

Régénération : revue  
naturiste de culture humaine  
: organe du Trait d'union

. Régénération : revue naturiste de culture humaine : organe du  
Trait d'union. 1934-10.

**1/** Les contenus accessibles sur le site Gallica sont pour la plupart des reproductions numériques d'oeuvres tombées dans le domaine public provenant des collections de la BnF. Leur réutilisation s'inscrit dans le cadre de la loi n°78-753 du 17 juillet 1978 :

- La réutilisation non commerciale de ces contenus ou dans le cadre d'une publication académique ou scientifique est libre et gratuite dans le respect de la législation en vigueur et notamment du maintien de la mention de source des contenus telle que précisée ci-après : « Source gallica.bnf.fr / Bibliothèque nationale de France » ou « Source gallica.bnf.fr / BnF ».

- La réutilisation commerciale de ces contenus est payante et fait l'objet d'une licence. Est entendue par réutilisation commerciale la revente de contenus sous forme de produits élaborés ou de fourniture de service ou toute autre réutilisation des contenus générant directement des revenus : publication vendue (à l'exception des ouvrages académiques ou scientifiques), une exposition, une production audiovisuelle, un service ou un produit payant, un support à vocation promotionnelle etc.

[CLIQUER ICI POUR ACCÉDER AUX TARIFS ET À LA LICENCE](#)

**2/** Les contenus de Gallica sont la propriété de la BnF au sens de l'article L.2112-1 du code général de la propriété des personnes publiques.

**3/** Quelques contenus sont soumis à un régime de réutilisation particulier. Il s'agit :

- des reproductions de documents protégés par un droit d'auteur appartenant à un tiers. Ces documents ne peuvent être réutilisés, sauf dans le cadre de la copie privée, sans l'autorisation préalable du titulaire des droits.

- des reproductions de documents conservés dans les bibliothèques ou autres institutions partenaires. Ceux-ci sont signalés par la mention Source gallica.BnF.fr / Bibliothèque municipale de ... (ou autre partenaire). L'utilisateur est invité à s'informer auprès de ces bibliothèques de leurs conditions de réutilisation.

**4/** Gallica constitue une base de données, dont la BnF est le producteur, protégée au sens des articles L341-1 et suivants du code de la propriété intellectuelle.

**5/** Les présentes conditions d'utilisation des contenus de Gallica sont régies par la loi française. En cas de réutilisation prévue dans un autre pays, il appartient à chaque utilisateur de vérifier la conformité de son projet avec le droit de ce pays.

**6/** L'utilisateur s'engage à respecter les présentes conditions d'utilisation ainsi que la législation en vigueur, notamment en matière de propriété intellectuelle. En cas de non respect de ces dispositions, il est notamment passible d'une amende prévue par la loi du 17 juillet 1978.

**7/** Pour obtenir un document de Gallica en haute définition, contacter [utilisation.commerciale@bnf.fr](mailto:utilisation.commerciale@bnf.fr).



N° 54

Le N° 2 frs

Octobre 1934



OCTOBRE. - LE SCORPION

# RÉGÉNÉRATION

Société Naturiste de Culture Humaine

ORGANE MENSUEL DU TRAIT-D'UNION

|                                                                                                             | Pages |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|
| J.-C. DEMARQUETTE. — <i>Pour la culture humaine : I. Le but de la vie.</i>                                  | 1     |
| EMILE DERMENGHEM. — <i>L'Amour des animaux dans la mystique musulmane</i> .....                             | 7     |
| LAJWANTI RAMA KRISHNA. — <i>Les Sikhs; histoire du fondateur</i> ....                                       | 10    |
| D <sup>r</sup> PARVUS. — <i>L'alchimie de l'alimentation; l'harmonisation magnétique des aliments</i> ..... | 16    |
| J. F. W. GORDON. — <i>Notes; sur le désarmement</i> .....                                                   | 21    |
| RENÉ DAUMAL. — <i>Le mouvement dans l'éducation intégrale de l'homme</i>                                    | 28    |
| <i>A travers les livres. — La vie impersonnelle: Alimentation et radiations.</i>                            | 30    |
| Coin des Mères. — <i>Gâteau Parmentier</i> .....                                                            | 33    |
| <i>La Vie du mouvement</i> .....                                                                            | 34    |

REDACTION - ADMINISTRATION :

4, Rue des Prêtres-Saint-Séverin — PARIS (5<sup>e</sup>)



# LE TRAIT D'UNION

Société Naturiste de Culture Humaine

Fondée en 1911

## DÉCLARATION DE PRINCIPES

1° Nous croyons que, dans l'état social actuel, il est possible à tout homme, par un emploi judicieux des meilleures méthodes d'hygiène et de perfectionnement individuel, de réaliser une amélioration considérable de la qualité de sa vie.

2° Nous croyons que c'est la valeur des individus qui fait la valeur des sociétés et qui conditionne l'efficacité des institutions publiques.

3° Nous croyons, en conséquence, que chaque homme a pour devoir impérieux, vis-à-vis de soi-même, de la collectivité et de l'avenir de la race, de faire de son propre perfectionnement la tâche essentielle de sa vie,

4° Nous croyons que ce travail de perfectionnement a pour effet infail-  
lible d'introduire dans la vie de l'individu une somme de bonheur proportionnelle à la valeur de ses efforts.

5° Nous croyons que c'est dans l'étude des lois dans la nature et dans la fidélité à leurs prescriptions, que l'homme trouve les guides les plus sûrs dans son effort de perfectionnement, d'où le nom de naturisme, appliqué à l'ensemble des méthodes que nous préconisons.

6° Nous croyons que la pensée et la volonté humaines ont une puissance considérable et doivent être employées consciemment au service du bien, c'est-à-dire la force qui entraîne toute la nature vers des modes toujours plus élevés de manifestation.

7° Nous croyons absolument au caractère irrésistible du progrès et au triomphe assuré de la beauté sur la laideur, de la vérité sur l'erreur, du bien sur l'égoïsme et la haine.

8° Nous croyons que seuls l'amour expansif, la fraternité et la coopération sont des agents efficaces de progrès collectif et que rien de vrai, de beau, de bon ne peut être édifié sur la haine, l'esprit de parti, de clan, de rivalité, de vengeance et d'oppression.

9° Nous croyons qu'une sympathie universelle s'impose à l'égard de tous les efforts sincères, vers le bien, même lorsqu'ils semblent en opposition, car les voies de réalisation d'un avenir meilleur sont nombreuses comme les tempéraments des humains.

Cette déclaration de principes est assez large pour ne repousser absolument aucun homme de bonne volonté, quelles que soient ses opinions ou ses croyances et assez précise pour bien déterminer le caractère optimiste, progressif, réaliste et largement humain de notre idéal.

Pour devenir membre du Trait d'Union, il suffit de souscrire à cette déclaration de principes et d'envoyer son adhésion avec une demande d'abonnement.

Le T. U. ne se propose pas seulement de faire de la propagande pour un idéal de régénération physique, intellectuelle et morale (végétarisme, tempérance, culture physique, bains de soleil, etc.); il se préoccupe d'aider les naturistes à suivre la vie nouvelle en créant les institutions nécessaires.

Il a déjà ouvert trois restaurants végétariens à Paris, un à Bordeaux, un à Nice, un à Marseille, ainsi que quatre camps de vacances. Comme il ne sépare pas la régénération du corps social de celle des individus, qu'il veut travailler à la réalisation d'une société fraternelle dans laquelle l'exploitation de l'homme par l'homme aura disparu, toutes les entreprises du T. U. y compris la présente revue sont réalisées coopérativement, substituant ainsi le service de la collectivité à la recherche du profit personnel.

### Tous les idéalistes conscients doivent adhérer au "Trait d'Union"

Nous avons créé 21 rameaux : à Angers, Bezons, Bordeaux, Brest, Cherbourg, Compiègne, Colmar, Lille, Lyon, Marseille, Montpellier, Mulhouse, Neufchatel-en-Bray, Nice, Romans, Rouen, Royan, Strasbourg, Toulouse, Tours, Valenciennes; et 21 rameaux à l'étranger : Sydney, Melbourne (Australie), Bandœng, Buitenzorg, Batavia (Java), Médan (Sumatra), Saïgon, Pnomh-Penh (Indochine), Nouméa (Nouvelle Calédonie), Karachi, Madras, Bombay, Calcutta, Pondichéry (Indes), Beyrouth (Syrie), Alexandrie, et deux au Caire (Egypte), Genève (Suisse), Londres et Bristol.

D'autres sont en formation en Hollande, en Allemagne et dans les Pays Scandinaves.



Octobre 1934

# RÉGÉNÉRATION

Organe Mensuel du TRAIT-D'UNION

RÉDACTION, ADMINISTRATION : 4, rue des Prêtres-St-Séverin, PARIS (5<sup>e</sup>)

ABONNEMENT :

France et Colonies : 18 fr. par an. — Etranger : 24 fr.

Compte de Chèques post. : Paris 705-87

---

## POUR LA CULTURE HUMAINE

par J.-C. DEMARQUETTE

---

### I. — LE BUT DE LA VIE

Beaucoup de naturistes après quelques années de pratique plus ou moins fidèle de ce qu'ils considèrent comme le naturisme, passent par une période d'épreuves morales et de crise intérieure.

Au début, lorsque les hasards d'une lecture, ou les rencontres de la vie leur ont fait connaître le naturisme, ils ont eu l'impression qu'une vie nouvelle commençait pour eux. Finies les vieilles conventions bourgeoises, les routines alimentaires et vestimentaires, les habitudes malsaines et les plaisirs de philistins et de béotiens ! Le jeune naturiste sent qu'une vie nouvelle, faite de clarté, d'harmonie, de lumière, de force et de sérénité s'ouvre devant lui. Abandonnant avec joie les longues soirées au café, les samedis et les dimanches au Café-Concert, ou même les déplacements sportifs avec des amis braillards et assoiffés pour aller à Chevreuse, à Villennes, ou dans les autres rejetons de ces ancêtres des camps naturistes, renonçant à l'alcool, au tabac, à la viande, transformant progressivement leurs vêtements dans le sens de



l'hygiène, de la liberté et de la beauté, les nouveaux venus du Naturisme, ayant comme la révélation d'un sens plus profond, et plus libre de la vie, d'un charme plus grand de l'existence, se sentent remplis d'une nouvelle joie de vivre. Les luttes qu'ils doivent soutenir contre leur milieu pour pouvoir suivre leurs idées augmentent encore leur nouveau bonheur en leur donnant, dans une certaine mesure, l'ivresse des joies du conquérant qui maintient les frontières de ses conquêtes contre les retours offensifs des représentants du passé.

Et pendant des mois, et des années, on suit avec allégresse les voies nouvelles qu'on s'est tracées. Puis, un beau jour, il semble que l'azur radieux de nos perspectives, de nos vues d'avenir, se couvre peu à peu de nuages imprévus. On n'éprouve plus le même transport à faire des choses qui sont devenues coutumières. Le végétarisme et les bains de soleil perdent l'attrait de la nouveauté. La famille et l'entourage ayant plus ou moins capitulé pour admettre, au moins tacitement, les agissements de l'enfant prodigue naturiste, on n'éprouve plus la même allégresse à laver les légumes de sa Basconnaise ou à se coucher sur le gazon, à l'abri du vent, pour se rôtir alternativement le ventre et le dos au soleil. On n'est plus si sûr d'être arrivé au point culminant de l'existence. Et de nouveaux problèmes ne tardent pas à se poser à l'esprit du jeune idéaliste.

Le naturisme a-t-il bien toute la valeur qu'on lui a attribué d'abord ? N'est-il, au contraire, qu'une halte, qu'un entr'acte plus ou moins distrayant dans les luttes politiques qui, seules, comme l'affirment tant de camarades enrôlés dans les divers partis, pourront amener sur terre le règne de la justice dans la bonne organisation économique et politique de la société ? Ou bien, comme le pensent d'autres amis, ne prend-il toute sa valeur que lorsqu'il aboutit à un de ces spiritualismes plus ou moins anciens comme le Mazdéisme, le Rosicrucianisme, le soufisme, l'anthroposophie ou autres philosophies ?

