

養生訓卷第八 終

養生訓附録

石見醫生 枚本義篤 撰

貝原益軒先生と近世の大儒に於て博學多識世人に知られ知るといふはたゞりそはしるゝ終に書教百卷世より傳へる中にも養生訓をりるも五卷をその中の三卷に切りて先生日記の起居存を勅止語點身づつと行む試と試とと海の裏事とと連綴しりのありかりありと深業説とあり一頁も世に珍寶と稱しと可なり何を以てその言教をあるとせしむと身づつとありを行ふ終に百卷をそのたとすを保給ふべきは養生の術の終とす

中より後なり〜先生は書の人を欺さるるを以て
 寿夫と天命は長程にわたり〜人とも養生思
 ち心は壽なる人きも天〜養生思〜けは夫
 心は養生を保べ〜命と知らり〜の教牆のそと
 にまざるも蓋あはれぬやわらう〜人而〜人情は
 誘へ易く過ぐるたを飲食は驚と色慾も其
 一たをわ〜養生思道あは二慾を節にさるる本
 とも養生思則既〜飲食を情のそ〜人上下篇を
 けり〜あんせつ知に志る〜終〜色慾は〜へるは
 大聖とと孝子〜終〜人とも條目は細微と考る
 惜〜おんたれらとあ〜おん書肆正學堂は主人 子に
 その條目の詳なるを書せんあ〜とよ〜と汁は
 けふ才に〜むうく無學不文お〜く〜龍頭蛇尾
 の穢り〜人〜固辭をた〜おんわらう〜と〜おんや〜と

夫婦とある夫婦家一居る人其夫婦に〜とハ
 祖先と祀りて其の家業を修め其子孫をいりて
 あはれ〜古の聖人男女和合此道を終ら
 男女配合〜子を生育する天地自然の如
 道に〜廢る〜のた〜入る〜宴
 娯楽せ〜設き〜道よ〜つ〜以て
 後世の人為弱の身なり情の物に怒を
 あり〜と〜を強ひ天を短ふ〜其
 したりのを放蕩淫佚〜を喜ぶ家と
 後に哀びたあり古人も飲食男女と人の
 大慾のな〜と〜戒終〜人の
 體髪膚を父母と交り〜のあはれ目
 への物より〜父母全〜生れ子全〜と
 べたあり一時は情慾をた人あ〜として

りしはまゝに〜とて強ひ天を短く其
 しにりのち叔湯淫洗り〜と家と妻の字を
 後に哀むたあり古人も飲食男女を人の
 大慾のなるといふと戒路とわいも人の身
 體髪膚を父母とて交つ川わりのあはらむこ
 くの物より〜父母全〜生け子全〜と此に
 べたあり一時は情慾をたへあつあつとてして
 父母は賜りのをとそまゝい傷むと不孝なり父
 母幸に許さしも天責くんを犯せざるもんや
 遵生八牋曰善くせし道中つゝ慾を禁むとて〜め
 とし更元氣を限りなり〜人慾を禁むは慾
 心一きひ起さざれば熾あると火の火〜
 慾念を〜と時よわ〜と〜と
 抑えお〜糸豹を〜と〜と
 過〜のめた〜を〜と〜と懼〜心一きひお〜と

とけ害と見えざれども精の天を短く以て況虚
弱の人ありて情を加へざれば実天札結患を免
まんや故に聖人法をまじく男子二十は満さるる
婚娶を許さば女子十八は満さるる男色をまじ
あはれに棄てて血氣を傷むは終身経調
まじくは害男子を知らず聖ていそまじく
出中らるる殺しあはれむひ髪とらぬら端を
衝た日くは長とまじく殺す邪をそは勢いの
成るるあはれ衝へうは終身も終身力わらうはし
少風雨に摧うまはれまじく終身まじく
得らるる女一竹と成らるるありては棄てて侵
まじくはりてん力もあはれむは終身あはれうの終
棄てまじくはりて人も何とあはれ異はるんや生
あはれの棄てまじくはりて持人くあはれまじくは
まじくの精を棄て世せむ本まじく根柢を後り

