

# Le Bonfin

## École spirituelle du Maître Omraam Mikhaël Aïvanhov



*« Si vous voulez  
de bonnes conditions  
pour introduire l'ordre  
et l'harmonie en vous,  
pour permettre  
à votre nature supérieure  
de s'épanouir  
et d'entreprendre  
un travail gigantesque  
pour le monde entier,  
**c'est ici, au Bonfin,**  
qu'il faut venir,  
et soyez les bienvenus !  
Donc, pour vous,  
pour votre bien,  
décidez-vous à utiliser  
le mieux possible  
votre séjour ici,  
dans l'harmonie, l'amour  
et la lumière. »*

O.C., t. 31, chap. III, III :  
Le véritable sens du mot travail

## Un peu d'histoire, quelques dates significatives...

**Dans les années 1950**, Frère André Jahan, dit « Frère Jean », qui possède près de Fréjus un terrain de quelques hectares appelé « Le Bonfin », le met à la disposition de la Fraternité. C'est là, qu'à l'initiative du Maître se déroule en **juillet 1953** la première rencontre fraternelle d'été.

On effectue des travaux de construction et d'aménagement, mais pendant des années l'endroit reste très aride, simplement alimenté par quelques puits. « *Pour les besoins en eau potable de la collectivité, Frère Jean descendait à Fréjus avec son side-car... Il se rendait ainsi, plusieurs fois par jour aux fontaines municipales puiser le précieux liquide* ».

Ouvrage collectif : Enfin, nous apercevons une lumière – Les premiers disciples

À l'Est de ce terrain s'élève une grande colline d'où l'on peut voir le lever du soleil : c'est là que le Maître choisit le lieu du « Rocher de la Prière ».

Le **8 août 1958**, à la fin du repas du soir, le Maître annonce qu'enfin l'eau de la ville arrive désormais jusqu'au Bonfin. Il ajoute que cela a une dimension symbolique et qu'avec cette eau la Fraternité vient de recevoir un don précieux.

Pendant ces premières années, on réalise la construction, avec des matériaux de récupération, de cinq chalets en bois ; l'un d'eux est réservé au Maître, qui participe lui-même aux différents travaux : maçonnerie, peinture, menuiserie, etc.

Du **11 février 1959 au 9 février 1960**, le Maître effectue un voyage initiatique en Inde. Il rencontre de grands saints dans la tradition hindouiste comme Mâ Ananda Moyî, Nimkaroli Babaji, Nityananda, Shivananda, etc. Durant son absence, c'est le président de l'époque, Frère Jean Kruger, et la secrétaire du Maître, Soeur Stella Bellemin, qui ont la responsabilité du congrès de l'**été 1959**.

C'est au cours de ce séjour en Inde que « **frère Mikhaël** » reçoit un nouveau nom, **Omraam**, dont les deux syllabes signifient respectivement solve et coagula c'est-à-dire dissoudre et condenser. Le congrès de 1960 se déroule en présence du Maître Omraam Mikhaël Aïvanhov.

En **1961**, la première Salle de conférences est construite, elle sera agrandie une première fois en 1967.

En **1963**, Frère John Bessat qui est vigneron en Suisse accepte de venir au Bonfin à la demande du Maître pour y développer la culture de la vigne. Il commence par le jardin du Maître, puis il crée de nouvelles parcelles en différents lieux du Bonfin.

En **1967**, le Maître accueille au Bonfin le Maître Zen Taisen Deshimaru, qui l'invitera à son tour lors de son voyage au Japon en 1970.

Frère Jean quitte cette terre le 15 janvier 1973. Après son départ, le Maître demande à Frère Guy Lavanchy de prendre la direction des travaux du Bonfin, après avoir constaté ses capacités dans sa propriété de Castelrama. Le grand dynamisme de ce frère stimule

tous les frères et sœurs au travail. Sous l'impulsion du Maître, il transforme la physionomie du Bonfin : nouveau terrain de gymnastique et de la Paneurythmie, plantation d'arbres, développement de l'agriculture, installation de serres, etc. Il y demeure jusqu'en 1981.

C'est en **1980** qu'intervient le deuxième agrandissement de la Salle de conférences, telle qu'elle est aujourd'hui, avec l'aide de nombreux frères et sœurs enthousiastes !

Le **1<sup>er</sup> avril 1980**, le Maître choisit d'être domicilié au Bonfin.

Le **20 janvier 1981**, le Maître invite les frères et sœurs présents (une centaine) à un rendez-vous important dans la Grande Salle du Bonfin et leur dit : « *Mes chers frères et sœurs, astrologiquement, cette journée est importante, exceptionnelle et c'est aujourd'hui que je proclame que l'on pose la première pierre de la synarchie.* » Mais n'oublions pas que « *La véritable synarchie s'installera le jour où chacun deviendra le roi de son propre royaume, et d'abord de ses pensées, de ses sentiments et de ses désirs.* »

Synopsis 2, partie IV, 2 : La politique à la lumière de la science initiatique

C'est lors de la cérémonie du feu de la **Saint-Michel 1985** que le Maître paraît parmi les frères et sœurs pour la dernière fois.

