

NEUVIÈME ANNÉE

N° 35

# LE GRAIN DE BLÉ

EXTRAITS DE L'ENSEIGNEMENT  
DU  
MAITRE DEUNOV



JUILLET - AOUT - SEPTEMBRE

1966

Périodicité

3<sup>e</sup>me trimestre 1966 - N° 35

Sommaire

=====

Juillet - Août - Septembre	1/ Le Bien
LE GRAIN DE BLE <sup>1</sup>	2/ La Reconnaissance
Extraits d'auto-éducation	3/ Calendrier
de VIE NOUVELLE	4/ Comportement de notre corps
Tirés de l'Enseignement	5/ Etude & Application
du Maître DEUNOV	6/ La page du disciple

=====

LA VIE - LE SAVOIR - LE BIEN

=====

(Application et travail)

III - LE BIEN

"Celui-là est bon qui aime la lumière,  
le savoir et la vie pour lui-même et  
pour les autres."

La bonté est la base de la vie, et le bien est sa manifestation. L'homme doit cultiver le bien en lui et autour de lui ; s'il néglige de le faire, c'est le mal qui apparaîtra, avec ses contradictions et ses souffrances.

L'impulsion vers le bien, vers la bonté, est le processus créateur éternel qui donne force et sens à la vie. Le mal conduit à la mort, au néant, car il est condamné à la stérilité éternelle.

Pour vous perfectionner, vous devez être forts dans le bien ; c'est une qualité indispensable au développement humain. Ce qui distingue l'être en tant qu'"homme", c'est le bien qui vit en lui. Le bien est étroitement lié à la vie humaine ; il est sa richesse, son capital. La vie de l'homme de bien constitue un exemple et un idéal pour ceux qui en sont les témoins.

Le bien est le fruit de l'Amour. Quand la pitié et l'Amour sont agissants dans un être, celui-ci manifeste la bonté en toutes circonstances. DIEU

ne vous demande ni vos maisons, ni vos richesses. Il n'en a pas besoin. Ce que DIEU vous demande, c'est de manifester le BIEN qui est déposé en germe dans votre âme. Une telle vertu a plus de valeur que tout l'or de la terre.

L'homme véritable est un ensemble de vertus; s'il les perd, sa force et sa valeur le quittent, et il s'abaisse au rang de l'animal. Croyez-vous mériter le nom d'homme si vous n'avez pas d'amour dans votre âme, de sagesse dans votre esprit, et si votre volonté ne s'applique pas à la recherche du perfectionnement et de la vérité ?

L'homme est venu sur la terre pour faire le bien ; tout le reste n'est que préface, préparation à cette tâche à laquelle il est prédestiné. DIEU est avec nous tant que, faisant le bien, nous accomplissons Sa Volonté. Nous connaissons DIEU par les vertus qui sont Sa manifestation dans notre conscience comme Amour, Sagesse, Vérité, Justice et Bonté.

Quand nous péchons, DIEU s'éloigne. Il nous laisse libres d'agir à notre guise, de faire notre amère expérience de la violation des lois de la vie. Il ne nous juge pas, mais Se manifestant comme "Pitié", Il nous donne le moyen de retrouver le bien.

Parfois vous affirmez : "Je n'ai tué personne, je n'ai pas volé; je n'ai rien à me reprocher!" Vous êtes bien indulgents pour vous-mêmes ! N'oubliez pas que le moindre péché, la plus petite indécatesse constituent une violation de la loi Divine et une inharmonie dans la vie de la nature et dans la vôtre. Une faute soi-disant légère a les mêmes conséquences qu'un grand péché ; c'est un poison, une infection qui ne demande qu'à se propager et à grandir, et dont vous devez vous garder avec vigilance.

Tous les êtres qui ont vécu dans la pureté et la bonté sont bénis. La pratique du bien donne

à la pensée humaine les meilleures possibilités de purification et d'élévation ; l'esprit peut se libérer des mesquineries de la vie ordinaire.

Nous devons développer et activer les vertus en nous ; c'est sur elles que se construit l'humanité du monde futur. Ne tardez donc plus à travailler sérieusement, opiniâtrement, à votre amélioration, plutôt que de continuer à poursuivre des objectifs futiles, inutiles ou néfastes. Avez-vous, par exemple, la fermeté de caractère de la colombe, sa pureté ? C'est, de tout temps, l'unique oiseau qui, en dépit des difficultés qu'il pouvait avoir à trouver des graines, ne se soit jamais laissé tenter par une autre nourriture. Il n'a jamais dit : "Les temps sont durs, les graines manquent, ma vie est difficile ; je dois pourtant me nourrir fut-ce avec de la viande !" C'EST PARCE QUE LA COLOMBE EST TOUJOURS RESTÉE FIDÈLE À SA NATURE, À SES CONVICTIONS, À SA VERTU, QUE LE SEIGNEUR EN A FAIT LE SYMBOLE DE L'ESPRIT DIVIN.

Le bien est le fondement qui conditionne la véritable culture de l'homme ; c'est le chemin par lequel s'exprime la Bonté Divine, l'Amour Universel. Chaque réalisation humaine vraiment géniale a sa source dans l'idée du bien. Faire le bien, c'est inciter DIEU à se manifester à travers nous avec Sa plénitude d'Amour et de Sagesse. Il n'y a pas d'action plus sublime, plus réelle, et plus accessible à tous que celle qui consiste à faire le bien, si petit, si modeste soit-il.

Les effets du bien ne sont pas seulement bénéfiques pour une ou pour quelques personnes, mais pour tous ; et c'est la raison pour laquelle les Êtres avancés participent à l'accomplissement d'une bonne action.

Le bien véritable est absolument intègre et n'attend rien en retour ; l'homme vraiment bon n'a aucune pensée intéressée, aucun sentiment égoïste. La bonté est une vertu intérieure, et l'exemple d'un homme sincèrement vertueux peut éveiller au bien

l'âme de son prochain. Eveiller une âme, c'est lui découvrir la beauté du bien, c'est lui révéler le sens de la vie et lui faire prendre conscience du Divin qui réside en elle. C'est le bien suprême que vous puissiez faire à votre semblable que de lui montrer le juste chemin de la vie et de l'inciter à se lier à la Cause Primordiale, à se tourner consciemment vers la Source de toute vie, à la connaître et à y puiser des forces nouvelles pour s'engager au service de DIEU.

