

マクロビオティックの雑誌

新しき世界へ

無双原理と玄米正食で健康・幸福・自由と平和を創る

桜沢如一特集(4)

人間——唯一なるマコト
ほか9編

No. 547/1982-7



INTERNATIONAL
日本CI協会
MACROBIOTIC
CENTER

マクロビオティック図書・テープ

■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

■☆印は基本図書・資料です。初めての方にお勧めします。

■*印は「桜沢如一著」です。

☆魔法のメガネ 無双原理の物の考え方	一、〇〇〇円	〒二五〇
☆*永遠の少年(上) 少年よ、大志をいだけ	三、五〇〇円	〒二〇〇
☆*食養生読本 食養生で聞く自由の人生	一、二〇〇円	〒二五〇
☆*生命現象と環境 やさしいエコロジー	四、五〇〇円	〒二〇〇
☆*新食養生療法 正食身心改造法	一、五〇〇円	〒二五〇
☆*東洋医学の哲学 軽装普及版	二、〇〇〇円	〒二五〇
*無双原理・易 宇宙法則・実用弁証法	一、一〇〇円	〒二五〇
*宇宙の秩序 最重大PU書	一、〇〇〇円	〒二〇〇
*病気を治す術・病人を治す法 人生論	五、〇〇〇円	〒二〇〇
桜沢如一アルバム	五、〇〇〇円	〒二〇〇
*クララ・シューマン 人生論	七、五〇〇円	〒二〇〇
☆人間—この未知なるもの(カレル)	二、〇〇〇円	〒二〇〇
*自然医学 新食養生法より詳しい	三、五〇〇円	〒二五〇
*健康の七大条件 正義について	六、五〇〇円	〒二〇〇
*健康戦線の第一線に立ちて	一、三〇〇円	〒二〇〇
*一つの報告	一、三〇〇円	〒二〇〇
*自然科学の最後	三、六〇〇円	〒二五〇
*中央アフリカ横断記	一、〇〇〇円	〒二〇〇
*コンパ文庫4 GOのPU論満載	三、五〇〇円	〒二五〇
*コンパ文庫5	一、七〇〇円	〒二五〇
*コンパ文庫6	三、八〇〇円	〒二五〇
*世界恒久平和案・「意志」教育五十年の実験報告	一、〇〇〇円	〒二〇〇

*新しい栄養学

☆*食物と人生

*永遠の子供

*食養生講義録

石塚左玄著

化学的食養生長寿論

桜沢里真著

☆マクロビオティック料理 食養生料理全書

食養生料理法(旧版)

(資料)

*「新しき世界へ」三〇—三九号

米国の食生活改善目標 米上院栄養委

武者宗一郎著

台所を化学で観る アルミ鍋は安全か?

*PU歌集

☆食物の陰陽表 色刷り一枚

☆正食医学の救急手当法 色刷り一枚

食物による健康法・料理法特集

☆第一集(二六〇年八・九月合併号)二、〇〇〇円(送料共)

☆第二集(二六〇年十一月号)一、二〇〇円(送料共)

桜沢如一カセットテープ

*判断力の話

*座間講演

*G・O母を語る

大森英桜カセットテープ

☆主食の徹底研究

☆生命と食物の歴史

☆食物の陰陽

☆宇宙の秩序解説

☆子供の病氣と食養生

(軽装箱入特価)

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

●本部への注文は、①現金書留、または②振替東京一九四三日本C-I協会へ、代金と送料と注文品を明示して送金してください。①の場合は2週間、②の場合は、3週間みてください。

日本C-I協会

〒151 東京都渋谷区大山町一―五
電話 (〇三) 四六九・七六三(代)

■海の健康学園(南伊豆・子浦)の申し込みはお早く!
■日本C I 協会研究生(青年男女)募集!
■事務のできる女性(年齢不問。勤務時間などは相談します)募集!

■次の8・9月合併号は8月10日発行

■木曜日は休館です。(オーサワジャパンは営業)

七月の食養料理／桜沢里真……4

ソボロ入り寿司／冷しソーメン／ヒエ・クスクウス／納豆磯揚げ／サラダ・コンコンブル／野菜道明寺揚げ／かみなり干し漬け

■桜沢如一特集■

女は美人、男は度胸……11

人間―この唯一なるマコト……14

自由、平和、幸福、正義の定義

映画教室……17

『誰がために鐘は鳴る』『セールスマンの死』

条件反射の世界……21

自由人への道―実用弁証法

ホルムズ判事物語……23

判断―自由への方程式を発見

不幸で不自由な人は病人……26

最後のANSを終えて

銘記せよこの警告!……28

子供はミナ天才である……29

北沢民次著『絵を描く子供たち』

フリーエーの発見……30

インターマック・ニュース……34

無双原理真生活法の極意……38

桜沢如一『心臓を入れ替へる法』より

■本誌をご紹介ください! 今号一部四五〇円(送料共)

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

会員の皆さんへお願い

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

機関誌の『新しき世界へ』も、すでに五百四十号以上を重ね、十年前に比べて会員数は4倍以上、四年前に比べて2倍以上となっております。

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

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

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

年間購読者(読友)は昨年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C I 協会が私が盛り立てよう、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。



七月の食養料理



マクロビオティック・クッキング・サロン

献立

- ソボロ入り寿司
- 冷しソーメン
- ヒエ・クスクウス
- 納豆磯揚げ
- サラード・コンコン
- ブル
- 野菜道明寺揚げ
- かみなり干し漬け

桜沢里真

七月は暑さも厳しくなり、陰性な食べ物、飲み物が欲しくなります。つい摂り過ぎて、体調が陰性に片やらないように、調理の仕方、取り合せ、摂り方をそれぞれの体質、体調に合わせて工夫してください。特に塩気の摂り方と水分の摂り方を注意してください。ナス、トマトなどは、体をうんと冷やしますので、摂り方にご注意ください。非常に陰性なナスでも、どのように調理したら良い食べ物になるか、桜沢如一の『東洋医学の哲学』にも書いてあります。ご研究ください。飲み物は麦茶などがよいでしょう。



ソボロ入り寿司

材料〈4人前〉

豆腐		1/2丁
人参		70g
油揚げ		4枚
きゅうり		1本
のり		3枚
玄米御飯		
玄米		カップ3
水		カップ3 3/4
塩		小さじ1/2
梅酢		大さじ1
調味料＝塩、醤油、胡麻油		

●作り方

- ①玄米は分量の水と塩を加えて、圧力鍋でふつくと炊く。炊き上ったら、梅酢大さじ1を同量の水で割って、よくふりまぜる。
- ②豆腐は水を切り、細かくほぐす。鍋に油大さじ1をあたため、豆腐を入れてよく炒り、塩小さじ1と醤油小さじ2を加え、さらによく炒ってソボロを作る。
- ③人参は7ミリ角で細長く切る。塩小さじ1/2をまぶしてよくまぜ、空炒りし、出し汁大さじ1を入れてとろ火で1分くらい煮て、汁を煮付けける。
- ④油揚げは三方を切り開き、熱湯をか



けて油抜きする。出し汁カップ1と醤油大さじ1でよく煮る。

⑤きゅうりは塩をふって板ずりし、7ミリ角で細長く切る。のりは焼く。

⑥すだれの上にのりをしき、油揚げをのりの大きさに合わせて、内側を上にして置き（写真）、①を8ミリくらいの厚さに平らにしきつめる。（のりの向う側を3センチ幅くらいのこす。）真ん中の御飯の厚みを少々うすくして、豆腐のソボロ、人参、きゅうりをのせて、しっかりと巻く。両端を落し、1本を8切れに切る。（5個くらいを1人前とする。）

冷しソーメン



材料＜4人前＞

ソーメン	 (小6束) 300g
きゅうり	 ½本
人参	 ½本
いんげん	 5本
出し昆布	 20cm
ねぎ	 ½本
のり	 1枚

●作り方

- ①ソーメンはゆでて水に取り、しごいてぬめりを取る。
- ②きゅうりと人参は、たて細切りにし、それぞれ水に入れてパリッとさせる。いんげんは色よくゆでて、たて細切りにする。
- ③ねぎはうすい小口切りにし、布巾に包み水にさらす。のりは焼いてよくもむ。
- ④ソーメンを器に盛り、冷水をはり、②を飾る。
- ⑤つけ汁は、出し汁カップ3と醤油大さじ5を煮立てて冷ます。

材料＜4人前＞

ポワシーシュ	 カップ½
玉ねぎ	 1個
グリーンピース	 カップ½
とうもろこし	 1本
ブロッコリ	 小1株
コーフ	 50g
人参	 60g
ヒエ	 カップ1
調味料	＝塩、醤油、ローリエ

ヒエ・クスクウス

●作り方

- ①ポワシーシュは2倍の水を加えて、圧力鍋で煮る。
 - 注／ポワシーシュはフランス産の豆でえんどう豆の一種です。ない時は、トラ豆やうずら豆で代用できます。
 - ②玉ねぎは1センチの角切りにする。コーフは油で揚げて、1センチの賽の目切りにする。とうもろこしは塩ゆでして実をはずす。人参は1センチの賽の目切り。ブロッコリは1花ずつに切り、色よくゆで、塩少々をふる。
 - ③ヒエは水カップ2を加えて煮る。煮立ったら火をほそめ、15〜20分して火を止めてむらす。
 - ④玉ねぎを油大さじ1で炒め、コーフ1、とうもろこし、人参を入れて炒め、ポワシーシュを汁ごと入れ、ローリエ1枚を加えて、材料がやわらかくなるまで煮る。最後に醤油大さじ1を入れて仕上げ、ローリエを取り出す。
 - ⑤炊き上ったヒエをさっくりとまぜ、4等分して皿に盛り、④を適宜にかける。まわりにブロッコリを飾る。
- ※これは主食に代用できますので、玄米御飯があまり欲しくない時などに頂くとよいでしょう。

納豆磯揚げ

材料〈4人前〉

納豆	 (2袋) 180g
生椎茸	 2個
ねぎ	 (1本) 50g
人参	 少々
みつ葉	 40g
しその葉	 8枚
のり	 1½枚
地粉	 少々
パセリ	 少々
溶き辛子	 少々
調味料=塩、醤油、揚げ油	

●作り方

- ①生椎茸は細切りにする。ねぎは小口うす切りにする。みつ葉は1センチ長さに切る。人参は細切りにして、水につけてパリッとさせる。しその葉はよく洗って水気を切る。のりは1枚を6等分にする。
- ②納豆をほぐし、生椎茸、ねぎ、みつ葉、溶き辛子を加えてよく混ぜ、醤油大さじ1を入れる。つなぎに地粉少々をふり入れる。
- ③しその葉の上に②を大さじ山盛り1をのせ、油で揚げる。のりも同じく②をのせて揚げる。人参とパセリも衣をつけて揚げ、付け合せにする。



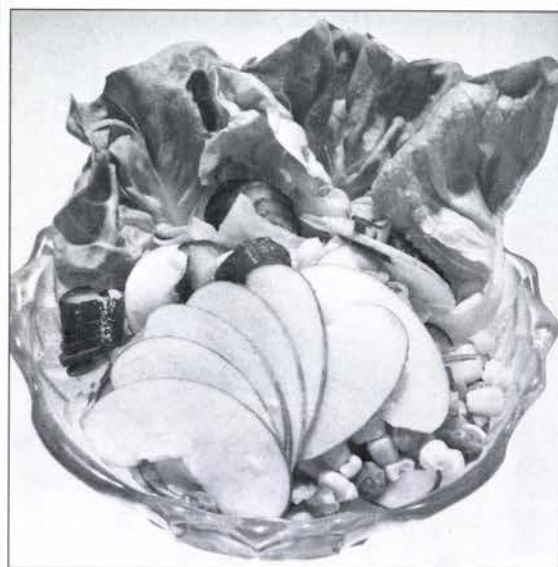
材料〈4人前〉

きゅうり	 2本
レタス	 少々
グリーンピース	 少々
とうもろこし	 少々
夏みかん	 ½個
キャベツ	 2枚
りんご	 1個
オリーブ油	 大さじ2
調味料=塩、シナモン	

サラダ・コンコンブル

●作り方

- ①きゅうりは塩をふって板ずりする。たて半分にし、切り落さないように片端2ミリくらい残して細かく包丁目を入れ、7等分に切る。塩少々をふって皿をかぶせて重しにしてしばらくおく。
- ②グリーンピース(枝豆でもよい)は色よくゆでる。とうもろこしの実もゆでる。キャベツは細切りにする。りんごは4つ切りにして塩水につけ、うす切りにする。夏みかんは汁をしぼる。



- ③ボールにオリーブ油大さじ2と塩小さじ1を入れ、夏みかんの汁を加えてよく混ぜる。
 - ④きゅうりの水気をしぼり、③へ入れ、キャベツ、とうもろこし、グリーンピースを加えてよく和える。
 - ⑤器にレタス2、3枚をしき、④を盛り、上にりんごを飾る。
- ※コンコンブルは、フランス語できゅうりのことです。

野菜道明寺揚げ



●作り方

①人参はたて4つ切りにし、面取りする。少なめの湯でさつとゆでる。山芋は8等分の輪切りにし、醤油と水を半半にまぜた中に10分くらいつける。いんげんはたて2つ切りにする。生椎茸は真ん中に十文字の包丁目を入れ、塩

水で洗う。

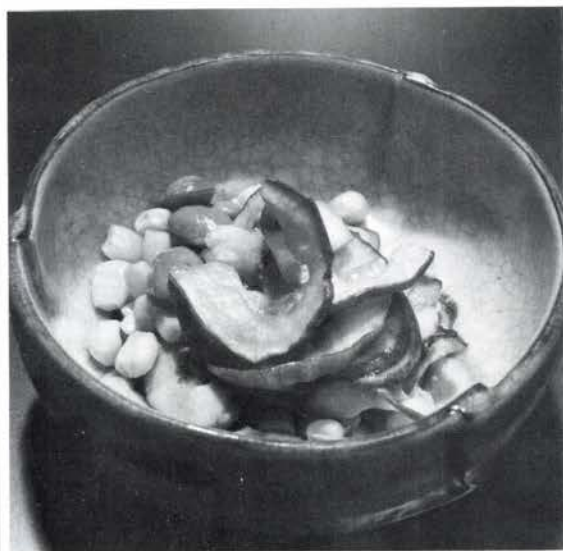
②地粉は水カップきで溶き、塩小さじきを加える。

③それぞれの材料に衣をまぶし、道明寺粉をふりつけ、熱した油でカラリと揚げる。(山芋は水気をふいて衣をつける。)大根おろしを添えて供す。

材料〈4人前〉

人参……………10cm	地粉……………カップ1
ブロッコリ……………8花	道明寺粉……………少々
山芋……………12cm	大根おろし……………カップ $\frac{1}{2}$
生椎茸……………4個	調味料＝塩、醤油、揚げ油(胡麻油と菜種油半々)
いんげん……………8本	

かみなり干し漬け



材料〈4人前〉

白うり……………中1本
枝豆……………大さじ3
とうもろこし……………大さじ3
調味料＝塩、醤油



●作り方

①白うりは両端を切り、はしで種をつき出す(写真①)。2ミリくらいの厚みで切れないように外側からぐるぐるとむく(写真②)。長いまつり下げて1時間くらい干す(写真③)。

②とうもろこし、枝豆はさつとゆで、塩少々をふる。

③ほどよく乾いた白うりを6〜7センチに切り、醤油を3倍の水で割った中につけ、とうもろこし、枝豆とまぜる。



リマ・クッキングアカデミー

昭和57年度秋期 (9/21・9/22～12/12) 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57年9月22日開講
- 中上級師範コース／桜沢流普茶、懐石料理。フランス、インドなど世界各国の民族風自然食料理。美容食、治療食を含む応用コース 昭和57年9月21日開講

●校長／桜沢里真（日本C I 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C I 協会の会員（正会員、年1万2千円など）または誌友（『新しき世界へ』購読、年5千円）になること。

時 間 割	コース	曜 日	ク ラ ス	時 間	講 師	授 業 日			
						9月	10月	11月	12月
中上級 師範 コース	A	火	11:00～14:00	桜沢里真			5 12	9 16	7 12
						21 28	12 19 26	16 23 30	
	B	火	18:00～20:30	桜沢里真					
初 級 コース	C	水	11:00～14:00	浮津宏子			6 13	10 17	1 8
						22 29	12 19 26	16 23 30	
	D	水	18:00～20:30	桜沢里真					

受 講 料	入 学 金	一括納入	分 納				単一受講
			9月	10月	11月	12月	
¥ 3,000 (入学時のみ)	A B・クラス ¥22,000 C D・クラス ¥22,000		A,B ¥ 4,000	C,D ¥ 4,000			一回 ¥ 2,500
			10月 A,B ¥ 8,000	C,D ¥ 8,000			
			11月 A,B ¥ 8,000	C,D ¥ 6,000			
			12月 A,B ¥ 4,000	C,D ¥ 6,000			

日本C I 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57年度秋期）申込書

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 年 月 日 生	1.正会員(の家族)です 会員番号 () 2.誌友(の家族)です 3.C I の雑誌購読していません		1.初級 2.中級 3.上級 の免状を 取得しました	
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C I 協会御中			1982 年 月 日			

●昭和4年初版、社団法人食養会の総力を結集した、

桜沢如一編 食養講義録

古書価格3～5万円の幻の著作、食養研究者 必備。

復刻再刷！

原本4巻1200ページを1冊に縮刷

定価 7,500円

送料 300円

石塚左玄 化學的食養長壽論

明治二十九年発行の食養の原典！
古書店でも絶対入手不可能の本を美麗
復刻再刷！ 限定千部発行

定価 7,500円

送料 300円

日本C I協会

『講義録』 目次

食養学原論 I

生命及び生活現象の支配者について

(一) 万物の組み立て／天地自然の生
れ／ナトリウムおよびカリウムの形態
／色彩上の相違／形相／所在／作用／
万物の組み立て

(二) 生命および生活現象の支配者／
食物におけるナトリウムおよびカリウ
ムの多少／日用食品百知中における
「ナ」「カ」の数量および差引表／生
命現象における「ナ」「カ」の影響／
生命において／体格、体質、疾病につ
いて／性質、思想について

(三) 生活現象における「ナ」「カ」
の影響／付録・こころと食べ物

食養学原論 II

(一) 伝統的純正日本食とその崩壊／
日本の伝統／日本食の伝統／日本食物
史の一瞥

(二) 食物の取り方と栄養／粗食、美
食、菜食、肉食、少食、大食、調理、
栄養、消化、不消化／ビタミンとその
他の栄養素
(三) 食物の性質、栄養および分量／
動物性のもの／植物性のもの／主食物
と副食物

食養学原論 III

食養の原則

(四) 食物の身体におよぼす特殊な影
響／病氣／生命にかかわるもの、食
合せ／薬用食物と郷土的な調理
(五) 国民食政の復古

食養料理法

料理の必要／お料理の目的／お料理の
方法／器物、準備、材料の配合、お弁
当、食べ方／食養法の心得／献立の一
例／食養法／良き食食品／食膳のい
ましめ／病氣になる食物
料理法／御飯／玄米／はん／半つき米
／ご飯／山菜／飯／粟、麦、稗／飯／色
／飯／いろ／おす／いろ／ろ／残飯
の利用
豆料理／野菜料理(野の幸)／野菜の貯
え方／軟かくする法／いも料理／瓜料
理(体を冷やすもの)／山菜料理(山の
幸)／豆腐料理／こんにやく／海藻料
理／めん類／つく／煮類／漬物／魚の
料理／餅／だんご、まんじゅう／調味
料／飲料／献立例／なべ／井／ぬた、
和え物、したし／おつゆ／揚物／煮物
／赤ちゃんの料理／正月料理／普茶料

