貝原養生訓

七八
附録

養生訓巻第七

用薬

養生訓巻第七

用薬

人の身病なき事あたハず病あれバ医をまねきて治を求む医に上中下の三品あり上医ハ病を知り脈を知り薬を知る此三知を以病を治して十全の功ありまことに世の宝にて其功良相につげる事古人の言のごとし下医ハ三知のちからなし妄に薬を投じて人をあやまる事多し夫薬ハ補瀉寒熱乃良毒の気偏なり偏なりて病をせむる故に参芪乃上薬といへとも

家小用心べからずといへども病によ癒るとれしも悪しき必ずあるべし何ぞ毒ある病に薬を服せざる事ハ毒薬をのますたく益なきのミならず反て人に害あり又中醫ありて病を脈し薬を施す事上醫に及ばざれバく其薬ハ皆気乃偏なりとしてあまり用ゆべからざる事なり病によりて癒せざる薬とあたへざるを書に班固が曰有病不治常得中醫と云へりわ迫しとしも病の治せざる時ハつよく脉と詳に察せずして薬方猥しく定めがたけれバ慎んでみだりに薬を施さずして病の

ども療せざるハ中分の醫ありて下醫乃薬よ薬を用て人をあやまる事まされても数に癒る時りし

[illegible]
わきまへしてまづ病の所由をみだりにさしてすつじやう脉
と詳に察せずして重き薬方の難しく定めがたけ
也ハ慎んでみだりに薬を施さずしてそれ病治れ

ともに治せざるハ中ぶんの醫なり下醫乃病に薬を
用て人をあやまる事まされつと故に病ある時ハ
良醫をまつべし庸醫乃薬を服して害をうくる事かれ
病ありてもみだりに保養をよくし慎ミて薬を用ひざれども病乃
おのづから愈るを待べしいそがずして薬毒にあたる
事あり。やすくいゆる病多し死病ハ薬を用ひても
いきがたし下醫ハ病を治し薬を施さざれども病家の
求によりてみだりに薬を用ひて多く人をそこ
なふ人の命をたすけんとして病を助けて
いのちを損す中醫ハ上醫に及ばずといへども

さる術知らずして病を損んで害よ治せずして
然以病あつて一ごとし治せざるハ中分の醫なりと云
を古来名言とし此病人へも亦此説を信じてあつ
て急せらるゝ薬服を忌す世俗ハ病あれハ急よ
いらん事医を求て醫の良術をえらばず庸醫
薬をもちうるにのんでよりて早を一たびの薬
誤らるゝことつゞまる実ハ身を害となせり古人
曰病傷猶可療薬傷最難醫然らハ薬ハ慎むべし
すべしてつゝしみて服するべし孔子も季康子が薬
贈らるゝを未達とてなめ給ハざるハ是疾

をつゝしみ給へハなり聖人の此教則とすべし今
よく病源病証を審にせバ脉を精しく察せば病よ

を慎しみ撰へハなり霊人の乱数物ともいふべし今
の病源ハ審ならず脉を精しく察せず病ニ
当否を知らずして薬を投る薬ハ皆偏毒なれバ
却そこなふべし
孫思邈曰人ハ故なくんば薬を餌べからず偏ニ助くれバ
蔵気不平にして病生ず
劉仲達が鴻書ニ疾ありてもし医なくバ薬を
のまざれバ病のいゆるハ汎言げふまつべし事を
しるし医の良否をゑらびもしてみだりニ
く薬を用ゆる事なかれ古人ハ病あれども治せざるを

中醫を得ると云ハ言ハ中庸也といへり庸醫の薬ハ病に應ずるところハすくなく應ぜざる事多し薬ハ皆偏性ある物なれバ其病に應ぜざれバ必毒となる此故に一切の病にみだりに薬を服すべからず病の災より薬の災多し薬を不用して養生を慎みてよくせバ薬の害なくして愈やすかるべし良醫の薬を用るハ臨機應變とて病人の寒熱虛實の機にのぞみ其時の變に應じて宜に從ふ必一法に拘らずたとへバ善く戦ふ良將の敵に臨んで變に應じとりかへしの術てより手を

醫書ハ薬汁數…
虚實の證によりそれぞれ時の変に應じて宜に
従ふ必一法に拘らばたとへば善く戦ふ良将の
敵に臨んで変に應じとりかへしの術ありて手法を
定めがたし時に臨んで宜にあふべしされども
古法をひろく学びてちからを今の時宜にかなひて
変に通ずべし古法をしらずして今の時宜に従ハ
んとせバ本なくして時宜に通ずべからず故を温ね
て新しきを知るハ良醫のわざなり
脾胃ハ穀肉を食ふに宜し薬ハ皆
氣の偏なり参耆朮甘ハ上薬にて毒なしと
いへども病に應ぜざれバ胃の氣を滞らしめつつ
て病を生じ食を妨げて害となるいはんや攻
撃のあらくつよき薬ハ病に應ぜざれバ大に元氣

とかくはじめに病なき時ハ只穀肉をもつて養
ふべし穀肉の脾胃をやしなふによろしき事
参耆の補にまされりと前に古人の言に薬補
ハ食補にしかずといへり老人ハ殊に食補をすべし
薬補ハやむ事を得ざる時用ゆべし
薬のまずしてそのつからハゆるき病多し老をとる
でみだりに薬を用て薬にあてられて病をます
とたまるけれしくハ家として見まはして薬多
し薬ハ用る事つゝしむべし
病の初發の時症をゆふべん付どんハみだりに早く

