PENTALFA

Magazine moderno de la Ciencia de la Alimentación y Naturo-Desnudista

No tiene tendencia política, social ni religiosa

Director: Profesor NICOLÁS CAPO — Administración: Alcoy, 2 Bonanova — Administradora: RAMONA PERERA
REDACCIÓN: CALLE DE PELAYO, 60, 3.º — BARCELONA — Teléfono 79771

VERANEO DE DOS SIRENAS NUDISTAS



El atractivo del mar encanta y subyuga. Dejarse deslizar por entre las húmedas alas del líquido elemento en el que con la lejanía del infinito nos envuelve con trino misterio de agitación y actividad espumosa y cimbreante y que en las tardes calurosas son el bálsamo refrigerador de nuestro cuerpo tostado por los fuertes rayos del astro Rey. El júbilo pagánico que nos infunde la espuma serpenteante y el sol que refleja su inmensa faz en las alas del mar es indescriptible. Estas dos hermanas Nudistas nos lo confirman con su risueño y placentero retozo que al mismo tiempo nos invitan a abrazar a la Natura libre y preñada de besos de salud y de vida inagotable!

Año VII-N.º 150

Suscripción: Un año Barcelona y España . . . . . 10'00 ptas.
» » América y Portugal . . . . . 12'00 »
» » Europa . . . . . 15'00 »
Medio año . . . . . 5, 6 y 8 »

0'30 cénts.

El Profesor N. Capo el día 19 marchará a Mallorca de gira de conferencias Trofológicas, donde se hará banquete vegetariano, regresando el 23, y el día 6 a Valencia y a Gandía, regresando el día 11.

107

PENTALFA

Magazine moderno de la Ciencia de la Alimentación y Naturo-Desnudista

No tiene tendencia política, social ni religiosa

Director: Profesor NICOLÁS CAPO — Administración: Alcoy, 2 Bonanova — Administradora: RAMONA PERERA
REDACCIÓN: CALLE DE PELAYO, 60, 3.° — BARCELONA — Teléfono 79771

VERANEO DE DOS SIRENAS NUDISTAS



El atractivo del mar encanta y subyuga. Dejarse deslizar por entre las húmedas alas del líquido elemento en el que con la lejanía del infinito nos envuelve con trino misterio de agitación y actividad espumosa y cimbreante y que en las tardes calurosas son el bálsamo refrigerador de nuestro cuerpo tostado por los fuertes rayos del astro Rey. El júbilo pagánico que nos infunde la espuma serpenteante y el sol que refleja su inmensa faz en las alas del mar es indescriptible. Estas dos hermanas Nudistas nos lo confirman con su risueño y placentero rostro que al mismo tiempo nos invitan a abrazar a la Natura libre y preñada de besos de salud y de vida inagotable!

Año VII-N.° 150

Suscripción: Un año Barcelona y España . . . . . 10'00 Ptas.
» » América y Portugal . . . . . 12'00 »
» » Europa . . . . . 15'00 »
Medio año . . . . . 5, 6 y 8 »

0'30 cénts.

El Profesor N. Capo el día 19 marchará a Mallorca de gira de conferencias Trofológicas, donde se hará banquete vegetariano, regresando el 23, y el día 6 a Valencia y a Gandía, regresando el día 11.

LA TROFOLOGIA IN ITALIA

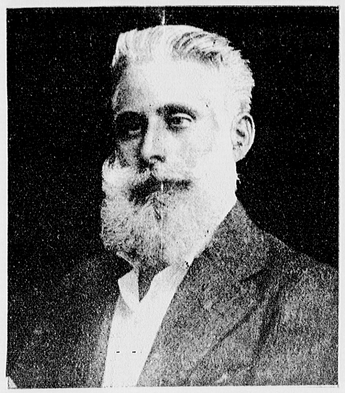
La Trofologia è una Scienza che possiamo dire vecchia, giacchè fece parte delle dottrine yppocratiche, di Zoroastro e di Trita, ma poi fu abbandonata e negletta dagli uomini d'oggi che lottano per il benesere e la salute della razza. Ritorna ora alla luce del sole, come omaggio benefico della provvida Natura, per mezzo di studiosi, di filosofi e di naturisti.

Propagata dapprima in America, in questi anni, ora é in pieno sviluppo in Europa, specialmente in Barcellona, per opera degli illustri scienziati Prof., in Pentalfa coadiuvati da tecnici e competenti in materia.

La nuova Scienza chiamata "Trofologia" del greco *trofos* (alimento) e *logos* (studio), tratta fra altro, della compatibilità ed incompatibilità chimica degli alimenti fra loro, e dimostra come da una irrazionale ed illogica combinazione degli alimenti stessi nei pasti quotidiani, vengono a prodursi i numerosi disturbi organici e specialmente delle vie digerenti. La dispepsia in primo luogo, le acidità e fermentazioni nello stomago e negl'intestini, i bruciori, le atulenze, ecc., colle loro non lievi conseguenze, sono i primi segni manifesti di una errata combinazione chimica degli alimentifra loro.

I trofologi o trofotecnici moderni, sostengono che la Trofologia nel senso generale, e la scienza unica, universale e morale che tratta della nutrizione completa e perfetta, e che abbraccia tutte le altre specialità di cure, come: la dietetica, la bromatologie, l'elioterapia, la trofoterapie, l'aeroterapia, l'idroterapia, la moraloterapia, la geoterapia e la naturoterapia.

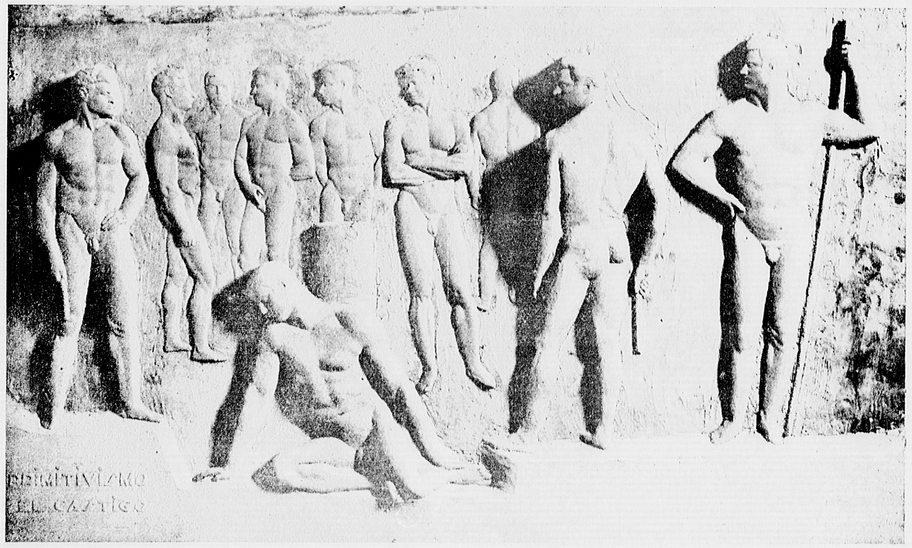
Ció nonostante, altri più avanzati, pretende ne che la Trofologia abbia un'influenza salutare nelle relazioni socioli e morali, nutrizione e sensazione psichica superiore dell'Uomo.



Fortunato Peitavino (Nuestro representante en Italia)

Il Signore Fortunato Peitavino vecchio apostolo, Prof. de Naturismo Trofologico che fondó la prima rivista naturo-vegetariana in Italia col titolo la "Nuova Sciencia" per la propaganda dellari forma igienica alimentare, e per la vita secondo Natura. Rivista che uno scienziato portoghese il Prof. Dott. Amicare De Souza, giudicò degna di essere studiata e meditata, e la proclamó una delle migliori del Mondo in suo genere, sospesa la sua pubblicazione causa l'ultima guerra ma dopo, continuó a pubblicare la stessa Rivista col titolo "Salute Longevità" ora «l'Araldo della Salute», ceduta ad altri per dedicarsi al l'insegnamento della Nuova Scienza Naturo-Vegetariana-Trofologica, che in seguito di averne studiato e practicato i suoi miracolosi effetti salutari, conscio di apportare alla Società un beneficio di alto valore, fondó una Scuola nel Regno d'Italia per l'insegnamento della suddeta Scienza che sarabbe una Sucursale delle Scuole principale Naturo Vegetariane-Trofologiche di Barcellona (Spagna).

El Desnudismo en el arte moderno



Primitivismo: El Castigo.
Original de arte Nudista de escultura plástica del joven escultor naturista aragonés, Don ARMANDO RUIZ, cuyas ideas publicaremos en el n.º 152.

Pida Vd. material de propaganda en nuestra redacción, Peiayo, 60, 3.º, Barcelona, porque "PENTALFA" no es nuestra solamente sinó que es vuestra también. ¡No sea Vd. indiferente! ¡Trabaje!

Administración: Alcoy, 2 y 10
Redacción: Pelayo, 60, 3.º
Teléfono 79771

PENTALFA

Director: Prof. N. Capo
Barcelona, 15 de Agosto de 1932

METCHNISCOFF Y EL VEGETARISMO

Los médicos oficiales, a pesar de los triunfos, cada día más eminentes, del Vegetarismo en muchas enfermedades y como medio de vida, no se resuelven, decididamente, a aceptar el régimen Ovo-lacteo-Vegetariano porque sus grandes «maestros» les han inculcado la idea de que no deben ser tan exclusivistas o fanáticos y, que, la alimentación que mejor se ajusta a las condiciones fisiológicas del hombre es la omnívora. Esto es: comer de todo sin abusar. Y es la idolatría que no les permite ver la Verdad. Ellos también, como el mismo público, buscan la AUTORIDAD. Que una gran «autoridad», dijo que no puede pasar, el hombre, más de 8 días sin practicar el coito y todo el mundo se lanza a recomendar la fornicación. Que tal o cual «autoridad» científica del mundo dijo que son buenas las ostras para tal o cual función y todos se sumergen al agua a la pesca del hermético crustáceo. Que Metchniscoff ha dicho que el hombre debe comer todo lo menos carne posible, como Pawlow, Carnot, Cotarget, y otros pero que no debe hacer un régimen vegetariano absoluto, porque el hombre es omnívoro... y todos los médicos a «la una» dicen (y se lo repiten a sus enfermos, en los libros y en las recetas) que hay que comer, además del régimen vegetariano, un poco de carne. Y veamos de donde parte ese gran error tan difundido en la actualidad entre los médicos: En los últimos años y en una conversación que tuvieron Metchniscoff, uno de los más grandes biólogos modernos, con el Dr. Clerici. Aquel le dijo que más de una vez había probado adoptar el régimen vegetariano por creerlo el más indicado para los hombres, y, especialmente si éstos están ya en la senilidad, pero que se había visto obligado a volver al régimen mixto porque éste le daba el bienestar físico y energía intelectual.

Y ahí tenemos al gran sabio, el impulsor de la función fagocitaria y el «creador» de la leche fermentada, que, con tanto saber no sabía nada para su organismo, y es porque el biólogo ruso se desveló demasiado con los microbios, pero no tuvo tiempo de ocuparse de su organismo, pues no conocía la ciencia de la alimentación y base trófica del bienestar físico ni la verdad de la causa impulsora de la energía mental.

La energía mental y muscular la dan el equilibrio y armonía del funcionamiento normal del sistema por medio de una alimentación pura y sin toxinas animales.

Las frutas maduras, las verduras tiernas, las raíces dulces, las semillas oleaginosas (almendras, nueces) que la moderna trofología da como alimentación científica es lo que responde a esa energía físico-cerebral, y no la de base cadavérica.

Le faltaba convencerse al sabio ruso de que el hombre es frugívoro, y no granívoro, ni hervívoro, ni carnívoro y ni *omnívoro*... porque si fuera esto último, como dicen los médicos, no estaría enfermo. Metchniscoff sabía que el vegetarismo debía ser bueno pero por desconocer el frugivorismo en sus íntimos detalles fracasó en sus intentos. La ciencia Trofológica, en su tiempo, no era lo bastante conocida y claro no pudo él orientarse, de lo contrario, nosotros estamos suficientemente convencidos de que hubiera sido un ferviente trofólogo al conocer bien el valor químico y nutritivo de los alimentos vegetales.

