

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

. Régénération : revue naturiste de culture humaine : organe du
Trait d'union. 1935-04.

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.

N° 60

Le N° 2 frs

Avril 1935



AVRIL - LE TAUREAU

RÉGÉNÉRATION

ORGANE MENSUEL DU TRAIT-D'UNION

Société Naturiste de Culture Humaine

	Pages
AD. FERRIÈRE. — <i>Education nouvelle et alimentation naturelle</i>	1
JACQUES DEMARQUETTE. — <i>Le problème de la colonisation</i>	7
BLANDINE OLLIVIER. — <i>L'armée du travail, l'éducation de la jeunesse hitlérienne</i>	11
VIOLLET LE DUC. — <i>L'Artisanerie et l'Art au Moyen-Age (fin)</i> . . .	16
LAJWANTI RAMA KRISHNA. — <i>Les Sikhs : les croyances religieuses du fondateur (suite)</i>	19
<i>A travers les livres.</i> — <i>Le Naturisme et la Vie</i> , du D ^r J. POUCEL . . .	22
<i>Coin des Mères.</i> — <i>Recettes du menu de gala n° 4 (fin)</i>	25
<i>La Vie du mouvement.</i> — <i>Appel du rameau de Penne</i>	27

REDACTION - ADMINISTRATION :

4, Rue des Prêtres-Saint-Séverin — PARIS (5^e)

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), Bandoeng, 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, Tahiti.

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

Avril 1935

RÉGÉNÉRATION

Organe Mensuel du TRAIT-D'UNION

RÉDACTION, ADMINISTRATION : 4, rue des Prêtres-St-Séverin, PARIS (5^e)

ABONNEMENT :

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

Compte de Chèques post. : Paris 705-87

Education nouvelle et Alimentation naturelle

par M. Ad. FERRIÈRE

I

On désigne du nom d'éducation nouvelle, une éducation qui rompt avec une certaine tradition, mais qui, en dépit du terme, est la plus ancienne qui soit ! Que fait l'éducation traditionnelle ? Que font tous les jours encore parents et maîtres — du moins la plupart d'entre eux ? — On considère l'enfant comme un être à former, pour un peu comme une pâte à modeler. On décide pour lui, on ordonne, on défend. Et, par là, on croit agir pour le mieux, pour le bien de l'enfant. Certes, en principe, on n'a pas entièrement tort de penser et d'agir ainsi. Le jeune enfant serait bien en peine de se décider par lui-même en mille circonstances de la vie. Mais où les adultes font erreur, c'est quand ils oublient que le petit être qui leur est confié porte en lui tout un univers : pareil à une plante, il croît en vertu des lois qui sont en lui. Ces lois varient d'un individu à l'autre. Sans doute, dans leurs principes, sont-elles les mêmes pour tous. Les lois biologiques sont connues. Les échanges physico-

chimiques de l'organisme et du milieu ambiant font l'objet de leçons dans toutes les Facultés de Médecine. Il n'en reste pas moins qu'il n'y a pas deux êtres absolument pareils et, par conséquent, pas deux éducations qui puissent être identiques.

Au lieu d'agir du dehors au dedans, l'éducation nouvelle cherche à mettre en œuvre les forces saines qui sont dans l'individu, de façon à ce qu'elles puissent se manifester du dedans au dehors. Tout est là.

Au théoricien, cela paraît simple. Au praticien, cela paraît irréalisable et utopique. Pourquoi? Parce que le théoricien part de l'idée d'un être sain et équilibré. Or cet être n'existe pas. Tous, ou presque tous les enfants viennent au monde porteurs de tares petites ou grandes, dues aux erreurs séculaires de leurs ascendants lointains et proches — surtout proches, comme on va le voir! — Et pourtant cette éducation est possible. La preuve en a été faite. Des psychologues, des pédagogues patients et obscurs y travaillent tous les jours. Et les résultats sont merveilleux, de l'avis de tous ceux qui ont la patience de venir voir ce qui se fait dans ces institutions modèles, et la clairvoyance aussi; car si l'on arrive avec des idées préconçues, si l'on prétend mesurer ces écoles à l'aune des écoles publiques, il sera impossible d'apercevoir ce qui fait l'essentiel de l'éducation nouvelle : la formation équilibrée et saine du corps et de l'esprit.

Il ne m'appartient pas de développer ici les thèses centrales de l'éducation nouvelle. En deux mots, il s'agit de ceci : il faut que l'enfant se forme lui-même, dans un cadre approprié, avec un matériel à sa portée, et suivant le rythme de sa nature. Il faut « centrer » l'enfant. Mieux encore : le laisser *se centrer*. Par où l'on veut dire : l'amener à différencier ses énergies et à les concentrer, deux processus qui, réunis, constituent la loi du progrès.

II

Après trente-cinq ans de recherches patientes dans ce domaine complexe, je me suis trouvé conduit à des études qui, au premier abord, paraissaient devoir être tout à fait

différentes : celles des radiations humaines. On verra tout à l'heure qu'elles devaient me ramener par un biais imprévu à mon point de départ.

Comment déceler les radiations humaines? Par la baguette du sourcier et par le pendule. Certains êtres parviennent à constater par ces moyens la santé et la maladie, la convenance ou la disconvenance de tel ou tel mets chez tel ou tel individu. J'ai poursuivi mes investigations dans ce domaine précis et chez plusieurs pendulissants en même temps, de façon à écarter ce qui n'est que procédé personnel et à distinguer ce qui est commun à tous.

J'ai reconnu dans ces phénomènes curieux trois éléments distincts.

1) Des radiations qui émanent de toutes choses et aussi de l'être humain, radiations qui, par leur rencontre, peuvent conduire à des concordances ou à des discordances — phénomène analogue aux vibrations harmoniques de la musique, qui font vibrer au loin les cordes de violon donnant le même son ou l'un de ses harmoniques. — Mais l'esprit conscient n'est pas capable de discerner ces radiations, pas plus qu'il ne peut se rendre compte directement de mille processus physique, chimiques ou biologiques dont son propre organisme est l'objet.

2) A l'autre extrémité de la gamme des valeurs, l'homme possède un esprit qui pense, qui cherche, qui veut — et qui, bien souvent, ne sait pas. Il ignore les lois des choses, il ignore les effets des choses sur lui, il ignore comment se défendre contre ce qui pourrait lui nuire, comment attirer et capter les énergies cosmiques qui lui sont favorables. Mais le seul fait de vouloir *est* une énergie. Avec des électromètres ultrasensibles, on est arrivé à mesurer cette énergie, laquelle s'exerce à distance et varie d'un individu à l'autre et, chez un même individu, d'une heure à l'autre.

3) C'est ici qu'intervient le troisième élément. C'est l'élément médium, l'élément moyen, dans le cas que j'ai étudié : le pendule. Tout se passe comme si, dans l'organisme, l'atten-

tion, orientée par la question que se pose l'esprit, se fixait sur les radiations à percevoir, et cela inconsciemment. Le phénomène est analogue à celui de l'écouteur de la T. S. F. qui capte les ondes. Mais ici, au lieu des lampes, on utilise le pendule. En outre, le fluide de l'individu se met en branle et, selon une convention propre à chaque pendulisant, fait osciller ou tourner le pendule de façon à donner la réponse à la question posée. On le voit : l'inconscient est à la fois le siège d'une sorte de sensibilité — perception des harmoniques ou des dissonances des radiations — d'une sorte d'intellectualité — par le jeu de la convention révélatrice des faits réels, — et d'une activité parfaitement nette que nous avons appelée le fluide. Ce fluide a longtemps été nié par le monde savant. Tout récemment, son existence a été mise en lumière par des appareils qui ne laissent subsister aucun doute sur ses effets. Chose curieuse, il se comporte à la fois comme un élément matériel et comme une énergie radiante. Il est analogue à certains égards à l'électricité, à d'autres tout à fait différent d'elle.

Dans le cas étudié, celui de la convenance ou de la disconvenance des mets pour tel individu, il arrive ceci : l'esprit pose la question pour chaque cas particulier ; le pendule « répond » *oui*, par un cercle, *non*, par un balancement. Des expériences-contrôles ont été instituées. Des mets ont été placés dans des cornets fermés. Le pendule a répondu juste. « Il » savait. L'esprit, lui, ne pouvait pas savoir.

Mais il y a eu des exceptions. Nouvelle étude, plus serrée encore que l'autre. Celle des causes d'erreurs.

