

## Agir ou réagir

Je m'aperçois que la plupart des gens réagissent plutôt qu'agissent. Un peu comme un troupeau de moutons qui se laissent guider sans trop poser de questions.

J'ai compris que les idées, les visions et le courage de vivre sa vie pleinement ( Grande Vie) étaient plutôt délaissés... On abandonne, on vivote, on prend ce que l'on peut, on fait du mieux qu'on peut, on essaye un peu, on se résigne beaucoup, et au bout du chemin, on meurt. On termine sa route en ne regardant pas trop en arrière, de peur de regrets.

Lorsque je discute autour de moi, la plupart des gens sont le portrait exact de ce que je mentionne. Vie en banlieue relativement confortable, une conscience un peu plus poussée que la moyenne de ce qui se passe autour d'eux et sur la planète, et une résignation marquée sur la capacité de changer les choses en mieux. Je suis toujours très surpris de voir cette résignation. Et un peu triste à la fois. Heureusement que maintenant, ce genre de réflexion ne me perturbe pas trop. Probablement parce que, après des années à oeuvrer pour, amener les gens sur la voie macrobiotique, j'ai trouvé un certain émerveillement face à la vie. J'en ai fait ma partenaire et nous avançons ensemble vers le haut et non pas vers le bas. Et le haut est construit d'harmonie, de solidité, de rire, de discernement, d'introspection, de force, de communication vraie et de relations significatives.

Trouver ce qui nous motive dans la vie n'est pas de poursuivre des vœux, de gravir les plus hauts sommets ou de mener son pays vers la prospérité : c'est peuplé de petites choses satisfaisantes, profondément, qui font boule de neige et qui, en s'additionnant les unes aux autres, nous propulsent de plus en plus loin. Et c'est à partir de là que nous pouvons enfin vivre avec passion. Nous pouvons enfin, à partir de ces moments, agir au lieu de simplement réagir. Notre vie est bâtie de ce qu'on fait avec ce qui nous est offert. Encore mieux, nous créons

notre vie de toutes pièces par ce que nous disons, faisons et mangeons, à chaque instant. Lorsque l'on ne fait que réagir, on ne fait que subir nos jours sur cette terre... Un peu comme quelqu'un qui se laisse emporter par le courant d'une rivière . Pourquoi pas ne pas commencer à changer dès maintenant ? On ira peut-être pas tout à fait où l'on veut au départ. Mais au fil du temps, le cours de la vie deviendra beaucoup plus intéressant...

Alors, êtes-vous de ceux/celles qui agissent ou réagissent ?

" VOTRE VIE EN OTAGE" est le titre de mon dernier ouvrage, à la demande de plusieurs lecteurs, j'ai décidé de mettre un titre plus proche du contenu, il se nomme dorénavant "HISTOIRE DE LA MACROBIOTIQUE" de Platon à Ohsawa. Vous trouverez ci-dessous un fichier joint PDF, avec la première partie de ce livre. Sa lecture vous permettra, je l'espère, de vous en faire une idée et peut-être vous incitera à acheter l'ouvrage complet sur notre site.