

2 Editorial / Impressum

3 Zeitgeist



Special: Makrobiotik International

USA:

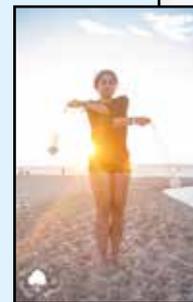
Bericht der Sommerkonferenz Internationaler Makrobiotik-Lehrer, 2017:

5 **Makrobiotik ist lebendig und gut**
von Alex Jack, Edward Esko
und Bettina Zumdick



10 **Südfrankreich:**
Learning by doing in Saint Gaudens
von Bettina Leyer

15 **Südwest-Frankreich:**
Surfen und Erholung am Atlantik
- die Makrobiotik lässt grüßen!
...in Kontakt mit den Elementen
von Bettina Leyer



26 Georges Ohsawas Briefe des „Maison Ignoramus“ / Fortführung von Ausgabe # 100:
BRIEFE DES HAUS-IGNORAMUS. Georges OHSAWA an seine Schüler, **Brief Nr. 4-5**
Fernkurs über die Philosophie und die makrobiotische Medizin des Fernen Ostens ,1957
TEIL 5: Briefe der Freude nach der ZWEITEN KONFERENZ DES FERIENLAGERS
„CENTRE IGNORAMUS“ in CHELLES

32 Jahreszeitliche Rezepte:
Frühstück: Hirsebrei mit Azuki- Bohnen
von Gabriele Kushi

Impressum:

ISSN: 0932 - 2981
Erscheinungsweise: im 31. Jahrgang 2017
Verein DAS GROSSE LEBEN
Hauptstr. 50, D- 66333 Völklingen
Fon: +49 (0)6802-91073
Fax: +49 (0)6802-91074
E-Mail: redaktion@das-grosse-leben.de
Internet: <http://www.das-grosse-leben.de>

Redaktionsleitung Online:

Peter Reiter (v.i.S.d.P.),
Redaktion: Iris Reiter, Wolfgang Kreis, Edward Esko, Gabriele Kushi, Bob Carr, Bettina Leyer und viele ständige und nicht ständige ungenannte Helfer/innen. Einige unserer Beiträge kamen durch die Kooperation mit der Zeitschrift Macrobiotics Today, 1277 Marian Ave, Chico, Ca. 95928, USA, zustande.
Many thanks to Carl Ferré and Macrobiotics Today for their contributions. Also thanks to Bob Carr, Edward Esko and Gabriele Kushi for their cooperation. Merci beaucoup au Centre Ignoramus, Paris, pour leur cooperation. Thanks to all international cooperators and contributors for One Peaceful World.

Beiträge zu dieser Ausgabe stammen von folgenden Personen oder basieren auf deren Unterlagen: Georges Ohsawa, Edward Esko und obigen Stammredakteuren.
Fotos: © fotolia, istockfoto, 123RF, DGL-Archiv, GOMF, KI,IMC, PRESS INTERNATIONAL

Beilagen: Die zugehörige Ausgabe von DAS GROSSE LEBEN, Makrobiotik- Nachrichten wird zur Zeit separat versendet, in der Regel jedoch möglichst zusammen mit der Magazin-Ausgabe. // *Specials*: Veränderungen bei den erhältlichen Specials werden jeweils im Editorial bekannt gegeben.

Zielsetzung:

DAS GROSSE LEBEN hat Makrobiotik-Öffentlichkeitsarbeit zur Aufgabe. Dieses Magazin soll der Förderung der Makrobiotik dienen, sowohl informativ wie kommunikativ. Angestrebt wird die Darstellung der bipolaren dynamischen Wandlung der Natur und der zugrundeliegenden Gesetzmäßigkeiten sowie deren Anwendung im täglichen Leben für eine harmonische individuelle und planetare Lebensqualität. Alle Hilfestellungen, Beiträge und Meinungen sind herzlich willkommen.

Hinweis:

Das Magazin beschäftigt sich auch mit Fragen zum Thema Gesundheit. Die Artikel und die sich daraus ergebenden Ratschläge wurden mit größtmöglicher Sorgfalt recherchiert. Dennoch können daraus gewonnene Erkenntnisse überholt und veränderungswürdig sein. Eine Haftung kann auf keinen Fall übernommen werden.

