plus de ténors, c'est parce qu'il n'y a plus de bons professeurs ou, ce qui revient au même, que l'enseignement actuel ne vaut rien! Mais c'est faux cela, mais ce reproche est inepte. Voyons, quand le diable y serait, nous n'avons pas le pouvoir, nous, professeurs, de fabriquer de belles voix. C'est la nature seule qui est capable de ce tour de... virtuosité. Maintenant, laissez-moi vous dire qu'on exagère un peu en affirmant que les chanteurs disparaissent. Sans doute, il y a moins de grands artistes que jadis; cela tient, je crois, à ce que le niveau moyen du chanteur s'est élevé. Le même phénomène se constate, d'ailleurs, en peinture, en musique, en littérature. Il y a beaucoup de gens de talent, il y a peu ou point de génies, de véritables artistes.

Et M. Saint-Yves Bax, qui est un admirateur fidèle et passionné de la musique italienne, ajoute :

— L'expérience a démontré que la nouvelle musique, celle de Wagner, notamment, fatigue énormément les cordes vocales du chanteur, lequel est obligé, pour dominer le tumulte assourdissant de l'orchestre, de faire des efforts de larynx. Répétés souvent, ces efforts usent l'organe, détériorent la voix. C'est peut-être là la cause du mal signalé. Mais qu'on laisse tranquilles les méthodes d'enseignement du Conservatoire. Elles sont aujourd'hui ce qu'elles ont toujours été.

L'auteur de « Thamara »

M. Bourgault-Ducoudray, l'auteur de *Thamara*, nous exprime son opinion dans le billet suivant :

— Certains pessimistes prétendent que l'abus du tabac, la falsification des alcools, et aussi les progrès de l'orchestration doivent avoir pour conséquence fatale la disparition des voix de ténors.

» C'est aller un peu loin.

» Je crois, pour ma part, que si dans les grands centres, un certain état de surmenage peut, en appauvrissant les sources de la vie, diminuer le nombre des belles voix, il n'en saurait être ainsi partout.

» Il existe des régions « non contaminées » où la Nature — *alma parens* — a conservé sa sève et sa fécondité éternelle. Qu'on se donne la peine d'explorer ces contrées en se livrant à des perquisitions sérieuses, et l'on découvrira certainement encore de très belles voix. »

Ce qu'en pense M. Gailhard

Une visite à l'Opéra s'imposait.

— Wagner, Wagner, s'écrie M. Gailhard, dans son cabinet directorial, mais il n'est pour rien dans la disparition des chanteurs. Oui, sans doute, les ténors s'en vont et avec eux les barytons et les basses, mais, encore une fois, Wagner n'en est pas responsable. La faute en est à la suppression des subventions aux maîtrises. Il y a dix ans, j'avais prédit ce qui arrive aujourd'hui. A cette époque, j'avais été entendu par la commission des finances du Sénat — je crois que c'est ainsi qu'elle s'appelait — dont faisait partie M. Léon Say et j'avais essayé de défendre les maîtrises en ajoutant que si on supprimait les subventions qu'on leur accordait, c'était décréter leur fin. Malheureusement on a passé outre et les maîtrises, qui étaient les sources naturelles de la production des chanteurs, n'ont rien aujourd'hui qui rappelle leur ancienne splendeur. Dans ces écoles de musique et de chant, les élèves faisaient une connaissance approfondie des vieux maîtres de la musique sacrée, Palestrina, Stradella, Porpora, Pergolèse, Paisiello, Cimarosa.

» Les enfants y entraient dès l'âge de sept ans, nourris et entretenus aux frais du chapitre. Après la mue, ceux qui avaient une jolie voix y étaient gardés jusqu'à l'âge de dix-sept ans. Passaient alors des inspecteurs du chant qui choisissaient les meilleurs sujets et les envoyaient terminer leur éducation musicale au Conservatoire de Paris. A leur sortie, ceux-ci avaient, par conséquent, dix ou douze ans d'apprentissage musical, et ils pouvaient aborder, sans crainte, la carrière lyrique. L'organe était solide, il avait acquis une force et une souplesse qui leur permettait de résister longtemps aux fatigues de la scène.

