

LE GRAIN DE BLÉ

EXTRAITS DE L'ENSEIGNEMENT
DU
MAITRE DEUNOV



JANVIER - FÉVRIER - MARS

1961

Périodicité

QUATRIEME ANNEE

ler trimestre 1961 - N° 13

=====
Janvier - Février - Mars -

LE GRAIN DE BIE

Extraits de l'Enseignement
du Maître P. DEUNOV

- 1°/ Méthode pour le développement de l'Amour dans l'homme.
- 2°/ Paroles du Maître sur la Musique
- 3°/ La Nature Vivante
- 4°/ La Bonne Respiration
- 5°/ La vie dans le Passé, le Présent et l'Avenir

METHODES POUR LE DEVELOPPEMENT DE L'AMOUR DANS L'HOMME

La Fraternité Blanche Universelle nous propose trois méthodes de travail : l'Amour, la Sagesse et la Vérité. Et seul, l'Amour nous donne les conditions d'appliquer la Sagesse et la Vérité.

L'humanité, dans la phase actuelle de son développement, a pour mission de recevoir l'Amour divin, et d'apprendre à l'appliquer correctement. Cet amour magnétise tous ceux qui tendent vers une nouvelle vie fraternelle, équitable et libre.

Cet aimant de l'Amour est la plus grande force qui soit descendue sur la terre ; ceux qui l'ont compris doivent, à leur tour, la répandre dans toute l'humanité. Les méthodes exposées aideront au développement de la loi de l'Amour, cet Amour qui a été déposé par DIEU dans nos âmes à notre sortie de la source primordiale.

NOUS SOUHAITONS QUE LES DOUZE POINTS QUE NOUS DONNONS CI-DESSOUS CONSTITUENT NOTRE PRINCIPAL SUJET D'ETUDE ET D'APPLICATION POUR L'ANNEE 1961.

C'est le voeu fraternel que nous formons pour tous nos amis lecteurs du Grain de Blé, et aussi pour notre entourage et pour nous-mêmes.

Ces douze points sont tirés de diverses conférences du Maître, comme notre calendrier pour 1961.

(Note de la Rédaction du "Grain de Blé")

1/ RECONNAISSANCE

Remercier pour tout ce qui nous arrive : pour les choses agréables et pour celles qui le sont moins ; pour les joies et pour les peines. Cependant, reconnaissance ne veut pas dire résignation ; si vous souffrez, remerciez, mais en même temps efforcez-vous d'éliminer la cause de la souffrance, tout en vous souvenant qu'elle a son utilité et que son but est de réveiller en nous une conscience nouvelle.

2/ LA SOUFFRANCE

La souffrance doit se transformer en amour ; c'est une loi. Par la souffrance, le système nerveux et tout l'organisme de l'homme s'affinent pour recevoir et garder les fines vibrations de l'Amour.

3/ VOIR UNE BONNE QUALITE EN CHACUN

Nous ne devons pas voir le mal dans notre prochain, ni médire à son égard. Chaque mauvaise pensée que nous dirigeons et chaque mauvaise parole que nous prononçons contre notre prochain, sont comme la gelée matinale de printemps qui brûle la frêle fleur de l'Amour qui commence à pousser dans nos âmes.

En Haut, toutes les âmes humaines sont égales en beauté, et c'est pour cela que chacune mérite qu'on voie le beau qui y est déposé et qu'on l'aime.

Mais ici-bas sur la terre, il y a encore des hommes qui ne sont que des tableaux inachevés. Pourtant, le Grand Peintre travaille sur eux sans relâche ; quand le tableau sera achevé, il brillera dans toute sa beauté.

4/ LA PRIERE

La prière est une communication avec DIEU, avec le Grand Principe de la Sagesse dans le monde. Par cette Union, ce qui est en DIEU commence à pénétrer en l'homme : Amour, pures pensées, force, etc.... Par la prière, nous recevons une nouvelle conception de l'Amour, notre conscience s'éclaircit et notre esprit se renforce.

5/ LE MOUVEMENT DE L'AMOUR

Envoyons intérieurement notre amour à tous ceux que nous rencontrons et demandons que la bénédiction de DIEU descende sur eux. Faisons de même pour tout ce que nous voyons : les fleurs, les arbres, les oiseaux, et tous les animaux.

C'est cela qu'on appelle le mouvement de l'Amour.

6/ EXPERIENCE DE L'AMOUR

Choisissons trois personnes de notre entourage et envoyons-leur chaque jour des pensées d'Amour. Nous observerons alors les changements qui se produiront en elles ; si elles sont malades, leur santé s'améliorera, si elles sont méchantes, elles deviendront meilleures ; et si elles ne sont ni intelligentes, ni douées, leur intellect se développera. En observant en secret leur transformation, nous nous sentirons pleins d'une joie intérieure dont personne ne pourra soupçonner l'origine.

