〈研究室紀要〉第27号　東京大学大学院教育学研究科　教育学研究室　2001年6月

《史料紹介》

翻訳　イブン・スィーナー「子育て」
――『医学典範』より――

塩　崎　美　穂

はじめに

本稿は，アラビア医学の金字塔『医学典範』(Canon of Medicine／Al-Qānūn fī al-Ṭibb)[1]から「子育て」(Upbringing of Children／al-tarbiya)の章を訳出したものである。

著者イブン・スィーナー Ibn Sina (980-1037) は，西欧ではアリストテレス注釈者アヴィセンナ Avicenna として名高い。徴税官の父とペルシャ人の母との間，ペルシャの地に育った彼は，ペルシャ語を母語としたにちがいない[2]。しかし当時の学問的趨勢に従い，『医学典範』はアラビア語で書かれている。ただし，ガレノスに代表される古代ギリシャ医学を継承し17世紀まで医学教科書の座にあったこの権威あるアラビア語大著は，当時，『医学典範』の綱要といえる『医学の歌』(Cantica medica／'Urgūza fī al-Ṭibb)[3]としても流布していた。今日でも知的遺産が暗誦によって伝えられるイスラーム文化圏において，『医学典範』の骨子が「歌」としても知られていたことは注目されよう。アラビア語としての権威を保ちながらも，なお時には誰かの唱える旋律から庶民の耳に届く。『医学典範』は，このようにイスラーム圏内で広く詠み継がれてきた書物だと考えられる。

底本としてはパキスタン版英訳，*The general principles of Avicenna's Canon of Medicine*, Mazhar H. Shah, Karachi (1966) の284頁から299頁までを用いた[4]が，訳出にあたっては，アラビア語版の同箇所，Ibn Sīna (＝al-Shaikh al-Ra'īs Abū'Ali al-Ḥusain Ibn'Abd Allāh Ibn Sīnā), al-Qānūn fī al-Ṭibb. 3vols. Beirut:Dār al-Fikr. n.d. new reprint by offset (1294／1877) の150頁から158頁までを随時参照した。英訳からではなく，アラビア語から訳出した箇所は〔　〕として補った。

この「子育て」の章は，『医学典範』の総論部にあたる第一巻「一般原理」，その第三部「健康の維持」の第一章である。第三部全体が誕生から死までの養生法 (regimen／tadbīr) であり，その第一章が「子育て」，つまり乳幼児期にあてられている[5]。「子育て」の章は四節から成るが，訳出に際し，一，二，四節はアラビア語原典のニュアンスを伝える形での直訳を心がけ，三節は紙数の都合上，前半の段落のみを訳した[6]。訳出していない後半部も，おおよそ前半と同じ調子で書かれている。馴染みのない薬草名については，無理な邦訳並びにカタカナ表記による誤謬や曖昧性を避けるよう，アルファベット綴りを残してある。なお，節内の小見出しは英訳のみにあるものである。

最後に内容についてであるが，当然，近現代医学を基礎に置く我々の「子育て」論とは異なる部分がある。乳母を主な養育者とみなす点は最も大きな差異であるが，それ以外にも例えば，通常の授乳期間を二年間と定めたり，授乳前の子どもの泣きを奨励し一日2〜3回に授乳回数を制限したり，言葉を話し始めた子どもの舌をマッサージさせたりする[7]。だがこうした主張は，いつ頃から近現代医学を背景とした子育て思想へと転換していったのか。あるいは当地では現在でも，イブン・スィーナーの「子育て」論が生きているのではないか。このような近代育児論の源泉やイスラーム地域の子育てに関する疑問を解くための第一歩として，本訳出を試みた。

「子育て」(Upbringing of Children/al-tarbiya)

第一節 乳児の取り扱い方 (Management of Infancy)

出生前期間

妊娠中ならびに出産の床に就く前の母親への世話 (care) は，治療 (treatment) の巻において述べられている。

臍の緒

先学によれば，〔気質が温和な〕普通の赤ちゃん

(baby)〔産まれた者 al-mawlūd〕の出産では，初めに臍の緒を臍から四指分のところで切り，それから新生児を傷つけないよう，やわらかく清潔にそっとよった羊の毛で結ばれるべきだ。臍の緒を切った端は，オリーブオイルを湿らせた清潔なリンネルの布切れで手当てされる。先学は，等分にした turmeric（ウコン粉），indian kino，anzaroot（ガムの一種），cumin seeds，lichen（地衣類の植物）から作られた純度の高いパウダーを傷にふりかけることも勧めている。