薬を見用ゆべからず浅よく病症を辨じて後薬を
用ゆべし諸病の甚しく急なるハ甚くハ初發の時

とゞまるけ久しく家として死まいたる事多し
し薬ハ用る事つゝしむべし
病乃初発の時症を明ニ見付ずんバみだりに早く
薬を用べからず治しよく病症詳ニして後薬を
用ゆべし諸病乃甚しく急なるハ初発乃時
薬ちからよはきによりやまいて病症よりおもしける薬を
用ゆまじバ治しがたし或ハ療治の誤ハ初発ニあり
病者をよる人ハ早く良医をまねきて治とくべし病よ
りおそく治とれバ病ふかくなりて治しがたし畢竟
が摂候よ告ざるべからし
立處攝が為生乃道ありて長生乃業あしらする事
生乃道ハあまりしまれ行ばいのちで長く
ある業をるゝ書は生ハ共にしまれ衍くる天寿をたもつ

道なり古の人を鄒君よたぶりつされし長生
の薬とて用ひし人多かりしかど益なかりしかく
くつりて薬毒よをこかされし人あり是長生の薬か
くせなし〳〵苦労して長生の薬とて用ゆまじきこと
益なし信ずべからず内慾をおさへ外邪をふせぎ
起居をつゝしみ動静を時にせハ生れ付たる天年
をたもつべし是長生の道なり丘處機が
説ハ千古の迷をやぶれり此説信ずべし凡そくすり
べくぞとうるひ信ずべきを信ずるハ迷ぞかし
薬餌の薬ハ皆毒ありまづ益あり〳〵紙用ひて害あ

ぶあし性あしきと飲薬より紙用ゆるハ飲薬ハ
ハ毒あるもの似せ薬也枸橘を枳殻とし鶏?
柴胡と云ものの形又薬の多く…

ぶるい性あしく俗薬と紙用ゆるは俗薬は
ハまぎらはしき似せ薬也枸橘を枳殻とし鶏腿児を
柴胡とするの類多く又薬の良否によりて用ゆべしまた
病に宜しき良方といへども薬性あしければ功なし
し又薬の製法により用ゆべし薬性をも修
治法に背けば能なしたとへバ食物も其法によ
り調味によりて味のよしあしありて大きに差あるも
料理あしければ味あしくしてくらはれざるが如し
薬も又薬性のよきをえらび用ひて製法をよ
くすべし

いかなる珍味もこれを煮る法ちがひてあしけれハ食わ
ず良薬も煎法ちがへハ験なし此故に薬を煎ず
る法よく〱心を用べし文火とハやハらかなる火也
武火とハつよき火也文武火とハつよからずよは
からざる火也凡かゝん乃火と風寒を発散し食
滞を消導する剤乃調剤ハ利薬と云利薬ハ
武火にてせんじてはやくにあげいすく熱にせうる
時生気の流よきこと勝とべし煮とれで薬力に
よくして邪気よくちやもしく〱変して熱
されで薬よ生気ハ力なくしてよハし邪気ハ勝ち

べし補湯ハやハらかなる文火にてゆるやかに久
しく煎じつめてよく熟すべし武火にてせんずれバ
純補しがたし されバ利薬ハ早く

時生氣の浅きこと脈にしるべし若しされど薬力浅
よくして邪氣よりうちやもとしく久しく熟し熟
されで薬よ生氣の力ありてよハし邪氣に勝ち

くさし・補湯ハやうやうあるを文火にてゆるやかに久
しく煮しつめてよく熟(じゆく)すべし若しされバ
純補(じゆんぽ)しがたくしてを以利薬ハ生に宜しく熟(じゆく)に
宜しからず補薬ハ熟(じゆく)に宜しくして生ハ宜し
からずとしるべし薬汁煮るに此二法あり
薬剤(ざい)一服ごとの分量(ぶんりやう)中ゟ後の古法を考(かん)へて邪
の虚実によりあひて加減(くハ)及(あふ)ぶかるべし近古什昇
家よハ貞なの土地民俗(ぞく)の風氣に宜しくて薬
のきさハかりて服(ふく)とす医家よりて一丈と一
服しくと今の世医乃薬剤(ざい)ハ一服(ふく)の重さ六文

分より一匁に至る一匁より多きハ稀也中夏乃
薬剤を警むと考ふるに一帖三匁より十匁に至
東垣ハ三匁を用ひて一服とす事例有り中夏の人
煎湯の多きを用る事へおく薬一服ハ二合されバ煎汁
蕩滌して薬力つよく病を治さる事よしと云
然るに日本の薬剤小服なるハ何ぞや曰日本の
医乃薬剤小服なる故三あり一ツにハ中華乃人
へ日本人より生質健に腸胃つよき故飲食
多く肉を多く喰ふて日本人ハ生つき薄弱にし
て腸胃よハく食もとく多く牛馬犬羊乃肉を食ふ

に宜しからざる所ありて是を宜しと心得るに薬
剤を昔より小服に調合すと云是一説なれども是
中夏乃人日本人同じく是人なれど大小強弱せ

[illegible]
へ日本人より生質(せいしつ)健(きやう)に腸胃(ちやうゐ)つよく飲食
多く肉を多くくらふ。日本人ハ生つき薄弱(はくじやく)にし
て腸胃(ちやうゐ)よハく食すくなく牛羊乃肉を食せ

