

A przecież wcale tak być nie musi! W kręgu kultury Dalekiego Wschodu, głównie w Indiach, wtedy właśnie dopiero, po zakończeniu obowiązków życia rodzinnego, rozpoczyna się częstokroć „prawdziwe” życie. Mężczyźni, czasem samotnie, a czasem z żonami, opuszczają swój dom i cały dobytek i udają się na samotną wędrówkę w poszukiwaniu nowych treści życia duchowego. Ten właśnie okres jest kulminacją ich życia, a nie schyłkiem. W naszych warunkach klimatycznych i obyczajowych szansę napełnienia porodzinnej fazy życia nową, cenną treścią daje przede wszystkim zdrowie, a następnie własny, twórczy stosunek do nowych warunków i sytuacji. Wielu to potrafi, inni popadają w zupełną dezorientację i zamiast iść do przodu, cofają się, usiłując nawiązać do poprzedniej fazy życia. Czasem matki dorosłych dzieci trzymają się kurczowo swojej opiekuńczo-rodzicielskiej roli i narzucają dojrzałym i samodzielnym potomkom opiekę, pomoc, rady, wydzierając im ich własną niezależność, na którą tak długo czekali i która jest im niezbędnie potrzebna do potwierdzenia indywidualnej wartości i uzyskania życiowej satysfakcji. Te złowrogie, apodyktyczne teściowe, to kobiety, które są dość silne fizycznie, aby kontynuować swój macierzyński cykl życia, ale zbyt nieporadne psychicznie, aby kolejny, następny jego okres wypełnić nową treścią. A właśnie ten czwarty okres otwiera wielką możliwość dokonania twórczej syntezy wszystkich minionych lat i doświadczeń, rozwinięcia nowej, już pozabiologicznej aktywności, przejścia na jakościowo odmienną platformę życia.

Nie zawsze zdajemy sobie sprawę z istnienia tej szansy, często dolegliwości i choroby zmuszają do powrotu w fazę dziecięcej bezradności, uproszczonej fizycznie i psychicznie — wegetacji. Bywają też powroty do okresu młodzieńczej niedojrzałości i lekkomyślności. Mogą to być również powroty do postaw charakterystycznych dla początkowej fazy rodzinnej, ekspansywnego zdobywania, wyrażającego się w zachłannym gromadzeniu, które uzasadnione i celowe było tylko w tamtym okresie, natomiast w porodzinnej fazie życia wyzwala aktywność pozorną, jałową, mimo okazałych niekiedy osiągnięć.

Każda z tych form ukierunkowania dynamizmu życiowego wstecz może stać się przyczyną rozczarowań i niedoli, ponieważ zamyka tę jedyną drogę do tworzenia wartości właściwych czwartej fazie życia i skazuje na jałowe wysiłki zdobywania lub zachowania tego, co było cenne tylko w każdym z okresów poprzednich. Podobnie jak infantylny młody człowiek nie potrafi oderwać się od dziecięcej zależności od matki, a dorosły mężczyzna od stylu życia charakterystycznego dla młodzieńca, tracąc tym samym szansę tworzenia wartości dostępnych tylko w cyklu aktualnie przeżywanym. Takim samym przeoczeniem jest zaniechanie sięgania po nowe, tylko w tym czwartym okresie dostępne, formy aktywności, będące harmonijnym dopełnieniem całego życia. Ten czas, następujący po wypełnieniu swoich obowiązków rodzinnych i zawodowych, mógłby w wielu wypadkach stać się czasem najbardziej intensywnych poszukiwań i przeżyć, najbogatszych wrażeń, wielką, uskrzydloną przygodą duchową.

Makrobiotyka bierze również pod uwagę hipotetyczną możliwość nieustannego odnawiania się komórek ciała i osiągnięcia dzięki temu nieśmiertelności. Każdy organizm stale się przecież odnawia, jedne komórki zamierają, inne powstają na ich miejsce i nie ma powodu orzekać, że proces ten nie mógłby w odpowiednich warunkach trwać bez końca. Nie tylko jednak nieśmiertelność, ale nawet znaczne przedłużenie życia wymaga wprowadzenia do niego nowych miar wartości, wyjścia poza biologiczne i gatunkowe kryteria oceniania własnych osiągnięć i wyznaczania celów życia, ukierunkowania go ku nieustannemu rozwojowi własnej osobowości i doskonaleniu ciała. Ale od czegoś trzeba zacząć! Makrobiotyka, która nierozzerwalnie łączy się z wegetarianizmem, proponuje: przestać być siewcą śmierci! Potem dać coś z siebie, zrobić coś bez żadnej osobistej korzyści, nie licząc nawet na wdzięczność. Po uczynieniu tych dwóch kroków, każdy sam już będzie doskonale wiedział, co ma robić dalej.

Chociaż wszyscy rozumieją sens i znaczenie upływu lat i przewidują nieuchronnie nadejście czwartej fazy życia, mimo to starości się właściwie nie planuje, tak jak w przypadku trzech poprzednich okresów życia. Wszystko, co się na ogół robi w tym zakresie, polega na zabezpieczeniu znośnych warunków przetrwania, a poza tym jest ona skazana na żywioł przypadku. Chociaż dla przeżycia właśnie tego okresu w sposób twórczy i cenny potrzebny jest plan bardziej wnikliwy, przewidujący i dalekowzroczny, obejmujący zarówno stan zdrowia fizycznego, jak i zasięg duchowych

aspiracji.

Życie każdego jest jak dzienny lot pszczoły, która musi poznać wiele łąk i kwiatów, aby o zmierzchu przynieść do ula nektar — cenny plon swoich podróży i doświadczeń. Takie ukierunkowanie życia, aby nektarowe plony były najobfitsze i najśłodsze, może wzbogacić nie tylko czwartą jego fazę, ale i trzy poprzednie.