハ元氣モ消スル物也。元氣ハ油ノゴトシ。油タユレバ

配トハクバくへ配當スルヲ云

燈消ルガ如シ。中氣トハ脾ノ氣ナリ。脾ノ氣ハ穀氣ナリ。脾氣ヲ中氣ト云事。脾ハ土ナリ。中土ノ官ニテ主ハ中央ニ居テ四方ノ事ヲ主レリ。脾ノ臓ヨリ四臓へ氣ヲ配ル事ナレバ。脾胃損ジテハ四臓トモニ養ヒナキ故ニ。五臓トモニ盡ヌレバ。元氣ノ立ベキ所ナシ。其本ハ元氣ナガラ其元氣ヲ継グモノハ脾胃也。一大事ノモノ也。脾胃ハ中ヲ得ル物ナレバ食過レバ悪シ。亦乏キモ力弱シ。中ヲ得テ養性トスベシ。脾胃ニハ物ノトヾマリフサガル事ヲ嫌フ。通利シテアラタメアラタメシテ前ノ食ハサキへ傳ヘツタヘシテ不殘様ニスルカヨシ。下地ノ食盡ヌニ又追カケオヒカケ物ヲ食フ事。甚ダ悪シ胃へ食ヲオサメテモ。胃中ニ滞レバ胃中ニテハ食物損ズ

呑酸トハヲクビシテスキ水ハクリヨハクヲ云

ルホドニ。損ジタル物ヲ食シタルト同ジ事也。胃中ニテモツコ子ヌヤウニ心得ベキ事ナリ。胃中ニテツコヌルトハ。前ノ食モ消セザルニ。又追カケテ食スレバ重リテ滞ルニヨツテ。食物内ニテ損ズルモノ也。サレバ酸ヲクビノ出ルハ。食ノ内一損ジタル氣溢テロへ出ルモノ也。是ヲ呑酸ト云。

右ノ養性心持ノ次第或人ノ書置シヲ。我其以前東ノ旅ニ赴シ時。所望シテ見侍レバ。其中ニ宜キ事ノミ多ケレバ。一向ニ醫ヲ不知人ノ助ニハナルベキカト慮テ。此書ニ載テ世ニ廣ム

古今養性論和解

此一書不知誰人選述焉雖然俗間日用養性之論詳明而不學而自得醫家之大綱者也故略加頭書令版行者也

古今養生論補篇

華洛　居行述

荘子に上寿百歳中寿八十歳下寿六十歳と説七十歳古来稀なりといふ聖語をかりて寿をたもちがたきことの数とし熟世との首を海なこふる赤子七歳のうちに夭亡するをもつぱらとして小児のうちに殤する者かぎりなし壮人して女色に溺るるものは女色をとものうちに殀する者数多し其後四十より五十四五をはなれては死して其寿をたもちがたきは八人でし

乃知る所なり死生有命富貴在天といふも是
なりてまで知る事にあらず只天命にてもなく
招する所是非なし今いふ天命は紛れなき所にさんを
其身乃平生の行ひより起り浮屠氏のやうに因縁因果
にて附く早世も約束事長寿も約束事といふ
て仕舞ば何事も約束にて善人とかかる事定
なく悪人をさうる事も明さやうかたるのにて教訓
もいらぬ世界は如此不養生にするかよかるべきかなるべし

かくいへば養生訓を養性論といふ必とむれば然
まじも亜聖といはれし顔回乃早世や小児にて夭亡
する類ひを天命にても前世乃ことと成人の後早
世をせむくみじめきまでことのあり高貴の人や富
有なる人は酒色乃楽に耽り或ハ或は人の
威権を貪慕におぼれて心を労し或ハ潜に表を
かざり内に欠乏して気を労して疾をうけ
終に天命を縮むるにいたる故に此書はこの大意をとく得

国立国会図書館　タイトル『古今養性論和解』 請求記号 863-196
ガラス使用

せいじんを皆伝しられしをもて貝原先生も行住
坐臥乃事〳〵を深切に志るして養生の事といへり
養性論にも陰陽氣乃發斂をくはしく説て養性を
志るせり然れとも学者乃よろしき所にて格言なれ
然し世乃不学盲昧の身なれ〳〵愚かなるよふ不知
まさ〳〵新不日それの〳〵世上乃人〳〵をころに養生
訓乃趣ふるしく時〳〵刻〳〵養生故ゆるすも檜をも
遍見て〳〵食をさる事にて多人も長命なる事なれ

それ又老荘の学を盛にし更に禅家の語録をとも
なれば大に氣を練る此学にて陰陽の消息
といふ人を君とするは事なれは短命なる人多
し農夫なとは属丈字の事にも一向にかゝはらす一編
の人にも八十九十に至るもありその間なる所を以
てみても養生大事にして志てかはしきにもあるとや
にも〳〵然れ自然の道理にそむかぬもの故なり
なきにしも唐子西古硯銘を書て曰硯と筆と

