

マクロビオティックの雑誌

# 新しき世界へ

無双原理と玄米正食で健康・幸福・自由と平和を創る

桜沢如一特集(3)

新しい植物の創造者

ほか5編

NO.546/1982-6



INTERNATIONAL  
日本CI協会  
MACROBIOTIC  
CENTER

# マクロビオティック図書・テープ

■☆印は基本図書・資料です。初めての方にお勧めします。

■\*印は「桜沢如一著」です。

☆\*魔法のメガネ 無双原理の物の考え方 一、〇〇〇円 千二五〇

☆\*永遠の少年(上) 少年よ、大志をいだけ! 三、五〇〇円 千二〇〇

☆\*食養生人生読本 食養生で開く自由の人生 一、〇〇〇円 千二五〇

☆\*生命現象と環境 やさしいエコロジー 四、〇〇〇円 千二〇〇

☆\*新食養生法 正食身心改造法 一、五〇〇円 千二五〇

☆\*東洋医学の哲学 軽装普及版 二、〇〇〇円 千二五〇

\*無双原理・易 宇宙法則・実用弁証法 一、〇〇〇円 千二五〇

\*宇宙の秩序 最重要PU書 一、〇〇〇円 千二〇〇

\*病気を治す術・病人を治す法 人生論 五、〇〇〇円 千二〇〇

桜沢如一アルバム 五、〇〇〇円 千二〇〇

\*クララ・シューマン 人生論 五、〇〇〇円 千二〇〇

☆人間—この未知なるもの(カレル) 二、〇〇〇円 千三〇〇

\*自然医学 新食養生法より詳しい 三、五〇〇円 千二五〇

\*健康の七大条件 正義について 五、〇〇〇円 千二〇〇

\*健康戦線の第一線に立ちて 一、〇〇〇円 千二〇〇

\*一つの報告 一、〇〇〇円 千二〇〇

\*自然科学の最後 三、〇〇〇円 千二五〇

\*中央アフリカ横断記 一、〇〇〇円 千二〇〇

\*コンバ文庫4 G OのPU論満載 三、五〇〇円 千二五〇

\*コンバ文庫5 一、七〇〇円 千二五〇

\*コンバ文庫6 三、〇〇〇円 千二五〇

\*世界恒久平和案・「意志」教育五十年の実験報告 一、〇〇〇円 千二〇〇

■2冊以上の場合の送料は、定価合計が

- 三千円未満 三百円
- 六千円未満 四百円
- 一万円未満 五百円
- 一万円以上 六百元

\*新しい栄養学 三、五〇〇円 千三〇〇

☆\*食物と人生 一、三〇〇円 千二〇〇

\*永遠の子供 二、五〇〇円 千二五〇

\*食養生講義録 七、五〇〇円 千三〇〇

石塚左玄著 化学的食養生長寿論 食養生の原典 七、五〇〇円 千三〇〇

桜沢里真著 桜沢里真著 三、五〇〇円 千三〇〇

☆マクロビオティック料理 食養生全書 一、五〇〇円 千二五〇

食養生法(旧版) (資料) 一、五〇〇円 千二五〇

\*「新しい世界へ」三〇一三九号 一八、〇〇〇円 千四〇〇

米国の食事改善目標 米上院栄養委 二、〇〇〇円 千四〇〇

武者宗一郎著 台所を化学で観る アルミ鍋は安全か? 一、〇〇〇円 千七〇

\*PU歌集 二、〇〇〇円 千二〇〇

☆食物の陰陽表 色刷り一枚 二、〇〇〇円 千二〇〇

☆正食医学の救急手当法 色刷り一枚 二、〇〇〇円 千二〇〇

☆食物による健康法・料理法特集 二、〇〇〇円 千二〇〇

☆第一集(二〇〇八年八月・九月合併号) 二、〇〇〇円送料共

☆第二集(二〇〇九年十一月号) 二、〇〇〇円送料共

桜沢如一カセットテープ

\*判断力の話 90分×1本 二、六〇〇円 千二七〇

\*座間講演 60分×2本 三、〇〇〇円 千四〇〇

\*G・O母を語る 90分×1本 二、六〇〇円 千二七〇

大森英桜カセットテープ 90分×2と60分 四、五〇〇円 千五〇〇

☆主食の徹底研究 60分×2本 二、六〇〇円 千二四〇

☆生命と食物の歴史 60分×2本 二、六〇〇円 千二四〇

☆食物の陰陽 60分×2本 二、六〇〇円 千二四〇

☆宇宙の秩序解説 60分×2本 二、六〇〇円 千二四〇

☆子供の病氣と食養生 90分×2本 六、〇〇〇円 千四〇〇

●日本C-I協会の出版物は、日本C-I協会友の店(本誌巻末参照)でお求めください。

●本部への注文は、①現金書留、または②振替東京〇一九四三五日本C-I協会へ、代金と送料と注文品を明示して送金してください。①の場合は2週間、②の場合は、3週間みてください。

## 日本C-I協会

〒151 東京都渋谷区大山町一―一五  
電話 (〇三) 四六九・七六三(代)

# ■日本C I協会研究生（青年男女）募集！

■事務のできる女性（年齢不問。勤務時間などは相談します）募集！

■C Iの生命の薬局（台所）で吉成先生の助手として料理の勉強をする研究生も募集します。

■木曜日は休館です。（オーサワジャパンは営業）

六月の食養料理／桜沢里真……………4  
 甘藷入り玄米御飯／こほうと蓮根の煮付け／ポワシーシュ・  
 ボール／ロールキャベツ・クリーム煮／野菜うま煮／水無月  
 ロール／プチガトー

狂乱の時代に  
 いかに応えるか／菊池富美雄……………11

## ■桜沢如一特集

人間とは何か？……………13  
 その定義

おそるべき教育  
 偽装せる軍国主義……………15  
 山びこ学校の山びこ性

新しい植物の創造者……………19  
 L・バーバンクのこと

君は戦犯である……………25

『平和の宣言』R・パール博士著……………29  
 全日本人に魂の目覚めを要求する本

複眼で見る／清水邦男……………31

GOと私、世界と日本

インターマックニュース……………36

GO記念祭、マクロビオティック座談会

桜沢先生と私／織田志満……………37

■本誌をこ紹介ください！今号一部四五〇円（送料共）

■本誌および日本C I協会のすべての刊行物、桜沢如一、桜沢里真の著作物の内容の全部または一部の、あらゆる形式による複製は、当協会の文書による承認を必要とします。（ただし、論文中で正常な範囲の引用は、出典、発行所を明記されれば、かまいません。転載のお申し込みは歓迎いたします）

## 会員の皆さんへのお願ひ

年間一万二千円の会員（正会員）になって下さい  
 日本C I協会は、桜沢如一先生が創立された、  
 無双原理と正食の国際運動団体です。今日、桜沢  
 里真先生を会長として、各種行事、講演会、料理  
 教室、講習会、書籍、雑誌の発行など、皆様のご  
 支持により、すべて順調に発展しています。

機関誌の『新しき世界へ』も、すでに五百四十  
 号以上を重ね、十年前に比べて会員数は4倍以上、  
 四年前に比べて2倍以上となっております。

一九七六年三月に、現在の東北沢の会館を開い  
 て以来、多額の家賃支払い、その他の事情で、苦  
 しい時期もありましたが、幸い、会員の皆様の熱  
 心なご支持で、切り抜けて参りました。

日本と世界の、一人一人、社会の状況が、ます  
 ます困難な状況になりつつある今日、マクロビオ  
 ティックが、いよいよ必要とされております。

残念ながら、石油価格の高騰、その他諸物価の  
 値上がりによって、雑誌の発行、その他、会の財  
 政に、次第に重荷がかかってきています。用紙、  
 製版フィルム、製本、電力、その他諸経費などの  
 製造コストが、どんどん上がってきています。各  
 種の雑誌は、ページを少なくし、紙質をおとし、  
 定価を上げて、これに対抗しています。

年間購読者（誌友）は昨年から五千円になりました  
 たが（初めての人のための窓口）、日本C I協会は  
 私が盛り立てよう、と考える、熱心な方は毎月  
 千円、つまり年間一万二千円の『正会員』になっ  
 て下さることを切望します。



マクロビオティック・クッキング・サロン

# 六月の食養料理

桜沢里真

献立

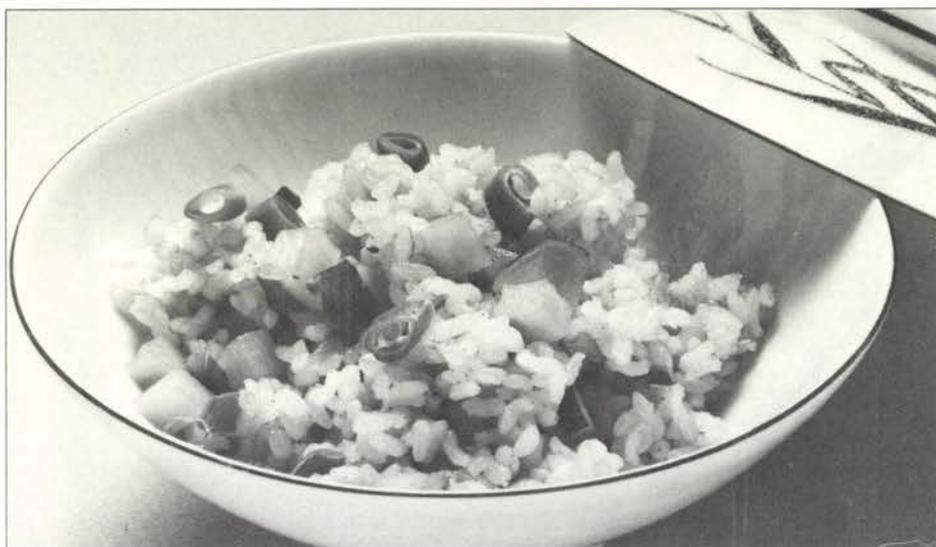
- 甘藷入り玄米御飯
- ごぼうと蓮根の煮付け
- ポワシーシュ・ボール
- ロールキャベツ・クリーム煮
- 野菜うま煮
- 水無月ロール
- プチガトー

夏に向かって暑くなるにつれ、とかく冷たい水分が欲しくなりますので、摂りすぎて塩抜けしないように注意したいものです。

今月は梅干しを漬けるのによい時期です。梅干しの効用・用途は広く、食養に欠かすことのできない食品の一つです。ときどき、御飯と共に頂くと、夏ませず、食欲もおちず、元気に過ごすことができます。

ぜひ、各ご家庭で漬けて、自家製のものをお楽しみください。漬け方は、『マクロビオティック料理』をご参照ください。

# 甘藷入り玄米御飯



## 材料〈4人前〉

玄米……………カップ3  
 水……………カップ3 3/4  
 塩……………小さじ1/2  
 さつまいも……………200g  
 調味料—塩、醤油、揚げ油

## ●作り方

- ①玄米は圧力鍋でふっくらと炊く。さやいんげんは塩湯で色よくゆで、すぐ塩をふり、3ミリくらいの小口切りにする。
- ②さつまいもは1センチの賽の目切りにする。油でカリッと揚げ、醤油大さじ1、塩小さじ1/2で味をつける。
- ③炊きたての玄米御飯に、さつまいもとさやいんげんを入れて混ぜる。

# ごぼうと蓮根の煮付け



## 材料〈4人前〉

ごぼう……………150g  
 蓮根……………170g  
 白胡麻……………大さじ1  
 醤油……………大さじ2



## ●作り方

- ①ごぼうと蓮根は、6センチくらいの大きなささがきにする。白胡麻は香ばしく炒り、切り胡麻にする。
- ②鍋に油大さじ1をあたため、ごぼうを入れて炒め、蓮根を加えてさらに炒める。材料がかぶるくらいの出し汁を入れ、入れ（なければ水と昆布10センチを入れる）、弱火でごぼうがやわらかくなるまで煮て、醤油大さじ2で味をつける。
- ③汁がなくなったら、切り胡麻を入れてまぶし、器に盛り、上に切り胡麻少量をふる。



材料〈4人前〉

ポワシーシュ……………カップ $\frac{1}{2}$   
 グリンピース……………カップ $\frac{1}{2}$   
 地粉……………カップ $\frac{1}{2}$   
 人参…………… $\frac{1}{2}$ 本  
 調味料＝塩、胡麻油

※ポワシーシュはフランス産の豆で、日本のえんどう豆の一種です。



ポワシーシュ・ボール

●作り方

- ① 圧力鍋にポワシーシュと約3倍の水を入れて火にかける。沸騰してオモリがぐるぐるまわってきたら弱火にして、約35分煮て火を止める。圧力が抜けてから蓋を取り、水加減をみる。まだ水があればそのまま（なければ水を適宜につき足す）、蓋をしてもう一度火にかける。オモリがまわってきたら弱火にして、約15分煮る。
- ② グリンピースは塩湯で色よくゆでる。人参は5ミリの賽の目切りにする。塩小さじ $\frac{1}{2}$ をふり、空炒りし、水大さじ2を加えてふたをし、とろ火でむらし煮をする。



- ③ ポワシーシュをつぶし、グリンピースと人参をまぜ、3センチ大に平たく丸める。
- ④ フライパンに油をたっぷり（底から5ミリくらい）入れて熱し、③を入れ、両面をこんがり焼く。



# ロールキャベツ・クリーム煮

材料〈4人前〉

キャベツ	8枚		
コーフ	100g		
豆腐	1丁	半	
玉ねぎ	1個		
いんげん	8本		
生姜	1片		
出し昆布	10cm		
ローリエ	1枚		
ベシヤメルソース			
地粉		カ	半
胡麻油		大	1
塩		小	半
調味料	＝塩、胡麻油、コシ		

## ●作り方

- ①キャベツは塩湯でさつとゆで、芯の部分の厚みをそぐ。
- ②コーフは1センチの厚みに切り、油で揚げ、あらみじん切りにする。鍋に昆布をしき、コーフのあらみじん切りを入れ、水カップまじと醤油大まを加えて、水のなくなるまで煮る。生姜のおろしたものを小さじ1を加えて仕上げる。
- ③豆腐は水を切り、細かくつぶし、油大さじ1でよく炒め、塩小さじまじと醤油小さじ1で味をつける。

- ④玉ねぎを油小さじ1でよく炒め、コーフ、豆腐、いんげんをませ、味をみる。(うすければ塩少々を加える。)
- ⑤キャベツに④を大さじ山盛り1のせて巻き、楊枝で止める。
- ⑥平鍋に⑤を並べ、材料がかぶるくらいに水を入れ、塩小さじ1を入れてよく煮る。
- ⑦地粉は油大さじ1で炒め、少々色がついたら水カップ1を加えて、だまがでないように手早く泡立て器でまぜる。⑥の煮汁カップ1を加え、火にかかけ、よくかきまぜて、ポタージユくらいのかたさに作り(かたいようなら、煮汁カップまじくらいをたす)、味を調える。
- ⑧⑦の中へロールキャベツを入れてまぶし、器に盛る。上からクリームをたっぷりかけ、パセリのみじん切りをふり、花人参、パセリを飾る。

▶キャベツの先をすこしせまくるように重ねると、きれいに巻き上がる。





材料〈4人前〉

タケノコ (ゆでたもの)……	100g
椎茸……………	(中) 4個
長芋……………	100g
南瓜……………	150g
いんげん……………	8本
人参 (花形)……………	4個
調味料=塩、醤油、胡麻油	

野菜うま煮

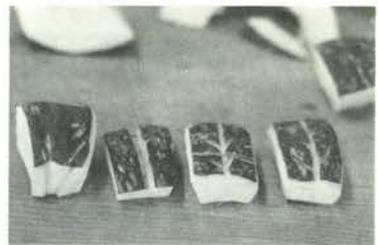
●作り方

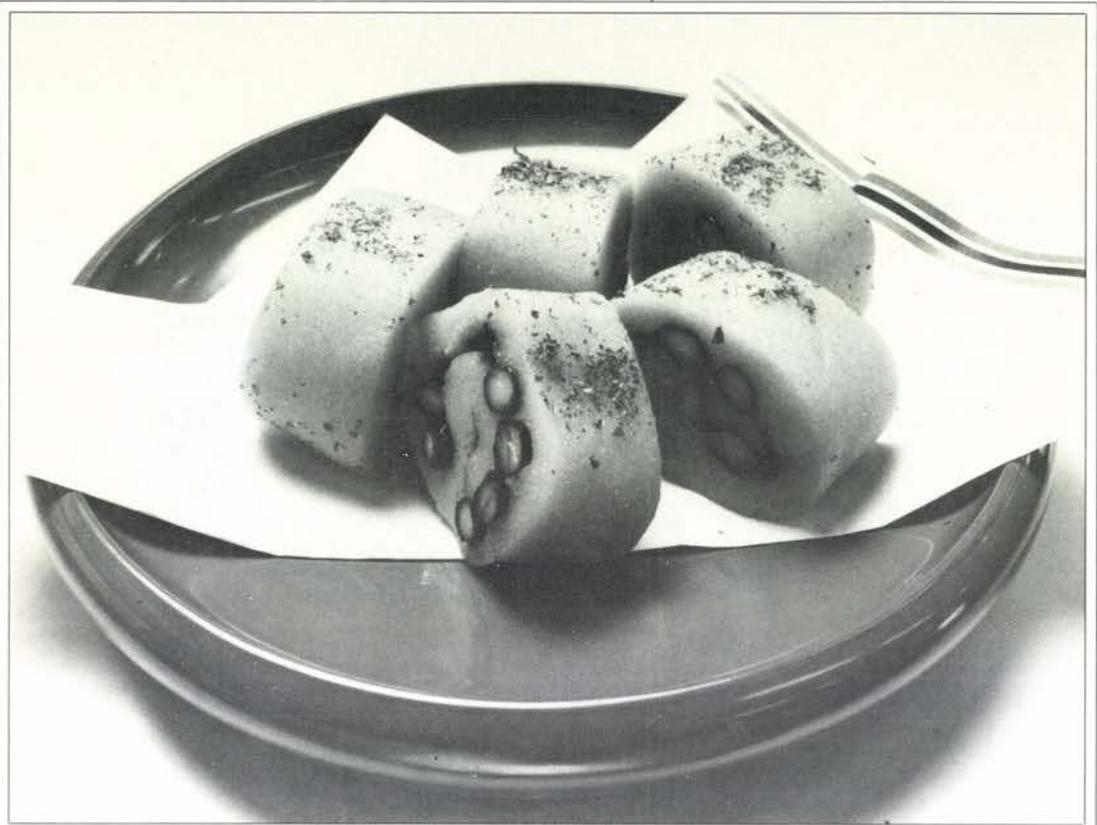
①南瓜は4センチ×6センチの長方形に切り、皮に切り込みを入れる(写真右)。鍋に昆布10センチをしき、南瓜を並べ、水カップを、醤油大さじを加えて、弱火でゆっくり煮る。やわらかく煮えたら、汁から引き上げる。

②タケノコは先の部分をたて4つ切りにする。椎茸は水でもどしておく。鍋に油小さじ1をあため、タケノコを入れて炒め、椎茸を入れてまぜ、水カップ1(椎茸をもどした水も用いる)を加えてよく煮込む。塩小さじと醤油小さじ1で味をつけ、煮付ける。

③長芋はふかして8つ切りにし、皮をむいて塩少々をふる。いんげんは塩湯で色よくゆでる。人参はゆでて塩少々をふる。

以上を形よく、色取りよく器に盛り合わせる。





# 水無月ロール

材料〈4人前〉

玄米粉	100g
餅玄米粉	100g
黒豆	カップ $\frac{1}{2}$
調味料	塩

## ●作り方

- ①玄米粉と餅玄米粉をまぜ、塩小さじ $\frac{1}{2}$ を加える。熱湯を少しずつ加えながら、耳たぶくらいのかたさにこねる。
- ②熱した蒸し器にぬれ布巾をしき、①を適宜に分け、手でつかんで桜貝の形にしたものを並べ、15〜20分蒸す。
- ③すり鉢にぬれ布巾をしき、②を入れ、ぬれ布巾で包んで、よくつく。
- ④黒豆は3倍の水を入れ、とろ火で時間をかけてゆつくりと煮る。やわらかくなったら塩小さじ $\frac{1}{2}$ 、醤油小さじ $\frac{1}{2}$ で味をつける。
- ⑤ぬれ布巾の上に③を8ミリくらい厚みで四角にのばし、上に黒豆を並べ、

▶黒豆を平らに並べる。



▶ぬれ布巾を使って巻く。



▲包丁をぬれ布巾でふきながら、ひき切りにする。

はしからぐるぐると巻く。1.5センチ幅に切り、器に盛る。(上に青のりかパセリのみじん切りをふると、色取りもよく、おいしい。)



# プチガトー

## 材料〈4人前〉

地粉	200g
南瓜	400g
さつまいも	500g
りんご	(小1個) 200g
アーモンド	カップ $\frac{1}{4}$
ピーナツ	カップ $\frac{1}{4}$
調味料	塩、胡麻油

## ●作り方

- ① 南瓜とさつまいもは適宜に切ってふかし、皮をむいて裏ごしする。塩小さじ $\frac{1}{2}$ で味をつける。
- ② アーモンドとピーナツは2ミリくらいに切る。リンゴは皮をむき、4つ切りにし、塩水にくぐらせ、8つ切りにして、うすい小口切りにする。
- ③ ①の半分に②をまぜ、3センチ大に丸め、少しつぶして平たくする。
- ④ 地粉に塩小さじ $\frac{1}{2}$ を加え、①の半分を入れてよくまぜ、水少々を加えて耳たぶくらいのかたさにこねる。
- ⑤ ④を5ミリくらい厚さにのばし、直径7センチくらいの円筒で型を抜く。



①

②

- ⑥ ⑤を2枚で1組とし、1枚の方のまわりに水をつけ、③を1個のせ、もう1枚の⑤をかぶせる(写真①)。まわりを指先でつまむようにおさえて止め(写真②)、真ん中に十字字に包丁目を入れる。
  - ⑦ 熱した天板に⑥を並べ、上に油少々をぬり、中火のオーブンで10〜15分焼く。
- ※さつまいも、南瓜、リンゴの自然な甘味が出て、上品な味に出来ます。特に子供さんは大喜びするでしょう。ぜひお試しください。

写真撮影/月原 淳

# 狂乱の時代に

## いかに応えるか

菊池 富美雄

(ブラジル、サンパウロ)



南米大陸南端の英植民地、フォークランド諸島の領有権をめぐるアルゼンチンと英国の紛争は、ついにアルゼンチン軍の武力侵攻によって火を噴き、緊迫している国際状況に、さらに拍車をかけるような緊急事態に突入しましたが、ちようど私どもは、サンチャゴ市での一週間にわたった南米マクロピオチック・セミナーを終って、チリー側のマゼラン海峡に近い、オソルノ、アイゼン地方の農業事情の視察と講演旅行をしておりますので、この眼と鼻の至近距離にある地帯の極度な緊張急変に巻き込まれました。

特にチリーとアルゼンチンとは、マゼラン海峡のフエゴ島群の小さな一つの島の領有権をめぐる、長年にわたる紛争を続けながら、いまだに、にらみ合っている間柄なので、チリーにとつても他所事ではありません。

そもそも、ほとんどすべての中南米諸国は軍事政権であり、その中でも、アルゼンチンとチリーの流血と弾圧の軍部恐怖独裁政治は、すでに世界の定評であり、実際にこれらの国々でのマクロピオチック運動を推進しながら、「国家の形成とその行方」について人類の限界を痛感させられます。

特に、今回のチリーでの私どものセミナーは、軍事クーデターによって社会主義政権が倒され、アジエンデ大統領がモネダ宮殿でピストル自殺を遂げてから十年目に入ろうとしている年でもありましたので、率直に「現代国家の病理学的分析とその末路」をテーマの一つにあげている私どもの講義には大きな反響があり、健康と病氣、平和と戦争、愛と憎しみ等々が相対界では表裏一体の絶対的不可分の関係

にあることが徹底的に究明され、無双原理による、  
假借のない生命観、世界観を展開して多くの人間革  
命を喚起する成果をあげました。

国際的マクロピオチック運動も、私どもがこれま  
でに強調してきた通り、単なる病氣治しや健康食品  
商売、健康、平和、愛などという人生の片面だけを  
パラノイック(偏執病的)に強調するような、お粗  
末で幼稚きわまりない無双原理や宇宙の秩序運動で  
足踏みしているようでは、もはや、厳しい、なだれ  
現象の世界危機の潮流の中で、自からの人類の自己  
崩壊に絶望しかけている有識者や青年、学生達には  
見向きもされなくなるばかりで、単純な麻薬常習者  
のヒッピー族や、それに近いセンチメンタルな芸能  
人や神秘主義者、便乗商人どもや売名狂ぐらいにし  
か相手にされなくなる運命にあります。

もちろん、正食療法的病人治しや健康食品の売買  
普及、無双原理や宇宙の秩序の活用宣布は、マクロ  
ピオチック運動にとつて不可欠のもですが、現実  
には、これだけでは(?)何か肝腎なものが欠けて  
いる感じであり、しかも、これらの、それぞれの分  
野には、余りにも玉石混淆や換骨奪胎、羊頭狗肉な  
どの弊害が多く、これでは、とても、現代の急迫し  
た内外の渴望に応えられる道理がありません。

