

NEUVIÈME ANNÉE

N° 33

LE GRAIN DE BLÉ

EXTRAITS DE L'ENSEIGNEMENT
DU
MAITRE DEUNOV



JANVIER - FÉVRIER - MARS

1966

Périodicité

Dans ses conditions actuelles, la vie est un véritable esclavage, une prison ! Vivre pour soi, c'est être prisonnier de son égoïsme, de sa mesquine personnalité. Mais ce n'est qu'une étape passagère de l'évolution humaine sur la terre. La véritable vie, renfermant les plus grandes possibilités, est celle de la super-conscience, de la conscience Cosmique, Universelle.

Il nous est aujourd'hui nécessaire de tendre vers la pureté morale, vers une vie pleine d'amour fraternel, de lumière, de joie. L'homme pêche, et se rend lui-même esclave. Pour de vains plaisirs, il gaspille inconsidérément, et parfois sacrifie sa vie et l'existence de ses proches. De ces plaisirs éphémères, aucun fruit de vie ne peut naître. Les passions effrénées, quelles qu'elles soient, détruisent toute possibilité de vie évolutive.

L'être humain crée son propre malheur quand il commence à penser que la vie qu'il possède est un bien personnel ; il cherche alors les moyens d'en extraire, à son propre profit, le maximum de plaisirs. Il n'y a pas de plus grand poison que cet égoïsme.

Avec la seule nourriture physique, les êtres végètent ; avec les idées, ils vivent. Il ne faut pas confondre "vie" avec "existence". Existence - du sanscrit "sat" - signifie "se manifester". Quand l'homme commence à penser avec clarté, à réfléchir avec calme et concentration, il se manifeste ; mais il obscurcit son intelligence et sa conscience dès qu'il se soumet à l'égoïsme, à l'avidité.

Toutes les souffrances dans le monde proviennent de la tendance des hommes à vivre pour eux-mêmes, et du désir qu'ils ont de "s'assurer". Il n'y a pas d'hommes "assurés" ! La terre entière est couverte des ossements de gens soi-disant "assurés". Tout mal naît de l'égoïsme, de la pré-

=====

Janvier - Février - Mars	1/	La Vie, le Savoir, le Bien
LE GRAIN DE BLE	2/	La Nutrition
Extraits d'auto-éducation	3/	Calendrier
de VIE NOUVELLE	4/	Le Nez
tirés de l'Enseignement du Maître DEUNOV	5/	La page du Disciple

=====

LA VIE - LE SAVOIR - LE BIEN

=====

I - LA VIE

"Mettez la PURETE dans vos coeurs,
l'AMOUR s'ensuivra, et la vie
véritable commencera."

A notre époque, l'homme doit acquérir une juste compréhension de la vie en apprenant à connaître les méthodes et les lois nouvelles de l'existence sur la terre. Cette étude introduira dans ses pensées une lumière neuve et efficace, nécessaire à son éducation personnelle équilibrée, lui permettant de s'incorporer à la nouvelle culture qui arrive en ce monde. La compréhension de plus en plus développée de la vie est le but le plus élevé, le plus sublime, que l'aspirant à la Vie Nouvelle puisse assigner à son effort de perfectionnement.

La vie est le premier fruit de l'Amour, un cadeau précieux de l'Amour Universel. Il ne suffit pas d'étudier les manifestations extérieures et transitoires de votre vie ; celle-ci doit être comprise dans sa totale unité intérieure, qui se reflète dans tous les détails de la vie physique. Libérez-vous de vos croyances scolaires ; prenez conscience de votre situation limitée ; comprenez que vous ne vivez pas encore avec toute l'amplitude qui serait possible.

.. /...

tention d'être un centre de l'existence ; de l'égoïsme naissent le mensonge, la violence, les crimes, les vices.

L'être humain actuel ne jouit pas encore de la vraie vie ; il souffre et se tourmente sans cesse, sans en comprendre la raison. La vie ne réside ni dans les richesses matérielles, ni dans la "bonne table", ni dans le pouvoir personnel sur la terre. La vie - la vraie vie - ne peut exister en dehors du pur amour, de l'entraide fraternelle, bénévole. Elle dépend de la connaissance de la Pensée Universelle, de la juste compréhension des lois de la nature Supérieure et de leur application sincère et équilibrée.

L'homme d'aujourd'hui est suffisamment développé pour comprendre cette double nécessité : étudier sérieusement les lois de la Nouvelle Vie, et travailler résolument à son amélioration personnelle.

Le vrai savoir est celui qui peut vous faciliter l'acquisition de la plénitude de la vie. C'est l'idéal auquel aspire, consciemment ou non, toute l'humanité ; les souffrances et les contradictions qu'elle traverse actuellement constituent la purification nécessaire à l'entrée dans le chemin menant à la Nouvelle Vie. Le Royaume de DIEU, annoncé par le CHRIST, est à la portée de ceux qui s'appliquent à leur propre perfectionnement dans l'Amour, la Lumière, la Liberté.

Dans toute la Création, c'est DIEU qui vit et c'est Son Amour qui oeuvre. Nous aussi devons devenir de bons ouvriers, des serviteurs efficaces de cette puissante Force créatrice. En tant qu'âmes, nous venons sur la terre avec la tâche de manifester la parfaite Vie Divine qui est, après l'Amour Divin, la chose la plus sublime de l'Univers.

Qu'est-ce que la vie ? La vie est, par elle-même, un courant divin confié à l'homme. Et c'est seulement grâce à ce courant divin que l'être humain peut acquérir la plénitude de son âme et la lumière dans son esprit. Bien utilisée, la vie constitue le

moyen parfait de culture de l'intellect, d'ennoblissement du coeur, et de réalisation des plus hautes vertus humaines.

La vie contient en germe la force créatrice universelle qui se développe et construit sans cesse. L'Amour Universel est une force vivante, consciente, éternelle, qui se manifeste dans notre vie par tous les biens qu'elle nous apporte à chaque instant.

C'est l'Amour Universel qui prépare et nous fournit les conditions nécessaires non seulement à notre existence, mais aussi à notre perfectionnement personnel. Il nous découvre le sublime caché dans la vie, grâce auquel nous pouvons nous unir à tout ce qui vit et croît sur la terre. Si ce lien est conscient en vous, vous ne pouvez faire autrement que d'aimer tous les êtres et de leur souhaiter le bien dont vous bénéficiez. La vie consciemment sentie suscite en l'homme un sentiment fraternel envers chaque être ; et ce sentiment a bien plus de valeur que toute autre richesse en ce monde.