Le bien est la nourriture du cœur, la condition de sa grandeur et de sa noblesse. Le bien précède la raison, la sagesse ; il favorise le développement de l'intelligence, la clarté de la pensée, l'élargissement de la conscience. Un sot peut faire preuve d'une certaine bonté, mais celle-ci n'est pas la véritable, qui découle du Divin existant dans l'âme humaine.

QU'EST-CE QUE LE BIEN ? Chaque action qui contribue à l'élévation de la vie de l'humanité est bonne. Chaque action qui est en harmonie avec les grandes lois de la Création est bonne. Dans le désir qui vous pousse à accomplir un bien quelconque agit un esprit élevé, qui sanctifiera votre acte et vous démontrera que la vie d'un bon serviteur de DIEU est toujours bénie. Le CHRIST recommande aux hommes de s'amasser des trésors aux cieux ; Il sous-entend l'accomplissement du bien sur la terre. Le bien est dans notre intellect, dans notre cœur, dans notre âme et notre esprit ; il débute par des manifestations infimes, mais qui croissent sans cesse et s'organisent en un tout harmonieux. Le bien est un processus créateur ; en lui existent espace et ampleur ; il peut commencer dans le monde physique et s'élever jusqu'au monde causal.

Le véritable bien se distingue par trois qualités : il apporte vie, lumière, liberté. Faire le bien, c'est être lié avec ces trois grands principes.

Le bien est la force d'union dans la vie des hommes ; il constitue aussi un lien matériel entre eux. Plus encore, il sert au rapprochement harmonieux entre les âmes des hommes, que ceux-ci soient sur la terre dans leur corps physique, ou dans le monde invisible.

Pour qu'une action soit vraiment bonne elle doit être vivante, elle doit nous suivre, accompagner nos pas, c'est-à-dire apporter vie, lumière et liberté. D'après la loi divine, la "Vie" est Une, présente en tous les êtres, et les touchant tous au même instant ; c'est ainsi que le bien que nous faisons à un être profite à tous. Qu'importe que l'on comprenne ou non cette loi, elle agit quand même.

La Nature Vivante est très attentive aux plus petites acquisitions divines, et c'est la raison pour laquelle le monde invisible se réjouit grandement quand un homme accomplit une action raisonnable - un bien. On ne crée pas le bien, qui est une propriété de l'âme ; on peut seulement le manifester.

J'appelle véritablement bon l'homme qui est indulgent envers tous, qui ne fait aucune différence entre eux, c'est-à-dire qui aime raisonnablement tous les êtres, sincèrement, du fond de lui-même. Il irradie sa lumière intérieure envers tous sans distinction, comme le soleil répand sa chaleur et sa lumière sur chacun.

Le bien dans l'homme est semblable à la source qui jaillit et coule, désaltérant et rafraîchissant tout ce qui vit. L'homme de bien reste toujours égal à lui-même, quelles que soient les conditions extérieures, qui ne peuvent modifier sa nature.

Physiologiquement aussi l'homme bon se distingue radicalement du mauvais ; le système nerveux du premier est construit d'une manière plus fine et plus complexe ; son cerveau, qui comporte davantage de cellules et des plis spéciaux, est

d'une formation supérieure. Son réseau sanguin est aussi plus riche ; sa peau a une texture plus fine ; l'état général de ses organes est plus parfait.

L'homme qui, par paresse ou méconnaissance, néglige de s'améliorer un peu chaque jour, reste en retard dans son développement par rapport à ceux qui travaillent sur eux-mêmes avec foi et amour. Ce retardataire devient "mauvais". Dans ce sens, le mal c'est le Bien inutilisé.

LE BIEN ET LE MAL. - On doit avoir une idée claire de ce qu'est le bien et de ce qu'est le mal. Le bien est ce qui sert à la croissance, à l'épanouissement et à la maturité non seulement de l'individu, mais aussi de la famille, du peuple, de toute l'humanité - et du ciel. Le mal est ce qui nuit au développement et à la croissance vitale de l'individu et de l'humanité. Le mal paralyse la volonté, le cœur et la pensée de l'homme, ainsi que ses possibilités spirituelles et sa force intérieure.

En l'homme, le mal est l'animalité, et le bien est le Divin ; l'un et l'autre agissent continuellement. Vous devez apprendre à les différencier justement, précisément, sévèrement. Le premier est le principe des ténèbres, le second celui de la lumière. Le mal se cache au fond de toutes les manifestations négatives. Le doute, la haine, la malveillance représentent la fange, la boue dans la vie de l'homme ; ce sont les restes du règne animal. Le mal qui tourmente les êtres dans le présent n'est autre chose que le résultat de la négligence et de la perte des occasions favorables de développement du passé. Et ce mal a tendance à s'installer dans la conscience de l'homme et à y subsister en parasite, retardant la venue du courant de Nouvelle Vie qui arrive. Il faut donc rejeter ce mal, s'en débarrasser, lui refuser toute occasion de se manifester. Les Slaves disent :  
"Que le mal dorme sous une pierre !"

Quand les hommes contrarient la Volonté Divine, qui les incite à exprimer le bien dans leur vie, ils créent le mal ; car le mal n'existe pas par lui-même. L'égoïsme recèle le mal et est une des principales causes de la négligence des lois divines, amenant de grandes souffrances et de dures épreuves.

DIEU fait un juste usage du bien et du mal ; Il se sert des lois de l'un et de l'autre avec une parfaite justice envers chacun. TOUT CE QU'IL ACCOMPLIT EST POUR LE BIEN ; derrière le bien et le mal se trouve la Grande Raison Cosmique qui agit avec sagesse et amour.

Dans le monde, le mal est inévitable ; semblable à l'aiguillon de la faim, il pousse les êtres à agir ; il sert aussi de frein quand l'homme engage sa vie sur une pente dangereuse. Les maladies aussi sont des freins !

Le mal est fort parce que les humains aiment à se laisser entraîner par ses mensonges et ses tentations ; quand il a pris une importance prépondérante, les souffrances ne tardent pas à grandir, elles aussi ; et les hommes commencent à soupirer, à se lamenter, et à appeler le ciel à leur aide ! Le Seigneur de l'Amour, dans son infinie bonté, répond alors à leurs appels, et leur montre la voie de la miséricorde.