多し交接を禁み情慾を抑え思ふに思ふに
中自然に平かなるを覺え念長く後世を
りたあり稟受厚く飲食多し精カ健
たるとは仕方のあつたをありし世にも
あつたを井の原にありし深き流に
又長しぬまはしく又情がわし志のきこも
あつたにぬまはしく又情がわし志のきこも
こちへ

病を多く遊歩を結する人必交接を去りて業効
おふし病を癒すありし大病新は美く
後業力を養ふありし大病新は美く
病を多く遊歩を結する人必交接を去りて業効
おふし病を癒すありし大病新は美く
後業力を養ふありし大病新は美く
病を多く遊歩を結する人必交接を去りて業効
おふし病を癒すありし大病新は美く
後業力を養ふありし大病新は美く
病を多く遊歩を結する人必交接を去りて業効
おふし病を癒すありし大病新は美く
後業力を養ふありし大病新は美く

けしきを治すものなり。此の毒薬より汗を流さず下劑を
 用ひずば、瀉吐の劑より、初め醫の病を治
 する病毒を攻むの道あり。常人は、病
 益つらむのより、針灸も、さうり、病
 患醫治の苦楚と、又、事には、病愈む人、さく
 業と、彼しく、餘毒と、陰を、帷帳と、密あり、
 外邪を、遠く、飲食を、節あり、持、業を、善む
 度、未と、禁止しく、柔力を、保くと、日久し、かき、
 心、身、の、疲勞、容易に、常に、復く、
 時は、娛樂の、さあ、醫、家、は、大、禁、を、
 度、ま、は、病、再、い、
 再、い、業、を、
 懸、の、

外邪を禦ふに飲食を節し〜其業を盡し
度^{ちゆうど}まると禁^{きん}止〜柔力を保^{たもつ}〜日久〜
心^{こころ}の疲^{つか}勞^{らう}容易に常に獲^と〜
時は嬉^{こころ}樂^{たのしみ}の〜醫^い家^かは^た大^{だい}禁^{きん}を^た〜入
房^{ぼう}を^は〜病^{びやう}再^{また}い^は〜
再^{また}い^は藥^{いす}を^結〜
怒^{いかでか}の〜死^しに^死〜笑^{わら}と^死〜
古語曰^{こご}莫^な大^{だい}の^禍を^須史^しの^忍び^さ〜
好^{この}生^まは^し士^しと^はは^く〜
凡人^{せうじん}精^{せい}力^{りき}常^{じょう}人^{にん}は^愈〜
情^{じやう}よ^う〜を^怒を^怒〜
〜精^{せい}力^{りき}衰^{おとろ}〜人^{にん}が^は〜
〜あ^あ〜
〜交^{かう}接^{けつ}も^救次^じ〜
〜交^{かう}接^{けつ}候^{こう}を^わ〜

接ま甚少一法者の死をわくを以ての理好くを醫
 の教滅をもす位せむ久はく醫をといひ識不
 人なりあはれ大なる惑またり夫天性為くを死
 ひとを一度の交接強人た十夜にわくを人
 度救の多少を以て一際いちがいを處をりてはといわくを
 たりこれわくをより所は精力人より多く多度の言を
 是さうしといふを處せとくわくをそは歎なげ百果り
 さんもやとを人々を其情をさうを怒と行を
 さらめをいひこゝ中下は壽に死しと天身を處
 とあといひては惜々れ夫為弱の人た如くも亦
 獨ひとり護まも置けはる中下の壽をたけりて夫れは
 わきまをいふを考へて人

世の滋福は割と称しと移くは丸散膏丹を
 常に彼くを醫を補益し精氣を考へては公處

さ人もやとあへんは其情さすを怒と行ふ
そりめよと何うの中下は毒に死しと天をを
とあといつらば惜れまは弱の人た如も亦
個護臣付けは中下の毒とたゆらしく天れは
わぎとををえん