食養療法

(一) 西洋医学とその療法
(二) 東洋医学とその療法
(三) 食養療法と食養道
最後の重要な注意書き
食養療法
※索引の一例 シミ・痔(じ)／耳下腺炎
／子宮ガン／子宮筋腫／子宮実質炎／
子宮病／歯きん炎／舌／唇の乾き／舌
のただれ／しつ／疥癬／湿疹／耳鼻咽
喉の病氣／ジフテリア／脂肪心／しも
やけ／しゃっくり／充血／消渴(しょう
かつ)／小児の驚癇・疳／小便／食あ
たり／食滞／食道狭窄／しらくも／白
舌／白そこひ／神経衰弱／神経痛／腎
臓炎／心臓病／心臓弁膜症／じんまし
ん
※「新食養療法」の食べ方／病氣を
治す法の索引(し)の項と比較してみて
ください。内容の豊富さに驚かれるで
しょう。
民間療法
実験集

B5大判313ページ

日本CI協会

■好評発売中！

■『長寿論』『講義録』両方は、15,000円 送料 400円。

■日本C I協会の正会員の方は、お申し込みくださると、5%分 (750円)の日本C I協会発行の本に有効な図書券を送ります。

桜 沢 如 一

特 集 (4)

GOテキスト・シリーズ

女は美人、男は度胸

桜 沢 如 一

『セカイセイフ』94号 (1953. 8. 21) より

女は美しくなくてはならない。女性の美は人類の花であり、世界の香りである。女はヤサシクなくてはならない。

その美しさはお化粧(オバケ)の美ではない。健康の美である。他から与えられた美や、借りモノ(衣服やダイヤ)の美ではダメ。それは永久になくならないヨロコビのヒラメキである。ダイヤという石のカケラのヒラメキのようなモノではない。

ドンナニうつくしい服を着ても、その心が排他性でみたされ、その頭が最下級の判断力しかもっていないなら、その人は大きな不幸と悲劇とスキャンダールのモトである。

横浜洋裁専門学校長、岩崎春子先生は「一ばん美しい服は必要なモノだけしかそなえていない服です」と云うスバラシイ名句で先日私の胸をうった。

ホントーニ美しいモノは絶対に必要なモノだけである。服にしてもアクセサリーにしても必要でないモノほどミニクイものはない。ミニクサはこの世に不必要なモノで、亡びゆくモノである。

しかし亡びゆくトキにだけ美しいモノがある。悲劇の美がソレである。告白やザンゲの美がソレである。悪人が殺されたり、自殺したりする映画が人に喜ばれるのも、その亡びが美しいからである。必要があるからである。

正義は美しきモノの別名である。

しかしモチロン不必要なモノもこの世では必

要である。ナゼナラ美しくないモノがなかったら美しいモノもありえないから……

しかし、私の云うのはソナナ相対界の、この世の、この無常の世界の美しさではない。それは絶対の正義と無限の自由と永久の幸福の世界の市民権なのである。これは最大無上の必要なのである。この地上の最大の富のモトである天上の無限の富の模写なのである。

私の云う美しさはモチロン外見であるが、それは生命の原理（万物を生み出し、育て、活動させかき消し、またつくり出す、そして何物をも抱愛する大宇宙の原理、宇宙の秩序）を体得した人の外見、顔、コトバ、行動である。

これが分ればドンナ人でも絶世の美人になれるのである。この生命の原理の大道こそ正食である。M Iに入った娘が三日目頃からグングン美しくなつてゆくのは万人の認めているコトである。M Iは精神健康美容院である。

美しさとは、永久のヨロコビの表現である。

笑つたら損、話をしたら損型人種は永遠のヨロコビ宇宙の秩序を知らない人である。幸せになるワケがない。

美しさは強い。ドンナ暴力もその前に出ると朝日の前の霜か氷である。

美しさは賢い。ドンナ知者もその前では沈黙してしまふ。

美しさは貴い。全人類が求めるモノであるから。

ハカナイ樞花^{スベテ}一輪の美しさ、ニセモノの美に

さえスベテノ人は心を引かれる。

しかし私が女性に、トクニ若き女性に切望するモノは永遠で無限のヨロコビを内につつむ美しさである。

不幸せな人はミニクイ。

先日私はM子の母を見た。私はガク然とした。戦慄をすらおぼえた。カスカナ憎しみをすら感じた。この人はM子を6年も病気にし、M子でM子が助かつたのに八カ月間一回もハガキ一つよこさなかつた人である。早く夫を殺し、M子を6年も病まし、自分も神経痛やロクマクで長い淋しいツマライ人生を人の情けで送っている。

M子は来た時57キロで、「白トーフで造つた豚が土左衛門になつた姿」と云うアダ名をつけたホドの娘だったが、二、三カ月後には26キロになり、全く別人のようになり、今九カ月である。美しくなつたが、何分小さい時分から、世間並み以上に親に愛され、病氣大学へ6年も入つていたので何も出来ない。ゾーキンがけぐらいしかできないがそれも「板の間がコソバユイ、クスグツタイ」と云う程度である。今では「ユレイの生ぼし」と云うアダ名。

この世だけの美しさをもっている娘はレアン・ドリーヌ（足なえ娘）の如く、カタリーナ（ウソツキ娘）の如く、ナターシャの如く、不二子の如く不幸のドン底におちてしまふ。

女は美しくなくてはならない。

女はスベテを抱擁する母のような心の美しさ

をもつ人でなくてはならない。イカニ肌白く、見目うつくしくともスベテを許し、スベテを抱擁する愛をもつていないなら人形にすぎない。ミニクサと不幸は排他性、分裂症の表現である。利己主義や感情や道徳や法にとらわれた女はケツシテ幸せにはなれない。不幸な女はアクマであり、此の世の敵である。

男は度胸だ！

「男度胸なら五尺のカラダ、ドンとなげ（乗り）出せ、波の上」と云うソーラン節はおもしろい。五十年の一生をなげ出して、大バクチをうつコトだ！

ケチな月給取り生活の安逸にかけるには男の一生は勿体ない。

片々たるノミの金玉の研究に男の一生を投げ込んでたまったモノではない。ラジウムの研究、原子バク弾の研究などに一生をかける人は百万人、イヤ全人類の殺人犯になるのがミソ。ダイナマイトの研究に一生をはつたノーベルのワビシイ淋しい一生をダレが望むだろう。

人相がフランケンシュタインの如くであつても、その一生が「自由」のタメニはられてあつたらいい。

イカナル度胸があつても、その一生を金や名や権力や知識や才能や技術や、まして腕力にかけるナラもうオシマイだ。長生きするホド大きな悲劇の主演になるダケだ。

とはいえ、私は万人にリンカンやフランクリンや太閤になれと云うのではない。棺桶屋でも

バタヤでも、オマワリでも何でもいい。ただ、「自由」を獲得せよと云うのである。自由人になれと云うのである。

昨日、新聞で私の名を見たと言つて30年ブリにIという幼ナジミが来た。彼は海外で30年くらしてから、ツイニ終戦後引揚げてきたがモ一七、八年、何も仕事がない。しかし外地へもどるワケにもゆかない。マツ正直な善良ソノモノのような彼だが、暗い前途を見つめている。友がないからである。

自分の周囲の人だけしか知らなかったからである。自分の視野に入ってくる人だけしか交わらなかったからである。日常生活のルーティン以外に一步もふみこまなかったからである。自分の専門外を見なかったからである。ツマリ排他性である。

ホントーノ度胸は絶対に排他性のない人だけにある。排他性をもちながら、時には排他性ゆえに、大胆なフルマイをするのはホントーの度胸ではなく猪勇(ちゆうゆう)か自暴自棄なのである。

ホントーノ度胸は最高の判断力をもつ人だけにある。最高の判断力は絶対の正義であり、絶対の必要であり、自然であり、必然であるから寸毫(すんごう)もこれを阻むモノはない。

最後に、そして永遠に勝つ者だけが度胸のあるモノである。

度胸のあるモノはイカナル難事に身をなげこむにも、四十年石の下敷きになるようなコトにも大きな楽しみをもつ。ケツシテ悲壮な気持を

知らない。

「雨よ、ふれ！ 風よ吹け！ 我が手をしばれ、我が身体をしばれ！ そして我を荒れ狂う大海に投げこめ！」とルッターは云った。この度胸さえあれば人間はドンナことでも、ドンナ境遇にあつても成功する。アトはただ正食——サムサとヒモジサあるのみである。これさえあれば、この世は日々これ好日だ！

■編注

13ページ中段8行 日々これ好日……G・Oが勧める中国生まれの作家、リン・ユ・タン(林語堂)の小説に『北京好日』(Moment in Peking)一九三七、がある。

名著の新装版
好評重刷！

アレキシス・カレル著

人間 この未知なるもの

桜沢如一訳 日本C I協会編
付／桜沢如一『人間』解説

A5判375ページ
2000円 〒3000円

日本C I協会刊

昭和14年、岩波、昭和27年、角川文庫、不滅のロングセラー！

塩は百肴の将

赤穂の天塩



株式会社 自然塩普及協会

取締役社長 牛尾盛保

東京都新宿区百人町2-24-6

〒160 電話03(364)2721~3

■自由、平和、幸福、正義の定義——万人不可見の秘義の高圧線

人間——この唯一なるマコト

桜 沢 如 一

『セカイセイフ』34号 (1951. 9. 1) より

海のカナタの空とおくサイワイありと云うウソを、まことしやかに云いし人、信ぜし人のかなしきよ。

ワレ今ここに君に告ぐ、幸も、自由も、正しさも、愛も、平和も、幸福もこの世にありて、君のモノ。

宇宙の秩序、この秘義は、魔法のメガネもつ人の、今、眼の前よ、手のうちよ。ユメにはあらず、マコトなり。

ここに私は君に『人間とあらゆる定義の定義の豆百科辞典』を送る。これは、イト小さい百科全書である。オソラク世界最小の百科全書であろう。これは、二千年前にできたマカ・ハンニャ・ハラミタ・ストラ〔般若心経〕よりは少し長いかもしれないし、法然の六字の名号や、親ランの念仏、日蓮の題目よりはヨホド長いかも知れないけれど、その深さと、親切さと、応用においては、ハルカニ広く大きい。

この新豆百科全書は、魔法のメガネであつて、これをもつ人は、スベテノ研究や労働や職業から解放されてしまう。ツマリ現世では失業する。そして蝶の如く、小鳥の如く、アケテモ、クレテモただあそび、ただうたい、ただダンスばかりして、長い長い一生を楽しみ、よろこび、オモシロ、オカシク暮らすよりほかがない、という困ったコトになつてしまう……ダカラ、以下百数十行は高圧線の様なモノで、気の弱い人は近よつてもいけない！ No loitering……

人間の定義

——人間の自由——

(1) 幸せ

人間はミナ幸せを求める。しかし、何が幸せだかを知っている人は少い！

『幸せとは、スキナことを、スキナだけ、やって、やってやりぬいて、タノシイ、タノシイ一生を送るコト』

(2) 自由

人間はミナ自由を求める。しかし、何が自由であるかを知っている人は少い。

『自由とは、幸せな人のフルマイである』

(3) 正義

人間は正義を求める。しかし、何が正義であるかを知っている人は少い。

『正義とは、スベテノ人に幸せな自由な一生を保証する、くもりなき本能の判断力だ』

(4) 平和

幸せな人の世界。

(5) 愛

愛とは、幸せな人のフルマイ。万人にホントノ幸せを発見させるコト。つまり、必死になつてタマユラの水泡の如き快楽を求めるカワリニ、彼がホントノ幸せのドマン中に生れた王子であるコトを知らせるコト。

(6) 必要

人間が『各人の才能による分配』から『各人の必要による分配』の時代に入ったコトはよろ

しい。しかし、何が必要であるかを知らないなら、人間はいつそう不幸せになる。『必要とは幸せを作るモトの質と量』

(7) 真理

『真理を知れ、真理は汝に自由を与える』

『真理とは、万人に自由で幸せな一生を保証する宇宙の秩序のイメージ』。それは宇宙の地理であり、コスモロジイである。

(8) 良心

良心とはブレーキではない。『良心とは、正義(3)の呼び出し電話』

(9) 本能

本能とは、イヤシイものではない。かくすべきモノではない。

『本能とは、正義や自由や平和や、愛や意志の発電所のモーターである』

(10) 記憶 (オボエ)

『記憶とは、宇宙のパノラマを展開するレンズ』

(11) 理性

『理性とは、人間という無限に小さい部分にはたらく、無限の宇宙の秩序』

(12) 理知

『理知とは、理性の零細な発見の集積』

(13) 思考

『思考とは、記憶と正義の二重写し』

(14) 神、神の国

『神とは正義の本体としての宇宙(絶対、無限、永遠)』

(15) 神の国の義 (マコト)

『神の国の義とは、宇宙の秩序にほかならない』

(16) 意志

『意志とは、本能を通しての宇宙の秩序の発動。本能は、教育が与える後天的知識によってクモリを生じ、したがって、意志に強弱ができる』

(17) 意識

『意識とは、本能の記憶』

(18) 潜在意識

『潜在意識とは、本能と記憶の区別を知らず、ゴッチャにした人がつけた名。マチガイ』

(19) エネルギ

『エネルギー』とは『宇宙の秩序の第五段階の仮の名』

(20) 感覚

『本能にかぶせた五色のスクリーン・フィルタ』

『感覚は、宇宙の秩序から発射されたロケットの乗組員』

この乗組員、トキドキ自分をロケットの作者で所有者である、宇宙の支配者である、という妄想にとりつかれ、トンデモナイ方向へ航路をかえる。——その実例——過去のスペテノ文明、トクニその最大傑作『西欧文明』。

(21) 感情

『感覚の五色のスクリーンがつくり出す乱視的映像』

(22) 想像

『想像とは記憶のウラ』

(23) 世界 (モノ)

『一つなるモノ(絶対、無限、永遠、宇宙)が二つなるモノ(▽△、相対、遠心力、求心力)に分れ、この二つなるモノの命のままに、ウギキ(E―エネルギー)をつくり出し、さらに、Eから素粒子、素粒子から原素、原素から大地、単細胞生物、草、木、動物などというマボロシをうつす映写幕時空』

(24) 欲望、ドンヨク

『一』が『二』、『二』が『三』、『三』が万物(『四』の素粒子、『五』の原素、『六』の植物、『七』の動物、人間)をつくり出してゆく力が『七』を亡ぼすために、『七』にしかけておく時限バクダン装置。

(25) 精神と肉体

『二』すなわち相対、遠心力と求心力(ソレカラ『エネルギー』が4つバカリ生れ、ソレカラ素粒子が16バカリ生れ、ソレカラ原素が96バカリ生れ、ソレカラ無数の草木が生れ、最後にソレから無数の人間「肉体」が生れる)のモトであり、オヤである『一』(永遠、絶対、無限なるモノ)に、昔の素朴な人がつけた名が「精神」である。

(26) 相対界、二元論

人間のアラユル行動は二つの対立する群に分けられる——善悪、勇怯、自由、不自由、正不正など。しかし、ソノ第一群(善、勇、自由、正など)が、他の第二群同様、またソレゾレ二つの相対する群にわけられる。たとえば「マコトノ善」と「ウソの善」、「マコトの自由」と

「見せかけの自由」の如し。

しかも、「マコトノ善」と思われたモノも、「見せかけ」であるコトが多い。だから、「マコトノ善」もまた二つに分れる。そして、コノ二分法はキリもなくつづく。勇にしても正にしても、自由にしても、愛にしてもミナおなじコトである。二元論は、俗なコトバで云えば「水カケ論」である。

だから、問題は、何が「マコト」であるか、と云うコトである。一元論的解決が要される。二元論や相対性理論ではゼッタイ解決はつかない。

人間は、相対界を脱出しなくてはナラナイ。相対的な平和や、愛や、幸福は、ムシロより大きな不幸、より大きな戦争、より大きな不自由より大きな憎しみに転化するモノである。

それには、三元が、実は窮極において、物理的に宇宙の遠心力と求心力に帰納されるコトを知るだけよいのである。遠心力と求心力は、実は同一の全体一体「一」を、その構成の要因に分析して始めて発見されるモノであり、あるいは、一方的、平面的局部的見方から生れるモノである。

この原理が分ったトキ、人は相対、二元の世界から解放され、永遠、絶対、無限、平和の世界に立ち戻るコトができるのである。

(27) 人間

無限、絶対、永遠、一なる宇宙の弁証法的な二元論的な $\nabla\Delta$ の対立によって作られた最高の

産物（二元化、綜合、統一）であるが、ソレだけに、この二元性、相対性のメカニズム（宇宙の秩序）を自覚しないトキは、最大の分裂、対立、闘争の悲劇の主人公としての自分を見出すよりほかはない。

(28) 宇宙の秩序

「一」宇宙が「二」 $\nabla\Delta$ を生じ、「一」と「二」が万物（エネルギー、素粒子、原素、草、動物、人間）を $\nabla\Delta$ の秩序によって生み出してゆく。「一」は父であり、万物は子であり、 $\nabla\Delta$ の秩序は霊である。

■編注

14ページ中段1行 海のカナタの空とおく……ドイッの詩人、カール・ブッセの詩（上田敏訳）の「山のあなたの空遠く、幸ひすむと人のいふ……」のことをいっているらしいが、桜沢如一作詩、下里静雄作曲の「エレホンへの舟出」（『文藝』の第一節に「海のかなたの空とおく、青い小鳥の居る国へ」とある。14ページ下段27行 各人の必要による分配……マルクスの『ゴータ綱領批判』（二五）に「共產主義社会のより高い段階で……各人は能力に応じて（働き）、各人にはその必要に応じて（与える）」とある。15ページ上段25行 二重写し……映画用語か。G・Oは、小型映写機の輸入まで手がけたくらい、映画には興味をもっていた。（10）の「宇宙のパノラマを展開するレンズ」とは、映写機のレンズのこと。（20）の「スクリーン・フィルター」や（21）（23）にも映画に関係するイメージがある。

15ページ中段29行 世界……もともと仏教語であり、分解すれば、「世」は過現未の世、「界」は空間の広がりであるから、「世界」とは「時空」のことである。なお、「宇宙」の「宇」は空間、「宙」は時間。

●戦争と平和

「核廃絶」の平和大会が開かれ、「署名」が何千万も集められ、ニューヨークで「50万」のデモがあり、日本「代表」が「ノーモア・ヒロシマズ」「ノーモア・ナガサキズ」と呼び、沿道の群衆が唱和したという。その前に、この日本「代表」の一部にビザの発給を拒否したといつて、米政府を日本のマスコミ（もちろん「赤旗」も）が口を極めて非難した。

平和は、あらゆる人の願いである。「署名」をした「草の根」の人々の「願い」は貴重である。ニューヨークの大通りにこだました「ノーモア……」の声と、その光景は、全世界の人々の記憶に残るだろう。しかし、今から10年後、20年後に生きる人々は、それを、どんな「記憶」として思い出すだろうか。それを「平和への世界人類の願いがこだました」と、未来の歴史家が書くことができるだろうか。

私たちは、あくまでも冷静に判断しなければならぬ。今日、「戦争と世界支配の策略は『平和』のかけ声と共に行われる」ということを知らない人は、世界政治については「子供」だと言われてもしかたがない。

今から30年ほど前にも「平和」の声は高かった。特に有力だったのは「世界平和評議会」で、その大会は（20ページへつづく）

■映画教室

誰がために鐘は鳴る

『セカイセイフ』 69号、一五二・二



▲プログラムの表紙

■スジ

一九三七年の五月の出来事。アメリカ人口ベルト青年がスペインの共和党を助けて、ある山中の鉄橋を爆破する話。その山中の山賊団のボス、その妻ビラー、その養女マリアがからみあい、ロベルトはツイニ敵軍に殺される。
「たがタメニ鐘はなる」これが万人の運命だ。タレのためでもない。君のタメ、自分のタメだ、この世は無常だという教訓。