Et voici à quels résultats nous a conduits cette nouvelle série d'expériences. Pour que le pendule réponde juste, il faut que l'esprit soit en équilibre, harmonisé, en bonne santé. Un esprit troublé, vibrant, agité, instable n'obtient que des résultats entachés d'erreurs. Mieux encore : s'il n'est pas objectif, s'il est poussé par une arrière-pensée, s'il désire secrètement ou ouvertement quelque chose, le pendule se comportera comme un serviteur docile ou fantasque, selon les cas. De toute façon, on ne saura avoir confiance en lui.

III

Le lecteur se rend-il compte maintenant du lien subtil qui relie la première partie de cet article avec la seconde? La science expérimentale la plus précise vient de nous avertir que l'organisme se comporte comme un appareil sélectionneur d'ondres, appareil d'une singulière sensibilité. Mais à une condition : qu'il soit en parfait état.

En quoi consiste donc ce « bon état »? En un jeu rapide et bien ordonnée de l'énergie spirituelle dans l'organisme entier. Et qu'est-ce qui maintient, provoque ou amène ce « bon état »? Eh bien, en ce que vous et moi appelons le naturisme. La vie saine. L'activité saine. Une vie spirituelle faite de stabilité, de sérénité, de calme, de force.

Thérapeutique? Mieux que cela. Hygiène? Mieux que cela encore.

Éducation.

Oui, éducation. Toute la vie n'est point de trop pour apprendre à conserver ou à reconquérir cette stabilité. Nos enfants, très jeunes, la connaissent. Pourquoi faut-il qu'ils la perdent, et qu'ils perdent en même temps la faculté subtile de discerner la vérité, et, parmi les vérités, les choses qui leur conviennent et les choses qui ne leur conviennent pas? Mystère de l'hérédité! Mais aussi devoir — et pouvoir — de l'éducation.

Toute la vie, durant les années où l'enfant se forme, est une mise en ordre dans son inconscient des mille et mille impressions qui affluent par ses sens et parce ce que l'on peut appeler sa clairvoyance. Car le jeune enfant, tout comme le primitif sain et équilibré, est capable de saisir par « télépathie » des choses étonnantes. Là encore mes observations accumulées ont fait passer peu à peu ma croyance au niveau d'une conviction qui équivaut à une certitude.

Or cette stabilisation féconde est favorisée par une vie saine, elle l'est par un travail spontané, concentré, né de cet instinct de savoir davantage, de pouvoir davantage, de vou-

loir davantage qui anime les jeunes êtres quand ils ne sont pas déformés. S'ils le sont, le cas est grave, il n'est toutefois pas désespéré. J'ai vu, je vois tous les jours combien une éducation clairvoyante — dans les deux sens de ce mot — peut, en ces domaines, faire des miracles. Mais quel tact il y faut !

Ce qui nuit, par contre, à cet équilibre de l'inconscient, ce sont les exigences des parents ignorants de ces grandes lois de la vie ; c'est — oserai-je l'avouer ? — l'école, telle qu'on la conçoit encore de nos jours, où l'enfant reçoit tout ou presque tout, savoir et discipline, du dehors. Classes nombreuses, programmes uniformes, méthodes les mêmes pour tous, examens à préparer : tout cela est la négation de l'éducation nouvelle, de celle qui vise ayant tout à équilibrer l'âme de l'enfant. Nous n'oublions pas pour autant les exigences de la Société ni celles de la profession future. Bien au contraire. Je prétends que, bien centré, bien parti dans la vie, l'enfant, l'adolescent, le jeune homme étonneront les adultes par leur aptitudes à comprendre, à agir, à acquérir les capacités nécessaires pour toute profession choisie. La vie ne leur apparaîtra pas comme une énigme. Ils la maîtriseront.

Comme l'habile pendulissant, comme le sourcier que la foule prend pour un « sorcier », l'homme centré puise dans son subconscient l'inspiration de la vie. Elle lui dicte son attitude. Elle lui souffle les solutions. Elle ne se trompe que rarement. Et tout cela a été atteint sans « procédés », sans « scolarités ». Uniquement selon les voies de la Nature.

Le vieux mot : « *Zurück zur Natur* » — retournons à la Nature — n'est pas, comme d'aucuns le pensent, un appel à revenir au primitif, à renier les bienfaits de la civilisation. Bien au contraire : c'est un appel à s'élever au-dessus de notre civilisation, à la dominer, à la maîtriser. Être fort ! Spirituellement fort ! Voilà, en deux mots comme en cent, l'ambition de l'éducation nouvelle. S'il est vrai que, à travers mille sélections douloureuses, l'homme doit progresser, elle triomphera.

Le problème de la Colonisation

par Jacques DEMARQUETTE

La diffusion toujours plus grande de notre idéal naturaliste de retour à une civilisation rurale et agraire, jointe aux craquements toujours plus sinistres de notre vieille bâtisse sociale, confèrent au problème de la colonisation une actualité brûlante.

Mais si tous les naturalistes conséquents sont convaincus de la nécessité de mettre leur vie en accord avec leur idéal en quittant la ville, ses miasmes et ses turpitudes physiques et morales, pour se replacer dans le cadre naturel, le seul convenable à l'homme, ils sont par contre divisés sur le choix de l'endroit où il convient de créer les colonies naturalistes en formation.

Taudis que certains esprits aventureux rêvent volontiers d'expatriation vers des cieux plus cléments et des natures plus accueillantes à l'homme, au contraire, d'autres naturalistes, et non des moindres, soutiennent qu'il serait anti-naturaliste de quitter le pays qui nous a vu naître pour aller nous réadapter à des conditions de vie anormales pour notre race. De plus, ils produisent des arguments qui sont d'un ordre particulièrement important pour nous, Trait-d'Unionistes, puisqu'il s'agit d'objections morales.

Par conséquent, il convient d'examiner de près ce problème, de manière à déblayer le terrain au point de vue théorique pour nos nombreux amis qui s'apprêtent à répéter le geste de Tolstoï, quittant la vie conventionnelle pour marcher à l'idéal.

Mon destin m'ayant amené à visiter les États-Unis, le Canada, l'Australie, la Nouvelle-Zélande, les Antilles, Tahiti, la Nouvelle-Calédonie, les Hébrides, les Indes Hollandaises, l'Indochine, le Siam, la Birmanie, l'Indoustan, la Mésopotamie, la Syrie, la Palestine, l'Égypte, l'Algérie et le Maroc, et à faire dans certains de ces pays des séjours prolongés,

il m'est permis de jeter un coup d'œil d'ensemble sur la question.

Il est incontestable que la France, et en particulier le Midi, se prête admirablement bien à la création de centres de vie naturaliste. L'émigration des campagnards vers les villes, jointe à la stagnation de la population, font que de nombreuses places sont à prendre dans nos belles provinces françaises. Et il est non moins incontestable que la colonisation intérieure présente de gros avantages.

Tout d'abord, elle permet de consacrer aux frais de premier établissement les dépenses occasionnées par le voyage. Elles peuvent être considérables lorsqu'il s'agit de transporter un groupe d'une dizaine de personnes dans une colonie lointaine.

D'autre part, il faudrait vraiment jouer de malchance pour trouver un endroit malsain dans la campagne française, et l'on est à peu près sûr que le retour à la terre y entraînera de gros avantages pour la santé. Au contraire, dans toutes les colonies, même les plus saines, comme la Nouvelle-Calédonie et Tahiti, les seules où le paludisme et les autres maladies tropicales soient inconnus, il faudra procéder à une acclimatation qui risque de diminuer le capital vital des colons. Dans la plupart des colonies, la chaleur rend le dur travail de la terre très pénible, sinon impossible pour les Européens, et alors, ils sont à la fois privés des avantages hygiéniques et moraux qui découlent du travail du sol qui est la plus saine, la plus honorable et la plus harmonisante des occupations, et contraints de faire appel à la main-d'œuvre indigène, ce qui perpétue le principe de l'exploitation de l'homme par l'homme, que le mouvement de colonisation naturaliste veut justement abolir, entre autres objectifs.

Au point de vue économique, la colonisation en Europe a l'avantage de mettre les colons à la portée de marchés importants susceptibles d'absorber leurs produits, ce qui est une des conditions capitales du succès si les colons ne veulent pas retourner purement et simplement à l'état animal.

Enfin, au point de vue intellectuel et spirituel, il est impor-

tant de ne pas être trop éloigné des foyers de culture et de civilisation, à la fois pour permettre à la colonie de jouer son rôle d'exemple utile à la diffusion de nos idées et aussi pour que les colons échappent au danger de l'assoupissement intellectuel qui risque de résulter de l'isolement dans les terres lointaines. Cette stimulation culturelle semble être particulièrement indispensable aux femmes dès qu'elles ont le moindre développement personnel.

