VENERANDO a la UVA



El racimo de uva es el cáliz de los Naturistas

En Italia acaban de celebrar la fiesta de la uva ¡y nadie mejor que los naturistas para comprender el verdadero significado de la fiesta de la uva! Ese fruto tan venerado por los griegos y por los romanos de la antigua civilización, representa, la uva, todo un poema con sus blancos, rosados y negros racimos de alimento de los dioses, en forma material, porqué es el agua vital, con sus vitaminas sintéticas y químicas por excelencia para hacer maravillosas curaciones y resurrecciones celulares increibles. La uva es el alimento natural de la humanidad. Nosotros los Naturo-Desnudistas la veneramos!

AVISO A LOS SUSCRIPTORES

Avisamos a todos nuestros queridos suscriptores que su anualidad de 1932 terminará en el Número 159 de este mismo año que se publicará en el mes de Diciembre. Quedan enterados.

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

15 OCTUBRE 1932
Precio: 0'50

PENTALFA

Número
: 155 :

EL CULTO A LA LUZ

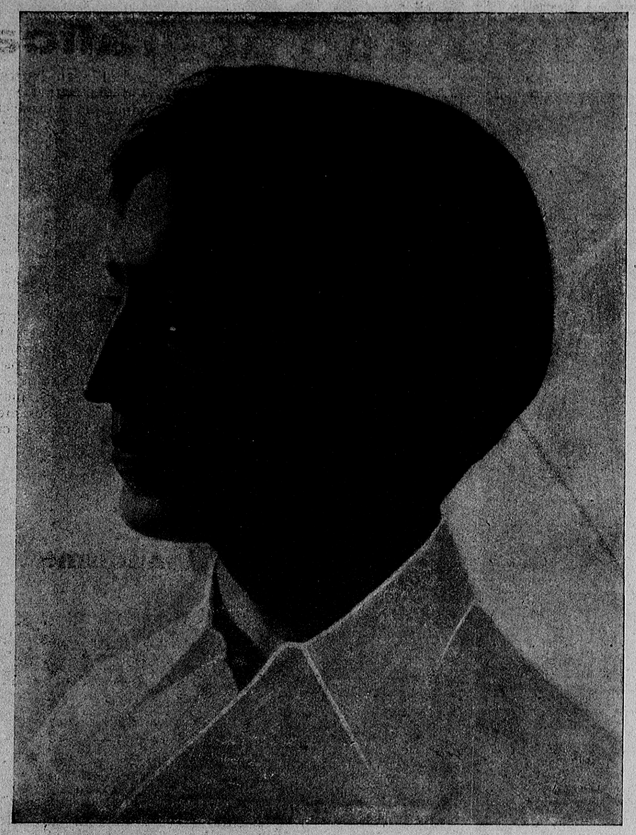


Poema de Otoño. Amanecer Espiritual. Pureza de las humanas emociones. Ritmo cadencioso del Bosque cuando las hojas caen. . como imitación sublime, los hombres debieran dejar caer sus prejuicios y malas notas de su vida!

PROBLEMAS DE LA VIDA

EL PROBLEMA SOCIAL

PREGUNTA Y CONTESTACIÓN Y PENSAMIENTOS DE J. KRISHNAMURTI. -:-



Pregunta: Un hombre de mediana edad, pero aun joven y fuerte, pierde su empleo a consecuencia de la depresión económica y es incapaz de mantener por más tiempo a su familia; un artista no puede vender sus obras y obtener así alimentos; una viuda cae enferma, tiene varios hijos pequeños y está sin recursos. Hay millares de casos como éstos en todas partes; gentes que desean la vida superior, pero que deben dedicar su energía total a la lucha por la existencia. Los que no tienen trabajo se rebelan porque tienen hambre. El alimento espiritual les será insuficiente? ¿Quién les ayudará?

(La respuesta continúa pág. 12)

LA BELLA DURMIENTE DEL BOSQUE, MECIDA POR MORFEO
(El Dios del Sueño)



Plástica admirable de pincel de artista genial, que vislumbró nuestro desnudismo.

Administración: Alcoy, 2 y 10
Redacción: Pelayo, 60, 3.°
Teléfono 70771

PENTALFA

Director: Prof. Dr. CAPO
Barcelona, 15 de Octubre de 1932

A LAS AUTORIDADES:
"Pentalfa" es antipornográfica

Excmo. señor Gobernador de Barcelona.

El abajo firmado, Nicolás Capo, con domicilio en la calle Alcoy, 2 y 10, como director del Magazine de la salud titulado «Pentalfa», respectivamente a V. E. expone:

Es un deber de todas las autoridades el velar por la moral tan escandalosamente escarnecida, ya que la ausencia de moral entraña a los pueblos y está del todo reñida con la cultura, indispensable a todo pueblo civilizado.

El que subscribe y todos nuestros lectores no han dejado de ver con gran complacencia, la campaña que contra la prensa pornográfica y la literatura vil y ponzoñosa que desde años se ha enseñoreado de esta capital y cuyo privilegio la degrada, campaña que por orden expresa de V. E. sigue la policía y que nosotros quisiéramos no cesara nunca.

Pero es el caso señor Gobernador, que con gran asombro del firmante y la redacción se vuelve a tolerar, con una disimulación excesiva que las revistas y literatura obcena, y a todas luces pornográfica vea nuevamente la luz pública con la misma libertad de antes de cumplirse las órdenes de persecución dictadas por su autoridad, y como caso paradógico, el Magazine PENTALFA, que es, abiertamente, ANTI-PORNOGRÁFICO y con arreglo a su tradición netamente vegetariana y deportiva, es defensora de la moral como la que más, no transigiendo en nada que se aparte de la misma, ni aun con las llamadas festivas y galantes, cuya finalidad encubierta es la pornografía, se ve últimamente dicha revista y cuando más esmero ha tenido en allanarse a las órdenes de su autoridad, cohibida hasta el extremo que sus grabados que nunca en manera alguna han sido contrarios a la moral, sean retirados de la revista lo que constituye la muerte de la misma, y, no obstante, la prensa abiertamente pornográfica ha recrudecido en sus grabados intencionadamente pornográficos.

Aunque repetidas veces hemos insistido sobre el particular en otras instancias presentadas a V. E. creemos señor Gobernador que V. E. no debe tener conocimiento exacto de la finalidad de nuestra publicación, la que ha sido fundada expresamente para combatir la pornografía y los vicios y creemos que esa campaña de desigualdad con la prensa pornográfica y nuestra Magazine antipornográfico, no debe haber emanado de V. E. pues no se comprende que para combatir un mal tan grave como el atentado a la moral, se combata a los defensores de la misma y se deje con amplia libertad a los infractores.

Ateniéndonos a lo que V. E. se dignó ordenar con respecto a PENTALFA la quincena próxima pasada, que no apareciera ningún grabado con la exhibición de órganos anatómicos-sexuales ni las respectivas vellosidades, así lo hacemos en este número de fecha de 30 de septiembre y por eso nos extraña que nos quiera suprimir todos los grabados, lo que sería coartárnos la libertad de prensa. Suplico respetuosamente a V. E. quiera autorizarnos la venta en los quioscos, cumpliendo con un deber humanitario y de justicia.

Saluda cordialmente,

NICOLAS CAPO.

Nota: Esta instancia fué presentada al Gobernador y accedió a la autorización.

Conclusiones del III Congreso Europeo de Desnudismo
En Berlín, 6 y 7 de Agosto de 1932

I. Apertura de la Asamblea: (véase el programa publicado en «Vivre» del 1/7/32). El día día 6 de agosto de 1932, a las 16 de la tarde, en la ausencia del presidente doctor Fuchs de Darmstadt (Alemania), la secretaria general, señora Teresa Mülhause-Vogeler, de Frankfurt s/M., abre la asamblea. Según los estatutos, hay que elegir un director y un secretario del congreso; son elegidos: como director del congreso el señor Karl Rist (1) (sabiendo 6 idiomas), miembro de la gran federación alemana R. f. K. (Reichsverband für Freikörperkultur) organización que organizaba el congreso, y como secretario del congreso el señor Gutschmidt, delegado alemán del segundo congreso europeo en París (1931). Después, la señora Mülhause lee el *II. Reporte de la Unión*, año 1931/32. La Unión ha hecho grandes progresos desde su fundación en 1931 por los grupos siguientes: Asociación Imperial de Libre Cultura (R. f. K.) (Alemana), Club Cymnique de France, Sunfolk Society (Inglaterra), Asociación Suiza de Luz, y dos grupos austríacos. Durante el año pasado (1931/32), el trabajo esencial del Presidente y de la Secretaría de la Unión, ha sido limitado a la correspondencia internacional. Los estatutos no han sido suficientes. Según las explicaciones por la señora Mülhause, hay que favorecer en todos los países la unión nacional de todos los grupos desnudistas.

III. Caja: Como donaciones, la secretaría ha recibido RM 120.80 (ciento veinte marcos ochenta Pfennig); el importe de los gastos para la correspondencia, etc., ha sido RM. 96.77 (noventa y seis marcos setenta y siete Pfennig).

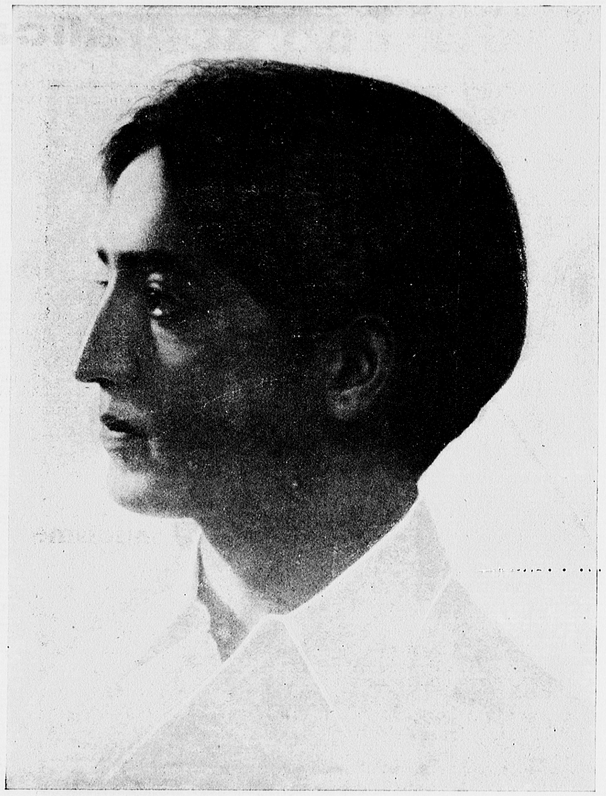
El saldo de RM. 24.03 es pasado a nueva cuenta, sin objeciones. Como donadores la señora Mülhause, mencionra: el señor Roberto Laurer, el R. f. K., la Sunfolk Society, la Liga Austríaca, el profesor Almkvis de Stockholm, etc. Se honra la memoria del difunto señor Willy Wecke, último presidente del R. f. K., levantándose de la silla.

