第 28 回雲南懇話会

チベット医学とは

小川　康

薬剤師、チベット医、森のくすり塾主宰

チベット医学のバイブルである四部医典（ギューシ）は八世紀にユトクによって編纂されたとされ、その名の通り四つの部門、156 章から成り立っています。

根本部では教典の要約と概説。論説部では生理学や薬草学。秘訣部では具体的な診断と治療法。結尾部には脈診尿診とともに処方がまとめられています。チベット医学の学生はこのうち根本、論説、結尾の三部と秘訣部の一部を暗誦することが義務付けられており、その分量は円周率のギネス記録にも匹敵します。

暗誦によって医学の内容を理解するのはもちろんのこと、頭脳を明晰にすることで診断能力を高める目的もあります。また治療に用いる 300 種類以上の薬草を鑑別する能力はもちろんのこと、生息地、品質の良し悪し、調整法、などをヒマラヤの大自然の中で学ぶことにより実践的な力も併せ持っています。

以前はアムチ（チベット医）といえば僧侶でしたが、現在では現代教育を受けた若者が男女を問わず学んでいます。とはいえ僧侶のような厳しい規則と寮生活による共同生活のなかで忍耐や人との接し方などを知らず知らずのうちに学んでいることから、その伝統は引き継がれているといえます。

アムチの表現力は、身・口・意の三つによって実践される。まず、身、つまり手によって、薬と医療器具を作ることに優れていなさい。口、つまり心地よい言葉で患者を楽しませなさい。意、つまり聡明な智慧で、意識を明晰に保ちなさい。　四部医典論説部第 31 章

診断は、ルン、ティーパ、ベーケンという三体液の概念によって行います。これはわかり易く漢方の概念に置き換えれば気、血、水となります。この三体液があるから人として成り立ち、同時に三体液のバランスが崩れると病が生じるとされます。ルンは執着から、ティーパは怒りから、ベーケンは無知から生じるとされ精神と結びつけて解説されていることがチベット医学の大きな特徴といえます。

ルンは風のように落ち着かず、冗談が好きで、カラスのように狡猾な性格
ティーパは筋肉質で怒りっぽく、虎のように獰猛な性格
ベーケンは水のように落ち着き、のんびりとしており、象のような性格

と四部医典論説部第 6 章には記されています。

チベット医学で用いる丸薬の一例

（薬は全部で 170 種類ある）

１：アガル 15

配 合　：アガル（沈香)、ナツメグ、紅花、白檀、生姜、など 15 種類

効 能　：アガル 15 は血とルンがせめぎ合う症状と、胸の前後の痛み、呼吸困難、の症状を癒す。

２：パンゲン 15

配 合　：　パンゲン（リンドウの仲間)、沈香、白檀、ナツメグ、グローブ、甘草、など 15 種類

効 能　：　パンゲン 15 という至高の薬は、風邪の熱が喉に至って生じる呼吸困難な症状。ベーケンとルンが上半身に渦巻いて痛みが激しい症状。特に熱性のベーケンの症状を癒すことに素晴らしい。

