

TRIMESTRIEL

# VIE LIBRE

REVUE  
DE  
NATURISME

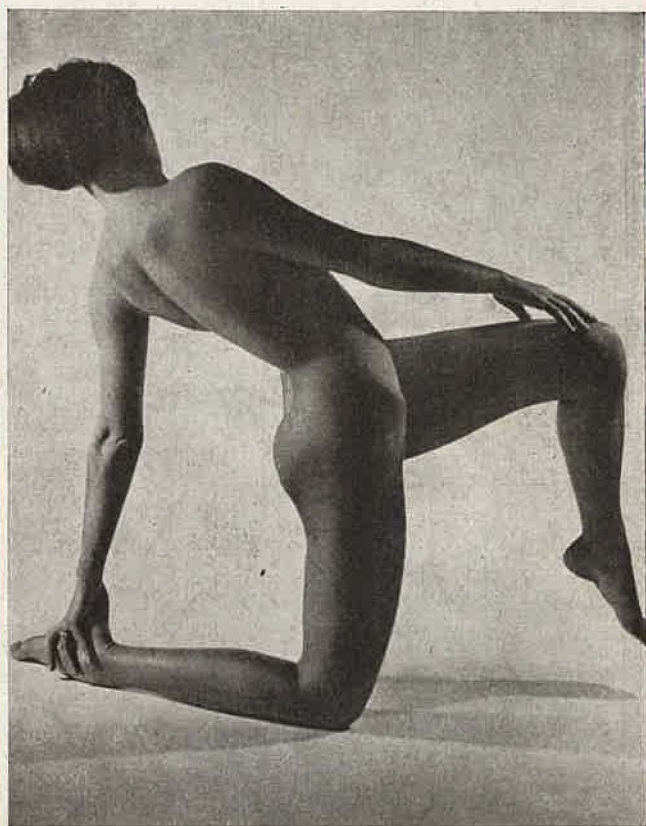
ET DE

L'  
LIEU  
DU  
L'ENV  
A  
N

N° 65

ANNEE  
1959

110 fr.



# VIE LIBRE

1er TRIMESTRE 1959

DIRECTRICE  
JANETTE BISCARLET  
— Ex Waïss. —

*Revue de Naturisme*

ABONNEMENTS (8 numéros) :  
FRANCE : 850 fr. - De soutien : 1.000 fr.  
Sous pli fermé 400 fr. en sus —

REDACTION - ADMINISTRATION  
7, av. du 7<sup>me</sup> Génie — AVIGNON  
Tél. : 81.01.83 - C.C.P. Marseille 899.03

ETRANGER : 1.000 fr. — Sous pli fermé 600 fr. en sus



## « LA CALANQUE AUX GIRELLES »

Roman naturiste de

Janette WAISS et Raoul FOIN  
conçu et écrit dans le cadre de l'île

Vendu à nos bureaux uniquement  
au profit de « VIE LIBRE »

Prix : 400 fr. Franco : 480 fr.

Dédicace sur demande

## AVIS IMPORTANT

Nous demandons instamment « à tous ceux qui ne l'ont pas déjà fait », d'effectuer d'urgence le versement de leur abonnement au C.C.P. de la Revue, Marseille 899-03.

En cas d'omission nous prévenons les abonnés qu'il ne nous est plus possible de faire appel aux recouvrements postaux ; ces derniers étant actuellement trop onéreux.

L'Administration compte absolument sur la bonne volonté de chacun afin de ne pas nuire au bon maintien de « Vie Libre ».

Pour ceux qui ne veulent plus se réabonner renvoyer la publication sans défaire la bande.

En ouvrant ses colonnes à ses collaborateurs, **Vie Libre** laisse toute responsabilité à chaque auteur pour la pensée et l'opinion qu'il exprime dans ses articles.

# SOMMAIRE



Bonjour l'An Neuf, par Janette Waïss .....	4
L'Homme contre la Nature, par le Dr J. Poucel .....	5
Naturisme et littérature, par Pierre Chabert .....	8
La fausse gloire de Pasteur, Par Raoul Foin .....	10
Le Pour et le Contre, par Vincent Guida .....	12
De l'éducation physique, par le Dr H. Herscovici .....	14
Yoga et tabac, par P. Gonnet ..	11
Souhaiter et Vouloir, par Arniof	15
Les bêtes martyres, par Mac Say	16
Pour combattre la grippe atomi- que, par Pr. Sanfilippo .....	17
Pythagore, par L. Emery .....	18
Monde naturiste .....	22

## Autour de

## LA CALANQUE AUX GIRELLES

J'ai été heureux de lire votre roman écrit en bonne langue française, dans toute sa pureté, en un style clair et précis, avec souvent de belles envolées poétiques, sans jamais descendre dans la trivialité.

Une naturelle philosophie sereine le rehausse encore, comme dans les premières pages de la 3<sup>me</sup> partie, où vous présentez au lecteur une appréciation exacte du Temps, de la Mort, du Soleil, de la Nature et de ses lois, de l'intuition des animaux, de la raison de l'homme, du vieillissement du corps, de la jeunesse de l'âme, de l'Esprit, du terme de notre vie terrestre qui « n'est que passage et transition », comme vous le dites si bien. En exemple, Joë offre une synthèse du naturiste intégral, penseur philosophe qui s'en remet à Dieu et aux forces divines.

## Chronique de l'Oursin

« Cordonnier, pas plus haut que la sandale » répliquait le célèbre peintre grec Apelle au chausseur qui voulait étendre la critique au delà de sa spécialité.

Combien de nos savants, à l'heure actuelle, devraient méditer ces sages paroles, avant de dépasser les limites de leur compétence.

Dans tous les domaines, hélas, on regorge de prétentieux cordonniers « plus enclins à blâmer, que savants à bien faire » ; car les « m'as-tu vu » pullulent sur notre planète.

Ne les voit-on pas découvrir, sans vergogne, ce qui existait déjà bien avant leur propre naissance ? — et la foule d'applaudir à l'originalité discutable de ces « découvertes » — et d'autres d'hurler avec eux, à la mesure de leur ignorance.

*Triste époque !*

Pour notre philosophie naturiste, le fameux proverbe arabe garde son actualité :

« Les chiens aboient, la caravane passe. »

## La NOUVELLE HYGIÈNE

REVUE DU MOUVEMENT HYGIENISTE FRANÇAIS

(Ancienn. BIONATURISME)

La Nouvelle Hygiène, 24, rue Chaptal, PARIS (9<sup>me</sup>).

Le N° 100 fr. Abonnement : 1 an, 600 fr. ; Etranger : 700 fr.

C.C.P. Paris 9835-81

J'avais connu « Vie Libre » à l'Ile-du-Levant en 1948 et je m'y étais abonné aussitôt.

Je viens de faire un virement à votre C.C.P. pour souscrire à votre nouveau roman, auquel je souhaite le succès et beaucoup de lecteurs.

# BONJOUR L'AN NEUF !

*par Janette Weiss*

**V**OICI l'heure de tourner la page sur une nouvelle tranche du temps. Le décor figé de l'hiver a fait place aux féériques tonalités de l'automne. Chaque saison a son charme pour ceux qui savent voir, sentir et aimer. Les bourrasques peuvent naître ; dans l'averse expirante, l'arc-en-ciel de nos espoirs reprend toujours forme ; et là-haut vers les cimes, les dernières brumes s'estompent.

A l'aube de l'an neuf, une lumière vivifiante doit éclairer la plus humble chaumière. L'espoir doit renaître et déverser sur l'univers sa précieuse charge d'optimisme et d'enthousiasme.

Notre époque bouleversée oblige constamment à tricher avec la vie ; le progrès dresse, sans arrêt, devant nous, ses nouveaux décors, et pousse l'humanité vers une finalité d'épouvante. Un vent de folie souffle sur le monde, et sa force mauvaise est alimentée par la frénésie de la production, par la super-agitation des cités. Les consciences exaspérées ou engourdies s'y côtoient dans un profond désarroi, et font peser sur chaque tête l'incertitude du monde entier.

Pour amoindrir ces maux, la prévoyante nature nous a doté de ce puissant tonique qu'est l'enthousiasme. L'origine grecque de ce mot signifie « fureur divine ». Comme tel, il nous invite déjà à un brin de modération. Sage est celui qui connaît l'usage de s'en servir.

Cette expression de l'âme se manifeste volontiers dans l'accomplissement des tâches de notre choix. Nous bondissons, alors, vers une perspective agréablement fructueuse ou honorifique. La pensée de la réussite flatte notre orgueil. Notre désir d'échapper à la médiocrité morale ou matérielle l'emporte dès la moindre possibilité d'escapade. Le démon de la « fureur divine » nous convie à dépasser les frontières personnelles.

C'est pourquoi l'enthousiasme nécessite une certaine maîtrise de soi dans les grandes réalisations. Il ne s'agit pas ici de la « flamme sacrée » transformant l'homme en savant ou en héros. Plaçons-nous dans un domaine plus accessible : celui « par exemple » d'acquiescer correctement des tâches journalières ; celui de dominer la lassitude du geste habituel : Tout cet ensemble, enfin, d'une vie monotone, bien fait pour émauser progressivement la « fureur divine ». N'est-il pas salutaire souvent, de rencontrer dans une idée, le coup de fouet indispensable à sa réalisation ? Celle-ci doit avoir un but bien déterminé ; se mettre au service d'un être cher ou d'un idéal : Car le véritable enthousiasme prend sa source dans l'utilité. Ainsi l'ouvrier puise son énergie dans le fait de subvenir aux besoins de sa famille. Si le facteur songe aux messages tendres, aux informations précieuses qu'il sème sur sa route, cette dernière sera allégée d'autant. Le monotone parcours du garçon d'ascenseur prendra une tournure agréable, si ce dernier a l'esprit observateur.

N'existe-t-il pas plusieurs façons d'accomplir les corvées quotidiennes ? de les améliorer, avec plus ou moins d'intelligence ? Suivant notre humeur, ces mêmes corvées peuvent devenir attrayantes.

Mais la fatigue peut naître d'une trop grande exaltation.

Il serait donc néfaste de se laisser glisser trop facilement vers une dose croissante d'enthousiasme. La pondération nous conseille de ménager ce capital inestimable ; d'apprendre à le discipliner, pour le retrouver, à l'occasion frais et dispos à nous servir.

Nous sommes liés au rythme puissant de l'existence ; et la grandeur habite chacun dans la mesure où il l'exprime.

La vie n'est que joie pure, et pure vérité.

L'harmonie créatrice nous invite à la confiance envers nous et envers les autres.

Avec elle la paix peut rayonner en nous et sur le monde.

# L'HOMME CONTRE LA NATURE

par le Dr J. POUCEL

Un des soucis capitaux de « VIE LIBRE » est le respect de cette Nature à laquelle nous devons tant, à laquelle nous devons tout.

Aussi pensons-nous être agréables à nos lecteurs en leur signalant l'importante conférence de notre collaborateur, le Dr J. Poucel, dont il a bien voulu nous communiquer un résumé.

Notre seul regret est que notre place réduite ne nous permette pas de publier le texte intégral.

