マクロビオティックの雑誌

無双原理と玄米正食で健康・幸福・自由と平和を創る

-1980

No.522



ランザ・デル・ヴァスト師、来館 日本精神について ロナルド・コーチ

ーマクロヒオティック図書・テープー

■2冊以上の場合の送料は、 三千円未満 六千円未満 万円未満 三百円 二百円 四百円 定価合計が

|入門向き)||桜沢如一著

永遠の少年(上) 少年よ、大志をいだけ!三00円 魔法のメガネ 無双原理の物の考え方 全0円 **=** 110 干一谷

東洋医学の哲学 軽装普及版 新食養療法 正食身心改造法 生命現象と環境 やさしいエコロジー 食養人生読本 食養で開く自由の人生 一、二00円 二、000m 一、100円 HOOF デー合 干一 干芸 7 110

桜沢里真著 米国の食事改善目標

T

8

資料)米上院栄養委

マクロビオティック料理家庭料理全書三、三00円 T.100

研究向き)

桜沢如一著

病気を治す術・病人を治す法 宇宙の秩序最重大PU書 無双原理・易 人生論 一、000円 至0円 九00円 干谷 (品切れ **T**1110

千二百年前の一自由人 健康の七大条件 正義について た00円 至0円 (品切れ

クララ・シューマン 桜沢如一アルバム 石塚左玄 食養法開祖小伝 一、三〇〇円 **至00円**

宇宙法則、 実用弁証法

平和と自由の原理 東西文明の統合

宝0円

人間一この未知なるもの(カレル

、善00円

PU歌集

(品切れ

二、000円 干一台

三、000円 **T**110 砂糖の毒と肉食の害

原典コピー 版

バイキンの国探険 桜沢如一著

健康戦線の第一線に立ちて 人間革命の書

パストゥールの審判

兵法七書の新研究 最後にそして永遠に勝つ者 人間の秩序

つの報告

日本精神の生理学 自然科学の最後

食物と人生

正しい食物について

中央アフリカ横断記 天国の鍵

コンパ文庫4

コンパ文庫5

不思議な世界 コンパ文庫6

新しき世界へ』 三〇一三号 新しき世界へ』 三〇〇一三章

「健康の七大条件」「原子転換」をのぞく

万円以上

五百円

一、1100円

二,000円 一、一〇〇円 △○○円 **T** 1110

1、1100円 1、1100円 F 110 ₹ 1110

1,000円 T 1:10

I、III00円 **T** | | | 0

1,000円 ₹ 110

平、六00円 干で

I、WOO円 100円 (品切れ T 110

三、五〇〇円 1、000円 1、000円 T 110

一、400円 干一谷 干云

三、八〇〇円 干云

八、000円 200円 (品切れ 干云

一、100円 T | | |

> 桜沢如一 カセットテープ

ニューヨーク講演 一巻一一六巻 TES第一回 大森英桜 判断力の話 七〇歳、新春講義 カセットテープ 特別ゼミナール 60分×2本 60分×31本 契、500円 (品切り) 60分×2本 川、000円 二、六〇〇円 一品切れ 品切れ

健康法総批判 原理のない健康法 無双原理入門 主食の徹底研究 人間はどこから来たか 宇宙法則とは? 90分×2本 60分×2本 60分×2本 四時間で三本 二、六00円 〒100 图,000円 二、六00円 四、再00円 〒1100 T 100 T1100

体質別正食法 心身改造法 食養手当法 正食医学秘伝 90分×2本 90分×2本 90分×2本 图"000円 2、000円 (品切れ 图 000日 1100 T 100

久司御知夫 美容とヒフの手当法 ガンの研究 60分と90分 99分×4本 10、000円 M,000円

カセットテープ

世界平和と健康 90分×3本 四、西0円 〒1100

ています。 ピー版、テープをのぞく主な本は、紀伊国屋書店で扱っ 会友の店の自然食品店や各センターでお願いします。 っていません。本部へ直接申し込むか、全国日本C-協 ●日本C - 協会発行の図書・テープは、一般書店では扱

四三日本C-協会へ、代金と送料を注文品を明示して送 間みてください。 金してください。1の場合は2週間、2の場合は、3週 ●本部への注文は、1現金書留、または2振替東京□-|九

電〒 話151 (○三)四六九・七六三二東京都渋谷区大山町一一-代 fi.

- 月26、 27日、 玄米食養入門講座
- 0, 11 食医学講座 (臓器別後期)
- 25 日 食養料理講座 早めにお申し込みください!

本誌をプレゼントしよう! 今号一部三五〇円 切手代用可

インター 食養女性教室、 マッ 味噌つくり講習会 ク・ニュ 1 ス……4

CONTENTS

522号

桜沢如一先生……6

桜沢如一先生特集

欧 九六二年、 米における対核戦争準備 塩と玄米を用意せよ! 年頭の警告/桜沢如一……9 /桜沢如 :: 8

ランザ・デル・ヴァスト師の教団 ランザ・デル・ヴァスト 師、 桜沢如一……12 来たる!……

12

南仏紀行より/

桜沢如

15

GOレター一一五六信

本精神について アメリカ青年の観た日本人の魂 ロナルド・ I 1 チ···· 16

椎間板ヘルニアの治し方/大森英桜…… 正食医学シリーズ 30

ジ

ヤックとミチノ

桜沢如

25

肉食について

連載第3回

H

生存への行進アピール (14)/鈴木万亀子…… 塩」Q&A/日本食用塩研究会……34

32

米国における食品購入の指針(5)/…… 36

卯月の野草料理/ 桜沢里真……39

リウムの多いものを陽性(△)と と呼び、求心・収縮・暖熱・ナト ・カリウムの多いものを陰性(▽) 二つに分けて、遠心・拡散・寒冷

陰性・陽性……あらゆる物の性質を

※本 誌 の 用 語 解 説

C- (シーアイ) "無知なる者のセンター"の意味。 Le Centre

とができる、というわけ。 徹底したものが真の幸福を得るこ 恵をすて、無知、バカであることに 青年教育の家を『MI』 ター。第二次大戦後、桜沢先生が 無双原理と正食の運動をするセン Ignoramusと命名。こざかしい知 Maison

G・O (ジーオー)…Georges Oh-ョージにあてたもの。 の外国でのペンネーム。如一をジ 英語ならジョージ) 桜沢如一先生 sawa (ジョルジュ・オーサワ、

LO (ピーパー) …… Le Principe 則のこと。 理のこと。宇宙をつらぬく根本法 ニック)ただ一つの原理、 Unique (ル・プランシップ・ユ 無双原

マクロビオティック…… macrobio-た人生の道のこと。 る。宇宙の秩序、 による正食法の意味で使われてい 長生き法」だが、桜沢先生の提唱 ティック。元の意味は「長生術、 に生きる生活法。 容詞は macrobiotic マクロバイオ ロバイオティクスmacrobiotics、形 tique (フランス語)、英語ではマク 法則にのっとっ 大自然ととも

紫紫紫紫紫紫紫紫紫紫紫紫紫紫 インターマック・ニュ

食 女性教 室

なぜ正 食 をする

?

こんで開かれました。 2月19日、、食養井戸端会議、改め、 食養女性教室が大森一慧先生をか

る方や、訪ねてこられる方が、ふえて を始めたいが、と電話をかけてこられ いうやり方でいいのか」など、基本的 る方でも、「なぜ正食をするのか」、 な質問が多いようです。 います。また、すでに玄米を食べてい 「どう実行したらいいのか」、「こう 日本CI協会の本部に、 食養

のか一食養とは?べでした。 ようという新しい行事が始まりました。 ていますが、基本に立ち帰って勉強し 第一回のテーマは"なぜ正食をする 本もたくさんあり、講習会も開かれ

のです。家庭では、、あるじ、が、あ るじ、として、主婦が主婦としての役 秩序にしたがって生きることが幸せな います。そして、自然の法則、宇宙の うことは、幸せにつながることだと思 『私たちが生きる、生きている、とい まず、大森一慧先生のお話は

> ます。 く、という、 なり、主婦の座が大きくなり、子供は れてきています。主人の立場が小さく が、私たちの幸せではないでしょうか。 割を果たし、子供は親のいうことをき 家庭の中から、はみだしてしまってい 最近では、そういう家庭の形がくず 秩序ある家庭をつくるの

ることです。 食事が、本当の秩序を乱したものであ が考えられますが、根本には、現在の のでしょう。それは、いろいろな原因 なぜ、こんな家庭ができてしまった

の雨量が少なく、牧畜に適した軟らか す。ヨーロッパは、大陸的気候で、夏 日本と西洋では、自然条件が違うので た栄養学を元にしています。ところが、 つまり、和の世界なのです。ところが、 お互い同士が協力することが必要です。 の多い所には、農耕民族が栄えました。 のように、海国で、気候が温暖、 遊牧―牧畜民族が発達しました。日本 い草が主に生えます。そういう所に、 現在の日本の食生活は、西洋ででき 稲作を中心にした社会では、地域の 雨量

> だから、すべて闘争の社会なのです。 る場所を獲得するのが先決問題です。 遊牧民族では、家畜に与える草、牧畜す っているのです。 養学が、今の日本の食事の形態をつく のが生まれ、そこから発した現在の栄 そういう環境の中で、科学というも

いでしょうか。 での行きづまりの原因があるのではな りません。ここに、現在のあらゆる面 農耕民族中心の、東洋的な文化ではあ 畜民族の中で生まれた文化であって、 ものは、すべて西洋文化、あくまで牧 現在、学校で学問として扱っている

そして、家庭が乱れ、ついには、国が 乱れてくる、ということになるのです。 主食と副食の割合をくずすと、 ンスがメチャメチャになっています。 ないのです。現在の食事では、そのバラ 副食はあくまで副にとらなければいけ りません。食事の中で、主食は主に、 言葉があります。これは、外国にはあ て白くした米は芽が出ません。生命の れほど大きなものです。それも、 いう生理的な現象が現われてきます。 できます。たった一粒の生命力は、そ "一粒万倍"という言葉があります。 日本には昔から、主食、副食という 粒の米をまけば、何百粒のお米が 病気と

- ス デザナナナナナナナナナナナナナナナナナナナナ ある。玄米、を私たちは頂くのです。 これには、根の要素、茎の要素、葉の ない穀物を頂くのかというと、穀物と 私たちは、なぜ穀物を、しかも精白し 含まれていて、植物の、全体、なので 要素、花、種の要素、すべての要素が 種と果肉が一つになっているものです。 いうのは、禾本科の植物の種であって、

酸をたくさん出します。 秩序に反しているのです。実際、肉は 仲間である動物を食べるということは、 の多いものですし、動物である人間が、 食は、経済的に見ても、それだけムダ キロの穀物がいる、といわれます。肉 体の中で肝臓、腎臓で処理しきれない 一キロの牛肉をつくるには、七一八

うな冷性の穀物ではなく、粒食できる、 も悪いものが出ません。しかも、その えてくれています。味噌、醬油という うことになります。副食は季節の野菜 という利点があります。こういうこと 穀物の中でも、反あたりのカロリーの 本の昔の人たちが発明して、 油というものを用いるという知恵を日 や海草類で、調味には、 から、日本での主食は、米、玄米とい いちばん多いのはお米ですし、麦のよ 穀物を噛んで食べれば、生理的に何 塩、 味噌、醬 今日に伝

馴れた塩気で副食の陰性を中和し、 のは、大豆を発酵させたもので、その いしい味つけができるのです。

た変えていかなければなりません。 やれば、必ず体質が変わってきますか 定の食事法をやるにしても、或る期間 病気治し、体質治しのために、或る一 住んでいる環境、年齢、職業などによ りません。あくまでも、その人の体質、 すから、一定の固定されたものではあ の秩序にかなったもの、ということで ら、そうしたら、それに合わせて、 って変えていかなければいけません。 正食というのは、あくまでも、自然

幸福、自由というものを目ざす正食を 心がけてほしいと思います。 ったとしても、人間としての、本当の 次に、参加者のみなさんが、話し合 正食に入るキッカケが病気治しであ

らよいか分からない、などの声がきか ているのだが、みんなにどう説明した うことで、自分は納得して玄米を食べ の人達にどう理解してもらうか、とい れました。 いをしました。 自分が正食をしていることを、 回り

を説得することはできない。一日一人 でも折りにふれて勉強しなければ、人 八王子の松田玲子さんからは、自分

> という確信が持てたようです。 のやっていることは、学校で教わるこ 供たちが変わってきたそうです。お客 りました。大森先生のお宅でも、ご両 は正食をすすめている、との発言があ のつもりで、いろいろな所に出かけて ととは違うけれど、正しいことなのだ で帰っていく姿を見て、お父さんたち さんが訪ねてきて、その人たちが喜ん 親が正食運動をすることによって、子

たちは親を認めるようになる。人に教 親が対社会的な活動をすると、子供

味噌つくり講習会開く

味噌つくりの講習会が開かれ、盛会で 2月24日、浮津宏子先生が講師で、

斗ダルには、この四倍量入る)。 うじ1キロに大豆1・5キロ、自然塩 45グラム、豆の煮汁1カップの割合で、 そが仕込まれました。麦みそは、麦こ でき上がりは約4・5キロの見込み(一 時間を短縮させるため、圧力鍋を使 今回は、教材として、麦みそと豆み

李子士子子子子子子子子子子子子子 インターマック・ニュース 等于子子子子子子子子子子子子子子子子子子子子子 を臼とキネでつぶし、人肌以下に温度 弱火で30分間煮て、煮汁を別にして豆 い、大豆を1・2倍の水で、沸騰後、

作っておき、豆こうじ1キロに自然塩

豆みそは、大豆を全量、豆こうじに

を多めに650グラムにする。

く、広く社会に目を開いた正食のため 分たちのための正食というだけではな 社会の人たちは、みんな何かを求めて えるということになると、自分自身の に、皆さん、もっと勉強しましょう。 か分からない人がたくさんいます。自 いるのです。しかし、何が正しいもの 勉強の仕方が変わり、それが家庭にも 反映してくる、とお話がありました。 私たちは正食をやっています。でも (飯田敏乃・記)

して、一夏でもよいが、できれば二夏 ねかせると、よく熟成する。 ます。土用、または春秋に切り返しを 石をのせて、ほこりよけの紙でおおい はサラシ布、ササの葉)を敷き、押しぶ がら詰め、上に塩をふり、竹皮(また ボール状に丸めて、塩ふりしたタルに、 こうじと煮汁を加え、よく練りまぜ、 が下がったら、もみほぐした塩切り麦 たを置き、みその二一三割の重さの重 すき間のないように、しっかり押しな 玄米みその場合は、麦みそよりも塩

> 押しぶたをして、重石をのせる。 45グラム、水または豆の煮汁2カップ タルに仕込み、塩をふり、竹皮を敷き、 塩をとかした煮汁によく混ぜ合わせ、 十倍入る)豆こうじは、つぶさずに、 の割合にする。(一斗ダルには、この

できる。 の形も分解され、しっとりした味噌が よじょに豆に吸われ、三年後には、豆 水がフタの上に上がってくるが、じ

噌汁に、自然酒の酒粕を少し入れたも 分に働いて、上質の豆味噌ができる。 のを頂いて、散会しました。 ねかせると、塩も馴れ、こうじ菌が十 切り返しをして、二夏、できれば三夏 うにし、春秋、または夏の土用ごろに ぜ合わせ、塩分と水分が均等になるよ 講習では、昨年仕込んだ麦みその味 仕込んだあと、週に一度、上下を混

開かれました。 会、正食医学講座基礎科後期の行事が 3月7~9日、健康相談講習会、例

講座は、4月の分も満員です。 大森先生は、長年の経験をふまえ、。自 われない、と語られました。正食医学 分さえ、というエゴを捨てなければ救 「救われる人、救われない人」の題で



1893. 10. 18~1966. 4. 24

沢

らの、アフガン、は、それにひきつづく、第 界大戦とも呼ばれるべき戦争がすでに終了し えるべきではないだろうか? 七八年四月か による戦争、"思想"による戦争、第三次世 は無傷、という武器も開発されている。 爆弾という、人間のみ殺傷して、建物・設備 て、いくつもの国家・政府が崩壊した、と考 から突発する危険性もある。現在は、中性子 しかし、"核"でなくても、"通常"兵器 しかし、ないともいえない。誤認、誤射

十四回目の命日である。 来たる四月二十四日は、 桜沢如一先生の第

私たちは、この日をどういう思いで迎えたら 昨年末のソ連軍アフガニスタン侵入以来、 一十世紀もいよいよ世紀末に入った今日、

ったのだ。 ている。しかし、よく考えてみれば、 急に世界がきな臭くなってきた気分が充満し 大戦が終わった次の日から三十五年、世界は 貫して、程度の濃淡はともかく、きな臭か 第一次

年安保の争乱を越し、池田首相の『高度成長 は、一九六一年末に書かれた。日本は、六〇 路線:がスタートし、アメリカではケネディ いった時期だった。 が大統領となり、米・キューバ国交断絶、 連核実験再開、ソ連・アルバニア断交……と ここに資料として再録する桜沢先生の警告 6 -

全面核戦争などありえない、という論も多

四次、の開幕ではないのか? カーター大統領は、年頭、「私は、この一週間でソ連に対する考え方を劇的に変えさせられた」と言ったが、本気で言ったのなら、政治家としてセンスを疑われるし、国民をあおり、大統領選を有利にしようという意図としたら、あまりにも見えすいている、と言わざるを得ない。

ともかく、一億一千万の日本人は、ハイジャックされようとしている飛行機の乗客である。日本の巨大経済を支えている中東石油を日本に売らない、という事態になったら?(それが、ソ連にしろ、アラブにしろ、あるいは、日本の羽振りのよさを快く思わないアメリカにしろ)あるいは、一万三千キロにおよぶ海にしろ)あるいは、一万三千キロにおよぶ海にしろ)あるいは、一万三千キロにおよぶ海にしろ)あるいは、一万三千キロにおよぶ海が、と

、町人国、日本は、、、七重の膝を八重に折って、、油乞い、し、要求をのむのか? 三度の飯を一度に減らし、水力発電だけで我慢度の飯を一度に減らし、水力発電だけで我慢度の飯を一度に減らし、水力発電だけで我慢度の飯を一度に減らし、水力発電だけで我慢度の飯を一度に減らし、水力発電だけで我慢度の飯を一度に減らし、水力発電だけで我慢度の飲き、見るに見かねて、石油をまわしてくれるのか? どの国が、そんなに持っているのか? そんな国があるのか? 「いい気味だ、少しはこりたらいい」と思うのではないか?日本は、九割九分、ハイジャッカーの言うなりになるだろう。、石にかじりついても、

らいだから。 らいだから。 多道に屈しない、などということには、まず ならない。早くも今のうちから、北海道の地 は、一国情報、を売ったりする者があるく ならない。早くも今のうちから、北海道の地

気のきいた連中は、宝石箱をかついで、い気のきいた連中は、宝石箱をかついで、こうして、がり、できる。そして、どうなるかり、ベトナム、カンボジア、アフガニスタン、ラトヴィア、エストニア、リトワニアはじめ、東ヨーロッパ諸国でおこったことが再じめ、東コーロッパ諸国でおこったことが再りされる――。

それが何を意味するかは、ソルジェニーツィンの『収容所群島』(全六巻、新潮文庫)や、ポンショー『カンボジア・ゼロ年』(連合出版)、倉前盛通『新・悪の論理』(日本工業新聞社)を読んで研究すべきだ。倉前氏の本は、著者の主張に賛否はともかく、百万人単位の虐殺(カンボジア)、爆撃による政権転覆(アフガニスタン)で動いている国際政治の怖るべき実体が分かる。『収容所群島』は、ソ連六十年の歴史を知らないと分かりにくいところもあるが、そこは飛ばしても、読くいところもあるが、そこは飛ばしても、読くいところもあるが、そこは飛ばしても、読

・ドイツの蛮行が知らされているのは、旧ナ 当のことを全部報道しているわけではない。ナチ 好みに合ったものしか報道していない。ナチ がみに合ったりではない。カチ は、本 に 頼っ

正確に教えてくれる。 正確に教えてくれる。 正確に教えてくれる。

日本の、繁栄、は、戦後の、平和、と、資源・エネルギーの過剰・格安という、幸運、たの中で、日本、は失われた。、無節操、がまんえんした。寒波の襲来も知らずに、花見酒、に酔っていた。寒波の襲来も知らずに、花見酒、に酔っていた。近眼と虫歯と骨細の子供で日本は内から崩壊する。さもなければ、外からのショックで崩壊する。

我が身に火の粉がかかってくるから、と騒びのではいけない。世界中の人々の痛みを痛みとして受けとめ、この人類の、重病。を治す道へ世界を向けるようリーダーシップをとることによって、日本も、日本人も生かされ、生き残ることができるのではないか?

そのやり方は?生き方は?