L'élève de la Nouvelle Vie apprend à s'isoler intérieurement, à certains moments, du bruit et de l'agitation du monde qui l'entoure. Dans cet état de concentration profonde, dans le calme absolu de son mental, il peut capter un vivant rayon de la Vie Cosmique ; ce rayon, sortant du Centre de l'Univers, emplit l'esprit et l'âme de l'homme d'un nouvel élan qui transforme toute sa conscience. Dès ce moment, il commence à mieux concevoir les valeurs de l'existence.

Nous sommes tous conscients de posséder la vie en nous-mêmes ; nous sentons qu'elle est la chose la plus réelle et la plus précieuse. La vie n'a ni commencement ni fin ; quand une forme se détruit, la vie qui était en elle passe dans une autre forme pour continuer sa tâche de renouvellement et de beauté.

La VIE qui est "ne" en elle-même, se manifeste en degrés de conscience différents, d'après les possibilités de chaque être. La vie dans l'homme est la présence de l'Esprit Universel dans la matière - le monde physique ; c'est la volonté de l'Esprit Divin de s'incorporer au monde extérieur.

Pour l'homme qui a vécu consciemment, raisonnablement, et qui a travaillé avec continuité à son propre perfectionnement, la mort est la délivrance de sa prison corporelle ; c'est le passage de l'obscurité à la lumière ; c'est l'accession à une vie sans chaînes, libérée des limitations du monde matériel. La mort sert à la vie, et non la vie à la mort. L'homme raisonnable peut venir à bout de toutes les contradictions de la vie temporaire.

La vie est un ensemble de conditions et de possibilités qui permet à l'homme de développer et d'actualiser les dons, les qualités et les vertus qu'il possède à l'état latent, comme le pouvoir germinatif réside dans le grain de blé. La vie est semblable à un courant de forces conscientes qui vient d'en-haut et passe par l'être humain, pour le vivifier, et qui retourne à sa source - le Centre de l'Univers.

La vie est une puissante musique, une grande symphonie, qui vibre en parfaite harmonie avec les lois de la Création. Quel bien plus précieux que la vie, l'homme pourrait-il posséder ? Conservez donc soigneusement votre vie par l'étude et l'application de ses lois éternelles.

L'Enseignement de Nouvelle Vie vous apporte toutes les méthodes appropriées pour réaliser une vie meilleure, mieux remplie, libre et lumineuse. Pour rien au monde, n'asservissez votre vie, ni ne la mettez en gage !

Les trois sortes de vies - Il y a trois sortes de vies ; la première, nous l'appelons la vie du matérialisme. C'est celle de l'homme qui aime posséder des terres, des maisons, du bétail, etc... Après

vingt ou vingt-cinq ans de cette existence, cet homme se dit : "Je suis fatigué de tous ces soucis, de ces ennuis, de ces contraintes !" Et il commence à écarter ces obligations parce qu'il veut désormais vivre pour lui-même.

Il entre alors dans la seconde phase de vie : celle de l'égoïsme sacré. Dans les religions et dans la vie spirituelle, il existe aussi un égoïsme sacré.

Dans la troisième vie, la véritable, que j'appelle la Vie Divine, l'être se libère de l'égoïsme sacré et tend, de toutes ses forces, vers le parfait Amour Divin dans lequel la pensée et le cœur sont équilibrés et peuvent se développer et se manifester harmonieusement.

Dans l'école de la vie terrestre, il y a des catéchumènes, des croyants, et des disciples de la Vie supérieure. Les catéchumènes sont des matérialistes qui concentrent leurs possibilités sur l'acquisition des biens matériels ; les croyants sont pris par leur égoïsme sacré ; et les disciples sont engagés dans l'École Divine - l'École du CHRIST--.

Le CHRIST est venu pour vous apprendre à sortir de la prison de l'égoïsme, et pour vous conduire aux pures sources de la vie vous permettant d'évoluer dans l'amour et la lumière. Le travail que vous avez à accomplir pour devenir des hommes nouveaux sera à moitié fait des que vous serez libérés des chaînes de l'égoïsme sacré. Tant que vous lui demeurez asservis, l'idée que vous êtes un centre de l'univers réside dans votre conscience, même si vous ne vous l'avouez pas. En vous tous, un ardent désir de travailler en accord avec les lois de l'éternelle Nature Vivante - avec DIEU, le Créateur - doit naître et se développer.

Pour résoudre l'énigme de la vie, posez comme base l'application du pur AMOUR ; la SAGESSE viendra ensuite ; et enfin, la VÉRITÉ. Avec ces trois principes, l'élève de la Nouvelle Vie résoudra

facilement et justement le grand problème de son existence : le pourquoi et le comment.

La vie raisonnable. - L'être humain s'engage dans la vie raisonnable quand il commence à éprouver le besoin de poursuivre un objectif supérieur aux aspirations de la vie terrestre. Le CHRIST a donné un but essentiel de vie raisonnable quand Il a dit : "Cherchez d'abord le Royaume de DIEU et Sa justice, et tout le reste vous sera donné par surcroît." Le Royaume de DIEU est le grand objectif à atteindre car en lui sont incluses toutes les forces, toutes les possibilités nous permettant de construire notre vie dans le bonheur et la liberté. Il est dit encore : "Le Royaume de Dieu est en vous-mêmes".

Nous devons réfléchir sérieusement à la recherche du Royaume de DIEU en nous ; nous devons commencer à bien tamiser notre vie, à la purifier à fond, pour qu'il ne reste en elle que ce qui est pur, lumineux, éternel.

Il est temps, pour vous tous, d'abandonner l'égoïsme sacré et de vous engager dans la voie qui mène au Royaume de DIEU, seul capable de vous apporter la paix et la joie parfaites. Le Royaume de justice, c'est la vie fraternelle dans l'harmonie de l'Esprit Saint ; c'est l'application de la force de l'Amour dans l'intellect, le cœur, la volonté.

Vous devez accomplir en vous un chargement radical et vous dire : "Je crois à l'Amour vivant qui apporte la vie ; je crois à la lumière de la Sagesse qui règle et ordonne cette vie ; je crois à la Vérité qui libère notre esprit et notre âme, qui nous permet d'accomplir la volonté du Sublime ; je crois à la grande justice, aux vertus qui sont la base du lumineux avenir."

Que votre âme aspire à DIEU de toute sa force. Toute votre vie doit devenir l'expression de cette sublime force - l'Amour Divin - présent dans toute la Création, dans chaque être. le sens de la vie

sur terre est d'apprendre à penser et à agir en accord avec le grand Amour Universel.