Le **25 décembre 1986**, en pleine conscience de son passage vers l'au-delà, le Maître quitte cette terre, au Bonfin, où son corps repose désormais.



## Informations pratiques



**L'ACCUEIL DU BONFIN** a pour mission de faciliter votre séjour. À votre arrivée, vous vous présenterez au chalet de l'Accueil pour confirmer vos dates de séjour. S'il s'agit d'un premier séjour, un frère ou une sœur vous accompagnera jusqu'à votre hébergement et vous présentera les différentes activités du Bonfin. Pour toute autre question, voici les coordonnées de l'Accueil : +33 (0)4 98 11 02 20 ou [accueil@bonfin.org](mailto:accueil@bonfin.org)

**LE BUREAU D'INFORMATION** se trouve dans le bâtiment face à la Grande Salle. N'hésitez à venir le consulter en cas de besoin : objets perdus, jetons machines à laver, etc. Téléphone : +33 (0)4 98 11 02 22



Par ailleurs, les horaires des activités sont distribués à l'Accueil et affichés dans le domaine sur les panneaux d'information.



**LA GARDE :** Le chalet situé juste à l'entrée du Bonfin est réservé au frère chargé de la garde. Téléphone : **+33 (0)4 98 11 02 28**

Une ronde de garde est effectuée régulièrement dans le domaine. Les frères congressistes sont invités à y participer, au moins une fois pendant leur séjour : ce sera pour eux un vrai travail de protection du Bonfin dans le plan physique comme dans le plan spirituel.

**LES TÉLÉPHONES PORTABLES doivent être ÉTEINTS ou mis en MODE AVION pendant les réunions, les méditations, les levers de soleil.**

**Captations audio-visuelles :** dans le respect du droit à l'image et de la propriété intellectuelle, **AUCUN ENREGISTREMENT**, ni des conférences du Maître, ni des chants, ni de la Paneu-rythmie, ni des spectacles **n'est autorisé.**

La prise de photos et de films est à usage strictement interne à l'association et réservée aux personnes mandatées, identifiables par un badge spécial.

**INTERNET :** des ordinateurs sont à votre disposition dans la salle jaune, près de la cuisine, pour consulter vos e-mails. Pour le branchement de vos ordinateurs personnels, des accès internet sont également disponibles à la cafétéria.



**INFIRMERIE : IL N'Y A PAS D'INFIRMERIE AU BONFIN.** En cas de besoin, il faudra vous adresser au corps médical. Les numéros d'urgence sont affichés sur le tableau d'information à l'extérieur de la salle des enfants, et sont également disponibles au bureau. Des trousse de secours sont disponibles au bureau, à la cuisine, à l'Accueil. Un défibrillateur est à disposition à l'entrée de la salle des enfants (salle rose).

**POSTE :** la levée du courrier a lieu chaque matin à 8h (boîte aux lettres près de l'entrée de la salle des enfants). La distribution se fait aussi le matin dans des casiers alphabétiques à côté de la boîte aux lettres.



**MESSAGES URGENTS :** en cas d'urgence, vos proches peuvent laisser un message au +33 (0) 4 98 11 02 22. Il vous sera remis en main propre.

**SÉCURITÉ INCENDIE :** *Toute l'année et plus particulièrement pendant l'été les risques d'incendie sont très importants. Afin d'éviter tout départ de feu, l'usage des bougies, des charbons à encens, des camping-gaz, des barbecues, est strictement interdit. Le Domaine est entièrement non-fumeur.*



**EN CAS DE DÉPART DE FEU :**

- Intervenir immédiatement à l'aide des extincteurs.
- Ensuite, prévenir d'une part le Bonfin au +33 (0)4 98 11 02 22 et d'autre part les pompiers au 18 depuis un poste fixe ou au 112 depuis un portable. Les informations qui concernent la sécurité sont affichées en 6 langues.

**ÉCONOMIES D'ÉNERGIES :** En période de sécheresse, l'eau peut manquer, aussi pensons à économiser l'eau : bien fermer les robinets, pas de douches prolongées, etc.

De même, veillons à économiser l'électricité : chauffages ou climatiseurs allumés sans raison, éclairages oubliés, etc.



**lessives :** 4 machines à laver sont à votre disposition : 2 au sanitaire Tahiti et 2 au bâtiment Devitça.

**DÉCHETS :** le Bonfin vous demande de **trier vos déchets** et de les déposer :

- 1) Dans les composteurs,
- 2) Dans les bacs jaunes,
- 3) Dans les bacs à verre,
- 4) Dans les poubelles. Pour les objets encombrants, veuillez signaler vos besoins au bureau d'information.