Si les conditions d'existence sont trop rudimentaires, trop réduites à des considérations exclusivement physiologiques, il arrive généralement qu'après deux ou trois ans les compagnes des colons soient prises d'un intense mal du pays, d'une soif irrésistible de culture et de civilisation. J'ai pu observer ceci non seulement dans des colonies françaises éloignées mais même dans les colonies agricoles sionistes de Palestine où pourtant les groupes dépassant souvent la centaine sont assez volumineux pour fournir un aliment aux instincts de sociabilité.

Donc, en gros, on peut conclure à une grosse supériorité de la colonisation en France et rejeter à priori l'idée d'une colonisation lointaine. Mais, ce serait là une de ces conclusions abstraites et toutes entourées de logique que l'esprit de finesse, cher à Pascal, doit nous amener à soumettre à la critique. Elle serait définitive si tous les humains étaient taillés sur le même modèle, comme l'homme normal de Procuste. Mais l'homme standard, le citoyen type, le Français moyen, sont des abstractions qui n'existent que dans l'esprit des théoriciens que les audaces généreuses des idées générales n'effraient pas, ou dans les discours des orateurs des réunions publiques remplaçant l'esprit de critique et d'analyse par des éclats de voix et des coups de poings dans le vide : En réalité, les hommes sont si différents les uns des autres, que même au point de vue physique, le plus conditionné par les conditions naturelles, qui sont les mêmes pour tous, il a fallu les classer en au moins quatre tempéraments foncièrement différents les uns des autres et ayant des besoins tout à fait particuliers.

Au point de vue intellectuel, la question est bien plus compliquée encore, et en plus de la division en quatre tempéraments on en a esquissé en sept, et même en quarante-neuf catégories. Et il ne s'agit pas là d'imaginations fantastiques mais de faits d'expérience courante. C'est cette diversité de tempéraments qui rend si difficile, pour ne pas dire impossible, l'instauration du bonheur humain à coups de décrets et de dictatures. Mais c'est aussi elle qui constitue un des éléments essentiels de la richesse et de l'intérêt de la vie. Et nous autres naturistes, qui voulons justement quitter la civilisation citadine à cause de son influence stérilisante sur tous les trésors intérieurs de l'âme humaine, nous devons prendre bien garde de ne pas appauvrir nos conceptions et nos aspirations en les rétrécissant jusqu'aux normes d'un conformisme bourgeois. Il nous semble indispensable, et c'est là ce qui a inspiré le dernier article de notre déclaration de principes, de laisser à l'intérieur du corps social la possibilité à toutes les initiatives de se manifester et à toutes les facultés particulières de se développer, de manière à apporter ainsi leur contribution au développement général de la civilisation, qui risquerait autrement d'être ramené à la « richesse » d'un schéma. Cette conception de l'importance de la possibilité, de la variété, des oppositions et des contrastes dans le progrès humain mériterait du reste de considérables développements de philosophie sociale qui seraient déplacés ici. Mais elle nous impose de réfléchir avant de rejeter complètement la colonisation exotique.

Il est bien entendu qu'il ne s'agit pas de justifier la colonisation nationale, la conquête d'un pays par un autre, qui est indéfendable au point de vue moral; mais bien de la colonisation par des individus qui sont placés en présence d'un état de fait existant souvent depuis longtemps, et auquel il leur est personnellement impossible d'apporter une modification. La conquête par les armes d'un pays lointain et le partage de ses territoires entre les conquérants est un acte honteux de brigandage, absolument sans excuse. Son caractère criminel est encore accru par l'organisation de la colonie

au cours de laquelle trop souvent les légitimes propriétaires du sol sont, soit réduits au travail forcé au profit de leurs cambrioleurs, soit purement et simplement exterminés. Il est bien évident que, dans ces cas, le blanc qui vient profiter de facilités de divers ordres fournis par ces colonies, participe à la responsabilité criminelle des conquérants.

(*A suivre.*)

L'ARMÉE DU TRAVAIL

L'EDUCATION DE LA JEUNESSE HITLERIENNE

Les lecteurs de *Régénération* que préoccupent les questions de retour à la terre et à l'artisanat liront avec intérêt cet article que nous reproduisons du *Figaro*, 28 mars 1935, et signé Blandine Ollivier.

Berlin, 10 mars.

Un peu partout, dans cette plate campagne prussienne brûlée par l'hiver, on voit surgir dans un ordre dominateur les baraques colorées et gaies d'un immense camping. Ce sont les camps de travail de l'« Arbeitsdienst » ou Service du travail.

2.500.000 volontaires par an.

Cette organisation créée en 1932 par le chancelier Hitler ordonne l'activité et les loisirs de la jeunesse masculine du Reich. Elle construit pour les 250.000 jeunes gens qui chaque année s'engagent comme volontaires dans cette armée du travail tout un système éthique, corporel et politique d'éducation.

Le travail, les sports et les loisirs y sont utilisés pour le développement intégral de l'esprit national-socialiste.

Cette œuvre est l'enfant préféré du régime. Il y donne tous ses soins, car il voit en elle le moyen de remettre en honneur le travail manuel, d'assurer le contact entre les dirigeants et le peuple, d'embrigader des éléments trop peu sûrs

pour pouvoir être enrôlés dans les S. S. et de forger les meilleurs ouvriers et soldats de la tâche nazie.

Ce grand jeu des dictatures...

Le Führer assigne à l'« Arbeitsdienst » une action dans les domaines suivants : Instruction physique, éducation civique, enseignement professionnel, réadaptation aux travaux agricoles.

Ses buts officiels sont la lutte sur le front des céréales, le combat pour le pain, la colonisation intérieure. L'« Arbeitsdienst » déclare la guerre aux grandes villes, il lutte pour la dépopulation des banlieues industrielles, il bâtit les villes-jardins de l'avenir (10.000 habitants au maximum), il plante des chômeurs et des arbres sur des landes jusqu'ici désertiques, il essaime ces charmants villages en fleurs où le moindre logement comporte ses baignoires et son téléphone.

Il allonge le ruban des routes, il crée des chantiers ferroviaires, il joue en grand au jeu préféré des dictatures, l'assèchement des marais, la construction des autostrades. Il endigue l'Eider, il draine la Weser, il rêve de reprendre à la Mer du Nord les 200.000 hectares rongés par elle au cours des siècles, il veut faire pousser en vingt années 150.000 fermes nouvelles sur la terre du Reich.

Un camp modèle.

On m'a menée voir dans la banlieue berlinoise un de ces camps modèles à valeur d'exemple que l'on montre volontiers aux voyageurs.

Il se dresse à l'orée d'une forêt de sapins pathétiques : quelques baraquements en bois peint, jouets de Nuremberg à l'échelle du régime, entourent un large rectangle de sable blond de Prusse. A l'entrée, immobiles, frigorifiés, armés de pelles, deux volontaires en uniforme. L'Oberstfeldmeister nous fait les honneurs de son camp. Nous visitons au pas accéléré les chambrées avec leurs lits de sapin et leurs armoires individuelles, les cuisines, les réfectoires, les salles de repos et de réunion. Sur les tables, des publications nazies, des tracts, des albums où s'évoquent scènes militaires et

patriotiques dont S. S., soldats et drapeaux accaparent toutes les pages. Un piano, une radio, au mur, des croix gammées, quelques ruines appropriées et naturellement des chromos des nouveaux saints en chemise brune.

Dans la pièce voisine sont rangées les pelles qui constituent l'armement du soldat de l'Arbeitsdienst. Efficientes, nettes, les armes pacifistes brillent d'un dur éclat.

L'Oberstfeldmeister détaille l'horaire des journées : Lever à 5 heures, gymnastique, repas, salut au drapeau ; puis six heures de chantier, retour au camp, séance de chant obligatoire, instruction civique et repos. Ainsi passeront les jours et les semaines dans les marches, les chants et la religion du travail.

L'esprit militaire.

La préparation militaire proprement dite est ignorée des miliciens de l'Arbeitsdienst ; et c'est sous les espèces du sport, du travail, et de la vie physique qu'ils accepteront la vie militaire collective : Insignes, drapeaux, hiérarchie, honneurs à rendre, considérations sur la camaraderie, la discipline et l'esprit de corps. Il n'en est pas moins vrai que, sinon techniquement, au moins sur le plan corporel et moral, cette vie disciplinée au grand air est la plus propre à insuffler aux jeunes Allemands l'esprit militaire.