La vie nouvelle. - Je sous-entends par "vie nouvelle" la vie raisonnable, consciente, éclairée, et l'application équitable de ses lois envers tous les êtres. La vie nouvelle exige des formes et des méthodes nouvelles, car la vie contemporaine détourne l'homme et l'éloigne de plus en plus du chemin de la vérité, de la liberté, du bonheur.

La vie nouvelle est celle de l'Amour, de la lumière, de la liberté. Elle est d'abord intérieure, individuelle, se manifestant par intermittences chez certains êtres ; peu à peu, elle grandit ; ses manifestations deviennent plus fréquentes et elle finit par dominer et abolir le comportement ancien et les vieilles tendances.

Le monde s'améliorera uniquement par le sacrifice de soi, à l'image du grain de blé (1) qui donne une abondante et nourrissante récolte. L'Amour illumine la pensée et nourrit le cœur avec des sentiments et désirs bienfaisants. La lumière de la Sagesse éclaire et conduit l'esprit de l'homme. La Vérité apporte savoir, droiture, liberté.

La vie nouvelle utilise la puissante force de l'Amour dans toutes les manifestations de l'homme et dans ses échanges avec la Nature Vivante ; et celle-ci répond avec bienveillance aux vibrations de l'Amour. Quand un travail, quel qu'il soit, est fait avec amour et bonne disposition d'esprit, le résultat est toujours meilleur, et la vie devient paisible et bénéfique.

La vie nouvelle étudiera et appliquera les innombrables formes d'amour de l'Ecole de la Fraternité Blanche Universelle, dont le chef est le

(1) Les lecteurs qui possèdent le N° 1 de la Revue "Le Grain de Blé" auront intérêt à relire le chapitre "Le Grain de Blé" (extrait des Conférences du Maître).

CHRIST même. Celui-ci n'est pas venu sur la terre pour répandre un nouveau dogme parmi l'humanité, mais pour former des serviteurs de la Nouvelle Vie, des conducteurs éclairés des forces de l'Amour Divin travaillant dans la lumière, la paix et la joie, pour le bien de tous. C'est un enseignement miraculeux que celui de l'Amour, car il vous permet de réaliser toutes les possibilités, même les plus sublimes.

La vie éternelle. - "C'est la vie éternelle de Te connaître, Toi, DIEU Unique et Véritable."

Par le mot "DIEU", nous entendons la Source de la vie manifestée en nous. Nous, êtres de ce monde, sommes appelés à accomplir une grande tâche : que la vie éternelle, illimitée, puisse se manifester dans le limité - en nous, intérieurement. Il faut démontrer à notre prochain que nous portons en nous le flambeau de la pure lumière Divine, que l'Esprit Divin est en nous, et que tous les êtres peuvent vivre fraternellement dans la paix du Père des Cieux. Il n'est pas nécessaire qu'on sache ce que nous pensons ; ce qui importe, c'est la façon dont nous vivons.

Le secret de la "Vie Eternelle" réside dans la connaissance de l'Amour Universel. Aimer, c'est découvrir DIEU en nous-mêmes et Le manifester. Nous ne sommes pas l'Amour ; DIEU est Amour - Source de Vie. Il est la lumière, la chaleur, la nourriture, l'eau, le vêtement ; Il est en tout ce qui soutient notre vie, en tout ce qui lui est nécessaire.

La vie dans le présent. - Le moment présent est la réalité de la vie. Nous laissons le passé aux retardataires perdus dans leurs stériles regrets, et l'avenir aux religieux ; et nous gardons pour nous l'éternel présent. Si modeste que soit le bien que nous apporte chaque moment de notre vie, apprécions-le, comprenons-le ; il se développera alors jusqu'à l'infini. Pour l'élève de la vie nouvelle, c'est l'instant présent qui a de la valeur.

L'enfer est le passé, c'est-à-dire les conditions défavorables ou inutilisées ; le paradis consiste dans les meilleures conditions de vie qui

seront celles de l'avenir. Votre vie véritable réside dans l'acceptation joyeuse des conditions que nous offre le présent.

Ne remettez jamais une tâche à plus tard. L'Amour se manifeste à chaque instant dans l'éternel présent ; dans l'avenir, il se présentera sous d'autres formes. Votre vie dans le futur est subordonnée à l'application que vous faites de l'Amour dans le moment présent.

Quand une pensée lumineuse vous visite, notez-la immédiatement ; si c'est durant la nuit, interrompez votre sommeil et écrivez-la ; ne remettez jamais, car l'instant présent négligé est perdu à jamais ! Relevez aussi la disposition d'esprit, l'état de conscience qui étaient les vôtres au moment où la pensée vous a pénétré. Si vous êtes poussé à accomplir quelque chose d'utile, de bénéfique, pour vous ou pour votre prochain, faites-le sans tarder.

La vraie richesse est dans le présent. Réel est ce que vous avez aujourd'hui. Concevez la vie dans sa plénitude dès l'instant présent, car elle est en dehors du temps et de l'espace. Le passé s'en est allé sans retour ; l'avenir n'est pas encore à votre disposition ; c'est dans l'instant présent que réside votre pouvoir, que vous pouvez manifester votre volonté pour votre bien personnel et pour le bien du Tout. DIEU nous parle toujours dans le moment présent.

Manifestations de la vie. - La vie par elle-même est "UNE". La vie physique, spirituelle, et Divine, sont trois manifestations de la vie UNE, Universelle, qui se différencient par leurs principes, leurs objets et leurs fins.

La vie physique se modifie et se transforme continuellement ; c'est la vie de la surface de la mer, avec ses vagues mouvantes. La vie spirituelle change sans se modifier ; c'est la vie des profondeurs de la mer. La vie Divine ne change ni ne se modifie. Et pourtant, entre ces trois manifestations

si dissemblables, il existe un lien étroit : elles sont les parties d'un Tout - de l'immense Vie Universelle -.

Pour que l'homme puisse comprendre la vie dans son intégrité, pour qu'il parvienne à en extraire le bien utile à lui-même et à son prochain, il doit, dans la vie physique, commencer à s'instruire et à se diriger vers la vie spirituelle et vers la vie Divine. Celui qui n'aime pas sa vie physique, ou qui la néglige, n'a pas un juste rapport avec la lumière de la Grande Sagesse Cosmique. En effet, l'énergie constructive de la lumière est déposée dans les formes tellement belles et variées de la vie physique : plantes, fruits, graines, fleurs etc.