肌の手入れ

赤ちゃんの顔や肌は，肌を強め，顔立ちを整えるために，できるだけ早く塩水（saline water）で清潔にされるべきだ。塩水の収斂性を改良するために，少量の indianhemp seeds（インド麻薬の種），costus root（クスタス根），sumach（南欧産のウルシ属の一種），fenugreek（コロハ，実はカレーの味付用），origanum（マヨラナ，ハッカに似て薬用•料理用）がそれに加えられるべきだ。世話は，赤ちゃんの鼻や口の中に，食塩が入らないようにすべし。肌は鍛えることを必要とするが，なぜなら新生児の身体は，あたたかく繊細で，肌に触れるものは何であれ冷たくざらざらしたものとして感じるからである。以上の取扱いは，まだ身体が分秘物で保護され安全であるならば繰り返されてよい。この段階では，赤ちゃんはぬるま湯の風呂へ入れられるべきである。鼻の穴は，指の先か，きちんと切られた爪で清潔にすべし。また少量のオリーブオイルを目にさすべきでもある。肛門を広げるためには小さな指を使うべし。冷気から赤ちゃんを守るよう，特別な配慮が必要である。臍の緒が取れたとき――一般的に三，四日――臍には，カキの殻の灰，子牛のかかとの腱を焼いたもの，あるいは亜鉛を焼いてアルコールに溶かしたものをふりかけるべきだ。

触診

触診の間，産婆（midwife）〔受け入れる者 wilāda〕は，新生児の様々な部分を優しく押し，平らであるべきであるところを平らにし，長くて細くあるべきところを細くすることで正しい形へとつくりあげるべきだ。この手続きは，柔らかい指の先で，優しくゆっくりと実行される。その全過程は，二，三日間くりかえされる。目は，柔らかいリンネルの布切れで規則正しくふかれる。膀胱は，尿の排泄を助けるために優しく押される。それぞれの診察の最後に，両腕は両太ももの横に位置づけられ，頭はゆるいターバンで巻くか，ぴったりした型の帽子で覆われるべきだ。

睡眠

睡眠の設定は，直射日光を遮った部屋にすべし。明るい光の中では，赤ちゃんは安眠できずたびたび目覚めてしまう。睡眠中は，頭は小さな枕でやや高くすべきであり，赤ちゃんの背中や首，両手，両足にねじれがないように注意すべし。

沐浴（Bath／iḥāman）

夏季の間，赤ちゃんは，ぬるま湯で風呂に入れられ，冬季には，適度に温かいお湯で入れられるべきだ。沐浴は，長い一続きの睡眠後が最もよいと定められている。赤ちゃんは，一日に2～3回沐浴すべし。夏季の間の水はぬるま湯で，冬季にはもう少し温かいお湯にすべし。風呂は温かくされ，肌がぱっと赤くなるくらい十分長く入れてから出す。耳に水が入らないように配慮すべし。風呂の間，産婆は赤ちゃんの胸に自分の左手首を置いて，右手のひらで背中を支え赤ちゃんを抱えるべきだ。この方法ならば，頭と足は自由になり，腹部は圧迫から免れる。沐浴後，赤ちゃんは柔らかいリンネルで乾かすようふかれ，まずはうつぶせに，それから仰向けに寝かされる。身体の様々な部分が注意深く乾かされ，こすられ，正しい形に整えられ，そして縛るもの（binder）でくくられる。鼻に落とされた少量のオイルは，目やくちびるを清潔にする。

第二節 授乳(Infant Feeding)〔断乳から食べ物に移ること al-irḍā'wa al-naql〕

次の教えは，授乳期間と離乳期間において従われるべきものである。赤ちゃんは可能な限り，母の乳（mother's milk／laban umm-hi）を与えられるべきだ。なぜなら母の乳が赤ちゃんを胎児として成長させた血に最も近く，従って当然，赤ちゃんの更なる成長や発達にとって他より適しているからだ。母の乳房中の血はお乳（milk／laban）に変わる。これは，〔子宮の中にいたときに食べていたものに本質において似ているので〕赤ちゃんにとって有益であり，その体質に対してより魅力的かつ受容し易いものである。というのも，赤ちゃんが母乳をもらった後には，すぐに静かにな