よ宜しかるべし。然るを[illegible]よ宜しかるべし
剤を昔より小服に調合(てうがふ)せよと云。是一説なれども是
中夏乃人日本の人同じく是人なり。大小強弱
かはる事見なし。人へさのミことによるべからず。今の医の用
る薬剤の大かたハ三分の一又ハ四分の一にくらぶべし
ど調合して日本の薬小服なる事なりがたかるべし
ほど云人あり。一説に或人の曰、日本ハ薬種乏しく
まれなる故に[illegible]かしらを[illegible]しく
国の医(い)術(じゆつ)に乗(の)せ来るゆへ値(あたひ)高くして大
ハ費(ついえ)多し。これによりて薬剤(ざい)を大服に合せず

近くは名医ハ薬種をわけて多く用ひず然るに
服小服にせしを古来習ひ来りて当世の人の薬
をも少しも小服にすべくと云ふ是一説也又曰日本の医
ハ中華の医者の弟子たる故に薬方を用ゆるに多くへ
らす病に適当せざる事を畏るゝ故に変量して
一方を大服にして用ひずして少しく大服にして其病を
治せられざるハ久しくして其害あらん事を恐るべければ
毒小服にて用る薬を病によりて減せしめ近しとも小服なる
也ハ大なる害なしあやまりても小服にても目をそく
ゆへに小服ハかろきにすべし然れども古来の小服を用る也と云

是又一説也此二説によりて日本の薬方は小服
なりと云

聞ずくハ中夜の人の達わして湯のつよきハ交す

て小腸紙用ひ薬を病に應せ何迄しきより小腸を
是は大分る害分にしれ然されば小腸にてを見をする
様て小道はこるべしあてを以右あ小腸を用ひと云

毫又一錢くらゐ三錢までもちひて用ひれ薬方は小腸
なりと云

用ひれ人は中気の人乃健かにして腸胃(ちやうゐ)のつよきに及ぶかず
して薬を小腸よりとるが宜しくとも弱き羸大小
あ似くる迄は手を強弱の看を見ずに中気の人の
まよ及ぶべくもかんや此から薬剤を今の大よりとる
が宜しかるべしたとひ前より病やまひて小腸
なりともかつてを則強くよろしく熱するかや迄今
の時医の薬剤をもんまま一服も斯ふ用して小續湯
とゆへともも摂(セツ)養(ヤウ)の力あるべし况利(リ)湯を用る

病ハ外風寒に肌膚をやぶられて熱を生じ内飲食に
腸胃に塞り積滞の重き鬱結の甚しき
内外の邪気はげしき病などは小なる薬力にては大
なる病邪にかちがたき事たとへば一盃の水にて一
車薪の火を救ふが如し又小兵を以て大敵にかちがた
きが如し薬方も病によく應ずともかくのごとく
小服にては薬よわくして効あるべからず砒毒を以
ども人服する事一匁許にいたりて死すといへ
ど一分ばかり少くのみては砒霜をのんでも死なず
河豚をも多くくらへば死すといへどもかゝる大毒なれど

かくの如し況やよわき小服の薬いかでか大病に
かつべきや此理を能思ひて小服の薬効なき事を
しるべし今時の医の用る薬方

どとも人服する事一分砂にまじりて死したる人又
至一分ならばかくしては砒霜をのんでも死なば
河豚も多くくらへば死ぬるとつよき大毒なる

かくの如し况やよわき小児の薬ならで大病によ
くはへるや此理を能考ひて小児の薬数多き事を
しるべし今時の醫者の用る藥ハ病に應ずるとも
多かるべし壱通りにも早く数をのぞきして食ひさ
さハ小服にて薬力たらざる病にも悦しとや
今ひさうにはおもんじもちゐる小利薬も一服の分量も一匁ぶ
あまりほど二匁にまさるべし其病重いハ人の大小
强弱によりて湯液をもるべし
補薬一服の分量ハ一匁より一匁五分にかぎるべし
補薬つかふやうとくさんハ一服一匁或一匁二分から

多し是又人の大小強弱によりて増減あるべし又設
補薬用る薬方ハり一服一匁二三分より一匁七分
までよろしかるべし
婦人の薬ハ男子より小服にて宜し利湯ハ一服一匁
二分より至一匁八分にまで補湯ハ一匁より一匁
五分までにてよろしく気體強く大なる人ハ是より大服にて宜し
小児の薬一服ハ五分より一匁までなるべし是又小児の
大小をもつて増減あるべし
大人の利薬を煎ずるに水をそゝぐ盞ハ一盞に水
を入て半夫大概千文より六十匁まで入るべし是
盞乃薬を除して気を去り一服の大小
によりて水を増減すべし利薬ハ一服にて一盞

大小をもつて増減すべし
大人の利薬を煎じやうは水をくみて盞は一盞に水
を入れ半大盞五十文より六十文にも之べし其
盞の重さ紙にて除きてその重さ量り一服の大小
によつて水を増減もすべし利薬八一服よあり一盞
半入て薪をたきて或ハ炭を多くたきて武火
にて一盞に煎じ一盞を二度にわかち一度に當
盞服もすべし滓ハもとの二度煎もすべからず
病つよくハ一日一夜に二服程もよくよくへし之熱
ありて湯もその病によりて宜に随ひて多く用べし
補薬を煎じやう八一盞に水を入て半盞の重さ
を除きその重さ五十文より六十文までに煎じ又
一服の大小によつて水を増減もすべし虚人の薬