**CIRCULATION à l'intérieur du Bonfin :**



- Il est impératif de **rouler au pas dans le domaine**, y compris pour les trottinettes et vélos.
- L'usage des voitures est réservé au chargement et au déchargement des bagages. Des autorisations spéciales de circulation seront données par l'Accueil aux personnes à mobilité réduite et à celles qui sont responsables de travaux à l'intérieur du Bonfin.
- **Aucun stationnement n'est permis sur les voies de circulation.** Deux parkings sont à votre disposition, à l'entrée du Bonfin et à la Villa Belvédère.
- Le Domaine du Bonfin est **accessible aux personnes à mobilité réduite**.
- Le rechargement des véhicules électriques est formellement interdit sur les prises domestiques du Domaine du Bonfin en raison des risques de surchauffe et même d'incendie.
- Pour toutes les questions concernant votre véhicule, vous pouvez vous adresser à l'Accueil.

**LE SILENCE doit être respecté  
dans tout le Bonfin  
À PARTIR DE 21H30**

## Au cœur de notre vie spirituelle

Au Bonfin, le travail le plus important se passe pendant les silences, car le silence est la base de la vie spirituelle. *« Beaucoup de gens confondent silence et solitude, c'est pourquoi ils ont peur du silence ; ils ont peur d'être seuls... Apprenez à aimer ce silence, pensez à créer partout autour de vous une atmosphère spirituelle de silence et d'harmonie afin de préparer la venue des êtres lumineux et puissants. »* Izvor 229, chap. VI : La voie du silence

### Le Yoga du soleil

*« Pour aller au lever du soleil, on doit se préparer la veille. Sinon on se concentre sur ses soucis, sur ses chagrins, sur ses calculs, et c'est inutile d'aller voir le lever du soleil parce qu'on ne bénéficiera de rien : un peu de chaleur, un peu de lumière et c'est tout ; on ne connaîtra jamais le soleil comme un serviteur de Dieu, comme une source intarissable, comme une intelligence sublime, absolue, comme un transmetteur de la volonté divine, comme une mine de paillettes d'or dont on peut remplir toutes ses cellules. »* O.C., t.10, chap. XVI : Le Christ et la religion solaire

### Les Exercices de Respiration

- « Les exercices de respiration que nous pratiquons dans notre École sont très simples :
- Vous bouchez la narine gauche [avec le majeur] et vous aspirez l'air profondément par la narine droite en comptant quatre temps.
  - Vous retenez le souffle pendant seize temps.
  - Vous bouchez la narine droite [avec le pouce] et vous expirez par la narine gauche en comptant huit temps.
  - Vous recommencez l'exercice en inversant : Vous bouchez la narine droite et vous aspirez l'air par la narine gauche en comptant quatre temps. Vous retenez le souffle en comptant seize temps. Vous bouchez la narine gauche et vous expirez par la narine droite en comptant huit temps.
  - Vous répétez six fois l'exercice pour chaque narine.

*Quand vous ferez cet exercice facilement, vous pourrez doubler le temps, c'est-à-dire huit, trente-deux, seize, mais je ne vous conseille pas d'aller plus loin. »* O.C., t. 32, chap. XVI : Respiration humaine et respiration cosmique

*« Vous découvrirez ainsi **ce mouvement de flux et de reflux qui est la clé des rythmes de l'univers**. En tâchant de rendre ce mouvement conscient en vous-même, vous entrez dans l'harmonie cosmique... En inspirant vous recevez des éléments de l'espace, en expirant vous projetez en retour quelque chose de votre cœur et de votre âme. »* Synopsis 2, partie III, 5 : Respirer, s'accorder aux rythmes de l'univers.

### Le Salut fraternel

Dans notre École nous pratiquons le salut fraternel en levant la main droite avec douceur. Nous réalisons ainsi un échange plus spirituel, plus subtil que celui qui consiste à se serrer la main ou à s'embrasser.

*« C'est un geste formidablement significatif et opérant par lequel on peut encourager, consoler, vivifier les créatures en leur donnant beaucoup de lumière et d'amour. Il faut*

qu'un salut soit une vraie communion, qu'il soit puissant, harmonieux, vivant. » Synopsis 3, partie III, chap. 2, II : La main, instrument de l'âme.