ることをよく見かけるではないか。当初，授乳は一日に2～3回だけすべきで，とりわけ初めの二，三日間にたくさんの授乳をしてはならない。母親が通常の気質（temperament／mazāj）を取り戻すまで，赤ちゃんに誰か他の乳母（nurse／murḍi'a）を得ておくことが賢明である。初めの授乳の前に，少量の純粋な蜂蜜を赤ちゃんに与えるのも良い。とくにお乳が多すぎる時には，朝の授乳前に，母親の乳房から少量のお乳を搾乳すべきだ。もしお乳がすっぱいならば，母親自身が空腹であったり断食をしている場合には，赤ちゃんへ授乳をしてはならない。優しく揺することや子守唄をうたうことは，赤ちゃんの気質にふさわしい。しかし，これらは赤ちゃんの身体的および音楽的反応から判断される耐性内ですべきである。揺りかごをゆっくり優しく揺することや，習慣的な子守唄を歌うことで入眠することは，身体と心の両方の発達に役立つ。揺らすことは，音楽が心の発達を刺激している間，身体の成長を促進する。

健康状態，異常なお乳，あるいは彼女自身の慰安のために，母親が赤ちゃんへ授乳できない場合，乳母を雇うべし。この乳母は当然，年齢，体格，道徳，お乳の形，お乳の質，最後の出産からどのくらい経つのかや，彼女自身の子どもの性別に関して適切であるべきだ。もし乳母がこれらの要求を充たしているのであれば，彼女は雇われ，小麦，粟，子羊の肉（lamb），羊の肉（mutton），固くも腐ってもいない魚等から成る，健康に良い食養生（diet）が続けられる。この目的のためにレタスは特に良く，アーモンドやハシバミの実もまた良い。herb- rockets（キバナスズシロの草，サラダ用野菜），mustard（からし菜），wild basil（野生バジル）などの諸野菜と，さらにこの場合にはmint（ミント）さえも，乳の分泌に良くないものとして避けられるべし。

良い乳母の資格

乳母は，女性としての健康と活動力が最も優れている25～35歳であるべし。彼女の容貌であるが，彼女は健康な体質（complexion），強い首，幅広い胸，良く発達したたくましい身体であるべし。彼女は注意深く道徳的であるべし。逆に，怒り，悲しみ，怖れのような感情的な暴動におそわれ易く，赤ちゃんの感情へと害を及ぼし性格の発達を疎外しかねない者であってはならない。それは聖なる預言者――平和とアッラーの慈悲が彼と彼の子孫へそそぎますように――が，気が狂っている女（mentally deranged women）を乳母として雇用することを禁じたことに拠る。不道徳な乳母が赤ちゃんに対して細心の世話をするとは思えず，逆に彼女の振る舞いは赤ちゃんの性格に害を及ぼしかねない。彼女の乳房は，適度に大きく，そして引き締まっているべきだ。柔らかくたるんで締りがなく，長くだらりとたれさがっているべきではない。最も重要で基本的な条件は，彼女のお乳が適度の量と濃度であるべき，ということだ。乳は完全に白く，黒，緑，黄色，または赤色のわずかな痕跡もあってはならない。その匂いは最も気持ちの良いにおいであり，いかなる酸味や腐敗もない。味はほのかに甘いもので，苦かったり，塩辛かったり，すっぱかったりしない。それは豊富で均質であるべきで，薄すぎたり，濃すぎたり，チーズっぽすぎたり，泡だちすぎたり，かたまりが多すぎたりしてはならない。

お乳の検査

お乳のしずくを指の爪にのせ流れるにまかせておく。もしそれが自由に流れるようであれば，それは薄すぎる。それが指を回転させた後でさえも同じ場所にあるようであれば，それは濃すぎる。あるいは小さなカップに取ったお乳へ，少量のmyrrh（樹脂，没薬，カンラン科ミルラノキ属の植物から浸出する樹脂，香料として用いる）を加え指でかきまぜても検査される。もしお乳が同量のチーズと水へ分離するのであれば，それは良い質である。

お乳の質を改良すること

乳母が要求される水準になく，お乳に何らかの困難を抱えている場合，この状況への対応策として代案が二つある。授乳が正しく直されるか，乳母が適切な医学的治療を受けるか，である。お乳が濃すぎたり心地よくない匂いがする場合，時々授乳前に，お乳を引き出し，空気にさらすべし。お乳が過度に熱いときは，乳母は朝食をとるまで赤ちゃんへ授乳してはならない。お乳が濃すぎる場合，乳母は，wild mint（野生ミント），hyssop（ヤナギハッカ），wild thyme（野生ジャコウソウ），mountain origanum（山マヨラナ）を煎じた液体状の薬を処方されるべきであり，種からつくられたコーディアル〔西洋カボチャやキュウ