IV. Reportes nacionales presentados por los delegados de los grupos que ya hacen parte de la Unión Europea. En primer lugar, el presidente anterior del Reichsverband für Freikörperkultur (R. f. K.) lee el reporte alemán; sobre la libre cultura en *Alemania*. En este país, el movimiento desnudista es tolerado, y aun favorecido por las autoridades y el pueblo. Al oeste y en el sud, los obstáculos son más frecuentes. Las organizaciones desnudistas alemanas, tienen tres aspectos: 1.° hay organizaciones neutras; 2.° hay organizaciones proletarias; 3.°, hay instituciones desnudistas particulares.—1). Las organizaciones neutras, ahora, son unidas en el seno de la gran federación del R. f. K. (Reichsverband für Freikörperkultur); el día 31 de julio de 1932, las tres grandes asociociones neutras: el viejo R. f. K. más pequeño, la Liga para la Vida libre (L. f. f. L.), y el «Reichsbund für Freikörperkultur» (A. f. K.) han fundado esta grande superorganización del nuevo R. f. K. con más de 14.000 adherentes organizados en más de 300 grupos diaponiendo de más de 50 terrenos donde se practica el desnudismo integral. Casi todos estos grupos practican, la gimnasia desnudista durante la semana. A Leipzig, Francfor s/M. y Berlín, en esta ciudad simultáneamente en 5 piscinas, por la tarde, son organizados baños desnudistas para los miembros (de ambos sexos) de los grupos desnudistas. Durante el invierno tienen lugar proyecciones cinematográficas, conferencias,

(1) N. R.—Karl Rist, es nuestro representante en Alemania.

PROBLEMAS DE LA VIDA

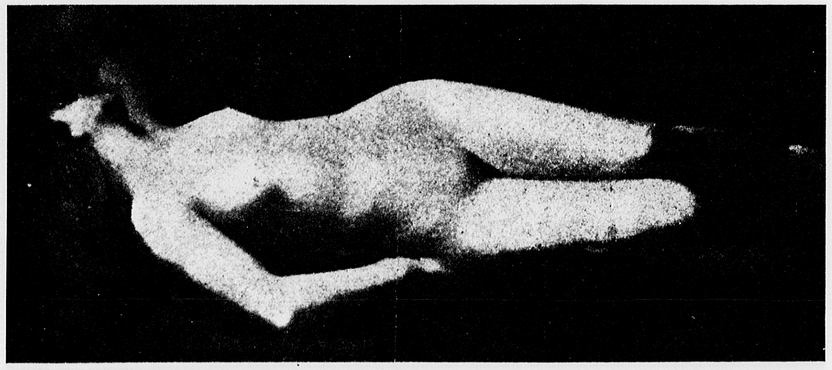
EL PROBLEMA SOCIAL - PREGUNTA Y CONTESTACIÓN Y PENSAMIENTOS DE J. KRISHNAMURTI. -:-



Pregunta: Un hombre de mediana edad, pero aun joven y fuerte, pierde su empleo a consecuencia de la depresión económica y es incapaz de mantener por más tiempo a su familia; un artista no puede vender sus obras y obtener así alimentos; una viuda cae enferma, tiene varios hijos pequeños y está sin recursos. Hay millares de casos como éstos en todas partes; gentes que desean la vida superior, pero que deben dedicar su energía total a la lucha por la existencia. Los que no tienen trabajo se rebelan porque tienen hambre. El alimento espiritual les será insuficiente? ¿Quién les ayudará?

(La respuesta continúa pág. 12)

LA BELLA DURMIENTE DEL BOSQUE, MECIDA POR MORFEO
(El Dios del Sueño)



Plástica admirable de pincel de artista genial, que vislumbró nuestro desnudismo.

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

PENTALFA

Director: Prof. N. CAPO
Barcelona, 15 de Octubre de 1932

A LAS AUTORIDADES:
"Pentalfa" es antipornográfica

Excmo. señor Gobernador de Barcelona.

El abajo firmado, Nicolás Capo, con domicilio en la calle Alcoy, 2 y 10, como director del Magazine de la salud titulado «Pentalfa», respectivamente a V. E. expone:

Es un deber de todas las autoridades el velar por la moral tan escandalosamente escarnecida ya que la ausencia de moral embrute a los pueblos y está del todo reñida con la cultura indispensable a todo pueblo civilizado.

El que subscribe y todos nuestros lectores no han dejado de ver con gran complacencia, la campaña que contra la prensa pornográfica y la literatura vil y ponzoñosa que desde años se ha enseñoreado de esta capital y cuyo privilegio la degrada, campaña que por orden expresa de V. E. sigue la policía y que nosotros quisiéramos no cesara nunca.

Pero es el caso señor Gobernador, que con gran asombro del firmante y la redacción se vuelve a tolerar, con una disimulación excesiva que las revistas y literatura obcena y a todas luces pornográfica vea nuevamente la luz pública con la misma libertad de antes de cumplirse las órdenes de persecusión dictadas por su autoridad, y como caso paradógico, el Magazine PENTALFA, que es, abiertamente, ANTI-PORNOGRÁFICO y con arreglo a su tradición netamente vegetariana y deportiva, es defensora de la moral como la que más; no transigiendo en nada que se aparte de la misma, ni aun con las llamadas festivas y galantes, cuya finalidad encubierta es la pornografía, se ve últimamente dicha revista y cuando más esmero ha tenido en allanarse a las órdenes de su autoridad, cohibida hasta el extremo que sus grabados que nunca en manera alguna han sido contrarios a la moral, sean retirados de la revista lo que constituye la muerte de la misma y, no obstante, la prensa abiertamente pornográfica ha recrudecido en sus grabados intencionadamente pornográficos.

Aunque repetidas veces hemos insistido sobre el particular en otras instancias presentadas a V. E. creemos señor Gobernador que V. E. no debe tener conocimiento exacto de la finalidad de nuestra publicación, la que ha sido fundada expresamente para combatir la pornografía y los vicios y creemos que esa campaña de desigualdad con la prensa pornográfica y nuestra Magazine antipornográfico, no debe haber emanado de V. E. pues no se comprende que para combatir un mal tan grave como el atentado a la moral, se combata a los defensores de la misma y se deje con amplia libertad a los infractores.

Ateniéndonos a lo que V. E. se dignó ordenar con respecto a PENTALFA la quincena próxima pasada, que no apareciera ningún grabado con la exhibición de órganos anatómicos-sexuales ni las respectivas vellosidades, así lo hacemos en este número de fecha de 30 de septiembre y por eso nos extraña que nos quiera suprimir todos los grabados, lo que sería coartarnos la libertad de prensa. Suplico respetuosamente a V. E. quiera autorizarnos la venta en los quioscos, cumpliendo con un deber humanitario y de justicia.

Saluda cordialmente,

NICOLAS CAPO.

Nota: Esta instancia fué presentada al Gobernador y accedió a la autorización.

Conclusiones del III Congreso Europeo de Desnudismo
En Berlín, 6 y 7 de Agosto de 1932

I. Apertura de la Asamblea: (véase el programa publicado en «Vivre» del 1/7/32). El día día 6 de agosto de 1932, a las 16 de la tarde, en la ausencia del presidente doctor Fuchs de Darmstadt (Alemania), la secretaria general, señora Teresa Mülhause-Vogeler, de Francfort s/M., abre la asamblea. Según los estatutos, hay que elegir un director y un secretario del congreso; son elegidos: como director del congreso el señor Karl Rist (1) (sabiendo 6 idiomas), miembro de la gran federación alemana R. f. K. (Reichsverband für Freikörperkultur) organización que organizaba el congreso, y como secretario del congreso el señor Gutschmidt, delegado alemán del segundo congreso europeo en París (1931). Después, la señora Mülhause lee el *II. Reporte de la Unión*, año 1931/32. La Unión ha hecho grandes progresos desde su fundación en 1931 por los grupos siguientes: Asociación Imperial de Libre-Cultura (R. f. K.) (Alemana), Club Cymnique de France, Sunfolk Society (Inglaterra), Asociación Suiza de Luz, y dos grupos austríacos. Durante el año pasado (1931/32), el trabajo esencial del Presidente y de la Secretaría de la Unión ha sido limitado a la correspondencia internacional. Los estatutos no han sido suficientes. Según las explicaciones por la señora Mülhause, hay que favorecer en todos los países la unión nacional de todos los grupos desnudistas.

III. Caja: Como donaciones, la secretaría ha recibido RM 120.80 (ciento veinte marcos ochenta Pfennig); el importe de los gastos para la correspondencia, etc., ha sido RM. 96.77 (noventa y seis marcos setenta y siete Pfennig).

El saldo de RM. 24.03 es pasado a nueva cuenta, sin objecciones. Como donadores la señora Mülhause menciona: el señor Roberto Laurer, el R. f. K., la Sunfolk Society, la Liga Austríaca, el profesor Almkvis de Stockholm, etc. Se honra la memoria del difunto señor Willy Wecke, último presidente del R. f. K., levantándose de la silla.

IV. Reportes nacionales presentados por los delegados de los grupos que ya hacen parte de la Unión Europea. En primer lugar, el presidente anterior del Reichsverband für Freikörperkultur (R. f. K.) lee el reporte alemán; sobre la libre-cultura en *Alemania*. En este país, el movimiento desnudista es tolerado, y aun favorecido por las autoridades y el pueblo. Al oeste y en el sud, los obstáculos son más frecuentes. Las organizaciones desnudistas alemanas tienen tres aspectos: 1.° hay organizaciones neutras; 2.°, hay organizaciones proletarias; 3.°, hay instituciones desnudistas particulares.—1) Las organizaciones neutras, ahora, son unidas en el seno de la gran federación del R. f. K. (Reichsverband für Freikörperkultur); el día 31 de julio de 1932, las tres grandes asociociones neutras: el viejo R. f. K. más pequeño, la Liga para la Vida libre (L. f. f. L.), y el «Reichsbund für Freikörperkultur» (A. f. K.) han fundado esta grande superorganización del nuevo R. f. K. con más de 14.000 adherentes organizados en más de 300 grupos disponiendo de más de 50 terrenos donde se practica el desnudismo integral. Casi todos estos grupos practican la gimnasia desnudista durante la semana. A Leipzig, Francfor s/M. y Berlín, en esta ciudad simultáneamente en 5 piscinas, por la tarde, son organizados baños desnudistas para los miembros (de ambos sexos) de los grupos desnudistas. Durante el invierno tienen lugar proyecciones cinematográficas, conferencias,

(1) N. R.—Karl Rist, es nuestro representante en Alemania.

Nuestra propaganda de Libre cultura corporal no es andar por las calles de Barcelona sin camisa ni pantalones, no! sino que nuestro desnudismo se concreta a una práctica científico-higiénica más, la que hay que agregar a la moderna Medicina!—N. Capo.

manifestaciones de propaganda pública, etc.—2) El movimiento proletario puelen ser dividido como sigue: *a*) la gran asociación «Hombres libres» (sección de la gran asociación socialista de terapia natural «Salud pública»); los «Hombres libres» tienen 3,000 miembros. *b*) Las escuelas del profesor Adolf Koch, dirigidas por el partido socialista alemán. Adolf Koch es uno de los más activos directores de nuestro movimiento en Alemania, bien conocido por las representaciones de gimnasia desnudista en teatros y cinematógrafos públicos. *c*) la gran sociedad desnudista socialista «Asociación del Aire Libre», en Hamburgo, *d*) el grupo comunista-desnudista «Sociedad de Gimnasia Fichte» en Berlín.

