

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
草別穀以教民耕莩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

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

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 各醫別錄一十九種 隋弘景註

唐蘇 恭 本草二種 大 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

嘉祐本草二種 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

明李原

食物本草三種

明汪頴

本草綱目

十五種

明李時珍

附註

魏李當之藥錄

今按沈

吳普本草

齊徐之才藥對

白油

唐楊損之刪繁

蕭炳四聲

南唐陳士良食性

俗作芝

孫思邈千金

宋寇宗奭衍義

俗作芝

蜀韓保升重註

元李杲法象

俗作芝

金張元素珍朱囊

明王綸集要

談云胡麻

王好古湯液

陳嘉謨蒙生

談云胡麻

汪機會編

名麻藍

談云胡麻

穀之一

麻麥稻類一十二種

胡麻

本經即油麻

亞麻

圖經壁虱胡麻

大麻

本經即麻蕒

小麥

別錄

大麥

別錄

穉麥

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

王穀會編

王穀古醫

全聚示素

醫韓君長重益

蘇思賢于全

專醫財女風

宋雷聲

懸李富文藥

食飲本草三蘇

黃
肥五

本草際日

二十正

肥
五

本草一蘇

王
肥

食證本草一蘇

肥
五

刺藜藜菜全

天李果式寒

宋家宗爽

南專刺士

齋翁文

吳普本草

藥

本草綱目穀部第二十二卷

穀之一
麻麥稻類十一種

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

本經 方莖
吳普 狗蝨

別錄 油麻
食療 脂麻
衍義 俗作芝

非 葉名青蘘

音箱 莖名麻蘘

音皆 亦作稽。時珍曰

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
脂油也按張揖廣雅乾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囊巨勝苗也生中原川谷弘景曰胡麻入

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

恭曰其角作八稜者為巨勝四稜者為胡麻都以烏者為良白者為劣說曰沃地種者八稜山田種

者四稜土地有異功力則同數曰巨勝有七稜色赤味酸澀者乃真其八稜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而弘景以莖之方圓分別蘇恭以角稜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酒麻本生胡中形休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存二種如天雄附子之類故葛洪云胡麻中有

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葎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非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用火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艷者節節結角長者寸許有四稜六稜者房小而子少七稜八稜者房大而子多皆隨土地肥瘠而然蠶恭以四稜爲胡麻八稜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開
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子如鴨掌
形者葛洪謂一葉兩尖為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敬
又以赤麻為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即胡麻中葉巨
勝而子肥者故承誤啓疑如此惟孟詵謂四稜八
稜為土地肥瘠寔宗奭據沈存中之說斷然以脂
麻為胡麻足以證諸家之誤矣又賈思勰齊民要
術種收胡麻法即今種收脂麻之法則其為一物
尤為可據今市肆間因莖分方圓之說遂以莞蔚
子偽為巨勝以黃麻子及大藜子偽為胡麻誤而
又誤矣莞蔚子長一分許有三稜黃麻子黑如細
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丸蒸丸
暴熬搗餌之斷穀長生竟飢雖易得而

學者未能常服况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穀曰
凡修事以水淘去浮者晒乾以酒拌蒸從巳至亥
出攤晒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。鏡源曰巨勝可煮丹

砂

主治傷中虛羸補五内益氣力長肌肉填髓脂

久服輕身不老

本經

堅筋骨明耳目耐饑渴延年療

本草綱目卷之二十一

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

逐風濕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日白脂麻世用

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說曰久食抽人肌肉其

汗停九者飲之發霍亂主治治虛勞滑腸胃行風氣通血脉

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容熱可作飲汁服之

生嚼傳小兒頭上諸瘡良孟仙方蒸以辟穀蕪

癸明甄權曰巨勝乃仙經所重以白蜜等分合服

糧填人精髓有益於男子患人虛虛而吸吸者加

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

延年還丹入口中者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
麩一味及以丸蒸胡麻即黑脂麻同去皮茯苓人
少白蜜為麩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
斗淘淨既蒸令氣遍日乾

以水淘去沫再蒸如此九度以湯脫去皮洗淨炒
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癩
疾一年身面光澤不飢二年白髮返黑三年齒落
更生四年冰火不能害五年行及奔馬久服長生
若飲下之飲葵菜汁。孫真人云用胡麻三升去