現代世界の急ピッチな自己崩壊への進歩発展は、  
もはや、すでに時間読みの段階に入っており、この  
避けられぬ致命的な人間の自己不信と喪失、相互離  
間と断絶の世界的現象は、結局、金銭万能の貨幣シ  
ステムによってつくられた傑作「核爆発」が、地球  
全域で炸裂する瞬間の極限まで暴走し続ける気配で  
す。

小さな島国、日本だけを分析してみても、激化する  
一方の経済摩擦と不況の深刻化、ロッキード裁判  
を大詰めにした政治の変動、米国からの急ピッチな  
軍備強化への圧力、教育の無能化と道義の退廃等々、  
どれ一つ取りあげても、国の命運を脅かす、逃げら  
れぬ難問ばかりです。

もし、桜沢先生がまだ、この世に生きておられた  
としたら、このような激しい空前絶後の狂乱の時代  
に、どのような、自からの「生きざまの見本」を示  
されるであろうか? 果たして無双原理を、八方ふ  
さりの世界で、どのように活用展開されてゆかれ  
るであろうか? 等々と、いつも自問自答しながら、  
今、自分がMI生だった当時の桜沢先生の年齢に達  
してきて、改めて、日暮れて道遠しの感慨を深めて  
おります。

しかし、しみじみ驚嘆することは、やはり無双原  
理の素晴らしさです。その深化活用発展は無限であ  
り、その切れ味は実に鮮やかで見事です。

桜沢如一先生の十六年忌を迎えて、改めて、生存  
への唯一のコンパスである無双原理の偉大さを再確  
認し、桜沢里真先生をはじめ、先輩同志の皆々様に  
深い敬意を捧げるものであります。

一九八二年四月十八日

(Mr. Tomio Kikuchi/Rua Tomas de Lima,  
553, Liberdade, São Paulo, 01513  
BRASIL)

(題名は編集部による)

# 将の百有は塩

## 天塩の穂赤



株式会社 自然塩普及協会

取締役社長 牛尾盛保

東京都新宿区百人町2-24-6

〒160 電話03(364)2721~3

# 桜 沢 如 一

## 特 集 (3)

GOテキスト・シリーズ

### 人 間 と は 何 か ？

— そ の 定 義 —

桜 沢 如 一

『セカイセイフ』31号 (1951. 8. 1) より

#### 1 肉 体

人間は草から生れ、草は土から生れ、土は土ならぬモノ、前原素……

十六種の素粒子から生れ、土ならぬモノはE（エネルギー、ウゴキ）から生れ、ウゴキは二つの対立する極 $\nabla\Delta$ （陰陽）から生れ、二つの極は一つの絶対から生れる。

#### 2 こころ

一つなるものは、ハテなくトコシエなるもの（良心、本能、記憶、判断、正義、自由、愛、神、幸福、無限、絶対、永遠）であって、その小さい小さい一部分が、二つなるもの、相対の世界であって、スベテノ対立（安定と反抗）のモトである $\nabla\Delta$ （遠心力と求心力）。

#### 3 相 対 の 世 界

ウゴキは、この二つの極の間に生れた子（天地、日と夜、明暗、軽重、動静、強弱、冷暖）。この $\nabla\Delta$ 二つや、そのムレのムスピとハナレが、モロモノノ対立と安定、変化と親和をうみ、転じて始めと終りとなり、やがて、その強大な安定と親和は不動不変のスガタを現わして金銀、銅鉄、錫、鉛、石、土、水となり、強大な反発、戦いは気体H、O、N、Fとなつてひろがり、

さらに金属と、土と、ムスピと、二つの極が一つなるモノの力でむすばれ、サラニむすび合

わされ、草となり、木となり、ツイニ、動物、人間となつて……生長と死、戦いと平和、前後、左右、東西南北、古今、今来を生み、愛欲と憎悪……あらゆるモツレとなる。

## 4 大地、草木、動物

だから、人間と云うモノは、ミナ、モトモト、正義、自由、本能、記憶、愛、永遠をもち、幸福ソノモノであり、平和ソノモノである。(赤ん坊がその証拠です)しかし、

ミナ△△ドチラカがすぎているので、(▽△△ドチラカへ向つて走っている途中にあるので)一つとして同じモノもなく、タマユラもじつとしているモノはない。

あるいはモトに帰ろうとして、あるいは他を支えんとして、うごき、ゆらぎ、かわり、とびかい、しかも、ケツシテ、土をはなれず、土を愛し土をうばい合い、土のタメニ争い……ツイニ土に帰る。

## 5 愛憎の世界

それでも、何が「一つ」であるか、「二」つであるか、「三」つであるかを忘れていながら、しかも草を賞で、食い、土や、目に見えぬ土のモトであるエネルギーを愛し、水のみ、命をかけてソレラをうばいあい、金ゾクや小さい土や、岩のカケラや土にこだわり、はては正義や自由や平和をふりまわしたり、

重さや力や、熱やウゴキをかつぎまわり、ふりまわし、哀れなるモノの上に楽しみをうみ立て、楽しみから哀れみにテン落し、怒つてみたり、泣いてみたり、うぬぼれてみたり、しおれて見たり、いはつて見たり、ペコペコしたり、衰えの悲しみを知るために盛大になつて見たり、負けるために勝つたり、さても忙しいコトである。

## 6 天国のカギ

だから、人間というモノは幸福でなかつたらウソである。(一つなるモノと二つなるモノが、一つであるコトを忘れたという大きなアヤマチをおかしているのである)。

だから、幸福になりたいなら次の三つの資格をそなえるがいい。

- ① (新しい思想を生かし、のばし、たのしみ)
- ② (他の人を生かし、のばし、たのしみ)
- ③ (自らを生かし、のばし、たのしみ)

ソレには、一から二、二から三……四、五、六、七までの宇宙の組み立てを思い出さずに忘れずいるだけでいい、造作はないコトだ……ソースレバ can 1 を can にし、ドンナ人だつて、モノだつて、スベテが、

スキでスキでオモシロクテ、オモシロクテ、たまらなくなり、敵や他人がスベテ自分の生きた写真か鏡で、自分の死角を示してくれる先生であるコトが分り、ドンナことだつて、スキなコトを一生や

つて、やつてやりぬいて、ケツシテ人に迷惑をかけず、愛され、したわれて、たのしい、たのしい、たのしい一生を送るコトができるのだ……

## 7 地上即天国

しあわせな人がポツチリで、ふしあわせな人がタクサン、タクサンいて、ふしあわせがカズもカギリもないのは、シアワセになる人がタクサン、タクサンいて、シアワセがハテもカギリもないからだ!

ああ! ナントいうスバラシイ、たのしい、ポロイ世界だ!

ああ! ナント云う「あり」えがたい世界だ。人間様の世界!

これが天国でなかつたら、ドコニ、どんな天国があるんだ!

### ■編注

桜沢如一著「宇宙の秩序」「魔法のメガネ」「東洋医学の哲学」または本誌前号12ページ以下を参照。段落のつけ方が変わっているが、これは新聞にのつた通りである。

13ページ下段23行 H、O、N、F……水素、酸素、窒素、フッ素。HとOの間に「R」が入っているが、何を指すのか分らないので、略した。

14ページ中段20行 思い出さずに忘れず……PU歌「わかれのうた」第3節「おお、さようなら、さようなら、思い出さずに忘れず」

# おそるべき教育 偽装せる軍国主義

—山びこ学校の山びこ性—

桜 沢 如 一

『セカイセイフ』59～60号 (1952. 7. 11～21) より

『母なれば』や『ハコネ』について全日本を泣かせる映画は『山びこ学校』である。『山びこ』はステレオ十版をかきね、山びこ学校見学者と称するものが全国各地から引きもきらず、ついでにその近くの温泉まで空前のニギワイである。文相がワザワザ見学に行ったり、各新聞社が特派員を送ったり、全級生徒40数名を東京に招いたり、映画ができた……

教育界は総動員で「山びこ学校礼讃時代」。  
『山びこ学校からナニを学ぶか』という三五八頁の本では百数十名の有名文化人や教育家が讃辞をつらねている。高田保、鶴見祐輔、大熊信行、羽仁説子……『みかへりの塔』『手をつなぐ子ら』などハルカニ及ばない。

私も泣かされた一人である。しかし考えて見ると、これは由々しき問題である。これはオソロシイ思想である。これは「軍国主義時代に軍国主義を教えて忠勤をぬきんでた教育が、民主主義時代に民主主義を教えてイカニ忠勤をぬきんでているか」という見本である。ドレイ根性、盲目教育、事大性教育、お坊チャン根性、おセンチと盲従精神の最もスバラシイ見本である。私はソコに教育というモノはおそろしさのパノラマを見る。教育というモノは人類を亡ぼす元兇である。一頁、一頁、一行、一行この『ナニを学ぶか』のコトバを引いて一々クワシクその証明をやりたくらいであるが、時間がないからカンタンニ見本を二、三あげる。

## 一、教え方

——ガラスわったのはダレだ？……ようしミノルにチエオにショウイチダナ……よし坐れ……  
——する前に考える、考える前にするな（と先生は黒板にかいた）（五頁）

無茶な話である。する前に考えられるホドなら、しやしない。考える頭をもっていないのだ。考えるコトのメカニズムは先生だつて知らないじゃないか。ゲートさえ死ぬ前にやつと気がついたのだが、ドオするコトもできなかったのだ。「考えるコト」のメカニズムが分つたら、人間はダレでも電気のスイッチをきりかえるように、赤い行動や青い行動の灯を自由につけるのだが、そしてゲートなら『ファウスト』のようなオソロシイ、原罪肯定、実は人間無責任説、性悪説、悪魔独裁説、罪悪肯定説、つまり無世界観性の二元論の長々しい物語はかかずにすんだらうが。

——木の皮をむいたのはダレだ、立て、よし……  
——みんなチャンと帽子とつて木に謝まってこい。  
——ゾロゾロ生徒たちは林の中に行く。帰つて来た子供たちに、一々、木がナント云つたと、きく。  
——アッサリかんべんすつと（ミナ笑う）  
——カンベンするつてゆた。  
——えっだえ（痛い）えっだえつて涙こぼして泣いた……

——謝つたりしてアツケなかつたや。  
——これはウソをつかす教育である。  
——山びこ学校はウソつき学校である。



▲かやぶきの屋根、雪が吹きこむ教室。(間もなく村の手で瓦ぶきの新校舎ができた)

## 母の死とその後

### 1 僕の家

僕の家は貧乏で、山元村の中でもいちばんぐらい貧乏です。そして明日はお母さんの三十五日です。いろいろなお母さんのことや家のことなど考えられてきてなりません。それで僕は僕のことについていろいろかいてみたいと思います。

明日は、いよいよいちばん小さい二男(ワタオ)と別れなければなりません。二男も、小学校の三年生だが、お母さんが死んでから僕のいうことをよく聞いて、あんなにちゃっぴいのに、よく「平んだ」ともいわないで、バイト背負いの手伝いなどしてくれました。だから村木沢のお母さんの実家に行っても「丁前になるまで齒をくいしばってがんばるだろう」と思っています。

ツエ子も明日三十五日に山形の叔父さんがつれて行くように、親族会議で決っていたのです。お母さんが死んでからすうと今もまだにわとりせきでねているので、なおってからつれ

江口江一

◀父は胃カイヨウで、母は心臓弁膜で死に、弟妹は親戚にひきとられ、2段7畝の自家菜園と3畝のタバコ畑を耕し、祖母と二人で暮らす江口江一君のつづり方。『世界』にも掲載され、文部大臣賞を受けた。

▼山形県山元村中学校生徒の生活記録、『山びこ学校』(青銅社刊1951)の編者、無着成恭氏の「あとがき」の一部。

姓の割には耕地が狭いからではなくて、人と人との関係でなんなんだなあ」とはつきり自覚することが出来たのです。また「三代將軍家光の農事に関する注意書を見ると、農民は彼人のいっけどおり、夜寝せんと働けばかりで、しかも、酒を呑むな、茶を呑むな、ぜいたくをつつしめというように、日常生活についてもいろいろ制限を加えられていた」という所を読んで、「百姓の質素儉約は、政治を取っている武士たちがぜいたくをしたいから、百姓にぜいたくするな、せいたくするなと教えたんだなあ」となつくたのでした。

つづいて、「農民は自分がつくった米を口にすることは珍らしく、あわ、ひえ、麥などをいつもたべていた。また、朝は早起きして草を刈り、昼は田圃の耕作にせいで出し、晩にはなわをない、むしろ、たわらをおむという休みなしの毎日であった」というところにきたときは、「これとそっくりだ。」「文部省は俺たちの生活をよく知っている」というように歴史を超えて共感を覚えたおこしたのでした。そして「きつと、こういう生活から抜け出す方法もどこかに書いてあるにちがいない。」と云って、教科書をすみからすみまで読む。また福島聖一さんの『農家の学校』とか『農業の歴史』とか、『松丸志磨三さんの『家畜の歴史』とか、『日本農業物語』などという本を私から借りたり文庫に買ったりしてむきむきするように読むのでした。

そして最後に、教科書の五九頁、「明かるい村」の項にある「生産の機械化が進んだ村をつくりあげる根本である」という言葉がクローズアップされてきたのでした。また「女や子供も一人前として働かなければならないこと、毎日毎日忙しくて本など読む暇がないなどという状態から農民を解放することが、村の進歩なのだ。そうするには、農村を機械化する以外に方法はない。」などと語り出す者も出てきて、「機械化はなぜよいか。」「機械化するにはどうしたらよいか。」などとしんげんに話し合ひされるのでした。

そこで始めて、教科書二頁の「いったい、わが国土はどれだけ耕されているのであろうか。耕地は約五三〇万町歩であるが、それは国土総面積のおよそ一六%に過ぎない。」が問題になってきて、「フランスは四一%だ。ドイツは四三%だ。」「デンマークは六二%だ」ということになり、「日本はいくら山がちでも機械を使えばまだまだ耕作されるし、収穫があげられるわけだなあ。」「百姓がひどいのは、銀と鎌でばかり仕事をしようとしているからだ」とか「反当収量をおすかにあげることばかり考えて、一人当りの収量を二倍とか三倍とかにあげること考えないからだなあ。」などとなつてきたのでした。また「そうだ、そうだ、教科書にも、努力を節約して生産を高めるためには、畜力や機械力を使うにこしたことはない(傍点筆者)。」と書いてあるぞ。」などと語り出す者も出てきて、「努力を節約してとはなんだ。」などという問題も飛び出してくるものでした。

また、その中の空想家の一人が「うん、機械を使えばよいわけだ。一六%しか耕していないと云っても、銀と鎌ではこれ以上耕せないと思つていた。しかし機械を使って山を崩したり、また大森山のよ様な無肥料で作らなければならぬ広い土地にはケールカーでもなければ、たしかに今の三倍から五倍ぐらいの収量が多くなる。」などと語り出す者も、もうみんなその気になって、また見たこともない機械が明日からでも使えようとするさうさうとわかれてはしごままるのでした。そして「わが国の農村、漁村の生産のやり方の中に、科学的な考えを取り入れ、ことに機械化を普及して、もっと能率をあげなければならぬ。」という文部省の意見の正しさにみんな感動の雨を上げるのでした。

しかし、子供たちはすぐ現実にかえり、どういふふうにして機械化するかを話し合ひ、精肉、機械を買う金がないからだめだということになるのでした。そんなら共同で買えばよいではないかということになると、「共同の機械のことではたけんかをした。共同の機械は、らんぼうにとりあつたので、けんかのもつです。」というふうな騒ぎが出てくるのでした。

その結果、「農民をもっと持ちこたせること。」そして「農民はもっと共同のものを大事にして、自分だけ上げればよい」という考えを捨てること。」という結論が出てくるのでした。

「農民の貧乏はどこに原因があるのだろうか。」この問題は、「農民はなぜ割割か。」という問題と全く同じで、自然的な条件ではなく、人間同士の条件の中にあるということになり、教科書の二五頁が読み上げられるのでした。つま

## 二、無着な考え方

——(教育に対する信念は) 人生を生きて行く信念と同じですよ。(A)

子供がチエをますと云うコトは人間の幸福がより大きくなるタメに力になる、と云う考え方はです。(B)

だから当然、悪口を云ったり、自分だけサトクしようなど云う態度が否定されると云うだけのことです。(C)

(26・6・14 山形放送局—仙台中央放送局)

ここに無着先生の死角が正直に出ている。トクニ「幸福をますのはチエである」(B)と云うのは恐ろしい思想である。ソレナラ大学出の犯罪者、サギ、知能犯、自殺、貧乏、三千年の歴史を一朝の夢とした百万の学校出の官吏の知恵をドオする。ソレは知識でチエではないと云うのなら、その本体、起源、価値、アリカとアリ様、存在の理由を示せ。でなかったら、知恵も幸福も人生もガイ念(思想のカラ手形)ではないか。

(C)に至っては正に噴飯もの。無着精神、無着流教育は徳川時代からの修身科、白骨の如き倫理、砂をかむような道德のカムフラージュにすぎない。暴力によつて天下をとつた独裁者が人民の反乱を予防する方法として必ず制定する法律と云うモノや、道德と云うモノを教え込むキカイが無着流の教育である。コレはつまり封建思想で、ホイットマンやヴォルテールやルソ

オのような粗野な自由思想の足下にさえ近よれない、イヤ百八十度反対の教育である。

(A) 信念とは何だ。これもカラ手形だ。信念とか信仰とか云うものは無知であり、理解力欠乏症ソノモノであり、ソレラの神格化である。これがこの国を亡ぼした「神がかり」の正体御本尊である。山びこ学校はタンナル信念学校、念仏学校、お題目学校である。山びこ(木ダマ)学校は戦後版軍国主義だ。

## 三、人類の滅亡に

### 拍車をかける教育

——ナシテ馬さ注射するだべ。

——馬病氣すねよによ。

——ナシテ? 馬、病氣したて、えがんべ。

——バカダナ。馬病氣したら損サすんなべだ。

——馬病氣すねよ、注射するんでなく、人間が損すねよ、注射すんのだべ。

——これはナンというオソロシイ功利主義の注射だ!

——文化つて何だ。

——生活である。

——生活とは何か?

——ソナナコト知るけえ。

——生活が文化なら、蚊にくわれるコトも生活だべ。

——ソリヤそうだ。

——じゃ蚊にくわれるコトも文化になるナ。

——じゃへんだナ。

——イヤへんでない。ブーンとかは来るさ………だから

ブーンカき。

——蚊にくわれると血がへる。これは人間の生きるといふ方向へマイナスだから文化ではナイ。

——蚊をたたきつぶすのが文化なんだナ。

——そのアトにメンタムつけたらモット文化だべ。

——蚊が一匹も生まれぬようにするのが、モット文化だべッ。

この会話を聞いて無着氏は文化とは意識のハタラキであることを教えられたという!

ここに至つて無着先生が無茶先生であるコトの証明はクライマックスに達している。これは「敵」を認める思想である。罪や悪人や病氣や不幸や、憎しみのような排他性を肯定している思想である。シユワイツェル博士が「黒人の命のためとあつても、罪なき菌を殺すコトは良心がとがめる」といつたのは、幼稚なポヤツとした「天罰」思想であるが、無着先生のは否定で破カイで排他で、暴力思想である。

メンタムや、カの全滅の如き概念や思想に至つては、コツケイを通りこして悲惨な物質万能思想、功利主義、エゴイズム、人間中心主義、コペルニクス以前の、天動説の遺存物、現在、空中分解せんとして狼狽している機械文明、原子論的パラ世界観のセールズマン!

## 四、キョーイク菌(狂育菌)

こんな例はイクラでもあるが、山びこ学校の危険性、害毒性の局部にメスを入れよう。これは日本のみならず全世界の教育の害毒性である。

教育界に巣くつている無数のバイキンは、人生で最も大切な仕事を知らない。人間、物、生命、神、健康、道、愛、自由、正義、精神、美、真理、など云うワズカーダースあまりの重要なコトバの意義をチットモ知らない。この意義が、その他の一切のコトバのうつつし出す思想や、技術や行動の審判者（人間の判断力）なのだ。

だからコレラノ言語の意義、本体、スナワチ世界観をもたないかぎり、この世界（自然と人生の一切とソノ概念）に正しい絶対の、永遠の判断を下すコトはできないのだ。カレラ教育屋は、ヨミ、カキ、ソロバンを教え、自由人をドレイに仕立て、法律や道徳を吹き込むだけのキカイでしかない。ソレでもいい。しかし先生方自らが、少くとも自分自らのタメニ、これら一ダースあまりのコトバの意義をつかみ、世界観をもつていなくてはならない。

カレラ自らの生活や幸福のために、カレラはミジメナ生活をなげいている。カレラは生活能力が低い。わずかに「教育」という大きなドレイ工場のキカイの一部として存在を許されているだけである。

15ページ中段1行目 『母なれば』や『ハコネ』：

…映画『母なれば女なれば』と『箱根風雲録』

15ページ中段17行目 「軍国主義時代に…新聞にのっているのはへ」「軍国主義時代に民主主義を教える忠勤をぬきこんでた教育が、「民主主義を教えるイカニ忠勤を…」であるが、改めた。

17ページ上段14行目 三千年の歴史を一朝の夢とした…一九四五年の日本敗戦のこと。

アメリカ合衆国上院栄養委員会資料

## 米国の食事改善目標

必読!

『新しき世界へ』臨時増刊 200円(送料30円)

B5 40頁

カラー印刷絵入り

## 食物の陰陽表

49センチ×26センチ

定価200円(送料140円)

●女性たちに必読をおすすめしたい

推薦 自然医学会会長 森下敬一医博

美容と食事の大研究 山田京子著

クリスタル医粧で素肌イキイキ

## 美容と食事の大研究

クリスタル医粧で素肌イキイキ

山田京子著 三宝社刊 B6判256頁 定価980円(送料300円)

クリスタルな素肌美をつくる真の美容法は何か！  
本書は、不自然食品や公害化粧品などの多い現状の中で、シミや小ジワ・ニキビ・肥満・貧血など美容をそこねる原因を究明し、その解決策を与えます。



●お求めは全国書店または下記へどうぞ



株式会社 三寶社

〒101 東京都千代田区神田神保町1-20 鯨井ビル  
電話 03-233-1911(代表) 郵便振替 東京 4-24703

絶賛発売中!!