Un ordre bref : les hommes se dispersent et vont manger de bel appétit le menu modeste (67 pfennings par tête et par jour) qui leur est offert, mais dont ils se contentent. « Nous devons vivre bon marché et sans grever le budget de l'Etat », déclare leur chef. En passant le long des tables, j'essaie, derrière les uniformes et les têtes en série, de retrouver la diversité des types sociaux qui s'opposaient encore il y a quelques semaines : Mais sans doute risquerais-je fort de me tromper en discernant ici l'étudiant élégant et là l'ouvrier d'usine ; comme se transforme la troupe hétéroclite des conscrits à l'entrée des casernes, il n'y a plus devant mes yeux qu'une escouade désindividualisée marquée au signe de la croix gammée.

Le problème racial.

L'Oberstfeldmeister m'entraîne dans son bureau et s'offre à m'expliquer le thème de la leçon de race qu'il fera ce soir. J'écoute ce mélange étonnant de leçons de choses, de morale, d'histoire et d'idéologie racistes. Il raconte à grands traits l'antique civilisation germanique d'il y a cinq mille ans ; il dépeint les Germains « agriculteurs très humains, créateurs par amour pour la race chevaline du fer à cheval faussement attribué à l'esprit inventif des Romains ». Après avoir sauté par-dessus les siècles, nous en arrivons à l'année 1933 où le Führer a rendu aux paysans leur véritable rôle et remis en vigueur l'ancien droit germanique.

Enfin le problème racial revient : l'Oberst me montre quelques statistiques opposant aux impures familles non-aryennes les familles aryennes 100 0/0 type, avec leurs 3,5 enfants. (Je n'ose lui demander de précisions sur la répartition de la fraction décimale)... Et en contraste voici quelques têtes de bagnards et négroïdes, et un choix de profils juifs, dont celui d'Einstein, qui passeront ce soir sur l'écran à la veillée, et confirmeront les blonds miliciens dans un sentiment confortable et violent de leur supériorité.

Le retour à la nature.

Nous rentrons à Berlin et nous traversons les champs de bataille de l'Arbeitsdienst. Des équipes de jeunes travailleurs attaquent la terre. De tous leurs nerfs, de tous leurs muscles, ils luttent sur le front de la Erzeugung (Approvisionnement agricoles).

Et, chemin faisant, je relis ce passage symbolique de la « Chronique du camp », journal de bord tenu par le commandant en chef. J'y vois transparaître l'idéal de la nouvelle armée : mais j'y retrouve aussi le rêve romantique des Allemagnes de tous les temps, éternellement éprises des grands rythmes musicaux et funèbres que fait chanter le vent des forêts germaniques ; des Allemagnes chez qui le retour à la nature restera toujours le grand remède des crises.

« C'est aujourd'hui que nous avons reçu nos nouvelles

recrues. Nous devons leur faire comprendre qu'une sainte mission nous est confiée. Celle d'être les porteurs et les pionniers d'un nouvel avenir pour notre peuple et pour l'humanité tout entière. Le militaire a été jusqu'à présent l'instrument de l'oppression d'un peuple par l'autre, de la paralysie et de la destruction réciproque de leurs forces vives. Le soldat du travail mène le combat le plus noble qui soit sur cette terre : celui de la domination de l'homme conscient sur la nature inconsciente. Les vertus qui animaient le guerrier qui offrait en une bataille sanglante, sa vie pour le salut de son peuple, animent aujourd'hui encore le soldat du travail qui donne sa vie et ses forces pour une lutte plus noble : la victoire sur les forces naturelles de destruction qui créera pour son peuple un destin plus sain et plus heureux, et partant plus d'honneur.

« L'Allemagne, comme c'est dans sa nature, montre la voie dans ce combat. Mais nous espérons qu'un jour les autres peuples, chacun à sa façon, conquerront cette mentalité... Et qu'un jour tous les peuples de la terre uniront leurs efforts pour cette conquête sur la nature. Dans cette lutte, le peuple le plus fort marchera en tête, portant le drapeau ; mais il ne mesurera plus sa force pour opprimer les plus faibles.

« Et alors l'homme, qu'il survive ou qu'il soit tombé, s'élèvera jusqu'au rang du Seigneur et Roi de la nature. Cela ne sera ni toi ni moi, mais « Nous ». Celui qui dépasse son « Moi », qui se jette passionnément dans le courant des volontés unanimes, celui-là fait son propre bonheur et celui de son prochain ; et, comme l'a dit Richard Wagner, « Le pourvoyeur de la joie du monde a le pas sur le conquérant du monde. »

... De l'Allemagne de ces beaux rêves et de celle du réarmement, quelle est la vraie ?

Blandine OLLIVIER.

L'artisanerie et l'art au moyen-âge

par VIOLLET LE DUC (*fin*)

Tous ne peuvent posséder de la vaisselle plate, des bijoux d'or ornés de pierreries, des meubles de bois précieux et des vêtements de velours, mais tous peuvent avoir, si modeste que soit leur fortune, des objets revêtus d'une forme distinguée, dans la fabrication desquels l'art a pris place. Il n'en coûte pas plus de donner au vase de terre une belle forme, au meuble de bois commun une structure convenable en raison de son usage, au pot d'étain ou de cuivre des ornements d'un goût aussi pur qu'au pot d'argent ou de vermeil. L'art est indépendant du luxe; il n'en est pas l'esclave, mais plutôt le maître. Si, de nos jours, les classes qui ne peuvent se donner les jouissances que procure le luxe n'ont qu'une idée très peu développée de la valeur réelle de l'art, les personnes riches ont si bien fait de l'art et du luxe une seule et même chose, elles ont si bien confondu dans leur esprit ces deux jouissances, qu'elles demeurent insensibles aux expressions de l'art en dehors du luxe. Nous disions que nous avions vu détruire des objets d'art par des malheureux qui ne voyaient dans ces objets qu'une manifestation de la richesse; aussi avons-nous vu plus souvent encore des personnes du monde entièrement insensibles à des formes d'art recouvrant des matières communes. Tel amateur qui se pâmera d'aise en face d'un vase de cristal de roche monté en or, d'une façon disgracieuse, passera devant un athénien de terre cuite sans y prêter attention, à moins toutefois qu'on ne lui dise que ce vase a été payé 20.000 francs.

Nos orfèvres du XIII^e siècle tenaient donc, même lorsqu'ils fabriquaient des objets ordinaires, par des moyens économiques, à décorer ces objets de telle façon qu'on y trouvât autant d'art que dans le plus riche joyau.

.....

... La gravure était un des moyens économiques de déco-

rer les feuilles de métal dans la composition des pièces d'orfèvrerie. Mais la gravure n'est pas, comme l'étampage, un procédé mécanique. Pour qu'elle soit passable, elle exige une main déjà exercée; pour qu'elle soit belle et franche avec l'habileté de la main, le talent et le sentiment vrai du dessinateur. Or, dans les objets les plus ordinaires, la gravure, si rude qu'elle paraisse, est l'expression d'un dessin vif et vrai. Energique et souple, elle montre la puissance de ces écoles du Moyen-Age qui, dans leurs œuvres les plus vulgaires, ne tombent jamais dans la mollesse et la platitude. Avons-nous fait, depuis le XVI^e siècle, des progrès en ce sens? Ce n'est pas notre avis; et sauf de rares exceptions, la gravure sur métal, appliquée à l'orfèvrerie, a décliné. Pour compenser la pauvreté de style, la gravure a-t-elle, du moins, acquis une sûreté de main, une fermeté de burin qui suppléent à la beauté du dessin? Non. Depuis le XVI^e siècle, l'exécution est devenue indécise et froide. Qu'on veuille examiner les exemples que nous possédons, sans parti pris, et l'on reconnaîtra bientôt que nos meilleures productions manquent de la qualité essentielle qui distingue les gravures sur métal les plus ordinaires du Moyen-Age. C'est qu'en effet nous n'avons plus d'école de dessin applicable aux objets industriels. On croit qu'on fait beaucoup pour l'industrie en enseignant le dessin à l'aide de modèles plus ou moins parfaits, modèles donnés sans méthode et sans un principe vivifiant. Les résultats démontrent malheureusement qu'on fait fausse route. C'est la nature qu'il faudrait apprendre à voir aux jeunes gens qui se destinent aux branches de l'industrie côtoyant l'art; c'est la grâce, la structure toujours logique de la faune et de la flore qu'il serait, avant tout, nécessaire de leur inculquer; c'est le sentiment individuel qu'il faudrait développer chez eux, et c'est ce qu'on se garde bien de faire.