M. Roger Heim, directeur du Muséum de Paris, a organisé une exposition circulante : **L'Homme contre la Nature**, pour montrer d'une manière visuelle frappante le danger causé au globe terrestre du fait de l'incurie de ses occupants. Plusieurs grandes villes : Paris, Lyon, Nice, Strasbourg, ont pu en bénéficier. Marseille, n'ayant pas eu l'occasion de cette démonstration, nous avons pensé que les Excursionnistes, qui vivent dans la Nature, au point d'en faire partie intégrante, doivent savoir au moins de quoi il s'agit.

Nous sommes les héritiers d'un splendide patrimoine que nous devrions, en sages administrateurs, gérer avec parcimonie afin de le transmettre, fructifié, aux générations futures. Au lieu de cela, l'homme, dans son féroce égoïsme et sa soif de jouissance immédiate, se conduit en pirate, justifiant le mot de Montaigne : « Comme si nous avions l'attouchement infect, nous corrompons par notre maniement les choses qui d'elles-mêmes sont belles et bonnes ».

## LES TEMPS ANCIENS

Pendant une longue, très longue période, c'est l'Homme qui doit se défendre contre la Nature. Dernier venu dans la série animale, il est le plus nu, le moins bien protégé des êtres vivants par des organes de défense.

La Terre, de son côté, n'est pas un objet inerte ; sa couche superficielle occupée par la vie, ou **Biosphère**, se modifie sans cesse. A des périodes glaciaires succèdent des périodes plus

tempérées. Son évolution se poursuit encore. Un assèchement progressif, auquel nous ne pouvons rien, se produit par le fait de la tendance des eaux à s'enfoncer de jour en jour plus profondément. D'autre part, un nivellement de la surface s'effectue lentement par l'effritement des montagnes et le comblement des vallées.

L'Homme, cependant, au long des millénaires, modifie peu le cours des phénomènes naturels. Ce n'est pas qu'il soit meilleur ; c'est qu'il n'est pas assez fort pour faire beaucoup de mal.

## LES TEMPS MODERNES

Deux faits nouveaux, lourds de conséquences, marquent un tournant de l'humanité :

1°) On a évalué le nombre actuel d'humains à environ deux milliards sept cents millions. Mais alors qu'il a fallu des centaines de milliers d'années pour arriver au premier milliard, le second milliard a été atteint en 150 ans et il a suffi de 25 ans pour le demi-milliard supplémentaire. Et cette somme constamment accrue d'humains, il faut la nourrir, la vêtir, la loger, lui construire des navires, lui livrer des étoffes, du papier... D'où tirer tout cela sinon du sol ?

2°) Le temps n'est plus où la main de l'Homme était simplement prolongée par la massue, la bêche ou la hache. Par les armes à feu, les explosifs, les puissantes machines-outils et plus récemment par la fissuration de l'atome, il est devenu une **force géologique** et presque cosmique. Comment va-t-il user de cette puissance de démiurge ?

## A) COMMENT EST TRAITÉ LE MONDE VÉGÉTAL

a) **Lé tapis végétal.** — Il est des plantes tentantes par leur beauté ou leur rareté. Plusieurs espèces ont disparu ou s'amenuisent du fait de botanistes ou de jardiniers peu scrupuleux ou de raffles pour utilisations pharmaceutiques, plus souvent de changements apportés aux milieux par le dé-

boisement, l'assèchement de marais ou tourbières. Il serait capital que des règlements très sévères, comme en Suisse, protègent les flores.

b) **Bois et forêts.** — Il faut se les représenter non pas comme un arbre multiplié par un nombre X, mais comme des unités vivantes avec leurs sources, leurs mousses et fougères, leurs oiseaux, leurs insectes, leurs écureuils, leurs sous-bois, leur humus. Toute atteinte à la forêt aura des répercussions sur la flore, la faune et même sur le climat. Les besoins toujours accrus de l'humanité en bois ou dérivés font qu'il n'y a presque plus de régions qui n'aient eu à pâtir de prélèvements excessifs. On évaluait en 1953 la consommation annuelle mondiale du bois à un milliard et demi de mètres cubes et les besoins s'accroissent avec une rapidité vertigineuse. On a abattu en une centaine d'années les deux tiers de la forêt tropicale africaine ; en soixante ans, la partie boisée de Madagascar a passé de 23 millions à 1 million et demi d'hectares. Une exploitation prudente permettrait de ménager les jeunes arbres et de reconstituer à mesure les coupes. On trouve plus rapide et plus immédiatement rémunérateur de passer la tondeuse.

Ce qui n'est pas détruit par le fer l'est par le feu, le plus souvent criminellement, du fait des marchands de bois, des bergers voulant des espaces herbeux pour leurs troupeaux, des fumeurs inconscients.

En montagne, le Professeur Flahaut a pu établir que le niveau des forêts s'était abaissé de mille mètres en moyenne au-dessous du niveau primitif.

## B) LE MONDE ANIMAL

Depuis l'avènement de notre ère, 110 espèces de mammifères sont entièrement disparues ; d'autres sont en voie d'anéantissement. Les troupeaux de caribous, richesse des Indiens et Esquimaux, ont diminué de moitié en 50 ans. Il y avait en Amérique, au moment de sa découverte, de 40 à 50 millions de bisons ; il en reste 500 qu'il a fallu parquer pour éviter leur anéantissement complet.

On a tué 8 millions de kaolas, ces drôles de petits ours en peluche pour leur fourrure : et en un seul hiver

2.250.000 opossums pour la même futilité. Chez nous, on pourchasse les derniers ours des Pyrénées ; les chamois sont réduits à quelques hardes ; les castors qui occupaient une grande partie de la France, n'ont plus que de rares représentants terrés sous les berges du Rhône et de ses affluents. Les petits oiseaux eux-mêmes n'échappent pas à notre rapacité : en une seule saison et dans une seule partie de la région bordelaise, on a détruit 1.500.000 hirondelles pour faire des pâtés... de grives.

La **chasse sous-marine** en peu d'années a ravagé les côtes.

Les **insecticides** ont eu des répercussions désastreuses : des doses nocives se retrouvent dans nos aliments ; ils tuent sans discernement non seulement les insectes utiles ou nuisibles, mais les oiseaux et poissons qui s'en nourrissent et les abeilles qui non seulement préparent le miel, mais fécondent nos arbres fruitiers.

## C) LE MONDE MINÉRAL

Le sol est victime de notre incurie. Plus de forêts, plus d'humus. Sur les pentes arides, l'eau, qui était autrefois pompée comme par des éponges, déferle en torrents qui arrachent la terre et celle-ci, par les rivières, est emportée à la mer où elle se dépose en limon étouffant les algues.

Le sol cultivable est épuisé par des cultures à grands rendements. On restitue quelques corps par engrais, surtout des phosphates et de la potasse, mais non les ferments nitriques utiles à la germination ; mais non les oligo-éléments indispensables bien qu'à dose infinitésimale ; mais non la magnésie dont la carence, ainsi que l'a démontré le Professeur P. Delbet, favorise les anémies, la tuberculose et très vraisemblablement le cancer.

La Nature est sans cesse bouleversée pour les besoins hydro-électriques ou industriels, ou pour la circulation automobile, sans tenir compte des conséquences et du déséquilibre que cela peut amener dans le statut biologique.

Les **eaux de la mer** sont engluées par le mazout au point que certains jours on hésite à se baigner dans nos plus riantes calanques.

Et nous n'avons pas parlé du danger très réel de la pollution de l'air par les usines ; de la terre, de l'air et

des eaux par les déchets radioactifs dus à la fissuration atomique.

## LA PROTECTION DE LA NATURE

On s'imagine trop facilement que la Science omnipotente saura toujours nous tirer d'embarras. C'est là une grave illusion. Les richesses dans lesquelles nous puisons sans merci ne sont pas intarissables. Il faudrait déjà augmenter notablement la production mondiale pour que toute l'humanité mange à sa faim. Or la faim est mauvaise conseillère ; elle est génératrice de guerres qui ne font que dévaster davantage et augmenter la misère.

De plus, l'Homme ne vit pas que de pain ; il vit aussi de Beauté. Mais les sites les plus pittoresques sont victimes d'attentats. On se demandera bientôt où chercher une Nature naturelle.

Aussi des cris d'alarme ont-ils été jetés par des observateurs clairvoyants. Sous l'égide de l'O.N.U. s'est fondée l'Union internationale pour la

conservation de la Nature et de ses ressources, qui publie des Bulletins éducatifs extrêmement intéressants ; elle favorise la création de Parcs nationaux et de Réserves zoologiques et botaniques. Parmi les bienfaiteurs de la Nature, il faut citer encore le service des Eaux et Forêts qui travaille avec acharnement à réparer les dégâts dus ou non à l'Homme, et, bien entendu, les Sociétés telles que le C.A.F., les Excursionnistes, le Touring-Club, les Linnéennes.

Le pronostic reste malgré tout pessimiste, car il faudrait avant tout pouvoir changer la mentalité de l'Homme, avide de bénéfices immédiats, hypnotisé par l'argent et revendicateur d'un confort toujours accru. Il est à craindre que, tel l'avare de la Fable, il tue la poule aux œufs d'or et perde d'un coup capital et revenu.

Du moins, dans le milieu excursionniste et naturiste, épris de beauté, cette Nature qu'assassine une civilisation matérialiste trouvera toujours d'ardents défenseurs.

---

---

# A TOUS NOS AMIS

*Une année nouvelle commence !*

*A cette occasion « Vie Libre » forme des vœux sincères et amicaux pour le bonheur et la paix de tous ses lecteurs.*

*Elle tient également à exprimer sa gratitude à tous ceux qui l'ont aidée par leur compréhension et leur apport financier ; C'est cette amitié et ce soutien qui lui permettent de transformer la cause naturiste en réalité et l'enthousiasme qui l'anime en courant bénéfique.*

*Cette tâche ardue, ingrate et onéreuse, devient, de ce fait, collective.*

*Nous devons, hélas, attirer votre attention sur le mot « onéreuse ».*  
*— La revue vient de subir une nouvelle hausse de 15 % — et nous sommes dans l'obligation « pour tenir » d'augmenter d'autant le prix du numéro.*

*Journellement de magnifiques lettres d'encouragement nous parviennent. Toutes applaudissent à notre œuvre, et nous encouragent à persévérer. Certaines nous disent leur intention de s'abonner ou de renouveler leur abonnement ; mais ne le font pas, soit par négligence ; soit par surcroît d'occupations.*

*A ceux là nous demandons de faire un effort, devenu indispensable. De tous nous attendons une propagande nécessaire à l'élargissement de « Vie Libre ».*

*Chaque goutte d'eau vient alimenter la source de notre action.*

*C'est l'ensemble de ces bonnes volontés qui permettra la poursuite de notre idéal.*

# Naturisme et Littérature

par Pierre CHABERT

Publié chez Debrasse, **Regards sur l'humain de Marius-Paulin Nicolas**, est une sorte de bilan, un tableau de tout ce qu'a pensé et conclu un esprit cultivé, réfléchi, sans illusion mais sans défaitisme. L'auteur par diverses études sur Nietzsche, notamment, avait obtenu une audience internationale. Ce livre, quoique moins sensationnel, devrait être lu et apprécié, je ne dis pas par ceux pour lesquels il représente un stade de pensée déjà atteint (et encore est-on jamais bien sûr de soi ?), mais par ceux qui n'ont pas encore regardé en face, mesuré, pesé toutes les données disparates et parfois absurdes de l'esthétique, de la morale courante, sans parler de la religion. Ce qui est bien en ce livre, c'est que l'auteur ne cherche pas à nous étonner, à nous révéler du nouveau, il ne songe qu'au vrai et il s'applique à regarder, à raisonner de son mieux. Tout au plus doit-on observer que le bon sens est quelquefois imperméable à la poésie, dont la naïveté n'est pas exactement sottise. Qu'en pensez-vous ?