3) Como instituciones desnudistas particulares, el señor Nitschke menciona: la Escuela de Luz del doctor Fraenzel en Glüsingen, escuela enteramente reconocida por el estado; los parques gímnicos de recreo por ejemplo: Klappholttal s/Sylt, Klingberg que linda con Lübeck-Güeschendorf, «Sonnenland» en Egestorf/Lüneburg, «Nüssleshof» (Bosque de Turingia), Jungmöhl (lago de Plauen en Mecklenburg), etcétera. Fuera de eso, hay 2 playas en Alemania, donde la práctica del desnudismo es oficialmente reconocida: son la playa de Hiddensee sobre la Isla de Rügen (Mar báltico) y la playa de St. Peter (Mar del Norte). Además de las colonias desnudistas que ya existen en Alemania, hay que indicar las de Lichtbrunn en los alrededores de Munich, de Jungmöhl en Mecklenburg, de la Petzer Heide cerca de Berlín, etc. El reportero alemán concluye diciendo que las nuevas costumbres sanas y naturales del movimiento desnudista impondrán en la vida cotidiana del pueblo, de toda clase social, basándose en la cultura física, el deporte la reforma de la vida (naturismo), la higiene, la educación moderna, etc.

Después, el señor Kielinger, delegado del único grupo francés que ya hizo parte de la Unión, lee el reporte del Club Cymnique de *France*, de París. Afirma que el movimiento francés ha hecho grandes progresos en el año pasado y concluye que el Club Cymnique de France desea cooperar con todos los otros grupos de la Francia.

El señor Fankhauser lee el reporte *suizo* con indicaciones interesantes sobre sus últimos procesos ganados. La Asociación Suiza de Luz tiene 450 miembros.

A continuación la señora Mülhause lee el reporte *austriaco*; los grupos de Austria han fundado una federación nacional y hay gran entusiasmo.

Los *holandeses* son representados solamente por una carta.

El reporte *inglés* que es un documento larguísimo, es distribuído entre los delegados por falta de tiempo. El Delegado inglés, señor Martín, renuncia leerlo oralmente.

V. Discusión sobre la admisión de nuevos miembros a la Unión Europea de Desnudismo Integral.

a) Las dos asociaciones alemanas «Liga für freie Lebensgestaltung» (Liga para la Vida Libre, L. f. f. L.) y «Reichsbund für Freikörperkultur» (A. f. K.) retiran sus peticiones de admisión a la Unión, porque ya hacen parte de una organización que es miembro de la Unión, es decir del nuevo R. f. K.

b) En vez de la Sunfolk Society que ha sido miembro es admitida porque es una organización puramente propagandista, sin práctica oficial del desnudismo.

c) La gran liga francesa «Vivre» retiran su petición de admisión a la Unión, porque entre los 10 grupos de esa federación, 6 han votado contra y 3 para la adhesión, y una en favor de la decisión de la mayoría. Otros grupos franceses representados al Congreso: el Foyer Naturiste de París (delegado: el señor Maurice Jourd'Heuil), y el Grupo Gimnista y Naturista de Niza (Delegada: la Srta. Cuminal), han sido admitidos sin objeción. La Asociación Libre-Culturista de Marsella no es admitida.

d) Entre los grupos belgas han sido admitidos la Federación de los Grupos Naturistas de Bélgica, representada por los señores Charles (Mieux Vivre, Bruselas) y Vreugde (De Spar, Gante y Amberes). La Liga Hélios no es admitida.

e) Después son admitidos sin discusión los grupos siguientes:

Sociedade Gimnica Portuguesa representada por la señora Mülhause y el señor Kielinger, la Sociedad Naturo-Desnudista de Barcelona representada por el señor Martins Cavaco, la Sociedad «Brund für Freilichtkultur» (Liga para la cultura de la luz libre) en Viena (aguardando la adhesión de toda la federación austríaca), de la cual la Sociedad «B. f. F.» hace parte), y finalmente la Liga para la Vida Libre en Checo-Slovaquia, representados ambos por la señora Mülhuase..

VI). Discusión sobre la modificación de los estatutos de la Unión Europea:

Los nuevos estatutos de la Unión Europea de Libre-Cultura propuestos por la señora Mülhause, son aceptados, pero con las modificaciones siguientes: (véanse los estatutos propuestos que, antes del Congreso, han sido enviados a todos los miembros de la Unión):

§ 2. La Unión tendrá la residencia en el domicilio de su presidente.

§ 5. ...Si hay más de un grupo desnudista que sea miembro de la Unión, en el mismo país, la correspondencia de todos estos grupos con la Unión, así como el pago de sus contribuciones para la caja de la Unión deben hacerse por medio de un escritorio central que tienen que elegir.

§ 6. ...Cada 2,000 miembros de un grupo o de un país puede ser representado en el congreso por una voz; (cada 2,000 o fracción de 2,000 miembros).

§ 8. ...Si un grupo de un país en el cual ya hay miembros de la Unión, envía una petición de admisión a la Unión, esta puede preguntar informes sobre el nuevo grupo, informes que son confidenciales.

§ 12. Los órganos de la Unión son: el Presidente y el Vice-Presidente.

§ 13. Cada congreso anual fija la fecha y el lugar del próximo congreso.

§ 14 ...Las proposiciones para un congreso llegando demasiado tarde, podrán dejar de ser discutidas si se desea.

§ 19. Las contribuciones son fijadas según las voces representadas por un país. (La contribucion 1932-33 Abril de 1933 es de RM. 7.50 cada vez o RM. 15. (quince marcos) en total, para cada país o voz. Por ejemplo Alemania con 14,000 adherentes del R. f. K., tiene 7 voces y paga al año 7 por 15 marcos=RM. 105. Francia, con tres grupos incluyendo, en total, menos de 2,000 adherentes, tiene una voz y pagará RM. 15, anualmente, es decir cada grupo RM. 5, solamente. España tiene una voz, y, por eso, una contribución anual de RM. 15, como todos los otros países. Ahora, Alemania tiene 7 voces y el total de las voces de todos los otros países adheridos a la Unión es de 10 voces).

§ 21. En el caso de disolución, los activos de la Unión serán empleados en favor de una institución sirviendo a la unión de los pueblos europeos.

VII. Entre las proposiciones para la cooperación europea, la declaración de los principios y la «delineación del objeto no pudieron ser discutidos porque no fueron bien preparadas ni conocidas por los delegados. El nuevo presidente es encargado de informar a todos los miembros de la Unión sobre estas proposiciones. El doctor Vahle creará el «Oficio Mundial de Estudios Jurídicos de la Unión Europea de Libre-Cultura»; estudiará las leyes de todos los países con respecto a la defensa legal del desnudismo integral, a los procesos contra desnudistas, etc. Seguidamente, la «Federación de Grupos Naturistas de Bélgica» hace la declaración oficial que todos los adherentes de grupos miembros de la Unión, de todos los países, son admitidos en los campos bélgas de desnudismo, sin otras condiciones que las de presentar sus tarjetas de calificación o de identidad; admitirán también visitantes que sean miembros de grupos de la Unión tengan o no identificación oficial.

VIII. Fué elegido presidente de la Unión Europea de Libre-Cultura para 1932/3 el señor profesor doctor von Hauff, en Berlín (presidente del R. f. K. aleman); como vice-presidente fué elegida la señora Teresa Mölhause-Vogeler, de Francfort. El secretario general de la Unión será nombrado por el presidente mismo.

IV. El próximo Congreso Europeo de Libre-Cultura tendrá lagar en Viena, Austria, entre los meses de julio y septiembre de 1933.

X. A las 18 de la tarde (del día 7 de agosto de 1932), después de algunas palabras finales, el Director del Congreso, señor Rist. (*termina la sesión.*)

tor del Congreso, señor Rist, termina la sesión.

ARROZ VEGETERIANO

Como ya tenemos anunciado, el domingo día 6 de noviembre, en la calle Alcoy, 2 y 10, se efectuará el arroz vegetariano con sus correspondientes complementos de la cocina Racional y sin ninguna substancia cadavérica. El que desee tomar parte a dicho arroz debe notificarlo y tomar el tiket 2 días antes, siendo su coste de 5 pesetas. A las 5 de la tarde habrá fiesta literaria, en la que tomarán parte selectos artistas y personalidades naturistas.

Cuando el hombre viene al mundo no trae trajes ni camisas. Desnudos nos ha hecho Dios, desnudos nos presenta nuestra madre y desnudos comenzamos a vivir. ¿Porqué, entonces, tanto horror al desnudo?—N. Capo.

COMO SE TOMAN LOS BAÑOS DE SOL

por el profesor N. Capo, edición del magazine PENTALFA

Empieza este precioso libro por el decálogo, por los mandamientos, por las tablas de la alianza sugeridas por el dios Sol a los hombres para guiarlos, desde la tierra de esclavitud de la enfermedad a la ansiada tierra de promisión de la salud, mediante la observancia de aquellos diez preceptos.

N. Capo define después al sol bajo el punto de vista dinámico; da a conocer su influencia saludable en nuestro sistema; el culto al sol con relación al nudismo; la técnica de los baños de sol ya se tomen en el hogar o en la playa.

Baños de sol y arena; baños de asiento a la orilla del mar; baños de sol en la primavera, en el verano, en el otoño y en el invierno.

Los baños de sol para los tuberculosos, para el cáncer, para las úlceras, para las heridas, para la anemia; los baños de sol en el reumatismo, en la sífilis; los baños de sol en los niños, constituyen los epígrafes de otros tantos capítulos.

Añádense a estos capítulos los de los baños de sol y la belleza; los baños de sol durante el menstruo y el embarazo.

Cierrra Capo el curso de esta asignatura, de este tratado de helioterapia con las instrucciones relativas a como se corrije una insolación.

El sol, el aire, el agua, la tierra, las plantas, los animales están en el mundo para aportar al hombre contento y felicidad, mas el hombre, en la obscuridad de su soberbia y de su ignorancia, convierte a todos estos elementos en utensilios de tortura, de tristeza y de desgracia.

El sol molesta a los hombres y a las mujeres y de él se preservan con sombreros y sombrillas; al aire apenas le permiten la entrada en los pulmones; el agua, hasta hace poco, ni aun para el aseo la utilizábamos; los hombres desiertan de la tierra a la cual le deben el sustento por estar condenados, los campesinos, a sufrir toda suerte de privaciones, de sufrimientos y de miserias.

El hombre apenas si prueba las plantas y los frutos de ellas.

El hombre, el animal racional se come a los animales irracionales; las gentes civilizadas proceden, para procurarse el sustento, como las fieras de la selva o peor aun; persiguen, privan de la vida a seres de delicada y de maravillosa organización; de considerable poder y resistencia; de suma bondad, de gran paciencia, de indiscutible entendimiento, de dotes líricas no superadas por las más célebres tiples, sopranos, bajos y tenores.

El rey de la creación, en fin, como todos los reyes, tiene declarada guerra sin cuartel a los más eminentes de sus súbditos.

Al sol le opone persianas, puertas, cortinas, murallas, cabozos, ergástulos.

Y la humanidad así está de sana y feliz.

Capo reduce a ruinas a cuanto se opone al paso libre de la luz del sol, y bajo la bóveda azul del firmamento instala una clínica heloterápica con una sola lámpara de una enorme potencia, de un número de bujías, cuya expresión, por medio de nuestro sistema de numeración decimal, sería harto difícil y embarazoso de establecer.

Esta lámpara eléctrica está situada a ciento cuarenta y ocho millones de kilómetros de distancia de la clínica heloterápica de Capo y enfocándola sobre los pacientes alcanza las maravillosas curas a las cuales alude en su última producción titulada «Cómo se toman los baños de sol».

JULIAN PIÑANGO.

DANZA RITMICA EN LA ESCUELA

Las enseñanzas de las danzas rítmicas del arte griego practicadas con las técnicas helénicas son dirigidas por el eminente maestro ruso Stoucoff, en el local de la Escuela Pentalfa, Alcoy, 2 y 10 (Bonanova).

