

## **Les racines philosophiques de la macrobiotique.**

À partir d'un certain niveau d'engagement, il s'avère indispensable de se montrer prudent et critique, voici quelques conseils dans une version idéale, mais pas trop utopique qui permettront d'apprécier et de juger toutes les philosophies, toutes les idéologies et toutes les religions.

### **Quelle philosophie pour le meilleur des mondes ?**

- 1) Ses principes théoriques doivent avoir une application pratique pour tous et partout. La théorie sans la pratique est inutile, mais la pratique sans la théorie peut-être dangereuse.**
- 2) Elle doit être simple dans sa compréhension, pratique dans son application, économique dans sa réalisation, universelle dans sa diffusion.**
- 3) Elle apporte une réponse immédiate à toute question, dans toute circonstance, sans intermédiaire.**
- 4) Elle doit être si répandue et si diversifiée que nul ne puisse se l'approprier et la structurer à son profit. Elle doit donc être universelle sans distinction aucune, de race, de nationalité, de religion, de caste, de hiérarchie ou d'oligarchie.**
- 5) Ses racines doivent puiser profondément dans les traditions des temps anciens, mais son adaptation à chaque époque par une évolution constante, est indispensable.**
- 6) Par son pouvoir d'adaptation et sa souplesse, elle est le reflet de l'évolution de la vie selon les lois de la Nature.**
- 7) Son ultime finalité doit être l'amélioration de la condition humaine dans ses trois dimensions : physique – psychique – spirituelle.**

Non c'est pas possible. C'est un rêve...Une utopie.

Si un pareil enseignement existait, cela devrait se savoir, car le monde entier se précipiterait avec enthousiasme pour en connaître la recette. Eh bien, aussi incroyable que cela paraisse, une philosophie et un enseignement pratique, répondant aux 7 conditions énumérées ci-dessus, existent bel et bien. Cette philosophie s'appelle :

### **Le Principe Unique de L'Ordre de L'Univers.**

Son application pratique est "**la macrobiotique**". Si cette philosophie de la vie n'est pas connue de la grande majorité de la population, c'est que les gouvernements et les hauts responsables de l'économie mondiale ne sont pas intéressés et même hostiles à une philosophie de la véritable connaissance, qui donne gratuitement la santé, qui crée la liberté par le libre choix, qui enseigne la justice pour tous et qui apporte la paix à chacun. Même l'église l'a combattue violemment à l'époque de la Renaissance italienne brûlant écrits et auteurs sur les bûchers de l'inquisition. Donnez de tels pouvoirs aux hommes, vous n'y pensez pas, seul Dieu et l'église ont cette prérogative.



## **Les racines philosophiques de la macrobiotique**

Il n'y a que deux manières pour l'homme d'interpréter l'Univers. Soit l'homme fait partie du tout au même titre que n'importe quel élément, soit il est le tout.

Dans la première proposition, l'homme est survenu par hasard.

Dans la seconde l'homme est le but.

Selon la téléologie, Il n'y a donc que deux philosophies possibles :

### **La Contingence :**

Possibilité qu'une chose arrive ou non par hasard. Dans cette éventualité l'apparition de l'Homme dans l'évolution est un pur hasard.

### **L'Anthropie :**

Contraire de la contingence : dans ce cas la finalité de l'évolution est l'Homme.

Bien sûr, cette approche est une vision dualiste cartésienne, issue de la société moderne occidentale et des grands philosophes grecs.

La macrobiotique est un art de vivre complet qui repose sur une philosophie métaphysique qui lui est propre.

**Aucune séparation, la partie est incluse dans le tout, et tout est dans la partie.**

**L'homme est dans l'univers, et l'univers est dans l'homme.**

Georges Ohsawa l'a nommé :

**“ Principe Unique de l'Ordre de l'Univers ”** et il l'a résumé dans un seul est unique schéma **“ la spirale logarithmique universelle”**.

Le P.U. explique la totalité des phénomènes induits par les deux forces issues du Tao. Ce principe est l'ambivalence et l'alternance de toutes choses, c'est-à-dire la double polarité dynamique de yin et de yang.

