

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

1-1981

No.530

年頭挨拶・桜沢、牛尾、菊池、久司
地中海実バエ

の侵入を防げ 福岡正信

人間——この唯一なるマコト 桜沢如一

カラー版・欧風おもてなし料理 桜沢里真



INTERNATIONAL
日本CI協会
MACROBIOTIC
CENTER

昭和55年11月1日現在

マクロビオティック図書・テープ

■*印は価格改訂です ■10月1日から送料が値上げになりました。

■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

(入門向き) 桜沢如一著

*魔法のメガネ 無双原理の物の考え方 一、〇〇〇円

*永遠の少年(上) 少年よ、大志をいだけ! 三〇〇円

食養生読本 食養生で開く自由の人生 一、〇〇〇円

*生命現象と環境 やさしいエコロジー 四〇〇円

新食療法 正食身心改造法 一、〇〇〇円

東洋医学の哲学 軽装普及版 二、〇〇〇円

(資料) 米上院栄養委 二、〇〇〇円

米国の食事改善目標 二、〇〇〇円

桜沢里真著 二、〇〇〇円

マクロビオティック料理家庭料理全書三、五〇〇円

*食養料理法(旧版) 一、五〇〇円

(研究向き) 二、五〇〇円

桜沢如一著 二、五〇〇円

*無双原理・易 宇宙法則、実用弁証法一、〇〇〇円

宇宙の秩序 最重大PU書 一、〇〇〇円

病気を治す術・病人を治す法人生論 五〇〇円

健康の七大条件 正義について 五〇〇円

千二百年前の一自由人 六〇〇円

桜沢如一アルバム 五〇〇円

クララ・シューマン人生論 五〇〇円

人間——この未知なるもの(カレル) 二、〇〇〇円

自然医学 三、五〇〇円

原典コピー版

石塚左玄著『食物養生法』

桜沢如一著

人間革命の書

健康戦線の第一線に立ちて

人間の秩序

最後にそして永遠に勝つ者

兵法七書の新研究

一つの報告

日本精神の生理学

自然科学の最後

うさぎのピピ

ウナギの無双原理

我が生命線爆破さる

中央アフリカ横断記

コンパ文庫4

コンパ文庫5

コンパ文庫6

不思議な世界

PU中国四千年史

『新しい世界へ』三〇一三三号

PU経済原論

PU歌集

三、〇〇〇円

二、〇〇〇円

二、〇〇〇円

一、〇〇〇円

一、二〇〇円

一、二〇〇円

二、〇〇〇円

一、三〇〇円

二、〇〇〇円

三、六〇〇円

八〇〇円

八〇〇円

八〇〇円

一、〇〇〇円

三、五〇〇円

一、七〇〇円

三、八〇〇円

八〇〇円

一、〇〇〇円

一八、〇〇〇円

三、五〇〇円

二〇〇円

G O式外国語(英・仏) 自習法 三、〇〇〇円 二、〇〇〇円
米の知識と炊き方・たべ方 一、〇〇〇円 二、〇〇〇円
『世界恒久平和案・意志』教育五十年の実験報告 一、〇〇〇円 二、〇〇〇円

桜沢如一 カセットテープ

TES 第一回 特別セミナー 60分×2本 三、〇〇〇円 二、〇〇〇円

判断力の話 七〇歳、新春講義 60分×2本 二、六〇〇円 二、〇〇〇円

ニューヨーク講演 一巻一五巻 60分×10本 一五、〇〇〇円

ニューヨーク講演 二巻一六巻 60分×11本 一六、五〇〇円

大森英桜 カセットテープ

健康法総批判原理のない健康法 90分×2本 四、〇〇〇円 二、〇〇〇円

主食の徹底研究 四時間で二本 四、五〇〇円 二、〇〇〇円

人間はどこから来たか 60分×2本 二、六〇〇円 二、〇〇〇円

生命と食物の歴史 二時間半で二本 二、〇〇〇円 二、〇〇〇円

食物の陰陽 二時間半で二本 二、〇〇〇円 二、〇〇〇円

久司御知夫 カセットテープ

世界平和と健康 90分×3本 四、五〇〇円 二、〇〇〇円

「一月二十日からテープの送料二〇〇円は二四〇円、三〇〇円は三五〇円に値上がりになります」

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

●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日本C I協会へ、代金と送料を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―五
電話 (〇三) 四六九・七六三(代)

あけましておめでとうございます。本年もよろしくお願い申し上げます。
日本CI協会本部員一同

■ご購入ありがとうございます。諸経費、印刷製造費、郵便料の高騰により、年間購読（誌友）の代金を、本年2月更改分から年5千円にさせて頂きます。正会員、法人会員などの会費は変わりません。

● CONTENTS ● 新しき世界へ
530号

新年おめでとうございます／桜沢里真……………4 子供たちに本当の健康を／	ゆく河の流れ／牛尾盛保……………5 『方丈記』に無常を想う
地中海実バエの侵入を防げ／福岡正信……………12 米国に発生／果樹などに大被害予想。農薬禍拡大を招く害虫	アトピー性皮膚炎／大森英桜……………18 正食医学シリーズ
桜沢如一『無双原理・易』新組みと注釈……………22 名著の全注釈・その3	人間—この唯一なるマコト／桜沢如一……………29 GOテキスト・シリーズ
カラー／マクロビオティック／桜沢里真……………51 カナッペ、ポタージュ・ド・ミエ、ツヴィーベルクーヘン、 インニャムフリッター、フルーツサラダ、玄米ピラフ、 ロール・ド・ボンム、食養コーヒー	ジョン・レノンを悼む……………58
全国日本CI協会友の店……………66	■今号、『食物養生法』は休載です。

■本誌をご紹介ください。今号一部五五〇円（送料共）

■本誌および日本CI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。

会員の皆さんへのお願い

年間一万二千円の会員（正会員）になって下さい。日本CI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、すでに五百二十号以上を重ね、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2月から五千円になりましたが（初めての人のための窓口）、日本CI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。



桜さくら沢ざわ里り真ま

(日本CI協会会長)

新年おめでとうございます

昨年は異常気象のために、お米が不作の所が多く、政府では、古い米をまぜて出荷して不足分をおぎなっています。

豊葦原とよあしはらの瑞穂みづほの国の稲穂は、私たちの命の綱でありますが、これを尊いとは思わず、ただただ収穫さえあれば、と化学肥料を用い、農薬をかけ、祖先より伝えられた大切な水田をすっかり悪くしてしまったので、少々天候が不順ですと、たちまち収穫が少なくなってしまうのです。これから、このようなことが続いたら、日本人はどうなることでしょう。

だれしも、健康で幸福になりたいと望まぬ人はいりません。しかし、現代の子供は、何かをする意欲がなく、他人がするから自分もする、他人がやらねばやらぬ、何をしてものろくなく、すぐ疲

れ、寝つきがわるく、ユカイなどと思うことはなく、年中、不健康で、桜沢のいう『健康の七大条件』が一つもないように思われます。

桜沢の健康の七大条件は、

一、絶対につかれない 5点

二、よくねむる 5点

三、御飯がおいしい 5点

以上三つが生理的条件です。

一は、一日中働いても、一夜や二夜、徹夜しても「ああ、つかれた!」を言わない。一夜やすめば、翌日はすぐ飛び起きて仕事にかかれるような状態であって、つかれるということとは、すべての病気のものではないかと思えます。

二、これは、長くいつまでもねむることではなく、枕に頭をつけたら、二、三分ですやすやすとや

すみ、寝返りや寝言、歯ざしりなどをしないで、やすんだ時の姿のまままで朝までぐっすりねむり、四、五時間のねむりで十分で、朝何時に起きようと思つたら、その時間にパツと目がさめ、目ざまし時計など、いらぬ。ふとんから足が出ていたり、枕をはずしたりしているのは、運動をしていたので、安らかにねむつたとは言えません。三は、いくらでも食べたいだけ食べる、というのではなく、また、肉や魚などご馳走がなければ食べられない、というのではなく、何を頂いてもおいしい、ということ。たとえば、冷やご飯に漬け物だけでも、あるいは、梅干とお味噌汁だけでも、ぜいたくであるように思い、けつして食べ物にわがままを言わないことです。

四、物忘れをしない 10点

五、ユカイでたまらない 10点

六、万事スマート 10点

七、けつしてウソをつかない、正義の人 55点

以上が心理的条件です。

四は、年とともに記憶力が、よく覚え、どんなことでも忘れない、人の名前でも、一度聞けば、いつまでも覚えている、物のあり場所は忘れず、すぐ取り出せるようになっていくことです。

五、朝から晩までユカイでたまらない。人からののしられても、悪口を言われても、けつして怒らない、小犬か小鳥のように、うれしそうに飛びまわり、どんなむずかしいことでも、よろこび勇んで最後まで励めるような毎日を送る事です。

六、どんな時でも、どんな人にもスマートに

ニコニコ対応をし、机の上でも引き出しの中でも、きれいに整頓してあり、台所は、布巾は真っ白、器物はピカピカにみがいてあり、いつでも同じ所にしまつてあるので、暗がりでも、すぐ取り出せるようにしてあり、少なくなつた食料は、すぐ買いととのえておき、身なりもさつぱりして、いつも見た目を感じよく心がけていることです。

七は、他人と約束をして時間をまちがえたり、忘れたりしても、ウソということになりません。ウソはドロボウの始まりといひます。自分のおこないの間違ひをかくしたり、悪いと知つていながら好きなものをおたくさん食べたり、何をすることも自分本位で、責任をはたさず、悪いことは他人のせいにする、これは、正しいとは言えないでしょう。小さいうちから、わがままに育てられた子供ほど、知らず知らずのうちに駄々をこねたり、ウソをついて、親や年上の人を困らせたり、しまひには、他人のものを手を出したりするようになり、不良になります。

以上、七つの条件を桜沢は私どもに残してくれました。よく考えると、この七つの条件は大変むずかしく、百点を取ることは、なかなか出来ませんが、これは、毎日、食養を正確に熱心にはげみ、昨日より今日、今日より明日と、一つずつ、この七つの条件にむかつて努力すれば、必ず達せられるはずで。

たとえ、今、0点であっても、けつして失望することはないのです。あなたは、正直に0点をつ

けたのだから、第七の「ウソをつかない」条件にかなつてゐる、よろしい、あなたは55点です、と桜沢は申しました。

未来を背負つていかなければならない子供たちのことを考えると、心が寒くなります。今年からは、この子供たちに食養をひろめるよう、皆様、協力してまいりましょう。

昨年、私は不注意で、三月も養生生活をしてしまいました。幸い、皆様のお力を得て、元気に新しい年を迎えることができました。この年で、毎

日、楽しく働かせていただけるのは、ほんとうに食養と無双原理のおかげであり、ご支援くださる皆様のおかげと厚く感謝申し上げます。

この運動は、まだまだ非力ではありますが、毎年、着実に進んで来ております。これは、皆様や、皆様のご家族自身の幸せにつながることであり、ひいては、日本人すべて、世界中の人すべての幸せになることでありますので、皆様のよりいっそうのご精進とご活躍をお祈り申し上げます、ご鞭撻をお願い申し上げます。

ゆく河の流れ

牛尾盛保

(副会長)

「ゆく河の流れは絶えずして、しかも、もとの水にあらず。よどみに浮ぶうたかたは、かつ消え、かつ結びて、久しくとどまりたる例なし。」

「知らず、生れ死ぬる人、何方より来たりて、何方へか去る。また、知らず、仮の宿り、誰が為にか心を悩まし、何によりてか目を喜ばしむる。その主と柄と、無常を争ふさま、いはば朝顔の露に異ならず、或は露落ちて、花残り、残るといへども、朝日に枯れぬ。或は花しほみて、露なほ消えず。消えずと

いへども、夕を待つ事なし。」

以上は、鴨長明「方丈記」の一節です。

戦後の若い人達にとつては、古文なので、読んですぐに分りにくいかもしれない。玄米を一口百回かむつもりで朗読していると、この一文の作者の心・思想・哲学を自ずとくみとることが出来る。読んでいる一人一人が日本人なのだから、作者の心・思想・哲学は、我々の体液の中に、血液の中に、身心す

みずみの中に、しみこんでいるはずです。

ひと言でいうなら、GO「桜沢」先生からよく承り、教えられ、理解し、判断している「無常」と、「流転」です。

GO先生の無双原理人生観・世界観・宇宙観も、しよせん「無常・流転」にほかならない。

生まれれば育ち、あるいは病み、いつしか老いて、死んでゆく、これが人間の、無常・流転の実態である。

鴨長明の一文の、
「ゆく河の流れは絶えずして、しかも、もとの水にあらず。」

この中に、「生・老・病・死」——人の四苦も表現されている。

山脈の奥山から湧き出す泉が、いくつもの流れとなり、それが集まって谷川の水となり、溪谷をうねり、巨岩をもうちくだいて川となり、いくつもの支流を集めて大川となり、平野を悠々と流れ、海にそそいでゆく。その流れは、とどまることなく、絶え間なく流れてゆく。ある時は静かに、時には荒れ狂い、堤防をやぶり、災をもたらす。

しかし、そのあとは、泥水となって静かに流れ、いつかまた、何事もなかったように清らかな水に変わる。

「ゆく河の流れは絶えずして、しかも、もとの水にあらず。」

の妙なる一文の中に、生流転、無常をひしひしと感じることができる。私達の人生、一生は、まさしく、つかのま、はかないもので、無常だ。無常だからといって、河の水のように、ただ流されて行

けばいいのではない。つかのまの、はかない、無常のものであるから、短い人生一生を、楽しく、自由に、のびのびと生きたいものです。

生きたい、というのは、望みである。この望みは、一人一人が、この世に生んでいただき、生かされているからこそ、こんこんとわいてくる。この望みは、生かされていることの喜びであり、生かされていることの感謝である。自ら生まれたいと願って生まれたきた人は、一人もいない。生まれて、気がついてみたら、名前をつけられ、親が一つずつ設計したわけでもないのに、目は二つ、耳も二つ、鼻は一つ、口一つ、四肢もあり、心臓、肺臓その他の器官、組織が、美事な調和をとって、ねむっている間も、やすむことなく働きつづけている。

摩訶不思議と思うけれど、不可思議ではない。大自然、大宇宙から無限に教えられた、創造された姿ではないか。思えば、ただありがたく、涙がこぼれる。無限への感謝と、報恩の念がわきだしてくる。

「命は食なり」「食は命なり」

私達は、かんながらの大道に従って、身土不二の原則のもと、「二物全体食」で生き、活動してゆく。玄米を食べて、自分だけ元気で生きているだけではいけない。生かされていることを喜び、国土の恩、父母の恩、師の恩、社会の恩、天地万物の恩に十二分報ゆる生き方に努力したいものである。

坂東太郎、大利根の水も、揚子江の水も、ヒマラヤから流れ出すガンジスの水も、ナイルの水も、いつ果てることもなく流れている。

「ゆく河の流れは絶えずして、しかも、もとの水に

あらず。」

〔編注〕

『方丈記』のこの部分の現代語訳——

「川の流れは、いつも変わらず流れているが、その水は、どんどん変わっている。流れのよんでいるところにできる泡も、できたり、消えたりして、少しもとどまっていけない」

「人が生まれたり、死んだりするけれども、どこから来て、どこへ行くのか、私は分からない。また、この世の仮住まいの家を、誰のためにあれこれ心配し、何をしようとして、目を楽しませるだけのことをするのだろうか、私には分からない。」

その家の主人と家屋敷が、滅んでいくことを争って、この世から消えてゆく様子は、たとえてみれば、朝顔と、その花びらについた露のようなものだ。

ある時は、露が先に消えて、花が残っている。しかし、残るといつても、やがて朝日にあたると、花はしぼんでしまう。

ある時は、花の方が先にしぼんでしまっても、露はまだ消えないでいる。しかし、露は消えないといつても、夕方までには消えてしまうものだ」

一九八〇年は申年にあつたらしい。實に空ろ降り、激しい波乱の多い年であつた。酉年と言ふには、黎明の夜明けを示はる希望の年らしいので、夜明けと同時に、昨日までのことを忘れ去り、新しい漁りの掻き散し、散状生活の、性慾りもなく、緑返され、追ひ拂われ、追拂われ、三歩ふりばすつかり忘れ去りて、死ねば失敗を何回でも繰返すやうな年であつた。

確かに一九八二年の七、八、九、十、十一、十二の六年に於ては、奪い合ひと、勝負を争ひ血みじろの闘鶏戦が、性慾りもなく繰返されてゆくやうであつた。この世の潮流の中、改めて、人類の自由と平和と、その理想的政治形態である世界政府實現の可能性について、深く考へてみる必要に迫られてゐるやうであつた。

世界政府の實現は可能であると信じ込んでゐる、日本の若人達も共通した考え方は、廢藩置縣の明治維新によつて、日本が一つの中央政府に統一されたやうに、地球上も世界政府に統一されるやうに、地球上も世界政府で地球上を統一するとかいふ事案が、このやうな世界維新政府の樹立によつて、世界の平和が實現されると信じてゐる。幼稚極まる有識者が、今もいかに驚愕をされまうか、肝腎の人間を知らず、平和のもの、何なるかも知らぬ妄想、主自信、主念以外の何ものでもありせん。

そもそも、明治維新の廢藩置縣によつて、近代日本が史上空前の無血革命に成功し、中央集権の確立によつ

て統一国家形態を形成したと言ふ事、辭體句そのものかといふでもない、意味錯覚であり、政治学の常識的な理解力さえも準備しない、杜撰な寝言をたれとてありませぬ。

明治維新の廢藩置縣によつて、一つの政府に統一され、官僚、財閥と軍閥によつて中耳から水で日本を歩か、果して世界を一つの政府に統一して、世界政府を形成するやうな雛形や模範にできるほどすばらしく、誇らしいものであり、現在その成果としての理想的な国家が實現されていると信じられてゐるやうか？

丁代の若人の、總理大臣が、安社を妄定で鋪布図にくるより、市民の血税を公私混同のゴマ化し偽装政治に湯水の如く監費し（田中角学の犯罪などは水かき一用）、官僚をはいねとせる官僚や政治の黒幕共が、企業や財閥と結託して公金を流用着服し、裁判官から司法官、警官、大学教授、中・高校の教師にまで、金と性慾の因入に転せ、宗教、教育指導者共まで、同様の為体なすから、古は一般市民のセックス・アピール視光核の如く、淫、離婚、性道徳の破壊、性病蔓延、胎胎、麻薬、学生集団暴力、医学の官許連統殺人が、等々の益々むくむくも、さあなるやうなやうか？

このは、筆舌に表現し尽せない墮落、混沌醜態、秩序、無秩序の、末期的症狀のなだれ現象に、捲り込まれてゐる現代の日本の、明治維新による国家統一の理想的な成果であるなら、このやうな自滅的な模範に、左の世界政府を實現しようなどと言ふ妄想は、完全な狂気の沙汰であり、ナンセンスそのものでありませぬ。世界政府樹立による人類世界の自由と健康と平和

を楨印にと、その運動を進めて行く。無双展覧とマクセル・オ
ツクスの同志は、今こそ誇大妄想のユートピア空論に陥
りてゐることを、真剣に人類三千年の歴史に照会した。世

界手紙の出現への具体的不可成性を示すべく、

とて、同じ道を歩んで行く。同志の間にさへも、
健康と手紙の基調がある。健康と敬愛、調協、礼節の
全体一体系が示われ、自らの夫婦家庭、親子同志、
師弟関係の手紙の諸問題をさへも、つまづいておられな
ら、人類最大イデーである。世界の手紙や人類の健康と幸
福を、臆面もなく安基に護り、書きなすけて、羊頭狗肉
の不遜な同志がある。これは絶対に許されぬ。

實際問題として、百六十教のいがひしめいて居る世界地図
を拵けて、これとじつとにらめっこをしてみれば、世界の手紙や世
界政府の實現など、容易な事ではなからず、軽はずかに論ぜられ
るものでないことが解るはず。

そもそも問題なるは「手紙とは何か？」なりである。
「手紙を愛護し、これを維持保証する力は何か？」、「各家
を超越しなげれば、世界の手紙は實現されるか？」と云ふならば、
皆が手紙とは無事家、無政府、無組織、無秩序の狀態を
言うべきか？」「手紙は安全、安逸、安樂、安穩な社会とは
退屈な停滞した感情、頹廢、墮落、退化の社会ではない
のか？」、「地球上で一番激しい闘争や戦争のあつた地域はど
うなるか？」

人類文化、科学の中心となつてきたのは、手紙のトトは
戦争であり、戦争の中心となつてきたのは、手紙のトトは
不可分、不可避の事實ではなからるか？」

だから、戦争のない時代、永遠の手紙などは、
鬼に負つてゐる。戦争と手紙とは、病氣と健康と同様
に、糾なれる。闘争、いさよも▽△のからみ合ひを繰り返して行

く、相対世界の避けられぬ自然現象ではなからるか？」だからこそ、徹
底的に戦争と手紙とを、
が解らなうは、
われわれの人類史は戦後三十五年の転落、頹廢の大転
換を意味する。第三次大戦の軌道を正確に空進しておき、
が果して全面戦に突入するならば、われわれは何をなすべし
なすべしあるまいか？

もはや、安易な世界永久手紙論や世界政府實現論
などは、現實を無視した単なる話題目だけがなく、迫り来る
人類絶滅の核爆発の前には、ひとたまりもなく、吹っ飛ばされ
てしまふ運命にありませぬ。

無双展覧とは、このような興亡盛衰、有為者転に生ず
ぬ宇宙の兵法でなければならぬ。第一、何人の
同志か、空前絶後の核爆発に耐え、抗してゆく。兵隊を席
の身とするセルフレアリゼーションに、
相續刻々精進して行くか、大いに見ものがある。

それにつけても、
才人達の自他指導力のいかにかがつてゐる。抑、今後の世界
的素初の連続と、その荒波に流されぬか、いさよも真の同
志的結束を固め、広めてゆくか、いさよも三年の経甲たよて
或抱負の見通しがつくものと、思われませぬ。

南米のブラジル南部、ウルグアイ、パラグアイ、アルゼンチンには、
既末から第三次世界大戦の骨牌の連鎖が、
り、土地の豊かたや資源の移動が日増しに激しくなつてきて、
ミは、
期待すると同様に、いさよも要請にも、
全力を尽くしたと、思われませぬ。

(一九八〇年十一月三十一日)

日本の皆さまへ。新年をお慶びいたします。

昨年一九八〇年の活動状況を述べると、お知らせ申し上げます。

- (1) ボストンのエレホンは約百六十名の従業者、現在の年間売上額は約二〇〇万ドル。小売店はボストンに二店、ケンブリッジに二店、ブルックライント一店、その他、卸販売は、ニューイングランドの諸州、ニューハンプシャー、バーモント、ニューハンプシャーなど、約一五〇〇店から一八〇〇店。
- (2) イラストウエスト・ジャーナルは発行部数七五万部、従業者員一六名。この月刊誌は、夜寝の充実と格差教育で、もうそろそろ一級の列に入りつつあります。
- (3) 食堂は、林宮君の経営する二店の他に、日本の東帝大、ガイと組んで新しくオランダ・セサミ(南カリフォルニア)がブルックライントに開店。
- (4) 幹部指導者教育のクシエン・テイ・ネットは、一五〇名の学生が、毎日研修中。この三分の一は米国外の外国人。教師は全員、正食七年以上。約一五名。
- (5) イラストウエスト・フアウンデーションは、毎月一紙向けのセミナーを行ない、一般の指導者啓蒙に当り、フェイス・テル・ファイア、バルティモア、ワシントン、マイアミ、その他全米、約四〇〇のセンターと横につなぐ活動。幹部は全部一〇年以上の正食組。各センターは数百名の数千人に専任を及ぼしている。
- (6) ボストンの州立の大病院(従業者員一〇〇名以上)シマタク病院では、去年一月より正食を取入れることになり、オニ技階、従業者員食堂で、オニ技階病人用には、オニ技階、ガンその他の研究に、オニ技階一紙社会の啓蒙教育、という漸進的な方法で、すこしばやく準備中。クシエン・テイ・ネットの卒業生達が中心に参加する予定。
- (7) フェイデール・ファイアのメソジスト病院の院長サテ・ラロ・ワ、博がガンと正食を定めたので、同病院は、そこに従業者員食堂と正食をサービスしはじめられます。すでに検査から、ガンと正食の研究・実験に入る予定。この

病院も約一〇〇〇名の従業者をもつ。

- (8) ハーバート大学 のエビデンス・モロゾフ研究部とは、来春、心臓と癌と正食治療の研究に入るために、現在準備中。
- (9) ニューヨーク・タイムズ、サタデー・イヴニング・ポスト、ボストン・グローブ、シカゴ・トリビューンなどの有力誌に、正食についての記事が出版されています。今後、TV、ラジオ、新聞、雑誌など、益々活発化されます。
- (10) シカゴのアメリカン・インディペンデント・病院でも、正食を採用するため、目下検討中。
- (11) ヨロバでは、二五年間、G.O.C.とあつてもすれば、停滞しがちであつた教育活動を、諸君の協力と私たとの連携セミナーで、今は、約三五〇のセンターが活躍。クシエン・テイ・ネットは、ロンドン、アマステルダム、それぞれ六〇七〇名の幹部候補が研修中。更に、おなじく、イノスチン・ネットが、一九八一年中に、アントワープ、フランクフルト、バルセロナ、パリ、リスボンに、我々進出中。パリは、この一月から出版、すでに五〇名以上の学生参加が予定されています。
- (12) 一九八〇年の中、ヨロバにおける私たちのセミナーは、三月、スペインのマラガ、バルセロナ、ドイツのフランクフルト、オランダのアムステルダム、英国のロンドンで、それぞれ三〇〇、四〇〇名の参加。また、七月は、スイスの、ボーマルカスで、国際セミナー(伊藤、英、英、英、同時通訳)一週間に約四〇〇名参加。この間、とど、ヘルギーのアートワフ、三〇〇名、一〇月には、イタリアのフロランス、二〇〇名、三月と、近々、パリ近郊のヴェルサイユ、一〇〇名、二月、二〇〇名、毎日四日間、アマステルダム、三〇〇名、更に、ヨロバ、マクドナルド、オニ技階、三回会議(参加者、約八〇名)。次に、アントワープ、三〇〇名。その他に、近々、全米、四〇〇名。これらの旅行中に、個人又はグループの健康指導参加者は、約二〇〇〇名、三〇〇〇名。
- (13) 来年度、ヨロバのオニ技階マクロビオティック会議は、言の上の理由から、北欧と南欧に二分して、二ヶ所で行われる予定です。更に、夏、国際セミナーは、収容設備の理由から、スイス(すでに、四年間にわたる夏セミナー)からオーストリアに移すこととし、期前は、二週間、参加者七〇〇、八〇〇名の

予定の準備中。

(14) アメリカにおける米米オ二回マクロビオテック会議は去る八月、ボストンと三日間、カナダ、アメリカ各地代表約九〇〇名が参加して開催、主題は「世界の健康、世界の平和、World Health, World Peace」未春より夏まで全米各地で「ガシ」と正食を中心としたセミナーを開催する事とし、世界のリーダー達に、世界戦争予防の対策を提言する事に決定。これより活動分野を担当する委員会と組織し、そこに活動に入りつゝあります。

(15) 東部マ州のアムハースト大学の定例夏季セミナーは 一九八〇年度において、は四〇〇名参加。一週間にわたり研修・設備の関係で、去る八一年度は他の場所に変更する必要があると思われ、その他夏季には、六月、ペンシルバニアの夏季セミナー(二〇〇〇名参加)、ミズリー州におなじく夏季セミナー(二〇〇〇名参加)、これより西部カリフォルニアの相席兄主催の夏季キャンプ・セミナーと共に活潑に行われたいです。

(16) 南米は、蔦池兄夫妻がブラジルで活躍されておられると共に、ウルグアイ、アルゼンチン、ペルー、エクアドル、ヴェネズエラ、コロンビア各回にもそれぞれセミナーが發生し、二一二年の内に南米マクロビオテック会議が開かれることとなる。このようにオーストラリア、ニュージーランドなどにも、ヨーロッパ、アメリカから飛行して、この数年 欧米運動 とつながった教育活動が行われたいです。

