

だしく肥ふとりて、夏などに成ぬれば、くるしくせられけり、六月の比醫師をよびて、かく身のくるしきをば、いかゞ療治すべきなどいひて、物くふやうをもくはしく語りければ、醫師うちうなづきて申けるは、いかにも此肥満そのゆへにてぞ候らん、良薬もあまた候へ共、先朝夕の御飯を、日ごろよりはすこししゝめられ候て、けふあすはあつくも候へば、水飯つけを時々まいり候て、御身のうちをすかされ候へかしとはからひければ、實もさやうにこそせめとて、醫師はかへりにけり、ある時水飯くふやう見せんとて、かの醫師をよびたりければ、來てけり、まづしろかねのはちを口一尺五六寸ばかりなるに、水飯をうづだかにもりて、おなじきかいをさして、青侍一人おもげに持て前に置たり、又一人鮎のすしといふ物を、五六十計おかしらをして、それもしろかねのはちにもりて置たり、いづれもあなおびたゞしや、われにも饗應せんする料やらむと、醫師は思ひけるほどに、又あをさぶらひ一人たかつきに大成銀のうつは物二つすへて、中納言のまへに置、此二のうつは物に水飯を入れて、すしをさながら前へをしやりたれば、此水飯を二かきばかりに口へかきいれて、すしを一二づ、一口にくひてけり、かくすること七八度になりぬれば、鉢なりつる水飯も鮎のすしもみなに成にけり、醫師これを見て、水飯もかやうに參り候はんに、はとばかりいひて、やがてにげ出にけるとかや、

少食

〔袋草紙三〕能因ハ凡小食云々、兼房朝臣許ニ迎罷之間、如菜不勸、纔ニ飯バカリヲ食テ過云々、兼房君アヤシミテ、食物之時伺見之處、勸童丸ヲ召寄テ、彼懷ヨリ紙ニツ、ミタル物ヲ取出テ、加飯食云々、如粉物云々、何等物乎云々、不審云々、

〔先哲叢談 後編一〕江村專齋

專齋自少壯務爲修養、齒過九十視聽不衰、無與少壯時異矣、後水尾上皇聞之、召見問修食之術、專齋奏曰、臣固無他術、平生唯持一些字耳、上皇問故曰、喫食些、思慮些、養生亦些耳、上皇大感賞之、