(橋本政憲)

欧米における対核戦争準備

桜 沢 如

専門家の文を四頁も掲載している。ただ一日の新聞 ことができるか」を掲載し、 以上にわたる大論文『我々はこの核戦争で生き残る は、九○歳のサー・バートランド・ラッセルの一頁 えているか が五頁もさいて論じているこの大問題を君はどう考 十一月五日の英国の大新聞『サンデー・タイムス』 同時に同様の趣旨の各

ことのできる人は、ほとんどいなかった。 ある。これを八月十三日にブラッセル〔ベルギー〕 州の大新聞や大雑誌も大きく報道し始めている。 に着いた日の夜、私があらましを話した時、 で半頁を次の記事で埋めている。 これは、私が七月に米国でたびたび話した問題で しかし今 十一月二四日の『フランス夕刊』は、 -四カ月たった今日では、ようやく欧 特別大活字 信ずる

争 戒

を収容する二十二個の防空室しかもたない!! 四千五百万の人口に対し、我々はわずかに千人

> 我が国は本年度十八億フランを投じて全国民を 億フラン以上を支出している!!! あまりに少額すぎる。ドイツでさえ、一千二百 核戦争から守るというが、これは、あまりに、 核戦争が始まれば、我々はいったいどうなるの いうのは、いったいどういう意味であるか? 四千五百万人に対し、ただ一千人だけを守ると

るが、軍事秘密)。 送された。それには次の如き文が初めにある。 『この書を受け取った者は左記にただちに疎開せよ。 (鉄道、自動車路はすべて確保され、確定されてい 八百万部の「疎開警告書」がフランス政府から急

に止めておくこと。家はカギをかけておくこと』 子供らには身分鑑識票をつけよ。ガス、電気を完全 毛布、衣服、三日間の食料、現金、身分証明書、 忘れず持参すべきもの、左の通り。 等々長い注意がある。永久疎開者の警告書は赤、

臨時疎開者は白。

十分間で防空室にかくれること』 習が近く始まる。サイレンがひびきだしたら各人は 「警戒サイレン、レーダー探知機、警告等の予行練

フランかかる。 厳守せよ』と明記してある。防空室は一人に三十万 この核戦争開始サイレンは『絶対無条件に、即刻

定しなくては一歩も歩けない。 放射能の雨と数十日、数カ月戦わねばならない。 『各自は空気レーダーやガイガー計器で放射能を測

『完全に直撃をまぬがれて防空室に生き残った者は

に達している。 『ソ連の核実験で、空中放射能はすでに常時の千倍

るだろう、と言われている』 よし即時に四千五百万人殺されても、他は生きのこ 『米国では、個人が高価な防空設備をしているから

ン防空設備をしている。 『ドイツはすでに、千二百億フランの予算でドンド

『モスクワでは、百万人の市民を守る防空壕ができ

空設備の中に残るようになっている。 し国全体が破壊されても、政府だけは完全に地下防 府用防空設備を造る案が出ている。が、まだ実現さ 『スエーデン、ノルウエー、英国は、 『フランスでは、地下百メートルの大岩石の下に政 米国同様、よ

れてはいない。

国の防空設備事情の進行ぶりを報じている。 十一月二六日のドイツの『シュテルン』誌は、米 [複刻『新しき世界へ』第2分冊より]

九六二年、年頭の警告

桜 沢 如

皇紀二千六百年の歴史を誇っていた新興国日本に、空前の危険が追りつつあることを、私は戦争〔第二次大戦〕の十六年前から叫びつづけ、その最大の原因である国民の判断力の低下と、そのまた根本原因である健康戦線の異状を全力をつくして説き、十三年前には、時の陸軍大臣、荒木大将と膝を交えて話をするために、欧州航路の船底の四等でとび帰った。をするために、欧州航路の船底の四等でとび帰った。をするために、欧州航路の船底の四等でとび帰った。をするために、欧州航路の船底の四等でとび帰った。とするために、欧州航路の船底の四等でとび帰った。大度〔大建築〕の倒れんとするや一人の力ではし、大度〔大建築〕の倒れんとするや一人の力ではどうにもならず、ついに日本は亡びた。

を危くした。

よく生き残ったものである。

昭和十六年一月に書いた、あの記念すべき私の日本人に対する最後の警告書〔『健康戦線の第一線に立ちて』〕は、扉にゴチック文字で、
「近衛公〔首相〕以下の日本の指導者諸君!』
という激しい口調で始められた。

の通り、七年後に事実になってしまった。 が、大々は、行列買いもせず、健康もいためず、 なとに、日野ない。無事に亡国の危機を通り抜けた。 にとに、日野ない。無事に亡国の危機を通り抜けた。 なとに、日野ない。 ないでも、数千の会員は、私の忠告にしたがって、 ないの通り、七年後に事実になってしまった。

森山シマ姉と私だけが検挙されてヒドイ目にあった。私は瀕死の状態で、終戦後に解放された。森山さんは、甲府全滅の夜、甲府刑務所の女囚たを脱出し、泥の池に入って、ようやく助かった。この日野春PU村疎開のため、私は大津無双原理この日野春PU村疎開のため、私は大津無双原理で加血をそそいだ原稿の大部分は、新潟署の警官に没心血をそそいだ原稿の大部分は、新潟署の警官に没収されてしまった。

あれから十七年。 以来、私は核戦争に対する心構えと準備を要求した。 と言った。(私は準備をせよ、と言っただけなのに) 今度の戦争は核戦争である。それは地球がつぶれ、 今度の戦争は核戦争である。それは地球がつぶれ、 今度の戦争は核戦争である。わずか四発の水爆で で、ベルギーとオランダは同時にたった一発で無人 の廃墟になってしまう。

君にも知らせたが、もう一度かいておく――。 ラッセル、シュワイツェルらは絶叫している。 しかし、私はPUと正食の同志たちに、唯一の生きのびる方法を示すことができる。それは、目下印ある。(英語版は二カ月くらい遅れる)。 ある。(英語版は二カ月くらい遅れる)。

核戦争の禍を転じて福となす法

○ 個人的、消極的、生物学的、生理学的方法○ 個人的、消極的、生物学的、生理学的方法

- 疎開予定地に買い求めおくこと)。(日本では玄米をすぐ買い入れる要はないが、
- 3. 平素よりいっそう正確に正食第七号をとるこを見よ)。
- B) 社会的、積極的、理論的方法
- 人に示すこと。 人に示すこと。
- 2. PUを現代科学、ことに原子物理学に導入す
- 3. アメリカ人の五分の一は、すでに対核戦放射 にを防ぐ方法を完成したというが、それには 保証は何もない。カリフォルニアのチコ村に は何もない。カリフォルニアのチコ村に は、すでに対核戦放射

要するに、個人的には正食の厳格な実行。 (その要するに、個人的には正食の厳格な実行。 (不月号以来の本誌をよんで、感想や決意を送ってに八月号以来の本誌をよんで、感想や決意を送ってきた人は、わずかに十数人にすぎない)。

とはできない。

いる人々である。
この核戦争では全人類が全滅するのである。それを生きのにのは中り正食人のみである。PU正食人とは、こるのはPU正食人のみである。それを生きのでもなくても「一粒万倍」の精神だけは知って

正義や恩の生物学的、生理学的、宇宙論的構造の解説を君は私ので、よく知っているはずである。しかし、実行のともなわない知識は偽善である。アリと正食の理論を、まるで自分の発明か発見のように吹聴している人々があるが、彼らはみな、正義のオカゲも、恩のオカゲも、自分が生き永らえているワケも知らないのである。

そんな人々を一掃するための核戦争である。 そんな人々を一掃するための核戦争である。 外にいない。それを拡めてくれるのはアリガタイが、外にいない。それを拡めてくれるのはアリガタイが、外にいない。それを拡めてくれるのはアリガタイが、外にいない。それを拡めてくれるのはアリガタイが、外にいない。それを拡めてくれるのはアリガタイが、外にいない。それを拡めてくれるのは戦争である。 (恩、正義、安心、立命、考終命などいうコトバのない世界) を是正するだけの資格をまず身につけなない世界) を是正するだけの資格をまず身につけないと、とんだあわれな最後の恥さらしをやる。

さらに極悪人である。 世界観と正食の「行」を破り、かつ守らない者である。 思人とは、アワレナ最期をとげる者である。 日と正食を人に教えながら、自分で守らない者(他 世界観と正食の「行」を破り、かつ守らない者であ である。 とは、アワレナ最期をとげる者である。 とらに極悪人である。

の禍を転じて福としようではないか!

品会社の株主の一人である。 私は、前号にかいたように、この世界史上最大の 私は、前号にかいたように、この世界史上最大の

れたくなくなった。

てきた。死線も何回か越えた。
てきた。死線も何回か越えた。
ないまで、かつ渇くモノばかりの一致協力でやるべきである。一青年キリスト、一仏陀でも、あの当時をである。一青年キリスト、一仏陀でも、あの当時をである。あくまで我々同志の、心マズシキモノ、正である。死線も何回か越えた。

米国の同志たちは、新聞の特ダネになったり、テレビに出たりするほどの活動――現代のノアの方舟レビに出たりするほどの活動――現代のノアの方舟レビに出たりするほどの活動――現代のノアの方舟レビに出たりするほどの活動――現代のノアの方舟とに、フランスのザカリヤン夫妻のごときは全財、全力、全時をあげてはたらいてくれている。

っているのはイタマシイ。 CI本部の子供たちだけが、弱々しいウデをふる仏、独のごとき多数の協力者が出ていない。

るので、これをかくのである。ソレを世の常の新聞いう法はあるまい。私は君のコトをたえず思っていれの月一回の通信は、何億円かけても書けないモ利の月一回の通信は、何億円かけても書けないモがだ。ソレを紙屑カゴのようにダマッテ受け取るとが、ソレを紙屑カゴのようにダマッテ受け取るとが、一道のフーカンハマズ月一回、一枚のハガキか、一通のフーカンハマズ月一回、一枚のハガキか、一通のフーカンハマズ月一回、一枚のハガキか、一通のフーカンハ

こんなことでは、とてもこの核戦争に生きのこるこ

感謝の意を伝えるハガキ一枚よこさぬ人がある。

返す)というのがあった。ソレは一粒万倍の精神の 物をもらった時、半紙を二枚入れて器やフロシキを は残っているかどうか知らないが「オタメ」(贈り アラワレの一端であった。 か週刊のようによみすてられてはタマラナイ。 古い日本にはヨイ習慣があった。その一つで、今

のようなものも出る。 紙で最近判明した)。 をダマス計画をもっていた、というコトがエブの手 精神がうすれて、ヒドイのになるとアイーダや×× このごろはこの「恩」、「報恩」、 (アイーダは初めから私たち 「オタメ」の

断わって私にソノむね了解させてから行動すればよ だから、ソレをうけ入れられないのなら、ハッキリ てくれさえすればウレシイのだから。 私は七十年の経験で君に私の最上の忠告を送るの 私は君が「幸福」(禍を転じて福となす人)になっ 別に私は強制者ではないのだから。

Uを実践で宣布すべきである。 でも助かりたいなら)まず、この西洋文明を造り上 げている大黒柱、 前の全人類の破滅を救うためには(或いは自分一人 何もかも西洋文明のオカゲである。だからこの空 形式論理学に代わる宇宙論理学の

きである。それはタダ身をもって示すべきモノであ バの生物学的、 原子論的、 次に西洋科学の最大の欠陥 破カイ専門の技術、 生理学的理解のなさ――を訂正すべ 恩や安心というコト 分裂的

トである。分析的と宇宙観のなさは同意語である。 マデ分析的であることと、アクマデ宇宙観のなきコ 原子物理学を勉強しておどろくことは、 そのアク

> ない。 まわすことは、子供が機関銃をふりまわすよりも危 後者がないから分析するのである。 その西洋科学の片々たる知識を受け売りしてフリ

ための二十四時間である。 せすぎる。私の一日はこのあり余る幸せをバラマク 私は今、一生で最大の幸福の絶頂にいる。 否、 幸

メン、アルカンたち。 て先頭に立って米大陸四千キロを横断したヘルマン ス、十年かかって造り上げた『ギンザ』を売り放し コロンビア大学教授ボーマン、一週八百ドル(三百 万円)の収入をすてたテレビ女優ティール・エーム カリフォルニアのチコにPU正食村を建設した元 ーニューヨークにのこって戦っているミチオ、

みな忙しい中から通信をくれる。来年はヘルマンが ロンドンに出て新しい戦場に臨む。 何という壮大なPUパノラマだノ ソレに引きかえ、本号の写真が示すような高価な ミチオはモスクワにとび込む用意をしている ミナそれぞれPU正食宣布のために挺身している。

世界は我々のモノになる。 0) いですんだら、我々はさっそくソバの種をまく。 生き甲斐のある仕事をしている。核戦争が三日くら ない。出たらスグ放射能でやられる。我々は塩十キ 口と玄米一袋だけで悠々と活動し、人生で、最大の 防空対核戦準備に右往左往している人々川 収穫までの間は野草が十二分にある。その時、 彼らは、よし生き残ったところで地上には出られ

> ソレは一文の損にもならない。かえって健康が増進 ウソだと思っても、 判断力も少しはヨクなる。少しは冒険もできる 私の忠言をきいてみるコトだ。

これが私の一九六二年の新年のアイサツである。

「複刻『新しき世界へ』第2分冊より

生 沢 先 如 記

■5月1日(木) 1時~3時 日本CI協会本部にて 神式により執り行います。

5 時半 ザ・デル ・ヴァストさん歓迎会 ランザ・デル・ヴァストさん講演会 (巻末行事欄参照)

春のピクニッ (44ページ参照、必申込)

4月20日(日) 丹沢 大山下社から七沢温泉へ。 野の草も萠え出てきました! 桜沢里真先生も目的地へ出 席されます。そろっておいでください。 里真先生」と歌いましょう。(4月17日がバースデー)

ランザ・デル・ヴァスト、C-にて講演!(5月1日)

法政大で講演。5日、

埼玉・東松山の

ザーデルーヴァスト師が来日する。同 師は、インドのガンジーの思想に共鳴 もっている人である。 の行動実践により、 生活共同体を営んでおり、非暴力主義 で、菜食、機械文明拒否、有機農業の し弟子となり、一九四八年以来、南仏 フランスの思想家で実践者の、ラン エコロジー運動に大きな影響を ヨーロッパの平和

GOレターに訪問記を書いている。(一 者旅行』396~39頁) 夫妻が、同氏のコミューンを訪ねて、 五四信、 じつは、一九五六年七月、桜沢先生 一一五六信、 『世界無銭武

日程は、4月29日来日、5月2日

演会。11日、別れのパーティ。12日、 日、奈良。8日、大阪。9日、東京・ 原爆の図丸木美術館。6日、広島。7 03.302.3425 トと非暴力を考える会』(東京都世田 離日。9日の会は、会費五百円。 大手町農協ホールで5時から公開の講 谷区桜上水5-2-2 問い合せは『ランザ・デル・ヴァス 西尾方

が近刊される。(新泉社刊、☎812 行動のやり方、いろいろの運動、 ・1662) 反暴力とは何か、反暴力 同師の『反暴力の手法』 (西尾昇訳 など。

> 職人共同体の長となる。 (一段以来)ガ 聖地訪問(二六一三)。非暴力の質朴な ジーに会い、弟子となる)、ついで、 なる。インドを訪れ(一二二一一一一一、ガン 刻などをやり、宝石商となり、農夫と 外国語の教師、肖像画かき、象牙の彫 ピサ大学卒。哲学博士。ラテン語など ランと結婚。パリのコンドルセ・リセ ジャン)「九〇一年九月二十九日、 ■ランザーデルーヴァスト(ジョセフ、 で、その主義を西洋に広めるため努力 ンジーとその後継者ヴィノバの信奉者 タリアのSan Vito dei Normanni 生 [中学] 卒。フィレンツェ大学および 九四八年、作曲家のシモーヌ・ジェブ

> > している。

法(七)、生命の輝きと真実の先端(七三) 黎明(40)、霊的三位 ンソン でないものは無(玄)、 強制された論理による回心(表)、総て 四つの禍(兎)、内的生活へのアプロー 白な回帰の原理と教訓(翌)、歌謡集 の行進(クリスマスのナゾ)(題)、明 情の対話(四)、原点への巡礼(四)、王者 チ(公一)、ノア(室)、生きた魂の登はん ゾ)(五)、新しき巡礼―ヴィノバ(西) (空)、福音書注解、情熱 (復活祭のナ (六)、自由人と馬鹿(元)、或る思想の 著作/ユダ(二至三)、物事の付号、 体、 いろいろなシャ (人名録より) 反暴力の手

デルーヴァスト師 切手代用 (500円) で返信封筒 日本CIへ申し込 を入れて、 20

ランザ・デル・ヴァスト 師の教団

時頃ディジョンで停車しただけでリョ ドオ氏が大きな新しい車で来て下さっ ワザワザ送ってくれた。早朝からカル 大きなヴェルサイユ号でリヨン駅まで T夫人の弟カルドオ氏がT夫人と共に たのはアリガタイことだ。 九時にパリのリヨン駅を出て、十 七月十七日、パリを汽車で立った。

桜 沢 如

団についた。 なれたランザ・デル・ヴァスト師の教 た。
日氏の
キャンピング
車で
七キロは う小さい村についたのが七時。駅には で一服して三時半出発、ボレーヌとい ンについたのが一時半、それから食堂 Dr. パロディとH氏が迎えに来てくれ

南仏だ。師の大きな家(約五百坪)

1956.7.26

というよりお城は、大きな丘の上、松林の中にある。のここのベルナル教授がワルダのセワグラム(ガーので、大きな軸がかかっている。南無妙法蓮華経とかいてある。日本山妙法寺から贈られた太鼓もあとかいてある。日本山妙法寺から贈られた太鼓もあとがいてある。日本山妙法寺から贈られた太鼓もありた。

三寸の身長、ツルのような人。著書数種あり、 は豪農の家だったらしい。 家は三棟。母屋には二十あまり大きな室がある。元 流)、出版、 普及者。農業、手織り工業、一〇〇%菜食(インド シュワイツェルと全く違った行き方――東洋精神の 誌も出ている。(手スキの紙で、手刷り印刷) Dr. 余りの土地をもって、大きな自治団を経営。 会員三千。このボレーヌ村で七町歩(二万一千坪) 造詣が深い。ガンジイ、ヴィノバ精神の欧州宣布者。 も『ヴィノバ師と共に』は有名な本。インド哲学に ドに修業巡礼に出た。今、五十二歳。白髪、六尺二、 ランザ・デル・ヴァスト師は、三十歳頃からイン 日々の労働ー ーこれはヨーロッパ風の大きなMIだ。 もっぱら自給自足、東 月刊雑

三十人余りの修道者がいる。若い夫婦が数組あり、赤ン坊も三、四人いる。子供も五、六人いる。修道者は一生、師と共に師の道を行く誓いをたてた人々で、胸に大きな手彫りの木の十字架をブラ下げている。ミナ手紡ぎ手織り白い羊毛の長い法衣をきている。二十人は若い女性。美しい道場である。仕事着は、これも手紡ぎ手織りの藍色の木綿の陣羽織のような上衣と太いズボン。

五時半起床、六時半まで瞑想。ソレカラ、朝の集

り。大きなスズカケの木の下で会長夫人シャンクレり、大きなスズカケの木の下で会長夫人シャンクレール(美しい歌手、の意)が「ハーレルヤ」を歌い、ール(美しい歌手、の意)が「ハーレルヤ」を歌い、ール(美しい歌手、の意)が「ハーレルヤ」を歌い、ール(美しい歌手、の意)が「ハーレルヤ」を歌い、ール(美しい歌手、の意)が「ハーレルヤ」を歌い、ール(美しい歌手、の意)が「ハーレルヤ」を歌い、ール(美しい歌手、の意)が「ハーレルヤ」を歌い、中で会長夫人シャンクレール(大きな、アール)を歌い、本りが、本りでは、大きなスズカケの木の下で会長夫人シャンクレール(大きなスズカケの木の下で会長夫人シャンクレール(大きなスズカケの木の下で会長夫人シャンクレール)が「大きなスズカケの木の下で会長夫人シャンクレールでは、大きなスズカケの木の下で会長夫人シャンクレールでは、大きなスズカケの木の下で会長大人シャンクトでは、大きなスズカケの木の下で会長大人シャンクレールでは、大きなスズカケの木の下で会長大人シャンクレールでは、大きなスズカケットが、大きなスズカケットが、大きなスズカケットが、大きなスズカケットが、大きなスズカケットが、大きなスズカケットが、大きなスズカケックにより、カール・ファックル・ファイルを表します。

その間、全く無言。 その間、全く無言。 その間、全く無言。 その間、全く無言。

央の机にはランザ師、その両脇が私たち、 間くらいの腰カケ三〇がソレをとりまいている。中 員(三町余り下の農場のワラ小屋――といっても) 礼には、全国、外国から集っている五十人余りの会 む。母屋の三階の軒にある鐘がなりひびく。この朝 いている。スガスガしい朝の空気の中で、朝礼がす つ(テム茶、 私たちの机の上に大鍋(雑炊)が一つと、 会長夫人と母堂。両側の机にはDr. パロディ君を始 カケの木の下に三つ、コの字型におかれ、 人々)が参加している。八時に朝礼がすむと、朝餉。 百坪あまりある――のワラの中で寝泊まりしている 幅三尺、長さ十八尺くらいの木の机が、 南仏の朝の太陽は、スズカケの大木の梢に高く輝 ベルナル師その他がズラリ。中央のランザ師と カミツレ茶)、大きな鉢(ヨーグルト その外が 中鍋が一 粗末な二 別のスズ

> と。 ーグルトは玄米クリームまたは小麦クリームになっんぶり二つは姿を消し、茶はヨモギ茶、玄米茶。ヨヒルも夜も同じ。私の話が始まってから、砂糖のどヒルも夜も同じ。私の話が始まってから、砂糖のどーつ。各人はドンブリーつ。手製の黒パン一カゴ。

時間、 草原。 の室 をのぞいて、玄米も、玄麦もある。 ずにきく。小用に立つ人もない。場所は ビユ、その他タクサン のモノ。野草はスベリヒユ、アオザ、タンポポ、犬 仕事をする人々だけが二千カロリーくらい! ゴマ マだけが炊事をした。カロリーは平均干くらい。畑 来ない。村まで七キロあるし、台所には当番が一人 日から絶対正食、PU研究の実行。邪食は絶対に出 は三時から七時、八時まで、ミナつかれもアキもせ から始まり、幹部だけ十名のANSになった。 しか入れない。私たちの滞在中は、ランザ夫人とリ 私のANS [A New School] は、十八日の朝食後 四日間やった。ランザ師夫妻始め一同、 ミナ熱心にノートし、質問する。 (祭壇のある室)、または家の前の木の蔭の ヤサイはミナ畑 一日平均 『沈思瞑想

る。インド哲学も勉強できる。 と業指導と、食養指導のため、MI生が三人くらる。インド哲学も勉強できる。

ンザ師の学園はMIみたいなモノ。(ポンディチェ遊中は私たちの日本館に宿られたのだから、このラヴィノバ師の一行がポンディチェリ世界政府大学巡昨年から正食を実行されているし、七月七、八両日、バ師が生き神様になっている。そのヴィノバ師が一ガンジイ精神の家だが、ガンジイ亡き後はヴィノガンジイ精神の家だが、ガンジイ亡き後はヴィノ

デ %ミナ 成 果を上げ、 0 1 か い者に 八八月 チェ らは にきかれる で倉庫がたりなくなったとい 知ら の日 リでは日本式PU農法が大成果を上げ、 通信がない ソレ れているから、 本展覧会でトシ子 が世 が、 界中 ベンの報告によると、 0 オー 私 の言うコ m U う。 Ľ \Box 一トは の活躍 K その上、 師の大学 100 ポン が大 昨 *

ききにくる人、 木の蔭でひらかれた。 に来るバカリ。 7 ワ 五合の雑炊とパン 7 (塩味) 日の夕餉は八十人が合同 は 心配し で、 お たが、 13 L 人当り四 その かった、 切 大好評で、 日の れ おいしかった、 旨カ 食事 インド式の小麦のハ L 雑炊の U がなんと、 ij 南 1 0 草原 作り方を 以 下だか と言 玄米 で、

1=

П 講

て、 白 + ずつ立てた枠四つを中にして、 ケの木のシゲミをもれてくる明 " 連舞をやり、 インドの 「ひらいた、 がもえ切って、十二時近く、 クリの大輪舞をやって散会し 長 い服のMI生ば から(九時) 紀の歌謡、 舞踊 次に一同八十人が二 ひらいた、 ベベル ギター、 母家の内庭で、 かりとランザ夫妻がカドリー ナ ル師の夫人の 子供の レンゲの花がひらいた」 美し 満月が大きなスズ りだった。 た頃はモー、 踊りと歌、 一重の輪をつくっ 11 U 本場仕込み)、 1 歌 0 7 ククを十 独唱、 最 口一 戦後に 本

ANS講義と討論は七時までつづいた。 クリの 朝礼 師始 1 が M I 娘が もな 時 日の からANS、 U 1 は 1 食事もな H 一曜は、 5 思い のロウの 思 午後 朝の 11 11 に村の教会に行く。 涙を集めている。 食卓でアグネスに 鐘もなりひび 時半 から最 後の かな

> 堂始 クリ した。 ||義を終日つづけているので、 十三日、 金曜はイツモ 。再訪を確約してヤッ ザ 返しクリ か出られなか めミナが、 も欠席しなかった 師は毎日、 丸四日、 出 返し言われる。 発 ナゼも 三十時間のANSでDr. 断食の日で夕餉だけ しようとすると、 ったことを口 外来者数十 0 ト私たちは出発を許された。 女医も一人は無欠席だった。 といてくれないか、 健康指導も幹部十数人 人のために下の農場で 惜しく思 私のANSにただ ランザ師夫妻、 ってい 18 ロディ と悲し ると、

む

決心まで てム 発狂 題がとけ、 その 0 7 ニアのインド 洋汽船の会計 オマ する人が ANSTPU リアンが、 (陽性) ほ ケニ日あたりで労働したり、 か、 たほどの法悦である。 生PUのために夫妻で殉死するとい 時 7 なりすぎたのである。 々あ 日日日 課長、 人の教師 11 セイユ をきいて、 る。 のANSの後に デ 三日間、 イジョ のジュリアン 家四 法悦境に入ると、 ンH 人等タクサン。 スグ治った。 絶対水 :夫妻、 瞑想したり 「発狂した」。 42 身上 滴もの 力 歳) の大問 IJ フォ 時 う 主

和 観音がかけられた。 しのラン が師の学園の読書室に全 和 鳳 君 の平

イことだ。 1 を惜しみつつ送られて、 = H ヨンまで送ってくれるコトになっ 夫妻は、 十三日 そのキャンピング 朝食後、 0 その車 L ラン 9 で出出 カ ザ 1 た。 で 発 師 7 五四信 後 私を 0) T ij 他 に別 ガ 4 ヴ

> 郡 司 篤 孝著

有 害な

品

用 うまいパンほど害/インスタントラー 水 とサ 油 容/母乳まで汚染/添加物だらけの粉ミルク 6判20頁 セージの疑惑/恐るべきコー 0 F 添加物/ /子供をむしば 恐るべき子供食品の実態!! 七 2 カラクリ " ーインガム/ カリ 960円 別添スー マヨネーズは 強化食品の毒性 むアイスクリー カステラ・ビスケ プは死 (〒120円) 0) ラ類 純正食品 スープ 卸 その し可、 4 インチキ メンと恐ろ 噛む ハム・ 9 か 月 C 1 社 ほど 肥 刊 満

C 時、 月 14 1 H 本CI H ・ラス 月) 本部 仮 26 日 称 参加 \pm 歓 12 迎 ず h も午 後6 時

各地のマクロビオ ティック活動

ロードクラブ・グリーンクラ ブ春の草つみ、餅つき大会

● 4月13日间 時12:00~16:00 農業座談会、持寄り市 (古物可) ₩ **☎**03-866-1020

桜沢里真先生マクロビオテ イック料理講習

● 4月10日余 時 13:00-16:00 会三島市沢地450-1 沖ヨガ修道場 本部 ☎0559・86・5655 国際総合 ヨガ世界大会後の行事で、外人多 数参加。通訳がつきます。

南 14 よ 0

GOレター一一五六信

たい憤怒の情がパッともえ上がってきた。 か、と思うと苦しくなった。私の一生の言行がカレ 四人の青年の中、三人(リベラル、エステル、カー ラをマダ奮起せしめないのか、と思うと、 一体カレラは、この破格の恩典を何と思っているの ン)まで、手紙さえよこさないのを悲しく思った。 った。ことに私がスグ出て来る様に、 分をとじこめている人々を思って淋しい気もちにな かってためた金で小さい家をたててサザエの様に自 ら貧乏な日本で、苦しい一生を送る人々や、一生か 前略) このPU、 私の一生と全力をかけた教育がムダだったの 食、 食物療法をもっていなが 最近すすめた おさえが

長い通信をかかせた。 桑の実の感傷が、珍しく私をセンチにし、こんな 小鳥や虫ケラにも劣るミジメな動物なのか!!! 人間と言うモノは何と言う悲しいモノだ!!