リの種からつくられるリキュール，強心剤〕も用意される。塩辛い魚や大根は食養生に含むべし。乳母は酢のシロップかお湯と一緒に emesis を試すことや，普通の運動も助言されるべきだ。乳母が熱い気質（hot temperament）であれば，彼女には，軽いワインあるいは酢のシロップを別々にもしくは一緒に混ぜて与えるべし。お乳が薄すぎるようであれば，乳母は十分な休息をとり，リラックスし運動を避けるべし。彼女の食べ物は血を濃くするものにすべし。なんの反対徴候（回復）も見られなければ，彼女は，甘い飲物やぶどうジュースを摂り，十分な睡眠を享受すべきである。

お乳の分泌不足

お乳不足のときは，その原因を見つけねばならない。これは乳房の異常な熱，あるいは異常な気質のためだろう。原因が異常な熱い気質である場合，それは前章で既述した徴候から判断され，原因が乳房の過剰な熱にある場合，それは感触でわかる。気質の異常な熱には，麦，水，ほうれん草からなる冷食養生（cooling diet）[8] を処方すべし。冷気質（cold temperament），閉塞（obstruction），不適切な吸収が見られるようであれば，食養生は少量の穏やかに温かいものから構成すべし。優しい吸角法（cupping）もまた乳房にほどこされる。お乳不足に，にんじんやにんじんの種は特に効果的である。原因が栄養不足ならば，乳母は oats（燕麦），husked barley（皮をむいた大麦），他の適した穀物から作られたスープを与えられるべきだ。fennel（ウイキョウ）の根や種，dill（ヒメウイキョウ）の種，黒いヒメウイキョウの実をスープへ加えることは有益だろう。元来は乳をとるものだが，羊や山羊の乳房を生でとることもまた有益である。これは，形の類似や乳房における特殊な乳分泌遺伝的な特性の類似によるものだろう。

少量のシロアリ（dram）あるいは乾燥させたミミズが，数日間，麦水（barley water）とともに連日与えられることは有益な処方だと見なされてきた。同じように，乾燥した魚頭からとったスープやヒメウイキョウの水を毎日飲むことは非常に有益である。少量の牛のバターを溶かして混ぜた一杯のワインも効果的である。細かくすったごまをワインと混ぜたものの作用も同様である。オリーブオイルを混ぜた nard（カンショウ）油のケーキやロバのミルクは乳房によい。ワインと混ぜた少量の焼き brinjal か小麦のもみがら，ワインで調理した大根は口から与えられる。特に優れた処方薬は，3オンスのウイキョウの種，blue mililotus，ねぎの種をそれぞれ1オンス，そして clover（クローバー）と fenugreek（コロハ）の種をそれぞれ2オンスずつ全て粉にして，ウイキョウの水，新しい蜂蜜，溶かしたバターを一緒に混ぜて用意したものである。必要なとき，この処方薬を少量ほどこす。

お乳の過剰分泌

お乳の出が過剰であったり乳房の充満やうっ血が生じる場合，あるいはお乳が濃すぎたりある不快さを引き起こす場合，あるいはその質が変化した場合，食事の量は減らされるべきで，滋養分が少なめの食養生がほどこされるべきだ。乳房と胸のまわりの部分は，ヒメウイキョウの種や酢で作られた塗擦剤や，香料を加えない酢と lentils（ヒラマメ）を茹でたものを加えた酢の両方を混ぜた純粋な泥から成る石膏（しっくい）を塗るべきだ。ミントはふんだんに取られて良い。腫れを消散する処方には，空腹での風呂，瀉血（venesection），激しい運動がある。なお乳房のマッサージは，お乳の生産を高めるものである。

お乳が不快な匂いを発している場合，良い香りの食べ物や，良い味で香りの良いワインが与えられるべきだ。

乳母自身の赤ちゃんはずっと以前に産まれたのではなく，1ヶ月か2ヶ月の子であるべきで，なるべくなら男の子がよい。また，中絶や流産などの経験がなく，すべての分娩は月が満ちて行われていることが重要である。