Y para terminar: nosotros estamos en absoluto, contra la alimentación cárnea y contra la alimentación mixta, porque el ser humano no nocesita para nada, ni poco ni mucho, de la carne ni del pescado y ni las carnes de las aves, para vivir, ni mucho menos para curar sus enfermedades. Bien convencidos estamos, por el examen deductivo, que el hombre es frugívoro. La carne es siempre tóxica. Ciertos escolásticos sostienen que cuando el hombre ha llegado a cierto grado de desarrollo de su estado adulto y por consiguiente de complicación en sus funciones, necesita hallar en la sangre algunos principios excitantes que sirven como de cebo al juego de sus funciones más altas y refinadas, como ser las de iniciativa por lo que respecta a la conducta, las de intuición por las que hace a la inteligencia y las de inspiración por cuanto a la imaginación se refiere, y que las comidas de carne y pescados, creen, son las llamadas a reponer al organismo y como consecuencia al sistema nervioso.

Pues, estas substancias cárneas no dan la verdadera calidad interna del bienestar físico sino solamente una sensación de aparente fuerza hija del atrofiamiento y embotamiento celular de los tóxicas albuminosos (que se convierten en precipitados úricos en la sangre) y la energía mental conseguida por este «algo» de carne de la que habla Metchniscoff y los médicos oficiales, no es más que la misma excitación neuronal de los resíduos tóxicos de la carne que deja en el sistema neurocerebral, fabricados durante la digestión, como a igual que el café, el té, el chocolate, el alcohol, el tabaco, venenos estos todos generadores de «energía» mental momentánea y que cuando el hombre civilizado le falta el consabido excitante el SER se halla en una torpe postración e idiotez. Y deducimos: un organismo que no puede mantenerse 24 horas sin nada de alimento no es normal.

Prof. N. CAPO

20 razones científicas que demuestran la naturaleza frugívora del ser humano

1.—«El hombre no es un animal de presa ni de matanza, porque es la quintaesencia de la evolución cosmo-biológica por su intelecto y su estado de conciencia y vive del reino vegetal.»

2.—«Si consideramos que sólo el hombre está destinado evidentemente a vivir en sociedad, debemos por este solo hecho presumir que esté organizado para vivir de substancias vegetales más que de carne. En efecto, los mamíferos carnívoros son casi siempre solitarios, porque para hallar una presa suficiente es necesario que se repartan, pues si así no lo hicieran se comerían unos a otros; mientras que los herbívoros dotados de una alimentación más abundante no tiene necesidad de disputársela entre sí, razón por la cual pueden vivir pacíficamente en sociedad.»

«Además, la disposición del aparato digestivo muestra que el hombre está hecho para alimentarse principalmente de frutos y de raíces. Sus dientes están conformados de la misma manera que la de los otros mamíferos frugívoros. Su estómago es simple; su canal

EL PROF. N. CAPO dará una conferencia en la Sociedad Naturista, Raurich, 14, a las 9 de la noche el dia 18, sobre el perjuicio de las albúminas.

LA TROFOLOGIA IN ITALIA

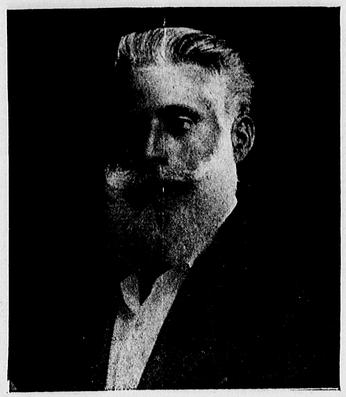
La Trofologia è una Scienza che possiamo dire vecchia, giacchè fece parte delle dottrine yppocratiche, di Zoroastro e di Trita, ma poi fu abbandonata e negletta dagli uomini d'oggi che lottano per il benesere e la salute della razza. Ritorna ora alla luce del sole, come omaggio benefico della provvida Natura, per mezzo di studiosi, di filosofi e di naturisti.

Propagata dapprima in America, in questi anni, ora é in pieno sviluppo in Europa, specialmente in Barcellona, per opera degli illustri scienziati Prof., in Pentalfa coadiuvati da tecnici e competenti in materia.

La nuova Scienza chiamata "Trofologia" del greco *trofos* (alimento) e *logos* (studio), tratta fra altro, della compatibilità ed incompatibilità chimica degli alimenti fra loro, e dimostra come da una irrazionale ed illogica combinazione degli alimenti stessi nei pasti quotidiani, vengono a prodursi i numerosi disturbi organici e specialmente delle vie digerenti. La dispepsia in primo luogo, le acidità e fermentazioni nello stomago e negl'intestini, i bruciori, le atulenze, ecc., colle loro non lievi conseguenze, sono i primi segni manifesti di una errata combinazione chimica degli alimentifra loro.

I trofologi o trofotecnici moderni, sostengono che la Trofologia nel senso generale, e la scienza unica, universale e morale che tratta della nutrizione completa e perfetta, e che abbraccia tutte le altre specialità di cure, come: la dietetica, la bromatologie, l'elioterapia, la trofoterapia, l'aeroterapia, l'idroterapia, la moraloterapia, la geoterapia e la naturoterapia.

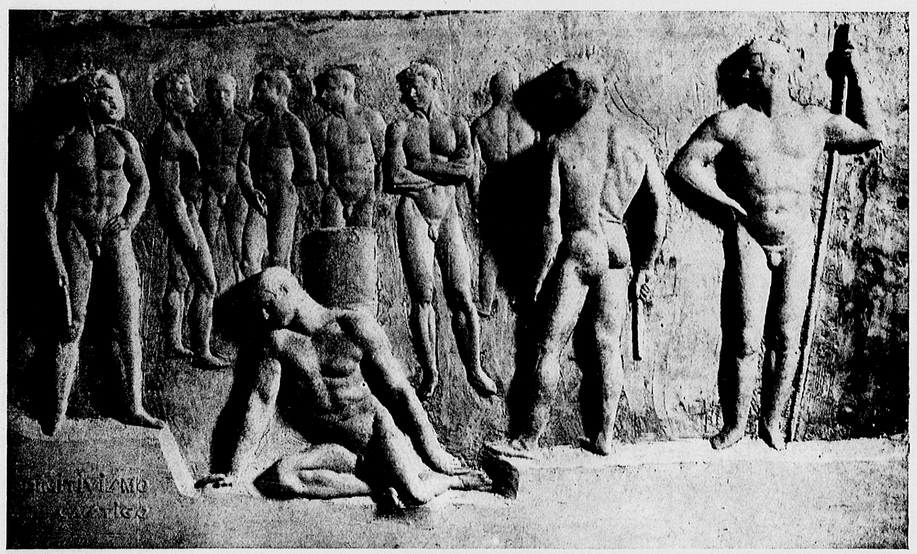
Ció nonostante, altri più avanzati, pretendone che la Trofologia abbia un'influenza salutare nelle relazioni socioli e morali, nutrizione e sensazione psichica superiore dell'Uomo.



Fortunato Peitavino (Nuestro representante en Italia)

Il Signore Fortunato Peitavino vecchio apostolo, Prof. de Naturismo Trofologico che fondó la prima rivista naturo-vegetariana in Italia col titolo la "Nuova Sciencia" per la propaganda dellari forma igienica alimentare, e per la vita secondo Natura, Rivista che uno scienziato portoghese il Prof. Dott. Amicare De Souza, giudicò degna di essere studiata e meditata, e la proclamó una delle migliori del Mondo in suo genere, sospesa la sua pubblicazione causa l'ultima guerra ma dopo, continuó a pubblicare la stessa Rivista col titolo "Salute Longevità" ora «l'Araldo della Salute», ceduta ad altri per dedicarsi al l'insegnamento della Nuova Scienza Naturo-Vegetariana-Trofologica, che in seguito di averne studiato e practicato i suoi miracolosi effetti salutari, conscio di apportare alla Società un beneficio di alto valore, fondò una Scuola nel Regno d'Italia per l'insegnamento della suddeta Scienza che sarabbe una Sucursale delle Scuole principale Naturo Vegetariane-Trofologiche di Barcellona (Spagna).

El Desnudismo en el arte moderno



Primitivismo: El Castigo.
Original de arte Nudista de escultura plástica del joven escultor naturista aragonés, Don ARMANDO RUIZ, cuyas ideas publicaremos en el n.º 152.

Pida Vd. material de propaganda en nuestra redacción, Pelayo, 60, 3.º, Barcelona, porque "PENTALFA" no es nuestra solamente sinó que es vuestra también. ¡No sea Vd. indiferente! ¡Trabaje!

Administración: Alcoy, 2 y 10
Redacción: Pelayo, 60, 3.º
Teléfono 79771

PENTALFA

Director: Prof. N. Capo
Barcelona, 15 de Agosto de 1932

METCHNISCOFF Y EL VEGETARISMO

Los médicos oficiales, a pesar de los triunfos, cada día más eminentes, del Vegetarismo en muchas enfermedades y como medio de vida, no se resuelven, decididamente, a aceptar el régimen Ovo-lacteo-Vegetariano porque sus grandes «maestros» les han inculcado la idea de que no deben ser tan exclusivistas o fanáticos y, que, la alimentación que mejor se ajusta a las condiciones fisiológicas del hombre es la omnívora. Esto es: comer de todo sin abusar. Y es la idolatría que no les permite ver la Verdad. Ellos también, como el mismo público, buscan la AUTORIDAD. Que una gran «autoridad», dijo que no puede pasar, el hombre, más de 8 días sin practicar el coito y todo el mundo se lanza a recomendar la fornicación. Que tal o cual «autoridad» científica del mundo dijo que son buenas las ostras para tal o cual función y todos se sumergen al agua a la pesca del hermético crustáceo. Que Metchniscoff ha dicho que el hombre debe comer todo lo menos carne posible, como Pawlow, Carnot, Cotarget, y otros pero que no debe hacer un régimen vegetariano absoluto, porque el hombre es omnívoro... y todos los médicos a «la una» dicen (y se lo repiten a sus enfermos, en los libros y en las recetas) que hay que comer, además del régimen vegetariano, un poco de carne. Y veamos de donde parte ese gran error tan difundido en la actualidad entre los médicos: En los últimos años y en una conversación que tuvieron Metchniscoff, uno de los más grandes biólogos modernos, con el Dr. Clerici. Aquel le dijo que más de una vez había probado adoptar el régimen vegetariano por creerlo el más indicado para los hombres, y, especialmente si éstos están ya en la senilidad, pero que se había visto obligado a volver al régimen mixto porque éste le daba el bienestar físico y energía intelectual.

Y ahí tenemos al gran sabio, el impulsor de la función fagocitaria y el «creador» de la leche fermentada, que, con tanto saber no sabía nada para su organismo, y es porque el biólogo ruso se desveló demasiado con los microbios, pero no tuvo tiempo de ocuparse de su organismo, pues no conocía la ciencia de la alimentación y base trófica del bienestar físico ni la verdad de la causa impulsora de la energía mental.

La energía mental y muscular la dan el equilibrio y armonía del funcionamiento normal del sistema por medio de una alimentación pura y sin toxinas animales.

Las frutas maduras, las verduras tiernas, las raíces dulces, las semillas oleaginosas (almendras, nueces) que la moderna trofología da como alimentación científica es lo que responde a esa energía físico-cerebral, y no la de base cadavérica.

Le faltaba convencerse al sabio ruso de que el hombre es frugívoro, y no granívoro, ni hervívoro, ni carnívoro y ni *omnívoro*... porque si fuera esto último, como dicen los médicos, no estaría enfermo. Metchniscoff sabía que el vegetarismo debía ser bueno pero por desconocer el frugivorismo en sus íntimos detalles fracasó en sus intentos. La ciencia Trofológica, en su tiempo, no era lo bastante conocida y claro no pudo él orientarse, de lo contrario, nosotros estamos suficientemente convencidos de que hubiera sido un ferviente trofólogo al conocer bien el valor químico y nutritivo de los alimentos vegetales.

Y para terminar: nosotros estamos en absoluto, contra la alimentación cárnea y contra la alimentación mixta, porque el ser humano no nocesita para nada, ni poco ni mucho, de la carne ni del pescado y ni las carnes de las aves, para vivir, ni mucho menos para curar sus enfermedades. Bien convencidos estamos, por el examen deductivo, que el hombre es frugívoro. La carne es siempre tóxica. Ciertos escolásticos sostienen que cuando el hombre ha llegado a cierto grado de desarrollo de su estado adulto y por consiguiente de complicación en sus funciones, necesita hallar en la sangre algunos principios excitantes que sirven como de cebo al juego de sus funciones más altas y refinadas, como ser las de iniciativa por lo que respecta a la conducta, las de intuición por las que hace a la inteligencia y las de inspiración por cuanto a la imaginación se refiere, y que las comidas de carne y pescados, creen, son las llamadas a reponer al organismo y como consecuencia al sistema nervioso.