L'hygiène de la vie physique commence avec la juste utilisation de l'énergie - lumière incluse dans les végétaux, les fruits, et le grain de blé. En d'autres termes, la "NUTRITION APPROPRIÉE" est la base d'une saine et harmonieuse vie physique, comme la "MUSIQUE" est l'introduction à la vie spirituelle, et la "PRIÈRE" à celle de la Vie Divine. Une saine nourriture consciemment prise, la musique et la prière, constituent la préface à la vie nouvelle sans cesse créatrice, éternelle par ses possibilités.

Pour nous, la chose LA PLUS NECESSAIRE est la nourriture ; la chose LA PLUS AGREABLE est la musique ; et LA PLUS SUBLIME est la prière.

La vie est un trésor qui doit être soigneusement sauvegardé grâce au savoir que la lumière de la Sagesse Divine nous apporte.

La vie a son aurore, son lever de soleil et son midi.
L'aurore de la vie est l'Amour ;
Le lever du soleil de la vie est la Sagesse ;
Le midi de la vie est la Vérité.

Ceci est la vie immortelle qui jaillit, sans cesse renouvelée, de DIEU - de l'Amour.

(Conférences et Leçons du Maître)
A suivre par le "SAVOIR".

QUELQUES REgles SUR LA NUTRITION

"Le juco de l'évolution d'un homme
à la manière dont il se nourrit."

La vie est une grande Unité, comportant beaucoup de facettes et d'images. Le monde physique, le monde des sentiments et celui de l'intellect s'interpénètrent ; leurs fonctions se rencontrent et se complètent.

La nutrition également n'est pas uniquement un processus physique ; elle est activée, complétée, par les sentiments et les pensées que l'homme entretient au cours de ses repas.

Le développement équilibré d'un être humain requiert la coopération étroite d'une conscience éclairée, de sentiments chaleureux, et d'une forte volonté. De même, une nutrition correcte, ce processus de première importance, doit mettre en oeuvre la pensée, le coeur, et la volonté : la pensée perçoit et apprécie le goût, la saveur ; le coeur éprouve la satisfaction de la faim apaisée ; et la volonté dirige et contrôle la mastication appropriée.

L'homme, cet être intelligent et pensant, capable de réflexion, doit s'analyser en toutes ses manifestations et savoir, à chaque instant, jusqu'où s'étend l'activité de sa raison, de son coeur, de sa volonté. Il doit agir de même à l'égard de sa nutrition. C'est seulement par ces analyses renouvelées qu'il peut se connaître et, par un travail intelligent et conscient sur lui-même, s'améliorer de plus en plus.

Par la subtile et constante surveillance de ses impulsions et actions, l'homme acquiert graduellement expérience et savoir, indispensables à tout progrès dans la voie de l'éternelle élévation vers le Parfait.

Bien des motifs poussent l'homme à améliorer sa façon de se nourrir : le désir de posséder un corps sain, dispos, efficace, d'un aspect harmonieux

et plaisant ; la volonté d'acquérir ou de retrouver la force et l'énergie juvéniles ; la satisfaction d'avoir une pensée dégagée, claire, libérée des influences d'une mauvaise digestion et d'un sang impur ; la joie que procure la constance d'un appétit normal appréciant la bonne nourriture ; et enfin le bonheur (bien rare encore !) d'éprouver la régularité naturelle, la liberté dans les fonctions des organes digestifs.

La santé du corps et l'équilibre de l'esprit permettent d'effectuer un bon travail en toutes choses et sur tous les plans. En général, la nourriture fournit les éléments nécessaires au soutien de la vie organique ; mais elle doit aussi contribuer au développement de certaines qualités supérieures, psychiques, spirituelles, et ennoblir et élever la conscience. L'étude d'une nutrition correcte peut vous permettre d'acquérir tout cela.

L'art de se nourrir convenablement est malheureusement encore peu apprécié, ou mal compris. La santé décroissante des hommes, le déséquilibre alarmant qui s'amplifie dans la vie contemporaine obligeront chaque être raisonnable et réfléchi à étudier la manière de se mieux nourrir.

Il existe déjà un mouvement universel grandissant qui s'intéresse au problème de la nutrition ; il est guidé par des êtres éclairés qui se font un devoir d'exposer le résultat de leurs expériences(1).

En même temps qu'il s'éveille à la conscience de l'Amour Universel qui guide, élève et améliore

(1) Le lecteur intéressé par ce sujet peut se procurer deux brochures très documentées : "LES DOUZE RAISONS DU VEGETARISME" et "SANTÉ ET PROGRES ASSURES PAR L'ALIMENTATION NATURELLE" par Jacques de Marquette, Président de l'Association Végétarienne de France. Ces brochures peuvent être demandées à : "PARLERIQUITE", 2, rue Bellanger à NEUILLY (Seine) Prix : 2 francs.

outes choses, l'Être humain avance dans la connaissance et dans la sagesse de bien nourrir le corps et l'esprit.

Il y a un lien entre la manière de se nourrir et la musicalité intérieure de l'homme. Les aliments antihygiéniques, une façon incorrecte de manger, ont pour résultats un abaissement de l'esprit, un affaiblissement de l'intellect, et la perte de l'harmonie intérieure.

L'amour embellit le cœur, éclaire et élève la pensée. L'écrivain, le penseur, qui parvient à leur plus haut degré d'expression, atteint à la poésie, à la musique, et alors naît en eux la véritable prière. Se nourrir correctement est aussi une sorte de musique, moins élevée sans doute, mais qui contribue néanmoins à la recherche du but suprême : l'union de l'âme avec le Tout.

Ainsi que la bonne musique éduque et harmonise la nature humaine, une nutrition équilibrée renforce les qualités positives de l'Être. C'est pourquoi nous pouvons juger de l'évolution d'un individu d'après sa façon de se nourrir, d'après la "musicalité" avec laquelle il mange.

Commencez chaque travail dans une bonne disposition intérieure ; si les circonstances le permettent, chantez doucement : tout ira mieux ! Agissez de même en préparant votre repas, en dressant la table où vous allez le prendre, et au moment de manger la première bouchée. Ayez le cœur reconnaissant, et les aliments les plus simples, même peu abondants, vous seront dix fois plus profitables que la nourriture la plus raffinée prise dans un état de trouble ou de mécontentement.