Cette expérience nous éclairera sur l'action de l'Amour, et nous lui donnerons une plus grande place afin qu'il travaille en nous.

Un ami avait planté deux tulipes et allait chaque jour près de l'une, la caressant et lui donnant tout son amour. L'autre était volontairement délaissée. En peu de temps, la première tulipe s'est développée au-dessus de la taille normale, et a donné une très belle fleur ; tandis que la seconde était à peine sortie de terre. Pourquoi l'amour agit-il ainsi ? Parce qu'il apporte la vie. Lorsque vous aimez un être, vous lui communiquez la vie. Vous pouvez faire la même expérience sur un arbre, sur des cultures agricoles etc...

Un instituteur aime ses élèves et chaque jour leur envoie mentalement tout son amour. Ceux-ci, en retour, le lui rendent, apprennent correctement leurs leçons, et leur comportement s'améliore. Ils s'efforcent ainsi par amour pour leur maître, car l'amour fait naître l'amour.

C'est le plus grand facteur agissant dans l'éducation, et ceci est la nouvelle pédagogie. Les élèves qui sortent de cette école seront des hommes nouveaux,

des travailleurs de la nouvelle culture, celle de l'Amour en action, des êtres prêts au sacrifice d'eux-mêmes. Il est bien entendu que l'école doit donner le savoir et l'habileté qui sont indispensables dans la vie. Mais le but essentiel de l'instruction doit être de former des êtres imprégnés de l'amour actif. Pour cela, la façon d'enseigner doit être entièrement transformée et révisée.

Ce genre d'expériences peut se faire dans tous les domaines de notre vie quotidienne. Nous pouvons nous rendre compte de la force magique de l'Amour et, en même temps, intensifier en nous son développement. C'est en les appliquant que l'on augmente la force de chaque don et de chaque organe.

7/ VOIR DIEU EN CHAQUE CHOSE

Peu de chose suffit au sage pour qu'il soit heureux. Il est dans la joie en voyant une petite fleur, car pour lui elle représente un écouteur téléphonique qui lui permet de se lier avec le monde supérieur d'où viennent les forces qui l'ont construite.

En voyant la manifestation de l'Amour et de la Sagesse de DIEU en toutes choses, nous nous remplissons de joie, de contentement et de gratitude. Dans cette harmonie intérieure, nous sentons l'unité de vie dans tout l'Univers, avec toute sa beauté.

8/ SERVIR DIEU

Servir DIEU est une grande science qui doit être apprise comme la première et la plus élevée. Dans le "Nouvel Enseignement", l'élève de la Vie Nouvelle trouvera toutes les méthodes et les explications pour suivre le chemin vers un avenir meilleur, dans la santé et la joie.

Par le service de DIEU, l'homme acquiert sa liberté parce qu'il entre en harmonie avec tout le Cosmos. Ceci est une première loi. La deuxième est que seul, celui qui est libre peut aimer ; c'est ainsi que le service de DIEU mène à l'Amour actif et tout-puissant.

9/ FAIRE LE BIEN

Chaque jour, il faut faire le bien au moins une fois. Le bien vient du Grand Principe de la Sagesse ; quand nous faisons le bien d'une façon désintéressée, DIEU et Son Amour se manifestent à travers nous et se reflètent en nous.

Pourquoi vous sentez-vous si joyeux quand vous avez fait le bien, si petit soit-il ? C'est parce que vous êtes visités par le Grand Principe de la Sagesse. LE VÉRITABLE BIEN EST CELUI QUI DECOULE DE L'AMOUR.

10/ PURETÉ

"Le ciel se reflète dans les eaux cristallines et pures du lac". Ici le lac est le symbole de l'âme humaine et le ciel symbolise la majesté et l'éternité du monde divin.

L'amour émanera de vous si vous mettez la pureté dans vos coeurs.

11/ COMMUNION AVEC LA NATURE

La communion avec la Nature réveille le beau qui est dans l'homme. En effet, la Nature est la manifestation des Grandes Forces Sages et elle permet à l'homme d'entrer en relation avec la Sagesse Universelle. C'est pour cela que les sources, les ruisseaux, les arbres, les fleurs, les sommets, agissent si profondément sur l'esprit et sur l'âme, en réveillant leurs forces cachées. La montagne, particulièrement, fera sourdre en vous de nouvelles idées et vous libérera des mesquineries ; elle vous inspirera le désir de vivre pour un haut idéal et vous vous sentirez prêts à aimer même votre ennemi et à lui pardonner. Et vous y recevrez la lumière qui vous aidera à mieux surmonter les difficultés qui vous tourmentent.