Le dessin n'est pas seulement le résultat d'une aptitude ou d'une habileté particulière de la main et de l'œil; c'est encore une affaire de l'intelligence. Les objets extérieurs se peignent dans les yeux de tous de la même manière; mais combien y a-t-il de personnes qui sachent voir, qui sachent déduire de

l'image qui se produit sur la rétine, une conséquence, une suite d'idées? Bien peu assurément. Des milliers de gens passent, pendant des siècles, devant un phénomène naturel, en appréciant l'apparence; un jour, un homme, qui, certes, n'a pas des yeux faits autrement que ceux de ses prédécesseurs, voit le même phénomène, en analyse les causes, en déduit les résultats, et découvre la loi générale qui le produit. Il y a, ou plutôt il doit y avoir de cela dans le dessinateur. Et pour ne pas sortir de notre sujet, l'artiste ou l'artisan qui copie une plante pour en déduire des compositions d'ornement n'a pas seulement à copier matériellement l'apparence que présente cette plante; s'il est bien doué, ou si son esprit n'est pas détourné par un enseignement plat, il examinera, tout en faisant son dessin, comment les feuilles s'attachent aux tiges; comment elles sont sorties du bourgeon, pourquoi elles se présentent de telle ou telle façon; comment les tiges se ramifient, quelle est la puissance qui les maintient. Il fera, en un mot, pendant que sa main reproduira machinalement une apparence sur le papier, un travail intellectuel d'analyse. Alors, le jour où il composera un ornement avec une plante, il ne la reproduira pas matériellement dans la frise, le rinceau ou le chapiteau qu'il veut créer; mais en la soumettant aux formes qui conviennent à sa composition, il lui donnera l'allure particulière qui la distingue, il lui laissera son caractère individuel, vivant, original, et laissera de côté les poncifs de l'Ecole.

En jetant les yeux sur ces nombreux objets d'orfèvrerie que le Moyen Age nous a laissés, on acquiert la certitude que les artistes et les artisans de cette époque avaient, pour étudier la nature et en tirer les éléments de leurs compositions, des méthodes supérieures à celles adoptées aujourd'hui dans nos écoles... Ces artisans étaient non seulement habiles, mais encore intelligents dessinateurs. Ils n'allaient certes pas chercher ces modèles parmi des copies cent fois reproduites de quelques fragments antiques, ou des œuvres de leurs devanciers, mais dans la flore et la faune des champs; modèles toujours neufs, vivants; enseignement inépuisable,

avec la condition expresse qu'on sait voir, que l'intelligence travaille en même temps que les yeux et la main.

(*Dictionnaire raisonné du Mobilier français de l'Epoque carlovingienne à la Renaissance. Orfèvrerie. Page 199 et suivantes; page 202 et suivantes.*)

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)

LES CROYANCES RELIGIEUSES DU FONDATEUR

(Suite)

Il ressort des analyses précédentes, que l'originalité de Nanak dans l'ordre de la doctrine et de la vie intérieure a été de marier dans une synthèse plus délicate et affective que rigoureuse et intellectuelle, les enseignements fondamentaux de la Gita aux tendances puritaines et iconoclastes de l'Islam. S'il rejette l'adoration des images dans le culte extérieur, il n'est pas moins ennemi de l'imagination exubérante, envahissante qui marque la piété intérieure de l'Hindouisme et même de la Bhagavad Gita, du moins en ses premières étapes : « Médite sur le Nom Véritable ». Et sa notion de Dieu tend à être plus simple, plus dépouillée des sous-entendus anthropomorphiques. Mais son Dieu reste un Dieu hindou, protégé dans sa transcendance par sa Maya, contre les souillures d'un monde dont il est pourtant l'âme au sens le plus immanentiste du terme, non le Dieu le plus purement transcendant de l'Islam; c'est un Dieu qui est au delà du Bien et du Mal, mais de qui viennent le Bien et le Mal.

*
**

Ayant accordé en son esprit les grandes forces religieuses antagonistes de l'Islam et de l'Hindouisme, Nanak était prêt à entreprendre la grande tâche d'éveiller des sentiments ami-

caux entre Hindous et Musulmans, tâche gigantesque, ces deux groupes ayant des mœurs et des croyances très différentes, et pouvant traiter d'égal à égal.

Les Musulmans, parce qu'ils avaient le pouvoir, n'étaient pas disposés à prendre en considération un citoyen de la communauté conquise; mais Nanak était conscient du fait que la majorité des Musulmans, étant des Hindous convertis volontairement ou par force, avaient les mêmes penchants religieux, le même tempérament social et les mêmes dispositions à la tolérance que les Hindous. Remplacer le fanatisme par la foi en Dieu et la piété, l'orgueil par des sentiments d'humanité et de tolérance envers le prochain, pouvait améliorer et resserrer les relations entre les deux religions. Par quelle voie réaliser ce plan? Une seule existait qui fut efficace, celle de l'amour et de la vérité. Aussi Nanak s'y engagea-t-il de toute son âme, et nous pouvons dire qu'avant sa mort, il avait accompli plus qu'il n'avait rêvé. Le Guru n'eut pas moins à lutter contre la mentalité hindoue. Un peuple conquis et dominé n'avait pas pratiquement d'esprit d'intolérance, cependant, il était le peuple le plus obstiné en ce qui concerne les choses insignifiantes telles que la nourriture, les vêtements, et d'autres coutumes sociales ou pratiques religieuses. Le Guru avait donc à lutter d'une part, contre le fanatisme et le sentiment de supériorité et, d'autre part, contre la superstition des règles traditionnelles dans l'ordre social et religieux. Il était le Pacificateur pris entre ces deux oppositions et arriva, à force de conseils amicaux, à créer une atmosphère de paix.

C'est à Sultanpur qu'il commença d'appliquer ce plan de réconciliation et d'amitié.

Il prêchait que le Dieu des Hindous et celui des Musulmans étaient un seul et même Dieu, que les deux religions étaient deux voies différentes pour retourner au même foyer, la véritable maison de Dieu. Nanak jouissait d'une grande considération auprès du Nabab Daulat Khan qui, voulant examiner la profondeur de ses enseignements, l'invita à la mosquée pour prier avec lui. Nanak accepta volontiers, ne voyant pas de différence entre une mosquée et un temple : Dieu est

portout et non enfermé entre les murs d'un bâtiment. Pendant que toute la congrégation était en prières, il fit un pas en arrière et s'assit en silence. La prière terminée, le Nabab irrité lui demanda l'explication de sa conduite. Nanak répliqua que la contemplation était la prière essentielle; que le Nabab et l'Iman y ayant manqué, dans ces conditions, lui, Nanak, ne pouvait pas prier en leur société. Questionné sur la façon dont il avait pu découvrir que leur esprit n'était pas fixé sur Dieu, le Guru affirma que le Nabab pensait à un achat de chevaux de Kandahar, tandis que l'Iman s'inquiétait de sa pouliche nouvellement née, et n'avait, tout le long de la prière, pensé qu'à elle et au puits qui se trouvait dans la cour où elle jouait. Le Nabab et l'Iman reconnurent leur faute et Nanak quitta la mosquée.

En 1500, à l'âge de trente-quatre ans, le Guru quitta Sul-tanpur avec le ménestrel Mardànà de Talvoudi, pour parcourir l'Inde. Tout le temps de ce long voyage fut utilisé par lui à établir des relations amicales entre les deux parties antagonistes; il fonda ses efforts sur le fait que les deux religions ont les mêmes principes; mais leurs sectateurs, ignorant la vérité fondamentale, luttent les uns contre les autres d'une manière intolérable, pour des détails insignifiants. Il attira leur attention sur le fait que les Védas, les Purânas et le Coran, ainsi que les autres livres sacrés, parlent tous du Seul et Unique Seigneur sans aucune discussion possible : « Las de chercher la Réalité, d'une extrémité à l'autre, Les Védas le déclarent l'Unique. Dix-huit mille livres et le Coran affirment aussi qu'il est l'Unique ».

