

兩手據地、縮身曲脊向上三舉、

以手反搥背上、左右同、

大坐伸兩脚、即以一脚向前虛掣、左右同、

兩手拒地廻顧此是虎視法、左右同、

立地反拗身三舉

兩手急相叉、以脚踏手中、左右同、

起立以脚前後虛踏、左右同、

兩手急相叉、以脚踏手中、左右同、

大坐伸兩脚用當相手勾所申脚著膝中、以手按之、左右同、

右十八勢但是老人日別能依此三徧者一月後百病除行及奔馬補益延年能食眼明輕健不復

疲乏、

〔按腹圖解序〕我醫道も又唐土より傳へしにこそ、亥かれば導引按矯の術も同じく傳來しにや有ん、又は皇國にて發明せし人有しにもやあらん、三栗の中昔の頃、其術の世に行れし證は、榮花の物語に、腹とりの女といふこと見えたり、されど此物語も、七百歳餘、往古の事なれば、其技は、伊香保の沼のいかなりしや知るべからず、又彼邦にも、最上代には、専ら行れしよしは、醫籍の親と崇る、内經といふ書に見えたり、されど彼處にも、いつしか廢れしと亥られて、後世の醫籍には、絶て見えず、然るに我大御國よ、王匣二百年よりこなた、誠に安國の安穩に、科戸の風の荒振、綿津見の波の騒動も絶果て、治たまひ福給へる御世の御陰に隠れて、天下の蒼生、尊も卑も、甚靜なる世を樂しむ、此御時を得て、萬の廢たるが興ざるもなく、千々の絶たるが繼れぬも將あらざめる程に、我醫道も又亥かなり、是に因て、其道に精しき書も、技に委しき人も、其名聞ゆる野邊の蔓、林の木葉と世に乏しからず、誠に此道全備と謂べし、さるを樞實の獨此導引按矯の術のみ、古衣うち捨て真木柱誰取立る人も無りしに、葦垣の近き年頃、内日指都の醫士、香河氏、賀川氏の二人、世に勝て、我醫道を、石上古きに復せり、其醫論の餘波、此術に及せり、故世人、此二子を以て、此術再興祖と思へり、されど其著書をみれば、香河氏は療病の末助とし、賀川氏は養妊之本務とす、その旨意