Vaut-il mieux se contenter d'utiliser au maximum les satisfactions offertes par les plaisirs naturistes sans se mêler de vouloir réaliser le bonheur des autres par une action plus



ou moins révolutionnaire? Faut-il au contraire, remettant à plus tard les flutiaux et les plaisirs champêtres du naturisme, se lancer à corps perdu dans la bagarre politique, descendre dans la rue et se préparer à s'immoler sur les prochaines barricades? Ou bien, dédaignant les plaisirs superficiels et les luttes destructives et généralement stériles de la politique, faut-il se réfugier dans les tranquilles bocages de la sagesse et de la philosophie? Ou encore, ne vaut-il pas mieux considérer, comme les manifestations d'un romantisme juvénile, les espérances placées autrefois dans le naturisme considéré comme l'annonciateur du bonheur humain, et ne faut-il pas tout bonnement se remettre avec toute l'énergie qu'on possède « aux affaires » pour arriver à s'assurer l'or, qui reste en définitive le seul dispensateur des satisfactions « sérieuses et réelles »??? Voilà les questions qui se posent à nombre d'anciens naturistes.

Pour qui connaît les hommes, il est bien évident que la solution choisie sera, pour chaque individu, largement conditionnée par son tempérament, par son degré d'évolution, par son entourage, ce qu'on appelle : les influences du milieu. Le dernier article de notre déclaration de principes nous fait un devoir de considérer non seulement avec un égal respect, mais même avec sympathie les directives que leur conscience impose à nos amis en proie aux questions du Sphinx de la vie. D'autre part, pour rien au monde, nous ne voudrions pousser nos amis à imposer silence aux interrogations de leur conscience pour se réfugier dans le « carpe horam » des opportunistes. Nous sommes persuadés que les périodes de crises, de doutes et de difficultés intimes sont les plus fécondes et les plus utiles à la croissance intérieure des individus, et nous ne voudrions à aucun prix faire pression sur eux pour leur faire adopter nos certitudes, dont nous connaissons trop la relativité.

Cependant, si nous n'avons pas la prétention, ni l'intention, de leur apporter la solution du problème, il peut être cependant utile d'attirer leur attention sur la bonne manière de le poser, ce qui pourra leur éviter de se fourvoyer vers des solutions infécondes ou sans rapport avec le monde réel.



La question qui se pose en réalité à beaucoup de naturistes, pratiquants depuis quelques années, est celle de l'orientation de leur vie. Ils ne se satisfont plus de ces demi-mesures que sont la pratique de la tempérance et du végétarisme, et les loisirs passés dans les camps naturistes. Ils veulent réaliser une harmonie totale dans leur vie, dans celles de leurs proches, et, si possible, dans la société tout entière. C'est là une ambition fort louable, mais il est bien évident qu'elle pose une question préalable. J'ai déjà signalé dans *Libération* cet essai d'application du naturisme à la solution des questions sociales, qu'avant de faire une révolution, il faut non seulement savoir ce qu'on veut détruire, mais encore, mais surtout, ce par quoi on veut le remplacer. Autrement dit : le progrès n'est pas œuvre de revendication, mais de création. La critique est toujours si facile, si peu fatigante... Mais on n'édifie rien avec des protestations et des réclamations, il faut pour construire quelque chose des apports réels, des efforts positifs et difficiles. Il faut que les hommes de progrès aient un programme de construction très largement poussé ; autrement, ils ne sont que de dangereux aberrants. Et ceci est vrai quelle que soit la direction vers laquelle on veuille se diriger.

Mais une question préalable d'importance capitale se pose. Pour choisir la direction que l'on veut imprimer à sa vie, il faut être capable d'assigner un but à celle-ci. Et il est bien évident que le but de la vie est étroitement fonction de la nature humaine. Il ne s'agit pas de réaliser le bonheur du citoyen, de l'homo economicus, mais d'hommes, d'êtres sentants, pensants, espérants et en devenir perpétuel. Donc, la grande question, que nous devons d'abord nous poser lorsque nous essayons de résoudre le problème de notre cas particulier, est celle du but de la vie. Elle est grosse de conséquences et devrait faire l'objet des méditations de tous les hommes qui veulent vivre consciemment et non comme des jouets des forces de la société.

Avant de se la poser, les individus vivent d'une façon toute empirique, lorsqu'ils ne sont pas incorporés à une collectivité qui leur impose ses directives. Toute leur activité est d'abord



dirigée par la conservation de leur existence. A ce stade, les grandes joies sont celles de la satisfaction des besoins naturels et quelques plaisirs grossiers.

A un degré plus élevé, l'homme ne vit plus exclusivement pour s'assurer « la matérielle », il veut s'assurer le bonheur. Il y tend par la recherche d'un certain luxe dans la satisfaction de ses différents besoins, ce luxe étant lui-même une source de plaisirs beaucoup moins d'ordre artistique que d'ordre social, l'individu ayant l'impression qu'il lui confère une valeur particulière en l'élevant au-dessus du commun. Si puérile que soit cette notion, elle marque cependant une étape importante dans l'évolution des hommes puisqu'elle fait intervenir le subjectif et le social dans l'organisation de leur vie.

Mais si raffiné que soit le luxe dont jouit un individu, il ne saurait être un critère de valeur personnelle s'il n'est pas soumis au contrôle d'une échelle de valeur convenable qui permette de classer les jouissances et les activités en accordant à chacune la valeur qui lui revient réellement. Seule la possession d'une échelle de valeur exacte est un signe d'évolution et de culture. Chacun doit donc tendre à se l'assurer. Mais pour cela il faut d'abord avoir des idées claires sur le but et la valeur de la vie. C'est donc le but de la vie qu'il importe avant tout de découvrir.

Or l'état actuel des connaissances humaines nous indique que l'Univers est en proie à une majestueuse évolution portant à la fois sur les corps et sur les consciences qui les animent. Etant donné que les dernières découvertes scientifiques tendent à prouver que la matière est composée d'énergie soumise à la direction de forces encore inconnues, mais qui semblent se rapprocher des idées Platoniciennes, il paraît bien que les faits de conscience et de représentation soient d'une importance plus haute que les corps qui sont comme leur expression et leurs supports. D'autre part, en vertu de l'évolution, chaque phénomène, chaque être doit être considéré à la fois comme le résultat de degrés antérieurs, et la préparation d'états supérieurs futurs. Il s'en suit que le rôle de l'homme est de collaborer à cette évolution universelle en



portant à leur plus haut degré de perfectionnement possible les diverses puissances d'expression de la vie qui est en lui.

Ses facultés sont d'autant plus importantes qu'elles concourent plus directement et plus activement à l'évolution et à l'élévation de sa conscience qui est l'expression la plus élevée de la vie en lui. A ce point de vue, elles sont de deux ordres bien tranchés. D'une part celles qui contribuent à la conservation et à l'entretien du corps physique ; les fonctions de la vie organique, nutrition, reproduction, etc. De l'autre, celles de la vie de relation, mouvement, perceptions, représentations, qui sont l'origine des activités supérieures de l'esprit.

Dès que l'homme quitte le point de vue étroit et borné de la vie matérielle et égoïste pour s'élever au niveau des idées universelles et collectives, il doit orienter sa vie vers l'utilisation de toutes ses facultés en vue de se servir de ses fonctions et de ses organes matériels pour contribuer au développement de sa conscience. Il ne cesse pas pour cela de donner pour but à sa vie la recherche du bonheur, mais en mettant celui-ci dans le sentiment d'une vie en harmonie avec le devenir universel. Du reste, ce développement des fonctions supérieures est lui-même la source d'un bonheur très vif. Car, en général, le sentiment de l'épanouissement d'une fonction est toujours la source d'une joie d'autant plus vive que la fonction est d'un ordre plus élevé.

Ainsi l'individu aura franchi la troisième étape de son développement. A l'homme animal qui vit par et pour son corps, à l'homme enfant qui recherche les jouissances personnelles, au-dessus des besoins purement matériels, mais sur le plan personnel et égoïste, aura succédé l'adulte qui, se redressant de toute sa stature, embrasse tout l'Univers du regard et y prend la place qui revient à sa nature propre. C'est là le but et l'aboutissement du naturisme.

Dans la pratique, cette idée amène la révision de notre attitude envers les différents biens de ce monde et envers nos activités. Nous ne travaillons plus pour acquérir des biens, mais pour profiter des bienfaits du travail créateur. La prospérité, en soi, ne nous intéresse plus, mais seulement la



valeur d'usage des objets. Nous en arrivons à préférer un travail peu rémunérateur, mais libre, sain et plein de valeur éducative comme celui de l'artisan ou du cultivateur aux chaînes dorées du commerce et de l'industrie. Mieux vaut le libre effort créateur de dynamismes nouveaux en nous, que l'attachement statique à la propriété héritée qui ne fait que renforcer les limitations de notre personnalité morale. Ainsi, cette revision de notre échelle des valeurs et de notre conception de la vie nous facilitera le franchissement du grand pas qui mettra notre vie en accord avec notre idéal naturaliste en nous amenant à quitter les pourritures citadines pour retourner à la dignité et à l'harmonie de la vie champêtre.

---

## **L'amour des animaux dans la mystique musulmane**

par Emile DERMENGHEM

---

L'Islam n'a pas poussé aussi loin que le bouddhisme l'amour des animaux; pourtant l'on peut trouver dans son enseignement religieux, dans sa littérature hagiographique et mystique de nombreux textes incitant à la communion universelle et au respect de toute créature.

Le prophète Mohammed défendait de maltraiter les bêtes, de les mutiler, de les tuer de sang-froid sans nécessité. Les animaux domestiques, dit-il, seront présents au Jugement dernier et porteront plainte contre les maîtres cruels. Il voit en enfer une femme respectable égratignée sans répit par un chat qu'elle a laissé mourir de faim en l'enfermant. Par contre, une prostituée entre au paradis parce que, voyant un jour un chien mourant de soif au bord d'un puits, elle lui a tiré de l'eau en attachant sa chaussure au bout de son voile.

— Aurons-nous une récompense pour le bien fait aux animaux? demanda-t-on un jour à l'Envoyé d'Allah.

— Il y aura récompense, répondit-il, pour quiconque désaltèrera tout être doué d'un cœur vivant. Celui qui aura



creusé un puits aura une récompense pour chaque chameau qui y viendra boire.

Le grand çoufi Mohyieddin ibn Arabi écrit que tous les hommes, tous les animaux et toutes les choses créées sont « la famille de Dieu » et qu'il faut les traiter avec respect. Certains ésotéristes avancent même que l'amour pour les êtres d'une race éloignée de nous (étrangers, animaux, plantes, pierres...), étant moins obligatoire et plus désintéressé, a d'autant plus de valeur initiatique.

Râbi'a (la sainte du Pur Amour, à laquelle remonte, par Joinville, l'allégorie, reprise par les mystiques français du XVII<sup>e</sup> siècle, de la femme qui veut éteindre avec une cruche d'eau les feux de l'enfer et incendier le paradis avec une torche afin de pouvoir aimer Dieu d'une façon absolument désintéressée, sans crainte de châtiment et sans espoir de récompense) monta un jour sur une montagne. Toutes les gazelles qui s'y trouvaient s'assemblèrent autour d'elle. Arriva le pieux Hasan Baçri, et toutes les gazelles de s'enfuir.

— O Râbi'a, dit-il, pourquoi me fuient-elle et ne te fuient-elles pas, toi?

— O Hasan, qu'as-tu mangé aujourd'hui?

— De la purée cuite avec un morceau de graisse.

— Toi qui manges leur graisse, comment ne te fuieraient-elles point?

Ibrahim Ibn Adham (1) (qu'Allah soit content de lui!), fils de roi, allait souvent à la chasse comme le chrétien saint Hubert. Un jour qu'il poursuivait une antilope, il entendit une voix qui lui disait : « O Ibrahim, est-ce pour cela que nous t'avons créé? » Aussitôt il descendit de son cheval, donna ses riches habits à un berger en échange d'une grossière tunique de laine, et partit mendier sur les chemins d'Allah.

Ibrahim al Khawwaç sortit un jour pour aller se procurer de quoi manger. Il jeta un filet dans le fleuve et prit un, deux, trois poissons. Il entendit alors une voix : « O Ibrahim, tu ne trouves ta vie qu'en détruisant ceux qui Nous louent! »

---

(1) Les textes qui suivent sont traduits pour la première fois en français des traités de çoufisme et d'hagiographie de Qochayri, Yamani, Cha'rawi, Çafawi.



