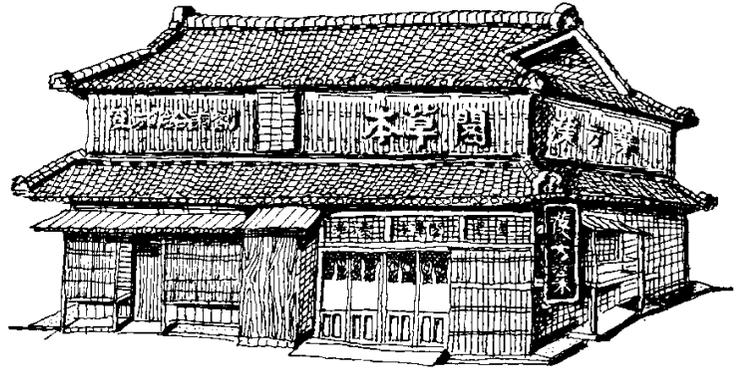


# 本草閣 かわら版

第 80 号食こ  
そ薬・和薬



「食こそ薬・和薬」の真実の追究が私・林 与志老（譽史朗）の一生のテーマと教えられ今まで真剣に取り組みせずに来ました事をお詫びするとともに今回の「かわら版」より紙面をお借りして少しづつではありますが進めさせていただきます。なお、「食こそ薬・和薬」の真実の追究にあたり神国神社・向井均神社総長に絶大なるご指導頂きましたこと深く御礼申し上げます。

中国の明の時代の人で「本草綱目」を著した李 時珍が言うには

『水はその本体の純粋な「陰」であり、その働きは純粋な「陽」である。水は天にあっては「雨・霧・霜・雪」となり、また地にあっては「海・河・泉・井戸」となり、「流れる・止まる・冷たい・温かい」と言う具合に水のエネルギーの動きや集まり方が異なり、さらに「甘い・淡い・からい・にがい」と水に含んだその味覚も同じではない。

水は自然界の様々な変化の源をなし、また万物を生む母である。

飲み物は「水」の恩恵によって成り、また食べ物は「土」の恩恵によって成り立っている。この「飲み物・食べ物」こそが本当の人間の命脈なのであって、人間の生気は減退し、穀物が不足すれば血液が成り立たない。

水の性質や味については、病気を少なくし健康を維持するものであることは特に留意しなければならない。』

水でありながら薬や食に相当するものをおよそ43種を集め「天水と地水」の二つに分類してみました。

## 天水（13種）

- 1、雨水（うすい）・・雨水（立春雨水・梅雨水・液雨水）
- 2、潦水（りょうすい）・・長雨の水
- 3、露水（ろすい）・・つゆ
- 4、甘露（かんろ）・・あまきつゆ
- 5、甘露蜜（かんろみつ）・・露の雨
- 6、明水（めいすい）・・月の水
- 7、冬霜（とうそう）・・冬の霜
- 8、臘雪（ろうせつ）・・師走の雪
- 9、雹（ひょう）・・ひょう
- 10、夏冰（かひょう）・・夏の氷
- 11、神水（しんすい）・・竹の中の水
- 12、半天河（はんでんか）・・木や竹のうつぼ（空洞部）の溜まり水
- 13、屋漏水（やろうすい）・・雨漏りの水

## 地水（30種）

- 1、流水（りゅうすい）・・流れる水（千里水「東流水・甘爛水」・逆流水）
- 2、井泉水（せいせんすい）・・井戸の水（井華水・新汲水）
- 3、節気水（せっきすい）・・立春・清明の二節に貯えた水  
寒露・冬至・小寒・大寒の四節・臘日の水  
立秋の日の寅の刻の井華水  
重午の日の午の刻の水  
小満・芒種・白露の三節の水
- 4、醴泉（れいせん）・・さけの泉（甘泉）
- 5、玉井水（ぎょくせんすい）・・玉のある山から出る水
- 6、乳穴水（にゅうけつすい）・・鍾乳洞の中の水
- 7、温湯（おんとう）・・温泉
- 8、碧海水（へきかいすい）・・海水
- 9、塩膽水（えんたんすい）・・にがり
- 10、阿井水（あせいすい）・・あせいの水
- 11、山岩泉水（さんがくせんすい）・・岩清水
- 12、古塚中水（こちょうちゅうすい）・・古墳塚の溜まり水
- 13、糧罌中水（りょうろうちゅうすい）・・古墳の食器の中に溜まっている水
- 14、赤龍浴水（せきりゅうよくすい）・・赤い蛇のいる沢の水
- 15、車轍中水（しゃてつちゅうすい）・・車の轍の中の水
- 16、地漿（ちしょう）・・黄土をかきまわした後にできた澄んだ水
- 17、熱湯（ねつとう）・・あつい湯
- 18、生熟湯（せいじゅくとう）・・なまぬ湯
- 19、壘水（せいすい）・・なづけの水
- 20、漿水（しょうすい）・・す水
- 21、甌気水（そうきすい）・・「むしかめ」の溜まり水
- 22、銅壺滴漏水（どうこてきろうすい）・・水時計の中の水
- 23、三家洗碗水（さんけせんわんすい）・・三軒の御器の洗い水
- 24、磨刀水（まとうすい）・・刀の研ぎ水
- 25、浸藍水（しんらんすい）・・あいつぼの水
- 26、猪槽中水（ちょそうちゅうすい）・・ぶたぶねの水
- 27、市門溺杭水（しもんできこうすい）・・共同便所の尿水
- 28、洗手足水（せんしゅそくすい）・・手足を洗った水
- 29、洗兒湯（せんにとう）・・うぶゆ
- 30、諸水有毒

次回は各それぞれの水についての効能・効果を記し説明を加えたい。