(17) インドのボンベイにはイヌストウエスタ、ファンウレ、ジョンのインド支部が二年前から、アメリカやヨーロッパにわたって發足。南アメリカには正食セミナーが(三つほど)、レバノンにも、もう数千名の正食友があつて、社会奉仕、をやるお祭り、東欧ソ連圏にも、ポーランド、チエコスロバキア、ユーゴスラヴィヤなどに、西 欧自由地域のセミナーや出版を通じて、小規模ながら正食人の活動が始まりつゝあります。

(18) 私たちは、去る一年のあつた次のことをやる方針です。
1. アメリカでは、約一〇九都市のセミナー。
2. ヨーロッパでは、八ヶ回のセミナーとオーストラリアの回際セミナー。
3. アメリカでは、三、五病院に正食を採用させる。

か、ハバド、タフト大などの研究陣と組んで、ロリ、ガンその他の流行性疾患と正食についての研究を始めよう。

5. 北米オ二回マクロビオテック会議 北ヨーロッパ四回マ会議、南ヨーロッパ四回マ会議、これは南米オ二回マ会議。

6. 正食健康セミナーの建設開始(これは、全世界に普及させる。病人と病後に収容して正食運動針灸、その他だけ治す)。

7. 各国のクシイノスライエートの本山とて、アメリカには宇宙の秩序、マクロビオテックを研修する大学を創設する。

8. アシユバシハの土地を中心とした自然農 場をこゝ じへ始める。
9. ミリ、シヨ、上海草などの他の漸進的な各国の生産を計画して、それらを進めはしめる。

10. 宗教界、医学界、政界方面と、もつと接触しはしめる。
著述は、欧米とも、G.Oの本が出版されるが、もつと、これを広くに深化しなればならない。私たちがの本の教冊も、こゝとこゝ、各回送る出版されるほかに、各回セミナーの出版誌の交換が、盛んに行われたいです。しかし、もつとこの方面を深め広めなければなりません。単に健康にのみならず、あらゆる科多、工多、美多、宗教思想、哲多、政治、歴史、にわたる人類の生活全般にわたる分野で、宇宙の秩序を展開するため。

もう、欧米に、各地域や国家の運命に責任を取れる指導者が二〇〇名ほど養成されたいです。私たちに万一のことかあつても、次代は継続して栄えたいと予想されます。しかし、全人類の運命を精神的、霊的進化の方向に向けているには、一、二の精神の指導者、文明を築くため

には、一、二の道徳を戦いつけなければ、曙の光を望むことが出来ません。私たちは進め続けるでしょう。日本の皆さんも進め

つづけるでしょう。

つづけるでしょう。

つづけるでしょう。

新軍に、想ひ、懐くこと。

ロ この地球人の生物学的・理性的精神の退化と喪失の運命を轉換
とて、全人類を、より高次の聖人に進化させることは、全く絶望なので、
あきらむか——？ —否、私は、そうは想ひない。むしろ、私は、これこ
ろから、す達成できる道なのだと懐く。なぜなら、食の自由の秘密を
知った人類の当然進むべき道筋なのだから。

ロ この地球人の「ホモ・サピエンス」の自殺破壊行為「世界戦争」と、迴避して
平和な新しい世界を創り出すことは、全く、不可能なのだろうか——？
—否、私は、そうは想ひない。それこそ、もつとも、確実に、成就できる道
であると懐く。なぜなら、すべてこの人が、ひとしく、これを夢みているのだ
から。

ロ 料たどの周りに、その正食の同志の中に、既成の宗教や官僚を、
よりどころにしようと相う入々がある。理由は一体、何處にあるのか——？
—それは、正食と技術的に知ることも、その生のれこ未だ無限宇宙の絶対
の大法（マリ）と、たえず、懐りなかりたいとある。この大法は、自分自身（天）
であることと、懐りなかりたいとある。と、真言や天台の密教の世界も、神ながら
の古い道も、老荘の哲學も、十代のウチガヤや神道の道も、——これらと
なった一枚の中心と、運心の対数的スハイランの圓のなかに、刻み込まれ
しもの、に、これと、読み取る判断力が、曇つていさからとある。よく人は
マクロビオティックに、精神的靈的な教義か、なるといふ。それは、マクロビオ
ティックやその大本の宇宙の原理（マリ）の責任ではない。それの中に、
精神界靈界の教義が、すべて入っていることと、理解できなくなる。人々
の粗雑な頭腦のせいである。

ロ 正食の 友のうちに、陰陽の定義や既成の定分について、果しがい
議論が行われたい。東洋医学の陰陽、老荘の陰陽、朱子の陰陽、
九星の陰陽——これら、その陰陽——、それらのある部分とは一致し、
他の部分では矛盾している陰陽の区分配列に、たゞ一つの正解を与えな
い。

うとして、果しな議論が行われたい。一体、このような議論は、価値の
ある必要なことなのか——？ 否、私は、そうは想ひない。私は、懐く。

相対界の矛盾、パラドックスの構造や運動と、絶対的な概念と、混同
しているのではないか？ 陰陽とは、相対現象の判断であり、相対
的に判断されるものであるから、当然矛盾するものごなければならな
い。矛盾、パラドックス——あらゆる答は、すべて正しいといふこと——こそ、
陰陽そのものなのである。だから、東洋医学の陰陽（主と客）の動きと
判断の基準にしている（も、その陰陽（主と客）の動きと
と、心性を判断の基準にしている（も、共に正しいものごある——といふ
こと）の分らない頭腦は、相対界の秩序（陰陽）が、全く分らない
単細胞的頭腦なのではないか。

ロ 行とは、体験である。体験には、しかし、身体とする体験もあり、意識を
する体験もあり、又、その両方と同時に、する体験もある。身体世界の
体験に比べ、意識世界の体験は、はるかにひろく、また、深いものご
ある。身体世界における体験は、この地球上における経験に限られ
るが、意識世界の体験は、無限の宇宙と悠久の生命と、懐い
起す。水久普遍の大我と意識するときに、この地球上における人間の
行とは、朝か、晩か、好きなことをやつて、遊び暮らすこと、他には
ないことか、よく分る。

ロ カルマ（業）とは、悪因悪果、あるいは悪行に対する不幸の 刑罰的
報い——とは決まらない。オニに、この無限宇宙の康廬の中に、悪というも
のは決まらぬ。オニにカルマとは、陰が陽を、陽が陰を、惹き
陰は陽に、陽は陰を生み出す——宇宙の秩序、すなわち、無限
永遠という最大の源和と、 たえず、たえず、たえず、たえず、たえず、
そのものご云う、したかつて、カルマを解脱 しようとして努
力する必要はないし、又、決して出来ないのである。むしろ、カルマを
充分にたのしむことこそ、カルマにまつる誤った妄想から解脱する方
途である。

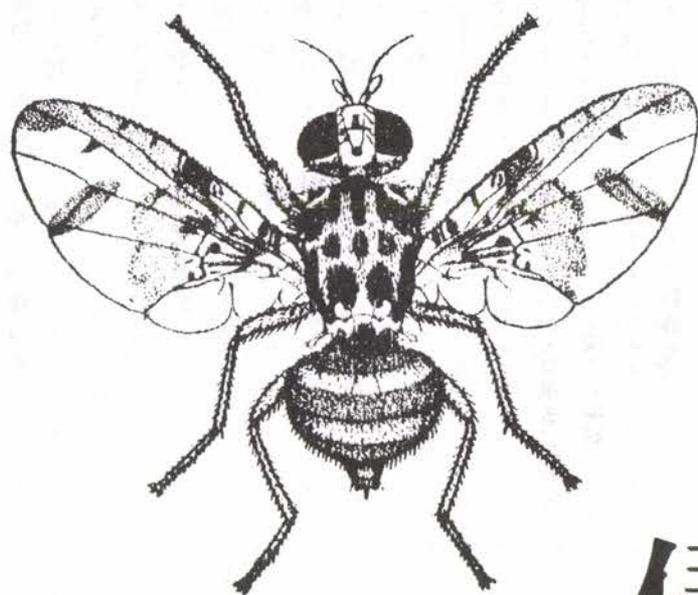
（以上）

果樹、果菜類、45科143種の植物に打撃、3〜5割減収、農薬禍拡大を招く

地中海実バエの

侵入を防止

福岡正信



(♀=メス)

—日本の自然の崩壊と
農業の衰亡—

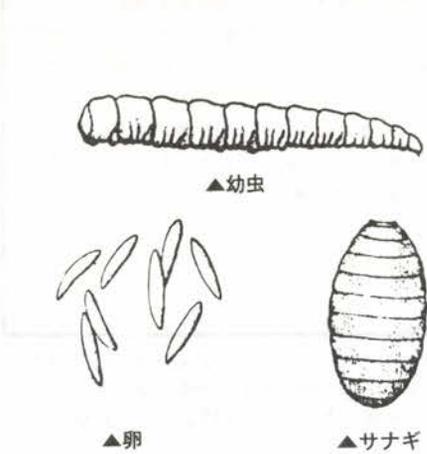
「松枯れ」によって日本の自然は破壊され、いま、「地中海実バエ」侵入の危険にさらされて、日本の農業は致命的打撃をうけようとしている。

「松枯れ」については、二年前、本誌五〇八号で報告したので、今度は「地中海実バエ」について主に訴えたい。（以下の一部は、読売新聞大阪版55年9月17日付に掲載）

(筆者住所、愛媛県伊予市大平。
 著書『わら一本の革命』柏樹社、『自然農法』時事
 通信社など)



▲チチュウカイミバエの分布



▲幼虫

▲卵

▲サナギ

私は長年、「無の哲学」に立脚した『自然農法』を提唱し、実践してきたが、この数年間は、農作業の片手間で、松枯れ現象を研究し、その根本原因は、単に線虫によって、ひきおこされるものではなく、土壌微生物界の異変に端を発した根腐れ病が誘因であり、さらに、輸入外材から分離される新病原菌が関与して被害を増幅していると思われるという新病害説を出した。

その予防法としては、さしあたり①強酸性の土壌を微酸性に矯正する、②対症療法としては、土壤殺菌剤を散布し、さらに菌根菌(松茸菌など)の接種等を図ることが根本策になると提案してきた。

しかし、現実に広い山林の自然復元の道は、きわめて遠く、絶望的とも見える。(ただ、植木鉢や庭木を使つての試験では、オキシフルやポルドー液、

オーソサイドの灌注が、ある程度の効果をあげ得るように思われるので、連続試験中である)

東京以西の松は、この根腐れ状況からみると、ほとんど罹病体であり、京都の神社仏閣の松も、浜松の松も、一見、深緑の松に見えるけれども、こゝに二年の寿命と観察されるのである。このまま推移すれば、日本列島の松は、あと数年で潰滅的打撃を受けることは必至と思われる。

松枯れは、単なる一植物の病虫害の問題でなく、日本の自然の崩壊の前駆の症状と考えられるフシがあり、深憂にたえず、根本的に再検討して、総合的対策の実施を要望しているところであるが、まだその緒にはついていない。(詳細は、日本農業新聞55年1月に連載、アサヒグラフ同年4月18日号参照)

松枯れが、輸入材に端を発しているとも言えることから、私は輸入材の検査がどうなっているかを知りたいと思つていたところ、7月22日の一部新聞に「米国に果樹の害虫、地中海実バエが発生」というニュースが小さく報道された。

小さなニュースの中に大きなニュースが隠されている、というが、まさにその通りである。

この記事は、一般の注意はたいしてひかなかつたろうが、実は、日本の農民には重大なニュースだったのである。

悪質、最強の害虫

「地中海実バエ」というのは、体長約5ミリメートルの、家バエより小さい、美しいハエであるが、幼虫(ウジ)が果実の中に入って食い荒らす、世界最悪の害虫といえるものである。雑食性であり、もし

輸入が禁止されている主な植物 (*……については農林水産大臣の定める基準に適合しているものを除く)

地 域	輸入が禁止されている主な植物	対象となる病虫害
ヨーロッパ、中近東、 アフリカ、オーストラ リア、ブラジルなど	すべての生果実（パインアップル、ココヤシ、未成熟バナナの成果実を除く）、くるみなど。	チチュウカイミバエ コドリंगा
アメリカ（ハワイを除く）、カナダ、ニュ ージーランド	りんご、なし、もも、すもも、さくらんぼ* などの生果実、 くるみ、むぎわらなど。	コドリंगा ヘシアンパエ
ハ ワ イ	すべての生果実（パインアップル、ココヤシ、未成熟バナナ、 日本向け植物検疫証明のあるパパイヤの生果実を除く）。	チチュウカイミバエ ミカンコミバエ ウリミバエ
中華人民共和國	りんご、なし、さくらんぼなどの生果実、くるみ	コドリंगा
中華人民共和國、台 湾、ホンコン、東南ア ジア（フィリピン、イ ンドネシア、タイ、イン ド、パキスタンなど）、 グアム、サイパンなど	ポンカン、* タンカン、* ザボン、ライムなどのかんき つ類、すもも、パパイヤ、* りゅうがん、れいし、ごれん し、ばんじろう、アボカド、ランブータン、マンゴウ、* スターアップル、サボジラ、れんぶ、ばんれいし、マンゴス チン、なす、トマト、とうがらし、スイカ、きうり、にがう り、かぼちゃ、成熟バナナなどの生果実。	ミカンコミバエ ウリミバエ

以上のほか、①アメリカ（ハワイを含む）、ブラジル、フィリピン、インドネシアなどからのほとんどの根付きの植物は、ミカンネモグリセンチュウのため輸入が禁止されています。②朝鮮半島及び台湾を除くすべての地域のいね、いねわら、もみ及びもみがらは、わが国に未発生はいねの病菌、害虫の侵入を防止するため輸入が禁止されています。

日本に上陸すれば、四十五科百四十三種の植物を害し、ミカン類をはじめ、モモ、スモモ、アンズ、リンゴなど、ほとんどの果樹類や果菜類が打撃を受ける。しかも、劇毒剤の連続的散布、誘引剤散布、不妊虫放飼などの防除法を併用しても、なお撲滅ができない、きわめて悪質、最強の害虫である。

幼虫の発育0点、15度C、産卵から羽化までの積算温度、二五〇日度というデータから推定すれば、日本に入った場合、四月から十月まで繁殖し、その間、数回、世代を繰り返して、全土に蔓延して、日本の農作物に少なくとも3〜5割減の致命的打撃を与えることが考えられる。

このハエは地中海沿岸の原産で、アフリカや南米にひろがり、生果実の最大害虫として、温帯、亜熱帯各地で恐れられているものである。もちろん、この害虫発生国から、わが国への、いっさいの果物類の輸入が禁止されている。

日本の植物検疫は、大正三年から実施されてきたが、当初から、南の国の、この地中海実バエと、北の国のコドリंगाの侵入を防ぐことが最大眼目とされてきた。

幸い、日本の植物防疫は、六十年間、その目的を達してきたのであるが、今回の、米国カリフォルニアに本害虫発生という一報は、状況次第で、米国产オレンジなど、いっさいの生果物の輸入禁止にまで発展しかねない、日米両国の農民にとって、恐怖のニュースと言わねばならないのである。

私は、もと税関植物検査課にいた者として、また現在、果樹農民として、この問題に強い関心を持たざるを得ず、急ぎ横浜税関および農林水産省植物防

疫課を訪ね、その状況と対応策を聞いてきた。

その模様は――

税関では、米国外使館からの通報で、すぐに警戒警報を出し、検査を厳重にしているとの国際課長の話を聞き、検査課の空気が緊張しているのは理解できたのであるが、驚いたことに、輸出入植物の激増とともに、検査官は四十年前に比べ、百倍に増加していたが、その基礎となる調査課の研究技術官の人員は四十年前と同数で、昆虫課、病菌課、各十名ほどの由である。一人で本問題の責任を負って対処せねばならぬ昆虫課長の焦燥も察せられるというものである。

また、輸入木材の菌学的研究課員は一人もおらず、木材の腐朽菌など、長年フリーパスであった実情をうかがい、慄然とした。(監視検査は害虫のみ)

地中海実バエの日本上陸後の対策のための基礎研究が急がなければならないが、この問題に対処するには、日本本土での水際阻止作戦よりも、米国が米国への害虫侵入防止のため、メキシコ政府と共同で行っているような、米国側の方がかなり作戦が望ましい。

米国は、カリブ海諸国からの地中海実バエの侵入を防ぐため、メキシコとグアテマラの国境沿いに、五〇万ヘクタールにわたる広大な防壁網をしき、誘引剤による予察器トラップを数万個設置して監視につとめ、常時、ヘリコプター二機で有機塩素剤の散布をし、(日本では禁止薬)、次に、雄の化学誘殺剤(強力な制ガン剤)で皆殺し作戦をとり、さらに、大規模な工場で、雄の不妊虫を多量に増殖し(ガンマー線をサナギに照射して、遺伝子が破壊された雄

虫をつくる)、空中から散布するなどの方法をとっているが、その管理や経費は、ぼう大なものである。

日本でも、沖縄島の久米島で、地中海実バエではないが、ミカンコミバエに対し、この方法を応用して駆除した例があるが、小島で四億円の経費を要しているのである。

地中海実バエの悪質性、駆除の難しさからみても、なんとしても日本上陸は阻止せねばならない。外来害虫の恐ろしさは、過去の例をみても明らかである。

果樹害虫は外国から

今の日本の果樹の重要害虫は、ほとんど外国産のものである。

ミカンのヤノネ介殼虫、イセリヤ、ルビー介殼虫の三大害虫とも、明治末期にアメリカから入ったもので、それ以来、ミカンの消毒が欠かせないものになった。

リンゴの害虫、綿虫が大正時代に入ってきた時から、関西ではリンゴの栽培が困難になり、綿虫の害の少ない北国で作られるようになった。

昭和時代に、クリタマバチが中国から侵入して、栗の芽枯れ不結果に農民が悩むようになった。

アメリカシロヒトリが街路樹に発生して大騒ぎになったが、これは、米軍の貨物から侵入した。ブドウに根接ぎが必要になったのは、ブドウネアブラムシが侵入してからのことである。

外国産の害虫が侵入すれば、農民は長期間にわたって泣かされる。しかし、これまでの害虫は、単食性のものが多かった。今度の地中海実バエは、おそ

らく、日本のすべての果樹が被害を受けるようになる点で、まさに恐怖の害虫と言わねばならない。

懸命な米国の防除体制

今回の地中海実バエのカリフォルニア州発生についての米政府からの報告では、

(1) これは、ハワイ諸島からの旅行者客によつて、もたらされたのではないかと推測しているようであるが、南のメキシコの防壁ラインが突破されたという恐れも十分ある。

(2) 発生区域は、ロサンゼルス郡と、サンフランシスコ郊外のサンタクララ郡で、庭園樹のスモモ、アンズに発生し、商業果樹園(主に日本向け)には発生していないと思われる、と報告されているが、スモモ、アンズに発生するくらいだと、オレンジに來ていないはずはない、とも思われる。

(3) 完全な防除をしているから、日本向けの果実は心配はない、と言っているが、砂漠の中の孤立した果樹園でなく、市街地区や庭園樹に発生したとなると、対象植物が複雑になり、早期に根絶を期すことは無理と思われる。

私の懸命な米人で、カリフォルニア州政府に勤めているラリー氏からの私信では、

(1) 政府は、害虫の発生した木の枝葉を切り払って、完全に隔離したうえで、ペイテックス剤を使用しているが、十月一日現在(発生報告四カ月後)、いまだに害虫はひろがっている。

(2) 発生地区に近い所において、この事態に驚いているロバート氏は「これの広がる、どんなに小さな

可能性も残してはならない」と警告し、日本向けの果実は、燻蒸するとか何らかの処置をとらねばならない、と言っている。(青酸ガス燻蒸でも駄目である)

同氏の言葉通り、米国の詳報を待つて善処するのでは遅すぎる。また、生ぬるい、その場しのぎのことをして、まごまごしては、悔いを百年後に残すことになるであろう。

完全撲滅が確認されるまで、一時的にもせよ、カリフォルニア州果実の輸入一切禁止措置をとることが当然と思われる。日米ともに、本害虫に対する認識の徹底をはかり、警戒態勢を強めて、万全を期すことをためらってはならないと思う。

人智、人為の無能

私は、なぜ私が松枯れや地中海実バエに深い関心をもつのか、私自身で分からないのである。もちろん、私が昔、若い時、横浜税関の植物検査課にいて、病虫害を研究していたことが動機の一つにはなっているだろう。だが、それだけでは説明がつかない。現在の私は科学否定論者である。今さら、昔の植物病学者にもどる気は、さらさらない。

松枯れに没頭したのは、松が枯れてゆく姿を傍観しておれなかつたからにすぎない。結果的には、科学的研究の領域というものが、大自然の中では、いかに小さく狭いものであるかということ、自然現象には本来、原因もなく結果もなく、最終的には無因論に陥り、真の原因もつかめず、対策も対症療法の域をでないことを確認したにとどまった。やはり、科学の道での努力は最終的には空しいもので、科学

否定の確信を深めただけである。

私はかねがね、哲学的にみて、人間は自然の本体(実相)にふれることはできない、無明の智慧に出發して、自然を利用したり、征服しようとする野心は徒勞に終わるのみでなく、自然破壊をまねいて、天につばする愚に陥るだけである、人間は自然を活用するのでなく、自然に復帰する以外に道は無いことを知るべきである、と唱えてきた。

自然保護とか復元ということが、実際には不可能な難事であることを、松枯れの研究をしてみると、いやというほど知らされる。菌根菌(松茸)の世界に一步、足を踏み入れてみても、微妙な松の生理、複雑怪奇な生態の仕組みをのぞいただけで、驚嘆すべき自然の神秘にふれることはできるが、反面、人智や人為の、いかに微力であるかが分かるだけである。

結局、松枯れを出発点として、日本の自然の、なだれの崩壊はすでに始まっていて、ああすればよい、こうせねばならぬという対策は、すでに手遅れで、根本的にみて自然復元は絶望的と思われる。

真の解決策は、人間が無為自然に帰投する以外にない、何もしない人間を造ることが先決である、と私は信ずるのである。

小農こそ農業の姿

私はこの頃、日本の自然の崩壊を痛恨するとともに、日本の農業の崩壊にも、日夜、頭を悩まさせるをえなくなっている。

農業基本法が制定され、生産性の向上をめざして農業の近代化路線がしかれた時から、農業の企業化

がうたわれ、国際分業論が横行してきたが、結果的には、弱小農業の切り捨てが強化されただけで、せっかく育成した中堅、專業農家も五十歩百歩、国際的自由経済のもとでは、もはや風前の灯火である。一部為政者が広言してきた、日本農民の安楽死説、のたれ死に説から、最近の實質的死亡説、失業保険手当説が正しく当たった、というべきであろう。

私は三、四十年前から、農業の真の姿は、小心無欲、小農自立、小域農業にあると確信して、自然の力を最大限に生かした自然農法の確立をめざしてきたが、この道は、欲望の拡大、奉仕を目的とする企業的広域近代化農業とは根本的に対立するものであった。

私は、自然農法の四大原則として、
不耕起、
無肥料、
無農薬、
無除草、
をあげ、無エネルギー生産をめざして、米麦、果樹、野菜の栽培と取り組んできて、ようやくその目的を達成する自信を深めたところである。

しかし、日本の自然が亡びては、元も子もなくなくなる。国際的分業論のもとで食糧品の輸出入の拡大に狂奔する現況からみれば、地中海実バエの日本上陸も、もはや時間の問題といえるかもしれない。ちょうど、松枯れ菌の侵入を許したように……。

(同時期に、ソ連の原子力潜水艦が沖縄で故障し漂流していることが重大ニュースになっていたが、どちらが本当に重大性をもつのであろうか)もし、一たび地中海実バエが一匹でも日本に上陸

すれば、日本農民は、さらに暗い長いトンネルに入るのである。

少なくも、今に倍する農薬散布が必要になり、しかも美果は消え、生産力は衰退し、輸送は制限されるだろう。その心配ゆえに、私はこの問題に強い関心をもたざるを得ないのである。

この美しい一匹のハエの問題については、当事者である昆虫学者、技術者の奮起にまつことは言うまでも無いが、ことは日本の植物防疫の浮沈にかかわる問題であり、日本の農業の盛衰にかかわる問題であることを熟考して欲しいのである。

極言すれば、この問題は、国の政策、経済にも深く関連し、人間の価値観の変革にまでさかのぼらねば真の解決は図り得ないという重大な内容を含んでいるのである。

あえて、一農民にすぎない私が一文を書いて世間に訴えざるをえない苦衷を賢察して欲しいと切願するのである。

(55・8・29)

■後記——私の投書が読売新聞に掲載されて後のことであるが、私が面談した横浜税関植物検査課の尊田技官と農水省植防課の石田技官は、同梅谷技官と米国に飛び、詳細な現地調査を行なわれた。その報告が、日本農業新聞9月15日付、第一面に大きくのせられた。

結論の標題は「米国産生果実の全面禁止はせず」であった。三技官の報告では、米国では想像以上に徹底した防除体制がしかれていて、まず大丈夫と思われる、ということであった。

私は十月下旬、用事があって東上したので、石田技官から詳細な視察報告を直接聞くことができた。

要点は、

① サンフランシスコ郊外の発生地区に全米から約百名の昆虫学者を集め、バス・ターミナル、空港等には検疫所を設置して、市内から一個の果物も持ち出さないよう、徹底した封鎖作戦がとられている。

② 市内の所要所には、地中海実ハエの恐ろしさを訴える、ハエの写真入りポスターが大小四種類はりめぐらされている。その駆除のため市民の協力を求め、これが一匹でも郊外の農場に侵入すると、カリフォルニア州の生果物が、いっさい輸出できなくなるから、農民の死活問題になることを説き、疑わしいハエを見つけたら、すぐ知らせよう要請しているなど、PR作戦が徹底している。

③ 市内の庭木、果実などには、土壤消毒剤の灌注、毒性の強い農薬の散布を行ない、伐採焼却を行なっている。それも、カリフォルニア州農民のためにということ、市民がよく協力している。

④ ガンマー線放射による不妊雄成虫のヘリコプター散布など、高度技術の徹底した大作戦が行なわれている。

とにかく、日本で想像された以上の防疫体制がととのつていて、さすが米国の科学陣、と感心させられたということであった。

私も技官から、根掘り葉掘り、技術的な問題について聞くことができたが、その状況から判断すれば、米国側の誠意と、完璧を期す熱意には脱帽せざるを得ない気がした。

一応、米国側の努力に敬意をはらって、生果実の輸入禁止などの措置はとらず、しばらく様子を見る、

という結論になったのも、やむをえないだろうと思つたのである。

しかし、よく後で考えてみると、何十万人の都市の庭に発生したハエを完全に撲滅できるだろうか、ということになると、どうしても不安がのこる。しかも、この不安が現実のものとなった時は、手遅れになる。これでは、きわめて重大な賭けになる。

カリフォルニア州政府にいるラリー君からの最近の私信では、十月初旬にはまだ撲滅はできてない、ということである。発生から、すでに四カ月をすぎている。農水省の三技官の賢明な判断に頼るしかないが、事は、あまりにも重大である。しかも、技官の話の中に、ロサンゼルス市郊外の方は地形的にみて撲滅できると判断されるが、サンフランシスコの方は大変だということがうかがえた。

米国の、本書虫に対する昆虫学者や政府、州政府、自治体の即応体制が強力であることを聞けば聞けば、日本内地の対応が、あまりにも楽観的すぎるのが目につく。

もし、成田空港や横浜などに本書虫が侵入した時、日本では、とても米国のような防除方法はとれない。現在は、ほとんど無防備である。日本人の、本書虫に対する認識もほとんどない。まったくお手上げになるだろう。このままでは、当然、きわめて危険である、と言わざるをえない。

あえて本誌をかりて、当局や各方面の善処、厳重な警戒態勢の実施を訴えたいと思うのである。

(一般市民の方も、もし、輸入品のオレンジ、レモンなどの中に、ハエの幼虫「ウジ虫」が見つかったら、農水省植防課へ通報して欲しい)