(Car le Coran dit : toutes les créatures louent Dieu). Il déchira aussitôt le filet meurtrier et rejeta les poissons à l'eau.

On donna un jour à Jounayd (que Dieu sanctifie son secret !) un petit oiseau. Il le prit, l'embrassa et le lâcha. Comme on lui demandait pourquoi, il déclara :

— Ce petit oiseau m'a dit : « O Jounayd, tu te délectes dans l'oraison des amis et tu leur fermes la porte au nez. J'ai négligé de louer Dieu ce matin et il m'a puni en me faisant tomber en prison. Lâche-moi et je ne serai jamais plus négligent. »

On raconte que l'oiseau libéré revenait souvent voir Jounayd. Quand celui-ci mourut, l'oiseau arriva, vit le cadavre et tomba lui-même mort. On enterra le petit corps dans le tombeau du saint. Quelques jours après, quelqu'un vit en songe Jounayd qui dit : « Dieu m'a pardonné parce que j'ai été bon avec l'oiseau. » Et Allah est le plus savant.

Chibli, le mystique, aimait toutes les créatures. Il apparut en songe, après sa mort, à l'un de ses disciples, et lui dit : « Dieu m'a fait venir et m'a dit : « Sait-tu pourquoi je t'ai pardonné? — C'est sans doute, Seigneur, ai-je répondu, parce que j'ai prié, jeûné, etc... — Non ; c'est parce qu'un soir pluvieux et froid, dans une rue de Baghdad, tu as ramassé une chatte abandonnée et l'as réchauffée dans ton manteau. »

Un homme pieux égorga un jour une vache devant son veau. A cause de cette cruauté, Dieu lui fit perdre sa piété. L'homme devint fou et les petits enfants s'amusaient de lui.

Chez les Banou Israël, un débauché mourut et fut jeté avec mépris dans un puits sans funérailles. Dieu ordonna à un prophète de ce temps de sortir le cadavre, de le laver et de prier sur lui. Le prophète obéit et demanda à Dieu pourquoi il lui avait donné cet ordre. Cet homme, lui fut-il répondu, a vu un jour un chien qui mourait de soif ; il a pris son turban, l'a plongé dans le puits et a égoutté l'eau dans la gueule du chien.

Un véritable saint est en paix avec toute la création. Jalal eddin Roumi, le fondateur des derviches tourneurs, prêchait aux chiens comme saint François d'Assise aux oiseaux et saint Antoine de Padoue aux poissons. Ibrahim Ibn Adham



persuada à un lion de ne plus couper les routes, comme le Poverello convertit le loup de Gubbio.

Dans ce monde racheté, comme dans la Thébàide des Pères, les bêtes sauvages apportent à manger aux ascètes. Les lions servent les saints. Les bêtes donnent des leçons de charité aux hommes. Un bandit se convertit en voyant un moineau porter des dattes à une vieille vipère aveugle. Un cheikh voit dans le désert un corbeau apporter un morceau de viande à un lion infirme. Ibrahim Ibn Adham voit une abeille rouler une miette de pain et la placer dans le bec d'un moineau frappé de cécité.

Les mystiques entendent les louanges de Dieu sortir de la bouche des animaux. Ils entrent en extase au chant du rossignol. Toutes les voix de la nature leur sont une exhortation ineffable et des signes mystérieux.

Un jour que Samnoun (sur lui le consentement d'Allah!) parlait de l'amour divin, dans une mosquée, un petit oiseau s'approcha : on le vit frapper le sol de sa tête; un filet de sang coula de son bec et il mourut.

---

## LES SIKHS

*Origine et développement de la communauté jusqu'à nos jours,*

par Lajwanti Rama KRISHNA,

*Docteur de l'Université de Paris.*

(Maisonneuve, éditeur, 1933.)

---

*Tel est le sujet d'une thèse de Doctorat soutenue à l'Université de Paris par Mlle Lajwanti Rama Krishna, la première jeune fille de l'Inde qui ait obtenu le doctorat dans une université française.*

*Après un long et difficile travail de recherches à travers tous les travaux des historiens musulmans, sikhs et anglais, Mademoiselle Krishna a réussi à donner une histoire homogène des sikhs et du sikhisme, histoire qui n'existait pas avant elle. Beaucoup d'entre nous ont entendu parler des sikhs pour la première fois pendant la dernière guerre; nous avons donc pensé être agréables aux lecteurs de Régé-*



*nération en leur donnant la primeur d'un des plus beaux chapitres de ce livre si intéressant : l'histoire du fondateur du sikhisme, le Guru, le saint Nanak. Le charme, la poésie, la grandeur de ce caractère n'échapperont à personne. Peu de récits sont mieux faits pour exalter la puissance de l'homme, son influence inouïe quand il met toute sa bonne volonté, toutes les forces de son âme, au service d'une cause qu'il aime et qu'il veut faire triompher.*

## LE GURU NANAK DEV

A l'époque où Bahlol Lodi, empereur de l'Inde du Nord, luttait pour étendre les limites de son empire, un enfant naissait dans une famille Hindoue de classe moyenne, dont la destinée devait être de surmonter les incompréhensions, d'éteindre les haines intenses entre Hindous et Musulmans, de créer des sentiments fraternels et de libérer l'Hindouisme des éléments dégénérés et avilissants qui l'avaient peu à peu pénétré.

Rien de très précis ne nous est parvenu sur les aïeux de Nanak, si ce n'est qu'ils étaient des Ksatriyas (1) de la sous-caste Bhedi. La résistance désespérée des Ksatriyas aux conquêtes musulmanes avait amené leur extermination partielle. Leur royaume perdu, leur nombre réduit, leur pouvoir anéanti, les Ksatriyas n'avaient rien d'autre à faire que de se retirer du champ de bataille et d'embrasser des professions que leurs ancêtres avaient dédaignées. Entravés par les dirigeants musulmans dans le développement normal aux hommes de leur classe, ils se convertirent en marchands, en percepteurs, en fonctionnaires du fisc et en agriculteurs. Par conséquent, la race des Ksatriyas du Panjab devint Vaiçya d'esprit et d'occupations, restant cependant Ksatriya de nom.

C'est dans une de ces familles Ksatriyas que naquit Nanak, le réformateur. Son grand-père, Seva Ram, comptable à Talvandi, village situé sur le bord de la rivière Ravi dans le district de Gujramvala, avait deux fils, Kal Chand et Lal Chand. Kal Chand, l'aîné, généralement connu sous

---

(1) Caste des guerriers.



le nom de Kalu, devint intendant et comptable du village à la mort de son père. Talvandi était à cette époque sous la juridiction d'un mahométan Bhatti-Rajput, Rai Bular. Kalu, ainsi que sa famille, jouissait de la considération générale du village, et Rai Bular lui témoignait son affection et sa confiance.

Kalu était marié à Tripta, jeune femme pieuse et douce. En novembre 1469 de l'ère chrétienne (Kartika Purnima Samvat 1526), Tripta mit au monde un fils. La bonne nouvelle fut annoncée au prêtre de famille Hardayal qui vint établir l'horoscope et prédit un grand avenir à l'enfant, qu'on nomma Nanak.

Enfant, Nanak avait une attitude pensive et un caractère méditatif. Au lieu de jouer avec les enfants de son âge, il préférait, dès l'âge de quatre ans, rester soit en compagnie de fakirs et de saints, soit dans la solitude. Il donnait tout ce qu'il recevait de ses parents aux passants et aux sàdhus.

A sept ans, il fut envoyé à Gopalpadha pour apprendre l'hindi et, à neuf ans, à la Pathçala et au Maktab pour y apprendre respectivement le sanscrit et le persan. A cette époque, ces écoles, outre l'enseignement des langues importantes, préparaient les étudiants à des fins séculières ou leur enseignaient les dogmes théologiques traditionnels. Esprit investigateur et avide de connaissance, Nanak ne pouvait ni s'adapter aux unes, ni admettre les autres. Souvent, il demandait des explications à ses professeurs sur les matières enseignées et discutait formules théologiques et problèmes spirituels. Les explications de ses maîtres n'arrivaient pas à le satisfaire ; aussi, extrêmement déçu, il quitta ces écoles les unes après les autres. Agé alors de neuf ans, on lui conféra le cordon sacré, yajnopavita, mais il refusa de le porter, prétendant qu'il est trop futile de recevoir cet insigne, quand les valeurs morales et spirituelles qu'il représente font défaut.

A mesure que Nanak avançait en âge, le penchant de son esprit à la réflexion et à la méditation s'affirmait davantage. L'état des mœurs et des coutumes pesait lourdement sur lui. Le pouvoir florissant de l'Islam excitait ses doutes, son âme



restait perplexe et incertaine sur le choix de la véritable religion : idolâtrie, Hindouisme ou Islam.

Ainsi accablé, il se retirait pour trouver un soulagement en méditant parmi les vertes campagnes et les forêts solitaires. Il contemplait, et étudiait, parfois plusieurs jours de suite. Fréquentant librement les hommes saints des deux religions et voyant les fidèles et les chefs des sectes principales de l'Hindouisme, il discutait et conversait avec eux sur les problèmes qui embarrassaient sa jeune âme ; il étudiait et surveillait la situation, s'instruisant ainsi lui-même.

Ses continuelles escapades dans les bois et les champs, son amour pour la solitude, au lieu de calmer son angoisse et de faciliter ses élans vers la Vérité, creusèrent plus profondément l'abîme qui s'ouvrait en son âme.

Son attitude contemplative et ses fugues fréquentes remplirent sa famille d'inquiétude. Amis et parents le croyaient possédé par quelque mauvais esprit ou atteint d'une étrange maladie. Seul Rai Bular, le chef de Talvandi, pouvait comprendre le malaise de Nanak, et souvent il plaidait sa cause auprès de son père. Il prédit un grand avenir à ce jeune garçon qui, souvent, était considéré comme fou.

Kalu, homme rangé, heurté dans ses principes, fit appeler un exorciste. Le jeune Nanak souriait de cette incompréhension dont il parlait en ces termes : « Les uns me disent possédé d'un Bhut, les autres d'un Baital, pendant que d'autres pensent que je suis malade ; chacun parle selon ses lumières, mais en vérité le pauvre Nanak est fou du Seigneur. »

L'exorciste et le médecin, l'un après l'autre, assurèrent à Kalu que son fils ne souffrait ni physiquement ni moralement. Mais si le corps était en bonne santé, pourquoi le jeune garçon errait sans but dans les champs ? Probablement par désœuvrement ; aussi Kalu le chargea-t-il de surveiller le bétail.

Nanak conduisait le troupeau et, pendant que celui-ci paissait, le pâtre contemplatif restait plongé en méditation sous un arbre. Le troupeau entraît dans les champs voisins et endommageait la récolte. Rai Bular recevait des plaintes,



mais comprenant mieux Nanak que ses parents, il réglait les choses à l'amiable. Kalu était un homme simple, terre à terre, toujours absorbé par ses affaires. Il était incapable de comprendre l'humeur pensive de son fils, et ne pouvait tolérer l'idée qu'il ne faisait rien d'autre que de méditer dans la solitude comme un insensé. Il essaya d'inciter le jeune homme à faire du commerce, lui donna une certaine somme d'argent et l'envoya à la recherche de produits avantageux. Bala, le jeune domestique de la famille, l'accompagnait.

A quelques lieues de Talvandi, Nanak rencontra un groupe de fakirs absorbés dans leurs exercices religieux. Les trouvant affamés et dépourvus de provisions, Nanak pensa qu'il n'y avait pas de marché plus honorable à faire que de rassasier ces hommes de dieu, aussi acheta-t-il de quoi les nourrir. Il eut du plaisir en leur société et s'entretint avec de sujets religieux. Puis, pleinement satisfait, il reprit le chemin de la maison. Bala lui rappela la menaçante colère paternelle. Bien que convaincu de la supériorité de sa transaction sur toutes les transactions terrestres, il ne se trouvait cependant pas en état de paraître devant son père courroucé : aussi, s'étant réfugié sur les branches d'un arbre, il délégua Bala, attendant son retour pour se présenter à sa famille prévenue de la tournure de ses affaires commerciales. Le père irrité courut à l'arbre, empoigna le garçon et le battit. La mère essaya de s'interposer et de plaider pour lui, mais rien ne put calmer la fureur de Kalu. Rai Bular vint enfin lui reprocher sa cruelle conduite, offrant de rembourser l'argent dépensé par le jeune garçon.