冒険の方がオモシロイのではないのか!! ドンナ最後かを知らない旅だ。同じ冒険なら大きい 青年と少年に冒険の精神を吹きこむためのモノだ。 の宣言書だ。血と汗をもってかきつづったモノだ。 ない。ソレは檄文だ。ヤルセナイ切望だ。人間革命 グストーンの紀行とは全くちがう。それは記録では 人生は冒険だ。バクチだ。ドーセ明日を知らず、 私の旅行記はスタンレーやキプリングや、 リビン

桜 沢 如

間としての一生の冒険記はマダ今日までかいていな 長い旅の貧しい田舎娘が生みおとした赤ン坊が、ド 長い小説だ。ソレは六十四年前、天竜寺の門前で、 かいているのだ。ソレは私の一生かきつづけている ナ冒険をしつづけたか、と言う物語である。私の人 オモシロイ、タノシイ、タノシイ一生を送り、ドン ーシテ八十年ほど世界中を歩きまわり、オモシロイ 私はカレラ以上の、 フランスの様なスパラシイ小説はかけない。しかし が、 私は残念ながらロマン・ローランやアナトール 七十歳になったら書き始めるだろう。 全くちがったジャンルの小説を

しかし、その家に一生すむのはツライ。それに野村

家におちついて晩年を送ったらサゾ楽しいだろう。 ももてない。こんな器をそろえた野村君の家の様な

ああ、この天竜寺の門で生まれた赤ン坊門 限の宇宙をもっていてもマダ満足しない男である。 もイヤだ。地球が一粒のケシ粒にも当らない広い無 つと言うコトはタエガタイ不自由だ。全地球を得て るコトに忙殺されても満足しない。土地や別荘をも 死ぬるまで世界中いたる処でコンナ楽しい生活を送 ンナ楽しみの千倍の楽しみをしたって満足しない。 はスパラシイことだ。しかし私の野望とドン欲はソ る土地で、一生はたらいてきた金で晩年を送るコト この南仏海岸の千億長者の別荘やホテルばかりあ

展覧会をやっている。 て遊んでいる。今この辺の陶工百人を集めて、 上になって二十歳台の娘と結婚し、 ヴァンスの近くにピカソがすんでいる。八十歳以 近くにヴァローリと言う陶器 陶器造りをやっ その

1956.7.27 の野村君のためにセメテー組もって帰りたいと思う。 シイ芸術的な茶器が二千五百円くらいである。大阪 しかしコレカラまだ十万里も旅する身だから買って

の産地があるのだ。このヴァンスの街にもタクサン

産物のピカソ張りの陶器を売る店がある。

スバラ

ばし、世界革命、人間革命をやる方がハルカニおも のカギ!! 外にいい方法はない。ああ、PU! ロクない。結局いまのママの方がいい、否コレより っていても六カシイ。 せる方がモットおもしろい。ソレは金を数千億円も ッドの冒険を自分もやり、タクサンの青年にもやら しろい。身をもって、マルコ・ポーロや、 PU青年、少年を海外にジャンプさせ、 ツムリや「空のシラミ」をもつよりも、 もなし、カバンもなし、の方がいい。茶器や、カタ 維持ヒもかかる。小さい村にも下りられない。プウ ぶカタツムリはドーか。それでは場所をとりすぎる。 税金を払うのがゼッタイきらいだ。それに海をこえ たり、ヒコーキにのったりするのに困る。 の様でオモシロクない。第一、税金がかかる。私は キャンピング車の方がいい。イヤそれもカタツムリ 君はイツでも私をとめてくれる。ソレより日夫妻の (空のシラミ)を改造したら? いや、それでもイケナイ。私はヤハリ無一文、 無一文でやらなくてはオモシ 正食! グングンの タクサンの シンドバ では空と 家

む青年がないのだ!!! しかしナゼこのPUをカッパライ、 思う存分楽し

日本精神

について

送ります。



ロナルド・コーチ

訳である。

一月号に掲載された、

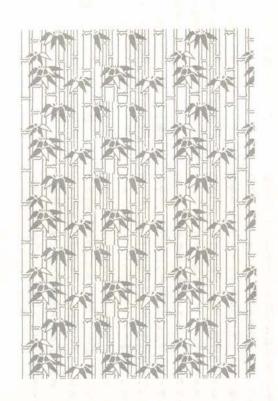
《The Spirit of Japan》 by Ronald Kotzsch の全

スト・

ウエスト・ジャー

ナル』一九七九年

事すべきだろうか? 感想文をお寄せ下さい。コーチさんにも写しを的な、誤解をいくつも見つけることができ、西洋人が日本を知ることの難しさを知ると同時に、日本人が、外国の文化を真に知ることの難しさを知ると同時に、日本人が、外国の文化を真に知ることの難しさを知ると同時に、日本人が、外国の文化を真に知ることの難しさを知ると同時に、日本人が、第二の文化を真に知ることの難しさを知ると同時に、日本人が、外国の文化を真に知ることの難しさを知ると同時に、日本人が、第二の文化を真に知ることの難しさを知るとの難しさを知るという。



(編集部

その例を挙げてみよう。 名残りを見ることができる。いくつか、 ウラに、それとは全く異なった文化の らゆる面で、この表面的な近代文化の ジネス、宗教、芸術、話し方など、あ しかし、日常の生活や社会の関係、ビ ディスコの氾濫している社会である。 企業、スモッグ、ポリエステルの服に で工業化され、都市化されており、 レビと自動車、インスタント食品、 今日の日本は表から見れば、近代的

が、このタクシー運転手たちの始業前 界に奉仕する決意の言葉である。これ たちの会社、京都の町、日本の国と世 客へのサービスの心構えであり、自分 男が誓いの言葉を唱える。それは、お 輪になって歌をうたっていた。一人の ズボン、磨かれた黒靴の男たちが六人、 或る春の日の朝六時、京都駅の駅前 白いワイシャツ、黒ネクタイ、黒

くるだけで、全くかげに引っこんでい 料理を運んできたり、皿を下げに出て 奥さんは、上品で素敵な人だったが、 た。申し分のない愉しい夕べだった。 の家に夕食に招ばれた。彼は医者だっ 或る日、私が英語を教えている生徒

> を神式で挙げ、葬式は仏式で営む。 じていない。日本人はふつう、結婚式 二つの宗教をもつことに別に矛盾を感 飯とお茶と塩を供える。彼らは、この 壇という小さな宗教的な社が二つある。 家族は毎朝、双方に祈りをささげ、ご たいていの日本の家には、神棚と仏

れぞれ自分の不注意をどこまでも詫び きた二人は、互いにおじぎをして、そ れ、何千人もの人が、その死を悼んだ。 めに殺されたが、この馬は手厚く葬ら がこわれた。両方の車から飛び出して 自動車がぶつかり、どちらもバンパー 或る有名な競馬の馬が脚を折ったた 京都の町の竜巻のような混雑の中で、

キノコが八百屋に出回る。これは、約 気がある。 される。一本が二〇ドルから四〇ドル ルで包まれ、箱に入っており、進物に 八一一〇センチのもので、ふつうホイ 〔五千円~一万円〕もする。 商売は活 秋になると、マツタケという野生の

は整然と始まり、たちどころに終わる。 時までストに入ると予告し、公衆に迷 感をかけることを詫びる。ストライキ ンである。労働組合は、三週間も前か 日本では、春は賃上げ闘争のシーズ 十年ほど前、 何月何日の月曜日、朝七時から八 作家の三島由紀夫は、

> 錯させた。 た。彼らが応じないのを見て、三島は の唱える大義に結集するよう呼びかけ 憂い、軍隊の見習い士官たちに、自ら この国の物質偏重と個人主義の傾向を

の結婚の半ばほどは、仲人の世話によ 彼女は結婚するのである。今日、 この縁組みにたいへん乗り気なので、 会ったのは、五回ほどである。両親が、 合いしたのである。彼女が、その男と 任した仲人によって、その若い男と見 りません」と答えた。彼女は、親が委 ない人です、しかし、あまりよくは知 になったというので、私は婚約者はど んな人かと聞いた。彼女は、「申し分の 私の知り合いの女性が結婚すること 日本

る見合い結婚である。

本の西

入ってくることを恐れて鎖国するまで 六三八年に幕府がキリスト教と火器が シスコ・ザビエルの来日に始まり、一 ズス会のポルトガル人宣教師、フラン る。最初の時期は、一五六四年、 Н 本が西洋と接触した時期は二つあ イエ

日本は今日まで、 督の日本開国要求に始まる。それ以来、 次の時期は、一八五三年、ペリー提 急速な近代化に成功

っている。 それは、西洋人のものとは非常に異な ものである。けばけばしい明快な新し とができよう。日本に住んでいる西洋 難い真理を明らかにするものである。 て、今なお自ら経験している、動かし 言葉は、日本人がこれまで経験してき いまだに保たれている。これらの古い い言葉とともに、古い神秘的な言葉が なものである。しかし、それは未完の の上に改めて書いてある羊皮紙のよう かる。日本は、元の字が消されて、そ 式や習慣、出来事にしょっちゅうぶつ 人は、彼らの目には奇異に映る行動様 まだまだ、いくらでも例を挙げるこ

しかみることができなかった。日本人 筋が通らず、わけが分からないものと 者は、日本を気に入ることができず、 魅惑的であることを見出したが、或る る者は、日本人と日本文化が美しく、 技師、科学者、医学者たちである。或 あった。つまり、宣教師、軍事顧問、 に来たというよりも、教えに来たので ほとんどの外国人は日本に何かを学び した。このどちらの時期においても、

の、魂、の奥底に深くつかって、人々の、魂、の奥底に深くつかって、人々自分たちの世界をどう見ているのかを自分たちの世界をどう見ているのかを理解しようとした人はほとんどいない。一方、日本人は自らについて、西の世界に分からせることができなかった。

六年、岡倉覚三〔天心〕は、『茶の本』してから、西洋の学問を修めた日本のしてから、西洋の学問を修めた日本の知識人たちが、自らの文化を西洋の人知識人たちが、自らの文化を西洋の人

桜沢如

を表ってフランスに渡った。 をもってフランスに渡った。 をもってフランスに渡った。 をもってフランスに渡った。

という二冊の本を、右の目的のために代的な言葉で展開したもの)と『花の代的な言葉で展開したもの)と『花の本』(華道という伝統芸術について)を、「本」(華道という伝統芸術について)を、「極東の哲学と

を著して、日本の茶道を紹介し、その 奥にある哲学を説いた。その前年、新 奥にある哲学を説いた。その前年、新 奥にある哲学を説いた。その を書き、サムライ、戦士階級の生活と、も き、サムライ、戦士階級の生活と、も を保つ家で育てられた自分の半生を 風を保つ家で育てられた自分の半生を 風を保つ家で育てられた自分の半生を 配った。また、鈴木大器博士は、神と、 一百洋の人々に説くことに、その学究生 西洋の人々に説くことに、その学究生 あった。また、鈴木大器博士は、神と、 で方れたける役割について、 で方れたまける役割について、 で方えに大いに役立つものである。

桜沢は、日本の宇宙論をもとにして、

老子は、

年、『西洋医学の新傾向』と改題、再 で、『西洋医学の新傾向』と改題、再 を学の没落』(一九三一) 「一九三七 を学の没落』(一九三一) に力、に対きせようとした。彼は、西 さん、桜沢は、西洋文化の真の姿を また、桜沢は、西洋文化の真の姿を また、桜沢は、西洋文化の真の姿を また、桜沢は、西洋文化の真の姿を また、欧米の著作で、重大な価 書き、また、欧米の著作で、重大な価 書き、また、欧米の著作で、重大な価 書き、また、欧米の著作で、重大な価 を学の没落』(一九三一) 「一九三七

> 用一この未知なるもの』(一九三八)、 ド・S・C・ノースロップ・エール大 学教授の『東洋と西洋の会合』(一九 四九)などである。桜沢は自らを東洋 と西洋の知的かけはしのようなものと 見なしていた。彼のユメは、平和な世 界文化の綜合であった。

宇宙の本質と起源と、そのハタラキの らとっている。 ない、と言っている。桜沢は、その基 国の聖人君主の時代から、東洋にあっ 宙の秩序。と呼ばれるものを定式化し に、桜沢は、『無双原理』または『宇 この宇宙観を西洋の人々に伝えるため ちに、生活の礎となっていると観た。 生まれながらのものであり、暗黙のう らない、とした。桜沢は、日本人にと めには、彼らの宇宙についての観方、 会と自然界をどう観るかを理解するた らを一個の人間としてどう観るか、社 日本人がどう考え、どう感じるか、自 本概念と用語を『老子』と『易経』か た宇宙観の現代版以外のなにものでも た。桜沢は、これは、五千年の昔、中 っては、この、宇宙観』は、事実上、 法則についての考えを知らなければな 『日本の魂』の説明をした。桜沢は、

まざまに呼ばれる、無限、永遠なる一万物は、無、太極、道、天などとさ

アレキシス・カレル博士の

象が生起する。 象が生起する。 象が生起する。 象が生起する。

三、万物を生ず」 三、万物を生ず」 「第四二章 と言った。

桜沢の解釈によれば、宇宙は七段階に分かれる。第一は、絶対、であり、 第二は、陰陽二極、である。次に、エネルギーの振動の世界、動物・人間界、 となる。それぞれの段階は、その前の となる。それぞれ独立した 同心円のようなものではなく、、絶対、 同心円のようなものではなく、、絶対、 にいたる、巨大な内向的な渦巻きといえ よう。相互作用の連続的な流れが、こ の二つの極点の間を、あらゆる段階を 通って動いている。

可視の世界と不可視の世界の過渡的なの世界である。次の素粒子の世界は、不可視

ができる。この可視の世界は、一見、の三つの世界は、物質界、可視の世界の三つの世界は、物質界、可視の世界の主つの世界は、物質界、可視の世界の主のの世界は、物質界、可視の世界は、動物を表している。触れることができる。この可視の世界は、一見、

日本人の

くつかを考えてみよう。

来しているという深い自覚から生まれ の生命と活力が、より大きな世界に由 桜沢によれば、この習慣は、われわれ これは、直訳すれば「私は、へり下っ ただきます」といってから箸をとる。 らない。今日、日本人は、せわしない て受け取ります」という意味である。 都会の人でも、食事の前には必ず「い にたいする感謝の念をもたなければな の故に、われわれは、大自然と大宇宙 瞬の休みもなく受けつづけている。そ れは、宇宙からエネルギーと栄養を一 の生命は宇宙の贈り物であり、われわ 渦巻きの最終の産物である。われわれ 一、感謝 [恩を知ること] 人間は、巨大な創造のスパイラル、

一個の人間と社会の段階でみれば、

巨大に思われるが、じつは、 ※無限

動様式とを理解できる、とした。観を理解できれば、日本人の心性と行観を理解できれば、日本人の心性と行

徳目

理解できないことである ということは、日本人には、とうてい の若者が最近、自分の親が自分をちゃ ほどの尊敬を受けている。コロラド州 されるのは、各人の感謝の気持であり、 んと育てなかったといって訴えたなど でも、教師たちは、西洋人がまごつく 彼または彼女を今日あらしめ、育てた は彼女の権利を強調する。日本で強調 西洋では、〝個人〟を強調し、彼また のスパイラルをえがいて進んでいる。 のから、個別の段階のものへと、創造 人々や集団への尊敬の念である。今日 より小さな軌道へ、包括的な段階のも 行程は、つねに、より大きな軌道から、 体が生んだものである。創造と養いの

二、集団による自己確認

プによって生まれたものである。 人々 、村、社会グルー

は、自分の主体性を、何よりも、グループの一員として見出すのであって、一個人としてではない。各人の意義と大切さと生命とは、各人が所属する結合体に由来する。そこで、日本人の姓合体に由来する。そこで、日本人の姓合体に由来する。そこで、日本人の姓合体に由来する。そこで、日本人の姓合体に対策であり、名が後に来る。日本では、「こちらは、バーバード大学のメさんです」と紹介される。

本人はふつう、連れだって旅をする。 思議そうな顔をした。見知らぬ土地に 一人で行ったら、身元が知れないと思 われるかもしれないのだ。だから、日 われるかもしれないのだ。だから、日

自己犠牲〔献身〕

が、危機に瀕した自分の会社のために、が、危機に瀕した自分の会社の会社のために、対した。その極端な例は、第二のことである。その極端な例は、第二のことである。その極端な例は、第二のことである。その極端な例は、第二のことである。その極端な例は、第二のことである。その極端な例は、第二にされている。それはまた今日、労働者に体当たりするのを志願したことに示されている。それはまた今日、労働者が、危機に瀕した自分の会社のために、グ

をい賃金に甘んじ、あるいは全く無給 で働くことや、若い娘が、特に愛する で働くことや、若い娘が、特に愛する のことを期待して結婚することにも示 されている。

四語遊

ました」と言う。会話では、一人称の わない、残り物、ばかりで失礼いたし 理を出しても、女主人は、「お口に合 らない物で恐れ入りますが」と、あや まる。お客に十品ほどもある立派な料 れは、包むほどもない、たいそうつま 非常に高価な贈り物をする時でも、「こ ず、いちばん下座に座るものである。 座るよう、何度もすすめない限り、ま それにしたがって行動すべきである。 存在しているということは、全く、わ かない。さらに、われわれがつくられ の大海の中においては、この可視界は れわれの宇宙における位置を深く知り、 れわれの外から入ってくるエネルギー それを構成する一原子ほどのものでし 無限小の一部分でしかなく、各人は、 人の性格の根幹をなしている。、無限 〔気〕の結果である。われわれは、わ 滴の水でしかなく、人間はまたその 部屋に入る時は、主人が上座に近く 自らを卑下する心と行動とは、日本

の語を用いるのがよい。 訳せば、このいやしき者、という意味 下品とされている。もし用いる時は、 "私"の謙遜語である言葉、 〔私〕をやたらに用いることは 大まかに

あとは皆、日本人だった。その米人は 会に出たが、アメリカ人が一人いて、 である。私は、帰米直前に、或る夕食 とごとしく言うのも、はしたないこと また、自分や自分の家族の美点をこ

然を愛

福は実現される。 このようにして、 してや、特に大きな部分を占めるもの 上に立つものでもない。われわれは、 する。万物は、同一の変化の法則によ により、たやすく理解できる。 人の伝統的な態度は、無双原理の見地 く、自然と調和して生きることである 支配し、征服し、搾取することではな ではない。われわれの役目は、 大自然の一部をなすものに過ぎず、ま と別に存在するものでもなく、自然の り、同一の生命の力とハタラキにより ふくむ万物は、 一なる絶対 に由来 つくられる。したがって、人類は自然 桜沢によれば、自然にたいする日本 われわれの健康と幸 自然を 人類を

そして、西洋人はふつう、自然を生

当の女性ももちろん、その言葉でちょ は、、豚児、というのが当たり前である ない女、〔愚妻〕といい、息子のこと こえた。自分の妻のことは、気のきか も、それは秩序に反しているように聞 てしまった。私のようなツンボの耳に っと困った顔つきになり、座がシラケ しゃべりだした。その場の日本人は、 の妻の頭の良さや、料理の腕前などを 日本女性と結婚していて、彼は、自分

する

は、まず祈りをささげ、そこに宿る霊 に向かって拍手をうち、敬礼する。む 年古りた巨木も同じように崇められて 小さな祠がある。美しい滝、大きな岩、 たいてい、頂上に、その山の霊を祀る ら、日本の或る程度の高さの山には、 全く、無限、のあらわれである。だか も岩も、山も滝も、われわれと同じく までも備えたものとなるのである。木 をもった、知覚あるものとなり、人格 な観点に立てば、実は、それは、生命 命なきものと考えているが、このよう かし、日本では、きこりが木を伐る時 マンも学者も、しばし立ち止まり、 いる。このような場所では、ビジネス の許しを乞うのであった。 神

この、日本人の自然とともに生きる

華道とは、花を生けることでもなく、

のよい石を据え、遠い彼方の名所に思 す。彼らは、家の庭に大金を投じて形 日本人は、自然にたいする深い愛を示 さによる略奪をうけ、醜くされてしま ら隅まで、工業の発達と近代的な利便 この小さな美しい国は、ほとんど隅か ろん、行き過ぎのそしりを免れない。 まりいい気になって語ることは、もち いをはせて空想の旅をする。 った。それにもかかわらず、いまだに 美と心の感受性について、あ

すための方法の一つである。 形態である。われわれは、絶対の陰、 性なもの、あるいは凝縮された生命の のスパイラルの内極における、 と陽の見方で説明した。人類は、創造 ことが宿命であり、われわれの生命の "一"なるもの、"無限"に回帰する 1的である。芸術は、この宿命を果た 桜沢はまた、日本芸術の世界を、 最も陽 陰

をあらわすことであり、かつ、それに る。墨絵がネライとするのは、 仔細に全て描くことをネライとしてい の有為転変の奥にひそむ。絶対、、、無い 数回、走らすのみで、残りは余白とす ない。或る状景を表わすのにも、筆を 無限、へと高めることである。 たとえば、日本の墨絵は、 鑑賞者の意識を、有限から、 物象界を 可視界

> とめ上げられた、活き物の配置である。 超えた境地をのぞこうとするものであ 間の一瞬を写すことによって、時空を ものではない。それは、或る時間と空 己中心的な感動を詩のかたちで表わす 部屋を飾ることでもない。それは、 "一"なるものを指すために入念にま 同様に、俳句の目的も、束の間の自 自然界にひそむ調和をしめし、

《寺の庭で柿を食べつつ、 たとえば、

その句碑がある) ある。(この句が詠まれた奈良の寺に、 のを私は聞く》 この詩の作者は、 「柿食えば鐘が鳴るな 俳聖の僧、 大鐘が鳴る

学ぶのは、試合で相手を負かしたり 医道をはじめ、さまざまな日本文化の の武道(柔道、剣道、合気道、弓道)、 理解されなければならない。もろもろ の境地へ昇華することである。柔道を 時空と転変の世界を超えて、 んらかの技を身につけることではなく、 がって修練される。窮極の目的は、な 道に至るものと考えられている。これ 技芸とともに、審美的修業は、霊的な 要するもので、人の運命の見地からも これらの芸道の修業は、 陰陽の法則、宇宙の秩序にした 自己完成を