# 新しい植物の創造者

— L. パーバンクのこと —

桜 沢 如 一

『セカイセイフ』89～93号 (1953. 6. 1～8. 11) より

## 一、草花を見る目

一八四九年三月七日、米国ランカスター（ボストンの近く）の貧しい家に一人の男の子が生まれた。父は学問好きで英国人、母はスコットランド人。

ス国人には有名な人が多い。詩人バーンズ（一七五九・一・二五）、あの「蛍の光」の作者（日本訳はデタラメの見本。MIでよく歌う私の訳は正しい意味通りの意訳——「むかしなじみが忘れりよか、むかしナジミが、思い出が、思い出のために、思い出のために、一杯やろうよ、思い出のために」、経済学者アダム・スミス（一七二三・六・五）などタクサンある。

気候や土地が荒涼で食物がすくなく、寒い、というのがスバラシイ人物を出す必要条件であるコトを証明する一つの見本（たしかパール・バックの母もス国人だった）。

ルター・パーバンクは三月の▲の生れ付。幼いころから草花がすぎだった。草花をケツシていたためなかった。花がちるとひろつてモトのようにならしたような話のこつている。

十二歳の頃には先生もおどろくほど自然について深い見方をしていた。東洋人、ことに日本人は草や花や動物に深い愛情をもっていた。義経のような武人でも「一枚を切らば一指を切るべし」という札を花の傍にたてたという。千代女の「朝顔にツルベとられて」も有名な句である。「よく見ればナズナ花咲くカキネかな（芭蕉）」

の如きは心やさしい人にはスリルでさえある。しかし近頃の日本人はモト全く別の人種である。

紙一枚、糸クズ一本にたいして愛惜の情をおぼえない人がドーシテ幸福になれるだろう。欧米経済学は浪費を尊重するモノであり、儉約を否定する。こんなトコロから東西の精神の反対性が見られる。しかしルター・パーバンクは全く東洋人の感覚をもっていた。

ルターの父やオジはエマーソンと親しくしていた。ルターもそれでエマーソンの感化をうけている。（エマーソンは一八〇三年五・二七生）

## 二、犬のように

ルターは少年時代から工場で一日五十仙の日給をもらってはたります。しかし五十仙では生きられないので、何か発明しようとしています。ルターはおいおいとめられ、収入もふえませんでした。しかしルターは金のために身をあやまる様なヨワイ心のもち主ではなかった。お母さんがよかったです。

ルターは草花やヤサイを作るコトを始め、おいしい収入が多くなりました。ある日ジャガ芋畑で一寸かわったのがあるのに気がつきました。ダレでもこんな機会はあるのですが、ルターほど愛の目をもっていないから見おとしていたのです。これがルターの一生の方向をきめました。このジャガイモの花には実ができました。ところがその実が或日なくなりました。これが彼の大成功のモトになります。カレは畑中を犬の

様にハナを地につけんばかりに探し廻りました。そしてツイにその一粒のタネを見つけたのです。この熱、この忍耐、この愛！これが何よりも大切です。君はこんな経験がありますか？大切なモノでも失くしてしまう人ではないでしょうか？

このタネをまくと、大ヘン多産の新種のイモでした。それで当時大ヘンナ食糧不足であったので大いに喜ばれましたが、これがヤガテ全米国を富ませるコトになりました。「オモテあればウラあり」で、このイモのためにルターは大ヘン弱い▽性の人になり、一生結婚できませんでした。エライ人でも無双原理を知らないとは大ヘンな損をします。

ある日、彼は日射病にかかりました（これも▽のすぎた故です）。しかし彼は困難を有難さに転換するのがすきな性質でした。これは母ユズリです。そこで彼は気候の彼に適したカリフォルニアへ向つて出発します。ポケットに少しの金と新しいイモの種十箇をもつて——二十六歳の時です。

カリフォルニアについてから彼はまず生活のために仕事を見付けなくてはならない。ソレがなかなか思うようにならない。

見知らぬ土地で貧乏と病気が長い間カレを苦しめます。犬のたべる牛骨をひろつてたべたコトもあります。パタヤさんをやっただけです。トリ小屋や温室でねたコトもあります。着物もムロンきたきりです。この貧乏と病気の大学を

卒業し、パタヤ大学を卒業するとモー人間丈夫です。しかし大抵の人はここでグレてしまいます。ツイニ彼は独立しました。貯金をして小さい畑を手に入れました。

### 三、二万本の注文

ある日、二万本のスモモの苗の注文がきました。しかしスモモの苗は二年半も三年もかかります。カレはハタンキョーの種をまき、その若木にスモモの接木（ツギ木）をしました。九カ月で注文の二万本ができました。これで大きな資金ができました。

しかし苗木や新品種を作り出す仕事は莫大な土地と時間が入用です。大きくなればなるほど資金がいります。またしても貧乏!! この貧苦が人を大きくする神のハンマーですが、多くの人はこれを逃げるのです。そして一生大人物になれずにミジメナ一生を送ります。ルターは正面から堂々と貧苦に切り込んで行つたのです。エジソンもリンカンも二宮金次郎もミナ大きな人になる人にはコレが共通です。

（君はドチラに入りますか？）

或日、村の有名なケチン坊が通りかかりに、畑のルターに声をかける——

——ナンダ、今日はバカニ元気がないナ。君はキット成功するよ、よくハタラクからナ、金が入用なら貸してもいいよ……

ルターはこのケチン坊さんが金を貸してくる、とは思いませんでしたが、スナオニ、

——百ドル貸して下さつたら助かりますが。と云うと、ケチン坊さんはスグサマ二百ドル出してくれました。これで彼の仕事はグンと伸びます。彼はモー村一番のケチン坊さんでも信用するホドの人になつていたので。

これが肝心です。ダレからでも信用され、愛される人になるコト！子供のクセに、子供の頃からプツンとして、ニツコリともじない子があります。これは人に反感、憎悪の念を与えます。こんな子はケツシテ幸せな人にはなれません。これは親が貧苦と不自由を十二分に与えないからです。母がツマシイ、或は貧しい生活をしていると、子はキットダレからでも愛される人になります。金のある家で、不自由のない家でコンナ子を育て上げるコトはトテモ六かしいです。

ルターの仕事はグングンのびます。

しかし、ここでルターはまた方向をかえます。もうかる仕事を止めるのです。利益のためにはたらくコトを止め、研究に一生をブチこむのです。一生、利益のためにはたらく人はキット（イカホド金持になつても）不幸になります。一生研究に没頭する人はキット幸せになる資格があります。ナゼナラ、研究に貧苦はツキモノですから。そして貧苦がなければ幸福はこないのですから。そして大きな貧苦にたえるほど、大きな力量が出来るのですから。

重い荷物をはこびつけると、大きな力が身につきます。軽いモノしかもたない様な人は不幸

です。苦しいコトをミナやってくれる親がいる家の子はミナ不幸になります。私は六十年間にソレをイヤと云うほど見てきました。貧苦を敵と見ず、神の手と見る判断力は母親の生活態度でイツとはなしに子供の身につくのです。

#### 四、暴風の中の一本の葦

一つの方向へ運動すると、タチマチ反動があるのが、この世のサダメです。ルターの新しい方向への決意は恐ろしい反対をうけます。親類の反対、友の反対、商売敵の反対、労働者の反対、使用人のウラ切り等々々……私も六十年間独力で切りぬけてきましたが、敵が多かったです。敵というモノは無限に出てきます。それと一々わたり合つていたら命がいくつあつてもありません。なすがママにさせておくとエライ目にあいます。

ドーシテも万人を味方につけないとダメです。愛される人にならねばダメです。しかし万人に愛されるというコトは六かしい。ただ相手をその場その場でよろこばせるコトはできて、ソナモノはミナ忘れられるのです。永久によるこぼせるコトが必要です。トコロデ、真剣に誠心誠意で永久のヨロコビを与えるとヨク誤解されて憎まれたり怨まれたり、殺されるコトさえあります。ルターはこの六かしい問題をお得意の▼性でといてゆきます。

この戦いが少しラクになると、今度は学者から、宗教家からの攻撃……悪意の攻撃、その手

にのるオロカナ新聞の攻撃……「ホラフキ」、インチキ師、サギ漢、神の敵、人類の敵……あらゆるアザケリのコトバが雨あられとふつてきます……

私も二十数年、医者や学者から攻撃されました。実にヒドイモノでした。二十名あまりの暴漢を引きつれて私をとりかこみ、白刃をつきつけた人もあります。昭和十五年、警視庁の新聞記者団に悪口の取消しを要求したとき警視庁の衛生局長は、実に下劣なコトバで私の申入れを面罵しました。二十名余の大新聞記者は一人として私の味方になりませんでした。暴力行為が警視庁でも行われているのです。それも警視総監(池田)や局長によつて!!

たった一人で、正食健康法をひろめようとした私は暴風にさからつて立つた一本の葦の様なモノでした。こんな体験をもつていますから私はルターのうけた反対のハゲシサをよく想像できます。

しかしルターはアメリカでやったのです。アメリカでは金持が沢山いるので、ルターは間もなく大きな後援者に見つけられました。カーネギー財団です!! これからカレの仕事は順調です。私は多数の無名の人々から後援をうけましたが、いまだに貧苦のドン底にいます。しかし何分一カ月千円くらいの食費で生きているのでドーニカやつて行けるのです。

#### 五、サボテンの改良

ルターの一生のネライは全人類に大きなヨロコビを与えるというコトでした。

その方法は次の三つ——

①、果樹、草花、林業、穀物の改良

②、野生植物と人工植物とのクミ合せ

③、新しい品種の創作

その技術は交配、接木、淘汰。

農場は何十万坪。一種のバラを研究するにも何百万株と作るのですから大ヘンです。

カレの名を全世界に知らせたのはサボテンの改良。カレがサボテンに目をつけたコトを十分私たちは考えよう。

カレはなぜ「サボテン」に目をつけたか? ヨーク考えてごらんさい。分つたら次をよむコト。答が出ないなら、出るまでケツシテケツシテよむな。これが分つたら君は一步前進したのだ。考えられないなら君は判断力がないのだ。つまり君は仮死状態にあるのだ。仮死状態の間はドレイになる外生きてゆく道がない。判断力を生き戻らせる方法は命がけて考えて見るより外ない。イカナル薬も手術もない。命ガケで考えさせてくれるのはドン底の貧乏と最大の苦勞である。それをうけずに最高の判断力を身につけようとするのは、冷たい水に入らず、荒波にもまれずに、遠泳の選手になろうという様なモノだ。

答が出たら次をよみ給え——

ルターはサポテンに目をつけた。サポテンはトゲだらけで、食用にもならず、装飾にもならず、工業用にも役立つ。七面鳥と一しよで、アメリカ南西部の農業者にとつて大きな敵であつた。開拓のジャマモノだつた。この邪魔物を重宝なモノにするのがルターのネライであつた。『ニクマレ者世にはびこる』の原則を利用してそのニクマレ者の力を善用し、生かし、のばしたのである。これは二宮尊徳の精神。柔道トクニ合気の精神。世の人のアタイナキモノとしてすて去るモノをひろいあつめて、大きな富をつくり上げる人(バタヤさん)こそ自由人である。米国の油田地も昔はダレもが邪マ物扱いしたモノである。コールタールも捨て場に困つたモノである。今では石油もアニリン染料も大きな財源になつてゐる。我々の目につく色という色はみなコールタールから作られる。

最も貴重なモノをムダにする人は最も不幸な不自由人である。君はその一人ではないか。時間を、空間をムダにする人ではないか。

ルターはサポテンという邪魔モノを取り上げた。それを研究してその強力な生命力を発見した。これが大発見である。サポテンは炎天の砂漠にも、寒いアラスカにも、強い塩風にも、ヒデリにも、平気である。この性質をウマク生かして砂漠や荒野を一大農業国にした。これは暴力や謀略による他国領土侵犯よりも大きな利益を米國に与えた。

彼は何百万本のサポテンを育て、その中から

淘汰によつてトゲのないのを作り出したのである。彼のサポテンは三尺も五尺も高さがあり、おいしい葉は一尺二、三寸で厚みが一寸もある。そのキウリの様な形の実もスゴクうまい。メロンともイチゴともつかぬ味がする。しかもタネをまいてから三年間に六百ポンド(七十二貫)の食料を供してくれる。

## 六、シヤスタ・デージ(野菊)

ルターが世界に送り出した第一の美しい花は真白の大輪のデージー。高さ二尺、イカナル気候でも育ち、多年生で、二年目には一株二百から五百の花をつける。数カ月咲きつづける。カリフォルニアでは六カ月咲く。時には一年中。(生け花にしても三週間はもつ。)

## 七、ポマトオ

ジャガイモはルターが第一に手をつけたモノですが、その後、澱粉用やアルコール用の特別な種も作りました。今度はモットおもしろいモノです。

彼はトマトの木にジャガイモを接木し、ジャガにトマトを接木して奇妙な品種を作りました。

『空気イモ』は小さい豚の様な形、『トマポ』は地中にできる珍しい形のイモ。

また、ジャガの花にトマトの花粉をかけて新しい別なトマトの様なモノも作りました。「ポマト」これは果実であつてヤサイではない。スコブルうまい。

## 八、よい匂いのダリヤとバラ

ダリヤのよくない匂いをとるため、そしてよい匂いをもたせるために二十五年間苦勞しました。

匂いがないピジョサイラにスバラシイ匂いをつけました。それも長い間かかりました。

バラの木にツヨイ匂いをつけるにもズイ分苦勞しましたが。コレは今、数千万円と云う輸出品になつてゐます。

そのほかルターは数千種の改良や新種を出しました。スモモの新種、新しいユリ、イチゴ、プラム、桃、梨などの果実。

新しい花もタクサン作りました。アマリリスとケシなどから、マルデお伽話の様な珍しい花を……

それから木もいろいろ新種を作りました。そのハタラキぶりはマルデ超人。食事もロクニとるヒマがない様な有様です。

## 九、お母さま

彼は一生結婚せず、植物を妻とも子ともしてくらしました。ソレほど植物学者に共通の▼性をもつてゐました。全くジャガイモのセイでしょう。しかしその▼性で八十近くまでハタラキ(いやアソビ)をつづけたのは三月生れだつたセイでしょう。

彼を生み、育てた母は、ルターが六十七になるまで身辺の世話から事務室の書類の整理まで

してやりました。よほど秩序づけ、オソージの好きな上手な人だったのでしょう。このクセがなければ人はケツシテ幸福にはなれません。母は九十七で亡くなるまでルターのためにたらきました。スコットランドの女性は大したモノです。大ヘンナ貧しさと苦難を忍びぬいたものです。

ルターは晩年に人間を植物に見たて、その改良に着手しています。

## 一〇、人間改良

しかし人間改良だけはルターも成功はしませんでした。それを私は四十年もやってきたのです。しかしルターのようにカーネギーの後援がマダ来ません。けれど私は十分、人間改良の技術と可能性を確証しました。これだけで私は十二分に幸福だと思えます。諸君もこれから食生活によって一代、二代とよりよい人間を作り上げるでしょう。先ず第一によりよき自分を作り出すでしょう。

それはトモカク、数百種の作物や、数百種のヤサイを、十年も二十年も作りながら、ルターの様に一つの新品種も作り出さずに一生を田ニシの様に送る人は何と云うキノドクナ人でしょう。

トクニP.U.を少しでも知った人なら、パーバンクとは全くちがった方法で、モットすばらしい事がやれるはずです。なぜならルターはただ淘汰と交配、接木と云う最も原始的な方法より

知らないのですもの。大切な植物の食物、大地の成分と云う最も根本的なファクターを見おとしているのですから。

二十世紀だの、富有だの、ツクバだのいろいろありますが、日本のはミナ交配か接木ばかりです。

前に「紫光」だの「稀品」だの云う朝顔をつくったヒミツをかきました。アルプスのモミとスエーデンのモミをデンマークで大木にして国を救ったダルガス父子の話もセカイセイフ(39号)にかきました。

ミチューリンやルイセンコの紹介はもう日本で一番早くしました。しかし、それに何年たっても農村青年諸君は農業にP.U.を少しも導入しない様です。一体ドーシタのしょう？ 君たちは泥田の田ニシの如き一生を何百代送つたら目がさめるのか？ パーバンク死して四半世紀もたっているのに？

竹ノ子会員諸君！ 十八歳以下でステニけなげにも生活戦線に立っている三百数十万の少年少女諸君！

パーバンクや、エジソンやフランクリンや、リンカンや、尊徳は、マア諸君の様に上級学校には行かなかつたんだ。それなのにエライ人になつて、幸福な一生を生きぬき、死んでから後も万人にしたわれ、愛されているこれらの人々は、ホントーはミナ新しい「物」や「コト」(ツマリ便利さ)をつくり出しただけで「心」をつくり出した人ではない。便利、利益をホントー

ノ幸福と思いがえてはいけません。物や人や社会制度をかえる事は、ホントーノ幸福をつくり出すコトではない。心の世界をかえるコト、自由で平和な世界の扉を大きくひらくコトこそホントーノ幸福をつくり出すコトなのです。キリストや老子、日蓮や親ランはソナナ人でした。パーバンクの話で、苦難と貧乏が人間を偉大な人にする唯一のピストンだというコト、学問や知恵や腕力がなくても(ムシロない方が)最上の幸福を発見できるというコト、をハッキリつかんでほしいのです。

その上、欲のフカイ話ですが、最高の判断力(無双原理)をみがき上げ、とぎすませ、光らせてほしい。そうするとルターよりも大きな発明発見をやつてのけるコトができるモノです。

諸君はアインシュタインや若いオツペンハイマーの様に最高の学問を身につける機会に恵まれていないが、チットモ悲観するコトはありません。イカニ六カシイ原子物理学を研究しても数十万人を一度に殺す利便を発明したのではツマラナイでしょ。ネザメがわるいです。現代の最も若い原子物理学を、原爆の完成者といわれる有名なオツペンハイマーは「私はトテモわるいコトをした。史上空前のワライコトをしたのではないでしょうが、先生」と師のブリッジマン博士にツブヤク様に心のクルシサをうったえてきた。

湯川博士やその他世界各国の学者をタクサン招いて、リッパナ研究室をあげているのは、そ

の心のナヤミをいやすためかもしれませぬ。私たちは原バクや水バクを發明しなかつたコトを悲しく思つてはいけません。それは我々の光榮です。東洋人や日本人は万人を殺す兵器は發明できませんでしたが、万人を生かす技術（自由と平和へ万人をみちびく技術）宗教や哲学、東洋の学問の最高峰、「道」を数千年前に発見しています。

これは我々の光榮です。そしてソレラの人類の大宗教（キリスト教、仏教、道教、神道等）を発見した人は諸君の様にミナ大学や高校に行つたコトのない人ばかりです。諸君はコレラノ昔のエライ人々に負けない仕事をやつてのけるコトが出来る様な境遇に生れてゐるではありませんか。

### ■編注

19ページ中段18行目 ルター・バーバンク……アメリカの植物品種改良家。「研究」一五六。Luther Burbank「ルーサー」が英語読みに近い。

### 「編注」について

このようなのは「揚げ足とり」ではないか、と考へる方もあるかもしれない。しかし、この「桜沢如一特集」は、1950年代の初めにG・Oが、何をどのように言つたかという探究の一つである。G・Oは熱情の人である。時間、空間、仮構と現実の間を瞬時に飛び越え、思う所を自由奔放に語つた。凡人が真似できるものではない。

(橋本)



呼べば応えるほのぼの雑誌

見本誌 無料呈

お申し込みは、お電話又はハガキでどうぞ。  
なお年間購読料(12号分)は2,000円です。

月刊 **自然食ニュース**

自然食仲間の心の交流がはかれる「読者の声」(毎月12ページ)に人気爆発、読むのが楽しみになることうけあいます。来月号には、あなたの声も……

(有) グリーン ハート サービス  
〒153 東京都目黒区三田2-15-12  
☎ 03(719)3461 郵便振替東京8-190095

最高の品質・おいしさ・香り  
—あなたにめぐりあいたい—

ゴマペースト  
美の光  
ひかり



230g 480円

純胡麻油  
胡香の光  
ひかり



1200g 2800円

お求めはお近くの自然食品店でどうぞ  
東京都目黒区(有) **健民** (けんみん)  
三田2-15-12

## 7号正食とゲルマニウム温浴 心身改造ドック

手と足の先をゲルマニウム湯につけるだけで全身から大粒の汗が吹き出し、体毒を排出し、短期間できれいな血液をつくり、無理なく心身浄化ができます。

### § ドックの内容

7号食の実践、ゲルマニウム温浴による体毒排出および講習(食物の陰陽・食養料理・手当法・操体法ほか)

### § 参加費用(7日間) 通いながらできます

入会金、1万円 参加費、3万5千円

### § 1982年度 ドック開催日

6月14日～20日	9月6日～12日
7月19日～25日	10月18日～24日
8月 休 み	11月15日～21日

### ゲルマニウム健康管理センター

新宿区下落合3-15-20 大和田ビル 901号  
国電・目白駅下車5分 ☎ 03・950・5219

# 君は戦犯である

桜 沢 如 一

『セカイセイフ』77号 (1953. 2. 1) より

## 一、六万年の殺人

四千人余りスガモに入れられた戦犯の中、千二百人余りが死刑や獄死で、この世を去った。一九五三年一月始めには八二〇人余りになっている。内、軍人は八〇余名。他はミナ民間人、軍属である。八二〇人としても合計、五千七百四十年の刑をうけたコトになる。

筆者は十数回、同じく鉄の扉に閉ざされた。第一回は大正十二年で、神戸でデモクラシイ運動の皮切りをやったとき四十日未決。最後が、昭和二十年一月から終戦後九月まで。その間、六月に二十日余り出されたから、正味二百二十日、一年にはならない。五千七百四十年の苦しみは、ちよつと想像を絶する。

しかし、他に二千数百人が平均三年はスガモに入れられていたとすると、六千年である。死んだ千二百人が平均三十五才くらいなら、まだ二十年くらいは生きる命であったのだから、二万四千年の生命を絶ったコトになる。残っている八二〇人は、死刑、終身、三十六年刑、三十年などいふのばかりだから、これからマダざつと三十年平均としても、二万四千年の命がうばわれるワケである。合計、約六万年の殺人である。

数百万人の殺生をした大戦争がすんだアトでまだ君はこの六万年の人身供養をするのか。ソレナラ、君も今迫りつつある第三大戦で殺される数億人の一人になる資格が十分ある。せめて

残された二万四千年だけでも引戻しては如何？君は正直なところ戦犯である。少くともスガモに入れられた数千人の民間人と同じ戦犯である。

## 一、君が戦犯であるワケ

ナゼナラ、君は戦争中、税金も払ったし、「武運長久」も祈願したし、夫や子供を戦争に参加させたし、国法も大体守った。大本營発表「我軍大勝」で心をおどらせましたし、アワヨクバ占領地で商売しようとか、ヨテイ占領地オーストラリアの鉄道局総裁になりたいナド思っていた。

その上、女の身でも、防空ゴーを挿つたり、竹ヤリをもつたりした。皇軍輸送の鉄道にも勤めたし、教育渡世もやった。君たちは、一人としてのがれる口実をもたないリッパナ戦犯である。(ゴク少数の人間だけが、反戦的行動をした)

しかも我々は今日まで、スガモ戦犯として自由をうばわれている人々は戦争の責任者だと思つてきた。ところが意外にも、彼らは君と寸分チガイのない人間である。私は、講和と同時に全部カレラが解放されないの、救出運動を始めようかと思つたのだが、その前年、「廃兵救出運動」に多大の努力と資金を費した上、廃兵が廃人であり、乞食を業とする方を好む人々が多い、という事実をつきとめ、ソレを中止したし、フィリッピン死刑囚四六名の救出運動にも

手をつけたが、これマタその価値のない人々が多く、その上、家族たちも卑劣な、ただ助かりたい一点張りのオセンチが大部分であるコトを知り、中止を余ギなくされていたので、スガモ解放には手を出さなかつたのである。

しかし、私が廃兵乞食、比島死刑囚、スガモ囚の救出運動を中止し、また、やらなかつたのは、彼らの救出を不必要と認めたからではなく、ソレよりも大きな、日に日に迫りくる全人類の死、第三次大戦の喰止め——(世界政府)に七年前から全身全力をうち込んでいたからである。また、第三次大戦の危険が急に増大したからである。

この世界運動や、その序幕である漠然たる平和運動に参加しない人は、ミナ一日が一週間、スガモ囚の身代りをつとめるべきである。八千人が代る代る一カ月身代りをすれば、ちょうど今のこつている八二〇人の終身刑の代用はつとまる。

こんなことは政府が計画すべきだが、(タトエバ、一カ月分の収入をミナ献金すれば、五千円ずつとしても八千万人で四千億円の身代り金になる。これを米国様へさし出したら、スグ八二〇人は解放されるコトうけ合ひである)トコロが、役人というモノは御承知の如くルーティン(定ったこと)しか出来ないデクノ坊のドレイの変装であるから仕方がない。

### 三、日本政府の無茶

この正月のさる一日、私は元スガモにいた六人の戦犯者に会い、八時間話し合つて意外な事実を発見した。

この六人は、元B、C級戦犯であり、はじめ死刑から終身刑のものが、後に十五年から十年に減刑され、最近、仮釈放で出所したのである。B、C級はホリヨ虐待が主な罪である。「戦争は暴力行為であるから、兵の暴力は問題ではない」とシンクレアほどの人が放言しているくらいであるから、勝つていればミナ金シクン章組である。それを七年もコンクリートのハコの中に入れておきながらマダ解放しないというのは、日本政府の弱腰のセイとはいへ、アマリニモ無茶である。

講和が形ばかりでもすんだし、再軍備がグングン拍車をかけ、モー参謀本部まで出来ているのに、忠実な戦争従業員を解放しないと言うのはアマリニモ大きな矛盾である。コンナことをしていれば、政府はますます国民の恨みを買うことになる。

### 四、朝鮮人戦犯を

#### 即時釈放せよ

その上、この八二〇人の中には二十九人の朝鮮人がいる！ カレラは十八才くらいから強制的に拉致されて軍隊で使われたモノで、中にはモ一三十二才になっているモノもいる。終戦直前に十八でかり出された少年も二十六才になっている。しかも今日、朝鮮は独立国になつてい

る。カレラは、日本に暴力で強制されなかつたら参加していなかつたのである。

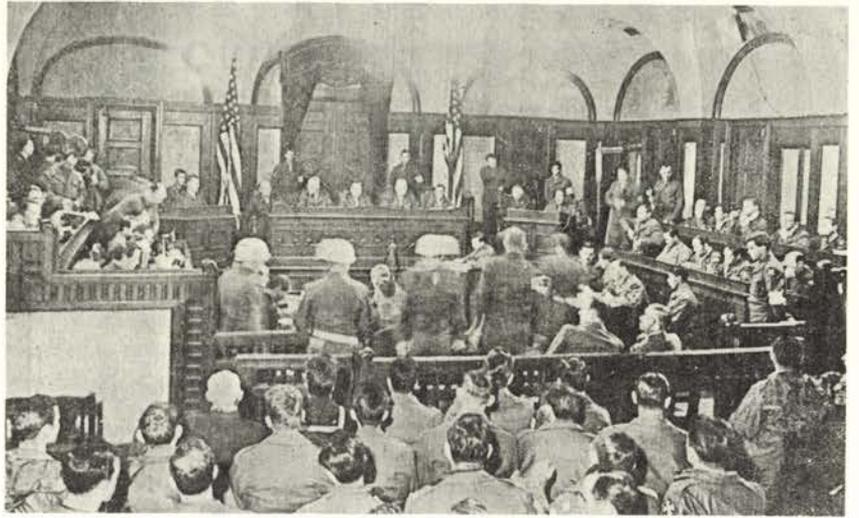
日本人B、C級はトモカク、朝鮮人は即時釈放し、日本政府は深甚の謝意を表し、その損害を償い、その一生の生活を保証すべきである。これを放任している吉田政府は、やがてその罪過に対して大きな罰金を支払うのだが、国民はマコトもつて大きな迷惑である。一般朝鮮人のウラミを深くうけるのである。今、我々民間人は朝鮮人諸君のために何をするコトも出来ないが、セメテ朝鮮統一戦線諸君の後援をかりて、政府に一大鉄槌を加えなければならぬ。

