



[www.lamacrobiotique.com](http://www.lamacrobiotique.com)  
Bulletin d'information

**Signe de richesse  
intérieure**

**L'Art de vivre des temps nouveaux**

Articles

## **Ionia une communauté macrobiotique en Alaska**

par Florence Wenker

**Il existe en Alaska une communauté macrobiotique du nom de Ionia. Il y a environ 12 ans plusieurs familles d'étudiants quittèrent leur maison à Boston et décidèrent de tenter l'aventure de vivre en communauté. Leur chemin les conduisit d'abord en Californie, puis par les "hasards de la vie", ils se retrouvèrent 4 familles en Alaska et choisirent pour nom Ionia.**

**Voici l'histoire de cette petite communauté.**

### **Pourquoi Ionia ?**

Ionia était le nom d'une région d'Asie Mineure (actuellement la Turquie), englobant une partie des îles de la mer Égée. Il y a 2500 ans les habitants d'Ionia eurent la révélation que l'univers n'était pas le chaos, mais qu'il avait un ordre, que la maladie n'était pas causée par des démons ou des dieux, que la nature n'était pas totalement imprévisible mais qu'elle obéissait à des lois. Pourquoi ces idées se développèrent-elles dans cette région et pas dans des grandes villes des Indes, de l'Égypte, de Chine, ou d'Amérique Centrale. L'explication est que ces grandes villes étaient le centre d'empires et qu'on y était généralement hostile aux idées nouvelles. Mais dans la région d'Ionia une multitude d'îles sont éparpillées et rendent toute hégémonie impossible. L'isolation des habitants de cet archipel est favorable à la diversité de pensée. Les marchands, les touristes et les marins d'Asie se rencontraient dans les ports d'Ionia pour échanger des marchandises, des histoires et des idées. Ces discussions donnèrent lieu à une critique des traditions, des préjugés, des discours et des dieux. Ces gens étaient prêts à faire des expériences. Une fois que le rituel des questions avait débuté, une question en amenait une autre.... (D'après Cosmos de Carl Sagan) .

Pour nous, tout a commencé par la lecture d'un message sur Internet qui a piqué notre curiosité. Des hommes et des femmes macrobiotiques ont décidé de

vivre ensemble avec tout ce que cela comporte de défi, de sacrifice, et de goût de l'aventure.

En 1983, plusieurs étudiants partageaient une grande maison dans la banlieue de Boston et étudiaient le mode de vie macrobiotique avec Michio et Aveline Kushi. Ce fut le début de la vie en communauté qui les conduisit successivement sur la côte Ouest des États-Unis, en Californie, dans l'Etat de Washington et finalement en Alaska. Durant ce périple, plusieurs abandonnèrent le groupe, et c'est finalement 4 familles qui se retrouvèrent à Anchorage en Alaska. Un an après, en 1987, Ted et Eliza, Barry et Cathy, Michael et Vicki, et Bill s'installèrent avec leurs enfants dans la péninsule du Kenai, sur un terrain de 42 hectares. Ce lieu est situé sur le 60ème parallèle (à peu près à la même latitude que Stockholm). Là-bas, les jours passent de 4 à 5 heures en décembre à 22 heures en juin, les changements quotidiens sont très rapides. La température varie entre une moyenne de moins 5 degrés en hiver à 16 degrés environ en été. Le groupe demeura une année dans des tipis et l'année suivante, entreprit de construire des chalets familiaux en rondins. Un des objectifs de la communauté est de mettre en pratique le mode de vie macrobiotique et d'élever leurs enfants en dehors des circuits habituels de la société. Tous les étés, ils réintègrent leurs tipis pour mieux profiter du court été de l'Alaska. Ionia totalise à ce jour environ 40 membres, dont 30 enfants et adolescents, plus des

visiteurs occasionnels.