■ヒハン

無数の米国西部チャンバラものの一つにすぎないが、舞台がスペインの石だらけの、木のない山であり、カトリックの鐘がなるので、ちょっと目先がごまかされるワケ。

あの石だらけのスペインの山を見てみると、四十年も前に、狼の遠吠えをききながら、ピレネーの山で一人で一夜をあかした黄色い東洋の青年（G・O）も、そぞろ昔をしのび、画中人になつていた。

一九三三年一月三十日、ヒトラー登場前後から戦乱の巷となる欧州のドマン中にもいた私は、思想的にはロベルト以上の大役をしていたのだし、マリヤそっくりの、大の日本ビッキのアルメニヤの女少尉（オツと名を忘れた）……ハヤスタン・ケボルキヤーノ（忘れるモノか、おお、ハヤジャン！）（マダ私はモノにしていけない！）という、親友で、愛人で、論敵でステキな娘もあつた。

ただ、それがオシイコトに一九二〇年のコトだ。しかし、小説にすれば、時間と空間の枠は大道具同様だから、一九三九年にしても、ちつともカマワナイし、一九三七年なら、私はまだ新潟の雪ふかき村のケイサツの地下牢で拷問されて、眼をとられたり、足をとられたりしていなかったから、ロベルトの若さはもっていたし……小説の世界はナント愉快ではないか？（一生に一度も半度も、恋の冒険も、生死の巷もくぐる勇気のないドレイさんだって、小説や映画

の中ではウツトリするんだモノ……)

イマージュ(心象)の世界では、何人でも自由をもっている。心の世界では、何人でも英雄になり、絶世の美人になりうる。そして、イマージュの世界だけがマコトの(ウソ、イツワリ、ソラゴト、タワゴト、カケネのない)世界なんだからオモシロイし、カナシイ。心の中の罪ほどホントーの罪は、この世にはケツシテないのだから……(心で愛しているモノだけがホントーに愛しているのだ。モノの世界で、あるいは、モノの世界を愛しているのは真正正銘のウソだ)

ほんとうは、心の中の罪だけが罪なんだ。シンクレアは、この辺のコトを『百%愛国者』で描いているツモリだ。親ランはソレばかりを一生ときつづけたが、シンクレアよりもモット簡素に喝破している。カレのコトバを思い出して書きつらねた歎異抄を見てもソレは分る。芭蕉は十七音でソレをズバリズバリ描いている。ミゴトなものだ。ナントいっても、宗教や芸術のような心の世界となると、結局は東洋が本場だ。ヘミングウェイ風なモラルなら、近松や西鶴はおろか、源平盛衰記や太平記にさえトツクニもられている。万葉や竹取物語、源氏や伊勢物語では十数世紀も前だが、モロそんなモラルの古くさい世界なんか火星と地球ほどに引きはなして、純生理学的、生物学的、バイオコロジクな詩と情熱とユメの世界である。

① 探偵、冒険小説——

② 講談——

③ 恋愛モノ——

④ リアリズム——

⑤ シンボリズム——

⑥ モラル——

⑦ 無限の自由と詩

と云うのが、心の世界のツギツギに開けゆく地帯であるとするれば、アメリカ物は、ヘミングウェイでも、ミッチェルでも、すべて③の恋愛モノ(性欲モノ)程度止りである。シンクレアだつて、パール・バックだつて、恋愛モノとリアリズムの中間子にすぎない。

ジャック・ロンドン①と④に出没しているが、マーク・トウェーン①に沈没している。ホイットマン④と⑦を同時に書いている。ランドルの詩人、ジョルジュ・ローデンバック⑤、フランスのピエール・ルイスだけは⑦の世界の市民権をもっている。学者、科学者はリアリズムの寄生虫、シミ(紙魚)。……こんな世界番付を作つたら、さぞオモシロイだろう。「たがためにカネはなる?」

銀行のカネと寺の鐘はドレイのためにだけ、勝利と自由のカネは永遠にそして最後に勝つ者の頭にだけなりひびく。星屑はそのヒビキだし、モロモロの蒼穹は、その鐘だ……。

(大阪愛善会館にて、六一回の生れ日)

■ 編 注

この映画は、米国の作家、アーネスト・ヘミングウェイ(一九〇二—一九六二)の同名の小説(二巻)が原作。元

来年から元年まで、人民戦線政府側とフランコ將軍

を首領とするファシズム派が戦った内戦を舞台としている。人民戦線側にはソ連が武器援助をし、国際

義勇軍が加わり、ファシズム派は独伊が後押しして派兵まで行なうという国際戦争でもあった。結局、

フランコ派が勝ち、独裁制をしいた。ヘミングウェイは、アメリカの新聞の共同特派員としてスペイン

に渡り、その経験が、この作の元になっている。「誰がために鐘は鳴る」とは、ジョン・ダンの詩からとつたと言われている。

「我は人類の一人なれば、誰の死も我を傷つける。ゆえに問うなかれ、誰がために鐘は鳴るやと、それは汝がために鳴るなれば」

映画は、自由を守るために義勇軍に投じたアメリカの青年教授、ロバート・ジョーダン(ゲーリー・クーパー)と、内乱で両親を殺されたスペイン娘、マリア(イングリッド・バーグマン)との恋が主になつている。ロケ地はカリフォルニアのシエラ・ネバダ山脈の中。

この一文は、映画評かと思うと、さにあらず、G・Oの世界を解説するカギが書いてある。これだから、どんな短文でも見のがせない!

17ページ下段25行 眼をとられたり、足をとられたり……一九四五年、日本の敗戦末期、日米の仲裁をソ連に交渉する計画のために捕えられて満州から日本へ送られ、ついで、和平内閣樹立のクーデター計画がもれて新瀉署に留置され、視力を失い、足腰が立たなくなるほど拷問された、ということを目指す。

目をくり抜かれたり、足を切断された、という、リ

アリズムのお話ではない。

18ページ中段15行 ローデンバック……G・Oは大正11年に、ローデンバック訳詩集(『THE NO SUDI』(手のすぢ))というローマ字の本を出版している。この①⑦の序列は、G・O自身が、このような読書遍歴をした、ということでもあるか？

18ページ中段21行 寺の鐘は……G・Oは、「寺の町」京都の生まれである。もっとも、この「寺」とは、「形式主義におちいった宗教の」という意味であって、仏教だけを指すのではないだろう。同じく「銀行の」というのは、「黄金万能、物万能の世界を動かす中枢の」という意味か。

18ページ中段25行 六一回の生れ日……G・Oは元皇年二月六日生まれである。そうすると、どう数えらるゝと、「一五年に「61回」となるか。(G・Oは、人は母の胎内で生命が始まる、と言っている)また、まだ60代にならないうちから「老哲学者」とか「老人」とか言っているのは、林語堂が、支那では老人が尊敬され、「老翁」をよしとする、と書いていることと関係があるのか、それと、年の数え方と関係があるのか。また、「誕生日」と言わずに「生れ日」と書くのは、G・Oがかつて奮闘したローマ字運動、つまり「ヤマトコトバのヨミガエリ」運動と関係があるのか……このように、たった七字でも面白い。

■映画教室

セールスマンの死

『セカイセイフ』73号、一五・三二



セールスマン人種は亡ぶ

ウィリーは三十六年間、同じ会社のセールスマンをつとめ、父子二代の社長を助けてきた。二代目の社長が生れた時には名づけ親になった。二十五年の月賦払いがヤットすんで、家も自分のモノになった。二人の子供も三十二と三十になった。

トタンに『宇宙の秩序』の第一原則が登場する。「始めあれば終りあり」

固定給全廃。歩合制となる。老セールスマン(63)には大きな打撃。一週百ドルかせぐことはとても六かしい。そこで従兄から50ドルかりて妻に渡す。自マンのタネの長男ビフは、高校の卒業試験に失敗していらい、グングン墮落のコース。サギ、カッパライから刑務所入りまでしている。どこへ入っても職業は二カ月とつづかず、転々としているのに父をだましている。次男は女たらし。(二人とも、この頃日本ではよく見る青年のタイプ。キザで陰性で、口がうまくて、浮気で、根気がなく、創造力がないのにあると思ひこんでいる)

ツイニ最後のマクが上る。ウィリーはクビ、長男と正面衝突。その夜、ウィリーは自殺。保険が二万ドルもらえたら、妻も幸福になるし、長男も資本ができるからスゴイ事業をはじめる、と思つての英雄的な行動。

葬式に他人は一人もこない。これでウィリーの人生兵法がインチキであつたコトが分る。「人

に好かれるんだ。ダレにでも気に入られるのだ。人気が大切だ、人気さえ博したら万事成功だ。

車のソージをよくして、八万哩走つても二万哩にしから見えないホド手入れをよくするのだ。リユーツとした服装をつけるのだ。卑クツな態度をしてはいかん。一万ドル借りるのだったら、一ドルくらいのツモりでキ然として、カルク云つてのけるのだ。ソーすりや、死んだつて数万人の人がきてくれる」等々……

宣伝第一の米國精神、昔のフロンティア精神は、黄金の國がネライであつたが、今は、その精神がセールスマンシップになつてゐる。これは、米國人全般の運命のシンボルでもあり、資本主義の最後でもあり、その罪過の一面である。「ウイリー、二十五年も月賦を払つて、やつとすんだのに、モー私たちの家には住む人がないの……私は泣けない。かんにんして、ウイリー、私は泣けない。アナタが死ぬなんて考えられないの。アナタは、いつものように出張旅行に出ている、としか思えないの……いつも、いつもアナタは出張だったもの……」

と、一生涯ス番をした妻は墓にとりすがると、（しかも彼女は、出張先で夫が何をしていたか、ユメにも知らない）……

日本の妻の大部分もこれだ。新婚早々から毎日、朝おくり出して、一日中の大部分、夫は会社や役所にとられて家にいない。自分の夫であるのは一日に何時間か？ その大部分も、死んだ死ガイのようになつて傍にねているダケじゃ

ないか。二人一所に車を引く階級の方がホント一ノ二人じゃないか？……

人生を五十年とする。二十五年を結婚生活とする。その半分、十二年半は寝てくらす。その一割の一年くらいしか水入らずで二人は一所にいないのだ。これが人間の生態だ……五十年間に一年！……これが二人の人生！！……

子供の教育が黄金王朝の御オボエめでたき人間をつくるコトをネライとするかぎり、長男ピフや次男、女タラシ、でなかつたらセールスマンができ上るコトにマチガイはない。米國の学校で品行方正、学力ユー等であつたら、ミナ実はセールスマンのウイリー型である。日本でも同様。

学校で不良の方は、ウイリーの兄、アフリカのダイヤモンドの鉱山主や、従兄の大実業家型になる。鉱山主は、弟の息子の甘やかされたお坊ちゃん型に一撃を加え、
「実社会で他人にとつ組む時は、相手を殺すツモリで切りこむのだ！」

という人生哲学、フロンティア精神を教えている。（ソレは、まかりまちがつたらギャングになるコトだが……）これが「善人」セールスマン式奮闘主義のウイリーにもピフにも分らない。

ナルホド、同じセールスマンにしても、商品はサマザマだ。靴下から石ケン、家、知識（教授）、技術（技師）、権力（役人、高位大官からオマワリまで）、死の商人（兵器工場）、殺

人権（軍人）、ドレイのフォアマン（宗教家）、官許殺人毒薬販売人（医者）——みなリッパな知性と技術のセールスマンでしかない。卸屋は学校。

『セールスマンの死』は、世界帝国黄金王朝四海波しずかに治まる御代のサザレ石「家」の内部構造を見せてくれる点でリッパなものである。

■編 注

20 ページ下段1行 フォアマン…… foreman 工場など現場の職長。

20 ページ下段5行 四海波しずかに……元は支那だが、これは謡曲『高砂』の「四海波静かにて國も治まる時津風……」か。

ウイーン、ストックホルム、ベルリンで開かれ、その「平和」アピールの署名運動が繰りひろげられた。一九五三年に発行された本で、某氏は次のように書いている。

「スターリンの平和攻勢の内容を成すものは、西欧再軍備反対、北大西洋同盟反対、日独再軍備反対等であり、側面からこれを援護する手勢の団体が世界平和擁護会議や世界平和評議会など……その合言葉は原爆禁止といふのであるが、それはソ連の原爆貯蔵量が米國より少ないから、ソ連がそれに追いつくまでの時を稼ぐといふ意味あひのものでしかない。……」

そして、一九七五年、ニューヨークで次のように講演した「ロシア人」がいる。

「……こういう風に共産主義は戦争を見ているのです。戦争は必要である。戦争は目的を達する手段であるというのです。しかしながら、共産主義にとって不幸な

（22 ページへつづく）

条件反射の世界

——自由人への道——実用弁証法——

桜 沢 如 一

『セカイセイフ』82号 (1953. 3. 21) より

ベルをきかせてから食物をあたえるクセをつけておくと、

パブロフの犬は、ベルをきいただけで、口や胃に消化液をドンドン出す。

人間だって全く同じだ。

毎朝、満員電車でゆられて、もみくしゃにされて、大きな石の箱のような、穴居時代のような家に行つて、一日机にむかつて、タバコをふかしたり、茶をのんだり、叱られたりして一日の大部分を囚人として送り、毎夕、またラッシュでクタクタにもまれて帰つて、ねるコトを三十回くりかえすと状袋が渡り、それを妻君に渡すとニコニコ愛撫してもらえる、という条件反射をつけておくと、五十年でもパブロフ人間は忠実なキカイのようにルーティン「きまりきつたこと」をつづける。

オシメの中の赤ン坊に

ヒモジサとサムサをベルにして、そのアトで始めて食物にありつくようにしておくと、人間はもうサムサとヒモジサに見まわれるたびにうれしくなり、おどり上り、力が出るようになる。こうなったら、一生カレは（ああ、三つ子のタマシイ百まで）サムサとヒモジサを

求めて、世界中を走り回る。

冒険がカレの一生になる。

ああ、ハジメあるモノにオワリあり

ウラあればオモテあり

オモテ大なればウラもまた大きい。

クルシミなきモノにヨロコビはない。

アタタカイ家、タクサンくだものやオカシをフンダンに与えられているモノは

食事のベルがなると、急に消化液がとまつてしまう。食事が不快であり、オックウであり、苦痛である。

そこで、花や音楽や、酒や女が必要になる。

人間はミナ条件反射で生きている。

みなパブロフの犬だ！

ナニを見てもウレシサとナツカシサがこみ上げてき、ナニをたべてもオイシクテ、オイシクテたまらず、ナニをしてもおもしろくて、おもしろくてたまらず、ドコへ行つてもありがたくて、ありがたくてたまらず、六カシイ問題にであえば出あうほど力と勇気が倍加し、雪がふれば犬の子になり、風がふけば風の子になり、花がさけば蝶になり、

イカニ大きなカナシミやクルシミにあつても、勇ましくきりぬけ、大きい冒険がすきになり、（フランスの兵隊は、ホリヨになつたら脱出するコトを唯一のたのしいスポーツにする）

ただモ一生きているコトが無上にうれしくて、日一日とマスマス大きな六カシイ問題をさがし出し、とつくみ、くみふせてゆくコトにヨロコビを見出すモノだけが

アリガタサとフシギサの世界の王者である。

タノシミはタマニ魚にて子らがミナうましましと言いつくとき（アケミ）

世界は金殿玉楼にみちている。

山海の珍珠は山にも海にもある。

ダイヤモンドは地の中にくさるほどあるし、権力や名譽や知識はお好み次第だ。

一分間停電したら全人類が死にたえる大きな発電所、太陽は、メートル代も払わないのに、一秒間だって停電しないで電気を、光とエネルギーをフンダンに送ってくれ、(集金人はケツシテよこさない！)

一分間止まったら全生物が死にたえる大宇宙ガス会社の空気も、メートルなしで送ってくれ。水だってタダでふってくるんだ！

光とエネルギー、空気と水がフンダンに無限にあるんだ！！

こんなスバラシイ世界に生れながら、ヨロコビとアリガタサ、フシギサとオドロキを知らずに、くるしみると、カナシミとナヤミとヤマイに虫ばまれた一生を送る人々は、

ツマリ人生の修業の第一歩、サムサとヒモジサを十分身につけなかった人々である。

ああ、サムサとヒモジサ

たのしい人生と、かがやく文明の母！

これはウラとオモテなんだ

ウラなくしてオモテはない

ウラ大なればオモテもまた大なり。

オモテだけ生かして、ウラをなくしようというような大きなマチガイがナントこの世には多いではないか？

結核菌をころして人間だけで生きようとしたり、

敵を原子力でミナ殺しにできると思ったり、ソレで自分が平和に生きられると思ったり、自分だけで世界帝国を永遠に支配できると思ったり、悪人を死刑にしさえすれば、善人だけ残ると思ったり、

貧乏国をなくしたら戦争がなくなると思ったり、スピードを大きくして音速を突破したら、より広い空間が征服できると思ったり、照明さえ強大にすれば(ヒルが夜になるのに)夜を征服できると思ったり……

ミーンナ弁証法世界観を知らないからだ。ハジメがオワリで、オモテがウラであるコトを知らないからだ！

動が静で、東が西で、上が下で、前がウシロで、生が死で、勝ちが負けで、モウケがソンで、スペテが陰と陽の相対で、有限で、無常であり、この陰陽相対を左右の手の如く自由によりまわす

モノだけが、自由でタノシイ一生を送るホントーノ人間様だが、大部分の人間は、ソンナこととは知らず、条件反射だけで生きてゆく。

条件反射人種は、大脳と大部分の間脳をとり去った視丘下犬だ。

政治渡世も条件反射！

教育屋も条件反射！

宗教屋も条件反射！

科学屋も条件反射！

アラユル人間は条件反射のロボット機だが、条件反射にブレーキをかける大脳をもつ

ている奴だけは、何もしないでオモシロイ人生を送るコトができる！
ナントユカイな人生ではないか！

ことに、一九四五年、この直線路線は皆さんのお国の原子爆弾につき当たったのです。……そこで共産主義者は戦術を転換した。……平和擁護会議が開かれたしました。……そして西側の世界はこの欺瞞にひつつかつた。目的とイデオロギーは変つておらず、皆さんの体制を絶滅すること！ なのです。西側で行なわれている生き方を絶滅することです。……」

この二つの見解は正しかったか、正しくなかったか。30年たった今日の「核廃絶」の大合唱は、「ソ連は核兵器と、その運搬手段で米国をリードした。米国よ、ソ連に追いつく努力をしてはならぬ」という「運動」であるのか？

「第三次大戦は、もうすでに終わった」という見解の人もある。戦争とは何も「真珠湾攻撃」のように、派手な形で始まるばかりではない。第三次大戦は、早くも第二次大戦中から始まっていた、と見る事ができる。そして、ある場合には、第三次大戦は、一発の砲声も響かずに、こうして終る。ブレジネフ書記長からホワイトハウスへ。
「レーガン君、イエスカね？ ノーかね？」

米ソ両国ともに大量被害を受けるから、全面核戦争はありえない、という見解があった。この期待は今やソ連が極めて命中精度の高いミサイルで米国の核基地を先制破壊する実力を備えたことで破られた、とする意見がある。

核兵器を、かりに全世界で「廃絶」しても、どこか(28ページへつづく)

オリヴァ・ウェンデル・ ホルムズ判事物語

——判断——自由への方程式を発見——

桜 沢 如 一

『セカイセイフ』99号 (1953. 10. 11) より

或る日、私は、ロサンゼルスのカールロック氏（『真理のウゴキ』主筆）からスゴイほめこたばをつらねた航空便をもらった。これは、氏の三度目の手紙である。あまり過分にほめられるのでハズカシイのだが、例によって私はアラユル多忙や読書の報告を、私の行動報告として、私の言動の同一性の証明として朝のゼミナールで発表することになっているので、カールロック氏の手紙をも発表した。

その中に、フランクリンやリンカンとならべて、オリヴァ・ウェンデル・ホルムズという名が出ている。私としたコトが、そんなエライ人を知らなかったのを正直に白状して、ダレか知っている人がないかとたずねた。ダレもなかった。

あとで春代さんが、弟が国会図書館へ出ているから調べましょう、と云って下さった。さっそくお願いした。私は昔からズイ分多くの本や人を広く紹介してきたが、ミナそれがウケウリだった。ミナたれかが私に貸してくれるか、送ってくれたモノばかりだ。その中スバラシイものを見つけると、私はソレを広く放送した。するとメッタに手に入らないような本でも、私がマスト・ブックとして推薦すると、全国の会員が探し出してよみ、余分が見つかるのと送ってくれた。ソレを私はまたミナに分けた。

こうしてドンナ本でも手に入った。メッタニ手に入らない本を全国からタクサンあつめた。手に入らない本はなかった。その主なモノを思

い出してみると、

- ① 安藤昌益『自然真営道』
- ② 水野南北『相法極意』
- ③ 李時珍『本草綱目』
- ④ 『黄帝 素問靈樞』
- ⑤ サムエル・バトラー『エレホン』（岩波）
- ⑥ 同、英文原著
- ⑦ 同前、『人の道』（原著）
- ⑧ カーペンター『著作集』四冊
- ⑨ ローデンバック『水底の室』（弘文）
- ⑩ ツワイク『エラスムス』
- ⑪ 石川三四郎『エリゼ・ルクリュ』
- ⑫ クロボトキン『戦争論』

中でも①の複製は二百冊余、⑤は五十冊余、⑪は三百冊以上取りついた。

ホントーニもつべきは友!! 友の力は大きい。友の力はスゴイ!!

