

表紙裏（新しき世界へ 1970 年 4 月号）

簡素な自然なものを求めよ！

不消化物を恐るるな！ 恐るる心はすでに敗れたるものの心である！ 木をも、石をも、鉄をも消化する心強さを持て！ 然らずんば汝は遂に人世の敗残者、落伍者となるであろう。肉体に運動が必要なら、内臓にも運動が必要であろう。大いに不消化物を与へねばならないのである。運動それ自体が人世に必要でない様に、不消化物も内臓に必要でないが、共に「生命」に必要なのだ。ウソだと思ふなら、空気にたった五分の一しかふくまれていないサンソばかりをとってごらんなさい。すぐ死ぬでしょう。一分でもなかったら死ぬのに、空気の中には五分の一しか含まれていないのです。五分の四は不消化物です。

（食養人世読本より）

本文の複写、複製、転載、その他いかなる方法による使用の際には日本 CI 協会にご相談ください