Debrasse-poésie présente **L'an 1905** de **Boris Pasternak**, traduit et précédé d'une étude par **B. Goriçly**. Pasternak avait quinze ans en 1905, date où pris départ la révolution d'octobre. De là l'aspect subjectif, le halo qui transforment les événements. On pourrait parler de poème, d'ambiance. Cela évoque Cendrars, le journalisme, l'épopée... Romantique, l'auteur est favorable à l'homme révolté, il dit son amour pour les humbles, sa pitié pour les femmes. Pour qui a vu le Cuirassé Potemkine, il est intéressant de lire l'événement évoqué par Pasternak, écho sonore de son temps. Quant aux remous provoqués par le Docteur Jivago, ils sont inintelligibles pour le lecteur de ces poèmes.

**André Laurens** nous apporte dans **Sexagésime** (Ned) un journal romanesque de l'échec et de la misère. C'est là une œuvre qui n'hésite devant aucune évocation, et s'exprime avec un négligé sympathique qui est bien de ce temps. Il paraît que « l'auteur a cherché à fonder d'une expérience

à l'autre, une mystique qui, pour être réelle, ne doit pas altérer la noblesse de la pensée ni l'œuvre qui en naîtra, qui est littéralement en gésine. « Faisons donc confiance à André Laurens pour le roman qu'il nous annonce et s'intitulera « Le mal des ardents ».

Chez Debrasse encore, **Christian Lauréguy** publie **L'œil au cerne**, des poèmes vivants et généreux, d'expression vigoureuse quoique inégale. C'est là de la poésie impure, je le dis sans malveillance. Mais rien ici n'est gratuit, ce qui n'est pas un mince mérite. Christian Lauréguy parle de ce qu'il connaît bien. témoin son poème sur l'employé de bureau. « Parfois il faut exhumer les vieilles archives — Rebutantes avec leurs nœuds à dénouer, — Répugnantes avec leurs croûtes malades, — Exsangues et, surtout, à ne pas secouer ! — ... Par la fenêtre, il voit des floraisons, des branches — Lumineuses de vert et de jaune, et pareil — Au rire, l'éclat sain des conditions franches, — L'azur, et des oiseaux heureux sous le soleil. » Il semble bien que Christian Lauréguy ait quelque chose à dire : « Ce poème veut qu'on l'écoute — Bien qu'il ne soit pas éloquent ; — Le soldat parle avec son sang, — L'ouvrier parle avec son souffle. — Ce poème veut qu'on l'écoute : — Son souffle a une odeur de sang.

Avec **Pigeon vole**, **Maurice Carême** nous offre un nouveau recueil de poèmes à la portée de tous, et d'abord des petits. Je me porte garant de l'immense intérêt suscité chez les enfants par les chansons fantasques de Carême. Mi-réalistes, mi-légendaires, elles satisfont une imagination qui ne connaît pas de limites. « J'ai dans ma maison un poisson volant — deux paons mélodieux et trois vaches roses. — Mon poisson volant fleurit au printemps — Et devient plus beau qu'une passerose. — Mes paons mélodieux sont bien accordés ; — Ils chantent en chœur dans toutes les clés. — Mes vaches roses donnent du lait bleu ; — Qui en boit, le soir, se réveille heureux. — Mais dans ma maison j'ai ma

femme aussi — Et elle me donne bien du souci ».

J'ai lu avec plaisir **Emilie de Jacques Lepage** pour tout ce que ce dialogue, d'apparence littéraire, révèle de son auteur, de ses contradictions, de ses rêves, que je comprends. Même impression avec **Vigile**, où le drame s'exprime de façon plus crue, plus directe : « Il doit être si bon de ressembler à tout le monde. Vous formez de grands troupeaux : voilà votre innocence. Chassant ensemble pensant ensemble. Et lorsque vous dites Ah vous êtes mille à dire Ah... » « Le vent possède les routes non écrites — le sel s'unit au cours des océans — mais où poser — esprit — le moyeu de ton creux — si pierre est pierre — à la corroyure du temps ? ».

Les nouveaux cahiers de *Jeunesse* (Bordeaux) nous envoient **Courts-circuits**, de **Michel Haristoy**, qui vient d'obtenir le prix Découverte pour des qualités indéniables, sincérité, sérieux, sens de l'humain ; et **L'âge des processions**, d'**Edmond Humeau**, un très beau recueil, comme ses devanciers qui se lit, mais aussi se respire et se savoure. Une forme d'esprit grecque m'apparaît pour la première fois en Humeau. Sa façon de parler de la terre, de la mer, des nourritures eût agréé à Homère, à Hésiode. De même que son habitude d'aller tout droit à la louange, à l'hymne. Sans compter que le titre de l'ouvrage nous ramène à un stade où la poésie était d'abord rituelle. Il faut saluer cette prise de possession déjà entrevue et préfigurée depuis longtemps, la poésie s'arrogeant le terrain de la religion, pleinement et définitivement.

Et dois-je dire que je souscris des deux mains à la position de **Jean-Claude Roulet** dans son recueil **Je suis contre**, dont je goûte l'atmosphère d'opposition rigoureuse, l'expression franche et sans réplique. « adonc s'en va le poète — mais s'en revient combattant ». Signalons la dédicace « A tous — les humiliés, les bafoués, les terrorisés — les jugés, les emprisonnés, les décervelés, — les persécutés, les barbarisés, les purgés, — les stigmatisés, les stérilisés, les crématés, — les lynchés, les fusillés, les massacrés — les sacrifiés — de tous les temps — de tous les modes... », et la préface de Miatlev saluant le « moujik Jean-Claude Roulet : « La poésie est vigilance, non seulement atten-

te et attention, mais encore observation infinie de toutes choses, dans l'immédiat. Aimons cet état d'extrême éveil que d'aucuns appellent le génie... »

#### NOUS AVONS REÇU :

**Muss en liberté**, par **Jean Seura** (*Jeunesse*) : De l'humour noir à forte dose, un personnage bien vivant dont le comportement « nous révèle l'inquiétude métaphysique profonde de notre monde, ce monde que Jean Seura, à travers Muss, hait, et auquel il donne le masque de la catastrophe » (*Tristan Maya*).

**Charles Thomas : Sixième heure** (*J. Callewaert*) : Beaucoup de douceur en ces poèmes d'un abbé breton voisin de Cadou : « On ne peut rien contre un amour — qui nous a fait choisir l'automne — comme un livre jauni qu'on revient feuilleter — comme un fruitier plein de ces pommes — qui n'ont plus en leur chair le parfum du péché » « Mon Dieu donne-moi aujourd'hui — mon dimanche de poésie — dans l'accompagnement des musiques sacrées ».

**Luc Boltanski : Le fusil** (*Millas-Martin*) : Ce sont là les poèmes d'un enfant qui dit ses sentiments avec simplicité, netteté, émotion...

Mêmes éditions : **L'échelle enfouie** de **Guy Laborderie-Roaldès** (Beaucoup d'images, de sensibilité) et **Le cœur et les images** d'**André Gateau** (Fenêtre fautive où je trompe ma solitude — Vainement le miroir me montre mon image — Je ne reconnais pas mon âme en ce visage — Dont les traits sont offerts à ma patiente étude).

**R. L. Geeraert, Les orgues de midi** (*Unimuse*) : deux poèmes d'action de grâces, en forme de choral, une œuvre sympathique.

**Jacqueline Mabit : Paix sur leur terre** (*CELF*), des poèmes généreux où l'on retrouve le ton de « Couleur banlieue ».

**Pain d'amour**, d'**André Légir** : des poèmes issus d'un moule rigide et que nous connaissons bien, des poèmes sans réplique, comme matérialisés : « Les petits ânes de la plage ont cet air triste — Qui les fait ressembler aux âmes des damnés — Errant de par le monde en quête d'un pardon — D'on ne sait quel péché qu'ils n'ont jamais commis »...

# LA FAUSSE GLOIRE DE PASTEUR

par Raoul FOIN

Des intérêts financiers puissants, ceux de l'Institut Pasteur (fabricant et vendeur de plusieurs millions d'ampoules chaque année) entretiennent soigneusement la renommée faite autour du nom de Louis Pasteur et une publicité discrète mais régulière, faite à coups d'articles dans la presse et de biographies, ne manque pas d'y pourvoir. M. Valéry-Radot, qui se fait appeler Pasteur-Valéry-Radot, comme si l'on pouvait hériter du talent de ses aïeux et s'imbiber de leur gloire en est un des premiers artisans et, sans doute, profiteurs.

Mais ce qu'on se garde bien de nous dire, c'est que Pasteur n'a fait qu'exploiter à son profit des idées en marche de son temps et des découvertes déjà toutes prêtes à éclore. Un des professeurs les plus en vue de son temps, Béchamp, qui a sa statue à Bassing (Moselle) professeur à la faculté catholique de Lille, venait de découvrir ce qu'il appelait les microzymas, ou ferments solubles. Pasteur eut connaissance de ses travaux et annonça sa théorie des fermentations, provoquées par les microbes : tout d'abord partisan de la génération spontanée, Pasteur combattit ensuite cette théorie et se rallia à celle de la « panspermie ». Ces deux thèses d'ailleurs étaient très répandues et s'affrontaient depuis près de deux siècles.

En ce qui concerne la rage, Pasteur utilisa les travaux du Dr Duboué, de Pau, qui avait conclu que la rage ne pouvait se communiquer à l'homme que si la morsure intéressait quelque nerf.

Ses expériences étaient souvent bâclées et ses conclusions trop hâtives. N'est-ce pas lui qui répondait à un de ses disciples lui reprochant d'avoir fait une communication trop précipitée à l'Académie de Médecine : « Vous,

vous êtes jeune, vous avez du temps devant vous, moi je n'en ai pas ».

D'ailleurs Pasteur fut terriblement combattu de son temps et ses théories trouvèrent de nombreux détracteurs. Deux clans se dressèrent l'un contre

*Pour s'appropriier l'avenir il n'est que de le forger soi-même. Enclumes et marteaux sont là. Soyons les bras !*

CLÉMENCEAU

l'autre. Béchamp et Tissot lui opposaient des théories qui valaient siennes. Il ne doit sa victoire qu'aux puissants appuis qu'il avait su se ménager dans l'Université (il s'était marié avec la fille du Recteur de l'Académie de Nancy) et dans la Science officielle.

On sait aujourd'hui que le microbe du charbon, par exemple se présente soit sous forme de spores soit sous forme de bacilles. Les spores se transforment en bacilles et ceux-ci se résolvent en spores. C'est l'un des mérites de Béchamp d'avoir fait la preuve du polymorphisme des microzymas.

