

貝原益軒

健康に過ごし長寿を全うすることは、誰もが望むことであり、養生については古くから関心をもたれていた。特に江戸後期に養生を学ぶことが盛んになった。養生とは肉体ならびに精神の安定をはかることによって健康を保ち、日頃から病を寄せつけないように体を維持することである。

その原理と方法を述べているのが養生書で、古くから多数の養生書が出版されている。中でも、貝原益軒(1630~1714年)の『養生訓』(1713年)には、庶民にとって具体的な方法が述べられていて有名であった¹⁾。「珍味の食に対すとも、八九分にてやむべし。十分に飽き満るは後の禍あり」と、養生訓巻第三に腹八分の勧めがある。また庶民や女子及び幼児を対象にした教育書とも言える『大和俗訓』の序では「高きに登るには必ず麓よりし、遠きにゆくには必ず近きよりはじむる理あれば」と著している²⁾。

益軒は医学を学び、優れた本草学者でもあり、1709(宝永6)年に『大和本草』を刊行した。益軒80歳の時である。本草学とは、薬になる動植物や鉱物を知るための学問であり、古代中国で生まれた。本草とは「草を本とする」の意である。薬になるのは野草が多かった事に由来する。

江戸時代に入り、中国・明の李時珍(1518~1593年)が著した『本草綱目』(1596年)が邦訳刊行され、さらに幕府が薬草園を開設すると、本草学への関心は急速に高まる。薬草園は、わが国にも8世紀には存在していたことが知られているが、全国的に開園されるのは江戸時代で、藩営の薬草園が全国に設置されて幕末まで繁栄を続けたことは、本誌2011年4月号の本欄で紹介した³⁾。

益軒の著した『大和本草』は、『本草綱目』の分類法に益軒独自の分類を加えて、1,362種について由来、形状、利用などを記載したものである。2巻の附録と2巻の図譜を合わせて全巻で20巻に及ぶものである。単なる翻訳、翻案ではなく、長年かけた観察、検証の結果である。『大和本草』は、薬品だけでなく農産物や加工食品も取り扱われ、利用価値のない雑草なども対象となっている。益軒によって本草学は単なる薬用植物学ではなく、博物学、物産学、名物学(文学や歴史書に記載されている動植物の実体の研究)に拡大



写真1 貝原益軒座像(福岡市・金龍寺)



写真2 貝原益軒の墓(福岡市・金龍寺)

されたと言えることができる。その意味で本草学は生薬学であるとともに農産物加工学や調理学であり、博物学(natural history)でもあった⁴⁾。

記載産物の名称と実物の対応を定義する段階から、現物の特性や周辺情報をより詳しく研究する学問として名物学や物産学が派生した。これらはやがて博物学として発展していく一方、医学と密接な関わりを持つ伝統的な本草学も、臨床重視のより具体的な処方研究が重ねられ、江戸時代における漢方医学へと発展していった。

■ 参考資料 ■

- 1) 江戸に学ぶからだ養生, 内藤記念くすり博物館, 32-34 (2009)
- 2) 貝原益軒, 養生訓・和俗童子訓, 岩波文庫 (1961)
- 3) 諸澄邦彦, 薬園, *Isotope News*, No.684, 7 (2011)
- 4) 貝原益軒アーカイブ, <http://www.nakamura-u.ac.jp/library/kaibara/archive01/data01.html>

〔日本診療放射線技師会 諸澄邦彦〕