乳母のための養生法

乳母は毎日適度な運動をし，健康に良い食べ物を食べるべし。授乳期間中は，月経の流れを活性化し，お乳を不快で不足したものにする性的交渉を断つべし。時に性交は，両方の生命――胸の赤ちゃんと子宮の胎児――にとって有害な新しい妊娠を引き起こす。授乳中の赤ちゃんは，血の少しの部分が胎児にいくことで苦しみ，一方胎児は，お乳を飲む赤ちゃんと食べ物を分かち合わなければならないことで栄養不足に苦しめられる。少量のお乳を乳房から搾り出し，毎授乳前，とりわけ朝の授乳前に捨てることが必要だ。また授乳中，

乳房を優しく押しつづけお乳の流れを促し，こうして赤ちゃんを不必要な努力や吸うという骨の折れる仕事から助け，のどや食道を痛めないようにすることは重要である。数滴のワインと一緒に，一さじ分の蜂蜜をできるだけ毎授乳前に与えることは有益である。有用な授乳は小さく（small）あるべきで，というのも大きな授乳（large feeds）は腹を張らせ，過度な腸内ガスを誘発し尿を白くするからである。上述したいかなる徴候が現れた場合でも，長い授乳（long feeds）を止め，赤ちゃんをしばらく空腹にすべし。睡眠は消化を促進する。初めの数日間は，日に3回以上の授乳をしてはならない。すでに述べたように，初めの日に赤ちゃんはできるだけ母親以外の女性から授乳されるべきだ。乳母が，ある気質的な病気あるいは動揺からくる体調不良であったり，過度な下痢や深刻な便秘からくる体調不良である場合，彼女からの授乳は一時停止し，他の乳母を手配すべし。乳母が強くてよく効く薬を取らねばならない場合にも授乳は止められ，他の乳母が一時雇われねばならない。授乳後赤ちゃんが眠りにつくとき，胃の中でお乳がはねないように揺りかごは優しく穏やかに揺らされるべきである。授乳前の少々の泣きは，一般的に赤ちゃんにとって効果的である。授乳期間は通常二年間である。

乳離れ

赤ちゃんがお乳以外のものを欲しがり始めたら，いかなる強制もせず，これらを摂ることを徐々に許容すべし。切歯がはえ始めたら，だんだんと固すぎず咀嚼するのに難しくない食品でお乳の不足を補うべきだ。乳母が噛んで柔らかくしたパンが初めのものとして最適である。追って，少しの真水に続いて，薄めた蜂蜜，あるいはワインやミルクにひたしたパンが与えられる。時には，数滴の薄めたワインもまた与えられる。世話は胃に負担をかけすぎないようにすべし。赤ちゃんが胃の重苦しさや張りに苦しんだり，あるいは尿が白くなった時は，しばらく離乳食を停止すべし。赤ちゃんの食事時は，オイルをぬった後や沐浴後が適している。断乳した場合，スープや消化のよい肉のような軽い食事が与えられるべきだ。離乳はゆっくり徐々にするべし。赤ちゃんは，パンや砂糖を好む。離乳時に赤ちゃんがお乳を欲しがって泣きつづけるようであれば，乳首は，一ドラムの粉とひかれたmyrrh（ミルラ）とpurslane（スベリヒユ）の種から作られたパスタで覆うことができる。結論として，乳児の健康の維持は以下のことに負っている。すなわち湿食品（moistening food）の順序だった供給が気質が湿っている赤ちゃんの栄養や成長にとって絶対に必要であること。そして十分長い時間をかけた適度な運動が必要だ，ということである。赤ちゃんが自然と欲する運動は，乳児期〔al-ṭifl＝aufūlīya〕と幼児期〔ṣibā〕の変わり目の時期における天性のものである。