Cette constitution-conception de l'Univers est une Cosmogonie énergétique complète et rationnelle du monde, un modèle unique de symbolisme, sans équivalent dans l'histoire des sciences humaines.

Cette vision métaphysique de l'Univers prend sa source il y a plus de 5000 ans dans le **“ I-King ”** ou grand livre du principe UN et plus tard dans le **“ Tao tö King ”** écrit par Lao Tseu qui codifie l'ambivalence universelle qu'il nomme yin et yang.

Confucius en 551-479 av. J.C. fait de même et écrit le **“ Livre des commentaires”** en seconde partie du I-King. Le Principe UN est appliqué pour la première fois aux lois d'Etat. Ce système est toujours en vigueur dans la Chine actuelle.

## **Georges Ohsawa - 1893-1966.**

Fondateur de la macrobiotique moderne va épurer l'ancienne École Taoïste et en redécouvrir l'essence même qu'il appellera : **Principe Unique de la Logique Universelle.**

Georges Ohsawa consacra sa vie à jeter les bases pratiques d'un véritable art de vivre et à l'enseigner dans la plupart des pays du globe.



Cet Art de vivre selon l'Ordre de l'Univers, repose sur quatre piliers qui sont la quintessence de la sagesse millénaire de l'humanité. Le premier est métaphysique, le second est philosophique, le troisième scientifique, et le dernier est l'application des trois autres. Vivre pleinement L'Ordre de l'Univers exige la connaissance de ces quatre branches qui sont :

### **1. Le Principe Unique .**

Le « monisme polarisable » d'Ohsawa :

La loi qui permet d'unifier toutes les autres.

### **2. La Dialectique Universelle.**

Mode de pensée permettant de saisir instantanément la complémentarité dynamique des opposés.

### **3. L'Yin-yiologie.**

Science de l'énergétique qui définit les lois découlant du P.U. et en étudie les applications.

#### **4. La Macrobiotique.**

Une des premières applications pratiques de la dialectique et des lois de la logique universelle. La macrobiotique embrasse tout ce qui a trait aux comportements humains, physiques, mentaux et spirituels et à leur relation avec la nature primordiale de l'Ordre de l'Univers.



Malgré son apparente complexité, le monde qui nous entoure est en réalité animé seulement par une unique force ayant une double apparence, comme la face et le dos ou le haut et le bas. Au-delà de la multiplicité des phénomènes, de croyances contradictoires et de connaissances partielles, il existe un Principe Unique, facilement vérifiable et que tout le monde peut constater, c'est la dichotomie totale de l'univers. Cette dichotomie se manifeste en premier lieu par la coexistence intangible du visible et de l'invisible ou du plein et du vide.

La scission, à l'origine de toutes choses, se retrouve dans les phénomènes d'alternance : le jour et la nuit, le mouvement et le repos, le flux et le reflux, etc. Cet aspect nous apparaît également dans les systèmes duaux : positif-négatif, chaud-froid, féminin-masculin, acide-alcalin, vie-mort, bien-mal, etc.

Voilà pourquoi un seul principe explique tout l'univers, ce qui ne veut pas dire qu'il n'y a qu'une seule loi, mais qu'une seule permet de comprendre toutes les autres.

Cette loi unique que Georges Ohsawa désigne par « **monisme polarisable** » où l'Un encore non différencié ( le Tao ) se divise, pour donner naissance à deux forces opposées et complémentaires, de polarité différente.

Tous les végétaux, tous les animaux et même les minéraux ont la capacité de reconnaître ces deux forces et de s'y adapter instantanément.

Et comment s'adaptent-ils ? ; à action la réponse est réaction.

Action = froide. Réaction = contraction

Action = chaude. Réaction = dilatation

Action nuit je me ferme.

Action jour je m'ouvre.

Action nuit je dors.

Action jour je m'éveille.

Voilà le moteur énergétique à l'origine de la création de l'univers, à l'origine du mouvement, à l'origine de la vie et à l'origine de la mort.

La contraction est produite par l'énergie centripète.

Dans le corps humain, c'est le système parasympathique qui contrôle la contraction des muscles.

La dilatation est produite par l'énergie centrifuge.

Dans le corps humain, c'est le système orthosympathique qui contrôle le relâchement musculaire.