Kalu quoique calmé était extrêmement déçu. Reconnaisant l'erreur d'avoir voulu faire de Nanak un commerçant, il lui demanda de surveiller les champs, d'en écarter les oiseaux et le bétail pour préserver la récolte. L'atmosphère de beauté qu'il y trouvait, prédisposant à la méditation calme, Nanak tomba en extase, la récolte fut oubliée et négligée, ce qui amena une nouvelle colère de Kalu ; il prit la décision de le mettre à la porte, mais Tripta intervint et l'apaisa.

Nanak avait une sœur aînée appelée Nanaki. Elle était mariée à Jayaramdas, employé au service du Nabab Daulat



Khan Lodi. Daulat Khan jouissait à Sultanpur, ville importante de l'époque, de vastes concessions appartenant à l'empereur auquel il était apparenté. Quand Kalu fut découragé pour son fils, Nanaki, qui l'aimait et appréciait son frère, le prit chez elle.

Elle sut attirer son attention sur l'importance du devoir matériel et Nanak consentit à travailler. En 1485, Jayaramdas, son beau-frère, le présenta à Daulat Khan, qui, charmé, lui confia la charge du commissariat dont il s'acquitta avec beaucoup de zèle et d'honnêteté. L'heureux Kalu, pensant que les responsabilités de la vie matrimoniale feraient de Nanak un homme pratique, prépara son mariage.

En l'année 1487, Nanak fut marié à Sulaksani, plus généralement connue sous le nom de Sulakhani, qui lui donna deux fils. L'aîné, Çri Chand, naquit en 1494, le cadet, Laksmichand, en 1497.

Tout en menant la vie d'un chef de famille, Nanak n'avait ni oublié, ni abandonné son idéal. Il fréquentait des hommes instruits et des saints qui l'aidaient généreusement. La vie de famille lui procurait maintes possibilités d'étudier l'état social de son peuple. Sa façon libérale d'entretenir les fakirs et les sadhus, ainsi que ses aumônes, soulevèrent les soupçons des gens au service du Nabab; ils accusèrent Nanak de prodigalité. Daulat Khan ordonna l'arrestation immédiate de Nanak et inspecta personnellement les dépôts, les magasins, vérifia méticuleusement la comptabilité. Tout fut trouvé en excellent ordre, rien ne prêtant à la moindre accusation contre le commissaire.

Nanak avait l'habitude de se baigner journellement dans la rivière Vaini. Après son bain, il méditait sur son idéal et priait seul sous un arbre. Un jour du début de l'année 1499, après son bain rituel, il s'assit à l'écart pour méditer et tomba en extase. Les Sikhs pieux affirment qu'il se rendit au Ciel et s'entretint avec Dieu. Ils croient également que le Seigneur lui révéla les doctrines fondamentales du credo Sikh et lui ordonna de prêcher. Cet incident marque l'illumination décisive de Nanak. Il avait trouvé ce que depuis sa tendre enfance il cherchait.



Son absence provoqua de l'inquiétude au commissariat. Diverses rumeurs circulaient sur son compte, les uns l'accusant de malhonnêteté, les autres d'avoir gaspillé en aumône les deniers publics. Mais l'opinion générale était qu'il s'était suicidé afin d'échapper à la disgrâce. Seule sa sœur prit son parti et déclara qu'il était quelque part ravi en prières. Le Nabab, dont les dépôts étaient en ordre parfait, essaya plusieurs moyens de le retrouver, mais ce fut en vain. Son état d'extase dura deux jours, le troisième, il revint à lui-même et au monde environnant. Il alla droit au cimetière, et y élaborait un plan de travail pour l'avenir. Les gens le virent et s'empressèrent de porter la nouvelle au Nabab qui le fit appeler et le pria avec insistance de reprendre ses fonctions. Nanak refusa d'accepter le poste aussi bien que de retourner chez lui. Il envoya chercher son serviteur Mardana qui jouait du rabab pendant que Nanak chantait. Ce fut là, à Sultanpur qu'il prêcha pour la première fois, et, dès lors, nous nous trouverons en présence de Nanak le prédicateur, le réformateur et le Guru.

(A suivre.)

---

## L'ALCHIMIE DE L'ALIMENTATION

(Suite de l'important article du D<sup>r</sup> Parvus  
sur les aspects transcendants de l'alimentation.)

---

### *L'harmonisation magnétique des aliments.*

La question des aspects multiples des manifestations du magnétisme ou du potentiel énergétique dans les organismes vivants est encore à peine étudiée mais elle s'avère déjà comme extrêmement riche de possibilités à la fois théoriques et pratiques.

Nous savons que chaque atome est constitué par des corpuscules énergétiques de grandeurs différentes dont les plus petits tournent autour de la plus importante masse dynamique qui joue par rapport à elles le même rôle que le soleil



envers les planètes de notre système solaire. Un atome se comporte comme un système solaire infiniment petit.

Nous savons également que ces petits systèmes solaires ne sont pas stables et que l'influence d'un courant électrique permet dans une ampoule de Crookes d'obtenir l'émission par l'électrode négative de rayons cathodiques qui ne sont pas autre chose qu'une projection de poussières d'électrons arrachées aux atomes voisins et projetés avec une vitesse de 60.000 kilomètres à la seconde, vitesse qui permettrait de couvrir la distance séparant la terre de la lune en 7 secondes.

Du reste, cette vitesse est encore relativement modeste puisque, grâce aux expériences sur la radioactivité, on a pu observer des électrons se déplaçant à la vitesse de 290.000 kilomètres à la seconde, presque celle de la lumière.

A première vue, nous nous trouvons en présence dans chaque atome d'éléments fort différents.

1° Le Proton central, et ses électrons masses énergétiques de sens contraire, et équivalentes, puisqu'elles s'équilibrent.

Leur nature est encore bien mystérieuse, mais déjà, nous pouvons concevoir que ces divers éléments constitutifs de l'atome ne diffèrent pas seulement par leur polarité, mais peut-être même par la nature de l'énergie dont ils sont constitués.

Ainsi, l'atome d'hydrogène se compose d'un proton central et d'un seul électron tournant autour de celui-ci. Or le proton a un diamètre 1.800 plus petit que celui de son satellite, lequel tourne autour de lui à une distance de 1 dix-millionième de millimètre.

Pour rendre les faits plus intelligibles, si l'on grossissait cent mille milliards de fois notre atome d'hydrogène, l'électron deviendrait une grosse boule de 40 centimètres de diamètre tournant à dix kilomètres de distance autour du proton qui, lui, sera une infime masse de deux dixièmes de millimètre de diamètre.

Cette image saisissante est à rapprocher de la phrase dans laquelle, dès 1880, Madame Blavatsky affirmait que les atomes étaient des trous creusés dans l'éther...



En comparant les masses de l'électron et du proton d'hydrogène, on voit de suite qu'elles doivent être de nature fort différente puisque le petit proton peut faire équilibre à l'énorme électron 1.800 fois plus gros que lui. Nous sommes donc placés en présence de la nécessité troublante d'admettre des différences fondamentales de propriétés, c'est-à-dire de natures entre les diverses formes d'énergie atomique. Les physiciens parlent de différentes « densités » des corpuscules atomiques.

La question devient encore plus complexe lorsqu'on observe qu'un même atome radioactif, comme celui du radium, émet trois sortes de radiations, rayons alpha, électrisés positivement, rayons bêta, électrisés négativement et rayons gamma, d'une nature différente, plus pénétrante que les rayons X, car ils ont une longueur d'onde moindre.

2° On peut bien expliquer l'équilibre intra-atomique, c'est-à-dire le fait que le proton et les électrons restent à une distance constante, par les lois générales de l'attraction et les propriétés des masses électriques de sens contraire, mais on est contraint de faire intervenir une force d'une autre nature, ou d'une autre source, pour expliquer les mouvements si variés et si complexes des électrons autour du centre. Loin d'être en équilibre, l'atome est au contraire en proie à une activité prodigieuse qui implique un formidable déploiement d'énergie.

Les électrons tournent autour du soleil atomique à une vitesse voisine de celle de la lumière. L'obtention de cette vitesse dans un circuit fermé et de dimensions infinitésimales suppose un déploiement de forces inimaginable. Un milligramme de matière lancé à cette allure nécessiterait l'énergie de 100 trains express traînant chacun 100.000 kilogrammes. Ceci donne une idée des forces prodigieuses en présence desquelles on se trouve dans l'atome.

Il est à peine besoin de faire remarquer que, pour résister à la tendance centrifuge des électrons animés d'une telle vitesse, il faut que la force d'attraction qui les maintient à une distance constante du proton soit, elle aussi, énorme.



D'autre part, étant donné que chaque atome est un circuit fermé parcouru par des masses énergétiques infinitésimales suspendues dans le vide, il est bien évident que les atomes ne sont que juxtaposés. Ils ne sont nulle part en contact intime avec leurs voisins, et tous les tissus qui nous donnent l'impression de l'homogénéité sont en réalité discontinus. Il devient alors clair que toutes les structures matérielles de complexité croissante à partir de l'atome : molécules, cellules, organes, organismes, nécessitent l'intervention de forces particulières participant vraisemblablement de la nature de champs magnétiques et qui retiennent ensemble les atomes d'une même molécule, les molécules concourant à l'édification d'une cellule, les cellules composant un tissu, les tissus d'un organe, les divers organes d'un organisme.

Il est de toute vraisemblance que ces forces sont de natures fort différentes. Nous touchons ici à un chapitre à peine aperçu de la biologie et qui est d'un intérêt passionnant pour l'esprit. Ces forces qui retiennent les atomes divers dans une agglomération active : d'où peuvent-elles venir ?

Nous savons que tous les corps sont radioactifs. Nous savons en particulier que les planètes voisines et aussi les astres les plus lointains sont le centre et le point d'origine de champs magnétiques dont les ondes s'étendent quasi à l'infini dans tout l'univers. Leurs ondes extrêmement courtes leur permettent de traverser, beaucoup mieux que les rayons X, les corps les plus opaques. Millikan et d'autres savants ont déjà enregistré des centaines d'ondes provenant d'étoiles lointaines, si bien que les atomes qui nous semblaient constitués surtout par un espace vide, dans lequel tourbillonnaient d'infimes corpuscules énergétiques sont en réalité parcourus en tous sens par des champs magnétiques innombrables dont les foyers sont répandus dans tout l'univers... De vide qu'il nous paraissait, l'espace devient au contraire le foisonnement d'une prodigieuse quantité d'énergie de toutes natures et de toutes provenances.

Ces champs magnétiques qui traversent en nombre infini tous les corps jouent-ils un rôle neutre, pénétrant les espaces



intra-atomiques et inter-atomique de nos organismes sans interférer en rien dans la vie de nos atomes et le jeu des organes qu'ils constituent? Au contraire, par suite des phénomènes d'induction, interviennent-ils dans la vie des atomes soit pour effriter leur contenu énergétique, soit au contraire pour le recharger? C'est là une des prochaines questions qui se poseront aux chercheurs.

Mais le fait qu'elles sont émises non par ces univers infimes que sont les atomes, mais par des astres qui sont comme de prodigieux électrons ou protons dans ces atomes transcendants que sont les systèmes solaires, confirme bien l'idée que chaque groupe d'atomes, en allant de la molécule à un organe comme le foie ou le cerveau, a des agglomérations plus vastes comme les masses rocheuses à un endroit particulier du sol, pour aboutir à l'ensemble de la substance d'une planète comme notre globe terrestre, jouit bien de la propriété d'être radioactif, de devenir le centre d'un champ magnétique.

Il en découle que chaque organisme particulier, chaque groupe de cellules a un magnétisme qui lui est propre, résultant des activités qui ont organisés sa structure, à moins qu'il ne soit la cause même de celle-ci. Pour cette raison, je propose de nommer ce magnétisme qui baigne les cellules et les atomes d'un même corps ou d'un même organe, magnétisme structural.