» Il n'en est plus de même maintenant. La plupart des jeunes gens qui sortent du Conservatoire ont à peine trois ans d'études. Durant ces trois ans, ils ont vécu péniblement d'une petite pension ou du produit de besognes insuffisamment rémunérées, celle de choriste, par exemple. Mal nourris, surmenés, insuffisamment préparés, ce sont des chanteurs voués à une courte carrière, à moins qu'ils ne soient doués d'une belle intelligence et animés d'une grande passion pour leur art.

» Faire revivre les maîtrises, conclut M. Gailhard, et revenir au système de l'internat au Conservatoire, voilà ce qui remédiera à la crise actuelle des chanteurs... »

M. Alfred Bruneau

M. Alfred Bruneau, l'auteur applaudi du *Rêve* et de l'*Attaque du moulin*, ne croit pas, lui, à la crise des ténors.

— A vrai dire, nous écrit-il, je ne me suis pas aperçu de la pénurie des ténors au sujet de laquelle vous me faites l'honneur de me consulter, et je crois, en dépit des statistiques, que ce sont les voix de femmes plutôt que les voix d'hommes qui manquent aujourd'hui.

M. Vincent d'Indy

Par contre, M. Vincent d'Indy, de qui l'on doit monter, à Bruxelles, un nouvel opéra, *Ferwaal*, est d'avis que les ténors se font rares.

— Il est certain qu'il y a actuellement moins de voix de ténors qu'autrefois, ou du moins, ce qui revient au même, les voix de ténors de grand opéra (Heldentenor), diraient les Allemands, ne durent plus que l'espace d'un engagement.

» A quoi faut-il attribuer cet état de choses?... Je n'en sais rien, mais il me semble qu'il serait injuste d'en accuser les méthodes d'enseignement. Elles sont coupables de tant de méfaits — surtout au point de vue de la question articulation, primordiale au théâtre — qu'il ne faudrait pas les accabler en leur attribuant encore la responsabilité d'un phénomène qui peut, après tout, être d'ordre purement naturel. »

Le directeur du Conservatoire

L'auteur de *Xavière*, M. Théodore Dubois, l'éminent directeur du Conservatoire, nous fait connaître son opinion dans les lignes suivantes :

— Je crois que les professeurs de chant sont plus compétents que moi pour résoudre le problème. Vous aurez peut-être, en outre, le plaisir délicat de les voir réciproquement attribuer le mal — si mal y a — à leurs méthodes respectives d'enseignement... C'est toujours un spectacle réjouissant.

Notre impartialité nous oblige à déclarer que ces lignes... piquantes expriment l'opinion de M. Théodore Dubois, compositeur de musique, et non celle de M. Théodore Dubois, directeur du Conservatoire.

M. Camille Saint-Saëns

L'illustre maître, qui se trouve en ce moment à Aix-les-Bains, nous a fait parvenir le billet que voici :

— N'ayant pas entendu, cette année, le s concours de chant du Conservatoire, il m'est i mpossible d'en parler.

» Mais je connais, depuis de longues années, les attaques qui se produisent régulièrement contre ces concours. Ces doléances et ces critiques sont toujours les mêmes. Puisque vous me demandez mon opinion, je trouve que ces doléances et ces critiques n'ont pas le sens commun. »

M. Paladilhe

M. Paladilhe, dont on se rappelle le grand succès de *Patrie*, à l'Opéra, nous avoue que, ne s'étant jamais occupé de statistique, il ignore s'il y a moins de ténors qu'autrefois :

— J'ai beau chercher, je ne trouve pas pour quelles raisons il en serait ainsi.

» Quant aux méthodes d'enseignement, il me semble qu'elles n'ont pas la prétention de *créer* des voix de ténor ou autres, mais de développer, d'améliorer celles qui se soumettent à leur régime. »

Opinion de M. Maréchal

Voyons maintenant ce qu'en pense M. Henri Maréchal, le compositeur de la *Taverne des Trabans* et de *Dédamie*:

— Le moyen de favoriser le recrutement des bons chanteurs, serait, à mon avis, d'encourager les maîtrises, leur pépinière naturelle. Celui de les conserver serait encore, pour les compositeurs, d'étudier un peu plus la technique vocale, à l'exemple des aînés qui y attachaient une si grande importance.