ホルムズにしても直ぐ、その日のうちにルートができる。ところが翌々日に、ロージェが、『編集室にありました!!』と云って『ホームズ判事物語』をもってきた。

—— オヤ! ウチにあつたの……あッ上巻だ。下巻もあるだろう……スグ探してごらん。

スグ下巻が見つかった。相島（敏夫）さんから去年もらったモノらしい。法大出版局の出版。ナント云う失敗! 何と云う大失敗! ナゼ私はよまなかったのか? 記憶がない。キット編集へまわしたが、ダレもよんで報告をしなかつ

たので、ソノママ忘れたのか、ダレかがもらってきて、そのままつこんでおいたのかだ。

私はドンナ本でも、小説以外なら目を通さずにはおかきクセがある。コトニ伝記物は大切にする。それと、私はドンナ本でも書類でも机上につんでおくことはしないクセがある。その日のうちに片づけるのである。

単行本でも、平均一日以上ソバにはおかき。スグだれかに回す。長くソバにおいておく本は、ゼヒよみたいが大冊で六ツカシイ本である。

この十年間にズイ分たぐさんの本を貸してもらったり送られたりした。数千の所蔵本の目録をつくって送ってくれた人さえ二、三人ある。

本がすきですきでたまらないのに、一冊も買えなかった私は、人一倍本をタクサンよんだ人になった。三十才頃までは、古本より買ったコトがない。その後でも今でも古本はよく買う。ダレかに上げるためである。新本だって、よみ次第ダレかに回す。他人に貸すため以外には独占や死蔵はできない。

トニカク私はタクサンよんだ。タクサン買った。日吉のM Iを買う時、我が子を買うような気持ちで数千冊売って三万円を得たときは、ウレシサよりもカナシサの方が大きかった。私は本をタクサン人に上げるコトではダレにも負けない方だ。

私にとって本は人間の次の親友……

このホームズ物語がスグ即座に石田さんやRのオカゲで手に入ったについて、私は次のよう

な方程式を発見した——

人間にとって最も大切な幸福のハジマリが判断力であつて、その人の視界や行動や世界観、イデオロギーが最後の幸福の完成への街道の名であるコトを示す。

判断力||視界||世界観||行動||

幸福||自由

視野が時空をつらぬいて無限でなくて、幸福も自由もない。行動が、職業（内職、外勤、通勤）享楽本位、快楽主義で大部分を占められている限り、その人はケツシテ広大無辺な視野をもつていないのだから、大失敗におわるか、一生ドレイになるかである。

行動半径は、その人の友の数で示される。ダレとでも親友になれる人は、モー無限の自由をもっている人である。カキモノ、会話、ハナシのうまい人も同様である。新聞ウリをしても、お嬢さん育ち（家だけがその行動の場であつたような人々）はスグ参つてしまう。

君の行動半径は何名の友人で示されるか。君の行動圏、生命圏、君の王国は、君の友人の数に2をかけ、自乗し、その上、〔円周率を掛け〕 $(N \times 2)^2 \times 3.1416 = \text{自由}$

これが君の自由の大きさだ。それが君のこの世の幸福の大きさだ。それを分子として、25億を分母にすると、君の王国のセマサが出る。ただし、「友」とは最も大切なモノをささげる人。トコシエのヨロコビをバラマク人……

■編注

23 ページ中段11行 オリヴァ・ウエンデル・ホルムズ…… Oliver Wendell Holmes (一八四二—一九三五) 米国の法学者、最高裁判事。父は同名で、医学者、文人。(一八九九)

ホームズは、ハーバード大学卒後、南北戦争に従軍し、退役後、大学にもどり、法学を学んで弁護士となり、母校の憲法の講師となる。「法の生命は論理ではなかった。それは経験であつた」という文で始まる『コモン・ロー』（一八六二）の著書が賞賛を受け、ハーバード大教授、マサチューセッツ州最高裁判事、合衆国最高裁判事となり、名句に富んだ判決を下した。一九四年、公法の發達に寄与したと、ルーズベルト記念会からメダルを受けた。

『判事ホームズ物語——オリムパスから来たヤンキー——』上・下は、C・D・ボーエン著、鶴飼信成・井上庚二郎・宇佐美珍彦・福岡豊吉共訳、法政大学出版局・昭25年刊。

23 ページ下段2行 安藤昌益……

① 渡辺大涛著『安藤昌益と自然真営道』木犀社書院・昭5刊のことを指すか。この本は、勁草書房・昭45復刻。昌益の『統道真伝』上下は岩波文庫・品切れ中。古書店で千五百円。『自然真営道』は、平凡社の東洋文庫、岩波の日本思想大系などに部分的に収められている。中央公論社の『日本の名著』は現代語訳。ほかに研究書は数多く出ている。

② 水野南北『南北相法極意修身録』大阪の人間医学社刊。原文で、やや読みにくい。「食の慎み」「麦食」をくどいくらい力説している。

③ 李時珍『本草綱目』……『国訳』全15巻、春陽堂

書店・昭48。食物、草根木皮、鉱物に至る大全書。

④『素問』『靈樞』……東洋医学の大古典。築地書館から『意訳……』が出ている。柴崎保三氏の全訳注25巻が完成した。(京都の雄渾社・刊)

⑤⑥パトラ『エレホン』……岩波文庫・山本政喜訳(絶版)。昭54に首羽書房から石原文雄訳が出た。英文はエブリマン文庫にあり。

⑦パトラ『万人の道』上・下、岩波文庫・昭30、旺文社文庫・昭52、共に絶版。

⑧カーペンター……現在、新刊店にはなし。

⑨ローデンパッハ……G・Oが大正11年に、ヨミガヘリの家社から刊行した『テノスチ』THE NO SUDIが日本での最初の訳本。

⑩ツヴァイク『エラスムスの勝利と悲劇』(ツヴァイク全集15、みすゞ書房・昭50)

⑪石川三四郎著『エリゼ・ルクリュ』思想と生涯』国民科学社・昭23

⑫クラウゼヴィッツ『戦争論』(岩波文庫)のことか？

24ページ中段21行 君の行動半径……『GOレター』第3信(一五五三〇・二六)(インドに渡るサードハナ号上からの通信)に、「……一日も早く君たち(MI生)を呼びたい。……ソレは自由人の卵になった人、ヒヨコから先きだ。Wの99号のE(2×2)×3.1416

で君を測定して見たまえ、この方程式は進行型で毎月変る。毎月少くとも一二人五六六四(一年の末には四五二三人三九〇四になる)ふえる人でなくてはダメだ。ツマリ毎月少くとも一人の『友』を発見したまえ。ソレくらい、愛の強い人でなくてはトテモ全世界を無条件で愛するコト、つまり第七の世

界に入るコトはできない。(欄外/Nを一人とすると一二・五六六四)

……この世でイカナルものでも、人でもキライナものがあつたら、その人はケツシテ幸せにも自由にもなれない。まして悪口、カゲ口放送、ニクシミ、ネタミ、ノロイ、ウラミを少しでも持つ人はもうダメだ。ソナナ人は排他性のカタマリで、破壊しかできない。しかし私はソナナの方が好きだ。私はスベテのモノと人をOKしてきた。……(私が追放した人は、アマリ君たちを苦しめるか、その人のためにソノ方がいいか、だつたからだ……)まず一人の人を愛するコトだ。ツマリ一人の『友』を見つけるコトだ。一人の友を見つけるには少くとも一万人の人を愛して見なくてはならない。君が全心力で愛しているのに、愛されなかつたら、君の愛が実は所有欲なのだ。この世の愛なんだ。……(本誌43号にも掲載)

●本の探し方——大型または特大級の書店になければ、『日本書籍総目録』『NON書籍総目録』を図書館や書店で見探す。『著者名順』『書名順』になっている。品切れの本や、昔の本は、図書館で読むか、古書店で求める。『全国古書店地図』や、地域別の地図が出ているから、どこにどんなものを扱っている古書店があるか分かる。あと、古書市、デパートなどの即売会、古書店の通信販売などの分野がある。

G・Oのいうように、本好きの仲間や友人の間で情報交換をすれば、ずつとよい。

自然医学会より

自然医学会(森下敬一氏会長)より、次の文の掲載申し入れがありましたので掲載いたします。

編集部

本誌2月号29ページに「森下敬一氏告訴さる」の記事が載りましたが、私共の立場から申しますと、千島氏側の主張は、全く根も葉もないナンセンスな言い分に過ぎず、一方的に言い掛りをつけられて、突如告訴されたという状態で、遺憾に思っております。もともと争点の明らかでない訴訟でしたが、その後千島氏側は、最初の訴因を取り下げるなど、支離滅裂な裁判を進行中であることを申し添えておきます。

なお、今回の告訴問題については、月刊『自然医学』誌の昭和57年3、4、5、6月号に掲載された「いま明かされる歴史の証言」と題する特別座談会で、私共の立場を明らかにしております。出席者は鶴野誠・二宮信頼・松本雅之(3・4月号)、鈴木武徳・藤田正直・松本雅之・森下敬一(5月号)、牛尾盛保・松本雅之・森下敬一(6月号)の各氏です。お読みになりたい方は左記宛お申込み下さい。

〒113 東京都文京区本郷2-3-10 お茶の水ビル
03・816・3966 自然医学会

世界と日本の難問題が山積している今日、このような問題は一刻も早く解決し前進されることを当事者の方々に希望します。

一九八二年六月十二日

編集部

不幸で不自由な人は病人

——最後のANSを終えて——

桜 沢 如 一

『セカイセイフ』84号 (1953. 4. 11&21) より

(一)

(四月三日)

ツイニ最後のANS (世界政府自由と平和の大学講座) をやった。新しい参加者が多かったタメか、前後十八回のANSと、六十八回のPU D (同上——無双原理世界観講座) を通じて、今回くらい成績のワルイことはなかった。

陰(▽) あれば陽(△) である。第17回が、十日で卒業生を一人出すほどの好成绩の後である。ムリではない。しかし、今回はグット程度をさげてやった。つとめて専門的な問題をさけた。初歩の化学や物理の問題さえもさけた。しかも成績は最下等であつた。これは、私の技術が老巧になったタメではなかった。集まった人が平均して悪かつた。

その証拠は、

(一) 最初に渡した『MI (世界政府協会) のサダメ』(PU 無双原理——研究者の一生の心得) を反古にしまったような不心得者が数名あつた。

(二) 朝オキの出来る人が二、三人しかいなかった。

(三) 俳句と川柳の区別をしらない人、俳句も歌もつくつたコトのない人、ツマリ感性的世界まで生長していない人、マダ感情や、感覚だけを判断の道具としている人が大部分であつた。

(四) 重篤な病人が多かつた。

(五) 始めから終りまで一回も質問や回答をし

なかつた人が沢山ある。

(六) 知性的には小学校程度。英語は中学二年程度にも及ばないような高校生や、大学生ばかり。

(七) 人に愛される青年が実に少かつた。

(八) 貧乏のドン底にいる人や、を経てきた人は二、三人だつた。(会費が高かつたからか？否、フトン代だけでも一組一日百四円だから、会費は実費よりハルカニ安くなっている。実費は一日五百円以上についている)

(二)

つまり、私はマダ「無知」という、全人類のアラユル不幸のモトを爆破する技術を完成していないのだ。私もマダ無知の一人なのだ。マダ苦しみ足りないのだ。だから、モー一苦労して来なくてはならない。

——イヤ、この金輪際動かない日本人の無知を動かす練習をした方がいいではないか？

——と言われると、私はタシカニ卑怯か、少くともズルイ人間だな……それもある。しかし、私はアクマデこの無知を粉微塵にするコトを一生のネライにしているツモリだ。まあ見ていてくれ給え。

(三)

私の第18回ANSの収獲——

「ツマリ、不幸な人は自ら不幸を作り出しているのだ。ソナ役をこの人生劇の舞台でわりあ

かえる

国民外交の成果

モスクワの国際経済会議の帰途、北京を訪れた高良とみららがもたらした種々な報告は、引揚問題への国民的関心をますますたかめた。そして五二年二月一日の北京放送は、「日本側で配給すれば日本人居留民の送還に努力する。具体的な問題は、日本側の適当な機関または人民団体の代表が中国紅十字

との返信があった。面目を失った政府は、日本を除く二団体は政治色が濃いためから派遣旅券は支給しがたいとか、旅券法違反の高良とみには旅券を下附しないとか、さかんに妨害しはじめた。しかし、中国紅十字会との直接交渉の成功、引揚への全国的な関心を無視しえなかった政府は、しつしと民間団体の派遣を決定した。



↑ 引揚打合せ代表団集る (53. 3. 11) 島津忠利相長 (中央)、高良とみ (中央左)、平野義太郎 (中央右)

▲高良参議院議員と島津日赤社長の間の奥、やや上方を向いているのはG・Oか。(『画報・現代史』

第14集、国際文化情報社より)

てられて熱演している人だ！」

「不幸な人は、他にヨロコビをバラまくコトを拒絶している人だ。それもタダノよろこびを。」

(ツマリ、物でなく、一時的でなく、心で永遠につづくヨロコビを)」

「不幸で不自由な人は、生理的にミナ重大な欠陥をもっている」

「各人の不幸のモトは、母胎内の生物学的年齢30億年の食にある」

「結局、世界の不幸、不安、ナヤミの責任者は教育家である。教育を渡世とするヤカラである。

モチロン、山彦学校の無着先生のような教育をスポーツや趣味や道楽にしている人をふくめてである」

「モチロン、全ての人のドンヨク、すなわち無知が不幸の真の原因ではあるが、そのドン欲や無知が、実は教育家のつくるモノなのだ。人は生れつきはスバシイ観知(最高の判断力)をもっている。その証拠に、胎内で水の分子のようなアワレな小さい存在から、自分で目や心臓や、胃や脳のような、イカナル精密工業でも造れないようなモノをグングン作り、その上、ソレヲ無数の機関や八兆の細胞の一つの組織にまとめ上げ、ソレを音もたてずに運営する。」

最初はサムサとヒモジサしか分らないような感覚的、機械的判断力しかもたないように見えるけれど、放っておくと、おいおい感性的、知性的、イデオロギー的判断の段階を経て、ツイニ最高の道義的判断力に達する構造を実現する

子供はミナ天才である

——北沢民次著『絵を描く子供たち』——

桜 沢 如 一

『セカイセイフ』87号 (1953. 5. 21) より

ここにウレシイ自由人が一人ある。北川君はメキシコへゆく途中で持金をスツカリとられ、無一文で上陸し、行商を二、三年やってから美術学校の先生になり校長になり十年送った人。

この本は、氏の約半生、三十年を一枚の画にしたようでゴチャゴチャしているが、生きていく人生を見るようでオモシロイ。私と同じく、自由人をつくるための努力をしているツモリで、実は自分の自由を仕上げている人。「不自由人とは罪人である」という考えの人。

自由は、ダレでももっている心の祖国、タマシイの故郷だ。ただ、ソレが進駐軍や外国政府の権力に支配されているダケだ。しかし、進駐軍や外国政府や金力や暴力というモノは、ケツシテ心の祖国、タマシイの故郷を占領したり、支配したり、掠奪したり、暴行したり、持つて行ったりはできるモノではない。

私は、教育や政治のコトを話しているのだ。その証拠——劣等生や、学校へゆけなかった子供がリッパナ自由人になる事実。だから、学校や教育というモノを焼き亡ぼし、教育者を全部死刑か終身刑にしてしまえば、世の中はモットおもしろくなるにきまっている。

しかし、学校や教育者にタクサン金をかけて、人間をドレイにするコトもいい事である。ナゼナラ、そんなドレイが、役人や社員や月給取り（ツマリ、政治という犯罪の機械や機構のフゾク品）になり、他のドレイ人種レディメード人を虐げ搾取するコト数百年に及ぶと、それをブ

チ破るために苦勞する自由人は、苦勞のしがないがある。

ナゼナラ、そんな苦勞をしぬくと、ドレイたちから、神様が偉大な人のように思われるから（ソレは死後に来る事が多いが、ソレも自由人にとってはアリガタイことだ。生きていくうちに祭り上げられたら、イカナ自由人もオシマイだ）。

創造的精神とか、創造力というのは、実は、自由の、数ある別名の一つにすぎない。

子供にピカソやマチスの作品を見せるコトはモチロン、教師自身のモノさえ絶対に見せてはいけない、と云うのはオモシロイ。

北川サンは、メキシコで十年やって、あらゆる反対と闘ってツイニ欧米にまで有名になった児童美術教育を、日本に帰ってからナゴヤで始めた。そして、日本の子供のイジケとアマツタレにおどろいた。

ホントーニ、日本の子供はアワレだ。自由の反対、自由を殺す盲愛で八重につつまれている。この教育、家庭、両親をマズ解放して自由にしてやる事が入用だ。

私は沢山の青年を世話してきたが、カレラは北川サンと同じような放浪と冒険、スリル満点の生活にセツカク放り込んでやっても、根が甘ツタレの弱虫、ババ育ちの七〇％引きばかりだから、お話にならない。女親の盲愛バカリでなく、この頃は男親の盲愛の方が倍も百倍も大きい。甘い男親育ちは七〇％引きくらいでなく七

○○%引きくらいである。不良や、暴力や知能犯や、アラユル犯罪は（戦争屋まで含めて）ミナこの甘い『良い子』教育の成果である。

人間はミナ生れたときリッパナ創造力をもっているが、それを、親、学校、教師、社会が、おいおいと窒息させ、殺してゆくのである。

子供はミナ天才をもっている。

丸裸の赤ん坊はスバラシイ芸術作品である。その作者はカレ自身である。母でも父でも医学でも教師でもない。

その創作力が二十才頃から衰えるのは『①ナマケ、②ゴーマン、③病弱、からである』と北川さんは云う。しかし、ナマケもゴーマンも、病弱も、父母、教師、社会の甘ヤカシが原因である。子供は放任にかぎるが、すでにナマケやゴーマンや病弱をもつ親（スナワチ不自由人、ドレイ）が放任しておくと、子供たちはナマケとゴーマンと病弱を見習うばかりでなく、それを手はなしで表現するから、臆病、卑劣、暴行、犯罪を平気でやるようになる。精神薄弱児はその一部で、一番罪のカルイ方である。