Donc, pour revenir à notre étude de la nutrition, il est bien évident que l'opération ultime et l'assimilation consistera en l'incorporation des atomes provenant des aliments absorbés et digérés, dans les groupes atomiques de nos divers tissus. Nous touchons ici à un des phénomènes essentiels de l'assimilation qui sera l'élévation des structures moléculaires et atomiques des substances alimentaires, du potentiel structural des organismes végétaux (ou animaux, hélas), dont ils proviennent jusqu'à celui qui est propre à notre corps.

(*A suivre.*)



## NOTES

---

### *Sur le désarmement.*

Le 5 mars dernier, au Sénat de Washington, le sénateur William E. Borah, représentant de l'Idaho, prononçait un discours nourri de faits précis et montrant les dangers que représentent les industries des armements. Il citait des passages d'un article publié en Angleterre dans le *Living Age*.

« Pendant que les savants, agissant selon les instructions des politiciens, rendent la guerre de plus en plus mortelle, les fabricants d'armements et des matières nécessaires à cette industrie, voient leurs bénéfices augmenter. Pendant que les autres industries stagnent dans un état de dépression profonde, les actions des sociétés fabricantes d'armements sont en hausse. »

De *The Aeroplane* (un journal qui peut être considéré comme l'organe officieux, et d'une franchise parfois surprenante, du Ministère de l'Air) :

« Les fabricants d'avions et de moteurs peuvent espérer d'ici à un an une augmentation de leurs bénéfices et de leurs dividendes, lorsque la Conférence du Désarmement se sera évanouie et qu'il sera permis au programme des armements de se développer. »

D'un discours de Lord Robert Cecil :

« Si l'industrie des armements était aux mains d'une bande hors la loi de gangsters internationaux, le problème serait tout simple. La difficulté est que c'est précisément l'opposé qui est vrai. L'industrie des armements fait partie des industries les plus essentielles des nations industrialisées : la métallurgie et les produits chimiques. Mais, même dans ces conditions, le problème ne devient tout à fait aigu que lorsque la plus grande partie d'une très très grande partie de ces industries essentielles est la fabrication des munitions de guerre proprement dites. Ceci est le cas de la France et de la Tchéco-Slovaquie. »



La situation ne peut être exposée plus clairement.

Quelqu'un qui touche de très près à l'un de nos plus grands fabricants d'objets dangereux destinés à la défense nationale me disait il n'y a pas longtemps :

« On ne peut pas faire le désarmement. Ce serait la fin de tout. La plupart des usines ne pourraient plus fonctionner. Il se produirait un chômage auprès duquel celui dont nous nous plaignons ne serait rien. Toutes les valeurs dégringoleraient à la Bourse et tout le monde serait ruiné. »

Pour que les choses se maintiennent tant bien que mal, il faut donc que le monde vive dans un état d'inquiétude continue qui permet de maintenir des armements. Mais personne n'ignore la menace que cette inquiétude entraîne et comment elle peut d'une minute à l'autre se manifester.

\*  
\*\*

Le 23 et le 24 juin, à la Salle des Sociétés Savantes, les Etats Généraux de la Jeunesse se sont réunis.

Plus de cinquante groupements, représentant les tendances les plus diverses, prenaient part à cette manifestation, ainsi que de nombreux « isolés ». Les délégués étaient âgés de quinze à trente ans, mais quelques aînés « auditeurs » avaient été convoqués et tous les jeunes leaders, Georges et Armand Hoog, Jean Luchaire, Bertrand de Jouvenel, etc... étaient présents.

Le programme comportait l'examen des questions suivantes :

I. — Peut-on distinguer entre le capitalisme d'épargne et le capitalisme de spéculation? Si cette distinction est à faire, où se trouve la limite entre les deux?

II. — La propriété privée, sa légitimité, ses limites.

III. — Les influences du régime capitaliste sur les institutions publiques, sur l'opinion : les monopoles, les problèmes de la presse.

IV. — La liberté individuelle.

V. — Le régime français actuel peut-il être appelé un régime démocratique? Sinon, pourquoi? Modes de représentation proposés, rôle des femmes dans l'Etat.

VI. Politique étrangère : la jeunesse a-t-elle une position



particulière? Définition de la notion de patrie. Le problème de la paix.

Au cours de ces discussions, les « jeunes » ont témoigné (malgré encore trop d'attachement à la notion d'État-Providence qui a fait commettre tant de sottises à leurs aînés) d'un esprit d'initiative et d'un souci de définitions exactes agréables à constater. Ils comptent réunir dans un avenir prochain les États Généraux de la Paysannerie française, les États Généraux des Femmes françaises, les États Généraux de la Pensée française. Ils semblent s'intéresser aux faits plus qu'aux étiquettes politiques, aux réalités plus qu'aux mots. On voit aussi s'ébaucher chez eux une tendance à reconnaître l'existence de problèmes moraux et à ne plus les séparer des problèmes économiques, à laquelle ne nous ont pas habitués les discours parlementaires ni les sessions des congrès internationaux. Par exemple, ils veulent : « Débarasser les hommes de l'esprit de gain et de profit » et jugent que : « une dictature provisoire sera nécessaire pour éduquer et rééduquer les individus en dehors de tout esprit de profit ».

Ceci encore, extrait d'une motion dans laquelle ses auteurs exprimaient : « leur mépris le plus profond de tous les individus ou organismes qui ont établi ou fait leur fortune sur la fabrication et la vente des armes ». Cette motion n'a malheureusement pas obtenu l'unanimité. C'est dommage. Seulement il faudrait aussi établir très exactement où commence la fabrication des armements et où finit la fabrication pacifique. Le paysan qui cultive un champ de céleri dont la graine servira à fabriquer des explosifs fabrique-t-il des armements? Et l'horticulteur dont les fleurs savamment triturées donneront un des meilleurs gaz asphyxiants? Les trouvailles de la chimie moderne qui parvient à extraire des poisons des substances les plus inoffensives aussi bien que l'inextricable enchevêtrement des industries de paix et des industries de guerre ont rendu ces problèmes insolubles. Quand nous achetons des bas ou une cravate en soie artificielle, un livre ou un journal imprimé sur du papier fait de pâte de bois, du parfum synthétique, de l'engrais chimique, un manche de parapluie en faux ivoire ou un canard



en celluloïd pour le bain des petits enfants, nous encourageons et nous aidons de notre mieux les industries de guerre puisque nous savons parfaitement que tous ces objets ont pour origine la cellulose et que la cellulose est avant tout destinée à fournir en temps de guerre les explosifs et les gaz asphyxiants. Et à partir de quelle somme commence-t-on à « établir sa fortune sur la fabrication des armes? »... L'ouvrier qui gagne quarante francs par jour, l'ingénieur qui gagne deux mille francs par mois sont-ils aussi des profiteurs de guerre? Ou seulement le grand industriel qui gagne dix millions par an?

Ne pourrait-on pas soutenir que le manoeuvre qui manipule la pâte de bois ou qui surveille le marteau-pilon a aussi sa part de responsabilité et que le paisible retraité, le doux fonctionnaire, le joueur de billard abonné au journal le plus internationaliste de son département, le bourgeois trembleur muni d'une collection complète de tous les masques protecteurs contre les gaz, la dame pacifiste présidente de comités ou membre actif d'associations pour le rapprochement des peuples, établissent tous leur fortune sur la fabrication des armes s'ils possèdent une seule action d'une société industrielle chimique ou métallurgique ou même indirectement intéressée à la production des armements? Nous sommes tous, dans une certaine mesure, complices de ce que nous prétendons détester et l'honnêteté la plus élémentaire devrait nous pousser à le reconnaître. Mais comment sortir de tous ces dilemmes? En renonçant à toutes nos habitudes, sans aucun doute. Malheureusement, nous n'y sommes pas le moins du monde disposés. Combien d'Européens seraient prêts, pour diminuer les chances d'une guerre, à modifier leur genre de vie volontairement? un sur un million... peut-être? « On ne peut pas retourner en arrière, disent les mystiques du progrès, tout plutôt qu'une régression! » Les retours en arrière sont peut-être impossibles, mais les roues tournent. On peut également prévoir qu'une pierre imprudemment lancée du haut d'un huitième étage tombera verticalement.



Les époques dont la pensée nous apparaît comme désuète et encore un peu barbare résolvaient ces problèmes très simplement. On pensait alors que le degré de malfaisance dont les hommes sont capables dépend uniquement de la puissance de leurs moyens d'action. Les lois tentaient donc de défendre les hommes contre eux-mêmes et les traitaient comme des enfants brutaux et maladroits auxquels il faut éviter de donner autre chose pour jouer que des teddy-bears en peluche et des lapins en caoutchouc. Les inventeurs étaient surveillés de près (et même rendus inoffensifs si cela était nécessaire).

Quant à la fabrication privée des armes, jusqu'à la fin du dix-huitième siècle, elle était interdite catégoriquement. Au seizième siècle, quiconque était surpris à enfreindre cette règle était condamné à être « étranglé et pendu » (l'étranglement tout seul n'étant sans doute pas considéré comme une peine suffisante ni la pendaison non plus) (1).

Mais nous avons changé tout cela. Nous jugeons maintenant que toute activité est bonne, qui met en mouvement un grand nombre d'individus et une grosse masse de capitaux. Confiants dans la faculté que possède chaque citoyen de diriger tous ses actes selon les nécessités de l'intérêt général et toutes les règles de la raison, nous ne disons plus : « Quiconque a fabriqué des armes sera étranglé et pendu » mais : « Quiconque a fabriqué des armes avec succès sera nommé chevalier puis officier de la Légion d'Honneur au bout d'un certain temps. Si ce succès s'accroît et si ses bénéfices deviennent considérables, il sera nommé commandeur, puis grand'croix de la Légion d'Honneur, régent de la Banque de France, membre de l'Académie des Sciences morales et politiques, de l'Académie Française et de l'Institut. » Si un inventeur découvre quelque substance propre à anéantir une bonne moitié du genre humain en quelques secondes, il recevra automatiquement le prix Nobel et on lui élèvera des statues.

---

(1) Nous donnerons dans un prochain numéro les textes de cette législation.



Tout est affaire d'optique, d'orientation, d'angle sous lequel on envisage les choses...

#### IV

Un journal publié au Thibet, dont le titre signifie à peu près : « Miroir des vicissitudes de tous les coins du monde », affirme que l'Occident redeviendrait prospère s'il voulait seulement consentir à renoncer à l'usage des roues, car la roue permet à un seul homme de faire le travail pour lequel il aurait fallu autrefois cinq cents ouvriers.

Ces considérations thibétaines, et tout ce qui en découle, n'atteignent pas certaines imaginations encore séduites par la mystique du progrès. Elles considèrent de plus en plus les humains comme des machines destinées à absorber les sécrétions d'autres machines, comme des « consommateurs » automatiques de produits fabriqués.

Monsieur Georges Claude, en utilisant ingénieusement les écarts de température de l'eau de mer aux différentes profondeurs, s'apprête à enrichir ses contemporains de deux mille tonnes de glace par jour (pour commencer). Ceci implique soixante mille tonnes par mois et sept cent vingt mille tonnes par an. Quelles belles perspectives de cocktails bien froids, d'œufs, de lait, de beurre frais venus des antipodes, de poissons et de beafsteaks quinquagénaires pour les « consommateurs » perfectionnés.

Dans différents journaux de province (*Petit Dauphinois*, *Petit Marseillais*), Monsieur l'abbé Moreux déplore le gaspillage que nous pratiquons de toutes les forces naturelles. Nous n'utilisons ni les dépressions atmosphériques, ni le mouvement de la terre autour du soleil, ni celui de la lune, ni l'énergie solaire, ni la foudre, ni le vent... Il conclut : « Quelle quantité d'énergie gaspillée en pure perte ! Et quel progrès si nous arrivions à dompter cette force immense et à la plier à nos besoins industriels ! On y a bien songé depuis longtemps et tout le monde connaît les essais auxquels de savants ingénieurs se sont livrés sur nos côtes de Bretagne : l'eau élevée à marée haute pourrait actionner de puissantes turbines en retombant dans la mer à marée basse. Malheu-



reusement, le problème apparaît encore hérissé de terribles difficultés.

Je ne parlerai pas des forces atomiques encore inutilisées et j'arrête là ces exemples. Ils suffisent à montrer que la Nature est une réserve inimaginable d'énergie, qu'elle gaspille aveuglément d'ailleurs, sans jamais se décider à nous livrer les moyens de l'utiliser ».