La fin du mal approche ; il ne pourra pas résister bien longtemps à la croissante lumière Divine qui descend et pénètre dans le monde. Vous devez, vous aussi, chasser le mal de vous-mêmes en manifestant consciemment l'amour et le bien, avec une foi totale en leur puissance.

QU'APPORTE LE BIEN ? Il apporte la vie, la lumière, la liberté à celui qui le pratique comme à celui qui en bénéficie ; car le bien que nous accomplissons pour notre prochain nous revient inéluctablement ; c'est la loi. Si vous voulez être forts, si vous voulez que vos dons et vos vertus s'épanouissent, faites en sorte que l'idée du bien devienne en vous sang et chair.

Le bien forme, développe et organise les forces du coeur ; et lorsque le coeur manifeste chaleur et douceur, la pensée s'unit à lui pour travailler à la réalisation des nobles impulsions de l'âme. L'intellect et le coeur sont deux grands centres grâce auxquels l'âme réalise ses tâches divines. Sans eux, elle ne pourrait pas se manifester, s'élever, planer : ce sont les deux ailes de l'âme humaine.

COMMENT APPLIQUER LE BIEN ? Le temps est maintenant venu où chacun doit mettre le bien et son application à la base de son existence. De bien meilleurs résultats seront ainsi obtenus, avec une moindre dépense d'énergie.

Connaissant la force du bien et ses possibilités, pratiquez-le courageusement ; commencez humblement par des actes de bonté de peu d'importance, pourvu qu'ils soient sincères et désintéressés, et augmentez-en le nombre et la puissance. Pour devenir bon et raisonnable, l'homme doit connaître et pratiquer la loi de l'Amour Divin, qui lui apporte l'impulsion première vers le bien, en même temps que le réveil de sa conscience. Il faut qu'il connaisse aussi la loi de la Sagesse, porteuse du savoir, de la lumière, et celle de la Vérité qui donnera la liberté et l'amplitude à sa pensée, à ses sentiments et à ses actes. Chacun doit s'efforcer de développer en lui le bien, infiniment plus fort par ses possibilités constructives et rénovatrices que le mal dans sa négativité.

L'homme doit accomplir sans cesse de bonnes actions, comme le jardinier avisé sème dans son terrain les meilleures graines. Les bonnes actions représentent les forêts qui attirent en l'homme l'humidité nécessaire à sa croissance ; moralement, les vertus peuvent être comparées aux plantes, et ce que l'être raisonnable doit faire c'est de planter en lui des arbres, de les soigner pour les maintenir en bon état ; près d'eux, jailliront alors bientôt les sources.

On peut être aidé dans l'acquisition et le développement des vertus en se nourrissant de légumes et de fruits. Chaque espèce de fruits sert à la manifestation d'une vertu ou d'une autre. L'homme raisonnable peut toujours être bon et renforcer le bien en lui. Si vous donnez du pain à quelqu'un, vous accomplissez un bien physique ; si, après l'avoir nourri, vous donnez à cet être un livre édifiant, et qu'il le lise avec intérêt, vous avez fait un bien spirituel ; et si vous le décidez à travailler à son amélioration spirituelle, c'est un bien divin que vous aurez accompli.

Le bien enveloppe toute l'humanité et pénètre déjà dans tous les milieux. Si vous êtes riches, aidez les pauvres ; si vous êtes forts, protégez les faibles ; si vous avez le pouvoir, dominez-vous d'abord vous-mêmes. Celui qui est son propre maître peut aussi commander les autres.

Chacun doit commencer à transformer sa vie, à quitter l'obscurité pour entrer dans la lumière. Chaque matin, en vous levant, dites-vous : "JE SUIS UN HOMME BON ET RAISONNABLE, PUISQUE DIEU M'A CREE!" Chaque création de DIEU est bonne. Au début de chaque journée, concentrez votre pensée durant quelques instants sur ce qui est élevé et noble, sur les travaux des grands hommes, musiciens, peintres, écrivains, poètes. Pensez aux bienfaits reçus dans votre vie, à la bonté de la Providence Divine ; et revêtez-vous de l'espérance, de la foi, de l'amour, et des vêtements blancs de la vérité, de la pitié, du bien. Songez fréquemment à la couleur blanche pour vous unir à la pureté du bien et de la bonté.

Si l'idée vous vient d'accomplir un bien quelconque, soit sur le plan physique, soit sur le plan affectif, soit en pensée, faites-le à l'instant même ; si vous remettez à plus tard, rien ne sortira de votre bonne pensée. Faites le bien sans retard et sans commentaires ; ne vous laissez influencer ni par le temps, ni par le froid ou la chaleur, ni par la pluie ou la neige. Le plus petit bien réa-

lisé en temps voulu a beaucoup plus de valeur qu'un grand bien fait à retardement. Les gens remettent trop souvent l'accomplissement de leurs meilleurs sentiments et pensées ; remettre ne résoud pas les tâches et représente seulement une possibilité manquée ; le temps passé ne revient pas !

Un être qui a reçu au moment opportun l'aide dont il avait besoin ne l'oublie jamais. Agissez envers les autres comme vous voudriez qu'on le fit avec vous. Avez-vous fait aujourd'hui au moins un bien ? Chaque jour les occasions d'en faire ne vous manquent pas.

Rappelez-vous que vous représentez dans la création un élément nécessaire et que, comme tel, vous devez vivre pour la gloire de DIEU. Faites le bien, et faites-le anonymement si c'est possible, et en tous cas d'une façon désintéressée, sans rien attendre en retour ; le désintéressement renforce ses possibilités bénéfiques. Servez le bien pour lui-même ; la vertu ne se vend ni ne s'achète. L'homme véritablement bon le demeure en toutes circonstances, et non pas seulement à certains moments. Tendez à manifester le bien qui est en votre âme et, pour cela, ne reculez devant aucune difficulté ; soyez courageux, hardis dans vos vertus.

