



Le 15 octobre 2005

IMAGINE...

Non, nous n'avons pas choisi notre camp. On n'était même pas courant qu'il y avait deux camps alors...

Mais c'est ainsi, deux camps existent. Etes-vous plutôt ceci ou plutôt cela ? Et là on se sent un peu gênés, comme lorsqu'on nous demande notre nationalité, notre religion, bon le sexe ça se voit (enfin en principe) et on ne nous le demande pas. Nous on est des naïfs, on pense qu'il y a une terre pour tout le monde, que les frontières ont été placées là par hasard et que d'ailleurs parfois elles changent de place.

De même on pensait qu'il y avait UN Art de Vivre Macrobiotique, le même pour tous ceux qui voulaient bien se donner la peine de l'appliquer. Mais il paraît qu'on avait tout faux. Il y a les "bons" macrobiotes, les «vrais» ceux qui ont compris le Principe Unique et tous les autres qui, paraît-il, ne sont même pas des macrobiotes. Que sont-ils alors ? Nous n'avons pas obtenu de réponse.

Le Principe Unique, justement. En anglais "Unifying Principle", le principe qui unifie, qui unifie toutes les lois, tous les phénomènes, tous les individus et enfin (c'est ce qu'on croyait) tous les macrobiotes. Nous ne parlons pas japonais et nous ne savons qu'elle est la traduction exacte, mais il semble que «principe qui unifie» est une bonne définition.

Mais on s'est trompé, les macrobiotes ne sont pas unis ils obéissent apparemment aux mêmes lois qui font se précipiter les foules aux matches de foot pour que LEUR pays gagne et que l'autre pays soit ECRASE. Aux mêmes lois qui règnent dans certains pays où avoir une mentalité de «tueur» est le top du top. Quelle horreur...

Alors nous n'avons pas choisi : entre les adeptes du nituké et ceux de la salade ébouillante, nous n'avons pas été capables de choisir. Entre ceux qui disent pas de méditation mais de l'action et ceux qui passent plusieurs heures par jour à méditer nous n'avons pas choisi non plus.

Et dites-vous bien qu'on ne va pas faire le choix à votre place. Nous on change tout le temps : un coup action, un coup méditation, un coup numéro 7, un coup pas de céréales du tout pendant une journée, un coup bouillon de miso, un coup gazpacho (eh oui cela arrive), un coup sarrasin, un coup jus de légumes. Il y a des consultations bien sûr et on vous dira ce qu'il faut consommer présentement mais à la longue c'est vous qui décidez.

Nous ne faisons pas de choix parce qu'il n'y a pas de choix à faire et nous nous sentons perpétuellement mal à l'aise entre les adeptes de 7 jours de croisière et ceux de 7 jours de numéro 7 (à vrai dire on aimerait bien faire les deux) sans oublier t les adeptes du «vivre parvo» qu'on jette à la figure des premiers. Nous osons espérer qu'ils ne confondent pas vivre parvo avec avarice et cupidité, des défauts capitaux s'il en est.

Mais nous ne sommes pas totalement zen, alors on est un peu en colère de voir qu'il y a des macrobiotes qui critiquent et rejettent avec virulence d'autres macrobiotes. Tout le monde ne peut pas être d'accord sur la méthode et Dieu sait si dans notre famille nous le sommes pas mais il est indispensable d'être d'accord sur les principes qui sont pour nous les 7 lois et les 12 théorèmes de l'ordre de l'univers. On aimerait dire qu'il est essentiel de respecter ceux avec qui on est en désaccord, de les remercier, ils nous montrent l'autre côté de la médaille que nous avons peut-être oublié de voir. Et comme décidément non nous ne sommes pas encore zen, nous sommes en colère contre ceux qui prétendent manger macrobiotique mais qui ne le font pas du tout et qui, plus tard, mourront peut-être d'un cancer et tout le monde se demandera pourquoi. En colère aussi contre ceux qui nous font les gros yeux pour un jus de carotte mais qui prennent quotidiennement leur café et leur verre de rouge.

Et puisque nous voulons vivre dans un monde de paix on aimerait que tous les macrobiotes fassent la paix entre eux, si ce n'est pas trop demander.