En captant les forces naturelles, en les asservissant aux besoins de notre industrie et notre commerce nous donnerions enfin un sens raisonnable à la création ?

Et pourtant... Est-il bien absolument certain que le soleil a été créé pour faire marcher nos turbines, l'électricité pour allumer nos lampes, les ondes de l'espace pour propager nos chansons de music-hall, les discours de nos politiciens et les conférences de nos conférenciers?...

Le vent a peut-être une autre mission à remplir que celle de remplacer le pétrole ou le mazout. Les Chinois le considéraient comme la puissance la plus irrésistible et leur philosophie enseignait qu'après sept cycles successifs terminés chacun par une destruction causée par le feu, venait un huitième cycle terminé par une autre destruction, définitive cette fois, et causée par le vent. « Il sèche la dernière goutte d'eau des océans, dit le texte bouddhiste, il déracine les montagnes et épouvante les dévas jusqu'au fond des cieux supérieurs où ils se sont réfugiés. »

— « Si nous l'avions voulu, nous aurions pu, nous aussi, posséder un outillage complet de technique moderne, disent les vieux mandarins, détenteurs d'une sagesse plusieurs fois millénaire, aux voyageurs occidentaux. Nous connaissons depuis longtemps toutes vos formules. Mais nous nous sommes bien gardé de les laisser se répandre car nous savions trop où elles nous conduiraient »...

« Tu ne cultiveras pas l'arbre de science... »

Monsieur l'abbé Moreux, qui a écrit un livre si passionnant sur la science égyptienne, sait pourtant, mieux que personne, que ce n'est pas la connaissance de quelques phénomènes physiques, ni même leur utilisation la plus ingénieuse qui peuvent sauver une civilisation.

J. F. W. GORDON.



# Le mouvement dans l'éducation intégrale de l'homme

par René DAUMAL

---

Parfois un accident de la vie, malheur, rencontre bouleversante, ébranle l'édifice plus ou moins factice et solide qu'un être humain s'est construit pour la commodité de son existence. Atteint en ce qu'il croit être ses racines, il est brûlé pour un instant par le feu d'une question, d'un doute : que suis-je ? je vis pourquoi ? je vais où ? A ce moment de réalité, il pense, mais de tels moments sont d'exception et d'accident presque toujours ; surtout pour les hommes spécialisés, déformés par des attitudes sociales, repliés en cercles vicieux dans les ombres de leurs consciences, que notre civilisation moderne produit en abondance. Mais le semblant d'équilibre de la bâtisse est rarement compromis d'une façon dangereuse. A la question : que suis-je ? l'Etat-Civil, les noms, prénoms, surnoms, qualités, professions, titres, grades, cercles sociaux, miroirs, ambitions, vanités et paresse sont là pour donner des simulacres de réponse. Si le personnage est d'esprit quelque peu spéculatif, sa petite philosophie intérieure tient aussi des réponses en réserve, brillantes, consolantes ou approximatives, à ces questions ébranlantes. Et le vaisseau fantôme, cet homme, repart sous son grément illusoire, sur les flots de ce monde où parfois un réel vaisseau trace un sillage.

D'ailleurs, comment aurait-il résolu ces questions ? Même en les regardant en face, comme au temps de Jacob les hommes affrontaient des anges flamboyants et luttaient avec eux, à se brûler les membres, aux sommets des collines, que pourrait-il faire ? Par où commencer ? Il est difficile de tout remettre en question si l'on n'a pas vu, ou ne serait-ce même qu'entendu parler d'une voie ouverte, si dure, si étroite fût-elle, à la recherche d'une réponse réelle. Mais il semble dans la logique miraculeuse de la vie que toute recherche vraie trouvera l'aide extérieure, l'indication de chemin dont elle



a besoin ; non pas un véhicule qui transporterait l'homme sans fatigue, où il pourrait se reposer et se laisser conduire, mais un doigt précis montrant toujours le sentier le plus direct, le plus âpre aussi, dans une région où pour avancer chacun ne peut compter que sur son propre effort.

Pour ceux que le doute a secoués, pour ceux aussi qui n'ont pas perdu de l'enfance le désir de se chercher, de s'éprouver, de se construire, que faire, par quoi commencer ? Que faire aussi, pour économiser à l'enfant des expériences souvent douloureuses et longues, pour le guider dans une voie de développement humain normal — je ne veux pas dire conforme à des règles extérieures et arbitraires, mais suivant l'évolution réelle et complète de la conscience qui investit un individu humain ? — Les pédagogues ne manquent pas, ni les prétendus instructeurs, qui croient ou font croire qu'ils ont trouvé la clef, le système idéal. En effet, c'est presque toujours un système centré autour d'une idée ou d'une constatation vraie, mais partielle. Pour l'un, l'éducation parfaite sera le développement pleinement naturel, animal, de la bête humaine ; pour un autre, la culture avant tout de la spontanéité, de la sensibilité ; pour un troisième, l'exercice méthodique des facultés intellectuelles. Presque toujours, ils mettront l'accent sur une discipline particulière qui leur est chère : culture physique, sport, camping, peinture, chant, philosophie, ou histoire naturelle. Presque toujours, ce sont des hommes aux cœurs pleins de bonnes intentions, et quelques-uns sont éminemment dangereux, parce qu'ils imposent uniformément aux élèves confiés à eux leurs bonnes intentions, leurs conceptions limitées, leurs manies ou même leurs tics, sans se rendre compte que telle méthode d'éducation, excellente pour tel, fera de l'autre un estropié mental.

Si j'ai parlé d'une logique miraculeuse de la vie, c'est qu'au moment où la nécessité en est si vive pour nous tous, j'ai vu à l'œuvre une méthode d'éducation, au sens exact du mot, capable d'indiquer à chacun, enfant ou adulte, la direction la plus juste où se chercher ; non seulement d'indiquer ; mais, par un appel incessant à la conscience et à la présence de l'individu total, par des exercices, des conditions et des expé-



riences appropriées à chacun, d'inciter chacun à marcher, à s'épanouir et à mûrir dans ce sentier où chacun va seul, seul de la solitude d'une présence unique qui est pourtant le lieu où nous pouvons tous communier. L'éducateur s'appelle Madame de Salzmänn. Depuis quelque temps déjà, elle travaille à Evian-les-Bains avec un petit groupe d'élèves, et à Genève, où on lui a demandé de diriger des cours plus importants dans un studio privé. Comment, après de longues années d'études et de travaux dans les domaines les plus variés et les lieux du globe les plus divers, mais toujours à la lumière d'une recherche centrale, elle est parvenue à une profonde connaissance, du dedans et du dehors, de la machine psychophysiologique de l'homme, de ses ressorts, de ses fonctions, de ses régimes, états, fins et besoins ; comment elle a amené cette connaissance au point de maturité où elle peut être efficace pour d'autres êtres, ce n'est pas à moi de le dire ; je ne veux pas présenter un personnage, doutant de le faire assez bien pour empêcher que le lecteur ne le range dans les tiroirs de sa curiosité intellectuelle. Je craindrais qu'intéressé par l'individu plus ou moins exactement évoqué il ne se détourne du fait important.

---

## A TRAVERS LES LIVRES

---

LA VIE IMPERSONNELLE, par X..., traduction Hélène Baron.  
Chez Alcan, 1928.

Ce petit livre, d'un pur mysticisme, est le message transmis par un Frère aîné qui a voulu rester anonyme. Seuls sont préparés à le lire et à le comprendre ceux qui ont fait ou qui vont faire de la recherche du Dieu intérieur le but de leur vie. Le message promet à ceux-ci d'être un moyen pour qu'ils entrent dans la Conscience du « Moi » directement et dès maintenant, ce qui est la caractéristique de l'Ere Nouvelle comme le dit déjà Krisnamurti, car les deux messages sont parallèles.

Qui parle si intimement dans ce message ? C'est cet aspect de la Vie cosmique qui veille avec tant de soin aux destinées de notre humanité et de notre planète, Celui que Platon appelait le Logos,



le Verbe, Celui qui veille au cœur de l'atome, au cœur de l'homme, au cœur de la terre.

Il s'adresse à ses enfants pour leur faire comprendre que c'est lui, le Dieu intérieur qui les guide et qui parle au moyen de ce message en attendant qu'il devienne inutile et qu'il puisse parler directement et intimement à chacun d'eux.

Il promet à ceux qui essaient de comprendre ce message et de le vivre de les inspirer intérieurement pour qu'ils sentent sa présence en eux et vivent impersonnellement à l'unisson avec lui.

Il dévoile les illusions dues à la personnalité qui vit dans un véritable état de rêve par rapport au Monde Réel et il indique les moyens de mettre au point et à sa place cette personnalité-outil, ajustement qui est précisément l'un des buts de la vie personnelle.

Il nous invite ensuite à nous réveiller à la Réalité en vivant dans l'Eternel, dans l'éternel Maintenant, ce monde des Archétypes de Platon où tout être existe déjà dans sa perfection. Pour cela il faut nous rendre compte de notre véritable puissance pour avoir l'attitude propre à nous libérer des illusions.

Il nous conjure enfin de quitter les idées inculquées par les autorités extérieures et cristallisées dans notre personnalité pour permettre la manifestation intérieure de l'intuition, soit dans la méditation, soit dans la vie quotidienne.

Il ne s'agit donc pas de faire des efforts désespérés pour atteindre quelque chose de très élevé qui est en dehors de nous, mais de supprimer simplement les obstacles qui s'opposent à la manifestation libre de la Source intérieure.

Ces obstacles sont nécessaires, ils sont là pour être vaincus et ils permettent de forger la personnalité en un moyen d'expression impersonnel.

Notre attitude envers notre entourage et envers la vie sera transformée si nous cessons de juger que les choses ne sont pas comme elles devraient être et si nous apercevons enfin leur véritable signification et l'Ordre et l'Harmonie indescriptibles qui règnent sous le faible et provisoire désordre extérieur et au sein desquels nous avons notre place et notre mission.

Les résultats qui peuvent être obtenus si l'on essaye de vivre ce message sont une augmentation du sentiment de la Présence intérieure et de la confiance en elle, une diminution de l'illusion de la valeur



personnelle, un éveil plus rapide de l'intuition, un meilleur ajustement à l'entourage et un optimisme rayonnant.

Un organisme se charge de répandre le message, il a son centre à Mexico et s'appelle l'Institution Mondiale de la Vie Impersonnelle. Le centre français se trouve au siège de l'Action bonne, n° 4, rue Lamandé, à Paris, et donne de remarquables conférences.

Le lecteur pardonnera à la traductrice d'un texte aussi profond des phrases parfois très longues et des tournures étrangères.

G. A.

---

ALIMENTATION ET RADIATIONS. — VUES NOUVELLES D'ECONOMIE ORGANIQUE ET D'ECONOMIE MORALE, par Ad. Ferrière, Docteur en Sociologie, Membre du Conseil Directeur de la Ligue Internationale pour l'Education nouvelle. Editions du « Trait-d'Union », Paris (V<sup>e</sup>), 4, rue des Prêtres-Saint-Séverin.

L'auteur de « L'Ecole Active » et de quinze autres ouvrages sur l'éducation fondée sur la science s'attache ici au problème capital de l'alimentation saine. Problème capital, disons-nous, car que valent les principes d'éducation les plus justes si les enfants auxquels on a affaire sont déséquilibrés nerveusement pour cause d'intoxication due à des erreurs alimentaires? Or c'est le cas aujourd'hui de milliers d'enfants. Plus l'alimentation s'industrialise et plus aussi la cellule vivante se trouve atteinte dans sa texture intime. Afin de mettre ce fait en évidence, l'auteur montre le rôle dans l'organisme des infiniments petits. Cette étude le conduit à mettre en lumière le lien intime qui relie les vitamines, les hormones, les radiations du sol et les radiations cosmiques. Car tout, surtout en matière de vie, est radiation! Non seulement des expériences de toute sorte, mais même des appareils récemment créés en apportent la preuve. A cet égard déjà cet ouvrage nous apporte des informations neuves et importantes. Mais il y a plus. S'élevant du domaine de la physique au domaine moral, l'auteur — dont la doctrine vise partout et toujours à l'accroissement de la puissance de l'esprit — insiste sur l'importance de la concentration mentale, afin d'atteindre à l'équilibre nerveux et spirituel. Comme aucun d'entre nous ne peut être un savant radiesthésiste, le problème de l'alimentation saine ne peut se trouver résolu que par l'éveil de l'instinct — instinct sain, bien entendu, ou rendu aussi sain



que possible par le retour à ce qui fut de tous temps la source de la santé de l'homme : la nature.