アトピー性皮膚炎

——あつさりした野菜、海藻類をとり、患部をドクダミの葉でふく——

大森英桜先生健康相談

「Q」は質問相談者、「」は大森英桜先生の発言

司会／2才5カ月の女児。顔が赤くはれて、皮膚が荒れています。全身につやがなく、ザラザラしていて粉がふいたようです。かゆみは特に寝る時に強く、肩から腕、背中、おなかなど、かきむしって傷だらけだそうです。ひざの裏もかゆがります。背は高く、とても元気で活発です。体温がちよつと低めで、36度3分くらいで、くつ下をはくのがきらいです。生まれた時は、黄疸がひどく、3週間入院したそうです。

——皮膚炎というのは、ほとんどが肝臓障害が原因です。だから、まず、肝臓を治さなければなりません。

せん。玄米を食べているのですか？

Q／食べ始めて1週間くらいです。

——じゃあ、まだ、正食の効果はできていませんね。今の西洋医学では、皮膚をおかすピルスの種類によって、皮膚炎にいろいろな名前をつけて区別しています。でも、食養でいえば、乾疹か湿疹かの二つに分けるだけです。アトピー性皮膚炎というのは、じくじくしないんでしょう？

Q／ええ。むしろ、かさかさ乾燥しています。

——乾疹ですね。親が妊娠中に動物性をたくさん摂ったか、そのお子さんに生まれてから今までに動物性をそうとう食べさせたか原因になっています。元気で顔が赤いというのは陽性ですからね。

——全身につやがなくて、ザラザラしていて粉がふいたようになってるのは、良質の脂肪分がないとい

うことなんです。

健康な人の皮膚の下には、いつもきれいな水分と脂肪が通ってきていて、毛穴からそれが補給されているので、肌がしっとりとしてツヤがあるのです。

それが乾燥して荒れているというのは、いい脂肪分が欠乏し、反対に、肌を荒らすような悪い脂肪を摂ったということです。動物性の脂肪をたくさん摂ったわけです。妊娠中に、肉、魚、卵などを摂りましたか？

Q／はい。毎日、たくさん摂っていました。栄養があると思ってきましたから。川魚もいけないのですか？ いくらかはいいいというふう聞いていたのですが…。

——私は、すすめません。特に子供には必要ありません。とにかく、動物性をいっさいやめて、おかしは野菜と海藻だけにすれば治りますよ。

玄米正食を始めると、皮膚の奥の方に残留している毒素が押し出されてくるので、一時的に荒れがひどくなったり、吹き出物が増えたりしますよ。でも、毒素が消えてしまえば、すぐ、きれいになります。

Q／ここ2、3日の間、ちよつと症状がひどくなったような気がします。全食玄米を食べているわけではなくて、夕食はうどんを与えているのですが。

——いいですよ。このお子さんは陽性ですから、玄米だけではちよつときつすぎます。ただし、自然食のうどんではだめです。麦のものなんかもいいですよ。

Q／玄米に麦とか小豆、大豆などをいれて炊いてもいいですか？

——このお子さんには、小豆はいりません。

Q / 小豆は肌をきれいにすると聞きましたけど、大豆はどうでしょう？

——とうふん豆科のものは摂る必要はありません。動物性のもがそうとう入っていて、とても陽性なお子さんですからね。みそ汁もごくうすい味でいいです。

Q / のりが大好きなんですけど…。

——いいですよ。ビタミンAが多く含まれていまして。欲しがるだけあげていいです。

Q / コンブもひじきも大好きですが…。

——海藻類はなんでも摂らせてかまいません。

Q / 間食に、みかんやハチミツのアメを与えてますが…。

——果物や甘い物が入ると、なかなか治りません。Q / では、おやつに何をあげたらいいでしょう。子供ですから、どうしても甘いものを欲しがりますが…。

——たいへんだとは思いますが、心を鬼にして、砂糖やハチミツの入ったもの、果物はやらないようにしてください。きちつとやれば、治るのはとても早いですよ。

症状がそんなにひどくないから、親の方もつい甘くなってしまうんですね。先日、私のところへ来たお子さんは、湿疹で皮膚がドロドロになってすごかった。そこでひどくなると、お母さんも真剣です。中途半端なやり方では治りませんから、必死にきびしくやりました。お宅のお子さんは、今はそうひどくありませんが、しつかりやらないと、ますますひどくなってしまうですよ。

Q / はい、努力してみます。玄米せんべいなどは

どうでしょう？

——アトピー性皮膚炎だったら玄米せんべいでも食べたら、かゆくなります。陽性すぎるんですね。

Q / 何もあげるものがありませんね。でも、おやつは欲しがるので、困るんです。おやきのようなものもダメでしょうか？

——完全粉を使わないで、地粉だけで、お好み焼きのようにしてあげなさい。あと、蒸しパンにしてもいいです。

Q / 干ぶどうを少し入れてもいいですか？ ぜんぜん入れないと、食べないんです。

——そういうくせをつけてしまったんですね。まあ、リングと干しぶどうは少量使ってもいいでしょう。治りがおそくなるけど、しかたがありません。あと、せいぜいボンセンぐらいですね。

Q / 飲み物は？

——ハト麦茶がいちばんいいです。

Q / うどんには野菜をたくさん入れて食べさせています。味噌汁の具は油でいためています。いいでしょうか？

——いいです。野菜は、青いものや白菜、大根、もやしなど陰性なものを使っていいですよ。

Q / 体温が少し低いので陰性体質じゃないかと思っっているのですが、もやしを食べさせていいんですか？

——大丈夫です。このお子さんは頭が少し絶壁だし、たれ目だから、陽性な体質なんです。だから、欲しがる野菜はなんでも与えていいです。

Q / 塩気はどのくらいがいいでしょうか？

——濃いのがいいかと、どちらが好きですか？

Q / どちらかというと、うす味の方が好きです。

——陽性の乾疹の方だから、塩気はうすくていいわけですね。陰性な野菜をたくさんとっていいといいましたけれど、その季節にとれるものだけです。ハウス栽培のものなどはいけません。

Q / どうしても大食になっちゃってますが…。

——野菜をたくさん食べさせればいいです。女の子さんだから、すこしぐらい野菜を食べ過ぎたって大丈夫ですよ。

Q / ほんとうによく食べるんです。

——この時期の子供は、だれでもよく食べます。そう心配しないでいいです。おかずはよく食べますか？

Q / 最近たべます。ひじき蓮根でもなんでも食べるようになりました。

——玄米児だとね、一時、おかずをぜんぜん食べない時期があることもあるんですよ。ただ、玄米ばかりを食べて食べて食べまくることがあるんです。

Q / 玄米ごはんはものすごく好きです。でも、そればかり食べていることはありません。

——肌の荒れているところを、ドクダミの葉でふいてあげるといいです。

Q / 今、よもぎでやっていますが…。

——よもぎは、湿疹にはいいけど、乾疹には強すぎます。ドクダミの方がいいです。かげ干した葉を煮出して、その汁でふいてやるんです。なければ、大根やきゅうりの輪切りを使ってもいいです。

Q / お風呂は、よもぎ湯に入れてもいいですか？

——このお子さんなら、しょうが湯に入れてあげてもいいです。

Q / 石けんは使ったらいけませんか？

— ダメですね。

Q / 石けんのかわりに何か使えませんか？

— 別に何もいりませんよ。しよがで殺菌するから、それだけでいいです。

Q / 夜寝る時に、とてもかゆがるんですが…。

— かゆい時、患部に熱があるでしょうか？ キヤベツなどをはってあげるといいです。

Q / あつたまると、かゆくなるようです。

— 陽性の病気だから、あつたまると症状がひどくなるんですね。大根の輪切りをおいてやってもいいですよ。

Q / 手足がわりに冷たくなります。

— それは昼間ですか？

Q / ええ。寝てからはあつたかくなるようです。

— 丈夫な子供は、昼間はみな手足は冷たいですよ。そして、寝てからぼうっとあたたかくなるんです。それで普通なんです。子供の手が昼間からあたたかかったら、なにか病気があるんです。

Q / ああ、そうですか。では、あまり心配しなくてよるしいんですね。それから、食品の酸性、アルカリ性っていうことは、考えなくていいんでしょうか？ のりをものすごく食べるんですが…。

— のりの酸なんて、植物性のもだからいたしたことはありません。私たちは、体温を維持するために、酸性食品も必要なんです。玄米だつて酸性食品なんです。ある程度、酸がなければ人間は死んでしまうんです。

— ただ、体内に入つて、強酸になるものは、体にとつて毒だということです。肉などの動物性食品は、

体の中で、強酸のものを出すので、よくないわけです。玄米正食をして、陽性と陰性の食品をバランスよく食べるようにしていれば、別に心配することはありません。

Q / はい、わかりました。パンなどには、何をつけたらいいですか？

— せいぜい、純正なゴマバターくらいですね。でも、お宅のお子さんは、今、顔が少し黄色くなつていて、黄疸症状が出ているようです。油が原因で肝臓をやられているんです。こういう時は、ゴマバターもいりません。

私の家では、パンを焼いて、しょう油を水で割つたのをさつと塗つて食べさせています。どうしてもゴマバターを食べたいというのなら、白ゴマよりも黒ゴマのものを使ってください。黒ゴマの方が油分が少ないですから。

Q / とにかく、動物性と甘い物、果物をやめて、玄米や麦のものとあつさりした野菜を摂ればよろしいんですね。

— そうです。皮膚が弱いのは、甘いものが原因で、かぶれてかゆいのは動物性の毒が原因なんです。から、その両方をきつちりやめなければなりません。

— このお子さんの場合は、動物性のものの蓄積がたくさんあるので、陽性な乾疹となつてきています。砂糖や果物の方が勝つていければ、湿疹になるわけです。

— 体のシンに熱をもっているので、かぶれが乾いているんです。だから、乾疹なのである間は、かなり陰性な野菜をふんだんに摂つてもかまいません。でも、症状が変わつたり、体質が変わつてきたら、そ

の時は、野菜の摂り方も変わります。いつまでも、同じものと同じように食べつづけるわけではありません。あくまでも、食糞なのでから、そこをよく注意してください。

— 主食も、玄米ばかりではきつすぎて、乾疹がよけいひどくなることもありますから、自然発酵のパンやうどんなどを適当に与えてやってください。

Q / 自然発酵のパンですか？ 天然酵母入りとはちがうのですか？

— 私の家ではね、天然酵母もイーストも使わないで、地粉をただ温湯でねつて、ぬれ布巾をかけて1時間くらいねかせておいて、それを焼いて食べさせています。かたさは、ぬるま湯の量で調節します。

Q / 天然酵母のパンでもダメですか？

— 食糞をきつちりと守つて、病気をほんとうに早く治そうと思うなら、その期間は食べないほうがいいです。でも、あまり食べすぎないようにすれば少しぐらいいいでしょう。

Q / まじめにやつたらどのくらいで治りますか？

— 早いですよ。ひと月もかからないでしょう。

Q / 治つて、また変なものを食べたたら、また症状ができますか？

— もちろんです。病気を治すために、玄米を食べるわけではないのですから、食糞の意味をよくお考えになつて、しつかりがんばつてやってください。

Q / どうもありがとうございました。

(昭和55年3月2日の健康相談講習会より。文責／曾我部一美子)

●1月25日(日)3時から「新年会」

沼田 勇先生(日本綜合医 学会会長)講演!

沼田先生は、戦前、社団法人・食養会の医務部で林仁一郎先生(故人)、藤田正直先生、河内省一先生などとともに活躍された、玄米運動の先達です。

桜沢如一先生は、『食養料理法』のあとがきに、書いています。(一)内は編注)

「いよいよアト十数日で日本を去る、と云う九月十七日〔昭28〕、私は天野〔慶之〕現・東京水産大学長)、丸山〔博〕元・阪大教授)、クレマン〔河内省一〕河内クリニク院長)の三ドクターと……七人で伊豆大仁の沼田博士をたずねました。……

御料理もサスガニ生化学の大家、アノイリナーゼの発見者、ウイタミンの権威のお宅だけあってリツパなものでした。……私はリマ〔桜沢里真先生〕の分まで二人前たべた。……温泉にユックリ四十年ぶり、ノビノビ入って……爽快なコトこの上なし、……スツカリいい気分になってしまった。……

このお料理は、沼田先生の姪の、のちの大森夫人が手伝ったそうです。

沼田先生は、食養会時代からの桜沢先生を知る、生き証人のお一人です。どんな話が出るか、分かりません。乞御期待。演題は「食養のあゆみ」。

新年会には、桜沢里真先生、牛尾盛保先生ほか、多数参加されます。料理の都合がありますから、必ず前もって申し込んでください。詳細は巻末色ページ参照。

●料理教室修了試作会

日本CI協会本部のリマ・クッキングアカデミー秋期の修了試作会(第28回)が、12月7日(日)の12時から4時からの2回に分けて開かれ、校長の桜沢里真先生、浮津宏子先生から講評があり、桜沢里真先生から各級免状の授与がありました。お名前は次の通りです。おめでとうございます。(敬称略)

***初級**——上原イツミ、家田喜珠榮、竹中千晶、山本祐希、梅津文子、神田芳子、橋詰ほなみ、本川光世、渡辺幸子、黒崎洋子、黒木登志子、平井光子、藤井友子、加藤忠子、尾形瀧子、小島恵美子、大場節子、高橋信子、桃澤菊江、下田まり子、市倉和子、小豆沢薫、須藤恵子、松井和佳子、鳥井よう子、鈴木克博、寺田令子、増田稲子、石井潤子、黒田秀子

***中級**——別府みどり、上田清子、井出照子、竹内久美子、大野邦子、高倉昌子、高倉裕子、湯川久子、小町美智子、家田喜珠榮、岩間香衣子、高本美恵子、福富敬子、橋詰ほなみ、本間英子、館上あい、渋沢はる、重松昌子、大野清子、五萬久男、広瀬まり

***上級**——佐古雅乃、上田清子、大野邦子、松田弘子、安藤サツ、金真理子、三荷忠夫、中村由美子、飯田裕理、高野文、水崎和子、野尻多圭子、秋月和子、真野尚子、石井愛子、渋沢はる、栗原佳子、塚田佐喜子、南条容子、宇塚栄子、井上禎子、有尾洋子

***師範**——篠原やす江、大西恭子、安藤ゆり、大野邦子、佐藤文子、広島まさ枝、藤井カネ子、飯田敏乃

(1月授与を含む)

九周年記念新春大講演会 大森英桜先生

日時：昭和56年1月25日(日)10時~16時
演題：第1部10:00~12:30「子供の体質改善と食養法」 第2部13:30~16:00「腎臓病と人工透析及び治し方」
会費：1部につき1000円 1-2部両方1500円
会場：岐阜市神田町2 岐阜商工会議所5階
お問合せ、お申込み：岐阜健康自然食品センター
〒502 岐阜市長良崇福寺町2 ☎0582-32-0631
締切り：1月20日 ただし、定員120名になり次第、しめ切らせていただきます。
※大森先生の個人指導をうけたい方はお早めにお申し込み下さい(5名限り)

自由スキー、餅つき、パーティ、ゲームなどで、仲間と楽しく交流しよう。(主催/高崎青年部)

マクロビオティック青年スキーの集い

- 日時/昭和56年2月7日(土)~11日(水・祝)
- 会場/信州野沢温泉「ふるさと」☎026985・2241
- 費用/通し参加 16,000円(4泊5日、8食付)
部分参加 1日 4,500円(1泊2日、2食付)
- 食事/玄米正食(食事当番が1~2回あります。)
- 申込み/参加期間を明記して、費用を添えて下記へ。
- 締切り/1月31日必着(ただし、定員30名になり次第、締切ります。電話予約は不可)
- 申込み先/松田俱幸(「里味」〒370 高崎市京目町1123-2 ☎0273・53・0710)
- 問合せ/「里味」松田俱幸、日本CI協会(曾我部)

無双原理『易』

— 実 用 弁 証 法 —

(3) (前号よりつづく)

桜 沢 如 一

(表記を一部、改めました)

私は、西洋の（あるいは近代の）哲学や科学を専攻したものでないから、易を形而上学とか、哲学とか呼んで、近代的な教育を受けた人々から間違いと見られるような物言いをたびたびするのであるが、その辺は、寛大な御同情をもって御指導くださらんことを切にお願ひする。できるだけ注意はするつもりであるが、それでもつい、あるいはやむなく、現代製の、西洋の新しい呼び方（たとえば、潜在意識のごとき文字）を借用はするが、本書で云うところのすべての用語は、私独特の定義を有するものでなければ、通俗な常識的な意味をしかもっていないものである。深い専門学者の用いるような意味をもっているものではない、ということをお断りしておく。

(第一章終り)

第二章 無双原理と十二定理

本章においては、無双原理と、その十二定理が提供される。宇宙を陰陽に分別する出发点、運動そのものの起源、陰陽の図解、科学と『全学』の差、科学の近代摩天楼と、易の古代摩天閣の比較、無双原理の証明法、老子のいう陰陽宇宙生成方程式——無双原理表解および、その使用法が示される。

『宇宙万物は、陰陽より成る』

これが、万有無双原理である。無双原理というのは、西洋科学の公理のようなものであるが、それが単に一つの、しかも全哲学、全科学にも通じ、いっさいの根本原理、中枢原理であるという広大な意義と価値をもっているという点において、西洋科学にいうところの公理とは異なっているものである。科学との比較は後章で述べることとし、ここでは、原理および定理を列挙することを急ぐ。

私のいう定理も、だいたい、西洋科学でいうところのもののごとき意味を有するが、これまた、全科学、全哲学に共通するものである、という点が異なっている。以下列挙する定理も、右の公理も、すべて原理であるところは同様であるが、上記の原理は、まったく根本唯一無双の公

理で、他の原理、すなわち定理は、すべて右無双原理から引き出される説明的、演繹的原理である。右根本無双原理さえ完全に分かれば、他の原理は容易に引き出されるものである。

右陰陽の符号を、 \equiv および \equiv とする。

定理 (一) 陰陽 (以下、陰陽を陰極と陽極とするも可) を生ずるものは実有である。

定理 (二) 陰陽は、実有より不断に派生し、分極し、相関往来し、栄盛し、不断に実有に帰入消滅する。

この実有は、太極、無極、空、虚空、無限、絶対、永遠などと呼ばれる宇宙万物の本質である。この実有が陰陽を生ずる現象を、分極作用と呼ぼう。

定理 (三) 陽は求心、圧縮の性を有し、陰は遠心、拡散の性を有し、おのおの、その性反對なり。

陽の求心圧縮力は、自然の結果として、音、熱、光、重さという現象に現われる。

陰の遠心拡散力は、寒さという現象、軽さという現象において見られる。

定理 (四) 陽は陰を、陰は陽を互いに牽引す。

定理 (五) 森羅万象は、あらゆる比例において陰陽を荷帯せる実有大極の、複雑にして無数なる微分子の集合体なり。

われわれが宇宙と呼んでいるもの、また実はこの大極の一微塵毫に過ぎない。

定理 (六) 森羅万象は、単に種々なる程度の動的均衡を示す陰陽の集合体なり。

一物といえども、不動、もしくは安定するなし。すべては、不断永劫の変化、運動にあり。なんとすれば、太極実有の分極作用、すなわち森羅万象の根元が、無始、無休、無終なるがためなり。

定理 (七) 絶対的陰、もしくは絶対的陽なる事物は存在せず。

(陰といひ、陽といひは、相対的なり。すべては陰陽の集合なり)

定理 (八) 一物も中性なるものなし。必ず陰または陽に多寡あり。

分極作用、凝集作用、不断に進展し、到るところに行わるるゆえなり。

定理 (九) 森羅万象相互間の引力は、各対者間の異性 (陰陽) 量の差に比例す。

定理 (十) 同名の性は、相排斥す。同性の二物の排斥力は、その差に逆比例す。

定理 (十一) 陰極まりて陽生じ、陽極まりて陰生ず。

定理 (十二) 万物、その内奥に陽を荷帯し、外側に陰を荷帯す。

注

この本の日本語版を出した昭和十一年に桜沢先生は、満四十二歳。この章は、その前よりも、漢語を多く使い、文語調である。あるいは、執筆時期が違うのかも思われる。一部に、欧文風の文章構造が見られるのは、以前の章と同じである。

むずかしい言葉が多いが、国語辞書類にあれば分かるようなものについては、「注」をつけない。

22頁14行 無双原理表解……「表解」とは、辞書に見あたらないが、「図解」に対する言葉で、「表による解説」の意味か。

22頁15行 (一) 易の無双原理……(二) がないので、仮に、これを省略した。

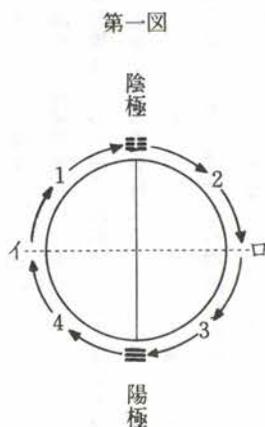
22頁16行 公理……『岩波理化学辞典』第3版(一九七)に、「演繹的な理論体系において、その出発点として設定される規約(一種の基本法則)をいい、それ自体のなかに論理的矛盾を含まないことが必要である。アリストテレス(前二四一前二三三)が用いた語で、古くは自明の真理の意とされたが、真理とは何かと反省されるようになってからは、上述のような規約と解せられている。〔後略〕」

22頁19行 定理……『世界大百科事典』(平凡社文芸)に、「数学において公理から三段論法によって演繹される、すなわち、証明される命題は、すべて定理といつてよいのであるが、通常、他のいろいろな命題を証明するのによく用いられる重要と思われるもの……を定理とする。……幾何学の円周角不変の定理、ピタゴラスの定理、パスカルの定理、代数学の基本定理、微分積分学の平均値

定理(五)以下は、すべて(一)ないし(四)から演繹されるものである。たとえば、定理(十二)は、定理(三)の、定理(八)は、定理(一)の自然的な結果に過ぎない。

以上のごとき、一ないし十二の定理という形式は、在来の書にはない。まったく私の作るところであるが、これまた、私の発明、創作とは云い難い。なぜかなれば、これらは、いずれも無双原理の包含するところであり、その二、三は、すでに老子の道德経に現われているからである。

陰陽分極作用を平面的に図解すれば、一つの円になる。すなわち、第一図のごとし。円は、実有を表わす。(定理一)



陰は、遠心・拡散・上昇力をもっているから、上に上り、陽は、求心・圧縮・下降力をもっているから、下になる(定理三)。上半円は陰性、下半円を陽性とする。横断線(イ)——(ロ)は、陰陽の最も稀薄なる度を表わし、両極は、最も極力なる度を示す。今、上半円、すなわち陰界の一点(1)なる程度の陰性を、さらに強めれば、ついに陰極に達するが、さらにこれを強めれば、かえって(2)を経て陽界に入り、ついに(3)を経て陽極に達してしまふ(定理十一)。

陰陽は相引くが、分極して初めて存在するものゆえ、合体すれば、円の中心の本体実有に没入して消滅する。その牽引作用は、ゆえに、その円周上に1→2→3→4のごとき矢の方向として示されねばならぬ。この陰陽相引・円運動は、無始・無終(定理六)なるがゆえに、陰陽あるところ、必ず回転運動あり。

定理……。

前掲の『岩波理化学辞典』“法則”の項は、

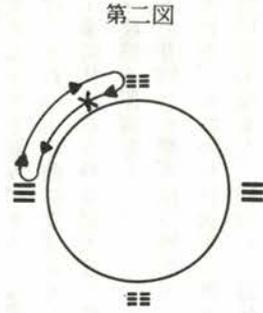
「自然科学では、自然現象間に成り立つ関係をさし、定律などと呼ばれることもある。……法則の中には、成立する条件、厳密性などについて種々の程度の差が認められる。特殊な法則は、より一般的な法則から演繹されるのがふつうであり、ほかの法則から演繹されない基本的な法則は少数である。一般的な法則の間の関連を記述する論理体系を“理論”という。他の、より基本的な法則に還元できない法則のことを“原理”と呼ぶことがある。……なお、数学で基本法則といわれるものは“公理”であって、自然科学の経験的法則とは区別しなければならぬ。」

「自然科学では、一般にある理論体系の基礎となる命題をいう。経験的事実と矛盾しないものであることは必要であるが、原理の内容は直接実験と比較されるものというより、むしろ理論構成の方向あるいは枠を示す性格のものである場合が多い。……ほかの法則、理論に帰着させることのできない最も基本的な法則を広く原理ということもあり、個々のものには歴史的習慣によって原理、理論、法則などの言葉が使用されている。」

この辞典には、“定理”の項目はない。“定理”は、数学の分野の言葉と思われる。

23頁4行 定理(一)……一九六六年、桜沢先生が亡くなる直前に発表された『世界恒久平和への道』の付録では、この十二定理は、次のように表現されている。(刊行中。千円、千二〇〇円)

さらに、これを立体的に図解すれば
陰陽の根元実有を表わすに、一つの球体をもってす。(第二図参照)



第二図における球体は、☰——☷を軸とし、☷——☷の自転運動をなすものとす。しこうして、陰の遠心・拡散——寒冷——静寂を、この球体を上下に貫く軸の両端極(☷)に表わし、陽(☰)の求心——圧縮——温熱——活動を、球の中央、☷——☷の回転地帯に表わす。

今、この陰陽球表面の一点(X)に、陰性なる一気体ありとせんか(水蒸気を連想するも可なり)、それは、性陰なるがゆえに陽極に引かれ、この熱帯に達し、陽気を受け、陽性を多分に吸収せるがゆえに陰極に引かれ、寒帯に達するや、比較的陽気を帯びたるゆえに自然、下向し、ふたび原点(X)に帰着すべし。この転帰運動は、定理十一の証明である。この転帰運動の往路と還路は、図解を易くするため、地上と天上とほど離れているが、実際的には、まったく密接平行する二線でなくてはならない。しこうして、かくのごとき転帰運動は、単に一対、存在するのでなく、無限の層をなしているものであることを忘れてはならぬ。

また、陰陽球の表面のみを右のごとく考察せず、内部を考えると、内部の中心は陽の中枢で、それに比べると、外表はすべて陰である。

もちろん、この内部の☷中樞と全外表との間にも、外表☷極と☷極との間にあるごとき回転運動が、不断に無限の層と程度において行われている。水が地上と地下を回転しているのに、たとえられよう。

五十世紀以上も昔に、アジア大陸の高原を移動しつつ東へ東へと数千年間に動いてきた大民族集団の首長であった伏羲という神話的人物の発見した陰陽無双原理は、今日に至るまで、訂正されることなく、最大最高の尊敬をうけ、東亜無数の民により、人類の行路を照らす太陽のごとく

万有無双原理

——その十二定理

——形而下の相対有限界を支配する原理

- (一) 万物は陰陽の様々なる配合より成り立つ。
- (二) 陰陽は無限より不断に、無限のスピードをもって噴出拡散し、相関、交感、往来、生滅し、無限に帰入する。
- (三) 陽は求心、圧縮性をもち、陰は遠心、拡散性をもつ。(その結果、自然に陽は音、重さ、熱、光と云う現象を生む。陰はその反対、静かさ、軽さ、寒冷、暗さを生む)
- (四) 陽は陰を、陰は陽を引く。
- (五) 万物、万象はあらゆる比に陰陽を荷帯せる微粒子が、あらゆる度合と次元において結合せるモノなり。(全ての宇宙はこの結合の大集団であるが、その全てを合しても無限の中では、微粒子にすぎない。)
- (六) 万物万象は種々なる比と、度の間の動的なカリソメノ均衡を示す陰陽の集合体である。
- (七) 絶対的陰、または絶対的陽なるモノは存在しない。
- (八) 一物も中性なるモノなし。必ず陰または陽の多寡あり。
- (九) 万物、万象相互間の引力は、各対者間の陰陽差に比例す。
- (十) 同名の性は相剋、相反す。同性の排斥力は、二者の陰、または陽性の差に逆比例す。
- (十一) 陰は陽を生じ、陽は陰を生ず。
- (十二) 万物その内奥に陽を蔵し、外面に陰を負