Quand se présente à vous l'occasion d'accomplir une bonne action, que toute pensée d'impuissance s'efface à l'instant de votre esprit, et affirmez : "Je peux faire cela !" Au contraire, en face du péché, dites-vous que vous ne pouvez pas faire le mal.

Cultivez le bien et les vertus en vous-même, et vous verrez bientôt comment, d'une manière nouvelle, vous pouvez vivre dans l'harmonie, la beauté, la joie.

Vous voulez voir le CHRIST ? Vous le pouvez ! En développant les vertus déposées en votre âme et en les appliquant dans votre vie individuelle,

familiale, sociale, vous sentirez Sa sublime présence en vous et autour de vous ; vous atteindrez la plénitude de la vie immortelle.

Voulez-vous vivre heureux sur terre ? Ayez toujours, envers tout et tous, une pensée lumineuse dans votre esprit et un doux sentiment, clair et chaud, dans votre coeur. Si vous désirez que la vie pleine et harmonieuse règne en vous ; si vous voulez vous lier au bien et le manifester, envoyez ces pensées avec foi dans votre subconscient, et laissez-le s'en imprégner. Le Principe Divin en vous réalisera votre désir, sans aucune difficulté, et vous vous apercevrez un jour que vous êtes devenu meilleur, plus charitable, plus véritablement un "homme".

(Tiré de l'Enseignement du Maître  
dans Son Ecole)

-----

#### LA RECONNAISSANCE

Au temps de Son Ecole à Izgrev-Sofia, le Maître avait institué la coutume de prendre en commun le repas de midi ; y prenaient part les élèves suivant les cours, les visiteurs de passage, et très souvent le Maître lui-même. Une conversation générale, à laquelle le Maître s'associait volontiers, suivait le déjeuner.

Il arrivait fréquemment que les élèves féminines des cours préparent chez elles des gâteaux, des entremets, et les offrent à l'ensemble des convives. A ce sujet, le maître nous déclara une fois :

- "Pour ces gâteaux, préparés et offerts avec amour, pour tout ce que vous donnez avec générosité, je paye en reconnaissance par une voie invisible. Je regarde le gâteau et je remercie ; d'abord celui qui a semé et récolté le grain de blé ; puis celui qui l'a moulu et transformé en farine. Je remercie ces hommes pour le travail qu'ils ont

accompli, pour la peine qu'ils ont eue. Puis ma pensée va vers la brebis et vers la vache qui ont donné leur lait pour le fromage et pour le beurre. Je les remercie, elles aussi. Et enfin je bénis la personne qui a confectionné le gâteau."

-----

La reconnaissance est une condition importante pour le maintien de notre lien intérieur avec DIEU - le Créateur. Grâce à cette union, nos bons et nobles désirs peuvent plus facilement se réaliser.

Quelle différence y a-t-il entre la vie matérielle et la vie spirituelle ? - L'homme qui ne pense pas à remercier DIEU de la nourriture qu'il prend, qui n'a pas conscience que tout nous est donné par Lui, en est encore au stade de la vie matérielle. Mais s'il remercie intérieurement pour les aliments et pour les innombrables bienfaits qu'il reçoit, alors cet homme est dans la vie spirituelle ; et tant que la gratitude est en lui, son état d'âme est angélique.

Travaillez donc à renforcer votre lien avec le Divin en vous, avec cette Force toute-puissante. Celui qui apprécie les bienfaits de la vie et remercie dans son cœur peut garder plus longtemps en lui-même ces beaux moments d'harmonie angélique, apaisants et constructifs, de l'Amour Universel.

Que l'homme remercie DIEU, même quand il se trouve en face des difficultés, des épreuves ; celles-ci dureront moins longtemps. Une foi assurée, une union sincère avec le Divin et par conséquent avec les Serviteurs éclairés de la Vie Unique, ouvrent à l'être humain le chemin joyeux des réalisations heureuses.

Cependant, le contentement et la reconnaissance ne signifient pas résignation ; par exemple, si vous êtes pris d'un malaise, ou si la maladie

vous attaque, vous devez vous efforcer de vous en libérer par les meilleurs moyens, mais sans jamais perdre votre bonne disposition, votre reconnaissance envers la vie et votre satisfaction d'en bénéficier.

Celui qui remercie DIEU dans son coeur pour tout ce qu'il reçoit donne, en même temps, par voie intérieure, quelque chose de lui-même.

On vous aime, on vous aide ? - Remerciez le Seigneur qui se manifeste à travers ceux-la qui vous donnent leur bonté et leur amour. Mais votre reconnaissance doit aussi s'exprimer en cédant aux autres, de la façon la plus convenable, une partie des biens - matériels ou spirituels - que vous recevez.

- Ici, une élève demanda : "Maître, comment remercierai-je de l'attention et de la bienveillance que vous m'avez manifestées hier, lorsque vous m'avez reçue ? - "En manifestant la même attention envers les autres."

Nous souffrons tous par manque de reconnaissance. Quelqu'un est mécontent ; cependant DIEU lui a donné, comme à tous, toutes les possibilités, tous les dons, qui n'ont seulement pas été appréciés et cultivés. Si cet être commence à devenir conscient, à remercier, et à se mettre au travail dans une bonne disposition d'esprit, bien des choses changeront en lui en peu de temps. Le mécontentement empêche l'être de se développer comme il pourrait le faire s'il était reconnaissant et joyeux de sa vie.

Parfois vous éprouvez de petits moments de joie, mais vous ne les appréciez pas car vous en voulez de plus grands ; c'est une erreur ! Remerciez de tout votre coeur pour cette petite joie et elle vous visitera de nouveau, de plus en plus souvent et chaque fois agrandie. Vous recevez une petite aide quelconque ? Soyez satisfait ; remerciez avec le coeur pur ; les autres choses dont vous avez besoin viendront aussi. Ainsi s'exprime la

grande Unité de la Vie. Remerciez pour la petite vertu que vous avez acquise ; de plus grandes viendront par la suite, grâce à votre reconnaissance et à la ferveur que vous apporterez à vous perfectionner, à étudier les lois et les méthodes raisonnables de votre vie.

Si vous vous mettez en route avec l'esprit joyeux, même si le temps est maussade, il s'améliorera, car la bonne et confiante disposition intérieure arrange bien des choses.