En soulignant que les principes essentiels de tous les livres sacrés étaient les mêmes, il déclarait que tous ceux qui s'engageaient dans des controverses religieuses étaient des sots et que leurs religions respectives étaient fausses : « Il créa l'Humanité d'une lumière unique, Et planta ce jardin du monde. Il créa des Empereurs et des Rois comme jardiniers pour en prendre soin. Fausses sont toutes ces religions des Hindous et des Turcs, Sots tous ceux qu'elles engagent dans ces controverses : Naissance, mort et règlement de comptes après la mort sont leur destinée commune. Ceux qui voient là

deux religions, oppriment l'humanité Et s'emparent joyeusement des biens de l'autre. Gabriel les saisit, les frappe et les tourmente dans l'Enfer, Dieu en personne les juge et distribue des punitions selon leurs actions. Là, Jésus, Moïse, Rama, Mahomet, ne les sauvent point s'ils ont péché. C'est pour un court séjour que les créatures sont venues sur cette terre, Et c'est pour ce monde qu'elles font le péché. Le Créateur demande compte jusqu'au moindre grain de proat. Puis, prophètes et saints, fakirs et empereurs, pauvres et riches sont toujours jugés selon leurs actions. » *(A suivre.)*

A TRAVERS LES LIVRES

LE NATURISME ET LA VIE, par le Docteur J. Poucel, Chirurgien des Hôpitaux de Marseille (1). Se trouve au Trait-d'Union.

L'ouvrage porte en sous-titre « la joie d'être sains ». C'est en effet cette joie qui ressort de la lecture de ce beau livre, et le docteur Poucel nous démontre comment le Naturisme donne la santé, l'euphorie et comment grâce à lui on goûte pleinement la joie de vivre. Dans un avant-propos, l'auteur pose bien les principes du Naturisme moderne et dit fort justement qu'« il n'est pas question de retourner à la barbarie, mais d'utiliser ce qu'avait de bon la vie simple d'autrefois ». Il faudra se garder de tomber dans les exagérations de certains illuminés qui ont nui au Naturisme dans l'esprit de ceux qui ont tendance à généraliser.

Dans un premier chapitre, il est question de la *culture intégrale* et du devoir pour l'homme de cultiver son corps et son esprit simultanément. Physique et moral s'influencent et on ne doit pas séparer l'un de l'autre.

Le second chapitre « *Le Naturisme* » donne d'abord la définition du Naturisme moderne « constitué par des considérations théoriques et surtout par un ensemble de pratiques d'hygiène qui tendent à nous ramener à l'observation des conditions physiologiques

(1) 1 vol. Edit. J.-B. Baillière et fils, 1933.

pour lesquelles nous sommes faits et dont nous éloigne de plus en plus une civilisation trop raffinée ». Il ne faut pas le confondre avec le Nudisme comme le fait trop souvent un public mal averti. Le Corps médical lui-même n'a pas encore saisi l'importance du Naturisme, trop attaché qu'il est aux doctrines pasteurienues qui lui font trop perdre de vue le terrain. Cependant s'il se désintéresse du mouvement naturiste, il se laissera distancer par les profanes.

Le chapitre III traite de l'*alimentation naturelle*. Nous mangeons trop, nous dit le docteur Poucel, et surtout trop de viande. Nous sommes nourris de ce que nous assimilons et non de ce que nous ingérons. Les aliments n'ont pas seulement un rôle nutritif, mais aussi excito-secrétoire. Puis, il passe en revue le végétarisme et ses avantages (défaut de toxicité, meilleur rendement, richesse en vitamines, etc.), le régime carné et l'alimentation mixte en faveur de laquelle il se déclare (2).

Au chapitre IV, c'est du *Sommeil naturel* que nous parle l'auteur, du sommeil réparateur, que favorise la vie naturiste et ses pratiques hygiéniques. Notons quelques excellents conseils pour petits et grands.

Depuis la parution du livre, le docteur Poucel a fait une conférence fort appréciée sur ce sujet à la Société de Médecine Naturiste (3).

Chapitre V. — L'*exercice* est envisagé aux différents âges; on ne saurait trop faire ressortir son importance à une époque où l'automobile a supprimé la marche. Il ne s'agit pas de former des athlètes ou de se livrer à des sports dangereux, mais de former des hommes sains et vigoureux en faisant une culture rationnelle, telle que celle qui a été mise en honneur par le lieutenant Hébert.

Avec le chapitre VI nous abordons l'étude scientifique des *bains d'air, de lumière et de soleil*. Le rôle de la peau est mis en relief, de la peau qui respire et absorbe, qui élimine, de la peau, glande à sécrétion interne, fabrique de pigments, laboratoire à vitamines, épauouissement du système nerveux.

L'eau fait l'objet du chapitre suivant. Les différentes formes de l'hydrothérapie et ses effets sont passés en revue, plus particulièrement

(2) Le Trait-d'Union se déclare pour le végétarisme (N.D.L.R.).

(3) *Le Sommeil Naturel*. 1 vol. Chez Baillièrre. Coll. *Hygiène et Thérapeut. par les méthodes naturelles*.

ceux du bain de mer. « Dans la mer plus encore, mêlé à elle comme les algues, fondu en elle comme le plancton, ayant de la mer plein ses tissus (puisque pour Quinton notre plasma est de l'eau de mer diluée), l'homme sent se dissoudre un peu de son humanité; il sort de son isolement, il prend conscience d'être un rayonnement du rythme universel ». Mais le milieu aquatique est et ne peut être que temporaire. Le milieu naturel de l'homme est l'*atmosphère*. Et c'est celui-ci qui va être étudié dans le chapitre VII. C'est un de ceux qui sont le plus fournis. Une étude des rayons solaires est suivie d'un historique de l'héliothérapie à travers les âges; viennent ensuite des pages magistrales sur l'action des rayons solaires; les bienfaits de l'héliothérapie, et aussi ses dangers et ses inconvénients. Nous regrettons de ne pouvoir nous étendre davantage; d'ailleurs, il faudrait tout citer. La technique des bains d'air et de lumière n'est pas moins détaillée et les indications bien posées suivant la saison, le pays, l'âge. Les Naturistes savent l'importance de ces bains; mais ils ne savent pas toujours comment il convient de les prendre ni le rôle joué par la peau. Quant aux snobs qui, après s'être calfeutrés tout l'hiver, passent l'été de longues heures au soleil, ils auraient grand besoin de lire l'ouvrage du docteur Poucel.

Et nous abordons la question particulièrement délicate du *Nudisme*. Avec beaucoup de tact, le docteur Poucel l'a traitée en un chapitre qui contient à lui tout seul la matière d'un volume. Bornons-nous à citer ce passage des conclusions, qui donnera une idée de l'esprit dans lequel il est traité : « Méfions-nous des mots ronflants de « morale physique » et autres miroirs aux alouettes. Que le Nudisme reste dans son domaine, qui est avant tout celui de l'hygiène, accessoirement et sous certaines conditions de contrôle, un adjuvant de l'éducation sexuelle. Mais pour accéder à la spiritualité plus parfaite à laquelle nous avons le désir de prétendre, nous avons des guides plus éprouvés et plus sûrs, et pour entrer dans ce domaine réservé à une élite, ce n'est pas lui qui détient les clefs de la porte. » Enfin, l'ouvrage se termine par un chapitre intitulé « Le Naturisme et la Société ». Ici, quelques tirades sur la Civilisation et ses méfaits, sur les erreurs des hommes civilisés, qui violent constamment les règles de la Physiologie et les lois de la Nature. Le Naturisme est individualiste : c'est « une forme de sport adapté à l'hygiène ». Il ne s'agit pas de

revenir en arrière et de faire table rase de tout ce que le progrès mécanique et scientifique met à notre disposition; mais il faut réagir contre les excès et s'évader, dans la mesure du possible, de tout ce que notre vie moderne comporte d'artificiel, pour nous retremper dans notre milieu naturel.

Dédaignons les moqueries et les critiques et, comme on prouve le mouvement en marchant, démontrons les bienfaits du Naturisme en vulgarisant les résultats obtenus.

Nous n'avons pu donner qu'une idée imparfaite du beau livre qu'est *Le Naturisme et la Vie*. Ajoutons qu'à sa parfaite documentation, aux conseils qu'il contient qui seront utiles aux Naturistes et à ceux qui ne le sont pas encore, mais voudront le devenir après sa lecture, il joint des qualités littéraires et des vues philosophiques qui en font un ouvrage de bibliothèque. Il faut le lire et le conserver pour le relire.

Préfacé par le docteur Rollier, de Leysin, dont les cures naturistes sont universellement connues, l'ouvrage est illustré de planches magnifiques, dont plusieurs provenant de clichés de l'auteur; et fort bien édité par Baillière. Une copieuse bibliographie termine chaque chapitre.

Ajoutons que l'auteur est Vice-Président de la jeune « Société de Médecine Naturiste de Marseille » qui, bien que n'ayant qu'un an d'existence, excite la curiosité du monde médicale et scientifique.

Docteur FOATA.

COIN DES MÈRES

RECETTES DU MENU DE GALA N° 4 (fin)

Dundee Cake (Gâteau Ecossais) (1)

Ce gâteau gagne beaucoup à être fait environ 3 semaines à l'avance. On le conserve dans une boîte en fer-blanc (2).