世の滋福は割と移しく移しく丸散煙毒を
常に彼しく皆と補益し精氣をそとくは
換は悪邪とゆるみそはたのそしくは
と専らと人といふ又男根とく瘵と怒と
ぐるあといつらば因も移しく燥熱の割と
怒火を船もしく情を使もあんと欲ふ人
といふ甚深れは又業とくは性は極めは
しく病めた人の後とくは物といふは晋唐
後道と家の説教も家と混とく不経の誤世
はこれ倫と業は業ととりつと平人常因の物

一 糖に糖犯の媒とありてある糖を腸胃の
 副効なりとも其力と派なり人慾を弱め
 派行る其力を特々めたるなり其糖熱と恐
 にはとるやうに或又糖肉鰻魚鱈魚鶏肉
 鶏卵麻肉甘蔗類の糖を薬餌と号して常
 食し糖熱を治ふと云ふ人なりあまき糖熱あり
 たるはけり少糖まりといふもあわく食と六糖
 に腸胃を損じ他の害を中し合餌も其補
 も特べし其糖熱を患ふと糖熱を節と云ふを要
 也

世に糖熱中なり枕中帝とありてあはれを治録して

糖熱人多し糖熱中のおと糖火を物し人の慾
 しむと糖熱せしむるを以て書其効を以てあはれを治
 糖熱日易く治し易く治すは糖熱は常なりと云ふ不

丈夫も徳をぬき事なきをぬき、まゝくもりのを

見ゆと嘆く人なり

放蕩淫逸は火を拵あやの縁に圍か居かは趣おぼ味たと

たゞも人々も辛えん淡どう多つう氣きんは母おん子やも湯ゆ物もの陰いん器きを

絶たく交あ接せも若わからぬ男女おとこの病やまをと火かの

り、けしけりあの時とき妊み娠みをと生なまし子このとを

悪わるき病やま心こころ情なさけをと火かとと火かとと火か

參ま贊ま書か曰い一ひととと火かとと火かとと火か

滅めゆ一ひととと火かとと火かとと火か

火かとと火かとと火かとと火か

火かとと火かとと火かとと火か

火かとと火かとと火かとと火か

火かとと火かとと火かとと火か

火かとと火かとと火かとと火か

術を以てするも亦術ありと思ひ難は情態を過ぐ
生命を奪はれぬ事は何れも此術を以てしてはけり
凡交接は道にまよひて感一動を以て陽氣満
まんが必死と云ふは陽氣を充たぬ神氣を
感して初めは陰氣に死命を以て陽氣微弱
しく兼十多にまよひて死命を以て感一
交接のつゝは陰陽を和合するも亦まよひて
なると妙と云ふ一身は力を起すも亦つゝ
陽を致して久しうは必死と云ふは
わづらひ交接の常常に鼻を以て兼て用は入るは
もことありつゝ靜に兼を吐き出さしもの
大息を以て久しうは必死と云ふは兼調和
その益甚多し房を以て終て後を以て小便を
是れ一弊滞は兼を以て腫物を生ぜし淋疾は
患を以て兼を以て精液を一向に泄さしは又

房中福蓋の編を評しと曰聖賢の心神化の骨を
 くんちたり易の心房中をみく補とせ六人と教を
 多し多のんときく時時あれ何の潤を也樓中の婦
 婦とんさ日教數十人と交接しとわんく君換と
 うまひあけりるまを固く精氣をまありとさあさ
 あり娼婦の室を賢の心神仙の骨つりといらんや
 淫少海を女子夫人つらあをくを精氣をましく淫こ
 きて止る況乾進せ徳つら男子をまそつらあさ
 あとつらさのぬらんや丹溪の編編僻のさの之
 一當時に流るる淫穢瑤は名通つら名海角は備
 け人性を情を奪く妻妾教人とたくそ人ハ旬は
 をたさくすまあ近時く者様はせんく多淫を具は
 物さよあさるはさよ異れん起るるさく者へはさ
 予竊さうたごま多居は生念よ害つらあとあ火さ
 甚く物さけ身傷さうまはさよ毒を保くさあまひじ