Manger peut être un acte instinctif, mécanique, ou un processus conscient et réfléchi. Une façon correcte de se nourrir, alliée à une respiration profonde et calme, peut renouveler l'homme, le rééduquer, et même le rajeunir. Par ces mêmes

moyens l'homme a la faculté de s'améliorer sur tous les plans, d'élargir considérablement le champ de sa conscience, de conserver plus longtemps une vitalité efficace.

Chaque matin apporte à tous les êtres des possibilités, des conditions nouvelles ; il reste à ceux-ci à s'appliquer, avec foi et amour, pour acquérir connaissance et savoir, expérimentation et pratique. En absolue priorité est le travail sur soi-même ; s'il est conscient, éclairé, tenace, il permet à l'homme, dans un délai raisonnable, les plus grandes réalisations. L'attente des miracles, des acquisitions obtemues sans effort et sans application, appartient au monde illusoire des paresseux.

Une étroite relation existe entre le processus digestif et les fonctions du cerveau ; si l'estomac est entravé dans son travail par une alimentation incorrecte, des douleurs peuvent se manifester à la tête et le désordre dans les pensées. Il est aussi exact qu'un intellect troublé risque d'occasionner un manque d'appétit. Si, par routine, l'homme se nourrit inconsciemment, sans l'appui de sa pensée calme et concentrée sur ce qu'il mange, il est normal que l'estomac en vienne à se rebeller, ne disposant pas de toutes les conditions nécessaires au juste accomplissement de sa tâche.

Sur le problème de la nourriture carnée, on a vu paraître, ces dernières années, une croissante littérature exposant le mal qu'elle apporte à la santé physique et spirituelle de l'homme. Chacun a la possibilité de se la procurer, et d'en tirer lui-même des conclusions (1).

La meilleure nourriture consiste dans les produits de saison : légumes et fruits frais. Il est conseillé de manger les fruits un peu avant les

(1) Notre Revue a donné quelques détails sur cette importante question dans les Numéros : 1 - 2 - 5 - 18 - 20 - 31.

repas proprement dits ; en effet, les fruits se digèrent plus rapidement et, s'ils sont pris en même temps que les autres aliments, ils accélèrent la sortie de l'estomac de ceux-ci incomplètement digérés. Si les fruits sont mangés à la fin, que ce soit alors 30 ou 40 minutes après les repas.

Le bon repas, hygiénique, est celui que l'on prend lorsque la faim se fait sentir, et que l'on termine avant d'être entièrement rassasié. Arrêtez-vous quand vous sentez que vous pourriez encore manger quelques bouchées ; vous vous assurerez ainsi une bonne digestion et vous mettrez en oeuvre votre volonté et votre raison. Le bien-être physique et mental qui suivra cette expérience vous incitera à continuer dans cette manière de faire, hautement hygiénique.

Pour l'application du régime végétarien, on ne peut dresser un tableau égal pour tous, fixant la nature et la quantité des aliments. Des règles, des principes fondamentaux existent sur ce problème, et nous en exposons quelques-uns dans le présent extrait, valables pour tout être humain qui désire se purifier de corps et d'esprit dans le but d'accéder à la culture nouvelle qui s'instaure sur la terre. Mais les nécessités de l'organisme varient d'un individu à l'autre ; l'âge, la profession, le climat, l'état de santé, l'activité, c'est-à-dire la dépense d'énergie, les heures du lever et du coucher, le lieu d'habitation, etc... sont autant de conditions dont il convient de tenir compte. Encore est-il à remarquer que toute uniformité dans la vie est mauvaise, celle de l'alimentation y comprise. La sage nature a prévu ce danger, et c'est pourquoi nous disposons d'une telle variété de produits alimentaires naturels, frais, sains, d'un goût agréable mais varié, de différentes saisons.

Par tous les moyens, la Nature Vivante nous apprend à bien utiliser ses dons ; elle nous invite à étudier les lois de la vie, de l'hygiène sur tous les plans, afin que l'homme accède à

l'harmonie et à la plénitude auxquelles il est prédestiné.

Se rassasier, manger à satiété, perturbe le processus digestif, obscurcit l'esprit et la pensée; la raison en est qu'une plus grande quantité de sang et d'énergie cérébrale est attirée vers l'estomac encombré, surchargé; en conséquence, moins de forces restent disponibles pour les activités de l'intellect. C'est une remarque qu'on peut faire aussi bien sur les hommes que sur les animaux: rassasiés, ils éprouvent le besoin de sommeiller, même de dormir.

Nous avons dit que l'alimentation devait être variée; mais cette variété doit se réaliser dans différents repas, et non pas dans un même au cours duquel le mélange de trop d'aliments est à proscrire. Par exemple, les produits lactés ne s'accordent pas avec les fruits, et tant d'autres mélanges sont nuisibles. L'expérience individuelle et la sobriété sont de bons conseillers.

Mangez de préférence la nourriture pour laquelle vous êtes disposé, et que votre organisme assimile le mieux. Votre intuition vous suggère toujours les besoins de votre corps, lesquels peuvent varier d'un jour à l'autre et même du matin au soir. Tout est mouvement dans la vie; la mécaniser, c'est troubler ses lois. Le choix des aliments est donc une affaire individuelle.

L'ambiance du lieu où l'on prend ses repas n'est pas non plus indifférente; il faut s'efforcer de la rendre agréable et calme. Malheureusement, les humains en grande majorité se nourrissent encore d'une manière inconsciente et désordonnée; l'esprit préoccupé par leurs affaires, ou conversant avec animation, ils sont bien loin de prêter attention au goût des aliments, de les mâcher convenablement, et de les absorber avec gratitude. C'est une totale méconnaissance de l'importance que l'on doit accorder au processus vital de la nutrition.

(A suivre dans le N° 34)

CALENDRIER DU GRAIN DE BLE

1er Trimestre 1966

Nous rappelons aux anciens lecteurs, et expliquons aux nouveaux, la méthode d'utilisation de ce calendrier.

Chaque dimanche, de préférence au réveil lorsque l'esprit est encore libre et détendu, on lit lentement et avec concentration la pensée du jour de façon à s'imprégner de l'idée qu'elle contient.

Cet exercice peut compléter les 4 ou 5 minutes journalières durant lesquelles chaque étudiant de la Nouvelle Vie a le devoir de se lier, par la méditation, à l'Amour Universel. De ces instants d'élévation spirituelle, doivent être bannis toute hésitation, tout doute, et toute critique envers qui que ce soit. L'être qui réussit à établir ce contact intérieur ressent, à l'instant même, une harmonieuse disposition d'esprit qui se traduit par un chaud sentiment, par des pensées claires et élevées, et par un élan joyeux dans l'accomplissement des tâches qui l'attendent.