Pues, estas substancias cárneas no dan la verdadera calidad interna del bienestar físico sino solamente una sensación de aparente fuerza hija del atrofiamiento y embotamiento celular de los tóxicas albuminosos (que se convierten en precipitados úricos en la sangre) y la energía mental conseguida por este «algo» de carne de la que habla Metchniscoff y los médicos oficiales, no es más que la misma excitación neuronal de los resíduos tóxicos de la carne que deja en el sistema neurocerebral, fabricados durante la digestión, como a igual que el café, el té, el chocolate, el alcohol, el tabaco, venenos estos todos generadores de «energía» mental momentánea y que cuando el hombre civilizado le falta el consabido excitante el SER se halla en una torpe postración e idiotez. Y deducimos: un organismo que no puede mantenerse 24 horas sin nada de alimento no es normal.

Prof. N. CAPO

20 razones científicas que demuestran la naturaleza frugívora del ser humano

1.—«El hombre no es un animal de presa ni de matanza, porque es la quintaesencia de la evolución cosmo-biológica por su intelecto y su estado de conciencia y vive del reino vegetal.»

2.—«Si consideramos que sólo el hombre está destinado evidentemente a vivir en sociedad, debemos por este solo hecho presumir que esté organizado para vivir de substancias vegetales más que de carne. En efecto, los mamíferos carnívoros son casi siempre solitarios, porque para hallar una presa suficiente es necesario que se repartan, pues si así no lo hicieran se comerían unos a otros; mientras que los herbívoros dotados de una alimentación más abundante no tiene necesidad de disputársela entre sí, razón por la cual pueden vivir pacíficamente en sociedad.»

«Además, la disposición del aparato digestivo muestra que el hombre está hecho para alimentarse principalmente de frutos y de raíces. Sus dientes están conformados de la misma manera que la de los otros mamíferos frugívoros. Su estómago es simple; su canal

El PROF. N. CAPO dará una conferencia en la Sociedad Naturista, Raurich, 14, a las 9 de la noche el día 18, sobre el perjuicio de las albúminas.

intestinal bastante largo y su grueso intestino voluminoso. Sus mandíbulas corta sy de fuerza mediocre y sus caninos iguales a los otros dientes no le permitiríah devorar la carne, si no la preparase por la cocción» (1).

3.—«Estudio de la dentición y de los órganos digestivos del hombre nos demuestra que no escarnívoro. El debió ser, pues, en su origen esencialmente frugívoro. No empezó a comer carne sino impulsado por la necesidad del alimento y aun para hacer de ega un uso habitual ha necesitado desnaturalizarla por medio de la coción.» *G. de Mortillet (L' Prehistorique,* pág. 604).

4.—«Las diferencias anatómicas en los huesos, músculos e intestinos que diferencian al hombre del gorila no son tan grandes como las que separan a éste de los monos inferiores, por lo cual no hay motivo para poner al hombre en un orden especial del reino animal. Los dientes caninos de los antropoideos machos son largos, fuertes y puntiagudos, lo que no sucede en las hembras. La estructura, por consiguiente, de los dientes caninos debe mirarse a la luz de una peculiaridad sexual (como armas de defensa) sin tener conexión alguna con la naturaleza del alimento.» *Profesor HuRley (Manual of* Moology. Págs. 604 y 605.)

5.—«La naturaleza da al hombre los alimentos en el estado más sencillo y conveniente y le dañarían mucho menos sino los desnaturalizara por preparaciones culinarias.» *Tesserau* (Citado por don Jorje Klickmann. *Alimento Natural del hombre.* Pág. 16).

6.—«Tan sólo los monos antropomorfos son verdaderos frugívoros; entre las demás especies hay algunas que además de frutas comen, si se les presenta la ocasión insectos, reptiles, mamíferos pequeños y pájaros. Pero estos monos tienen también menos semejanza con el hombre que los antropomorfos.» *Ed. Wechssler.* (Id.)

7.—«Los hombres que han sido los primeros en comer carne lo han hecho seguramente por falta de otro alimento.» *Plutarco.* (Id.)

8.—«Es de presumir que el hombre mientras vivía en un estado natural y en un clima agradable donde la tierra producía expontaneamente toda clase de frutas, se lamientaba de éstas y no se comía los animales.» *Daubetón* (compañero de Buffon). (Id.)

9.—«El hombre es el representante típico de los frugívoros y los monos son las variaciones que se alejan paulatinamente de este tipo.» *León Baltzer.* «Fundándonos en las doctrinas de Darwin pudiéramos objetar que el hombre se ha alejado paulatinamente de su estado primitivo en el cual le cuadraba mejor que otro alguno el régimen vegetal y que se ha adaptado con el tiempo a nuevas condiciones de vida sin gran desventaja para su existencia. Pero es sabido que el hombre no ha experimentado alteraciones anatómicas y que el cambio del régimen vegetal por el animal no se ha hecho ni se hace jamás sin menoscabo de la salud del hombre.» *León Baltzer.* (Id.)

10.—«Hay un tipo general propio de todos los mamíferos; después hay un tipo general común a todos los monos y en el que el hombre tiene mucha mayor participación que en el de los carniceros y el de los rumiantes. Las verdaderas diferencias entre los monos y los hombres quedan reducidas a dos: 1.° el hombre se mantiene solo en pie; 2.° el cerebro del hombre es tres veces mayor. Fuera d stos dos puntos y cuanto con llos se relaciona, entre el hombre v los antropoideos sólo se ven semejanzas.» *Dr. P. Topinard.* (Antropología. Págs. 118 y 119).

11.—«Esta especie de alimento (lafruta) es la más apropiada al consumo del hombre, lo que se confirma y prueba por la analogía, por los salvajes, por las costumbres de los monos y la estructura de su boca, de su estómago y de sus manos.» *Linneo* (el gran naturalista). (*Linnaei Amaenitates Academicae.* Vol. X Página 8).

«Está suficientemente comprobado por la anatomía, la filosología, la historia y la experiencia individual que el consumo de la carne no es necesario para la mejor subsistencia del hombre.» (Doctor Sylvester Graham. *Mercurio* de Valparaíso, tomado seguramente de su obra *The science of human life*).

En un recorte, también del *Mercurio* de Valparaíso, cuya fecha no apuntamos, viene un artículo titulado *Influencia de la alimentación vegetal* por C. Cacheux. El autor pregoniza las ventajas del régimen vegetal deduciéndolas del género de vida, del carácter, del trabajo producido entre los diferentes animales. Termina diciendo: «La alimentación animal reduce mucho el tamaño de la ración diaria pero tiene todos los inconvenientes señalados y otros que se expondrán al tratar nuevamente de la clase de alimentación más sana y económica».

12.—Por las citas anteriores, que pueden irse completando, queda, pues, de manifiesto que los hombres mejor preparados para dar su opinión sobre la Anatomía Comparada de los animales, están conformes en atribuirnos la mayor analogía con los antropomorfos y en declarar que nuestra conformación anatómica corresponde al régimen *carpofágico* de alimentación

Fisiología.

13.—«La parótida en el hombre es la más voluminosa de las glándulas salivares; y la glándula sublingual en el hombre ofrece una disposición análoga a la que hemos descrito en el buey y en el puerco.» *A. Chauveau.*

14.—En nuestros días Chauveau es, sin duda, una de las primeras autoridades científicas en materia de anatomía comparada de los animales, sino la primera autoridad; solamente que en sus obras no ha incluído la organización de los antropomorfos, muy poco al hombre y sólo ha hecho objeto de sus estudios a los animales domésticos.

Pues bien, la *secresión parotidiana,* que está ligada principalmente al fenómeno de la masticación, es abundante en el hombre, en los herbívoros, en los frugívoros y en el puerco, que al estado natural por tendencia vive del reino vegetal. (1) Ella es escasa en los carnívoros, que no mastican como los herbívoros y frusívoros sino que desgarran. gustan y degluten.

Las *secreciones sublingual* y *submaxilar,* que están, al contrario, ligadas a los fenómenos de la gustación v la deglución, son poco abundantes en el hombre y los herbívoros y muy abundante en los carniceros.

Estas observaciones fisiológicas que apoyamos en las eminentes autoridades de Cl. Bernard y A. Chauveau, hablan por sí solas muy en alto en favor de la Carpogafía.

15.—«Las substancias animales se cambian en un estímulo acre, pútrido y abominable.» *Abernethy.*

16.—«Al quilo preparado de substancias animales pasan algunas de aquellas substancias en vía de descomposición pútrida que contiene la carne y que conocemos con los nombres de creatina, creatinina, etc.» *Teodoro Hahn.*

17.—«En todos nuestros alimentos naturales guarda la materia nutritiva cierta proporción con la estimulante y no podemos alterar esa proporción sin dañar al tubo digestivo y junto con él a todo el organismo.» *Sylvester Graham.* (Fisiología).

18.—«Los órganos digestivos del orangután son los que más semejanza tienen con los del hombre y todo aquello en que los órganos digestivos del cuadrumano difieren de los del hombre nos indica que el orangután ocupa el término medio entre los carnívoros y la raza humana alejando así aun más al hombre del carácter carnívoro.» *Dr. Graham.*

19.—«Bien puede el hombre vivir sin substancias animales. El árabe trabaja todo el día, no necesitando sino un puñado de arroz. No las investigaciones químicas sino las fisiológicas son aquí en primer lugar las decisivas y concluyentes.» *R. Virchow.*

20.—«El orangután una vez tomado y sugetado a la tutela del hombre, se acostumbra al régimen animal de tal manera que prefiere las substancias animales a las materias vegetales. Lo mismo sucede hoy día con el gorila y el chimpancé n nuestros jardines zoológicos.» *Graham* y *T. Hahn.*

(1) Milne Edwards «Mammiferes» pág 33.

(1) Zonnat the Pig pág 151

HABLAN LOS INTELECTUALES

NATURISMO Y DESNUDISMO

PRO-NATURA

Entusiasta por la verdad en todas sus manifestaciones, ante la hipocresía reinante, siempre sentí asfixia.

«Pentalfa» es para mí, como un *balón de oxígeno* porque su postulado ensancha mis vías respiratorias (simil espiritual) y conforta mi alma lastimada, por causa de la errónea civilización que padecemos, cuyas normas minan la salud del alma y del cuerpo.

Adelante, con valor por los fueros de la Naturaleza profanada por los prejuicios de nuestro prójimo.

Vaya mi modesta colaboración. Y por lo que pueda servir en la propaganda a continuación, va una relación de frases y pensamientos escritos por eminencias filosóficas a favor del desnudismo y naturismo.

Pláuto, abogaba por una coeducación de personas desnudas de ambos sexos.

Montaigne dice que para curar *fieras pasiones amorosas,* bastaría la vista del cuerpo desnudo de la causante.

Bartolomé de las Casas, consideró *loable* el desnudo que presenció, de los indios en América.

San Agustín, dijo: los adamitas que celebran los oficios divinos, completamente desnudos, no causaban escándalo.

Blake, proclamaba un supremo desdén hacia la ropa que la civilización impone.

Whitman, predicó la necesidad de hacer un completo retorno a la Naturaleza, físico y espiritual.

Thomas More: para evitar todo fraude en el matrimonio, indicó la importancia de la vista del cuerpo desnudo de la novia.

Senancour, dijo que los transportes de pasión disminuirían de intensidad con el desnudismo.

Iwan Bloch: un concepto concreto de la desnudez, será la consigna del porvenir, los esfuerzos higiénicos y morales de nuestros tiempos, deben tender a ese fin: el Nudismo.

Stratz: el desnudo, espectáculo de la belleza humana, inspira pureza de pensamiento.

Rikli: el desnudo, la verdad y la libertad, son las fuerzas motores para alcanzar un perfecto desarrollo físico y moral.

Ungewitler, aconseja la práctica de la desnudez es la única condición universal para la fuerte complexión de las razas.

Ungewitller, aconseja la práctica de la desnudez en todo plan educativo, como higiene moral y física.

Forel, propone el baño común de niños de ambos sexos, completamente desnudos, para que sepan que no tenemos en el cuerpo cosa alguna que pueda avergonzarnos.

Höller: el que aprende a contemplar con tranquilidad el desnudo en el Arte, sólo ve en el desnudo de la Naturaleza una nueva y hermosa obra de superación humana.

Enderlin: el niño estará menos expuesto a la precocidad sexual, mientras más pronto se le acostumbre al desnudo en el Arte y en la Naturaleza. La Ciencia viene a demostrar que es posible la contemplación del desnudo con el dominio de nosotros mismos, sin despertar nuestro sentido erótico.

Plutarco, dijo: la mujer que de verdad es modesta, se reviste de modestia cuando se despoja de su túnica.