C'est dans la nature et sur les montagnes que l'âme s'élève à un état spontané de prière. Les excursions en montagnes sont nécessaires aux disciples de la vie spirituelle.

Il est bien entendu que les forces positives de la Nature agissent plus profondément quand la communion avec elle est accompagnée d'un travail particulier d'élévation spirituelle.

12/ CINQ MINUTES JOURNALIERES DE MEDITATION SUR

L'AMOUR DE DIEU

Méditons sur les lois et sur les méthodes de l'Amour, sur son action et sur sa force. Méditons chaque jour sur l'Amour de DIEU pour qu'Il fleurisse dans l'âme humaine et pour que l'homme en devienne le canal.

Examinons attentivement notre vie, et nous constaterons que le Doigt de DIEU s'y est souvent introduit, d'une façon inattendue, pour résoudre nos difficultés. Combien de fautes, de désagréments et d'ennuis avons-nous pu éviter, grâce aux avertissements que nous avons reçus d'en-Haut.

En méditant plus profondément, nous découvrirons avec joie comment la Providence Divine agit journallement sur notre existence et une grande reconnaissance naîtra en nous pour tout ce qui vit.

Méditez sur l'Amour du CHRIST, sur Son acceptation de faire la volonté de DIEU, sur Sa disposition au sacrifice, au renoncement. Les quelques minutes de méditation sur le CHRIST sont les instants les plus sacrés de la vie d'un élève. Il est bon de faire cet exercice chaque jour ; le résultat vous étonnera.

L'Amour du CHRIST surpasse toute compréhension et tout entendement humains. Il vous pénètre et vous transformera ; les traits de votre visage changeront, vous deviendrez plus beaux, et votre spiritualité se développera.

(à suivre).

° °

PAROLES DU MAITRE SUR LA MUSIQUE

La musique est une sphère de l'Etre. Elle a été créée par de Grands Etres raisonnables que nous connaissons sous le nom d'AnGES.

Lorsqu'à l'aube de l'univers, les AnGES s'éveillèrent au ciel, ils se mirent à chanter, le monde commença à se créer. Obéissant aux lois divines, les AnGES

créèrent l'Univers, sous la surveillance suprême de l'Esprit de DIEU ; et ils exprimèrent cette création grandiose par la musique. C'est pourquoi les lois suprêmes de la Genèse sont contenues dans la musique ; ce sont les lois de l'Esprit créateur de l'Etre.

L'Esprit de DIEU oeuvre musicalement et l'on peut dire que la musique dans laquelle résonne l'harmonie des Nombres est un mouvement matérialisé de l'Esprit.

Dans le monde des humains, la manifestation de la musique est liée à l'éveil de la conscience. Bien que la conscience des hommes se soit manifestée depuis plus de 300 mille ans, la musique, en tant que manifestation créatrice, en tant qu'expression au moyen de la voix chantée et des instruments, ne date pas de loin, mais d'environ trois à quatre mille ans avant JESUS-CHRIST. Jusqu'à cette époque, la musique, dans l'actuelle acception du mot, n'existait pas. Ainsi, par exemple, les hommes de la race de l'Atlantide n'étaient pas musiciens ; cela se voit nettement à l'examen de leurs crânes.

La musique, en tant qu'art angélique, est un chaînon qui relie le monde des Anges à celui des hommes.

Une force puissante est contenue dans la musique. Si les hommes désirent se rééduquer, s'ils désirent créer une génération sur laquelle on puisse compter et qui soit capable d'apporter quelque chose de beau, de sublime, et de nouveau au monde, ils doivent placer la musique, dans le sens le plus large de ce mot, à la base de l'éducation.

S'ils appliquaient la musique comme l'une des plus raisonnables méthodes de travail, ils ne perdraient pas autant de temps et d'énergie pour obtenir des résultats aussi insignifiants. S'ils comprennent aussi difficilement les choses, cela prouve qu'ils ne travaillent pas encore musicalement.

Dans la nature, tout vibre, tout émet des vibrations qui se propagent comme des ondes musicales ; on peut dire que, dans la nature, tout est musique. Sur la terre, que tant d'être vivants habitent, une musique

ininterrompue se propage ; et il y a de la musique dans les eaux qui coulent et dans celles, toujours agitées, des océans et des mers ; il y a de la musique dans les airs, dans le souffle du vent, dans le bruissement du feuillage, dans le gazouillement des oiseaux, dans la voix des animaux, dans la rumeur des torrents. Souvent, lorsque le vent agite les arbres, là-haut se répand une musique orchestrale grandiose qu'une oreille fine apprécie comme une symphonie. Dès que la conscience cosmique s'éveillera chez l'homme, et que ses capacités de discernement se développeront, il commencera à percevoir la symphonie qui retentit dans l'espace ; il commencera à entendre cette musique universelle et il comprendra le sens de la vie.