Les hommes voudraient que les choses s'accomplissent d'après leur volonté ; c'est une première erreur. C'est DIEU qui a créé le monde, et qui dirige la vie de tout l'univers avec Son Amour et Son immense Sagesse ; nous devons donc désirer que tout s'accomplisse suivant Sa volonté et Sa bonté.

Il existe un grand livre où tout le savoir est contenu ; ce livre vous sera donné quand vous observerez consciemment et sincèrement cette règle : le matin, quand vous vous levez, remerciez d'abord DIEU pour la vie qu'Il vous a donnée, pour Sa miséricorde qui vous permet d'être comblé de tant de biens. Remerciez-Le des pensées lumineuses et élevées qui remplissent votre esprit. Remerciez-Le de la grande possibilité que vous avez de pouvoir connaître et manifester Son Amour. Comment ? - En vous comportant envers les autres, envers votre prochain, comme DIEU le fait à votre égard.

DIEU est AMOUR. Remplissez votre cœur d'une grande reconnaissance de pouvoir Le connaître, de découvrir Son Amour, Sa Sagesse, Sa Vérité, en vous, en tout et partout.

Cette reconnaissance renforcera de plus en plus le lien de votre esprit avec DIEU - avec l'Amour Universel, Source inépuisable de tous les biens de la Vie.

(Extrait de la Parole du Maître)

-----

CALENDRIER DU GRAIN DE BIE

Troisième Trimestre

Pour l'usage du calendrier, voir l'explication détaillée dans le N° 33 de la Revue. Nous rappelons seulement ici qu'aux moments de calme favorables, pendant les jours de la semaine, on se remémore la pensée du Dimanche précédent et on la médite en s'efforçant de la pénétrer toujours davantage.

-----

3 juillet 1966.- Sans musique, il n'y a pas de progrès. Si vous jouez vous-même, ou si vous écoutez jouer, vous progressez et vous aidez aussi ceux qui vous entourent. En pensant correctement, vous vous aidez vous-même et vous aidez vos proches. Il en est de même lorsque vous priez sincèrement.

En règle générale, le Divin manifesté - le Bien - lie et unifie.

10 juillet.- Aujourd'hui, nous sommes aux derniers temps d'un vieux monde ; une liquidation générale s'accomplit dans tous les domaines.

Les croyances, les philosophies, le savoir, la science prennent déjà une autre direction. DIEU en a décidé ainsi. Le plan de cette transformation a été donné ; il est déjà en cours d'exécution, car l'humanité ne peut pas continuer à vivre dans cette misère.

12 juillet (Anniversaire de la naissance du Maître - 12 juillet 1864) - La venue du Maître, c'est le nouveau qui surgit dans la vie, avec force et lumière. Les hommes doivent se préparer à comprendre ce Nouveau qui transformera tout dans la vie humaine sur la terre ; il est précédé par une autre manifestation qu'on remarque partout : la liquidation de l'ancien, de ce qui est désormais inutile.

Il est dit : "Votre demeure sera nettoyée". Alors viendront les ouvriers du Grand Maître, porteurs de la Nouvelle Culture, qui entreprendront la grande tâche de l'avènement de la Nouvelle Humanité. Le Maître parle d'elle d'une manière simple et com-

plète : "Coeur pur, intellect lumineux, volonté inflexible" et "Dans la nouvelle religion, il n'y aura qu'un seul commandement : AMOUR ENVERS DIEU".

17 juillet.- Par son amour envers DIEU, l'être humain ennoblit graduellement son caractère, le perfectionne ; il acquiert la douceur, le contentement intérieur. Il a le respect de chacun, parce qu'il sait que DIEU est présent en tous.

24 juillet.- Personne ne vit seulement pour soi-même ; les hommes s'influencent réciproquement, s'aident, se complètent, bien souvent sans s'en apercevoir. Chacun porte en soi quelque chose qu'il transmet à ses proches. Les bonnes relations ont pour base l'esprit d'entraide spontané, désintéressé. On ne vit pas véritablement sans relations amicales, sans amour fraternel.

31 juillet.- Si vous voulez mieux réussir dans vos travaux et bénéficier de l'aide spirituelle, élevez votre pensée reconnaissante vers DIEU dès votre réveil. Remerciez-Le des bienfaits qu'Il vous dispense à chaque instant ; chantez doucement à mi-voix pour la vie qu'Il vous a donnée ; chantez pour votre âme. Celui qui chante ainsi est libre ; il ne s'occupe pas des mesquineries du monde ; elles ne l'intéressent pas.

7 août.- Vous souffrez ? - Ne le regrettez pas ! Sans peines, sans souffrances, on n'avance pas ; avec elles, l'individu, la famille, les peuples grandissent, s'ennoblissent.

Si le CHRIST n'avait bu à la coupe amère, le monde serait resté dépourvu de grands biens.

14 août.- Les passions ravagent l'âme et le corps en même temps. La pureté est la base de la vie spirituelle et physique.

La pureté sur tous les plans : de la pensée, du coeur, dans les actes, est le premier pas vers une existence saine, mieux remplie, plus joyeuse.

21 août. - La Nature Vivante aime les gens diligents, laborieux ; elle leur demande la constance dans l'accomplissement des tâches, mais non la hâte ou la précipitation.

Pour les paresseux, elle éprouve une grande répugnance et leur réserve une école spéciale, bien plus dure et sévère.

28 août. - L'Amour a une prédilection pour les faibles, pour ceux qui souffrent. Vous aussi, soyez indulgents envers leurs fautes et leurs faiblesses.

La première qualité qui caractérise la Vie Divine est la douceur. Il n'y a pas d'élévation sans douceur. Manifestez l'Amour, appliquez-le envers vos proches, envers votre âme aussi ; mais ne parlez pas de lui.

Envers vous-mêmes, soyez sévères et exigeants ; n'excusez aucune de vos faiblesses.

4 septembre. - Si nous laissons échapper les bonnes conditions présentes pour accomplir un travail, - ou si nous le remettons à plus tard, nous devons quand même le réaliser, mais nous pouvons être certains que les circonstances seront alors moins favorables et qu'en conséquence les souffrances seront plus grandes.

Il faut donc exécuter coûte que coûte chaque travail au moment où il doit l'être, dans le temps donné.