A. Elly: Las tradiciones que obligan a cubrir el cuerpo han engendrado un sentimiento de lascivia, que es un insulto contra la modestia desnuda.

J. Hinton: la visión de la cosa más bella del mundo, la eterna forma humana, por su gracia y hermosura, es uno de los tóllicos primordiales de la vida.

Stanley Hau: la desnudez ha sido en todo tiempo talismán poderoso para los dioses y los hombres.

Bölsche: es preciso que nos acostumbremos a mirar el cuerpo desnudo de igual modo que miraríamos una flor hermosa, porque una flor no es sólo cuerpo desnudo, es la región más sagrada del cuerpo, los órganos sexuales de la planta.

Hollach: el espectáculo del desnudo tiene su valor moral en que sirve para enseñarnos a disfrutar de aquello que no poseemos, respetándolo.

Ellen Key: la práctica del desnudismo revela el amanecer de una hermosa civilización.

¿Por qué el cuerpo humano, que es la más hermosa melodía de cuanto ha producido la Creación, ha de ser gaje y privilegio sólo de los que persiguen la obscenidad y la corrupción?

Los más firmes puntales que sostienen a la prostitución son: ignorancia, prejuicios, superstición, gazmoñería y mogigatería y producen al granuja disfrazado de *caballero de la moral,* pero serán barridos por la deslumbradora luz de la verdad desnuda, guiada por el sentido común que nosotros venimos propagando con la filosofía Naturista.

Sevilla, VII-XXXII. *Manuel de la Mata.*

AVISO A NUESTROS SUSCRIPTORES:

Tenemos a bien comunicar a todos nuestros suscritores, que el número próximo será extraordinario con 20 páginas de papel superior y más de 40 clixés y 8 páginas de texto con trabajos muy importantes de filosofía nudista. En la portada que va de bicolor, representará a la humanidad que nace, elevada en la alta esfera del Mundo por las manos firmes de la madre, adornada con los signos del Zodíaco. Irá contra reembolso junto con «Pitágoras» y el suplemento sobre la cuestón sexual y será de 2 pesetas. Tomen nota.

La verdad acerca de la Sífilis

AL LECTOR

Doy al público la presente obrita para satisfacer escrúpulos de mi conciencia como antiguo médico y como hombre, que está dispuesto a llenar sus deberes de tal, frente a la sociedad que le ha formado y que le permite vivir y disfrutar plenamente de su patrimonio común de comodidades, bellezas y beneficios morales.

He querido poner al alcance de mis compañeros en el viaje de la vida, todo el bagaje de mis largas y afanosas experimentaciones acerca de la curación natural, y por consiguiente, racional de las enfermedades, limitándome por ahora, a esas plagas venéreas que con tanta justificación se denominan «Enfermedades Sociales». Dentro de estas, predominando la sífilis, a ella praticularmente se dirigirán mis observaciones.

La *Fisioterapia,* o sea la curación efectuada por la Naturaleza misma, es la única que merece el nombre de curación verdadera y radical, la única que no deja tras sí un cortejo de consecuencias, más dañinas aún que el mal que se trata de remediar.

Es mi aspiración más sincera y más alta que no queden en mi tumba, sepultadas junto a mi envoltura terrenal, las adquisiciones de mi experiencia en lo tocante a la curación de las enfermedades sin específicos y conseguida por la sola acción de los elementos naturales: sana alimentación, aire puro, sol, agua y buenos hábitos de higiene.

De cada cual pende su propia felicidad. Adquirido el gobierno de nosotros mismos, no necesitamos salir fuera para encontrar la dicha que es dable obtener sobre la tierra.

Nuestro tirano está dentro de nosotros. Las armas de su dominación podemos arrebatárselas. Ellas son nuestras pasiones bajas, nuestros instintos egoístas, que con nuestro ingenio mal empleado, les refinamos, hasta extremos desconocidos para el resto de la creación animal.

La humanidad no termina con nosotros, y debemos pensar en el legado tristísimo de dolores y verguenzas que le vamos a transmitir si no limpiamos nuestro cuerpo de las impurezas del vicio.

Ya lo dijo el poeta:

«The gods are just and of our pleassant vices
Make instruments to scourge us.»

(Justos son los dioses, haciendo que nuestro castigo, sean nuestros propios alegres vicios.)

Ruego al lector, especialmente a los colegas en ejercicio de la medicina, suspender todo juicio sobre esta obra, hasta después de estudiarla y meditarla en sus más ínfimos detalles.

Es mi convicción más íntima que la fisioterapia deberá alumbrar y regocijar un día próximo los abismos en que ciegamente caemos hoy al apartarnos de los caminos de la naturaleza. Será un sol esplendente que sucederá a una larga noche de sombras y tristezas.

No debemos creer que la ciencia ha tocado el fondo de los problemas de la medicina. Ella está siempre en marcha, y la verdad que anunciamos, puede ser reconocida mañana por todo el mundo, como la más simple y consoladora de las verdades.

Quiera el ángel tutelar de los humanos guiar los pasos de los que caminan tras la fuente de su regeneración, llevándolos a esa altura donde el sol de la verdad despliega todos sus rayos sin verse eclipsado por la densa atmósfera de los prejuicios, errores y vanidades que hoy le empañan.

DR. MED. MEIER.
San Remo, Verano 1924.

I

Importancia de la materia

La ciencia está en constante progreso y jamás se detiene para consagrar dogmas indestructibles, que hayan de imponer tiránicamente a la pobre humanidad.

La ciencia médica, principalmente, no debe dar sus nuevas hipótesis, que son simples presunciones como verdades que sea obligatorio aceptar, pues la consecuencia de tal despotismo puede ser fatal para el individuo y para la raza.

Preocupa altamente, hoy día, la difusión creciente de las enfermedades llamadas sociales, y en especial, la sífilis, cuya extensión es apreciada y constatada por medio de la moderna Reacción Wassermann, a la cual se supone enteramente infalible.

Oficialmente se obliga a someterse al tratamiento curativo, a los ciudadanos que la Reacción indicada denuncia como portadores de la lúes venérea, y se exigen certificados de inmunidad para contraer matrimonio, certificados que se apoyan exclusivamente en las indicaciones proporcionadas por el reactivo de que se trata.

Util es, pues, y más que útil, es un deber de patriotismo y de humanidad, dar a conocer el estado de la ciencia al respecto, sin esperar que los especialistas profesionales se adelanten a llenar esta misión, difícil para ellos, que necesitan infundir a su clientela una fe ciega en la eficacia absoluta de los procedimientos que ellos emplean, y no pueden así entregarse a la escéptica tarea de criticar esos fundamentos de su arte profesional.

Procuraremos, en nuestra crítica, no apartarnos de los hechos comprobados en forma concluyente.

En esta primera parte de nuestro trabajo, investigaremos la relación existente entre los fenómenos provocados por la Reación Wassermann y los que se producen espontáneamente en el organismo.

II

Fundamento de la Reacción Wassermann

El eminente médico alemán Prof. Dr. von Wassermann, es conocido, principalmente, por haber ideado una preparación química destinada a delatar la presencia del virus o infección sifilítica.

Consiste esa preparación en un líquido que se mezcla a la sangre y que reacciona en presencia de ella en ciertos casos. La reacción se efectúa *positivamente,* es decir, en forma visible, cuando la mezcla pierde su transparencia y se hace borrosa y turbia. Se dice, también, aunque impropiamente, que hay reacción *negativa,* cuando la reacción no se manifiesta y permanece claro el caldo de la mezcla.

El Dr. Wassermann supone que en el primer caso, esto es el de reacción positiva, la sangre está contaminada de sífilis; y que si es negativa la reacción, ello es indicio de que la infección no existe, y la sangre está libre de lúes.

El Reactivo Wassermann es una preparación bastante complicada de substancias producidas por bacterios, que se dan como causante de la lúes.

De este modo se comprende la base del descubrimiento del método alemán, base que es la creencia en el origen microbiano de la infección. Entre los muchos bacterios señalados como autores de la terrible plaga, figura en primer lugar la SPIROCHAETA PALLIDA o Spiroqueta. Pero, últimamente, hay la tendencia a considerar a este bacterio sólo como un factor accesorio, aparecido después que la lúes se produce. Sería, pues, una manifestación secundaria y tardía del mal, ya en actividad cuando la Spiroqueta entra en escena.

No sólo en la sífilis, sino también, en cualquier enfermedad infecciosa, observamos el mismo fenómeno de la aparición del bacterio con posterioridad a los estigmas o llagas infecciosas. Así, por ejemplo, en la gonorrea, el gonococus, acusado implacablemente de haber provocado el mal, no se presenta, sin embargo, sino como un testigo tardío del hecho perpetrado.

Pero, en el caso del gonococus, se ha encontrado además, después de numerosos ensayos, que en las mucosas de los órganos genitales, no son aquellos los únicos microorganismos que han entrado en acción, sino que hay muchos otros igualmente dignos de ser acusados de provocar la gonorrea. Este caso sucede tal vez con los bacterios de la sífilis, cuya variedad puede ser inagotable.

LOS DE BRONCEADA TEZ IMPULSAN AL MUNDO



Aquí tenemos a un grupo de simpáticos desnudistas. Vienen de la selva agreste a posarse ante nuestros ojos haciéndonos entrever los colores y los bríos de Natura. Pero estos seres antes de ser tostados por el padre sol, que ha fortificado su cuerpo, eran anémicos cuerpecitos abatidos por las costumbres fatídicas y asfixiantes de la civilización ciudadana.

No vemos ahí el prejuicio y la rutina de considerar inmoral estar juntos y desnudos hombres y mujeres, porque para ellos es lo mismo que estar solitos, considerando que el sexo no debe malear la inteligencia ni el corazón ❀ ❀ de la humanidad! ❀ ❀

La verdad acerca de la Sífilis

AL LECTOR

Doy al público la presente obrita para satisfacer escrúpulos de mi conciencia como antiguo médico y como hombre, que está dispuesto a llenar sus deberes de tal, frente a la sociedad que le ha formado y que le permite vivir y disfrutar plenamente de su patrimonio común de comodidades, bellezas y beneficios morales.

He querido poner al alcance de mis compañeros en el viaje de la vida, todo el bagaje de mis largas y afanosas experimentaciones acerca de la curación natural, y por consiguiente, racional de las enfermedades, limitándome por ahora, a esas plagas venéreas que con tanta justificación se denominan «Enfermedades Sociales». Dentro de estas, predominando la sífilis, a ella praticularmente se dirigirán mis observaciones.

La *Fisioterapia,* o sea la curación efectuada por la Naturaleza misma, es la única que merece el nombre de curación verdadera y radical, la única que no deja tras sí un cortejo de consecuencias, más dañinas aún que el mal que se trata de remediar.

Es mi aspiración más sincera y más alta que no queden en mi tumba, sepultadas junto a mi envoltura terrenal, las adquisiciones de mi experiencia en lo tocante a la curación de las enfermedades sin específicos y conseguida por la sola acción de los elementos naturales: sana alimentación, aire puro, sol, agua y buenos hábitos de higiene.

De cada cual pende su propia felicidad. Adquirido el gobierno de nosotros mismos, no necesitamos salir fuera para encontrar la dicha que es dable obtener sobre la tierra.

Nuestro tirano está dentro de nosotros. Las armas de su dominación podemos arrebatárselas. Ellas son nuestras pasiones bajas, nuestros instintos egoístas, que con nuestro ingenio mal empleado, les refinamos, hasta extremos desconocidos para el resto de la creación animal.

La humanidad no termina con nosotros, y debemos pensar en el legado tristísimo de dolores y verguenzas que le vamos a transmitir si no limpiamos nuestro cuerpo de las impurezas del vicio.

Ya lo dijo el poeta:

«The gods are just and of our pleassant vices
Make instruments to scourge us.»

(Justos son los dioses, haciendo que nuestro castigo, sean nuestros propios alegres vicios.)

Ruego al lector, especialmente a los colegas en ejercicio de la medicina, suspender todo juicio sobre esta obra, hasta después de estudiarla y meditarla en sus más ínfimos detalles.

Es mi convicción más íntima que la fisioterapia deberá alumbrar y regocijar un día próximo los abismos en que ciegamente caemos hoy al apartarnos de los caminos de la natu raleza. Será un sol esplendente que sucederá a una larga noche de sombras y tristezas.

No debemos creer que la ciencia ha tocado el fondo de los problemas de la medicina. Ella está siempre en marcha, y la verdad que anunciamos, puede ser reconocida mañana por todo el mundo, como la más simple y consoladora de las verdades.