» Vive la polyphonie, certes, mais vive aussi la voix humaine qui reste encore, au théâtre du moins, le plus sûr agent de transmission d'une belle pensée musicale! »

Chez Mme Krauss

Enfin, l'admirable cantatrice qui s'appelle Mme Krauss, a bien voulu, avec une grâce charmante, répondre à nos questions.

— Je pense, en effet, nous déclare-t-elle, que les chanteurs ont une carrière moins longue qu'autrefois. Cela tient, selon moi, à deux causes principales. La première, c'est que l'éducation musicale du chanteur laisse beaucoup à désirer; la seconde, c'est que l'interprétation des œuvres de Wagner influe malheureusement sur la voix des artistes.

Cela dit, Mme Krauss développe sa pensée :

— Jadis les études du chant étaient plus sérieuses, plus approfondies, plus longues qu'elles ne le sont de nos jours. Ce n'est pas dans l'espace de trois ans que l'on devient un véritable chanteur. La plupart du temps, les élèves qui sortent du Conservatoire ne connaissent pas suffisamment leur art. Les études qu'ils ont faites sont pour ainsi dire à peu près nulles, et le malheur, c'est qu'ils se croient des artistes alors qu'ils ne sont encore que des élèves. L'art du chant exige de longues et laborieuses études préparatoires. La voix est un instrument qu'il faut assouplir et fortifier de bonne heure sous peine de courir à de cruels mécomptes. Et lorsque ces études préparatoires n'ont pas été suffisamment faites, le talent de l'artiste, la fraîcheur, l'éclat et la solidité de sa voix, la souplesse de ses cordes vocales s'en ressentent peu à peu.

» En quelques années, le chanteur est fatigué, les sons ne sont plus émis avec la même facilité, finalement l'artiste en est réduit à abréger prématurément sa carrière. Je puis vous citer des exemples, celui de Sellier, entre autres, qui a été mon camarade à l'Opéra, et qui a dû quitter la scène de bonne heure, alors qu'il était dans toute la force de l'âge.

» Quant à la musique de Wagner, il est certain qu'elle affaiblit la voix en peu d'années. En France, où le répertoire du maître de Bayreuth ne se chante que depuis sept ou huit ans, les résultats ne sont pas encore très probants. Il n'en est pas de même à l'étranger, en Allemagne, en Autriche, où Wagner est depuis longtemps en honneur, sur les principales scènes lyriques. Là, on a constaté que les artistes se fatiguent rapidement et perdent en moins de dix ans une grande partie de leurs moyens vocaux. »

Mme Krauss termine par cette déclaration, qui est une véritable profession de foi artistique :

— Pour chanter du Wagner, il n'est pas nécessaire d'être un grand artiste, de *savoir chanter*, il suffit simplement d'avoir de larges et solides poumons...

***

Il ressort donc de notre enquête que s'il y a réellement disette de ténors en particulier et de chanteurs en général, il faut l'attribuer, en partie, à la musique de Wagner et à la décadence des maîtrises.

Montmajour

MONDANITÉS

CHRONIQUE DE L'ÉLÉGANCE

Depuis les temps les plus reculés, la beauté défaillante appelle l'art à son secours.

La chronique nous dit que la reine Margot, de galante mémoire, portait toujours sur elle, dans les immenses poches dissimulées sous le vertugadin, deux ou trois perruques de ce blond argenté qui rehaussait encore sa piquante beauté, et même, afin de n'être point prise au dépourvu, elle se faisait suivre dans ses voyages par quelques laquais dont l'abondante chevelure servait à alimenter sa parure.

Que de progrès réalisés depuis cette époque, lorsque les femmes, au prix de leur vie, s'emprisonnaient pour paraître minces dans des carcans de fer que l'on aurait hésité, au temps de la torture, à appliquer à des condamnés!

Le postiche en tous genres est l'objet de recherches et de progrès constants, et chaque jour on signale de nouveaux perfectionnements. C'est ainsi que pour remplacer l'antique bourrage des robes, on applique un faux corps dont la souplesse et l'élasticité défient la nature. Mais la perfection de l'art appartient à un certain masque plastique obtenu par le moulage et dont l'application corrige toutes les déformations, laissant bien loin derrière lui le ridicule et malfaisant émaillage et conservant au visage ou lui rendant positivement les fins contours de la jeunesse.