Se ha establecido la cuota de 2 pesetas al mes y 5 pesetas de matrícula de entrada, pero dichas clases serán gratuitas para los socios Desnuditas y para los socios alumnos sanos y enfermos.

Preparamos una gran fiesta de Danzas Rítmicas al aire libre.

Necesitamos propagandistas. La humanidad necesita propagandistas: Mándenos a pedir 10 ejemplares de *Pentalfa* números extraordinarios, que es lo mejor que se ha publicado de Naturo-Desnudismo). Le haremos un 50 por 100 de descuento.

Observemos que los niños mientras maman practican la perfecta respiración por la nariz, porque no pueden «comer» con la boca abierta como hacen los hombres. Con este ejemplo la naturaleza nos da la primera lección de biología.—N. Capo.

Sección práctica de cocina racional y compatible a cargo de Ramona Perera

PLATOS A BASE DE PATATAS

Ensalada de patatas

Se lavan las patatas y sin mondarlas se ponen a hervir en una olla con agua o se cuecen al vapor. Luego se les quita el pellejo, se cortan a rodajas o en forma de dados y se colocan en una fuente aliñándolas con aceite y un picadillo muy fino de perejil, ajo y aceitunas deshuesadas.

Otra fórmula

La anterior, la que se adorna con tiras de pimiento rojo asado y en las orillas de la fuente se colocan rodajas de huevos duros y tomates cortados en forma de gajos. Se sirve junto con una salsera con salsa mayonesa. Si la ensalada agrada con más condimentos puede añadírsele, picadillo de cebolleta, estragón, albahaca o perifollo.

Patatas para adornos

Elíjanse patatas chiquitinas y de un mismo tamaño, se pelan y se colocan en una cazuela de barro o sarten con abundante aceite y se cubren con una tapadera. Se dejan cocer a fuego algo vivo y cuando están bien doraditas sirven para colocarlas a las orillas de una fuente de ensalada de escarola y tomates, ensalada de apio tierno con rabanillos y aceitunas o bien adornando verduras estofadas : acelga, col, espinacas, etc.

Patatas rellenas

Se escogen patatas grandes, y después de mondarlas se les quita una rodajita a cada patata que luego haremos servir de tapadera, se vacian bien con un cuchillo y en el lado opuesto se les quita también una pequeña rodajita con el fin de que las patatas tengan asiento y no se vuelquen. En una sartén se fríen setas de buena clase, (rovellons) cebolla, un pimiento asado despellejado todo menudamente corfado y al estar a punto se añade un picadillo de perejil, ajo y aceitunas picadas. Se rellenan de nuevo las patatas tapándolas con su correspondiente tapadera, se colocan en una fuente refractaria y bien untadas de aceite se ponen al horno. Si se resecan mucho se van rociando con aceite. Al estar las patatas bien asadas y doraditas se sirven en una fuente acompañadas con una salsera con salsa de tomate. Si se desea este plato más condimentado, puede echarse también en el frito huevo duro picado o bien huevo crudo batido, piñones, almendra molida, etc. Este plato ha de servirse con abundante ensalada.

En el próximo número indicaremos otros platos *confeccionados* a base de patatas.

Las patatas son incompatibles con el pan, arroz, boniatos y demás harinas.

FIESTA DE ARTE OFRECIDA A LOS NIÑOS

La noche del 3 de septiembre y en el local social de «Pentalfa», se reunieron con la mayor lucidez y fraternidad, distinguidos elementos de dicha Escuela Naturista, con motivo de ofrecer a los niños debido al nacimiento del pequeño Apolo, una de estas veladas que por su calidad moral, dejan en el espíritu, el recuerdo de unas horas convividas con la misma armonía de sentimientos.

Y hablando de Apolo nos viene a la memoria la idea de lo que ha de ser un niño en la patria del porvenir... Apolo no jugará con instrumentos de guerra, Apolo jugará con una guirnalda de estrellas que esclarecerá las tenebrosas noches en el corazón de la humanidad.

En el espacioso jardín de la Escuela y bajo el verde follaje de las acacias iluminadas con lucecitas de colores, comenzó a desarrollarse el programa de la fiesta de música, poesía y canto.

Abrió el acto el director de la Escuela saludando a los asistentes y enalteciendo la decisión franca y valiente de las familias que con convencimiento y voluntad se han iniciado en el Sendero Naturista. Hizo ver cómo el verdadero Naturismo Integral resuelve el problema de la felicidad del hombre puesto que cura, antes, su cuerpo, purifica su sangre y regenera sus tejidos y después le prepara para la práctica de la fraternidad universal, con el lema de «mens sana in corpore sano». Acto seguido el entusiasta naturista doctor N. Suárez hizo ver las bondades de la vida sencilla y combatió los atávicos prejuicios que aún viven en el cerebro y en el corazón de los hombres invitando a todos a cambiar de vida. Fué muy aplaudido.

La señorita Aurelia Plá recitó sus estrofas dedicadas al pequeño Apolo, siendo muy aplaudida también.

Continuó la distinguida señora doña Ramona Perera de Capo, que nos deleitó con su acertadísima y justa interpretación de varias poesías, destacándose en una poesía gaucha de J. Trelles.

El señor José Brunet, interpretó con definida maestría, un escogido fragmento de «Mar y cel» de Angel Guimerá. También el joven Roqué cautivó al público con sus escogidas poesías dramáticas, dichas con gran acierto y buen gusto artístico.

El señor Ballesteros, recitó un gracioso monólogo, siendo felicitado por su vis comica.

También la señorita Lolita Tortajada, con mucha delicadeza de sentimiento y expresión dijo la poesía «Del Viejo, el consejo» de Gabriel y Galán.

Se destacó en sus actitudes de gran actriz la niña Florita Papiol que obtuvo un verdadero éxito.

La niña Giocondina Capo, con mucha gracia infantil y con acento americano nos deleitó con «Acuarela». Su hermanita, la de los bucles negros, Aurorita Capo, recitó «Romance del sol perdido», siendo también muy aplaudida.

La niña Milagros Novella, recitó la significativa poesía dedicada a los mártires de la República, Fermín Galán y García Hernández, siendo muy ovacionada.

Con la amabilidad característica de los directores de la escuela se sirvió, a continuación y bajo los limoneros, un variado y delicado refresco.

Luego continuó el programa.

La niña Violeta Soler interpretó el «Anillo de Hierro», gustando mucho. Continuó con la brillante interpretación de las Arias *de Tosca*, el joven Miguel Sabaté que promete mucho con su potente voz de tenor.

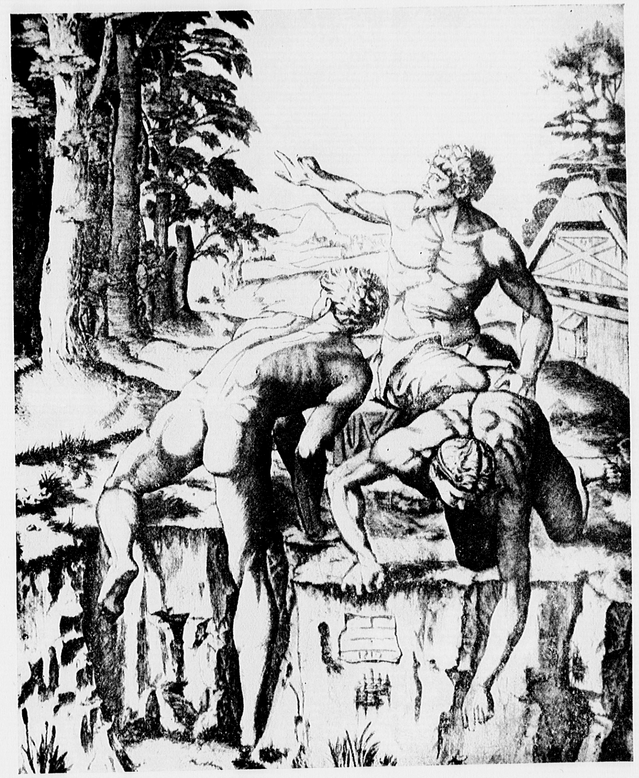
Nuestro conocido amigo Esteban Llopis, interpretó con mucha maestría y buen gusto, *Figaro*, fragmento del «Barbero de Sevilla», ambos fueron aplaudidísimos.

Seguidamente y a ruegos de la selecta concurrencia, el gran pianista Julio Pons, sentóse al piano. Se hizo silencio, y el gran artista nos dejó oír con su arte insuperable sus magnas interpretaciones de Daquin y Chopin, que, como siempre fué festejadísimo por todos sus consocios. También la ilustre compositora Genovena Puig, fué invitada a que nos dejase gozar de su arte exquisito. Como dedicatoria a tan simpática fiesta interpretó «El pomer florit», «Vora del Riu», letra y música de la propia intérprete, y «Dia de goig» sobre el poema de J. Más Estatuet, que fué aplaudidísima.

Terminado el programa, fueron despidiéndose los invitados, quedando todos muy contentos y entusiasmados de tan simpática fiesta.

No solamente hay que armonizar bien químicamente los alimentos que a diario ingerimos para estar en perfectas condiciones de salud, (evitando las fermentaciones intestinales) ino que hay que practicar el Crudivorismo o el Frugivorismo Trofológico!—N. Capo.

SOLDADOS ROMANOS TOMANDO EL BAÑO AL DESNUDO



En las cercanías de Roma, el genial creador del arte escultórico al desnudo, Miguel Angel Buonarotti, quiso también idealizara los humildes: abandonando las altas cúpulas de los papas se acercó a los hijos del pueblo, los soldados, y les dió vida en este célebre cuadro que puede verse en los museos.

El número aparecido el día 31 de agosto es el extraordinario de Verano, trae muy buena literatura científica y numerosos grabados de desnudistas de Cataluña. ¿No lo ha leido Vd ? Pídanos 5 ejemplares para regalar a sus amigos y hará una buena obra de cultura.

Observemos que los niños mientras maman practican la perfecta respiración por la nariz, porque no pueden comer con la boca abierta como hacen los hombres. Con este ejemplo la naturaleza nos da la primera lección de biología.—N. Capo.

Sección práctica de cocina racional y compatible a cargo de Ramona Perera

PLATOS A BASE DE PATATAS

Ensalada de patatas

Se lavan las patatas y sin mondarlas se ponen a hervir en una olla con agua o se cuecen al vapor. Luego se les quita el pellejo, se cortan a rodajas o en forma de dados y se colocan en una fuente aliñándolas con aceite y un picadillo muy fino de perejil, ajo y aceitunas deshuesadas.

Otra fórmula

La anterior, la que se adorna con tiras de pimiento rojo asado y en las orillas de la fuente se colocan rodajas de huevos duros y tomates cortados en forma de gajos. Se sirve junto con una salsera con salsa mayonesa. Si la ensalada agrada con más condimentos puede añadírsele, picadillo de cebolleta, estragón, albahaca o perifollo.

Patatas para adornos

Elíjanse patatas chiquitinas y de un mismo tamaño, se pelan y se colocan en una cazuela de barro o sarten con abundante aceite y se cubren con una tapadera. Se dejan cocer a fuego algo vivo y cuando están bien doraditas sirven para colocarlas a las orillas de una fuente de ensalada de escarola y tomates, ensalada de apio tierno con rabanillos y aceitunas o bien adornando verduras estofadas: acelga, col, espinacas, etc.