Cet ouvrage n'apporte pas de solutions toutes faites. Il ouvre la porte de la science dans un domaine encore nouveau. Il permet, d'ores et déjà, d'éviter mille et mille erreurs alimentaires et hygiéniques. Surtout il fait réfléchir. C'est l'essentiel.



## COIN DES MÈRES

### FIN DU MENU N° 3

#### *Gâteau Parmentier.*

3/4 de livre de pommes de terre nouvelles, 1/4 de livre de carottes nouvelles, 1 tasse de petits pois verts écosés, 1 tasse de pois de Rouen (gourganes) ou fèves de marais, 1 gros oignon d'Espagne, cerfeuil, ciboulette, une poignée de feuilles de laitue hachée, 5 ou 6 cuillerées d'huile d'olive, 1 tasse de miettes de pain grillé ou chapelure à mélanger avec une 1/2 tasse de farine de froment fraîche.

Mettre dans une casserole à couvercle les petits pois et gourganes, avec une cuillerée d'huile et la laitue hachée. Cuire doucement environ 25 minutes. Après brossage soigneux des racines, les hacher finement, séparément, ainsi que l'oignon. Huiler généreusement un plat, allant au four. Saupoudrer le fond et les parois du mélange de farine et miettes, environ un tiers. Etendre une moitié des pommes de terre, arroser d'une cuillerée d'huile. Ensuite la moitié de l'oignon, les carottes, les pois avec leur jus — une cuillerée d'huile — le reste de l'oignon, pour finir, les pommes de terre. Arroser celles-ci de deux cuillerées d'huile. Recouvrir le plat d'un grand couvercle. Cuire à four doux une heure. Surveiller et tourner le plat toutes les vingt minutes. Découvrir, laisser cuire encore de 20 à 30 minutes. Saupoudrer le plat des miettes avec un peu d'huile, remettre à four vif quelques minutes pour gratiner. Semer cerfeuil et ciboulette. Servir chaud ou froid.

Ce plat, très hygiénique, a une saveur toute particulière. Si la cuisson se fait lentement, il est très digestible.



## LA VIE DU MOUVEMENT

*Rameau Tahitien.* — Après un voyage sans incident, notre Président a fait une grande conférence à Papeete, sous le patronage du Gouverneur et, aux dernières nouvelles, un rameau était presque formé.

*Rameau Parisien.* — Conformément aux décisions du Congrès, les réunions du rameau, qui auront lieu à Pythagore les premiers et troisièmes lundis de chaque mois, à 20 h. 30, se termineront par une méditation collective; première réunion, 5 novembre.

Les renseignements peuvent être demandés tous les jours au Secrétaire, de 14 heures à 17 heures, et à M. d'Arras, de 19 heures à 21 heures, les deuxièmes et quatrièmes mardis, à Pythagore.

On peut avoir au Secrétariat des renseignements au sujet des docteurs naturistes.

Les dépôts de *Régénération* et les rameaux qui auraient des numéros de 1934 jusqu'à juin inclus inutilisés sont priés d'en renvoyer au Siège, car ils sont épuisés et on nous en demande.

Les membres de Paris désireux de faire partager leurs connaissances à leurs camarades par des cours ou par la constitution de groupes (sportif, espérantiste, chorale, etc...) sont priés d'en avertir le Secrétariat.

Le 28 août a eu lieu l'inauguration, rue Brey, du restaurant végétarien de notre cher ami Breuille, membre du T.-U. En bon espérantiste, il l'a baptisé « A l'Etoile Verte ». Ce fut une charmante fête de famille naturiste.

Le programme de nos conférences est arrêté jusqu'au mois de mai, comme des personnalités de valeur ont bien voulu répondre à notre appel, elles présenteront un haut intérêt au point de vue de la culture humaine. M. le docteur Couillaud, du mouvement de la Philosophie cosmique, nous parlera plusieurs fois, mais il fera aussi, à la salle des Sociétés Savantes, 8, rue Danton, le 12 octobre, à 20 h. 45, une conférence très intéressante sur le sujet suivant : « Plus d'enfants du hasard, engendrer mieux que soi. » C'est ce que tous les jeunes gens devraient savoir avant le mariage et avant la conception.

### CONFERENCES DU MARDI A PYTHAGORE

à 20 h. 45

10 octobre. — Un fléau social : *Le Bruit* (la légitime défense



physiologique, intellectuelle, morale et sociale), par M. Horace THIVET, professeur au Collège des Sciences sociales, Secrétaire Général de la Légitime Défense contre le Bruit.

17 octobre. — La vieillesse, *le cancer* et le Naturisme (avec projections), par M. RÉNO.

24 octobre. — *Message au temps présent* (avec projections), par M. ROHRBACH, Délégué du Centre Européen de Langue française de l'Institution Mondiale de la Vie Impersonnelle.

31 octobre. — *La culture de soi*, par l'art dans le travail, par Raymond DUNCAN.

---

## EXCURSION DU DIMANCHE 14 OCTOBRE 1934

*Forêt de Fontainebleau, 20 km.*

Prendre un repas et de l'eau. Prendre un aller et retour de fin de semaine pour Fontainebleau. Rendez-vous gare de Lyon au ticketage des billets, à 8 h. 30. Départ du train à 8 h. 45.

Tour Denecourt, Mont Saint-Germain, Rocher Cuvier-Châtillon. Déjeuner au Désert d'Apremont (abri en cas de besoin à la Grotte Barbe-Bleue), bain de soleil. Le Mont Chauvet, le Mont Ussy et sa futaie. Caverne d'Augas. Fontainebleau 18 heures. Paris 19 heures.

*Ecole nouvelle.* — En octobre s'ouvre à Meudon « La Pépinière », pour enfants de 2 ans 1/2 à 6 ans 1/2 pour le moment (régime végétarien du docteur Carton), transport accompagné par le train (gares Montparnasse et Invalides). Montessori, surveillance médicale. Externat 150 fr., demi-pensionnat 250 fr. par mois. Renseignements : Mme Serrié, 72, rue de Verdun, Meudon.

Le nouveau livre de notre Président : *Les étapes progressives de la pratique naturisme* paraîtra vers la fin de l'année.

La brochure de 1 franc *Les sept raisons du végétarisme* peut encore être commandée en payant comptant jusqu'au 31 octobre, c'est-à-dire un mois après l'impression, au prix coûtant de 15 francs les 50 franco. Ensuite les prix seront de 40 francs les 50 et de 70 francs les 100 francs. Très bonne propagande à faire faire par des chômeurs.

La brochure de 13 pages *La santé par les fruits*, de P. Parandel, intéressant plaidoyer en faveur des fruits, contenant des exemples re-



marquables de leurs bienfaits, mérite d'être connue de tous les naturalistes. Elle sera envoyée gratuitement sur demande par les soins du Comptoir Naturaliste, 27, rue Dareau, Paris (14<sup>e</sup>). Joindre 0 fr. 25 pour le port ou 0 fr. 75 recommandé.

### RAMEAUX DU SUD-OUEST

Avec les vacances, beaucoup de nos membres se sont dispersés dans la région. Quelques-uns sont partis au loin, même jusqu'en Angleterre et en Suède au Congrès espérantiste international. Nous aurons donc des comptes rendus intéressants. Avant leur départ, beaucoup s'étaient munis de documents, de livres et d'adresses pour visiter nos amis et propager nos idées. Rappelons que Voirin, notre secrétaire à Paris, a ponctuellement servi tous ceux qui se sont adressés à lui. Il importe donc que nos amis sachent que maintenant le secrétariat fonctionne parfaitement et que de même la librairie fonctionne désormais impeccablement.

L'activité du Rameau de Bordeaux s'est portée surtout sur la régularisation des situations antérieures. Beaucoup d'anciens membres, découragés par certaines irrégularités antérieures, ne croyaient plus dans notre Trait-d'Union. Mais le Congrès de Serrières du 10-13 mai commence à porter ses fruits. La régularité de *Régénération* est aussi un grand facteur. Si tous veulent y donner de leurs nouvelles, notre lien deviendra chaque fois plus vivant et plus fort.

Bordeaux a vu avec plaisir se développer l'Auberge de Jeunesse végétarienne du Moulin de Pompignac. Des amis d'Autriche, d'Angleterre, des Parisiens surtout sont venus apprécier la tranquillité de ce charmant petit coin. Beaucoup étaient passés à l'Auberge du Bugue, près des Eyzies, où ils ont pu étudier ce que nous étions il y a cinquante mille ans. Grande leçon de modestie et d'internationalisme. Cette Auberge du Bugue est le résultat du travail d'une amie du Trait-d'Union. D'autres auberges ont été créées par nos membres aux Baigneaux, à Villenave d'Ornon, tout près de Bordeaux. Une autre est en étude dans Bordeaux même, toujours par le Trait-d'Union. Une autre existe enfin à Angoulême. Tout un réseau est en préparation pour l'an prochain.

Signalons à nos amis l'intérêt des Eyzies, capitale préhistorique qui recèle plus de cinquante centres habités et merveilleusement garnis d'objets délicats, comme de fines aiguilles en os, et des sculptures de



toute beauté. Nous y avons à Campagne du Bugue un bon ami, Rosay, qui se fera un plaisir d'accueillir ceux de nos amis qui voudraient venir puiser là une leçon d'humanité.

Le Rameau de Bordeaux a également installé une cantine végétarienne au Patronage des écoles communales du quartier Saint-Bruno. Le succès en a été grand auprès des familles qui ne pouvaient s'imaginer que les végétariens puissent vivre aussi confortablement. Nous avons pu, à cette occasion, étudier la question d'une distribution comode et nous avons acquis une expérience qui permettra d'envisager la propagande au sein des familles.

A La Rochelle, notre ami Blutel se dépense sans compter pour faire triompher nos idées dans un milieu en général peu propice, ce qui ne fait qu'augmenter son mérite. Un des membres, Vignes, qui est boulanger, a réussi à mettre au point la fabrication de farine complète. Il fabrique désormais du pain complet et du pain d'épices complet. Nos membres devraient tous avoir à cœur de favoriser son effort en ce qui concerne le pain d'épices, qui peut facilement supporter le voyage. S'adresser à notre ami Blutel, 11, rue des Gentilhommes, à La Rochelle.

Un autre membre du Rameau de La Rochelle, négociant en vins, étudie de très près la fourniture de jus de raisin au lieu de vin. Il a pu obtenir de l'Association des Propriétaires et Usagers d'Installations Frigorifiques des précisions sur la possibilité d'obtenir du jus de raisin *moins cher que le vin*. Depuis cette année, en effet, la chose est possible mais nécessite encore un effort de réalisation. Techniquement, le problème est résolu. Il est à présumer que la vendange 1935, car on s'y est pris trop tard pour 1934, va voir la consécration de ces lentes recherches. La conservation des fruits est aussi complètement résolue. Ceux de nos amis qui désireraient être documentés peuvent s'adresser à Manceau, 13, place de la Bourse, à Bordeaux. Les excursions du Rameau ont réuni 25 personnes pour la visite du marais poitevin et 32 pour la visite de l'île de Ré.

Le Lot-et-Garonne, qui comptait déjà plusieurs de nos amis à Marmande, amis qui, entre parenthèse, devraient bien se former en rameau, vient de voir l'éclosion, le 14 juillet dernier, d'une maison naturiste ouverte par notre amie Gatin, à Penne, près de Villeneuve-sur-Lot, le pays des primeurs, dans un site enchanteur. Tous ceux que hante le désir d'une vie calme et heureuse peuvent y trouver tout ce



qu'ils désirent. Ajoutons que la gare de Pennes est sur la ligne directe Agen-Paris et que nos amis de Paris peuvent s'y rendre directement. Si quelques-uns voulaient se réunir pour y tenir un camp, la Compagnie du P.-O. ferait des conditions spéciales. Ajoutons que sur cette ligne se trouve les Eyzies et que, par suite, le voyage serait des plus instructif. Pour renseignements sur Pennes écrire directement à Madame Gatin, à Pennes. Elle accepte dès maintenant des jeunes enfants de Paris que l'on envoie souvent par les mairies ou les Associations diverses dans des endroits infiniment moins favorables. Ajoutons que notre amie Gatin, institutrice retraitée, s'occupe de créer une école de plein air à côté de la maison. Ceux qui auraient à se plaindre de leurs placements d'économies feront bien de lui expliquer leur cas, car elle peut acquérir dans d'excellentes conditions des propriétés voisines et, qui sait? on verra non pas une cité mais un groupe naturiste.