ではない。それは、陰陽の法則を会得 究するものである リズムとの完全な調和を得ることを探 して心身の動きの中に理解し、創造の 襲ってくる敵を避ける方法を習うため

ある。あるいは、習う先生を変える人 しばらくすると、合気道に替わる人が 起きる。たとえば、一時、柔道を習い ないばかりに、悲しい誤解がしばしば 破られるものではない。日本に学びに 行く西洋人の多くが、このことを知ら すのである。入門の契りは、たやすく は自己の精神的な運命をこの師匠に託 ろ、彼らは宗教的な教師であり、人々 教える、知識の商売人ではない。むし 彼らは、金になりそうな有用な技芸を たちは、実際に精神的な達人である。 こういうわけで、これらの道の師匠

て述べた『原始心性』〔未開人の精神 れていない種族の心性と世界観につい を得た。一九二二年、彼は、文明化さ して書いた何冊もの本は、非常な反響 は、いわゆる未開人の研究の先駆者の 業績に親しんだ。レヴィ=ブリュール ユシアン・レヴィーブリュール教授の 人である。彼が未開人の文化を探検 一九三〇年ごろ、桜沢はパリで、リ

> 考えも及ばない がある。こういうことは、日本人には

芸術、教育などの真価を認めることが それから、彼らの自然に対する態度、 が、この世界観を理解できれば、日本 名誉とを有している。もし、われわれ なる "絶対" に回帰する唯一の運命と 限小の一部分ではあるが、再びその母 ある。われわれは、この、絶対、の無 生ずる。絶対、の顕現したものである ギは、宇宙を統一された、ダイナミッ 人の性格における、感謝、献身、謙譲、 人類は、この巨大な過程の最終産物で 則による、陰と陽の相互作用によって クな全体として考えることだと主張し た。造化のすべては、易の厳然たる法 桜沢は、『日本精神』を理解するカ

神は、物質界の探究を得意とする。そ ということである。西洋の科学的な精 の世界観を正しく知ることは不可能だ ュールのような西洋の知識人でも、こ いうこと、もう一つは、レヴィーブリ 統的な日本人のそれと同じである、と 二つのことを考えた。一つは、未開人 の心性なるものは、基本的には昔の伝 を刊行した。桜沢はこの本を読んで、

する本を書くことを約束した。 である自ら、この未開人の精神を解明 レヴィープリュールに会って、未開人 うかがい知ることができない。桜沢は えない世界である。それは、科学では である。未開人の世界は、精神の、見 の武器は、観察、測定、分析、概念化

義と物質主義のくびきから解放してく 観をもつ、対等の同胞として扱うべき この人々を、日本人と同じ根本の世界 は、帝国軍隊が彼らを西洋の植民地主 だと主張した。桜沢は、これらの人々 人種として扱うことを恐れた。彼は、 の人々を、西洋人がしたように、劣等 されない人々が住んでいる地域に進攻 東南アジアおよび南太平洋の、文明化 ことを述べている。当時、日本軍は、 していた。桜沢は、日本人が、これら 人の物の見方が、それと相似している プリュールの本を参考として、未開人 本精神』において、桜沢は、レヴィ= の約束を完全に果たしたのは、一九五 の精神のいろいろな特徴を挙げ、日本 した時であった。『未開人の精神と日 わしているが、レヴィーブリュールと 精神と日本精神』という詳しい本を著 一年、フランス語で『柔道の本』を著 九四三年には、日本語で『未開人の た本の中で、この問題に少々触れ、 一九三一年、桜沢はフランス語で書

れることを根気よく待っていたのだ

うのである。 ついて、「私は我が敵に勝った」と言 認する。彼らは、十世代も前の戦闘に その部員の一員としてのみ、自己を確 も、自分は確認できない。各個人は、 真を見せられれば、各人を確認できて かった。或る未開人が、彼の部族の写 ある。個の観念は、ほとんど発達しな は、許しを乞い、その動物が犠牲とな が、動物を食べるために殺す時、彼ら ってくれることに感謝をささげるので あらゆる面に明らかである。、未開人、 感謝と謙遜の態度は、未開人の生活の を持っていることを示そうと試みた。 宇宙を統一された、生命ある物とみて、 な特徴を考察している。桜沢は、彼ら いないが、桜沢は、レヴィ=ブリュー は基本的に同一の宇宙観、すなわち ルが提示した未開人の精神のいろいろ 人類を小さな、その一部分とみる考え この本はまだ西洋の言語に訳されて

やみに殺すことのように、とんでもな とっては、岩を砕くことは、 弟の中にいるように感じる。或る者に ても、木の間にいるというよりは、兄 分けあうのである。未開人は森に入っ であり、万物すべて、人類と同じ精を 未開人にとっては、自然は養いの母

みをいだいていたとか、魔女が呪いを すぐその原因が調べられる。誰かが恨 そのウラに本当の原因をもっている。 ある。すべての事故、病気、死などは の場所に生まれることを選んだことで の子供の魂が、その親に、その時、そ 渉が原因であるが、本当の原因は、そ というのは、表面的には、 えば、母親が妊娠して子供が生まれる のであって、真の原因ではない。たと る。実際、未開人は、物事の真の原因 ものだということは明らかだが、つね かけたとか、何かのタブーをおかした 木が倒れてきて人が死んだとすると、 ている。物質的な原因は、見かけのも は、目に見えない世界にある、と信じ に現象界の物事に影響をおよぼしてい る。この天国は、物的な世界とは別の 未開人は、霊の天国を深く信じてい 男女の性交

分の豚を盗んだ夢をみたら、その人は 考える。 利がある。人が死んでも、その共同体 に直接かかわっている、と信じている る。彼らは、夢の中で、隠れた精神界 この精神界の重大さを見ることができ 夢や死にたいする未開人の態度にも 現象界におこることの予兆だと その隣人に補償を要求する権 かりに、ある人が、隣人が自

> たら、ふつうの答えは、「ええ、おか あなたの具合はどうですか、と聞かれ

ツネに化かされないように気をつけて

!」と言うのだった。日常の会話で

というようなものである。私は、この

直訳すれば、、尊敬すべき影のために エス: であり、"おかげさまで: とは げさまで」である。 、ええ、とは、イ

見える世界のさまざまな物事にかかわ 相談にあずかる。死者は、つねに目に にささげられ、 活発な大切なメンバーとなるのである。 っていると信じられている。 先祖の霊を養うために、供物が定期的 から抜けたのではなく、別のかたちで、 先祖は、大切な問題の

方から来ている。むかしの日本では、 され、相談にあずかるものという考え 生きている人々によって養われ、 は指摘している。日本の『祖先崇拝』 というと、友だちは半分まじめに、「キ 本にいた時、暗くなってから、どこか なお日本には、たくさんの宗教団体が がついたためだと信じられていた。 は、人は死んでも、なお存在していて 日本文化の重要な側面である、と桜沢 へ出かけるのに、途中、森を通るなど 霊をはらう儀式をおこなっている。 あって、このような信念のもとに、 しばしば、病気というものは、悪い霊 この、精神界への深い関心もまた、 尊敬 Н 邪 今

> のおかげなのである。 であるなら、それは、われわれをとり 暗い神秘的な精神界のことである。つ った。桜沢によれば、、かげ、とは、 も、その本当の意味は分かっていなか まき、支えている、目に見えない世界 まり、もし、われわれが具合よく快適 言葉を日本で何回となく使ったけれど

魂を思いおこさせるためであった。 ねらっていた。もう一つには、現代の それはまた、日本帝国の版図に入った 的な精神と基本的に同じものだとした。 精神をこのように説明し、日本の伝統 日本人に、古い、真の大和魂、日本の 未開人たちの共感を得るということも 桜沢は、同胞の日本人に、未開人の 桜沢は、日本語での初期の著作(『日

本精神の生理学』一二で、『食養講義録』

張した。彼は、日本がその真の魂を再 的な努力であった。桜沢は、伝統的な て、クジャクの羽をつけてみようとし 国を、愚かなカラスが自分の羽を抜い 地となってしまった。桜沢は、日本の の西洋化の衝動によって精神的な植民 されたのではないのに、日本は、自ら 的な価値を押しのけてしまった。侵略 享楽主義が、国の共同的な倫理・精神 れてしまった。個人主義、物質主義、 術がもたらされ、古いものは捨て去ら よって、西洋の科学、教育、哲学、芸 失っている、と論じている。近代化に ものを再検討し、再び用いることを主 たことに例えた。それは、哀れな自滅 発見することを主張した。 一九元)から、日本は、真の日本精神を

′′′′ 統 にも どれ

て 日本人は、数百年にわたって、その土 食事が、国の心身の生活の基盤であっ 場の果物などを食べてきた。こういう 地にできるもの、穀物、野菜、魚、地 よって大きく左右される、と述べた。 心理的、精神的特性は、 重大だと考えた。彼は、人々の肉体的、 桜沢は、食事と栄養の分野が、最も "日本精神"と呼ばれる、特別の 日常の食物に

> 乳製品、熱帯の果物、 化が輸入されて、食事と栄養について それに由来している。西洋の科学と文 世界観、心の持ち方、行動は、まさに たものが入ってきだした一 もの、あるいは、ごく少量しかなかっ の新しい考えが入ってきた。日本人の 食習慣の中に、それまで全くなかった 精製糖などであ 赤肉、卵

じたり、考えるようになり、自身の本 分を見捨ててしまった。 の食べ物を食べて、西洋人のように感 ン。の日本人である。日本人は、西洋 れば、現代の日本人は、イミテーショ 大量殺戮の訓練に変わった。桜沢によ に取って代わられ、古い武道の鍛練は、 伝統的な技芸は、新しい西洋風の道楽 った。生命の精神的目的は忘れられた。 持を失い、自然界との血縁の感覚を失 謙遜と、大義のために身を投げ出す気 言った。そしてまた、人々は、感謝と な国になった原因はこれだ、と桜沢は が多く、乳児死亡率が高い、最も病弱 と主張した。この国が世界で最も結核 人の肉体的・精神的劣化の元である、 桜沢は、この食習慣の変化が、日本

日本人が、自らの魂を再び得る道は、 自然の環境に調和してつくられる伝統 自然の環境に調和してつくられる伝統 自だく、西洋人が、未開人の精神を本 当に理解する最上の方法は、このよう な食事と生活をおこなうことである。 知的分析は、理窟の上での理解であり、 一生かかってしまう。桜沢は、銀行の 仕事をやめて、高野山の禅寺に修行に 人ったフランス人の話を書いている。 彼は、長いこと修業しても、この仏道 が、さっぱり分からなかった。桜沢が が、さっぱり分からなかった。桜沢が

> こにある。私たちは、それを感じとり く自然に、無意識にそうする。霊がそ なことだとは思わない。私たちは、ご 崇める方法である。私は、それをキザ これは、伝統的な神道の、霊を呼び、 ている、美しい所である。池に入る前 池に飛びこむ。そこは、一面、緑の木 私たちは山を駆けまわり、氷の張った 菜を主とする食事をしている。毎朝、 も無理はない、寺の質素な精進食を厳 に、私たちは二、三度、拍手をうつ。 木にかこまれ、その緑が池の面に映っ た。彼らも、私も十年近く、穀物と野 住んでいるアメリカ人の友だちを訪ね しく守るようにしなさい、と言った。 は、それでは禅の真髄が分からないの 洋式の立派な食事を食べていた。桜沢 になると山をおり、大阪のホテルで西 日本にいる時、私は時たま、山深く

往復の手紙

・コーチ様 「編集長」、ロナルドゴールドマン様 [編集長]、ロナルドゴールドマン様 [編集長]、ロナルドゴールドマン・

皆様のご活躍を心から尊敬申し上げでおります。このたび、《The Spiritでおります。このたび、《The Spiritでおります。このたび、《The Spiritでおります。このたび、《The Spiritでおります。このたび、《The Spiritでおります。社会のなたが、このように深く愛着をこるあなたが、このように深く愛着をこるあなたが、このように深く愛着をこめて研究されていることに非常に驚きめて研究されていることに非常に驚きめて研究されていることに非常に驚きなん。

そこで、一人のアメリカ人が、日本についてどのように観ているかを日本人に知らせたく思い、訳出しました。『新しき世界へ』に掲載したいと思いますので、お許し下さることをお願いします。

その霊に感謝するのだ。

(橋本政憲訳。中見出しは編集部)

その時、その場所の美しさにたいして

は下、ご参考までに列挙してみます。 たいする憧れ」と思われる所があり、まか、思い違いと思われる所があり、まか、思い違いと思われる所があり、また、「四、五十年前なら、そうであったかもしれない」という所もあります。

以上、重箱の隅をつつくような揚げ(23項目、略す)

ます。
こそうのご精進、ご成功を祈っており
にとりで失礼いたしました。今後のい

一九八〇・二・六

(日本文)

計戸 村本村 二月六日付のお便り有難う存じました。そして、私の書いた『日本精神』 について、たくさんのご意見とご示教 について、たくさんのご意見とご示教 を頂き、「日本語に」翻訳して下さった ことに感謝申し上げます。あなたのご 意見は、私にとりまして大変有益なも のであります。私の日本研究、桜沢先 生および日本精神の研究は、継続中の もので、私の理解は、まだ非常に幼稚 なものであります。重ねてご助力に感 謝申し上げます。

謝の意を表する一端であります。
いく存じます。私が日本におりましたに、たくさんの方々にお世話になりましたが、この文章は、その方々へ感ましたが、この文章は、その方々へ感じます。

この文章において述べました〔日本に関する〕観察は、ほとんど、もしくに関する〕観察は、ほとんど、もしくは、すべて、私が実際に体験したことは、ガイジン、でありますから、物事は"ガイジン、でありますから、物事は"ガイジン、でありますから、物事は"ガイジン、でありますから、物事は"ガイジン、でありますが、もしよければ、次の個所を訂正していただいて結構です。

●、愚妻……の文の代わりに、次の文を入れてください。「その医師は、夫を入れてください。「その医師は、夫ようとしなかった。彼は、二言目にはようとしなかった。彼は、二言目にはようとしなかった」

●交通事故に際しての日本人の礼儀正しさの件――これは、私が実際に見たことです。多分、いつもこうであるとは限らないでしょう。しかし、たまたは限らないでしょう。しかし、たまたは限らないでしょう。

30ドル"と直してください。

●見合い結婚する女性の件は、私が京都で実際に聞いた話です。たぶん、私都で実際に聞いた話です。たぶん、私は誤解したのでしょう。ともかく、アは誤解したのでしょう。ともかく、アは誤解したのでしょう。ともかく、アメリカ人の考え方では、四、五回のディートでは、相手の男のことをよく知らないはずなのです。(中略)

●『西洋医学の新傾向』は、抹消してく

●英語で "shade; (かげ) の語は、

1,1

取得、大学教員資格。一売七年六月、ハ科、優等でバチェラー・オブ・アーツ

さって有難う存じました。

●『頂きます』の言葉の件――私の経験 のことが分からないかもしれません。 のことが分からないかもしれません。 のことが分からないかもしれません。 のことが分からないかもしれません。 もちろん、その意味ですが、西洋人の もちろん、その意味ですが、西洋人の

た、と。
を
もちろん、その意味ですが、西洋人の
もちろん、その意味ですが、西洋人の
も、もともとは、そういう意味であっ
も、もともとは、そういう意味であっ
もちろん、その意味ですが、西洋人の
もちろん、その意味ですが、
もちろん、その意味であった、と。

*colored stone * 『色つきの石』
 * でののでは、その石が、白黒、もしくは、灰色の色合いのものであっても、表面に面白い斑点や模様のあるものを指します。この場合、単純な一色の石でない、という意味です。

●私は、芭蕉の句は、寺の中でとも、遠く離れてとも、どちらともとれると思います。しかし、多分、おっしゃるように、遠くで聞いている、と解する方がよいでしょう。ここの文は「この句を詠んだのは、十七世紀末の大詩人、芭蕉である。この句は、彼がその句を詠んだ寺の大鐘の元で石に刻まれている」という意味です。

も意味します。(中略) も意味し、、精神、または、魂、を を意味し、、精神、または、魂、を があります。、、屁護、、後

よろしければ、私が桜沢先生の研究で、ハーバード大学哲学博士の学位論で、ハーバード大学哲学博士の学位論でも結構です。また、日本におりましても結構です。また、日本におりました間に受けました、たくさんの方々のた間に受けました、たくさんの方々のた間に受けました、たくさんの方々のた間に受けました、たくさんの方々のた間に受けました、私会に入事を出すことをおけますことをお詫びしているということをお書きそえ願います。私は、すぐに日本へ戻って勉強をつづけたいと願って本へ戻って勉強をつづけたいと願って本へ戻って勉強をつづけたいと願っております。有難うございました。(後略)

九八〇・二・二〇

敬具

Ronald Ernst Kötzsch (英文。[] 内は訳者の補い]

筆者紹介

「元室年六月、プリンストン大学宗教 ・一元四・三・ 米国生まれ。両親はドイツ 生まれ、一元三年、米国に帰化。父君は 80歳、母君は73歳で健在。

ーバード大学哲学博士号(宗教史部門、魂、を アーツ取得。」元七年四月~1元六年七月、渡、後 ーバード大学宗教史マスター・オブ・

特に日本の宗教について)取得見込み。

元50~三年、ダートマス大学で野外生活講師、三年、ボストン大学で東洋宇教の講師、三年、ボストン大学で東洋学校で登山、野外生活、体育、哲学、学校で登山、野外生活、体育、哲学、宗教の講師。七~大年、京都清華短大などで、英語とハタヨガの講師。大年、などで、英語とハタヨガの講師。

宗教、ハタヨガ、登山と野外生活法。日本、アフリカ、イスラム、インドの日本、アフリカ、イスラム、インドの教思想史(特に宗教改革以後)、中国、教授分野は、新旧約聖書、キリスト

研究テーマは桜沢如一の生涯と思想。 研究テーマは桜沢如一の生涯と思想。 マクロビオティックの勉学にに会い、マクロビオティックの勉学にに会い、マクロビオティックの勉学にに会い、マクロビオティックの月刊誌『イースト・ウエスト・ジャーナル』寄稿委員。

7

(1957)

JACK FT MADAME OCCIDENT

桜沢如一著

連載第 3 П

第三章

という名のジ

ヤ

ング

ル K お

ける迷信

場へ行って、またまた仰天してしまった。皮をはがれた豚の首や小さな脚が、山のように並べて 売られている。豚の脚は、まるで、生まれたばかりの、人間の赤ん坊の足みたいだった。こうい って、ひどいショックを受けるので、もう寄りつかないことにした。ところが或る日、 豚・牛・鳥の肉を売る店が軒をつらねており、魚屋も何軒かあった。 未開人。女史は、教会へ行くと、例の、十字架に釘で磔にされ 槍を突き刺された 屍の像があ 彼女は

「こんなに肉屋がたくさんあるのに、どうして八百屋さんは少ないんでしょう?」 夫人は言った。

てまわり、買ってくるのが、楽しい日課だった。ところが、こちらで市場へ行くのは恐怖になっ た。獣たちの屍は、見るにしのびない。 ミチ夫人は、自分の国では、毎日、市場へ行くのが好きで、 出盛りの新鮮な野菜をいろいろ見

「どうして、こんなに肉をたくさん食べなきゃいけないのかしら?」

「それなら、どうしてもっと作るようにしないんでしょう?」 野菜がろくにないんだよ」

気候が陰性すぎて、作物がよくできないんだ。見ただろう?

作物の種類がとっても少ない。

私たちの国にはたくさんあるのに

何百種かしらね?

藻も数えたら……。みんな、 山の幸、野の幸、川の幸、 そうだ。千種類くらいあるんじゃないか。動物性と植物性と合わせて、 莫告藻、わかめ、あらめ、ひじき、いしげ、海の幸……おいしものずくめですわ!……」 おいしいものばかりだ……」 それに、 野草や川藻

それに、 魚も何百種……」 ああ、 海の草々!

てしまうのかしら?」 「でも、たまに、 お魚をほんのちょっと頂いたりしても、 私たちは屍を食べる人の部類になっ

そりゃそうだ。だから、屍を食う、文明人。のことを、 あんまり悪く言えないね

お魚を食べるといっても、 「そうですね。とにかく、他人の悪口を言っちゃいけませんね。でも、 ほんのぽっちりですし、私たちはお魚なしでも平気ですわ エレホンの人たち

る。 まわない。菜食でも肉食でも、 できないんだ。だから、肉を食べる人たちを憎んじゃいけない。人間は自由だ。何をやってもか 殺したことがあるなら、これは、『殺生』にちがいないから、誰かが殺生しているといって非難 もう、象を食べる人を責める資格はないし、同じく、虫ケラを一匹、蚊でもなんでも、うっかり「そうだ。私たちは、これまでに、たった一度でも小さな小エビ一匹食べたことがあるなら、 -というより、好きなことをやって、やってやり抜かなければならないんだが、そうかといっ 自由を乱用したり、しみったれになったり、迷信にとらわれたりしちゃいけない」 あくまで論理的でなくちゃいけない。 こちらの人がこんなに肉をたくさん食べるのは、立派な迷信じゃないのかしら? 好み次第、 無双原理によれば、人は一生、好きなことができる 環境次第で、どっちでもいい。ただ、 少々条件があ うっかり

草と水だけで生きている。空飛ぶ鳥だって、雪の山や森にいるウサギだって……。 こんなに食べる必要があるのかしら?この気候では、 いや、平気さ。 植物しか食べない動物がたくさんいるじゃないか。あの連中は、 肉なしではやっていけないのかしら?」 冬でも枯れ

気になっている。 る、というのは、つまり、この無限の適応性のためなんだ。食事の特異症(肉や精製砂糖、 か)というのは、 人類は生物学的に言って、 果物、アルコールなどがなしではやっていけないとか、そういうものは全く受けつけないと あらゆる動物より優れている。 もう病気なんだ。消化機能も、感覚、感情、知性、社会性、思考力も重症の病 頭も体も病気だ。肉体の病気と精神病がいっしょになった、アレルギー 知能でも、体の機能でも、 適応性がずっと大きい。 人間が 無限の自由を持って 社会性、 思想性、思考能力のどの点にお

かっている。

思想的なあらゆる状況に適応してゆくことができる。 って生まれてきたのだから、初めから、どんな環境におかれても、 心理学の土台は生理学なんだから、 ないとしたら、それは病気のしるしだ。もう、体か頭が何かの病気でひどくやられているんだ。 しではいられないとか、あるいはその逆に、何かが、生理的にも精神的にも道徳的にも受けつけ 私たちは、そんな食べ物なしでも、いっこうに平気だし、 生理学的病気が物質的に分析されていいわけだ。ところが、私たちは無限の適応性を持 無限の自由、 あるいは、完全な自由を持っている。もし、私たちが、 どんな精神病でも、 体の病気がモトになっている。 食べたって、どうっていうこともな 生物学的、 だから、

訳注

25頁5行 皮をはがれた豚の首……『こういう家庭料理は、日本のレストランのフランス料理とは大分ちがう。あるときは頚で切った雄鶏の頭がそのまま出た。まるで首実検のようだった。トサカがゼラチンで滋養があるのだそうである。あるときは犢の面皮が出た。青黒くすきとおった皮に、目があいて鼻がついていた。これもゼラチン。兔の丸煮はしきりに出たが、頭が崩れて細い尖った歯がむきだしていた。……あるとき大勢の会食で、血だらけの豚の頭がでたが……』(竹山道雄『ヨーロッパの旅』(新潮文庫=絶版)

25頁22行 沖つ藻、辺つ藻、 に生える海藻類で、二つ対語で、 オティックの普及とともに、 か、「あるじなしとて春な忘れそ」の例がある。 ある。「な……そ」は禁止で、「ここにな来そ」と と詠んだのを、允恭天皇がほめて、 君もあへやもいさなとり海の浜藻のよる時どきを」 る。莫告藻とは、鏡餅の飾りにつかうホンダワラ 海底に生える海藻、 いる。(「なのりも」ともいう。広辞苑 意味。ただし、現在「ナノリソ」というものは、 「のり」は「告る」の連用形で、 他人に聞かせてはならない)と言ったから、と だいたい、欧米には、日本のように海藻が 食品として知られていなかった。 『允恭紀』に、衣通姫が「とこしへに 辺つ藻とは、 ホンダワラ科の別の海藻で 莫告藻……沖つ藻とは 海藻も普及してきて 海藻の美称であ 海岸の岩場など 「言い知らせる