### 五、自由は自らの手で

私は藤森(清一郎)氏と二人で、この六人の人と終日話したが、ミナ捕りヨをなぐつた、けつたの罪で、これは戦時中、日本の兵隊や人民が上官や警官から始終うけていたコトである。終戦後、米兵から日本人がいたるところでうけている暴行に比べると問題にならないモノである。

私は六人の人々を親しく観察したが、ミナ善人である。根カラノ悪人は一人もない。私は云つた——

諸君は、諸君の自由を自らに由つて確立すべきである。自由は他由ではない。この世で信頼すべきは自分だけである。諸君は、他人の言うコトをききすぎたのである。タトエ如何なる権力や暴力の言うコトでも、自分の判断力で



▶米兵捕虜に対する虐待容疑のB C級戦犯軍事裁判の開廷。一九四五年十二月十七日、横浜地裁にて。

イケナイと思うコトは聞き入れるべきではない。ソレを諸君は誤ったのだ。その誤った判断や、それにつぐ行動のツグナイは十分に払ったのだ。モ一自由になってよらしい。無限そのモノである意志の前に、コンクリートの壁や機銃は、オモチャ同様である。今後、断じて自分以外の何物にも頼ってはいけない。たとえ国家であろうが、天皇であろうが、親であろうが、学者、医者、新聞、易者、宣伝、広告はモチロン、宗教であろうが、神でも暴力でも屈従してはいけない。

すると、一人の朝鮮人が答えた。

——私は、ある事件者の親類であったバカリニ、子供の頃から学校にも入れられず、日蔭の生活を送り、終戦直前、十八才になると狩り出された。しかし、私はもはや自分の良心の命に従う。自分の判断力に従う。良心は神である。故に私は神の子である。私はあくまで平和と自由のために戦う。必ず、この不当なる暴力、国家、米国、金力権力と闘って見せます。

うら若き平和の女性部隊の中には、涙を流してこのコトバをきく者もあった。

## 六、生き残り特攻隊員の奮起

この日、ちょうど正月元日から始まった十日間の自由と平和の大学講座中であつたが、その参加者の中に、元の特攻隊員、湯川尚青年がい

た。カレは、終戦の年に十八才で海軍に入り、沖縄戦線で、五尺たらずの、前進のみで逆行しないプロペラのボートに爆弾をつんで、単身、敵艦に体当りをする最後の部隊の生き残りの一人である。

この特殊ベニヤ板バッテラ自殺部隊の奇戦は、第一回は成功したが、第二回以後は全滅また全滅であつた。

湯川青年は、最後の部隊として奇しくも生き残つたものの、七年間茫然自失、山に入つて開墾して今日に及んだのであるが、今日、この六人のスガモ人を見、その話をきき、自由と平和の大学講座の十日間のハンマリングの効果を断然発揮し、大いなる計画をもって立ち上つた。

この湯川青年や、これら六人のスガモの同志、さらにその背後にある八百人中の何人かは、死と取り組んで七年以上闘ってきた上であるから、断乎として今後、生命のあらんかぎり自由と平和の第一線にトップをきるであろう。マ一フイ天皇とその吉田内閣は、かくてモハヤ断乎抜くべからざる敵をつくり上げたのである。

## 七、蛇の道はへび

——ついでに、A級戦犯は目下十二人であるが、昨年八月頃からカレラは芸者を招き、山海の珍味佳肴で宴をひらいたり、スガモ刑務所の自動車で自由に外へ出たりして再軍備のために暗躍していると云う驚くべきニュースをここに加えておく。これがこの世の現実である。

ユメにも忘れるなかれ！ 自分以外の判断力に頼るモノは必ず後悔する日が来るコトを!! したがって、アラユル思想と行動と技術に最高の審判を下す原理を一刻も早く身につけねばならぬことを。新聞や、広告や、宣伝や、易者に判断力をかりるコトは、暴力に屈するより愚である。

### ■編注

25ページ中段2行目 スガモ……「戦犯」が収容された巢鴨刑務所。のち、東京拘置所となり、現在は60階建ての「サンシャイン60」などがある。

25ページ下段24行目 廃兵……戦後、各地の盛り場で、白衣姿、義手義足の傷痍軍人が、道ゆく人の援助を求めていた。パリに「オテル・デ・ザンヴァアリード」(廃兵院)という施設があり、桜沢先生が「廃兵」という言葉を用いるのは、このためか。

25ページ下段28行目 ファリップピン死刑囚……ファリップピンの裁判を受けたBC級戦犯のこと。裁判された人151、死刑17、終身刑88、有期刑27、無罪19。

26ページ上段18行目 八二〇人の終身刑の代用……八二〇人の30年で二万四千年、二十八万八千カ月であるから、この勘定は合わない。

27ページ下段6行目 バツテラ……マツモムシの異名。池や沼に住む小さな昆虫で、腹を上に向け、ボートのように泳ぐ。

27ページ下段19行目 マーフィ天皇……一九五二年、サンフランシスコ講和後の戦後初代駐日米国外大使。ロバート・D・マーフィ。

●文章を書く人には、①単語や言いまわしの意味内容を、ごく普通の範囲で用いる人と、②それだけでなく、時には、辞書の説明の終りの方に出てくるような、ごく珍しい意味で使って、読者に一種の刺激を与える人と、③さらに広い範囲に使って、その意外性、奇抜さの効果をねらうことがある人とがある。文章を読む場合に、筆者が、右に挙げた三つの型のどれに属するのかを早めに見抜くことが必要だ。

G・O、つまり桜沢先生は③のタイプであることは分かっていただけだと思う。

この一文も、その種の、ブラック・ユーモアともいべき表現が多い。これをきらい人もいるだろう。

「筆者は十数回、同じく鉄の扉に閉ざされた」(25ページ中段8行目)……これは、「G・Oが裁判で判決を受け、十数回、服役した」ということではない。「同じく」とあるから誤解される。「警察に呼ばれた」「警視庁に出頭した」「憲兵に連行された」などをすべて含めていのではないか。「十数回」というのも、「何度も」というところを、景気よく多めに言ったのかもしれない。

「六万年の殺人」(25ページ中段23行目)……「服役中」は「死んでいる」と同じであるとするからこういう文学的表現となる。

「君は正直なところ戦犯である」(25ページ下段2行目)……だいたい、戦争犯罪人の処罰ということでは、第二次大戦後、初めて行なわれたもので、国際法上、無効だという見解が多いという。しかも「法律は発効した時点以前の行為に関してはさかのぼらない」という、あらゆる法律の大原則に違反して、

新たに制定した軍事裁判所条令で裁判をし、判決がなされた。(参考書/滝川政次郎『東京裁判をさばく』上・下、東和社、一五五、田中正明『パール博士の日本無罪論』慧文社、一六三、東京裁判研究会著『共同研究・パール判決書』東京裁判刊行会、一六六)

「身代り」「身代金」(26ページ上段16、22行目)……これなどは、ブラック・ユーモアの最たるもの。

「忠実な戦争従業員を解放しないと言うのは……大きな矛盾である」(26ページ中段17行目)……何も、この人たちを解放して再軍備の手助けをさせろ、と云っているのではない。政府が一方でやっていることと、こちらの事とは首尾一貫しない、ヨーロッパ諸国同士の戦争だったら、こんな問題は、こういうように処理するものだ、それをしないのは、物を知らないのか、白人に対する劣等感か、と政府に怒っているのであろう。

「自由は他由ではない。この世で信頼すべきは自分だけである」(26ページ下段25行目)……これが、この一文の眼目であり、それまでのブラック・ユーモアの連続から、一転してストレートな表現となる。

●そもそもG・Oは「人が人を『法律』で裁く」ということを認めていない。パトラの「エレホン」では「犯罪人は病院へ、病人は刑務所へ」であり、G・Oは、これを激賞している。そういうことも頭において、この文を読むべきではないか。

(橋本政憲)

# 平和の宣言

R・パール博士著

『セカイセイフ』 86号、一巻、五二



▲広島原爆慰霊碑前で。左、田中正明氏、中央、パール博士。

これは無条件で「マスト」ブックとしてスイセンできる本。こんなスバラシイ人が、この地上にいるとは、ナントいうありがたいコトだろう！ これこそ「人間」である。

ただ一人、欧米人の全裁判（極東国際軍事裁判）に反対して日本無罪論を主張した義人パール博士。今もそのために全力をあげて戦っている志士。全日本人はパール博士を知れば慚死すべき自己の無能と無知を知らされる。ダレが日本人で、東条以下七名のA級戦犯未亡人を訪ね、その子らを抱きあげ、ほおずりし、戦犯の無罪を主張して救うコトのできなかつた罪を泣いてわびたか？

本書は、ただ二十七日間にパール氏が、あるいはスガモで、あるいは東大で、あるいは孤児院で話したコトバをあつめたモノである。その切ない絶叫は全日本人にタマシイの目ざめを要求するモノである。それは全日本人に真剣な自己ヒハンを要求する。

本書をよんで涙も出さず、恥ずかしくも思わない人がもしあつたら、それこそA級不自由人、不幸人で、死んでから絶対に地獄にゆく用がない。生きている間が地獄以上の苦しみだから。私が力をこめてこの本をすすめるのに、この本をよまない人があつたら、その人は天国の入場券を、十円のトミクジや、馬券同様に見る人だ。編者、田中正明氏に最大の感謝を表する。

(二五〇円 東西文明社)

(G)

## ■ 編注

パール博士……インドの法律家。ラダ・ビノード・パール。一八六二、七、ベンガル州の貧家に生まれ、苦学して数学の教授となる。しかし、「インド民衆の不幸を救うためには、インドを英帝国の手から奪い返すためには、息子を立派な法律家にするこた」という強い信念をもっていた母の勧めで、以前から学んでいた法学に入り、一八八四年、カルカッタ大学総長となる。一九〇六年、ネール首相により、東京裁判の判事に任命。ついで、国際司法裁判所判事となり、一九二二年、下中弥三郎氏の招きで訪日し、世界連邦アジア会議に出席し、戦犯と戦犯の遺家族をねぎらった。一九二七年、没。勲一等瑞宝章、日本大学名誉法博。

『パール判決書』は、邦訳88万字にのぼる、ぼう大なもので、簡単に要約するのは無理だが、①戦勝国の復讐は不可、②他国の征服支配の準備は、現在では最悪の犯罪であるが、「第二次大戦前は、いやしくも強国として、かような企画ないし装備をなしたという汚点をもたない国はなかったのであつて、かような場合、これを犯罪と言ひ得るか」など、「連合国がこの裁判で行つた法に対する冒瀆と、その偽瞞性に対する徹底的な追及」をした。しかし、この判決文は、法廷でも公表されず、未発表のまま関係者だけに配布され、四年間、眠っていた。出版の企画に対して占領軍は「出版は自由だが、ただし関係者の身分は保障の限りでない」とおどしていたという。

(以上、田中正明著、『パール博士の日本無罪論』より)

田中正明……一九二二年、長野県生まれ、著作家、世界連邦建設同盟常任理事、事務局長。

■編注(追加)

4月号14ページ下段19行 この国の人は……「合衆国は宇内(世界)一二の大國なれども、大統領は総督にて、四年目ごとに國中の入札にて定めけるよしなれば(……この建國の法も永くは続く間敷ことと思わる)」

4月号15ページ中段5行 色白き故……「女は御國と米利堅とはいづれが勝れるやと言う、さすが女の問いふりと、いとおかし。米利堅の方、色白くしてよしと答えければ、よろこびあえり、愚直の性質なるべし」

4月号15ページ中段16行 女の身の……「二月十八日にはハワイ國王に謁見したので、……

御亭主はたすぎがけなり、奥さんは大はだぬぎて珍客に逢ふ

との歌は、この時のものである。……

「……王の立ちし所に妃立たり、両肩をあらわし薄ものをまとい、乳のほとりをかくし、腰の方より末は美しき錦の袴ようのものをまとい、首には連ねたる玉の飾のありて、生けるあみだ仏かとうたがうばかり……」(以上、尾佐竹猛『夷狄の國へ』万里閣、昭4。『全集』に『幕末遣外使節物語』として収録、実業之日本社、昭23)

つまり、14ページ下段17行目に「淡路守の日記に次の様なイミのコトバがあった!」とあるから、「やんやと手うちて」「アラレもなく」「下賤なる国柄とは申せイカニモ不びんに存ぜられ」というのは、淡路守の日記を読んだG・Oの印象であろう。G・Oは、本を読むのに、傍線を引き、○×△をつけ、読み終ると、すぐ誰かにやってしまうから、この文

を書いた時はこの本が手元になかったと思われる。

4月号41ページ上段14行 マルコ・ポーロ……岩村忍著『マルコ・ポーロ』岩波新書、昭26、によると、マルコの父、ニコロ・ポーロらの旅行に先立って、

イタリアの高僧、ピアノ・デ・カルビニが一二四五一年、教皇インノチェンツオ四世の命で外蒙古にグユク・ハーンを訪ね、次に、アンドレ・ド・ロンジュモ、ギョーム・ド・ルブルックがモンゴルの首都に達している。ポーロ一行が伴った二人の僧侶はコーカサスに入る手前で逃げ帰っているから、この一節は、G・Oの思いちがいか。

5月号16ページ下段4行 四千年來……「支那の内乱は、言葉の真の意味での戦争ではない。……誰も支那で戦争を見ない。ただ戦争のことをきくだけである。私は二つのそんな戦争を耳にしたことがある。

……普通、優勢な軍隊は、劣勢な敵を畏怖させるだけで負かしてしまう。西欧諸國で長期の戦争になるものが、一箇月で終るのである」(林語堂著、新居格訳『我国土・我國民』豊文書院、昭13)

「四千年來」と、林語堂がはつきり言っているわけではない。

5月号38ページ中段4行 米兵のレーション食……

「今回の戦争における合衆國陸軍への野戦食糧割当「C」と「K」の如きは、二三年前までは夢想だに出来なかつたような一連のバラエティが加えられている。ひどい非難の対象となつた「C」割当でも十通りの肉食品が給与された。……肉と豆、肉と野菜、シチュー、肉とスパゲッティ、ハムと卵、馬鈴薯、肉とスーパン片、肉と米、フランクフルターと豆、ハムとリマ豆、鶏肉と野菜等々であつた。余裕のあ

つた所では、缶づめ野菜や果実、缶づめデザート、チョコレートその他のキャンデー、ローストビーフ、ローストポーク、缶づめハンバーガーなどの十種口糧が与えられた。……日本軍は、一日一ポンド半の米と少量の肉または魚であつた。しかし日本兵は、家庭でもこれよりやや多い程度のものに慣れているので、この食事で肥つていた」(米陸軍元參謀長マーシャル元帥著『欧亜作戦の戦聞報告』勤労社、昭21)

G・Oが見たレーション食とは、マーシャル元帥の報告にあるものとは違ふのだろうか?

6月号29ページ パール博士……東京弁護士会がパール判事と呼んで東京裁判について講演を求めた時、主催者が、日本人被告に同情ある意見を出され感謝にたえぬ、という挨拶をしたら、博士は非常に不機嫌で、「私は日本に同情するために、あの意見を出したのではない。私の職務は、真実の発見である。真実を探究した結果、あのような結論になつた。それ以上のものでも、それ以下のものでもない。同情に感謝するというのは、まったくの見当違いである」という意味のことを言われたという。(清瀬一郎著『秘録・東京裁判』読売新聞社、昭42、より)

(一番中心となつた法律問題は、『侵略戦争を準備し、またはこれを遂行する』ということは、太平洋戦争当時、犯罪であつたのか)「犯罪であつたとして、その当時の指導者個人を処罰し得たのであつたか」……であつた。……判事の使用せられた文献は無慮三千冊にのぼると伝えられた。(同書より)

# 複眼で見る

—GOと私、世界と日本—

清水邦男

(PUネーム、アンドレ)  
サンケイ新聞編集局次長

## 天狗になれ

われわれ当時は、先生とかパパとか言わないで、ジョージ・オーサワというんで、もっぱら、ジョージ、ジョージと、アメリカやフランス並みに、ファースト・ネームで呼んでいました。親父みたいな年ですけど、先生自身に向かって「ジョージ」と言っていましたし、ジョージは、われわれのことを「ア



▲4月18日、日本C I協会本部にて。

ンドレノ」とか「アグネスノ」とか呼んで、そういう意味では、若いというか、ハイカラなところのある先生でした。

私が初めてジョージに会ったのは、たしか、昭和二十一年の戦争直後だったと思います。私は当時、仙台の旧制の第二高等学校の生徒でしたが、中学時代の浜松一中の同級生に坂口君というのがいました。その人の兄さんが、その頃、桜沢先生に非常に傾倒していて、「うちの兄貴が、こういう面白いことを

やっとなる。夏休みに高野山で講習があるので、よかつたら行かないか」と誘われまして、なんだかわからないけれども、高野山という所も行ったことがないから、面白そうだということで参加したわけですよ。講習では、クラックスといつて問題が出るんですよ。たとえば「アジア大陸の大きな山脈は、東西に走っているが、北米・南米の大陸では、南北に走っている、これはなぜか」とか、もう大変むずかしい問題をパツパツとあてる。普通の知識では、とても解けない話ですが、それはすべて「陰陽」で説明がつくんですよ。

私は正食も何も知らないで高野山へ行き、別に食養でどこか治そうという気はなかったのですが、どういいう経緯からか、みんな断食をやるうということになりました。約一週間くらいやって、もう終りだということで、山を降りて街に遊びに行つたんですが、夏ですからカキ氷がうまくて、——断食なんていうのは、後の食事に大変注意が必要らしいんですが——二杯くらい食べた記憶があります。それで、山に帰るのに、断食前はエッチラオッチラだったのが、その時は駆け足で、なんか舞っていくみたいに上まで登つちやつた気がするんです。で、ジョージにその話をしたら「わかつたか、昔の天狗っていうのは、これなんだ」つて言うんですよ。天狗になるんじゃないやなくて、天狗になれ。

正食やればみんな天狗になれるんだという、三十五年前の話になりますが、あの体験というのは、はっきり覚えています。

体の調子が悪い時など、今でも断食をやるうかと思つてますが、新聞記者で夜昼なくやっていますの



的開眼ともいふべき、非常に知的に、幸せな毎日だったんだろうと思うんです。「自由の歌」とか「ジャンプせよ」というような歌は、その頃、つくられています。

## パリから逃亡

その後、フランスへ行くという事になって、大学の途中だったんですけども、柔道をやっている望月さん、西ドイツにいるオーガスチン〔河野清澄氏〕、石井ギヤパン、ジョージの息子さんのルネ、そして私の5人で行きました。「いわゆる第三キャラバン」

われわれは、世界政府運動というのをやっていた、デモをしたんですが、その件で、パリの警視庁に取り調べを受けたんです。これは実はおそまつな話でして、当時パリに戦前から柔道をやっている人がいて、向こうでは、柔道を教えるというのは、一時間何千円か取って、大変いい商売だった。そこへ日本から、望月さんという柔道七段の人がきて、レッスンを始めた。われわれは、はじめのうち、彼の稼いだお金で食べさせてもらった訳ですが、ところが、ここでナワバリ争いになる訳です。望月さんは若くて腕は切れるし、フランス人が、どんどん、そっちへ行ってしまう。そこで望月さんに「別の所でやらないで、おれの道場でやってくれないか」と持ちかけてきた。師範代ですね。ジョージが「とんでもない、そんなものぶつとばせ」というんで、独自にやっていたら、あちらの方は警察に教えているものだから、そっちから手を回してきたんです。

取り調べといつても、全然、何も無い。理由は別の所にあるのだから、逮捕もしなければ、強制的に追い出すこともしない。「いつ帰るのか」とか、滞在許可を一週間さざみで延長して、その都度、出頭させ、イヤガラセをやったんです。

まあ、そのうちに、私の方は大学の途中で出てきたこともあって、帰ると言ったらジョージが怒りましてね。「この敗北主義者め、断固残れ」「日本の東大などというのは、屁みたいなものである」と。事実そうだったろうし、ジョージの言っていることに、全く間違いはなかったし、もし、私があるままフランスに残っていたら、どういう人生になったのか。二年余りで、私だけがパリを去りました。

## サイゴンで再会

そのフランスという国で、ジョージが学んだことは、身土不二の原則とか、陰陽という考え方が、日本という風土と日本人との関係で、成立するだけではなく、フランス人とフランス、インド人とインドというように、人類共通のものだと、おそらく考えていったことだと思います。

ジョージは、日本的な伝統を高く評価し、それを守れと言っているわけですが、それは決して、国粹主義や狭い視野の民族主義を、謳っているわけではありません。そうではなくて、日本に住んで日本人に生れた人間の持つ、一つの風土、身土不二こそ、人間としての正しい生き方なんだというのです。

そういうことを、彼は実地に世界を渡り歩いて、インドやアフリカでやったわけです。つまり、共通

する法則に間違いがなければ、自分はこれを克服できるはずだ——『世界無銭武者旅行』という本があります。これは彼の世界的な考え方を、自分の体を生体実験にして歩いた体験集だと思います。

一九六五年、私はサイゴンでベトナム戦争の報道をしていました。サイゴンには、PUの正食をやるベトナム人がいっぱいいる。今あの人達、どうなっているか知りませんが、そこへ、リマさんと二人で、ジョージが見えまして、一緒にお供しました。

その時に「おまえも、サイゴン支局長になったのか」と、とても喜んでくれた。その昔、敗北主義で帰ってきたのを、ようやく破門のお許しが出た気がしました。

## 失敗した江崎使節

この地球は狭いようですが、日本人は日本人的な物の見方・考え方をし、フランス人はフランス的な考え方をし、アメリカにいればアメリカ的な見方があるし、広く西欧、中近東、アラブ、中国、ロシア、アフリカ、それぞれにバラエティがある。これは、身土不二の原則から見ると、その違いが出るのはわかるでしょう。

しかし、人間性というものは同じであって、言葉などなくとも、一緒に飯を食べたり、結婚もできればなんでもできる。いま、人間性を単純に考えるならば、人間というのは、豊かで、平和で、勝手なことを自由にできるといふ、この三つがあれば、今日的に幸せであることになる。そういう点では、イギリス人も中国人もロシア人も、どこでもみんな同じ

だろう、と思うんです。

だが、物の考え方の違いというのが、いつのまにか長い間に、できてきている。たとえば、私がパリに行きました時に、パリで交通事故を起したら、絶対に謝るな、「すみません」と言うなどいうんです。それどころか、自分がたとえ後ろからぶついても、「おまえが前にいるからぶつかったんだ、なぜ、もつと早く前に行かないんだ」とか、まず相手を責める、欠点を並べ挙げろという。そうすると向こうが「何を言ってるんだ、前方不注意じゃないか」とやりかえす。そういう議論のうちで、じゃあどうするかというので交渉にはいり、少しずつ妥協して話をまとめる。

それが日本では、なんでもまず「すみません」といえば、丸く収まる。どんな頑固な人でも、二度「すみません」と言えば、「すみませんで済むか」と二度も三度もいう人は、まずいいいですよ。

しかし、ヨーロッパや外国で「すみません」と先言つたら、「すみません」ということは、自分が悪いということを認めたのだから、全面的に悪いと認めよ、自分から認めるということは、まだ他にも、自分が認めてない悪いことを、いっばいしているんだらう。こういうふうを考えるわけなんです。

西欧的なやり方では、まず相手を非難しあつて、そして次第に譲歩していくわけですから、それを最初に謝るといふことは、いっばいある自分の悪に耐え切れなくて、謝つちまうんだ、と考える。だから、謝れば謝るほど、向こうは強く出てくる。

日本にとつて、いま一番大きな問題は、アメリカ・ヨーロッパとの貿易摩擦、それから防衛摩擦です。

そこで日本政府は、まず自分の方から非関税障壁をどれだけなくせるか、積極的に研究して、六十七項目も挙げて、これをお土産に、江崎ミツシオンをアメリカに送ったわけです。アメリカに行けば、レーガン大統領に会つても、誰に会つても、ああ日本は良くやつてくれました、と、ほめられると思つて行つたんです。ところが、行つてみたらまるで袋だたきに会つちやつた。日本はケシカラン、それっぽかしのことで済むと思つているのか、と寄つてたかつてやられてしまった。

なぜ、そんなことになつたかというのと、先ほど、種あかしをやつたように、日本的な物の考え方で行くからこうなるんです。

## 戦争前夜か？

江崎ミツシオンが、アメリカで袋だたきに合つたあと、宮沢官房長官みたいな国際派の人でさえ、「アメリカはガットの法則を、知らないんじゃないか、ケシカラン」というようなことを言う。日本がせっかく、これだけやつているのに、もしこれ以上言つてきたら、日本はどうするんだ。世論も騒然として、日本では大東亜戦争前夜みたいに緊迫している。