小服なるには水五十文入る盞を用ゆべし壮人の薬大服なるには水七十文目入る盞を用ゆべし一服に水二盞入て煎じ滓(かす)を用ひ文火にてゆるやかにせんじつめて一盞とし又すにハ水一盞入て半盞にせんじ前後合せて一盞半となるをかいつくへるやうれ空腹に三四度に熱服すべし補湯ハ一日に一服半瀉くえをとらゝ人によりて朝夕ハ乃ぐらし盞各二度のむ後日ハ二度ハつゞえて服しくるしき人あり病人によるべし瀉くえざる人にハ朝夕盞各一日に一服従上を服さるべし食滞あらば補湯のむ

飽りゝ食滞(しよくたい)ありて後のむべし
補薬ハ滞(たい)塞(そく)しやすし滞塞する時ハ害あり慎
利薬を服さるゝ人ハ胃をそこなひ大利ありて

色うしハ含滞ありて後のむべし
補薬ハ滞塞しやすし滞塞する事ハ害あり慎
利薬を服すとならバ久しく用ゆべからず大剤にして
気塞ぐならバ小剤になすべし或ハ薬を去り生姜を諸
なすべし補中益気湯加減のつかひて用ゆべき事まへ
乾姜肉桂を加へつゝ中蘇立散を緊要なり
又病によりて附子肉桂をも加へ升麻柴胡を用ゆ
に二薬ともに火の絡忘めくとも酒にて炒用也
医或問の説に升麻柴胡を去て桂姜を加ふ
る事あり李時珍も補薬に附子加ふ事ハ

そ功をとるとがりくしより虚人の熱なき症にハ薬
力強めてさんため服ハ一服に又薬の一分加ふべし
經ましくて病症によるべし壮人にハいひ減し
身體短小にて腸胃小なる人虚弱なる人ハ藥氏
服にとゝへて小服に宜しされども一匁よりかろくべからず
らば身體長大にして腸胃ひろくさかんなる人ハ
薬大服に宜し
小児の薬ハまゝのぐえる盞ハ一服の大小によりくすべし
多の又千分よりも五分又ハ分へかしぬる盞紙見包を又盞
のまゝにて除きしのれ煎しきし利湯ハ一服に水一盞

入七分に煎じ二三度に服して用るとのといべし補
湯にいれて盞半を用て七分に煎じ度々に服す
服ことに充分のすくなしといふべし

入七分に煎じ二三度に用ゆるもよかるべし補
湯には水二盞半を用て七分に煎じ度々に服
服をも是又うすくといへども或うすく一盞入
半盞に煎じためて用ゆべし

中華の法父母の喪ハ必三年是天下古今に通る法
なり日本の人ハ體氣腸胃薄弱なる故に古
法に朝廷より服の喪を定らる終に三年の喪ハ二
十七月服の喪ハ十二月なり是日本の人の稟
賦の薄弱なるによりて宜し孝へて性にかなふ
る中なるべし然るに後世の儒者自ら私に立

宜をしらず古法にかゝはりて三錢の裹劑を用ひば
人多くハ病して死せり歟またへらさるハ古人気を
不養ことを見よよりて今ハ薬を用ゆるも亦同じ
土地の宜分てより煮へて中夏の薬剤の事を
一服と定めハ宜しかるへし然らハ一服ハ二文より
多くもなりて其国人の強弱病の軽重に依りて
多少加減すへし凡時宜をしらず法にかゝはるへ悪
人乃しる事なり俗医にしてしらすして道理をしらさるへ
小人のしはざなり

右薬一服乃分量の大小用ゆべき多少を定むる事

人のもち前の体をよく考へて道理を立つへ
小人のしわざなり
右薬一服の分量の大小用る人の多少を定むる事

予醫生よりして病家の消滞毒の
つよきことをしれども今時分の人の禀賦を
知られそれよりへられ如くして宜しかるべし能くへき
識の人能く古今を考へ見なば人の生れ付に
應し時宜にかなひて過不及の差なく權量又は
加減定め給ふべし
處方へ薬を加ふるには味ひの肯綮を付し脾胃
試補剤には生姜ハ薬力を納めしめ胃を開く妙は
元氣を補ひ胃をまもれ葱白ハ風寒を發散さ
是入門より又燈心草ハ小便を通し經氣を

消と

今世医家に泡薬と云法あり。薬剤を煎ぜずし
て沸湯にひたす也。世俗に用る振薬にへる
とい法振薬は備されりを法薬剤を細にきざ
み細かく竹篩にてふるひのこさるを又細に
きざみて粗末となすべし。布の薬袋をぬひつくし
て薬を入まりの碗を熱湯にてあたゝめて湯
いとそてやうて薬袋を碗に入、其上より沸湯を
かるくそゝぎ薬袋をおさへてしぼし又其上より沸湯をか
るく再度合せて出しのごとく熱湯をそゝくべし