仰がれてきた。

最近、地球の反対側に台頭した科学は、かくのごとき最高無双原理の探究は、ほとんど不可能として、謙遜にも、あきらめているが、『科』学が『全』き学たるためには、必然的に全ての科学が総合され、その全ての分析的探究が終結を告げ、役目を果たし、無用に帰すること（すなわち、『科』学が『全』学に吸収消化されること）を要する。要するに、科学は、完成された晩には、科学たることを失い、全学となり、唯一無双の根本原理を莊嚴するのである。このことについては、西洋の最も優れた科学者の言が一致している（ラプラス、ニュートン、ポアンカレなど）。

科学と全学の相違は、『足場』または『材料』と、それによって完成された『摩天閣』の大建築物との相違である。西洋科学は、今や基礎工事を終り、徐々にその骨を組み、煉瓦を一つ一つ、克明に積み重ねつつあるのである。天を摩する最高樓が、幾世紀の後に完成するか——（それは、永久にあり得ないだろう、とドイツの碩学、デュ・ボア・レーモンは断言しているが）——西洋科学の学徒は、そんな未来の遠さに絶望することなく、孜孜として探究を進めつつある。

しかるに、五世紀の昔、支那大陸の曠野を移住し歩いてきた原始民族の首長らが、全く別の方法で、他の摩天樓、『易』を完成していたのである。太古の古色蒼然たる摩天樓『易』は、その外貌の、あまりに怪奇なると、どこからでも、いつでも眺められ、東洋の人々が、あまりに親しくなりすぎているのと、その所在が、あまりに遠く、かつ、嶮岨をきわめているために、攀登を試みようとする者がないのである。

太古の蒼然たる摩天樓『易』にもあれ、近代科学の绚烂な摩天樓にもあれ、その目的とするところは、人知の最高を究めんとする試みである。建築の方法こそ正反対であれ、摩天樓『易』は、五世紀、あるいはそれ以上以前に完成されたものである。

今これを、その基礎工事時代にある科学摩天樓の建築方法と比較研究を試みると、かなり面白い発見をする。近代科学建築の原理をもって、この太古の『易』建築の基礎工事や材料を吟味してみると、この怪奇な古色蒼然たる摩天樓の構造が、意外にも、はなはだ合理的で巧妙なものであることを発見する。それを、われわれは後章で瞥見しようと思う。それは、古代建築『易』の吟味にも、その優秀の証明にもなるが、同時に、近代科学自らの反省にもなる。

以上に挙げた原理は、すべて幾何学の公理やニュートンの引力の法則と違って、実体の証明のできないものでない。しかし、それは後日に譲りたい。

う。

（定理五以下は全て一四から演繹されるモノである。たとえば、定理十二は（三）の、定理（八）は（一）からの自然な結果にすぎない）

23 頁7行 無限、絶対、永遠……この部分、初版以後のものには、ない。現行版のみにある。

23 頁8行 分極作用……ポラリザシヨンの振り仮名は、現行版だけがない。仮に復活させた。フランス語 Polarisation

23 頁11行 音、熱、光、重さ……現行版以前の版では、『熱と云ふ現象、重さ……』とあり、そのため、次の行は、すべての版が『寒という現象、軽さという現象』となっている。

24 頁6行 老子の道德經に現われている……『老子』第四十二章には、『万物は陰を負うて而うして陽を抱く』とあり、小川環樹氏は「すべての生物は背を陰にして陽をかかえるようにする」と訳している。（中央公論社『世界の名著』4）

『陰』とは、「山の日のあたらぬ側面」が元の意味で、『陽』は、同じく「日のあたる所」である。

『老子』は、ほとんどが人間の倫理面での発言であり、ここで、自然科学的な宇宙構造の原理を述べているとは考えられない。（今の考えでいえば、結果として一致しているのだが）

25 頁8行 比較的陽氣を帯びたるゆえに自然、下向し、ふたたび原点（X）に帰着すべし……この部分、比較的陰氣が正しいかと思う。下向し」というのは、おかしい。この陰陽球に上下はな

私は、東洋精神の最高峰の一つたる根本無双原理が、やはり西洋科学的な帰納法的方法で完成されたものだと思う。一見したところ、それは、いかにも枯淡な直覺的、哲學的な演繹法的な形を備えているけれども、やはり、長い長い帰納的努力、研究の結晶であろうと思われる。

伏義が、無数の事実を克明に研究し、分類し、帰納して行った跡をたどってみることは、面白いことだけれど、今はその時がない。

伏義は、長い長い間の無数の觀察から、その叡智（えいち）によって、宇宙のあらゆる現象と存在が、常に必ず相対抗する反対現象または存在をもっていることを看破した。たとえば、昼あれば夜あり、夏あれば冬あり、男あり女あり、生あり死あり、動あり静あり、冷あり温あり、湿あり燥あり、しこうして、この対抗が相互に盛衰消長交替、轉換したり、交歓したり、鬭争したりするを見た。

そこで彼は一步を進めて、この対抗性が、かくのごとく、目に『見ゆる世界』のあらゆる段階において必然的に現出するのは、その本源内在窮極の、目に『見えない世界』に、根本的に相反する二つの力性の対抗があるのであろう、と観じた。彼は、この二つの対抗する力性に、陰および陽なる名を与えた。さらに進んで、彼は、この陰陽二力が太極から派生するものであることを断定した。ここまで確信を得た彼は、元に戻って、ふたたびあらゆる現象の陰陽分類を、きわめて大胆に試み、いよいよ陰陽学説の公理化に成功し、ついに、

『万物は陰陽より成る』

という、空前にして、おそらく絶後であろうと思われるような原理を創始した。

陰とは、いわゆる陰気なもの——たとえば、色で云えば七色スペクトルの白、青、藍、紫。温度で云えば冷寒。明暗では、暗。乾湿では、湿。軽重では、軽。長短では、長。太い細いでは、細い、などである。物理的に云えば、遠心力。

陽とは、いわゆる陽気なもの、黄、橙、赤の色。温暖、暑熱。明快。乾燥。重さにおいてドツシリし、ヒヨロ長くなくて、ズングリ、ムツクリ短く肥え、太いものである。物理的には、求心力。

以上のごとき陰陽の特性は、逆に云っても間違いない。すなわち、青以下の短波長のものは陰であるとか、太い短いものは陽であるとか、明快なものは陽であるとか云ってもよいのである。云い換えれば、『万物は陰陽より成る』を『万物は陰陽に分類することができる』にしてもよいのである。

さて、この陰陽説は、きわめて、その容貌が素朴単純なるにかかわらず、否、単純素朴なるが

はずである。『陽氣』を帯びているのなら、陽極に向かうはずはない。

桜沢先生は、『「エレホン」について』（『平和と自由の原理』二七五ページ、『クララ・シューマン』一四三ページ所収）で、『私の『易』の本を信用しすぎる人を、私は落第さすために、その中の二、三カ所で大切な▽（陰）と△（陽）が間ちがっているのを、訂正しないで行っているの』と述べている。

これが、その一つかもしれない。

25頁18行 五十世紀以上も昔に……現行版以前の版では、この前に「恐らく」の字が入っていた。

26頁27行 実体の証明の出来ないものでない……現行版以前の版では、この後に「ように思はれる」と入っていた。

27頁9行 盛衰消長交替、轉換したり……現行版以前の版では、「交替、轉換したり」がない。

27頁12行 本源内在窮極……現行版以前の版では、「本源内在」のみである。現行版は「窮局」が補つてあるのを、「窮極」に改めた。

27頁21行 物理的に云えば遠心力……そのあとの、「物理的には求心力」とともに、現行版から加わったもの。

28頁2行 五千年……その前に「遂に」があるが、この語が重複するので、仮に省いた。

28頁7行 陽原子核……「陽電子核」とあるのを改めた。

28頁7行 原子構造説……「原素構造説」とあるのを改めた。

28頁18行 第三章……「第二章」とあるのを改めた。

ゆえに、はなはだ応用範囲を広くしても間違いがなく、いたるところで成功をおさめ、ついに支那においては、最高の学問「帝王の学」とさえなり、五千年、その最高位を保ってきた。この古色蒼然たる原理を、私はあらゆる学術、思想、行動、精神界の羅針盤とするのが、はなはだ便利である、と思うのである。

『万物は陰陽より成る』という原理は、あらゆる段階と、あらゆる種類の現象に適用される。例を学術に求むるなれば、

(一) 陰電子が、陽原子核を中心として一定軌道を走っているという原子構造説のごとき最微の世界から、

(二) 太陽を中心にして、地球その他の星が回転し、その全体を虚空の陰が包んでいる天体構造のごとき大きな世界まで、あらゆる構造は、一つとして陰陽説を裏書きしないものがない。定理十二を確かめるものばかりではないか。

(三) 火が、必ず間接直接に大気の陰に吸収される現象(熱の伝播)のごとき卑近な事実から、夏来れば必ず冬次ぎ、夜果つるところ必ず昼あるのごとき現象は、定理十一を証拠づける。

(四) 定理四および十は、電気現象が最もよく物語る。

(五) ラザフォードの万有一元電子説は定理五に、万有引力説は定理九、十に表現される陰陽無双原理の不完全な展望、瞥見に過ぎぬ。

以上のごとき例は、あらゆる方面にわたって求めることが容易であるが、これは、第三章以下に譲る。(この章つづく)

■本誌の今年の表紙デザインは、アメリカの惑星探査機ボイジャー1号が撮影した木星表面のうずです。

(共同提供)

本誌の表紙は、宇宙生成の根本である、遠心力と求心力が作り出す、うず巻き(スパイラル)のシリーズです。

●一九七七年／大熊座渦状星雲M81

●一九七八年／狩野川台風の目(昭33)

●一九七九年／素粒子の軌跡

●一九八〇年／オウムガイ

お知らせ

■著作権を侵害している物(書籍、雑誌など)を、そのことを知っていて頒布することは、同じく著作権の侵害となり、著作権法で、三年以下の懲役または30万円以下の罰金に処せられます。ヤマト食養友の会以外にも当協会の保有する著作権を侵害している事例が数件判明していますから、ご注意ください。

日本C I協会

各地の行事

グリーン・ロードクラブ新年会

●1月18日(日) 13時～17時
「新春茶話会」一うさぎと亀の競走、玄米特製弁当・菓子付 徳大森一慈 徳和泉橋区民館区民集会所(国電秋葉原昭和通り口2分)
料大人3000円、子供1000円 徳加藤0427・84・3163 盛谷03・866・1020

小川茂年主筆

月刊「生きている」

純胡麻油「胡香の光」

本練胡麻「美の光」

153 目黒区三田二一五一一二
〒100 〇三・七一九・三四六一

(有) 健民

月刊「自然食ニュース」

年間購読料一、八〇〇円

(有) グリーンハートサービス

人間——この唯一なるマコト

——新訳『老子』現代世界版——

桜 沢 如 一

『コンパ』54号（昭和26年10月号、世界政府協会）より（表記を一部、改めました）

1 はし が き

これは私のオキミヤゲです。

私はモ一二度と、この国には帰ってこないツモリだし、帰ってこれる、とも思わないし、帰りたいとも思いません。帰る必要を認めないからです。一期一会だし、ドコにいてもおなじコトだし、「ワレ」はドコにでもいるからであり、「ワレ」と「ヒト」は一つだからです。

人一倍センチメンタルであった、また今もある私が、思えばヨクモこんな気になったモノです。ツイツイ老人になったモノだと思えます。五十九歳で、一生一代の大ジャンプ、大冒険をやるうと云う気もちは、十六歳の時ハジメテ結核療養のために一人で長い旅に出た時や、二十歳で処女航海にのり出した時と全く同じ感激と情熱で一杯ですが、カガミを見ると全く少年如一のユメにも見なかつたイヤナ、イヤナ見苦しい、ヤセこけた老人になっています。おかしいやら、かなしいやら、トニカクあわれなモノです。

はじめあるモノにオワリあり……。

しかし、十六の時も、二十の時も、『日本を亡ぼすモノはダレだ』を、花屋敷の精常園で書き上げて、オキミヤゲにして係累を巷にすてて、十何回目に日本を去ったときも、『くれてゆく（たそがれの）海のかなたの黒雲の嶺をつんぞく稲光りかも』と歌いつつ風雲急なる西へ一人渡って行ったときも、すべては一冊のアルバムです。そこ

には時間の流れはない。今私はその五十九頁を終らんとし、第六〇頁はマダ未見ですが、ソコにはチャント数葉の写真が貼りこまれています。第六〇頁ばかりか、第六一も、第六二も……何十頁か先で白骨になるまでも、ソノ先もきまっています。しかしソレが六〇、六一……にならないカギリ分らないだけです。現像してないのだ。いや撮影もしてないのだ。しかし撮影も現像も実はミナ自分がやるのです……。

時間と空間の世界は、ぬけ出して見おろして見るとオカシナものである。（私が空間の世界をぬけ出したのは二〇歳の時、処女航海でインド洋のマン中にさしかかった時でした……）

今（ツマリ時間の世界の符号で云えば一九五一・八・二七・午前一時）私は、ここ（空間の世界の符号で云えば、二十数年前から私が全身全力をこめて、会える限り要路の人々にも、民間人にも、絶叫しつづけた亡国の運命の瀬戸に、国と国民全体をのし上げてしまい、ツイニ、三千年の歴史をポーにふって、史上空前の敗北を招いた国の、高射砲隊や飛行場の残骸がアワレを止めているミカタガ原（三方ガ原、浜松市北）の一隅の農家の一室）で、心しずかに、虫の声のオーケストラの海の底でこのペンを取っています。

最後のカキモノを、心しずかにするツモりで、この家についたのは一昨日の夕ですが、私は、五月にこの家に新婚旅行で世話になったアルカン（山口卓三氏）の話から、留守居一人だけの家だと思

つてきたのです。ところが、来て見ると今は様子
がかわつていて、十八年間中風で、舌と手足の不
自由な七十六歳の老人、その娘で四十歳あまりの
精神病者、馬一頭、山羊一頭……一町余の畑仕事
をする十九歳の頑丈そうな少年と、夫婦がいる。
ラジオが朝から晩までガンガンなりひびく。中風
の老人の楽しみなのです。

七十六歳の老人は、顔だけ見ると五十六歳くら
いです。昨日二、三時間話にこられて、私はもり
上つてくるカキモノの鼻をへしおられました。
私はバカだ。▽あれば△と云うコトを忘れていた
のです。私はズルイ人間だ。ひとり静かにモノを
書こうなんて考えていました。『如一』のアルバ
ムは時間のない世界ではトクニ完成されているの
に、それを一枚一枚めくってゆく如一はソレを忘
れているのです。

インド洋の一滴の水が自ら空に上り、自ら東北
に走り、南アルプスに雪となつて下り、富士川に
出、太平洋に出て、また東北への旅をつづけ、ア
ラスカ、カナダの海岸にあそび、また赤道へ出て
インド洋に帰ってゆくのを、自分一人、一滴の水
の力であると思つているとしたら、それが、この
私と云うバカであつて、『如一のアルバム』が時間
のない世界では昔から完成されていたコトを思い
出したのが、今この夜明け前の私であり、十八年
も中風でゴロゴロしながら歌道を楽しんでいる、
モ一この世ではナンの用もないように見える老人
から、ソレを教えられた私です。

一滴の水と云つても、その運命は、この確定性
の相対の世界では太陽の熱や、潮流や、風や、地

球の回転や、駒ガ岳の岩や、傾斜や、引力や、富
士川や、アメリカ大陸や……の、それぞれころか、
太陽を作つたモノや、世界を作つたモノや、全宇
宙の全創造の時間のない世界のコマカイ設計の青
写真にはチャリント描き出され、寸毫のチガイも
なく動かされ、はこばれていくモノであります。
一滴の水にして、モシこの宇宙セナリオ（シナリ
オ）を知るならば、その『知る』と云うハタラク
は全宇宙のカラクリをその一滴が知つているので
すから全宇宙、全創造ソノモノであるコトを証明
します。これは有限と無限の関係、人と神との関
係と云う大問題である……。

トマレ、この世に何の用もないように見える老
人、十八年間も、不自由な中風病みの生活をして
いる老人、その孫が数年前に初めて私を知つたと
きに、私の食物療法をこの老人に教えておいたら、
トックニ自由と健康をとりもどしていた老人、そ
のオロカナ、エゴイストの孫、スベテは私に重大
なコトを教えるタメニ、ゼヒともなくてはならな
い存在であつたコトを教えられたワケです。……
重大なコトと云うのは、十八年も中風を病んでい
る人でも、私にとつてはトテモ大切な人であつた、
と云うコトを教えられたコトです。二十年も精神
病をしていいる娘とても同じコト。スナワチ、そん
な不幸な人々を生み出し、作り出す『モノ』が有
限界と無限界の関係についての無知である、と云
うコトなのです。

しかし何人も、かくも全てが時間のない世界の
アルバムでは数千年、数億年前からチャリント写真
になつていると云うコトは知るよしもない。そこ

に人生のオモシロサとオロカサがある。

2 『久遠の真理』ハシガキ2

先日からよみ出したオルダス・ハクスレイの『久
遠の真理』をこの家に来て、ヤット、今私はよみ
終りました。第一に私はイカニモ西方人らしいオ
ルダスの克明な勉強に、今さらのようにおどろき
ました。西方の人で、これだけ大乘仏教や、老子
や、莊子や、東方の古典を沢山よんだ人は他に知
りません。

第二、しかしサスガ西方の人であるだけに、他
の全ての西方の人々と同じく、ドーシテモ東方の
人の『考える世界』を見るコトはできても、考え
るコトはできない、と云うカナシサがあります。
タシカニ、彼は、東方の古典の世界観の構造を、
多くの東方の人よりクワシク、正しく、深く、『知
つてはいるが』奇妙なコトに、東方の人の『時間
なき世界』や『空間なき世界』を体験するコトが
できないのです。

しかしコノ本は、その訳者、深沢正策氏の云う
ように、また、この原著をすすめた鈴木大拙氏の
云うように、仏教や老莊をパンのタネにしたきた
人々にも、そんなモノはユメにも知らずに、タダ
欧米の文化に夢中になつていいる若い人々にも、タ
シカに一つのマスト（必読書）です。

この本の批評をかき出しましたが、これでは『人
間、この唯一なる真実』の看板、日本を去るの書、
私の遺言にならないではないかと、心配する人が
親愛なる読者諸君の中にあるかもしれせん。し
かし、心配ご無用。私はこの本の紹介と批判をし

つつ、それを私の書置きにしてゆきます……。

私は、オルダス・ハクスレイの小説を二、三よんだコトがあります。批判も二、三回かいた。風がわりな男だとも、大したモノではないとも思っていました。ソレにちがいはないのですが、その大したモノではないワケが、この本をよむとよく分るカラおもしろい。

この本を先日フト本屋で手にした時、大そう生イキナ本だと思ったが、中を見ると、大乘起信論からウパニシヤド、老荘の引用が数十カ所もあるので、ああ、これはオルダス・ハクスレイ自らのモノでない、久遠の真理と云われるモノのよせ集めであり、短い紹介がついているにすぎないコトが分り、それで私は買ったのです。訳者が良心的な深沢氏であるコトも私を進ませたワケ。(しかし、深沢氏はパール・バックの訳者としてはリッパなものだが、この種の世界観・哲学、トリワケ東洋の最高最古の原始的宇宙論・無限の世界・絶対界・永遠の世界になると全く不案内で、訳は正しくとも、イミが違ふコトが沢山ある。この書置きの読者諸君は容易にPU対数スパイラルや『宇宙の秩序』の新しい七原則(論理学の基礎としての宇宙の秩序)や、PU生理学としての七原則でオモシロクその二重ブレイが分るだろう。ちょうど『ヘラクレイトスのコトバ』で、その訳の正確さと、訳者の無知のオモシロサを二重に味わったように。(『ゴンパ』50号参照)

大拙氏は『欧米人の本で、東洋人が反省の機会を与えられるのもまた時勢であろう』と云ったし、深沢氏も云っている。深沢氏は自然科学を出発点

とし、アメリカで長年くらした人であるので、大

拙氏同様、大へんこの本に感銘されたのもムリはないが、この程度の本で、イヤあらゆる西洋人のかいた東洋に関する本で、我々の扱っている東洋について少しでも知るコトができると思つたら大きなマチガイです。遠くはエマソン、近くはノーマン・カズンズ、ノースロップ、ソロキンに至るまで、また多くのユニタリアンやテオソフィストも、最近欧米で流行の老荘の研究諸家のように、ホントーノ東洋精神にふれた人はありません。

ソレはちやうど、我々が、西洋の音楽や、文学や、趣味や、自然科学や、社会政策をホントーニ、西方人の如く把握するコトができないのと同じです。カレラの東洋研究は、学者としての研究なので、ちやうど、ベートーベンの音楽を科学的に、数学的に、物理学的に解剖したり、統計表に写したり、自然をその単位である元素や原子、電子に換算したり、食物を○の構造式に模写したりしたモノにひとしいからです。

しかし、西方にも東洋精神の描き出す世界、超感覚の世界、時間なき無限の世界、空間なき絶対の世界、「一」の世界の住民がないワケではありませぬ。ピエール・ルイスの詩『アスタルテ』、ロデーデンバックの詩集『手のすじ』などをよめば分ります。

こうして(大拙氏や深沢氏のように)思想的合ノ子が雨後の竹ノ子のように加速度でふえてゆき、純なるものが、グレシヤムの法則(悪貨は良貨を……)で駆逐され、学校と云うモノがその大量生産機構で拍車をかけてゆくのを私は毎日見てきた。

……これは悲しむべきコトであるか。センチマンタルな人間と云う動物としてはマコト二惜しい、くやしいコトですが、宇宙の秩序、▽△の手から見れば当然なコトです。少くなければなるほど、純なるモノは求められ、尊重されます。

ツマリ大学出でなければ渡れない世の中になり、純な古風な思想は、ただ博物館に陳列されてホコリの下敷きになるか、ドコカの書庫の奥におしまれてシミのエサになるよりはかはない時代です。万一取り出されたら、現代の『キリスト教国』と云う式で、狼の牙をかくす羊の皮として利用されるにすぎない。それだけに、この困難をブチ破つて光りだせば、大したモノだ。ソレは千万人に一人も望めないが、決死的な同志が十二人も結束して立てば案外であろう。しかしソレまでに数千、数万、数十万の動物実験や人柱が投入です。

ロックフェラーや、フォードの財団のネライ、原子科学者オッペンハイマーの東洋哲学研究、ノースロップの法学的・社会的東洋研究、ソロキンのヨーガ哲学研究など、いずれもネライは東洋研究ですが、実体はキカイ論的な東洋解剖であつて、西洋医学の死体解剖同様、大きなウソか、看板におちています。ソレでいいのだし、ソレよりはかはない。そのワケは私は二百数十種の著作で、過去四十年間に絶叫してきたのであり、六十の老人になつてから、マダ最後のゼスチュアとしてソレを演出しようとしているのである。

東と西の仲介者、通訳としての重大な使命を自覚してから20年、ふりかえつて見ると私は毎年大冒険のジャンプをつづけてきた。いや毎月、毎日

だ。……ソレはタシカニ奇蹟だ。奇蹟の連続だ。よくココまで来たモノだ。全く盲目飛行で敵地に着陸するような冒険バカリだった。

大きな借金と赤字つづきの食養会を引きうけ、リッパナ会館を建設し、万余の会員を得、連日超満員の指導部、連日大入りの代理部をつくるまで二十五年もかかった。それをきれいに手ばなして、イヨイヨ無双原理研究所の建設にかかったのが一九四〇年の秋、四十七歳。その翌年から大戦……本部の日野春への疎開、自宅を大磯から妙高山麓への移転、一九四四年末のソ満国境単身密出国、危く銃殺を免れて、空襲下を翌年一月、東京に帰り、延安經由、空路モスコオ行の計画を立て、妙高に帰り、警官隊の包围をうけ、ほりこまれ、六カ月目に、川口トシ子の手で救出されると、今思ひ出してもユメのようにマザマザ見える日本歴史第二回目的ク・データ（第一回は二・二六）計画をもって妙高を飛び出し、当時の諏訪市長、藤森清一朗氏（海軍少将でPU人、当時の首相、鈴木貫太郎の顧問）と秘かに打ち合せをすませ、東京へのり込む途中、またまた甲府市で警官隊に包围され、直ちに甲府署に収容され、翌朝、南アルプスの山中にかくされ（その夜、甲府全滅、森山シマさんが私の身代りに甲府刑務所に入れられていたが、同室の女囚五人の中三人は焼死し、シマさんは辛じて一晩中、池の中に入っていて焼死を免れた）、終戦後出されるまで、そして出されてから今日まで特審局に反抗し、『追放』の烙印を押されながら勤労大学（をやり）、『コンパ』、『サーナ』、『セカイセイフ』、『コンパ・アンテルナシオナ

ル』等四つの月刊を創刊し、発行しつづけ、PU DやANS（無双原理大学、ゼミナル）をつづけ、世界政府運動を四年もやり、海外に青年を九名、PWC（世界人民会議）に代表三名を送り出すなど、実に大きな冒険バカリやってきた私です。

こんなコトを書いている私は、『如一アルバム』の中の如一人でなく、アルバムを編輯したり、くりひろげたりしている全く別人の如いです。この別人の如いが、ここに書き残す書置きは、過去五十年間にめぐり会い、愛し合った人々、『食養』や『コンパ』の友、無双原理の同志諸君、MIで起居を共にした、なつかしい青年諸君に、思いのこす所なく、かきつづる書置きである。これはA・H（オルダス・ハックスリ）とG・O（桜沢如一）の問答だと云つてもいいし、老子が私を通じて話をして思っているのだと思つてもいいし、『宇宙の秩序』が二千五百年前には老子やヘラクレイトスやデモクリタスに、現代ではA・HやG・Oを一つのラジオの受信機として、放送しているのだと思つてもいい。

まず第一に――

3 宇宙論理学としての『宇宙の秩序』

これは六カシイ。

しかしコレがPUの根本であり、人類全体に認められており、認められねばならず、また、認められない限り、自由も幸福も平和も健康もない世界への没落の一路をたどらねばならない論理です。現に、この論理をハッキリ認めないか、知らない

人や、この反対の論理をもって、知らず識らず、ちがった世界観を作り出してゆく人々（科学者、キリストの云う学者、パリサイ人・道学者・法学者）は、アラソイとナヤマの人生をくりひろげてゆくバカリであります。

この宇宙論理学を、生きてゆく方法にとり入れると biology（生物学）や physiology（生理学）になるが、ソレらは、在来の西欧的なソレラでなく、Universal（宇宙）Biology であり、Universal Physiology である。経済も、法律も、物理も、化学も、数学も、哲学もみな同様な宇宙的なモノにならなくてはならない。こうして全ての学が統一されて初めて平和と自由と幸福が地上を訪れるのであります。

宇宙之秩序 雙原殊抄

- 一、有始者有終
- 二、有表則有裏
- 三、無同一之者
- 四、表大者裏大
- 五、動靜皆陰陽之機
- 六、陰陽神之左右手
- 七、宇宙之母体謂神

4 『人間』の定義

第二に『人間』の定義です。これは一九四〇年からはじめ、イヨイヨ出版のできなくなった一四四年に秘密出版として出した『悪魔の書』や『永遠の子供』までの『無双原理の研究』四千頁のシリーズの結論で、その第一期第一冊『宇宙の秩序』とともに、私の二百数十種の著作の中で最も重大なモノであります。

人間とは何か？

1 肉 体

人間は草から生まれ、草は土から生まれ、土は土ならぬモノ、前元素……十六種の素粒子から生まれ、土ならぬモノはE（エネルギー・ウゴキ）から生まれ、ウゴキは二つの対立する極△△から生まれ、二つの極は一つの絶対から生まれる。

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）であつて、その小さい小さい一部分が、二つなるもの、相対の世界であつて、スベテノ対立（安定と反抗）のモトである△△（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まれた子（天地・日と夜・明暗・軽重・動静・強弱・冷暖）この△△二つや、そのムレのムスピとハナレがモロモロノ対立と安定、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스가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・C・O・N・F（水素、炭素、酸素、チツ素、フツ素）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。（赤ン坊がその証拠です）しかし、ミナ△△ドチラカがさうぎているので（△△ドチラカへ向かつて走つていゝ途中にあるので）一つとして同じモノもなく、タマユラもじつとしていゝモノはない。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、土をうばい合ひ、土のタメニ争ひ……ツイニ土に帰る。