11 septembre. - Le matin, à votre lever, dites-vous : "Aujourd'hui, je suis bien disposé ; je suis fort, sain et bon". En vous aussi, la Nature a mis de grandes possibilités, que vous pouvez mieux utiliser ; si vous faites un effort, des conditions plus favorables seront mises à votre disposition.

Mais vous devez savoir qu'il faut agir sans retard, sinon les obstacles seront plus grands.

18 septembre. - Ne comptez pas seulement sur les choses visibles. Le rayon de lumière que vous captez, le doux sentiment qui vous pénètre, la claire pensée qui vous vient sont des forces réelles qui donnent sens et direction à votre vie.

Si petit que soit le Divin que vous recevez et que vous appréciez, sachez qu'il vous apporte force et possibilités créatrices.

23 septembre (Équinoxe d'Automne). - A vous qui voulez avancer dans la connaissance de la Véritable Vie, on demande non seulement le savoir théorique, mais plus encore l'application raisonnée de ce que vous avez appris. Et cela sans bruit, dans l'humilité, la bonté. Le chemin à parcourir est long, mais agréable, réjouissant, rajeunissant.

A tout âge, à chaque degré de votre avancement, considérez-vous comme de petits écoliers. L'élève s'instruit par toutes sortes de leçons et d'expériences, agréables et amères. Il remercie pareillement pour les unes comme pour les autres.

De toutes les circonstances, l'homme raisonnable sait tirer profit pour s'améliorer, mieux travailler, mieux servir.

25 septembre. - Les souffrances renouvellent l'homme. Les épreuves sont la pierre de touche avec laquelle on mesure votre caractère.

Dans un être humain, la chose la plus précieuse est un caractère noble, stable, trempé par le feu des épreuves et des souffrances.

2 octobre. - Quel que soit le métier que l'on exerce : professeur, architecte, cuisinier, maçon, il peut servir à vous faire connaître quelqu'un que l'on aimera.

En effet, la profession, outre son utilité propre, peut constituer un moyen de rapprochement de deux âmes.

(Tiré de l'Enseignement)

-----

Etude et Application. - La grande Ecole de la Fraternité Blanche - l'Ecole de la Vie - nous montre le chemin de la Vérité et la manière de le parcourir. En elle la théorie et la pratique vont la main dans la main. Elle nous convie à mettre à l'épreuve tout ce qu'elle nous enseigne.

(d'une leçon)

REGLES SUR LE COMPORTEMENT DE NOTRE CORPS  
et sur L'IMPORTANCE DES MOUVEMENTS (suite)

Des hommes ou des femmes même jeunes, ayant de vieilles habitudes, ne sont pas des êtres nouveaux ! Nous disons que l'homme sait une chose quand il l'applique dans sa vie, quand il la vit. Pour acquérir une nouvelle manière de vivre et d'agir, on doit diriger consciemment sa pensée vers ce qu'on désire obtenir, en réfléchissant aux possibilités, en étudiant les lois.

Les habitudes, les pensées et les sentiments se développent comme les plantes, graduellement ; ils demandent à être soignés, cultivés, par la conscience éclairée, activée vers un but suprême. Pour devenir des hommes nouveaux, des efforts constants de réforme sur tous les plans vous sont nécessaires. La vie nouvelle demande, exige cela !

Le matin, en faisant votre toilette, il est bon de passer le pouce et l'index sur les sourcils, de les lisser du milieu vers les côtés. Passez aussi les mêmes doigts de la main droite, très légèrement, sur le nez depuis le haut, entre les sourcils, jusqu'en bas, et en entourant doucement les narines. Avec les index des deux mains, caressez les lèvres ; du milieu vers les extrémités.

Les jambes et les pieds.- Quand vous sortez de chez vous, partez du pied droit ; durant toute la journée agissez de même ; au cours de vos déplacements, que votre pied droit se pose en premier sur le sol. Mais faites cela simplement, sans affectation, d'une manière absolument naturelle.

Que vous marchiez ou que vous soyez assis, tenez la tête et le corps droits autant que possible, la poitrine dégagée, libre, pour donner aux poumons espace et aisance. Quand vous êtes étendus, ou assis pour vous reposer, ne croisez jamais les pieds l'un sur l'autre, mais placez-les l'un à côté de l'autre. Il est préférable que le droit soit un peu en avant du gauche ; il vous sera ainsi plus facile de tenir le dos bien droit.

En marchant, faites-en sorte de poser d'abord sur le sol l'avant de la plante du pied et ensuite le talon. Si c'est le talon qui touche d'abord le sol, il en résulte une secousse pour l'épine dorsale perturbant les courants du système nerveux et pouvant réveiller des tendances négatives. La longueur du pas doit correspondre à la stature de l'individu. La démarche d'un être spirituellement éveillé se distingue nettement de celle d'un être ordinaire et matérialiste.

C'est en observant la déformation de vos chaussures, l'usure de leurs semelles, que vous déterminerez si votre marche est régulière ou si vous devez la corriger. Si elle est incorrecte, elle peut apporter des perturbations dans votre vie psychique et spirituelle ; ne tardez donc pas à y remédier ; votre allure s'en trouvera mieux, et l'état de vos pieds aussi. Que votre marche soit souple, régulière, musicale, et sous le contrôle de votre pensée.

Ayez de l'amour et du respect pour vos pieds ; c'est grâce à leur service que vous accomplissez tous vos travaux ; et ils peuvent contribuer à la réalisation de quelque grande oeuvre.

Quand vous rentrez chez vous fatigués, lavez vos pieds avec de l'eau chaude avant de vous détendre et de vous nourrir. En tous cas, n'oubliez pas de le faire avant de vous coucher ; vous vous libérerez ainsi d'une manière naturelle de la fatigue de la journée, la circulation du sang redeviendra normale, et votre sommeil sera reposant.

En vous couchant, mettez-vous de préférence sur le côté droit, étendez vos jambes sans croiser les pieds ; placez la main droite près ou sous la tête, à côté de l'oreille, et le bras gauche étendu, la main sur la cuisse gauche ; le contraire si vous changez de position, sur le côté gauche. Dans ces positions, les énergies vitales circulent mieux, et le repos est plus profitable.