Pasteur a longtemps cru à la fixité des espèces microbiennes ; il n'admit qu'à la fin de sa carrière, sous la pression de ses élèves, ce que Béchamp avait affirmé depuis longtemps que les ferments sont polymorphes et qu'un même « microzyma » peut devenir, selon les conditions de temps et de milieu : ferment alcoolique, ferment lactique ou ferment butyrique. Aussi quand on croyait faire beaucoup d'honneur à Béchamp en l'appelant le précurseur de Pasteur, répondait-il avec vigueur : « Si je suis le précurseur de Pasteur, c'est de la même manière que le volé est le précurseur de la fortune de son voleur ».

Ainsi se trouvait exprimé d'une manière un peu violente, une de ces vérités historiques que le conformisme officiel s'efforcera longtemps encore de voiler sous les légendes de ses Images d'Epinal.

*Le bien ne fait pas de bruit ;  
le bruit ne fait pas de bien.*

M. BARRATIN

# YOGA et TABAC

par P.-J. Gonet

Président de la Sté d'Etudes des Toxiques endémiques

*A l'intention des lecteurs de « Vie Libre », l'auteur a extrait les lignes suivantes de l'article « DES PIEDS A LA TETE », paru dans le Bulletin n° 9 de la Société d'Etudes des Toxiques Endémiques:*

L'obligation qui nous est faite de respirer par les narines durant la plus grande partie de notre existence fait que les pratiquants du yoga voient dans le tabac le plus grand ennemi de l'humanité. Fumer, c'est respirer par la bouche à travers la cigarette, la pipe ou le cigare l'air nécessaire au maintien en combustion du tabac, et c'est conduire obligatoirement cet air dans les poumons. Il est universellement reconnu que l'air ainsi véhiculé est chargé de nombreux poisons dont le principal est la nicotine. Le pouvoir toxique du tabac ne pourrait exercer ses ravages s'il n'était pas accompagné d'un pouvoir stupéfiant agissant à la fois sur la conscience individuelle et sur la conscience collective, cette dernière action étant absolument caractéristique du tabac. En dehors de ces deux reproches que l'on peut faire au tabac, celui d'être toxique et celui d'être stupéfiant, le yogui fait à l'usage du tabac fumé un troisième reproche, reproche qui pour lui est primordial et qui est celui de l'obligation que cet usage comporte de respirer par la bouche, de ne pas permettre au rythme respiratoire de s'établir sous sa double polarité par la voie nasale. Le fumeur affirme volontiers : « je n'avale pas la fumée », et il cherche sous l'empire du stupéfiant à se bercer d'illusions. Pour pouvoir répondre comme il convient, l'observation objective du phénomène nous amène à fixer tout d'abord la terminologie à employer de façon à acquérir la possibilité d'y voir clair.

Avaler quelque chose, c'est le conduire dans l'estomac. Or, tous les fumeurs avalent obligatoirement une partie de la fumée, puisqu'en avalant leur salive un certain nombre de fois

par minute, ils introduisent dans leur système digestif la nicotine, laquelle est particulièrement soluble dans la salive et dans tous les liquides imprégnant les muqueuses de la bouche et de l'arrière-bouche. La plupart des fumeurs ayant à peu près renoncé à expectorer leur salive (sauf dans certains pays comme le Brésil), les maladies affectant le tube digestif doivent obligatoirement gagner en fréquence et en gravité, les quantités de produits toxiques introduits par cette voie étant de plus en plus importantes.

De plus, tous les fumeurs inhalent obligatoirement leur fumée car l'air aspiré à travers la cigarette ou la pipe pour maintenir le toxique en combustion ne peut aller ailleurs que dans les poumons. Cette inhalation est plus ou moins grande suivant la capacité respiratoire du fumeur, et on ne saurait dire, ce qui vaut mieux : ou bien limiter la nicotine absorbée en limitant la quantité d'air introduite, ou bien augmenter la dose de poison en respirant davantage !

En résumé la portion de la nicotine et des poisons absorbés se partage dans le corps entre les voies digestives et les voies respiratoires, pouvant ainsi atteindre tous les organes sans exception. Le solde de la nicotine introduite et non absorbée rejoint dans l'atmosphère la fumée dégagée par la cigarette, la pipe ou le cigare et exerce éventuellement ses ravages aussi bien sur les fumeurs que sur les non-fumeurs et ces derniers sont particulièrement sensibles étant donné que leur non-usage du tabac ne fait que traduire leur allergie à ce toxique. Les cas d'intoxication nicotinique de non-fumeurs deviennent de plus en plus fréquents, principalement dans les lieux de séjour ou de travail, clos et chauffés.

Lorsque le fumeur rejette la fumée par les narines, il le fait par les deux narines, alors que la respiration polarisée voudrait que le passage par la narine droite soit préférentiel pendant

(suite page 13).

# LE POUR ET LE CONTRE

par Vincent Guida

Je l'avoue sans détours, dans ma modeste sphère de terrien — nu sous la nue — la radioactivité me préoccupe, me tracasse, m'obsède même au plus haut point, car elle augmente ; et elle augmente d'autant plus qu'on ne s'arrête pas de libérer dans la nature, coup sur coup, de meurtrières énergies. Ce qui me console, malgré tout, c'est que de plus calés que moi se font aussi, à l'échelon supérieur, bien du souci. Piètre consolation ! me direz-vous. Le mauvais sang des sommités n'assainit guère l'atmosphère ! C'est pourtant grâce aux compétences qui s'alarment que, demain, l'air ambiant redeviendra à peu près propre. On pourrait même commencer à respirer si tous les physiciens d'élite consentaient, face à l'atome incendiaire, à se tendre la main. Vous voyez le tableau ? Que les savants du monde entier fassent la chaîne, et le péril naissant sera éteint, rapidement.

La solution, hélas ! n'est pas si simple, et pour cause ! L'accord ne règne pas entre les « têtes » atomiques. En fait, des spécialistes réputés crient « au feu ! » tandis que d'autres, aussi notoires, nient toute espèce de danger. Incroyable, mais vrai. Jugez-en.

Le professeur Chilsholm accuse : pour « chaque essai nucléaire : 50.000 cas de leucémie ». Le docteur Libby, lui hausse les épaules. « Pour un enfant en pleine croissance, rien de pire que si, étant sur une plage au niveau de la mer, il subissait l'ardeur du soleil en gravissant une colline de quelques centaines de mètres. » Le moins qu'on puisse dire, c'est que ce Libby-là est plutôt pour l'insolation, active ou non.

C'est comme le docteur Lawrence, Prix Nobel 1939, qui ne s'explique pas qu'un savant digne de ce nom se paie le luxe d'être inquiet — publiquement — pour d'anodines « retombées ». Les mêmes « retombées » qu'un autre expert en la matière, le professeur Linus Paulina, Prix Nobel 1954, charge des maux les plus extrêmes. S'il faut en croire ce savant — et j'ai tout lieu de croire qu'il dit vrai — un million d'êtres humains sont condamnés, d'ores et déjà, à d'ignobles souffrances ; un million d'hommes, de fem-

mes, d'enfants sont voués, dans le monde, à une fin prématurée. Mais la relève est prometteuse : 200.000 anormaux supplémentaires verront le jour prochainement. Lesquels tarés, bien entendu, ne procréeront pas des merveilles. Quant aux victimes animales, le professeur n'en parle pas, n'ose pas en parler. Qui donc d'ailleurs s'en émouvrait, chez les bombistes à tous crins ?

Sûrement pas lord Cherwell, stratège hors-pair, qui sacrifie allègrement à la divinité radioactive « une partie complètement négligeable de l'espèce humaine », sous le prétexte étourdissant que le dieu guerre, impressionné, reculera devant nos foudres ; ce qui nous permettra de vivre en paix. — On ne saurait mieux tenter le diable, oui ! — Une « sécurité » basée sur la puissance nucléaire me semble un peu tirée... par les fusées. Qu'advierait-il du globe — et des millions de gens qui sont dessus — si un costaud du type Atlas lâchait la rampe ?

Nous n'avons certes rien à craindre en théorie. Personne ne serait, d'un côté ou de l'autre, assez fou pour lancer, de sang-froid, un « missile », comme on lance un caillou, une flèche. On amorce le geste, quelquefois ; on bande à fond l'arc politique, en période de colère ; mais on ne va — Dieu soit loué — jamais plus loin. Ce n'est pas que l'envie manque, notez bien. On irait même jusqu'au bout, à l'aller, si n'était le retour. On se retient, pour ainsi dire, de justesse. On se maîtrise, in-extrémis. Ou plus exactement, la peur — sursaut aveugle de l'instinct — stoppe le geste irréféchi ; la peur, à la seconde fatidique où l'engin va bondir, sauve le monde du désastre. C'est cela qui rassure, la peur !

Commencement, ou fin, de la sagesse, la peur contraint les hommes à s'aimer ; la peur force la paix. N'est-ce pas reposant ? — Trop aiguë, la fléchette ! Pas de danger qu'un archer cède à la tension, ou que la corde casse, brusquement. — Rien à craindre, on vous dit. L'arme absolue est bien en main.

Mais lord Cherwell, s'il n'est pas contre les essais — qui font la main — ne prétend pas que ces essais feront

du bien, pas plus qu'il ne soutient qu'ils font du mal. Il ne jure de rien à vrai dire. Son attitude, cependant est plus féroce qu'un aveu. En supposant que les essais lèsent des vies, eh bien ! tant pis : courons le risque pour la paix ; — mais courons-le hors de chez nous...

Alors que lord Russel met en avant des « **considérations morales** » qui l'honorent, notamment « **l'angoisse entièrement justifiée des Japonnais** » qui se sentent visés, au premier chef, par la proximité des explosions, lord Cherwell semble trouver tout naturel que son pays « **expérimente** » aux frais d'un autre.

On se demande bien pourquoi, puisque le péril H est contesté, les Britanniques font partir, à des milliers de kilomètres de chez eux, leurs innocents petits pétards ; pourquoi ils n'essaient pas, en tout bien tout honneur, l'atome « **at home** », gentiment.

Au fond, déflagrations mises à part, le risque est aussi grand, sur place,

que là-bas, aux antipodes. Moscou, Londres et New-York sont logés, pratiquement, à même enseigne que Tokyo. Une même menace, égalitaire, plane au-dessus de tous les peuples.

« **Beaucoup de gens restent indifférents** — dit le savant Joliot-Curie — **parce qu'ils pensent qu'ils sont à l'abri des effets des explosions expérimentales, étant loin des endroits où ont lieu les expériences. Ils se trompent** ».

Et les autres chercheurs, se trompent-ils ? Leur opinion contraire incite au doute, évidemment. « **Mais ce doute lui-même constitue pour l'humanité un risque terrible** », fait remarquer M. Duverger, dans « **Le Monde** ». Et d'ajouter, fort à propos : « **Si les effets des explosions se révèlent conformes aux prévisions des savants qui les estiment dangereuses, les hommes seront déjà empoisonnés, eux-mêmes et toute leur descendance, quand la vérification expérimentale sera faite** ».