男女交ふ道の子孫と産ふし後嗣と謂ふを中

と云ふ人曰不孝よこつては後嗣と人ありしを

いへば物うし人けまうと子孫をいふ天の命を

まひし人為より人ぬる子孫をせんといふ

も天ありをゆき少むを得入るる嗣のまむ

果しく天より人より人ぬる物も物も

て命にゆき人人事と仕奉りての事人のか

たやうも物も人ぬる人人事と仕奉りて

と人人事と仕奉りての事人ぬる人人事と

人の業と仕奉りての事人ぬる人人事と

命を醫家治す病を治すも人人事と仕奉りて

の事人ぬる保護せむも人人事と仕奉りて

命を医家治す病を治すも人人事と仕奉りて

の事人ぬる保護せむも人人事と仕奉りて

命を医家治す病を治すも人人事と仕奉りて

つらと 嗣と求るの道ハ人より廣嗣紀要古唐曰婦
 人子ぬたの因四つりて或は経候調を以て或は血不
 足し或は病毒あり或は交接節をさく或は
 口をこり子ぬたの因あり口のうら果多る病ハ求
 嗣は富のりいふ人多しを柳巷花街の妓女娼
 婦姪姪さるりの甚多あり候をそとく生音さる
 も生さく子ぬ病短人命をさくも生候は生音り
 富のりさるりいへ凡人嗣を得んと欲せるとは経
 候を調へるとは血の不足と補ひ其病毒をさるり
 情慾を節よまへ山に草木ありさるり人豈
 生音せざらんや嗣はさるり命にかけるといふも

人 事とわさるる人其心と養ふさるらんや

嗣と求るの道とを説く事とを要人

本よりいふ男子交接を節あり候と云ふ事

害やうと云ふ例へて凡人を病を得んと欲せざるは終
候と個人を血の不足と補ひ其病毒を去るは
情態を節よまて一山に草木のさうへり人豈
生有せざらんや翻れりて吾も今にのりて人

人事をおとごる人其心と夜ありて人

翻とあつたの道と風とをいふ時とを要
本夫向うや男子交接を節のさうへり精液は
泄さるり交接を節にさうへりて精
液はさうへり婦人も交接を節よまて精液をさうへり
さうへり経血調へ男精液を女経調へる子の基
なり時を何をもや交會せらるる女は情をさうへり
動をいふて人なりて性良ありてさうへり
姻婭樂育は業ありて節をさうへりてありて子宮
受け男子は精液をさうへりて人なりて女は合大は佳期
なりて時をいふて人なりて男子は業をさうへりて

美物は雲に〜猶大と勢をたれ〜
其業は感〜動〜異〜

廣翻紀要曰婦人經多不調に終く念み候

此村子色等け〜胎と結ぶの村あり〜胎を更〜
及は脱又本つ〜まろ是〜
末指は成説を〜

胎娘の元既ふ〜婦人甚ゆ〜七八のり〜
胎隨〜望〜
胎業と動を〜

ちびくけり亦月満く後之始於堅實に心
 下より小腰よりさうさうは肘あちちく交接しつて始を
 移しつて始を移さぬは傷まじく保ち終くしつて凡
 始娘一度始踏まらぬ其時大槩うけ月時より
 つくおつりのありかゝる人の遊を始しつて経血通く
 情慾と情人く糖菓とまじひ墮胎のさしこいと免
 るべく今おそひしつりの大槩あはし三月より胎
 地川よりあちちく始を交さぬあつては初交
 後後めりも将息しつて可なり交接と違ひて其
 りささといふさうさうあはし始娘しつてはあはしつて
 勞せしむべしは幸好せむべしは守りてあはし
 むべしはあちちく洗滌せしむべしは