On aimerait qu'ils se souviennent :

Imagine que le paradis n'existe pas

C'est facile si tu essayes

Aucun enfer sous nos pieds

Au-dessus de nous seulement le ciel

Imagine tout le monde

Vivant dans le présent...

Imagine aucun pays

*Ce n'est pas si difficile que ça
Personne à tuer, personne pour qui mourir
Et aucune religion non plus
Imagine tout le monde
Vivant en paix...*

*Imagine aucune conquête
Je me demande si tu en es capable
Aucun besoin d'avidité ni de désir
Dans une fraternité
Imagine tous les gens
Partageant le monde...*

*Tu peux me prendre pour un rêveur
Mais alors je ne suis pas le seul
J'espère qu'un jour tu seras des nôtres
Et le monde sera uni*

(John Lennon)

Florence Wenker - octobre 2005

MACROBIOTIQUE : LA GRANDE ILLUSION

Mise au point

-Vous devriez essayer la macrobiotique ...! c'est ce que l'on dit à un malade en phase finale, abandonné par la médecine officielle et qui s'accroche encore à la vie avec l'énergie du désespoir.

-Ma pauvre ou mon pauvre suivant le cas, tu devrais peut-être voir du côté de la macrobiotique, j'ai entendu dire qu'elle faisait des miracles...! C'est ce qu'on dit à une amie ou à un ami souffrant depuis des années, d'une maladie chronique, et qui n'en peut plus.

La macrobiotique comme ultime espoir. La panacée universelle capable de tout guérir, le traitement miracle.

Combien en avons-nous reçu, de ces patients prêt-à-tout, même à appliquer des principes macrobiotiques très contraignants en dernier recours..!!

Et maintenant, alors que cette “ méthode ” est bien référencée sur les moteurs de recherche du web ou il suffit de taper le mot – macrobiotique – dans Google, pour découvrir notre site « lamacrobiotique », il ne se passe pas un jour sans que nous recevions des courriels de demande d’aide en provenance du monde entier.

Appels au secours, parfois dramatique, petits messages puérils ou question hors sujet, dont voilà quelques exemples.

Pouvez-vous me donner des recettes pour la maladie du diabète type 1.

La médecine traditionnelle parle de polyarthrite. Avez-vous des conseils, une aide en macrobiotique à m’apporter.

Ma femme a une tumeur au cerveau qu’elle soigne médicalement. Vous serait-il possible de me recommander un centre macrobiotique pour la soigner.

J’ai 23 ans, souffrant d’anorexie et de boulimie alternativement depuis 8 ans, je suis désespérée on me conseille de suivre un régime macrobiotique.

Comment guérir le cancer du sein, on m’a déjà enlevé un sein il y a 5 ans. C’est urgent dites-moi ce que je dois faire.

La macrobiotique est-elle efficace pour l’hépatite B?

Peut-on enlever les taches blanches sur la peau, avec la macrobiotique.

J'ai 22 ans, je pèse 80kg et je veux suivre un régime alimentaire.

Je prends un médicament XYZ depuis plusieurs années, est-il dangereux pour la santé, dois-je l'arrêter.

Je viens de découvrir que je suis diabétique je veux un régime approprié pour guérir

Pour toutes ces demandes d'aide impérative, voici notre réponse:

Nous sommes malheureusement au regret de répondre par la négative à votre demande. Nous ne sommes pas médecins ni guérisseur mais conseiller en macrobiotique. La macrobiotique étant une manière de vivre et de se nourrir conformément aux lois universelles ancestrales.

L'art de vivre macrobiotique est un tout philosophique, spirituel et pratique qui ne peut pas se réduire à un simple régime miracle.

Si vous voulez vraiment vous guérir, vous devez avant tout étudier cet art de vivre et ensuite en appliquer les règles à votre propre cas ou à votre famille. Personne ne peut le faire pour vous. Vous pouvez trouver sur notre site "lamacrobiotique" tout ce qui est nécessaire à un débutant pour avancer sur cette voie.

Nous restons à votre disposition pour vous apporter tous les conseils si nécessaire, sur les applications pratiques de la macrobiotique en tant que mode de vie, mais vous devez aussi faire un effort pour en comprendre l'essentiel.