## Le Yoga de la nutrition

« Depuis des années je vous demande de faire l'effort de manger dans le silence – non seulement de ne pas parler, mais de ne faire aucun bruit avec les couverts - en mastiquant longtemps chaque bouchée, en faisant de temps en temps quelques respirations profondes, mais surtout en vous concentrant sur la nourriture et en remerciant le Ciel pour toute cette richesse ; je vous ai expliqué que ces exercices, tellement insignifiants en apparence, sont parmi les meilleurs pour acquérir la véritable maîtrise de soi... Apprendre à manger est aussi important que d'aller au lever du soleil. » O.C., t. 30, chap. IV, I : Hrani-Yoga et Surya-Yoga

## Le Jeûne

L'Enseignement recommande de jeûner 24 heures par semaine. Au Bonfin les repas ne sont pas servis le jeudi soir et la cafétéria est fermée le jeudi après-midi et le vendredi matin. Cependant un repas est assuré pour les enfants et les adolescents.

**LES JEÛNES de plus de 24h  
sont interdits au Bonfin.**

## Prière, méditation, chants et musique avant et après le repas

Avant chaque repas, nous chantons et méditons pour nous préparer à entrer en harmonie avec la vie que Dieu a mise dans la nourriture. Puis nous prononçons la formule en bulgare donnée par le Maître : « *BOJIATA LIOUBOV RAZRÉCHAVA VSITCHKITÉ PROBLÉMI* », ce qui signifie : « L'amour de Dieu résout tous les problèmes »

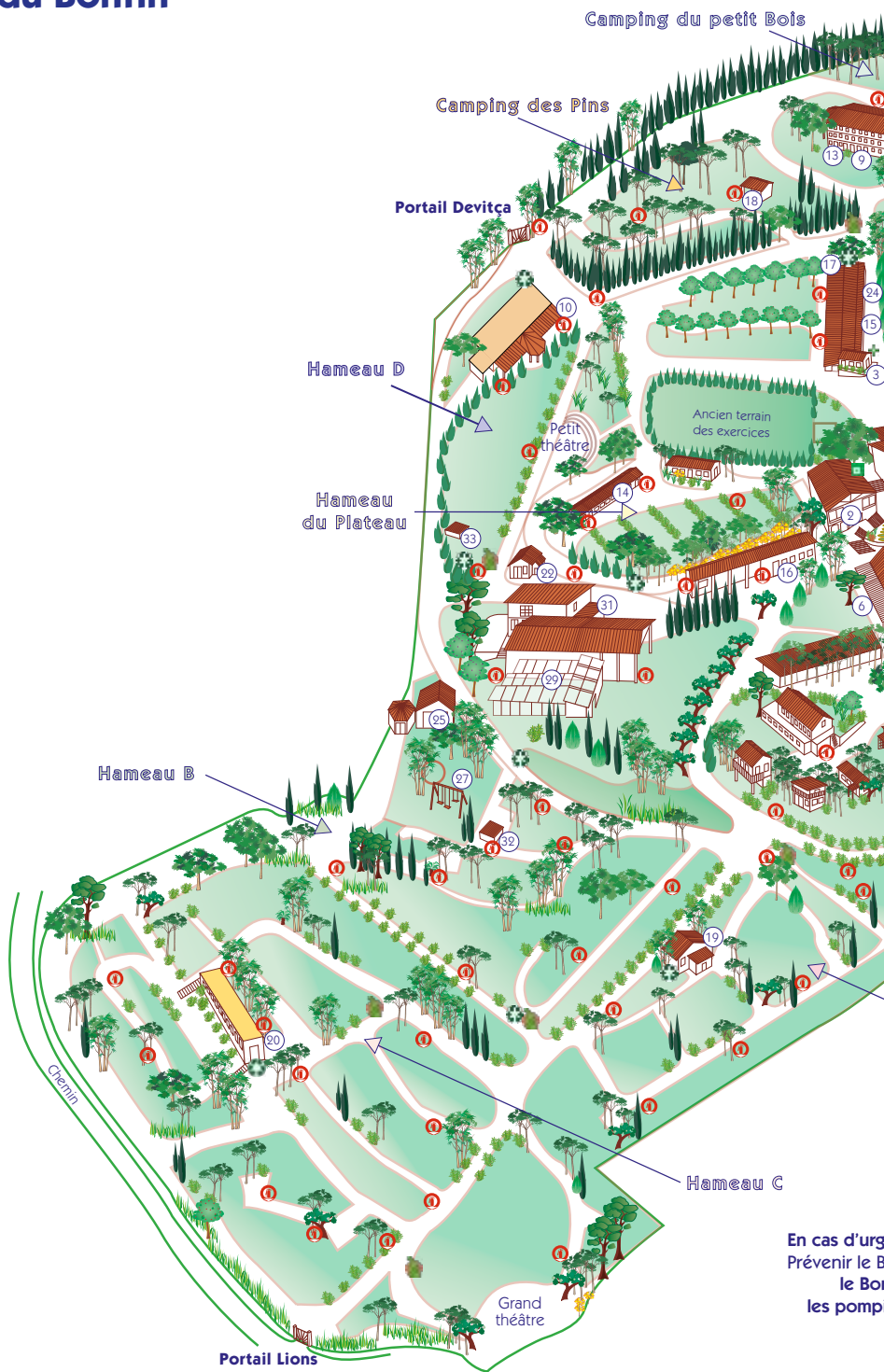
## Les tenues vestimentaires seront adaptées selon le climat et l'activité