裁でしかない。 信』、"暴力』になってしまう。これはもう、守銭奴根性、 "免状"をまるで宝物みたいにたくさん集めて喜んでいるじゃないか。 こういったものは、みん な興味をひかれるものだけど、 だ。目や鼻や唇に穴をあけて、ダイヤや宝石や貝がらをつけたり、紙切れのお金や"肩書き"や だ生えない赤ん坊のように牛乳を飲んだり、まるで野蛮人の子供たちみたいに、人殺しの論法を る! こんなしきたりを知らない人が見たら、時にはびっくりしてしまう。いい大人が、歯のま いる。まるでそれが、永遠不滅で絶対的で無限の価値を持っているかのように思いこんでいるん ふりまわして政治や経済、学問、文化の問題で、入り乱れて闘ったり、言い争っている。また、 だから、人生は、一見、複雑なんだ。人間は、奇妙な、子供っぽい習慣をたくさん持ってい はかない、相対的で、つまらない物を持って悦に入っていたり、ひけらかしたりして それが度を越すと、"迷信"とか"盲信"、"信仰"、"邪信"、"狂 エゴイズム、排他性、 独占の乱用、

中にあって、限りなく、 つも不安だし、反対に、宇宙の秩序、つまり、真理、の見地を持っている人は、 っていない人は、必ずこの限度をはずれてしまうので、自分の宝物がなくなりゃしないかと、い 「大演説でしたわね。 た、学問的に物を考える人と自由に物を考える人の境目なんだ。宇宙の秩序の見地をたえず持 さっきいった、自由の条件、 思う通りのことがすべてやれるんだ」 たっぷり拝聴しましたわ。よろしかったら、今おっしゃったことを一言 限界というのが、相対界と無限・絶対界の境目だし、 無限の豊かさの

そのまま言えますわよ」

仰でも、思想でも、全く批判してしまってはいけない、ということなんだ。正しく評価しなけれ ばならない。なんでも、それなりの存在理由があるんだ」 「よし。もう、このへんで切り上げて、まとめよう。私が言いたいのは、 どんな迷信でも、

「すべてのものに、その存在理由がある――もちろん、そうですわ」

理由とは、判断を正当化することだ」

判断力は進歩しない。歴史を見てごらん。人類は何千年来、 「その通り。激しい争いにしろ、おだやかな争いにしろ、争いというものなしには、私たちの 「それで、どこにも、しのぎをけずる矛盾が、表向き、たくさんあるんですね」 だから、こんな争いをなくすためには、もっと判断力を高めなければならない」 人間はいつでも、そういう争いによって、判断力を高めてきたんでしょう?」 争いを繰り返してきている。 ところ

が、そんな空しい戦争をいくらやっても、

何にも解決にならない。どうしてだろう?」

するのは善」(そのためなら、盗みも脅しも策略 は善」(そうしない者は悪玉)「良い目的を達成 ビオティックの運動を二倍、三倍に大きくするの といった単純論)「大企業は悪」 は善玉、日本国民は実は犠牲者で、これも善玉。 チ、ヒトラーー ず知らずのうちにわれわれを冒している。「第二次 か、イエスかノーか……という二値論理が、知ら るが、重大なことである。○か×か、善玉か悪玉 大戦をひきおこしたのは、日本の軍国主義者、ナ 価しなければならない……なんでもない表現であ 全く批判してしまってはいけない。……正しく評 (とすると、それを批判する者は善玉)「マクロ 「保守は悪、 どんな迷信でも、信仰でも、 ―これが悪玉だ」(米英ソ連など 革新は善」「現代医学は悪」 (国民、消費者

日本の思想は、白か黒か、という峻別主義ではなかった。仏教を取り入れても、神道を捨ててしまうわけではなかったし、漢字を取り入れても、やまと言葉をなくしてしまうわけではなかった。西洋世界は、「我のほか何ものをも神とすべからず」(出エジプト記20-3)という呪縛にかかって、神=善、悪魔=悪という二律背反の考え方を後世大事に持っている、と言えよう。

相対的な性質を見るもの、である。値判断を下すものではない。〝事物の一時的な、無双原理でいう、陰、陽とは、善、悪という価

29頁3行 人類全部が肉食することは不可能だ……

も全て免責される)

す。私たちの高度な判断力は精神的なものなのですのに」 教育のせいですわ。こういうものは、ただ、感覚的・感情的・知的な低い判断力に訴えているだ けでしょう?ところが、今の時代は物質主義だから、低判断力のほうが高判断力より強いんで 「判断力が狂ってしまっているんです。こんな迷信や、こんな、 生理学的・医学的・社会学的

て、少しずつゆがめられてしまった。それがまた、外国へ伝えられると、 えでもあり、理論的な教えでもあった。しかし、何世紀かたつうちに、門人や注釈者たちによっ れなくちゃいけない。 判断力で、低次元の判断力をコントロールする、という定式を発見した。これは、実際的な教 全く違ったものに変り果てたのだ。 精神的・思想的なものだからだ。ずっと昔、 なぜなら、 ――最も強力な低判断力が、最も弱い高判断力によって正され 低い判断力は、 感覚的・感情的判断力のように 肉体的なもの 聖賢といわれる人々が、高次元 理論的にも 実際的に

和で自由な社会をやすやすとつくりあげていたんだ。 変形の最も著しい点は、一つは、元の教えが『迷信』で汚され、覆いかくされてしまったこと ない、ということだ。昔の聖人たちは、行く先々で、何の道具も用いず、祈りと断食だけで、 と、二つには、警察、政府、医学といった近代的手段や組織力がありながら、"犯罪"、"殺人"、 『戦争』、『病気』 などの、 千年も前からある欠陥から人類を救うことのできる聖職者が一人もい キリスト教や仏教やヒンズー教などが、今日のようになっているのは、そういうわけだ。その

然的な力が存在するのを信じる未開人の精神と言えよう。信仰とは、 根本原理やメカニズムや価値を知らずに、また、研究しようともしない人、つまり、自分自身で たら、その人は、自分自身の無知のトリコであり、自分自身の迷信のドレイなんだ。アスピリン もし、或る人が、薬や治療や手術を、その性質もメカニズムも価値も分からないのに信ずるとし やキニーネや抗生物質を勧めたり、使っている人――医学や自然法則、科学法則を頼りにして、 迷信というのは、簡単に言えば、『信仰』という名の無知であるか、 他人の判断力を借りようとする人は、 奇跡的な薬を発明しようとしている学者は、 迷信にとらわれやすい人だ。あらゆる病気の真 魔術の別の形式でもある。 あるいは、不思議な超自 まさに魔術師の弟子なん

ら、立派な迷信なのだ。多くの人が肉なしで平気だし、健康で、とっても幸せにやっている。娯 ただ娯楽のために食べるというのではなく、肉には蛋白質やカロリーやビタミンが多 健康を保つうえに欠くべからざるものだというような信仰にもとづいているのな

は、一にぎりの上層階級は別として、一般庶民がは、一にぎりの上層階級は別として、一般庶民がは、一にぎりの上層階級は別として、一般庶民がは、一にぎりの上層階級は別として、一般庶民がは、一にぎりの上層階級は別として、一般庶民がは、一にぎりの上層階級は別として、一般庶民がは、一にぎりの上層階級は別として、一般庶民がは、一にぎりの上層階級は別として、一般庶民がは、一にぎりの上層階級は別として、一般庶民がは、一世のような時代でも、ヨーロッパでは、パンの機能はけっして日本の米飯のようなものではなかったのではなかろうか」(鯖田豊之『肉食の思想』

3月号13頁7行 額に汗して耕さない人……18世紀フランスの思想家・文学者のヴォルテールが書いた『カンディード』(岩波文庫に訳あり)の末尾の一句「何はともあれ、わたしたちの畑を耕さねばなりません」を下敷きにした言葉という。ばなりません」を下敷きにした言葉という。

時に同じ語であるという非常に大きな要素もある

楽のために肉を食うというのは、自己中心主義、エゴイズムであり、物事の分別がつかない、子 全部が肉食することは不可能なことだ。 殺行為だ。むかし、プラトンやシャカのような聖人たちが当然のこととして言ったように、人類 供みたいな頭だ。肉食というのは、農業から見ても、 経済から見ても、生物学的にも、 人類の自

屈してしまうだろう。『事実は小説よりも奇なり』――人生の存在理由は、そこにある。 いうことなんだ)そんなところでは、小説家も、 満ちた、はかない、うつろいやすい生活に、 ちっとも面白くないからだ。へもし誰かが、この不良とバカ、 らだ。最高判断力の人ばかりの世界を想像してみたまえ。誰もそんな所に住みたくないだろう。 0 ことはできない。判断力のモトは記憶だが、どちらも、いくら低次元のものだからといっても、 ないがしろにはできない。というのは、低次元の判断力なくして高次元の判断力はありえないか 判断力が低判断力で、そんなものしかつくり出さず、また、そんなものしか感知できない、と しかし、エゴイズムが私たちの低次元の判断力の表われではあっても、それを否定してしまう あくまで固執しているとするなら、それは、その人 新聞記者も、警官も、医者も失業だ。みんな退 犯罪人、病人、苦難、悲惨に満ち

るエネルギーの元である太陽にたいして少しも感謝しないのも迷信だ。 いるんだ。太陽に比べたら、至ってお粗末な電灯にまるで頼りきっているのも迷信だし、 いい。低判断力という人工の明かりは、あくまでも、 ればならない。というよりも、低判断力は、 だから、決して低次元の判断力をなくしてしまってはいけない。高い方も低い方も両方持たな 闇夜に足元を照らす電灯のようなものだと考えた 高判断力という太陽のおかげで存在して あらゆ

ころ、週に一、二度、 ンスでもドイツでも、 肉食の迷信は、感覚的な欲望だ。それは、医学とか生理学とか栄養学とか称する学問によって 人間の食物史をひもといてみれば、肉食は迷信の一種でしかないことがはっきりする。フラ 低判断力の表われでしかないところの資本主義によって強化され、 肉のスープを飲むといって、 むかしは、そんなに肉を食べなかった。シュヴァイツァー博士は、 友だちに非難されたことがあるくらいだ」 そそのかされてい

(つづく)

5月の大森先生の講演会は、5月5日(祝)です。 は営業します)4月29日の祝日も休館です。また、 として休館とします。 ■日本CI協会は、 4月から、 (一階のオーサワジャパン 毎週木曜日を原則

> 9 日 ではありません

ょうか。CIは公立の団体ではありませんので。 事をした時は、適当な寄付をされたらいかがでし ■提案/日本CI協会や諸先生方へ、私的な相談

購入と同時にすぐ作れる

農園特別分譲のお知らせ

村の建設が着々と進められています。 世界に変わります。こんな当地に、約00万坪の長寿 こぶる良好で、秋には美しい紅葉と自然の果実やキ がとれ、夏は積算温度が高く、作物の成育状況はす ノコの豊富な季節となります。そして冬は一面の銀 当地方は四季がはっきりしています。春には山菜

の特別分譲ですのでお早めにご検討ください。 農園(畑)を分譲することになりました。30区画のみ その一画に、自然農法愛好家に限り、造成済みの

利用ください(一泊二食つき六、000円)。 ご案内いたします(無料)。宿泊施設ありますのでご ●ご希望の方は米沢駅までおいでくだされば 料配達します(有料)・管理者在住・耕作委託も可能 分譲)●分譲価格/一区画五六、000円(1㎡一、六00円 ●トラクター貸与または委託耕耘可(有料)●有機肥 1~10回分割払可●農作中の宿泊施設・貸家あり ●分譲地/一区画30㎡の整地済み畑地 分)矢の沢ファミリークラブ用地(約10万坪 所在地/山形県東置賜郡川西町大字玉庭字長者沢 新幹線開通後、上野~米沢90分、 米沢駅より車で40 (30区画のみ

TEL02384 · 8 · 2509 · 2325 係

矢の沢ファミリークラブ

問い合せ先/山形県東置賜郡川西町大字王

椎間板ヘルニア

―ひじきとコンニャクを摂り、患部に生姜シップと芋パスターをする

大森英桜先生健康相談

発言〕 (^Q ^ は質問相談者、 ^—— ^ は大森英桜先生の

司会/30歳の女性。7年前に椎間板ヘルニアになりました。柔道整復師のところへ通ったのですが、よくならず、いまだに足が冷え、痛みます。4年前、ようによくならず、退院してから、週一度、光線療ようによくならず、退院してから、週一度、光線療法をやってきましたが、それも思わしくなく、現在法をやってきましたが、それも思わしくなく、現在

食養を始めて1年6カ月になり、だいぶ良くなっていて、整復してもらいました。思いと言われ、整骨院へ行ったら、やはり、くずれ悪いと言われ、整骨院へ行ったら、やはり、くずれ

っていますが、まだ本当には良くなりません。て元気が出てきました。家でローリングの機械をやて元気が出てきました。家でローリングの機械をや

――ヘルニアもムチ打ち症も完全に治っていないのです。生姜シップと芋パスターをやれば良くなりのです。生姜シップと芋パスターをやれば良くなりのにやった場合です。そんなに続けてやるのが無理的にやった場合です。そんなに続けてやるのが無理な場合は、夜、寝る前にやって、朝とればいいです。な場合は、夜、寝る前にやって、朝とればいいです。

Q/いつも悪い状態ばかりとはかぎらず、ときど

Q/イライラしたり、生理が不順だったり、ないのに、急に頭が重くなったり、静かだった人が、いきなりガーガーどなりだしたりします。原因を調べてみると、何年か前のムチ打ち症を完全に治していなかった場合がかなり多いのです。

まれば、ちゃんと元にもどります。 という時は、梅生番を飲むと効きます。ヘルニアもムチ打ち症も軟骨がとび出しているわけですから、もムチ打ち症も軟骨がとび出しているわけですから、原因が陰性だということです。

それを、指玉やカイコプラクティックや平板など力が加わって、わん曲してしまうのです。臓器が悪いのです。臓器が腫れているために、骨に臓器が悪いのです。臓器が腫れているために、骨に

それを、指圧やカイロプラクティックや平床などが、むしろ内臓に無理な圧力がかかって悪くなってず、むしろ内臓に無理な圧力がかかって悪くなってが、かしろ内臓に無理な圧力がかかって悪くなって

Q/事故の時、膝と腰の左側を打ちました。医者の湿布薬をやったら、曲がらなくなって、よけい痛くなりました。軟骨がとび出していると言われました。一一首と膝、第3と第5の背骨の部分に生姜シップをして、芋パスターをしなさい。生姜シップをすれば、きれいな血がそのまわりに集まってくるから、れば、きれいな血がそのまわりに集まってくるから、れば、きれいな血がそのまわりに集まってくるから、ると効果が上がります。ある期間続けてやれば、へると効果が上がります。ある期間続けてやれば、へると効果が上がります。ある期間続けてやれば、へると効果が上がります。

きんずきんと痛むのですが……。

Q/手足がすごく冷えるんです。朝鮮人参、カルれを出してしまわないとダメですね。 れを出してしまわないとダメですね。 ――それは古便がたまっているんですよ。たいて

シウムパン、柿茶、葉緑素などをすすめられて摂っ

食をすればいいんですよ。カルシウムは、海草を食 くても、体質に合わせた、バランスのとれた玄米菜 いるわけですね。特定の健康食品をわざわざ摂らな 一片方で陽性を入れ、もう一方で陰性を入れて

す。豆科を摂っていいのは、細長い顔の人です。 のに、たくさん食べたから、アゴがはってきていま 横に横にと拡がり、スタイルも悪くなります。ただ れているので、へたな摂り方をすると体をゆるめ、 れています。大豆も一年間入れて炊いていました。 でさえ丸顔のあなたは、あまり豆を摂る必要がない ているんです。豆科のものにはカリウムが多く含ま ひどくなると、骨自体も横に拡がり、カリウムが Q/玄米には、小豆、ささげ、ハトムギを毎日入 あなたの場合、豆科のとりすぎで骨をやられ

が含まれています。その毒ガスが膨張して軟骨がポ ンととび出すのです。出ベソも同じです。 をたくさん摂った場合になります。蛋白質には窒素 なって逆に萎縮してしまいます。 べただけではヘルニアにはなりません。血がうすく ヘルニアは、肉か卵か牛乳など、かならず蛋白質

ならず、頚椎のズレもおこしています。 Q/機械で治療をしなくても、食事をきちんとす ムチ打ち症も、目には見えないけれど、瞬間的に 血管が切れて出血をおこしています。か

るだけで治りますか? 玄米正食をして、血液がきれいになれば、ひ

> 生姜シップした方がずっといいですよ。とにかく、 をあたためるだけ。一時的な痛みはとれます。でも ぐらいでまっすぐもどります。機械などで無理にま どく曲がっている骨も、ちゃんともどってきます。 あなたは豆科のものはいりません。 かならず再発します。光線療法にしても、 つすぐにしても、血液をきれいにしていなかったら、 3センチぐらい曲がっている脊髄も、だいたい10日 ただ患部

Q/豆乳はどうですか?

だということですから、あまり陰性なものはとれま だけです。 せん。夏場になって、生でとっていいのはキュウリ でも、しびれがあったりするのは血がうすくて陰性 などの海草をとればいいです。あなたは骨格は陽性 陰性すぎて左骨がこってきますよ。ヒジキ、コンブ ーダメです。それをとったら、あなたの場合は

ヘルニアには、ヒジキとコンニャクが特に効きま

Q/お茶は?

多いために中身が溶け出してきます。甘いものを食

小水の回数は?

Q/1日2~3回で、少し濃いです。よく胸やけ

しまうんですが……。 Q/梅干がおいしくて、1日に5個くらい食べて だったら、ハトムギ茶でいいですよ。

胃カタルをおこしているというのなら、 ってもかまいません。 やっぱり、1食1個ぐらいがいいですよ。今、 連続的にと

Q/ゴマ塩は?

好きだと思う塩加減のものを、適当に摂って

いいですよ。

Q/左眼が充血するのは陰性ですか?

要求するけれど、むやみにそれを摂っては症状がち 毛細管の先がわれるようなことはないんですよ。 塩を摂りなさい。ゴマ塩がきちんと入っていれば、 ある程度の充血は、すぐ治りますよ。そして、ゴマ ら、アルカリ性のほうじ番茶で洗えば、さっぱりし ね。たいへんだけれど、がんばってください。 っともよくならないわけだから、むずかしいですよ が一番効きます。酸化した血が充血しているのだか (昭和54年6月2日の健康相談講習会より。文責/ あなたの場合、顔が丸顔で、体がけっこう陰性を そうです。疲労からもきますね。ほうじ番茶

■正食医学健康相談の記事

曽我部一美子)

子供が大食い、陽性の古い毒は?……50号 居眠り、白内障、手が冷える……503 脳軟化の治し方……50号 500 円

陽性腎臟病、不妊症……512 白内障……513号

ネフローゼ、陽性胃腸病……51

高血圧……514号

子供の〇脚……516号

リューマチの治し方……519号 遅脈の治し方……57号

水疱性角膜炎、気管支拡張症……50号 (別に書いてないものは、送料とも30円

であることを頭において読んでください。(編集部) これらの回答は、あくまで、その相談者へのもの

福岡先生のみかん園にて(愛媛

鈴木万亀子

連絡先/東京都武蔵野市吉祥寺北町5の4の17 0422.53.6483 ミルキーウエイ内

出会い、教えられることばかりで、と 素晴らしい 分の足元から着実に輪を広げている、 です。行進に参加してから毎日、各地 ても充実した行進を続けています。 して歩く時、 読者の皆様、 太陽に向かって歩く時、 地域にしっかりと根をおろし、自 "生存への行進"者たちと 日の光の中に溶けこんで はじめまして。まっこ 太陽を背に

> になります。 と、一緒に歩く仲間たちを想う時、こ の英気を吸い込む時、 全てのものの平和を祈る心でいっぱい されている幸せを思います。そして、 の大自然の中で、全宇宙の中で、 いく自分を感じる時、 素晴らしい人々 目を閉じて自然 生か

田町で地元の有志と交流会を持つこと さて、行進団は、 一月五日に徳島の

が種なのです。私は与え

さおち 生存への行進の議論懇談会 乗り切ら為のつざい

ぱいです。食養に全情熱 くらいの感謝の念でいっ 言葉では言い尽くせない 終わりまで御世話になり 山さん御一家に初めから 見事な玄米正食家の佐屋 来ました。この地では、 濃い輪を拡げることが出 に玄米を紹介し、 圧倒されんばかりでした。 を傾けていらっしゃる御 家の力強いパワーには、 今は行進団の一人一人 保健婦さんなど 密度の

られたもろもろのものを糧として立派 らないと思っています。 役に何か立つ事を、 な実をつけ、支援して下さった人々の いただく生き方をしていかなければな 人々に刈り取って

黙と働いている人々の、 確かですが、これが現実だという得難 きない心の引っかかりがあったことは 逆らわない生き方を目ざしている私に ギーを途中で止めない、 玄米正食を中心に置き、 調達のためのアルバイトをしましたが、 い体験として働きました。しかし、 高松では、 ケージ飼いの鶏には、 養鶏場で約十日間、 静かな、 自然の法則に 自然のエネル 正視で 資金

しました。素晴らしい人々のエキスを れ、 したくましい、したたかな生活感に触 いかに自分に生かすかは、 心の中にあるのです。 なぜ私は歩くのかを自己に問い直 おのおのの

田園長ら、 の家の人、博愛園という養護施設の武 と愛と奉仕の生活をしているエマウス 若者たちと出会い、試行錯誤を重ねつ 指針を皆と共に助け合って推進してい した。市内では、ノアの方舟のような に生きている御姿に強く心を打たれま 入りをし、 その後、 力強い情熱にあふれる住民運動の 雪の中を行進して南国土佐 廃品回収をしつつ底辺の人 捨て身になって深い人類愛

糸釦のさおやま銀座店頭にて(徳島

毎日でした。

電子農法の原田先生宅にて(高知

その後、予想もしなかった大雪、雪道での車の横転というハプニングにも道での車の横転というハプニングにも道での車の横転というハプニングにもを自然農法のみかん園などを見せていただき、山小屋内の、全宇宙がここにただき、山小屋内の、全宇宙がここにただき、山小屋内の、全宇宙がここにただき、山小屋内の、全宇宙がここにただき、山小屋内の、全宇宙がここになきない。のが自分とわかったら、自分が自分に会ったら、もう歩く必要はなく、ここに座り込むだけだ―に対し、一団



福岡正信先生

なのに、人は分別の知恵に惑わされて ら見ても、大きな目で見たら何もない。 宇宙から見ているのであります。 点もない。 どこに行っても同じ。人も自然も同じ 神様だから、どこに行っても、どこか 思うに、草一本も素粒子も人も全地球 た。 全体であり、それは一つしかなく、原 いる。無辺大・無限大は心であり宇宙 皆が同じ恩恵を受けている事は、同じ 行っても私はブッダとそこにいると。 員は、我ここに在ると一言で答えまし そこにいる。私は私だからどこに 自分はどこに行ってもここにいる 全てが中心であり、 心は全

行進団も、百姓からほめられるような、裸になって捨てていくような、時な、裸になって捨てていくような、時間を止めるような、体も自然復帰させ、 同こうの自然を見るような歩き方を、何もしなくていい事を知る事、バカになることをスタートとして始めなければならない。どれだけ深い旅をするか。 ばならない。どれだけ深い旅をするか。 せいても歩かないのと同じような結果 歩いても歩かないのと同じような結果

先生は先生なりに帰依していらっしたので、自然農園を見に行ったので、自然農園を見に行ったのではない。最終的には自然農法を学ぶとしても、自分が自分である事を知らなしても、自分が自分である事を知らな