Bien que la macrobiotique ne soit pas une médecine, ni une thérapeutique généraliste, de nombreuses personnes le pensent et ne s'intéressent à cet enseignement, que lorsque elles sont atteintes d'une maladie chro-

nique incurable, espérant trouver dans la macrobiotique la mystérieuse fontaine de jouvence capable de guérir toutes les maladies et de prolonger la vie .

La lecture d'un livre ou d'une ordonnance diététique et quelques restrictions alimentaires peuvent-elles sérieusement vaincre là où toutes les médecines, douce, dure, scientifique, officielle ou parallèle ont échoué.!!! Eh bien non, non, non. Je vais en décevoir plus d'un, mais ça ne marche pas comme ça.

Éviter la plupart des maladies en pratiquant l'art de vivre macrobiotique, alors oui, d'accord, ce n'est pas une utopie. Mais guérir une maladie qui se développe parfois depuis de nombreuses années, après que le patient ait suivi de multiples traitements et ingurgité toutes sortes de médicaments, c'est bien autre chose. Je ne dis pas que c'est impossible, mais cela nécessite un engagement qui va bien au-delà d'un simple régime et de la prise de quelques spécifiques macrobiotiques.

Je considère l'image que donne la macrobiotique actuelle comme totalement abusive, et dans certains cas c'est même malhonnête de donner des consultations et d'entretenir de vains espoirs. C'est pourquoi je profite de la notoriété de notre site web pour publier cette mise au point.

Cela fait 35 ans que je me suis engagé sur la voie macrobiotique, après avoir vu plusieurs de mes proches, dont ma propre femme mourir du cancer à l'âge de 36 ans, le 25 décembre 1968, après une agonie de 40 jours.

J'ai étudié les principes qui régissent la macrobiotique durant 10 ans, avant de donner ma première véritable consultation, cela pour vous dire que je connais bien la question. Cette expérience m'a amené à mettre en place certaines règles d'éthique que je considère comme indispensables pour la crédibilité de la macrobiotique en tant que méthode de soins et de préservation de la santé.

Donner une consultation macrobiotique accompagnée de directives alimentaires et parfois de soins externes, convaincre une personne malade de s'astreindre à des règles de vie strictes, souvent contre l'avis de son entourage, pour ensuite la laisser retourner dans son environnement habituel, livrée à elle-même, sans aide et

sans un accompagnement efficace est totalement irresponsable. Si en plus vous vous faites payer c'est un abus de confiance.

Pour ma part, je n'ai jamais pu m'y résoudre. C'est pourquoi, avant de recevoir des personnes en consultation, je me suis toujours appliqué au préalable à créer une infrastructure d'accueil, réunie dans ce qu'il est convenu d'appeler " un centre macrobiotique ".

Un centre macrobiotique comprend au minimum :

- un magasin de distribution de produits alimentaires de qualité et de spécifiques macrobiotiques.**
- un espace équipé pour donner des cours de cuisine.**
- un cabinet de consultation.**
- et lorsque c'est possible un dojo et un restaurant.**

Plus bien entendu les personnes compétentes indispensables au bon fonctionnement d'un tel complexe.

De nombreux pays dans le monde en compte au moins 1. En Italie, il existe plus de 100 " Punto Macrobiotico " organisés sur ce modèle. En Suisse 2 et en France 5.

A la sortie d'une première consultation macrobiotique, les patients sont souvent déstabilisés, toutes leurs certitudes viennent d'être remises en cause, ainsi que leurs habitudes alimentaires, leur mode de vie, et même leur mode de pensée. Cette révolution est difficile, voire impossible à assumer seul, d'autant plus si la personne est affaiblie par la maladie. Comment préparer ses repas, où trouver des recettes, comment se procurer ces spécifiques aux noms inconnus qui ont été recommandés lors de la consultation, où acheter les aliments les plus courants. Dans quelle communauté trouver aide, conseils et encouragement.

Pour les néophytes la voie macrobiotique présente des difficultés quasi insurmontables lorsqu'on est isolé et éloigné d'une source d'information pratique, d'où la nécessité des centres macrobiotiques. Dans un centre on doit trouver absolument tout ce qui est nécessaire pour accompagner les premiers pas du nouvel adepte, et en premier lieu des cours de cuisine, des spécifiques, une bibliographie spécialisée et des conseils d'anciens plus expérimentés.

