

## 印有人倡絕食延壽

他認爲現代人的「營養太多」。  
「糧食也太多了」。糧食增加後，印度人吃太多。只有妨礙健康。這一派「反對派」不是醫生。也不是營養學家。而是印度教中的部分和倫敦及基督教徒們。主張少吃多餓，營養身體最強烈的。這位印度教中的高僧，此人今年已一百一十歲。人稱阿查里亞大師。照他的說法。一個人要想長壽而保持體格健康。每天只要飲食少量的牛奶和水果。蔬菜便夠了。至於日常生活，的菜油、茶或香烟對身體的營養並無貢獻。可以不吃。這位以少食多餓。主張經常絕食的大師。在其國內擁有不少信徒。

祖師一百五十六歲

賴

古

代

瑜

伽

術

苦

修

阿

查

里

亞

大

師

生

於

一

八

一

五

一

五

一

年

正

好

是

一

百

十

歲

他

出

生

於

印

度

普

敦

斯

邦

自

幼

販

印

度

普

敦

斯

邦

自

幼

販

印

度

普

敦

斯

邦

自

幼

販

印

度

普

敦

斯

邦

自

幼

販

印

度

普

敦

斯

邦

自

幼

販

印

度

普

敦

斯

邦

自

幼

販

印

度

普

敦

斯

邦

自

幼

販

印

度

普

敦

斯

邦

自

幼

販

印

度

普

敦

斯

邦

自

幼

販

印

度

普

敦

斯

邦

自

幼

販

印

度

普

敦

斯

邦

自

幼

販

印

度

普

敦

斯

邦

自

幼

販

印

度

普

敦

斯

邦

自

幼

販

印

度

普

敦

斯

邦

自

幼

販

印

度

普

敦

斯

邦

自

幼

販

印

度

普

敦

斯

邦

自

幼

販

印

度

普

敦

斯

邦

自

幼

販

印

度

普

敦

斯

邦

自

幼

販

印

度

普

敦

斯

邦

自

幼

販

印

度

普

敦

斯

邦

自

幼

販

印

度

普

敦

斯

邦

自

幼

販

印

度

普

敦

斯

邦

自

幼

販