当に。

その後、伊方原発に寄り、飛び抜けその後、伊方原発に寄り、飛び抜けを覚えました。

三十日の沖縄での集会に向けて、一路 良き出会いを、良き縁とするためにも。 つたない文章をお読み下さって、あ つたない文章をお読み下さって、あ

どういう塩のことですか? 自然塩とか天然塩とかいいますが

かりに、次のように定義してみましょ した定義は、まだありません。ここで、 自然塩や天然塩についてのはっきり

自然塩とは、「化学的手段を用いない 結晶化し、 純物理的方法によって、 人為的な精製を行わな 海水を濃

や加工を行わないもの」。 常温において結晶化し、人為的な精製 状態のまま利用して、海水を濃縮し、 に「天然のエネルギーのみを、天然の 天然塩とは、 自然塩の中でも、

化ナトリウムの純度を上げていない塩 で、たとえば火で煮つめる程度の技術 品のような近代科学的技術を使わない によって、 力利用を主体とし、電気透析や化学薬 言いかえるなら、自然塩とは、自然 海水を結晶化し、 故意に塩

た塩です。しかし、これでは、日本の 汲んで、そのまま放っておいて乾かし せた塩です。極端にいうなら、海水を どの天然エネルギーのみを上手に利用 力なども用いないで、太陽熱や風力な 天然塩は、 海水を濃縮し、常温で結晶化さ 自然塩の一種ですが、火

> で利用するのです。 然のエネルギーの質的変化はさせない あまりに効率が悪いので、 装置を工夫するのですが、あくまで天 ような雨が多く、湿度の高い所では、 いろいろの

いう塩ですかり 今、普通に売っている塩は、どう



に高くしたもの」をいいます。 塩化ナトリウムの純度をある程度以上 ガリ成分(微量ミネラル成分)を除去し、

化学的処理を行って製塩したもの」を オン交換膜法による「化学塩」です。 また、現在、国産塩のすべては、 「その製造工程において、 化 1

要するに、現在、公社が扱っている

り専売塩は、すべて自然塩、天然塩で 純度を極度に高くしているからです。 為的に精製加工し、塩化ナトリウムの はありません。なぜなら、どの塩も人 つまり、いわゆる「精製塩」、「高純度塩」 現在、一般に売られている塩、つま

の製造方法にかかわらず、 精製塩、あるいは高純度塩とは、「そ 人為的にニ

法律的には特殊用塩として扱われてい 塩として売られている塩で、いわば、 うの自然塩、天然塩は製造したり、販 ぎり自然塩に近づけたのが、今、自然 で、現在の法律の範囲内で、できるか 売したりすることはできません。そこ 良質なものもあります。 かし、「赤穂の天塩」のように、相当、 の意味での自然塩ではありません。し さまざまありますが、いずれも、本来 準・自然塩」とでもいうべきものです。 専売法の規制により、現在、ほんと

特殊用塩とは何ですかり

オ』とか『エンリッチ』などの商品を には、化学調味料を添加した『アジシ 別の効用をあらわしたもの」で、普通 特殊用塩とは、「専売塩を加工し、特

されたのは、自然塩復活運動が進んで いく過程で、運動側から公社に折衝し て、これを認めさせたからです。 準自然塩が特殊用塩として品目追加

実際には、そのような塩は入手不可能 味覚の上でも、 ていない自然塩の方が、健康の上でも 自然塩運動を始めた当時、「精製され よいのだ」と、どんなに訴えても 調理や食品加工の上で

しかも、その一部は、化学塩であると 塩は、すべて精製塩、 ていますが、あれはどういう塩でしょ 自然塩と呼ばれている塩が売られ 高純度塩であり 指します。

いうことです。

今、自然塩として売られている塩は、

れたのが「赤穂の天塩」です。神度の塩を出そう、ということで生まれたのが「赤穂の天塩」です。

その後、類似商品が多く出ましたが、その後、類似商品が多く出ましたが、くひどい品質のものもありますので、ご注意ください。(くわしくは『いのご注意ください。

して造られているのですか?――『天塩』は、具体的にはどのように

度を高めているのです。
を言い述べましたように、公社が扱っている塩はすべて精製塩ですが、その中でも輸入塩は、製法としては自然製法です。つまり、化学的な方法は使わないで、天日によって造られています。ただ、ニガリ成分を除去して、純ないで、大田によって造られているのです。

そこでこの輸入原塩(メキシコ産) に、中国産の天然ニガリを加えて水に に、中国産の天然ニガリを加えて水に してから、平釜で煮つめて再結晶化し たのが、『天塩』です。

歴然とした違いがあります。本当の自然塩、天然塩に比べますと、本当の自然塩、天然塩に比べますと、とか実験の上でも、質品加工の上でも、生物実験の上でも、質品加工の上でも、生物実験の上でも、

「天塩」が発売されて7年が過ぎましたが、今では相当に消費者の間に浸透たが、今では相当に消費者の間に浸透いずれにしても、現段階で自由に購入できる良質の進自然塩しかないわけですから、今後、ますます需要が伸び、愛から、今後、ますます需要が伸び、愛から、今後、ますます需要が伸び、愛から、今後、ますます需要が伸び、愛

一岩塩は、自然塩ですか?

お塩は日本では産出しませんので、 海塩についてのみ話してきましたが、 世界的に見た場合、特にヨーロッパな とでは、岩塩が多く使われているよう

岩塩というのは、もともと海であったところが、地殻変動などで隆起し、たところが、地殻変動などで隆起し、たところが、地殻変動などで隆起し、に乾燥して塩になったものだと言われに乾燥して塩になったものだと言われ

では、理想的な食用塩かというと、そうとは限りません。というのは、あまりに長い時をかけて結晶が析出したために、溶解度の低い順に、分離してために、溶解度の低い順に、分離してあるからであるからであるからであるからであるからであるが、かなりの高純度であるからであるが、かなりの高純度であるからであるが、地域のでは、理想的な食用塩かというと、

り良い品質のものもあるようです。で乾燥した地域でとれる岩塩は、かなで乾燥した地域でとれる岩塩は、かない食い品質のものもあるようです。たど、地域によって相当に差があるらしく、高温によって相当に差があるらしく、高温によって相当に差があるらしく、高温によってもとも考えられます。

たとえば、アフリカのサハラ砂漠から産出する岩塩などは、そうとう良いもののようです。近辺の原住民は昔からこの原塩を使って料理をしています。ヨーロッパから、精製された衛生的ないこと、下フリカ帰りの人が教えてくいると、アフリカ帰りの人が教えてくいると、アフリカ帰りの人が教えてくれました。 (つづく) なると、アフリカ帰りの人が教えてくれました。 (つづく) なると、アフリカ帰りの人が教えてくれました。

皆様へのおねがい

日本CI協会の会員の方々や正食に関心のある方なら、「塩」がいかに大切であり、その品質の良否がいかに健康を左右するかは、十分にご理解のことでしょう。

まかなわれており、何らの公的な資金ご理解くださった有志の浄財によって日本食用塩研究会の財政は、「塩」を

援助はありません。善意ある皆様が、研究会の賛助会員または正会員となってくださり、この自然塩復活運動と天然製塩法開発事業(本誌59、20、527号を参照)にご支援くださいますよう、心よりお願い申し上げます。

• 会員種別

普通賛助会員――研究会の趣旨に賛同 年六千円。

正会員――会の運営に参画する社団の 構成員。一口年十二万円。くわしくは 構成員。――会の運営に参画する社団の

は、年間三千円(送料共)です。海」と粗品を進呈いたします。

●入会方法

①氏名(フリガナ) ②郵便番号 ③ 住所 ④連絡先電話番号 ⑤申込会員 住所 ④連絡先電話番号 ⑤申込会員

申込み、問合せは ―

日本C I 協会内 C D : 四元・表三十四 東京都渋谷区大山町11の5

*入会すると隔月刊機関誌『いのちと

米国における食品購入の指針(5)

合衆国上院 栄養と人間の必要物 に関する特別委員会 準備資料

農家の負担

(注1)

ここ三十年ほどの間に、農家から消費者への食料の流れが、途中で加工され、流通業の手を経るものが主流となり、比較的少数の企業がこのチャものが主流となり、比較的少数の企業がこのチャンネルを次第に独占するようになってきたが、このことは、多くの農家にとって、次のようなことを意味する。

(1)農産物バイヤー〔買い手〕の数が、各農家

『指針』の経済的利益

序

製品、 費用についての信頼できる概算は見当たらない。 からである。今、 金をつかっている。なぜなら、 ある。そのうえ、消費者は、必要以上に食料品に 食品添加物の多い食事 購入の行動によって消費者が負担している余分な ど無競争〔独占的〕な食品会社から購入している しかし、 常に多額にのぼることを示している。 (的にも、経済面においても、 脂肪、 高度加工食品に重点をおく食事 限られた資料によれば、 飽和脂肪、 ふつうに行なわれている食事と コレステロール、 つまり、 消費者は、ほとん マイナスのもので その費用は、 肉、 砂糖、 多脂肪乳 一は、栄 塩 非

(2)各バイヤーが、売買制度の各段階において、価格などの取引条件を共謀し、市場を操作して、商品価格を引き下げるのに都合をよくする。(3)小規模農家や兼業農家にとって、その生産物を具合よく売る市場をせばめる。
(4)農家にとっても、消費者同様、食費が高くつく。

この勧告は、果物、 ては、 行動とともに、 利益を得ることになると期待されるが、 ことは、農家が、生産者としても消費者としても 度うるおすことにもなると期待される。 接的に反映されるようになるので、農家を或る程 から、より日用的な種類の食物へと傾向を変える 農家が増えることを奨励している。高度加工食品 農・卵製品の消費が減ることは、 造および流通の企業が、互いにより競争的になる 入指針』は、農家直販を奨励し、 の増産を呼びかけている。また、 な状況をつくるには、 ことは、消費者の支出が農産物の需要に、より直 『米国の食事改善目標』 明らかに、出荷の減少を意味する。しかし、 政治的措置も必要である。 野菜、穀物、 時間を要するし、 の勧告にそって、 この報告の『購 搾油種実の農場 或る農家にとつ それを実行する 消費者の このよう 食品の製 肉

経済に対する費用の総体について

以上述べた通り、現行の食習慣と食糧制度の経

と有用な目的に金が使われることをさまたげるよ れずに設定された市場価格は、賃銀の決定と同じ いるという形跡があるからである。高度加工食品 格が管理できる場合には、会社は高めに設定して く、釣り上げ気味になりやすい。というのは、 ることは明らかである。価格競争があまり行なわ の消費を推進することは、 済構造は、経済にたいして非常な影響をもってい あまり有用でない部門に金が集まり、 食料経済の中で、 もつ べる。 あるとはいえ、消費者は、食料の選び方と購入行

経済的利益の段階的説明

食料部門が、金額的に見て、米国最大の産業で

者の利益になるように変える最も効果的な力を持 動によって、食料体制および農家の体制を、 の実行で可能となる次の事項を段階的な方法で述 っている。 以下、『改善目標』の勧告と『食品購入指針』 消費

- (1)消費者支出の直接的な節約
- 2 食料加工と流通における競争の刺 激
- (3)より健全な経済の発展の助成

勧告を結尾とする。 これらの目標の達成を助ける政治措置のための

的 利 益 その1

30パーセント節減できる。 場合、消費者は、次のように、 『食事改善目標』と『購入指針』を共に実行した 消費者支出の直接的な節約 全食費支出を20

節 約 (1)

食費節減が可能であることを示している。 と、果物・野菜を特に生鮮物を主とするための価 格の低下による。次の、米国およびカナダの調査 費者は12~16パーセントの食費を節減できる。 この節減の大部分は、肉の消費をひかえること 食事改善目標の勧告のみを実行した場合、 『改善目標』の食事で、12~16パーセントの 九七七年に作成された、農務省の未発表の報 消

> 可能性は、蛋白質から摂るカロリーの比率によっ パーセント節減することになる。しかし、節減の 間、家庭での食費を約三三五ドル、 ドルから4・26ドルに減らすことができる、とし よって、四人家族の家庭で、一週の食費を50・56 ている。(一九七七年一月の価格で)これは、 告書では、『改善目標』に勧告された食事変更に かなり変わる。 つまり12・5 年

と推定している。 計支出を約四〇〇ドル、16パー によって、四人家族で、 と同様の食事勧告であるが、このような食事変更 カナダ食料価格局の報告書『栄養が役に立つか (一九七四年二月)は、 (第1表 年間二、 米国の『改善目標』 セント節減できる 四六〇ドルの家

> ろう。 る節約は、 る。それは、特に移行期において起こるだろう。 応じて起こるだろう。これらは推定が難かしい。 結果おこる、食料品の生産費、販売費用の変化に 食料品の価格変動をもたらすだろう、と述べて 査と同じである。米国農務省の調査は、 可能性は肉についてで、これは、米国農務省の調 長期にわたる価格変動は、『改善目標』の採用の 標』の線にそった需要の変更は、多分、 食品選択の変更とともに、 第1表に示されている通り、節減の一番大きな 右にあらまし論じたものより大きいだ 以下述べる事項によ 或る種

ば、一九七五会計年度の米国の総保健医療費は、 ろうと推定している。保健・教育・厚生省によれ 年、上院栄養委員会の公聴会で、栄養の改善によ 学教授、ジョージ・ブリッグズ博士は、一九七二 される。 って、国全体の保健医療費を三分の一減らせるだ [注1] 栄養の改善によって、保健医療費も節約 一八五億ドルであった。 カリフォルニア大学(バークレー)栄養

ができるだろう、と述べている。 を改善することによって、二五億ドル減らすこと い、カナダでの七八億ドルの保健医療費は、 五年七・八月号、 栄養のコスト』(『カナダ公衆健康雑誌』一九 ザック・サブリー博士は、『カナダにおける低 第66号)で、同様の推定を行な

物』の第一稿で、農業調査局の家政学者、ベティ [注2] この報告は、『食事改善目標と食卓の食

■ 第1表 食事変更による食費節約

(4人家族、1974年、米ドル)

(注1)

理食品 ■出典/What Price Nutrition? とに直接算出した。 Review Board. 注2 (調合、 "その他 冷凍食品など)を含む。 Ottawa, Canada. Feb. 1975 には、 軽 食、 清 Food Prices 涼飲 料

食	品	群	年平均 支 出	"栄養食" 年間支出	差
牛乳	乳製	· Ha	320	290	-30
果野	物	·菜	440	595	155
パ穀	ン	物	295	310	15
肉の	0.0	そ他	935	495	-440
脂油	肪	類	125	145	20
20)他(i	主2;	345	225	-120
計	家庭	(内)	2,460	2,060	-400

次に、 の 12 パ 書である。 食 E 食費の上昇は数セントであった。 1 糧 0 肉 14 魚魚 セントを占める食事につい ーターキン氏が、 最初 農業 セントまで認めるように修正され 0 の試算は、 鳥肉などから摂る蛋白質が、 展望に関 蛋 する会議に提出 九七七年十一 白質が総カ て行なわ ロリ 月 した文 総カ れ

-サワジャパンからのお知らせ

製 品 新

無公害 椿の灰 4009 1000円 (利島)

六九年調査による。

栄養食については、

各部門ご 0

1

各部門ごとの支出推計は、

最 新

乾燥よもぎ 380円 1009 (信州産)

五年番茶 1309 600円 (佐賀産)

値上がりのおしらせ

あかねしょうゆ 1.86 880円 グルテン粉 2009 320円 5009 750円 U 1009 380円 ひ き 本 くず 粉 1509 520円 椿油を圧搾したあとの固まりを焼いた灰です。 茶渋、油分も良くおち、手があれず、食器洗いに最

適です。

固形と粉末があり、手打ちのうどん、そば、もち団 子におつかいください。また、冷え症の方は布袋に 入れて、よもぎ湯をどうぞ。

より陽性な食養番茶です。病気治しにどうぞ。

斉藤のお菓子類、マルシマ製品、ツルシマ製品、 平和、理研の圧力鍋等……

軒なみの値上げになっておりますので、ご了承 いただきたくお知らせいたします。

今後も、4月~5月にかけまして、値上げせざ るをえない商品が出てくる見こみですので、ご 賢察の上、ご注文をたまわりますようお願いい たします。

カムカム鍋

火入れ温度を上げたための失敗などがありまして、窯出しが大変おくれ、お客様には 大変ご迷惑をおかけいたしましたが、4月ごろより順調に出荷できるかと思います。 また、別の窯元により、新製品を計画しておりますのでおたのしみに!

立科麦みそ

いつもご愛用いただいております立科麦みその出荷が順調にのびてきまして、私ども の計画を上まわってしまいました。大変ご迷惑をおかけいたしますが、4月末ごろに て商品が品切れする見込みです。新製品は9月ごろになってしまいますので、ご了承 くださいますようにお願いいたします。

人 求

男性 25歳前後、詳細面談。

あなたも情熱をもってできる仕事をしてみませんか! (オーサワジャパン 島村迄)

〒151 東京都渋谷区大山町11-5 ☎03-465-5021 オーサワジャパン株式会社

桜沢里真(マクロビオティック・クッキング・サロン

卯月の野草料理

毎日の食で 美しく 健康になる



先を変えて、おたのしみください。 身体にとてもよろしいのです。時に目 少々手間がかかりますが、おいしくて、 の陽性を十分にうけた野草は、調理に 料理があります。サンサンとふる太陽 のこの煮もの、のびる、よめ菜のみそ 理を作ってみました。 煮など、地方によっていろいろな山菜 なじみの深い野草を使って、お弁当料 煮、コゴミのゴマ煮、野ぶきのつくだ つくしの煮付け、ゴマ和え、細たけ 今月は摘み草によい時節ですので、

芹の煮付け のり巻 ごぼうの昆布巻 野草の天ぷら ふきのとうのみそ煮 はこべのつくだ煮 玄米むすび 立

献

ふきのとうのごまみそはかま ふきのとうのごまみそ和え

キンカン甘煮

トーフと野草のみそ汁

うどとねぎのクルミ和え

黒豆の煮付け 大和芋の茶巾しぼり

☆玄米むすび ●材料=玄米(カップ7)、水(カップ

8十一、塩(小さじ」 ご飯を炊く。 以上の材料で、圧力鍋でふっくらと

①ふき1束を葉の付け根から切りはな 白ゴマ大さじ2を炒り、切りゴマにす す。葉を熱湯に通し、細かくきざむ。 イのりむすび(ふきの葉入り)

> 切りゴマをまぜて仕上げる。 れて、よく炒りつける。まだかたいよ 葉を入れて炒める。醬油大さじ2を入 ②鍋に油大さじーをあたため、ふきの ろ火でやわらかくなるまで煮付ける。 うなら、出し汁カップーを加えて、と さじーくらい入れ、きれいにむすんで ③三角むすびを5個作る。中に②を小

口俵形むすび のりを巻く。

> 醬油小さじーでやわらかく煮つける。 とろ火で水分がなくなるまで煮る) かたい場合は、水大さじ5を加えて、 いで、よく洗い、実大さじらに対して 巻く。(しその実は、青じその実をも

> > をふりかけ、

冷ます。

じーと水大さじーをまぜあわせたもの

②人参を細長く切る。水を少々ふって

れて、のりを巻く。 ハ梅干むすび ご飯を丸形にむすび、中に梅干を入

中のり巻

①炊いたご飯の3分の1に、梅酢大さ

のつくだ煮を芯にする。のりを帯状に 玄米ご飯を俵形にむすび、しその実



:玄米むすび 下:のり巻

⑤のりの片面を焼き、ご飯をうすくの 4芹50グラムくらいをゆで、塩をふっ で薄味をつける。 さじーで炒め、塩少々、薄口醬油少々 をむく。フセンチくらいに切り、油小 ③フキは塩をきかせて色よくゆで、皮 し煮にする。 ら、水大さじ2を入れて、とろ火でむ 中火でカラ炒りし、よく色が出てきた せ、②③4を適宜に入れて、きれいに

中はこべのつくだ煮

ラムに対して油大さじーで、よく炒め、 ゆっくりと煮つける。 醬油大さじ1~を入れて煮つける。か たい時は、出し汁カップを加えて、 はこべをきれいに洗い、はこべ100グ

いふきのとうのごまみそ和え

も少々砂がまざっているので、さっと ②黒ゴマ大さじ3を洗う (洗いゴマで さっとゆでる。 13センチ大のふきのとうを、塩湯で

-40-



りと仕上げる。 と水大さじ2を入れ、すりまぜ、どろ て、よくする。さらに、醬油大さじ1 味噌大さじ1と出し汁大さじ1を加え ごく細かになるまで力を入れてする。 にのせて水をきる。香ばしく炒って、 洗うこと)。ざるに取り、スポンジの上

③ふきのとうの上に②を小さじ半分く らいのせて器に盛り、ユズの皮を飾る。

*ふきのとうのみそ煮

ふきのとうを細かくきざみ、50グラ

1を入れて仕上げる。 麦味噌大さじ山盛り1と水同量を加え て、よく炒りつけ、炒り白ゴマ大さじ ムに油大さじーの割合でよく炒める。

かふきのとうの ごまみそはかま

くらい器に盛る。 はかまのようにまきつけてぬり、2つ ふきのとうの開いていないものをゆ 少々からめに作ったごまみそを、

*・芹の煮付け

※以上の品々をおむすびの中に少しず に炒った白ゴマを少々入れる。 ラムに対して油大さじーで炒める。醬 おいしく頂けます。 つ入れると、なかなか変わった味で、 油大さじ1~を加えて煮つけ、仕上げ 野芹を1センチくらいに切る。10グ

うにしてうすくつけ、葉ものは片面に

ひげ根は、つけた衣を箸でしごくよ

衣をつけると、カラリとよく揚がりま

☆野草の天ぷら

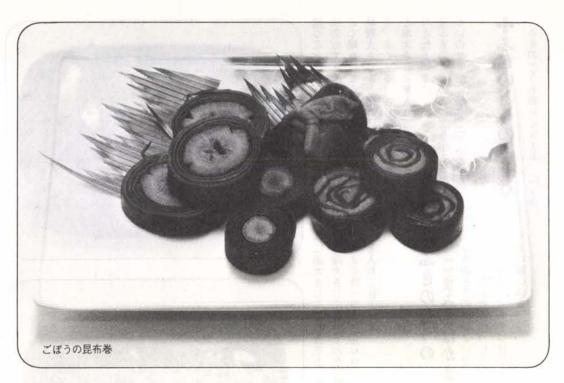
地粉で天ぷらの衣を作り、しその実、

よく洗ってしんなりさせる。(洗った 1昆布は水にさっとつけ、砂を落し、 ☆ごぼうの昆布巻

ゆでたふきのとう、 上:ふきのとうごまみそ和え はかま (左上)、 はこべのつくだ煮 下:野草の天ぷら

中:ふきのとうごま (右上)、

の根、ヨモギの葉、ゆでた輪切りの人 参、うどの葉、まめふきの葉などを揚 ねぎのひげ根、芹



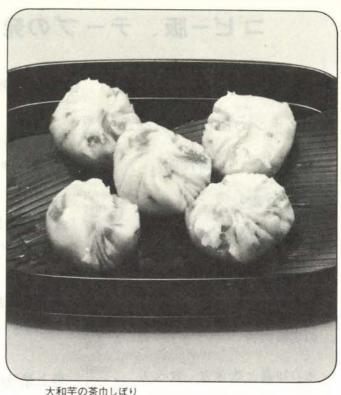


ねぎのくるみ和え (中上)、キンカン甘煮 (中右)、ウドのクルミ和え (左下)

②ごぼうを昆布で巻き、かんぴょうで かんびょうは塩もみして、しんなりと

ぼうは丸ごと、昆布の幅の長さに切る。 水はすてないで、煮る時に用いる)ご かぶるくらいに水を加えながら煮る。

ように入れる。中火でコトコトとじっ た水を、材料に2センチくらいかぶる くり煮る。途中で水がなくなったら、 むすぶ。鍋に並べ、昆布をつけておい



トーフと野草のみそ汁



→黒豆の煮付け

を止める。汁ごと器に盛って供す。 を加え、汁が少し残っているうちに火 なったら、醬油小さじー、塩小さじー きどき水をたす。すっかりやわらかく 材料ひたひたくらいにあるように、と とろ火で4~5時間煮る。いつも水が 黒豆カップ1に4倍の水を加えて、

**うどとねぎのクルミ和え

同じ長さに切る。 ねぎは、長いままさっとゆで、うどと センチに切り、さっと塩ゆでにする。 (1)うどの皮をうすくむき、丸のまま5

ませるように煮る。1センチくらいに たら、醬油大さじ5くらいを加え (汁 切って器に盛る。 が少々からめの程度)、よく味をしみこ 串がスッと通るくらいやわらかくなっ の上にそれぞれかけ、ゆずの皮のみじ よくする。醬油大さじる、 ②クルミ6個の皮をとり、さっと炒り を加えて、どろりとさせ、 ん切りをのせる。

うどとねぎ 水大さじ3

**大和芋の茶巾しぼり

らいを布巾に入れてしぼる。 に通し、大和芋にまぜる。大さじ1く それぞれみじん切りにし、さっと熱湯 して、塩少々をふる。人参と芹少々を 大和芋をふかし、皮をむき、裏ごし

*キンカン甘煮

くなってきたら、塩を耳かき2杯くら ないようにとろ火で煮込む。水分がな ンにまぶしつける。 い入れて、静かにまぜ、煮汁をキンカ キンカンを同量の水で、汁をこぼさ

☆トーフと**野**草のみそ汁

て、芹とみつ葉をうかせて、器に盛る。 ら、味噌を流し入れ、ひと煮立ちさせ るめておく。トーフを入れて煮立った ②鍋に油小さじるをあたため、ねぎの らいに切る。ねぎはーセンチの輪切り。 切る。みつ葉は茎の部分をーセンチく 煮立てる。味噌乃グラムを鍋の湯でゆ を入れて炒める。水カップ5を入れて 青い部分を入れて炒め、次に白い部分 トーフはーセンチのさいの目切り。 ①芹はさっとゆで、2センチくらいに

コピー版、テープの発行!

