

MUTSUMI PHARMACY PEARPER

no.02



漢方と自然のかかわり (子沢山に恵まれた家康公の秘訣を探る)

1



! INFORMATION

5月19日 日本漢方協会(慶応大学)にて、「畑の生薬」と題しまして学術発表をさせて頂きました。詳しくは、むつみ薬局HPにて、公開していきますのでご興味がある方はご覧ください。

江戸時代で75歳まで健康で長生きをし、子沢山に恵まれた家康公の秘訣は鷹狩りで足腰を鍛え、麦飯を良く噛んで歯を鍛え、秘伝の漢方薬をのんだこと…。その秘伝の漢方薬は「八の字(はちのじ)」と言います。中国の宋八代皇帝「徽宗(きそう)」がまとめた太平惠民和劑局方の無比山薬円と同じもので、これを参考に

して、日本の漢方医、三宅意安が延寿和方彙函(えんじゅわほういかん)で「八の字」との名で書いています。また、無比山薬圓は、金匱要略(きんぎょうりゃく)という西暦100年位に書かれた医学書に載っている八味丸を参考にしている、日本では、曲直瀬道三の衆方規矩(しゅうほうきく)に登場しました。その作り方は、下搾えとして胃にもたれやすい成分はお酒や、酒と生姜汁半々で48時間浸し24時間常温で乾かし、他の生薬とも薬研(やげん)で粉末していきます。全てが粉末に仕上がったのは約10時間、手の平が鈍く痛みました。その後、乳鉢で攪拌し約8時間湯煎して濃縮させた蜂蜜(煉蜜という)を、少しずつ混ぜていきます。最後はそばをこねるように火傷に気をつけながら手で練り上げます。そこからゴルフボール大に小分けして、丸薬製造機に入れ丸めます。球同士がくっ付かないように注意しながら丸くしていきます。後は乾燥させて出来上がりです。この漢方薬は、晩年の家康公の老化防止の保健薬として使われていたが、成分から見ると「腎虚(じんきょ)」とって、下半身の力が弱まり疲れやすくなる症状によいのです。また若くして胃腸が弱い方が年をとると「腎虚」になる場合が多いと言われていま

すが、近年ストレスで胃の調子が悪くなっている方も多く、先が心配です。家康公も胃腸が弱かったと聞いています。また、「八の字」は肺に、足腰に、高血圧に、明目(目を良くする)、胃腸に、頻尿に、膝の痛みにと五臓六腑を守っているバランスのよい漢方薬なのです。そして、家康は自家製の漢方薬を家臣にも飲ませていたと聞いています。自分の弱点を知ることが名将の秘訣であるならば、家康公は自分の身体の弱点も良く知っていました。また、医学的にも人の身体のメカニズムもよく勉強されていました。しかしそれだけではなく、難解の医学書を読破し、自ら漢方薬を作り上げるといったあくなき探究心。八の字を作ることで家康公に学んだことははかり知れません。

皆様も縄跳びで足腰を鍛え、玄米で歯を鍛え、漢方薬をがんばってください。

尚この内容は、2013年4月29日(祝日の月曜日)18時10分からのNHK総合の歴史番組「目からウロコの歴史旅」で放送されました。NHKスタッフの皆様、俳優の滝田栄様には収録中大変お世話になりました。滝田様より頂きました色紙「笑顔は天の花」は大切に静岡のお店に飾らせて頂いております。



本日は“丘の上鍼灸院”へ体験&取材に行っていました。恵比寿駅から徒歩約6分と好立地にあります。とても優しく丁寧な先生とかわいらしい奥様が対応して下さいます。初めにカルテを記入します。カルテはホームページからもダウンロードできます。そして服を治療用の服

に着替えて診察台へ。鍼治療という事で少し緊張してしまいましたが、痛みはほとんどありませんでした。刺す場所によっては多少痛い事もありますがほとんどの場所で痛みはありません。ボールペンの先が皮膚に触れたくらいの感覚でした。皮膚に鍼を刺すのは1mmか2mm程度、場合によっては0.5mmだそうでかなり浅いです。使用する器具は全て衛生的で、鍼は使い捨て、その他の器具もオートクレーブで滅菌消毒しているため安心です。最初は仰向け、次にうつ伏せになり鍼とお灸で治療して下さいました。治療中は、多くの方がリラックスして途中で寝てしまうそうです。所要時間は、初回が2時間、2回目以降は1時間です。本日は肩こりがとても酷かったのですが治療が終わった後はスッと楽になり帰りはとても軽やかでした。こちらの院