活動中の赤ちゃん

赤ちゃんにとって運動は，自然が促す本能の行動である。従って，赤ちゃんは一ところに静かに座っていることができない。しかし赤ちゃんは，乳児期から幼児期へと越えて行く頃〔四年目〕になると落ち着いてくる。赤ちゃんが立ってよちよち歩き始めたとき，彼の望みに反して座らせたり歩かせたりすることを強いるべきではない。さもないと彼の足や背中はゆがんでしまうだろう。赤ちゃんが這い始めたときは，彼が粗い地面でひざを傷つけないようなめらかな肌かカーペットに置かれるべきである。尖った棒切れや，ナイフ，他の鋭いものは，彼の道から外され，世話は赤ちゃんの落下を防ぐようされねばならない。犬歯が生えてきたら，成長する犬歯がそれによって傷つけられてしまうような固い物質を与えられてはならない。犬歯の生えてきている間，赤ちゃんは非常に噛みたがる。この時，ウサギの脳や鶏肉の脂肪を，歯の生育促進のために歯茎に塗りつけるべし。歯が生えている間に歯茎が裂け始めたら，頭や首をお湯で乳化させたオリーブオイルでマッサージすべし。数滴のオリーブオイルは耳にもさされる。子どもは噛み始めるにつれて自分の指を噛み，感情的満足のために絶え間なく歯の間に指を入れる習慣を発達させる傾向がある。この時赤ちゃんに，乾燥しすぎていないひとかけらのliquorice（甘草の根）を与えるべし。甘草の根は効果的である。それは心を和らげるものだからだ。それは痛みを和らげ腐敗の予防にもなる。口は歯ぐきの腐敗を防ぐよう清潔にされるべきだ。塩と蜂蜜を混ぜたものを口に塗ることは，この問題へのさらなる予防になる。歯が完全に生えた時，乾燥してないひとかけらの甘草の根を噛むよう，あるいは乾燥した甘草の根のジュースを与えるべし。オリーブオ

イルあるいは他の甘いオイルによる首のマッサージも，歯の生える時期には効果的である。赤ちゃんが話し始めたら，舌の付け根を規則的にマッサージすべし。

第三節 子どもの病気（Diseases of Children）

赤ちゃんの治療において最も考慮すべきは乳母の管理である。（……中略……）乳母が健康でない場合，赤ちゃんは他の人から授乳されるべきだ。では今からは，子どもたちが患う様々な病気について述べよう。

歯がはえること（Teething）

歯茎の炎症，部分的な腫れ，咬痙は，歯の生えてくる間によく起こる。この場合，腫れている部分を優しく指で押し，既に前節で述べたようなオイルでマッサージする。さらに，chamomile（カモミール）か turpentine resin（マツ樹脂）と混ぜた蜂蜜が使用される。カモミールかヒメウイキョウの煎じ薬がふんだんに頭からかけられる。

下痢（Diarrhoea）

下痢は歯の生えてくる間，特に一般的である。ある医者たちによれば下痢の原因は，歯茎から出る塩辛い化膿物を飲み込むことによって引き起こされる消化不良とされる。これはしかし説得的な理由とは思えない。真の原因は，歯が生えてくる間，使用されている組織が食べ物を適当に消化できないことにあろう。おそらく下痢は消化を阻害する歯茎の痛みに因って起こる。下痢の軽い発病は，身体が容易に対処し得るものであるから何ら特別な治療を必要としない。下痢がひどい場合は，バラ，セロリ，anise（セリ科の一年草），cumin（ヒメウイキョウ）の種からつくる温湿布を腹部にあてるか，酢とあわせたヒメウイキョウとバラの種か酢でゆでた粟の種のしっくいを腹部にあてる。これらに効果がなければ，羊の新生児の胃から少量の rennet（子牛の第四胃または他の若い動物の胃の内膜）をとり冷水に溶かしたものを与える。胃の中でミルクが凝乳となってから，適切な代用食，すなわち半熟卵黄，柔らかいパン，あぶった大麦粉をといた水を与えるべし。

便秘（Constipation）

時に子どもは便秘になる。これには純粋な蜂蜜を固めるか，あるいは少量の野生ミントかあぶるかそのままのユリの根を混ぜた蜂蜜の座薬を使う。ネズミの糞も座薬として使い得る。蜂蜜は口から与えられ，gram-seed（ヒヨコマメ）と同量の turpentine（樹脂）を混ぜたオリーブオイルでは優しく腹部をこする。maidenweed（雑草）と雄牛の胆汁を臍にぬることもできる。

歯肉炎（Gingivitis）

歯茎が炎症を起こしたら，ろうを混ぜたオイルでマッサージすべし。塩漬け肉も腫れた歯茎をこするのに有効である。

痙攣（Convulsions）

痙攣はとりわけ歯の生えてくる時期に一般的で，神経の不安定性や消化妨害に因るものであり，概して人生のこの段階に関連している。湿って（moist）元気盛んな（robust）気質をもつ子どもたちに起こりやすい。これは iris（アヤメ属花），ユリ，henna（シコウカ），gilliflower（アラセイトウ）のオイルで身体をこすって治療される。