Il serait trop tard, alors, pour réagir

---

---

## YOGA et TABAC (suite)

le jour et celui de la narine gauche pendant la nuit. Le rejet par les deux narines de la fumée par le fumeur est la preuve que le corps ayant reçu un souffle non polarisé n'a pas le pouvoir d'en modifier le circuit.

Ainsi, par une observation à la portée de tout le monde nous connaissons les modes d'entrée et de sortie qui doivent normalement être pratiqués pour assurer correctement la fonction respiratoire.

Une observation plus attentive et demandant une relaxation assez poussée vous montrerait que le souffle vital introduit pendant la journée par la narine droite gagne l'orteil gauche en passant par le nombril, et que pendant la nuit, le souffle vital se dirige de la narine gauche vers l'orteil droit en croisant au nombril le précédent. Si des années de respiration non attentive interdisent de suivre avec précision le cheminement du souffle dans le corps, on peut vérifier ce que nous avançons par une expérience très simple. Il suffira d'imprimer à l'orteil gauche un mouvement de va-et-vient, soit debout par une

pression variable sur la plante des pieds, soit couché sur le côté de préférence, la tête légèrement relevée, les jambes détachées l'une de l'autre ; un afflux d'air inhabituel entre dans les poumons lors du temps d'inspiration qui suivra et pour peu qu'un effort soit appliqué lors du temps d'expiration pour accentuer celui-ci, on recueille sur le champ le bénéfice d'une respiration profonde et polarisée. La nuit, étant bien relaxé, couché sur le côté droit, les jambes détachées l'une de l'autre, mettre en mouvement l'orteil droit et le souffle sera véhiculé comme il se doit, par la narine gauche.

L'ordonnance des choses paraît exiger que nous recevions notre souffle polarisé. Ne pas en tenir compte est une faute qu'un naturaliste ne devrait pas commettre.

*On dirait que les hommes ont  
peut de ne pas mourir à voir tout  
ce qu'ils inventent pour se tuer.*

THÉOPHILE GAUTIER.

# DE L'ÉDUCATION PHYSIQUE

par le Dr Herscovici

D'abord il faut savoir que toutes les méthodes de gymnastique sont excellentes, lorsqu'elles sont bien appliquées, et surtout lorsqu'elles sont pratiquées correctement par des enfants normalement constitués. Leur pratique nécessite au cours de l'année, un nombre d'heures suffisant pour obtenir un résultat efficient.

À la base de la culture physique, c'est le mouvement et le jeu sous toutes leurs formes. Il va s'en dire que cette culture corporelle devra toujours être effectuée à l'air et au soleil.

L'examen de l'enfant montrera s'il n'est pas atteint par une infirmité qui constituerait un obstacle dans la pratique de telle ou telle forme de jeu sportif. Les déficients devront pratiquer la gymnastique corrective. Car il y a des dystrophies osseuses comme la scoliose due parfois à une attitude vicieuse mais souvent à une insuffisance glandulaire qui nécessite plutôt du repos que du mouvement surtout dans la période active.

C'est donc au maître de gymnastique de faire le triage des enfants, séparer les enfants déficients des enfants normaux. Pour les premiers, la pratique de la marche (au premier plan pour le scoutisme), de la gymnastique et des sports sous toutes leurs formes, pour les seconds la gymnastique corrective appliquée avec tact et intelligence. La rééducation a d'ailleurs le rôle de corriger les insuffisances organiques et ramener progressivement les conditions normales des fonctions. Les exercices physiques sont donc nécessaires à l'enfance et à l'adolescence toute entière. Savoir doser les exercices physiques et les jeux avec une attention particulière, c'est éviter de traumatiser les articulations et les extrémités osseuses particulièrement fragiles chez les êtres en pleine croissance et de moindre résistance.

Quelque soit le jeu adopté, remarque le Dr Péhu, la pratique du mouvement actif, pendant ce qu'on appelle une récréation, est excellent, car il permet une détente, elle aère l'écolier. Il est donc nécessaire de faire succéder à la fatigue des études, à la tension nerveuse de la classe, une activité musculaire. Son bienfait est indis-

cutable, mais le temps qu'on y consacre est réellement insuffisant.

Les variétés diverses de gymnastique, permettent de choisir celles qui conviennent le mieux au but proposé : la gymnastique suédoise consiste en un mouvement fixe, adapté aux nécessités physiologiques, du développement ostéo-musculaire, alors que la gymnastique d'agrès ne sollicite pas l'ensemble de la musculature. La méthode de Dalcroze utilise la musique, le but de cette méthode rythmique est de provoquer un développement harmonieux entre l'appareil nerveux et le système musculaire. On sait que les centres nerveux contrôlent toute l'économie. La pratique des jeux et des exercices développe et perfectionne et la volonté et la faculté de coordonner des centres nerveux sur tout le système musculaire. Tout exercice perfectionne le mouvement et l'exécution se fait plus facilement et plus vigoureusement aux ordres de la volonté. Il se produit entre les deux systèmes une parfaite harmonie. La méthode n'est praticable par les adolescents à la taille et colonne vertébrale anormales.

D'autres exercices physiques utilisent la natation, l'exercice qui développe l'adresse corporelle ; le tennis qui a une excellente influence sur l'état général, modérément pratiqué ; le foot-ball donne lieu fréquemment à des accidents, entorses et fractures ; quant au ski il constitue une gymnastique de grande action sur les voies respiratoires et sur le système nerveux, outre qu'il assure une locomotion avantageuse, mais il a l'inconvénient de provoquer des accidents sérieux.

La course en montagne occupe le premier plan dans la pratique du scoutisme. Ce dernier constitue le règlement des jeux, des exercices, la vie au grand air, en plaine, au bord de la mer, qui constituent le fondement même de ce qu'on appelle le campisme. Le sexe féminin n'est pas exclu de tous ces jeux et exercices, sauf quelques jeux trop violents. D'autre part, comme l'a si souvent répété Maurice Boigey, toute séance de jeux bien comprise doit être une leçon de  
(suite page 20).

## SOUHAITER et VOULOIR une bonne santé

Il est d'usage, parmi les autres vœux du Nouvel an de se souhaiter une bonne santé ; comme si celle-ci était un fruit du hasard ou de la chance. Il est de fait, malheureusement, que dans le grand public on le pense ainsi. Ne dirait-on pas que la maladie et les infirmités nous tombent dessus comme la neige ou le soleil, sans que nous y soyons pour quelque chose ?

Avant de se plaindre de nos maux, il faudrait démontrer qu'on a tout fait pour se bien porter. Or, il n'en est rien, la plupart du temps. Lequel d'entre-nous donne à sa santé toute l'attention qu'il donne à ses affaires, à sa fortune ? Economise-t-on ses forces comme on économise son argent ? Evitez-vous les excès ou les imprudences avec le même soin que les prodigalités et les mauvais placements ? Chaque soir, dans votre examen de la journée cherchez-vous ce qui a pu vous être salutaire ou nocif avec la même prudence que vous réfléchissez aux affaires ? Si les médecins naturistes vous afirment que la durée d'une vie humaine est de cent à cent vingt ans, c'est qu'ils le savent. Mais ils savent aussi bien que seul le hasard y conduit quelques-uns des nôtres et que presque personne ne se donne la peine de vouloir y atteindre.

Car la plupart des citadins qui vivent enfermés dans des cubes qu'on appelle chambres ou bureaux, ne répètent-ils pas de jour en jour les erreurs suivantes :

Vivre à l'abri du jour et du soleil, comme un rat dans son fromage ; manquer d'exercice et d'air pur. Par suite le sang circule mal, s'encrasse,

les muscles inactifs ne réclament plus leur nourriture, plus d'appétit, l'estomac se fatigue et le cerveau s'aligne.

Votre nourriture peut-être irrégulière, mal choisie ou trop abondante. L'estomac est traité en esclave qui doit accepter et ne rien dire ; mais il se venge à la longue comme tous les esclaves. Au lieu d'employer au sommeil la nuit qui est faite pour cela, des veilles prolongées détruisent votre équilibre cérébral et nerveux. Peut-être fumez-vous, sans autre nécessité que d'enrichir les caisses de l'Etat ? Peut-être absorbez-vous des alcools, du vin, des apéritifs ? Alors que l'eau est la seule boisson indispensable et naturelle, mise à notre disposition fort abondamment par la Nature.

Enfermé dans vos chambres, ateliers ou bureaux, vous vous entourez progressivement de mille habitudes douillettes ; fauteuils rembourrés, tapis moelleux, radiateur en marche au moindre froid, lumière tamisée, etc... Si bien que, trop accoutumé à ces douceurs, le moindre froid, le moindre vent, ensuite va vous enrhumier et il vous faudra des lunettes noires pour supporter la lumière du jour. Vous serez devenu une espèce d'infirme. J'exagère ? A peine !

Vous êtes-vous déjà demandé pourquoi le citadin calfeutré est-il plus sensible aux refroidissements que le paysan qui vit dehors ? Tout simplement parce que le paysan a l'habitude de l'air du dehors et qu'il se réchauffe beaucoup plus par un exercice violent et salutaire que par la sieste au coin de son feu. Son sang circule bien, sa respiration accélérée brûle les déchets du sang ; il n'a pas froid et ne s'enrhume pratiquement jamais.

Avoir une bonne santé, c'est donc d'abord, et avant tout, réfléchir, et se contraindre ensuite à faire ce qu'il faut pour la conquérir. Disons donc à nos lecteurs, pour la nouvelle année : Nous vous souhaitons d'avoir la volonté de vous forger une bonne santé.

---

### MEDAILLE DE VERMEIL

Cette haute distinction vient d'être décernée par le Conseil Municipal de Paris à notre ami et collaborateur, le Dr H. Herscovici, pour ses recherches sur le cancer, et ses travaux et études sur le naturisme.

Nous adressons toutes nos félicitations à notre ami pour le couronnement de ses efforts.

## LES BETES MARTYRES

(Extraits du livre "La Vivisection, ce crime")

On a pu croire longtemps que la vivisection, était faite sur les animaux après une anesthésie de ceux-ci.

De récentes statistiques prouvent que 80 % des expériences sont faites à vif, sans aucune anesthésie des pauvres bêtes sans défense. Des milliers d'animaux sont martyrisés chaque jour, dans des locaux à enseigne scientifique par des expérimentateurs acharnés. Ces sacrificateurs sans entrailles (des savants égarés ou de cruels sadiques) la loi les protège et le public ignore leurs forfaits.

Nous voulons faire devant l'opinion le procès de ces méthodes monstrueuses, et d'une « science » indigne de ce nom. Nous voulons que l'on sache quelles « expériences » sont pratiquées et ce qu'elles représentent de souffrances pour les bêtes appelées à les subir. Personne ne pourra nous démentir. Les crimes que nous dénonçons sont l'œuvre courante des laboratoires...

Dans les chambres de torture à paravent de science, on aveugle, on empoisonne à petites doses, on brise les os, on ouvre les crânes. On inocule des toxiques, microbes, pus et bacilles. De pauvres bêtes sont éventrées, sciées, échaudées. Estomac, foies, reins, cœur, sont enlevés ou ligaturés. On supprime des portions du cerveau. On désarticule les vertèbres, et la moelle épinière, à vif, est sectionnée. Comme l'animal coûte cher, on fait le plus possible d'essais sur le même et on lui fait attendre le plus longtemps possible la mort qui sera sa seule délivrance.