Patatas rellenas

Se escogen patatas grandes, y después de mondarlas se les quita una rodajita a cada patata que luego haremos servir de tapadera, se vacian bien con un cuchillo y en el lado opuesto se les quita también una pequeña rodajita con el fin de que las patatas tengan asiento y no se vuelquen. En una sartén se fríen setas de buena clase, (rovellons) cebolla, un pimiento asado despellejado todo menudamente cortado y al estar a punto se añade un picadillo de perejil, ajo y aceitunas picadas. Se rellenan de nuevo las patatas tapándolas con su correspondiente tapadera, se colocan en una fuente refractaria y bien untadas de aceite se ponen al horno. Si se resecan mucho se van rociando con aceite. Al estar las patatas bien asadas y doraditas se sirven en una fuente acompañadas con una salsera con salsa de tomate. Si se desea este plato más condimentado, puede echarse también en el frito huevo duro picado o bien huevo crudo batido, piñones, almendra molida, etc. Este plato ha de servirse con abundante ensalada.

En el próximo número indicaremos otros platos *confeccionados* a base de patatas.

Las patatas son incompatibles con el pan, arroz, boniatos y demás harinas.

FIESTA DE ARTE OFRECIDA A LOS NIÑOS

La noche del 3 de septiembre y en el local social de «Pentalfa», se reunieron con la mayor lucidez y fraternidad, distinguidos elementos de dicha Escuela Naturista, con motivo de ofrecer a los niños debido al nacimiento del pequeño Apolo, una de estas veladas que por su calidad moral, dejan en el espíritu, el recuerdo de unas horas convividas con la misma armonía de sentimientos.

Y hablando de Apolo nos viene a la memoria la idea de lo que ha de ser un niño en la patria del porvenir. Apolo no jugará con instrumentos de guerra, Apolo jugará con una guirnalda de estrellas que esclarecerá las tenebrosas noches en el corazón de la humanidad.

En el espacioso jardín de la Escuela y bajo el verde follaje de las acacias iluminadas con lucecitas de colores, comenzó a desarrollarse el programa de la fiesta de música, poesía y canto.

Abrió el acto el director de la Escuela saludando a los asistentes y enalteciendo la decisión franca y valiente de las familias que con convencimiento y voluntad se han iniciado en el Sendero Naturista. Hizo ver cómo el verdadero Naturismo Integral resuelve el problema de la felicidad del hombre puesto que cura, antes, su cuerpo, purifica su sangre y regenera sus tejidos y después le prepara para la práctica de la fraternidad universal, con el lema de «mens sana in corpore sano». Acto seguido el entusiasta naturista doctor N. Suárez hizo ver las bondades de la vida sencilla y combatió los atávicos prejuicios que aún viven en el cerebro y en el corazón de los hombres invitando a todos a cambiar de vida. Fué muy aplaudido.

La señorita Aurelia Plá recitó sus estrofas dedicadas al pequeño Apolo, siendo muy aplaudida también.

Continuó la distinguida señora doña Ramona Perera de Capo, que nos deleitó con su acertadísima y justa interpretación de varias poesías, destacándose en una poesía gaucha de J. Trelles.

El señor José Brunet, interpretó con definida maestría, un escogido fragmento de «Mar y cel» de Angel Guimerá. También el joven Roqué cautivó al público con sus escogidas poesías dramáticas, dichas con gran acierto y buen gusto artístico.

El señor Ballesteros, recitó un gracioso monólogo, siendo felicitado por su vis cómica.

También la señorita Lolita Tortajada, con mucha delicadeza de sentimiento y expresión dijo la poesía «Del Viejo, el consejo» de Gabriel y Galán.

Se destacó en sus actitudes de gran actriz la niña Florita Papiol que obtuvo un verdadero éxito.

La niña Concondina Capo, con mucha gracia infantil y con acento americano nos deleitó con «Acuarela». Su hermanita, la de los bucles negros, Aurorita Capo, recitó «Romance del sol perdido», siendo también muy aplaudida.

La niña Milagros Novella, recitó la significativa poesía dedicada a los mártires de la República, Fermín Galán y García Hernández, siendo muy ovacionada.

Con la amabilidad característica de los directores de la escuela se sirvió, a continuación y bajo los limoneros, un variado y delicado refresco.

Luego continuó el programa.

La niña Violeta Soler interpretó el «Anillo de Hierro», gustando mucho. Continuó con la brillante interpretación de las Arias *de Tosca*, el joven Miguel Sabaté que promete mucho con su potente voz de tenor.

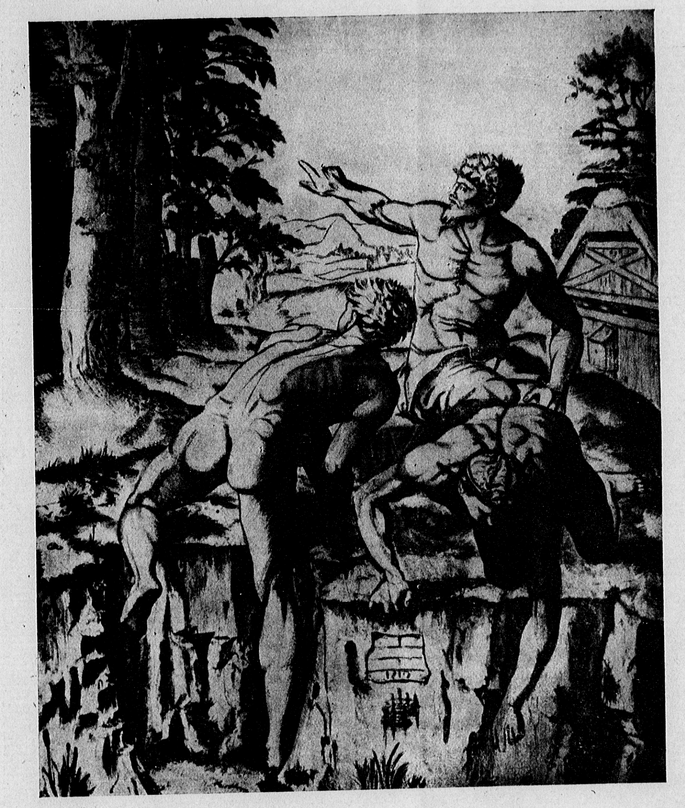
Nuestro conocido amigo Esteban Llopis, interpretó con mucha maestría y buen gusto, *Figaro*, fragmento del «Barbero de Sevilla», ambos fueron aplaudidísimos.

Seguidamente y a ruegos de la selecta concurrencia, el gran pianista Julio Pons, sentóse al piano. Se hizo silencio, y el gran artista nos dejó oir con su arte insuperable sus magnas interpretaciones de Daquin y Chopin, que, como siempre fué festejadísimo por todos sus consocios. También la ilustre compositora Genovena Puig, fué invitada a que nos dejase gozar de su arte exquisito. Como dedicatoria a tan simpática fiesta interpretó «El pomer florit», «Vora del Riu», letra y música de la propia intérprete, y «Dia de goig» sobre el poema de J. Más Estatuet, que fué aplaudidísima.

Terminado el programa, fueron despidiéndose los invitados, quedando todos muy contentos y entusiasmados de tan simpática fiesta.

No solamente hay que armonizar bien químicamente los alimentos que a diario ingerimos para estar en perfectas condiciones de salud, (evitando las fermentaciones intestinales) ino que hay que practicar el Crudivorismo o el Frugivorismo Trofológico!—N. Capo.

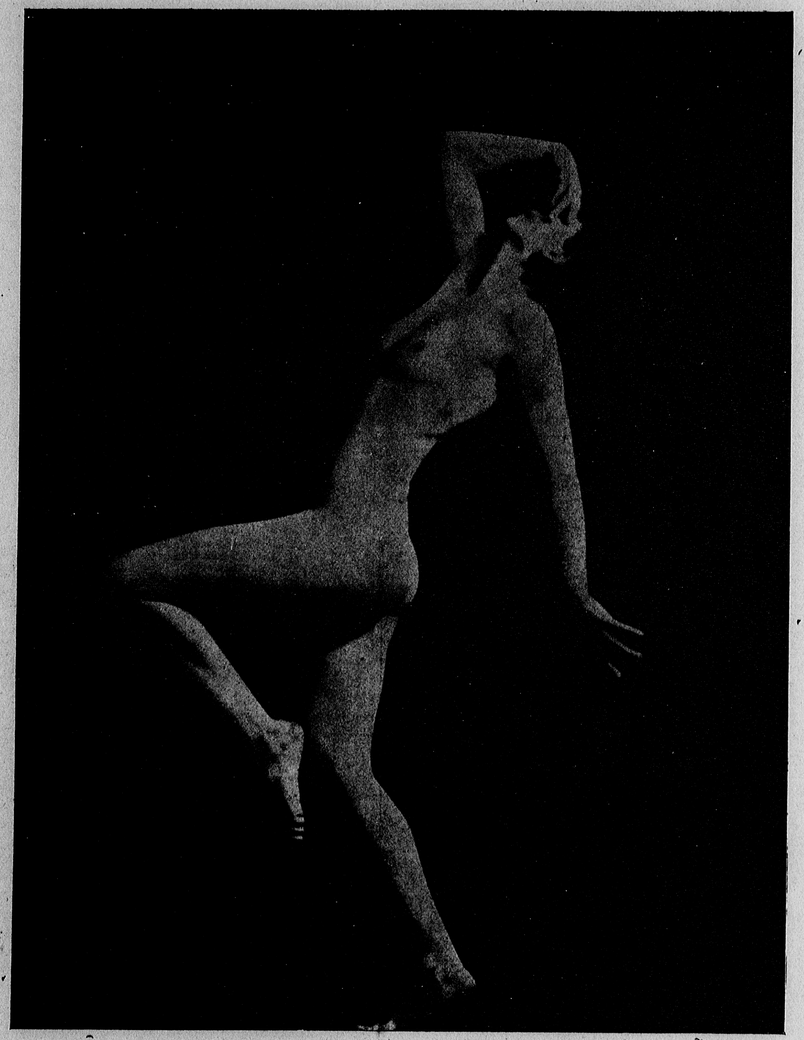
SOLDADOS ROMANOS TOMANDO EL BAÑO AL DESNUDO



En las cercanías de Roma, el genial creador del arte escultórico al desnudo, Miguel Angel Buonarotti, quiso también idealizara los humildes: abandonando las altas cúpulas de los papas se acercó a los hijos del pueblo, los soldados, y les dió vida en este célebre cuadro que puede verse en los museos.

El número aparecido el día 31 de agosto es el extraordinario de Verano, trae muy buena literatura científica y numerosos grabados de desnudistas de Cataluña. ¿No lo ha leído Vd.? Pídanos 5 ejemplares para regalar a sus amigos y hará una buena obra de cultura.

LA DANZA DEL FUEGO...



La mariposa humana se pierde en la noche con su rítmica carrera de arte y emoción, cual campanada lejana en el sendero triunfal de la vida que canta!