L'organisation interne s'apparente à celle d'un Kibboutz. Les revenus et les dépenses principales sont partagés, par exemple, la communauté ne possède qu'un seul véhicule. Les ressources sont constituées principalement par une rente allouée à tout citoyen américain vivant en Alaska (\$ 1800.- par individu et par an). Ceci leur permet de rester financièrement indépendants en vivant pratiquement en autarcie, sans avoir à se préoccuper d'avoir un travail rémunéré même si c'est parfois difficile et s'il faut dépenser le moins possible. Mais la lutte contre la société de consommation fait partie de leur philosophie.

L'agriculture est une activité importante à Ionia et tout le monde y participe. L'été d'Alaska permet de cultiver plusieurs légumes racines : bardanes, carottes, daïkons, navets, rutabagas et toutes les variétés de choux. Ces légumes sont récoltés à l'automne et stockés pour l'hiver ou transformés en pickles (choucroute). C'est également à la fin de l'été que sont cueillies les baies sauvages qui seront transformées en purées de fruits. Depuis deux ans, une partie du terrain est réservée à la culture de céréales dont le blé, l'orge et l'avoine. La mer toute proche offre une grande variété d'algues comestibles et délicieuses. Les quelques produits qui ne sont pas disponibles sur place sont achetés dans la ville voisine ou expédiés des États-Unis. Les membres de la communauté sont totalement végétaliens et ne mangent jamais de poisson, d'œufs, ou de produits laitiers.

Aucun des quelque 30 enfants et adolescents de Ionia n'a fréquenté la filière scolaire habituelle. Ils ont tous été scolarisés à l'intérieur de la communauté. Si, par la suite, ils quittent provisoirement le groupe pour aller étudier ailleurs, l'idéal macrobiotique est bien ancré en eux et leur avenir tout tracé : ils veulent perpétuer le rêve communautaire.

Il n'y a aucune organisation hiérarchique quelconque à Ionia. Comme au temps de l'Antiquité, il y a 2500 ans, les décisions sont toujours prises lors de débats communautaires. Les discussions constituent véritablement le pivot de la communauté. Cela peut aller de la culture des rutabagas aux problèmes relationnels et familiaux. Comme ils le soutiennent, la pensée est aussi importante que la

nourriture, et partager ses pensées et aussi essentiel que de partager les repas. Tout est analysé lors de ces réunions, les grands projets ainsi que les plus petits détails de la vie de tous les jours. Pour eux, la progression de la macrobiotique ne passe pas seulement par l'enseignement, mais par le partage quotidien. Dans une communauté, les pensées, les émotions doivent être minutieusement étudiés.

Pour répondre à notre question concernant les éventuels problèmes de santé, Eliza dit qu'il est vraiment difficile de ne pas être bien portant en Alaska, l'air est parfaitement pur, les activités en plein air sont nombreuses et la nourriture délicieuse, et la tentation d'aller faire des écarts, au supermarché ou au bistrot est impossible. Les rares cas d'accidents mineurs ont toujours été pris en charge par les médecins du proche hôpital qui se sont toujours montrés respectueux du mode de vie de la communauté. Apprendre la macrobiotique est un premier pas. L'intégrer à sa vie est le deuxième. Ensuite, la logique veut que l'on fonde une famille macrobiotique. Plusieurs l'ont fait, mais il est dommage de s'arrêter là. Les communautés macrobiotiques sont l'étape nécessaire pour continuer à implanter notre rêve dans le monde. De petits groupes ou familles, solitaires et disséminés dans le monde, n'ont ni l'énergie, ni la force pour perpétuer le mouvement. Nous ne pouvons qu'espérer que d'autres suivront l'exemple de Ionia. Vivre ensemble, c'est le prochain pas à franchir. Si nous refusons de le faire, par peur, méfiance, indifférence ou égoïsme, la macrobiotique cessera de nous faire du bien, elle pourrait même devenir notre pire ennemi.