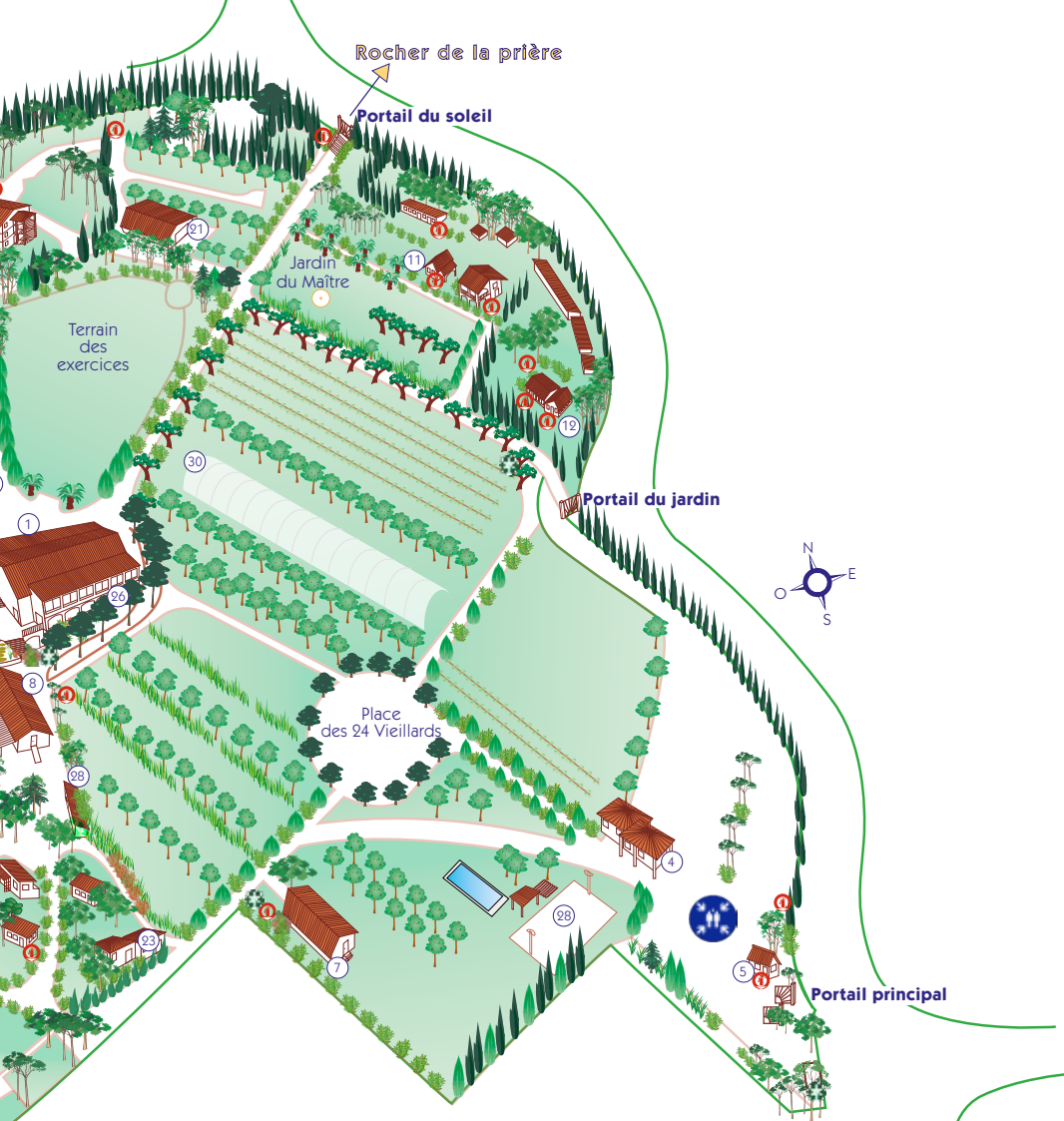
**Au lever du soleil :** prévoir des vêtements chauds ainsi que des chaussettes, un coussin, et des lunettes de soleil...

**Pour les activités spirituelles collectives :** Les frères seront habillés en blanc : la lumière blanche représente le principe masculin, l'esprit. Les sœurs qui représentent le principe féminin, l'âme porteront des vêtements de couleur, idéalement unie ! Les couleurs choisies seront comme celles du soleil réfractées dans un cristal, chacune des 7 couleurs correspondant à une vertu. L'harmonie des couleurs créée par cette façon de se vêtir va stimuler le travail spirituel et sacré que nous venons faire ici.