薬汁の自然にかるにうけて振出しとすべし
蓋をしてしばらくおくべし

いとそやうて薬鍋碗に入上より沸湯を
かそくぎ薬鍋をおゝひ又上より沸湯をか
そゝぎ再度に合せて半熟煎湯をそゝくべし

茶液の自然にわかるゝに任せて振出すとへらばよく
蓋をしてをくべし久しくをきおけハ薬汁
おもくてちからなし薬汁出て煎湯のさめて温に
なりたるまゝぬるみの時飲べしうくれぬして二度泡
し二度めにて振出すべしとつゞべし鍋のうすきを
あはすべからず此薬汁濁てあしく此法薬力浅し
利薬には此煎法を用ゆ外邪食傷腹痛霍乱
などの病には煎湯よりも此法の功ことにまさり風
邪し振薬ハ見合べからず此法薬汁つよくまて
薬力つよしたとへバ薬を沸湯に浸して至

ふえてらかとのわがこそ気つよく味よしとすへく
煎じたるものは茶の味も気もうすくかろが如し
世俗に振(フリ)出しとして薬を袋に入て熱湯にひけて
箸にてそれをもみさうれふりうごかし薬汁を出して
服す是は自然に薬汁出るよわく煎じたるにおとれりと
煎茶湯にごり薬力滞りやすし補薬は是れ煎
法のごとく煎じ熟(ジュク)すべし泡(ハウ)薬は宜しからず凡
煎薬を入る袋はわろしさ布はあし薬末ありて薬
汁にごれば滞りやすしめのこし此書にて泡薬の
事をしるさざるといへども今の時宜によりて用ゆると

可也古法によらずとも時宜によくかなふべく用るも
䐓生(セイ)微(ビ)論(ロン)ニ曰大振(テン)散(サン)利(リ)之剤ハ宜(シ)生(ニ)補(ホ)養(ヤウ)之剤ハ
宜熟ニ入門ニ曰補湯ハ須熟利薬ハ不嫌生ヲ

可也。古法よりへらしても時宜よくうかゞひて用ゆべし
頤生微論ニ曰、大抵攻撃之剤ハ宜ㇾ生ニ、補養之剤ハ
宜ㇾ熟ニ。入門ニ曰、補湯ハ須ㇾ用ㇾ熟ヲ、利薬ハ不ㇾ嫌ㇾ生ヲ。此
法、薬を煎ずる要訣なり。補湯ハ久しく煎じて
熟すれバ、やはらかにして補ひ、利薬ハ生気の
つよきを用て、はげしく病邪をうつべし。
補湯ハ煎湯熱き時かつのめバつかゆることかつてのみて
ゆるやかに瞑眩をなすべし。一時に多く服すべからず。補
湯を服する時ハ、酒食ハもとより一切の停滞を
ふせぐべし。くらふ時ハ酒食滞塞し、或薬を服し

ろし薬力めぐらずして気をふさぎ腹中滞りて食
を好まずして病ハますます甚しかくして害ある故に補
薬ハ用ひ難き事ニ至る制しつゝ良醫ハ用やう能し
てなやまず但庸醫ハ用やうあしくして滞る古
人ハ補薬を用るニ其方ハ邪を去る薬を兼用ゆ邪
氣されバ補薬はちからあり補に専一なれバ
つよくて益なくかへりて害あり是古人の法なり
利薬ハ大服にして武火にてはやく煎じ多くのみて
速に穀をとるべし能されバ邪去べし局方曰
補薬ハ水を多くして煎じ熟服しかし穀をさる

凡丸薬ハ性ゆるやかなる故功おそくしてよるど多う
ば下部に達する薬又腸胃の積滞をやぶるによ
し散薬ハ細末なる故

利薬ハ大に張ありて武火にてよく煎じ多くなりて
遂に数をとるべし然されど邪去ぐし而方曰
術せ薬ハ水を多くして煎じ又張して数をとる

丸丸薬ハ性がゆるやかなる故功おそくしてとゞまる也故に
以下部に達する薬又ハ腸胃の積滞をやぶるに
よろし散薬ハ細末せる故蕩く丸薬よりとゞまるなり
経絡にはめぐりかねて上部の病又腸胃其外の
病によし煎湯ハ散薬よりなる功とゞまる也上中
下腸胃経絡にめぐる泡薬ハ煎湯より猶とゞまる
也されば邪邪霍乱食傷腹痛に用べし功はやし
入門にいふ薬を服するに病上部にあるときは食後
にのみ服して一時に多くのむべし病中部
にあるときは食の遠きに服して病下部にあるときはそらに

ちからに多く服して下にくだすべし。病四肢血脈にあるには食より先にして日中に宜し。病骨髄にあるには食後夜に宜し。吐逆して薬を納がたきには只一さじづつひかへてしづかにのむべし。急に多くのむべからず。是薬を飲法くるしむべからず。

又曰薬を服するに嚥を用ゆべしやさきものゝ方へ

又曰人をゑらぶべし云云は心謹信なる人に

ならずしもあしき也軽率なる者に任をへからず

薬を服するに大病は腹にあるには湯を用ゆ胃の

中にあるには煎とせず散を用ゆ下部の病には丸に宜し。急速の病にはかならず湯を用ゆ。緩々なるは丸散を用

中薬緩くさ病には丸薬に宜し食

中にいたらんとせば散を用ゆ下部の病には丸に宜
し急速の病などには湯を用ゆ緩々なるには散を用
ゆ其緩なる症には丸薬に宜し食傷霍乱などの
急病には煎湯を用ゆ散薬も下やや丸薬はかふ
しかし用ひハこまかにふりこくてさて用ゆべし
中華の書に薬剤の量数をのせたるを見るに一服
数多くして毎服二匁水一盞生薑三片棗一枚煎
して七分にいたる是ハ一日に二三服を用ゆべし
或方にありて毎服三匁水一盞半生薑三片棗
一枚一盞に煎じて滓を去る香薷散などには