SALUDO DE LA SOMBRA ESTETICA



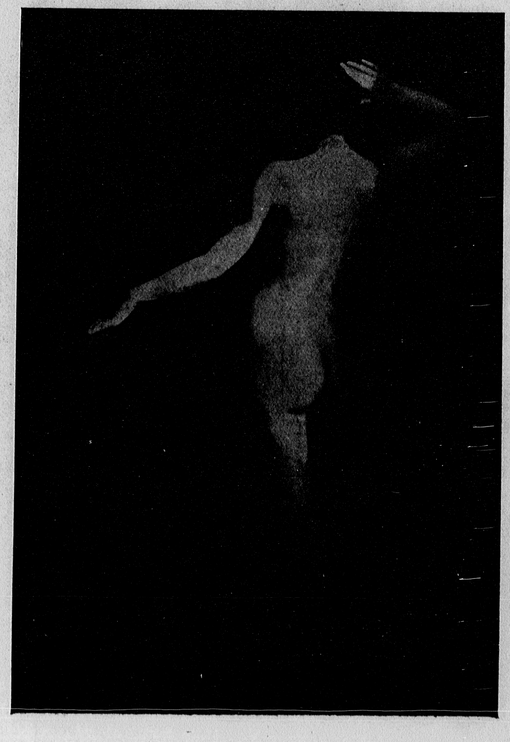
Cuerpo etéreo femenino, cual alas sútiles de ágil mariposa, arrojando el velo de la ilusión.

LECTOR Y AMIGO

Tenemos números atrasados de "Pentalfa" Nudista y no desnudista. Haga usted un regalo a sus amigos. Un paquete le costará 2'50, contra reembolso.

También tenemos colecciones encuadernadas de medio año de 1932, con más de 70 fotos al desnudo a 10 pesetas cada tomo

FISICO PERFECTO



Sencillo y gracioso movimiento de gimnasia rítmica.

LA NIÑA EN EL CAUDALOSO TORRENTE



Hermoso conjunto:
naturaleza y humanidad,
plástica y dinámica,
emoción y pensamiento.

Lea Vd. "TROFOTERAPIA INDIVIDUAL" Profesor N. Capo, a UNA peseta ejemplar.
Pidiendo 5 ejemplares en adelante haremos un 40 % de descuento. Va contra reembolso.

No puede el individuo perfeccionarse en su sendero de superación si no adelanta, a su vez, la masa del pueblo, porque ésta puede (sin conciencia) en un día destruir toda la obra de 100 años de aquél. Es necesario, pues, trabajar para la emancipación de los pueblos de la tiranía de sus vicios y de sus malas costumbres!—N. Capo.

El teatro factor influyente en la Cultura regenedora

Imperfecta resulta la cultura física sin la cooperación del desarrollo intelectual. Aunando las dos, y practicándolas respectivamente, conseguiremos la máxima perfección regeneradora.

Con patente evidencia se puede constatar la indiferencia e insignificancia de que goza el sublime Arte de Talía, en la mayoría de la actual generación entregada, única y exclusivamente con desenfreno a espectáculos de carácter frívolo con ribetes de grosería, seduciéndola de tal modo que envilece sus sentimientos viéndose injustamente despreciados y prostituidos los más nobles, puros y delicados sentidos artísticos.

Innúmerables esfuerzos se han realizado para obtener la adhesión del público, ofreciéndole verdaderos y bien disciplinados conjuntos artísticos, observándose por parte de éste un marcado escepticismo en toda clase de manifestaciones de Arte.

Por ser el Tinglado de la Farsa espejo de las pasiones, actos y defectos de la humanidad, y ejerciendo de una manera directa de elemento espiritual, nos incumbe el deber de tributarle el máximo respeto y veneración.

Debido al abandono en que se se ve, sumido el verdadero Arte en sus múltiples modalidades, muy especialmente en la forma desmoralizadora y desconcertante que se nos presenta hoy en la escena, con el debido respeto me dirijo a la opinión en general y en particular a la juventud atraída y subjugada por viciados y soeces medios de expansión, haciéndola notar la imperiosa necesidad de apartarla de ellos a fin de encauzarla por el sendero del buen sentido y discreción artística y moral imprescindibles para la marcha progresiva de futuras generaciones.

JOSE BRUNET.

NOTICIAS

EN LA FIESTA LITERARIA DEL DÍA 6 DE NOVIEMBRE CANTARÁ:

Vicente Lliñá (bajo) Romanzas, Hernani, y Golondrón, de Maruxa.—Esteban Llopis (barítono): «El Barbiere di Siviglia» y «La del Soto del Parral».

CAMPO CERCADO

Ya hemos adquirido lo que necesitábamos, un campo cercado, con pinos, agua y frutales, además cerca de la playa. Su aspecto de castillo derruido lo hace aún más artístico para nosotros, habiéndolo ya bautizado la juventud con el legendario nombre de «Parthenon». Dista unos 22 kilómetros de Barcelona. Acudimos todos los domingos y días festivos, y allí hacemos charlas filosóficas, conferencias, cultura física y respiratoria, danzas rítmicas, comidas vegetarianas colectivas y refrescos de frutas. Solamente se permite la entrada a los socios. La juventud seria y selecta de Cataluña y amante de la regeneración de la raza está de enhorabuena.

DONATIVOS A «PENTALFA»

M. Guillamond, de Burdeos, 25 pesetas; J. Pradas, 3'50; Mariano Vicente, 15. Total: 43'30. Hemos recibido algunas pequeñas cantidades más de varios correligionarios pero como no tenemos la nota por no habérnosla dado por escrito no aparecen aquí, y rogamos a los interesados que nos escriban y nos digan las cantidades entregadas. Agradecemos, desde estas líneas, muy de veras, la buena voluntad y el apoyo a todos los que de una forma u otra nos prestan su valiosa ayuda. ¡Hombres de corazón! de vosotros todos debiera estar sembrado el camino del mundo!

JUAN DALMAU, DE PORT-BOU

Es un hombre bueno e inteligente, gasta su dinero en libros. Es un hombre de edad pero entusiasta por el Naturismo Trofológico como el más optimista de los jóvenes de nuestros tiempos. A todos sus vecinos y amigos no hace más que regalarles libros y revistas para que lean y se instruyan, capacitándose en lo importante, que es la salud. Hombres apóstoles como Dalmau que sientan de verdad el Naturismo es lo que necesita España, y no multitud de políticos.

EL NÚMERO EXTRAORDINARIO DE 1935 COSTARÁ 2 Ptas.

Este importantísimo ejemplar equivaldrá a cuatro números para los suscriptores y al público en general que adquiere nuestro magazine en los kioscos le costará 2 pesetas. Traerá dicho extraordinario, que corresponderá al número 160, numerosas fotos del desnudismo en Cataluña y trabajos científicos. A todos aquellos lectores amigos o suscriptores que desde ahora nos pidan de 5 ejemplares en adelante les haremos un descuento del 30 por 100, tanto a los de España como a los de América. Los lectores de todas las Américas y Portugal que tengan dificultades para enviarnos el dinero les aconsejamos nos envíen en papel dólar, en papel pesos argentinos o bien en papel pesetas en carta certificada. No atenderemos ningún pedido que no venga acompañado de

JESUS R. BERRA, DE CARACAS (Venezuela)

Este simpático camarada luchador por el Naturo-Desnudismo en Venezuela acaba de pedirnos la representación exclusiva de Pentalfa y sus libros, de mil ejemplares cada número, y gustosamente el Consejo Administrativo se la ha concedido, con tal que cumpla, como creemos, con sus pedidos cada mes.

Así que tomen buena nota los lectores y amigos de Venezuela, que en adelante es el señor Berra el que se encargará de la venta de nuestro Magazine en dicha República, y es a él a quien deben dirigirse todos los que deseen números de «Pentalfa» y sus libros. Hacemos el 30 por 100 de descuento.

OTRAS EXCLUSIVAS

De representaciones exclusivas estamos pendientes de contestación también de otras Repúblicas americanas, como son: Cuba, Perú, Bolivia, Colombia, Ecuador, México, Argentina, Uruguay y Chile, y serán concedidas a los que primeramente nos escriban, de hoy en adelante, y formalicen por carta las condiciones en que lo deseen y envíen los primeros giros en dinero, moneda papel dóllar, pesos argentinos o bien en pesetas.

EL FRUGIVORISMO DE OTOÑO

Una de las mejores estaciones para comenzar el régimen vegetariano es otoño, porque es el tiempo en que el cuerpo se renueva y en el que hay una abundante y variada fruta: melones, uvas, granadas, castañas, melocotones, membrillos, sandías, manzanas, peras, kakis, higos, y toda es fruta selecta y sazonada.

Desayuno.—Granadas, higos, nata o miel y pan Dextrin.
Mediodía.—Melón, uva, dátiles o higos y plátanos o pan Dextrin.
Cena.—Manzanas o peras con kakis y castañas asadas o hervidas.
Es un régimen bien variado, rico y nutritivo.
Para individualización del régimen es conveniente consultarlo a la Escuela Pentalfa.

LA NIÑA EN EL CAUDALOSO TORRENTE



Hermoso conjunto:
naturaleza y humanidad,
plástica y dinámica,
emoción y pensamiento.

Lea Vd. "TROFOTERAPIA INDIVIDUAL" Profesor N. Capo, a UNA peseta ejemplar. Pidiendo 5 ejemplares en adelante haremos un 40 % de descuento. Va contra reembolso.

No puede el individuo perfeccionarse en su sendero de superación si no adelanta, a su vez, la masa del pueblo, porque ésta puede (sin conciencia) en un día destruir toda la obra de 100 años de aquél. Es necesario, pues, trabajar para la emancipación de los pueblos de la tiranía de sus vicios y de sus malas costumbres!—N. Capo.

El teatro factor influyente en la Cultura regenedora

Imperfecta resulta la cultura física sin la cooperación del desarrollo intelectual. Aunando las dos, y practicándolas respectivamente, conseguiremos la máxima perfección regeneradora.

Con patente evidencia se puede constatar la indiferencia e insignificancia de que goza el sublime Arte de Talía, en la mayoría de la actual generación entregada, única y exclusivamente con desenfreno a espectáculos de carácter frívolo con ribetes de grosería, seduciéndola de tal modo que envilece sus sentimientos viéndose injustamente despreciados y prostituidos los más nobles, puros y delicados sentidos artísticos.

Innúmerables esfuerzos se han realizado para obtener la adhesión del público, ofreciéndole verdaderos y bien disciplinados conjuntos artísticos, observándose por parte de éste un marcado escepticismo en toda clase de manifestaciones de Arte.

Por ser el Tinglado de la Farsa espejo de las pasiones, actos y defectos de la humanidad, y ejerciendo de una manera directa de elemento espiritual, nos incumbe el deber de tributarle el máximo respeto y veneración.

Debido al abandono en que se se ve, sumido el verdadero Arte en sus múltiples modalidades, muy especialmente en la forma desmoralizadora y desconcertante que se nos presenta hoy en la escena, con el debido respeto me dirijo a la opinión en general y en particular a la juventud atraída y subjugada por viciados y soeces medios de expansión, haciéndola notar la imperiosa necesidad de apartarla de ellos a fin de encauzarla por el sendero del buen sentido y discreción artística y moral imprescindibles para la marcha progresiva de futuras generaciones.

JOSE BRUNET.

NOTICIAS

EN LA FIESTA LITERARIA DEL DÍA 6 DE NOVIEMBRE CANTARÁ:

Vicente Lliñá (bajo) Romanzas, Hernani, y Golondrón, de Maruxa.—Esteban Llopis (barítono): «El Barbiere di Siviglia» y «La del Soto del Parral».

CAMPO CERCADO

Ya hemos adquirido lo que necesitábamos, un campo cercado, con pinos, agua y frutales, además cerca de la playa. Su aspecto de castillo derruído lo hace aún más artístico para nosotros, habiéndolo ya bautizado la juventud con el legendario nombre de «Parthenon». Dista unos 22 kilómetros de Barcelona. Acudimos todos los domingos y días festivos, y allí hacemos charlas filosóficas, conferencias, cultura física y respiratoria, danzas rítmicas, comidas vegetarianas colectivas y refrescos de frutas. Solamente se permite la entrada a los socios. La juventud seria y selecta de Cataluña y amante de la regeneración de la raza está de enhorabuena.