しかし、アメリカの方は、別に憎くてやつているわけではなく、日本が最初に、そんなに譲つてきたんだから、これはまだあるんだなということ、とにかく言つてみると強くでた。これは彼らに取つては、ごく普通のゲームなんだが、日本の受け取り方は、さらにエスカレートして、通産省の通商局長という偉い人が、外人記者会見で「もしこれ以上、欧

米が日本の製品に対して市場を閉鎖するなら、日本にも覚悟がある。日本はもはや自由主義陣営にいてもなんのメリットもない、だから共産圏と手をつなぐが、それでもいいのか、こう聞き直つた。これはエライさわぎになつて、アメリカの「ウォール・ストリート・ジャーナル」「ワシントン・ポスト」「ロサンゼルス・タイムズ」から、パリの「ル・モンド」までも、「日本ついに、自由主義陣営から離脱か」という、ちょうど松岡洋右外相の国際連盟総会の退場（一九三三年）みたいに、大ニュースになつたわけです。

日本外交があつちからつつかれ、こつちからこづかれ、鈴木善幸さんもアメリカは本気で怒つていられるから大変だといふので、さらに譲歩する。そうすると、アメリカの方としては、ああやっぱり、日本はまだ悪いことをしているから、また譲つたな、じゃあ、もつと言えはいいだろう、とこういう風になるんです。日本は譲歩して相手に責められ、さらに譲歩して疑われ、日本は善意でやればやるほど、逆の効果になる。そうすると最後に、これだけ日本がしても、まだわかつてくれないのか、ケシカランもう堪忍袋の緒が切れた——大東亜戦争に入つていった日本人の心理もこれに似ているんですよ。

## 隣り合わせの地球

地球は狭いようですけど、バラエティがあつて、それぞれに考え方が違う。その違いを知らないために、誤解から戦争が起る。米ソの関係でも、両方がものすごい核兵器をもっているから、かれらが誤

解したら大変な事なんですよ。

今日の世界は、飛行機、電報、電話、テレビ、そういうメディアの発達で、昔のように隣り組で、一緒に住んでいるような面があります。相手がどういう人間で、どういう物の考え方をしているのか、それも知らない同志が側にいたら、最初はケンカが起つたりする。今日の国際社会というのは、間接的な意味ですけど、急につき合いが、まるで隣り合わせのようになっちゃったんです。わずか二、三十年の間に、急に近いつき合いをせざるを得なくなつて、そのスピードに、お互いの理解がまだ追いついていない。過渡期だと思えますね。

日本人の顔など見たこともないし、どんな考えをしているのかもしれないのに、日本のトランジスター・ラジオを聞いて、テレビを見て、ホンダのモーター・バイクに乗って、日本製品は世界中どこへでも行っています。

また、われわれの方も、イランのホメイニじいさんがどういう考えをして、アラアの神なんていうのはどういうものか知らない。さらに、違いがどうして起こるかということになると、そこまでの理解は、まだまだでしょう。

## PUと世界平和

世界平和のために一番大事なことは、違いを知ることです。それでも、考え方の違いからくる対立はありますが、クセが違うというだけで、フランス人もアメリカ人も人間としては、皆同じなんです。同じなんだが、その違いがなぜ起きてくるのか、それ

が身土不二の原則であり、食生活の問題から、そういう違いが出てくるといふ事を知っていれば、世界の緊張は少しでも和らぐし、危険を少くすることができると思えます。

「おまえら、屁理屈ばかりで、頭ばかりで、口ばかりで、ちつともやらない」とジョージに怒られるかもしれませんが、ジョージの語り続けたPUというのは、世界平和のための戦略でもあるし、同時に個人の健康の道でもあり、したがって、自由を身につける方策といえると思います。

ジョージがその昔、PUとはそういうものだと言っていたのが、その頃はよく分かりませんでした。が、ようやく少しずつ、なるほどそうかいなと分かるようになってきました。

(四月十八日、日本C I協会での講演要旨を清水氏が校閲したものです)

### ●訂正

5月号11ページ中段22行および下段14行の「大公望」は「太公望」です。

■京都は仁和寺の近く、静かな住宅街の一軒に、小さな「庵」の字のやきものがあります。亭主の山崎かほるさんが作って下さるのは、「未熟ながら」と案内書にあるのはご謙遜、京風の純精進会席料理。上品な味。前の晩から断食を要す(？) ●15人までの会席、一人前二千円から。手打ちうどんの鍋料理、三千円から。要予約。京都市右京区宇多野御池

町二〇一―一三 ☎075・461・6118

## 第1集

# 食物による健康法・料理法特集

『新しき世界へ』1980年8・9月合併号

特価1200円  
(送料共)

保存活用版 (病名・手当名の索引つき)

●10部購入の方には  
1部無代進呈

桜沢里真 / 葉月の食養料理

大森英桜 / 七号食・少食・反応、手当法の実際

大森一慧 / 一家を健康にする料理の工夫、食箋料理

●第2集(11月号)は健康相談特集です。(価格は第1集と同じ)

# インターマック ニュース

● 4月24日は、桜沢先生が一九六六年に亡くなられて十六回目の命日にあたり、日本CI協会では、18日(日)に記念祭を開きました。

桜沢先生の写真の前に神饌が供えられ、桜沢里真会長を先に、一同、玉串を捧げました。

記念集会は、桜沢里真会長、牛尾盛保副会長の挨拶に続き、30年前にMI生で、PU部隊としてフランスにも渡った清水邦男氏(現・サンケイ新聞編集局次長)の講演や、松本虚山さん、オーサワジャパンの島村さん、牧野さんの尺八演奏がありました。

会食の席では、織田志満さん(毎週月曜夜、CIで書道を教授)、アメリカから帰ってこられた山本しづ子さん、群馬マクロビオティックセンターの石田英湾さん(『生活革命』玄米正食法著者)などのお話がありました。

● 4月21日(水)のマクロビオティック座談会のテーマは「家庭での毎日の

献立」「学校給食」でした。

大森先生のお宅の子供さんたちは、大根は食わず、玉ネギ・ふりかけが好きだそうです。これは、動物性のももの(特に魚)を、胎児期もその後もとっていないので、大根を必要としないということでしょう。玉ネギのほうは、(甘み)を補うために、身体が自然に求めるのでしょうか。

大森家の子供たちに人気のある「ふりかけ」の作り方を、ご紹介します。

〔材料〕白ゴマ、豆みそ、生姜おろし、青じそ、のり、ゴマ油。(作り方)①ゴマを煎って、みそとまぜ合わせる。ゴマとみその量は同量。②油を温め、生姜・青じそを炒め、そこへ、①のゴマみそを入れて、よくかきまぜサラサラにする。

\*「子供が今年から小学校に上がるので、玄米のお弁当を持たせようと学校に申し出たら、医師の診断書があると言われました」——こんな生活上の経

験を持ち寄るのが、このマクロビオティック座談会です。次回、5月26日、(水)のテーマは「女の生き方」。



▶ 3月21日、講演する三木成夫先生。



# 桜沢先生と私

——食養の道——

織田志満

(書道師範)

ちょうど十八年前の桜の花どきで御座いました。

座間の中心学園における、沖先生のヨガの会主催の「健康学園」で、桜沢先生、リマ先生に、はじめて、お目にかかりました。

「リマ先生って、なんてお美しい方、お目の素晴らしい方！」って、印象をうけ、感嘆いたしました思い出が御座います。

桜沢先生の御講演には驚嘆致し、一も二もなく、とびつきました。その頃の私は、体も病み、心も病み、疲労困憊、危い瀬戸ぎわを、さ迷いながら、漢法薬、ハリ、灸、温灸、マッサージ、西式健康法、栗山式食事療法、断食療法、ヨガといった、いろいろな健康法を試みておりました。

このような時でございましたので、先生の「食養」の御話を拝聴いたして「これ、これ！」とばかり、パッと、目からうろこが落ち、ぱっと明るくなり、光がさして、新しい「道標」を見ることが出来まし

た。

御講演のあと、外に出まして、ちょうど五分咲きの美しい桜の花蔭に佇み、先生との、めぐり会いの不思議な「えにし」を思いめぐらし、しみじみと感謝し、感無量でございました。

その翌日は、キリスト教の復活祭でございました。この日から、私の新しい旅が始まりました。まず、麻布霞町のC・Iに駆けつけまして、田仲晃子先生に、はじめてお会い致し、いろいろ御指導頂き、玄米や圧力鍋を買い込み、玄米食第一歩を踏み出しました。桜沢先生の御本を買い集めて読みふけり、あちこちの集会にも熱心に出席いたし「食養の道」をたどることになりました。

場所はわずれましたが、川口トシ先生に、はじめてお会い致しました折り「なんて、お目のきれいな方だろう——やはり、先生側近のお弟子、食養歴の長い方は、ちがうんだナァ」と、感じ入ったことが

ございました。

平塚らいてう先生の御親戚のお宅での晩餐会に出席させて頂いたことも御座いました。リマ先生のお作りになられた、サツマ芋とカボチャのうらこしに、ゴマバターをませた「点心」と、高瀬公洋先生の奥様のお作り下さった「お赤飯」が、とてもおいしかったことを思い出します。他のお料理のことはおぼせませんでしたし、桜沢先生のお話も、さっぱり思い出せませんが、原子転換のお話だったかも知れません。光雲閣という、大きな旅館でのお集りにも、よく出掛けました。そして、親しく先生の御指導を頂く事が出来まして、この上ない幸せで御座いました。

先生亡きあとは、池袋の洞雲寺での例会に通いました。小野田さんという、彫刻家で、イタリア永住の方が、ちよつと帰国された際、お見えになられました。背のスラーとしたお美しい方でした。如何なさっていらつしやるでしょうか。

また、フィリップという、アメリカの青年を見かけました。日本から印度へ、玄米旅行をするとのことでしたが、その後、どうなりましたか。

洞雲寺教室をなつかしく思い出しますが、あの頃、私と同じ新米組だった方々、御健在でしょうか。玉川和尚様も、お達者でございませうか。

この例会では、リマ先生、牛尾先生、佐々井先生、村元先生、その他諸先輩の御指導を頂きました。例会ごとに、田仲先生や、ご飯炊きの名人、チルドさんのお作り下さった、簡素で、つましやかで、お心のこもったお弁当を頂くのが、とても楽しゅうございました。

このようにして、桜沢先生にめぐりあい、玄米様

に出会い、諸先生、諸先輩に導かれて、何も知らなかった者が「食養の道」をたどらせて頂くことになったわけでございます。

お蔭様で、丈夫になりました。年に一、二回、歯科医のお世話になる他は、まったく医薬と縁が切れまして、今日に至りました。もし、もしも、先生にめぐり会わなかったら、今日の私はあり得なかったかもしれません。とつきの昔、あの世に転落したかもしれません。先生の霊に、あらためて限りない感謝を捧げる次第でございます。しかし、先生は「お前なんか知らないネ、きたない顔だナァー」て、おっしゃるかもしれません。おっしゃるに違いありません。まさしく、残念ながら、その通りでございます。

かえりみますと、いつの頃からか、あやしくなりました。あれだけ熱中していた先生の御本を読まなくなりました。「新しき世界へ」も、これ、また読まなくなりました。里真先生の「料理教室」、大森先生の「正食医学講座」にも、ただの一度も出席したことのない「おちこぼれ」になりました。陰陽の何たるか、無双原理の何たるか、宇宙の秩序の何たるか、おぼろおぼろにしか、わからない「落第生」になりました。もちろん、食事も怪しくなりました。玄米と白米の間、正食と邪食の間を、ゆきつもどりつ、右に左にウロウロ——。ついには、よろめき、脱線また脱線で「邪食コース」をたどるに至りました。

「邪食」と申しましても、「牛」は、もう、とつきの昔から、モウもう、食べておりませんし、「コケ

ッココー」も、ケッコウけつこうで敬遠。卵も、チーズも、とつくにサヨウナラで御座いました。しかし「魚」は、かなり大量にはいりました。何分、瀬戸内海の小島に生れ育ち、お魚様にお養い頂きましたので「郷愁」なるものを、断ち切れなかったので御座いましょう。その「郷愁」も、当今、「幻滅」にかわりまして、ほとんど口にしなくなりました。またまさか、方々の魚屋を歩き廻って、鮮度のいいのにあたりますと「ホウボウ」のおさしみで一杯とあったことはありましたが。「ホウボウ」の一番おいしい旬は四月ですので、来年の誕生日には、一切れ、二切れ、つづいて、一口二口含んでみようかしらと思わぬでもありませんが、ま、あまり魅力はありません。

このように、お魚さんとの縁が、次第にうすれまして、「海草」に郷愁しきり——昆布の柔らかな煮などが大好物になりました。また、割り干大根に、人参や油あげを入れた煮物は、何よりの御馳走になりました。

こう申しますと、申し分のない、正食クラスの優等生みたいですが、ドウシテどうして、このあとが、はなはだ、よろしくないのでございます。

えー三度三度の食事が、おいしくておいしくて、金時豆入りご飯など、もう、いくらでも食べたくなる——わかめのお酢の物なら、おどんぶり一杯でも平らげるといった、おどろくべき、おそるべき、おおくいばあちゃん。

その上、水ずき。ま冬だつて、寒の水をガブがぶ。色のついたお水も大好き。玄米酒に本みりんを割つて、梅の花や桜の花びらを浮べて「甘露々々」。泡

の出るお水もダイイスキ。夏だけでなくって、冬だって結構。いろんなメーカーのいろんな種類を、呑みに飲んだ、のんべえおばあちゃん。

なおも、その上「甘い物」。「果物」。春は春とて、あまい甘い餡この、たつぷりついた、よもぎ入りおはぎを、たらふく。秋は、秋とて、大きな熟柿を、一度に二つでも三つでも。さらに、これらの同族、同類、類似の顔ぶれが、すくなからず、このおばあちゃんの胃袋を訪問しました。

ああ、何たることでしょう!! いい年をして、あきれ果てたる、このテイたらく。しかし、この、おばあちゃん、おおくいばあちゃん、のんべえばあちゃんも、ついに、思い至りました——「こんなことでは、今に、呑み殺される……食い殺されるにちがない」と。

そこで、翻然、この四月から「食い改め」に立ち上りました。四月は、先生御他界の月。キリスト教の復活節の月。そして、私の誕生日。この、大きな節のある四月こそ「食い改め」に、最もふさわしい月と思ひ定め、決起しました。ちなみに、先生御逝去は、昭和四十一年四月二十四日。私の誕生は、明治四十二年四月二十五日。もう一年早く、もう一日早く生れておりましたら、先生の御昇天の年月日と、私の誕生の年月日の数字が、まったく同じになりましたの——。

えー、一日から十日までを「食い改め」準備期間としまして、未練の残らぬよう、心残りの無いように、食べたい物を食べ、飲みたい物を飲むことにしました。

十日の午後、座間の中心学園に出掛けまして、十

八年前にたたずんだ桜の木蔭に立ち、先生の霊に「明日から、食い改めます——おぐいをやめます——意志を石の如くにして、大好きな『ものたち』と絶交絶縁いたします」と、お誓い申し上げました。道、草や花を摘み、タンポポの根を掘って帰り、夕餼の仕度をしました。ハコベの磯辺巻き。よめなのごまよごし。タンポポの根のテンブラ。すみれご飯——すみれの葉を細く刻んで、少しの塩を入れてもみ、ぬめりを出して、炊き上った、まっ白いご飯にまぜ、淡い青磁色のお皿に盛る。サツト熱湯を通して、水をかけ、夏みかんのしぼり汁に浸して、色をとどめたすみれの花を散らした、美しい「すみれごはん」。なすなど菜の花のおすまし。とつておきの「甘露酒」に、八重桜の花びらを浮べた盃。数陰から、ちよつと失敬してきた紅い椿の花を飾った食卓に、これら今様菜根タン料理を並べ、最後の晚餐のうたげをもちました。アラ・ソレンコワの世にもたぐいまれなる美しい歌声で、アリヤビエフの「うぐいす」のテープを聞きながら、新発売の「サッポロ生ひとくち」を飲みました。デザートも食べました。どんなデザートだったか、これは、ちよつと申し上げにくうご座います。

かくて、復活祭の前夜、告別の宴に於て、えにし深かりし「ものたち」に「たちもの」の宣言を下し、断固、決然、強行措置断行に奮起したわけでございます。

十一日。冷蔵庫に入っているのは、水質申し分のない、最上の井戸水だけ。この水を飲んで、イースターの音楽を存分に聞き、魂の「饗宴」で、満ち足りた一日でございました。

十二日。起きかけの水の、なんて、おいしかったこと!! ああ、これほどに、おいしい飲み物が、またあろうか。今後、飲み物は「水」だけ。もろもろの飲み物を断つて「水」だけ。または「白湯」。ホイットマンは、水と純粋な牛乳の他は、すべての飲み物を避けたというけれど、こちらは「牛さん」なんかのお世話になるものか。神様の下さった「お水」だけだ。

この日の朝食は、水だけ。昼食は一膳。ごま塩をふつたご飯の、何ておいしいこと!! もう、涙の出るほど、うれしくて、ありがたくて……。夕食は、水だけ。

十三日。この日から一食。二食よ! サヨウナラ。飽食よ! さようなら。おなかをすかし切つて頂くご飯のおいしいさ!! ごま塩をたつぷり振りかけたご飯のすばらしさ!! ああ、こんなにもおいしいご飯の頂けるありがたさ!!

しかし、おなかは、今までと様子が違うので「イッタイ、ゼンタイ、コレ、ナニゴトゾ」と、仰天したらしく「グー、グー、グーググググー」。「モットホシイ、モットクレロ」と言わぬばかりに「ググー、ググー、グググググググー」と、さわぎ立てました。その都度、とくと、説教いたしました。

「この地球上には、自分の食べるものは、これしかない」と、砂をつかんで枯れ木のように倒れてゆく、何億ともしれぬ飢餓民族があるんだぞ——パンクズ、水一滴にさえありつけないで、ひからびて死んでゆく地獄があるんだぞ——一日一回ならず「回までも、たとえ少しではあれ、おいしいご飯にありつけるとは、これは、もう、この世のものならぬ、天上的な

幸せなんだぞ——それに、水が、水が飲めるではないか——これは、もう、空恐ろしいほどの幸せでなくて何であろうぞ」と、少しく、オーバーなお説教をいたしました。説教の効力あらたかに、このところ、あまりさわぎ廻らず、おとなしくなりました。そこで、二十五日の誕生日までは、「ご飯、ごま塩、水だけ。今のところ、別に栄養失調の兆候もなく、体の調子は、至極好調です。ただ「ヤセ」が「ヤセぎす」になり「しわくちや」が「シワクチャクチャ」になりはしましたが。

さて、貝原益軒だったでしょうか? 「少食、少眠、小慾が、長寿と幸福の鍵」と申したのは。

「ほんのわずかのもので満足します。自分から、余計のものを、除き去るのが、幸福の大きな秘訣です」と言つたのは、哲人ヘラクレイトスだったでしょうか。

フランスの偉大な教育者で、宗教家でもあった、シャルル・ヴァグネルは、その著書『簡素な生活——一つの幸福論』の中で、次のように申しております——「人間は、自分自身のために、多くの物を必要とすればするほど、隣人のために尽くすことが出来ません。血縁でつながった人々のためにさえも」と。また「節食や節制が、健康を守る最上の手段であることは、今さらいうまでもありません。……あなたは、簡素な生活をすればするほど、あなたの将来を護ることになるでしょう」と。さらにまた「よく生きることは、よく思索することと同様、簡素化することです。……簡素に生きようではありませんか、つましく生きようではありませんか」と、くりかえ

し、繰り返し申しております。

桜沢先生もまた、お教え下さいました——「まことを生きよ、つつましく生きよ」と。

これら、人生の「道標」の前に、しばし、足をとどめて、みずからを、振り返りみる時、慚愧にたえません。

かえりみれば、あまりに、久しくも「飽食天国」の住民でありました。「それ飲め、それ食え」式精神構造の、エビキュリアンの人種でもありました。聖書の中の、軒下にうづくまる飢えたる乞食に無関心だった、かの紫の衣を着た、富める人と、同一線上の同族のともがらでもありました。

経済天国、食物極楽、御馳走天国——物質文化花盛り——まさに、春たけなわといった、このお国の「ゆたかさ」のなかに、いつともなく、まどろみ、充足の眠りを、むさぼっていた、惰眠のやからうからでもありました。

おくればせながら、この辺で、食べ物の『食い改め』と、心の『悔い改め』を致しまして、方向転換、心機一転致したいと存じます。久しくも、わすれ果てていた『食養の道』に、再び立ちかえりたいと存じます。

これからは、筍のように、脱皮、また脱皮して、竹の皮に、おむすび、梅干、タクアンと、野菜か、野草か、海草といった、食事を楽しみたいと思いません。

もう、老いたる一人者に、高価な食器などいらぬい——桜や柿、いちじくの葉っぱだって、こと足りる。そのうち、神様に頂いた、美しい緑のお皿に、おにぎり、つくしのつくだに、梅干、塩昆布でもの

せて「これはネ、おばあちゃんの、最高の御馳走よ!!」と、ライラックか、八重桜の花蔭で、すみれ、タンポポ、なずななどの、草々の花たちと、簡素のままごとあそびをしてみたいと思っております。

また、時には、水に浸して、発芽しかけた生玄米、活けるいのちの種玄米を噛みしめ、噛みしめて、野の草か、海の草でもかじって、水を飲んでおくだけの、極限的簡素の極みも味わってみるつもりです。

「やれ、やれ、今どき、簡素だとか、生米だとか……何を好んで……お前さんは、織田信長の子孫かと思つたが、さにあらず、どうやら、あまのじゃく族の末裔らしいナ」と、嘲笑うことでしょねえ——御馳走天国の住人たちは。さぞかし。

アマノジャクばあさんであれ、何であれ、とにかくにも、心の中を簡素にし、背中の荷物を簡素にし、おなかの中を簡素にして、身軽気軽な旅をたどりたいたいのです。

「この道のほかに、われを生かす道なし」の『食養の道』をたどりたいたいのです。

そして、一人でも多くの人々に「食養伝道——玄米伝道——桜沢伝道」をさせて頂きたいものと念願いたしております。

そして、先生御存命であれば「織田も、どうやら、食養人らしい顔付きになったナ」と、おっしゃって頂ける者になりたいと存じます。

終りに、桜沢先生、里真先生を家長とする「食養家族——玄米家族——桜沢一族」が、もつと、大きな群れになりますように——無双原理のコンパスに導かれて、新しき世界へ、行進する「新しき種族」

の群れが、もつともつと、おおきく大きくなりますように——そして、暗雲漂う世界の行く手に、桜沢先生の「愛と自由と平和」のコンパスが、燦然と、輝きわたりますように、祈つてやみません。

(昭和五十七年四月十八日記)

57年9月～58年3月

## 第7回 正食医学講座

### 京都で開催

来る9月からの「第7回・正食医学講座」は西日本方面の方々の便宜のために、京都・本隆寺会館で開催します。内容は、今まで東京で開催されたものと同じです。64畳の大広間、宿泊のための和室が完備した会場ですので、この機会にぜひご参加ください。

●会場／本隆寺会館（京都市上京区智慧光院通五辻上る）（京都駅から地下鉄バスで30分）

●開催日／9月11～12日、10月23～24日、11月27～28日、1月22～23日、2月26～27日、3月26～27日

●講習内容、講師、要領など／本誌一九八一年十二月号案内を参照（ほぼ同じ）

●研修費（東京の場合より若干高めの見込み。詳細は次号で発表）

●企画上の都合がありますので、参加希望の方は、至急ハガキで「仮申し込み」をしてください。

主催／日本C I協会

協力／京都マクロビオティック センター

# 予約募集

桜沢如一 著訳書復刻

## ① 心臓を入れ替へる法

— 無双原理真生活法の極意、悪魔の書 —

1944年刊、文庫判 182ページをA5判に拡大  
2,500円 円 250円

## ② 生体による原子転換

ルイ・ケルヴラン著、桜沢訳

1962年刊、B5判 188ページをA5判に縮小  
3,500円 円 300円

## ③ 自然の中の原子転換

ルイ・ケルヴラン著、桜沢訳

1963年刊、B5判 200ページをA5判に縮小  
3,500円 円 300円

- ②と③は別々のケースに入ります。
- ①、②、③合計 9,500円ですが、1982年6月30日までに前金で予約申し込みされる方は、8,000円に割引きます。(送料は日本C1協会が負担します)
- ①、②、③のうち、1点または2点のお申し込みは、割引きできません。
- 予約申し込みは、本誌はさみこみの日本C1協会振替用紙で、郵便局から振り込まれるか、日本C1協会へ直接お越してください。
- 発行予定/1982年6月15日

## 『心臓を入れ替へる法』の目次の一部

### 一、マコト(真実)篇

心臓を入れ替へる法  
無双原理の二つの研究方法  
無双原理真生活法の極意  
吾が尊敬する園手  
二人の若き軍需工業会社の社長  
十四本の指  
猛マ性の青年へ  
ドイツの身土不二配給圏  
マオ・テ・タウン(毛沢東)