日に三服しもちゆれハ滓を一服として煎じもし
去多くハ滓をとさしいへり人参養胃湯のごときハ毎
服四匁を一盞半薑七片烏梅一箇煎じて
七分にいたり滓を去参蘇飲ハ毎服四匁五分の一盞
半生薑七片棗一箇六分に煎じ香薷散
参敗毒散ハ毎服二匁水一盞生薑三片棗一枚
七分に煎じ食遠くさハ熱服し寒なるハ温服
およそいへりしも皆薬剤一服の分量ハ多く水を用ゆ
事もとくすべし然れども薬湯悪濃なるべし日本
の薬法の小服にしてもちゆるにはなハた少し

よ小児にハ少し渋を用ひ児の大小をえらびて此
多くいへり又小児の薬方毎服一匁水八分煎じて
六分にいたり又用ゆ薬方大全四君子湯方

七分よ煎じ……

まそしといへり忍冬葉剤一服の分量ハ多く少く其年を用ゆ

半をとくべし然れども煎湯悪濃なるへし白朮

乃煎法の小服にして多く煎にて堅く煎る在方

に小児には半夜を用ひ児の大小をえらびて加減

すべしといへり又小児の煎方毎服一夜分八分を煎じて

なかに用ひてよしといへるもあり醫書大全四君子湯方

後曰右剉如麻豆大毎服一両水二盞生薑五片

煎じ一盞に至る一服を十夜に合せたる分ハ多きなし

中夜乃煎法右の如し朝鮮人に尋ねしも中夜の

煎法と同しと云

宋の沈存中の筆談に云古書に曰近世ハ湯を用ひず

て煮散を用ゆといへり然れども中夜にハ此法を用ゆ

るべし煮散の事筆談にその法詳なれば煮散

一 薬を煎するに細布の薬袋のひろきに入薬湯
の沸たる時薬袋を入しばらく煎し薬汁出たる
時つよくあげのけしぼるべし廉薬ハ散薬に比ぶる(?)殻(?)
散薬ハ一服へあしよや薬汁よくおほく出とげは
あくれども根より此薬力つよし煎しとせは薬力
よろしく煎てのむべし大抵利湯を煎して薬力つ
よくすべし補湯は火法緩くし薬殻の味を去
まれのてハいまだくさん波
昔薬を包今の諸醫作り出の十分一服中のかハりまもノトにて
して此薬の納とかりぐさうるべし甚あしくて方書に用

たりかな量のみな一寸用と云人わり此上言しべかる
つかへ人の稟賦(ひんぷ)弱をしり病症を考へて加へ減へし
日本の人ハ中華の人より體氣弱く脾胃あしく

たゞ分量のみ一寸用ると云人あり此言しかるべから
ず今人の稟賦よはくして病症を考へて加へ用ゆべし
日本の人ハ中華の人より體氣薄弱にて緩補
をうけがたし其藥を細少ずゝ用ゆべし中
擣が曰其藥性緩なり多く用ゆべし此一ハ其
きハよく腹をゆるめてそれそれ一ハ藥餌功あるき故
おそらくも其藥多かれども一ハ氣をふさぎてつかえや
すく一ハ藥力よはく功も少なり
生薑ハ藥一張に一片若風寒發散の劑或ハ嘔吐ヲ
藥ニハ二片を用ゆべし皮を去べからず皮をさればかわくとく

もしたるハ見合べからず或曰生薑補湯にハ二分利
湯にハ三分嘔吐の症にハ四分加ふべし云も生
なるを貴ぶなり
薑ハ大毒あるを忌び用ひてさらに○其云一銭にまさる入用
ぎしつらえやう/\の症にハ去べし利湯にハ薑を用
べからざる中夜の書にハ利湯にも方よりて薑
を見合自然の人にハ汗にもちらし加ふべからず湯加減
薬力めぐらざる中ハ夜食滞の症及菜のつらえや
もとく人にハ薑を加ふべからず猪鹿肉をつらえや
すき症にハ去べし

中夜の書居家必用居家必備斉民要術
全書月令廣義等に料理の法ハ多くの
つき書のたぐひ雨見ものの料理にハ大きに

薬力めぐりかね中に滞る病及薬のつかえや
もろ人は毒をかゆべからず雞豚肉もつかえや
すき病となるべし

中夏の書居家必用居家必備斉民要術農政
全書月令広義等に料理の法多くのせたり
つまびらかなれども日本の料理にくらぶれば肥濃
膏腴油膩の具甘美の饌なり其食味おも
ければ中華の人は腸胃厚く稟賦つよき故
かかる重味を食しても滞塞せず今世中華より
来舶中夏人も飲食甚多し日本の人は怯弱に
して飲食少なし其饌食をとらば飽満し滞塞して
病おこるべし日本の人の饌食は淡くしてかろ
く性よはし故に肥濃甘美の味を多く食ぞ危