トニカクおもしろい自由人の生きている見本を見たい人は、この本をよむといい。松居桃楼さんと好一対。

（岩波新書、野村三郎君提供）

GOテキスト・シリーズ

フリーエーの発見

桜 沢 如 一

『セカイセイフ』99号（1953. 10. 11）より

人間と云うモノは何と云うアワレナ盲者だ！
M君から、昨日はフリーエーの『四運動の理論』を見せられ、よみ、初めてFと云う人を知り、彼が百二十年も前にフランスで無双原理を力説していたコト、エンゲルスがFを高く評価していたコトを知って私はガク然としたり、大きな援軍を得たウレシサに窒息しかけたりした。時も時、サードハナ号の切符を買った日！

F（フリーエー）（七七二二五）は27才で△△の二元をチラと見つけ、58才頃にはモ一党の首になつていた。彼は△△相互の引力を情念引力（感情的引力ムスビ）と名づけている。これは引力と同一のモノで、これが運命を創り出すモノ、この△△二極と、その生み出すムスビ（二は三を生じ、三は万物を生ず）の法則が分らない限り、人は幸福にも自由にもなれない。

二十五世紀の間、アラユル学者、道徳家、宗教家が、コレを知らずにかき上げた全ての本は焼きすてられねばならない。人間は本能の手ツナを引きしめるべきではない。

ここに新しい科学がある。コレは空前の学で、在来の一切の科学を否定する。在来の科学はミナ不確実キワマルモノで、その証拠は、現在の文明の不安と恐怖である。

物質界も人間精神界も同一の法則によつて貫かれている。物心両界の運動は、①社会的、②動物的、③有機的、④物質的の四つであるが、ミナ引力（親和力）があるから生れる。コンパが入用だ。コンパさえあれば、我々は我々の運

命を創れる。

と云うような、エンゲルスが高く買ったFの主張は、全くフランス人のかいた無双原理PUの入門書ではないか。Fの如き人がいた国にゆく楽しさ、Fの如き人を探し楽しさ、Fが高く買われたと云う力強さが、今の私の楽しさウレシさを少々、諸君に分らせはしないか。

Fは私の『宇宙の秩序』をよんだら、そしてこの頃のコンパをよんだら、スグ特々別会員になるだろう。そして、我々のアカデミー、毎月一回の人間研究会で津田博士に負けない熱情を示すだろう。FがPUを知ったら、彼独特の六カシイ言葉を次の如くヤサシクおもしろいコトバにおきかえるだろう。こんな風に下のコトバを訳しながらよむと、コノ本は十倍もおもしろい。

情念引力（イトシサ）

北の液と南の液（マと△）

結合秩序（ムスビ）

不統一所帯（分裂症の家）

統一世帯（ムスビの家）

普遍秩序（宇宙の秩序）

Fの最大の洞察力は、その医学的予言である。彼はコノ普遍秩序の法則がハッキリしたら、『万病を治す医学』（食養生法）が生れると断言している。

（日本評論社の世界古典文庫、百円）



呼べば応えるほのぼの雑誌

見本誌 無料呈

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

月刊 **自然食ニュース**

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

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

最高の品質・おいしさ・香り
—あなたにめぐりあいたい—

ゴマペースト
美の光
ひかり



230g 480円

純
胡
麻
油
胡
香
の
光
ひかり



1200g 2800円

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

7号正食とゲルマニウム温浴 心身改造ドック

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

§ ドックの内容

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

§ 参加費用（7日間）通いながらできます

入会金、1万円 参加費、3万5千円

§ 1982年度 ドック開催日

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

ゲルマニウム健康センター

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

■編 注 (追加)

4月号25ページ中段24行目 『東亜の覚醒』……岡倉天心(一八六三—一九一三)が、一九〇二年(明治35年)、41才の時、英文で執筆した『The Awakening of the East』これは、一九三八年、河出書房より翻訳刊行され、一九四〇年、聖文閣より原文が発行された。日本文で約三万字。以下、同書の冒頭の部分だけを見ても、G・Oが、この趣旨に強く共鳴しただろうと思われる。

『東洋の目覚め』

アジアの兄弟姉妹よ!

我々の父祖の地は苦難に充ち満ちている。今や東洋は懦弱の同義語となり、その現住民は奴隸の別名である。我々の誇称されている従順さは、礼儀正しき事が臆病によるのと同様の風刺となった。商業の名の下に我々は軍人を歓迎し、文明の名の下に帝国主義者を擁護し、基督教の名において、残酷の前にひれ伏したのである。国際法は白き羊皮紙上に輝いているも、——あますところなき不正は、有色の皮膚に黒き影を印した。王位はよしやすでに覆えされずとも、動搖の兆があり——地上にはもはや我々の満悦にひたるべき平和はない。飢えに瘦せおとろえた女性に、むなしく我が家の炉辺に坐している。天の慈雨は、これまで浴していた通りの寛大のしぶきを送らない。男子は自分たちが知ろうともしない沈黙の恥辱の中に互いに眺め合い、女子は今や英雄を産み出すように生まれてきてはいない。(中略)

アジアの兄弟姉妹よ!

我々は理想の中を長い間さまよってきた。さあ、再び現実に目醒

めようではないか。我々はこれまで、無自覚という流れにただよっていたのだった。さあ、もう一度現実という苛酷な浜辺に上陸しようではないか。我々は清浄さの誇りの中に立てこもって、お互いに外界から隔離しあつてきたのだ。さあ、共通の悲惨という大洋の中で溶け合おうではないか。西洋の罪の自覚は、しばしば黄禍の幽霊を呪い立ててきた。東洋人の冷静な凝視の眼を、白人の災にふり向けよう。私が諸君にかく叫ぶのは、いたずらに暴力をあえてせよ、と叫ぶのではない。諸君の人格に訴えんとするのであり、また侵略せよ、と叫ぶのではなくして、自覚せよ、と呼びかけているのである。

ヨーロッパの栄光は、アジアの屈辱である! 歴史の行進は、我々にたいする不可避的な敵対に西洋を誘導した歩みの記録である。

地中海やバルチック海の海洋に棲み馴れ、生れながらにして獅と戦争、海賊と強奪とを事とした、常に満ち足りることを知らぬヨーロッパ人の本能は、農業に国を立てる我々アジア人が、大陸生活に満ちしていることとは、最初から鋭い対照をなしていた。自由という、人間にとって最も神聖な言葉は、彼らには享樂の拒否(G・Oは「投影」と訳している。projection「客体化」か?)でこそあれ、内面生活の調和ではない。彼ら社会の強韌性は、常に略奪物を獲得せんがための団結力から生じてきていたのだ。(中略)自由を無上の誇りとするギリシア人ですら、奴隸に対しては常に暴君であつたし、奢侈逸樂にふけたローマ人も、エチオピア人の汗とゴール人の血の中で泳いでいたのである。(後略) [岡倉古志郎訳]

〔『東洋の目覚め』は、平凡社版などの『岡倉天心全集』または、筑摩書房版『明治文学全集38・岡倉天心集』に収められている〕



June 1, 1982

Dear Friends,

I am moving soon to Tokyo and would like to ask your kind assist-

ance in helping me locate a Macrobiotic household in which to live. I hope to find English speaking friends who can guide me in my new life in Japan, so I am looking forward to meeting people and studying at your center.

I will be teaching Montessori at Seisen International School. My move will take place in early August and I will stay one year, at least. (中略)

I would like a quiet, orderly place where I may have my freedom to come or leave, since I want to be involved in discovering your city. I could help with cooking periodically, but need a place where meals are included so I may put my full attention into my classroom.

Perhaps there is a place where I could stay temporarily as soon as I arrive until permanent arrangements are made.

Many, many thanks.!

Carolyn Hadsell

■どなたかお世話してくださる方はありませんか。
至急ご連絡ください。日本C.I.協会 (橋本)

伊豆で楽しくやろう!

7号食 7日間 心身改善ドック

7号正食、6・5号正食と万病によいと評判のゲルマニウム手足温浴を組合せることで、反応に苦しむことなくラクラクと7号正食・心身浄化を実行できます。

夏休みに伊豆の海辺で楽しく心身改善しませんか。

ドックの内容

7号正食コース、6・5号正食コースの実践。
ゲルマニウム温浴による体毒排出。
砂埋健康療法、ゲルマニウム飲用、海水浴、ハイキング、その他講習(肉体の浄化法、心の浄化法、魂の浄化法)。

費用 大人45,000円(中学生以上)
子供35,000円(小学生以下)

日時 8月14日 3時～8月20日 12時

会場 伊豆・松崎 春城会館 (温泉)

申込締切 8月5日(木)ただし定員30名になり次第締切ります。

●詳しくは下記へお問合せください。

正食とゲルマニウム温浴

健康センター **天 佐 架**

〒193 八王子市めじろ台1-10-18-203 ☎0426-66-4622

● 5月16日、松本光司先生の「食養日本料理講座」が始まりました。

この講座は、食養的に生かされた日本料理の歴史と実習を学ぶもので、この日は、吸い物・生がわり・焼物・八寸・煮物・御飯の献立でした。

「いまの揚げ油は何度くらいですか」という参加者の質問に、松本光司先生が熱い油の中に指をつこんで「百四十度くらいです」と答えたので、一同おどろく一コマもあり、多くの熱心な方々の参加で、盛会でした。

当日は、桜沢里真会長や田中愛子先生も、出席されました。

7月18日(日)の第三回「食養日本料理講座」の献立は、次の通り。

- (1) 冷し汁味噌仕立(蓮団子、笹がき牛蒡、粉山椒)
- (2) 滝川豆腐(豆乳、寒天、浅草海苔、つゆ)
- (3) ジンダツネリ(東北郷土料理) 長芋の辛子酢味噌和え
- (4) 椎茸の蓋煮蒸し
- (5) 獅子唐真挽き揚げ
- (6) 京人參の胡麻和え
- (7) 小鉢・野菜とじ
- (8) 御飯・ゆかり飯
- (9) (参加者は7月14日までに申し込み)



▶ 松本光司先生。



● 5月30日、野口三千三先生(東京芸術大学名誉教授)が来られ、講演と野口体操の実技指導がありました。

ヘビのオモチャや巨竜の糞の化石、粘土の重りをつけた十円玉にいろいろな種類のコマといった、さまざまな玩具を持って、来られました。

勢いよく回りだすと、軽い方が下に、重い方が上にひっくり返るコマがある。粘土の重りをつけた十円玉も、回転しだすと、重りをつけた方が上になって立ってしまふ。

卵も板の上でぐるぐる回すと、ゆで卵と生卵では回り方が違う。しかも、生卵は手でさわって回転を止めても、その手を離すと、再びゆっくり動く。「生きているからだは、皮膚につつまれた液体である」(体液主体説)などなどの野口先生の言葉が、こういうオモチャを通して実感されていく。

コマは、回れば回るほど、静止しているように見える。お正月にコマを回して遊ぶのも、自然のなりたちを考える、意義深い遊びだと、語られました。(著書に、『原初生命体としての人間』『三笠書房、『野口体操・からだに貞く』『野口体操・おもさに貞く』、柏樹社など)



▶ 野口三千三先生。



●5月30日、女性の海外渡航一人旅の体験と方法について、奈加野由子さんが、「悪妻賢母の体当たり世界冒険旅行」という題で、話されました。(同名の本が理想出版社から発行されています)

主婦の立場から言えば、世界冒険旅行の第一歩は、家族の同意を取りつけることから始まる。奈加野さんの場合、夫の説得に八年をついやしたという。それに、主婦という漠然としたキャラクターでは、お金持ちでもないかぎり、旅費の工面もできない。奈加野さんは、主婦・奈加野由子でありながら、現在ではジブリ・占い師、エトワール・ヒデ、ヨガ教師、ナイトリー・デビなどの、いくつもの顔を持っている。

奈加野さんの旅が普通と違うのは、いつも一人であること、ホテルも予約せず、行った先々で知り合った人達と友達になって、一週間、十日と泊めてもらう。こういう場合、お札にと安価な風呂敷や電卓を、日本から持つていくと重宝だということです。

奈加野さんは、世界の家庭訪問をしていることになる。こういう旅は、誰とでもすぐに親しくなれないと、なかなかできないだろう。女性の一人旅は

危険も多いし、奈加野さん自身、強盗に頭を殴られて血だらけになったり、風土病にかかったり「自分で守るほか、命の保障がない」と言う。

しかし、バック旅行では知ることのできない、現地の人を持つ素顔の文化や風俗と触れ合うことができる、ほんとうの旅がそこにはある、こう奈加野さんは語ってくれました。

●5月9日、大森英桜先生が「カブラ著『タオ自然学』と無双原理との関連について」講演されました。

『タオ自然学』によれば、分子、元素とたどって素粒子の世界まできた物質科学は、複雑な構造を単純な「基本的構成要素」に分解して説明するという、力学的見方の破棄をせまられているという。講演の中で大森先生は、このあたりの本書の意義を次のように語っています。「私たちの体を素粒子レベルで考えたら、もう物ではない。体の中で、新しい素粒子ができたり、なくなつて消えたかと思うと、別の所へ配達されたりということが起っている。絶えず、外のエネルギーも入っているし、自分のも外へ行っているとしたら、科学者にも自他一体、霊肉一如などの東洋の思想がわかつてきたのではないか」



▲リマクッキング・アカデミー富士宮の松永美喜子さんより、野草摘み会の写真



▲奈加野由子さん▲

5月30日、講演する桜沢里真会長▼



5月29日、「ツルシマ創立四周年」祝賀パーティ▼



復刻発行！

桜沢如一著訳書

① 心臓を入れ替へる法

—無双原理真生活法の極意、悪魔の書—

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

② 生体による原子転換

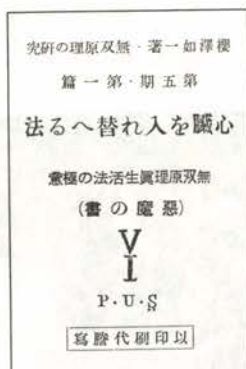
ルイ・ケルヴラン著、桜沢訳

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

③ 自然の中の原子転換

ルイ・ケルヴラン著、桜沢訳

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



『心臓を入れ替へる法』の目次の一部

一、マコト（真実）篇

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

二、ソラゴト篇

アメリカの広告哲学

石炭の濫費96%
健康運動—路傍の石
イネ、ホルモンのうそ
ウツツキと科学者
春風をもって己を愛撫し
家は漏らぬほど、食は飢えぬ
ほどのウン

概念の骨董品店
楠公精神の観念論者
校長先生と修身教育
戦時浮腫—栄養不足説のウン

健康戦線のS・O・S
ウソの看護婦

人造牛乳
国民学校生徒の読み方
農村の食生活指導

三、みたま（信心）篇

四、ヨロコビ（歓喜天）篇

五、（附録）幸福の国

ほか6項目

『生体による原子転換』 目次の一部

第一篇

I. Nのフシギナ転換

- A. 動物界で
- B. 植物界で

II. COの生体内での生産

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

III. 2Nとシリコンの関連

第二篇 カリウムについて

- A. 従来の色々な観察の大観
- B. Kについての我々の研究

第三篇 マグネシウム一体内生産

I [A] フシギナ原子転換について

[B] Mgと他の原子との関係

II Mgの自然発生

フロク「原子転換」の批判 ヘナフ

『自然の中の原子転換』 目次の一部

I. 花崗岩

II. アルカリ類及びアルカリ土類の起源

III. Ca (カルシウム)

IV. Li (リチウム)

V. 金属起源論

VI. FeとM

VII. 石の病気色々

VIII. P (燐)

IX. S (硫黄)

X. Cl (塩素)

XI. 石炭—石油

XII. Sn (錫) — I (ヨード) の関係

III. 放射性残渣の原子転換?

結論

フロク 他の研究者たちの業績と解説

『心臓を入れ替へる法』と『永遠の子供』について

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

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

(中略)

(本誌 503号再掲)

(桜沢如一「イワナとキノコ」一九四六年発表)の「はしがき」より)

『心臓を入れ替へる法』
(昭19)より

無双原理真生活法の極意

(その一部)

二、振動・周期性は▽△存在

P・U魔法のメガネの度をもつと強くして見ようか？それは造作もない。操作だ。

つてゐる。
つた様に目
シズの胸に
ら 8 (無
ネP・Uに
目盛りがつ
なつてゐる
プの中に宇
くまれてゐ
たとへば
動は人間の
見えるけれ
れな人間の
ではその「
としてなつ
るかだ。一
ラの音とな

▲復刻版の一部（原本を1.55倍に拡大）

一、ナゼ私はPUを

広めてきたか

これは無双原理がよく「分つて」その「行」で相当苦勞した人でないと読んではいけない。と云いながらこの極意を公開するのであるが、別に心配は少しもいらぬ。ナゼナラ、よくPUが分つて、相当その「行」で苦勞した人でないかぎり、いくら読んでも、この極意は絶対に分らないからである。まあ「宇宙の秩序」ナンカ、小供らしい、もつと六ヶしいものを書け、など云つた程度の人には絶対に分りつことはないだろう。そんな人がたくさんあつた。その程度の「分つた」なら大丈夫、何も分つてはいないのである。分つたということは理が分つた、ということである。コトワリが分つたというのである。ところが「分る」と云う事、「コトワリ」と云う事は分解し、解剖して、モノゴトの素材や組み立てが一目瞭然となつたと云う事を意味する。ところでソノナ理の分解は死んでいる。實際的ではない。

たとえば自動車を分解して、その部分品や組立て方が「分った」としても、その部分品の製造法や、組み立て方や、運転法や、乗り心地は分ってはいないのである。名画をそのエノグやタッチに分解して「分った」と云うような人には、その画を描く事もできねば、ほんとうに鑑賞することもできないのである。剣道の達人の電光石火的な太刀さばきが高速度映画で分った

としても、真剣をふるって渡り合えと云つたら
たちまち青くなるようなものだ……。

だから安心して私はこの極意を公開する。別に皆伝免許料も決してとらない。いやむしろ、私から何千万円かの皆伝免許料をつけてあげても、貰ってほしい極意である。そんなネウチがある、私は確く、深く自信している。実際の極意は何千万円よりも高価な貴重なものである。ナゼナラそれは生命の原理、いや生命そのものである。キリストが「汝、全世界を獲ともその生命を失わば如何！」と云つたその生命だ！しかし、一体ナゼ私はそんな高価なもの、何千万円もつけてまで貰って頂きたいのだ？ 答はカンタンである。「ただ貰って貰いたいのだ！」ただ上げたいのである。ナゼカ？「いくら上げてもらえないし、それにモノを上げると云うことは面白いことだ。面白くって、面白くってたまらないからだ！」ナゼ面白いのか？（くだいなあ）。いやナゼ面白いのが面白いのか？（頭がワルイ人だなあ！）それが人間の本性だ！では人間の本性は神か？勝手にあそばせ！まあソナに怒るな！お手前だつて神様じゃないか！生きてると云うことが奇跡じゃないか！大根や、ニンジンや草の実や水や空気を材料にしてガソリンとして、モノを云つたり、喧嘩をしたり、恋をしたり、アクビをしたり、盗みをしたり（ヤミをやっているだろう）何と云う大きな奇跡だ！それでも神様でないと言ふのか。（それでも人間でないとい

云うのか？……）

二、私の一生のプログラム

私は二十二、三才で「食物だけで健康で幸せになると云う無限の金山の秘密地図」を手に入れた。それから私はこれを世界に知らせて、みんなを招待する、その金山の木戸番、かねては宣伝員をやることで一生暮す事に決心した。ところが、いくらよんでも誰も来てくれない。ノドから血が出るほど叫んで廻つたら終いには石や瓦が頭の上へ飛んで来た。「新しき迷信の流布者」と云う称号をつけられたり、暗い処へホリ込まれたりした。まるで世界で最初の石油井戸を掘つたドレークさんのように……。