Nous pouvons retrouver ce phénomène énergétique à tous les niveaux de la création. C'est cette approche binaire qui est appelée "***Dialectique universelle***".

Cette vision dialectique est la clé de voûte de la philosophie du principe unique de l'Ordre de l'Univers. Le P.U. est avant tout une philosophie pratique, applicable dans tous les domaines des sciences humaines, mais également un art de vivre pouvant apporter à chacun santé, sérénité et longévité.

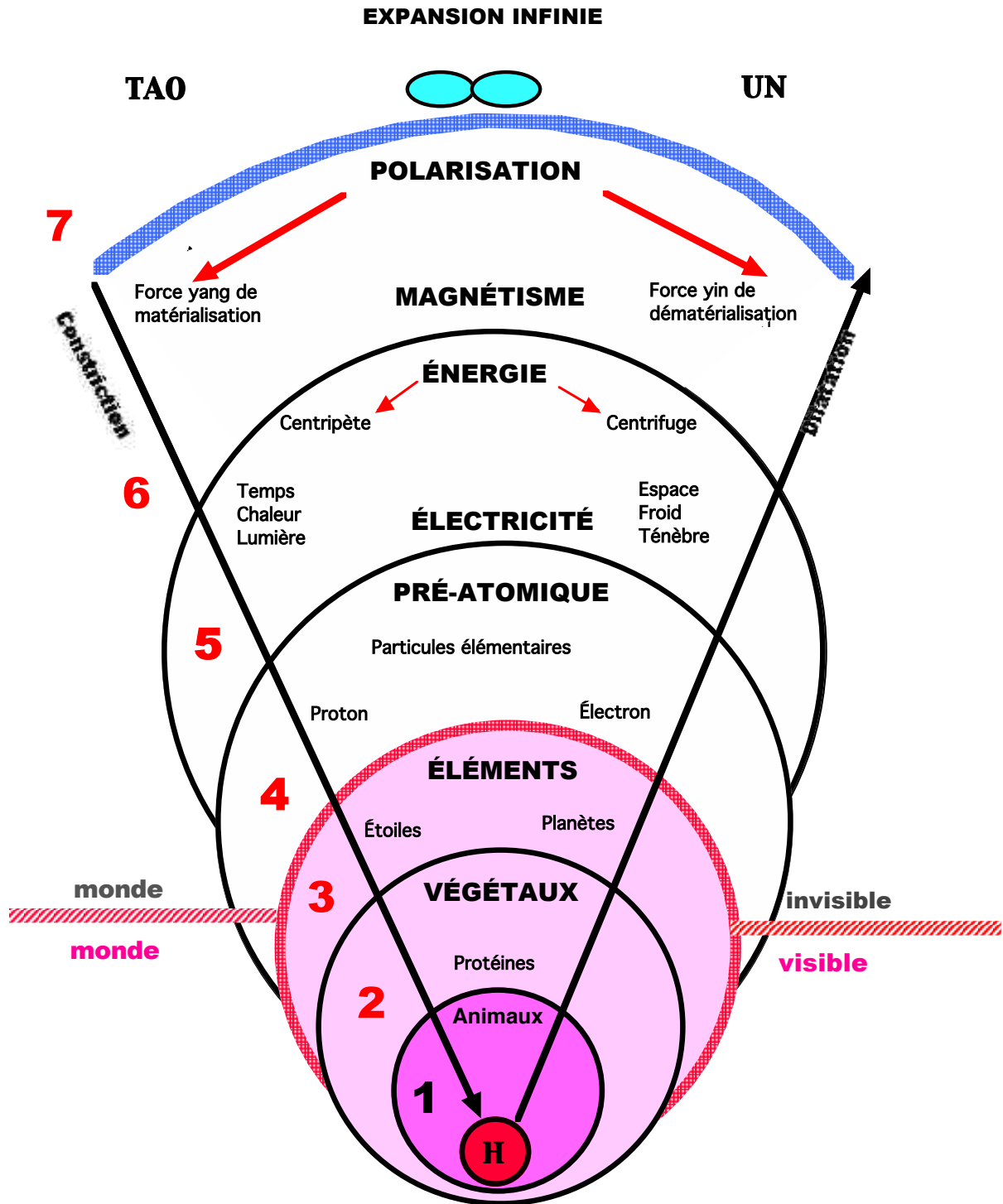
L'univers se manifeste dans la nature selon des lois immuables. Découvrir et étudier ces manifestations a été de tout temps une préoccupation majeure des hommes. Le Principe Unique n'est pas une découverte ou une invention sortie de l'imagination d'un homme, il est dans la nature profonde de toutes choses comme principe premier, issu de la création du monde.