La musique de la nature éveille constamment le sentiment musical de l'homme, et l'incite à chanter et à jouer ; c'est au moyen de la musique que l'homme exprime spontanément ses sentiments et ses sensations.

Aujourd'hui, on étudie surtout la musique comme un art ; ceux qui s'y consacrent considèrent au début son côté purement technique ; mais la musique a un caractère très complexe et possède des faces multiples. La technique n'est qu'un seul de ses aspects, le plus important de la musique mécanique. Car il y a trois genres de musique :

- la mécanique, celle qui anime seulement les choses,
- l'organique, qui organise la matière vivante,
- la psychique, qui réveille les forces cachées de l'âme.

La musique occulte qui réunit ces trois qualités, vient à peine de faire son apparition dans le monde ; elle n'est encore accessible qu'à un petit nombre. Très peu de musiciens ont atteint son domaine ; elle se propose des objectifs plus élevés et des problèmes plus vastes que ceux de la musique ordinaire.

La musique peut constituer un aliment pour l'intelligence ; sans la musique, beaucoup de sentiments

se flétrissent sans porter de fruit ; la musique occulte se prête difficilement à l'étude ; elle exige, avant tout, une oreille très fine, et une grande concentration ; en outre, l'homme doit s'affranchir de tout préjugé, de toute tradition. Cependant, il ne peut y atteindre s'il n'a pas, au préalable, étudié la musique ordinaire ; celle-ci constitue une préface à la musique occulte, ainsi qu'une préparation étant donnée la façon dont elle se développe techniquement. Toutefois, les musiciens futurs créeront une musique dont les musiciens actuels ne peuvent se faire une idée.

Si vous vivez d'une vie consciente, si votre âme est toujours en éveil et disposée à aimer tous les êtres vivants, vous percevrez la divine musique de la Nature. Par cette musique vous sont transmises les pensées de toutes les hautes Intelligences des êtres supérieurement intelligents de la Nature Vivante et vous éprouverez l'inénarrable joie de vous sentir citoyen de son royaume souverain.

(Extrait des conférences - à suivre)

°
° °

LA NATURE VIVANTE

Lorsque je parle de la "Nature" ou de la "Nature Vivante", je n'entends pas ce que les naturalistes contemporains désignent sous le nom de nature.

Pour ceux chez qui s'éveille la conscience cosmique, le cosmos tout entier, avec sa nature, est un être vivant dans lequel tout s'unit. Par "univers" nous comprenons la totalité des êtres intelligents ayant entre eux des rapports d'une harmonie absolue.

(du livre "Le Maître Parle" page 77)

°
° °

LES HABITS.- L'élève porte des habits larges et commodes. Ce n'est pas le vêtement qui doit ressortir mais le visage, et au travers du visage, l'âme.

LA BONNE RESPIRATION (1)

En vous disant d'apprendre à mieux respirer, je n'entends pas vous recommander les méthodes indoues. Ces exercices respiratoires ne sont pas applicables aux Européens, et ils ne vous apporteraient pas ce dont vous avez besoin.

Exercez-vous doucement à la respiration égale et rythmée. On sait que l'air est imprégné d'une énergie nommée "Frana" ou électricité et magnétisme vivifiants. Il est dit dans l'Ecriture : "DIEU souffla dans ses narines un souffle de vie, et l'homme devint âme vivante". (Gen.11-7). C'est une allusion aux forces vivifiantes, raisonnables, contenues dans l'air.

Celui qui respire justement est fort et sain ; ses poumons sont bien développés et un rapport harmonieux s'établit entre sa respiration et son système digestif. Une respiration correcte facilite la bonne digestion et vice-versa. Celui qui sait comment se nourrir, qui mange modérément, calmement, avec concentration, en mastiquant bien, respire mieux. Sa pensée est alors plus calme, plus claire et plus active. Entre la façon de se nourrir, la respiration et la pensée, il existe un lien étroit.

La santé de l'être ne réside pas seulement dans la nourriture physique, mais aussi dans la manière dont il sait utiliser les forces psychiques cachées dans l'air qu'il respire. Les pensées élevées, spirituelles, sont transmises par les courants subtils qui passent à travers l'air.