そこで私は三十五才まで、約十ヶ年はこの金山をコツソリかくしておいて、他の世間並みな方法で金を儲け、その金で大々的にこの金山の宣伝、広告をやろうと思つた。それでもやはり、コソコソ宣伝はつづけながら、トモカク、船乗りになつて世界を廻つたり（私は船員手帳をもっている！）、新聞記者になつたり、貿易商になつて、（そう、羽二重を百万円以上ロンドンでプロトンさんに売付けた。そのおかげで、今でも私は六匁の薄地は川俣であるとか、クレプデシンや、ジョルゼットは福井や長野だとか、大阪川口の支那商館へ納める絹ハンカチの目付の増量をコツソリやるには床下へ絹ハンカチを入れるのだ、とか云うような恐ろしいことまで知っている！）

トニカク、三十五才頃までは資金獲得に努力し、まず成功した。それから十ヶ年、四十五才までは大々的に食養法を教え、西洋医学と栄養学の殺人性をあばき、あわよくはその本場に入り込んで、他流仕合の武者修業をやつてまるでアムール河の鉄橋爆破をやつた沖、横川兩氏の如く西洋医学の殿堂を単身爆破して……など、だいぶ陽性のきいた考えをもつて、そしてその考えを着々実行に移して行つたものである。

それから、個人健康指導など云う手ぬるい事は四十五才で打ち切り、それから五十才までは民族指導をやり、五十才以後は、もつとおもしろい、もつと痛快な、もつと大きなある仕事をやろう、と云うボンヤリだが、シツカリ二十五、六才頃にきめた計画を着々実行して来たことは皆様御存知の通りである。ただ四十五才のポインントは切りをくれて四十七才となり、五十才のは五十二才となつたが、しかし満で数えると大しておくれてもない。そこで、もう、お別れにこの極意を公開する時が来たと言ふワケだ。

三、十年以上苦しんで

一つの疑問

さて、つらつら考える――

二十、二十一から私は健康指導を、念願の通り三十年以上やりつづけて来た。沢山の人のために健康で幸福な人生の設計を引受けて来た。がその間、いつの頃からか、そう十五年くらい前から、私の胸に一つの疑問が起つてきた。ナ

ルホド病氣は他あいもなく治る。けれどもこの疑問がとけない間は、私の指導はホンモノではないのだ、こう思つて私は日夜苦しんだ。

それがやつとけたのは四十も過ぎてからだ。

その疑問は大きな氷山のようなモノで、見かけは美しいし、静かだし、高の知れたモノであつたが、底しれぬ大きさと危険をもつていた。

それが、いつとはなしに、まるで暖流に乗った氷山のようにとけてなくなつてしまつた。航海は安全になつた。もう大丈夫だ。私は健康指導は卒業した。そう思うと、私は安心して個人指導をやめることができた。

その疑問の氷山と云うのはほかでもない。

正しい食生活をやると、あらゆる病氣は治る。それはもう疑うべくもない大きな事実だ。私は三十年その事実を見て来た。(治らないのは死んだ方がいい人なのだ。それが救いなのだ！)

しかし、そこに私の疑いがあつた。それは「ノドモトすぐれば熱さを忘れる」と云う事実である。病氣の間は病氣になる食べ物、誰だつて教えてやれば、とらない。とればすぐ「ああ、やつぱりコレはいけない」と云う事を痛感するから、やめる。九分通りまでの人は「病氣の治る食物」を守る。食箋を守ること、法律以上だ。ドンナ悪人でも、命はおしいと見えて、死んだ方がいい人まで守る。しかしあまりキチョウメに金科玉条として、馬車馬のように食箋を守る人を見ると、私は、実にいやな氣がした。

私がいなくなつたらドウするのかしら。一体全

体この人は人間だろうか？ 馬車馬だろうか？ 私がまちがつていたらドウするのか？ (實際まちがつたことがある！ 一日に五十人も百人も指導したときには、ついメンドウクサクなつて乱暴にもなり、不注意にもなり、トンデモナイ事を書いた事がある！) 何と云う善良な人だろう。と云うより何と云う判断力喪失者だろう、と思つたからである。

と云うのは、私自身、正しい食生活を守れないからである。もちろんサトウや肉などは見むきもしないが、困るのは量である、食べすぎだ！ 食べすぎばかりはドウしてもやまない。それから湯茶のみすぎ！ これも難しい。食養的なものしか欲しくはないが、食養的なものとなると、つい食べすぎる。御はん！ もち！ いろいろな風味のある食養料理！ また、それが実にうまい。それはウンとたべすぎて、ちよつとねむくなつたり、頭がボンヤリするくらいのことですみ、決して西洋料理や支那料理、料亭の御馳走のように食べすぎて後口がわるくなつたり、下痢をしたり、腹いたをやつたりすることがメツタにない。

四、大食——ムサボリ

これに私は人知れぬ苦勞をした。それで人と一緒にいるときはつとめて少食する。それは人に少食を教えるなど云うゴーマンからでもなく、また、人を指導する身で多食しては恥しいと云うようなやさしい心もちからでもなく、実は平

素食べすぎているのを帳消しにするために、人のいるのを幸い、その人を無給の監督にしているのである。

それでも年を重ねるうちには、おいおい少食になつてくる。それは年のセイなのだ。

私は小さい頃から胃拡張である。食いシン坊の大将だ。十九才の頃、ココロミ(年のくれに餅をついたとき双の手の平一杯くらいのモチにアンコを入れて二つに合掌形に包んだもの)を十七、八もたべたことがある。食養を始めてからでも小豆(もちろんサトウは入れないが)を五合くらいぜんざいにして、ほとんど一人で食べたり、二十二才の頃、玄米飯を一升たいて、一人で半日がかりで(ある日曜の朝からヒルまでかかつて)食べてしまつたりしたこともある。他は推して知るべしである。大食にかけては断然何人にも負けない。五人前くらいは平氣である。それはこの三十年間によほど少くなつて来たけれど、今でも相当なものである。

いやしいのである。私は世界一の食いシン坊だといふことが出来る。食いシン坊なればコソ、食養療法などと云う事を思いつき、それを一生の仕事にして来たのだ。すきこそ物の上手なれ、と云うのは私のほこりではなくて、實際なさけない、いやしさの証明である。

私は世界中方々を旅行した。日本でもよく旅行した。そしてドコへ行つてもまず第一に私は食物市場をのぞく、飲食店をのぞく。あらゆるものを食べて廻る。食養を知っているから殺人

的な高級料理は御免だが、安い料理、一ぜんめし、うどんそば、名物の大衆料理を、もう腹一杯も二杯も、三杯も食べる。それには「この土地の食生活の研究を……」などと云ういい口実がある。

もう殺人的なもの、非食養的な高等料理、身土不二の原則を破るもの、人工的なものは決して求めはしないけれど、食養的な名物、身土不二的な料理となると牛飲馬食する。しかし、それが悲しくてならないのだ。悲しくて悲しくて仕方がないのだ。ドウして私はこんなに食いシン坊なのだ！ 人様に食養を説く身でありながら、何と云う情けない、何と云うアサマシイことだ！ この馬鹿野郎！ いっそ、食いすぎて死ぬがいい……そう思つてその悲しみ、その嘆きを口実にして、徹底的、否、底ぬけ的に大食したとさえ珍しいことではない。ところが、因果なことには、いっこう腹もコワサズ、病氣もメッタにしない。それでいて少食の御利益なら何人にも劣らず知りぬいている。（これが生れてから二十才まで二年間をのぞき、大体重スゴイ粗食、少食を常として来たおかげなのだ。貧乏のおかげだ。金もうけの拙劣だった父を私は感謝しなくてはならない!!）

始め十年くらいの間は、それでも過食すると、梅生番をのんだり、醬番を頂いたり、稀には（ほんとに稀には）絶食をしたりして調節することもあつたけれど、もう二十年以上も食養をやつて来ると、相当乱暴な大食をやつても、時に

は悪食邪食をしてもいっこうナントモナイ。食養も食物で病氣を治すのを面白がつている間は春だ！ もう病氣もせず、カゼもひかず、ドンナ病人でも指導できるようになると、この大食、過食、ムサボリと云う恐しい深渊におちこんでしまつて自分のあさましさに、あけてもくられても泣かねばならなくなる。

とは云うものの、もう十年以上、まがりなりにも食養をやつてくると、前にも云つたように原則にはずれたようなものは欲しくはなくなる。つまり、心の欲するところに従つて法（ただ一つ大食だけは別）を越えない境地にすらすらと入る事ができたワケ。そこで、ただこの大食、過食だけが問題になつてくる。

この大食過食を退治することは実はさして六ヶしいことではない。断食をやるとか、大いに精神修養をやるとか、いや、ソナナ事をしなくても、少し意志をつよめて、断行すれば、少食も私にはできないことはない。また、団体生活をやれば嫌応なしにできる。しかし、それでは大衆性がない。よし一部の人がその食うや君子たり、で少食になることができたにせよ、それでは普遍性がない。そんな方法はタレにでも、いつでも、通用する、と云う方法ではない。よし通用したところで、何かのキカイがあればたちまち失われる方法だ。それは自発的、本能的でないからだ。私は元来、自然を尊ぶ。自然に従う。非自然なことを極力嫌う。排斥する。食欲だつてリッパな本能だ。食欲ほどリッパな大

きな本能はない。その本能を強いてまげることがは良心が許さない。また成功するはずがない。そんなことなら人に指導するネウチがない。

一体全体、ナゼ人間はこの食のムサボリを断絶することができないのか！ これが私の疑問だ。これがとけなかつたら、私は指導する事は出来ない。資格がない。

そこで私は十年苦しんだ。

一切をしてその処を得さしむることが出来ると思つて疑わぬ吾がPUで、この問題がとけなかつたら、私が大きなマチガイをしているのだ。PUはインチキだ。私はウソツキだ。いい笑ひモノだ。あるいは私は世界一の大馬鹿なんだ。コウ思つて私は日も夜も自分を責めて、責めて、責めぬいた。四十五才過ぎて、私はこの悩しい疑問をついにとく事ができた。私はムサボリの本体を発見したのだ。それからその指導原理を発見したのだ。私が「ムサボリの本体」は何か、と云う問題を出すようになったのはそれからのことである。

（以下、略。新かな、新字体に変えました。）

美術印刷一般製造販売



有限
会社

東 樹 社

代表取締役 野ヶ山量尉知

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



セイタン

純植物性蛋白・伝統の純正食品

ビン入 180g ￥350
袋入 100g ￥350

(株)純正食品マルシマ

〒722 尾道市新浜1-6-21 ☎ 0848・22・2506

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。このわずかな日時に却病造健、心身強化、開運自在のPU食養法の要訣秘儀と、合気魁体の秘法、瞬間活法を会得せしめる。
詳細は電話で問合せください。

PU・食養・料理教室

いつでも個人指導が受けられる

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

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

詳細は電話で問合せ下さい。案内書進呈。

輝く将来…指導者育成

志操堅固な

男女内弟子募集

心身統一合気道・国際男女青少年心身鍛錬センター

研心館本部PU正食学園

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

大森英桜先生の講義テープ (日本C I 協会発行) 新発売!

■食物の陰陽

(60分×2本) ¥2600 送料 ¥240

●動物、植物の陰陽の見分け方—環境、形態、働きなど、いろいろな要素から陰陽を判断する。
●『身土不二』と経済の発達

●現代栄養学とカロリー学説の問題点。
●生薬、クコ、酵素など、数ある民間療法を無双原理で観る。(付録/風邪の話)

■生命と食物の歴史

(60分×2本) ¥2600 送料 ¥240

●地球誕生と生物進化の過程
●環境適応説—人間はどのようにしてできたのか。
●人間の食べ物とは。一食物が人間を作る話。

●果物と肉食の害について。
●食べ物と体、食物が体におよぼす作用について。
●正食と自由、世界平和について、本当の幸福とは?

■『宇宙の秩序』の解説 (60分×2本) ¥2600 送料 ¥240

●無限の世界とエネルギー。—すべてのものを作った無限のエネルギーとは。
●人間の源は何か。人間が誕生するまでの宇宙の七段階。

●宇宙法則の解説と正食の原点—なぜ玄米を食べるのか。
●現代栄養学と医学の問題点
●信ずるなかれ、すべてのことを宇宙法則で確かめよ。

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

新テープ発売

大森英桜先生講義

「子供の病氣

と食養」

★日本C I 協会

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

90分×2本 ¥ 6,000

好評発売中! (〒 240)

日本食用塩研究会推薦取扱い図書のご紹介

新刊!
いのちを守る塩——武者宗一郎
自然塩健康法
地球と海の誕生から、生命の科学、日常生活の知恵まで。
●定価980円●送料250円

食卓の塩は安全か——谷 克彦
いのちは海から—塩
自然塩運動とともに歩んできた著者10年の記録と思想。
●定価1200円●送料250円

「食塩」は人体に有害……——牛尾盛保
塩—自然塩と化学塩
日本人の食生活と健康を支えてきた自然塩と化学イオン塩の違い。
●定価650円●送料250円

海塩——大竹三郎
塩づくりとくらし
いのちの糧(かて)としての日本の塩づくりの歴史とこころ。
●定価1200円●送料300円

監修・牛尾盛保 作・福田 照
マンガでわかる**日本人の塩と健康**
塩について最低限しておくべき知恵と知識。普及用に最適。
●定価300円●送料170円

ご注文は——日本食用塩研究会 ☎03-469-7635 郵便振替 東京0-90407
〒151 東京都渋谷区大山町11番5号 日本C I 協会内

<山 陽>

ビバ健康ハウス本部 ☎733 広島市榎木町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日曜)、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 広島県府中市中町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
 ㈱純正食品マルシマ ☎722 広島県尾道市新浜1-6-21国道2号線
 沿 ☎0848-22-5577 *9~18 *㊦祝 *自然食品販売普及
 活動、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月中と8月中は休業。週休2日。「鶴島通信」(無料配布)。
 2F健康教室で自然運動指導。地方出張可。
 山口健康生活センター ☎753 山口市大市町2-2 ☎08392-3-1842
 *10~18 *㊦ *健康教室、料理教室(出張に応ず)西日本
 健康自然食品協会

<四 国>

アズマヤ ☎760 香川県高松市紺屋町3-6 ☎0878-21-7665 *9
 ~21
 愛媛純正食品センター ☎790 愛媛県松山市湯波町10-22 ☎0899
 ・43-6464(松山東高東300m) *8~20 *4㊦ *菅本フジ
 子、健康相談、料理講習(毎火曜)東洋医学会(第3日曜)
 いで自然食品 ☎794 愛媛県今治市高橋甲610-4 ☎0898-23-7832
 *7半~19半 *第2・4㊦ *配達あり、健康相談、玄米試
 食会、自家製みそ、漬け物販売

<福岡・大分・長崎>

八幡自然食品センター ☎806 福岡県北九州市八幡西区八千代町
 6-22 ☎093-621-4184 *9半~18 *1・3㊦ *料理講習
 (月1回)健康相談(月1~2回)勉強会(月1回)
 あまのがは ☎816 福岡県大野城市栄町2-39-1 ☎092-581-4916
 *9~19 *㊦
 サニー健康食品 ☎813 福岡市東区千早5-10-5 ☎092-681-0883
 *10~19 *㊦ *食品、洗剤、書籍、器具、自然化粧品
 未来を考える会・販売部 ☎879-02 大分県宇佐市南敷田250 本
 多公子方 ☎09783-2-0808 *特に定めず *正食料理教室、
 自然農法研究会、健康・美容相談
 フレンドショップ徳陽 ☎870-11 大分市田尻453-5 ☎0975-42
 ・1215 *10~20 *㊦祝 *書籍販売、健康食品販売、松山
 委員長による健康相談及び正食指導、正食料理教室

<熊本・鹿児島>

天粧下通店 ☎860 熊本市下通1-4-8 ☎0963-54-9161 *10~19
 *第1第3㊦ *福山敬教、体質別食養相談、オリーブ自然美
 容法相談 *1・3㊦
 天粧子飼店 ☎860 熊本市東子飼町3-5 ☎0963-43-4043 *無
 *福山聖乃、体質別食養相談、オリーブ自然美容法
 自然食センター松本 ☎861-11 熊本県菊池郡西合志町大字御代
 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
 天然村学園 ☎891-44 鹿児島県熊毛郡屋久町麦生335(高平) ☎
 09974-7-2922、7-2541 *常設健康学園、案内書60円切手同封
 請求

<沖 縄>

自然食品センター陽報(ようほう) ☎900 那覇市久茂地3-11-5
 ☎0988-61-7195 *9半~19 *㊦ *食養相談、正食料理教
 室、書籍販売、純正食品、リマ化粧品卸・小売
 味園 ☎900 那覇市泉崎1-9-11琉球新報社向 ☎0988-66-5366
 *9~19 *㊦祝 *自然食品、玄米レストラン、陽報・泉崎
 店
 沖縄陰陽研究会 ☎902 那覇市松山2-23-4 ☎0988-68-6578 *
 勉強会(第4土曜)、座談会(第2金曜)
 正食の店 紅葉 ☎902 那覇市寄宮156 ☎0988-54-0296 *11~
 20 *㊦ *食養相談、書籍販売、純正食品、リマ化粧品
 石嶺純正食品センター ☎903 那覇市首里石嶺町3-121 ☎08988
 ・86-6849、87-3434 *9半~20 *㊦・祝 *食養相談、P
 U研究会、正食料理研究会、書籍、純正食品、卸、小売

〈静岡・愛知〉

- 自然食品の店 一福 ㊟448 愛知県刈谷市中山町2-48 ㊟0566・23・2719 *代小島一夫 *10~19*㊟㊟ *ヨガ教室、薬草化粧品、革工芸教室、料理講習、健康相談
- 天龍健康食品センター ㊟467 名古屋瑞穂区瑞穂通り2-45 ㊟052・841・0146 *9~19 *㊟ *自然食品、健康食品、化粧品。近隣配達可
- 愛知陰陽会(長生堂) ㊟485 愛知県小牧市大字寺浦2943 ㊟0568・76・2731 *9~19 *㊟祝 *食養講演会(2カ月に1度) リマ・クッキングスクール(毎月1回) 無料食養健康相談、C I書籍、テープ、自然食品、リマ化粧品販売
- 春日井自然食品センター ㊟486 愛知県春日井市瑞穂通7-1-11 ㊟0568・82・7661 *9~20 *㊟ *食養料理教室(月2回)
- 安城自然食品センター ㊟446 安城市今池町3-6-29 ㊟0566・98・3136、97・9432 *10~18 *㊟ *純正食品、健康食品、自然化粧品、ヨガ教室、無料健康相談
- 豊橋自然食品センター ㊟440 豊橋市松葉町3-65市民病院前 ㊟0532・54・5876 *9~18半 *㊟ *食品全般、化粧品、健康相談
- 豊川店ケンコー社 ㊟442 愛知県豊川市市田町大道下17 市田バス停前 ㊟05338・6・5679 *10~18 *㊟

〈岐阜〉

- 岐阜健康自然食品センター ㊟502 岐阜市長良崇福寺町2丁目 ㊟0582・32・0631 *9~20 *㊟ *健康食品、書籍、化粧品 正食講座、料理教室
- 柳屋自然食品店 ㊟500 岐阜市織田塚町1-2 ㊟0582・45・9355 *10~20 *㊟ *無料健康相談、正食料理教室

〈京都〉

- 京都マクロビオティックセンター ㊟606 京都市左京区高野夢原町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 *9~18 *㊟祝
- 傑エンチーム三丹 ㊟620 福知山市堀内田町1953-2 ㊟0773・22・9508 *8半~20 *不定期の㊟ *食品、厨房器具、酵素化粧品、天塩、マクロビオティック書籍、その他
- 天粒(てんりゅう)マクロビオティックセンター ㊟624 舞鶴市北田辺126-16本町バス停前 ㊟0773・76・7126 *9~19 *無 *食養相談、自然化粧品、食品書籍取扱
- ヘルス伏見 ㊟612 京都市伏見区桃山町鍋島7 ㊟075・611・0337 *10~20 *㊟ *純正食品、洗剤、化粧品の販売