人参術(じゆつ)も味よく術よろしく良工なれども
うろやすく風氣のあたるには黒くなりやすし然れば補薬を
よく張ふし其器を蔵(ざう)し置てか用ゆべしへなり
凡薬は新なるをよしとする事多しといへども清くして味よき
を用ゆ新に汲しものを用ゆべし早天に汲む水
は井華水なりと云薬を煎ずべし又暁(あかつき)の
あるべし新汲水は手負なりとも新に汲ん
で早く薬に入るを云是亦用ゆべし汲て後
よ入久しくなるは用ゆへからず
今世の醫は利湯を煎じしてくすりにあて一盞入て

む…し新に汲める水を…て…新に汲

てほどく薬に入るを云こと宗用ゆべし煎じ薬

に入久しくおくハ気味へる

今世乃俗ハ別湯を煎じおくくすりに一盞入て

まかりに煎しおよせんしたりとも今も服さしむ湯ハ

くすの如くうすくして熱煎しるして八薬力よわく

して病快せしむるちから無し一度煎して其まゝ

いとう用ゆべし

生薑を片とするハ生薑根にハ股多し其内一股を

たてにうすくきるを大小にくらべて三片或四片と

すべし片てにきるべし或問生薑醫書に二三片と

三銭にとゝ云ハいかにして片と云ハ何ぞや答曰新

よりおせる八生薑小くてたとくなりまして目を花

たかハのりとてつ病なれバせんじまさゝ銭分ら宜しう

たゞし旅に多くふことゝして青皮と云
常ハ樹頭にてよく熟し皮のまゝなるが白くなり
かれまじる時とるべしまだきハ實熟せば常紅
なるハ熟しきとて肉たゞれて味わろくなり
熟しゑざる時とり日に久しくありてくさる
時じしてとるべし生てむじとべからず實まさしをわ
ごとく薬舗及市廛にうるハ未熟なるをとりてうら
故に性わろし用ゆべからず淡或衛よりて熟し
るをたくはへてわろし用ゆべからず常に樹にて其実によき
性よし熟してよき其の時とるべし

凡薬を服して後久しく飲食すべからず又薬力
いまだめぐらざるに肉と酒食をいれ又薬をのんでは
しかる外にもべからず陳皮速に薬力めぐりて

凡薬を服して後久しく飲食すべからず又薬力
のいまだめぐらざる内に酒食をいむ又薬をのんでは
ねむるべからずねむれば薬力めぐらず滞りて
害となる必慎むべし

凡薬を服する時は穀肉の食を常よりも減して
しみあつかふべし酒をのみて多く臭ある獣肉をくふべし
つゝし肉ひしほからき物菜なまぐさき菜はさらに菜うさ
之菜一切の生冷の物生姜の類せざる物ふるく
けがらはしき物臭あしく味変じたる
物生なる菓(このみ)油くどき物菓子のるい砂糖のもちひこと

気をふさぐ物酒乳してとこ物くらふべからず又
茶をのむ目ハ湯ハ多くのむべからずのまざるはよし
酒力薬ようそしなふかし醴酒のむべからず白ざさ
酎も毒のある菓子點心はなしくらふべからず薬力
弐めぐらするハ飲食ハいつし多し點心せくへハ気をふさぎ
て毒のある菓力めぐらされば又死人産婦を
いむべし物ごとに宜しく気をふさぐ故薬力めぐりか
たく滞やすくしてし薬の毒となるものとせず
補薬は薬よりもくすりにてときに服すべし又
煎用ゆへに煎すべきは竈の火に粘竹桑柴の火

或者し煎やうはしく一切のもくろみの火をよしけく
おもふ火は用るれは薬力を損じて利薬を変じとくの
かするを本としてくすり煎じやうのくすりなるを清さをさを用

補薬は煎じやうにゆるくてまさて炭火をもちゆべしまた
たく滞りやすくして薬のちからめぐりがたし
利薬は用ゆべく炭火のよしつよき火は蘆の火枯竹桑柴の火
或は消し炭たまし一切のやはらかなる火よし又はけしく
もゆる火は用ゆれば薬力を損ずと利薬を煎じやうには
かたき木くろき炭などのさかんなる強き火を用
ゆべし是薬力をたすくるなり
薬一服の大小軽重は病症により人の大小強弱よ
りて増減すべし補湯は小剤にしてふつくに服し
ねばく煎をとるべし多く用ひれば却て滞りふさがる害
発汗下泄通の利湯は大剤にしてつよくすゝむ宜
し早く煎をとるべし
薬を煎ずるには銀鍋よし陶器也又砂罐と云銅

ほまざれ薬にあらざる銅器をよしとす銅ハ銅気薬に多く
して悪し世俗に薬鑵(やくわん)と云ハ銅器にして銅気多
し薬鑵と云ハ銅うすくして銅気とくかし(?)ある
べし

利薬ハ久しく煎じ減してハ消導発散などの生
薬のかろし薬ハしつかどして餛(こん)を多くハ生気ある
ゆゑ服して病をせむべしたとへハ葛根(?)をせんじ生魚(?)を
煮豆腐(にたうふ)を煮るがごとし生熟の分よろしき鍋の餅を
失ふハこれを味よくしてつくれバ餅を多くハ味あしく
して咽へとくるが如し