Au cours de la semaine, on reprend la pensée du dimanche précédent, soit le matin au réveil, soit le soir, soit encore dans les instants de détente propices.

Par cette pratique régulière, de nouvelles idées apparaissent dans la conscience accompagnées d'élans constructifs, et un véritable rajeunissement intérieur s'opère. De plus, il se crée de la sorte un lien spirituel non seulement avec le Monde Supérieur mais aussi avec tous les élèves de la Nouvelle Culture qui s'efforcent pareillement de pénétrer les lois éternelles de la Vie, et de s'améliorer sans cesse en vue d'accéder à une existence plus élevée.

(Note de la Rédaction).

1er janvier 1966 - Pendant tout le cours de cette année qui commence, répétez-vous ces trois commandements de l'élève de la Nouvelle Vie :

- Lève-toi, et emplis ton coeur de la chaleur de l'Amour et de la Bonté.

- Marche avec décision et sans faiblesse dans le chemin lumineux de la Sagesse qui nourrit ton esprit et tes pensées.

- Ouvre ton âme à la Vérité, qui te libère et te réjouit sans cesse.

Chaque jour de l'année, le matin et le soir, quand vous travaillez, quand vous vous promenez, quand vous vous nourrissez, dites : "Que ma pensée soit lumineuse comme le soleil ; que mes sentiments soient purs comme l'eau des sources des montagnes!"

A chacun de ceux qui observeront ces règles un beau cadeau individuel est réservé.

2 janvier 1966. - Envoyons une bonne pensée et un sentiment pur et fraternel à tous les hommes de la terre.

Que la paix et l'amitié règnent parmi tous les peuples ; que tous les hommes vivent et travaillent avec foi et joie !

9 janvier. - Par le mot "âme", nous comprenons ce qui possède en soi les possibilités de vie universelle.

Par "conscience Divine", nous concevons la Pensée Divine éternellement présente dans tout le Cosmos en même temps, et dans la vie de tous les mondes.

Le mot "coeur" nous fait penser à la vie raisonnable, au bien qui nourrit et développe.

16 janvier. - Votre élan sincère, votre pur désir de devenir des hommes nouveaux, des ouvriers de la Vie Une - Universelle, sont bénis. Les Anges vous connaissent, vous envoient leurs lumineuses pensées encourageantes, et vous assistent dans vos difficultés.

23 janvier. - Que celui qui désire travailler à son propre perfectionnement commence par les petites réalisations. Qu'il accomplisse de son mieux ses tâches journalières ; qu'il réfléchisse aux leçons qui lui sont données. Qu'il soit attentif aux plus petites impulsions positives qu'il ressent. Graduellement vous vous acheminerez vers de plus grandes acquisitions. C'est ainsi qu'ont travaillé tous les grands hommes.

30 janvier. - Ayez conscience que DIEU vit en vous, dans votre âme, et que vous vivez en DIEU, dans Son Amour. Ainsi aucune force au monde ne pourra entraver votre marche vers le haut idéal d'une vie élevée, meilleure et libre.

6 février. - L'être qui travaille sincèrement sur lui-même à corriger ses faiblesses, à rechercher la perfection et la pureté de la Vie Divine, ET QUI LE FAIT AVEC LA PLUS GRANDE DISCRETION, est une aide puissante pour les âmes avec lesquelles il est lié.

Par la prière, il puise les forces que lui dispense le Monde Supérieur.

13 février. - Les idées que vous apporte cet Enseignement de Vie Nouvelle vous rajeuniront si vous les accueillez et les pratiquez. Il fera de vous des hommes bons, intelligents et forts.

20 février. - S'il vous vient un désir impur, une impulsion inharmonieuse, une pensée négative, dites-vous ceci : "DIEU, qui m'a envoyé sur la terre, m'observe en ce moment !" Et aussitôt une lueur éclaire votre conscience, vous donnant un nouvel et positif élan.

27 février. - Vivre, c'est utiliser dans l'instant présent ce qui peut servir à l'accomplissement de nos raisonnables et purs désirs.

Si vous agissez comme votre conscience supérieure vous le suggère, DIEU vous donnera bien plus que ce que vous attendiez. La gratitude sincère pour le peu qu'on a reçu apporte la paix, la force, et de nouvelles acquisitions.

9 mars. - Il existe un sentiment négatif atavique qui se manifeste parfois inconsciemment dans l'être humain : c'est le DOÛTE ; le doute de pouvoir réussir dans ses tâches, dans ses purs désirs, dans ses efforts d'amélioration.

Rappelez-vous que tout est possible à celui qui ne doute pas et qui travaille avec foi et intelligence à s'instruire dans les lois éternelles de la Vie, de l'Amour, de la Vérité.

13 mars. - Libérez-vous de l'influence des courants négatifs qui sapent votre fermeté, qui brisent votre élan vers le Bien.

Concentrez votre pensée et dirigez-la vers les Êtres invisibles supérieurs, vers les lumineux Ouvriers du DIEU-Vivant ; ils vous aideront immédiatement à vaincre le doute, à être positifs, résolus à réussir.

20 mars. - Le Seigneur veut que vous soyez décidés à faire des efforts conscients, dirigés par votre idée sacrée d'avancer dans le Bien. Il veut que vous soyez utiles à vous-mêmes et à votre prochain ; que vous appreniez à essuyer avec douceur les larmes de vos frères, de vos semblables.

La vie nouvelle demande des êtres qui ne se laissent pas séduire et égarer par les formes extérieures, éphémères, des choses.

21 mars. - C'est le premier jour du Printemps, et le début de l'année spirituelle. Dès ce jour, l'élève qui veut se renouveler absorbe consciemment les forces printanières de la nature. Elles le rendront vigoureux de corps et d'esprit, et prêt à aborder joyeusement les expériences et les tâches que la vie lui demandera d'accomplir.

A partir de ce jour et jusqu'en Juillet, il est très utile, pour ceux qui en ont la possibilité, de sortir le matin au grand air dans la nature, une heure environ avant le lever du soleil, même si le ciel est couvert. De l'éclat de l'aurore, au lever de l'astre du jour, la Nature Vivante, par les rayons solaires réfractés à l'horizon, envoie au

système nerveux cérébral l'énergie spécifique qui fortifie la pensée et éclaircit la conscience. L'homme est aidé à mieux comprendre et à mieux utiliser les conditions positives qui lui sont offertes pendant le jour qui commence.