(ごく少部数)

桜沢如一著

桜沢如一著 (4月刊行)

バイキンの国探险

1200円 〒 120円

パストゥールの審判

800円 〒 120円

天国の鍵

1000円 〒 120円

砂糖の毒と肉食の害

1200円 〒 120円

PU中国四千年史

1000円 〒 120円

世界恒久平和案·"意志"教育50年

の実験報告

1000円 〒 120円

米の知識と炊き方・食べ方

1200円

GO式外国語自習法

〒 120円 350円 〒 120円

大森英桜講演テープ

主食の徹底研究 (4時間分)

4500円 〒 300円

Ш

うさぎのピピ

800円

魔法の眼がねでウサギのピピから発見したもの 〒 120円

ウナギの無双原理

ウナギのぼり立身出世法の秘訣はこれ

800円

〒 120円

我が生命線爆破さる

超非常時、正食者に与うる重大警告

800円

〒 120円

夢と情熱の世界 (PU経済原論)

3500円

のピクニック!(必ず申込み)

大山阿夫利神社下宮です

目次/シュリーマンの一生、神と富、世界黄金 〒 160円 王朝の君臨、『赤ゴム』から「白ゴム』へ、弱肉 強食の経済学、食生活の濫費の一例、ゴットル、 スミス、マルサス、『むすび』経済学(付録)

とき

4月15日までに、

H

協会本部

安南の悲劇ほか10編

七五二、

3時、

百円

的地では

野外にいるの

で、新

聞紙など敷物

用

意

雨天中止。

午前8時までに日

本CI

へ問い合せ

菜入りの 土と愛ふるさとの 雑炊、 家 0

解散 • 会費/大人千円、 お茶などが出ます 時 3 ろ、 歳 就

大っぴ 地 へ本厚木または伊勢原から直行して、 原から日向薬師までバ 途中で食べる人は、 らに草摘みはしない (丹沢大山国 スで直 お やつ、 行 軽 食

急線本厚木下車、 で目的地 大山登山ピクニッ 土と愛ふるさとの 道は、 の山 プル ワラジなどがよい 4月 道 カ 五四 20日 ヤラバン・シ 歩く時間は2時 煤ケ谷 で阿夫利神社 日向薬師。 ケー 急行の前 ク参加の方は、 ス七沢温泉行で七沢城址、 行で広沢寺温泉入口 0 ブル 高橋季愛様方 1 目 下宫 方一~ 行き乗車、 間くら 定公園内なので、 ズ、 休 地 へ集合。 憩 四号車に乗り、伊 ズッ 新宿駅を七四、 神奈川県厚木市 してもよ 広い道を30分 10時半 終 (交通/ ク靴、 0752 点で下り **ースグ**) 出発 あ 近で

あなたのお知り合いにもお奨めください

送りください。

ご送金から着本までは、

/大阪市東区大手通二—五

(〒540) 世界正食協会

編集部

06.941.75062

着本までの期間

から十日、 郵便振替なら約半月かかります。 現金書留で一 週 間

月刊 購読ご希望の方へ

送料33 33 円

世健 界正食協会の機 康 水と平 和 0 道 L 関 る

ふたたびお目にかかれた

3)をご利用ください。購読開始月、

お

名

ご住所、電話番号を、

カイ書で書

または郵便振替 三六〇〇円です。

(口座番号・大阪5631

「正食」誌は、

一力年分前

ご希望の方は、

現金書留 料こみで

ミネラルの多い自然の塩 精製しない粗塩の味

赤穂の天塩



塩の生命は 海水が自然にもつ成分 ミネラル等の独特の バランスにあります 塩の微量成分は 食品の仕上りや味に 決定的な役割りを 果たします

- ◆昔から塩が作られていた塩田は、昭和 46年全面廃止され、工場大量生産方式 (イオン交換膜製塩法)にかわりました。
- その結果、塩は、NaC1 99%以上の精製 されたものになりました。
- 自然塩復活を願う日本 CI はじめ各界 のご協力により生れた「赤穂の天塩」 は、食生活の原点としての灯をともし つづけております。

東京都新宿区百人町2丁目24番6号 〒160 ☎ 03 · 364 · 2721

美術印刷



有限会社

代表取締役

4 T 目 16番8 号 〒 111 東京都台東区浅草橋 9 2 電話 東京 (862)代表



ねってすぐもちになる、今話題の商品/ 500g ¥850 発売元/オーサワジャパン株式会社

醤油をはじめ当社の製品は、オーサワ ジャパン(株)でおもとめください。

セイタン

純植物性蛋白・伝統の純正食品 ビン入 180g ¥300 袋入 100g ¥300

丸島醬油株式会社

〒761-44 香川県小豆島内海町 ☎08798・2・2101

3 为 断食道

スバラシイ 施設と 親身な指導

● ヨガ研修生募集中!

本部 〒188 東京都府中市分梅1-30-1 ☎ (0423) 68-1932 ····・総合問い合せ

ヨガスクール ● ひばりケ丘(西武池袋線) ● 三鷹(井の頭線) ● 烏山(京王線) ● 新宿 ● 府中

特長

●いつまでも使える 南部鉄製です●アル ファー化を持続して おいしく炊けます● アルミ製とちがって 健康安全です●昔な がらの木のフタで炊 きあがりの味わいは 格別です●鉄分補給 のはたらきで貧血予 防に役だちます●単 純構造で故障があり ません●煮もの、炊 きもの、蒸しもの、 炒めもの―なんに でも使えます●ガス 火で使えます。火ま わりはムラなくムダ なく経済的です●新 工夫した落としブタ式

定価

(小)—13,000円 1合から3合炊(540cc) 巾26cm高き16cm 重き約2,7kg

でふきこぼれしません。

(大)——15,000円 1合から7合炊(1,260cc) 印28cm高さ19.5cm 重き約4.3kg



味園 毎900 那覇市泉崎1-9-11琉球新報社向 ☎0988・66・5366 *9~19 *⑪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 万然 ∞902 那覇市寄宮156 ☎0988·54·0296 *11 ~20 *⑪ *食養相談、書籍販売、純正食品、リマ化粧品

〒153 本純月小 (有) ☎ 日 練胡刊川 グリーンハ ○ 黒区 購読料 胡麻「茂 麻油生年 健士田 ずま主筆 九一 香い ートサー 八〇〇円 0 民品节 0 光

くるる味種自然食糧センター

(雑穀普及会)

☆無農薬野菜、農産物、海産物、雑穀、加工 品、食養相談、健康相談、美容相談、料理講習

宮古営業所 毎027 岩手県宮古市大通3-4-25 ☎01936・3・63 10 *10-18 *他 *岩手の自然農・海産物、雑穀、加 工品の卸、小売、日本CI協会宮古支部

練馬営業所 ®176 東京都練馬区栄町20 江古田栄町本通商店街 ☎03・948・5701 *10~20 *他

多摩営業所 ®192-03 東京都八王子市下柚木1801☎0426・7 6・1258 *8~20 *⑪

立川営業所 ●190 東京都立川市柏町4-5-14 ☎0425·37·30 51 *9半~19半 *無

☆隣接区域配達、地方発送承ります。

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)

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 甦体の秘法、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ーションの法則
- ◎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

〈大阪〉

- ヘルスマートムソー 毎540 大阪市東区大手通2-5-1 **☎**06・945・0 511 *9~19 *①
- 世界正食協会 = 540 大阪市東区大手通2-5-1 **☎**06·941·7506 *9~18 *⑪ *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 ☎06·771·7 545 *10~18半 *⑪
- ナチュラル(株) ∞547 大阪市平野区喜連東1-2-10 ☎06·709·11 63、1183 *9~17 *①半休⑪ *純正食品、製造、卸、小売
- 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 *① *食品、リマ化粧品、 書籍、器具
- **健康普及会粉浜店** =559 大阪市住之江区粉浜1-21-5 **☎**06·673 ·6473 *10~19 *①祝 *自然食品販売、食養指導、玄米試食会
- 自然食福園 毎530 大阪市北区梅田1-6-15 ☎06・341・7798 *売店9~20、食堂11~19半 *⑪祝 *自然食レストラン、 自然食品販売
- 吉川商店 561 豊中市小曽根1-8-23 ★06·334·0088 * 7 半 ~ 19 * 2 · 4 ① *料理、健康講習会(月 2 回) 松岡四郎先生
- (株)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
- 自然食品の店 とんま、悪583 羽曳野市古市1-4-20 (スーパート リオト前) ☎0729・56・0166 10半~20 *① *健康講座月1 回ヨーガ指導 (毎水・木曜)、お好み焼
- 山本祥園 (ソフィー) ∞573 枚方市高田2-2-2 PU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、PU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 電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

〈兵庫〉

神戸ヘルスフーズ 悪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 *承 * 食養相談、毎月第2 土曜美容相談

〈山 陽〉-

- 東道会道場 ●709-37岡山県久米郡中央町大垪和西1499(繁田湾 徳) ☎08686・8・0730 *9~21 *無 *七号食実修道場、求道 - 『永遠の幸福を求めて』自然農法、陰陽五行、PU村建設
- ビバ健康ハウス本部 乗733 広島市模町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) 毫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 一、リマ化粧品、書籍、真空浄血治療器、正食浄血指導
- 西日本自然食品センター 墨722 広島県尾道市新浜1-6-21国道2

- 号線沿 *0848・22・5577 *9~6 *0祝 *自然食品販売普及活動、PU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 ☎08 27・21・5975 * 9 ~18 *⑪祝 *正食研究会(月1回)
- ビオチーム健康社 悪740 山口県岩国市車町2-7-21 **☆**0827・21 ・2049 *ビオチーム健康清涼飲料卸、電子治療器販売リース 健康食品、健康食養相談
- 鶴島食品 毎747 山口県防府市南松崎町5-4 ☎0835・22・0347 * 例年1月と8月中は休業 *「鶴島通信」(無料配布) にて催しものを予告します。
- 山口健康生活センター ∞753 山口市大市町2-2 ☎08392·3·1842 *10~18 *⑪ *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 毎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** = 590 愛媛県松山市湯渡町10-22 **☎**0899 ·43·6464 (松山東高東300m) *8 ~20 *4 ⑪ *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)

〈福岡・大分・長崎〉

- 八幡自然食品センター 悪805 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 ⑪ *料理講習 (月1回) 健康相談 (月1~2回) 勉強会 (月1回)
- 上原商店 = 8837 福岡県大牟田市字平野山1807-450 (平野山病院前) ☎09445·5·8721 * 9 半~18半 * ④ * 健康指導
- 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
- (有徳陽書店 ●870-11 大分市田尻453-5 ☎0975・42・1215 *10:00~20:00 *⑪祝 *書籍販売、健康食品販売、松山医院長による健康相談及び正食指導
- **般若日本自然療能研究所** = 857 長崎県佐世保市京坪町7-6 **☎**09 56·25·0369

〈熊本・鹿児島〉

- ***十粧(じっしょう) ナチュラル下通店 ■860 熊本市下通 1-4-8 ☎0963・54・9161 *10~19 *第1第3⑪ *福山敬救、 体質別食養相談、オリーブ自然美容法相談 *1・3⑩
- +粧ナチュラル子飼店 ■860 熊本市東子飼町3-5 ☎0963・43・40 43 *無 *福山聖乃、体質別食養相談、オリーブ自然美容法
- 自然食品の店とどろき 悪861-05能本県山鹿市鍋田134 **20**9684 ・3·6021 *⑪祝 *配達可、体質別食養相談、料理講習会、 毎月1回熊本健康友の会主催運動手技講座(講師 森孝先生)
- 自然食センター松本 = 861-11熊本県菊池郡西合志町大字御代志 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 電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
- **薬島天然村**(仮称) ●891-43鹿児島県屋久町船行1057-20 ☎ 09974-6-2360 *山県信之 *図書室建設中。古本、古レコード、テープ、楽器など寄付求む

〈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 * (1) * 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 5247 * 9~19 * (I) * 食養相談、整体指圧治療 (予約制) · 料理講習

(株)そうけん健康食品センター 悪121 足立区東伊興町33-22 ☎03 ・853・1724 *9~19半 *① *月一回料理教室、食養相談

友永ヨガ健康教室 悪167 杉並区荻窪5-25-1山岸ビル ☎03・393 ・5481 *9~20 *⑪祝 *友永淳子、ヨガ教室、健康教室 講習会など

〈東京都下〉

- 自然食品センター・みずほ 奉182 調布市国領町7-1-17 **か**0424 ・88・8540
- (株むさしの自然食品 = 180 武蔵野市中町1-23-17 ☎0422·51·2958 *10~19 *① *代表取締役高岡敏行、正食品、本、野菜、料理教室(第2・4 土曜、13~16)
- はじめ健康食品店 = 180 武蔵野市中町1-29-5 ☎0422·54·7716 *8半~20 *無 *食品全般、化粧品・洗剤、書籍
- 東京シード(和支店 ==184 小金井市本町6-5 シャトー小金井1階 ==184・4600 *10~18 *① *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・52 61 *10~18 *⑪月 *自然食品・書籍販売、健康相談、料理教室、玄米試食会
- ヤマト食養友の会 毎192 八王子市長沼町23-16 ☎0426·36·1233 *9~18 *料理教室、健康相談、講演、健康学園、医学講座、 食養全国大会、出版、機関誌(ヤマト食養の道)
- **健康サロン** ∞190-11 東京都西多摩郡羽村緑ケ丘2-1-2 ☎ 0425・55・2297 *9:00~15:00 *⑪ *食品、洗剤、書籍、化粧品、器具販売、健康相談、配達、配送承ります。

〈神 奈 川〉

- **自然食品センター弘明寺店** = 233 横浜市南区中島町4-81 **☆**04 5・712・3339 *9 半~19 *渋谷自然食品センター姉妹店
- サンエイ相模自然食品 ∞228 相模原市旭町9-16 ☎0427·46·6 314 、45·7401 *9~20 *園 *毎月1回食品研究会
- 加藤大季(ひろき) 悪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
- 陰陽洞 ●249 神奈川県逗子市逗子5-3-28 ☎0468・73・7137 * 10~19 *⑪ *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。
- **楽々堂** = 250 神奈川県小田原市堀ノ内 ☎0465·36 · 6258 * 10~18 * 町祝 *針、灸、指圧、自然食品の販売

〈長 野〉

- **酒井須三子** 悪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CⅠ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 *① *自然食品、野菜小売・近隣市町村配達可
- 玄米正食の民宿もえぎ荘 = 399-94長野県北安曇郡小谷村峯 □ 02618・2・2148 *無 *緑豊かな信州白馬山麓にある。野草摘みハイキング、避暑、紅葉、スキー、家族旅行、合宿、療養等に

〈新潟・富山・福井〉

- 新津自然食品センター ※956 新潟県新津市本町2-17-5 ☎02502 · 4·5810 * 10~7 * 第2 · 3 · 4 ⑪祝 *食養料理教室-毎月第3 ⑪ 9~14時*小川みち講師、食養相談、食品、日本C I 図書・テープ
- **正食の店・和や** 乗930 富山市中川原17 ☎0764・25・1448 * 8 ~20 *無 *第2日曜日、おしものの集い
- **丸の内薬局** 零930 富山市丸の内2-1-1 **20**0764・24・0891 *9~19 *① *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)

〈静岡・愛知〉

- 日本健康センター磐田店 (ケンコー社モリモト) 悪438 静岡県磐田市中央町122-15磐田商工会議所前 ☎05383·2·3016 *9半~21 *無 *治療器無料開放、自然食品、健康食品、料理教室
- 自然食品の店 —福 = 448 愛知県刈谷市中山町2-48 **☆**0566・23・2719 (代小島一夫 *10~19 *① * ョガ教室、リマ化粧品、料理講習、健康相談、勉強会(月1回)
- 東海食養友の会様加藤商店 毎453 名古屋市中村区則武1-19-3☎052・451・4195 *8~20 *無 *正食普及、海水パンツ、毛100%ニット製品製造販売
- 愛知陰陽会(長生堂) = 485 愛知県小牧市大字寺浦2943 ☎05 68・76・2731 * 9~19 * ⊕祝 * 講演会(2カ月に1度位) 無料食養健康相談、CI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 愛**486 愛知県春日井市瑞穂通7-1-11 **☆**0568・82・7661 9~20 *① *食養料理教室 (月2回)
- 豊橋自然食品センター 悪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
- 日本健康センター (ケンコー社) ^{悪442} 愛知県豊川市市田町大道 下17市田口バス停前 ☎05338・6・5679 *10~18 *① *各 種治療器、健康食品、自然食品、書籍、健康サロン無料開放

〈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 *⑪ *健康食品、書籍、化粧品 正食講座、料理教室
- **岐阜自然食普及会** 零500 岐阜市神田町 9 名鉄新岐阜百貨店 1 F ☎0582·65·7111 内線319 *10~18半 *承

〈京都〉-

- 京都自然食品センター 〒604 京都市中京区河原町通夷川角 ロ 075・221・7890、231・0348 *平日夏季9~18半、冬季9~18 *⑪祝13~18
- (株)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① *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、食品書籍取扱い

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 5,000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(⑪は毎日曜休日、3 承は第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・511・8232 *9~19 *⑪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 ☎0166·48·41 07 *8~20 *① *食養相談、足心道指導、食品・書籍小売
- **道南 C I くらぶ** = 040 函館市若松町20-9 **☎**0138・22 ⋅8714 * 代表・山崎寿生
- (南ウリ薬局 ^{毎073-01}砂川市西1条北1丁目9 **☎**01255·2·4386 *漢法調剤

〈東北地方〉

- ラッキーフード ■020-01岩手県岩手郡滝沢村穴口436-4 ☎01 968・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 毎024 岩手県北上市新穀町1-3-5 ☎01976・4・7048 *無 *堀込幸雄、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 ☎0222·6 2·7677 *9~19 *1~3⑪ 料理講習 (講師小川みち他) 食養相談 (第1·3承、第2·4⑪)、玄米弁当 (予約)

〈群 馬〉

- **群馬マクロビオティックセンター** 悪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 悪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Z611 ☎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 高崎市小塩町樋越35-1 ☎0273・43・8181 *田中 ふじ枝、第2・4①1~3時=料理教室、第3①1~4時=① 勉強会(テキスト、桜沢・大森)②研究発表会、毎逾10~4時 =健康相談会、食品・書籍
- 里味 (さとみ) =370 高崎市石原町493-8 ☎0273・25・8057 *10 ~19 *⑪祝 *マクロビオティック・フーズ販売、ボンセン・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 ☎0272·24·18 18代) *8~19半 *⑪ *自然食講習、美容講習、食事相談 人生相談

〈茨城・埼玉〉

- 内田繁商店自然食品部 = 500-12 茨城県牛久町牛久3475 * 0298 7·2·0135 * 9~19 *※ * 食品 * 食品、書籍、器具
- 茨城・大宮はりきゅう療院 ■319-22茨城県那珂郡大宮町中富10 87 ☎02955·3·0264 *8 半~19 *園・園 *健康相導、催眠 議習会(常陸大宮駅歩5分)
- 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
- 太田屋本店自然食品部 每346 久喜市南1-8-18 ☎0480 21 0102

- *9~19 *① *食養相談、健康指導、食品、図書販売、リマ化粧品、玄米試食会、CI定期講習会
- 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
- 大橋自然食品センター 要350 川越市霞ケ関北3-2-5 **☎**0492·3 1·1897 *10~19 *係 *無農薬野菜、食品、化粧品、健康 相談
- **霞正食会** ■350 川越市的場2153-28 ☎0492·31·0153 *8~ 19 *★ *本間健滋、毎月第3土曜日、正食、無双原理勉強 会、健康相談

〈千 葉〉

- 自然・健康食品の店 玄米の宿 ∞277 柏市南増尾2229-61 ☎ 0471・73・1468 * 7 ~ 8 * 1 *健康食品、無農薬野菜、食養相談、書籍、ヨガ教室、鍼灸、配達・出張治療いたします。
- **習志野健康食品おおくぼ京愛堂 =**275 習志野市本大久保5-3-24 **☆**0474・73・2957 *10半~19平日、13~19①・祝 *承 *食 品販売、食事相談
- 平和堂高砂自然食品支店 = 272 市川市真間3-11-12 ☎0473·22· 0810 *10~19 *① *料理講習 (パン作・豆腐作他)、マル チレーターによる健康、美容相談 (無料)
- 満口醤油 ∞299-22千葉県君津郡袖ケ浦横田989 ☎0438・75・2003 *天然醸造醬油「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1 F ☎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)

〈東京23区〉-

- (株)自然食品センター本店 毎150 渋谷区桜ケ丘町4-3 ☎03・463・ 4441 *10~19平日、10~18⑪祝 *3承 *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 *⑪祝
- 不二自然食品 ∞106 港区麻布十番2-21-4 ☎03・451・8966 * 9 半~19 *① *食養相談、料理講習、隣接区内配達 (一の橋交差点バス停前)
- (株) 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
- サンライト自然食品センター尾山台店 乗158 世田谷区等々力2-5-1 ☎03·704·8324 * 9~18 *①祝 *玄米弁当、お惣菜 調理パンの専門店
- **富士見台自然食品の店** ∞176 練馬区賞井3-14-16 **☎**03・990・6 773 *9~19 *代表酒井三恵子、自然農法食品、化粧品、 鍼灸治療院併設
- 高砂自然食品センター 悪125 葛飾区高砂8-13-5 ☎03·600·1412 *9~19 *無 *料理講習·美容相談、マルチレーターによ る健康相談 (無料)
- 自然食品の店 ふる里や ※135 江東区白河4-3-7 ☎03・643・

月刊 『新しき世界へ』購読案内

	種別	年会費	- 特	徵
A	誌友	4,000円	「新しき世界へ」配布 無農薬玄米カムカムクラー られる	プ入会資格,会員証発行,各種相談を受け
В	普 通	12,000円 (2分割可)	誌友会員に加えて、万病必治・健康増進「食物療法 進星、日本C1 協会発行書籍・テープ各5%引き	
E	法 人(店舗)	20,000円 を1口以上	誌友会員に同じ、本誌巻末に毎号、店名・住所・7 広告「新しき世界へ」5部配布 日本CI 友のの	