Quiera el ángel tutelar de los humanos guiar los pasos de los que caminan tras la fuente de su regeneración, llevándolos a esa altura donde el sol de la verdad despliega todos sus rayos sin verse eclipsado por la densa atmósfera de los prejuicios, errores y vanidades que hoy le empañan.

DR. MED. MEIER.
San Remo, Verano 1924.

I

Importancia de la materia

La ciencia está en constante progreso y jamás se detiene para consagrar dogmas indestructibles, que hayan de imponer tiránicamente a la pobre humanidad.

La ciencia médica, principalmente, no debe dar sus nuevas hipótesis, que son simples presunciones como verdades que sea obligatorio aceptar, pues la consecuencia de tal despotismo puede ser fatal para el individuo y para la raza.

Preocupa altamente, hoy día, la difusión creciente de las enfermedades llamadas sociales, y en especial, la sífilis, cuya extensión es apreciada y constatada por medio de la moderna Reacción Wassermann, a la cual se supone enteramente infalible.

Oficialmente se obliga a someterse al tratamiento curativo, a los ciudadanos que la Reacción indicada denuncia como portadores de la lúes venérea, y se exigen certificados de inmunidad para contraer matrimonio, certificados que se apoyan exclusivamente en las indicaciones proporcionadas por el reactivo de que se trata.

Util es, pues, y más que útil, es un deber de patriotismo y de humanidad, dar a conocer el estado de la ciencia al respecto, sin esperar que los especialistas profesionales se adelanten a llenar esta misión, difícil para ellos, que necesitan infundir a su clientela una fe ciega en la eficacia absoluta de los procedimientos que ellos emplean, y no pueden así entregarse a la escéptica tarea de criticar esos fundamentos de su arte profesional.

Procuraremos, en nuestra crítica, no apartarnos de los hechos comprobados en forma concluyente.

En esta primera parte de nuestro trabajo, investigaremos la relación existente entre los fenómenos provocados por la Reación Wassermann y los que se producen espontáneamente en el organismo.

II

Fundamento de la Reacción Wassermann

El eminente médico alemán Prof. Dr. von Wassermann, es conocido, principalmente, por haber ideado una preparación química destinada a delatar la presencia del virus o infección sifilítica.

Consiste esa preparación en un líquido que se mezcla a la sangre y que reacciona en presencia de ella en ciertos casos. La reacción se efectúa *positivamente,* es decir, en forma visible, cuando la mezcla pierde su transparencia y se hace borrosa y turbia. Se dice, también, aunque impropiamente, que hay reacción *negativa,* cuando la reacción no se manifiesta y permanece claro el caldo de la mezcla.

El Dr. Wassermann supone que en el primer caso, esto es el de reacción positiva, la sangre está contaminada de sífilis; y que si es negativa la reacción, ello es indicio de que la infección no existe, y la sangre está libre de lúes.

El Reactivo Wassermann es una preparación bastante complicada de substancias producidas por bacterios, que se dan como causante de la lúes.

De este modo se comprende la base del descubrimiento del método alemán, base que es la creencia en el origen microbiano de la infección. Entre los muchos bacterios señalados como autores de la terrible plaga, figura en primer lugar la SPIROCHAETA PALLIDA o Spiroqueta. Pero, últimamente, hay la tendencia a considerar a este bacterio sólo como un factor accesorio, aparecido después que la lúes se produce. Sería, pues, una manifestación secundaria y tardía del mal, ya en actividad cuando la Spiroqueta entra en escena.

No sólo en la sífilis, sino también, en cualquier enfermedad infecciosa, observamos el mismo fenómeno de la aparición del bacterio con posterioridad a los estigmas o llagas infecciosas. Así, por ejemplo, en la gonorrea, el gonococus, acusado implacablemente de haber provocado el mal, no se presenta, sin embargo, sino como un testigo tardío del hecho perpetrado.

Pero, en el caso del gonococus, se ha encontrado además, después de numerosos ensayos, que en las mucosas de los órganos genitales, no son aquellos los únicos microorganismos que han entrado en acción, sino que hay muchos otros igualmente dignos de ser acusados de provocar la gonorrea. Este caso sucede tal vez con los bacterios de la sífilis, cuya variedad puede ser inagotable.

LOS DE BRONCEADA TEZ IMPULSAN AL MUNDO



Aquí tenemos a un grupo de simpáticos desnudistas. Vienen de la selva agreste a posarse ante nuestros ojos haciéndonos entrever los colores y los bríos de Natura. Pero estos seres antes de ser tostados por el padre sol, que ha fortificado su cuerpo, eran anémicos cuerpecitos abatidos por las costumbres fatídicas y asfixiantes de la civilización ciudadana.

No vemos ahí el prejuicio y la rutina de considerar inmoral estar juntos y desnudos hombres y mujeres, porque para ellos es lo mismo que estar solitos, considerando que el sexo no debe malear la inteligencia ni el corazón ❀ ❀ de la humanidad! ❀ ❀

La sola visión del vestido espanta a los niños



Esta nenita desnudista pone, siempre que su mamita le va a vestir, esta carita de vinagre, triste y agria. Claro, es tan placentero estar desnudo y con la piel toda en contacto con las antenas del cosmos que haríamos todos los sacrificios del mundo por conseguir l libertad corporal para toda la vida.

Los niños en su sano instinto tienen rasgos de sabiduría biológica más elevados que los hombres.

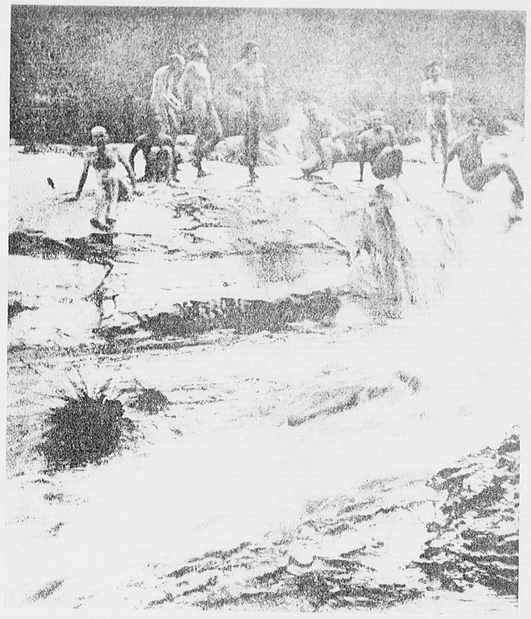
Haga Vd propaganda por el Desnudismo, en bien de los niños, y así habrá hecho algo útil en su vida.



La mujer nudista no excita a los hombres

Esa sonrisa va al alma. Es cálida como el balneario de la vida donde el hombre es acariciado por la ley del equilibrio que rije toda substancia y todo hálito, luego la ley es nuestra madre eterna. La mujer no es más que un dulce instrumento de esa ley. La moral de la mujer Nudista es diferente de la mujer vulgar. Mientras aquella cálma y nos da consejos maternales, espiritualizándonos, ésta nos excita y materializa.

Pídanos 10 ejemplares de números atrasados para hacer propaganda, por sólo 2'50 contrareembolso. PENTALFA es el mensaje salvador de todos los hogares.



DESNUDISTAS DE * * CATALUÑA

El río corre y se desliza hacia abajo alegre y travieso. Un grupo de convencidos nudistas catalanes estan jugando en plena naturaleza donde los recios músculos y el despejado cerebro toman forma de nueva era racial, bendiciendo esta juventud liberada, a los fundadores del naturo - desnudismo.

CAMILITA PIÑANGO SONRIE

Presintiendo las prácticas higiénicas de los baños de sol, y de aire. Ella, como todos los niños, agrada mucho de esas sublimes prácticas de la madre natura sin las cuales no contaría en plan de vida.



Pida Vd. un paquetito de PENTALFA de 10 ejemplares, que sólo le costarán 2'50; para enviar a los hospitales, clínicas y amigos enfermos!

La sola visión del vestido espanta a los niños



Esta nenita desnudista pone, siempre que su mamita le va a vestir, esta carita de vinagre, triste y agria. Claro, es tan placentero estar desnudo y con la piel toda en contacto con las antenas del cosmos que haríamos todos los sacrificios del mundo por conseguir l libertad corporal para toda la vida.

Los niños en su sano instinto tienen rasgos de sabiduría biológica más elevados que los hombres.

Haga Vd. propaganda por el Desnudismo, en bien de los niños, y así habrá hecho algo útil en su vida.



La mujer nudista no excita a los hombres

Esa sonrisa va al alma. Es cálida como el balneario de la vida donde el hombre es acariciado por la ley del equilibrio que rije toda substancia y todo hálito, luego la ley es nuestra madre eterna. La mujer no es más que un dulce instrumento de esa ley. La moral de la mujer Nudista es diferente de la mujer vulgar. Mientras aquella cálma y nos da consejos maternales, espiritualizándonos, ésta nos excita y materializa.

Pídanos 10 ejemplares de números atrasados para hacer propaganda, por sólo 2'50 contrareembolso. PENTALFA es el mensaje salvador de todos los hogares.



DESNUDISTAS DE * * CATALUÑA

El río corre y se desliza hacia abajo alegre y travieso. Un grupo de convencidos nudistas catalanes estan jugando en plena naturaleza donde los recios músculos y el despejado cerebro toman forma de nueva era racial, bendiciendo esta juventud liberada, a los fundadores del naturo - desnudismo.

CAMILITA PIÑANGO SONRIE

Presintiendo las prácticas higiénicas de los baños de sol, y de aire. Ella, como todos los niños, agrada mucho de esas sublimes prácticas de la madre natura sin las cuales no contaría en plan de vida.



Pida Vd. un paquetito de PENTALFA de 10 ejemplares, que sólo le costarán 2'50, para enviar a los hospitales, clínicas y amigos enfermos!

FRUGIV

Piñas

frutas pre

VER



ORISMO

y uvas

dilectas de

ANO

El frugivorismo armónico y compatible es el único régimen en verdad regenerador y curativo por excelencia! Coma Vd. frutas.

LOS GASTRÓNOMOS DEL DÍA



La muerte: He aquí un plato de mi profesión, chorizos y carnes al horno.

Para que la humanidad despierte es conveniente que lea PENTALFA. Pídanos Vd. un paquetito de 10 números que se los daremos a mitad de precio. Nuestros números son siempre de actualidad. Para que no coma más carnes, para que la humanidad no sea más gastrómica es conveniente que lea PENTALFA!!!

¿A qué esperar?

Campamento

Naturista en

la montaña

Casitas blancas que entre las montañas fulguran en las silenciosas noches de verano, cuando el cielo luce su manto cuajado de brillantes estrellas y albo broche de plata: la ∴ pálida luna. ∴



En una palabra, acusar a la spiroqueta como culpable de la sífilis es algo temerario, y basar un reactivo en la supuesta afinidad que existe entre la sangre y los productos de ese bacterio, es una aventura peligrosa.

El médico jefe del Estado Mayor, Dr. HILLER, ha hecho investigaciones prolijas acerca del papel que desempeñan los bacterios en las enfermedades infecciosas. Ha hecho el transplante de microbios, sin que la infección se comunicara en forma alguna. Ha llegado a la conclusión genérica de que los microbios son inocentes y se presentan cuando ya la infección ha tenido origen debido a otras causas hasta hoy ignoradas.

Acaso los microbios, que en su calidad de parásitos, dañan al organismo en cierto sentido, pueden al mismo tiempo cumplir una función útil, atacando al VIRUS de la enfermedad.

Entretanto consideremos los casos en que manifiestamente falla la aplicación de la Reacción Wassermann.

III

Casos en que la Reacción Wassermann falla.

La reacción positiva de Wassermann ha fallado en casos que pueden apuntarse en diversas categorías, a saber:

a) Se produce esta reacción en presencia de sangre infeccionada de enfermedades que no son sífilis;

b) Se produce la reacción con sangre de personas absolutamente sanas. Confirma este hecho también el Dr. med. E. Silber, en su interesante estudio publicado: «Naturheilkunde», Berlín;

c) Se deja de producir la reacción positiva, en casos de personas completamente contaminadas de sífilis y con lúes visible;

d) Hay casos comprobados de personas que carecen de manifestaciones luéticas, que se han sometido al tratamiento del Salvarsan y mercurio, que han contagiado a su cónyuge y cuya sangre no reaciona positivamente al contacto de la Reacción Wassermann.

e) La sangre de una misma persona, en un sesenta por ciento de casos, examinada en tres laboratorios distintos por medio del reactivo, da resultados diferentes, según lo ha comprobado el Dr. FREUDENBURG. También menciona este mismo caso el estudio del Dr. Silber, antes mencionado;

f) Cuando el paciente de lúes maligna, es alcohólico, morfinómano o se halla intoxicado por inyecciones, o es de constitución muy débil y anormal, la reacción positiva no ee produce;

g) En casos de lúes suave en enfermos atacados de tabes y parálisis progresiva, nótase la ausencia de la reacción positiva;

h) Produce resultado negativo el examen de la sangre en sífilis que no alcance más de dos meses de desarrollo;

i) Si después de un período de descanso y suspensión del tratamiento específico, se inyecta leche en la sangre del sifilítico, aparece positiva la Reacción Wassermann que era negativa; y un efecto semejante de provocación de sífilis latente se obtiene asimismo mediante una débil inyección de mercurio o Salvarsan; y, por último, el mismo efecto se consigue por medio de la inyección de la propia sangre del enfermo.