Après le lever du soleil, vous pouvez rentrer et vaquer à vos occupations.

27 mars. - Chaque fois que vous sortez le matin pour le lever du soleil, ayez en vous la joie de pouvoir admirer ce spectacle et sa magnificence. A l'apparition de l'aurore, dites-vous : "Je m'inspire de cette image ; mon âme se remplit de la Grande Sagesse et de la Vérité Divines." Au lever du soleil : "Je veux apprendre à mieux appliquer l'Amour Divin dans mes pensées et dans mes actions".

3 avril. - Le soleil et sa lumière, les étoiles, l'air, l'eau, les plantes, les animaux, sont des témoignages de l'Amour Divin. Et l'homme, cet être pensant, comblé de tant de biens, a-t-il toujours conscience des dons qu'il a reçus, des bienfaits qui lui sont donnés en partage ?

La petite fleur se réjouit de son état, et, par son odeur et sa beauté, elle remercie le Créateur.

(Pensées tirées de l'Enseignement).

LE NEZ, EXPRESSION DE LA PENSÉE

Parmi les études de tous ordres que poursuit l'élève de la Nouvelle Vie, il en est une qu'il ne doit pas négliger : c'est celle qui consiste à observer et à différencier les formes du nez de l'homme : sa longueur, sa largeur, sa grandeur, ses lignes générales etc... Observez le comportement et les actes de différents êtres en même temps que vous notez la structure de leur nez, et tirez-en des conclusions justes, scientifiques, objectives.

Le nez démontre les pensées qui occupent l'être, ses tendances, son degré d'intelligence. L'étude de

la morphologie du nez, jointe à celle des caractéristiques des individus, vous permettra d'obtenir graduellement de profondes connaissances humaines.

Vous constaterez dans la vie trois principales catégories d'êtres : celle des gens ordinaires qui travaillent avec l'aide des animaux ; celle des êtres plus habiles, plus ingénieux, plus capables ; à ce niveau d'existence l'homme commence à payer ses dettes, à liquider son Karma. Enfin la troisième catégorie est celle des génies, des âmes libres ; à ceux-ci se rapporte le verset des Ecritures où il est dit : "DIEU a tellement aimé le monde qu'il a envoyé Son Fils en sacrifice, afin que ne périssent pas ceux qui croient en Lui".

L'homme doit apprendre à penser clairement et positivement. Plus juste et plus consciente est la pensée, plus régulier est le nez, et plus belles ses lignes. S'il arrive à un être d'être abattu, découragé, qu'il réfléchisse, qu'il s'interroge, qu'il s'analyse calmement, sincèrement ; sa conscience supérieure lui révélera que la cause de cet état est en lui-même, et qu'il n'accomplit pas l'effort nécessaire pour valoriser par la pensée et l'action les trésors qu'il recèle.

En étudiant la forme et les lignes du nez humain, soyez attentifs à ne considérer que les qualités positives du caractère des êtres, et jamais les négatives ; il y a certains nez qui ne doivent pas retenir votre attention ! De toute façon, protégez-vous par la lumière spirituelle de votre pensée divine, et ne portez aucun jugement.

Si un élève de la Nouvelle Vie vient à être atteint par quelque maladie, il doit s'interroger sur l'origine de celle-ci, sur sa cause, sur le remède qu'il convient d'y apporter, etc... UNE DES CAUSES DES MALADIES, ET DE L'AFFAIBLISSEMENT DE L'ENERGIE VITALE, EST LA PARESSE. Le paresseux est passif par rapport à l'étude et à l'application, c'est-à-dire par rapport au travail ; mais s'il est question de manger, il devient actif et il se nour-

rit souvent plus qu'il n'est nécessaire. En mangeant avec excès, l'homme commet un crime car il nuit à son corps et son esprit s'obscurcit.

La glotonnerie peut être non seulement physique, mais aussi astrale ou mentale ; quand un être disperse inconsidérément ses sentiments, quand il gaspille tout ce qui est noble et élevé en lui, alors il s'amointrit. De même celui qui dépense sans retenue la lumière spirituelle de ses pensées pour des choses éphémères, ou pour son petit amour-propre, s'affaiblit et épuise la vitalité de sa nature divine. La Nature Supérieure ne supporte aucun excès néfaste et ne permet pas que les énergies qu'elle a confiées à l'être humain soient violentées et dilapidées.

Il n'est pas facile pour l'homme de se connaître ; il se regarde dans un miroir, il voit son front, son menton, son nez, mais il ne saisit pas la signification des lignes de son visage. Une compréhension développée permet de comprendre que le front exprime le rapport de l'être avec le monde Divin ; que le menton représente son état dans le monde physique ; et que le nez révèle ses possibilités actuelles à l'égard du monde spirituel et de sa vie intellectuelle. Cette vie, chez les innombrables humains, présente une infinie variété, et c'est pour cela que nous pouvons constater la considérable diversité des nez, des fronts, des mentons, etc...

Chaque organe du corps, chaque membre, en dehors de sa fonction physique, a d'autres rôles plus subtils. Par exemple, le cerveau est un générateur d'énergie électro-magnétique et mentale, mais il détermine aussi la force du mouvement de la pensée et sa direction ; les poumons purifient le sang et expriment en outre les sentiments ; l'estomac transforme et utilise la nourriture, mais il engendre encore les désirs. Plus bas, dans les intestins, se trouvent les impulsions non suivies, les tendances inutilisées, prêtes à être expulsées comme déchets

non assimilés, comme possibilités perdues. Dans ce sens, on peut dire que l'enfer du corps humain est situé dans les intestins.

Le nez, organe de l'odorat, reçoit les odeurs du monde extérieur qui déterminent chez l'être humain des sensations agréables ou désagréables influençant plus ou moins son état psychique.

Le visage de l'homme est un livre ouvert ; chacun de ses traits est un signe de l'alphabet permettant de déchiffrer ce recueil vivant, dont le contenu se modifie suivant l'évolution de la pensée et des sentiments. Parfois les gens admirent chez leur prochain de beaux yeux, un nez bien dessiné, un front noble, des oreilles ou une bouche harmonieuses sans qu'ils en comprennent le langage spirituel. Pourtant l'être averti qui sait observer et comprendre, peut pénétrer le caractère et les possibilités d'un homme rien qu'à la forme de son nez. Les dons de cet homme lui sont révélés, et il peut alors négliger ou même ignorer ses faiblesses possibles.