毒よろしくして薬を用ゆるに必麺湯を用べからず麺湯
を用ゆるハ毒多く悪し流水を用ゆべしこれ香(?)林(?)薬
気(き)の流れよりあるべからざるハあるべからず

毒にあたりて薬を用るに必熱湯を用べからず熱湯
を用れば毒弥甚し冷て用べしこれ古林見
宜乃説なりもちひんハあやまるへからず
食物の毒一切の毒にあたりたるに黒豆甘草をこく
煎し冷になりたる時のむべし温煖なれ
ばのむべからず竹の葉を加へるもよし又
毒をけすも薬なくハ冷水を多く飲べし多く吐瀉と
止てよし是古人急に備ふる法なり知べし
酒の毒ハ豆湯に加へたるよハ薬の煎じて後あたゝかなる
時加ふべし早く加ふるハあしく

腎ハ水臓にして五臓六府の精をうけてをさむる故
五臓盛なれバ腎も盛なり腎の盛ひとつハ精
にうくる故に臓虚ハ腎臓補ハんとせバ専腎薬を
用べからず腎ハ下部にあつて五臓六府の根とす
腎気虚となれバ一身の根本悪しくなるによる意
生の衰ハ腎気をよく保ん為に腎ハ言ならびてハ
生命を保ちがたし精気をおもんずして薬治をも
食治ともに腎を補ハんとするハ未ありたるしかるべし
束垣曰細末の薬ハ経絡にめぐりて只胃中蔵
府の穢を去る下部の病にハ大丸を用中焦の

病ハ湯を上焦を治するにハ細末にて小丸をもちうる
あて丸ざるハ化しやすく散るによりて糊丸にて丸ざる
丸ざるく化して中下焦に至

生命を保ち…
合治して以胃を補んとするハ求めりきるしかめべし
東垣曰細末乃薬ハ經絡にめぐらで只胃中に藏
腑乃積をさる下部の病にハ大丸を用ゆ中焦の
病ハ此之上焦を治するにハ極て小丸にもちゆべし
まて丸ざるハ化しやすきに留ることを嫌ひて丸ざる
此ごとく化して中下焦に至る
丸薬と焦乃病にハ細末にしてやすらか早く化しやすき
さらよし中焦の薬ハ小丸にして緩やかべし下焦の
薬ハ大丸にして緩くくだすよし顯生微論の説之文湯
ハ久しく三病に用ゆ散ハ急なる病に用ゆ丸ハゆるやかなる
病に用ゆ事なり東垣が珍珠囊に見えたり
中夏乃粹を日本丸粹にて圓し薬を合せるにハ粹て一
服の分量と定むる品の分量を定めて蓮瑞を

ありてうけ給はるべし楽はすなはち雅言まじりなり又
かきれる事を定めがたし
俗楽は奥を書ける事大体なれども書へがたし俗楽へも
とうげばや気乱をたゞしけ乱をもとし奥を仰し
けがれ道紙さへり神楽よ道これはいとまありて静言又坐し
て楽紙たゞして默坐とらハ雅訓をたゞしけれど
書へ及て色家中書生の一諦なり楽よ正ぶなり
たゞし唐楽あり掛楽あり俗楽あり付楽あり
たゞし楽とハ何も色たゞしての事しらの楽よ百楽
和楽と云貝中みも古今和歌集の撰せ給ふ百和

飲代よりうけ呑とハうかりの饗ふかひのむかくもら云
賄膳とハ君の家老親卿なとし云類の身よつくる
吞とハ合食とハ合食して吞よくさ物透頂香香薬腹
閻茶みとく云物の事も
魚菜なとよろれ茶木をたくべし胡荽の実をたけハ邪
気をさんらちよ又瘧疾乃けら出汁さる蒜薤乃毒を
みしてたけハ其長小便の魚の気をとらちよ後れにま
たるふと蒜蘿の生菜なとりんて冷るへし腥き臭
めしさ物を食したろよ胡荽をとらへハ魚臭さら去
蘿の生菜をで煮て食されハ味よく性よし

大便瀉しやすきハ大にあしく少秘結するハよし老人ハ
秘結するハ寿ながきしるし也然れども秘結する
ハあしく其人の脾胃つかへ食滞あり或腹痛し
不食し気塞る病となる人ハ世にも多し是多くハ大
便通しかたくして滞る故悪気となりつかゆるハ大便つかゆ
るゆへ大便滞るやうに治すへし麻仁杏仁胡麻
などの類を食すれハ腸胃うるほひて便結せず
上中飲の丸薬ハよく消化するをよしとする故に小児
など脾胃よく消化する故に今新なる一法あり脾胃
弱き人丸薬をのむに和してつねのごとくに丸せず煎香

上中剤乃丸薬ハよく消化さるをよしとす故に小児

ど脾胃よく消化せさる故に今新製一法あり脾胃

なし末薬をのりに和してつ絲の如くに丸せば線香

乃如く長さ七八寸に白出てそれを引のべ線香のよ

うなかたちにて日よほしかわかし其時長さ一分餘にき

じかく切て丸せばまろく円よかたどるべし一服に丸し

たるより消化しやすし上中剤皆消化するによし

法宜し下剤にはとる丸薬にハ此法宜からずとし

法一粒つゝ丸したるものの新法にてはやく効ある

養生訓巻第七　終

養生訓巻第八

養老

人の子となりては其おやを養ふ道をしらずんばあるべ