

本草綱目穀部目錄第二十二卷

李時珍曰太古民無粒食茹毛飲血神農氏出始嘗
草別穀以教民耕藝又嘗草別藥以救民疾天軒轅
氏出教以烹飪制爲方劑而後民始得遂養生之道
周官有五穀六穀九穀之名詩人有八穀百穀之詠
穀之類可謂繁矣素問云五穀爲養麻麥稷黍豆以
配肝心脾肺腎職方氏辨九州之穀地官辨土宜種
種之種以教稼穡樹藝皆所以重民天也五方之氣
九州之產百穀各異其性豈可終日食之而不知其

本草綱目穀部
氣味損益乎於是集草實之可粒食者為穀部凡七

十三種分為四類曰麻麥稻曰稷粟曰菽豆曰造釀

舊本米穀部三品共五十九種今併入
九種移一種入菜部自草部移入一種

神農本草經七種梁陶弘景註名醫別錄一十九種陶弘景註

唐本草二種唐蘇恭藥性本草一種唐甄權

本草拾遺十一種唐陳藏器海藥本草一種唐李珣

食療本草三種唐孟詵開寶本草二種宋馬志

嘉祐本草三種宋掌禹錫圖經本草二種宋蘇頌

日用本草一種元吳瑞本草補遺一種元朱震亨

救荒本草一種

周憲王

食鑑本草一種

明甯原

食物本草三種

明汪穎

本草綱目一十五種

明李時珍

附註

魏李當之藥錄
宋雷斅炮炙

吳普本草
齊徐之才藥對

唐楊損之刪繁

孫思邈千金

蕭炳四聲
南唐陳士良食性

蜀韓保昇重註

宋寇宗奭衍義

金張元素珍珠囊

元李杲法象

王好古湯液

明王綸集要

汪機會編

陳嘉謨蒙筌

穀之一

麻麥稻類一十二種

胡麻

本經即油麻

亞麻

圖經即壁虱胡麻

大麻

本經即麻蕒

小麥

別錄

大麥

別錄

穬麥

別錄

雀麥

唐本即燕麥

蕎麥

嘉祐

苦蕎麥

綱目

稻

別錄即糯米

粳

別錄

秈

綱目

右附方舊七十三新一百六十六

本草綱目穀部目錄第二十二卷

李時珍曰太古民無粒食茹毛飲血神農氏出始嘗
草別穀以教民耕藝又嘗草別藥以救民疾天軒轅
氏出教以烹飪制爲方劑而後民始得遂養生之道
周官有五穀六穀九穀之名詩人有八穀百穀之詠
穀之類可謂繁矣素問云五穀爲養麻麥稷黍豆以
配肝心脾肺腎職方氏辨九州之穀地官辨土宜種
種之種以教稼穡樹藝皆所以重民天也五方之氣
九州之產百穀各異其性豈可終日食之而不知其