He aquí algunos de los principales casos que introducen la duda acerca de la infalibilidad de la Reacción Wassermann.

IV

La defensa natural del organismo.

De los hechos que acabamos de exponer se deducen las siguientes consideraciones:

Hay fuertes razones para poner en duda el que la Reacción Wassermann proporcione un indicio seguro de la existencia de la sífilis. Menos aún podría indicarse la extensión o la intensidad del mal, ni tampoco servir de base para recomendar un tratamiento por el arsénico o el mercurio.

Lo que fluye más lógicamente de la aparición o ausencia de reacción en el análisis, es que ello se relaciona con el estado de vigor y energía defensiva del paciente. Si la reacción se manifiesta es, probablemente, porque hay comienzo de un proceso o actividad espontánea del organismo en el sentido de su curación natural. Y no debemos, por lo tanto, inquietarnos al constatar que la reacción positiva se produce. Ello demuestra que las fuerzas defensivas se movilizan, en previsión de un mal, que bien pudiera o no ser precisamente la sífilis.

A la inversa, debiéramos ponernos en guardia, si teniendo manifestaciones luéticas inequívocas, permaneciere inerte nuestro organismo y la reacción no se presentara. Querría esto decir, que el fuego ha prendido y no se divisan los bomberos que pueden apagarlo.

Explícase así, la falta de reacción positiva, en individuos extenuados por los vicios, la tuberculosis, o los narcóticos, cuyos organismos son incapaces de desplegar energías salvadoras.

Personas que están atacadas de lúes suave, casi sin manifestaciones cutáneas, que, por consiguiente más fácilmente son atacadas de tabes o parálisis progresiva, se encuentran en la misma situación de indigencia defensiva, y por eso en ellas la reacción no se manifiesta positivamente, como lo hemos hecho notar.

El efecto debilitante de las inyeciones intermitentes específicas que se acostumbra aplicar ahora, se manifiesta en la inercia y apatía en presencia del reactivo en cuestión. En esos enfermos son más frecuentes y prematuras la tabes y parálisis progresiva.

Los salvajes y la gente escasa de recursos que no pueden recurrir a tratamientos dispendisoos modernos, se curan espontáneamente de sus lúes y no contraen tabes ni parálisis.

Esto, han tenido ocasión de observarlo muchos investigadores entre los pueblos de Africa y otros, y si estos son tratados por el mercurio o el Salvarsan, no escapan a la parálisis y a las tabes, consiguientes a una extinción de los recursos defensivos que procura la naturaleza, extinción que se debe al efecto extenuador de esos medicamentos.

El resultado negativo de la Reacción Wassermann en la sífilis nueva, también se explica, porque aún las defensas no se han movilizado ostensiblemente. Esto ocurre en todas las enfermedades que se hacen aparentes con la Reacción Wassermann sólo cuando hay defensas orgánicas en acción.

El efecto de la inyección de leche, mercurio o Salversan en enfermos que han descansado, el de la inyección de sangre propia, son interpretables a la luz de la misma hipótesis que venimos desarrollando.

Veremos más adelante que la acción vigorizadora de la luz ultravioleta, provoca, también, un acrecentamiento de fuerzas orgánicas defensivas, que pone en evidencia la Reacción Wassermann.

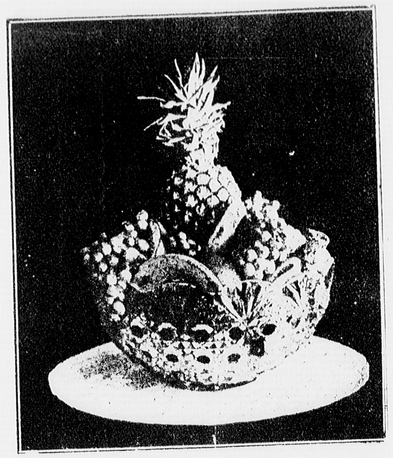
Por último, consideramos el caso de enfermos que han sido tratados intensivamente por inyecciones específicas, y que, a pesar de ello, la reacción positiva manifiesta la permanencia del mal. Sería una especie

FRUGIV

Piñas

frutas pre

VER



ORISMO

y uvas

dilectas de

ANO

El frugivorismo armónico y compatible es el único régimen en verdad regenerador y curativo por excelencia! Coma Vd. frutas.

LOS GASTRÓNOMOS DEL DÍA



La muerte: He aquí un plato de mi profesión, chorizos y carnes al horno.

Para que la humanidad despierte es conveniente que lea PENTALFA. Pídanos Vd. un paquetito de 10 números que se los daremos a mitad de precio. Nuestros números son siempre de actualidad. Para que no coma más carnes, para que la humanidad no sea más gastrómica es conveniente que lea PENTALFA!!!

¿A qué esperar?

Campamento

Naturista en

la montaña



Casitas blancas que entre las montañas fulguran en las silenciosas noches de verano, cuando el cielo luce su manto cuajado de brillantes estrellas y albo broche de plata: la pálida luna

En una palabra, acusar a la spiroqueta como culpable de la sífilis es algo temerario, y basar un reactivo en la supuesta afinidad que existe entre la sangre y los productos de ese bacterio, es una aventura peligrosa.

El médico jefe del Estado Mayor, Dr. HILLER, ha hecho investigaciones prolijas acerca del papel que desempeñan los bacterios en las enfermedades infecciosas. Ha hecho el transplante de microbios, sin que la infección se comunicara en forma alguna. Ha llegado a la conclusión genérica de que los microbios son inocentes y se presentan cuando ya la infección ha tenido origen debido a otras causas hasta hoy ignoradas.

Acaso los microbios, que en su calidad de parásitos, dañan al organismo en cierto sentido, pueden al mismo tiempo cumplir una función útil, atacando al VIRUS de la enfermedad.

Entretanto consideremos los casos en que manifiestamente falla la aplicación de la Reacción Wassermann.

III

Casos en que la Reacción Wassermann falla.

La reacción positiva de Wassermann ha fallado en casos que pueden apuntarse en diversas categorías, a saber:

a) Se produce esta reacción en presencia de sangre infeccionada de enfermedades que no son sífilis;

b) Se produce la reacción con sangre de personas absolutamente sanas. Confirma este hecho también el Dr. med. E. Silber, en su interesante estudio publicado: «Naturheilkunde», Berlín;

c) Se deja de producir la reacción positiva, en casos de personas completamente contaminadas de sífilis y con lúes visible;

d) Hay casos comprobados de personas que carecen de manifestaciones luéticas, que se han sometido al tratamiento del Salvarsan y mercurio, que han contagiado a su cónyuge y cuya sangre no reaciona positivamente al contacto de la Reacción Wassermann.

e) La sangre de una misma persona, en un sesenta por ciento de casos, examinada en tres laboratorios distintos por medio del reactivo, da resultados diferentes, según lo ha comprobado el Dr. FREUDENBURG. También menciona este mismo caso el estudio del Dr. Silber, antes mencionado;

f) Cuando el paciente de lúes maligna, es alcohólico, morfinómano o se halla intoxicado por inyecciones, o es de constitución muy débil y anormal, la reacción positiva no se produce;

g) En casos de lúes suave en enfermos atacados de tabes y parálisis progresiva, nótase la ausencia de la reacción positiva;

h) Produce resultado negativo el examen de la sangre en sífilis que no alcance más de dos meses de desarrollo;

i) Si después de un período de descanso y suspensión del tratamiento específico, se inyecta leche en la sangre del sifilítico, aparece positiva la Reacción Wassermann que era negativa; y un efecto semejante de provocación de sífilis latente se obtiene asimismo mediante una débil inyección de mercurio o Salvarsan; y, por último, el mismo efecto se consigue por medio de la inyección de la propia sangre del enfermo.

He aquí algunos de los principales casos que introducen la duda acerca de la infalibilidad de la Reacción Wassermann.

IV

La defensa natural del organismo.

De los hechos que acabamos de exponer se deducen las siguientes consideraciones:

Hay fuertes razones para poner en duda el que la Reacción Wassermann proporcione un indicio seguro de la existencia de la sífilis. Menos aún podría indicarse la extensión o la intensidad del mal, ni tampoco servir de base para recomendar un tratamiento por el arsénico o el mercurio.

Lo que fluye más lógicamente de la aparición o ausencia de reacción en el análisis, es que ello se relaciona con el estado de vigor y energía defensiva del paciente. Si la reacción se manifiesta es, probablemente, porque hay comienzo de un proceso o actividad espontánea del organismo en el sentido de su curación natural. Y no debemos, por lo tanto, inquietarnos al constatar que la reacción positiva se produce. Ello demuestra que las fuerzas defensivas se movilizan, en previsión de un mal, que bien pudiera o no ser precisamente la sífilis.

A la inversa, debiéramos ponernos en guardia, si teniendo manifestaciones luéticas inequívocas, permaneciere inerte nuestro organismo y la reacción no se presentara. Querría esto decir, que el fuego ha prendido y no se divisan los bomberos que pueden apagarlo.

Explícase así, la falta de reacción positiva, en individuos extenuados por los vicios, la tuberculosis, o los narcóticos, cuyos organismos son incapaces de desplegar energías salvadoras.

Personas que están atacadas de lúes suave, casi sin manifestaciones cutáneas, que, por consiguiente más fácilmente son atacadas de tabes o parálisis progresiva, se encuentran en la misma situación de indigencia defensiva, y por eso en ellas la reacción no se manifiesta positivamente, como lo hemos hecho notar.

El efecto debilitante de las inyeciones intermitentes específicas que se acostumbra aplicar ahora, se manifiesta en la inercia y apatía en presencia del reactivo en cuestión. En esos enfermos son más frecuentes y prematuras la tabes y parálisis progresiva.

Los salvajes y la gente escasa de recursos que no pueden recurrir a tratamientos dispendisoos modernos, se curan espontáneamente de sus lúes y no contraen tabes ni parálisis.

Esto, han tenido ocasión de observarlo muchos investigadores entre los pueblos de Africa y otros, y si estos son tratados por el mercurio o el Salvarsan, no escapan a la parálisis y a las tabes, consiguientes a una extinción de los recursos defensivos que procura la naturaleza, extinción que se debe al efecto extenuador de esos medicamentos.

El resultado negativo de la Reacción Wassermann en la sífilis nueva, también se explica, porque aún las defensas no se han movilizado ostensiblemente. Esto ocurre en todas las enfermedades que se hacen aparentes con la Reacción Wassermann sólo cuando hay defensas orgánicas en acción.

El efecto de la inyección de leche, mercurio o Salversan en enfermos que han descansado, el de la inyección de sangre propia, son interpretables a la luz de la misma hipótesis que venimos desarrollando.

Veremos más adelante que la acción vigorizadora de la luz ultravioleta, provoca, también, un acrecentamiento de fuerzas orgánicas defensivas, que pone en evidencia la Reacción Wassermann.

Por último, consideramos el caso de enfermos que han sido tratados intensivamente por inyecciones específicas, y que, a pesar de ello, la reacción positiva manifiesta la permanencia del mal. Sería una especie

de sífilis latente, que a menudo resistiría años de años a todo tratamiento.

Tal fenómeno ha sido interpretado de varios modos, más o menos vagos o insuficientes; ya se le quiere explicar como efecto de la ocultación de los spiroquetas en alguna región del cuerpo; ya se le atribuye a la acción del hábito en el organismo, que por eso no obedece al mercurio, ni al Salvarsan; y, por último, se le asigna como causa la presencia de bacterios privilegiados, de especial resistencia, y, finalmente, se declara cuando no hay otra salida, que no sería de importancia ni peligro la manifestación positiva de la Reacción Wassermann.

Extraña contradicción con lo que tanto se ha repetido de que el éxito de una curación se comprueba solamente con la reacción negativa de Wasermann.

