

## **Bonjour amis de la Grande Vie :**

À la question de savoir quelle est l'origine de l'ayurveda, on nous répond d'habitude qu'elle vient de l'Inde. Et historiquement parlant c'est correct puisque le savoir légué de cet art curatif repose sur les textes millénaires de la littérature védique qui est la base de la culture et philosophie indienne ainsi que de toutes ses sciences. Une fois découverte, la médecine ayurveda a rayonné au-delà de l'Inde et a influencé de nombreuses cultures et systèmes médicaux (Égypte, Tibet, Perse, Chine). Même Hippocrate aurait été un adepte de la doctrine ayurveda et c'est à raison qu'on considère l'ayurveda comme « la mère de la médecine ».

Aujourd'hui encore, plus de 70% de la population indienne est traitée à l'aide de remèdes et méthodes de cette physiothérapie traditionnelle. Ainsi, l'Inde est le centre géographique et culturel de l'ayurveda...mais, en réalité, la véritable origine de cette science médicale ne se trouve ni en un lieu précis, ni dans des textes médicaux de l'ancienne Inde... non, d'après le concept d'ayurveda (ayus = durée de vie et Veda = le savoir complet) elle se trouve à l'intérieur de l'homme, à la source de la pensée, des sensations, des actes et aux tréfonds de la conscience... Là-bas, à l'intérieur de soi-même, le Veda peut être « consulté » et compris par tout un chacun. Ainsi, le propre « soi » est donc en quelque sorte la bibliothèque cosmique sur laquelle se base l'ayurveda. Et ce « soi » aux tréfonds de soi-même est ainsi le repère des Vedas et donc le lieu de la vérité absolue sur « soi ». Et c'est justement ce « soi le plus profond » qu'on doit trouver d'après la science d'ayurveda, car c'est en même temps le lieu de la santé absolue...

Voilà le but de la macrobiotique, ne pas s'arrêter à l'alimentaire. L'alimentation est l'assise, le socle solide de la santé physiologique, ensuite il faut continuer à chercher à l'intérieur de soi, et là il n'y a pas de recette, chacun doit trouver son propre chemin en toute liberté et indépendance.

*ça bouge sur le web, voici quelques nouveautés :*

*Dans le domaine de la macrobiotique, voici les nouveaux blogs :*

La santé par la macrobiotique :  
une nouvelle façon de voir la macrobiotique :  
<http://macrobiotiquepourtous.blogspot.com/>

La macrobiotique facile  
ce blog est consacré uniquement à la cuisine macrobiotique, vous y trouverez de  
nouvelles recettes au fil des jours  
<http://macrobiotiquefacile.blogspot.com/> :

*Feng shui astrologique :*

Prévisions tous les mois pour tous :  
<http://astrofengshui.blogspot.com/>

*Blogs sur la vieillesse pour ceux qui se sentent concernés :*

Les seniors (seigneurs) du temps :  
<http://seniorsdutemps.blogspot.com/> .

Si vous avez des blogs intéressants sur ces sujets, merci de nous en  
communiquer les adresses web.

Cette Newsletter No. 46 à été envoyée à 1000 abonnés, merci de votre confiance.

Gérard et Florence