墨とハ蓋気類なりといへども近しく同じく任との
ならぶその所りその因一にして二ならざる事なき
ところにして任ぞ用ゐらるゝ事も寵遇せらるゝ事
もおなじ近きなりといへどもかれさるとのハ壽夭のごとし
筆の壽ハ日をもつて計り墨の壽ハ月をもつて計り硯の
壽ハ世をもつて計る其故何ぞや其體たるや筆ハ
最も鋭く墨ハこれに次ぎ硯ハ鈍きものなり豈鈍きものハ
壽ふして鋭きものハ夭ならずや其用たるや筆ハ
最も動き墨ハこれに次ぎ硯ハ静かなるものなり豈静かなる
者ハ壽ふして動くものハ夭ならずや吾於是て得
養生焉鈍をもつて體として静かなるをもつて用ゆべし或曰
壽夭ハ數なり鈍鋭動静の制する所にあらずとたとひ借
令筆鋭ならず動かずとも吾その硯とおなじく久遠
なることあたはざらんとしるなり然りといへども寧ろ此れを
せよかれをする事なかれ銘曰不能鋭因以鈍為體
不能動因以静為用惟其然是以能永年と

いへり又橐駝が樹を種る傳にいはく橐駝曰よくよく
木をして壽く且蘖らしむるにあらずよく木の天に順ひ
てもつて其性を致さしむるのみ其培ひ平にして其
築こと密くして既に然し巳て後ハ動すことなかれ慮
ることなかれ去てまた顧ず其蒔や子の若せよ其
置ことハ棄たるが若せよ則其の天なる者全而其の
性得んと然るに養性論に医学をもつて養生の主
意とし自分の性をしらずみだりに薬のみ医学に泥する

にかゝはらんよりハたゞいかにも容易できる事にかゝりと
養生訓のごとく平日好を節し嗜欲をつゝしみ進退行
勤食事起臥を玉をとらへるごとくに身を大切にして
われ事へその人その身を生れつきの身持をまもりて
居る事の外ハ人なみのかりの事を世にならひて
飽くまで心を恣にせし大事にならぬ身に貪欲ハ必
怪我病患のもとなれバこれをつゝしみて日用
にといへども書物を読み病身の人物ならんその

国立国会図書館　タイトル『古今養性論和解』　請求記号 863-196
ガラス使用

扨今世平人の上ふても富有の家の小児を寵愛して乳もりよ手かけよとて人ふ人を付付て毒よ何よ
暮よて嘗物を嘗す餅をすゝめてよく見とけれど大事ふするもの大方病身なるものにて大事ふしける程
至て弱かるその子の愚も近在ふ来て往来して田舎そだちの子どもは見るにつよくちからも見事ふて土左
なりの小児を粥飯ふ母親が乳をの尾も飯がちとろも仕廉ま婦しくも山へ木柴とかまとりて家の戸口を閉

八歳ぐらゐなる娘ふなりても世帯の手追ひして夕方迄ハ内をまもりて至極の苺みの間ち畠や畔につきて出て
かやの茄子などを拾てかゝへてからいて薬れをまはで家の
あるもしれ遊びのふ餅之内よりが粥をたきまわざれど乃井堀すじの溝へつまて出て身ふて尻を洗ひ日向へ出てかせ
とてはさなの炎天ふ草履をはかず素足ふて京の人でハ喰ふもすぐふ暑気ふ行てもすふ行くでもすこしのもかし症
息も小さぐるぐ所の人の亡き者も何ともせず壮すなり

あまつさへ此等の事にかゝはりてむえきなるを珍奇
とこのみして長久の為にハ益なき事をも
かへつて愚か書にハ述なれバ自得と體なし倹約
をまもるべき天の道なれバ富貴をも親族をもわすれ
おのづから郷黨よりそしりを受るといへども
貧賤なる時ハ貧を悦びて窮迫をうらみず詫と體
ミづからの意を以て用を静かにし気を安して福を養ひ胃
を寛して蔬食を喰ひ費を省て財を養ひ思慮は

すべてそ神を養ふ如くなれバその心安
し酒色をこのみすぐせず音を高くして和かに
静かなる事なれバ心気を耗散さする所の損なし天命を
期を待てなすべし是養生の根本にして
其余の事ハ皆枝葉なり樹木をたとへてみるに
雨露の潤ひのすくなき處に置ハ枯葉のやうになりて
枝葉すくなく繁茂せず日影のよくあたる處に置ハ
青々として盛なる木も枝も柔軟にして繁

863
196
19529

茂せど風の通ひを蔽ひ置バ蒸稿の枝そんし
出来て又盤帶せど日も照而濕も飽て風も
能通る處ふて人のさそる事なるはかさりなく
繁茂す人も丈夫の如く寒さ暑さ自
ふとおひなお延ふ自然として萬事も何の病のし
いかすかく啼て人気を安くなるげバ樹木の繁茂
する理ふて衛気留滞する事なき一ハ営血ともより
然るく風寒暑湿乃外邪入ぬきの間隙なし外

風寒暑湿の氣ふ傷られど内喜怒哀樂愛悪欲
の七情ふ害せらるる事なれバ自然ふ天命を全ふ
されバ長命なる人を称せバ宇宙乃かさりなき世界
萬國の大明なを知自己の身も塵埃ふひとしき事を
悟るべきなり

長生乃教を立つる心こそ世すて人の心なりけれ
遠里

国立国会図書館　タイトル『古今養性論和解』　請求記号 863-196
ガラス使用

天明八年申正月

室

寿てなまら守

西國の大ひとか君自守り自在無茶の見しの無か

ひくの我全むひくの我の宇宙とひとしきこゝ也東

れ大清八言れむひ身とむの也水の心天とけ

同寒暑運の於小篇一寄の同吉京東盛遇呪

国立国会図書館　タイトル『古今養性論和解』 請求記号 863-196

ガラス使用