J'espère que ces quelques explications ne sont pas trop ésotériques, et qu'elles vous faciliteront l'approche pratique de **l'Art de vivre macrobiotique**.





# Spirale de la création : LA PHYSICALISATION.



## **La spirale logarithmique universelle**

### **Les 7 niveaux de la physicalisation**

Niveau 7 : **L'Expansion Infinie. L'Absolu non différencié. L'Un. Le Tao.**  
Frontière de la proto-physique, point de bifurcation où l'Un se divise pour créer l'univers à deux pôles du monde fini relatif.

Niveau 6 : **Monde de la polarisation.** Vie primordiale, naissance de Yin force de dilatation et de Yang force de contraction. Origine du magnétisme.

Niveau 5 : **Monde de l'Énergie.** Force centripète de concentration et force centrifuge d'expansion. L'expansion yin crée l'Espace, le Froid et l'Obscurité.  
La concentration yang crée le Temps, le Chaud et la Lumière.  
Origine de l'Électricité.

Niveau 4 : **Monde Pré-atomique.** Toutes les particules élémentaires se divisent en deux catégories, naissance de l'électron et du proton.  
Origine de l'énergie nucléaire.

---

Frontière entre les mondes invisibles et les mondes visibles. À ce niveau aucun instrument actuel, ni aucune recherche analytique ne sont valables.

---

Niveau 3 : **Monde des éléments inorganiques.** Tous les éléments chimiques simples. Atomes, étoiles, planètes. Liquides et solides, eau et feu.

Niveau 2 : **Monde organique des végétaux.** Aminoacides et protéines, émergence du vivant. Chlorophylle.

Niveau 1 : **Monde des animaux.** Hémoglobine. Mâle et femelle.  
**Monde de l'Homo sapiens sapiens.** Femme et homme.  
Terminus de la physicalisation ou matérialisation.

**Prochaine étape, le voyage du retour par les 6 niveaux de la déphysicalisation.**

## **Pour mieux comprendre les fondements de la macrobiotique.**

### **Lexique philosophique métaphysique et pratique.**

#### **Trilogie du Tao:**

Tao engendre UN, UN en se divisant devient DEUX, à eux trois ils créent l'Univers. Jugement–Conscience–Action ou spiritualisme–métaphysique–physique, sont unifiés par la dialectique universelle du Principe Unique.

#### **L'Ordre de l'Univers :**

Également appelé Dieu ou Tao, est le principe de la vie et la vie elle-même. C'est l'absolu, à la fois vide de manifestation et plein de possibilités, qui contient tout en puissance. Cet état primordial, omnipotent, omniprésent, omniscient, n'est perceptible qu'au point de séparation d'où émergent deux forces qui ne peuvent être désignées que par yin et yang.

#### **L'Art de vivre selon l'Ordre de l'Univers :**

Découvrir, appliquer et respecter les lois qui régissent l'Univers.

#### **Tao-Taikyoku :**

Tao pour la Chine ancienne et Taykyoku pour le Japon, signifient «ultime extrémité» et expriment l'UN infini qui se polarise en yin et yang. Selon la logique universelle, le Tao s'exprime dans l'Expansion Infinie de la spirale logarithmique.

#### **Ki ou Chi :**

C'est le souffle vital issu du Tao, l'essence de Vie. C'est la substance invisible qui compose l'univers.

## **Spirale Logarithmique Universelle ( S.L.U.) :**

Modèle de symbolisme cosmogonique, expliquant et démontrant la Création Universelle dans une spirale énergétique à 7 niveaux.

## **Monisme polarisable :**

Dénomination donnée par G.Ohsawa pour la trilogie du Tao. Monisme : doctrine considérant que l'univers est dirigé par un seul principe. Polarisable : le produit de la division de l'univers UN en deux forces de polarité différente.