Tanto más lógica y sencilla nuestra explicación, de que aquí se trata de organismos extraordinariamente vigorosos, en los cuales las inyecciones específicas no han logrado extenuar sus fuerzas defensivas.

V

Conclusiones

La Reacción Wassermann, fundada en el origen microbiano de la sífilis, falla en innumerables casos.

El propio Prof. Dr. von Wassermann, se vió forzado a confesar en una entrevista celebrada en 1.° de febrero de 1919, en el Ministerio del Interior de Alemania, y a instancias del Dr. BREUW, que su invento «no es una medida que permita apreciar la curación de la lúes, y que hasta hoy no existe tal medida».

Y el Prof. Dr. H. E. Schmidt, de Berlín, profundo conocedor de esta materia, califica de absurdo tratar a los enfermos hasta producirse la reacción negativa de Wassermann. (Relatado más detalladamente en el interesante estudio del Dr. Silber, «Naturheilkunde». Berlín).

Todo lo cual no obsta que se considere esta reacción como un importante auxiliar clínico, que revela estados del organismo muy útiles de conocer, sin que pueda servir de base suficiente para un diagnóstico, ni para determinar la necesidad de un tratamiento específico de la sífilis, en el caso de que la reacción positiva se produzca.

Lo importante para el diagnóstico sigue siendo, como siempre, el conjunto de signos que aprecia la clínica.

Y mientras no se descubra la terapéutica adecuada, hay que estarse a la experiencia de los antiguos especialistas, quienes no se cansan de aconsejar que por ningún motivo se perturbe el desarrollo del proceso sifilítico con curaciones específicas prematuras. Ellos habían observado que la marcha de la lúes se hace mucho más suave y benigna, siempre que la curación específica no se inicie antes de la manifestación completa de las primeras manchas. En los antiguos libros de medicina puede leerse que estos consejos fueron siempre estrictamente llevados a la práctica. Desde que el tratamiento empezó a hacerse más y más químico, ya no se piensa sino en la curación abortiva, que tanto violenta a la naturaleza.

Repetimos, que todas las inyecciones específicas, por muy suaves que sean, son dañinas, pero más las prematuras. La curación abortiva no se consigue con ellas, como se verá más adelante.

En fin, para concluir esta primera parte, diremos que la Reacción Wassermann es indicio únicamente del estado de defensa en que un organismo determinado se encuentra en tal o cual momento de su vida, y que si esa reacción es positiva, hay que pregonar un éxito en la movilización con que ese organismo prepara su defensa contra la sífilis u otra enfermedad cualquiera infecciosa similar.

(continuará en la 2.ª parte)

EL FUNDAMENTO DE LA MORAL

Hemos dicho que todas las formas del mal, todo lo que el sentido común condena como inmoral: los vicios, la vida relajada, la glotonería, la alimentación antinatural, la despreocupación por la salud y por la de nuestros descendientes, el odio, la venganza, la crueldad, etc., es porque directa o indirectamente tiende a destruir la vida. También la generalidad de las gentes aplauden como *buenos y morales*, todos aquellos actos que, como dije en mi tratado «Filosofía del Vegetarismo», tienden a favorecer la vida. Tales son la compasión, las virtudes, la cultura física, la cultura moral, etc.

Sabido es que el más alto precepto de todas las más antiguas religiones, es el que nos ordena *amar*, y el más alto precepto prohibitivo es el que nos ordena *no matar*. Y es que amar es la forma más positiva, así como matar es la forma más negativa de la ley de la conservación de la vida.

También hemos visto que cuando los instintos, la conciencia y el intelecto están puros, andan acordes en indicarnos que *bueno* o *moral* es todo aquello que favorezca la ley de la conservación de la vida sobre la faz del planeta.

De este principio partí yo para establecer el Axioma siguiente: 1.° *Es bueno todo acto que tienda directa o indirectamente a favorecer la ley de la conservación de la vida*; *y malo, todo acto que directa o indirectamente tienda a contrariarla*. 2.° *Es moral todo acto que conscientemente tienda directa o indirectamente a favorecer la citada ley*; *e inmoral, todo acto que conscientemente tienda directa o indirectamente a contrariarla.*

Moral y *bueno* son una misma cosa. La primera es siempre consciente, y la segunda puede ser consciente o inconsciente. Si, por ejemplo, una persona impensadamente hiere a otra, comete un acto malo, pero no inmoral. En cambio, si la hiere intencionalmente, es un acto, además de malo, inmoral. Para el hombre, un tigre no es inmoral, sino malo. Mientras más desarrollada sea la inteligencia de un hombre, mientras más consciente sea, mayor razón hay para llamar *inmorales* sus malas acciones, es decir, los actos en que él contraríe la ley de la conservación de la vida.

De manera que por medio de nuestra citada ley hemos resuelto el problema que consistía en poder hallar una norma para la moral, pudiendo contestar a estas preguntas: ¿Qué cosa es el bien? ¿Qué cosa es el mal?

Todas las religiones nos ordenan hacer el bien y no hacer el mal, pero no nos han podido decir en qué consiste el bien, ni nos han podido dar una definición satisfactoria de la moral. Como lo sostengo en el tratado «Actual Estado de la Moral», ninguna ciencia, ninguna filosofía ni ninpuna religión, nos han podido definir satisfactoriamente qué es el bien, ni qué es la moral. Y esta pregunta es lo que creemos haber contestado definitiva y satisfactoriamente por medio de nuestro teoría sobre la ley de la conservación de la vida: Es *bueno* todo lo que favorezca dicha ley, y *malo* todo lo que la contrarie. Es *moral* todo lo que conscientemente favorezca dicha ley, e *inmoral*, todo lo que conscientemente la contraríe.

Todas las antiguas filosofías nos habían recomendado *vivir conforme con la naturaleza*, como la forma más racional de practicar la moral. Hoy ya sabemos la razón de dicha fórmula, y es que ella es la más adecuada para favorecer la ley de la conservación de la vida. Dicha ley constituye, pues, el fundamento de la moral y se manifiesta por medio del imperativo vital.

La ciencia ha podido, hasta cierto punto, escudriñar la causa de muchas cuestiones difíciles; sabe cuál es el objeto de los instintos, de la conciencia y del intelecto, y conoce mucho de la naturaleza de éstos. De estrellas para abajo parece que no hay problema que los hombres no se hayan tratado de explicar más o menos satisfactoriamente. Sólo hay uno—el más importante de todos, pues es la base de la moral—sobre el cual la ciencia permance aún en completa obscuridad y es el problema de la vida. ¿Qué es la vida? ¿Por qué causa tiende ella espontáneamente a conservarse por tiempo indefinido? Sin embargo, en mi tratado «Filosofía de la moral» trato de explicarlo. Allí vemos cuál es la causa, origen y objeto de la vida, o en otros términos, allí vemos en qué se funda la ley de la conservación de la vida; mas por el momento sólo continuaremos demostrando la existencia de dicha ley, que para la vida práctica del hombre es el asunto de mayor importancia, pues es la base de la moral.

Autor de "Pitágoras Vegetariano": CARLOS BRANDT

Cocina Racional: Platos variados para un día entero

(Especial para personas que sufren del estreñimiento)

Al levantarse. — de 7 a 7 y cuarto, tomar el zumo de un limón con un poco de agua.

Respiración. — Después de tomar el limón practicar, durante diez minutos, gimnasia respiratoria y muscular.

Desayuno. — De 8 a 8 y media una libra de ciruelas y otra de peras maduras, dos o tres galletas integrales y un platito de nata o bien cinco o seis ciruelas secas puestas en remojo la víspera, en lugar de nata.

De 10 y media a 11, tomar un baño de sol a todo el cuerpo o, al menos, al bajo vientre y partes sexuales, luego tomar una ducha o bien enjugarse el sudor con una toalla mojada.

Mediodía. — Tomar una sopa hecha con acelga o col y un frito de tomate y cebolla, añadiendo unos fideos u otra pasta fina. Una tortilla (de un huevo) de berengena o calabacín, una ensalada de lechuga, tomate y aceitunas y comerlo todo conjuntamente con galleta integral.

Tarde. — Si se siente apetito por la tarde, se puede tomar un poco de nata, galleta integral y una tacita café malta azucarado con azúcar negro.

Cena. — Unas judías tiernas hervidas solas o con calabacín, aliñadas con aceite o un sofrito de tomate. Ensalada y pan como medio día y una yema de huevo.

El movimiento Naturista en Mallorca

Un movimiento de labor práctica se observa en los naturistas de la isla de Mallorca.

Los viajes del Prof. Nicolás Capo, junto con la propaganda de la revista PENTALFA, empiezan a dar buenos frutos.

Hasta hace poco los naturistas estaban recluídos en un individualismo que le aislaba de sus mismos compañeros de ideal.

Pero, actualmente, algunos jóvenes—después de estudiarse ellos mismos y teniendo la fuerza de desechar el rutinarismo que sólo tiene razón de ser en individuos apocados o pobres de espíritu—, han hecho posible la unión de todos y han empezado a trabajar prácticamente, convencidos del mejoramiento que el naturismo opera en los individuos, e implícitamente, en la Sociedad.

No es solo en Palma donde este deseo constructivo se observa, sino, también, en Sóller, Marratxi, Alcudia, etc.; sobre todo, en esta última, debido, ciertamente, al grande número de extranjeros que allí viven. Los naturiastas de Alcudia han llegado a pensar conjuntamente con sus hermanos de Palma, en la adquisición de una isla o extensa playa para fundar una Ciudad Naturo-Nudista.

Teniendo en consideración el magnífico clima de Mallorca, es de esperar que el proyecto de los naturistas de Alcudia estén destinado a un evidente suceso y a un renombre ciertamente mundial.

Es para la realización inmediata de este programa que se ha creado, recientemente, la Sociedad Naturista de Mallorca. La sede central de esta colectividad es en Palma, pero tiene filiales en muchos otros pueblos de la isla, donde se está realizando una activa propaganda cultural naturista.

Como el entusiasmo de estos compañeros es evidente y el número de jóvenes dispuestos a la acción propagadora es bastante compacta, se puede esperar que sus esfuerzos no se malogren y que, consecuentemente, en breve, en esta isla ideal —donde el clima es espléndido y los frutos son abundantes—, los naturistas tengan un pequeño paraíso.

Como nota curiosa diremos que el alcalde, el médico y la maestra nacional del pueblo de Maratxi son naturistas que la trofologia ha curado.

Terminamos esta crónica con un fraternal saludo a los abnegados naturistas de Palma, don Pedro Ametller y señorita Manolita Brera, por su consciente labor en pro de nuestro ideal, recomendándoles que, dejando aparte sinsabores y desengaños, sigan adelante en el camino emprendido para que, con el incondicional apoyo de la Sociedad Naturista de Barcelona y de la Escuela y revista PENTALFA, el Naturismo encuentra en Mallorca una de sus mejores expresiones.

LORENZO VILA

Natalicio naturista

PENTALFA está enhorabuena. En su domicilio y entre libros y Magazines, acaba de nacer un nuevo naturista el día 23 de julio a las 3 y 37 de la tarde, hijo de nuestro Director y de nuestra Administradora. El parto ha sido normal y el nuevo habitante de Cataluña fué bautizado con jugo de sandía inmediatamente de nacer y su nombre es Apolo Pen. En breve la revista PENTALFA y sus amigos dedicarán a los niños una fiesta de alegría en los jardines de la Torre de la calle Alcoy, 2 y 10.

Que el Eolo de la salud perfecta y la felicidad suprema corone la frente del recién nacido.

Insistiendo a los que nos escriben

Avisamos a todos los que espontáneamnte nos escriben que tenga a bien incluir sellos para la respuesta y los que deseen régimen individual para su caso de enfermedad deben pedir cuestionario para llenarlo.

Los que nos envían fotos para la publicación rogamos se ategan a lo que ya dijimos otras veces, que deben ser al desnudo pero serias y de buen fondo y de grano nítido.

No admitimos fotos de poses no serias.

EXCURSIÓN DE PLAYA

El domingo día 14, a las 6 y media de la mañana, en la Plaza de la Universidad.—Coste del viaje ida y vuelta hasta los Pinos de GAVÁ 2 pesetas.

El 28 Agosto, excursión a la playa de GAVÁ

Para el domingo 28 de Agosto, tenemos organizado también una excursión a la playa de Gavá y entre los pinos. Reunión: Plaza de la Universidad, a las 6 y media. Coste del viaje y sólo para los socios, 2 pesetas ida y vuelta. En la misma playa la Cooperativa Naturista venderá fruta buena.

Se ruega a los que deseen asistir tomen el billete del autocar dos días antes, en Pelayo, 60, 3.°.