En somme, le Congrès de Serrières porte ses fruits dans le Sud-Ouest. Une activité nouvelle se dessine très nettement et elle contraste heureusement avec le marasme général de tous ceux qui ne partagent point nos idées.

*Rameau de Saint-Etienne.* — Le 22 juillet, une vingtaine de sympathisants ou membres du T.-U. de Saint-Etienne, Rive-de-Gier et Lyon, ont fait une excursion en commun au village de Sainte-Croix. Malgré la pluie, ce fut pour tous une agréable journée et ils espèrent reprendre le plus souvent possible ce contact très fraternel. Au retour, les Stéphanois décidèrent de constituer un rameau, ce qui fut fait le 31 août. Le Conseil est ainsi composé : Présidente : Mme Fourier; Vice-Président : M. Verot, qui se charge des rapports avec les libraires et du cours d'espéranto; Trésorière : Mlle Verot; Secrétaire : M. Thiollière; Bibliothécaire : M. Capitaine. On a examiné la possibilité d'achat en commun et le développement de la propagande. Cette première réunion permet d'espérer un heureux développement du naturisme dans la région.

Nos félicitations bien fraternelles vont aux fondateurs!

*Rameau de Lyon.* — Un vaste terrain de camping de plusieurs hectares avec une rivière vient d'être organisé. Les membres du T.-U. de passage à Lyon et désireux d'y camper seront les bienvenus. S'annoncer au siège du rameau à M. Raclet, 37, quai Saint-Vincent. Tél. : B. 69-11. Félicitations pour cette belle réalisation!



*Rameau de Marseille.* — Le nouveau Conseil est ainsi composé : Président : M. le docteur Foata; Vice-Présidents : MM. les docteurs Buttner et Daniel; Secrétaire Général : M. Trouyet, avocat; Trésorier : M. Thimonier; membres : Mlle Buttner, Mme Leblais, M. Wander. Sous l'impulsion du docteur Foata, plusieurs excursions ont été faites avec le double attrait des sites pittoresques et des bains de mer, notamment celles de la Calanque de Sormion et de Cassis. Le docteur Casabianca, Président de la Société de Médecine naturaliste, a parlé dans sa conférence inaugurale sur le Naturisme. Citons, parmi les autres, celle du docteur Dauphin sur le Fruit-Aliment, celle du docteur Beltrami sur Le Système osseux et le soleil, celle du docteur Foata sur Le Problème du pain, celle du docteur Farnarier sur le Camping. Ces conférences ont été publiées par *Marseille-Médical*, dirigé par le doyen de la Faculté, M. le professeur Imbert.

Nous félicitons chaudement les pionniers de Marseille de leurs succès.

Nous nous excusons, vu l'abondance des articles (la Revue a 4 pages de plus), de devoir reporter en novembre le long compte rendu du rameau de Nice, arrivé le dernier. Notre sœur, Mme Benigni, est guérie et reprend ses activités.

*Enquête.* — Le docteur Paul Vigné d'Octon, directeur de la Maison du Soleil, à Octon (Hérault), doyen des médecins naturalistes français, commence, dans la revue *Vivre*, une très intéressante enquête sur les sujets suivants : 1° Que pensez-vous de l'Ecole en plein air et des colonies scolaires de vacances? 2° Comment les comprenez-vous? Médecins, instituteurs, parlementaires sont appelés à donner leur avis, non seulement au point de vue de l'hygiène enfantine, mais à celui de la régénération de la race. Ceux de nos membres qui sont compétents sont invités à lui répondre.

---

## A NOS LECTEURS

---

*Régénération* représente le Naturisme idéaliste, constructeur et social. Nous faisons de grands efforts pour la rendre digne de cet idéal; aidez-nous à la diffuser. Chacun de vous connaît certainement dans son entourage plusieurs personnes susceptibles de devenir des abonnés, donnez-nous leurs noms. Nous leur ferons aussitôt un service d'essai précédé et suivi d'une lettre par laquelle nous leur demanderons de s'inscrire parmi nos abonnés. Les abonnements partent de chaque mois.



## LES ÉDITIONS DU ' TRAIT D'UNION '

Quelques bons livres à lire et à méditer (nouveaux prix).

**Les sept raisons du Végétarisme.** — Démonstration des raisons hygiéniques, morales et spirituelles du végétarisme : 1 fr. Franco : 1 fr. 25.

**La contribution du Naturisme à la Culture spirituelle** : 2 fr. Franco : 2 fr. 30.

**Pour créer la Paix.** — Les bases psychologiques et philosophiques du pacifisme constructif : 5 fr. Franco : 6 fr.

**L'Humanité et les Animaux** (Réflexions sur un enfer moderne), par J.-C. Demarquette : 1 fr. — Cette brochure expose d'une façon directe et poignante le problème moral soulevé par l'alimentation carnée. Doit être lue, méditée et répandue par tous les amis des animaux. Franco : 1 fr. 25.

**Le Naturisme Intégral.** — Exposé complet, clair et pratique des théories et des méthodes naturistes. Indispensable à tous les hygiénistes. Prix : 6 fr. Franco : 7 fr.

« Indépendance, hauteur de vues, ce sont les traits caractéristiques de ce livre. Rien de mesquin, rien non plus de banal ou d'appris... C'est une doctrine attrayante et pure qui mérite d'être connue et pratiquée. » R. Maublanc, agrégé de Philosophie dans la « Solidarité » (Bulletin des compagnons de l'Université Nouvelle).

**Le Serviteur.** Ch. Lazenby : 6 fr. Franco : 7 fr. — Magnifique manuel de culture spirituelle et de morale sociale. Tous les hommes aspirant à collaborer au progrès humain y trouveront les plus précieux conseils, en même temps que de splendides envolées sur la philosophie occulte.

**Les Idées de Sismondi.** — Exposé complet, clair et précis des théories de Sismondi, l'un des précurseurs des méthodes naturistes. 1 vol., 178 pages in-12. Prix : 5 fr. Franco : 6 fr.

**Libération,** par J.-C. Demarquette. — Ouvrage original, d'un intérêt puissant pour tous les réformateurs sociaux. Renouvelle la question en la soumettant à la critique philosophique et montrant que le naturisme fournit un des éléments essentiels de sa solution. Indispensable à tous les militants. Prix : 5 fr. Franco : 6 fr.

**G. A. Gleizes** et son influence sur le mouvement naturiste, par J.-C. Demarquette. Thèse de Doctorat ès-lettres. 1 vol. broché, 332 pages 8° : 6 fr. — Ouvrage capital pour l'histoire des idées naturistes. Gleizes figure originale et touchante fut un des précurseurs les plus directs du Romantisme, du pacifisme, du féminisme, du végétarisme, du spiritualisme et de la protection des animaux, et cette thèse, qui lui rend un hommage mérité, jette une lumière intéressante sur l'origine et la portée philosophique de toutes ces idées généreuses. Tous les hommes cultivés voudront la placer dans leur bibliothèque. « Ce livre fera époque dans l'histoire du Végétarisme en France. » (Dr G. Grand, président de la Société Végétarienne.) Franco : 7 fr.

**Notre Enfant,** premier âge et premières années, par Ch. Klockenbring-Dangler (du Rameau du « Trait-d'Union » de Strasbourg). Une brochure in-8 abondamment illustrée, 60 pages. — Excellent ouvrage très pratique, d'hygiène et d'éducation infantile. A mettre entre les mains de tous les jeunes parents : 4 fr. Franco : 4 fr. 50.

**Vers l'Australie,** notes d'un naturiste européen. — Beau livre où J.-C. Demarquette a noté jour par jour toutes les impressions de son beau et long voyage. De nombreux clichés illustrent le texte.



C'est un excellent ouvrage qui devrait se trouver dans la bibliothèque de tout vrai naturaliste. Vol. de 352 pages in-12. Prix : 6 fr. Franco : 7 fr.

#### POUR PARAÎTRE PROCHAINEMENT :

**Les étapes progressives de la pratique du naturisme**, par J.-C. Demarquette. Paraîtra vers décembre.

**Alimentation et Radiations**, par M. Ad. Ferrière, docteur en sociologie, vice-président de la Ligue Internationale pour l'Education Nouvelle. Paraîtra en octobre. (Voir l'appréciation dans la rubrique de ce numéro « A travers les livres ».)

---

## PETITES ANNONCES

---

Tous les Trait-d'Unionistes, qui sont réellement désireux de travailler pratiquement à notre idéal, sont priés d'envoyer des détails sur leur profession au Secrétariat. Nous avons besoin en ce moment d'agriculteurs, de maçons, d'un meunier, d'hôteliers, de chauffeurs, d'aviateurs, d'imprimeurs, mais toute autre profession fera l'objet d'une étude spéciale, pour en faciliter l'intégration.

---

Couple végétariens sérieux et soigneux, memb. fond. du T.-U., cherche pet. propr. à louer Midi, si poss. prox. gare et ville, prix mod. — A. Roth, av. Vallergues, Cannes (A.-M.).

---

Allemand sans ressources, sachant franç., anglais et la plupart des langues usuelles, ferait traductions, en particulier d'allemand en français et de français en allemand. — Ecr. : A. K., Pythagore, 4, rue des Prêtres-St-Séverin, Paris (5<sup>e</sup>).

---

Quelques places disponibles Jardin d'enfants, Parc Montsouris, 3, rue de la Cité Universitaire. Ecole nouvelle, 8<sup>e</sup> comprise.

### EN RÉCLAME

**100 BANANES**

MURES,  
BIEN  
SECHES

**26 frs  
fco.**

**10 K<sup>os</sup> AMANDES**

SECHES,  
DOUCES.  
(PROVENCE)

**39 frs  
fco.**

LE PARADIS DES FRUITS A MARSEILLE (Chèques Postaux : 270-83)

### Les Restaurants Végétariens du Trait-d'Union

LA SOURCE, 73 bis, rue Bobillot, 13<sup>me</sup>, Métro Italie.

A PYTHAGORE, 4, rue des Prêtres-St-Séverin, 5<sup>e</sup>. Métro : Saint-Michel.

AHIMSA, 3, rue Cadet, 9<sup>e</sup>, Métro Cadet.

PROVINCE : Nice, 4, rue Paganini. — Bordeaux, 5 Rue Dauphine.



# CAMPING

REVUE MENSUELLE ILLUSTRÉE

RÉDACTEUR EN CHEF : J. SUSSE

Administration : 9, Rue Richepanse - PARIS (8°)

ABONNEMENT DE 12 NUMÉROS A CAMPING. . . . . 25 francs

La bouche est une des clefs de la santé

## SOIGNEZ VOS DENTS

chez le Dr THORIN,

104, Rue Richelleu, PARIS (11°)

Téléphone : RICHELIEU 99-35

**Vous trouverez des soins dévoués et  
consciencieux à un prix très modéré.**

### « LE BOIS FLEURI »

HOME pour enfants, ouvert toute l'année  
CURES CONVALESCENCES VACANCES

à GUEBWILLER (Ht-Rhin)

Traitement individuel par deux médecins spécialistes, pour  
enfants malades et nerveux.

Soleil artificiel... Electrothérapie... Psychothérapie... Rééducation  
respiratoire...

Possibilité de suivre les cours scolaires.

Confort moderne. Terrasses de Repos. Beau Parc. Terrains  
de sport et de jeux. Vie de Famille.

Sur demande : cuisine végétarienne soignée.

Prix de pension : 30 à 35 fr. par jour.

Prospectus sur demande.

LES BONS MIELS DE FRANCE

**DES APICULTEURS RÉUNIS**

Sont en vente au COMPTOIR NATURISTE :

27, Rue Dareau — PARIS (14°) Gob. 84-24

Miels sélectionnés, et tous produits au miel — Tarif sur demande.

L'Imprimeur Gérant : M. Driay, 9, rue Saint-Gilles, Paris (3°)