C'est à cette seule condition : qu'il existe un centre macrobiotique à proximité, que des consultations peuvent être profitables et efficaces pour les patients.

Comme vous pouvez vous en rendre compte l'art de vivre macrobiotique nécessite un apprentissage individuel de longue haleine, se réapproprier sa vie et parfois sa mort, dans une société qui décide tout pour vous,

n'est pas une chose aisée. Se libérer de la sécurité et du confort qu'offrent les assurances et la médecine officielle, si vous êtes pas encore malade, c'est de l'héroïsme, si vous êtes très malade, c'est du désespoir.

Il est du devoir des enseignants et des conseillers macrobiotiques de faire tout ce qui est en leur pouvoir, pour faciliter cette démarche et de ne pas se contenter d'établir un diagnostic, de donner des conseils et une ordonnance diététique, sans fournir au patient les moyens pratiques de les appliquer.

Lorsque ces conditions ne sont pas remplies, je conseille vivement aux personnes gravement atteintes dans leur santé, de ne pas mettre tous leurs espoirs de guérison dans la méthode macrobiotique, et au praticien de s'abstenir de les conforter dans cette démarche.

La macrobiotique est avant tout un Art de Vivre complet, qui s'adresse en priorité à tous ceux qui sont épris d'un désir de liberté incommensurable, et, tout comme les esclaves des siècles passés, sont prêts à en payer le prix pour la retrouver.

Si sous certaines conditions, la pratique macrobiotique présente effectivement un grand pouvoir de guérison, cela demande avant toute chose de comprendre et d'accepter de corriger la cause de ces maladies, c'est seulement à partir de là, qu'un processus de guérison pourra débiter.

Internet est un fabuleux moyen de diffusion pour le mouvement macrobiotique qui a toujours souffert d'une manière endémique de sa dispersion planétaire et du manque de communication que cela engendre. Sachons saisir cette chance pour repartir sur des bases plus réalistes. Dans certains pays d'Afrique et du Moyen-Orient la macrobiotique pourrait être une véritable planche de salut pour le peuple tant sur le plan de l'économie domestique que dans les domaines de la nutrition **et de la prévention des maladies.**

Alors ne limitons pas ce merveilleux héritage de sagesse à une simple méthode de soins, source de polémique et totalement réductrice de sa vraie valeur.

La macrobiotique devrait être reconnue pour ce qu'elle est véritablement, c'est à dire un art de vivre complet, sur lequel il serait possible de construire un nouvel ordre mondial respectueux de la vie sous toutes ses formes, dans un environnement de paix et de santé équitable pour tous.

Gérard Wenker - Octobre 2005

MICHIO KUSHI À PARIS

Conférence

Quelles réponses face aux problèmes actuels de santé et d'environnement?

(grandes épidémies, maladies dégénératives, dérèglements climatiques...)

samedi 12 novembre 2005 15h-17h / 18h-20h

Librairie Les cent ciels 12, avenue Jean Aicard Paris 11ème

Consultation de groupe

vendredi 11 novembre 2005 18h-20h30

Centre International Kinomichi

98, boulevard des Batignolles Paris 17ème

Pionnier de la médecine alternative et du mouvement pour une nourriture naturelle et biologique, Michio Kushi est reconnu par les Nations Unies (prix d'excellence de l'association des écrivains des Nations Unies en 1994), la Diète Japonaise, le Congrès américain et le Smithsonian Institute pour ses réalisations dans le domaine de la macrobiotique. Auteur de nombreux ouvrages, notamment sur le cancer, le sida ou les maladies cardiaques, ses enseignements ont aidé de nombreuses personnes à travers le monde à mieux comprendre la relation étroite entre nourriture, mode de vie et santé et par là même à se guérir.

Conférence du 12 novembre – 30 € avant le 31 octobre

(40 € sur place, tarif réduit pour les – de 26 ans et chômeurs)

Consultation de groupe du 11 novembre- 100€

Chèque à retourner avant le 31/10/05 à l'ordre de l'association

Vers un monde de Paix - 52, rue de Saussure - 75017 Paris

**Renseignements : versunmondedepaix@yahoo.fr ou au 06.14.60.71.48 /
01.42.82.96.53**