●下記の用紙に記入し、会費を添えて、〒151 東京都渋谷区大山町11-5 日本C 1 協会会員係 に御送付下さい。

	続		対 団 日 : りたく, 次の	7. GE -			申 込書の符号を〇			
I TO I	年		から	年間分			4) ==	- 44 - 3		
A. 誌友 (4,000円)	B. 普通 (12,000	<u> </u>	C. 参与 (30,000円)	D. 特别	刊参与 [1口,4口以	上)	E. 法人((20,000円)	占舗) を1口何口	ロ でも)	
フリガナ	10.00	PA CE	A PRINCIPAL		職業(T des	明	-	102)
氏 名					男・女	生年	月日大昭	年	月	日生
住 (〒)	(00号	室)(〇〇様方)	と詳しく。	1		CAMP	12 (1)	Di-C	-31
PF							TEL			
ご家族	① 独身	② 既如	香(家族名・	構成内容	二英		COM.	1. 100	15-00)
玄米歴	年	備考	· 通	原图	平:	理事	果 .5		更多	
							昭和	年	月	日付

③講演会・講習会・

正食医学研修講座

特訓セミナー

海外研修旅行の

開催

開 催 ②桜沢如一ほか、

①実用弁証法

(無双原理)

と正食法の研

究

実践·普及。

出版物の刊行。

(月刊誌通算56号を刊行)

研究会·正食料理教室

海山スキーなどの健康学

右の内容に関連した図書

7 関連活動団 ⑥日本CI協会の事業部としてオー ⑤出張講習・講演会などの斡旋 ⑧欧米はじめ全世界に関連団体多数活動中。 どが多数活躍中。 パン株式会社があり、 料理器具・自然化粧品などの普及販 体、 各地センター、 純正食品·無農薬農産 事業組織な サワジ 売。

④正食医学による食事健康相談会の

体です。会長、 日本CI 活動内容は 桜沢里真 協会

究・教育・普及活動を展開している非営利団 クロビオティック運動の国 日本CI協会は、桜沢如一が創立した、 際センターで、 研

養入門講座

4月26日(土)

12:00 受付開始

13:00 開会式

13:10~15:00 《講義①》 桜沢里真

食養とは。基本食、陰陽の物の見方、宇宙の秩序。

15:15~17:30 《料理実習》 桜沢里真

玄米・ゴマ塩・金平など食養基本料理の実習。

——夕 食——

18:15~19:45 《講義②》 橋本政憲

無双原理と食養の考え方、日本と世界。

20:00~21:30 《講義③》 高祖英二

食養の歴史。東洋医学、健康法、昌益、左玄。

4月27日(日)

7:00~9:45 《料理実習》 吉成知江子

食養家庭料理の実際

——朝 食——

10:30~12:00 《講義④》 大森一慧

基本食と体質別の食養法。

12:30~14:00 《質疑応答》 大森一慧

14:15~15:15 《講義》 川嶋正治

桜沢先生の教育。世界と人生。

15:20 解 散

健康な体と心をつくり、 食費も少なくてすむ



玄米はいいというが、なかなか踏み込めない。食養とい うものがまだよく理解できない。食養の基本的なことを しっかり学びたい。自ら健康を確立したい……などなど わかりやすい、内容豊富な講習です。

- ■日時/昭和55年4月26日(土)~27日(日) 26日12時受付開始~27日16時半解散
- ■会場/日本CI協会本部 (インターマック) 東京都渋谷区大山町11-5 ☎03-469-7631 会館に寝袋で宿泊します(外泊も可)。朝は全員で掃除をします。
- ■講師/ 桜沢里真= 桜沢如一先生とともに欧米を回り、食養料理を指導。日本CI協会会長。 大森一慧=6人の玄米児の母。大森英桜夫人。健康指導の料理に豊富な体験。 川嶋正治=日本CI協会総務部長。桜沢先生のGOレターで厳しい指導を受けたMI道場長。 高祖英治=日本CI協会資料部長。長年、食養と桜沢先生の研究に従事。 橋本政憲=日本CI協会機関誌『新しき世界へ』の編集長。分かりやすい陰陽の話。 吉成知江子=日本CI協会料理師範。長年、健康学園の台所を担当した実績で指導。
- ■講習費/16,500円 (寝袋を持参する人は 500円返還。外泊する人は15,000円)
- ■締切/4月21日(月)ただし、定員で締め切ります。22日以後の取消は半額返還。
- ■持参品/食器一式 (茶わん、汁わん、中皿、はし、布巾2枚)、学習用具、雑巾、洗面用具、寝間着、 寝袋、エプロン、スカーフ (料理講習の時、頭をおおうもの)

玄米食養入門講座(4月26・27日) 申込書 版

1. 寝袋借ります=16,500円	2. 寝袋持参します=16,000円 3	3. 外泊します=15,000円
ふりがな 氏名	男明 ()蔵 未婚	・ 既 婚 イ. 会員(の家族)です会員番号() ロ. 会員ではありません
ふりがな		
(〒 −)		The state of the s
住所 都道府県		
自宅 市外局番 電話 () 一	職業勤務先	勤務先 市外局番 電 話 () —
円を	添えて申込みます。	※遅れて参加したり、早く帰る人は記入してください。
日本CI協会御中	1980年 月 日	①()日()時より参加します。 ②()日()時に帰ります。

食養料理講座(初級 1)

リマ・クッキングアカデミー集中講座

日時/昭和55年 5 月24日 (土) ~ 5 月25日 (日) 2 泊 3 日 (% 12時半受付開始、% 16時10分解散)

解散) 主催・会場/日本C | 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

玄米御飯の炊き方、ごま塩の作り方、金平、 ひじきれんこん、味噌汁、野菜水無し炊き、 ねぎみそ、カリント、クレープ、そばがき… …など、大切な食養基本料理の実習がありま

す。授業は、毎週日本CI協会本部でおこなわれている初級の料理講習と同じカリキュラムでおこなわれます。料理実習のほかに、食養の考え方や実際についての講義もあります。

- 講師/桜沢里真、橋本政憲、吉成知江 子ほか
- ◆特典/四回分を合わせて修了された方 にリマ・クッキングアカデミーの初級 免状を授与します。
- ●受講料/12,000円(材料費、テキスト 代を含む)寝袋持参者13,000円、寝袋 借用者13,500円
- 申込み/申込書に記入し、受講料を添 えて日本CI協会へ。
- 締切り/5月19日 (月) 必着。ただし、 定員になり次第、締切ります。
- 取消し/5月19日までは、手数料2,000 円を引いて返還。5月20日以降は会の 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)、雑巾。
- ※次の講座は、6月21、22日に開催いた します。

5月24日(土)	5月25日(日)
	6:00 起床・掃除
	7:00 実習 (吉成知江子) 食養基本料理Ⅱ
	10:00
Court of the section of	10:30 質疑応答
12:30 受付開始	12:30
13:15 開 会	13:00 実習 (桜沢里真)
13:30 講義(桜沢里真) { 15:30 「食養基礎理論」	15:00 美首 (被//(主具)
16:00 実習(桜沢里真)	16.00
食養基本料理 I 19:00	16:10 解 散
Land to the Artist to	and an assistant
19:30 講義 (橋本政憲) / 無双原理の話 」 21:30	N. Every
	12:30 受付開始 13:15 開 会 13:30 講義(桜沢里真)

土 川 ト 川 總

食養料理講座 I (5%~5%)

申込書 16....

1. 寝袋借ります=13,500円 2	2. 寝袋持参します=13,000円	3. 外泊します=12,000円 4. 部分参加
氏名	男 () 歳 明 大 年 月 日 未 婚 生	・ 既 婚 イ. 会員 (の家族) です 会員番号 () ロ, 会員ではありません
ふりがな		
(〒 -) 住所 都道 府県		
自宅 市外局番 電話 () 一	職業勤務先	勤務先 市外局番電話()
White P Will A 192 V	添えて申込みます。 1980年 月 日	※遅れて参加したり、早く帰る人は記入してください。① () 日 () 時より参加します。② () 日 () 時に帰ります。

●正食医学講座臓器別後期のご案内●

- ●日時/昭和55年5月10日(土) 12時受付開始、5月11日(日) 4時解散。1泊2日
- ●主催および会場/日本CⅠ協 会本部 〒151 東京都渋谷区大 山町11-5 203-469-7631(代)
- ●講師/大森英桜
- ●研修費/15,000円(外泊者) 16,500円 (寝袋借用の人) 16,000円 (寝袋持参の人)
- 持参品/食器 (茶わん、汁わ ん、中皿、はし、布巾2枚)、学 習用具、洗面用具、雑巾、寝袋 (ない方はお貸しします)
- 申込方法/申込書に記入し、 研修費を添えて日本CI協会あ て現金書留で送るか直接持参す る。日本CI協会の会員でない 方はご入会ください。

(年会費 4,000円より)

- ●締切り/4月30日。ただし定 員(70名)になり次第締切り。
- ●取消し/4月30日までの取消 しは手数料2000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CI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ので、お 問い合せください。



1)肝臓・胆のうの病気

2 腎臓・耳・皮膚の病気

③膀胱・生殖器の病気

4心臓・循環器の病気

5肺・気管支の病気

実習——食養手当法 (第一大 根湯、第二大根湯、蓮根湯、ネ ギみそ湯など)

*講義の録音はご遠慮ください

5月10日(土)

12:00 受付開始

12:45 講習会の説明

13:00~15:00 講義 I

15:30~17:30 講義Ⅱ

----食事----

19:30~21:30 講義Ⅲ

5月11日 (日)

7:00~9:00 講義IV ——食事——

11:00~12:00 実習

12:30~14:30 講義V

15:00~16:00 質疑応答 ———解散——

正食医学講座 臓器別後期 (5/0~5/1)

申込書

No.

1. 寝袋借ります=16,500円 2. 寝袋持参します=16,000円 3. 外泊します=15,000円 4. 部分参加

よりがな 氏名	男 · 女	十 年	() 歳 月 日生	1. 会員(の家族)です 会員番号(2. 会員ではありません) RESULT CITETY'S
ふりがな (〒 -)					
住 所 都府					
自 宅 市外局番		職業		勤	務先 市外局番
電話()-		勤務先		電	話 () 一

円を添えて申込みます。

※正食医学基礎講座を受講された方は、受けたコースを記 入してください。

日本CI協会御中

月 日

健康と幸福と美を創るマクロビオティックの料理教室

リマ・クッキングアカデミー

昭和55年度夏期(%・%~%)募集!

玄米をはじめ各種の穀物や野菜、海草などの持っている素朴な味を最大限にひき出し、肉体と精神の養いとするお料理を指導いたします。天然醸造の味噌、醤油、自然塩、純正の油などで調味し、砂糖や醸造酢、化学調味料などはいっさい用いません。

- ●初級コース/マクロビオティック料理の基礎(基本食、食箋料理など) 昭和55年4月23日開講
- ●中上級師範コース/桜沢流普茶、懐石料理。フランス、インドなど世界各国の民族風自然食料理。 美容食、治療食を含む応用コース 昭和55年4月22日開講
- ●校長/桜沢里真 (日本CI協会会長)
- ●定員/各クラス40名

(年齢・性別に制限ありません)

- ●特典/規定の回数出席し、試作会に 出品された方に免状を授与いたします。
- いったん納入された受講料はお返しできませんので、ご了承ください。
- 申込み/申込用紙に記入し、受講料を添えて、下記へ。(定員になり次第しめ切りますのでお早目にお申込みください)
- ●日本C I 協会の会員でない方は、ご 入会ください。(年会費4000円より)

16	コース	曜日	クラス	時	間	講師	ż	受 美	Ĕ E	3
時	中上級	5:23	A	11:00~	14:00	桜沢里真	4月	5月	6月	7月
間	師範 コース	火	В	18:00~	20:30	,	22	6 13 20 27	3 10 17 24	8 13
割	初 級	1.	С	11:00~	14:00	浮津宏子		7 14	4 11	2 9
刮	コース	水	D	18:00~	20:30	桜沢里真	23	21 28	18 25	13

0.392	入学金	一括納入		分	納	単一受講	
受		AB ・クラス	4	月	¥ 1,500	-14	
講	¥ 3,000円	¥16,500	5	月	6,000	一回	
料	/ 1 month on 1. \	CD・クラス	CD・クラス 6 月	6,000	¥ 2,000		
24.		¥16,500	7	月	4,500		

日本CI協会クッキングアカデミー係

〒151 東京都渋谷区大山町11-5 🕿 03(469) 7631

キリトリ線

リマ・クッキングアカデミー(昭和55年度夏期)

申込書 No.

新	規	継続/	前回の)] -	- ス名	()	希望	クラ	ス	Α ·	в.	С	· D	*0	印をつ	けてく	ださい
ふりがな				男·女	明大昭	年) 歳	日生		会員員会員	番号	()	1.初2.中3.上	1級	の免状の発状を取得しま	をました	未婚 · 既婚
ふりがな			-																
住所	(〒	-)	都道府県																
自宅電話	市外局番	-	IA I	職勤系	業務先									勤和電	务先 話		ト局番)	_	
			Р	月を清	たえて	申込	込みま	す。			(備考)						
日	本CI協	会御中	19	980年	E	月		E	I										

正食医学集中セミナ

日時/昭和55年5月3日(土)~5月4日(日) 1泊2日(% 12時受付開始、% 16時半解散) 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

この物価高の時代に、数分の一の食費で、誰 でも健康で幸福に生きる法――それが、マク ロビオティック (正食医学) です。肩こりで も水虫でも痔でも、胃カイヨウでも、冷え症

でも、正しい食事と、生姜や里芋、大根など で治せます。さあ、"いのち儲け"の勉強をし ましょう!

- ●校長/桜沢里真 (日本C I 協会会長)
- ●講師/大森英桜(食物による健康法と宇宙 の真理を探究して30年、数千人を直接指導の 実績。豊富な体験に裏打ちされた講義と指導 には絶対の定評がある)
- ●受講料/20,000円(外泊の場合)、寝袋 を借りる方は21,500円、寝袋持参者は 21,000円。
- ●申込み/申込書に記入し、受講料を添 えて日本C I 協会へ (現金書留)
- ●締切り/4月26日(土)必着。ただし、 定員になり次第、締め切ります。
- ●取消し/4月26日までは、手数料2,000 円を引いて返還。4月26日以降は会の 運営上、半額返還となります。
- *講義の録音はご遠慮下さい。

■講義と講習の内容

- 生姜シップ、里芋、トウフの シップなど体の外からの手当
- [I]食養手当法(内用品) [N]自律神経のメカニズム 飲み物)、大根湯(発汗解熱 昼間に重くなる病気はどう違 や利尿剤)、蓮根湯(セキ) など飲み物。
- 〔Ⅲ〕食箋料理

キンピラ、小豆カボチャ (糖 [1] 食養手当法(外用品) 尿病)、ゴマ塩、黒焼き、葛 湯 (整腸剤) など、料理によ る病気の治し方。

- 醬油番茶、梅生番茶(強壮の 夜中に症状が重くなる病気と うか? 病気の見分け方。
 - [V] 男と女、愛情の七段階
 - [VI] 育児と子供の病気

スケジュール

5月3日(土)

12:00 受付開始

12:45 開会の挨拶

13:00~15:00 講義 I

15:30~17:30 講義Ⅱ

一食事——(玄米正食)

19:30~21:30 講義Ⅲ

一就寝-

5月4日(日)

7:00~9:00

——食事——

11:00~13:00 講義V

13:30~15:30 講義 VI

15:30~16:15 質疑応答

一解散—

キリトリ線

正食医学集中セ	ミナー	(5/3~5/4)
---------	-----	-----------

申込書 No.

	2. 寝袋持参します=21,000円	3. 外泊します-20,000円 4	. 部分参加
氏名	男 () 歳 未 婚 大 昭 年 月 日 生	イ. 会員(の 会員番号 ロ. 会員では	()
ふりがな			
(〒 -) 住所 都道 府県	(力) 加工用程、	LEATHER AMPLIANT	or Bass or
自宅 市外局番 電話 () 一	職業勤務先	勤務先電話()	-
日本 C I 協会御中	を添えて申込みます。 1979年 月 日		る人は記入し 参加します。 ります。

日本C I 協会 4~5 月の行事予定 於 東京インターマック

至吉祥寺 井の領 美容室 ボン屋 バン屋 下北沢 東北沢 東北沢

■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

会員でなくても参加歓迎です録音はご遠慮ください

〒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

4月4日 (金) 10時~12時 初めての人のための、正 食による健康と物の見方の話 (この激動の時代にど う生きるか) 講師/橋本政憲(編集長)、川嶋正治 (協会理事) 会費/1000円 (会員 700円)

1時~4時 正食医学による健康相談(個別)正しい食べ物、食べ方、生活法による健康確立、体質改善、病気指導です。講師/大森英桜先生。

会費/相談を受ける人=10,000円(入会者に限る) (必ず申込み。傍聴はできません)

6時~9時 講演会「体質と病気の陰性・陽性別を どこで見分けるか」講師/大森英桜先生 会費/18 00円(会員1500円)

4月5日、6日 正食医学講座 臓器 別病気編前 期 締め切りました。

4月8日 (火) 2 時半~4 時半 食養女性教室 大森 一慧先生 会費1000円

4月13日 (日) 料理教室試作会 11時持参、正午~3 時 (夜の部) 4時持参、5~7時半。

4月18日 金 6時半~8時半 PU研究会・カレル 『人間』 4章 (精神的活動) (300円)

4月18日 (金) 6時~8時「家庭の指圧」講習会 講師/峯尾アヤ子 (5月2、16、30日、6月13、27 日の6回) 受講料/6000円 (食養陰陽と五蘊(五行) 説、経穴・経絡をとり入れた講義と実習) 定員/30 名、要予約。

> 4月26日 (土) ~27日 (日) 玄米食養入門講座 別頁をごらんください。

5月1日 | 大 1 時~ 3 時 | 桜沢如一先生記念祭

(神式にて執り行います。祝い袋に『御玉串料』と 書いてご持参ください)

3時半~5時半 ランザ・デル・ヴァストさん歓迎会 (余興とお話、夕食会。余興出演、ランザさんへのお土産など歓迎します。寄付2000円以上。必申込5時半~7時半 ランザ・デル・ヴァストさん講演会 (通訳/盛谷奈加さん) 無料。

5月3日 (土) 、4日 (ロ) 正食医学集中セミナ - 別頁をごらんください。

5月5日 (月) 11時~12時 正食医学による健康相談 講習会 (公開)

正しい食べ物、食べ方、生活法による健康確立、体 質改善、病気指導の講習会です。講師/大森英桜先 生。

会費/相談を受ける人=10,000円(入会者に限る) 聴講者=2,000円(一般=2,300円)

●相談希望の人は必ず予約して下さい。当日は簡単な食歴、相談内容などを所定の用紙に書いていただきますので、10時までに会場へ来て下さい。

3時~6時 講演会「この10年の私の研究と発見」 講師/大森英桜先生 会費/1800円(会員1500円)

5月10日、11日 正食医学講座 臓器別病気編後 期 別頁をごらんください。

5月13日(火) 2時半~4時半 食養女性教室 大森一慧先生 会費1000円。

5月17日 注)1時~4時 手づくりパン講習 講師 /横田正敏 (申し込みは☎465·5021) 1000円

5月18日 (日) 2 時~5 時 食養的おやつの料理講習 講師/村井識顕 会費2000円。必ず申込み。

オーサワジャパン全商品特売日 4月4日・ 13日・5月1日・5日・18日



夏の健康学園は、 長野・木島平で!!

7月30日(水)~8月3日 (日) 予定

を備えた時点で、

"核"は、

軍事的な

が互いに相手を完全に絶滅させるだけ

核兵器とミサイル、ミサイル潜水艦

優位であった。ソ連はまず核の蓄積と

サイルの充実の時をかせいだ。米ソ

相互牽制の意味でしかなくなった。そ

こでソ連は、もう一つの切り札、

戦車

断然涼しい高原、建物は新築のホヤホヤ。山登り、ピクニッ 採集、川遊び、フィールド・アスレチック、オリエンテ ーリングなど、環境抜群!

(まだ、行事内容、講義、講習、会費などの詳細は未定ですが、「参加しようか」と思う 「大人〇名、小人〇名」と、仮の申込みをしてください。本申し込みのさ いに優先受け付けます。日程を立てる上での参考に必要ですので。希望事項もお書きそえ ください。日本C I 協会夏の健康学園係あて)

は虫も殺さぬほど信心深い。赤いクメ カンボジアは小乗仏教の国で、 ない消耗戦に疲れ、 これが現実である。 本は、せっせと働いて稼いでいた。 その間、米国は、 (今のヘン・サムリン政権の前の 負けてしまった。 ベトナムで果てし

正食に精進し、 にかく、戦争があろうとなかろうと、 ともいえない、ということである。と 必ずある、ともいえないし、 今号に再録した桜沢先生の文章なども をストレートに受け取る人があるので、 海軍の点で米国はソ連に対して圧倒的 てムダになることはない。 誤解しないようにお願いしたい。 素直というか、 第二次大戦後しばらくは、 もう一度いうと、核戦争の危険は、 塩と玄米を備えておい まじめというか、 全くない 核兵器と

ういう形でくるだろう? あるのは事実だ。その"ツケ"は、 といっても、一人一日ビールびん11本 の石油を使っている日本の国の人間で きどき、割り引き、するにしても) いません。玄米を食べております ません。盗んだり、 ・私たちも、 「私は悪いことをしてい 人を殺したりして (橋本政憲

頭を割って殺したのや、餓死が三百万。 弾丸がもったいないから、 正、不可能として、少年兵に殺させた。 政府)は、 そんな頭の大人たちは 銃の台尻で

袋や、 不要だったのだ」と言われた。 生活にかまけていて、神の眼からは、 された人たちは、平和でおとなしい人 であったかもしれないが、自分たちの 由なくして殺される人はない。その殺 ンチに過ぎない。 とが、このアジアであったのだ。慰問 大森先生は、三月七日の講義で、 一年間で人口が半減という恐ろしいこ ボランティアの派遣など、オセ

新しき世界へ 一九八〇年 四月号 fi,

発行日

配する海軍の充実に全力を挙げた。

・団を主とする陸軍と、七つの海を支

編集兼発行人 昭和五十五年四月一日 03-469-7631代 東京都渋谷区大山町一一一五 日本CI協会 〒一五 橋本 政 害

東京0-194125

■本誌および日本C I 協会のすべての刊行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、文書によ る承認を必要とします。

:0:

リマ化粧品は 自然農法の きゅうり・へちま 椿油・紅花などが 主原料です。

自然のいのちが 生き生きしている 植物性化粧品… それが

リマの生命。

皮脂の少ない 女性の肌には やさしくなじむ 植物性化粧品こそ 最適です。



※リマネオ・メーキャップシリーズ(全27種)も発売しております。各自然食小売店、 有名デバートでどうぞ!!

- **ジリマコールドクリーム**
- 並リマバニシングクリーム
- ニリマ栄養クリーム
- コリマネオクレンジング
- ニリマ洗顔クリーム
- ※ リマフェイトスキンローション弱酸性
- ₩ リマフェイトスキンローションH
- ロマフェイトスキンローションQ

- コリマバール乳液
- リマへアークリーム
- リマシャンブー
- リマグルーリンス
- 急リマリップスティック1.2.3号
- リマねり紅1.2.3号
- ロマサボンブランシュ
- コリマピューティソーブ

リマ自然美容講習会および販売取扱 (サイドビジネスも可)ご希望の方は、下記の販売会社まで、お問い合せ下さい。

東日本販売担当 (新潟・長野・静岡以東) リマ化粧品販売株式会社

〒 175 東京都板橋区成増2 35-14 電 話(03)976-2525 (代表) 西日本販売担当(富山・岐阜・愛知以西) リマ化粧品西日本販売株式会社

〒 540 大阪市東区大手通2-5-1 電 話(06)943-8101(代表)

Lima

リマ化粧品株式会社

〒 223 構造市選业区日吉木町1862