(1) On appelle l'Ecosse : « le pays des gâteaux »! Le gâteau Dundee est fort connu et très apprécié.

(2) Tous les fruits secs employés dans la pâtisserie doivent être soigneusement lavés et *complètement séchés*, ensuite saupoudrés de farine, sinon ils tombent au fond de la pâte en bloc et l'alourdissent.
— Ecorces mélangées signifie généralement : citron, orange et cédrat confits.

375 grammes de raisins Sultane; 375 grammes de raisins de Corinthe épépinés; 150 grammes de cerises confites, coupées en deux; 170 grammes d'écorces mélangées confites hachées fin; 125 grammes d'amandes moulues ou de farine d'amandes; 150 grammes de farine de froment complet; 125 grammes de sucre brun non raffiné; 125 grammes de beurre de noix ou de vache bien frais; jus d'un demi citron; jus et zeste râpé de 2 mandarines, si possible; 1 grande cuillerée de mélasse, ou de caramel brun; 3 œufs bien frais. Une trentaine de moitiés d'amandes pelées pour décoration, un peu de blanc d'œuf et sucre pour glacer.

Le secret nécessitant la réussite complète de ce délicieux gâteau consiste à tourner parfaitement le beurre et le sucre en crème en *incorporant la plus grande quantité d'air possible*.

Le sucre brun ne doit pas être trop humide. Il sera *pilonné* jusqu'à obtention d'une *poudre fine et unie*. Le beurre de noix (râpé) ou de vache (divisé en morceaux), est ajouté au sucre, et le mélange *battu énergiquement*, de 12 à 15 minutes, jusqu'à ce qu'il devienne léger et écumeux. S'il fait très froid, la terrine peut être LÉGÈREMENT chauffée, mais le beurre *ne doit pas tourner en huile* ou le gâteau serait manqué. Ajouter les jaunes d'œufs battus 1 par 1, des amandes moulues et de la farine (tamisée 2 ou 3 fois), ALTERNATIVEMENT, ainsi que les zestes des fruits frais. Continuer à battre jusqu'à ce que la pâte soit bien aérée et homogène. Y jeter ensuite les raisins secs, écorces hachées, cerises, le jus du demi-citron, le caramel ou la mélasse liquéfiée. Mélanger à nouveau mais NE PLUS BATTRE. Les blancs d'œufs battus *en neige ferme* seront incorporés avec PRÉCAUTION au tout, *en soulevant la pâte*.

Recouvrir d'un papier sulfurisé *huilé* l'intérieur d'un ou plusieurs moules à gâteaux *graissés*. Les remplir de la pâte, aplanir le dessus et les décorer avec les moitiés d'amandes. Creuser au centre un trou avec un couteau jusqu'à ce qu'on puisse apercevoir le fonds du moule. Chauffer le four (à gaz ou électrique), 20 minutes à l'avance. Enfourner au centre du four. Après 5 minutes, tourner le gaz très bas. Laisser cuire 5 heures à chaleur douce. Surveiller toutes les 20 ou 30 minutes. Couvrir le dessus du gâteau de papier fort graissé. La chaleur du four sera diminuée progressivement. Il ne doit pas

brûler du tout ni brunir vite. Environ une demi-heure avant de l'ôter, glacer le dessus avec le blanc d'œuf sucré. Attendre quelque temps avant de démonter. Mettre à refroidir sur grilles.

C'est un régal : il vaut la peine d'être essayé.

LA VIE DU MOUVEMENT

RAMEAU DE MARSEILLE. — Le dimanche 23 janvier, à midi, le Trait-d'Union réunissait 56 membres au Restaurant Végétarien, où l'on a pu déguster un menu fort alléchant qui prouvait bien que, tout en étant végétarien, on peut se bien nourrir. Au dessert, le docteur Foata, Président, a rappelé les phases de l'activité du Rameau, les buts du Trait-d'Union et les avantages du végétarisme; il s'est étendu sur le « pain naturel » que l'on pourra bientôt consommer à Marseille. Après le repas, concert et sauterie ont retenu les convives jusqu'à 6 heures.

RAMEAU DE SAINT-ETIENNE. — Le 24 février, le Rameau a recommencé ses sorties désormais mensuelles. Vingt-quatre personnes ont participé à cette excursion qui, par les crêtes dominant Saint-Etienne et les lointains horizons de la plaine du Forez, conduisit, par de charmants sous-bois ensoleillés et enneigés, jusqu'au plateau de Saint-Genest-Malifaux.

RAMEAU DE NICE. — Continuation régulière des réunions et conférences au foyer de la rue Paganini. M. Labessoulhe, qui a séjourné plus d'un an à Tahiti, est venu parler de la fameuse île de façon particulièrement intéressante et la justesse de ses vues, sans parti-pris, a enchanté les nombreux auditeurs qui sont venus l'entendre. A la séance suivante, le président, M. Ollivaud, a spécialement choisi un sujet qui prête à la controverse philosophique. : « Où va l'humanité? » Contradictions, approbations ne manquent pas. En conclusion, notre ami montre que le chemin suivi par l'humanité à travers mille complications s'oriente malgré tout vers la simplicité. Conclusion naturiste (dans le sens trait-d'unioniste, c'est-à-dire complet du mot). Oui la simplicité est difficile à atteindre. Nous le constatons tous les jours dans le domaine de l'art. Dans tous les domaines, elle

serait donc le but de l'évolution. La causerie suivante fut d'ordre musical. « Paganini, sa vie, son œuvre », avec audition par M. Brun, artiste violoniste. Et tout le monde s'intéressa à celui dont la rue du foyer porte le nom.

Un nouvel élément d'art spirituel a été donné par Mme de Sannois, la fidèle amie des foyers végétariens et de tant d'œuvres sociales où elle apporta son talent de diction et son activité fraternelle.

Elle a dirigé au foyer le Cercle « Nous lisons », qui a lieu les 1^{er} et 3^e samedis, à 20 h. 30, et où elle enseigne à bien lire matériellement (diction) et spirituellement (littérature et élévation). Bonne nouvelle pour tous. Qu'on vienne nombreux à ces réunions si gaies et si fraternelles.

APPEL

RAMEAU DE PENNE. — Notre Foyer agricole et artisanal de Penne d'Agenais (Lot-et-Garonne), constitué légalement en société civile, à base non commerciale, et à capital variable (formé par des parts de 500 francs, portant intérêt à 4 % et pouvant être remboursées, au gré des sociétaires, dans un délai de 3, 6, 9 ans, etc.), doit prochainement passer acte d'achat de la deuxième ferme du domaine de Las Clèdes et porter son capital social de 30.000 francs à 60.000 francs. Il doit aussi, au 23 juin 1935, verser le solde de la deuxième ferme, soit 10.000 francs.

Il demande aux membres et aux personnes s'intéressant à son action libératrice, de vouloir bien faire un effort pour souscrire quelques parts ou actions, ou parties d'action (1/2 ou 1/4) pour aider son essor vers une vie saine et noble, accessible à tous, mais surtout à la jeunesse atteinte par la crise économique mondiale. D'avance, le Conseil d'administration dit merci à tous. Signé : MM. Gatin, Berton, L. Tartoïs, membres du Conseil d'administration.

CENTRE DE TANGER. — Une pension végétarienne y est ouverte pour 450 francs par mois, 225 francs par quinzaine, 120 francs par semaine. Ecrire à Mme Margaret Ives, Bab es Salam, aux bons soins du British Post Office, Tanger.

RAMEAU DE PARIS

CONFERENCES DU MERCREDI A PYTHAGORE

4, rue des Prêtres-Saint-Séverin, à 20 h. 45.

3 Avril. — *Les bases Bibliques du Naturisme*, par le docteur Jean

Nussbaum, Président de la Ligue de Médecine préventive « Vie et Santé ».

10 Avril. — *Un Enseignement religieux libre, le Quakerisme*, par M. Van Etten, Secrétaire Général de la Société des Amis (Quakers).

17 Avril. — *La signification cosmique de Pâques; le sacrifice Joyeux*, par M. d'Arras, Vice-Président du Trait-d'Union.

24 Avril. — *Le rôle de la consommation des fruits dans la lutte contre l'alcoolisme*, par M. Riémain, Secrétaire Général de la Ligue Nationale contre l'alcoolisme.

EXCURSION DU DIMANCHE 5 MAI

Beaux sites du Sud de la Forêt de Rambouillet, 19 h.