On fait tourner jusqu'à l'effolement des animaux dans des cages ou on les rive, des semaines entières à l'immobilité. On administre des vomitifs et des purgatifs violents et on empêche l'évacuation. Après avoir créé des plaies internes, on les active ensuite avec de la cantharide. On enduit les corps de pétrole, de térébenthine ou de phosphore et ensuite on y met le feu. Pour savoir à quel point l'organisme résiste à la chaleur ou au froid, on fait cuire des animaux à petit feu dans des fours.

Brûlés vifs ou condamnés à avoir les pieds lardés de clous acérés, leurs pauvres chairs tailladées, torturées de toutes les manières imaginables, tel est le sort dévolu aux fidèles amis de l'homme.

Des personnages importants, suivis d'imitateurs novices, frappent, disloquent, découpent la peau, greffent, injectent du pus et guettent des agonies de plusieurs semaines. Parfois pour ne pas entendre les plaintes déchirantes des victimes, et ne pas trop alarmer les voisins, leurs bourreaux excédés, leurs coupent les cordes vocales.

En cours d'opération, un chien, cloué sur son appareil de torture, parvint un jour à se sortir de ces griffes de fer, ce fut pour sauter à la tête de son bourreau et lui lécher le visage comme pour implorer sa pitié. Sans s'émouvoir on replaça le chien dans ses fers. Une seconde fois le chien s'échappa et lécha gentiment le visage du tortionnaire. Il fut encore remis en place et charcuté sans pitié.

Une petite jument sur laquelle les élèves vétérinaires effectuaient des opérations par vagues de huit avait eu les yeux enlevés, les sabots arrachés, des centaines de plaies, sétons, sutures et prélèvements en tous genres. Il vint au professeur l'idée géniale de forcer la pauvre chose sanglante à se relever sur ses pattes privées de sabots et la tentative réussit à la grande rigolade de tous...

Des savants, les responsables de ces crimes ? Des « temples de la science », ces maisons de torture ? Les bourreaux qui sont capables d'accomplir sur les animaux de telles cruautés sont bien souvent capables d'en faire autant sur l'homme quand les circonstances sont favorables. On l'a vu lors de la dernière guerre dans les camps de la mort lente, en Allemagne et ailleurs.

Le plus terrible est que ces expériences sont le plus souvent inutiles. Les plus grands noms de la médecine mondiale ont souvent signé des manifestes s'élevant contre de telles pratiques. Alors ? On peut se demander jusqu'où ira cette science dévoyée et ce retour à la barbarie ?

## POUR COMBATTRE LA GRIPPE ATOMIQUE (dite asiatique)

Plusieurs expériences personnelles me dictent de soumettre aux amis-lecteurs de « Vie Libre » des moyens naturels inédits pour combattre efficacement la grippe sus-citée.

L'année dernière — en automne — j'avais été subitement frappé par cette grippe — appelée à tort asiatique parce que venant d'Extrême-Orient (nuages radioactifs) — due aux retombées radioactives et nucléaires, qui fit tant de ravages par le monde (si j'ai bonne souvenance, quelques milliers de morts en France (plus de 7.000 !)) Le processus évolutif est le suivant : lassitude générale allant crescendo avec violentes céphalées frontales (casque enserrant), puis fièvre avec élévation maximum de la température, suivie de diarrhée liquide (selles nauséabondes verdâtres), inappétence. Cette affection me dura 24 heures.

Chez les non-naturalistes la durée de cette affection varie entre 8 et 10 jours, parfois davantage. Chez les naturalistes (végétariens) « l'affaire » est réglée en 48 heures maximum. Pourquoi cette énorme différence dans le temps pathologique ? Certainement parce que l'organisme d'un naturaliste possède une résistance physique bien supérieure à celui d'un carnivore ; je ne pêche pas ici pour le végétarisme, mais les faits sont là et partout qui, apportent des preuves intangibles de sa supériorité. Je laisse aux malades intoxiqués par la médecine chimique le soin de faire leurs propres expériences qui les amènera tôt ou tard, mais à coup sûr, à des conceptions plus naturelles des principes et lois de la vie réelle. Des milliers de personnes connues ou inconnues sont devenues naturalistes grâce aux hygiénistes qui œuvrent dans la voie de la **santé vraie**. Personnellement (sur place et par correspondance), j'ai pu convertir des dizaines de familles au végétarisme et tous s'en portent mieux et vivent dans la joie.

Que se passe-t-il en fait ? Il se passe que les auto-défenses de l'organisme sain n'étant pas amoindries par les produits chimiques drainés dans le sang, l'organisme plus fort et plus résistant fait face de tous fronts, aux

attaques des microbes ou bactéries exogènes. La forteresse (l'organisme) devient inexpugnable en dépit de quelques parasites qui ont pu franchir les défenses, mais qui verront leurs efforts échouer lamentablement (traduit par l'écourtée de l'affection).

Je vous donne maintenant les moyens naturels qui furent employés pour faire échouer l'attaque grippale. Repos au lit avec mise en place, toutes les 3 heures de cataplasmes d'argile grise, exposée au préalable aux rayons solaires afin d'en augmenter la radioactivité. Ces cataplasmes, d'une épaisseur de 1 centimètre 1/2 sont appliqués sur le bas-ventre siège des putréfactions (fosse septique que l'on doit maintenir toujours propre), et à même-la peau. Ils sont maintenus en place par des moyens simples (serviettes ou Velpeau). Laisser environ 2 heures. Prendre toutes les deux heures de l'eau d'Evian fortement citronnée (1/2 citron pressé pour un verre moyen d'eau d'Evian). Dans l'intervalle et aussi toutes les 2 heures, une cuillère à café d'argile verte en poudre délayée dans un demi verre d'eau d'Evian. Si les céphalées sont trop violentes faire des applications de compresses d'eau argileuse sur le front. Changer toutes les 10 minutes. On peut prendre également quelques boissons soporifiques (au choix) sucrées au miel (laxatif) qui combatta l'effet constipant de la fièvre, de l'argile, et du citron (astringent). Si besoin était (constipation opiniâtre) un lavement à l'huile d'olive ferait le plus grand bien. Il faut toujours surveiller les selles d'un malade, ne jamais laisser s'installer la constipation qui aggrave toujours la maladie. Le déclanchement de la diarrhée se fera à coup sûr, et puis tout rentrera dans l'ordre dans les intestins dans les 48 heures. Naturellement aucune nourriture ne doit être prise.

Mes trois fils : Michaël, Daniel et Marc viennent d'être atteints par cette grippe due à la folie des hommes, à leur orgueil insensé. **J'affirme sur l'honneur qu'ils furent guéris par cette thérapeutique en 12 heures.**

(suite page 23)

# PYTHAGORE

## SA VIE - SA LEGENDE

La vie de Pythagore nous reporte au XI<sup>m</sup>e siècle avant Jésus-Christ dans la Grande Grèce, c'est-à-dire l'Italie méridionale et la Sicile. Rappelons que les cités grecques de l'Asie mineure ont envoyé des essaims d'émigrants qui ont fondé de nouvelles et importantes cités dans cette région du bassin méditerranéen. Il ne s'agit donc pas naturellement d'une époque primitive ou d'un milieu archaïque. Les cités d'Ionie et de la Grande Grèce représentaient une civilisation brillante tournée vers la navigation, le commerce, les arts, la science depuis des siècles.

Nous connaissons très mal la personne même de Pythagore. Les renseignements que nous avons sur lui sont rares, vagues, et comme on les doit à des disciples ou à des admirateurs qui voyaient en lui un être sur-humain, ils sont très mêlés de légende. Pythagore est probablement originaire de Samos sur les rives de l'Asie mineure et l'on sait que, suivant la route normale de la colonisation grecque, il vint à Crotone dans l'Italie du Sud. On raconta plus tard qu'il aurait fait bien d'autres voyages, qu'il aurait visité l'Empire perse et la Gaule, où il aurait connu les Druides, mais tout cela est très incertain.

A Crotone, il devint vite maître célèbre et de nombreux disciples accoururent autour de lui ; il y fonda alors une sorte d'ordre religieux dont les membres étaient liés par des serments solennels. La maison principale de l'Ecole demeura à Crotone, mais d'autres furent fondées en plusieurs villes d'Italie et de Sicile.

Pour des motifs qui nous échappent, la maison-mère, celle de Crotone, fut détruite et incendiée par un soulèvement populaire ; il semble que Pythagore échappa au désastre, mais on ne sait pas au juste ce qu'il devint. On croit que sa mort se place vers 470 avant Jésus-Christ. De son vivant même avait commencé dans l'esprit de ses fidèles sa transfiguration légende.

Peut-être lui-même croyait-il à sa divinité ; plus tard on raconta qu'il était fils d'Apollon ou d'Hermès, qu'il avait une cuisse en or, possédait le don d'ubiquité, faisait des miracles et des prophéties, etc... Ce sont là des traits fabuleux que l'imagination des croyants ajoute volontiers au souvenir réel des hommes qui l'ont impressionnée.

### 2. LA MORALE DE LA SECTE

Le fait même de fonder un ordre et de vivre à part de la Société selon des règles particulières signifie évidemment l'intention de constituer une élite d'hommes tendant à la perfection. C'est en cela que consiste « la recherche de la sagesse » ou « philosophie » (le mot serait de l'invention de Pythagore). Les membres du groupe pouvaient bien étudier les mathématiques, l'astronomie, la poésie, la gymnastique ; ils n'oubliaient jamais que le but suprême de tous leurs travaux était de purifier leur âme et par là, croyaient-ils, de la sauver, de lui assurer une vie éternelle et heureuse.

Les règles les plus importantes imposées aux pythagoriciens étaient donc d'abord des règles de vie morale. Chaque soir, ils doivent faire un examen de conscience en trois points : « En quoi ai-je failli ? Qu'ai-je fait de bon ? De ce que je devais faire, que n'ai-je pas accompli ? » En s'éveillant, ils doivent régler le bon emploi de leur journée. La morale de la confrérie paraît avoir été réunie dans un catéchisme versifié pour être plus aisément retenu : respecter les dieux et se soumettre à leur volonté, rester fermement au poste qu'ils nous ont dans la vie donné à garder, prêter main-forte à la légalité contre les factieux, être fidèle à ses amis et se dire qu'entre amis tout est commun, être modéré et simple dans l'usage des biens, avoir honte de soi quand on a mal fait, faire honneur à son serment, garder enfin le secret des enseignements reçus par l'initiation. Cette dernière règle nous rappelle la prétention de toutes

les sectes de donner à leurs adhérents des secrets qu'ils doivent accueillir et conserver comme des révélations ; dans l'école pythagoricienne le maître, dit-on, parlait aux novices dissimulé derrière un rideau, comme pour donner à ses paroles un caractère d'oracle définitif.