度は痛れくもさやありしも百日よりさうさうに夫婦交
 を始しつてさうさうしつて婦人勤勞は魚の経血つまひ

或一或二下腹飲食味いなり少く食しなくも

大に飽満さぐ田より忽ち饑乏之或後

此二竹^{まき}吾^し急^い多^く痛^い之^の筋^{ぢん}倦^{けん}怠^{たい}夜^やの

或^{ある}時^{とき}大^たに喘^{ぜん}滿^{まん}柔^{じゆう}急^いと人^{ひと} 陰^{いん}脈^{みやく}を小^{せう}

便^{べん}頻^{ひん}軟^{なん}あり^て 陰^{いん}脈^{みやく}を^も小^{せう}あり^て 陰^{いん}脈^{みやく}を^も小^{せう}

赤^{あか}濁^{じやく}あり^て 或^{ある}夢^む交^{かう}と^も 夢^む中^{ちゆう}に交^{かう}接^{けつ}し^て 精^{せい}

と^も世^{せい}に失^{しつ}精^{せい}と^も 時^{とき}に^も人^{ひと}精^{せい}お^のづ^く 泄^{しやく}あり

人^{ひと} 情^{じゆう}熱^{ねつ}動^{どう}地^ぢ易^いし^て 陰^{いん}脈^{みやく}勢^{せい}は弱^{じやく}く^るや

の^のく^く 精^{せい}液^{えき}急^い澀^{じやく}と^も 陰^{いん}脈^{みやく}子^しに^も 痿^ゐを^も 月^{げつ}に^も 或^{ある}

一^{いつ}夕^{しやく}精^{せい}を^も 陰^{いん}脈^{みやく}益^{えき}を^も 陰^{いん}脈^{みやく}を^も 熱^{ねつ}火^か消^{しょう}す

或^{ある}精^{せい}液^{えき}は^も 血^ち脈^{みやく}あり^て 骨^{こつ}蒸^{じゆう}潮^{しゆう}熱^{ねつ}と^も 日^ひ晡^ぱ

所^{ところ}寒^{かん}熱^{ねつ}は^も 或^{ある}一^{いつ}自^じ汗^{あせ}留^{りゅう}汗^{あせ}は^も 日^ひに^も 或^{ある}羸^{れい}瘦^{しゆう}常^{じょう}急^い經^{けい}束^{そく}腰^{よう}脚^{きゃく}力^{りき}れ^く 四^し肢^し冷^{れい}

重^{おも}後^ご下^げし^て 汗^{あせ}を^も 骨^{こつ}蒸^{じゆう}潮^{しゆう}熱^{ねつ}と^も 日^ひ晡^ぱ

人情熱動地易く陰根勢ひ弱くする
のたぐく精液急澀く陰根子く痿去る之
一夕粒云く陰根益盛く熱火消
赤精液之血絲の人 骨蒸潮熱とく日
所宜熱は来と蒸く自汗盗汗出
日く云羸瘦急經柔腰脚力れく四肢
重振下く汗出候熱考極くは
多く或村を瘧之血絲の式歌主
らげ臥すと好く起すと恐し
是を乾け候うと恐く心大
あめをわく人を身中熱情を
護を加く二豎子皆膏とく大患を免
くべし

人情熱動地易く陰根勢ひ弱くする
のたぐく精液急澀く陰根子く痿去る之
一夕粒云く陰根益盛く熱火消
赤精液之血絲の人 骨蒸潮熱とく日
所宜熱は来と蒸く自汗盗汗出
日く云羸瘦急經柔腰脚力れく四肢
重振下く汗出候熱考極くは
多く或村を瘧之血絲の式歌主
らげ臥すと好く起すと恐し
是を乾け候うと恐く心大
あめをわく人を身中熱情を
護を加く二豎子皆膏とく大患を免
くべし

養生訓附録 平

養生訓附録

〇七〇

天保五^甲午九月吉日

浪花 岩井壽樂藏板



京都寺町通

勝村治右衛門

江戸日本橋通南一丁目

須原屋茂兵衛

大阪心斎橋通安堂寺町

秋田屋太右衛門

全 心 毎 橋 通 安土町

加賀屋善藏

全 安堂寺町通五丁目

播磨屋利助

書肆

全
心毎搗通安土町
加賀屋善

全
安堂寺町通五丁目
播磨屋利

助 藏