**Pour les activités à l'extérieur :** on pourra être en short ou en maillot de bain afin de profiter des bienfaits du soleil aussi bien qu'à la plage ! À ce sujet le Maître disait : « *Comprenez-moi bien, si vous allez à la mer vous baigner, je n'ai rien contre, l'eau est un élément divin, mais vous devez choisir un endroit où vous serez tranquille avec le soleil, avec le Créateur, avec la Mère divine, pour pouvoir, en revenant ici, déverser sur les frères et sœurs toute la fraîcheur et la pureté que vous aurez reçues. Mais si vous allez à la plage pour nous apporter ces vieilles atmosphères dont nous voulons justement nous débarrasser, eh bien, ce n'est pas merveilleux.* » O.C., t. 30, chap. II, II : Vie et travail à l'École divine

# Plan du Bonfin





- |                       |                        |                              |                                    |
|-----------------------|------------------------|------------------------------|------------------------------------|
| ① Grande Salle        | ⑪ Chalet Alexandre     | ⑲ Sanitaire Solaire          | ②③ Médiathèque Misli               |
| ② Salle des enfants   | ⑫ Chalet 6             | ⑲ Sanitaire Tahiti           | ②④ Comptoir Prosveta               |
| ③ Bureaux             | ⑬ Dortoir les Pins     | ⑲ Sanitaire camping des Pins | ②⑤ Chalet des enfants              |
| ④ Chalet de l'Accueil | ⑭ Dortoir du Plateau   | ⑲ Sanitaire de la musique    | ②⑥ Cuisine & Pluche                |
| ⑤ Chalet de la garde  | ⑮ Dortoir des Pommiers |                              | ②⑦ Terrain de Jeux des enfants     |
| ⑥ Cafétéria           | ⑯ Sanitaire Cafétéria  |                              | ②⑧ Terrain de Jeux des adolescents |
| ⑦ Bât. Les Arts       | ⑰ Sanitaire Pommiers   |                              |                                    |
| ⑧ Bât. Les Cèdres     | ⑱ Sanitaire Solaire    |                              |                                    |
| ⑨ Hôtel Les Pins      | ⑲ Sanitaire Tahiti     |                              |                                    |
| ⑩ Bât. Devitça        | ⑲ Chalet des couleurs  |                              |                                    |
| ⑪ Chalet Alexandre    |                        |                              |                                    |

Des machines à laver sont à disposition au Dortoir Devitça ⑩ et au sanitaire Tahiti ⑲

**En cas d'incendie**, intervenir immédiatement à l'aide des extincteurs ①  
 Appeler les pompiers :  
 Bonfin +33(0)4 98 11 02 22  
 Numéros 18 depuis un fixe  
 Numéros 112 depuis un portable

## Plan d'évacuation du Bonfin

### Zone de regroupement



Parking



Définibrateur



Trousse  
de secours



Composteur



Tri sélectif



# Exercices et pratique de l'Enseignement

## Méditation - Concentration

« La méditation est une activité de l'intellect qui s'efforce de pénétrer les vérités spirituelles... Un des meilleurs exercices de concentration que je vous ai donnés est la méditation devant le lever de soleil : vous vous concentrez sur le soleil sans laisser entrer en vous aucune autre pensée... » O.C., t. 18, chap. VI, 1 & 2 : Concentration-Méditation-Contemplation-Identification

## La Méditation Laser

Au début des réunions fraternelles, entre les chants, après les repas, etc., chaque moment de silence est l'occasion de faire ce travail que le Maître appelle le LASER spirituel. « C'est pourquoi, pendant les minutes de méditation, habituez-vous à laisser toutes vos préoccupations de côté pour vous concentrer sur la lumière céleste ; c'est ainsi que vous l'attirez, vous l'introduisez en vous et toutes les vieilles particules de votre corps sont peu à peu remplacées par des particules pures, lumineuses... Cette lumière, nous pouvons l'imaginer comme celle du soleil : blanche, claire, limpide, éclatante, et en faisant cet exercice sur le rythme de la respiration, nous allons dégager une énergie spirituelle qui ira ébranler les consciences de millions d'individus dans le monde. » O.C., t. 31, chap. X, 3 : La toute-puissance de la lumière



## Les exercices de Gymnastique

« Ne cessez pas un seul jour de faire de petits efforts. Vous en avez une magnifique occasion avec les exercices de gymnastique. Faites-les avec la conviction que non seulement ils conservent votre souplesse, mais qu'ils améliorent aussi votre respiration, votre circulation, et qu'ils vous mettent en harmonie avec l'univers. Ils attirent à vous les énergies cosmiques qu'ils répartissent harmonieusement dans tout votre organisme, et alors vos cellules, qui se sentent régénérées, baignent dans la joie. » Coll. Stani, parties I, III : Donner vie à des symboles

Nous pratiquons ces exercices tous ensemble, dans le même rythme, les frères à l'avant et les sœurs à l'arrière, symbolisant ainsi les principes masculin et féminin qui travaillent partout dans l'univers pour créer la vie.