5 愛憎・盛衰の世界

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、しかも草をめで、食ひ、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、金属や小さい土や、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乗しみをうみ立て、楽しみから哀れみに転落し、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、いばつて見たり、ペコペコしたり、衰えの悲しみを知らぬ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

だから人間と云うモノは幸福でなかつたらウツである。（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云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、のぼし、たのしみ)

(2) (他の人を生かし、のぼし、たのしみ)

(3) (自らを生かし、のぼし、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に、いゝだけでいい。造作はないコトだ。ソースレバ *can't* を *can* に（不可能を可能に）し、ドンナ人だつて、モノだつて、スベテガ、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ってやつて、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！ ナント云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！

これが天国でなかったら、ドコニ、どんな天国があるんだ！

8 むすび（人間の定義）

人間とは、自分を作ったモノと、その材料を忘れたバカリに（イヤ、さも忘れたかの様なフリをして）不幸になり、その不幸から脱出するタメに長い間苦しみ、もがく動物。

千年に一人か、百万人に一人くらい、このクルシミから脱出するモノがあるが、これが「ホント」の人間様、つまりスキナことをスキナだけやりぬき、他人のセワにならず、他人に迷惑をかけず、一生をおくることがダレにもできるのに、それを忘れて苦しみ、もがくのが多い動物。

5 宇宙生物、生理学としての

『宇宙の秩序』

1 肉 体

人間の肉體は食物によって作られる。食物は植物によって、植物は大地によって作られる。

大地（96の原素）はモロモロの天体と同じく、またアラユル可視光線、不可視光線と同じく、素粒子からつくられ、素粒子はエネルギーから、エネルギーは二つの極の対立から生まれる運動であり、二つの極の相対界は、ただ「一」つなるモノ

の分裂したモノでしかない。

「一」は永遠であり、無限であり、絶対である。

2 精 神

精神（記憶・判断・正義・自由・愛・神・幸福・良心……）はスベテ無限・永遠・絶対「一つなるモノ」であって、相対界のモノではない。

しかし、この「一つなるモノ」「全体なるもの」が分化して▽、△「二つなるモノ」遠心力と求心力となり、この二つがアラユル部分を作る。

この「一つなるモノ」と「二つなるモノ」スナワチ、一と二が、「三」となり、この「三」がアラユル相対・変化・安定・反発・親和を生んでゆく。

だからスベテノものは精神であり、精神はモノである。

3 相対の世界

二つの対立するモノが生まれると、ここに相対界が生まれ、スベテノ対立と離反、アラソイ、ウゴキとバランスが生まれ、ここにアラユル変化が始まる。

この変化が天と地・日と夜・明暗・軽重・動静・冷暖・強弱のサマザマ△と△となり、これらの対立する▽△のムレが、モトモト一つなるモノであるから、互いに引き合い、タガイニはじき合い、うばい合い、一つにかえらんとして、一つになりきれず、二つに分れて、分れきれず、対立は親和と反抗を生み、親和と反抗は千変万化を生じる。

だからスベテに始めと終りがあり、ウラとオモテがあり、しかも同一のモノがない。ウラ大なれ

ば、オモテも大である。

4 地球・草木・動物

その強大な安定と親和は不動不変のスガタをとり、金・銀・銅・鉄・錫・鉛・石の如き固体となり、さらに強大な反発とタタカイは不断の変化のスガタをとり、H・He・O・N・Ne（水素、ヘリウム、酸素、チツ素、ネオン）のごとき気体となつてひろがり、さらにコレラノ気体と固体の間には軟体（土・水・粘体・溶体）が生まれる。

しかも固体は溶け、気体となり、気体はまた固体となり、アラユル様相をとるが、（その変化を作り出す手は寒と熱であり、熱は遠心力と遠心力、求心力と求心力の衝突——つまりウゴキ——から生まれたもの）

5 愛憎の世界

固体と、気体と、ウゴキ（スナワチ、エネルギー）が▽と△（遠心力と求心力）二つの手で「一つなるモノ」の意のままに、こねあわされ、草に作られ、動物に作られ、生長と死、戦いと平和、始めと終り、前後、左右、東西、古今、今來の△をうみ、愛欲と憎悪のあらゆるクミ合せを作り出し、煩惱・貪痴・憤怒のシーンを映写し、安定と不安、戦いと平和、親和と排他……喜怒哀楽・美醜・盛衰・正邪の二つの世界を展開しつつ、スベテは、またモトの古巢の「一つなるモノ」の胸にだかれてゆく。

6 運 命

だから、人間と云うモノは、ミナもともと、正義・自由・本能・記憶・愛・永遠ソノモノであり、幸福ソノモノ、平和ソノモノである。（赤ん坊が

その証拠の一つです。熟睡している人の顔がその
モー一つの証拠です)

しかし、二つの世界では、 $\nabla\Delta$ どちらかすぎで
いるので、また $\nabla\Delta$ ドチラかへ走っている途中な
ので、一つとして同じモノはない。

タマユラでも、じっとしているモノはない。あ
るいは他を捉えんとして、アルイハ他を免れんと
して、たえず、うごき、ゆらぎ、かわり、とびま
わり、しかもケツシテ土をはなれるコトなく、土
を愛し、土をうばいあい、土にしがみつき、土の
タメニあらそい、殺しあいさえし、ツイニ土のフ
トコロに帰ってしまう。

7 生者必滅

おお！人間と云うモノは「一つなるモノ」か
ら「二つなるモノ $\nabla\Delta$ 」に分れ、エネルギー・素
粒子・原素の地球・草木・動物の六つの段階を輪
廻してきたものであるから、草をめで、土を愛し、
空気をすいっづけ、エネルギーを求めてやまず、
ときとしては土くれや石のカケラのためにさえ命
をなげ出し、たえず正義や自由、愛や平和をふり
かざし、哀れなるモノの上に楽しみをうち立てて、
楽しみから哀しみに転落し、怒って見たり、泣い
てみたり、人を泣かせるコトで笑ったり、うぬぼ
れて見たり、しおれて見たり、衰えのカナシミを
知るためばかり盛大になって見たり、やがてキッ
ト負けるために全心全力をつくして勝ったり、さ
ても忙しいコトである。

8 天国のカギ

だから人間と云うモノは、スベテ幸福でなかっ
たらウソである。

ツマリ「一が二を生じ、二が三を生じ、三が万
物を作り出す」宇宙の秩序をスツカリ忘れたと云
う大きなアヤマチをおかしているからである。

「宇宙の秩序」こそ「天国のカギ」である。

この「天国のカギ」を身につけたモノ（もてる
モノ）は、およそ地上にても、天国にも、そのつ
なぐトコロをつなぎ、ときほどトコロをはなす
コトができる。

その反対に、この天国のカギをもたぬモノは、
そのもてるモノをさえうばわれる。

9 対数的スパイラル

ああ、人間の世界は草の世界の、草の世界は大
地の世界の、大地の世界は素粒子の世界の、そし
て素粒子の世界はエネルギーの世界の、エネルギ
ーの世界は対立する二つの極の、相対の世界は絶
対の世界・永遠・無限、「一つなるモノ」の大洋
の胸に生まれた小さい、小さい、星雲のウズマキ
にすぎない！

ああ、広大無辺なる宇宙の秩序の、七重の対数
的スパイラルのフシギサ……。スベテのモノは、
この対数的スパイラルの烙印をつけられている。
頭の毛のウズマキ、指紋……。

それは、テレビの像がエレクトロンの対数的ス
パイラルであるのににている。

気圧や、文化や、歴史もミナ対数スパイラル的
記録である。

10 神の国とソノ義

人間よ、まずお前は、宇宙とその秩序を知るコ
トだ。神の国とその義と云って面白い。それは一
から七までの世界のクミ立てだ。

一、三、五の Δ の世界と、二、四、六の ∇ の世
界のクミ合せの秩序のタクミさ！

さらに一から六まで全体をいだけ第七の世界、
無限・永遠・絶対「ただ一つなるモノ」の偉大さ！

この $\nabla\Delta$ のクミタテ、宇宙の秩序の正しさを、
アラユルモノに、物理、化学の世界に、人文科学
の世界に、日常生活に、思想界に、アミーバや、
ネギ、大根にも、高等動物の言行にも、見出す人
が幸福であり、見ない人が不幸せなのだ。

戦争も平和も、みな「宇宙の秩序」なのだ、
タダうらガエシに見たモノなのだ。ウラ、オモテ
だ。

ああ、この宇宙の秩序を二千五百年前に発見し
た老子をほめたたえよ！

そして現代の老子たらんとするモノを、ほめた
たえよ。

カレラこそ平和のメーカーであり、カレラ以外
に平和のメーカーあることなきを銘記せよ。

6 愛の定義

人間が、宇宙によって生み出され、育てられ、
数十年も遊ばせてもらい、疲れると休ませてもら
い、解体してもらい、つくり変えてもらうモノで
あるのに、その生みのオヤの宇宙と、その慈悲の
左右の($\nabla\Delta$)二つの手と、そのハタラクを忘れ
(または、忘れたフリをし)宇宙の用意してくれ
たモノをかえりみず、ただ五十年間ホド身を守る
タメニ、半径ホンノ一ミリメートルから一センチ
メートルの周囲の、トッサノ場合の用を充たすダ
ケに宇宙から与えられた感覚と云う道具を喜ばせ

るタマユラノ快樂ばかりを必死になつて追いまわし、その感覺の欲するトコロにしたがつて行動し、宇宙を忘れ、ツイニハ宇宙を改造し、自然を征服するといふ反逆をくだして、そのタメに不幸になり、不自由になり、くるしみ、なやみ、悲しむ人間に、彼の生れる千万億兆年前から、彼が一生のアイダニ行つたコトも行くコトもない遠い天体のハテから、カレの極めるコトのトテモ出来ない物質單位の構造まで一切全体の相対界、有限界を巧妙な手で行つくり上げ、見事に運転させている宇宙全体、タツタ一つのモノ（無限・永遠・絶対・幸福ソノモノ）を再発見させ、平和で幸福な人生を組立てさせ、送らせ、樂しませるタメに、人間がその感覺に基づいてつくり出した、また、つくり出す、あらゆる感覺の極樂・快樂の殿堂を次から次へと爆破し、かき消し、そして、かえつてソレラを失望のドン底、苦痛の煉獄（れんごく）に変えるように、人間がそれらを作つて行く間に、それら一つ一つの中に宇宙が仕掛けておくマ△二元の原子ノスタルジヤの内燃機関“Vita Soli”号、またはエゴイズム号。

7 人間たる条件

（HHTと適性検査）

『健康と幸福への道』『人生読本』を初心者はくり返してよむ。もつとも月に一回くらいHHT
〔健康と幸福テスト、『新食養療法』42ページ〕をこころみる。年一回か二回は本部にその解答を送つて採点してもらふ。

HHT四十点以上が無双道初段、五十点以上が

二段、六十点以上が三段、七十点以上四段、八十点以上五段、九十点以上六段、九十五点以上七段、百点が八段。ただし、初段は自分の病氣を自分で治し、二段は家族の病氣を治し、三段は三百人以上の人に正食を實行させた人でなくてはならない。四段は千人以上、五段は幸せな人生の設計を百人、六段は三百人、七段は、千人にして上げた人でなくてはならない。また、五十点以上はPUのクラックスを一点ごとに十問解かなくてはならない。（クラックスは『無双原理・易』に百数十題、『コンパ』五〇号までに百題、MIのクラックス帳に二百題以上ある）解答はすべてMIの指導部員が見ます。

八段以上は無段にかえる。
三段以上は病氣になつたら一段スベリおちる。家族で病人を出しても同様。死者を出したら全段スベリおちる。五段以上なら「友だち」の間に病人を出しても一段おちる。（「友」の定義は一つのクラックス）

HHTが四十点以下、マイナス一五〇点までならMIの研究生や「サーナ」「コンパ」の友たる資格があるが、マイナス一五〇点以下の人はモ一人生をあきらめた方がよろしい。HHTが初めから八〇点以上の人は、無双原理を勉強する必要はない。大いに、あけくれ、タダあそぶだけでよろしい。

8 楽しい、楽しい

一生をくらす法

無双道三段以上の人で、思いきり楽しい、幸せ

な、幸せな一生を送りたい人は、ゼヒトモ、何らかの社会運動陣営に参加するコトです。いろいろな文化団体・婦人会・組合・宗教団体・学術・芸術団体・国際ペンパルス、セカイセイフ、何でもよろしい。トクニ国際的な性格のモノがよいです。そしてカナラズ自らその一支部や細胞組織のリーダーを買つて出るコト。この種の社会生活は、イツも自分をみがくタメですから、世界政府の主張するような「平和の原則」を主張し、受け入れられなくても、少くとも自分だけでも実行するコト。

9 お前はワレだ

さて、最後にオルダス・ハクスレイの『久遠の真理』をよみましょう。——以下、■はオルダス、Gは私のコトバです。Qはクラックスですが、スベテ一つ一つがクラックスでもあります。×印はマチガイ、××は大マチガイ。○は可、◎は良、◎は正。

□Aのこの本は『久遠の真理』についての金言集。

■『久遠の真理』は、生命と精神と事物との様な世界の本質である「一つなるモノ」を示すコトバ。

■しかしこの「一つなるモノ」は心きよく、靈に貧しい、自らを愛される人にした人々でなくてはならない。それがなぜだか吾々には分らない。

Q ■物質の本性や、かくれた力は、物理学的実験によつてのみ、心のは心理的・道徳的実験によつてのみ発見される。××

■アトマン（内在する永遠の我）はアラユル存在の根本原理たるブラーマンと同一物である。そして凡ての人の最高の目的は、この事を自ら発見し、自らが何であるかを知るコト。○

■科学は多を二に戻すモノ（マイヤーン）（なうれしいのだが、実際は一を多にしている。G）

■二を意味する語根はイツモ悪の意味をもってゐる。ギリシャ語の *dys*、ラテン語の *dis*、*bis*、*duo*、*dyspepsia*（不消化）、*dishonourable*（不名誉）…… *doubt*、*double-minded*（ウタガイ、二心）等々……イズレモノ二つに分れるコトが本質的に悪であるコトを教える——（G—二つを一つにするモノがなく、一つを二つにするモノばかりなので、世の中にアラソイとナヤミがたえない。PUは二つを一つにするモノである）

■ゼノアの聖力ザリン——*my ME is God, nor do I recognize any other Me except my God*

Himself.（G—これはまるでMIの子供の英語かフランス語のようだが聖者カザリンのコトバだからオモシロイではないか。）『私の「ワレ」は神です。私は私の神のホカニ私の「ワレ」を知らない』

■私は、神から神へ行った。私の中の「ワレ」から、神々が「ああ！ お前はワレだ」と云った（ビスタンのバヤジト）。Q

■私は生きている。しかも私でなく、キリストが私になって生きているのだ。（G—私は生きている。しかも私は私でなく、万人であり「ワレ」であり、神である。）

■人間の頭のハンイ——量子力学を考え出す頭から——低能児まで。ヒトラーから聖者まで。（ク

ロス・ワーズ好きから無双原理研究まで。G）

■真の歴史的發展があつたと認められるのは、根本にふれぬ周辺の末梢的知識のみに過ぎない。長い年月の経過と、熟練した技術と多くの見聞を累積するにあらざれば、物質的世界について、完全な知識は有り得ないけれども、物質的世界の根源たるところのもの、すなわち『永久的に完成せる意識』を直接に覚えることは、或る人たちにとつて、少年期から老年期に至るまで、彼ら自身の個人的発達の間になる時期においても、また民族の歴史のいかなる時代においても、常に、実現される可能事の一つである（A）。

■神的根源がソコにあるコトは示すコトができるが、ドンナモノだかは定義できない。（Q）

■*personality* はラテン語 *selfness* はチュートン語で、ドチラモ人格だが、前のは最高度のモノ、後のは「自欲・私愛」のヒビキがある。（G—つまり大我と小我の別をせずいられぬ人間共通の考えの表現）

■「久遠の真理」の提唱者の全部が常に主張するように『神に帰一する知識』に至る道に横たわる最大最後の障害は『分離している自己』があるかのように固執し、かつそれについての意識に執着することである。『久遠の真理』からすれば『自己』たらんとするのが原罪であり、感情・意志・知力の各部分において『自己』を死なせるのが、すべてを包む最上の美德となる。○

■無我はインド語でアナツダと云う。（G—真宗ではアミダをアナツダ様と云う。）

■人とは何ぞや、欲するままに、天使・動物・

虚空・世界・神にかこまれた無、神を求めるモノ、神をうけ入れ、神にあふれるモノ（ベルユ）。○

■人は神に帰一しないカギリ、善にして幸せな生活には入れない（ウイリヤム・ロウ）。（G—善にして、幸せな生活をつくるモノを「必要」品と云う）

■聖書は人間について『外なる人』と共に『内なる人』が、一つの人のうちにあると語っている。『外なる人』は、靈魂に依存する事柄が属しているが、それらは肉体と結合して混融し、そうして眼・耳・舌・手その他の如き協力的機能とも連絡する。

聖書は、かかるものの凡てを、古き人、地上の人、外面的人物、敵、僕婢と呼ぶ。

われら全部の内には以上と違う人がいる。『内なる人』である。それを聖書は、新たなる人・天国の人・若き人・友・貴人と呼ぶ。（G—「外なる人」が△の肉体で、「内なる人」が▽の心、神である。キリスト教はPUを知らなかったもので、この辺でズイ分大きなマチガイをまき起した）

■人は危険にあうと、日常大いにチガイのある性格の人々の群でも全く一致して行動する（英国の精神病医が第八航空隊の戦闘中同乗した観察）

■日常の事を愛をもってする人で、最高の難事を完成しなかつた人は一人もない。（J・P・カウセード）

■聖者とは人生の一分、一秒が常に危険なモノであるコトを知っている人である。

■リッパナ軍人は多いが、聖者は少い。

■敵を愛する（キリスト教）。敵を知らないし、

人間以下のモノも人間も、あらゆる有情に対して、区別のない慈悲と無我の善意をもって接する（仏教）。

■キ教と仏教のチガイ。絶対神が人間の形で現われるのは一度で、また、一人キリだとすると、万物の形で、常時だとする点。(Q)

■東洋人は限定された特殊の時期にのみ唯一の天啓が行われたことを信ぜず、また教会機構を以て神に準ずべきものとも信じなかつたので、キリスト教国においては恐ろしいほど頻発した宗教のため的大量殺戮ごときことは、まったく起きずにすんでいる。

■聖ペルナル「私が神学や聖書について知っているコトは、森や原で学んだコトです。ハンの木やカシワの木より外に私の先生はありません」

◎ 神のみが享樂すべきモノで、あらゆる他のモノは享樂すべきでなく、利用すべきである。(オーガスチン)

■聖オーガスチン「愛せよ、そして好きなコトをせよ」(Ama et fac quod vis)。「スキナ事ばかりやって、やって、やりぬいて一生を楽しく送れ。PUをもって」—G。(ドースレバ人を愛するコトができるのか、何が愛であるかを教えないのはオーガスチンの欠点であって、全ての聖者に共通の欠点である—G)

■あるアクマは、イノリと断食せる人でなければ追い出せぬ(マタイ伝17—21)。(G—これはAの原文か、深沢氏の訳文か。日本訳聖書とはちがっている点に注意) Q

□動をもつて動を殺さば動生じ、静をもつて静を亡ばさば静生じ、動をもつて静を殺さば動もまた死し、静をもつて動を亡ばせば静もまた死す。(G)

■道教徒および極東仏教徒のそれに比較すると、キリスト教徒の自然にたいする態度は、不可解なほど無感覚であつたし、かつ高圧的でランボーだつた。創世記にある不幸な記事(創世記第1章26—29)から、カトリック教の道徳論者たちは、動物を人間が自分たちのために利用する権利を、神より与えられた単なる「物」と認めた。風景画の場合と同じく、欧州における人道主義運動なるものは、ほとんど全く俗世間的事業であるが、極東においては、両者とも本質は宗教的以外のモノではない。

■汽車ができた時、ノノシリと、ノロイと、拍手と万歳が天に沖したが、その後、拍手組が絶対に勝利を得た。それに、五十年後の今、汽車は爆弾を山積して走りまわり、四発重爆撃機にまで進歩し、各国の新聞や、広告(資本案)と、政府の暴威のドレイとなつてゐる。しかも人間はこの「不可避な進歩」教にしがみついている。この宗教はツマリ「最少の代価で、出来るコトなら口ハで、あらゆるモノを得よう」と云うムチャナ希望と信仰—ツマリ食欲の権化である。

■聖テレザ—あるとき、私は、やむを得ない事情があつて懺悔の行をしないで肉を食べたことがありましたので、そのことを歎いておりますと、「こう云う悲しみの中には、懺悔したい願ひよりも、自我愛の方が多いこともある」との神の声を聞ききました。

□おさな児の如くならずば天国に入れない、と云うコトが分る人は多いが、ドースレバ幼児の如くなれるのか知る人が少いのは全くオカシイ。(G)

■ガリレオやブルノオがアリストートル型の思想を改めるためにイカニ英雄的な努力をしなければならなかつたかを思え。PUは百千のアリストートル、千万のガリレオの思想を改めるコトだ。(G)

■飛行機や原爆は、大いに進歩したが、人間の愛・幸福・理知・美・自由・正義はドレだけ進歩したか。(G)

■われに三つの宝がある—(一)イツクシミ、(二)ツマシサ、(三)天下万物の先に立たぬコト—老子。

□G—(一)は万物を△△の眼で見ること、(二)はVivere Parvo (つましく生きよ)! (三)万事△にせよ、ウラにまわれ、下敷きになれ、と云うコト。私は生まれつき(十月生だから)(一)も(二)も(三)も身についていた。コト二(三)は五十九年やつてきた。私は無名であるコトを唯一のホコリともヨロコビともするものである。先に立つことを不幸と思つてきた。謙遜からでは毛頭ない。私は幸せだ。幸せと云うものは永遠なるモノだ。現世を△とすれば、幸せは△でなくてはならない。

■峨山禪師—戦争をどうとめ、一切の殺生をどうとめ、一切の生命を救うのは正しい。動物や虫ケラまで保護するのはいいコトだ。しかし時間や空間や物質を殺すモノ、社会組織をこわすモノをすてておいてはいけない。万物の根源や宇宙の組立

てを知らずに人を教えるモノは、教えを殺すモノだ。(G)宇宙観なきモノの行動一切は罪であり、キツト罰をうける。いやツミを犯すコトそれ自らバツである。何もするコトはいらない。ただこの理—宇宙観—を知らせておくだけでいい。いや自分で実行するだけで沢山である。自分でさえナカナカできないだろう!

▲食欲—性欲—物欲—権力—名誉欲—自由—幸福▼。この一連の両端は無限である。中間はミナ有限である。だからすてておいても少しも恐れるコトはない。(G)

■非(暴力)—理(知)—法(法力)—権(權威)—天(神力)—宇宙観(PU)G

■権力欲が政治面にのさばるのを完全に調節する方法はまだ発見されたコトがない(A)。(しかし権力も力である限り有限であるからキツト自ら亡びざるをえない。天は無限、精神であるからその世界の住人にはイカナル権力も權威も及ぶモノではない—G)

■「真」は、全く仏によって説かれなかった。

キリストも「神の国」と「神の義」が何であるかは説かなかつた。ミナPU人のために保留されたヨロコビである。(G)

■学と云うモノは一日一日得てゆくコト、道は一日一日減らしてゆくコトである。(老子)

□もてる人とは与えられた人、与えられた人とは、スベテが与えられていると云うコトと、与えられているモノの価値を発見した人、ツマリ洞察力の大きさが問題である。(G)

■人間にとって重要な問題は「久遠の真理」の

聖者たちが全力をつくしてきたモノで、ツマリ(一)個人の体質と天賦、(二)靈的知性の種類と程度、(三)この両者の精密な関係であるが、今までに、これらの問題をとくに足りる材料をえた人がない。(A)

■この二千年間、人間の分類に多くの努力が払われた。古代インドのは心理的・肉体的・社会的な種姓の区別。ヒポクラテスのは結核型と卒中型、または四体液質(血(液)・痰(粘液)・胆汁・黒胆汁)と四性因(熱・冷・湿・乾)。18—20世紀のは人相学的で、外転的・内転的の二つの心理学的型。最近のイリヤム・シエルドン博士の区分法。

カトリック教の分類は「マルタ型とマリア型」(ルカ伝38—40)——すなわち行動型と冥想型。そして後者を上位におく。

インドでは行動・知識・信仰の三道。

シエルドン式——エンドモルフイ(内)、メツモルフイ(中)、エクトモルフイ(外)。エンドは肉体が柔軟で、丸味があり、肥りやすい。メツは、肉が固く、骨太く、筋強く、エクトはやせ、骨ほそく、筋無力。つまりエンドは消化系強力、メツは筋肉強く、エクトは敏感。おのおのを内臓質(ヴィセルトニヤ、筋肉質(ソマトニヤ)、頭脳質(セレンロトニヤ)と呼ぶ。(G)エンドは△性、メツは▲性、エクトが▽性である。二分法でなくては統一は出来ない。三分法はラレット式で無数に分裂する。

キ教と仏教は共に頭脳質。儒教は内臓質。回教は筋肉質。キ教も後年「チャーチ・ミリタント」

と称して以後はタシカに筋肉質。Q

■自己について無知なのは人間にあつては不道徳的行為(ツミ)である。(ポエチウス)

■聖ペルナールは Voluntas communis (共通の意志)と Voluntas propria (個有意志)を区別した。前のは全人共通、神人共通、スナワチ愛にひとしい。後のは一切の罪惡の根源である。(A)

10 善と悪

□欲望の生長—スキ、キライの感覚の▽△から、「ほしい」「ほしくない」欲望となり、ツイニ「善」「悪」の価値判断となり、転じて「ベキコト」と「べからざるコト」の至上命令となり、「する」「しない」の義務観念となり、おしまいに行動となる。ところが後に、スベテノ判断や行動がマチガイであるコトを発見するコトがたびたびある。その上困ったコトに、実際においては「ベキ」を「しない」とし、「べからず」を「する」にしている時が多い。

幸せになる人は、最初の判断がケツシテひつくりかえらない人であり、「ベキ」と「べからず」をとりちがえない人である。

つまり、幸せになれる人は正しい判断力をもっている人である。イツからソレをもっているか、と云えば、この世に生まれた時からではなく、ソレではオソすぎる。母に宿った瞬間からであり、ソレカラ月みちて生まれるまでの十カ月間が、人生の建設の最も大切な時期である。フシギなこと、そしてありがたいコトに、この期間(ソレを私は生物学時間で二十億年と概算する。元始の卵

細胞がこの十カ月間に約二十億倍になるのであるが、私は、倍になる時間を生物学的、発生学的一年と名づける)中、心臓を作ったり、眼を造ったり、胃腸や神経や骨や歯根や、手足、頭の灰白質、等々の複雑・精密・微妙フカシギナ器官や機能を設計し、造り出すのに寸毫のマチガイも犯さない判断力と実行力が一〇〇%はたらいっている。眼をヘソの位置につけたり、歯を眼の中にならべたり、腸を頭蓋骨の中にまちがえてつめたりは、ケツシテしない。また、眼の神経にはキット四二〇〇から七〇〇〇ミクロンまでの波長の受信・現像・転送性能をもたせるし、聴覚の波長やオクターブもまちがえない。イカナル精密科学者もこれにはシヤボオをぬぐよりほかはない。この判断力、この実行力さえ失わなければ人間は一生キット正しい判断と正しい実行をして、幸せな人になるにチガイない。これを弱めたり、一部を失くしたりするオソロシイ犯罪者はひとり母だけである。

この母のツミは、宿世の罪業であり、この地上で最大のツミである。このツミの原因や、ソレを取りのぞく法は私がステニ過去四十年間に十五万人以上の人々に説き、採用させ、私の考えにマチガイのなかったコトを实地にたしかめてきたトコロである。ここで私はソレにはふれないで、また、生まれてから二〇倍の大人になるまでの二〇年間に、この二〇億年の間完全だった正しい判断力と実行力がドーシテ半減されたり、十分ノ一になつたり、百万分ノ一になつたりするのかも、また、その責任者スナワチ犯人たる教育についても話さない。(『生物学的・生理学的教育による人間世界