硬直性（Rigidity）

時に子どもたちは硬直する。これは搾ったキュウリの煎じ薬か violet（スミレ）のオイルを混ぜた搾ったキュウリで治療される。知らないうちに硬直がひどくなったり，あるいは乾燥，熱，ひどい下痢が原因の場合，関節をそのままか蝋と混ぜたスミレのオイルでマッサージすべし。スミレのオイルかオリーブオイルをふんだんに頭からかけてもよい。赤ちゃんが乾燥型（dry type）の硬直性に苦しんでいたら，その治療は上述したものと同様にすべし。

せき（Coughs）

せきが出たり風邪をひいた場合，熱いお湯を頭からふんだんにかけ，蜂蜜を厚く舌に塗りつけそれから吐き気をもよおすように指で舌の裏を押すべし。これは痰を吐き出させせきを静める。（……）

呼吸困難（Dyspnoea）

呼吸困難は emesis で治療される。嘔吐するには，オリーブオイルで耳や舌の付け根をこするか単に舌の付け根を指で押せばよい。時に温かい水を飲むことも嘔吐をもたらす。蜂蜜と混ぜた linseed（亜麻の種）はせき止め薬として使われる。

口内炎（Stomatitis）

口内炎は赤ちゃんによく見られる。なぜなら，口と舌の粘膜がお乳を吸うことでさえも刺激を受けるほど非常に繊細だからである。（……）

発熱（Fevers）

発熱には乳母を付き添わせるのが一番である。赤ちゃんと乳母の両方に，酢と蜂蜜を混ぜたpomegranate（ザクロ）のジュースか少量のcamphor（樟脳）と砂糖を混ぜたキュウリのジュースを与えるべきだ。新鮮な竹の葉のジュースを頭と足にかけ発汗を促し，赤ちゃんを温かい服で覆う。

悪夢（Nightmares）

悪夢は普通，胃に負担をかけすぎたことに因る。食べ物の腐敗が胃を痛め，それが脳に達し想像機能を興奮させ恐ろしい夢を作り出す。この場合，子どもは重い胃のまま寝かすべきでなく，消化を助ける蜂蜜を口から与えられる。[9]

第四節 子どものための養生法

（Regimen for Children）

子どもたち〔4～7歳まで〕が節度の限度を超えないよう，彼らの振る舞いを注意深く世話し管理すべし。暴力的な怒りや，怖れや悩みの突然の噴出は抑制すべきである。これは，子どもの自然な欲求や好みを考慮することや，彼の嫌いなものを視野に入れておくことで最も良く保障される。子どもの自然な素質は，いらだちの原因を取り除かれている間に助長される。このタイプの訓練は，身体（body／badan）と心（mind／nafs）の両方にとって良い。良い習慣や行儀作法（habits and manners）が，早い段階からの訓練によって人格に不変にしっかり植え付けられることは心のためになるし，身体にも明かな利益がある。ちょうど悪い振る舞いが気質に影響を及ぼし，さまざまなかたちの不安定を生じさせるように，強すぎる怒りは身体に異常な熱を生じさせ，悲しみは不適当な乾燥を引き起こす。同様に，精神的無気力は，神経や精神的機能をにぶらせ，気質（constitution）を無気力な粘液質（phlegmatic）にする。つまり，適切にバランスのとれた振る舞いは，身体的および精神的健康双方の助けとなる。従って，子どもが朝目覚めたとき，彼ははじめにおふろへ入れられ，それから一時間あるいは朝食になるまで遊ぶことが許されるべし。朝食後，彼はしばらく遊ぶままにされ，それから，次の食事の前に再びふろへ入れられる。部分的に消化した食べ物の早すぎる吸収を促すので，食事中には，可能な限り水は与えるべきではない。

子どもが六歳の時，彼は読み書きを教える家庭教師，ムアッディブ（教養を与える者）のところへ送られるべきである。世話には進歩的なシステムが採用されるべきであり，だしぬけに子どもを書物の重い負担で苦しめるべきでない〔クッターブ[10]へ直接送ってはいけない〕。およそこの時，頻繁な入浴は減らされるべきである一方，食事前の運動や遊びの時間は増やされるべきだ。子どもたちはたとえ軽いワイン〔ナツメヤシ酒 nabeez〕でさえも，特に熱や湿気の傾向があるものは飲ませてはならない。軽いワインが禁じられるのは，子どもたちに非常に有害な胆汁性（bilious humor）の気難しい気質を増大するからである。軽いワインは一般的に，過度な胆汁（excess of bile）が尿となって排泄されることや，関節が湿っぽくなることを願う成人に飲まれるものである。子どもたちにはそのような必要はなく，なぜなら，彼らの胆汁は特別な排除を要請するほど過度ではないし，彼らの関節はいかなる湿気の追加も必要としないからである。