A ces préceptes qui formaient un code moral s'ajoutaient des interdictions dont certaines sont restées pour nous inexplicables ; d'autres peuvent avoir un sens que nous préciserons plus loin. Les plus importantes sont des interdictions alimentaires ; interdictions des fèves, de la mauve, et sauf sous certaines conditions, de la chair des animaux, ce qui entraîne l'obligation de s'écarter des bouchers et des chasseurs qui détruisent leur vie. De même il ne faut pas porter des vêtements de laine, mais seulement des vêtements de lin. D'autres défenses : ne pas rompre le pain, ne pas ramasser ce qui est tombé, ne pas tisonner le feu avec un couteau, etc., sont devenus totalement inintelligibles.

### 3. L'IDEE D'HARMONIE

L'initié qui obéissait à la règle de l'ordre était ainsi préparé à la connaissance de la science complète : organisation du corps humain, traitement des maladies, arithmétique, géométrie, destinée de l'âme après la mort, mouvements et rapports des planètes, etc... Sur la plupart de ces points, les idées de Pythagore et de ses disciples ne ressemblaient guère aux nôtres et ne sont pas d'ailleurs à la portée d'un enfant. Pourtant, on peut essayer de faire comprendre l'une des plus importantes : le rôle donné dans l'univers à la notion d'harmonie.

Tout le monde sent plus ou moins vaguement en quoi consiste l'harmonie. Nous disons qu'il y a harmonie entre deux couleurs, entre deux sons, lorsque ces couleurs, ces sons « vont bien ensemble », lorsque leur simultanéité produit un effet agréable ; de même une statue, la façade d'un temple, une personne sont harmonieuses lorsque le rapport entre leurs dimensions, largeur et hauteur satisfait pleinement l'œil. La littérature et l'art nous offrent des harmonies plus délicates mais encore courantes, par exemple entre un paysage et un état d'âme, entre une phrase musicale et

les gestes du danseur qu'elle accompagne, etc...

Les pythagoriciens apportèrent un soin extrême à la recherche et à l'étude des harmonies qui sont ainsi entre les choses et ils crurent pouvoir non seulement les constater, mais les expliquer, les définir par des lois, montrer que la vie universelle tout entière est faite de ces correspondances dont la connaissance cause un vif plaisir à l'intelligence de celui qui les comprend. Les mathématiques leur servirent à traduire et à préciser ces rapports ainsi que vont le montrer deux exemples dont le second au moins est très accessible. Ils croyaient que si l'on mesure les rayons des cercles décrits par les différentes planètes, les nombres obtenus forment une échelle comparable à celle que donnent les notes de la gamme musicale ; il en résulte que le mouvement des astres produit une musique que nous n'entendons pas uniquement parce qu'elle est perpétuelle et qu'un son qui dure sans arrêt fini par n'être plus perçu. C'est la fameuse « harmonie des sphères » qui a introduit cette expression dans la langue poétique. Plus simplement, pensons au célèbre théorème, dit de Pythagore. Les Egyptiens savaient déjà par expérience que dans un triangle rectangle, le carré construit sur l'hypoténuse est égal à la somme des carrés des deux autres côtés (en fait, ce qui revient au même, ils s'étaient aperçu que si l'on trace un triangle dont les côtés soient mesurables par 3, 4 et 5 unités de longueur, ce triangle est formé rectangle) mais Pythagore aurait découvert la démonstration de cette loi. Elle lui parut être non une vérité banale comme elle l'est devenue pour nous, mais une de ces harmonies frappantes et admirables qui semblent montrer dans la façon dont les choses ont été faites un plan intelligent.

L'habitude de rechercher partout de tels rapports fait naître en effet une conviction morale que l'on peut résumer ainsi : tandis que le vulgaire ne comprend rien et ne voit rien dans les choses qui sont autour de lui, le savant, l'initié, découvre et admire les harmonies innombrables qui sont dans l'univers. D'où un sentiment d'adoration pour l'ordre universel et pour les dieux qui l'ont fait. C'est par là que nous arrivons à la religion propre de

Pythagore, qui nous est d'ailleurs mal connue.

#### 4. LA MIGRATION DES AMES

Un mot enfin d'une des croyances les plus commentées de la secte, celle de la migration des âmes. Pour les pythagoriciens, chaque homme a une âme immortelle, qui, après la mort du corps, recommence de nouvelles vies en se réincarnant dans le corps d'un animal, d'une plante, ou d'un autre homme. Ces réincarnations sont des épreuves de purification. Si l'on a mal vécu, on recommence une existence plus malheureuse et sous une forme inférieure ; si l'on a toujours agi de son mieux, les nouvelles vies à traverser constituent au contraire un progrès. Le commun des mortels ne se souvient pas des cycles antérieurs par lesquels chacun a passé, mais il est donné à quelques initiés d'en conserver la mémoire exacte. Pythagore aurait dit avoir le sentiment très net de ses diverses vies et morts jusqu'à sa renaissance comme fils d'un dieu.

Cette croyance entraînait naturellement la conclusion que tous les êtres vivants sont « congénères », qu'il existe une parenté réelle entre hommes, animaux et plantes. Un contemporain de Pythagore qui tournait en dérision ses idées, le montrait en train d'arrêter le bras d'un homme qui battait son chien parce que, disait-il, il avait reconnu dans le cri de douleur de l'animal la voix d'un ami disparu et malheureux. L'anecdote est satirique, mais pourrait être facilement touchante. En tous cas, nous trouvons sans doute ici l'explication des interdictions alimentaires dont il a été question plus haut et de l'éloignement pour ceux dont le métier est de tuer des animaux. Le respect de la vie sous toutes ses formes est un des caractères du pythagorisme.

#### CONCLUSIONS

L'existence des dieux et d'un univers organisé selon les lois savantes de multiples harmonies, le salut par l'initiation à des vérités qu'apporte un être surhumain, la réalité et les migrations d'une âme distincte du corps, les nombreux tabous qui régissent la vie des disciples, tout cela nous paraît à première vue appartenir à une mentalité très différente de la nôtre.

Ce ne sont probablement que des rêves en effet, ce sont sûrement des

affirmations sans preuves, auxquelles nous n'avons par suite nulle raison de croire. Mais ce sont des rêves extrêmement tenaces que nous retrouvons à toutes les époques, aussi bien à la nôtre qu'à celle du passé. L'humanité semble avoir beaucoup de peine à s'en passer.

En outre si l'on prend dans le pythagorisme non pas le détail précis des croyances mais certaines tendances générales, on voit par quoi il peut encore être pour nous un exemple discutable, mais vivant. Nous y trouvons :

1° Un effort pour organiser en marge de la société ordinaire, une société plus parfaite d'hommes aspirant à la plus grande pureté morale possible et cela grâce à une stricte discipline de la pensée et des mœurs ;

2° Un exercice constant de l'intelligence pour voir le monde qui nous entoure, non de façon superficielle ou indifférente mais pour y trouver un ordre, des lois, des raisons profondes et pouvoir ainsi l'admirer ;

3° Un sentiment de sympathie pour tous les êtres vivants qui empêche l'homme de se considérer égoïstement comme le maître de tout ce qui est autour de lui et qu'il peut exploiter, détruire, tuer, en vertu de ses seuls besoins ou de sa seule fantaisie. Voilà ce qui nous autorise à ranger le pythagorisme dans la série des utopies utiles.

---

## DE L'EDUCATION PHYSIQUE

(suite)

plaisir, c'est-à-dire piquer d'émulation des joueurs, faire naître l'incident qui ranime l'intérêt languissant, substituer un jeu à un autre suivant l'heure, le temps, la faveur du moment et les habitudes locales sont des actes importants. Les enfants ne devant être orientés vers une initiation sérieuse des exercices et des jeux de l'âge adulte, mais exactement proportionnés aux forces de celui qui les exécute pour ne surmener ni le cœur ni les articulations. Il ne faut pas seulement voir le geste, le style, le côté sportif et théâtral de l'exercice, mais tenir compte des effets fonctionnels. Négliger ces conseils, c'est risquer de provoquer des déboires, accidents de santé et compromettre les résultats escomptés.

# Lu par Chacun

LISEZ

## NATURISME 58 EN VENTE PARTOUT

BIBLIOTHEQUE HYGIENISTE

« *Guéris-toi toi même* », par Salvator. (Franco 500 frs).

« *La santé par les combinaisons alimentaires* », par le Dr Shelton. (Franco 410 fr.)

Pour soigner sans opération : hernie, hémorroïdes, ptoses, varices, déplacements de la matrice, par A. Mosséri. (Franco 350 frs).

« *L'alimentation du bébé, de l'enfant, de la mère* », par Salvator. Franco 350 frs.

« *Torémie et désintoxication* », par le Dr Tilden. (Franco 130 frs).

« *La santé par la nourriture* », par A. I. Mosséri. (Franco 750 frs).

« *La santé à la portée de tous* », par M. Gay. (Franco 440 frs).

« *Victor Hugo spiritualiste* », par M. Gay. (Franco 200 frs).

« *Le scandale du pain* », par Barbarin. (Franco 380 frs).

« *Guide spirituel de l'homme moderne* ». Franco 530 frs.

A. I. Mosséri : *La Science de la Santé - Le système hygiéniste et les lois de la Vie*. Franco 440 frs.

A. Passebecq : *Initiation à l'Hygiénisme*. Franco 380 frs.

A. Passebecq : *Les Facteurs naturels de Santé et leur utilisation correcte*. (Franco 500 frs).

A. Passebecq : *Le Diabète, son rétablissement, par les soins hygiénistes*. (Franco 350 frs).

A. Passebecq : *Arthritiques, Rhumatisants, vous n'êtes pas incurables*. Franco 350 frs.

Sundard. Préface de Salvator : *Sur la terre comme au ciel*. Franco 530 frs.

Dr Ruffier : *Traité de gymnastique médicale*. Franco 450 frs. *Traité de massage hygiénique, sportif et médical*. Franco 450 frs. *Soyons forts* : Fr. 550.

### « NUDISME ET SANTE »

Revue naturiste culturelle : abonnements, 1 an : 1.800 frs ; le numéro 350 frs franco. Envoi sous pli fermé. Nudisme et Santé : 44, rue des Pyrénées, Paris, C.C.P. 15.474-94.

### « LE GRAIN QUI LEVE »

En vente : Chez les Marchands de Journaux.

Dans les magasins d'alimentation naturelle.

Le N° : 50 Frs

Dr Ruffier : *Pour avoir de beaux enfants*. Franco 250 frs.

Arjuna : *L'Entente pour la Vie*, du Dr Barishac. Franco 650 frs.

Bircher-Benner : *Méthode d'alimentation et Nouveau livre de cuisine Bircher-Benner*. Franco 1.450 frs.

Pr N. Capo : *Pour bien voir sans lunettes*. Franco 200 frs.

A. Guibaud : *Le Jeûne rationnel*. Franco 150 frs.

Dr J.-M. Kalmar : *Comment vous vieillissez par l'alimentation et les médicaments*. Franco 380 frs.

Gandhi : *Le Guide de la Santé*. Franco 380 frs.

*Vers une Vie saine*, par 30 auteurs. Franco 400 frs.

Sundard et Salvator : *Bonne santé !* Franco 150 frs.

Lisez « *La Science du Mental* ». — 120 frs. S'adres. : G. Adix-Réal, à Hully par Loisy (S.-et-L.).

