

SOBRE LA MACROBIÒTICA

Són temps de renovació. Temps de canvis, comprensió i transformació. Són molts els canvis que estan tenint lloc a la vida íntima de tots i per a qui comprèn el que li passa, aquests canvis són acceptats i realitzats sense cap patiment ni dificultat. La renovació és com una alenada d'aire per al món.

Quina tranquil·litat i quina alegria poder viure aquest moment tan important per a la humanitat amb acceptació ... sense jutjar les persones, les situacions o els esdeveniments ... senzillament deixant que flueixin per si sols, deixant que Déu s'ocupi de posar ordre en tot això i només posant atenció en mi i en el meu entorn immediat de manera que jo aconseguiré adaptar-me al fluir natural dels esdeveniments majors.

"Tots mirem per a un mateix i Déu mira per a tots."

Encara hi ha massa dubtes sobre la importància essencial que té l'alimentació per la conducta natural o normal de la vida, de la salut i de la vitalitat. De vegades és degut a que no s'ha sabut fer millor i en altres és per ignorància d'una perspectiva més àmplia, més profunda o realista del tema en qüestió.

Ha arribat el moment de començar a aclarir les grans incògnites de la cuina macrobiòtica. Això és simple però a la vegada pot ser difícil

ser simple. Així que utilitzar el sentit de la lògica universal es torna molt necessari.

Per comprendre bé la Macrobiòtica primer cal llegir els seus orígens, és a dir els llibres de Georges Ohsawa. I és totalment lògic que qui no hagi comprès i assimilat els principis de base que l'autor ens ofereix en aquestes meravelloses obres d'art estrictes no podrà parlar amb profunditat i confiança sobre la Macrobiòtica.

Fer i menjar estrictament l'essencial és una bona manera de deixar renéixer el teu instint-intuïció. Segurament aquest sigui l'únic guia interior que hauria ajudar-te en totes les experiències i decisions de la teva vida quotidiana. Però és normal que la influència de la societat de consum i d'abundància s'ennuoli el teu instint i la teva intuïció. En realitat aquest sistema mima tant a les persones procurant pel seu confort i pel seu benestar que al final un es torna un nen mimat de la societat de consum i d'abundància. Això només fa que l'individu perdi la seva capacitat instintiva i intuïtiva de reacció i adaptació als canvis que inevitable i contínuament porta la vida mateixa en la seva naturalesa.

Així que renova la teva cuina ... si la teva ment no comprèn, potser el teu cos si ho farà. No hi ha explicació més convincent per descriure aquest tresor alimentari tal miraculós més que la pròpia experimentació.

Una nova vida t'espera. És clar, si aquest és el teu desig profund, condició sine qua non per començar aquesta revolució alimentària individual.

A continuació explico algunes de les grans incògnites de la cuina macrobiòtica que hauràs de recordar si vols comprendre amb més profunditat els miracles de la Macrobiòtica pot ajudar-te a realitzar en el terreny de la teva salut, la teva vitalitat i de la teva felicitat personal.

El col·lectiu neix de l'individual, així que si us plau madura una mica i dedica't a tu mateix i en lloc de voler canviar el món, canvia una mica tu mateix i veuràs que el món canvia solet.

En aquest apartat de la guia no pretenc respondre analítica i exactament a cadascuna de les incògnites o dels anunciats que proposo. Simplement dono un principi de la meva explicació perquè a casa puguis seguir reflexionant sobre aquests temes tan actuals i interessants sobre els que hi ha encara molts misteriosos per resoldre.