Gira naturista y Banquete Vegetariano a Palma

El Profesor N. CAPO, llegará a Palma el 20 de Agosto y dará varias conferencias en distintos pueblos de la isla dorada y se efectuará un Banquete Vegetariano en el HOTEL REPLÁ.

Enseñanza Científica Vegetariana, PROF. N. CAPO, Pelayo, 60, 3.°, de 5 a 7, y por correspondencia: Alcoy, 2 y 10 (Bonanova)

PANADERÍA
LA VICTORIA
PRODUCTOS DE RÉGIMEN
PARA LA SALUD
PAN COMPLETO
BISCOTTES Y FRUTES
ESPECIALIDAD EN PAN DEXTRINADO INTEGRAL a Ptas. 1'25 KILO

FEDERICO COMBELLER
CALLE CASANOVA, 26
BARCELONA
VITAMINAS MARCA "PRO-VITA" ESPUMA DE CEREALES AL EXTRACTO CONCENTRADO DE UVAS FRESCAS
(PROCEDIMIENTO PATENTADO)
Se atienden pedidos para Provincias y Extranjero

PAN DEXTRINIZADO
BLANCO E INTEGRAL
HORNO DE MONTSERRAT
DE MELITÓN BOTINES
Especialidad en Pan Dextrinizado con harina Integral superior, a 1'25 el kilo
Villarroel, 44
(esquina Cortes)
Teléfono 30046
BARCELONA
NOTA. – El Sr. Botines, vegetariano convencido, explicará como se debe preparar el pan dextrinizado.

SASTRERÍA OLYMPIA
Presenta un selecto surtido en géneros para Trajes y Abrigos alta novedad
OTELLO RICCI
Aldana, 11 - Teléfono 34693 - BARCELONA

FOTOGRABADOS PASSOS
Muntaner, 479 ——— BARCELONA

DIPÓSIT DE MEL
L'ABELLA D'OR
COLLITERS BENET i CASALS
Avinguda Francesc Layret, 130
(abans Marqués del Duero)
Telèfon 30837
BARCELONA
Als senyors naturistes compradors desde 1 Kg. a 2'25 pessetes Kg.

PARA VEGETARIANOS Y TROFÓLOGOS
Pan Dextrinizado extra a 1'50 kilo
Panadería de la Bonanova
Se lleva a domicilio a quien lo solicite al Teléfono 71785
Plaza Bonanova, 5-BARCELONA

GALLETITAS TOSTADAS
JOSÉ RIFÁ
PRECIO 1'25 kilo
En la PANADERIA SALUS, situada en Consejo Ciento, 369 (esquina Lauria) de se emplean harinas integral y blanca de primera calidad.
La primera casa que fabricó pan dextrinado en Barcelona, desde el año 1923, debido a las primeras publicaciones Trofológicas.
Maquinaria sistema italiano.
Las GALLETITAS quedan perfectamente dextrinizadas, siendo muy sabrosas remojándolas en jugos de frutas, en caldos de tomates; son excelentes también con leche y café malta.
PROBARLAS ES ADOPTARLAS!!
Comedor Vegetariano Trofológico. - Pelayo, 60, 3.°. - Cubiertos a 3'50



Grupo Naturista femenino tomado de una fiesta en la Escuela

EL NATURISMO DEBE CONQUISTAR A LA MUJER

PARA HACER BUENA OBRA

Cuando la muler desee que en su hogar todos sus familiares sean naturistas, transformando la cocina en una fábrica de platos racionales y armónicos, a la vez que sabrosos y nutritivos, en vez de ser depósito de cremación de cadáveres, entonces la humanidad vivirá sana y sin enfermedades. Pero debe despertar la mujer...

Los niños y el Naturismo



Un futuro Nudista alegre y confiado en su mamita que le prepara el baño

PROPAGANDISTA!
10 REVISTAS 2'50
Pídanos Vd. un paquetito de diez ejemplares de PENTALFA de números atrasados para hacer propaganda entre sus amigos. Conviene a la causa Naturista, que es la causa de la humanidad, que sea Vd. bueno y trabajador, el trabajo honra y ennoblece al hombre! Sinó en que cosa emplea su vida?
No sea apático ni perezoso!

LA VIDA AL CAMPO



Niños trabajando en una granja Naturista

Enseñanza Científica Vegetariana, PROF. N. CAPO, Pelayo, 60, 3.º, de 5 a 7, y por correspondencia: Alcoy, 2 y 10 (Bonanova)

PANADERÍA
LA VICTORIA

PRODUCTOS DE RÉGIMEN
PARA LA SALUD
PAN COMPLETO
BISCOTTES Y FRUTES
ESPECIALIDAD EN PAN DEXTRINADO INTEGRAL a Ptas. 1'25 KILO

FEDERICO COMBELLER
CALLE CASANOVA, 26
BARCELONA

VITAMINAS MARCA "PRO-VITA" ESPUMA DE CEREALES AL EXTRACTO CONCENTRADO DE UVAS FRESCAS
(PROCEDIMIENTO PATENTADO)
Se atienden pedidos para Provincias y Extranjero

PAN DEXTRINIZADO
BLANCO E INTEGRAL
HORNO DE MONTSERRAT
DE MELITÓN BOTINES
Especialidad en Pan Dextrinizado con harina Integral superior, a 1'25 el kilo
Villarroel, 44
(esquina Cortes)
Teléfono 30046
BARCELONA
NOTA. – El Sr. Botines, vegetariano convencido, explicará como se debe preparar el pan dextrinizado.

SASTRERÍA OLYMPIA
Presenta un selecto surtido en géneros para Trajes y Abrigos alta novedad
OTELLO RICCI
Aldana, 11 - Teléfono 34693 - BARCELONA

FOTOGRABADOS PASSOS
Muntaner, 479 ——— BARCELONA

DIPÓSIT DE MEL
L'ABELLA D'OR
COLLITERS BENET i CASALS
Avinguda Francesc Layret, 130
(abans Marqués del Duero)
Telèfon 30837
BARCELONA
Als senyors naturistes compradors desde 1 Kg. a 2'25 pessetes Kg.

PARA VEGETARIANOS Y TROFÓLOGOS
Pan Dextrinizado extra a 1'50 kilo
Panadería de la Bonanova
Se lleva a domicilio a quien lo solicite al Teléfono 71785
Plaza Bonanova, 5-BARCELONA

GALLETITAS TOSTADAS
JOSÉ RIFÁ
PRECIO 1'25 kilo
En la PANADERIA SALUS, situada en Consejo Ciento, 369 (esquina Lauria) de se emplean harinas integral y blanca de primera calidad.
La primera casa que fabricó pan dextrinado en Barcelona, desde el año 1923, debido a las primeras publicaciones Trofológicas.
Maquinaria sistema italiano.
Las GALLETITAS quedan perfectamente dextrinizadas, siendo muy sabrosas remojándolas en jugos de frutas, en caldos de tomates; son excelentes también con leche y café malta.
PROBARLAS ES ADOPTARLAS!!
Comedor Vegetariano Trofológico. - Pelayo, 60, 3.º. - Cubiertos a 3'50



Grupo Naturista femenino tomado de una fiesta en la Escuela

EL NATURISMO DEBE CONQUISTAR A LA MUJER

PARA HACER BUENA OBRA

Cuando la mujer desee que en su hogar todos sus familiares sean naturistas, transformando la cocina en una fábrica de platos racionales y armónicos, a la vez que sabrosos y nutritivos, en vez de ser depósito de cremación de cadáveres, entonces la humanidad vivirá sana y sin enfermedades. Pero debe despertar la mujer...

Los niños y el Naturismo



Un futuro Nudista alegre y confiado en su mamita que le prepara el baño

PROPAGANDISTA!

10 REVISTAS 2'50

Pídanos Vd. un paquetito de diez ejemplares de PENTALFA de números atrasados para hacer propaganda entre sus amigos. Conviene a la causa Naturista, que es la causa de la humanidad, que sea Vd. bueno y trabajador, el trabajo honra y ennoblece al hombre! Sinó en que cosa emplea su vida?

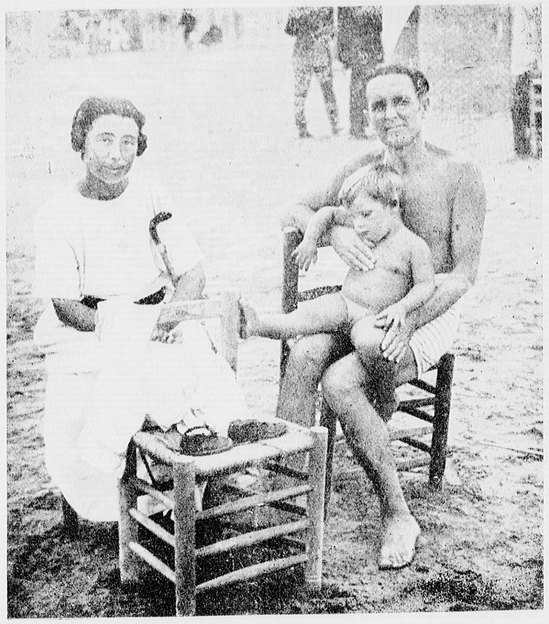
No sea apático ni perezoso!

LA VIDA AL CAMPO



Niños trabajando en una granja Naturista

LOS ESPOSOS PIÑANGO EN LA PLAYA DE VALENCIA



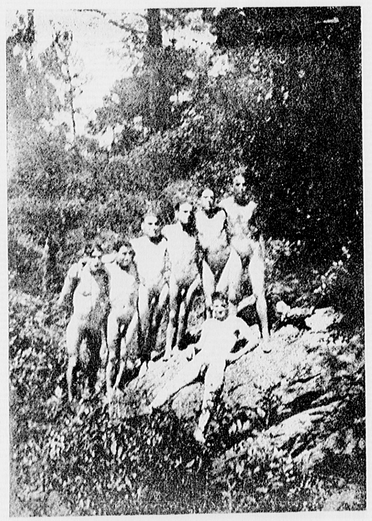
Valencia con su inagotable huerta, con sus frutas y hortalizas es la soberana de la Natura'eza. También crea de cuando en cuando cerebros privilegiados para la comprensión científico y espiritual de las Verdades del Naturismo. A ese número de elegidos corresponden los esposos Piñango, que aquí aparecen en la playa de la ciudad del Turia. Fotografía tomada hace 12 años. Las delicias del sol y del aire marino ya eran apreciadas por nuestros amigos en ese tiempo.

Cómo se principia el Nudismo completo? Por el semi-Desnudismo



Simpatizantes Naturo-Desnudistas de Monterrey (México) que agrupa los domingos el entusiasta amigo S. González

LA JUVENTUD NUDISTA DE CATALUÑA



Así es como irá cundiendo en la juventud el ideal práctico de una raza superior. Pequeños grupos como este se van cada día formando en Barcelona, por propia iniciativa y se lanzan concientes en el amante regazo de madre Natura acabando con los vicios de la masturbación y sexualismo degenerador.

Pídanos 10 revistas atrasadas para repartir entre sus amigos. Salve por lo menos un hogar por solo 2'50. Se las enviaremos contra-reembolse! Pídalas hoy mismo!

NÚÑEZ Y CIA. S. EN C. — SAN RAMÓN, 6, BARCELONA

LOS ESPOSOS PIÑANGO EN LA PLAYA DE VALENCIA



Valencia con su inagotable huerta, con sus frutas y hortalizas es la soberana de la Naturaleza. También crea de cuando en cuando cerebros privilegiados para la comprensión científico y espiritual de las Verdades del Naturismo. A ese número de elegidos corresponden los esposos Piñango, que aquí aparecen en la playa de la ciudad del Turia. Fotografía tomada hace 12 años. Las delicias del sol y del aire marino ya eran apreciadas por nuestros amigos en ese tiempo.

Cómo se principia el Nudismo completo? Por el semi-Desnudismo



Simpatizantes Naturo-Desnudistas de Monterrey (México) que agrupa los domingos el entusiasta amigo S. González

LA JUVENTUD NUDISTA DE CATALUÑA



Así es como irá cundiendo en la juventud el ideal práctico de una raza superior. Pequeños grupos como este se van cada día formando en Barcelona, por propia iniciativa y se lanzan concientes en el amante regazo de madre Natura acabando con los vicios de la masturbación y sexualismo degenerador.

Pídanos 10 revistas atrasadas para repartir entre sus amigos. Salve por lo menos un hogar por solo 2'50. Se las enviaremos contra-reembolso! Pídalas hoy mismo!

NÚÑEZ Y CIA. S. EN C. — SAN RAMÓN, 6, BARCELONA