石炭の濫費96%  
健康運動一路傍の石  
イネ、ホルモンのうそ  
ウツツキと科学者  
春風をもって己を愛撫し  
家は漏らぬほど、食は飢えぬ  
ほどのウソ  
概念の骨董品店  
楠公精神の観念論者

健康戦線のS・O・S  
ウソの看護婦  
人造牛乳  
国民学校生徒の読み方  
農村の食生活指導

### 二、ソラゴト篇

アメリカの広告哲学

校長先生と修身教育  
戦時浮腫—栄養不足説のウソ

三、みたま(信心)篇  
四、ヨロコビ(歓喜天)篇  
五、(附録)幸福の国  
ほか6項目

『生体による原子転換』 目次の一部

第一篇

I. N のフシギナ転換

- A. 動物界で
- B. 植物界で

II. CO の生体内での生産

- A. 古い個人的な研究
- B. 我々の調査と総合判断
- C. N の核の構造

III. 2N とシリコンの関連

第二篇 カリウムについて

- A. 従来の色々な観察の大観
- B. K についての我々の研究

第三篇 マグネシウム一体内生産

I [A] フシギナ原子転換について

[B] Mg と他の原子との関係

II Mg の自然発生

フロク「原子転換」の批判 ヘナフ

『自然の中の原子転換』 目次の一部

I. 花崗岩

II. アルカリ類及びアルカリ土類の起源

III. Ca (カルシウム)

IV. Li (リチウム)

V. 金属起源論

VI. Fe と M

VII. 石の病気色々

VIII. P (燐)

IX. S (硫黄)

X. Cl (塩素)

XI. 石炭—石油

XII. Sn (錫) — I (ヨード) の関係

III. 放射性残渣の原子転換?

結論

フロク 他の研究者たちの業績と解説

『心臓を入れ替へる法』と『永遠の子供』について

V1 と V2 は農大の勇ましい学生諸君にコッソリ東京へ持ちこんでもらい、方々の局からバラバラにして人目をひかぬようコッソリ送り出してもらいました。それでもこの二冊の秘密出版とそのフロクの正誤表が官憲の手に落ちたら、私の命はなくなるかもしれない。トニカクぶち込まれることだけはたしかだ、ということを知っていたので、私はこの二冊は、「人に見せて下さるな。けつして人に見せて下さるな」という注意をクレクレも守つてほしいと『ヒノハルより』(一一一号)にかき加えました。

この注意のコトバを書き加えることは最大の危険でした。このコトバのために、できるだけその危険性をカムフラージュした V1、V2 の正体がバレて、私の身にふりかかる危険が一そう大きくなることを私は十分知っていたのです。しかも、これまで注意をしておいても、この注意を何気なく見落したり、忘れたりして、V1、V2 を知人や未知の人や、官憲にさえ贈り物にする人が一人や五人たしかにあることを私は知っていたのです。

(中略)

V1 と V2 で私がいわんと欲したことは「亡びゆくモノをして亡ぼさしめよ」諸君、同志諸君、猛獣のエジキにされる悲惨なドレイの如く、戦争にかり立てられる青年諸君、もう戦争は七月七日勝負がついている。七月七日から世界改造は最終の段階に入っている。七月七日以後に召集される人や、それ以前に召集されていても、七月八日まで生きていた諸君は、もう決して死ぬことは要らない。安心してたまえ、その後に召集される人々はおもしろい所を官費で旅行し、二度と味わうことのできないおもしろい目に会うことができるだけだ。もう日本は負けた。四年前の私の予言はハッキリ実現した、安心して行きたまえ。そして悠々と帰つてきたまえ。これからホントウの PU 人の奮戦する舞台の幕が上がるのだから」ということであつた。(中略) 七月七日は日本人だけが知らされなかったが、サイパン陥落、数千名の投降の日でした。

(桜沢如一「イワナとキノコ」一九四六年発表)の「はしがき」より)

(本誌 503号再掲)

# 美術印刷一般 製造販売



有限会社 東樹社

代表取締役 野ヶ山量尉知

東京都台東区浅草橋4丁目16番8号〒111  
電話 東京 (862) 代表 1 6 2 7 ~ 9 番



## セイトン

純植物性蛋白・伝統の純正食品

ピン入 180g ¥350  
袋入 100g ¥350

### (株)純正食品マルシマ

〒761-44 香川県小豆島内海町 ☎08798・2・2101

#### 大森英桜先生 PU正食医学食養療法講習会

◆  
毎月中旬の土曜と日曜の二日間定期開講  
詳細は電話でお問合せください。

#### 大森英桜先生特別個人指導

別室で大森先生から1対1で懇切な指導が受けられます。日時は上記講習会当日の午前11時までと午後6時から。申込は毎月10日まで電話で受付。

#### 玄米食養実修道場

◎いつでも入所できる。◎期間は1泊2日。または2泊3日。このわずかな日時で却病造健、心身強化、開運自在のPU食養法の要訣秘儀と、合気魁体の秘法、瞬間活法を会得せしめる。  
詳細は電話で問合せください。

#### PU・食養・料理教室

◆  
いつでも個人指導が受けられる

- ◎疾患別食養療法講座
- ◎体質と疾患を見分けるPU体型学
- ◎病気の原因とコンペーセッションの法則
- ◎体質、疾患別主食、副食摂取法
- ◎体質、疾患別食養料理法 (実習を含む)

- ◎無形の食物の意義とその摂取法
- ◎手当法の実習
- ◎身心強化PU生活法

詳細は電話で問合せ下さい。案内書進呈。

#### 輝く将来…指導者育成

志操堅固な

#### 男女内弟子募集

心身統一合気道・国際男女青少年心身鍛練センター

### 研心館本部PU正食学園

大阪市阿倍野区西田辺町2-2-29 (〒545) 電話06・691・1590



■1981年5月号に長寿村分譲の広告掲載の折、多数の方よりお申込み頂き、当矢の沢ファミリークラブの会員が220名に達しました。誠に有難うございました。御好評にこたえて本年度も30区画だけの特別企画ですのでお早目にお申込み下さい。

地震災害の少ない

## 農園つき長寿村分譲のご案内

### 〈概要〉

矢の沢ファミリークラブは、昭和50年に東日本医師協同組合より医師会村の推薦を受けた、約300ヘクタール(100万坪)の自然豊かな土地を所有し、昭和47年より、そこに日本一の長寿村建設を目指して無農薬による食糧の生産をはじめとする独特なリゾート造りを進めております。現在の会員数は大学教授、医師、自然食品愛好家など、文化人約220人の相互紹介により占められております。

### 〈位置〉

山形県東置賜郡川西町大字玉庭長者沢6550

### 〈施設〉

電話 電気 水道 テニスコート 庭園 管理ハウス 食堂 宿泊施設 農場(水田3万坪、畑3万坪、果樹園1万坪、養魚沼数カ所)

### 〈価格〉

長者村=1区画 330㎡ 150万~400万円  
農園=1区画 330㎡ 60万円 ■分納可

### 〈問合せ先〉 くわしい資料を送ります。

〒999-03 山形県東置賜郡川西町大字玉庭3994  
ダイヤモンド食品(株) 矢の沢ファミリークラブ  
TEL 02384-8-2509 (担当:貝沼)

### 〈10の特長〉

1. 100万坪に500家族の限定会員制です。
2. 日本一の長寿村をめざして静かな格調高い保養地造りをしております。
3. 将来の子供達の健全な心身を養う研修センターの建設を計画中です。(一流の教授陣による夏季、冬季講習、英語大学、健康道場)
4. 500家族全員が自給自足できる農場造りと、無農薬による食料品の生産を行っております。(無農薬米等供給中) また既に自分の手で農園を楽しんでいる方がおります。
5. 自然を大切にし、理解し、自然の恩恵を享受できる人達のための保養地です。
6. 温泉源が自然湧水しています。将来、長寿への温泉療法を考慮中です。
7. ジネンジョ、アケビ、山菜、キノコの宝庫で会員の方なら自由に採取出来ます。
8. 各種スポーツ施設、陶芸村などの施設を充実し、また研究所を開設し科学的な芸術的な文化的な限りない人生のうおいを求めます。
9. 新幹線完成で、東京より2時間。
10. 山形県川西町公認の山形県唯一の高原保養地です。水バショウ、カタクリ、ヒメシヤガ等の高山植物群があります。

大森英桜先生の講義テープ(日本C I協会発行)新発売!

■食物の陰陽 (60分×2本) ¥2600 送料 ¥240

- 動物、植物の陰陽の見分け方—環境、形態、働きなど、いろいろな要素から陰陽を判断する。
- 『身土不二』と経済の発達
- 現代栄養学とカロリー学説の問題点。
- 生菜、クコ、酵素など、数ある民間療法を無双原理で観る。(付録/風邪の話)

■生命と食物の歴史 (60分×2本) ¥2600 送料 ¥240

- 地球誕生と生物進化の過程
- 環境適応説—人間はどのようにしてできたのか。
- 人間の食べ物とは。—食物が人間を作る話。
- 果物と肉食の害について。
- 食べ物と体、食物が体におよぼす作用について。
- 正食と自由、世界平和について、本当の幸福とは?

■『宇宙の秩序』の解説(60分×2本) ¥2600 送料 ¥240

- 無限の世界とエネルギー。—すべてのものを作った無限のエネルギーとは。
- 人間の源は何か。人間が誕生するまでの宇宙の七段階。
- 宇宙法則の解説と正食の原点—なぜ玄米を食べるのか。
- 現代栄養学と医学の問題点
- 信ずるなかれ、すべてのことを宇宙法則で確かめよ。

※ご注文は、①現金書留または②振替 東京 0-194125にて注文品を明記して、代金と送料を日本C I協会へ送付ください。

新テープ発売

大森英桜先生講義

「子供の病氣

と食養」

★日本C I協会

- 牛乳はなぜいけないのか●子供のアレルギーの原因は? ●玄米児の身長●落ち着かない子、勉強がらみの子の食療法●途中から正食に入った子の食事●子供のケガ、病気の治し方(カゼ・発熱・下痢・ひきつけ・夜尿症・百日咳・ハンカ・おたふくかぜ・切り傷・虫さされ・鼻血・ヤケド・中耳炎・食あたり)

90分×2本 ¥6,000

好評発売中! (送料 ¥240)

〈熊本・鹿児島〉

天粧下通店 ☎860 熊本市下通1-4-8 ☎0963・54・9161 \*10-19 \*第1第3㊦ \*福山敬教、体質別食養相談、オリーブ自然美容法相談 \*1・3㊦

天粧子飼店 ☎860 熊本市東子飼町3-5 ☎0963・43・4043 \*無 \*福山聖乃、体質別食養相談、オリーブ自然美容法

自然食センター松本 ☎861-11 熊本県菊池郡西合志町大字御志2049 ☎09624・2・1719 \*9-18 \*無

黒田栄子 ☎867 熊本県水俣市古賀町1-2-1 ☎09666・3・0108 \*9半-17半 \*純正食品販売、食事・健康相談、美容相談

あさひ健康自然食品センター ☎895-18 鹿児島県薩摩郡宮之城町舟木4456(屋地駅前) \*健康自然食品販売、手塚機久郎(自)3・0704

天然村学園 ☎891-44 鹿児島県熊本郡屋久町変生335(高平) ☎09974・7・2922、7・2541 \*常設健康学園、案内書60円切手同封請求

〈沖縄〉

自然食品センター陽報(ようほう) ☎900 那覇市久茂地3-11-5 ☎0988・61・7195 \*9半-19 \*㊦ \*食養相談、正食料理教室、書籍販売、純正食品、リマ化粧品卸・小売

味園 ☎900 那覇市泉崎1-9-11琉球新報社向 ☎0988・66・5366 \*9-19 \*㊦祝 \*自然食品、玄米レストラン、陽報・泉崎店

沖縄陰陽研究会 ☎902 那覇市松山2-23-4 ☎0988・68・6578 \*勉強会(第4土曜)、座談会(第2金曜)

正食の店 紅葉 ☎902 那覇市寄宮156 ☎0988・54・0296 \*11-20 \*㊦ \*食養相談、書籍販売、純正食品、リマ化粧品

石嶺純正食品センター ☎903 那覇市首里石嶺町3-121 ☎08988・86・6849、87・3434 \*9半-20 \*㊦・祝 \*食養相談、PU勉強会、正食料理研究会、書籍、純正食品、卸、小売

〈新入会〉

**研心館本部食養道場** ☎545 大阪市阿倍野区西田辺町2-2-29 ☎06-691-1590 \*9~21 \*無 \*無双原理研修、食養道場、気の研究会、心身統一合気道

**堀江自然食品店** ☎550 大阪市西区南堀江2-5(丸新ビルA-102号) ☎06-538-2225 \*10~18 \*㊦ \*食品、リマ化粧品、書籍、器具

**自然食福園** ☎530 大阪市北区梅田1-6-15 ☎06-341-7798 \*売店9~20、食堂11~19半 \*㊦祝 \*自然食レストラン、自然食品販売

**吉川商店** ☎561 豊中市小曾根1-8-23 ☎06-334-0088 \*7半~19 \*2・4 ㊦ \*料理、健康講習会(月2回)松岡四郎先生ほか

**懐はらはら刀根山薬局** ☎560 豊中市刀根山4-3-51 ☎06-854-2541 \*8~22 \*元旦を除き年中無休 \*代表取締役 上西義直

**堺自然食品センター「康園」** ☎590 堺市竜神橋町1-2-6(南海本線駅前) ☎0722-32-3357 \*8~20 \*㊦ \*料理教室、健康相談、漢方薬局、振替 大阪 304407

**山本祥園(ソフィー)** ☎573 枚方市高田2-2-2 P.U.学園 ☎0720-53-2200 \*福園、水・金曜。健康相談、マクロビオティック料理教室、P.U.勉強会、出張講師、食品、G.O.書籍販売

**ABC関西地区正食品愛好協会** ☎572 寝屋川市三井ヶ丘4-13 ☎0720-22-4555 \*9~19 \*関西一円に宅配(無料)整体指圧と正食料理教室

**自然食品むぎの家** ☎532 大阪市淀川区18条2-1-3 ☎06-393-4577 \*8~20 \*健康講習会、オーサワジャパン食品、無農薬野菜

**健康と喜びの学園パラディテステ** 〒530 大阪市北区中崎2-3-12 \*自然食品店 ☎06-371-8014 \*㊦ \*正食品、料理講習、酵素パン講習、ヨーガ、合気道、仙道、氣流法、真向法、楽健法、健康相談、正食指導

#### <近畿>

**田辺自然食品センター** ☎646 和歌山県田辺市下屋敷町90-84 ☎0739-22-7731 \*10~18 \*㊦ \*配達あり

**南紀自然食品センター** シャロン勝浦本店 ☎649-53 和歌山県那智勝浦町朝日2-239 ☎07355-2-1107 \*正食料理教室、ヨーガ教室、足心道教室㊦、南紀正食会本部、自然医学会南紀支部

#### <兵庫>

**神戸ヘルスフーズ** ☎658 神戸市東灘区住吉町室の内237 井上ビル(国鉄住吉駅北100m) ☎078-822-2600 \*10~19 \*㊦ \*食養相談、毎月第2土曜美容相談

**ヤス美健康サロン** ☎666 兵庫県川西市栄町1-13 ☎0727-57-5327 \*11~15 \*㊦㊦祭 \*自然正食品、化粧品、健康器販売

**アーク鍼科院** ☎663 西宮市上田市2-20-5 (阪急今津線甲東園駅) ☎0798-52-4275 \*9~20 \*㊦㊦㊦ \*鯉こく、無双茶など食薬品

#### <山陽>

**ビバ健康ハウス本部** ☎733 広島市榎町2-23 ☎0822-93-8321代 \*9~19 \*東洋医学研究会(毎月第3日曜)、自然食料理教室(毎月第3木曜)、毎年夏休みに入って最初の金・土・日曜(2泊3日)健康合宿

**皆実C.I.** ☎734 広島市皆実町4-1-12 ☎0822-55-2846 \*平賀佐和子、毎月第4土曜、例会(料理講習 P.U.勉強会)

**明治製粉(有)** ☎726 広島県府中市中町536 \*小川清 \*めん類製造

**人間医学社府中支局(株)健康医学社広島総特約店** ☎726 府中市下辻町 ☎0847-41-7668 \*特に定めず \*食品、ライスビネガー、リマ化粧品、書籍、真空浄血治療器、正食浄血指導

**(株)純正食品マルシマ** ☎722 広島県尾道市新浜1-6-21国道2号線沿 ☎0848-22-5577 \*9~18 \*㊦祝 \*自然食品販売普及活動、P.U.研究会「自然食品会館」(純正食品マルシマ)

**岩国自然食品センター** ☎740 山口県岩国市今津町1-5-9 ☎0827-21-5975 \*9~18 \*㊦祝 \*正食研究会(月1回)

**鶴島食品** ☎747 山口県防府市南松崎町5-4 ☎0835-22-0347 \*例年1月中と8月中は休業。週休2日。「鶴島通信」(無料配布)。2F健康教室で自然運動指導。地方出講可。

**山口健康生活センター** ☎753 山口市大市町2-2 ☎08392-3-1842 \*10~18 \*㊦ \*健康教室、料理教室(出張に応ず)西日本健康自然食品協会

#### <四国>

**アズマヤ** ☎760 香川県高松市紺屋町3-6 ☎0878-21-7665 \*9~21

**愛媛純正食品センター** ☎790 愛媛県松山市湯渡町10-22 ☎0899-43-6464 (松山東高東300m) \*8~20 \*4 ㊦ 菅本フジ子、健康相談、料理講習(毎火曜)東洋医学会(第3日曜)

**いで自然食品** ☎794 愛媛県今治市高橋甲610-4 ☎0898-23-7832 \*7半~19半 \*第2・4㊦ \*配達有り、健康相談、玄米試食会、自家製みそ、漬け物販売

#### <福岡・大分・長崎>

**八幡自然食品センター** ☎806 福岡県北九州市八幡西区八千代町6-22 ☎093-621-4184 \*9半~18 \*1・3 ㊦ \*料理講習(月1回)健康相談(月1~2回)勉強会(月1回)

**あまのがは** ☎816 福岡県大野城市栄町2-39-1 ☎092-581-4916 \*9~19 \*㊦

**サニー健康食品** ☎813 福岡市東区千早5-10-5 ☎092-681-0883 \*10~19 \*㊦ \*食品、洗剤、書籍、器具、自然化粧品

**未来を考える会・販売部** ☎879-02 大分県宇佐市南敷田250 本多公子方 ☎09783-2-0808 \*特に定めず \*正食料理教室、自然農法研究会、健康・美容相談

**フレンドショップ徳陽** ☎870-11 大分市田尻453-5 ☎0975-42-1215 \*10~20 \*㊦祝 \*書籍販売、健康食品販売、松山委員長による健康相談及び正食指導、正食料理教室

陰陽洞 ㊟249 神奈川県逗子市逗子5-3-28 ☎0468-73-7137 \* 10~19 \* ㊟ \* 無農薬野菜、無添加豆腐、自然食品、リマ化粧品、食養相談、配達あり。

真言道治療院 ㊟250-03 箱根町湯本80-7 駒津マンション102 ☎0460-5-6525 \* 10~19 \* ㊟、第3㊟ \* 鍼、灸、指圧、日常生活の歪みが不健康を招く。生活習慣の改造が健康の入口。

ヘルスロード自然食センター ㊟242 大和市中央6-3-22大和警察署ウラ ☎0462-62-0020 \* 10~19 \* ㊟ \* 治療院併設、自然食品、健康食品、リマ化粧品、オーサワジャパン食品、日本C I協会図書、グループ配達、地方発送可

藤屋健康堂 ㊟240-01 三浦郡葉山町堀内384 ☎0468-75-0152 \* 9~18 \* ㊟ \* 自然食品、有機農法野菜、無添加安全豆腐、自然化粧品。食養の会開催。

万騎ヶ原自然食センター(季香園) ㊟241 横浜市旭区柏町35-5 (南万騎ヶ原) ☎045-363-6876 \* 10~20 \* 自然食品、健康食品、無農薬米・化粧品、洗剤、書籍。配達、地方発送可。

土と愛の家・民宿旅館 ㊟243-01 厚木市七沢温泉1954 ☎0462-48-0752 \* 民宿旅館は要予約でうけております。(1泊4500円)。オーサワジャパン食品取扱。ハイキング好適。要予約。

菊屋・片山酒店 ㊟211 川崎市幸区古市場1-34 ☎044-522-6233 \* 9~21 \* ㊟ \* 自然食品扱、健康開発指導、整体指導

健心館 ㊟250 小田原市萩窪285-1 ☎0465-35-1247 \* 8~18 \* ㊟ \* 整体療法、体操教室(ヨガ)、食養料理教室、自然食品販売、実用新案の健康器販売(プロの方は技術指導致します。)

加藤大季(ひろき) ㊟220-01 神奈川県津久井町三井735 ☎0427-84-3163 グリーンクラブ主宰、自給農法の研究

#### 〈長野〉

酒井須三子 ㊟380 長野市上松1-5-35 ☎0262-34-3824 \* リマ化粧品取扱、正食品販売、長野無農薬野菜の会

長野正食センター付属ポリオ研究会(小児マヒ研究所) ㊟380 長野市三輪6-9-17 ☎0262-34-5349 \* 7~19 \* 無休を原則 \* 年刊「ポリオ」発行、小児マヒの方募集

南佐久C Iくらぶ ㊟384-14 長野県南佐久郡川上村大深山673 ☎02679-7-2709 \* 正食研究会

もりいずみ ㊟385 長野県佐久市岩村田本町762 ☎02676-7-3730 \* 9半~19 \* ㊟ \* 自然食品、野菜小売・近隣市町村配達可

ティーハウス プテロン ㊟389-01 長野県北佐久郡軽井沢町追分1074 ☎02674-5-7525 \* 9~21半 \* ㊟ \* 薬草茶

〈新潟・富山・福井〉

新津自然食センター ㊟956 新潟県新津市本町3丁目9-2 ☎02502-4-5810 \* 9半~19 第2・3・4㊟祝 \* 食養料理教室(毎月第4㊟9~13時 小川みち講師)、食養相談、食品、日本C I図書・テープ \* 毎週火金配達有

正食の店・和や ㊟930 富山市中川原17 ☎0764-25-1448 \* 8~20 \* 無

丸の内薬局 ㊟930 富山市丸の内2-1-1 ☎0764-24-0891 \* 9~19 \* ㊟ \* 漢方相談、健康相談

福井健康学園 ㊟910 福井市照手1-11-2 ☎0776-21-3811 \* ヨガ体操と正食料理で手軽に宿便を出す道場(予定)自然農園、植林。自然食品センター(市内)

楊明堂 ㊟959-21 新潟県北蒲原郡水原町下条町15-5 ☎02506-2-7433 \* 8半~19半 \* 第1・3㊟ \* 毎週金曜日配達あり

#### 〈静岡・愛知〉

自然食品の店 一福 ㊟448 愛知県刈谷市中山町2-48 ☎0566-23-2719 \* 代小島一夫 \* 10~19 \* ㊟㊟ \* ヨガ教室、薬草化粧品、革工芸教室、料理講習、健康相談

天龍健康食品センター ㊟467 名古屋市瑞穂区瑞穂通り2-45 ☎052-841-0146 \* 9~19 \* ㊟ \* 自然食品、健康食品、化粧品。近隣配達可

愛知陰陽会(長生堂) ㊟485 愛知県小牧市大字寺浦2943 ☎0568-76-2731 \* 9~19 \* ㊟祝 \* 食養講演会(2カ月に1度) リマ・クッキングスクール(毎月1回)無料食養健康相談、C I 書籍、テープ、自然食品、リマ化粧品販売

春日井自然食品センター ㊟486 愛知県春日井市瑞穂通7-1-11 ☎0568-82-7661 \* 9~20 \* ㊟ \* 食養料理教室(月2回)

安城自然食品センター ㊟446 安城市今池町3-6-29 ☎0566-98-3136、97-9432 \* 10~18 \* ㊟ \* 純正食品、健康食品、自然化粧品、ヨガ教室、無料健康相談

豊橋自然食品センター ㊟440 豊橋市松葉町3-65市民病院前 ☎0532-54-5876 \* 9~18半 \* ㊟ \* 食品全般、化粧品、健康相談

豊川店ケンコー社 ㊟442 愛知県豊川市市田町大道下17 市田バス停前 ☎05338-6-5679 \* 10~18 \* ㊟

#### 〈岐阜〉

岐阜健康自然食品センター ㊟502 岐阜市長良崇福寺町2丁目 ☎0582-32-0631 \* 9~20 \* ㊟ \* 健康食品、書籍、化粧品 正食講座、料理教室

柳屋自然食品店 ㊟500 岐阜市織田塚町1-2 ☎0582-45-9355 \* 10~20 \* ㊟ \* 無料健康相談、正食料理教室

#### 〈京都〉

京都マクロビオティックセンター ㊟606 京都市左京区高野藤原町77 ☎075-711-4551、721-7191 \* 正食品、料理器具書籍、料理講習、折詰弁当(予約制)英語版書籍販売