子どもたちは，彼かが欲するだけ甘いものや真水を飲むことを許されるべきである。同じ養生法が，適当に修正されながら14歳になるまで続けられるべし。思春期（adolescence／al-tara'ra'）に湿気は少なくなっていく。それゆえ組織には，より固さや乾燥が現われる。従ってこの年頃には，エクササイズは徐々に減らされるべきだ。世話は，運動が適度で活発的すぎたり暴力的すぎたりしないようなされるべし。14歳以後の養生法は，次に続く健康な成人のための養生法と同種のものである。

註

1) 以下断りのない限り，（　）内のアルファベットは前の言葉に対応する（英語／アラビア語）あるいは（英語）を示し，（　）内の日本語は前の単語の説明である。

2) アヴィセンナについての伝記的記述は，以下の文献に負っている。*The general principle of Avicenna's Cannon of medicine*, translated by Mazhar H. Shah, Karachi ; Naveed Clinic, 1966, p439-446.川喜田愛郎『近代医学の史的基盤 上』岩波書店，1977年。

3) 邦訳は，アヴィセンナ著，志田信男訳『アヴィセンナ「医学の歌」』草風館，1998年。

4)『医学典範』第一巻「一般原理」にのみ，パキスタン版とグルーナー版（*A treatise on the Canon of Medicine of Avicenna, incorporating a translation of the first*

book, O. Cameron Gruner, London,1930）の英訳がある。アラビア医学研究の第一人者，五十嵐一は，「最も利用価値の高い」訳注本はパキスタン版であるとし，「反対に多くの研究室の備品として見かけるが，ほとんど信用の置けない」ものとしてグルーナ版をあげる。（五十嵐一『東方の医と知――イブン・スィーナー研究』講談社，1989年，285 - 286頁）

5）『医学典範』は次の五巻からなる。第一巻「一般原理」，第二巻「単純な薬剤」，第三巻「個々の器官の病気」，第四巻「発熱論，症候論，分利論，予後論，外科」，第五巻「処方集」。第一巻第三部「健康の維持」の内容は，序章「健康と病気の原因と死の必然性」，第一章「子育て」，第二章「成人のための一般養生法」，第三章「老人のための養生法」，第四章「気質異常の取扱い」，第五章「変化・転地療養（気候的な影響）」，補章「旅行者のための教訓」である。（*The general principles of Avicenna's Canon of Medicine,* Mazhar H. Shah: Karachi, 1966, pp427, 428. Appendices）

6）古代ギリシャ医学の師ヒポクラテスが「新生児や子どもに突発して起こる病気のリストを，たいへん不完全に提起することで終わらせた」（Etienne, R.,translated by Michele R. Morris, 'Ancient medical conscience and the life of children', *The Journal of Psychohistory 4,* 1976, pp.152.）のとは対照的に，第三節には「子どもの病気」に関する非常に詳しい記述が並ぶ。

7）2001年現在，妊産婦に市区町村や厚生省が配布する母子手帳や育児関連パンフレットを見ると，一歳児前後の断乳や回数や時間ではなく赤ちゃんの欲求にあわせた「泣いたらあげる」式の授乳が奨励されている。また，言葉の獲得を心理面だけでなく身体面からも捉えた「舌のマッサージ」など，およそ現在の育児書には見られない。

8）アラビア語では「キャシュク」とある。キャシュクは現在でもペルシャ地域で食されている料理名。ヨーグルトを固めたようなものを溶かして野菜と一緒にとる冷たい食べ物。

9）以上の他にも三節には，耳の膿み，耳痛，髄膜炎，脳水腫，結膜炎，目角膜の潰瘍，疝痛，過剰なくしゃみ，多重節，腹部ヘルニア，臍の炎症，不眠症，しゃっくり，過剰嘔吐，消化不良，のどの炎症，異常ないびき，幼児期の痙攣，脱出，腸炎，回虫，間擦疹についての記述がある。

10）読み書き，コーラン暗誦，やさしい章句の解説，算数などを教える初期教育機関。