Ce qu'est la respiration profonde

Les poumons peuvent contenir de 3.500 à 4.000 cm³ d'air. Après une bonne expiration, il reste toujours en eux une quantité d'environ 800 cm³ d'air chaud, prêt à tempérer le nouvel air qui pénètre avec une nouvelle inspiration et à préserver ainsi les poumons du refroidissement.

(1) Des extraits, sur le même sujet, sont publiés dans "Le Grain de Blé" N^{OS} 1 - 3 - 5 et 7.-

La respiration superficielle de l'homme ordinaire admet dans ses poumons 350 à 500 cm³ d'air frais seulement, et une grande partie de l'air non expulsé reste inchangée. Avec une telle respiration, peut-on être sain, bien disposé, avoir une mémoire excellente et des pensées lucides, constructives ? Non, certainement, car tous les organes physiques et psychiques s'appauvrissent et, graduellement, dégèrent.

A la suite d'une respiration rapide et superficielle, le même air vicié stagne dans certaines parties des poumons ; ceux-ci perdent leur possibilité de fonctionner efficacement pour la purification du sang et de combattre les éventuels microbes qui peuvent l'atteindre. L'homme perd alors sa santé et toute possibilité de développer correctement son intellect, ses sentiments et sa volonté.

Plus longtemps nous retenons l'air inspiré, plus profondément celui-ci pénètre dans les poumons, apportant plus d'énergie vitale et spirituelle. C'est pour cela que l'être raisonnable doit s'exercer à la respiration profonde, à sentir le goût de l'air qu'il inspire et le plaisir de le retenir plus longtemps. Avec une pareille respiration, calme, rythmée, le sang pénètre plus facilement dans les vaisseaux capillaires des poumons et davantage d'air pur y pénètre pour le purifier.

Il y a la respiration supérieure, moyenne et inférieure ; la meilleure est la respiration profonde, pleine, dans laquelle les trois parties des poumons, de bas en haut, sont mises en action.

Par sa forme naturelle, le diaphragme est un peu convexe ; par la pression des poumons, bien remplis d'air, il subit une certaine déformation et s'aplatit ; à son tour, il fait pression sur les intestins, activant leur fonction. Pendant l'expiration, le diaphragme s'élève de nouveau, les intestins reprennent leur position, les poumons se replient et la poitrine se libère de la pression. Pendant les exercices de respiration profonde, on doit sentir le repliement et le relâchement du diaphragme.

Pour faire les exercices respiratoires, il est utile de se libérer des vêtements et des liens qui pourraient empêcher le libre mouvement du ventre, de la poitrine et du cou.

Le temps de respiration

L'inspiration se fait doucement, calmement, consciemment, en sentant l'air pénétrer dans les poumons, et les remplir de bas en haut. La rétention doit être prolongée, afin que l'organisme ait le temps de bien recevoir, non seulement l'oxygène, mais aussi le Prana et les énergies vivifiantes plus élevées qui pénètrent l'air. L'expiration sera faite lentement et à fond, pour se libérer au maximum de l'air vicié. Avec une telle respiration, vos travaux seront bien mieux exécutés.

Observez la respiration de l'homme ordinaire, puis celle d'un homme de talent et, enfin, celle d'un saint ; vous remarquerez que le rythme de leur respiration est très différent. L'homme bon respire d'une autre manière que le méchant ; apprenez à respirer de la façon des hommes bons.

L'inspiration et l'expiration doivent toujours se faire par le nez et non par la bouche. DIEU nous a insufflé la vie par les narines et non par la bouche. La respiration par le nez aide à mieux penser, à mieux réfléchir ; et si la pensée est juste, la santé sera bonne. Ayez donc soin de votre nez, que vos narines ne soient pas bouchées.

La manière de respirer est la mesure du degré de développement de l'être. Le temps de respiration des animaux est irrégulier et rapide. Si l'homme tombe dans une respiration animale, il acquiert aussi quelque chose d'animal et ne pourra jamais avoir la pensée claire et une conduite raisonnable.

Plus on retient l'air dans les poumons, sans effort excessif et sans violence, plus on devient fort et plus nos activités sont couronnées de succès. Plus l'air que l'on respire est pur, meilleures sont la santé et l'intelligence. Il y a des Adeptes qui

peuvent aisément retenir l'air en eux durant une demi-heure !

Quelques élèves, par des exercices journaliers, sont parvenus à retenir l'air, sans effort, deux et même trois minutes ; le débutant, cependant, devra commencer à retenir l'air pendant deux ou trois secondes et augmenter d'une seconde tous les deux ou trois jours, pour arriver, après deux mois d'exercices, à une rétention de trente secondes. Vous pourrez alors aisément vous guérir de beaucoup de vos indispositions et maladies : maux de tête, de poitrine, d'estomac, rhumatismes et tant d'autres.