京都自然食センター ㊟604 京都市中京区河原町通夷川角 ☎075-221-7890、231-0348 \* 9~18 \* ㊟祝

㈱エンチーム三丹 ㊟620 福知山市堀内田町1953-2 ☎0773-22-9508 \* 8半~20 \* 不定期の㊟ \* 食品、厨房器具、酵素化粧品、天塩、マクロビオティック書籍、その他

天粒(てんりゅう)マクロビオティックセンター ㊟624 舞鶴市北田辺126-16本町バス停前 ☎0773-76-7126 \* 9~19 \* 無 \* 食養相談、自然化粧品、食品書籍取扱

ヘルス伏見 ㊟612 京都市伏見区桃山町鍋島7 ☎075-611-0337 \* 10~20 \* ㊟ \* 純正食品、洗剤、化粧品の販売

#### 〈大阪〉

ヘルスマートムソー ㊟540 大阪市東区大手通2-5-1 ☎06-945-0511 \* 9~19 \* ㊟

世界正食協会 ㊟540 大阪市東区大手通2-5-1 ☎06-941-7506 \* 9~18 \* ㊟ \* 料理教室(毎火・木曜日)定例会(第1日曜)

ムソー食品谷町店 ㊟543 大阪市天王寺区谷町9-28 ☎06-771-7545 \* 10~18半 \* ㊟

ナチュラル㈱ ㊟547 大阪市平野区喜連東1-2-10 ☎06-709-1163、1183 \* 9~17 \* ㊟半休㊟ \* 純正食品、製造、卸、小売

<千葉>

- 習志野健康食品おおくほ京愛堂 275 習志野市本大久保5-3-24 ☎0474-73-2957 \*10半~19平日、13~19㊦・祝 \*㊦ \*食品販売、食事相談
- 市川平和堂 272 市川市真間3-11-12 ☎0473-22-0810 \*10~19 \*㊦ \*無農薬野菜・果物、料理講習、勉強会、配達及び地方発送
- 溝口醤油 299-22 千葉県君津郡袖ヶ浦橋田989 ☎0438-75-2003 \*天然醸造醤油「金明」製造、オーサワジャパン取扱
- 自然食品センター千葉駅前店 280 千葉市弁天町580 プラザ1F ☎0472-56-0888 \*10~19 \*無休 \*健康・美容相談、小川みち先生料理教室(第1・3水曜、11~14時、会費1回1500円)
- 自然食品センター船橋駅前店 273 船橋市本町5-1-8 ☎0474-25-0350 \*10~19 \*無休 \*健康・美容相談(特にヨガ、催眠の臨床、経験豊富)
- La Vie de 清蓮 273 千葉県船橋市馬込町725 ☎0474-39-7493 \*9~19 \*㊦祝\*自然食品、無農薬野菜、書籍、料理教室、配達、骨盤調整健康法講習会、自然農法見学

<東京23区>

- オーサワジャパン 151 渋谷区大山町11-5インターマック1階 ☎03-465-5021 \*10~18 \*㊦ \*都内配達、国内発送(小田急線東北沢1分半) 日本CI協会事業部
- ㈱自然食品センター本店 150 渋谷区神南1-10-6 ☎03-496-7103 \*10~19平日、10~18㊦祝 \*3㊦ \*レストラン「天味」併設、食品、器具、化粧品、図書、小売、卸、料理教室 [営業所]横浜市緑区美しが丘5-13-18 ☎045-901-5111 \*㊦祝
- 不二自然食品 106 港区麻布十番2-21-4 ☎03-451-8966 \*9半~19 \*㊦ \*食養相談、料理講習、隣接区内配達(一の橋交差点バス停前)
- ㈱ゲダツ商事 160 新宿区荒木町4 ☎03-357-1161 \*代表取締役 岡野武徳、一般食品、健康食品、正食法の図書販売
- 富士見台自然食品店 176 練馬区貫井3-14-16 ☎03-990-6773 \*9~19 \*代表 酒井三恵子、自然農法食品、野菜、化粧品、図書、鍼灸治療院併設
- 高砂自然食品センター 125 葛飾区高砂8-13-5 ☎03-600-1412 \*9~19 \*㊦ \*料理講習・美容相談、マルチレーターによる健康相談(無料)
- ㈱そうけん健康食品センター 121 足立区東伊興町33-22 ☎03-853-1724 \*9~19半 \*㊦ \*月一回料理教室、食養相談
- グルッペ 167 杉並区荻窪5-27-15 ☎03-393-7427 \*10~19 \*㊦ \*無農薬・有機農産物、自然食糧品、化粧品他
- ㈱ナチュラル・ハウス・愛 167 東京都杉並区荻窪2-41-12 ☎03-391-6261 \*10半~19半 \*無 健康食品化粧品 無農薬野菜、愛の教室(ヨガ・料理教室)、自然食レストラン荻窪村
- ふうじん舎 166 東京都杉並区阿佐谷南4-33-6 ☎03-392-1040 \*10~20 \*㊦ \*無農薬野菜、自然食品一般
- 根津の谷(ネズノヤ) 113 文京区根津1-1-14 ☎03-823-0031 \*11~21 \*2㊦ \*健康食品、自然食品、野菜
- ゲルマニウム健康管理センター 161 新宿区下落合3-15-20 大和田ビル901号 ☎03-950-5219 \*10~19 \*㊦㊦祝 \*心身改造ドック、CI 図書・純正食品販売など
- 自然食品の店なくさ 177 練馬区西大泉町1-15-10 ☎03-925-0914 \*10~20 \*第2・4㊦ \*無農薬野菜、トーフ、パン、書籍、洗剤、自然食品500種類以上
- 自然食品の店 ふる里や 135 江東区白河4-3-7 ☎03-643-5247 \*8~19 \*㊦ \*食養相談、整調指圧、小川みち先生料理講習
- むぎの友 151 渋谷区笹塚1-12-15 ☎03-485-0026 \*10~19 \*㊦・祝 \*都内配達
- ソルト アンド グレイン 150 渋谷区広尾2-5-13 広尾マンション前 ☎03-400-4054 \*11~22 \*㊦

味穂・江古田店 176 東京都練馬区栄町20(江古田商店街) ☎03-948-5701 \*10~20 \*㊦ \*無農薬有機農産物、海産物 雑穀類、加工食品、自然化粧品、食養、健康、美容相談、料理講習

味穂・成増店 175 東京都板橋区赤塚3-21-13 ☎03-976-0231 \*10~20 \*㊦ \*無農薬有機農産物、海産物、雑穀類、加工食品、自然化粧品、食養、健康、美容相談、料理講習

味穂・練馬店 176 東京都練馬区練馬2-2-21(西武池袋線練馬駅北口5分、弁天通り商店街) ☎03-948-6911 \*10~20 \*㊦ \*無農薬有機農産物、海産物他。料理教室(第2・4土曜日)

<東京都下>

- 自然食品センター みずほ 182 調布市国領町7-1-17 ☎0424-88-8540 \*8~20 \*第1、3㊦ \*自然食品、無農薬野菜、書籍、化粧品、配達
- 東京シード(南支店) 184 小金井市本町6-5 シャトー小金井1階 ☎0423-84-4600 \*10~18 \*㊦ \*食品・書籍・器具販売、美容・健康相談
- 自然食品の店 和康 184 小金井市本町3-10-13 ☎0423-85-5261 \*10~18 \*㊦㊦ \*自然食品・書籍販売、健康相談、料理教室、玄米試食会
- 健康サロン 190-11 東京都西多摩郡羽村町富士見平2-1-3 羽村ハイツ ☎0425-55-2278 \*10~18 \*㊦ \*食品、洗剤、書籍、化粧品、器具販売、健康相談、配達承ります。
- いなば酒店 100-01 東京都大島元町2-1-10 ☎04992-1221 \*8~20 \*㊦
- 自然食品センター上水店 190 立川市柏町4-5-14 ☎0425-37-3051 \*9半~18 \*なし \*自家栽培の無農薬野菜販売
- 兄弟社(自然食糧供給センター) 181 三鷹市中原2-12-6 ☎0422-49-7225 \*10~18 \*なし \*無農薬野菜、自然食糧品、書籍販売農山林用具
- 美山園茶舗(みやまえん) 199 八王子市長沼町58-204-6 ☎0426-35-9643 \*お茶、海苔の専門店
- 自然食品センター中神店 196 昭島市中神町1113 ☎0425-44-2159 \*10~20 \*無 \*玄米食運動、雑穀普及、無農薬野菜
- ㈱マナ自然食品センター 196 昭島市昭和町5-5-5 ☎0425-44-8866(夜41-6068) \*10~19 \*㊦ \*健康食品・自然食品・電子治療器総合専門店、毎月最終水曜、料理教室、配達
- 自然食品センター あずま 192-03 八王子市堀ノ内450 ☎0426-76-1258 \*8~20 \*㊦ \*オーサワジャパン取扱い、純正食品、無農薬野菜、リマ化粧品、食養・健康相談、食養料理講習、自然治癒増進ドック併設、巡回販売、配達、地方発送
- 明日葉 194-01 東京都町田市三輪町458 ☎044-988-2544 \*9~18 \*㊦㊦ \*有機無農薬野菜、自然食品、移動販売、手作り生活用品、図書 \*田中正志
- ミルキーウェイ 180 武蔵野市吉祥寺北町5-4-17 ☎0422-53-6483 \*9~21 \*無 \*「地球の学校」(ヨガ教室 太極拳教室 からだの瞑想教室 自然食昼食会 食養教室) 自然食品販売「自然の法則と共に生きる正食」出版
- 愛通 183 東京都府中市栄町2-27-23 ☎0423-66-5527 \*11~19 \*㊦ \*無農薬野菜販売、引売り、無添加食品
- Kiva-J・A・C 198 東京都青梅市師岡町3-16-3 ☎0428-24-6089 \*10~19 日曜12~18 \*無 有機無農薬野菜販売、引売り
- 国造自然食品センター 192 八王子市明神町4-1-7 ☎0426-44-6162 \*10~19 \*第2㊦ \*無農薬野菜、配達、発送、書籍、リマ化粧品

<神奈川>

- 湘南豆彦(マメヒコ) 236 横浜市金沢区釜利谷町1989 ☎045-784-0298 \*無添加豆腐製造販売、国産大豆・日塩研大島ニガリ使用、グループ購入歓迎
- K.K. 青健 220 横浜市西区北幸2-9-14 ☎045-311-3847 \*10半~19 \*㊦ \*食養健康相談、治療室、ヨガ、食養の健康講座、自然食品、無農薬野菜、書籍
- 自然食品センター弘明寺店 233 横浜南区中島町4-81 ☎045-712-3339 \*9半~19 \*渋谷自然食品センター姉妹店
- ㈱屋百貨店・健康自然食品センター 244 横浜市戸塚区戸塚町44 ☎045-881-7636 \*9半~19 \*田中久夫、毎月1回料理教室・健康相談会、リマ、オリーブマンロン化粧品取扱
- サンエイ相模自然食品 228 相模原市旭町9-16 ☎0427-46-6314、45-7401 \*9~20 \*㊦ \*毎月1回食品研究会

# 全国日本CI協会友の店

■この欄に掲載を希望の方は、別ページの入会申込書（法人会員）に記入して、お申し込みください。4行以上になる場合は、1行につき7,000円増しになります。★（\*）印の数は法人会員申込口数です。

■内容は、太字が名称、次が郵便番号、住所、電話、営業時間（8～18は、午前8時から午後6時のこと。19半は7時30分のこと、次は休日（㊤は毎日休日、3㊤は第3水曜日、祝は祝日休み、無は年中無休）、その次は代表者及び備考です。

## ＜北海道＞

- 自然・健康食品のデパートサンケン ㊤064 札幌市中央区南18条西7-3（第5コーポ）㊤011・512・4636 \*9～19 \*㊤祝  
\*玄米試食会、健康相談、指圧、卸小売配達、料理講習会  
北海道健康学苑 ㊤078-02 旭川市永山町11-52-6 ㊤0166・48・4107 \*8～20 \*㊤ \*食養相談、足心道指導、食品・書籍小売  
夢屋 ㊤062 札幌市豊平区美園5条3丁目 ㊤011・812・7466 \*10～18半 \*㊤ \*無農薬野菜、低農薬野菜、自然食品、小売配達、移動販売、パン講習会

## ＜東北地方＞

- ラッキーフード ㊤020-01 岩手県岩手郡滝沢村六口436-4 ㊤01968・4・3420 \*特に定めず 海の学校、山の学校、食品雑穀、農産物通信販売、予約販売、料理研究会  
北上正食センター ㊤024 岩手県北上市新穀町1-3-5 ㊤01976・4・7048 \*無 \*堀米幸雄、食品、図書販売、出張講演に応ず試食会（無料）  
みちのく自然食品センター ㊤980 仙台市中央3-10-7 ㊤0222・62・7677 \*9～19 \*1～3㊤ 料理講習（講師小川みち他）食養相談（第1・3㊤、第2・4㊤）、玄米弁当（予約）  
自然食品センターいしかわ ㊤010-01 秋田県秋田市金足追分字海老穴201-42 ㊤0188・73・2217 \*6～19 \*無\*料理教室、健康相談、座談会、無農薬野菜、書籍、化粧品  
実穂自然食品 ㊤027 岩手県宮古市新町4-28 ㊤01936・3・6310 \*9～19 \*1・3㊤ \*定例（学習会、料理教室、治療、講演会）  
サロ十和田 ㊤034 青森県十和田市稲生町10-34 ㊤01762・2・7840 \*10～20 \*㊤ \*自然食品、健康相談、月一度集い、有精卵  
自然食品の店マナ ㊤020-01 盛岡市高松1-15-31 ㊤0196・62・6205 \*8～20 \*㊤ \*料理講習（3㊤）、自然食品500余种、図書、有機野菜、有精卵、配達巡回販売、会報発行  
盛岡マクロビオティックセンターいーはーとーぶ ㊤020-01 盛岡市上田堤1-5-12 ㊤0196・61・3024 \*9～20 \*1、3㊤ \*自然食品、無農薬雑穀、野菜、果物、リマ化粧品、定例勉強会

## ＜群馬＞

- 群馬マクロビオティックセンター ㊤370 高崎市和田町7-13 ㊤0273・22・5484、25・5560 \*9～19 \*無 \*図書、食品販売月例無双原理と正食の勉強会・健康相談  
高崎自然食品センター ㊤370 高崎市新町101 ㊤0273・25・2605 \*9～19 \*無 \*食品販売、正食、空手、ヨガ講習会、健康指導  
鈴木述子（のぶこ）㊤370-12 高崎市山名町乙611 ㊤0273・46・4921 \*自然農法の玄米・野菜、農産物加工、料理教室、群馬県安全農法研究会、群馬食養友の会  
七庸会 ㊤370 高崎市小堀町樋越35-1 ㊤0273・43・8181 \*田中ふじ枝、第2・4㊤1～3時＝料理教室、第3㊤1～4時＝㊤勉強会（テキスト、桜沢・大森）㊤研究発表会、毎㊤10～4時＝健康相談会、食品・書籍  
里味（さとみ）㊤370 高崎市京目町1123-2 ㊤0273・53・0710 \*10～19 \*㊤祝 \*マクロビオティック・フーズ販売、玄米パン 各種黒焼・参泉製造、自然農園あり

- 井上自然食品センター ㊤371 前橋市本町1-12-13 ㊤0272・24・1818代 \*8～19半 \*㊤ \*自然食講習、美容講習、食事相談 人生相談  
須藤酒店 ㊤376 桐生市東久方町2-6-21 ㊤0277・44・5733 \*7半～20半 \*㊤  
壮美研究所 ㊤376 桐生市広沢町2-3085 ㊤0277・54・1175 \*9～17半 \*㊤祝 \*ヨガ教室・自然食講習、美容講習、純植物化粧品取扱  
自然食品センターあおぞら ㊤376-01 群馬県山田郡大間々町大間々390-11 ㊤0277・2・3241 \*電話注文にて配達（電話は18時～翌朝10時）

## ＜茨城・埼玉＞

- 内田繁商店自然食品部 ㊤300-12 茨城県牛久町牛久3475 \*02987・0135 \*9～19 \*㊤ \*食品、書籍、器具  
小川自然食品店 ㊤362 上尾市上町2-7-25 ㊤0487・74・8504 \*9半～18半 \*無（臨時休業）\*純正食品オーサワジャパン取扱い、有機農産物、健康相談、毎月料理講習会（CIより講師派遣）、リマ化粧品美容講習会、健康医学社指導講習（浄血指導）  
桜井商店（埼玉東部ブロック）㊤343 越谷市大沢4-10-5 ㊤0489・62・3479 \*8～21 \*無 \*オーサワジャパン食品、書籍  
けいらく操法普及会 ㊤336 浦和市常盤9-32-21 ㊤0488・31・7819 \*千田米子、正食とけいらく健康法、於熱海長寿会館（随時）予約制  
自然健康食品三好屋 ㊤336 浦和市北浦和1-19-4 ㊤0488・86・7234 \*9～20 \*㊤ \*食品、書籍、器具販売、美容、健康相談。配達・配送承ります。  
大橋自然食品センター ㊤350 川越市霞ヶ関北5-12-8 ㊤0492・32・9445 \*9～19 \*㊤ \*無農薬野菜、食品、図書、化粧品、玄米試食会、料理講習  
「玄米の宿」グループチェーン大宮店 ㊤330 大宮市土呂町2-72-13 ㊤0486・66・5809 \*9～19 \*㊤ \*健康食品、無農薬野菜、食養相談、書籍、配達・発送いたします。  
「正直村」㊤364 北本市西高尾5-237 ㊤0485・92・2007 \*9～18 \*昭和6年豆腐、齊藤さんの納豆、アゲ、地粉 天然醸造味噌醤油など純正加工食品、有機農法野菜卸、巡回販売車あり。  
ヘルスショップ浅野 ㊤336 浦和市常盤9-10-4 ㊤0488・31・0647 \*9～18半 \*なし \*自然食品、無農薬野菜、食養相談

## ＜栃木＞

- 晴雨農場（テリフリ）㊤349-13 栃木県下都賀郡藤岡町大前1751 ㊤0282・62・2635 \*無農薬野菜、穀物類 自給自足的基盤に立っての衣・食・住の追求と実践。来訪の際、要連絡

## 永遠の子供

A5判 一六〇P  
二千五百円(千250円)

\*9年前の復刻より、さらに鮮明になりました。

『偉大なる永遠の子供』アナトール・フランス／ロマン・ローランの『グルランボオ』／ガンヂイ・タゴール・レール／ガンヂイの『コトバ』／英国とインドの将来／ガンヂイとレーニンの生物学的対照／タゴールに学ぶ／タゴールの死角／悪魔の書／桜ノ坊と悪魔／英国の生活再編成／キリスト前後の医学／ヒルティの幸福と教育法／王陽明／世界統一時代と青年／P・U思想審判所／P・U人は何を如何に読むべきか／無限の世界と夢幻の世界／永遠の子供／ヒノハル日記／むすび

## 食物と人生

B6判 九四P  
千三百円(千200円)

昭和18年7月初版

人物試験／肺活量／ウイスキー／医博と百姓／爆弾小僧／お産／敵討ち／果樹園／寝ざめの悪さ／柔らの道／うらみ／ニイチェ／食べ方／動物の抗議／玄米食の危険性／牛病む／Y教授／診察室の羊羹／コペルニクスの転回／生活／世界観の道／一粒万倍の功德／鶏と卵／シベリヤ横断／おむすび／リュバルフ／母の食堂／豚と猟犬／藤樹の死因／スキー／修身／頭寒足熱／健忘／法律家に／無肥料米を作れ／インキ／西洋料理／病の治る食物／焼午勞／攘夷／体質／正食の功能／森の生活／ソローの死／五匹の仔犬／仔犬の痔／玄米だけで死なない／七いろ飯／スワデシ／飲食節あり／仙術／五ざる／勝ち負け／貞操／はたらき／永遠の勝利／死のリンゴ

## 新しい栄養学

B6判 五三六P  
千三百円(千300円)

昭和17年4月初版

大東亜戦争の行く手／食糧問題の重要性／旧式ユダヤ栄養学の敵性、唯物主義／生命とは／食物とは／健康と達者／無双原理／身土不二の原則／食物の成分／水／無機質／炭水化物／蛋白質／油脂／ビタミン／カロリー説／消化と吸収／消毒と言ふこと／正しい食物とそのえらび方／植物性食品について／動物性食品について／その他の食品／正しい調理／正しい食法／母性は文化の源泉／西洋栄養学貧困の原因／マツカラム博士の食生活原理／日本精神と世界観／附録一 高度国防自給自足国家国民身心『絶対健康』生活確保に要する全体性基本純正食品の最低絶対必要量、他

### 編集後記

- ゴールデン・ウイークのさなか、アメリカより、六十代と覚しき兄妹、カバンを五つ六つ抱えC Iに來り、廉価なる宿を世話せよ、と、のたまう。ピジネス・ホテルなどに空室あるはずもなく、かねて、外人の女性ならば泊めてむ、ただし言葉は不自由なり、と言える某女史に頼み、数日の宿となす。
- 三日目の夜、拙宅の電話けたたましく鳴り、女史いわく「汝は、いかなるつもりにて彼らを世話せしや。女性は今、七転八倒の苦しみようにてありける。わらわの弟に問わせしに、実はガンであると。この上、彼らを世話することならず」と。はて、C Iに來りし時は、旅の疲れはありとも、いと大声にて語りおりて、病人とも見えず、不思議の次第なり。今は夜半、まかることもならず、明朝、參るべし。ご迷惑の段、まことに申し訳なし、と答う。
- 翌朝、くだんの女性には女史の手当を受け全く元気なり。訳を問えば「外にてヌードルにポークの入りたるもの(ラーメンか)を食せしに、苦しくなり、吐きぬ。わらわは重き病をもてるにあらず。二年前、乳ガンにて久司を訪ね、それより玄米食をなす」と。
- 女史は、ほとほとこりたるとかや。(橋本政憲)

### 新しき世界へ

一九八二年 六月号

発行日 昭和五十七年六月一日

編集兼発行人 橋本政憲

発行所 日本C I協会 〒一五

東京都渋谷区大山町二一五

電話 03・469・7631代

振替 東京0/194125

## 月刊『新しき世界へ』購読案内

種別	年会費	特 徴
A 正会員	12,000円	月刊機関誌（年間11回発行）1部送呈。会員証、会員バッジ。各種行事割引。料理教室、無農薬玄米配布のカムカムクラブ入会可。各種相談を受けられる。日本C1発行の図書・テープ5%引き（図書券で）
B 賛助会員	12,000円を2口以上	機関誌毎月2部送呈。その他は正会員に同じ。日本C1発行の図書・テープ10%引き（図書券で）
C 誌友	5,000円	月刊機関誌1部送呈。料理教室、無農薬玄米配布のカムカムクラブ入会可。
D 法人	30,000円（2分割可）	④に同じ、本誌巻末に毎月、店名・住所・電話・営業時間・申し込み口数・その他を広告。「新しき世界へ」5部配布 日本C1友の店シール配布

●下記の用紙または振替用紙に記入し、会費を添えて、〒151 東京都渋谷区大山町11-5 日本C1協会会員係 にご送付ください。

・新規   
 ・継続

### 財団 日本C1協会 入会申込書（楷書で書いてください。）

私は日本C1協会の会員になりたく、次の通り申し込みます。（会員別の符号を○でかこんでください。）

年 月号から 年間分

A. 正会員 (12,000円)      B. 賛助会員 (12,000円を 口)      C. 誌友 (5,000円)      D. 法人(店舗) (30,000円を 口。2分割可)

フリガナ 氏名	職業（ 男・女	生年月日	明大昭 年	月	日生
住（〒 <input type="text"/> ）（○○号室）（○○様方）と詳しく。 所					
TEL <input type="text"/>					
ご家族	① 独身    ② 既婚（家族名・構成内容 <input type="text"/> ）				
玄米歴	備考 <input type="text"/>				

■いったん納入された会費、誌代は、返却できません。

昭和 年 月 日付

## 日本C1協会

日本C1協会は、桜沢如一が創立した、マクロビオティック運動の国際センターで、研究・教育・普及活動を展開している非営利団体です。会長、桜沢里真。

活動内容は、

- ① 実用弁証法（無双原理）と正食法の研究・実践・普及。
- ② 桜沢如一ほか、右の内容に関連した図書・出版物の刊行。
- ③ 講演会・講習会・研究会・正食料理教室・正食医学研修講座・海山スキーなどの健康学園、特訓セミナー・海外研修旅行の開催。
- ④ 正食医学による食事健康相談会の開催。
- ⑤ 出張講習・講演会などの幹旋。
- ⑥ 日本C1協会事業部門としてオーサワジャパン株式会社があり、純正食品・無農薬農産物・料理器具・自然化粧品などの普及販売。
- ⑦ 関連活動団体、各地センター、事業組織などが多数活躍中。
- ⑧ 欧米はじめ全世界に関連団体多数活動中。

# ● 正食医学講座⑥のご案内 ●

●日時／昭和57年7月3日(土) 1時受付開始、7月4日(日)4時解散。1泊2日

●主催および会場／日本C I協会  
本部 〒151東京都渋谷区大山町11-5 ☎03-469-7631 (代)

●講師／大森英桜

●研修費／16,500円(外泊の場合)  
C I会館での宿泊は18,000円

●持参品／食器一茶わん、汁わん、中皿、はし、布巾2枚。学習用具、雑巾

●申込方法／申込書に記入し、研修費を添えて日本C I協会あて現金書留で送るか直接持参する。日本C I協会の正会員(年、12,000円)または誌友(年、5,000円)になる必要があります。

●締切り／6月29日

●取消し／6月29日までの取消しは手数料2,000円をひいて返還します。それ以後の場合は会の運営上、半額返還となります。

\*食事は日本C I協会の料理部が調理する玄米正食料理です。

\*人数に余裕があるときは、部分参加も受け付けます。



## ● 講座のテーマ

1. 自然と人間の生命の正しい考え方について。
2. 正しい食物とは何か。またその正しい摂り方は?
3. 体の不調や病気を正しい食事で治すにはどうするか?