〈大阪〉

- ヘルスマートムソー ㊟540 大阪市東区大手通2-5-1 ㊟06・945・0511 *9~19 *㊟
- 世界正食協会 ㊟540 大阪市東区大手通2-5-1 ㊟06・941・7506 *9~18 *㊟ *料理教室(毎火・木曜日) 定例会(第1日曜)
- ムソー食品谷町店 ㊟543 大阪市天王寺区谷町9-28 ㊟06・771・7545 *10~18半 *㊟

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

〈近畿〉

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

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

〈兵庫〉

神戸ヘルスフーズ ㊟658 神戸市東灘区住吉町室の内237 井上ビル(国鉄住吉駅北100m) ㊟078・822・2600 *10~19 *㊟

*食養相談、毎月第2土曜美容相談

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

アーク鍼灸科 ㊟663 西宮市上大市2-20-5(阪急今津線甲東園駅) ㊟0798・52・4275 *9~20 *㊟㊟㊟ *鯉こく、無双茶など食薬品

兄弟社（自然食糧供給センター）☎181 三鷹市中原2-12-6 ☎04
22・49・7225 *10~18 *なし *無農薬野菜、自然食糧品、
書籍販売、農山林用具
美山園茶舗（みやまえん）☎199 八王子市長沼町58-204-6 ☎04
26・35・9643 *お茶、海苔の専門店
自然食品センター中神店 ☎196 昭島市中神町1113 ☎0425・44
・2159 *10~20 *無 *玄米食運動、雑穀普及、無農薬野
菜
（南）マナ自然食品センター ☎196 昭島市昭和町5-5-5 ☎0425・44
・8866（夜41・6068）*10~19 *㊦ *健康食品・自然食品・
電子治療器総合専門店、毎月最終木曜、料理教室、配達
自然食品センター あずま ☎192-03 八王子市堀ノ内450 ☎04
26・76・1258 *8~20 *㊦ *オーサワジャパン取扱い、純
正食品、無農薬野菜、リマ化粧品、食養・健康相談、食養料理
講習、自然治癒増進ドック併設、巡回販売、配達、各地発送
明日葉 ☎194-01 東京都町田市三輪町458 ☎044・988・2544 *
9~18 *㊦㊧ *有機無農薬野菜、自然食品、移動販売、手
作り生活用品、図書 *田中正志
ミルキーウェイ ☎180 武蔵野市吉祥寺北町5-4-17 ☎0422・53
・6483 *9~21 *無 *「地球の学校」(ヨガ教室、太極拳
教室、からだの瞑想教室、自然食量食会、食養教室) 自然食品
販売「自然の法則と共に生きる正食」出版
愛通 ☎183 東京都府中市栄町2-27-23 ☎0423・66・5527 *11~
19 *㊦ *無農薬野菜販売、引売り、無添加食品
Kiva-J・A・C ☎198 東京都青梅市師岡町3-16-3 ☎0428・24・60
89 *10~19 日曜12~18 *無 *有機無農薬野菜販売、引
売り
国造自然食品センター ☎192 八王子市明神町4-1-7 ☎0426・44
・6162 *10~19 *第2㊦ *無農薬野菜、配達、発送、書
籍、リマ化粧品
自然健康食品の店いなほ ☎187 小平市小金井1-779 ☎0424・62
・8975 *10~20 *㊦ *自然健康食品、石けん

陰陽洞 ☎249 神奈川県逗子市逗子5-3-28 ☎0468・73・7137 *
10~19 *㊦ *無農薬野菜、無添加豆腐、自然食品、リマ化
粧品、食養相談、配達あり。
真言道治療院 ☎250-03 箱根町湯本80-7 駒津マンション102
☎0460・5・6525 *10~19 *㊦、第3㊦ *鍼、灸、指圧、
日常生活の歪みが不健康を招く。生活習慣の改造が健康の入口。
ヘルスロード自然食センター ☎242 大和市中心6-3-22大和警察
署ウラ ☎0462・62・0020 *10~19 *㊦ *治療院併設、自
然食品、健康食品、リマ化粧品、オーサワジャパン食品、日本
C1協会図書、グループ配達、地方発送可
藤屋健康堂 ☎240-01 三浦郡葉山町堀内384 ☎0468・75・0152
*9~18 *㊦ *自然食品、有機農法野菜、無添加安全豆腐
自然化粧品。食養の会開催。
万騎ヶ原自然食センター（季香園）☎241 横浜市旭区柏町35-5
（南万騎ヶ原）☎045・363・6876 *10~20 *自然食品、健康
食品、無農薬米、化粧品、洗剤、書籍。配達、各地発送可。
土の愛の家・民宿旅館 ☎243-01 厚木市七沢温泉1954 ☎0462
・48・0752 *民宿旅館は要予約でうけております。(1泊4500円)。
オーサワジャパン食品取扱。ハイキング好適。
菊屋・片山酒店 ☎211 川崎市幸区古市場1-34 ☎044・522・6233
*9~21 *㊦ *自然食品扱、健康開発指導、整体指導
健心館 ☎250 小田原市萩宿285-1 ☎0465・35・1247 *8~18
*㊦ *整体療法、体操教室（ヨガ）、食養料理教室、自然食品
販売、実用新案の健康器販売（プロの方は技術指導致します）
加藤大季（ひろき）☎220-01 神奈川県津久井町三井735 ☎0427
・84・3163 *グリーンクラブ主宰、自給農法の研究

〈長野〉

酒井須三子 ☎380 長野市上松1-5-35 ☎0262・34・3824 *リマ
化粧品取扱、正食品販売、長野無農薬野菜の会
長野正食センター付属ポリオ研究会（小児マヒ研究所）☎380 長
野市三輪6-9-17 ☎0262・34・5349 *7~19 *無休を原則
*年刊「ポリオ」発行、小児マヒの方募集
南佐久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本町762 ☎02676・7・3730
*9半~19 *㊦ *自然食品、野菜小売・近隣市町村配達可
ティーハウス プテロン ☎389-01 長野県北佐久郡軽井沢町追
分1074 ☎02674・5・7525 *9~21半 *㊦ *薬草茶

〈新潟・富山・福井〉

新津自然食品センター ☎956 新潟県新津市本町3丁目9-2 ☎
02502・4・5810 *9半~19 *第2・3・4㊦祝 *食養料理
教室（毎月第4㊦9~13時 小川みち講師）、食養相談、食品、
日本C1図書・テフ *毎週火金配達あり
正食の店・和や ☎930 富山市中川原17 ☎0764・25・1448 *8
~20 *無
丸の内薬局 ☎930 富山市丸の内2-1-1 ☎0764・24・0891 *9~
19 *㊦ *漢方相談、健康相談
福井健康学園 ☎910 福井市照手1-11-2 ☎0776・21・3811 *ヨ
ガ体操と正食料理で手軽に宿便を出す道場（予定）自然農園、
植林。自然食品センター（市内）
楊明堂 ☎959-21 新潟県北蒲原郡水原町下条町15-5 ☎02506
・2・7433 *8半~19半 *第1・3㊦ *毎週金曜日配達あり

〈神奈川〉

湘南豆彦（マメヒコ）☎236 横浜市金沢区釜利谷町1989 ☎045
・784・0298 *無添加豆腐製造販売、国産大豆・日塩研大島ニ
ガリ使用、グループ購入歓迎
K.K. 青健 ☎220 横浜市西区北幸2-9-14 ☎045・311・3847 *
10半~19 *㊦ *食養健康相談、治療室、ヨガ、食養の健康
講座、自然食品、無農薬野菜、書籍
自然食品センター弘明寺店 ☎233 横浜市中南区中島町4-81 ☎04
5・712・3339 *9半~19 *渋谷自然食品センター姉妹店
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、オーブマン化粧品取扱
サンエイ相模自然食品 ☎228 相模原市旭町9-16 ☎0427・46・63
14、45・7401 *9~20 *㊦ *毎月1回食品研究会

〈栃 木〉

晴雨農場 (テリフリ) ☎349-13 栃木県下都賀郡藤岡町大前1751
☎0282-622635 *無農薬野菜、穀物類 自給自足の基盤に立
っての衣・食・住の追求と実践。来訪の際、要連絡

〈千 葉〉

習志野健康食品おおくぼ愛堂 ☎275 習志野市本大久保5-3-24
☎0474-732957 *10半~19平日、13~19㊦・祝 *㊦ *食
品販売、食事相談

市川平和堂 ☎272 市川市真間3-11-12 ☎0473-220810 *10~
19 *㊦ *無農薬野菜・果物、料理講習、勉強会、配達及び
各地発送

溝口醤油 ☎299-22 千葉県君津郡袖ヶ浦横田989 ☎0438-75-20
03 *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 ☎0472-560888 *10~19 *無 *健康・美容相談、小
川みち先生料理教室 (第1・3水曜、11~14時、会費1回1500
円)

自然食品センター船橋駅前店 ☎273 船橋市本町5-1-8 ☎0474-
250350 *10~19 *無 *健康・美容相談 (特にヨガ、催
眠の臨床、経験豊富)

La Vie de 清蓮 ☎273 千葉県船橋市馬込町725 ☎0474-39-74
93 *9~19 *㊦・祝 *自然食品、無農薬野菜、書籍、料理
教室、配達、骨盤調整健康法講習会、自然農法見学

〈東京23区〉

オーサワジャパン ☎151 渋谷区大山町11-5インターマック1階
☎03-465-5021 *10~18 *㊦ *都内配達、国内発送 (小
田急線東北沢1分半) 日本C.I.協会事業部

㈱自然食品センター本店 ☎150 渋谷区神南1-10-6 ☎03-496-
7103 *10~19平日、10~18㊦・祝 *3㊦ *レストラン「天
味」併設、食品、器具、化粧品、図書、小売、卸、料理教室

〔営業所〕横浜市緑区美しが丘5-13-18 ☎045-901-5111 *㊦・祝
不2自然食品 ☎106 港区麻布十番2-21-4 ☎03-451-8966 *
9半~19 *㊦ *食養相談、料理講習、隣接区内配達 (一の
橋交差点バス停前)

㈱ゲダツ商事 ☎160 新宿区荒木町4 ☎03-357-1161 *代表取
締役 岡野武徳、一般食品、健康食品、正食法の図書販売

富士見台自然食品店 ☎176 練馬区貫井3-14-16 ☎03-990-6773
*9~19 *代表 酒井三恵子、自然農法食品、野菜、化粧品
図書、鍼灸治療院併設

高砂自然食品センター ☎125 葛飾区高砂8-13-5 ☎03-600-14
12 *9~19 *㊦ *料理講習・美容相談、マルチレーターに
よる健康相談 (無料)

㈱そうげ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1回料理教室、食養相談
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

㈱ナチュラル・ハウス・愛 ☎167 東京都杉並区荻窪2-41-12 ☎03-
391-6261 *10半~19半 *無 *健康食品化粧品 無農
薬野菜、愛の教室 (ヨガ、料理教室、自然食レストラン荻窪村
ふうじん舎 ☎166 東京都杉並区阿佐谷南4-33-6 ☎03-392-10
40 *10~20 *㊦ *無農薬野菜、自然食品一般

根津の谷 (ネズノヤ) ☎113 文京区根津1-1-14 ☎03-823-0031
*11~21 *2㊦ *健康食品、自然食品、野菜

ゲルマニウム健康管理センター ☎161 新宿区下落合3-15-20 大
和田ビル901号 ☎03-950-5219 *10~19 *㊦・祝 *心身
改造ドック、C.I.図書・純正食品販売など

自然食品の店なくさ ☎177 練馬区西大泉町1-15-10 ☎03-92
5-0914 *10~20 *第2・4㊦ *無農薬野菜、豆腐、パ
ン、書籍、洗剤、自然食品500種類以上

自然食品の店 ふる里や ☎135 江東区白河4-3-7 ☎03-643-52
47 *8~19 *㊦ *食養相談、整調指圧、小川みち先生料
理講習

むぎの友 ☎151 渋谷区塚尾1-12-15 ☎03-485-0026 *10~19
*㊦・祝 *都内配達

ソルト アンド グレイン ☎150 渋谷区広尾2-5-13広尾マンシ
ョン前 ☎03-400-4054 *11~22 *㊦

味穂・江古田店 ☎176 練馬区栄町20 (江古田商店街) ☎03-94
948-5701 *10~20 *㊦ *無農薬有機農産物、海産物、雑
穀類、加工食品、自然化粧品、食養、健康、美容相談、料理講習

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

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

酒匂郷子 ☎133 江戸川区南小岩7-9-12 ☎03-671-9637 *9
~22 *無 *健康自然食品さこ

自然食品センターあずま世田谷店 ☎154 世田谷区世田谷2-24-5
☎03-427-0665 *10~19 *無 *純正食品、無農薬野菜、
料理講習会、配達、各地発送

〈東京都23区外〉

自然食品センター みずほ ☎182 調布市市領町7-1-17 ☎0424-
88-8540 *8~20 *第1、3㊦ *自然食品、無農薬野菜
書籍、化粧品、配達

東京シード南支店 ☎184 小金井市本町6-5 シャトー小金井1階
☎0423-844600 *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 ☎0423-85-52
61 *10~18 *㊦・祝 *自然食品・書籍販売、健康相談、料
理教室、玄米試食会

健康サロン ☎190-11 東京都西多摩郡羽村町富士見平2-1-3 羽
村ハイツ ☎0425-55-2278 *10~18 *㊦ *食品、洗剤、
書籍、化粧品、器具販売、健康相談、配達承ります。

いなば酒店 ☎100-01 東京都大島町2-1-10 ☎04992-1221
*8~20 *㊦

自然食品センター上水店 ☎190 立川市柏町4-5-14 ☎0425-37
3051 *9半~18 *無 *自家栽培の無農薬野菜販売

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（㊤は毎日曜休日、3㊤は第3水曜日、祝は祝日休み、無は年中無休）、その次は代表者及び備考です。

＜北海道＞

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

＜東北地方＞

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

＜群馬＞

群馬マクロビオティックセンター ㊤370 高崎市和田町7-13 ㊤0273・22・5484、25・5560 *9～19 *無 *図書、食品販売 月例無双原理と正食の勉強会・健康相談
高崎自然食品センター ㊤370 高崎市新町101 ㊤0273・25・2605 *9～19 *無 *食品販売、正食、空手、ヨガ講習会、健康指導
鈴木述子（のぶこ）㊤370-12 高崎市山名町乙611 ㊤0273・46・4921 *自然農法の玄米・野菜、農産物加工、料理教室、群馬県安全農法研究会、群馬食養友の会

七唐会 ㊤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・参果製造、自然農園あり
井上自然食品センター ㊤371 前橋市本町1-12-13 ㊤0272・24・1818代 *8～19半 *㊤ *自然食講習、美容講習、食事相談 人生相談
須藤酒店 ㊤376 桐生市東久方町2-6-21 ㊤0277・44・5733 *7半～20半 *㊤
壮美研究所 ㊤376 桐生市広沢町2-3085 ㊤0277・54・1175 *9～17半 *㊤祝 *ヨガ教室・自然食講習、美容講習、純植物性化粧品取扱
自然食品センターあおぞら ㊤376-01 群馬県山田郡大間々町大間々390-11 ㊤0277・2・3241 *電話注文にて配達（電話は18時～翌朝10時）

＜茨城・埼玉＞

内田繁商店自然食品部 ㊤300-12 茨城県牛久町牛久3475 *02987・0135 *9～19 *㊤ *食品、書籍、器具
小川自然食品店 ㊤362 上尾市上町2-7-25 ㊤0487・74・8504 *9半～18半 *無（臨時休業）*純正食品オーサワジャパン取扱、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、健康医社指導講習（浄血指導）
桜井商店（埼玉東部玄米正食普及会）㊤343 越谷市大沢4-10-5 ㊤0489・62・3479 *8～21 *無 *オーサワジャパン食品、書籍
けいらく療法普及会 ㊤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。
「玄米の宿」グループチェーン大宮店 ㊤330 大宮市土呂町2-72-13 ㊤0486・66・5809 *9～19 *㊤ *健康食品、無農薬野菜、食品相談、書籍、配達・発送いたします。
大橋自然食品センタ ㊤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
「正直村」㊤364 北本市西高尾5-237 ㊤0485・92・2007 *9～18 *昭和6年豆腐、斉藤さんの納豆、アゲ、地粉、天然醸造味噌醤油など純正加工食品、有機農法野菜卸、巡回販売車あり。
ヘルスショップ浅野 ㊤336 浦和市常盤9-10-4 ㊤0488・31・0647 *9～18半 *なし *自然食品、無農薬野菜、食養相談

月刊『新しき世界へ』購読案内

	種 別	年 会 費	特 徴
A	正 会 員	12,000円	月刊機関誌（年間11回発行）1部送呈。会員証、会員バッジ。各種行事割引。料理教室、無農薬玄米配布のカムカムクラブ入会可。各種相談を受けられる。日本CⅠ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	機関誌毎号2部送呈。その他は正会員に同じ。日本CⅠ発行の図書・テープ10%引き（図書券で）
C	誌 友	5,000円	月刊機関誌1部送呈。料理教室、無農薬玄米配布のカムカムクラブ入会可。
D	法 人	30,000円 (2分割可)	④に同じ、本誌巻末に毎号、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CⅠ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CⅠ協会会員係 にご送付ください。

・新 規
・継 続

財団 日本CⅠ協会 入会申込書（楷書で書いてください。）

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

年 月号から 年間分

A. 正 会 員 (12,000円) B. 賛助会員 (12,000円を 口) C. 誌 友 (5,000円) D. 法人(店舗) (30,000円を 口。2分割可)

フリガナ 氏 名		職 業 () 男・女		明 大 昭	生年月日	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CⅠ協会

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

活動内容は、

①実用弁証法（無双原理）と正食法の研究・実践・普及。

②桜沢如一ほか、右の内容に関連した図書・出版物の刊行。

③講演会・講習会・研究会・正食料理教室・

正食医学研修講座・海山スキーなどの健康学園、特訓セミナー・海外研修旅行の開催。

④正食医学による食事健康相談会の開催。

⑤出張講習・講演会などの幹旋。

⑥日本CⅠ協会事業部門としてオーサワジャパン株式会社があり、純正食品・無農薬農産物・料理器具・自然化粧品などの普及販売。

⑦関連活動団体、各地センター、事業組織などが多数活躍中。

⑧欧米はじめ全世界に関連団体多数活動中。

桜沢如一著 復刻版

日本C I協会発行

永遠の子供

A5判 一六〇P
二千五百円 (千250円)

*9年前の復刻より、さらに鮮明になりました。

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

食物と人生

B6判 九四P
千三百円 (千200円)

昭和18年7月初版

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

新しい栄養学

B6判 五三六P
三千五百円 (千300円)

昭和17年4月初版

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

■GOMFの相原コルネリヤさんからの手紙（5月28日発）によると、川口トシ先生は、無事ニューヨーク着、バスでフィラデルフィアへ行き、相原夫妻と合流した。27日、100人集まり、ヘルマンさんの講義のあと、英語で挨拶され、喜ばれた。

■編集後記■

●本誌513号、542号でお知らせした「5大陸旅男」大竹利和さんは、フンザからネパール、タイ、ついに香港から広州、桂林、昆明、重慶、武漢、西安、敦煌、シルクロードを通過してチベットのラサヘ6月上旬入ったはず。手紙によると相変らずスタミナいっぱい。誰とでもすぐ友だちになれる人でないと、こういう旅はできない。いつ旅は終るか？