Ceux qui sont déjà entraînés peuvent retenir l'air vingt secondes et augmenter de une ou deux secondes tous les deux ou trois jours. En prolongeant graduellement le temps de rétention de l'air inspiré, on pourra venir à bout de difficultés et de contradictions qui fondront comme neige au soleil.

La respiration rapide n'est pas un bon signe ; plus l'individu est nerveux, inquiet, plus sa respiration devient superficielle et rapide. Pour être mieux équilibré, plus calme et plus réfléchi, il doit s'exercer à la respiration profonde, à retenir l'air plus longtemps.

Pour être sain, pour pouvoir bien diriger ses pensées et mieux contrôler ses sentiments, l'ensemble d'une inspiration, d'une retenue et d'une expiration doit durer normalement vingt secondes, c'est-à-dire trois respirations complètes par minute.

On ne doit jamais se retenir d'inspirer après l'expiration, la rétention se faisant toujours les poumons pleins.

Les exercices de respiration profonde se font trois fois par jour : le matin, à midi et le soir, en un lieu tranquille, de préférence au grand air, debout, le corps bien droit. Les débutants feront trois, puis six respirations complètes chaque fois ; ensuite, on peut en faire neuf, douze et même davantage à chaque exercice.

En réduisant le nombre des respirations en une minute, la durée de la vie se prolonge.

Par de continuelles expériences, par un contrôle conscient, permanent, sur lui-même, l'homme doit tendre à respirer profondément, calmement et rythmiquement durant toute la journée c'est-à-dire même quand il ne fait pas d'exercices spéciaux de respiration.

(A suivre)

(Extrait de Conférences)

o

o o

LA VIE DANS LE PASSE, LE PRESENT & L'AVENIR

La vie, dans ses manifestations sur la terre, a passé par les plantes, par les animaux et à présent, elle paraît dans une forme plus élevée : l'homme. Nous autres, humains, nous nous distinguons des plantes et des animaux par nos respirations conscientes.

Les animaux apprennent à vivre ; vivre est une science pour eux. NOUS, NOUS SOMMES NÉS POUR PENSER.

Par le fait même que notre vie a dû passer par les plantes et par les animaux, nous portons leur vie en nous. Par exemple, il nous arrive de dire : l'animal qui vit en moi ; nous distinguons ainsi en nous la vie animale.

De la forme végétale, nous avons appris la loi de la plante qui est de croître par en haut et par en bas. Et nous avons conservé ce désir des plantes : nous voulons devenir de grands personnages, élever notre front jusqu'aux nues.

La forme animale nous a appris à vivre, manger, boire, nous mouvoir et courir. Maintenant, dans la forme humaine, nous commençons à réfléchir.

Par quoi la pensée humaine se distingue-t-elle ? Si nous chargeons, contre son gré, un animal de quelque fardeau, il se mettra à courir et à crier ;

il ne comprend pas ce qui se passe en lui ; il reconnaît qu'il y a une certaine desharmonie qui fait obstacle à ses sentiments, il cherche à se libérer et c'est pourquoi il fuit. Lorsque l'homme se trouve dans une telle situation, il ne cherche pas à fuir, mais il commence à réfléchir et à se demander par quel moyen il ôtera le fardeau de ses épaules.

La vie peut s'exprimer dans la forme d'une plante, d'un animal, ou d'un homme, être qui pense. Elle peut encore prendre une forme que notre conscience actuelle n'est pas à même de concevoir, une forme qui nous paraît à nous, comme l'avenir.

Si nous pouvions considérer la vie du point de vue de l'animal, la vie humaine se présenterait comme l'avenir et la vie des plantes comme le passé. Pour nous, humains, la vie des plantes et des animaux est le passé, et la vie actuelle de la pensée, le présent.

Lorsque prit naissance en nous le désir de vivre c'est-à-dire de manger, de boire, de nous adonner aux plaisirs et aux jouissances, c'est la vie des animaux qui s'est manifestée - notre passé - Par cette vie animale, nous sommes entrés en contradiction avec notre vie actuelle d'êtres pensants.

La chose essentielle qui nous distingue en tant qu'hommes, c'est notre pensée. Si nous renonçons à penser, nous ressemblons à cette fillette que son père envoie à l'école pour étudier mais qui, pendant les cours, prend son miroir et s'amuse avec sa coiffure, ses habits, ses rubans.