## ● 講義の内容

各種病気の原因、症状と食養療法

1. 内分泌、アレルギー
2. こころの病気(精神病)
3. 子供の病気、老化
4. ガン(胃、子宮、乳)
5. ガン(白血病、肺、その他)
6. 寄生虫、食中毒、感染症

## ● スケジュール

### ○ 7月3日(土)

- 1:00~1:30 受付、開会  
1:30~3:30 講義1  
4:00~6:00 講義2  
6:00~7:30 夕食  
7:30~9:30 講義3  
11:00 消灯、就寝

### ○ 7月4日(日)

- 6:00~7:00 起床、清掃、体操、歌  
7:00~9:00 講義4  
9:30~11:30 講義5  
11:30~1:00 朝食  
1:00~1:30 写真、次回分受付  
1:30~3:30 講義6  
3:30~4:00 受講生交流茶話会

## 1982年2月~7月 ⑥ 7月3日(土)・4日(日) 正食医学講座⑥ 申込書

今回で全6回を修了する方は、下に○印をつけてください。

1. C I会館で宿泊=18,000円    2. 外泊します=16,500円    3. 部分参加 1講義3,000円  
1.2.3.4.5.6.    講義番号に○をつけてください。

ふりがな	男 女	明 大 昭	( ) 歳 年 月 日 生	1. 正会員(の家族)です。 番号 _____ 2. 誌友(の家族)です。 番号 _____ 3. 入会申し込みます。
ふりがな (〒 - )	都道 府県	住所	自宅電話	職業 勤務先
			勤務先電話	

円を添えて申込みます。 日本C I協会御中 年 月 日

# ● 正食医学講座⑤のご案内 ●

- 日時／昭和57年6月12日(土) 1時受付開始、6月13日(日) 4時解散。泊2日
- 主催および会場／日本C I協会本部 〒151東京都渋谷区大山町11-5 ☎03-469-7631 (代)
- 講師／大森英桜
- 研修費／16,500円(外泊の場合) C I会館での宿泊は18,000円
- 持参品／食器一茶わん、汁わん、中皿、はし、布巾2枚。学習用具、雑巾
- 申込方法／申込書に記入し、研修費を添えて日本C I協会あて現金書留で送るか直接持参する。日本C I協会の正会員(年、12,000円)または誌友(年、5,000円)になることが必要です。
- 締切り／6月8日
- 取消し／6月8日までの取消しは手数料2,000円をひいて返還します。それ以後の場合は会の運営上、半額返還となります。
- ＊食事は日本C I協会の料理部が調理する玄米正食料理です。
- ＊人数に余裕があるときは、部分参加も受け付けます。



## ● 講座のテーマ

1. 自然と人間の生命の正しい考え方について。
2. 正しい食物とは何か。またその正しい摂り方は?
3. 体の不調や病気を正しい食事で治すにはどうするか?

## ● 講義の内容

- 各種病気の原因、症状と食養療法
1. 生殖器
  2. 脳と神経系
  3. 目
  4. 耳、鼻、歯、口、咽喉
  5. 骨、関節、外傷
  6. 皮膚、血液

## ● スケジュール

### ○ 6月12日(土)

- 1:00~1:30 受付、開会
- 1:30~3:30 講義1
- 4:00~6:00 講義2
- 6:00~7:30 夕食
- 7:30~9:30 講義3
- 11:00 消灯、就寝

### ○ 6月13日(日)

- 6:00~7:00 起床、清掃、体操、歌
- 7:00~9:00 講義4
- 9:30~11:30 講義5
- 11:30~1:00 朝食
- 1:00~1:30 写真、次回分受付
- 1:30~3:30 講義6
- 3:30~4:00 受講生交流茶話会

## 1982年2月~7月 ⑤ 6月12日(土)・13日(日) 正食医学講座⑤ 申込書

今回で全6回を修了する方は、下に○印をつけてください。

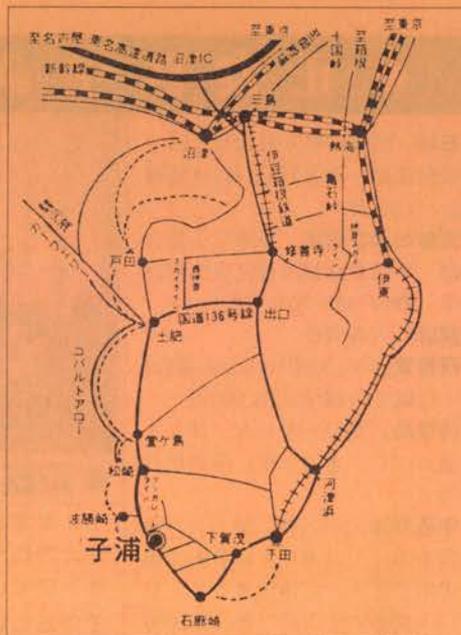
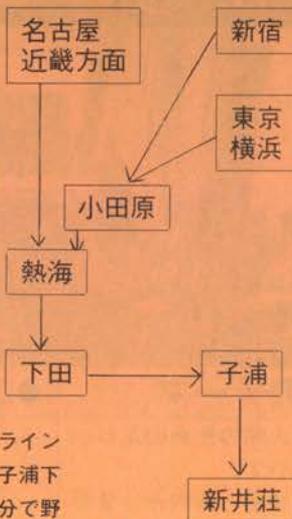
1. C I会館で宿泊=18,000円      2. 外泊します=16,500円      3. 部分参加 1講義3,000円  
1.2.3.4.5.6. 講義番号に○をつけてください。

ふりがな ----- 氏名	男・女	( )歳 明大昭 年 月 日 生	1. 正会員(の家族)です。 番号 _____ 2. 誌友(の家族)です。 番号 _____ 3. 入会申し込みます。
ふりがな ----- (〒 - )			
住所 都道 府県			
自宅電話	職業 勤務先	勤務先電話	

円を添えて申込みます。 日本C I協会御中 年 月 日



## 現地への交通



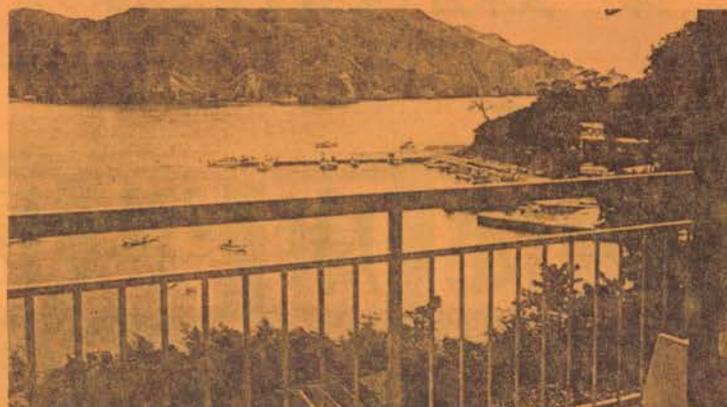
■子浦へは、下田から東海バスで約1時間。子浦・伊浜行き、またはマーガレットライン経由松崎堂ガ島行きに乗り、子浦下車徒歩5分。■子浦から船40分で野猿のいる波勝崎、熱帯植物園のある石廊崎へは車で15分。

## レクチャー

- 講義 ①「私の食養」
- 講義 ②「ガンの現代医療と食養」
- 講義 ③「生きている」
- 講義 ④「手当法実習」
- 講義 ⑤「気がつくということ」

- 講義 ⑥「食養今昔」
- 講義 ⑦「超能力と人間1」
- 講義 ⑧「超能力と人間2」
- 講義 ⑨「無題1」(無双原理と食養の特)
- 講義 ⑩「無題2」 別なお話

日時	7月29日(木)	7月30日(金)	7月31日(土)	8月1日(日)	8月2日(月)	8月3日(火)
5		起床				
6	6:00	清掃	清掃	清掃	清掃	清掃・体操
7	7:00	体操・歌	体操・歌	体操・歌	体操・歌	
8	8:00	講義② 牛尾盛保	講義④ 大森一慧	講義⑥ 小川みち	講義⑧ 大森英桜	講義⑩ 大森英桜
9	10:00	朝食	朝食	朝食	朝食	
10	11:30	朝食	朝食	朝食	朝食	閉会式
11						11:00
12						解散
1		自由時間 (海水浴)	自由時間 (海水浴 または 波勝崎 ピクニック)	自由時間 (海水浴)	自由時間 (海水浴 食事相談)	
2	前期受付			後期受付		
3	自由時間 (海水浴)					
4				(食事相談)		
5	閉会式	5:30				
6	夕食	夕食	夕食	夕食	夕食	
7		7:30				
8	講義① 桜沢里真	講義③ 小川茂年	講義⑤ 小川みち	講義⑦ 大森英桜	講義⑨ 大森英桜	
9	9:30					
10	11:00 消灯					



◀新井荘から眺めた子浦海岸



日時/1982年7月29日～8月3日(5泊6日)  
 会場/新井荘 〒415-05 静岡県賀茂郡南伊豆町子浦 ☎05586・7・0002

参加費/[前期]大人(中学生以上)=25,000円 子供(4歳以上)=17,000円 幼児=9,000円[後期]大人=19,000円[通し]大人=40,000円  
 [部分参加]1泊24時間、大人=9,500円 子供=6,000円 幼児=3,000円

お子さまの参加について/前期(7/29～8/1)は係がお世話をしたり、大森一慧先生のお話を聞いたりします。講義と食事以外の時間は、お連れの方がお世話になっています。後期(8/1～8/3)の子供さんの参加はご遠慮下さい。

持参品/食器(ごはん茶わん、汁わん、中皿、はし、ふきん)、筆記用具、ゴムぞうりまたは運動靴、水着、写生用具(子どものみ)。

申込方法/申込書に記入の上、参加費を現金書留で郵送するか直接持参してください。7月20日までの取消しは手数料2,000円を、21日以降の取消しは会の運営上、半額を差引いての返還となりますので、あらかじめご了承をお願いします。

申込締切/7月20日(火) ただし、定員になり次第、締切りますのでお早目にどうぞ。

申込先/日本C I協会 〒151 東京都渋谷区大山町11-5 ☎03・469・7631

## '82 子浦夏の健康学園 (7/29～8/3) 申込書

<b>前期</b> 大人 25,000×( )名 <small>中学生以上</small> 子供 17,000×( )名 <small>4歳以上</small> 幼児 9,000×( )名		<b>後期</b> 大人 19,000×( )名 <b>通し</b> 大人 40,000×( )名		<b>部分参加</b> (1泊24時間、人数に余裕のある場合のみ受付けます。) ( )月( )日～( )月( )日	
ふりがな		歳(男・女)		大人 9500×( )名	
氏名		自宅TEL		子供 6000×( )名	
住(〒 ) 都道府県		都市		同 行 者	
				氏 名	
				年齢・性別	
				歳(男・女)	
				歳(男・女)	
勤務先		勤務先TEL		歳(男・女)	
合計 _____ 円を添えて申し込みます。				食事相談(担当/大森英桜先生)	
日本C I協会御中				申込(有・無)有料、要申込	
1982年 月 日					

夏！海！玄米食で心身をきたえよう！

南伊豆・子浦

# 健康学園



Macrobiotic Summer School 1982

7月29日～8月3日

主催／日本C I 協会

〒151 東京都渋谷区大山町11-5 ☎03-469-7631

## 講師紹介

- 桜沢里真** 日本C I協会会長。桜沢如一先生の伴侶として、インド・アフリカ・ヨーロッパにわたり、健康・料理指導を行う。著書、『食養料理法』『マクロビオティック料理』。
- 牛尾盛保** 日本C I協会副会長。医博、厚生荘病院長。日本食用塩研究会副会長。著書、『菜食の効用』など。
- 小川みち** 食養料理研究家。音楽教師の職を捨て、桜沢先生の門に入り、長年奮闘。著書、『かたみ』など。
- 大森英桜** 無双原理と正食の研究、30余年。日本C I協会「正食医学講座」「健康相談」の担当講師。
- 大森一慧** 玄米児6人の母。日本C I協会〈マクロビオティック座談会〉講師。
- 小川茂年** 伊豆下田に在住。十年余、個人雑誌『生きている』を毎月発行。

# 食 養 料 理 講 座 Ⅲ (初級、中級)

リマ・クッキングアカデミー集中講座

日時／昭和57年6月26日(土)～6月27日 1泊2日

(9時受付開始、9時30分閉会)

主催・会場／日本C I協会 (インターマック) 本部

〒151 東京都渋谷区大山町11-5 ☎(03)469-7631

初級、中級一緒に勉強します。3回で初級修了、それ以後4回の受講で中級を修了します。

- 講師／桜沢里真、吉成知江子
- 特典／所定のコースを修了された方には希望によりリマ・クッキングアカデミーの初級、中級修了証を授与します。
- 受講料／12,000円 (材料費を含む。中級は11,000円) C I会館に宿泊する人13,500円 (中級は12,500円)
- 申込み／申込書に記入し、受講料を添えて現金書留で食養料理講座係へ。
- 締切り／6月22日(火) 必着。ただし、定員になり次第、締切ります。
- 取消し／6月22日までは、手数料2000円を引いて返還。それ以降は会の運営上、半額返還となります。
- 持参品／筆記用具、ねまき、エプロン、スカーフ (頭にかぶるもの)、容器、雑巾。
- 日本C I協会の会員 (正会員、年1万2千円など) または誌友 (『新しき世界へ』購読、年5千円) になること。

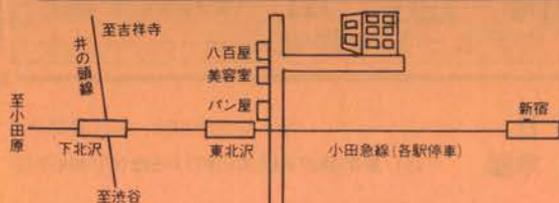
6月26日(土)	6月27日(日)
	6:00 起床、清掃、体操、歌
	7:00 食養料理実習(三)
	10:00 講師 吉成知江子
	10:30 質疑応答
	11:30 講師 桜沢里真
13:00	
受付	
13:30 食養料理実習(一)	12:00 食養料理実習(四)
講師 桜沢里真	講師 桜沢里真
16:30	解散
自由時間	
18:00 食養料理実習(二)	次回は9月25日、26日の予定です。
講師 吉成知江子	
20:30	
自由時間	
23:00 消灯、就寝	

キ リ ト リ 線

## 食 養 料 理 講 座 Ⅲ (6/26～6/27) 申 込 書

1. C I会館に宿泊します—13,500円 (初級)		3. 外泊します—12,000円 (初級)		3. 部分参加	
2. 〃〃〃—12,500円 (中級)		4. 〃〃〃—11,000円 (中級)			
ふりがな	男・女	( ) 歳	1.正会員 (の家族) です 会員番号 ( )	未婚 既婚	(定員に余裕がある時) 料理一、二、三、四 (1回3,000円)
氏名	明大昭	年 月 日 生	2.誌友 (の家族) です 3.C Iの雑誌購読していません		
ふりがな					
住所 (〒 )	都道府県				
自宅 市外局番 電話 ( )	職 業 勤務先	勤務先 市外局番 電 話 ( )			
円を添えて申込みます。			今までに食養料理集中講座を受講された方は、記入してください。		
日本 C I 協会御中		1982年 月 日			

# 日本CI協会 6~7月の行事予定 於 東京インターマック



■ 毎木曜日は休館です。(オーサワジャパンは営業)

## 日本CI協会

〒151 東京都渋谷区大山町11-5

☎ 03・469・7631 代

小田急線・東北沢駅下車2分

● 会員でなくても参加歓迎です

● 録音はご遠慮ください

6月5日(土) 1時~4時 手作りパン講習会 講師/青木一男 申し込みは、オーサワジャパンへ。☎ 465・5021 会費/1500円(天然酵母1袋付)

6月5日(土) 3時~5時 '80陽友会「四季の標準食を考える」だれでも参加歓迎。会費/200円。

6月6日(日) 11時~2時 正食医学による健康相談講習会(公開) 講師/大森英桜

午後3時~5時半 月例講演会「新食養療法」の読み方 講師/大森英桜 会費/正会員=1300円、誌友・一般=1500円

6月7日(月) 午後6時~8時 健康書道教室 講師/書道春秋社師範 織田秋海 会費/1回 500円。

7月12日まで毎月第3を除く毎週木曜日、同時間。筆、硯、紙、文鎮、墨汁などを持参してください。

6月9日(水) 2時半~4時半 マクロビオティック座談会 日常生活の身近な問題を取り上げ、意見交換をし、楽しい生活を築きましょう。後半は食養よろず相談会。講師/大森一慧 会費/1000円

6月12日(土)・13日(日) 正食医学講座⑤(食養療法各論Ⅱ) 詳細は別紙参照。講師/大森英桜

6月19日(土) 1時~3時「初心者のための食養説明試食会」本間昇ほか 会費/1000円、要予約。

6月19日(土) 3時半~5時半 アーユルヴェーダ入門6 講師/高祖英二 会費/500円

6月20日(日) 11時~2時 食養日本料理講座Ⅱ 料理実習と「日本料理の歴史」(2) 講師/松本光司

6月16日(木)までに予約して下さい。会費/3000円  
吸い物/蓬餅、よりうど、えのきだけ、口柚子、焼き物/銀紙の包み焼き(コーフ、椎茸、人参、玉ネギ、隠元、ひじき)

盛り合わせ/鹿の子豆腐、長ひじき、信田巻き、糸こんにゃくの白和え、ふき色出し、うどの梅肉和え  
小鉢/ゴマ豆腐

漬物/白瓜のレモン漬

御飯/笹巻き寿司

6月20日(日) 3時~5時 PU大学物理学講座(7)

講師/宮沢秀明 理論と応用が誰にも解る楽しい講座です。5時~6時は物理・技術質問・相談。会費/正会員=1300円、誌友・一般=1500円。

6月23日(水) 2時半~4時半 マクロビオティック

座談会%参照 講師/大森一慧 会費1000円

6月26日(土)、27日(日) 食養料理集中講座Ⅲ 初級、中級 講師/桜沢里真ほか。詳細は別紙参照。

6月27日(日) 午後5時~7時(以後毎月第4土曜) PU研究会「易・クラックスを考える」CI研究生・会員・一般による研鑽の場です。無双原理を深めたい方、気軽に参加下さい。会費/200円

7月3日(土)・4日(日) 正食医学講座⑥ 食養療法各論Ⅲ 講師/大森英桜 詳細は別紙をご覧ください。

7月7日(水) 2時半~4時半 マクロビオティック座談会 %参照 講師/大森一慧 会費1000円

7月10日(土) 11~2時 正食医学による健康相談講習会(公開) 講師/大森英桜 %参照

午後3時~5時半 月例講演会「占いは当たるか、当たらないか」講師/大森英桜 会費/正会員=1300円、誌友・一般=1500円

7月11日(日) 食養料理教室リマッキングアカデミー春期修了試作会 昼の部11時持参、12時~2時、夜の部3時持参、4時~6時。講師/桜沢里真ほか

7月17日(土) 2時~5時「初心者のための食養説明試食会」本間昇ほか 会費/1000円、玄米御飯に一汁一菜の食事つき。14日(木)までに申し込みをして下さい。ぜひ、多くの方々に御案内下さい。

7月18日(日) 11時~2時 食養日本料理講座Ⅲ 料理実習と「日本料理の歴史」(3) 講師/松本光司 会費3000円。14日までに予約して下さい。

7月18日(日) 3時半~5時半 アーユルヴェーダ入門7 講師/高祖英二 インド医学の「陰、陽、動の調和」を学ぼう。食養と理論面の類似点が多くて面白い勉強会/ 会費/500円(資料代を含む)

7月24日(土) 1時~4時「ニガリを使った手作り豆腐講習会」講師/松田俱幸 会費/玄米御飯と味噌汁付で1500円 申し込みはオーサワジャパン(☎ 465・5021)へ。15日までに予約して下さい。

午後6時~8時(毎月第4土曜日) PU研究会「易・クラックスを考える」会費/200円 %参照

7月25日(日) 3時~5時 '80陽友会食養の勉強会、交流の場。だれでも参加歓迎。会費/200円。

7月29日(木)~8月3日(火) 夏の健康学園 南伊豆子浦海岸にて。詳細は別紙をご覧ください。

## おしらせ

\*6月の休業日はありません。売店営業時間は、10時～18時。

### \*東京都内の配達制度が変わります

これまで、都内区部（一部例外）のお客様で、5千円以上のご注文には配達を行なってきましたが、交通事情の悪化、その他の理由で、5月1日から、次のように制度を変えさせていただきました。なにとぞ、よろしくお願い申し上げます。

### \*配達が適用される条件

- ① 8千円以上お買上げのお客様（電話注文も含まます）で下記の区域のみ配達可
- ② 新宿区（配達日は月曜日）、中野区（火曜日）、渋谷区、世田谷区（環七の内側）（水曜日）、豊島区（木曜日）、板橋区（金曜日）の6区のお客様。

### \*都下共同購入配達日変更のお知らせ

第1地域（調布市、小金井市、三鷹市、武蔵野市、狛江市）の共同購入の皆様には、毎週、金曜日に配達をしておりましたが、5月より毎月1回、第1金曜日からのみの配達に変更させていただきます。6月の配達日は4日です。ご注文はその週の月曜日までをお願い致します。また、第2地域（町田市、多摩市、稲城市、川崎市多摩区）は従来通り、毎月1回、第1火曜日に配達いたします。

### 新製品

- 信州二八そば 250g 280円  
信州産そば粉8割と地粉2割を使った風味豊かなそば。一度ご試食ください。
- 信州5年みそ 500g 300円、4kg箱入 2,200円 国内産丸大豆、米を使い5年間じっくり熟成させた陽性な米みそです。
- マルボシ純米酢 900ml 1500円  
有機農法米を使用し、静置発酵法により造られた本格的な純米酢。
- 石臼式製粉機 75,000円 国産  
重さ15kg、毎分50回転。従来のウィンドミル（米国製）を一部改良し、音が静かに、よりスムーズに製粉できるようになりました。ほとんどの穀物が手軽に粉碎できますが、もち玄米はご遠慮ください。ただ今、旧型と同価格で宣伝販売中ですが、9月から8万円になります。

### 値上げその他のニュース

- オーサワひじき 100g 430円に値上げさせていただきます。今年度は取量不足が予測されています。
- 手づくりしょうゆ（辛口）は、かずさしょうゆに名称変更いたしました。国産無農薬丸大豆と小麦、天塩を使った本ものの味をどうぞ。
- オーサワジャパン主催の「手づくりパン講習」を6月5日午後1時～4時まで日本C1協会3階で行ないます。天然酵母を使ったおいしいパンをあなたも焼いてみませんか。要予約 ☎465・5021 エプロン、筆記用具持参。会費 1,500円（天然酵母1袋つき）
- 「砂鉄製オーサワ万能鍋」が入荷します。従来のオーサワ鍋に改良を加え、軽く、使いやすくなります。価格は次号でお知らせいたします。

MACROBIOTIC FOODS



オーサワジャパン株式会社

〒151 東京都渋谷区大山町11-5 ☎03-465-5021

肌にやさしい

リマ化粧品

植物性

素肌に関心のある方に  
使っていただきたい。



リマ化粧品のポイント

- 基本の油に椿油
- 紅花色素から  
メイクアップ用品
- 昔ながらの  
へちま、きゅうりの  
化粧水

Lima

みずみずしさを選ぶならリマ

## リマシリーズ

化粧水からメイクアップ用品まで発売しております。



● 全国の自然食品店・薬店・化粧品店・デパートでお求め下さい。

リマ化粧品販売株式会社

〒175 東京都板橋区成増2-35-14 TEL 03-976-2525

リマ化粧品西日本販売株式会社

〒550 大阪市西区立売堀2-4-4 永瑞ビル2F TEL 06-533-3081

(発売元) リマ化粧品株式会社

〒104 東京都中央区銀座1-20-14 NKビル6・7階