Les jambes et les pieds sont liés psychiquement aux vertus de l'homme. Que celui qui veut jouir de jambes et de pieds en bon état cultive en lui les meilleures vertus ; qu'il manifeste le Bien en toutes circonstances.

Le Bien manifesté est la base de la vie de l'homme.

Les doigts.- Que vous soyez debout, ou en marche, veillez à ce qu'en aucun cas vos doigts ne pendent vers le bas ; ils doivent toujours être légèrement pliés vers la paume de vos mains, en forme de poing mais sans contraction. Le pouce sera librement posé sur la première phalange de l'index.

Les bras.- Ne croisez jamais vos bras sur la poitrine, ou l'un sur l'autre, même pendant le sommeil.

Les mains.- N'entrelacez non plus les doigts d'une main avec ceux de l'autre. Lorsque vous vous reposez, ne mettez pas, comme on le voit souvent faire, une main reposant sur l'estomac et l'autre soutenant la tête. Tous ces croisements neutralisent les énergies positives qui circulent sans arrêt dans le corps et dans les membres.

Quand vous marchez, que vos bras soient abaissés le long du corps. Si vous êtes assis, posez la main droite sur le dessus de la main gauche, la paume droite près du poignet gauche ; ou que vos deux mains reposent sur vos genoux.

Ayez soin de préserver vos mains des blessures et de la saleté, car cela peut empêcher le libre passage des courants vitaux. Si vous éprouvez le besoin d'acquérir de la douceur, ou de la retrouver si vous l'avez momentanément perdue, appuyez légèrement pendant un instant vos paumes l'une sur l'autre, et frottez-les très doucement dans le sens vertical ; cela vous apportera une chaleur interne et vous aidera à rendre vos rapports avec autrui plus amènes. Au contraire, si vous vous sentez sans énergie, frottez un peu le dessus d'une main avec la paume de l'autre. Par la paume de la main passent des

courants féminins ; par le dessus de la main, des courants masculins.

Lavez souvent vos mains ; préservez-les de toute souillure, soit physique, soit psychique. Et si vous voulez qu'elles soient plus belles, plus parfaites, soyez toujours justes et consciencieux en pensées, sentiments et actes, car les mains sont psychiquement liées à l'équité, à la droiture, à l'impartialité.

Les cheveux.- Les Ecritures disent : "Les cheveux de votre tête sont tous comptés." Il importe donc que vous les peigniez soigneusement et que vous les humidifiez légèrement, surtout pendant la saison chaude. Mais il n'est nul besoin de les enduire de différentes graisses ! Les cheveux sont semblables à des antennes par lesquelles l'homme est en rapport avec les forces vivantes de la Nature. Si vos pensées sont lumineuses et vos sentiments chaleureux, vos cheveux seront lisses et brillants.

Le front.- Par sa structure, le front démontre l'intellect. Pour en améliorer la forme, vous pouvez, chaque matin, caresser les parties supérieure et médiane de votre front avec les doigts des deux mains, en commençant par le milieu et en dirigeant vos mains vers les tempes.

Les sourcils.- Ils sont comme une frontière entre deux mondes. Ne les frottez pas brusquement, mais lissez-les doucement avec le pouce et l'index de chaque main.

Le nez.- Que ce soit avec les doigts ou avec un mouchoir, on ne doit pas le toucher rudement. Nettoyez-le délicatement, d'abord la narine droite, puis la gauche. Quand vous êtes nerveux, irrité, touchez légèrement la pointe de votre nez avec le bout de l'index.

Si vous désirez améliorer la forme de votre nez, écartez de votre mental toute pensée incorrecte ou inharmonieuse, et de votre cœur tout

sentiment négatif. Appliquez-vous à garder vos pensées lumineuses et votre cœur pur.

Par la façon dont vous touchez votre nez, la disposition de votre esprit peut devenir ou positive ou négative.

Les yeux. - Quand vous marchez ou quand vous conversez avec quelqu'un, que votre regard soit dirigé vers le haut, jamais vers la terre. Si vous parlez à une personne, regardez-la dans les yeux doucement, tranquillement, sans fixité offensante.

C'est l'âme qui s'exprime à travers les yeux; par eux, on lie connaissance; et ils nous font découvrir la beauté de la Création. Conservez vos yeux purs; ne les arrêtez pas sur ce qui est laid, difforme, ni sur aucune image ou manifestation négative.

Que vos yeux soient prêts à embrasser tout ce qui vit; qu'ils reflètent vos pensées et sentiments fraternels afin que tous ceux dont la conscience est éveillée et qui passent à votre portée reçoivent leurs harmonieuses vibrations, et les manifestent à leur tour.

Les lèvres. - Elles sont polarisées; la supérieure est liée avec le principe masculin dans l'homme - le don, l'expansion; et la lèvre inférieure, avec le principe féminin - la réceptivité.

Ne serrez pas vos lèvres l'une contre l'autre; qu'elles soient doucement fermées, et jamais entr'ouvertes. Ne passez pas votre langue sur vos lèvres; ayez un mouchoir propre avec lequel vous les nettoierez délicatement. Un léger mouvement de la bouche, un sourire, peuvent modifier votre disposition intérieure.

L'Amour est la lumière la plus parfaite; si vous en remplissez votre cœur et votre intellect, vos lèvres acquerront leur juste forme, et votre bouche de belles lignes musicales.

Le menton est en rapport avec la volonté. L'action de se toucher inconsciemment le menton est déterminée par des courants négatifs qui affaiblissent la volonté. L'accomplissement de bonnes et raisonnables actions, par le constant effort d'une noble volonté, améliore la forme du menton.

Pour pratiquer sincèrement la bonté et le bien, une forte volonté est nécessaire ; elle seule nous permet de venir à bout des difficultés et de gravir le sentier du perfectionnement. Appréciez et aimez les lignes et la forme des beaux mentons.

- -

De tout ce qui vient d'être dit, on retiendra que dans chaque organe du corps sont projetées des forces vivantes qui lui donnent importance et forme. Les mouvements contrôlés, harmonieux, ont aussi grande importance, soit pour le bien-être physique, soit pour les manifestations de l'esprit.

L'éducation des mouvements et du comportement du corps se fait du dedans au dehors - par la pensée, les sentiments et les actes appropriés, et du dehors au dedans - par la volonté, l'application, la connaissance des lois de la vie réelle.