DONATIVOS A «PENTALFA»

M. Guillamond, de Burdeos, 25 pesetas; J. Pradas, 3'50; Mariano Vicente, 15. Total: 43'30. Hemos recibido algunas pequeñas cantidades más de varios correligionarios pero como no tenemos la nota por no habérnosla dado por escrito no aparecen aquí, y rogamos a los interesados que nos escriban y nos digan las cantidades entregadas. Agradecemos, desde estas líneas, muy de veras, la buena voluntad y el apoyo a todos los que de una forma u otra nos prestan su valiosa ayuda. ¡Hombres de corazón! de vosotros todos debiera estar sembrado el camino del mundo!

JUAN DALMAU, DE PORT-BOU

Es un hombre bueno e inteligente, gasta su dinero en libros. Es un hombre de edad pero entusiasta por el Naturismo Trofológico como el más optimista de los jóvenes de nuestros tiempos. A todos sus vecinos y amigos no hace más que regalarles libros y revistas para que lean y se instruyan, capacitándose en lo importante, que es la salud. Hombres apóstoles como Dalmau que sientan de verdad el Naturismo es lo que necesita España, y no multitud de políticos.

EL NÚMERO EXTRAORDINARIO DE 1933 COSTARÁ 2 Ptas.

Este importantísimo ejemplar equivaldrá a cuatro números para los suscriptores y al público en general que adquiere nuestro magazine en los kioscos le costará 2 pesetas. Traerá dicho extraordinario, que corresponderá al número 160, numerosas fotos del desnudismo en Cataluña y trabajos científicos. A todos aquellos lectores amigos o suscriptores que desde ahora nos pidan de 5 ejemplares en adelante les haremos un descuento del 30 por 100, tanto a los de España como a los de América. Los lectores de todas las Américas y Portugal que tengan dificultades para enviarnos el dinero les aconsejamos nos envíen en papel dóllar, en papel pesos argentinos o bien en papel pesetas en carta certificada. No atenderemos ningún pedido que no venga acompañado de

JESUS R. BERRA, DE CARACAS (Venezuela)

Este simpático camarada luchador por el Naturo-Desnudismo en Venezuela acaba de pedirnos la representación exclusiva de Pentalfa» y sus libros, de mil ejemplares cada número, y gustosamente el Consejo Administrativo se la ha concedido, con tal que cumpla, como creemos, con sus pedidos cada mes.

Así que tomen buena nota los lectores y amigos de Venezuela, que en adelante es el señor Berra el que se encargará de la venta de nuestro Magazine en dicha República, y es a él a quien deben dirigirse todos los que deseen números de «Pentalfa» y sus libros. Hacemos el 50 por 100 de descuento.

OTRAS EXCLUSIVAS

De representaciónes excluivas estamos pendientes de contestación también de otras Repúblicas americanas, como son: Cuba, Perú, Bolivia, Colombia, Ecuador, México, Argentina, Uruguay y Chile, y serán concedidas a los que primeramente nos escriban, de hoy en adelante, y formalicen por carta las condiciones en que lo deseen y envíen los primeros giros en dinero, moneda papel dóllar, pesos argentinos o bien en pesetas.

EL FRUGIVORISMO DE OTOÑO

Una de las mejores estaciones para comenzar el régimen vegetariano es otoño, porque es el tiempo en que el cuerpo se renueva y en el que hay una abundante y variada fruta: melones, uvas, granadas, castañas, melocotones, membrillos, sandías, manzanas, peras, kakis, higos, y toda es fruta selecta y sazonada.

Desayuno.—Granadas, higos, nata o miel y pan Dextrin.
Mediodía.—Melón, uva, dátiles o higos y plátanos o pan Dextrin.
Cena.—Manzanas o peras con kakis y castañas asadas o hervidas.
Es un régimen bien variado, rico y nutritivo.
Para individualización del régimen es conveniente consultarlo a la Escuela Pentalfa.

SOCIEDAD NATURISTA DE BARCELONA. - PROGRAMA DE EXCURSIONES

Día 6 de noviembre.—A Santa Creu d'Olordes y visita a las cuevas. Además, pruebas atléticas y juego de balón naturista. Regreso por Vallvidrera. Salida: a las 7 de la plaza de Cataluña (F. C. de Sarriá). Presupuesto: 0'80 ptas.

Día 13 de noviembre.—Al Castell d'Aranpruyná. Por Gavá —Font del Ferro—Brugués y Castell d'Arampruyná. Salida: apeadero del paseo de Gracia a las 7 en punto de la mañana. Presupuesto: 2 ptas.

Día 20 de noviembre.—A las márgenes del Llobregat.—Itinerario: San Andreu de la Barca — Congost — Martorell y visita al «Pont del Diable». Salida: a las 6'45 de la plaza de la Universidad. — Presupuesto: 2'50 ptas.

Día 27 de noviembre.—Excursión a: Sant Sadurní d'Anoya — Subirats — Ordal «Pont del Lladoner» — San Pons — Corbera y Molins de Rey. Salida: a las 6'45 del apeadero del paseo de Gracia. Presupuesto: 3 ptas.

Día 4 de diciembre. — Excursión a Manresa, visitando: Collbaix, Font de l'Arrell y Riera de Rajadell. Salida: a las 5'20 de la plaza de Cataluña (F. C. Catalanes). Presupuesto: 5'20 ptas.

PROBLEMAS DE LA VIDA *(De la página 2)*

KRISHNAMURTI: No se debe estar satisfecho ni contento aun cuando se esté bien alimentado. En la actualidad todo el sistema de vida se basa en la lucha del individuo con la sociedad, es decir, en el egoísmo.

Acentuáis la individualidad de un modo equivocado. Cree el individuo que progresa por su propia expresión, por luchar para sí mismo, por su existencia, por su bienestar. La individualidad no puede afirmarse en el trabajo colectivo; sólo producirá caos, como ha sucedido siempre. Pensáis que progresáis hacia la felicidad y la realidad por medio de la expresión propia, del trabajo, de la acumulación; pero la realidad nunca se puede alcanzar por medio de esfuerzos colectivos, por medio de salvadores, sino únicamente por vuestro propio esfuerzo individual. Si comprendéis esto, planearéis la vida de modo diferente. En la actualidad habéis tratado de realizar la Verdad colectivamente, y de afirmar vuestra individualidad, vuestra propia expresión en actividades que sólo pueden ser colectivas. Y yo digo que debéis trabajar colectivamente y buscar la Verdad individualmente, con independencia. Si basáis el plan completo de vuestra vida en esta idea, no se podrá explotar a la gente por el egoísmo o la codicia; no habrá confusión entre la busca de la Realidad por el individuo y el trabajo de la colectividad, que sólo puede efectuarse por la cooperación de muchos grupos. Planead y trabajad colectivamente, pero buscad la Realidad individualmente; esto es, borrad todos los ideales que habéis erigido con vuestro egoísmo, y que están basados en el falso concepto de que por medio de autoridades espirituales, por medio del esfuerzo o de la adoración, podéis realizar la Verdad.

* * *

Pensáis que, como el individuo está separado y la característica de la individualidad es la adquisición, debéis intensificar esa característica en el trabajo. Creéis que con el trabajo, el individuo ganará cada vez más y poseerá más cualidades, amistades y objetos. Se hace destacar las ganancias para el individuo, mediante el trabajo. El trabajo debe ser colectivo, no individualista. Deben elaborarse programas de trabajo cooperativo para todos, y no para cada uno individualmente. Hemos de proyectar juntos para el total de la Humanidad, y en eso no puede haber separación en comarcas o países, nacionalidades, pueblos.

* * *

Ya sé que éste es un problema enorme; pero podéis resolverlo de un modo muy sencillo, y este modo sencillo está en vosotros mismos. Podéis cambiar ahora y ayudaréis a derruir esta civilización sustentada en la explotación. No es asunto de simpatía, compasión o sentimentalismo; se trata de sentido común corriente. Creáis tantos males a vuestro alrededor por pensar que las posesiones, vanidades, títulos, uniformes, caudillaje, pompa y poder son las mayores adquisiciones mundanas. Aun cuando os tenéis por filántropos e intentáis organizar el bienestar del mundo, vuestras buenas obras están limitadas por el ego y sus intereses. Quiero señalaros que, en la obra colectiva, el egoísmo individual sólo puede producir el caos, la confusión y el amor propio desenfrenado. Si no comprendéis, llevaréis la destrucción a la obra colectiva por vuestra altivez y propio interés.

Por lo tanto, examinaos, limpiad vuestra mente y vuestro corazón de esos corruptores deseos de posesiones y poder y de toda clase de temores. Os ruego comprendáis que por un simple cambio de sistema no se puede confiar en alimentar al mundo entero, a menos que se desarraigue completamente el egoísmo en la obra colectiva en beneficio de todos.

BIBLIOTECA SEXUAL DE **Ediciones Jason**

ABARD (Dr. PAUL)
EL AMOR Y LA FELICIDAD.—Para seducir al que gusta. Para conservar al que se ama... ... ... Ptas. 5'00

CAMPOS (Dr. ALBERTO)
LA PROCREACION HUMANA.—Con numerosas ilustraciones explicativas.—Títulos de los capítulos: Los órganos de la generación (en el hombre y en la mujer).—La virginidad (estudio histórico, psicológico y crítico).—Esterilidad, impotencia y castración.—Higiene matrimonial. — (Relaciones morales y sexuales de los cónyuges).—Embarazo, aborto y parto.—Maternidad consciente.—(La ciencia de no tener hijos y la de tenerlos hermosos e inteligentes).—Encuadernado en tela ... ... Ptas. 10'00

CHAPOTIN (Dr. ALBERT)
LOS DEFRAUDADORES DEL AMOR. — Segunda edición, cuidadosamente corregida y aumentada. Historia anecdótica y crítica de las relaciones sexuales y estudio de las múltiples defraudaciones que ha sufrido el amor verdadero, el generador de la especie, en las diferentes épocas y en diversos países del mundo. En este libro, verdaderamente excepcional, cuyas ediciones pasan en Francia de los 300,000 ejemplares, se analiza: cómo se engaña a la Naturaleza y cómo se venga la Naturaleza. Volumen en octavo, de copiosísima lectura, con más de 400 páginas de texto ... ... Ptas. 7'00

GONZALEZ-BLANCO (EDMUNDO)
EL AMOR EN LA NATURALEZA, EN LA HISTORIA Y EN EL ARTE. — Sumario: Amor y nutrición; Amor y cópula; Amor y sexo; Amor y muerte; Amor y familia; Amor y moral; Amor y civilización; Amor y matrimonio; Amor y concubinato; Amor y donjuanismo ... ... Ptas. 8'00

LEIDT (Dr. HERBERT)
LA PERFECCION SEXUAL EN EL MATRIMONIO. — El matrimonio es una realidad sexual. La realidad sexual debe perfeccionarse ... ... Ptas. 5'00

MALHERMAN (Profesor)
EL PLACER Y EL DOLOR. — Estudio sobre la relación entre el dolor y las sensaciones voluptuosas ... ... Ptas. 5'00