De Lucien BREGEAUT : « *J'ai choisi la santé* ». Franco 300 frs.

*Ile aux Sirènes*, de Sazo, franco 580.  
« *La vie radieuse* », par V. France, Prix Franco : 550 frs.

De Dr POUCEL

*Naturisme ou la santé sans drogues*, franco 500 francs.

*Entretien d'Hygiène Naturelle*, franco 350 francs.

« *Fantaisie nudiste* », par Bob Harvest. Franco 300 frs.

*Je suis un nudiste !* par Bob Harvest, franco 900 frs. S'adresser « *Vie Libre* ».

### N'OUBLIEZ-PAS

Que pour toute demande de renseignements nous ne répondons seulement qu'aux lettres contenant 35 fr. en timbres-poste ou un coupon international pour l'Etranger.

LIBERTE

L'hebdomadaire de la Paix, paraît tous les vendredis. Abonnements 1 an 1.800 fr., 6 mois 1.000 fr. (Extérieur : 2.000 fr. et 1.100 fr.). C.C.P. Paris 14910-68. LECOIN, 16, rue Montyon, Paris (9<sup>e</sup>).

De L. CARLIER : *Les Légumes et les Fruits qui guérissent*. Franco : 600 frs

# LE MONDE NATURISTE

**CLUB CULTURO-NATURISTE DE MARSEILLE.** — Nous invitons tous les naturalistes de Provence et de Marseille à s'inscrire à ce Club placé sous la direction du Pr. Sanfilippo, dont le dévouement à notre noble cause est sans limite.

Pour tous renseignements, s'adresser au siège de « Vie Libre », ou au siège du Club, à F. Sanfilippo, 11, rue Châteaurendon, Marseille (Joindre timbre pour réponse). Tél. : 72.37.32.

« HELIO-SPORT ». — Association mixte, culturelle et sportive : 10, rue de la Conche, Genève (Suisse).

Ses terrains de jeux et camping de « Sylvabelle ». Son local de réunion « La Phrygane ». Sa bibliothèque de revues saines. Ses cours mixtes de culture physique.

**CENTRE NATURISTE BOIS DE VALENCE**

Le Club du Soleil de Corbeil poursuit les travaux d'installation de ce Centre, afin d'offrir, dès 1959, aux naturalistes de la région Sud de Paris, ce qu'ils attendent.

Situé à l'Ouest de la charmante vallée de l'Essonne, le C.N.B.V. s'étend sur trois hectares de terrain bien exposé.

Outre la licence de la Fédération Française de Naturisme, ouvrant l'accès aux activités, le Club du Soleil délivre sur demande la licence naturaliste internationale et de ski, la vignette camping de la F.F.C.C.

Corr. : M. WARLET, 24, rue des Francs-Bourgeois, Soisy-sur-Seine (S.-et-O.).

« SOCIÉTÉ D'IRIDOLOGIE ». — Science permettant de lire l'état de santé dans le regard. Demande de renseignements : 33, rue de la Charité, Lyon.

## EST-IL POSSIBLE DE RESTER JEUNE JUSQU'À CENT ANS ?

Ce passionnant sujet fut traité tout récemment à Avignon par un orateur bien connu : M. Gaston VERDIER, Secrétaire du bureau international naturaliste de Genève, et conseiller technique de la Société d'Iridologie.

Son exposé s'est déroulé sur les conséquences de la vie sur-civilisée sur l'organisme humain, notamment les néfastes effets de l'alimentation chimiquée, les lacunes d'une existence trop éloignée des règles de la nature — et il indique les moyens pratiques par lesquels il convient de redresser cet équilibre compromis par les obligations quotidiennes.

M. G. VERDIER doit revenir prochainement dans notre ville pour traiter d'autres sujets tout aussi captivants.

## ART ET NATURE

### GALA 1959 ET FESTIVAL INTERNATIONAL

Le Gala annuel d'Art et Nature aura lieu le Samedi 11 avril 1959, à 21 heures, salle Pleyel : 252, Fg St-Honoré, Paris-8<sup>e</sup>. Le Gala devant se dérouler à bureaux fermés, la réservation des places est indispensable.

Une permanence est assurée le samedi de 17 à 19 heures, Hall de Propagande : F.F.N., 4, rue Garancière, Paris-6<sup>e</sup>.

## LE VENIN CURATIF (Communiqué par V. Lebrun)

Le Dr Arkhanguelsky près de Volokolomsk province de Moscou. Son grand-père, paysan apiculteur traitait des malades par les piqûres d'abeilles. Les soldats de ce temps se faisaient une pommade au venin d'abeilles pour soigner les plaies.

Le petit-fils, directeur de l'hôpital local, a des ruches dans sa cuisine.

Les piqûres d'abeilles font des miracles pour cicatriser les grandes plaies, elles guérissent le rhumatisme, le goitre, l'hypertonie, l'asthme bronchial, l'artériosclérose.

Une femme de 67 ans, renversée par un camion, eut une énorme plaie ouverte il n'y avait pas d'espoir de guérison. On appliqua des abeilles autour et la cicatrisation se fit à vue d'œil.

Une femme-docteur, depuis l'âge de 12 ans, commença à souffrir de rhumatisme aigu. La maladie progressa pendant 30 ans. Au bout de deux mois de piqûres elle reprit son travail, ra-jeunie et guérie complètement.

La première piqûre a pour but de voir, si la malade la supportera. On retire le dard immédiatement. Après on doit laisser les dards pendant une heure pour que tout le venin soit utilisé.

Jamais on a observé d'aggravation de la maladie à cause des piqûres.

L'hebdomadaire illustré « Ogoniok » de Moscou, n° 28, juillet 1958, « Le venin ».

Imp. MISTRAL - Cavaillon (Vse)  
1<sup>er</sup> trimestre 1959 - Dépôt légal n° 1.003  
La gérante : Janette BISCARLET

## PETITES ANNONCES

La ligne d'environ 30 lettres (signes ou espaces compris) : 150 fr. — Joindre 35 fr. pour la France et 90 fr. pour l'étranger aux annonces domiciliées. Glisser sous double enveloppe affranchie les lettres destinées aux annonces non domiciliées. Mentionner seulement le numéro de l'annonce et de la revue. Nous nous réservons le droit de refuser ou de modifier tout texte qui ne conviendrait pas à l'esprit naturiste. Toute demande d'insertion doit être accompagnée de son montant.

A 1. — Nouvelles séries étudées « gymnité intégrale » plein air. Ecr. M. MEYS, 11, rue Blanche. Paris 9<sup>e</sup>.

A 2. — Offre séjour tranquille et pittoresque à sympathisants naturistes. S'adr. : Ravoux, Bonlieux (Vse).

A 3. — A vendre très beau manteau fourrure (Skunks) - état neuf. — S'adr. « Vie Libre ».

A 4. — Coupl. Nat. 42 à 45 ans rég. S.E., dés. conn. coupl. même rég. pr sorties, com. et prat. gymnité. Pas sérieux s'abst. (S'adr. Revue).

### MARIAGES HEUREUX

Suivant idéal  
Toutes situations  
Résultats sérieux

Ecrire à : M<sup>me</sup> PHILIPPE  
20, rue Camélinat - St-ETIENNE (L.)  
Joindre enveloppe timbrée pour réponse

A 5. — Amis natur. arrêtez-vous chez « Alois » hôtel-rest., rte de Chamonix, Bonneville (H.-S.). Patrons natur. affiliés à F.F.N. Prix modérés.

A 6. — Compl. Bon. édu. dés. con. coupl. ou nat. 40 ans, aimant excurs. rég. Marseille. (S'adr. Revue).

A 7. — Rég. Marseille. Nat. 49 ans, aimant vie simple et nat. dés. conn. J.F. même idéal pr sorties ds la rég. Pas sér. s'abst. (S'adr. Revue).

A 8. — Paris M. natur. 38 a. dés. corr. ties régions, même goûts. âge indéf. Photo si poss. qui sera retournée. - S'adr. « Vie Libre ».

## POUR COMBATTRE LA GRIPPE ATOMIQUE

(Suite)

Les culturistes aussi doivent attacher la plus grande importance à modifier leur mode de vie hygiénique. Ils possèdent des armes puissantes pour parachever l'œuvre que les exercices rationnels ont fait sur leur corps, mais cela n'est pas suffisant. En adoptant la vie naturiste conforme aux préceptes d'hygiène naturelle générale, ils seront certains de posséder un capital santé invincible aux attaques venant de l'extérieur. Et surtout qu'ils n'aillent pas croire que les muscles sont compatibles avec des abus de protides, lipides, glucides, de lait et autres excès alimentaires trop recommandés par des auteurs qui visent plus à l'hypertrophie musculaire de leur clientèle qu'à leur santé. Affaire de gros sous comme partout ailleurs où l'argent prend l'ascendant sur le devoir humain. C'est là tout le tragique de la vie moderne. On ne dira, ni n'écrira jamais assez tous ces abus, ces scandales qui font tant de

dupes et aussi... de victimes, car, il y a les malades de la diététique. Des malades et des détraqués aussi !

Je suis professeur de culture physique depuis 22 ans et je pratique depuis 35 ans. C'est à la culture physique associée à toutes les hygiènes que je dois mon équilibre, mais je suis aussi végétarien depuis 21 ans, naturiste depuis ma plus tendre enfance.

Je dois au naturo-culturo-végétarisme : santé, équilibre et possibilité de rendement physique et intellectuel en dépit même des difficultés de la vie et des sources que tarissent la vie citadine (bruit, air impur, énerverment général, etc...). Je dois aussi — et surtout — à cette hygiène naturelle d'avoir de beaux enfants, sains et en éveil avancé de conscience, ce qui a une valeur dans un monde où la maladie, la laideur physique et mentale et l'égoïsme sont rois.

F. SANFILIPPO.

# LE VIEIL ARBRE



*Le vieil arbre dressé sur le bord du chemin  
Regarde, méprisant, s'agiter les humains.  
Nul ne l'a vu grandir au temps de sa jeunesse ;  
Satisfait de son sort et, sans changer d'adresse,  
Il vit naître et mourir d'innombrables passants,  
Et les petits-enfants de leurs petits-enfants !  
L'arbre, chêne ou cyprès, qui mesure vingt mètres,  
Observe avec pitié ces misérables êtres  
Qui vont, toujours errant, du sort déshérités,  
Transis de froid l'hiver, souffrant du chaud l'été,  
Obligés de songer sans cesse à leur vêtue,  
A qui le sol ne peut offrir sa nourriture  
Dépourvus du bonheur de rester immobiles,  
Qu'au prix de maints efforts et de travaux forcés,  
Et, par la moindre averse, aussitôt transpercés,  
Misérables humains de santé si fragile  
Qu'un simple courant d'air les mettra sur le flanc,  
Appelant le docteur sitôt qu'ils sont souffrants,  
Qui se grisent de vin, si ce n'est de vitesse,  
Seuls parmi les vivants qui se plaignent sans cesse,  
Pauvres nains qui se croient importants et qui font  
Trois petits tours... et puis s'en vont !*

LA PHILOSOPHIE DE LÉON SEE