３：リルカル・ペドン

配　合　：　方解石（石膏の一種)、胡黄蓮、瀝青、野バラの花、など 7 種

効　能　：　リルカル・ペドンの配合はベーケンとティーパによる頭の病に効果がある。

４：シチェ６

配　合　：　生姜、方解石、重曹、大黄、など 6 種類

効　能　：　シチェ６は消化不良、腹部膨満、腹痛、下方に向かうべきルンが逆流した場合、難産な場合、羊膜が排出されない場合、便秘、などに処方しなさい。

５：ヤンチェン・リルプ

配　合　：　詞黎勒、ナガコショウ、甘草、松の木、など 10 種

効　能　：　三日間服用すると喋りに関する障害がなくなり、十一日目に声が美しくなり、二十日目には頭脳が明晰になり、記憶力がよくなる。

補　足

薬の命名法　（多い順に）

１：主成分＋薬草の数　　例　パンゲン１５

２：薬の概観　　例　リルカル（白い丸薬という意味）

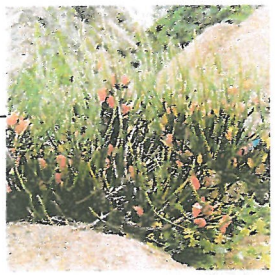
３：効能　＋薬草の数　　例　シチェ６（病を鎮める　＋　６）

４：仏教にちなんだ名前　例　ヤンチェン・リルプ（弁財天の丸薬）

注　意：　チベット薬の処方・販売は、日本の薬事法により固く禁じられています。

ソロ・マルポ（紅景天）

肺の機能を改善することから高山病の薬として売り出されています。
でも実は乱獲のために激減しているという説も。



ツェ・ドゥム（麻黄）

風邪薬に入っているエフェドリンは麻黄から抽出されます。西洋医学では喘息や鎮咳に用いられますが、チベット医学では止血や肝臓の熱を鎮める薬として用います。

イーモン（テッセンの一種）

胃の熱を高めます。チャン（お酒）をイーモンの中で醸造すると、おいしく出来上がるそうで、こちらの方が実用的かも。

ランナ
（ゴマノハグサ科シオガマの一種）

ラン（象）ナ（鼻）という名の通り、よく見ると象の鼻のような部分があります。関節に溜まった水を取り除きます。

ミンチェン・セルポ
（ウサギ菊の一種）

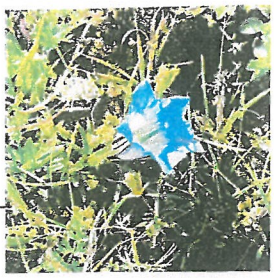
感染症や悪霊が取り付いた病に効きます。憑かれている方、どうぞお試しください。

ティムサ
（デルフィニウムの一種　飛燕草）

ガンデン寺の下、一面に生えている美しい花。

チャンツェル（アザミの一種）

チャン（狼）ツェル（刺）の名の通り、鋭い刺に覆われています。吐剤として用います。



パンゲン・メト
（リンドウの一種ゲンチアナ）

チベットを代表する花で歌にもなっています。喉の熱を取り除きます。

ンゴ・キュンデル
（トウヒレン属の一種）

漢名では毛菊とも書く珍しい薬草。毒による熱を取り除きます。

パンツィ・トポ
（マツムシ草の一種）

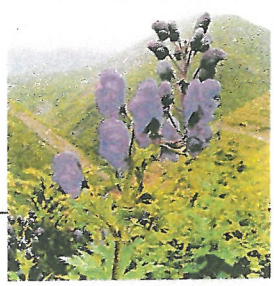
小さな白いくす球を付けた、かわいい薬草。熱病に用います。

ツェルゴン（ヒマラヤの青いケシ）

お馴染みヒマラヤンブルーポピー。ツェル（刺）ンゴン（青い）の名の通り全身に刺があり、骨折の治療に経口薬として用いられます。

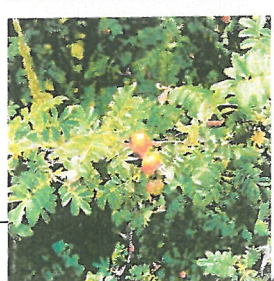
ネマ・ユロ（オオルリ草の一種）

トルコ石（ユ）の名が着いている通り美しい青色で一際目立っています。



ボンナク（キンポウゲ科トリカブト）

ご存知、毒薬。チベット医学では毒の力を弱めて感染症などに投与します。



セグゥ（野いばらの実）

赤い実はほんのり甘く、旅の疲れを癒してくれます。肝臓の熱を鎮めます。

ヤク（ヤク）

ご存知ヤクです。ヤクの肉は体をポカポカ温めます。寒いチベットでヤク肉を食べるのは大変合理的なのです。

ダッキャ・ハカ（イワタバコの一種）

岩に張り付くように生え、かわいい花を咲かせます。食あたりや下痢に用います。

チャポツィ
（イソマツ科ルリマツリの一種）

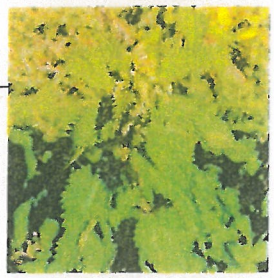
ワスレナ草の仲間。山の斜面を彩る美しい花。女性の生理を整えます。

リ・ガドゥル
（フウロソウ科、ハクサンフウロ、アサマフウロの一種。）

身近なところでは、ゲンノショウコが仲間です。真っ赤な根は毒による熱を鎮めてくれます。

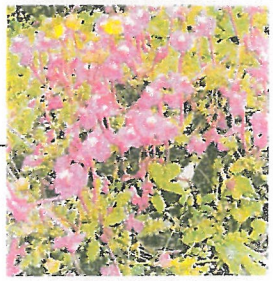
サズ（イラクサの一種）

全身を覆う細かい棘には蟻酸が含まれているため、触ると赤く腫れてしまう厄介な草。しかし、鉄分など栄養分を豊富に含んでおり、ミラレパ（伝説の行者）はこの草だけを食べて修行に打ちこんだため、全身が緑色になったと言われています。



ルクル・ムッケポ
（ゴマノハグサ科シオガマの一種）

ランナ（象の鼻）とそっくりですが、こちらは象の鼻の部分を羊の角に喩えています。悪い肉を食べたときの毒消しに用います。



（キク科ウスユキ草の仲間）

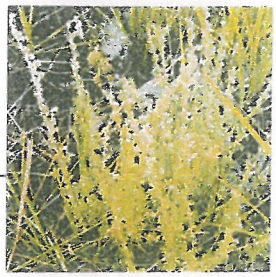
チベットでは艾をこれから作ります。

チェツァ
（キンポウゲ科ウマノアシガタの一種）

花を食べると辛味を感じるのでチェ（舌）ツァ（辛い）と名付けられました。胃の熱を高めてくれます。

ケンカル（キク科よもぎの一種）

とても匂いが強く、霧香の代用として用いられます。浴用剤としてもお勧めです。



シャンディル（サクラソウの仲間）

シャンシャンという鈴（ディルプ）の音が聴こえてきそうなことから名付けられました。主に熱病に用いられますが、花の色によって効能が少し異なります。

カンラ・メト（雪蓮花）

精力増強剤として有名ですが、実際にはチベット医学では、それほど汎用しません。脳内の血流を改善します。

チャグースクッパ（トウヒレン属）

ハゲワシの足という意味の薬草です。これも地方によっては雪蓮花と呼ばれます。脳内の血流や生理不順を改善します。

チュマツィ（タデ科）

セーター植物、温室植物とも呼ばれる珍しい薬草です。葉を重ねることで保温効果が得られます。浮腫みなどに用いられます。