L'élève conscient qui étudie la Vie avec gratitude et amour augmente chaque jour ses connaissances. Il apprend peu à peu à mieux vivre, à mieux connaître la Vérité qui se manifeste sans cesse et qui l'aide à se libérer des souffrances et des contradictions, au devant desquelles les gens non prévenus s'élancent aveuglément.

D'après la forme de son nez, vous devriez pouvoir conclure s'il est raisonnable de vous lier étroitement avec un individu donné. Mais il est un écueil que vous devez connaître et éviter : c'est celui qui consiste à critiquer, en paroles ou en pensée, les êtres chez lesquels vous découvrez des traits déplaisants. Sans vous en apercevoir, vous vous attacheriez à ces inharmônies et subiriez, peut-être pour longtemps, leur influence négative. Les saints, les génies peuvent sans dommage s'approcher du négatif ; ils sont forts et savent comment se protéger et agir. Chacun peut améliorer la forme de son nez en améliorant ses pensées. - (A suivre)

LE PAGE DU DISCIPLE

"...Puis je vis un Nouveau ciel et une
"Nouvelle terre". Apocalypse, de St Jean, Ch. 21.

Frères et Soeurs,

Nous vous saluons avec le Nouvel An 1966. Qu'il
soit heureux pour tous les êtres qui, sur la terre,
travaillent pour la Paix et la Fraternité entre les
hommes. Ils sont nos frères en Esprit, sans diffé-
rence, à quelque peuple, religion ou race qu'ils ap-
partiennent.

NOUVELLE ANNEE ! Le Nouveau c'est l'inconnu qui
devient connu. La vie est "Vie" parce qu'en elle
chaque moment apporte quelque chose de Nouveau, de
réel.

L'être humain cherche le Nouveau. Cette cons-
tante recherche lui donne une impulsion à croître,
à s'instruire, à se rééduquer.

Le Nouveau qui vient, se verse dans la vie, la
renouvelle toute entière. Il vient dans les pensées,
dans l'ordre et les formes sociales, il est dans la
science, dans les tendances créatrices.

Le Nouveau arrive avec la lumière, il est dans
l'air, dans l'eau, le pain. Aucun ne peut se libérer
de Lui. Aujourd'hui tous sont appelés à travailler
pour le Nouveau, croyants ou incroyants. Ces diffé-
rences ne sont pas réelles, car au-dessus d'elles
réside la vie Nouvelle, son temps est arrivé ; déjà
elle s'impose à tous et partout.

Aucun n'a jamais parlé avec autant de détails
de la VIE NOUVELLE, de l'HOMME NOUVEAU, que le Maî-
tre. Dans ses milliers de conférences et leçons, par
d'innombrables exemples et images Il nous donne le
savoir et les méthodes de travail.

La Paix et la Fraternité viennent déjà vers
nous. Pour Elles travaille la Fraternité Blanche au
Ciel et sur la Terre.

(Décembre 1965 - Les élèves de l'Enseignement de
Vie Nouvelle)

(Extrait d'une lettre d'un ami résidant au Cameroun)

A mon cher Frere A. Bertoli,

.... Pour la "Page du Disciple" je voudrais faire connaître les faits suivants :

Ma prise de contact avec le Nouvel Enseignement est vraiment due à un hasard mystérieux que je n'arrive pas à comprendre quand j'y pense. A cette époque, où je n'avais jamais entendu parler de l'Enseignement, je travaillais à Brazzaville et, dans l'après-midi très ensoleillée du 22 mars 1954, je me dirigeais vers mon lieu de travail. J'étais monté sur ma bicyclette et roulais dans une petite ruelle quand mon attention fut attirée par un petit morceau de carton bleu reposant à terre au bord de la rue. Je l'avais déjà dépassé quand une voix intérieure me dit clairement d'aller ramasser ce petit morceau de carton qui n'avait même pas 5 cm de longueur. Je descendis de bicyclette, rebroussai chemin et le ramassai. C'est sur ce carton que je découvris l'adresse de l'Enseignement du Maître en France.

Depuis ce temps-là je suis cet Enseignement et ne puis énumérer ici les bienfaits que j'ai pu tirer de sa pratique, tant au point de vue santé qu'au point de vue spirituel. Tout concourt au mieux pour celui qui se donne vraiment la peine d'apprendre et d'appliquer les principes et les méthodes exposés par le Maître, simples en apparence, mais d'une portée grandiose et bénéfique.

Ma volonté se trouve renforcée. Personnellement, j'ai vaincu la plupart de mes malaises et quelques mauvaises habitudes que j'avais contractées. Enfin ma longue détention en prison m'a fait découvrir que le monde invisible nous protège et nous guide, car seuls sont forts et invincibles, ceux qui vivent dans la foi et la plénitude de l'Amour Divin.

Fraternellement à vous,

E.E.A. - Cameroun

LIVRES DU MAÎTRE DEUNOV DISPONIBLES
en FRANÇAIS

- Le Maître PETER DEUNOV (Beïnga Douno)... FR 4,00
- Le Maître parle (troisième édition) - 7,50
- L'AMOUR UNIVERSEL - L'Eveil de la cons-
cience - 7,50
- La Vie pour le Tout - 4,50
- Douceur - Magnétisme - Tourment - 3,90
- Les Paroles Sacrées - 6,00
- La Panceurythmie, musique et paroles - 10,00
- Voici l'Homme et Unité de Temps et de
Mesure - 1,50
- La Loi Suprême - 1,50
- Union avec Dieu - 1,50
- Le Monde des Grandes Ames - 1,50
- Les Deux Voies - 1,50
- Les Fils de la Résurrection - 1,50
- Numéros précédents du "GRAIN DE BLE"
l'exemplaire - 1,50
- Pensées quotidiennes (exempl.de 1954).... - 1,50

+ 15 % pour frais d'envoi

"LE GRAIN DE BLE" extraits de l'Enseignement :

- Abonnement annuel pour les 4 numéros FR 6,00
- Abonnement de soutien à partir de - 10,00

C. C. P. Paris 16.566-99

ADRESSER TOUTE LA CORRESPONDANCE : B. P. 306-13

PARIS 13e

=====

"LA NOUVELLE CULTURE DE L'ERE DU VERSEAU"

volume de 288 pages avec 9 photos hors texte
franco FR 18,00
Livre écrit à la lumière de l'Enseignement
du Maître DEUNOV.

=====

Autorisation de publication N° 22.665
Directeur : M. A. BERTOLI
Polycopié par Mme CORDIER 4, rue H. Pape - PARIS 13e.