の特徴としては、通常の経絡治療と別にFT式(フィンガーテスト)を用いる事です。これにより表面的に出ている症状の裏にある本当の原因が分かる事があると仰っていました。患者様の7割は不妊症の方だそうです。その原因の1つ、冷え症の方が多いとも仰ってました。現代は身体を冷やしやすい環境が多くあります。寝不足からも冷えに繋がります。また、全身症状に意外と影響があるのが顎関節で、顎関節が大事だそうです。顎関節がずれたりバランスが悪くなると、全身の色々な個所に影響が出て不妊になる場合もあると仰っていました。本日は治療を受けて体調が良くなり、また色々と丁寧に説明して下さり取材を通して勉強にもなりました。本当にありがとうございました。

人の身体も自然の一部。



皆さん、こんにちは。春の畑は、暖かい日差しに包まれてか、冬に縮こまった身体がほぐされ、無理なく自然と身体が動くようになります。また、春は神経の高ぶる季節でもあります。山の畑では、菜の花、山桜などが満開で、綺麗な色彩と香りが、イライラと高ぶった心身を穏やかにしてくれます。自然は非常に上手くできていますね。さて、自然とはかけ離れた生活を余儀なくされている現代人にとって、“健康”になるための方法は“情報頼り”になってしまいがちです。テレビでの健康番組、インターネットなどから得た健康情報を実践されている方も多いのではないのでしょうか。例えば、水は1日2リットル飲むのが良いとか、玄米菜食が良いとか、もしくはもう少し

詳しい情報などでは、この病気は原因不明で治らないとか、～という数値が高いと赤ちゃんができていくとかいうこともよく聞きます。ただ、気をつけなければならないことは、この頭で得た情報や知識には、ひとつ忘れがちになってしまうことがあります。それは、私達人間が、“自然の一部である”ということです。ご存知のように私達人間の身体は、手足のように自分で動かせる部分と、心臓やホルモン、月経など自分では動かせない部分とがあります。では、この自分では動かせない活動は、いったいどういったエネルギーによって動かされているのかということになります。これこそがまさに“自然のエネルギー＝自然治癒力”なのです。畑仕事をやっていると、自分の身体が自然の一部であるということをも身を持って体感できます。例えば、雨の日は、大地も潤い、湿気も多く、自分自身の身体も水分過剰になるため、全くのどが渇きません。こういう状態で、1日に2リットルも水を飲んでしまったら、明らかに水分過剰状態＝水毒[すいどく]という病的状態になってしまい、身体が活力を失います。そして、野菜を育ててみれば分かりますが、野菜のほとんどは水分でできており、お米や野菜を食べていけば、ある程度の水分が摂れるのもよ

く分かります。また、もし、現代人がよく食べる甘い物(砂糖)、冷たい物、塩辛い物などを畑に蒔けば、おそらく植物達は自然のバランスを失い、枯れてしまうでしょう。まさに私達人間の身体は、自然の中で生かされているのです。そしてもう一つ、畑仕事をやっていて面白いことがあります。それは、自然の中で身体を動かしていると、不思議と“悩まない”のです。では、「身体を使っているから、頭を使っていないんじゃないの?」と思われるかもしれませんが、実際には、こういう野菜を作ろうとか、こうすればもっとおいしくなるな、とか、けっこう頭も使っているんです。ただ、悪いこと、マイナスなことをあまり考えないだけです。面白いですね人間って奴は…。いい自然環境で、気持ち良いときには悩まないんです。そして逆に、自然から遠い環境、パソコンの前や密室、夜更かし、人間同士の悪い気が飛ぶ職場などでは、いくらプラスにものごとを考えようとしても、悪くマイナスに考えてしまうんです。やはり、人間の身体も自然の一部、生活環境はとても大事だと言うことなのでしょう。あれこれと悩むより、自然に触れ、“自然に生かされている”ということをも身を持って体感することが、健康の秘訣と言えるでしょう。

ACCESS

〒104-0061 中央区銀座3-8-17 銀座理容会館ビル 2階
 TEL+FAX:03-3563-6238 [営業日:火・土曜日] 完全予約制
 HP:<http://www.ginzamutsumi.com/> MAIL:info@ginzamutsumi.com
 銀座駅:12番出口3分 銀座一丁目駅:11番出口3分 東銀座駅:7番出口3分

