

表紙裏（新しき世界へ 1968 年 9 月号）

非緊張は無感覚(マヒ)の状態なり。

健康とは緊張なり。全身細胞の非緊張が病気なり。

全身の緊張は適当なる塩分の摂取によりて生れ、糖分、水分の過剰によりて失わる。

広義の食は環境全体で、セマイ意味の食はその一部である。養とはその環境を飲食する正しき秩序を云う。だから、食養と栄養とは雲泥のチガイがある。

正しき食、正しき養は無礙の一道である。

食を知らずして生命を論ずるは危うし。

食を知らずして真、善、美を語るなかれ

養を知らずして、神を知ること能わず。

養を知らずして道を説く資格なし。

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