Notre tâche la plus importante, à nous hommes, c'est d'apprendre et de penser. Si nous nous occupons de nos souffrances, si nous racontons partout combien nous sommes malheureux, nous ressemblerons à cette fillette qui n'étudie pas, mais qui s'intéresse à des choses secondaires. Les souffrances que nous avons à supporter sont le résultat d'un travail inachevé dans le domaine des plantes, dans celui des animaux ou dans celui des hommes.

La croissance n'est pas ce qui doit nous occuper, la croissance est l'oeuvre des plantes. Nous ne devons pas, non plus, prendre spécialement à coeur de vouloir vivre, car c'est le travail des animaux. Laissons de côté le travail des plantes et des animaux, mais ayons soin de faire ce qui nous incombe : penser et bien accomplir nos tâches.

En effet, nous devons tout d'abord nous en tenir à l'idée que la chose fondamentale dans notre vie est de penser. Un professeur américain, parlant d'une de ses expériences, raconte que, jusqu'à l'âge de trente ans il ne savait pas ce qu'était la pensée; lorsqu'il commença à prendre conscience qu'il pouvait penser, qu'il avait la possibilité de réfléchir et de résoudre certaines questions difficiles, il se sentit rempli d'une grande joie.

Les souffrances et les difficultés nous sont envoyées pour que nous apprenions à réfléchir ; ce sont des conditions permettant à notre pensée de grandir et de se développer. En observant la loi de la pensée positive élevée, nous écartons de nous les tourments et les peines ; dès que nous souffrons, dès que nous nous irritons, dès que nous nous décourageons, disons nous que nous ne pensons pas.

Lorsque viennent les désenchantements, le découragement, le manque de foi, et tous les états négatifs, faisons-en un sujet de méditation. En présence du découragement, demandons-nous pourquoi nous sommes découragés ; quand nous pensons, nous savons comment agir.

C'est uniquement si nous pensons que nous aurons une idée de notre avenir, que nous aurons une juste idée de DIEU. Une haute Raison existe dans le monde ; aucun de vous ne peut être victime de l'injustice. Si nous sommes sûrs qu'il y a un DIEU en ce monde et que nous admettions que quelqu'un puisse nous traiter injustement, nous sommes en contradiction ; nous ne croyons pas que le monde dans lequel nous vivons soit sage.

Chacun de nous est à même d'améliorer sa destinée s'il admet et réalise en lui ce qui suit : croire qu'il vit en DIEU, croire que la vie est sage, avoir la foi que nul être ne peut le priver du bien que DIEU lui donne.

Quoi qu'il nous advienne dans la vie, si nous sommes même contraints d'abandonner le monde des hommes, DIEU nous fera don d'une autre forme, dans les meilleures conditions. Après avoir quitté la vie des plantes, nous sommes devenus des animaux ; après avoir quitté la vie des animaux, nous sommes devenus des hommes ; et lorsque nous quitterons la vie des hommes, nous deviendrons des anges. C'est pourquoi le CHRIST a dit : "Celui qui aime sa vie la perdra ; celui qui hait sa vie en ce monde la gardera pour la vie éternelle".

Lorsque nous voulons vivre, c'est la vie du passé que nous exprimons ; lorsque nous pensons, nous vivons dans le présent ; et lorsque nous cherchons le bonheur, le sens de la vie, l'immortalité, c'est l'avenir. Se sentir malheureux, c'est la vie du passé ; il faut que nous soyons en état d'élever chaque pensée du passé jusqu'à une idée de l'avenir afin de pouvoir résoudre les problèmes de la vie. Pour nous rendre maîtres du malheur, il faut que nous acceptions l'Amour ; aussitôt que nous aimons DIEU, il se produit un changement radical dans notre état.

Lorsque nous disons que nous vivons et que nous nous mouvons en DIEU, cette idée pour certains n'est pas encore claire, parce que pour eux, c'est l'avenir. La vie qui découle de DIEU se manifeste dans le passé, dans le présent et dans l'avenir ; ces vies, DIEU les réunit en un tout.

Aimer DIEU signifie voir DIEU en ceux que nous aimons et Le voir en nous-mêmes. Si nous ne voyons pas DIEU en nous, c'est que nous y voyons encore le passé. Il ne faut pas que notre idéal soit sans forme, mais qu'il soit un Etre vivant raisonnable, en qui nous puissions trouver un compagnon et une aide. Soyons des conducteurs par lesquels la pensée Divine

entre dans ce monde et toutes les situations pourront alors être facilement corrigées et améliorées.

Si nous rencontrons un homme qui pense comme nous, la question est réglée ; des rapports sont possibles entre nous. Pour le moment, la pensée que DIEU a déposée en nous, est la chose essentielle avec laquelle il nous faut travailler. Tout Maître quel qu'il soit, qui vient dans le monde, touchera notre pensée.