Emporter un repas et de l'eau, prendre à la gare de Denfert-Rochereau un aller et retour pour Rochefort-en-Yvelines. Rendez-vous à 7 h. 25 devant les guichets.

En cas de mauvais temps, le rendez-vous est obligatoire, l'excursion serait annulée si personne ne s'y présentait.

Départ du train 7 h. 35. Changer de train *et de gare* à Massy-Palaiseau.

Sites sauvages des buttes de Rochefort et du bois des Bordes. Déjeuner sur les hauteurs de La Celle-les-Bordes (abri en cas de besoin). Bois de la Celle, les buttes de Rochefort. Paris-Denfert 19 h. 09.

ASSEMBLEE GENERALE DE LA COOPERATIVE

La précédente Assemblée n'ayant pu épuiser l'ordre du jour, tous les membres de la Coopérative sont convoqués à prendre part à l'Assemblée Générale Annuelle qui aura lieu le dimanche 28 avril, à 15 heures, à La Source, 73 bis, rue Bobillot, Paris (13^e). Prière de venir nombreux pour atteindre le quorum.

Ordre du Jour :

1^o Rapport de la Commission de contrôle nommée à la précédente Assemblée; 2^o Examen et approbation du bilan provisoire de 1933, du bilan de 1934; 3^o Eventualité d'une liquidation; 4^o Modification éventuelle des Statuts; 5^o Election des membres du Conseil en remplacement des membres sortants.

BANQUET FRATERNEL à 19 heures, suivi d'une causerie.
(Prix : 10 fr.)

CAMP DE CHEVREUSE. — La Direction, d'accord avec le Trait-d'Union, a fait cet hiver un très gros effort d'aménagement. Une piscine entourée d'agréables terrasses a été créée. Elle a 25 mètres sur 10 mètres. Petit bain 0 m. 80, grand bain 1 m. 50. Les anciens jeux ont été remis en état, de nouveaux jeux s'y ajouteront. On veillera au confort et à la propreté pour le couchage. Des causeries seront fréquemment faites le dimanche.

Pour couvrir ces grosses dépenses, les conditions de séjour ont dû être légèrement modifiées mais les nouveaux avantages compensent largement la minime augmentation. N'oubliez pas cette saison de réserver quelques jours au Camp, vous y trouverez l'accueil le plus chaleureux et le plus fraternel.

Conditions de séjour. — Carte 1935 des Amis de Chevreuse : 30 francs; des Amis Campeurs : 40 francs. Repas : 5 francs; petit déjeuner : 2 francs. Couchage, par nuit, en tente : 3 francs; en dortoir : 5 francs. Pension complète, la semaine : 100 francs. Visiteurs, la journée : 4 francs. Les enfants au-dessus de 3 ans sont acceptés sous la garde des parents et paieront demi-tarif jusqu'à 7 ans.

ATTENTION. - Nos abonnés en retard sont priés de bien vouloir nous envoyer le plus tôt possible le montant de leur abonnement. Ils éviteront ainsi les frais assez élevés de *recouvrement postal*.

Les mandats doivent être adressés au « TRAIT-D'UNION » et non à « Régénération ». Cette dernière dénomination est refusée par le Service des Chèques Postaux, les mandats sont renvoyés aux expéditeurs.

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.

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.) Prix : 6 fr. Franco : 7 fr.

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 naturiste. Vol. de 352 pages in-12. Prix : 6 fr. Franco : 7 fr.

VIENT DE PARAÎTRE

La pratique du Naturisme, ses degrés progressifs, par J.-C. Demarquette. — L'ouvrage le plus moderne sur l'hygiène et la science

de la vie. Indispensable à tous ceux qui veulent mériter la santé et le bonheur. Sobriété d'exposition, modération des idées et netteté dans leur développement systématique. Manuel parfait d'hygiène individuelle, à la fois naturelle et spirituelle. Fruit de 25 années d'expérience, il indique la valeur respective des diverses techniques du Naturisme. Les aspects transcendants de la culture humaine sont particulièrement mis en lumière. Prix : 5 fr. Franco : 6 fr.

Alimentation et Radiations, par M. Ad. Ferrière, docteur en sociologie, vice-président de la Ligue Internationale pour l'Education Nouvelle. — Vues nouvelles d'économie organique et d'économie morale. — Toute énergie est radiation. Tel est le fait nouveau que le XX^e siècle nous a apporté. En a-t-on tiré toutes les conséquences? Non. Vitamines, catalyseurs, action des infiniments petits, chaque jour nous apprenons des découvertes qui bouleversent les vues des « hommes de science » et confirment du même coup les intuitions des naturistes de tous les temps. Comme le pendule du radiesthésiste, l'instinct de l'homme équilibré perçoit les consonances et les dissonances, ce qui lui convient et ce qui lui disconvient. Conclusion : éduquer l'instinct, viser à l'harmonie de l'être tout entier, physique et moral. Prix : 12 fr. Franco : 13 fr.

Vient de paraître

**L'EDITION 1935 du
GUIDE NATURISTE
ANNUAIRE DES NATURISTES**

LA SEULE PUBLICATION NATURISTE INDÉPENDANTE

Par sa documentation complète sur

la Culture physique	les Sports de plein air
les Sociétés Naturistes et Nudistes	la Bibliographie Naturiste
les Auberges de Jeunesse	les Restaurants végétariens
les Ecoles de plein air	les Pensions naturistes
le Mouvement végétarien	les Piscines, Gymnases, etc...

est indispensable à tous ceux qu'intéresse le mouvement naturiste
128 pages illustrées : **2 fr. 50**

En vente dans tous les restaurants végétariens, les kosques
et à la **Librairie Universum**, 33, rue Mazarin, Paris.

Envoie franco contre **3 fr. 50** en timbres adressés au **Guide
Naturiste**, 12, rue Lagrange, Paris.

PETITES ANNONCES

Famille naturiste, récemment fixée propriété région Orléans, serait
heureuse faire connaissance autres familles vrais naturistes. —
Gounin, Closerie des Roses, La Chapelle-Saint-Mesmin (Loiret).

Tous les Trait-d'Unionistes, qui sont réellement désireux de travailler pratiquement à notre idéal, sont priés d'envoyer des détails sur leur profession. Nous avons besoin en ce moment d'agriculteurs, de maçons, d'un menuisier, d'hôteliers, de chauffeurs, d'aviateurs, d'imprimeurs, mais toute autre profession fera l'objet d'une étude spéciale, pour en faciliter l'intégration. — Ecrire à M. Manceau, 13, place de la Bourse, Bordeaux.

Donville (Manche), 3 min. de la mer. Chalet à vendre ou louer meublé, 400 fr. par mois. terrains à bâtir, facilités. — S'adresser au Secrétariat.

Le FOYER AGRICOLE DE PENNE D'AGENAIS (Lot-et-Garonne), reçoit des enfants et des adultes, déprimés ou malades. Ecrire pour conditions.

HUILE D'OLIVE GARANTIE PRESSÉE A FROID

pur jus des olives, riche en vitamines recommandée pour tous les mets, salades, etc. — Livraisons en bidons-px. à partir de 5, 10, 15, 20 kgs. — Echantillons et prix sur demande.

Etabl. H. WASSER & C°. Abonnés Capelette, Marseille

FOYER NATURISTE

8, Rue du Sentier, PARIS — Téléph. : Central 50-81

Président : Emile BAILLY ; Vice-Président : Maurice JOURD'HEUIL ; Secrétaire : Gal E. H. COUBERT

Buts : Favoriser le développement du Naturisme et de la Libre Culture, l'Entraide et la Solidarité parmi les Naturistes.

Avantages réservés aux Membres :

Cours de culture physique : les lundi, jeudi, mardi et vendredi. Excursions pédestres : le dimanche. Entraînement à l'athlétisme et à la natation. Bibliothèque, salle de réunion, de lecture. Bulletin mensuel.

Cotisations annuelles : Membres actifs : **70 frs** ; Ménage : **100 frs** ;
Étudiants et moins de 20 ans : **50 frs** ; Sympathisants : **20 frs** ;
Correspondants : **10 frs**.

Les Restaurants Végétariens du Trait-d'Union

LA SOURCE, 73 bis, rue Bobillot, 13^{me}, Métro Italie.

A PYTHAGORE, 4, rue des Prêtres-St Séverin, 5^e. Métro : Saint-Michel.

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

CAMPING

REVUE MENSUELLE ILLUSTRÉE

RÉDACTEUR EN CHEF : J. SUSSE

Administration : 9, Rue Richempanse - PARIS (8^e)

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 Richelieu, PARIS (II^e)

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... Réédu-
cation 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^e) Gob. 84-24

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

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