革命の書』を見よ。)ただ、人間の判断力と実行力を完全なるモノであらせざるには、その材料たる食物の選択と、取り合せと、調理法と、量と食べ方を正しくするコト、そして、ソレを正しくするには、人間の定義と、宇宙の秩序を第一にシツカリ握らなくてはならない、と云うコトだけ云つておく。くわしい事は過去四十年間の私の書物や、講演や、四十年もつづけている月刊で十二分に発表している。(G)

□悪と云うコトは、スベテノ Challenge 挑戦やハタラキカケに対して、反抗的・排他的・攻撃的・またはドレイ的・盲従的・エゴイストナ・自己中心的思考または態度を示すコトである。

善と云うのは、スベテノ挑戦や、ハタラキカケを、順応的・親和的・自己批判的、感謝的態度をもつて臨み、スベテそれらとともに、自らを「正しい」方向へみちびくコトである。(G)

■「貪欲・ネタミ・傲慢、忿怒は地獄の四要素である。」(ウイリヤム・ロオ、十八世紀の英国の英国教会の聖人的存在で、しかも全く現代の教育組織に忘れられている人)。(これは正しい。が、その発生学がまだない。アラユル道德渡世や宗教渡世がコレヲ四要素の発生学として、サモまことしやかに語るコトは全てゴマカシカゴジツケである。その証拠にそれらから人間が完全に解放されたタメシがない。そればかりでなく、それらは今日のあらゆる犯罪や戦争や生み、日に日にそのスピードをましている。これら四つのツミは正食(断食もその一部)とイノリ(宇宙の秩序の発見と、それを身につけるコトによる正しい判断力の

呼び出し)によるほかに、それらを転換する手はない。この正食とイノリさえ知っていれば、つまり、正しい判断力さえ与えれば、ドンヨクも、ネタミも、オゴリも、イカリも強いほど、大きい実行力にかわるのである。(G)

■神学的(宗教的)帝国主義も世界平和(人類の自由と幸福)の仇敵である。(A)

11 救い・サトリ・解脱

■快樂は人が求めて全力をつくすモノであるが、一度手に入ると嫌悪すべきモノになり、幸福はダレも全力をつくして求めないが一度手に入れるとマスマス強烈に求めるモノ。(聖グレゴリー大)

■私はむかし鉱物だったが、死んで植物となり、また死んで動物になり、また死んで人間になった……私は何を恐れるべきだろう？
死んで私は何を失ったか？
私はモー一度死ぬ。そして天使になる。
そしてモー一度死んで神に帰る。(ジャラル、ウデン・ルミ)

□私は神の左右の手▽△だ、
▽△の手のウゴキから

▽△のエネルギーが生まれ、
エネルギーから元素が生まれ、
▽△さまざまの元素から草が生まれ、
▽△さまざまの草から動物が生まれたのだ。

(人間も動物の一種で、▽△男女がある。また、男の中にも女があり、女の中にも男以上の女がある。)

ウゴキもエネルギーも、元素も草木も、あらゆる動物もミナ△△の二つの手のうごかすモノであり、エネルギーをもつモノであり、また、元素をもつモノであり、草ばかりをつくつたり、たべたりするモノである。

だから△△はスベテノモノにあり、また、スベテは△から△へと、つまりハジメからオワリへと、反対の極にうつり、かわってゆく「モノ」である。だからスベテは「モノ」であると云つてもイササカモさしつかえはないし、スベテは△△二元の弁証法的展開にすぎないと云つてもいいし、神は「モノ」であると云つてもチツトモかまわない。

私は草や土くれや元素の一つの組立てにすぎないが、

私のウゴキやエネルギーや、考えは神なんだ。

私はオカシイことだが神だ。

神はおかしいコトだが「モノ」だ。

万物のモトである「モノ」 MATIERE は、

万物の母 MATERNELLE である。

私が神だと叫ぶコトは、私が母の姓を名のるコトであるから、大きな光栄であり、母にとつてもまた唯一つの、そして最大のヨロコビではないか！万物の母を神であると云うのもいいが、モノ MATIERE であると呼ぶコトはモット親しみがあつてよろしい。

「母上様」と「お母さま」

「マザー」と「ママ」

ドチラだつて、自分にピッタリくる呼び方が一番よろしい。

「オッカア」だつて「カカサマ」だつて、何だつて、よばれさせずれば、

忘れさせねば、

万物の母はよろこんでいる。

母を忘れていた子や、忘れる子は、

大きな、大きな、おそろしい、おそろしい、バチがあたる――。

「母なし子」と云うサビシサだ！（ソレは「父

ナシ子」より悲しい）

それはこの世で最も大きいカナシミであり、ナ

ヤミであり、ナゲキであり、

そんな子があらゆるツミとアラソイとナヤミを

つくり出し、まきちらすのだ！（G）

12 「物それ自体」

■地球上いたるトコロに、ネガイを叶えるために何かの魔力をかりて、キツト悲惨な、あるいは滑稽千萬な結末を招いたオロカナ人々の物語が実に多い。

□「物それ自体は分るモノでない」とカントは云つた。何と云うオロカナ、何と云うゴーマンナ、何と云うおそろしいマチガイだ！物にして見れば、自分以外のモノは分らないかもしれないが（ホントーは分りきつてゐるし、知りきつてゐる。だから物はモノの法則に従つてゐる。その正確さは比ベモノがない！）自分分らない、と云うコトはケツシテ云わない。（だからモノシリと云う）人間もモノだ。ドンナ人間でも正義や自由や美や真や幸福は求める。求めるのは知つてゐるからであり、自分が分つてゐるからである。求めぞこな

つて、トンデモナイものをつかむコトもあるにはある。しかし、つかんだトタンに投げ出すからには、ヤハリつかむべきモノを知つてゐるのだ。

物になつて見れば、物自体も分る。「モノにならない」から分らないのだ。こんなコトを云つたのはカントにカント自体が分らなかつたからだ。つまり自分が「分らないバカ野郎である」と云うコトだけは分つてゐた証拠である。（G）

13 文明の功過

■「ところが文明人になると、疾病を防ぐことにはイクラカ成功しているが、その代り、下等動物にさえほとんど知られぬ器官の退化変質と云う疾患の大群を招いている。これら疾患の大部分は、文明人が彼らの存在するいかなる段階においても、「道」または「事物の神的本性」と調和した生活を営まぬ事からくるのである。彼らは自我を強化したので食物を食ほる、そこで食うべきでないものを食ひ、かつ食い過ぎる。そのため金銭に関する慢性心配症を自分で作り、刺激を欲するゆえに、神経衰弱と過敏症におちいる。そうして彼らの仕事なるものは、機械化された大量生産物を消化するため人為的に刺激して作り出した要求を充たすためのことであるから、その勤務時間中は慢性退屈病、慢性意気沮喪症に悩む。かく精神的・肉体的に自己を悪用するために生ずる悪影響は多いが、心臓・腎臓・脾臓・腸および血管の如き器官の退化変質も、その一つである。そしてかく変質した器官は、一身のうちにあつながら、それにたいしてその部分的自我を主張して独立を宣言し、

その自体およびその生理的環境を苦惱せしめる。この通り、人間にも起るのであって、個人

の人が、その部分的自我、隣人からの独立、自然および神からの分離を主張固執すると、彼ら自身、彼らの家族、彼らの友人および社会全般に有害な結果をもたらさざるを得ない。こういう作用は交互的に行われてくるので、謬りたる哲学に従って病的になった社会、集団または、家族は、それらを構成する各人に彼らの「個」化した自我および

神の根源からの分離を強調させるように影響を及ぼす。それは、あたかも、謬った生活と、謬った思想をもつ個人が、自己体内にある諸器官にその部分的自我を主張させ、それらの諸器官の機能に過不足を生じて、全身に迷惑をかけるようになるのと等しい。(A)

これは273頁のAのコトバであるが、実にスバラシイ。トクニ、最初の方の「……食物を食ふ。食うべきでないモノを食う。そして食いすぎる……」の一句はスバラシイ。これで、「我ら何を食うべきか」「ドレほど食うべきか」「イカニ食うべきか」が分りさえすれば「久遠の真理」は目前に輝くのである。

■キリストが全人類に代つて苦しみをうけ、十字架で死んだ、と云うのは法律学者やパリサイ人の妄想か捏造した神話である。(A) (よく云つた。ソンのことが出来るなら、スベテの罪人は許されるはずだし、我らは大いにツミを造るべきだ。さもないと、キリストの死にガイがないではないか。G)

□信仰・信頼は無知と、無能と、ドン欲と、希

望などをドレイ根性のセメントでかためて魔神へお供えするダンゴである。(G)

14 人間のナヤミのもと

■人間と云うものは、肉体と氣質の種類、天賦の能力と生来の善良さの程度において、ヨコにもタテにも、チガイが甚だしい。それはなぜであるか？ そう云うことには何か目的があるのであるか？ いかなる過去の原因によるのであろうか？ (A)

□ああ！ オルダス！ 君はマタこんなコトを云うのか！ 君はコレを273頁でスツカリ説明していたではないか！ (G)

■「主よ、この人の盲に生まれしはダレのツミなりや」イエス「この人のツミでも、親のでもない。彼によつて神の業の現われんタメである」

□業でも宿命でも、遺伝でもない。盲と云うモノは目アキと云うモノと同様の必然と価値をもっている。目のない動物はタクサンいる。目がなくても生まれてくると云うコトや、成長もすると云うコトのフシギサを知るべきである。目のない方が、目のある人ほどワルイコトをしない、と云う事実も考えて見るべきである。「目あれども見ず」型の目ならもつただけ禍である。目と云うモノが幸福にドンナ関係があるか。ナンニモない。あるのは利便や快樂だけである。目が見えたらヘレン・ケラーや鳩保己一はあれほど幸福になつたか。いやアレホド有名にさえなつたか。ならなかつたにきまつている。

目は何もついても、パロマール天文台の巨大な

望遠鏡のような目もついても、電子顕微鏡のような目もついても、「宇宙の秩序」や、神や、物自体や、正義や自由を見るコトができないなら、何と云うアワレナ、ヤツカイナことだ。ヨハネ、九の2-3はコンナニよむべきだ。(G)

■キリスト教を奉ずる諸国民は、信仰の名によつて異教徒・不信者を迫害し、宗教戦争を敢行し、十字軍を起した。現在の彼らは名義だけキリスト教徒であつて、彼らの信仰する宗教は、国家主義・国家崇拜・ボス(新聞・資本家)崇拜・革命主義のごとき偏狭な偶像崇拜教である。歴史的キリスト教が結んだ、かかる果実を見て(そのほかに、多くあるが)われらはキリスト教と云う樹の性質につき、いかなる推論を下し得るであらうか？ (A)

□キ教のツミでもインチキでもない。キ教を訳したギリシヤ人のコトバの拙さ、幼稚さと、それをまた訳したローマ人のクドイ頭の悪さと、それをまた、各自テンデニ訳してひろめた欧州人の「物自体の分らなさ」(ツマリ神についての完全な無知、その無知を神にせんとするウヌボレのコンプレクス)のセイである。モー一度、新版聖書、二〇世紀版、世界版を出すべきである。その新版をPU宇宙の秩序と云う。

■「現代」の決算表の貸方には、次の如き項目がある。いわく「技術的および政府能率の莫大の増加」、いわく「科学的知識の莫大の増加」——これらは、いずれも、欧米人の関心とするところが(最初はキリスト教のハンイで、後には不可避にその外で)「永遠」の世界から離れて「時間」の

世界に移した結果なのである。(A)

(G)その借方には、二回の世界大戦、数千万人の殺人、二個のAB(原爆)で殺した三三三、八八四人、第一・第二大戦の損失一千兆円以上、精神病の激増(米国のテンカンだけでも六〇万人)犯罪と病気の激増、第三大戦の不安……)

15 ルーテルの大罪

■ルーテルとカルヴィンをば、彼らと同時代の霊的改革者の代りに指導者として選んだ新教のヨロツパは、希望通り神学を得た。そして、それとともに、予期しなかつた副産物をも得た。三十年戦争、資本主義および近世ドイツ帝国発生の素地などである。「もし、ドイツが世界にもたらした悲惨事の責任を負うべき犠牲の羊を探すとすると」とテイ・インゲは、最近に書いた。「ドイツに最も悪の仇をした悪鬼は、ヒットラー、ビスマルク、フレデリック大王などでなく、マルチン・ルーテルであるとの確信を一そう深く強める。……それは(ルーテルの教義)正義にもあらず、慈善も無いところの神を崇拜させる……『自然の法則』は、不正権威にたいする控訴法院たるべきであるのに(ルーテルにより)現存する社会秩序と同一なりとされ、それに対して絶対服従をささぐべきものとされた」(A)

■仏の説いた解脱ゲイグに至る八正道の第一歩は、「正しい信仰」すなわち「正見」であった。人間を不自由にする根本であり、第一原因は、謬れる信仰、もしくは無知である。——無知と云うものは、決して打ち克ちがたきものではないが、突き詰めて

考えると、常に意志の問題であることを、われらは記憶しなければならぬ。(正見・正信が現代語では「正しい価値判断」。カントの「物自体」は、ツマリ、彼の「意志」(分らないモノ、知らないモノを否定するゴーマン)なのだ。

■現代の高級偶像教——三大別あり。(一)機械文明教、(二)社会政策教、(三)道德教(自己神化教)

(A)

□(一)は米ソ、□フランス、国連、(二)インド? —(G)

■悔恨—クイアラタメは英語でも Re+noise (中世紀には *again-bite*) カミナオシと云う。(A)

□(それなのに、ダレも文字通り、食い改めをしないのはナゼか—G)

■旧約聖書預言者のほとんど全部は、儀式主義に反対であった。

「汝らがささぐる犠牲は、われらに何の益があらんや。むなしき祭物を再び獲うることなけれ。たきものはわが憎むところ、会衆を呼び集むることもわが憎むところなり」

16 止と観

■大乘起信論—静寂への道(止)

正しい想念とは、心そのもの——心の純粹にして分化せざる本性——を証することである。心が純粹の本性となる時、自我の念は残るべきでなく、証しつづある自我および現象としての証悟でさえ、在るべきでない。

知慧の道(観)

知慧バラミタの行は、これら本能的根本的障害の制御と排除を目的とする。

清浄法身には、二元なく、分化がない。一切衆生は、そのことさえ証することができれば、すでに涅槃に入る。心の純粹本性は、阿耨多羅三藐三菩提であり、般若波羅蜜多であり、最高完全の知慧である。

□マコトノ愛は(心やすくコレを叫びたてる人は偽善者か、神ガカリか狂人)ダレでもオイソレと始めるコトのできるようなモノではない。止と観を完成した人、正食と宇宙の秩序の身についた人にしてハジメテできるコトである。このような愛を、型ばかりマネばかりすると云うコトは大きな罪悪である。この創造の愛と模倣の愛の間には、ピカソの創作と、その偽作との間ほどのチガイがある(G)。

17 ダーウインの大罪

■哲学的、美的、科学的冥想者は、昔から多くいたし、今でも多くいる。至上最高でない対象に一念を集中するのは、偶像礼拝の危険に陥りやすい。ダーウインは、フッカーにあてた手紙の中で、「私が私の対象に没頭するように、何らかの対象に没頭するのは、いかなる人にとっても、呪われた悪である」と書いた。かかる一念の集中は、心の一部面以外に、多少の差こそあれ、全面的機能衰退を生ずるがゆえに、悪なのである。ダーウイン自身も、その晩年には、詩、美術および宗教に對して、すこしも興味を感じ得ぬことを記録している。すなわち、人は、その選択した特殊部門に

おいては専門に成熟しても、神に対する関係において、靈的には、もちろん、時には倫理的にさえ胎児の域を脱し得ないことが有り得るのである。(四十年間も病人であったダーウインは西洋文明を全く呪われた方向へ導いた巨人の群の一人である—G)

■G—むすび A(ハックスリ)のかき集めた『久遠の真理』によると、欧米でも東洋でも、最高の思想をきわめた人々は、同じような『宇宙の秩序』のスケッチを(未完成ではあるが)作りあげていると云うコトが分る。ただワレワレの『宇宙の秩序』、宇宙の弁証法的構造、その実用性、その具体性、その包擁力は、これら全ての聖者や偉大な思想家の全ての見解を包含して、その上に大きな余力や広さをもっているコトがPUを少しでも知っているモノにはハッキリ分るコトである。Aに私はCompass International(「コンパス」国際版)をもう一年以上つづけて送っているが、何の手ゴタエもないのがフシギである。そのナゾもやがてとけるであろう。

●32ページの「宇宙の秩序」の読み方

- 一、始めあるものに終りあり。
- 二、表あれば裏あり。
- 三、同一なるものなし。
- 四、表大なれば裏また大なり。
- 五、動静は皆、陰陽のハタラクナリ。
- 六、陰陽は神の左右の手なり。
- 七、宇宙の母体を神という。

■田中芳太郎氏(桜沢里真先生蔵文)書

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

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。
詳細は電話でお問合せください。

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

詳細は電話でお問合せ下さい。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

頌 春

蓮の実^まは2000年後の現代に花を咲かせた！
我々の先輩が蒔いた食養の種も絶えることなく受けつがれ
次の時代にも立派な花を咲かせることだろう！

オーサワジャパン株式会社

代表取締役 田 仲 晃 子

〒151 東京都渋谷区大山町11番5号 電話 03(465)5021～3



(上の左より) 田山雅近, 松田紘明, 酒井基行, 横田和敏, 花井良平, 島村春徳, 牧野玄宙
(下の左より) 石河好恵, 川上朝慧, 田仲晃子, 山崎和子, 松田鶴彦, 小幡乃梨子

明けましておめでとうございます

法律において「塩」とは、塩化ナトリウムの含有量が40%以上の固形物をいいます。従ってNaCl 40%以上のものをつくる場合、すべて認可制となります。塩専売法により、民間では日本の海水から直接塩を製造することは禁止されていますので、求める塩をつくる場合、公社が製造した塩または公社が輸入した原塩を買って、加工または再生する方法しか、民間では残されておられません。

塩田の廃止された今日、日本の海からつくられる塩は、すべてイオン交換膜製塩法によりできあがったNaCl 100%近い精製塩であり、イオン交換法に或る懸念をいだく立場の者として、また成分上では同じNaClであっても、太陽熱と風力により自然結晶されたものを是とする立場の者として、赤穂の天塩の原料は、輸入されるオーストラリアなどの塩田天日塩としたものであります。

輸入原塩は、生産工程的には“自然の塩”といえますが、その結晶過程で純度が高められ、他の必須のミネラル成分を失い、わが国に輸入された塩(大きな氷砂糖のようになっている)の純度は98%強と極めて高くなっております。(かつての日本の塩田製法の塩の純度は90%前後でした。)

そのため、成分的には“自然の塩”とは言い難いのでNaCl以外のミネラル成分(通称ニガリという)を加えることにより取りのぞかれた成分——失われた成分を再び海から取り戻し、工程的成分的にかつての塩に近づけたのが赤穂の天塩です。国内産ニガリは、イオン交換法でつくられる精製されたものですので、自然の塩を求める立場上、中国の塩田で製塩の副産物としてとれる天然ニガリを使用いたしました。

天塩は、わが国の伝統的製塩法を継承した赤穂の塩業技術の粋を結集してつくりあげたものです。

一層のご理解とお力添えを心からお願い申し上げます。

昭和56年元旦



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丁目24番6号(石見ビル)
郵便番号 160 電話 03(364)2721番(代表)

新年明けまして おめでとうございます

今年も倍旧のご愛顧を
お願い申し上げます



Lima

リマ化粧品



躍進するリマグループ

リマ化粧品株式会社

代表取締役 岡田安弘

専務取締役 金子義太郎

〒223 横浜市港北区日吉本町1862

TEL.044-63-8581代

(株)アサバ研究所

代表取締役 岡田安弘

専務取締役 金子義太郎

〒437-11 静岡県磐田郡浅羽町浅名1263

TEL.0538-23-4760代

リマ化粧品販売株式会社

代表取締役 岩渕春雄

〒175 東京都板橋区成増2-35-14

TEL.03-976-2525代

(営業所 水戸・新潟・長野)

リマ化粧品西日本販売株式会社

代表取締役 梅崎敬三

〒550 大阪市西区立売堀2-4-4

永瑞ビル 2F

TEL.06-533-3081代

(営業所 名古屋)

曙光

21世紀へ新しい種人の芽を育てましょう。

マクロビオティック運動と人間開発・総合自然食品販売

取り扱
い品
目

- 無農薬自然農法野菜
- 自然食品
- 純正食品
- 健康食品類
- 天然土壌改良剤

催
し
も
の

- 料理教室 出張料理
- 食養相談
- 健康相談
- 美養相談
- 姓名学講座
- 能力開発 トレーニングゼミ



ぐるぷ 味穂 自然食糧センター

- | | | | |
|------|---------|--------------------|------------------|
| 八王子店 | 〒192-03 | 東京都八王子市堀ノ内450 | TEL 0426-76-1258 |
| 江古田店 | 〒176 | 東京都練馬区栄町20 | TEL 03-948-5701 |
| 成増店 | 〒175 | 東京都板橋区赤塚3-21-13 | TEL 03-976-0231 |
| 事務局 | 〒192 | 東京都八王子市天神町18扶桑M101 | TEL 0426-26-6295 |

A.I.C. master mind group & 味穂

〒202 東京都保谷市下保谷5-11-22 (スーパートレーニング)
東保コーポ2-208 TEL 0424(21)1144

平 藤 賢 勤



新しき世界へ 天の然らしむ生活法を求めつつ 天然村より 1981年新春の ごあいさつを申し上げます。

素人百姓1年目の昨年は全くの無肥料により天然村でマトモに収穫できたのは唐芋(さつま芋)位のものでしたが、色々な意味でご援助下さった皆様へお礼申し上げます。新たな心もちて、本年は自然農法による自給自足確立へ試行します。

一方天然村健康学園は今夏落成を目標にプランニング中です。

略奪・斗争を続ける20世紀地球文明より

21世紀・新宇宙文明へ向けて

人類革命を目指し

食養、自然農法etc、を実験しつつ

天の然らしむ生活法・社会体制を天然村では摸索・探究して行きたいと思ひます。

地球文明危機感の増す1981年の新春にあたり

“天国創造法の研究・運動”を

皆様に呼びかけたいと思ひます。

1981年1月1日

天然村山県農園

新住所 〒891-44 鹿児島県熊毛郡屋久町高平

新番号 09974(7)2541

〒891-44 鹿児島県熊毛郡屋久町高平
天然村山県農園

夫文島園

〒891-44 鹿児島県熊毛郡屋久町高平
天然村山県農園
TEL 09974-2541



新年 謹賀

マクロビオティック 健康法 — 正食のすすめ

久司御知夫著

☆英・独・仏・和・伊・西・葡語版刊行

欧州各国に続いて日本でも話題沸騰の「マクロビオティック」の思想に基づき、マクロビオティックの哲学と実践法を論理的に体系づけたものである。著者の欧米における活動体験に裏づけられ、東洋の伝統的な宇宙観から生活法、正食法を世界的視野で万人に迫る。それはまさに、宗教や国籍、人種や習慣の相違を越えて世界の家庭の台所から台所へと広がる、生物学的、生理学的、心理的、精神的な文化革命そのものといえる。
絶賛発売中!



シュガー・ブルース

砂糖病

甘い麻薬の正体

W・ダフティ著 / 田村源二訳

☆日本図書館協会選定図書

砂糖は、阿片、モルヒネ、ヘロインと同様に恐るべき麻薬であり、人体を痲痺に誘う家庭常備薬である。われわれは、喫煙により、コークにより、毎日食卓に添えられるパンによって無意識のうちには糖害の中毒になっている。魅惑的な砂糖の裏にかくされた恐るべき仕掛人としての姿にニューヨークのジャーナリストが身体をかけて問いつめた衝撃の記録であり、前糖尿病症状を示している現代社会に対する警告の書である。
各紙誌絶賛・重版発売中!



〒101 東京都千代田区猿楽町一―二―一
郵便振替口座 東京 8・18495
03・295・8411

(株) 日 貿 出 版 社



健康道場(2階)落成!