本草綱目穀部
氣味損益乎於是集草實之可粒食者為穀部凡七

十三種分為四類曰麻麥稻曰稷粟曰菽豆曰造釀

舊本米穀部三品共五十九種今併入
九種移一種入菜部自草部移入一種

神農本草經七種梁陶弘景註名醫別錄一十九種陶弘景註

唐本草二種唐蘇恭藥性本草一種唐甄權

本草拾遺十一種唐陳藏器海藥本草一種唐李珣

食療本草三種唐孟詵開寶本草二種宋馬志

嘉祐本草三種宋掌禹錫圖經本草二種宋蘇頌

日用本草一種元吳瑞本草補遺一種元朱震亨

救荒本草一種

周憲王

食鑑本草一種

明甯原

食物本草三種

明汪穎

本草綱目一十五種

明李時珍

附註

魏李當之藥錄
宋雷斅炮炙

吳普本草
齊徐之才藥對

唐楊損之刪繁

孫思邈千金

蕭炳四聲
南唐陳士良食性

蜀韓保昇重註

宋寇宗奭衍義

金張元素珍珠囊

元李杲法象

王好古湯液

明王綸集要

汪機會編

陳嘉謨蒙筌

穀之一

麻麥稻類一十二種

胡麻

本經即油麻

亞麻

圖經即壁虱胡麻

大麻

本經即麻蕒

小麥

別錄

大麥

別錄

穬麥

別錄

雀麥

唐本即燕麥

蕎麥

嘉祐

苦蕎麥

綱目

稻

別錄即糯米

粳

別錄

秈

綱目

右附方舊七十三新一百六十六

本草綱目穀部第二十二卷

穀之一

麻麥稻類十二種

胡麻

別錄上品

校正

今據沈存中寇宗奭二說併入本經青蘘及嘉祐新立白油麻

胡麻油為一條

釋名巨勝

本方莖

吳普

狗蝨

別錄

油麻

食療

脂麻

俗作芝

麻葉名青蘘

音箱莖名

麻黠

音皆

亦作

稽

時珍曰

非

即今油麻更無他說古者中國止有大麻其實為

黃漢使張騫始自大宛得油麻種來故名胡麻以

別中國大麻也寇宗奭衍義亦據此釋胡麻故今

併入油麻焉巨勝即胡麻之角巨如方勝者非二

物也方莖以莖名狗蝨以形名油麻脂麻謂其多

脂油也按張揖廣雅胡麻一名藤弘弘亦巨也別

錄一名鴻藏者乃藤弘之誤也又杜寶拾遺記云隋大業四年改胡麻曰交麻

集解

別錄曰胡麻又名巨勝生上黨川澤秋採之青蘘巨勝苗也生中原川谷弘景曰胡麻八

穀之中惟此為良純黑者名巨勝巨者大也本生大宛故名胡麻又以莖方者為巨勝圓者為胡麻

恭曰其角作八棱者為巨勝四棱者為胡麻都以烏者為良白者為劣詵曰沃地種者入棱山田種

者四棱土地有異功力則同敦曰巨勝有七棱色赤味酸澀者乃真其入棱者兩頭尖者色紫黑者

及烏油麻並呼胡麻誤矣頌曰胡麻處處種之稀復野生苗梗如麻而葉圓銳光澤嫩時可作蔬道

家多食之本經謂胡麻一名巨勝陶弘景以莖之方圓分別蘇恭以角棱多少分別仙方有服胡麻

巨勝二法功用小別是皆以為二物矣或云即今油麻本生胡中形體類麻故名胡麻入穀之中最

為大勝故名巨勝乃一物二名如此則是一物而有二種如天雄附子之類故葛洪云胡麻中有一

葉兩尖者爲巨勝別錄序例云細麻卽胡麻也形扁扁爾其莖方者名巨勝是也今人所用胡麻之葉如荏而狹尖莖高四五尺黃花生子成房如胡麻角而小嫩時可食甚甘滑利大腸皮亦可作布類大麻色黃而脆俗亦謂之黃麻其實黑色如韭子而粒細味苦如膽杵末畧無膏油其說各異此乃服食家要藥乃爾差誤豈復得效也宗奭曰胡麻諸說參差不一止是今人脂麻更無他義以其種來自大宛故名胡麻今胡地所出者皆肥大其紋鵲其色紫黑取油亦多嘉祐本草白油麻與此乃一物但以色言之比胡地之麻差淡不全白爾今人通呼脂麻故二條治療大同如川大黃上黨人參之類特以其地所宜立名豈可與他土者爲二物乎時珍曰胡麻卽脂麻也有遲早二種黑白赤三色其莖皆方秋開白花亦有帶紫豔者節節結角長者寸許有四棱六棱者房小而子少七棱八棱者房大而子多皆隨土地肥瘠而然蘇恭以四棱爲胡麻八棱爲巨勝止謂其房勝巨大也其

莖高者三四尺有一莖獨上者角纏而子少有一
枝四散者角繁而子多皆因苗之稀稠而然也其
葉有本團而未銳者有本團而未分三丫如鴨掌
形者葛洪謂一葉兩尖爲巨勝者指此蓋不知烏
麻白麻皆有二種葉也按本經胡麻一名巨勝吳
普本草一名方莖抱朴子及五符經並云巨勝一
名胡麻其說甚明至陶弘景始分莖之方圓雷斅
又以赤麻爲巨勝謂烏麻非胡麻嘉祐本草復出
白油麻以別胡麻並不知巨勝卽胡麻中丫葉巨
勝而子肥者故承誤啓疑如此惟孟詵謂四棱入
棱爲土地肥瘠寇宗奭據沈存中之說斷然以脂
麻爲胡麻足以證諸家之誤矣又賈思勰齊民要
術種收胡麻法卽今種收脂麻之法則其爲一物
尤爲可據今市肆間因莖分方圓之說遂以茺蔚
子僞爲巨勝以黃麻子及大藜子僞爲胡麻誤而
又誤矣茺蔚子長一分許有三棱黃麻子黑如細
韭子味苦大藜子狀如壁蝨及酸棗核仁味辛甘
並無脂油不可不辨梁簡文帝勸醫文有云世誤