DIEU nous a dit : "Mon fils, donne-moi ton coeur". DIEU ne nous demande pas notre intellect, mais notre coeur, ce coeur qui cause tant de souffrances et de désagréments. DIEU veut nos coeurs afin de les purifier ; Il nous laisse l'intellect pour qu'il nous serve à travailler.

Travailler avec la pensée est la plus belle des occupations ; tout le reste sera résolu. Dès que nous commençons à penser, nous découvrons le Bien existant chez les autres et nous manifestons l'Amour Divin.

IMPULSION VERS LA VERITE

Celui qui travaille avec amour évoluera. S'il a choisi la peinture, par exemple, dans le monde physique, après avoir vu et brossé des toiles, il essaiera de passer dans le monde de la musique (qui ne peut être touché, mais seulement entendu) qui lui apparaît comme élément spirituel.

Après avoir fait de la musique quelque temps, la prière, la méditation (qui ne peuvent être ni touchées, ni entendues), l'attireront. Il entrera alors dans le monde divin, dans le silence de son âme. Le cycle accompli, la même impulsion reprendra : travail physique, travail spirituel, travail divin. Cependant rien n'empêche de sentir et de penser pendant le travail physique.

Apprenez à envisager les choses du point de vue physique, du point de vue spirituel et du point de vue Divin. Celui qui les traduit bien voit clair

- il est sûr de sa direction et se développe justement.

Si un homme vraiment bon s'approche d'un malade, celui-ci guérit plus vite ; l'homme bon apporte la paix au coeur troublé et la lumière à l'intellect obscurci. Si cet homme n'agit que sur le corps, il n'est bon qu'à un tiers. S'il peut atteindre corps et coeur il est bon aux deux tiers. Enfin, s'il agit sur le corps, le coeur et l'intellect, il est bon d'une façon absolue. De même que le soleil donne sa lumière et sa chaleur à tous et de façon permanente, de même un homme bon irradie ses qualités vis-à-vis de tous sans se lasser.

On vous demande une foi absolue dans le Principe Supérieur Divin en vous. Il est votre Maître. Vous pouvez le remplacer par une autre valeur, l'appeler DIEU, la Nature, la Superconscience etc... Quelque nom que vous lui donniez, ne doutez pas de Lui, sinon, vous douteriez de vous-même également.

Tendez vers la Vérité, vérifiez les faits, n'acceptez rien en vous-même tant que la vérité ne vous est pas apparue de façon évidente. Quoi qu'il vous arrive, acceptez les choses calmement.

Imaginez que je porte sur moi un gros diamant bien taillé, je suis content et je lui parle ; il a conscience de son éclat, il comprend qu'il a de la valeur. Sur mon chemin, je rencontre des voleurs. Sachant qu'ils sont prêts à voler ce bijou, je profite qu'ils sont encore loin de moi pour masquer l'éclat du diamant avec de la boue. Ainsi ils n'y toucheront pas ! Etant donné que le diamant ne comprend pas pourquoi je le salis, il commence à protester, à pleurer, à se plaindre. Mais dès que le danger est passé, je le lave et il recommence à briller. Ainsi ferai-je chaque fois qu'un danger, approchera.

Celui qui envisage les choses consciemment, avec foi, sait que DIEU est sage, qu'Il prévoit les dangers, qu'Il préserve les âmes. Il est fort.

LIVRES DU MAITRE DEUNOV DISPONIBLES
en FRANCAIS

- Le Maître PETER DEUNOV (Beinça Douno) ...NF. 3,90
 - Le Maître parle - 3,00
 - La Vie pour le Tout - 3,30
 - L'éveil à la Nouvelle Vie - Douceur -
Magnétisme - Tourment - 3,00
 - La loi Suprême - 1,00
 - La Paneurythmie (polycopié) - 4,50
 - Les Paroles Sacrées - 4,50
 - Dans le Royaume de la Nature Vivante - 3,30
 - La Paneurythmie (imprimé) - 7,50
 - Les deux Voies (brochure) - 0,60
 - Union avec Dieu (brochure) - 0,50
 - Les Fils de la Résurrection - 1,50
- + 15 % pour frais d'envoi.

"LE GRAIN DE BLE" : 1,25 NF.le numéro

- Abonnement annuel pour les 4 numérosNF. 5,00
- Abonnement de soutien à partir de - 10,00

Administration :

"LE GRAIN DE BLE" 24,rue du Moulinet - PARIS 13ème -

C.C.F. PARIS 16.566-99
=====

Autorisation de publication N° 22.665

Directeur : M. A. BERTOLI 24, rue du Moulinet
PARIS 13ème -

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