黃褐者蒸三十遍微炒香為末入白蜜三升杵三百下丸梧桐子大每旦服五十九人過四十以上久服明目洞視腸柔如筋也。仙方傳云魯女生

胡麻餌木絕穀八十餘年甚壯日行三百里

走及服食巨勝 治五臟虛損益氣力堅筋骨用巨

勝 勝九蒸九暴收貯每服二合湯浸

布裹搽去皮再研水濾汁煎飲和粳米煮粥食之

○時珍曰古有服食胡麻巨勝二法方不出於一

人故有二法 烏麻九蒸九晒研末棗

其實一物也 白髮返黑 膏丸服之 千金方 腰

脚疼痛 新胡麻一升熬香杵末日服一小升服至

一斗永瘥溫酒蜜湯姜汁皆可下 千金

手脚酸痛 微腫用脂麻熬研五升酒 入水肢腫

作痛生胡麻搗 偶感風寒 脂麻炒焦乘熱搗酒飲

傅之 于金 之 煖 取微汗出良

中暑毒死 救生散用新胡麻一升微炒令黑攤冷

為末新汲水調服三錢或丸彈子大水

下經 嘔吐不止 白油麻 天合清油 寺斤煎 牙
驗後方 取三合去麻溫服 近效方

齒痛腫

胡麻五升水一斗煮汁五升合 漱吐之不過二劑神良 肘后

熱淋莖痛

烏麻子蔓青子各五合炒黃緋袋盛以井

華水三升浸之每食前服一錢

聖惠方 小兒下

痢

赤白用油麻一合搗和蜜湯服之 外臺

解下胎毒

小兒初生嚼生 脂麻綿包與兒

啞之其

毒自下 小兒急疳

油麻嚼傳 外臺

小兒軟癩

油麻炒焦 乘熱嚼爛

傳之 譚

氏小兒方 頭面諸瘡

脂麻生嚼傳 普濟

小兒癩癧

脂麻 連翹

等分爲末頻頻

食之 簡便方 疔腫惡瘡

胡麻燒灰針砂等分爲 末醋和傳之日三 普

濟 痔瘡風腫

作痛胡麻子煎 湯洗之即消

坐板瘡疥

生脂麻 筆

方 雜

陰痒生瘡

胡麻嚼爛傳 肘后

乳瘡腫痛

用脂麻炒 焦研末以

燈膏油調
婦人乳少
許食之
唐氏
湯火傷灼

胡麻生研如泥
外臺
蛛咬瘡
油麻研爛傳之
諸虫咬

傷
同上
癩入耳
胡麻炒研作袋
穀賊尸咽
喉中

此因誤吞穀芒檜刺痒痛也谷賊属咽尸咽属
喉不可不分用脂麻炒研白湯調下
三因方
癰

瘡不合
烏麻炒黑搗
于金
小便尿血
胡麻三升杵末以
東流水二升浸一

宿平旦絞汁頓
胡麻油即香油
弘景曰生榨者良
若蒸炒者止可供

食及然燈耳不入藥用
宗奭曰炒熟乘熱壓出油
謂之生油但可點照須再煎鍊乃為熟油始可食

不中點照亦一異也如鐵
月火中出而謂之生鐵
亦此義也時珍曰入藥以烏麻油為上白麻油次

之須自榨乃良若市肆者不惟
已經蒸炒而又雜之以偽也

巴

經

蒸

炒

而

又

雜

氣味甘微寒無毒

主治利大腸產婦胞衣不落生油摩腫生禿髮

別錄

去頭面遊風

孫思邈

主天行熱悶腸內結熱服一合

取利為度

藏器

主瘡癰殺五黃下三焦熱毒氣通大

小腸治蛇心痛傳一切惡瘡疥癬殺一切虫取一

合和雞子兩顆芒硝二兩攪服少時即瀉下熱毒

甚良

孟詵

陳油煎膏生肌長肉止痛消癰腫補皮裂

治癰疽熱病

蘇頌

解熱毒食毒虫毒殺諸虫蠅蟻

珍

壽