以灰滌菜子為胡麻則胡麻之訛其來久矣慎微
曰俗傳胡麻須夫婦同種則茂盛故本事詩云胡
麻好種無人種正
是歸時又不歸

胡麻修治

弘景曰服食胡麻取烏色者當九蒸九

學者未能常服況餘藥耶蒸不熟令人髮落其性
與茯苓相宜俗方用之甚少時以合湯丸爾數曰
凡修事以水淘去浮者曬乾以酒拌蒸從已至亥
出攤曬乾白中春去粗皮留薄皮以小豆對拌同
炒豆熟去
豆用之

氣味甘平無毒

士良曰初食利大小腸久食即否
去陳留新○鑑源曰巨勝可煮丹

砂

主治傷中虛羸補五內益氣力長肌肉填髓腦

久服輕身不老

本經

堅筋骨明耳目耐飢渴延年療

金瘡止痛及傷寒溫瘧大吐後虛熱羸困別錄補中

益氣潤養五臟補肺氣止心驚利大小腸耐寒暑

逐風溼氣遊風頭風治勞氣產後羸困催生落胞

細研塗髮令長白蜜蒸餌治百病日華炒食不生風

病風人久食則步履端正語言不蹇李廷飛生嚼塗

小兒頭瘡煎湯浴惡瘡婦人陰瘡大效蘇恭

白油麻嘉祐氣味甘大寒無毒宗奭曰白脂麻世用

至於大寒也原曰生者性寒而治疾炒者性熱而

發病蒸者性溫而補人〇說曰久食抽人肌肉其

汁停久者飲之發霍亂

主治治虛勞滑腸胃行風氣通血脈

去頭上浮風潤肌肉食後生噉一合終身勿輟又
令乳母服之孩子永不生病客熱可作飲汁服之

生嚼傅小兒頭上諸瘡良

孟詵仙方蒸以辟穀蘇恭

發明

甄權曰巨勝乃仙經所重以白蜜等分合服名靜神丸治肺氣潤五臟其功甚多亦能休

糧填人精髓有益於男子患人氣虛而吸吸者加而用之時珍曰胡麻取油以白者為勝服食以黑

者為良胡地者尤妙取其黑色入通于腎而能潤燥也赤者狀如老茄子殼厚油少但可食爾不堪

服食唯錢乙治小兒痘瘡變黑歸腎百祥丸用赤脂麻煎湯送下蓋亦取其解毒耳五符經有巨勝

丸云即胡麻本生大宛五穀之長也服之不息可以知萬物通神明與世常存參同契亦云巨勝可

延年還丹入口中古以胡麻為仙藥而近世罕用或者未必有此神驗但久服有益而已耶劉阮入

天台遇仙女食胡麻飯亦以胡麻同米作飯為仙
家食品焉爾又按蘇東坡與程正輔書云凡痔疾
宜斷酒肉與鹽酪醬菜厚味及粳米飯唯宜食淡
麪一味及以九蒸胡麻即黑脂麻同去皮茯苓入
少白蜜為麪食之日久氣力不衰而百病自去而
痔漸退此乃長生要訣但易知而難行爾據此說
則胡麻為脂麻尤可憑矣其用茯苓本陶氏註胡
麻之說也近人以脂麻搗爛去滓入綠豆粉作腐
食其性平潤
最益老人

附方

舊十五
新十六

服食胡麻

抱朴子云用上黨胡麻三
斗淘淨甑蒸令氣遍日乾

以水淘去沫再蒸如此九度以湯脫去皮簸淨炒
香為末白蜜或棗膏丸彈子大每溫酒化下一丸
日三服忌毒魚狗肉生菜服至百日能除一切瘡
疾一年身面光澤不飢二年白髮返黑三年齒落
更生四年水火不能害五年行及奔馬久服長生
若欲下之飲葵菜汁○孫真人云用胡麻三升去