1階はツルシマ営業所、3階は拙宅です。お立ち寄りをお待ちいたします。
皆様のご支援に厚く感謝申し上げ、新しい年の出版に決意を新たにいたしております。

〒747 山口県防府市南松崎町 5-4
☎ 0835・22・0316、0347



おかげさまで1月中にいよいよ発行の運びとなりました。ご高評と、各方面へのご推薦をよろしくお願い申し上げます。

A 5 判 200ページ
1200円 (〒300円)

初版 2 万部

鶴島 丈 夫

山口県正食会 顧問
有限会社ツルシマ代表

1月の食養料理

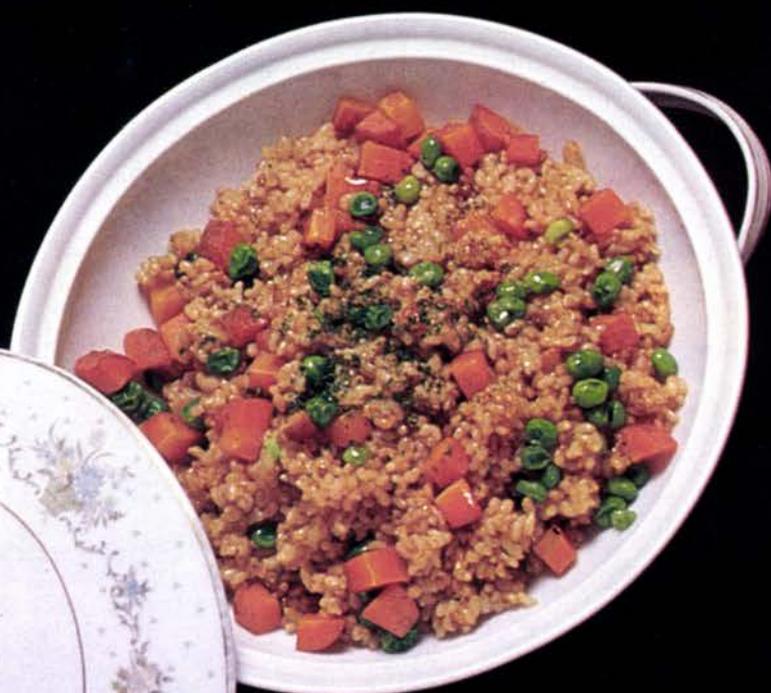


マクロビオティック

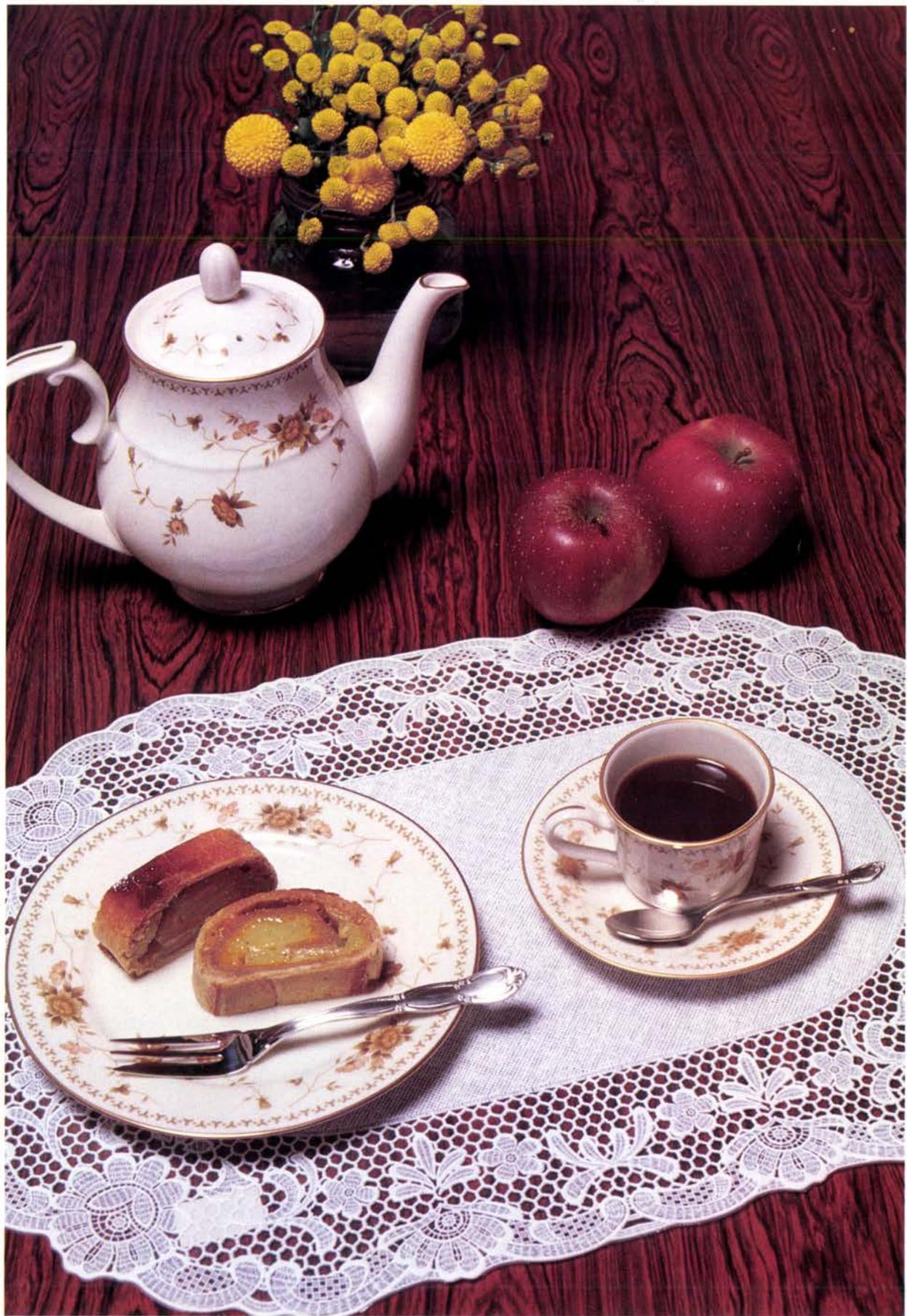
欧風 おもてなし料理

桜沢里真





- オードブル/カナッペ (前ページ)
 - スープ/ポタージュ・ド・ミエ (前ページ)
 - ツヴィーベルクーヘン (中央)
 - インニャムフリッター (右下)
 - フルーツサラダ (右上)
 - 玄米ピラフ (左下)
 - デザート/ロール・ド・ボンム (左上)
- 食養コーヒー (次ページ)

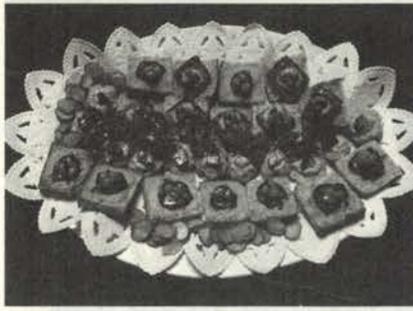


欧風おもてなし料理 作り方

今月は、新春の客膳料理をちよつと目先を変えて、欧風にアレンジしました。特別な場合のおもてなし料理ですから、少々季節はずれのものや、日常、食養料理では用いない材料も使っております。わりあい、あっさりとしていますので、おいしくいただけるとと思います。

オードブルに、金平、ひじき蓮根の信田巻き、小さい昆布巻などを添えても、おもしろいと思います。サラダも野菜だけで、梅酢を用いて作るのも調和がとれてよろしいでしょう。皆様、それぞれに工夫してお試しください。

カナッペ



※材料は5人前です。
●材料Ⅱパン(1/2斤)、黒ゴマペースト(大さじ2)、自然薯(1/2本)、地粉(カ

- ①黒ゴマペーストに塩少々をまぜる。
- ②地粉は油大さじ1でよく炒め、三倍の水と白ブドウ酒少々を加えて、なめらかなベシヤメルソースを作る。
- ③コーフーは蒸したものを、2センチの厚みに切る。醤油大さじ1、出し汁大さじ1、生姜おろしをまぜ合わせ、その中にコーフーを30分くらいつける。
- ④フライパンで両面をよく焼き、かるくこげ目をつけ、うすいそぎ切りにする。
- ⑤パンは1センチの厚さに切り、4センチの角切り20切れ、花形10切れを作る。
- ⑥花形のパン10切れと、角切りのパン

10切れにベシヤメルソースをぬる。残りの角切りパン10切れにベシヤメルソースをぬり、焼きコーフーをのせる。

- ⑦花形のパンの上に、小さく切ったイチゴをのせる。コーフーの上にグリーンピースをかざる。角切りのパンのベシヤメルソースの上に、黒ゴマペーストをぬり、コーンをのせる。
- ⑧自然薯はごくうすい輪切りにし、ザルに並べて1時間くらい干す。油でカラリと揚げて塩少々をふる。
- ⑨カナッペを大皿に色どりによく並べ、自然薯チップスを盛り合わせ、バセリをかざる。

ポターージュ・ド・ミエ

◆ミエ(ミイエ)はフランス語で「粟」。
●材料Ⅲ粟(カップ1)、出し汁(カップ5)、白ブドウ酒(カップ1/2)、ローリエ(1枚)、パン(クルトン用、少々)、バセリ(少々)、塩、油

- ①粟を油大さじ1でかるく炒め、出し汁カップ2を入れ、煮立ってきたら、

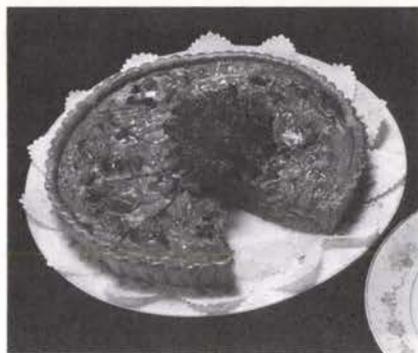


すぐ弱火にして、20分くらい煮る。

- ②炊き上った粟をしゃもじでまぜ、出し汁カップ3を加え、ローリエを入れてひと煮立ちさせる。白ブドウ酒少々と塩少々で味をととのえる。(あまりこいようなら、出し汁を適宜加えて、ちようどよいポターージュ状にする。)
- ③パンを1センチのあられ切りにし、油で揚げて、クルトンにする。バセリはみじん切りにする。
- ④ポターージュを器に盛り、バセリのみじん切りをふる。

※クルトンは、ポターージュの中に入れて出すと、とろけてしまっておいしくありません。別の器に入れて供し、いただく直前に各自で入れるようにするとよろしいでしょう。

ツヴィーベルクーヘン



◆ドイツの田舎の代表的なそうざい料理です。農家の主婦が、自家製の玉ねぎ、小麦、放し飼いにした鶏の新鮮な卵を使って、毎日のように作る素朴な料理です。

◆ツヴィーベルは「玉ねぎ」のこと。

●材料Ⅰ地粉（カップ3）、ゴマ油（大さじ6）、玉ねぎ（2個、約500グラム）、コーヒー（50グラム）、有精卵（2個）

①地粉、ゴマ油、塩少々をよく混ぜ合わせ、水を少しずつ加えて、耳たぶく

らいのかたさにねる。タルト皿の大きさに合わせて、タルトの皮を1枚作る。

②玉ねぎは、5ミリ幅の回し切りにする。コーヒーは蒸してフライパンで焼いたもの（カナッペに使ったものと同じ）を、1センチくらいの線切りにする。

③鍋に油大さじ1をあたため、玉ねぎを入れてよく炒める。しんなりしてきたら、コーヒーを加える。

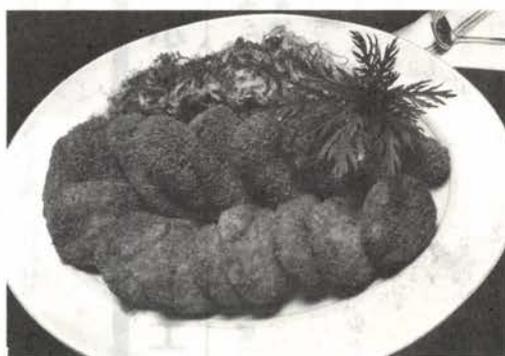
④有精卵を割りほぐし、③を入れて、コシヨウを少々ふって、よく混ぜる。

⑤タルト皿に①をしき、④を流し入れる。中火の天火で約30分焼く。上に少しこげ目がついたら、取り出し、人数分に切り分ける。

インニヤムフリッター

◆インニヤムは南フランスでよく見かけられる自然薯です。日本のものより少々水分が多く、細い山芋のような形をしています。

●材料Ⅰ自然薯（1/2本）、南瓜（1/2個）、大根（5センチ）、人参（1本）、パン粉（少々）、地粉（少々）、揚げ油



①自然薯は、5ミリくらいの輪切りを10切れとり、残りはおろす。

②南瓜は、1センチ厚みで3×5センチの長方形のものを10切れとる。残りはふかして、皮をむき、裏ごしして、塩少々で味をつける。

③自然薯のおろしたものに地粉少々塩少々を入れて、よく混ぜる。

④自然薯の輪切りを③で包み、平らに丸く形づくり、パン粉をまぶす。

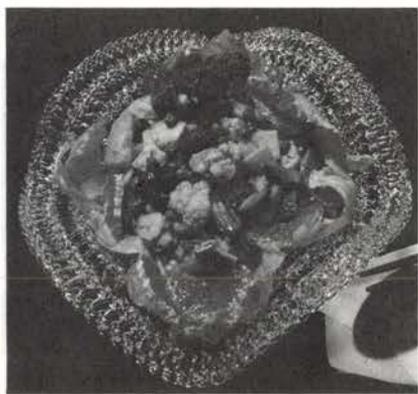
⑤南瓜の角切りを裏ごししたもので包み、地粉を水溶きしたものにつけて、パン粉をまぶす。

⑥④と⑤をカラリと揚げる。

⑦大根と人参は細切りにし、塩少々をふって、もんでしなやかにする。熱湯をかけてよくしぼり、まぜ合わせて、付け合わせにする。

⑧タルトソース……マヨネーズ大さじ2、地粉で作ったベシャメルソース（カナッペ用に作ったもの）大さじ8、玉ねぎのみじん切り大さじ2、パセリのみじん切り小さじ2、白ブドウ酒大さじ1〜2をよく混ぜ合わせ、塩で味をととのえる。

フルーツサラダ



●材料Ⅰリンゴ(2個)、イチゴ(15粒)、みかん(2個)、カリフラワー(10花)、グリーンピース(大さじ4、玉ねぎ(みじん切り、大さじ3)、きゅうり(1本)、オリーブ油(大さじ1杯)、レタス(4、5枚)、白ブドウ酒(少々)、シナモン

①リンゴは皮をむき(無農薬のものならそのまま)、8つに切って、芯を取り、塩水につけて、3ミリの小口切りにする。

きゅうりはたて半分に切り、2センチの小口切りにして、塩少々をふる。

カリフラワーは、熱湯に塩大さじ1を入れ、地粉を少々ふり入れて、さつとゆで、冷ましておく。

イチゴは塩水で洗って、ヘタを取る。みかんは、1個は皮をむいて、うすく半月形に切る。もう1個は皮ごと半分に切り、汁をしぼる。

②オリーブ油に塩小さじ1、シナモン小さじ1/2、みかんのしぼり汁を加えてよくまぜ、玉ねぎのみじん切りを入れる。

③リンゴ、カリフラワー、イチゴを②で和える。

④器にレタスをしき、③を盛り、上にグリーンピースをふり、みかんを飾る。

玄米ピラフ



●材料Ⅰ玄米(カップ3)、人参(小1本)、グリーンピース(カップ1/2)、トウモロコシ(1/2本)、玉ねぎ(1個)、ゴマ油

①玄米は、油大さじ1/2できつね色になるくらいに炒る。玉ねぎのあらみじん切りを加えてさらによく炒め、塩と水を加えて、圧力鍋でふくらりと炊く。

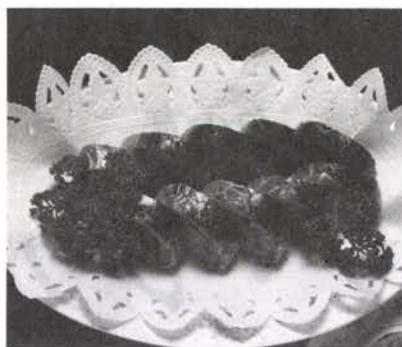
②人参は1センチのあられ切りにする。トウモロコシはふかして、実をはずす。グリーンピースは色よくゆでる。

③人参に塩小さじ1/2をふり、空炒りして、水大さじ2を入れ、蓋をしてむし

煮にする。グリーンピース、トウモロコシに塩少々入れ、人参とまぜる。

④炊き上がったご飯に③をまぜ、少しむらして、器に盛り、パセリを飾る。

ロール・ド・ポナム



●材料Ⅰリンゴ(2個)、南瓜(裏こししたもの、カップ2)、有精卵(1個)、パセリ(みじん切り、カップ1/2)、地粉(400グラム)、シナモン、ゴマ油、塩

①リンゴは皮をむき、8つに切って、芯を取り、塩水につける。弱火でやわらかく煮る。

②裏こした南瓜と地粉少々、塩少々をまぜる。

③地粉、塩小さじ1/2、シナモン小さじ1をまぜ合わせ、油大さじ6を入れて、手でよくもみまぜる。水を少しずつ加えながら耳たふくらいのかたさにねる。4ミリ厚さの角形にのす。

④③の上に、向う側を少々残して、南瓜を平らにのばし、リンゴをのせる。ぐるぐると巻いて、端に水をつけてとめ、上に卵黄をぬる。

⑤油をひいた天板に④をのせ、中火より少々強火で30分くらい焼く。上にこんがりとしげ目がついたら、取り出す。適宜に切って、器に盛る。

食養コーヒー

●穀物(カラス麦Ⅰ燕麦、小豆、赤えんどう、玄米)をよく炒って、黒くこがし、細かい粉にした、食養的な飲み物です。(オーサワジャパンで販売)

●食養コーヒー大さじ1に、水カップ1を加え、よく煮立て、茶こしでこして、塩ひとつまみ入れる。

オーサワジャパンからひと言

●多くを語らず、ただ実践あるのみ。どんな豊富な知識も、「感謝して少食にしてよいかむ」ということを実践しないうちは、空しいものとして自らに帰る。忍辱自戒。

(川上朝慧)

●「陰陽一日……無双原理は丸一生」GOの言葉の中で私自身が体験的に実感を持った内容のひとつです。OJにおいて、昨年の私は、まさに「陰陽一日」のひとつとまで思います。すべてを知ろうとしたり、知っているつもりで周りを見廻すこともせず走っていたランナーです。熱中、冷静、疑問の過程を必ず通らなければ理解できないことを、実生活、仕事の上にも、今年こそは、などと考えず、とにかく、悩み、疑問を持つことを楽しみながら行きたいものと思います。

(木幡乃梨子)

●昨年七月に上京し、はや半年がたちました。今年はどうなることやら。とにかく、十年来、抱いていた、ささやかな夢を実現させるまで頑張るつもりです。

(酒井基行)

●右手の生命線に異常を発見した——不安。二年ばかり前には、まがりなりにも一本でつながっていた。それが今、切れている。

そして、もう一本、新たな線が派生して先へとつながっている。食べ過ぎか、玄米酒の愛飲のせいかな、と思いきや、食環境の急激な変化による現象とわかり、やっと一安心。南無玄米、玄米。

(田山雅近)

●昨年は天候異変とともに世界が揺れ始め

た年。本年はさらに新しい展開がなされるのでは、と、ひそかに期待している。良いにつけ悪いにつけ、いずれにしても、ぬるま湯的時代は過ぎ去った感じがする。

(島村春徳)

●昨年は冷夏に生産者が泣いた。消費者はその苦勞を何も知らない。自分の命の糧、どこの誰が作っているかを知らないことほど無責任な話はない。今年は、少しでも生産者と消費者を結ぶことに力を注ぎたい。

(花井良平)

●日常欠かせない食品の、農薬、添加物のない、健康な材料による生産、加工を盛んにし、それを提供するために努力しています。生産者や加工者の、より一層の理解と努力をのぞみ、それを背景として、食生活を変え、正さんとされる日本C1協会会員や一般諸家のご要求に十分応じられるよう新年も努力を続けてまいります。

(村田鶴彦)

●新たな年が、やって参りました。皆様方にとりまして、幸せの年となりますよう、オーサワジャパンの一員として、お祈り申し上げます。

(山崎和子)

●八〇年代の暮あけの年、今、何かが始まっている。このゆつたりした変化を私たちの先輩たちはどんなに待ち望んでいたことでしょう。この変化が、いまに大きな雪崩になることを祈って八一年も共にがんばりましょう。

(横田和敏)

マクロビオティックの友

ジョン・レノンを悼む

元・ビートルズのジョン・レノンは、12月8日、ニューヨークで、不慮の死をとげた。さようなら、ジョン。

ここに、エドワード・エスコ氏(元イースト・ウエスト財団副会長)が本誌514号に寄稿した記事を再録する。



写真提供

四、ジョンとヨーコ

私は、ポストンにいたころ、元「ビートルズ」のジョン・レノンに会いま

した。

それより以前、一九七三年に、ニューヨークで、私はジョン・レノンと結婚していた小野洋子さんに、「イースト・ウエスト・ジャーナル」のインタビュウのために会いました。私たちは、レノン夫妻はすでに一九六〇年代の終わりごろからマクロビオティックに関心をもっていた、と聞いていたものから、彼女をインタビュウしたのです。その記事が雑誌のつてから、レノン夫妻は、「イースト・ウエスト・ジャーナル」の非常に熱心な読者になり、初めから終りまで読んでいる、と聞いています。

一九七六年、レノン夫妻は、ウィリアム・ダフティの「シュガー・ブルー（砂糖病）」を読み、ダフティ、スワンソン夫妻の親友になりました。しばらくして、レノン夫妻はポストンを訪れ、久司夫妻やマクロビオティックの人たちに面会を求めました。

ある日の午後、レノン夫妻は、ポストン郊外の久司邸に健康相談のために訪れました。相談のあとで、林宏さんとセブンス・イン・レストランのスタッフが特別に作った料理が供されました。

やがて、レノン夫妻が久司邸に来ていることを聞きつけて、大勢の人々が

やってきました。レノン夫妻は別に気にせず、大勢の友たちと語り合っ楽しんでました。

久司夫妻の末っ子のヒサオ君は、ビートルズの大ファンで、レコードをじっくり聞いていたのです。レノン夫妻が久司夫妻と書齋で会っている時、ヒサオ君は、食堂で落ち着かずにはいません。あのビートルズの一人が、ボクの家に来るなんて！

しばらくして、レノン夫妻がみんなと、くつろいで話している時、久司先生は、ヒサオ君を部屋に呼び、ヒサオ君のポケットカメラを手にして、ジョンとヨーコに、ヒサオ君のためにポーズをとってくれませんか、と頼みました。写真をとってもらったあと、ヒサオ君は、家中をはいでかけまわっていました。

私たちは、五月の末に、アメリカへ帰り、多分、ワシントンDCでマクロビオティックの運動にあたる予定です。短い日でしたが、楽しく有益な日々を過ごさせてくださった日本のお友だちの方々に厚く御礼申し上げます。ありがとうございます。

エドワード・エスコ
ウェンディ・エスコ

(1979・4・30、京都にて)

健康を守る長命の酒

金の井 自然酒

無肥料、無農薬の自然米を原料として、防腐剤、増量アルコール、ブドウ糖、化学薬品等一切入っておらず、出来上ったままをビン詰めにした貴重なお酒です。

十本単位にて全国に発送いたします。



二級税率適用 一・八リットル 一七〇〇円
一級税率適用 一・八リットル 二二〇〇円

代金前払い、送料着払い。

◎振替／大阪九五二五九 大喜酒販

住友銀行庄内支店当座／三三四四五 大喜酒販

大喜酒販

〒561 豊中市利倉東一丁目十四ー四七
TEL (〇六) 八六三・四七三八

地球は秋、収穫の時！新しい種人の芽を育てましょう

- 機関誌「75回転」
- ヨネヒトくらぶ会員制度（無農薬有機玄米食品供給制度）
- 料理、自然医学、ヨガ、姓名学の各教室
- 自然塩の自主流通運動 ●薬害の追放運動
- 農業と化学肥料を追放し、国内の農業生産自給率を高めましょう。

ヨネヒト販売員を募集!!

男女各2名 年齢は問いません。ファイトある同志を求め。将来、自然食の店を持ってマクロビオティック運動をともにやっていく意欲ある人、味穂のすべてを開放します。

■問い合わせは、各小売店か事務局へ



くらぶ 味穂 自然食糧センター 事務局

〒192 東京都八王子市天神町18 扶桑マンション101号 電話 0426 (26) 6295
江古田店 (03-948-5701)、成増店 (03-976-0231)、八王子店 (0426-76-1258)

自然のままに…フレッシュなコールドプレス(冷圧法)

- アブラ菜科のからし菜の種子は日本でも昔から高級食用油の原料でした。
- コールドプレスは食用油搾油法としては、最高の技法です。上下の圧力によって熱を加えず、風味がとても豊かです。
- からし菜の種は生のまま搾れるので、貴重な栄養成分を豊富に含んでいるほか、天フラなどにしても腰が強く、とても経済的です。

植物性食用油

からし菜油
生じめ



825g 1000円

- からし菜油にはビタミンEがたっぷり (35mg%) です。また、からし菜油独自の天然の酸化防止成分が過酸化脂質の発生を防止してくれるので安心して召し上げれます。
- サラダに、天フラに、あらゆる食用にどうぞ！



株式会社 法輪 M

☎03 (447) 2260

東京都港区高輪1-23-34 芝高輪ハイツ



謹賀新年

自然食品・健康食品・純正食品の専門店

市川平和堂

高砂自然食品センター

TEL 0473・22・0810
〒272 千葉県市川市真間3-11-12

TEL 03・600・1412
〒125 東京都葛飾区高砂8-13-5

〈純正食品生産・製造・販売〉



鈴

〔旧名 鈴木自
然食品研究所〕

◎玄米・野菜・玄米粉・小麦粉
玄米餅・その他の農産物加工
純正食品一般・PU書籍

◎群馬県有機農業研究会会員
◎群馬食養友の会代表
健康食品・料理講習会・研究会

〒370-12 群馬県高崎市山名町乙の611 鈴木述子 TEL 0273-46-4921

みんなの願い……健康・長寿・幸福

真澄会

- 心身改造ドック
- クールバードセンター
- 日本C I 図書販売
- 正食料理講習会
- 純正食品販売

*詳細はお問い合わせください

新宿区下落合3-15-20 大和田ビル901号 (〒161)
(国電目白駅、徒歩5分) ☎ 03-950-5219

画期的な圧力鍋を使った
食養料理講習会

ご希望の場所へ
出張講習いたします(無料)。
気軽にお申込み
ください。

あいわかい
愛輪会 代表 竹下政枝

問い合わせ先は左記と同じ

オーサワジャパン特選品“あかねしょうゆ”の他に食養豆みそ(甘口)、たまりつゆもよろしく。

あ

あかねしょうゆ

よりいっそう良いものを作るべく努力しております。本年もなお一層ご愛用をお願いいたします。

長野県北佐久郡立科町荻田2618

渋谷区大山町11-5

製造元 酢屋茂商店

発売元 オーサワジャパン株式会社



謹賀新年

健康食品総合商社

株式会社 **ビバ健康ハウス本部**



代表取締役 **森戸 曠敬**
〒733 広島市榎町2-23
TEL 0822-93-8321

- レピオナイオンクリームほか
関連商品群——全国総発売元
- タンポポエキス、あめ、コーヒ
ーほか関連健康食品群——
全国総発売元
- 健康食品商社(株)太陽物産
——中国地区総代理店
- 自然化粧品 ビラール コスメ
——特別代理店
- ティックス ——流通グループ
- (株)リケン ——流通グループ
- (株)創健社 ——流通グループ

百生梅製造元 百生科学研究所
事務所 103 東京都中央区日本橋人形町一丁目十一番地十一号
〒電話 〇三・六六九・五八一七、六六六・三五二八
生産地 岐阜県郡上郡白鳥町(牛道谷)恩地

健やかで新しい年に
生きる幸せを
頌ちあえる慶び
ことしもまた
食養に恃らざ
百生への旅を続けたい

宮崎敏彰

(おとさ漬創始者)

Macrobiotic, Shaklee & Acupuncture

玄米堂鍼灸院

石坂流鍼術による深針の特技

「シャクリー」栄養補給食品取扱

後藤 光男

後藤 ふじ子

〒151 東京都渋谷区代々木5-55-7 玉石ビル
(小田急線参宮橋下車3分) 03-460-5607
03-468-5971

〒192-02 東京都多摩市和田一五四七
☎〇四二三・七四・三三三五六

厚生荘病院 院長 牛尾盛保

人間ドック
食養に基づく食事療法
成人病医学的医療
多摩成人病研究所附属

愛媛県特産

“にがり”を残した
風味のよい自然塩 **伯方の塩**



株式会社 **伯方塩業株式会社**

〒790 ☎0899-22-2560
営業部 松山市普町4-4-9(石田ビル2F)

緑のしたたる大自然の中で
正食とヨガで手軽に宿便を出す
身心改造道場
福井健康学園
(常設)
前川高亜希
本部、自然食品・書籍販売
(株)ヒノモト商会
〒910 福井市照手一―二―二
☎〇七七六・二二・三八二
自然農園と道場(12/3月は休み)
〒910 福井市柿谷町三―三―三
☎〇七七六・八三・〇八四〇



謹賀新年

世界正食協会

会長 岡田 周三

☎540 大阪市東区大手通2-5-1 ☎ 06-941-7506

ムソー食品株式会社

社長 岡田 定三

☎578 東大阪市若江西新町1-2-18 ☎ 06-725-2011

洞雲寺

玉川泰峇

〒171 東京都豊島区池袋

三十一六〇五

☎〇三・九七一・二三七四

いつも健康で
若く元気に美しく

〔富士ビュティ
総合療法 研究所〕

所長 富士ひさの

〒170 東京都豊島区南大塚
2-30-10

大塚駅より5分

肌・髪はもちろん、円型脱毛、
肥満の対策に速効と確実

★相談・指導（無料）

★クリニカル・トリートメント

（会員割引）

★ヘルス・ビューティ・コンサル
タント養成講座

★健康指導士養成講座

予約・問い合わせは富士友の会へ
〒142 東京都品川区豊町4・22・11
☎03・782・1698

高瀬公洋

東京都杉並区久我山四一三二一七

〒一六六〇三・三三四・八二四一

栃木県国分寺町高瀬医院

〒三三九一〇四 ☎〇六五四四一〇一三五

転写マーク・美術印刷

東樹社 有限会社

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 03-862-1627 (代表)

表千家茶道教室

浮津宗宏

〒190 立川市砂川町三四六三二二七

☎〇四二五・三二・〇九三六

■1月15・16日 初釜

マクロビオティック茶懐石

ご予約ください（会費2000円）

愛知陰陽会

伊藤 誠

〒485 愛知県小牧市寺浦二九四三
TEL 〇五六八七六・二七三二

* * *

毎月第二日曜日

正食料理教室

担当 浮津宏子

身心の健康・幸せへのジャンプ台

岐阜正食友の会
千葉陽道子
桂

岐阜健康自然食品センター
〒502 岐阜市長良崇福寺町2
電話 0582-32-0631



新年 謹賀

正食料理材料
食養相談・料理教室

不二自然食品

本田裕人

〒106 港区麻布十番二-二-114
☎〇三・四五-八九六六
麻布十番一の橋交差点
バス停前

昔ながらの純植物性

粉せっけん
台所用石鹼水

ミワケンコー株式会社

代表取締役 畑中正直

奈良県桜井市忍阪57-18
電話〇七四四四-二一六七七七

選びぬいた
本物の味を皆様に

自然食品専門店

有限 ケンコウ

〒182 東京都調布市布田
一-二七-二
☎〇四二四・八四・〇三七六

健康に一足!