## **Yin et Yang :**

Yin et yang sont deux forces énergétiques de polarité différente. Ils sont antagonistes et complémentaires l'un vis-à-vis de l'autre.

**Yin** : Désigne la force négative ( - ) ayant une tendance à l'expansion centrifuge, à la dispersion, au froid, à l'obscurité et à l'extériorisation verticale.

**Yang** : désigne la force positive ( + ) ayant une tendance à la contraction centripète, à la concentration, à la chaleur, à la clarté et à la pénétration interne.

## **Le Principe Unique :**

Un seul principe explique la totalité des phénomènes induits par les deux forces issues du Tao. Ce principe est l'ambivalence et l'alternance de toutes choses, c'est-à-dire la double polarité dynamique de yin et de yang.

## **Lois et théorèmes :**

L'ordre de l'univers a été traduit en 7 lois qui constituent la logique universelle. Les 7 lois sont complétées par les 12 théorèmes du principe

unique qui définissent le fonctionnement du monde de la relativité, et qui expliquent l'action, la position et la transformation des deux forces polaires.

### **La dialectique universelle :**

Une loi unique résume tout l'ordre de l'univers visible et invisible. Cette loi unique est la dialectique, soit l'interaction dynamique de la force yin et de la force yang, où la face et le dos de toutes choses sont interchangeables, liée pour toujours par leurs attractions réciproques.

### **Le dualisme :**

Pilier de la science moderne, le dualisme, contrairement à la dialectique traite la face et le dos de toutes choses comme deux entités séparées et antagonistes, s'ignorant mutuellement. Il n'existe pas de loi capable d'expliquer les phénomènes dans les zones d'inversion. Principe du tiers exclu.

### **La logique universelle :**

Science de la réflexion raisonnée, dont l'observation s'appuie d'abord sur l'existence du vide. Ensemble de lois et de règles applicables à tout l'univers physique et métaphysique, matériel et spirituel. À l'opposé on trouve la logique formelle et sont corollaire inévitable le dualisme.

### **L'yin-yiologie :**

Nouveau terme pour une nouvelle science, l'yin-yiologie étudie les lois régissant la dynamique des deux énergies fondamentales yin et yang entre elles et leur influence sur tous les phénomènes de la création. Grand principe unificateur, l'yin-yiologie permet pour la première fois d'unifier la physique et la métaphysique. Le matériel et le spirituel.

### **Constitution-conception de l'univers :**

Cosmogonie énergétique complète et rationnelle du monde, schématisée par la spirale logarithmique de G. Ohsawa. Modèle unique de symbolisme, sans équivalent dans l'histoire des sciences humaines.

### **Métaphysique :**

Étudie la véritable nature des choses, au-delà de leur apparence formelle, sensorielle et matérielle. À travers son étymologie, « métaphysique », après la physique, on peut mesurer l'importance primordiale que les philosophes grecs accordaient à la matière physique, et l'aspect déjà secondaire de la métaphysique.

### **Métaphysique fondamentale :**

Étude de l'univers par la méditation active. Science de la réflexion et de la déduction profonde, à travers les phénomènes primaires de la création de l'univers.

### **Physique :**

Étudie les propriétés de la matière, du visible et du fini et les lois qui les régissent.

### **Téléologie :**

Étudie et spécule sur la question de la finalité de l'Univers et de l'Homme. La vie a-t-elle un sens. ? L'Homme est-il le but. ?

### **Contingence :**

Possibilité qu'une chose arrive ou non par hasard. Dans cette éventualité l'apparition de l'Homme dans l'évolution est un pur hasard.

### **Anthropie :**

Contraire de la contingence; dans ce cas la finalité de l'évolution est l'Homme.

**Non Credo :**

« Ne pas croire », mais comprendre pour arriver à une conviction par sa propre réflexion. Croyance, foi et superstition sont en réalité synonyme d'ignorance.

***Pour en savoir plus : Histoire de la macrobiotique de Platon a Ohsawa - Gérard Wenker - en vente sur le site.***

<http://www.lamacrobiotique.com/pages/histoire.html>