●その大竹さんと、一昨年、南米でいっしょに旅したT君がヨーロッパから帰ってきて、来年大学を出るが、何をしたらよいか、という。私の答えが役に立つかどうかは分からないが、まるで自分が進路を選択するような気になって、あれこれ、夢のような大きなアイデアを言っただけだ。（そんな相談を受ける年齢になったのか？）

●しかし、とにかく初めに基礎的な実務能力を身につけることと人間関係の訓練が大切だから、それに適当な所に入りなさい、と言った。

●G・Oは、「人間改良」という大きな夢に一生を賭けたが、若い時は、神戸の貿易商店で羽二重の品定めと輸出の仕事をし、ほかにも精力的に勉強していたのです。（橋本政憲）

新しき世界へ 五四七号

◎一九八二年 七月号

発行日 昭和五十七年七月一日

編集兼発行人 橋本政憲

発行所 日本C I協会 千一五一

東京都渋谷区大山町一―五

電話 03・469・7631代

振替 東京0 / 194125

夏／海／玄米食で心身をきたえよう！

南伊豆・子浦

健康学園



Macrobiotic Summer School 1982

7月29日～8月3日

主催／日本C I 協会

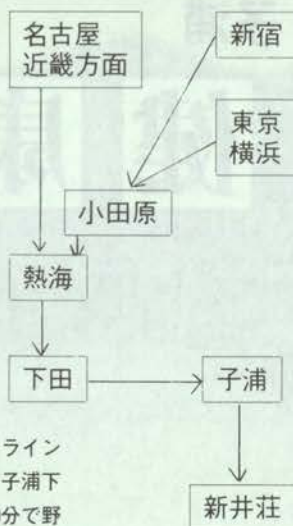
〒151 東京都渋谷区大山町11-5 ☎03-469-7631

講師紹介

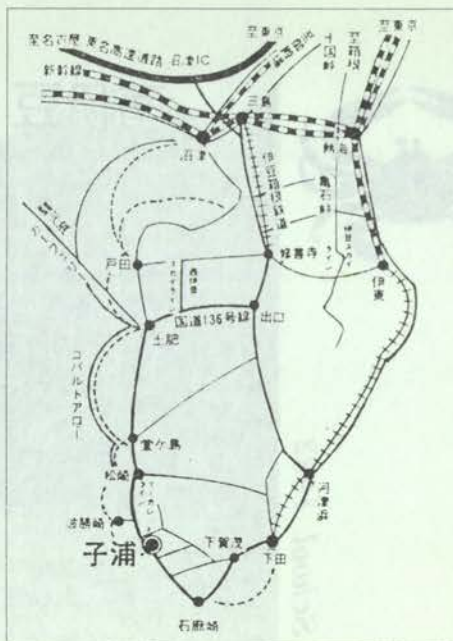
- 桜沢里真** 日本C I 協会会長。桜沢如一先生の伴侶として、インド・アフリカ・ヨーロッパにわたり、健康・料理指導を行う。著書、『食養料理法』『マクロビオティック料理』。
- 牛尾盛保** 日本C I 協会副会長。医博、厚生荘病院長。日本食用塩研究会副会長。著書、『菜食の効用』など。
- 小川みち** 食養料理研究家。音楽教師の職を捨て、桜沢先生の門に入り、長年奮闘。著書、『かたみ』など。
- 大森英桜** 無双原理と正食の研究、30余年。日本C I 協会「正食医学講座」「健康相談」の担当講師。
- 大森一慧** 玄米児6人の母。日本C I 協会〈マクロビオティック座談会〉講師。
- 小川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



現地への交通



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

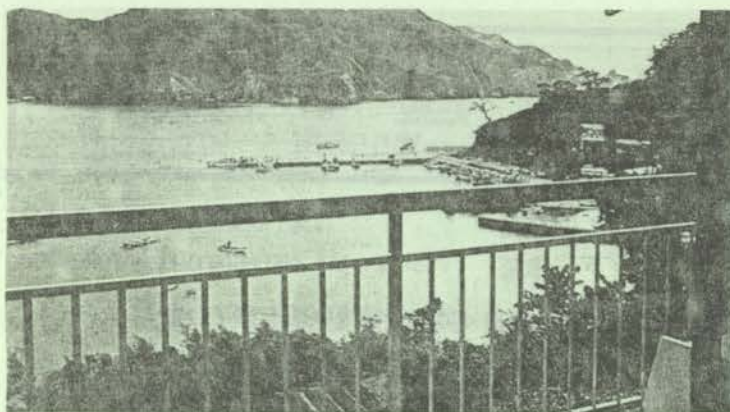


レクチャー

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

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

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



◀ 新井荘から眺めた子浦海岸



日時／1982年7月29日～8月3日（5泊6日）

会場／新井荘 〒415-05 静岡県賀茂郡南伊豆町子浦 ☎05586・7・0002

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

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

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

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

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

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

'82 子浦夏の健康学園 (7/29～8/3) 申込書				
前期 大人 25,000×()名 中学生以上 子供 17,000×()名 4歳以上 幼児 9,000×()名		後期 大人 19,000×()名 通し 大人 40,000×()名		部分参加 (1泊24時間、人数に余裕のある場合のみ受付けます。) ()月()日～()月()日
氏名 年齢 (男・女) 自宅 TEL		大人 9500×()名 子供 6000×()名 幼児 3000×()名		
住(〒) 都道府県 都市		同行者 氏名 年齢・性別		
		歳(男・女)		
		歳(男・女)		
勤務先		勤務先 TEL		
		歳(男・女)		
合計 _____ 円を添えて申し込みます。 日本C I協会御中		食事相談(担当/大森英桜先生) 申込(有・無) 有料、要申込		
1982年 月 日				

食 養 料 理 講 座 IV (初級、中級)

リマ・クッキングアカデミー集中講座

日時／昭和57年 9月18日(土)～ 9月19日(日) 1泊2日

(%1時受付開始、%3時閉会)

主催・会場／日本C I 協会 (インターマック) 本部 〒151 東京都渋谷区大山町11-5 ☎(03) 469-7631

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

- 講師／桜沢里真、吉成知江子
- 特典／所定のコースを修了された方には希望によりリマ・クッキングアカデミーの初級、中級修了証を授与します。
- 受講料／12,000円 (材料費を含む。中級は11,000円) C I 会館に宿泊する人13,500円 (中級は12,500円)
- 申込み／申込書に記入し、受講料を添えて現金書留で食養料理講座係へ。
- 締切り／9月14日(火) 必着。ただし、定員になり次第、締切ります。
- 取消し／9月14日までは、手数料2000円を引いて返還。それ以降は会の運営上、半額返還となります。
- 持参品／筆記用具、ねまき、エプロン、スカーフ (頭にかぶるもの)、容器、雑巾。
- 日本C I 協会の会員 (正会員、年1万2千円など) または誌友 (『新しき世界へ』購読、年5千円) になること。

9月18日(土)	9月19日(日)
6:00	起床、清掃、体操、歌
7:00	食養料理実習(三)
10:00	講師 吉成知江子
10:30	質疑応答
11:30	講師 桜沢里真
13:00	
受付	
13:30	食養料理実習(四)
16:30	講師 桜沢里真
自由時間	解散
18:00	次回(11月20日、21日)の予定です。
20:30	
自由時間	
23:00	消灯、就寝

キ リ ト リ 線

食 養 料 理 講 座 IV (9/18～9/19) 申 込 書

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

● 正食医学講座⑥のご案内 ●

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

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

●講師／大森英桜

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

●持参品／食器一茶わん、汁わん、中皿、はし、布巾2枚。学習用具、雑巾

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

●締切り／6月29日

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

*食事は日本C I協会の料理部が調理する玄米正食料理です。

*人数に余裕があるときは、部分参加も受け付けます。



● 講座のテーマ

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

● 講義の内容

各種病気の原因、症状と食養療法

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

● スケジュール

○ 7月3日(土)

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

○ 7月4日(日)

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

1982年2月~7月 ⑥ 7月3日(土)・4日(日)

正食医学講座⑥ 申込書

今回で全6回を終了する方は、ここに○印をつけてください。

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

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

円を添えて申込みます。

日本C I協会御中

年 月 日

● 正食医学講座①のご案内 ●

●日時／昭和57年9月11日(土) 1時受付開始、9月12日(日) 4時解散。1泊2日

●会場／本隆寺会館 京都市上京区智恵光院通五辻上る

●主催／日本C I協会 〒151東京都渋谷区大山町11-5

☎ 03-469-7631(代)

●協力／京都マクロビオティックC

●講師／大森英桜

●研修費／19,500円(宿泊費含)

●持参品／食器一茶わん、汁わん、中皿、はし、布巾、雑巾、学習用具

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

●締切り／9月3日(厳守)

●取消し／9月3日までの取消しは手数料2,000円をひいて返還します。それ以後の場合は会の運営上、半額返還となります。

*食事は日本C I協会の料理部が調理する玄米正食料理です。

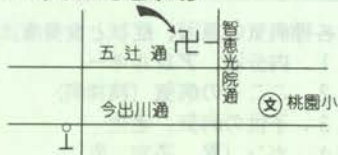
*会場への直接電話は遠慮下さい。



● 講義の内容

1. 無双原理解説
2. 人間の成りたち
3. 穀物(主食)の陰陽、効用
4. 野菜、海草(副食)の陰陽効用
5. 調味料、加工品の陰陽、効用
6. ①消化の生理と造血、物質転換
②食べ方、宿便と反応

● 本隆寺会場



京都駅→地下鉄にて今出川駅→市バスで、今出川浄福寺下車。

● スケジュール

○ 9月11日(土)

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

○ 9月12日(日)

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

1982年9月~3月 9月11日(土)・12日(日) 正食医学講座①申込書

今回で全6回を修了する方は、ここに○印をつけてください。

1. 各回参加=19,500円
(外泊の場合も同額です)

2. 一括前納=105,300円

3. 部分参加

1. 講義 3,300円
1.2.3.4.5.6.

講義番号に○をつけてください。

ふりがな	男・女	() 歳	1. 正会員(の家族)です。 番号
氏名	明大昭	年 月 日 生	2. 誌友(の家族)です。 番号
			3. 入会申し込みます。

ふりがな	都道府県
(〒 -) 住所	

自宅電話	職業 勤務先	勤務先電話
------	-----------	-------

円を添えて申込みます。

日本C I協会御中

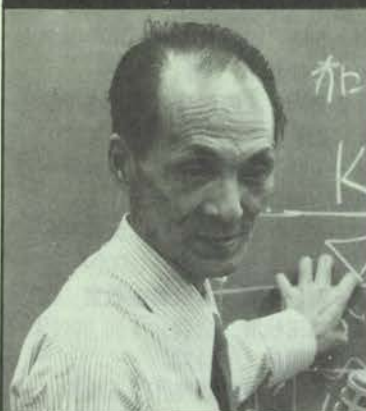
年 月 日

新しい時代の常識をつくる 主催 日本CI協会

第七回

正食医学講座

食物による健康法・家庭医学百科



主任講師

大森英桜先生。正食医学と宇宙の秩序研究30余年。
豊富な治病・健康指導の体験
にもとづく実証的な講義です。

◎ 第七回 京都会場

1982年9月～1983年3月までの講座は、西日本方面の皆さんの便宜をはかり、京都にて開催いたします。
この機会にぜひご参加下さい。

- 会場／本隆寺会館（京都市上京区智恵光院通五辻上る）
- 研修費／19,500円（宿泊費含む、一括前納 105,300円）
（1泊2日の1コース分）
- 協力／京都マクロビオティックセンター

● 講座の目的

- 健康——こんな大切なものではありません。誰もが健康な心と身体を願っています。
どうすれば、健康で幸福で自由な一生をつくりだせるのか。健康と生命の原点を探り、もっとも基本的な〈食〉を考え、実践するのが正食です。
- 他にたよらず、一人一人が自らの力で自分の健康と幸福を確立する具体的な方法をこの講座で学びましょう。

●各コースのプログラム＊①～⑥まで受講された方には「正食医学講座修了証」を発行いたします。

① 正食編 9月11・12日

1. 無双原理解説
2. 人間の成りたち
3. 穀物（主食）の陰陽、効用
4. 野菜、海草（副食）の陰陽、効用
5. 調味料、加工品の陰陽、効用
6. ①消化の生理と造血、物質転換
②食べ方、宿便と反応

③ 基礎編Ⅱ 11月27・28日

1. 人体発生学と臓腑の陰陽
2. 五行説と氣と経絡
3. 望診法（人相、手相）
4. 望診法（体、性格、便尿、その他）
5. ①自律神経とバイオリズム
②病人の心理と心療法
6. 症状にみる陰陽判断の仕方

⑤ 食養療法各論 2月26・27日

- 各種病氣の原因、症状と療法
1. 生殖器
 2. 脳と神経系
 3. 目
 4. 耳、鼻、歯、口、のど
 5. 骨、関節、外傷
 6. 皮膚、血液

② 基礎編Ⅰ 10月23・24日

1. 動物性食品、果物、飲料の陰陽、効用、害
2. 体質、年齢、性、労働、環境別食養法
3. 食養料理の作り方、用い方、効用
4. 食物療法食品の作り方、用い方、効用
5. 食物療法薬用品の作り方、用い方、効用
6. 食の段階と病気の七段階

④ 食養療法各論Ⅰ 1月22・23日

- 各種病氣の原因、症状と療法
1. 呼吸器（気管支、肺）
 2. 循環器（心臓、血管）
 3. 消化器（食道、胃）
 4. 消化器（十二指腸から肛門）
 5. 肝、胆、膵、脾臓
 6. 泌尿器（腎、膀胱）

⑥ 食養療法各論Ⅲ 3月26・27日

- 各種病氣の原因、症状と療法
1. 内分泌、アレルギー
 2. こころの病氣
 3. 子供の病氣、老化
 4. ガン（胃、子宮、乳）
 5. ガン（白血病、肺、その他）
 6. 寄生虫、食中毒、感染症

＊講義の内容が一部変更になることがあります。

＊9月は第2、10月以降は第4土曜、日曜日です。

日本C I 協会 7~9 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 C I 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

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

7月5日(月) 午後6時~8時 健康書道教室 講師/書道春秋社師範 織田秋海 会費/1回 500円。

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

7月7日(木) 2時半~4時半 マクロビオティック座談会 日常生活の身近な問題を取り上げ、意見交換をし、楽しい生活を築きましょう。後半は食養よろず相談会。講師/大森一慧 会費1000円

7月10日(土) 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。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

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

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

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

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

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

7月24日(土) 1時~4時「ニガリを使った手作り豆腐講習会」講師/松田俱幸 会費/玄米御飯と味噌汁付で1500円 申し込みはオーサワジャパン (☎ 465・5021) へ。17日までに予約して下さい。

午後6時~8時 PU研究会「易・クラックスを考える」C I 研究生・会員・一般による研鑽の場です。気軽に参加下さい。会費/200円

7月25日(日) 3時~5時 '80陽友会「四季の標準食を考える」だれでも参加歓迎。会費/200円。

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

9月5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 参考

午後3時~「民間療法功罪」講師/大森英桜 会費/正会員=1300円、誌友・一般=1500円

9月6日(月) 午後6時~8時 健康書道教室 講師/書道春秋社師範 織田秋海 会費/1回 500円。毎月第3を除く毎週月曜日、同時間。

9月11日(土)・12日(日) 正食医学講座① 正食編 講師/大森英桜 京都会場。詳細は別紙をご覧ください。

9月11日(土) 1時~4時 手作りパン講習会 講師青木一男 申し込みは、オーサワジャパンへ。

☎ 465・5021 会費/1500円 (天然酵母1袋付)

9月12日(日) 3時~5時 アーユルヴェーダ入門(8) 講師/高祖英二 会費/500円 (資料代を含む)

9月15日(水・祝日) 12時~2時 ぐれない会 料理発表パーティー、2時半~4時 総会。ぐれない会会員が料理を持ち寄ります。まだ食養を始めていない方にどうぞご紹介下さい。会費 500円

9月18日(土)・19日(日) 食養料理集中講座Ⅳ 初級・中級 詳細は別紙をご覧ください。

9月21日(火)、22日(水) 食養料理教室リマクッキングアカデミー秋期開講 講師/桜沢里真ほか。詳細は別紙をご覧ください。

9月22日(木) 2時半~4時半 マクロビオティック座談会 参考 講師/大森一慧 会費1000円

9月25日(土) 1時~3時「初心者のための食養説明試食会」本間昇ほか 会費/1000円、玄米御飯に一汁一菜の食事付き。22日(金)までに申し込みをして下さい。ぜひ、多くの方々に御案内下さい。

9月25日(土) 3時~5時 '80陽友会食養の勉強会、交流の場。だれでも参加歓迎。会費/200円。

9月26日(日) 3時~5時 アメリカ旅行報告 講師/川口トシ

お知らせ



昭和57年度

カムカムクラブ

会員募集中!!

* 9月30日締切り。

* 限定品ですので、早めにお申込みを!

- 9年目を迎えたカムカムクラブ。今年も昨年以上の品質を期しております。
- 定員に達し次第締め切らせていただきますので、お早めにお申込み下さい。
- お問合わせ、お申込みは、オーサワジャパン(株)カムカムクラブ係まで。案内書および申込書をお送りいたします。

お中元大売出し

7月1日～7月15日

お買い上げ三千円以上の方には、千円につき百円の商品券を進呈します。配達・発送によるご注文もふくみますが、期間中にご入金された場合に限りです。ただし、生鮮品および書籍・綿毛布などの一部特殊商品は対象となりません。なお、ご来店、お買い上げの方にはもちろん粗品を進呈いたします。

新製品・ニュース

- 地粉 1.5kgクラフト袋 420円
本場北関東産の良質な無漂白小麦粉。澱粉質に富み、手打うどん・すいとん・天然酵母パン・天ぷらの衣などに最適。OJのおすすめ商品です。
- 田舎クッキー 700g 1400円
- 田舎クッキー 10本入 700円
国内産の良質な地粉にレーズンをいれた本格的クッキー。砂糖なし。地方発送可。

- 砂鉄製オーサワ万能鍋 価格未定
より軽く、使いやすく改良されました。
- オーサワジャパン主催の「手づくり豆腐講習会」が7月24日(土)午後1時～4時まで日本CI協会3階であります。天然ニガリを使っておいしい豆腐を作ってみませんか。エプロン、筆記用具持参、会費1500円・玄米味噌汁つき。17日までにオーサワジャパンへ予約を。

MACROBIOTIC FOODS



オーサワジャパン株式会社

〒151 東京都渋谷区大山町11-5 ☎03-465-5021

■七月の休業日は二十五日(日)です。営業時間は10～18時。

リマ化粧品



リマフェイトスキンローションH(へちま水)

リマフェイトスキンローションO(きゅうり水)

ピンク

オークル

ベージュ

'82 リマ、この夏クリアー&スカイ



アンケートに答えてご応募ください。

HONDA スカイ

50台

プレゼント



お問い合わせはこの絵のポスターが貼ってあるお店へお尋ね下さい。

応募方法
官製ハガキまたは、
応募ハガキに、
アンケート1〜4
の答え、住所、氏名、
年齢、電話番号、職業
をご記入のうえ、ご応募
ください。

応募期間
昭和57年7月1日より9月10日
(当日消印有効)まで

送り先
〒104 東京都中央区銀座1-20-14 NKビル
リマ化粧品株式会社 キャンペーン係

抽せんと発表
アンケートご応募の中から、厳正抽せんの上、9月下旬に店頭ポスターで発表。同時にご本人に直接お知らせいたします。

アンケートについてのお願い
4問のアンケート設問および所定の項目を全てお書き込みのハガキのみ抽せん対象とします。／景品は抽示のもののみにかぎり、また換金、他人への譲渡等はできません。

(送料、税金、発送などの費用は含まれておりません)