MARAÑÓN (Dr. GREGORIO)
AMOR, CONVENIENCIA Y EUGENESIA. Ptas. 5'00

MARTIN DE LUCENAY (Dr. ANGEL)
LA SEXUALIDAD MALDITA. — (Veinte casos clínicos auténticos de aberraciones sexuales) ... ... Ptas. 5'00

SMOLENSKI (Dr.)
EL PLACER NECESARIO. — Por qué el placer no dura lo necesario. Como hacer durar el placer lo necesario ... ... Ptas. 5'00

VACHET (Dr. PIERRE)
LA INQUIETUD SEXUAL. — Las etapas de la inquietud sexual. La sociedad y el médico ante la inquietud sexual. Ptas. 5'00
EL ENIGMA DE LA MUJER. — (Por qué las mujeres aman, se sacrifican, engañan y llegan a las peores aberraciones) Ptas. 5'00

VOIVENEL (Dr. PAUL)
LA CASTIDAD PERVERSA. — Aberraciones, crímenes y trastornos de la castidad. Ptas. 5'00

De venta en librerías y en Biblioteca Laboremus
ANCHA, 13, Entresuelo - BARCELONA
Se sirven contra reembolso toda clase de libros

Acaba de aparecer la sensacional obra

Guía del Problema Sexual

por el Dr. Adr. VANDER

NUEVAS ORIENTACIONES PARA RESOLVER LOS PROBLEMAS DERIVADOS DEL SEXO

220 ilustraciones originales, 18 láminas en colores. Precio, lujosamente encuadernado: Ptas. 25

Primera edición española, traducida del alemán

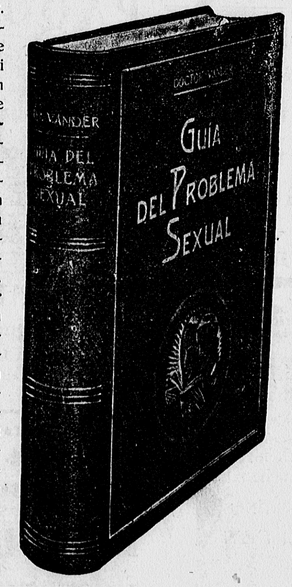
El mecanismo de los órganos visible por medio de grabados y esquemas demostrativos.

Originalísimo sistema desconocido hasta la fecha

Cualquier lector puede comprender lo expuesto, sin el menor esfuerzo, a veces sin leer el texto

EXTRACTO DEL ÍNDICE

El problema Sexual.—Los órganos genitales del hombre. Su estructura y función.—El aparato genital de la mujer. Su estructura y función. Fenómenos que se presentan en los órganos genitales de la mujer durante la cópula. Fisiología del acto sexual de la mujer. Orgasmo.—El coito perfecto influye favorablemente en el organismo y en la psiquis de la mujer. La unión sexual será completa si va precedida de un preludio o preparación adecuada La cópula con orgasmo y la fase final afectiva. La unión del elemento masculino con el femenino. Los misterios de la fecundación.—La primera unión sexual (Desfloración), Consejos para el marido referentes a la desfloración. Iniciación y evolución sexual de la mujer en el matrimonio.—La frialdad sexual en la mujer. Falta de voluptuosidad. Dificultad o imposibilidad de llegar al orgasmo. Indicaciones para curarla.—¿En qué período se manifiesta en la mujer con mayor intensidad el deseo de la unión sexual?—El histerismo, factor que con frecuencia destruye la paz del hogar. Descripción de esta enfermedad en su relación con la vida sexual. Indicaciones para su tratamiento y curación. — Vaginismo. Contracciones anormales de la vagina. Peligro de efectuar la cópula en este caso. «Penis captivus».—En determinados casos, el embarazo es peligroso para la vida de la madre y del hijo. Medios que se pueden usar en dichos casos para evitar la fecundación. Descripción y crítica de los medios científicos para evitar el embarazo. La ineptitud para la fecundación o concepción. La esterilidad. —Niño o niña a voluntad. ¿Es posible determinar el sexo antes de la fecundación? — Consideraciones y crítica sobre los impulsos sexuales y la abstinencia. Consejos para lograr fácilmente la abstinencia temporal o limitada, sin perjuicios para la salud ni trastornos psíquicos. Inclinación a la perversidad, determinada por una higiene sexual defectuosa.— Como disminuir el impulso sexual. Modo de curar la superexcitación sexual.—Debilidad sexual en el hombre. Varias clases de impotencia: 1.ª Impotencia motivada por defectos orgánicos. 2.ª Impotencia por debilidad o defectuosa función del aparato genital. 3.ª Impotencia de origen psíquico. Tratamiento y su curación. — Tratamiento de la debilidad sexual y de la impotencia en sus diferentes grados. Medios naturales y artificiales para aumentar temporalmente la capacidad sexual. Cómo conseguir la curación radical de la impotencia sexual y conservar la virilidad hasta una edad avanzada. — La masturbación masculina. Manera de evitarla y curarla. Consejos para los padres y preceptores. El onanismo y manipulaciones sexuales en la mujer. Su tratamiento. — Pérdidas seminales nocturnas (poluciones). Espermatorrea. El coito interrumpido. Higiene corporal y limpieza de los órganos genitales, Desarrollo sexual normal. Estados intersexuales y hermafroditismo. Enfermedades venéreas. La terapéutica específica para la curación de las enfermedades venéreas. Consejos para evitar el contagio de las enfermedades venéreas, Enfermedades y lesiones no venéreas de los órganos sexuales masculinos. Descripción de las principales. Lesiones y enfermedades no venéreas en los órganos sexuales femeninos. Trastornos menstruales. Flujos, etc.



Todos los pedidos tienen que hacerse a la CALLE DE PELAYO, 3.º - BARCELONA; o bien a la CALLE ALCOY, 2 y 10 - BONANOVA

OBRAS DEL MISMO AUTOR, Dr. VANDER

MEDICINA NATURAL
700 págs. y más de 600 ilustraciones . Ptas. 25

TRATADO PRÁCTICO DE BAÑOS DE SOL
Ilustrado con numerosos grabados y láminas. . Ptas. 4

EL ESTREÑIMIENTO Y SU CURACIÓN
100 ilustraciones y láminas en color . . . . Ptas. 4

LA OBESIDAD Y SU CURACIÓN
53 grabados . . . . . Ptas. 3'50

COCINA VEGETARIANA RACIONAL
300 recetas para la preparación de comidas. Ptas. 2'50

ENERGÍA Y SALUD POR LA GIMNASIA RACIONAL
31 ilustraciones . . . Ptas. 2

CÓMO PROLONGAR LA JUVENTUD Y CURAR LA ARTERIOESCLEROSIS
Numerosos grabados
En preparación

¿QUEREIS LA SALUD VERDADERA?

Visitad de 5'30 a 7'30 la Escuela de "PENTALFA" dirigida por el profesor **N. CAPO** PELAYO, 60, 3.° (Entrada por el American Bar)

Allí conocerá Vd. el Naturismo clásico de sus fundadores: Priezniz, Kuhne, Neipp, Rikli, Bilz, Just, Astorga, Baltzer, Souza... y la **moderna dietética Trofológica y Trofoterápica,** Moral Naturista, Educación Sexual, Nudismo y educación físico-Biológica.

PAN DEXTRINIZADO EN MALLORCA
ANTIGUO HORNO DE SANTA EULALIA
Pan Dextrinizado, especial para Naturistas, Deportistas, Vegetarianos y Trofólogos, 1'25 Kilo. Hay negro y blanco.
Dirigirse a la Panadería de SANTA EULALIA.-Plaza E. Estrada, 10 Teléfono 1415

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

PANADERÍA CATALANA DE JOSE PONS
Jorge Juan, 14 - VALENCIA
PAN DEXTRIN negro y blanco a 1'25 p as. kilo

COPOS DE TRIGO
Y
PAN DESTRINIZADO
ESTREÑIMIENTO es causa de gran número de enfermedades. Corrigiendo aquél se evitan éstas. ESPECIALIDAD
Pan Integral MASIP
Única casa que se dedica exclusivamente a la elaboración de pan de régimen de todas clases.—Especialidad en harinas de Avena, Integral y Goflo, elaboradas al día.—**Precios económicos.**
DESCONFIAD DE LAS IMITACIONES
LA CASA DEL GLUTEN
GLUTINERÍA MODERNA DE
ESTABLECIMIENTOS RADISSON, S. A.
con patentes y procedimientos F. MASIP
Laboratorio y Central de Venta: HOSPITAL, 129 Teléfono 11621
Sucursal: CONDAL, 10 - Teléfono 11617
BARCELONA

PARA VEGETARIANOS Y TROFÓLOGOS
Pan Dextrinizado extra a 1'50 k.
Panadería de la Bonanova
Se lleva a domicilio a quien lo solicite al Teléf. 71785
Muntaner, 36 -:- BARCELONA -:- Plaza Bonanova, 5

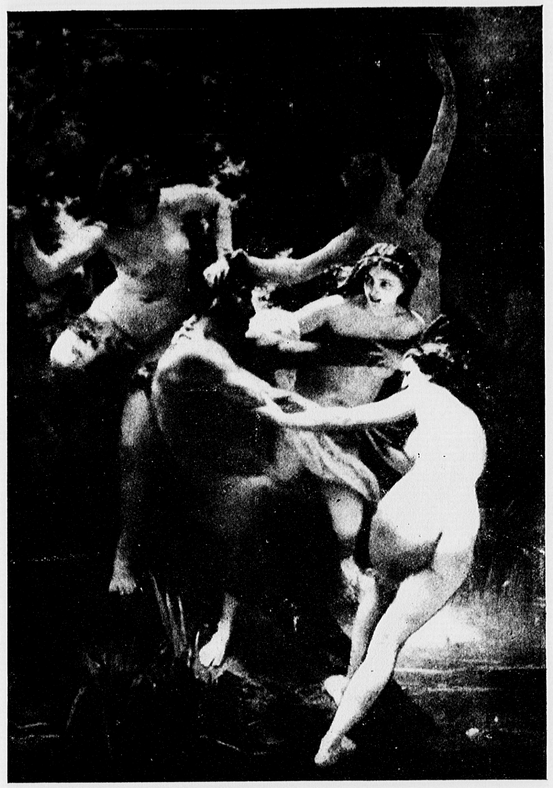
COMEDOR VEGETERIANO
DE
PAQUITA MAYOR
Pensión completa y minutas
Precios módicos
Urgel, 186, 5.°, 3.ª
BARCELONA

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.

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 (entre Sepúlveda y Cortes) Teléfono 30046 BARCELONA
NOTA.—El Sr. Botines, vegetariano convencido, explicará como se debe preparar el pan dextrinizado para comerlo. Se envían paquetes para Provincias.

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

Comedor Vegetariano Trofológico.-Pelayo, 60, 3.°. - Cubiertos a 3'50



HAN COJIDO A UN SÁTIRO

La venganza de las ninfas del bosque
Es la poesía y la espiritualidad luchando
contra la lujuria y la materia.

FIESTA DE APOLO -PEN-



Parte de los concurrentes a la fiesta literaria naturista, dada en homenaje al primogénito (que en la actualidad cuenta 3 meses) de los directores de «Pentalfa», Apolito Pen. Este es un detalle de la concurrencia, en una parte del jardín de nuestra Administración, que en aquella noche del 5 de septiembre, saboreó el arte y la espiritualidad de los buenos amigos que tomaron parte activa. El día 6 de noviembre se efectuará en el mismo local, un arroz vegeteriano y la primera fiesta literaria de la temporada. *(Lea la reseña en el texto)*