Faites sincèrement ce que vous sentez être votre devoir de faire, ce que votre conscience supérieure vous dit être juste ; et tout ce qui est incorrect, inharmonieux, s'effacera de lui-même. Ne maintenez jamais dans votre intellect la pensée de ce que vous ne devez pas faire ; occupez-vous seulement de ce qui est positif, constructif, au-dedans et en dehors de vous.

Avez-vous vu un regard rempli de pitié, de miséricorde, plein de foi, d'amour ? - Quel est celui qui pourrait refuser un service, qui ne se sentirait régénéré, ennobli, devant un tel regard ?

Que derrière chacun de vos mouvements réside l'Amour, cette grande impulsion de toute vie.

Chaque mouvement conscient est rempli de contenu et de sens ; que le contenu de chacun de vos gestes, de chacun de vos regards soit porteur des forces - celles de l'Amour Divin - qui concourent à la construction de la Vie Nouvelle.

(Des leçons de l'Ecole et des conversations avec le Maître).

-----  
ETUDE ET APPLICATION

De nos jours, l'homme possède de nombreuses connaissances, mais toutes ne lui sont pas utiles. Et parmi celles qui sont positives, il en est dont il ne peut valablement se servir, car il ne sait ni par où commencer, ni les utiliser à fond. Il essaie, il n'obtient pas les résultats attendus, et il se décourage, retournant à son existence routinière, mécanique. Les gens du monde, les religieux même, comprennent rarement la vie.

Salomon, ce roi éminent et savant de l'histoire biblique, parvint lui aussi à une inconnue qu'il ne put résoudre et finit par déclarer : "Tout est vanité !" Il en arriva à la négation du sens de la vie. Ce sens de la vie, il l'avait cherché dans la bonne table, dans les richesses, dans la science, dans les femmes ! Toutes ces recherches n'avaient fait que l'égarer, et l'éloigner davantage de DIEU. Finalement, il se laissa influencer par les différentes philosophies et religions de ses nombreuses épouses qui apportèrent le paganisme et la corruption parmi le peuple Juif. Malgré sa légendaire sagesse, Salomon n'avait pas su résister aux suggestions trompeuses et nocives.

Sur la terre, aucun homme ne peut se soustraire aux influences. Celles-ci sont mécaniques, conscientes, ou inconscientes.

Prenons un exemple : le jet d'une pierre est le résultat d'une influence mécanique sur cette pierre. Suivant la force avec laquelle elle est

jetée, elle parcourt une certaine distance ; et de la grandeur de cette distance on peut juger du caractère, des possibilités de celui qui l'a lancée. Les enfants aiment à s'entraîner à jeter des pierres ; les uns arrivent à 10 mètres, d'autres à 20 ou 30 mètres, d'autres plus encore. En les observant, vous pouvez conclure que l'enfant qui lance sa pierre à 10 mètres est d'une nature indolente, d'un caractère paresseux, et qu'il n'aime pas faire des efforts. A l'école, il dira que l'étude le fatigue et qu'il n'a pas besoin de devenir savant. Si, en grandissant, il devient religieux, il pensera qu'il n'est pas nécessaire de se fatiguer à trop servir le Seigneur, et qu'il est inutile de faire des sacrifices pour accomplir le Bien !

Pour savoir si vous réussirez dans un travail que vous commencez, faites l'expérience de jeter une pierre ; si elle retombe à 10 ou 15 mètres, vous pouvez en déduire que votre dynamisme est insuffisant, et la réussite incertaine. Que devez-vous faire ? Exercez-vous, dans tout votre travail, à acquérir un élan croissant, c'est-à-dire à jeter votre pierre de plus en plus loin, avec de plus en plus d'énergie. Plus la distance augmente, et plus vous pourrez compter sur votre réussite.

Les savants aussi se servent de cette méthode ; quand ils entreprennent des recherches scientifiques, ils travaillent avec un élan inlassable, une application grandissante ; c'est-à-dire qu'ils lancent leur pierre de plus en plus loin !

Ne craignez pas que votre tête ait à souffrir de l'effort que vous ferez pour étudier et réfléchir à la manière de mieux accomplir vos tâches, vos entreprises.

(des Conférences)

-----

L'élève doit remettre sa vie tout entière à Dieu par la prière et par la Foi.

(Paroles Sacrées)

-----

LA PAGE DU DISCIPLE

Extraits d'une lettre d'un élève de l'Enseignement

....."Chacun a son travail à accomplir, et ce travail est différent pour chacun. Mais quel qu'il soit, s'il est sincèrement poursuivi, il ne peut manquer de nous apporter la joie, large compensation des petits sacrifices que nous aurons su consentir.

Les premiers pas sur la voie de l'amélioration de soi sont sans doute les plus difficiles et les plus méritoires ; en effet, ils n'amènent pas, en général, de résultats immédiats ; la raison en est que ces efforts sont trop souvent irréguliers, fragmentaires, cahotiques ; peut-être aussi que la conscience encore obscurcie ne permet pas de les discerner.

Et un des plus grands écueils de cette période où la foi est encore mal affermie, ou peu éclairée, réside dans les inévitables faux-pas, dans les rechutes, dans les défaites, qui viennent retarder ou stopper une montée que l'on voudrait régulière et irréprochable. Il faut penser alors à limiter le plus possible le découragement qui s'ensuit pour reprendre la marche en avant.

Plus ou moins vite, nous arrivons alors à comprendre, d'une façon intime et profonde et non plus seulement intellectuelle, d'abord que l'aide du Monde supérieur est toujours à notre disposition, et ensuite qu'il nous faut tirer une leçon des contrariétés, des obstacles, des maladies, des circonstances apparemment malencontreuses qui surviennent dans notre vie.

Aussitôt que nous arrivons, même à un faible degré, à considérer de cette façon notre travail d'auto-éducation, nous éprouvons une très douce joie intime, qui nous prouve, à l'évidence, que nous avons fait un pas sur le bon chemin qui mène au développement spirituel."

(P.P.)

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 Paneurythmie, 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. BERTOILI

Polycopié par Mme CORDIER 4, rue H. Pape - PARIS 13e