Quelque chose nous échappe complètement lorsque nous pratiquons la macrobiotique en solitaire : c'est l'esprit macrobiotique. L'esprit macrobiotique ne peut pas être enseigné, il doit être ressenti et vécu. Pour qu'il puisse continuer à se répandre, tous les macrobiotiques doivent faire l'expérience de vivre ensemble, partager la nourriture, l'argent, les travaux et si possible vivre en dehors des circuits habituels. La planète offre de nombreux lieux où l'on peut vivre avec très peu d'argent, il suffit de vouloir le faire : mettre en communs ses biens et ses revenus, trouver une terre cultivable, bâtir ou se contenter de ce qui existe ; vivre ensemble, manger ensemble et parler, échanger, communiquer chaque jour directement, sans l'intermédiaire d'un ordinateur. Comme le

disaient très justement Cathy et Eliza, voilà le chemin pour relancer le mouvement macrobiotique. Espérons qu'en Europe quelques-uns suivront cet exemple.

### **Laissons la parole à Cathy et Eliza pour terminer**

La maladie est la civilisation et le cancer est le médicament. Il pourrait bien y avoir un médicament macrobiotique pour le cancer qui n'est ni le riz-cuit-à-la-pression ni le riz grillé-bouilli. Le remède macrobiotique pour le cancer est un mode de vie macrobiotique communautaire. Peut-être que nous macrobiotiques avons autant besoin des autres, qu'un homme a besoin d'une femme. Un macrobiotique seul a tendance à piétiner avec ses rêves, ses projets; sa solitude empêche tout épanouissement. Dans un couple macrobiotique il y a deux pôles qui génèrent un mouvement perpétuel de l'énergie, mais cette énergie reste à l'intérieur, elle ne rayonne pas. Une communauté macrobiotique avec des hommes, des femmes et des enfants ajoute ce troisième point nécessaire à la création d'une spirale. Cette spirale d'énergie macrobiotique génère un esprit macrobiotique qui est l'expression de «Un grain, dix mille grains». L'esprit macrobiotique existe alors par lui-même en dehors de nos personnalités. Lorsque cet esprit est présent, des symptômes comme le cancer, la boulimie, l'angoisse disparaissent. La solution pour le mouvement macrobiotique est la rencontre avec l'autre.

Tous nos états d'âme sont importants et nécessaires à la communauté; la frustration des uns par rapport à la macrobiotique moderne, leur colère envers ceux qui sont morts ou malades en essayant de

s'accommoder de cette macrobiotique solitaire, les essais de certains enseignants de rendre la macrobiotique accessible à tout le monde; toutes ces attitudes doivent être prises en compte. Cependant, les macrobiotiques ne peuvent utiliser ces différents composants que s'ils sont proches les uns des autres de sorte qu'ils s'influencent mutuellement. Ce rapprochement ne peut pas se faire à l'aide d'un ordinateur, d'un fax, d'une lettre, ou du téléphone, on ne peut pas comprendre les changements qui se passent en nous en lisant des messages sur Internet, ou expérimenter la vie d'une communauté en lisant des comptes-rendu, la communauté macrobiotique a besoin d'un rapprochement physique entre ses membres qui permet des échanges directs et palpables. Nous sommes les grains, échanger entre nous c'est "mâcher" et le résultat de cette alchimie est la douceur de vivre le mode de vie macrobiotique. La vie ensemble est une thérapeutique non seulement pour le cancer mais pour la civilisation elle-même.

Malheureusement, l'expérience nous a appris que nous pouvions anéantir n'importe quoi par la pensée conceptuelle, y compris le rêve macrobiotique. En faisant croire que la macrobiotique est uniquement «Le Bien», nous la rendons dualiste et nous la tuons. Mais, malgré tout, le rêve continuera à soutenir et à nourrir la macrobiotique jusqu'à ce que, un jour, le temps nous donne assez d'énergie pour devenir esprit universel.»

<http://www.ionia.org>

Florence Wenker - juin 2000