Chaque mouvement s'accompagne mentalement d'une formule, d'une prière, qui nous aide à prendre conscience de l'importance de chaque geste, de sa signification. Ce n'est pas seulement un effort physique, mais aussi une activité psychique, spirituelle grâce à laquelle nous sentirons affluer à nous des flots d'énergie pure.

## La Paneurythmie



C'est une danse sacrée définie par le Maître Peter Deunov comme « un échange raisonnable avec les forces de la Nature vivante. »

Par ses mouvements harmonieux, l'homme va à la rencontre du Divin et le reçoit.

*« La Paneurythmie est une évocation de la nature qui s'éveille au printemps. Par la musique, la danse, nous participons à ce renouveau, et c'est comme si nous buvions l'élixir de la vie immortelle. Le geste associé à la musique est d'une grande puissance. »* Synopsis 2, partie III, chap. 6 : Les exercices de gymnastique et la Paneurythmie

La Paneurythmie se danse en plein air, le matin, au printemps et en été. Elle est enseignée au Bonfin. Les sœurs sont en robes de couleur unie et les frères en blanc.

## La Musique – Le Chant choral

*« Si vous consacrez plus de temps au chant, si vous tous, sans exception, vous apprenez à chanter ensemble en harmonie, cela donnera de grands résultats... D'abord, c'est un travail sur vous-mêmes, et ensuite sur le monde extérieur, car cette harmonie se propage et influence le monde entier. Voilà comment on travaille pour le bien de l'humanité. »*

Synopsis 2, partie III, 4 : L'art et la vie - Le chant choral.

Les chants mystiques composés par le Maître Peter Deunov, sont chantés en vue de renforcer l'harmonie nécessaire à notre travail spirituel. Chacun est invité, selon son pupitre (basse, ténor, alto, soprano) à participer aux répétitions, soit pour apprendre les chants, soit pour bénéficier de ce travail collectif : chanter dans l'unité et l'harmonie, avec enthousiasme.

## La Médiathèque du Chalet Misli

Vous y trouverez :

- Une **salle d'écoute individuelle** de conférences enregistrées, classées par thèmes, mais aussi des témoignages et des documents audio-visuels divers sur la Fraternité – Il est conseillé d'apporter ses écouteurs.
- Une **bibliothèque** où vous pouvez emprunter pendant votre séjour les livres du Maître et un grand nombre d'ouvrages spirituels.
- Un **espace de lecture sur place** :
  - Consultation de conférences dactylographiées, de témoignages écrits et d'albums de photos. Les enfants y trouveront des livres de contes.
  - Les ouvrages de Prosveta dans toutes les traductions disponibles.

## Le comptoir de Prosveta

Il se situe dans l'allée qui part de la Grande Salle vers l'hôtel des Pins.

# La vie des familles pendant les congrès au Bonfin

Au Bonfin, la règle d'or est que **les parents gardent l'entière responsabilité de leurs enfants, petits et grands.**

**Une réunion d'échange avec les parents et les coordinateurs d'activités a lieu chaque lundi matin pour établir le programme de la semaine.**

➤ Le Maître a privilégié l'Enseignement donné aux parents pour qu'ils deviennent des modèles et transmettent ainsi à leurs enfants le goût de la vie spirituelle.  
Deux salles sont réservées aux enfants et aux adolescents de moins de 14 ans.

## Au Rocher de la Prière

Un espace est réservé aux parents accompagnés de leurs jeunes enfants.  
Les adolescents sont invités à se joindre aux autres frères et sœurs.

## Les repas des enfants

Ils sont organisés par les parents sur le modèle de la Grande Salle. Les parents veillent à l'harmonie de l'ensemble et à l'apprentissage du yoga de la nutrition ; ils montrent aux jeunes l'importance du silence et de l'attention dans la manipulation des couverts.

## La Paneurythmie

Les adolescents sont invités à l'apprendre et à y participer.

## Les exercices de Gymnastique

Les adolescents pratiquent les exercices de gymnastique.  
Les enfants plus jeunes y participent spontanément avec un de leurs parents : c'est comme un jeu pour eux et une façon de se sentir grands et intégrés !



À partir de 14 ans, les adolescents sont les bienvenus dans la Grande Salle. Ils participent alors au travail spirituel : méditations, chants, écoute des conférences, et yoga de la nutrition.

Les adolescentes sont les bienvenues pour se joindre à la Chorale des sœurs, dont les voix pures, légères et vivifiantes forment comme un chœur d'anges.