日本古来のはきもの

特産会津桐下駄

荻原桐材店

※地方発送可

〒966 福島県喜多方市字諏訪
一五六の二
TEL〇二四二二・二・四一九三

オリブマン化粧品
純正食品販売

十粧ナチュラル

福山敬救

〒860 熊本市下通一-四-18
TEL 0963・54・9161
熊本陰陽会事務局・自宅
〒860 熊本市東子飼町三-15
TEL 0963・43・4043

玄米餅

ゴマ塩
陽泉

日本正食品研究所

佐々井 讓

〒243 02
神奈川県厚木市上荻野四五四六
☎〇四六二・四一・三六四九

広告・宣伝・PR・印刷
テープ製作・広告代理店

AIU 保険会社専属
損害保険代理業

株式会社

エルエー企画

〒102 千代田区富士見一-1-33
東京ルーテルセンター内
☎〇三・二六五・四九五一

ご一家の健康の指針

月刊健康新聞「健窓」発行

自然と健康新聞社

主幹 福田城山

〒550 大阪市西区西本町三-1-1 六号
☎06・531・4596
★購読お申込みは(年額九六〇円)
郵便振替 大阪24571



年 新 賀 謹

会員募集！

会津正食研究会

事務局 〒九六六
福島県喜多方市字諏訪一五六の一
☎02412・2・4193

マクロビオティックフーズ製造
手作りパン

「里味」 松田俱幸

〒370 高崎市京目町1123の2
☎0273・53・0710

純正食品および化粧品販売

そうけん健康食品センター

藤木発筒

〒121 東京都足立区東伊興町33の22
電話☎三・八五三・一七二四代

正食品・PU図書・リマ化粧品
料理教室・健康相談

小川自然食品店

〒362 上尾市上町二一七一二五
☎四八七・七四・八五〇四

長野無農薬野菜の会

酒井須三子

〒380 長野市上松一五一三五
電話☎二六二・三四・三八二四

ライスビネガー卸・小売
(醸造純粋米酢) 販売店求む

萩原敏子

〒726 広島県府中市下辻町
電話☎八四七・四一・七六六八
◎あらゆる印刷のご相談に応じます

ホシノ天然酵母パン種研究所

星野昌

〒194-02 東京都町田市下小山田町一七五一
☎四二七・九七・〇五一六

正食と東洋医学による治療院
食養楽々堂

治療師 山田真以知

〒250 神奈川県小田原市堀ノ内三三五
電話☎四六五・三六・六二五八

和洋酒・自然食品
いなば酒店

稲葉茂

東京都大島町元町二一三一
電話 大島局(四九九)二二三

海藻問屋

◎ 本川海産

〒863-25 熊本県天草郡荻北町富岡
☎09693 ⑤1012
⑤0068

南信濃の旅は——泊一食400円
正食料理・ミラクルコーケンの湯

信濃健康楽苑宝健荘

〒395-11 長野県飯田市外橋木村小川
☎〇二六五三・三・二〇八一
(案内書送ります)

不自他ミナリ

泉庵 武蔵野 林 信

〒164 東京都中野区中野五十五五一
電話代表☎〇三三八九・四七五二番

●文房具・事務用品・タバコ

サカエヤ文具

小田急線東北沢駅前
☎〇三・四六六・〇七一〇

●カラープリント・証明写真

ヤマネカメラ店

小田急線東北沢駅前
☎〇三・四六六・八二〇七

愛媛純正食品センター

菅本フジ子

〒790 愛媛県松山市湯渡町一〇一二二
☎〇八九九・四三・六四六四

鍼灸師・東洋医学コンサルタント
食養料理師範・漢方修士

山本祥園

〒573 枚方市高田二一三二
生命医道研究所
☎〇七二〇一五三一三〇〇

〈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
産風 ☎659 兵庫県芦屋市船戸町5番街 ☎0797-31-4141 *10~18 *㊦ *食と生活研究会 (毎月)

〈山陽〉

山陽自然食品センター 弓之町店 ☎700 岡山市弓之町1320 ☎0862-25-8722 三門店 岡山市三門西町1-8 ☎0862-53-7710 *9~19半 *㊦
求道会道場 ☎709-37 岡山県久米郡中央町大坪和西1499 (繁田湾徳) ☎08686-8-0730 *9~21 *無 *七号食実修道場、求道一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 ☎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C1 ☎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、PU勉強会)
明治製粉㈱ ☎726 広島県府中市町536 *小川清 *めん類製造
人間医学社府中支局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
西日本自然食品センター ☎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、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 ☎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 *㊦ *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)

〈福岡・大分・長崎〉

八幡自然食品センター ☎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㊦ *料理講習 (月1回) 健康相談 (月1~2回) 勉強会 (月1回)
漢方専門あまのがは ☎816 福岡県大野城市栄町2-39-1 ☎092-581-4916 *9~19 *㊦
サニ一健康食品 ☎813 福岡市東区千早5-10-5 ☎092-681-0883 *10~19 *㊦ *食品、洗剤、書籍、器具
上原商店 ☎837 福岡県大牟田市宇平野山1807-450 (平野山病院前) ☎09445-5-8721 *9半~18半 *㊦ *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
南陽閣書店 ☎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 ☎0956-25-0369

〈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3㊦ *福山敬救、体質別食養相談、オリーブ自然美容法相談 *1・3㊦
十粧ナチュラル子飼店 ☎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 ☎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
天然村山農園 ☎891-44 鹿児島県熊毛郡屋久町高平 ☎0997-4-7-2541 *21世紀・新宇宙文明へ向けて、天の然らしむ生活法を模索。

〈沖縄〉

自然食品センター陽報 (ようほう) ☎900 那覇市市茂地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 万然 ☎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 ☎902 那覇市首里石嶺町13-121 ☎0988-86-6849、87-3434 *9半~20 *㊦・祝 *食養相談、PU勉強会、正食料理研究会、オーサワジャパン食品、CI本

味穂自然食品

☆無農薬有機野菜、農産物、海産物、雑穀類、加工食品、自然化粧品
食養相談、健康相談、美容相談、料理講習

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 *㊦
成増店 ☎175 東京都板橋区赤塚3-21-13 ☎03-976-0231 *10~20 *㊦
八王子店 ☎192-03 八王子市堀の内450 (芝原バス停前) ☎0426-76-1258 *10~20 *㊦
事務局 ☎192 八王子市天神町18 扶桑マンション101号 ☎0426-26-6295 *㊦

☆隣接区域配達、地方発送承ります。

くろふ 味穂 自然食センター

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)

<静岡・愛知>

ニホンケンコー社 ☎438 静岡県磐田市中央町122-15 磐田商工
会館前 ☎05383・2・3016 * 9半~20 * ㊦ * 自然食品・健
康食品・純正化粧品・書籍・治療器・勉強会(第3日曜日)
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
東海健康文化センター ☎453 名古屋市中村区則武1-19-3 ☎
052・451・4195 * 8~20 * 無 * 正食普及、料理教室、合気
ヨガ、書道、茶道、華道など文化活動
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 * 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 ☎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
日本健康センター(ケンコー社) ☎442 愛知県豊川市市町大道
下17市田口バス停前 ☎05338・6・5679 * 10~18 * ㊦ * 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 * ㊦ * 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 ☎500 岐阜市神田町9名鉄新岐阜百貨店1F
☎0582・65・7111 内線319 * 10~18半 * ㊦
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

<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
京都自然食品センター ☎604 京都市中京区河原町通夷川角 ☎
075・221・7890、231・0348 * 平日夏季9~18半、冬季9~18
* ㊦祝13~18

倭エンチーム三丹 ☎620 福知山市堀内田町1953-2 ☎0773・22・
9508 * 8半~20 * 不特定の㊦ * 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、食品書籍取扱い

<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・7
545 * 10~18半 * ㊦
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 * ㊦(㊦)半休㊦ * 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 * ㊦ * 食品、リマ化粧品、
書籍、器具
ヤマト自然 ☎559 大阪市住之江区粉浜1-21-5 ☎06・673・6473
* 10~19 * ㊦祝(第1、2日は営業) * 自然食品販売、食養
指導、玄米試食会
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
俵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」☎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 * ㊦ * 健康講座月1
回ヨーガ指導(毎水・木曜)、お好み焼
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
岸和田自然食品センター ☎596 大阪府岸和田市南町12-1 ☎0724
・33・2666 * 9半~18半 * ㊦祝 * 配達あり

<近畿>

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

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>

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)

(株)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)

(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 ☎158 世田谷区等々力2-5-1 ☎03-704-8324 *9~18 *㊦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 練馬区貫井3-14-16 ☎03-990-6773 *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 ☎125 葛飾区高砂8-13-5 ☎03-600-1412 *9~19 *無休 *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 ☎03-643-5247 *9~19 *㊦ *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 ☎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

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

グルッペ ☎167 杉並区荻窪5-27-15 ☎03-398-7427 *10~19 *㊦ *無農薬・有機農産物、自然食糧品、化粧品他

かいがらや ☎165 中野区若宮1-24-10 ☎03-337-2241 *10半~18半 *㊦ *自然食品・無農薬野菜・リマ化粧品販売、配達、地方発送

健康自然食品店ミナ ☎165 中野区新井5-20-21 ☎03-385-6058 *8~22 *㊦ *「健康は正しい食生活から」、無農薬野菜、書籍、配達。リマ化粧品

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

健康センター・心身改造ドック 真澄会 ☎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。

<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

(株)むさしの自然食品 ☎180 武蔵野市中町1-23-17 ☎0422-51-2958 *10~19 *㊦ *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 *無休 *食品全般、化粧品・洗剤、書籍

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 *10~17 *㊦祝 *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 ☎04992-2-1221 *8~20 *㊦

<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 ☎045-712-3339 *9半~19 *渋谷自然食品センター姉妹店

菊屋百貨店・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、オーリーマン化粧品取扱

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

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、自給農園あり。玄米人生の悩み、よろこび、共に語りあおう。(米訪の際要TEL)

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。

楽々堂 ☎250 神奈川県小田原市堀ノ内 ☎0465-36-6258 *10~18 *㊦㊦ *正食と東洋医療による、薬とメスを使わない治療院 (望予約) *自然食品、GO書籍、リマ化粧品

ヘルスロード自然食センター (旧ヤマト自然食センター) ☎242 大和市中央6-3-22大和警察署ウラ ☎0462-62-0020 *9~19 *㊦ (第4日曜営業) *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CI協会図書、グループ配達

(南)豆彦商店 ☎横浜市磯子区田中町4-1 ☎045-774-0750 *9~17 *㊦ *無添加豆腐・油揚製造、無農薬大豆持込み歓迎、市内配達

<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

長野正食センター附属ポリオ研究会 (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C1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町762 ☎02676-7-3730 *9半~19 *㊦ *自然食品、野菜小売・近隣市町村配達可

<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 *10~19 第2・3・4㊦祝 *食養料理教室 毎月第3㊦9~14時 *小川みち講師、食養相談、食品、日本CI図書・テープ

全国日本C I 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（㊦は毎日曜日、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
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
㈱ウリ薬局 ㊦073-01 砂川市西1条北1丁目9 ㊦01255-2-4386 *漢方調剤

＜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 ㊦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 *堀込幸雄、食品、図書販売、出張講演に必ず試食会（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）
東北文化協会 ㊦020-01 岩手県盛岡市上堂1-19-32 ㊦0196-46-1937 *特に定めず *自然食品、雑穀販売、健康相談、自然農法研究、郷土研究、季刊雑誌「エミシ」発行
実穂自然食品 ㊦027 岩手県宮古市新町4-28 ㊦01963-3-6310 *9~19 *1・3㊦ *定例学習会、料理教室

＜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
七膚会 ㊦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=㊦1勉強会（テキスト、桜沢・大森）㊦2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 ㊦ *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 *㊦

社美研究所 ㊦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、純植物性化粧品取扱

＜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 *02987-2-0135 *9~19 *㊦ *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高1087 ㊦02955-3-0264 *8半~19 *㊦・㊦ *健康相談、催眠講習会（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（C I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 ㊦346 久喜市南1-8-18 ㊦0480-21-0102 *9~19 *㊦ *食養相談、健康指導、食品、図書販売、リマ化粧品、玄米試食会、C I 定期講習会
けいらく療法普及会 ㊦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。
大智グループ本部 ㊦332 川口市並木4-20-14 ㊦0482-55-9641 *8~20 *㊦ *オオトモ自然食品無双長寿庵、大智教育センター、ロケット灸、アクセサリー
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
麗正食会 ㊦350 川越市市場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 *㊦ *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栄堂 ㊦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
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 *㊦ *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）
溝口醤油 ㊦299-22 千葉県君津郡袖ヶ浦横田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）

■編集後記■

●「地中海実バエ」のことを教えてくださったのは丸山博先生で、さっそく、四国の福岡正信先生に電話して、原稿をいただいたわけです。ぜひ各方面に知らせてください。

●「果物が食べられなくなったら(食養的には)、いいじゃないですか」と丸山先生に言ったら、「そんなことを言うもんじゃない! 果物がダメになるということは、他のものもダメになるんだ」と、キツク叱られました。「冗談ですよ」「いや、冗談でも言うものじゃない!」一本、取られました。

●松も果物もダメになったら、人間はめざめるのでしょうか?
●ブラジルの菊池富美雄先生、アメリカの久司御知夫先生から、熱のこもった年頭の挨拶を頂きましたが、活字にする余裕がなく、原稿そのままの縮小です。ヘルマン相原先生の「米国のガン対策」の原稿は、次回掲載です。

●コトバの問題を少々——
若い社員達は「感字」と書いたり、「除行」と書いたり、「更迭」を「ッコウソウ」と読んだり、デタラメで、会社などで、安心して文書の作成を頼めない、と経営者の団体が、国語教育の改善を要望したそうです。

●「日本は、画数の多い漢字を使っているから、いけない」という議論は、30年前後の文字しかない国で、どうして文盲が多いか、という答えを出さないと、問題になりません。

●「本居宣長は、『うひ山ぶみ』の中で、「大かた、人は言と事と心と、そのさまた大抵相かひて、似たる物にて、たとへば心のかしこき人は、いふ言のさまも、なす事のかしこき人も、それに應じてかしこく、心をつたなき人は、いふ言のさまも、なすわざのさまも、それに應じてつたなきもの也」と書いています。

●「本居宣長は、『うひ山ぶみ』の中で、「大かた、人は言と事と心と、そのさまた大抵相かひて、似たる物にて、たとへば心のかしこき人は、いふ言のさまも、なす事のかしこき人も、それに應じてかしこく、心をつたなき人は、いふ言のさまも、なすわざのさまも、それに應じてつたなきもの也」と書いています。

●「本居宣長は、『うひ山ぶみ』の中で、「大かた、人は言と事と心と、そのさまた大抵相かひて、似たる物にて、たとへば心のかしこき人は、いふ言のさまも、なす事のかしこき人も、それに應じてかしこく、心をつたなき人は、いふ言のさまも、なすわざのさまも、それに應じてつたなきもの也」と書いています。

●「本居宣長は、『うひ山ぶみ』の中で、「大かた、人は言と事と心と、そのさまた大抵相かひて、似たる物にて、たとへば心のかしこき人は、いふ言のさまも、なす事のかしこき人も、それに應じてかしこく、心をつたなき人は、いふ言のさまも、なすわざのさまも、それに應じてつたなきもの也」と書いています。

●言語は、真実を表現することもできますが、ウソを表現することもできます。昔の大げさな美文調のもの、今、巷にあふれている広告、新聞、雑誌、本の中に、いくらでも例を見ることができます。

●「本居宣長は、『うひ山ぶみ』の中で、「大かた、人は言と事と心と、そのさまた大抵相かひて、似たる物にて、たとへば心のかしこき人は、いふ言のさまも、なす事のかしこき人も、それに應じてかしこく、心をつたなき人は、いふ言のさまも、なすわざのさまも、それに應じてつたなきもの也」と書いています。

●「本居宣長は、『うひ山ぶみ』の中で、「大かた、人は言と事と心と、そのさまた大抵相かひて、似たる物にて、たとへば心のかしこき人は、いふ言のさまも、なす事のかしこき人も、それに應じてかしこく、心をつたなき人は、いふ言のさまも、なすわざのさまも、それに應じてつたなきもの也」と書いています。

●「本居宣長は、『うひ山ぶみ』の中で、「大かた、人は言と事と心と、そのさまた大抵相かひて、似たる物にて、たとへば心のかしこき人は、いふ言のさまも、なす事のかしこき人も、それに應じてかしこく、心をつたなき人は、いふ言のさまも、なすわざのさまも、それに應じてつたなきもの也」と書いています。

大級の文化遺産であるはずです。

●日本の現状を批判し、「末世」と嘆くこともできますが、女性が夜、街を一人で歩くことができる、という世界でも珍しい国(それが、国内の弱者、朝鮮系、中国系の人の差別や、「貿易」による他国の犠牲の上の繁栄が元にある、という面はあるとしても)であることは、プラスの評価も必要です。

●「本居宣長は、『うひ山ぶみ』の中で、「大かた、人は言と事と心と、そのさまた大抵相かひて、似たる物にて、たとへば心のかしこき人は、いふ言のさまも、なす事のかしこき人も、それに應じてかしこく、心をつたなき人は、いふ言のさまも、なすわざのさまも、それに應じてつたなきもの也」と書いています。

●「本居宣長は、『うひ山ぶみ』の中で、「大かた、人は言と事と心と、そのさまた大抵相かひて、似たる物にて、たとへば心のかしこき人は、いふ言のさまも、なす事のかしこき人も、それに應じてかしこく、心をつたなき人は、いふ言のさまも、なすわざのさまも、それに應じてつたなきもの也」と書いています。

●「本居宣長は、『うひ山ぶみ』の中で、「大かた、人は言と事と心と、そのさまた大抵相かひて、似たる物にて、たとへば心のかしこき人は、いふ言のさまも、なす事のかしこき人も、それに應じてかしこく、心をつたなき人は、いふ言のさまも、なすわざのさまも、それに應じてつたなきもの也」と書いています。

新しき世界へ 五三〇号
 ◎ 一九八一年一月号
 発行日 昭和五十六年一月一日
 編集兼発行人 橋本政憲
 発行所 日本C.I.協会 千一五
 東京都渋谷区大山町一―五
 電話 03-469-1763 1代
 振替 東京01194125

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56年度春期 (1/27・1/28～4/12) 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引き出し、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、純正のゴマ、菜種の油などで調味し、砂糖や化学調味料はいっさい使いません。

- 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56年1月28日開講
- 中上級師範コース/桜沢流善茶、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56年1月27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。
- 持参品/筆記用具、エプロン、スカーフ(手拭い)
- 日本CI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4千円)になること。

時 間 割	コース	曜日	クラス	時 間	講 師	授 業 日			
						1月	2月	3月	4月
中上級 師範 コース	A	火	A	11:00~14:00	桜沢里真	1月	2月	3月	4月
						3	3	7	
	B	火	B	18:00~20:30	桜沢里真	10	10	17	12
						17	17	24	
初級 コース	C	水	C	11:00~14:00	浮津宏子	27	24	31	
						4	4	1	
D	水	D	18:00~20:30	桜沢里真	11	11	11	8	
					18	18	18	12	
						28	25	25	

受 講 料	入 学 金	一 括 納 入	分 納				単一受講	
			1月	A,B	¥ 2,000	C,D		¥ 2,000
¥ 3,000 (入学時のみ)	¥ 22,000	CD・クラス ¥ 22,000	2月	A,B	¥ 8,000	C,D	¥ 8,000	一回 ¥ 2,500
			3月	A,B	¥ 10,000	C,D	¥ 8,000	
			4月	A,B	¥ 4,000	C,D	¥ 6,000	

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56年度春期)

申込書 No. _____

新 規	継続/前回のコース名 ()	希望クラス A・B・C・D	※○印をつけてください	
ふりがな	男・女 () 歳 明大昭 年 月 日 生	イ. 正会員(の家族)です 会員番号 ()	1.初級 } の免状を 2.中級 } 取得しました 3.上級 }	未婚 ・ 既婚
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。		(備考)		
日本CI協会御中		1980年 月 日		

月刊『新しき世界へ』購読案内 (◎誌友は本年1月中は4000円。)

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C I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C I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)	◎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C I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C I協会会員係 にご送付下さい。

・新規
 ・継続

財団 日本C I協会 入会申込書 (楷書で書いて下さい。)

私は日本C I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○でかこんで下さい。)

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 (〒) 所	(〇〇号室)(〇〇様方)と詳しく。 TEL				
ご家族	① 独身 ② 既婚 (家族名・構成内容)				
玄米歴	備考				

■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C I協会

日本C I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。(月刊誌通算530号を刊行)

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C I協会の事業部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。

● 正食医学講座のご案内 ●

- 日時／昭和 56年2月7日(土) 11時30分受付開始、2月8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／15,000円(外泊の場合)。寢袋持参の宿泊は1000円増。寢袋借用宿泊は1500円増。
- 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、寢袋(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／2月3日。
- 取消し／2月3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ので、お問い合わせください。



講義と実習の内容	スケジュール
1. 自律神経の陰陽 2. こころの病気(精神病) 3. 脳、神経、目 4. ガン(器官別ガンの治療法)	2月7日(土) 11:30 受付開始 12:15 講習会の説明 12:30~14:30 講義 1 15:00~17:00 講義 2 —食事— 19:00~21:00 補講(実習)
	2月8日(日) 7:00~9:00 講義 3 —食事— 11:00~13:00 講義 4 13:30~14:30 質疑応答 14:30~15:00 記念写真、閉会 15:00~16:00 受講生交流会

*講義の録音はご遠慮ください

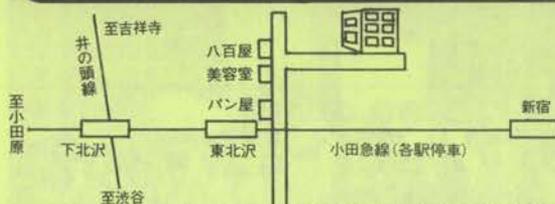
正食医学講座 V (2/7~2/8) 申込書 No. _____

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

ふりがな	男	() 歳	1. 会員(の家族)です 会員番号()	*部分参加の方は、講義番号を記入して下さい。
氏名	女	明大昭 年 月 日 生	2. 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() -	職業 勤務先	勤務先 市外局番 電話() -		
_____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下さい。	
日本C I協会御中 年 月 日				

■1月の講座は、10月号、11月号の予告ではなく、1月10日~11日に変更になりました。

日本CI協会 1~3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

1月10日(土)、11日(日) 正食医学講座Ⅳ 食養療法各論 講師/大森英桜 詳細は12月号参照。

1月17日(土) 午後6時~8時 PU勉強会 だれでも参加歓迎。食養と無双原理、桜沢先生の思想を中心に、お互いに問題を出し合い、自由に話し合います。司会/宮越成 会費/300円 以後、他に行事の無い土曜日。1/2、1/3、1/4、1/5、1/6、1/7、1/8。

1月23日(金) ぐれない会 (1)10時半~12時 果物と飲物。その陰陽、効用、害について。(2)1時~2時半 味噌、醤油、梅干、漬物、油、その他調味料の陰陽、効用、害について。(3)体質別、年齢別、性別、環境別の食養の方法。講師/大森英桜 会費/ぐれない会会員=3000円 (ぐれない会は、CI料理師範を主対象とし、マクロビオティック的食養を深め、料理講師の養成、食養普及を目的としています。入会希望者はCIの係までお問い合わせ下さい。)

1月24日(土) 1時~4時 手づくりパン講習会 講師/横田和敏 申し込みはオーサワジャパンへ。☎465・5021 会費/1000円(天然酵母1袋付)

6時~8時 PU勉強会 1月17日の項参照。

1月25日(日) 3時~7時 新年会 3時~3時半 桜沢里真会長挨拶、3時半~5時半 講演「食養のあゆみ」 講師/沼田勇(日本総合医学学会会長) 5時半~7時 会食 牛尾盛保副会長挨拶 会費/正会員、賛助会員、法人会員(家族)=2000円、誌友一般=2300円 1月23日までに予約してください。

1月27日(火)、28日(水) 食養料理教室リマッキングアカデミー 春期開講 講師/桜沢里真、浮津宏子 詳細、申し込みは別紙をご覧ください。

1月31日(土) 午後6~8時 PU勉強会 1/8参照。

2月1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

正しい食べ物、正しい食べ方、正しい生活法による健康確立、体質、性格改善、病気指導の公開講習会です。相談希望の方は必ず予約して下さい。当日は10時までに2階へ来て下さい。聴講はどなたでもできます。会費/相談する人(正会員以上)=10,000円 正会員聴講者=2000円、一般聴講者=2300円

3時~5時半 月例講演会「玄米食養入門」 玄

米食を始めた人、始めようとしている人、関心のある人、食養を勧めたい人、友人、知人に紹介して、聴いてもらって下さい。講師/大森英桜 会費/正会員=1200円、誌友一般1500円

2月7日(土)、8日(日) 正食医学講座Ⅴ 食養療法各論 講師/大森英桜 詳細、申し込みは別紙で。

2月14日(土) 午後6~8時 PU勉強会 1/8参照。

2月15日(日) 11時~2時 特別料理講習会「手軽にできる食養もてなし料理」 講師/松本光司 会費/2500円 11日までに予約してください。

3時~5時 '80陽友会 食養の勉強会、会員交流の場。だれでも参加歓迎。参加費 100円

2月21日(土) 1時~4時 手づくりパン講習会 講師/横田和敏 申し込みはオーサワジャパンへ。☎465-5021 会費/1000円(天然酵母1袋付)

6時~8時 PU勉強会 1月17日の項参照。

2月22日(日) 11時~2時 味噌作り講習会(付/醤油について) 豆みそ、麦みその仕込み方実習に加え味噌、醤油についての講演。講師/酢屋茂醸造主人 今井荘二 会費(玄米御飯に味噌汁付)/正会員など=1500円、誌友、一般=1800円 20日までに予約してください。豆こうじ、麦こうじの注文は23日までにオーサワジャパンへ。月末~月上旬発送の予定。

2月27日(金) ぐれない会 食養料理と食物療法薬用食品、手当用品。(1)10時半~12時 (2)1時~2時半 (3)3時~4時半 講師/大森英桜 会費/3000円 1月23日の項参照。

2月28日(土) 6時~8時 PU勉強会 1/8参照。

3月1日(日) 健康相談講習会と月例講演会 講師/大森英桜 2月1日の項参照。

3月21日(土) 春分の日 3時~5時 特別講演会 講師/三木成夫(東京芸術大学教授)

3月29日(日) 2時~5時 特別講演会「計画産児法」(受胎する日は? 排卵日予知の方法、男、女児産み分け法など。) 講師/田村いとの『男児を産む法』の著者。) 都合により15日から29日に変更。

オーサワジャパン特売日 1月11日(土)、25日(土) 2月8日(土)、15日(土)。3000円以上お買い上げのとき1000円ごとに100円の商品券がつきます。

オーサワジャパンからのお知らせ



本年もよろしくおねがいます。

好評発売中！ **カムカム鍋** デラックス型 (大・中・小)
スタンダード型 (中)

『カムカム鍋を使った食養料理集』ができました。

ご希望の方は、1部につき 100円+送料60円を添えてお申し込みください。(切手代用可)

新
製
品

- | | | | |
|----------|------|-------|--------------------------------------|
| ミワロン | 5kg | 2000円 | とけやすい顆粒状のせっけんです(天然油脂使用)。 |
| 小梅 | 200g | 500円 | 甲州産・自然農法の小梅です。 |
| タンポポコーヒー | 150g | 1500円 | タンポポの根を乾燥させ、きざんで焙った、風味のよいコーヒーです(粒状)。 |
| 百合梅* | 100g | 200円 | 利島産・無農薬のユリ根です。きんとんまたはカラ揚げにするとおいしいです。 |
| 干柿* | (未定) | | 市販にない無漂白の干柿です。山形名産。平種柿と紅柿の2種類あり。 |

*印は季節商品です

価格変更

- | | |
|-------------|------|
| 玄米ほうじ茶 | 450円 |
| 玄米酢 | 500円 |
| 玄米粉 | 400円 |
| もち | 500円 |
| 香蓮アメ | 220円 |
| (250円から値下げ) | |

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

〒223 横浜市港北区日吉本町1862