Bezug:

Fördermitglieder erhalten die regelmässig erscheinende Vereinszeitschrift DAS GROSSE LEBEN, Makrobiotik-Magazin, sowie die öffentliche Zeitschrift DAS GROSSE LEBEN, Makrobiotik-Nachrichten, und können weiteren Service nutzen. Falls in dieser Ausgabe nicht abgedruckt, fordern Sie bitte unsere ausführliche Information betreffs "Fördermitgliedschaft" an. Das Makrobiotik-Magazin ist nur im Rahmen einer Fördermitgliedschaft erhältlich.
© sämtliche Rechte beim Verein oder bei den Autoren. Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben nicht unbedingt die Redaktionsmeinung wieder. Für unverlangte Einsendungen wird keine Haftung übernommen. Bei Leserbriefen und Manuskripten Kürzungen vorbehalten.

Editorial

Liebe Leser,

nachdem ein weiterer Teil unserer Redaktions- Neuinstallationen kürzlich fertig wurde, können unsere Ausgaben zügiger erscheinen. Außer der Magazinausgabe, die Sie in Händen halten, erhalten Sie auch wieder Neues von uns zur Weihnachtszeit und im Januar. Und im kommenden Jahr können wir alle unsere Neuerungen zur Produktivität endlich voll einsetzen und auch Neues bieten.

Die heutige Magazin-Ausgabe ist anders als üblich, sie ist ganz in Farbe gedruckt (dank unserer technischen Neuerungen). Das ist für uns ein Testlauf unserer neuen Redaktionslinie, der sich zunächst auf diese Ausgabe beschränkt, weil diese wegen der vielen Farbfotos sich gerade auch besonders dafür eignete. Wir werden das bei Gelegenheit ab und an wiederholen mit dem Ziel, künftig alle Ausgaben farbig veröffentlichen zu können..

Die Inhalte dieser Ausgabe enthalten einen monothematischen Schwerpunkt: Makrobiotik- Sommer-Veranstaltungen. Seit einiger Zeit und speziell auch diesem Jahr ist eine neue Aufbruchsstimmung für die Makrobiotik in vielen Ländern zu bemerken, neue Veranstaltungen an neuen Orten wurden ins Leben gerufen, der weltweite Austausch verstärkt sich stärker als zuvor, und das bereits mehrjährig steigende allgemeine Interesse an der Vegan-Welle (mit deren unregelmäßigem Ernährungsverständnis und daraus resultierenden gesundheitlichen Problemen), lässt die Makrobiotik auch mehr in die Nachfrage rücken, wenn auch mit einem gewissen zeitlichen Abstand. Vegan leben ohne ausgleichende Ernährungs- und Lebensweise verfolgt zwar ethisch und gesundheitlich gute Ziele, kann aber so leider keine langfristige gesundheitliche Stabilität aufbauen, sondern sich sogar auch sehr konträr auswirken.

2017 ist für viele Aktive in der Makrobiotik-Öffentlichkeitsarbeit eine kleine Zeitenwende, die großen Schüler-Lehrer Ohsawas weilen nicht mehr unter uns und umso intensiver engagieren sich viele von deren Schülern und weitere Generationen.

Bei uns gingen diesen Herbst viele Berichte von weltweiten Veranstaltungen und Neugründungen ein, so dass wir über Einige ausführlicher berichten, mit dreien davon haben wir diese Ausgabe so zum Schwerpunktthema gemacht. Weitere gibt es in loser Folge in den nächsten Ausgaben zu gegebener Zeit. In dieser Ausgabe also die USA-Ostküste und Südfrankreich. Dies sind allesamt alljährliche Aktivitäten und wir nahmen sie auch frühzeitig auf, damit sich der ein oder andere für den nächsten Sommer vorinformieren kann, vielleicht möchte man ja einmal dort verweilen... In der nächsten Ausgabe erwartet Sie wieder ein Themen-Mix. Eine schöne Vorweihnachtszeit wünscht Ihnen

herzlichst,
Die Redaktion