## Participation aux activités collectives

Comme à la maison, les plus jeunes participent librement avec leurs parents aux activités collectives : mise de table, débarrassage, petit jardinage, entretien du domaine, etc.

Les adolescents sont également les bienvenus !

## Création artistique

Selon les périodes et les animateurs bénévoles présents, diverses activités dans le domaine de l'art et de l'artisanat sont proposées aux enfants et aux adolescents : chants, danses, musique instrumentale, théâtre, contes, peinture, sculpture, vannerie, etc. Ils pourront donner libre cours à leur créativité.

Si vous avez une compétence particulière pour animer une activité créative destinée aux enfants, n'hésitez pas à vous faire connaître.

Certains soirs des contes sont racontés aux enfants par des frères et des sœurs.

## Espaces de jeux

Il existe deux espaces dédiés aux activités ludiques :

- **Terrain de jeux**, réservé aux plus jeunes accompagnés de leurs parents : balançoires, jets d'eau, etc.
- **Espace réservé à différents sports exercés par tous**, adultes et adolescents : basket, volley, ping-pong, etc.

Il est recommandé aux parents de faire respecter par leurs enfants le silence autour de la Grande Salle pendant les réunions, et dans tout le domaine à partir de 21 h 30.

# La vie en Fraternité : participation et échanges

## Travail physique et travail spirituel

La vie à la Fraternité nécessite la participation de tous : participation à l'entretien des locaux, des espaces verts, préparation des repas, mise de table, vaisselle, etc.

*« Beaucoup trop de gens voient une incompatibilité entre le travail physique et le travail spirituel. Eh bien, ils se trompent car n'importe quelle activité physique peut être spiritualisée si on sait y introduire un élément divin. »* Synopsis 2, partie VII, 2 : L'équilibre entre le matériel et le spirituel

Un jour le Maître avait demandé de faire un grand nettoyage du Bonfin et il a dit par la suite : *« Je vous regardais hier : ce n'est pas comme des fourmis, ce n'est pas comme des abeilles, c'est quelque chose de mieux, plus joli : comme des anges. Ils allaient et venaient infatigablement, avec le sourire, avec une joie, avec une beauté sur le visage, et personne n'était fatigué ... Vous avez déplacé beaucoup de choses, vous avez nettoyé... ce nettoyage, ces changements, c'était en vous-mêmes que ça se produisait. »*

Venir à la Fraternité, c'est entrer dans un monde nouveau où chacun apprend à s'ouvrir aux autres, à les aimer pour créer ensemble une ambiance lumineuse, harmonieuse et fraternelle.



Amélioration des marches



Construction



Aménagement du terrain des enfants



## Lieu de rencontre et d'échange

Tous les frères et sœurs intéressés, et particulièrement les nouveaux membres, les nouveaux arrivants, les visiteurs, sont invités à participer à des rencontres fraternelles sur les méthodes et les exercices proposés par l'Enseignement.



**DES RENCONTRES** se tiennent pendant l'été au **CHALET DES COULEURS**, espace habituel de réunion et d'exposition des œuvres des artistes de la Fraternité.

Des documents audio, vidéo, papier accompagnent ces échanges qui durent une heure environ.

Ces rendez-vous sont annoncés dans la Grande Salle. Une équipe de frères et sœurs : un responsable, un témoin, un modérateur, anime ces échanges, à la lumière et dans l'esprit de l'Enseignement. Tous ont le loisir de s'y exprimer librement.





*« La fraternité doit exister dans le monde, parmi les hommes, parce qu'elle existe déjà dans la nature et que nous devons vivre d'après les lois de la nature. Cette fraternité qui existe dans l'univers porte le nom de Grande Fraternité Blanche Universelle.*

*Elle se compose des prophètes, des Initiés et des grands Maîtres : ils ne sont pas isolés les uns des autres, mais vivent en étroite liaison... Retenez que ce qui importe par-dessus tout, c'est de maintenir le lien avec les grands Êtres afin que le courant qui vient d'en haut nous traverse, nous purifie, nous illumine. »*

O. C., T. 1, chap. 8 : La chaîne vivante de la Fraternité Blanche Universelle.



## **Domaine du Bonfin**

977 chemin du Bonfin - CS 80090 - 83618 Fréjus cédex  
Réception : 33 (0)4 98 11 02 20 - Secrétariat : 33(0)4 98 11 02 22  
Mail : [accueil@bonfin.org](mailto:accueil@bonfin.org)  
2 sites web : **[fbu.org](http://fbu.org)** et **[fraternite-blanche-universelle.org](http://fraternite-blanche-universelle.org)**



**FBU.org**



**FBUOfficiel**



**Fraternité Blanche  
Universelle Officiel**



**Omraam Mikhaël Aïvanhov  
Officiel**



**fraternite-blanche-  
universelle.org/**