LES COURS

— Le Duc de Chartres a quitté Paris hier, se rendant à Londres.

— Le Duc d'Aoste est arrivé hier soir, à quatre heures, à Vichy, avec une suite de plusieurs personnes. Il est parti immédiatement pour le château de Randan, où la Duchesse d'Aoste se trouve auprès de Madame la Comtesse de Paris.

PARIS HORS PARIS

Londres. — Les courses de Goodwood, qui ont eu lieu cette semaine, ont attiré une foule de sportsmen qui, naturellement, sont descendus au Savoy-Hotel.

Voici la liste des dernières arrivées à cet hôtel, dont le restaurant, sous la direction de MM. Ritz et Echinard et du maître Escoffier, est toujours le rendez-vous de l'élite de la société cosmopolite et anglaise de Londres :

Comte et comtesse Gurowski, M. C. Scott Dickson, M. et Mme J.-S. Mac Dougall, MM. J.-A. Bostwick et famille. J.-H. Hammond et famille, Lionel Philipps et famille, Dr. A. Nobel, D. Viterbo, Parsi, V. Visconti, marquise de Negrotto, Dr. Nevin, A.-D. Juilliard, G.-C. Dodge, C. Donnely, commandeur Brownson, A.-J. White et famille. M. et Mme Woermann, docteur Carl Peters, M. et Mme F.-S. Gerrish, etc.

Royat. — Dans le magnifique parc de Royat, tapi dans son cadre incomparable de montagnes, une foule élégante et aristocratique se presse tous les jours. Citons :

Vicomte de Dampierre, comtesse et comte de Bonneville, Mme la générale Marie de Kamenietzka, comtesse de Grigny, comtesse et comte de Bonneire de Pognac, Mme et M. de Courzon, marquis de Lagarde, comte de Malherbe de Maraimbois, baronne de Slane, M. de Karezweski, M. de Montluc de Larivière, Mme Morandi de Moralès, etc.

Trouville. — La vie de château en Normandie est actuellement dans son plein. Hier, dîner des plus élégants au château du Mesnil-Germain, chez Mme de Mély.

La plus franche gaieté n'a cessé de régner dans cette charmante réunion qui s'est prolongée fort tard dans la soirée.

MARIAGES

— Hier a été célébré le mariage de M. Pierre Botkine, premier secrétaire de la légation russe à Sofia, avec Mlle Fanny Payson.

Une double cérémonie religieuse a eu lieu en l'église russe de la rue Daru et ensuite en l'église américaine de l'avenue de l'Alma, où le R. P. Morgan a donné la bénédiction nuptiale aux jeunes époux.

Les témoins étaient pour le marié : M. de Giers, chargé d'affaires de l'ambassade de Russie et M. Serge Botkine, son frère; pour la mariée : M. Morse, consul des Etats-Unis à Paris et M. Le Ghait, son beau-frère.

A l'issue de la cérémonie un lunch intime a réuni chez M. Payson les parents et amis des deux familles.

— Hier également a eu lieu, à la Trinité, le mariage de Mlle Marie-Octavie Ratier, fille de M. Ratier, sénateur de l'Indre, avec M. Henri-Pierre Busquet, ingénieur civil.

Les témoins de la fiancée étaient MM. Cloquemin, vice-président de la Compagnie transatlantique, et Morin, directeur des postes et télégraphes du département de la Seine-Inférieure; ceux du fiancé étaient MM. Neveu et Dubois.

— Le mariage du marquis di Rudini avec la marquise Leonia Incisa-Beccaria a été célébré hier matin, à dix heures, en l'église des Sœurs du Bon-Secours, à Rome.

Les témoins de M. di Rudini étaient les sénateurs Rattazzi et Codronchi; ceux de la marquise, M. Branca, ministre des finances, et le prince Bagnara.

Le Roi, la Reine, les Princes et tous les ministres ont fait de magnifiques cadeaux aux époux.

— On vient de célébrer à Madrid, au milieu d'une affluence énorme, le mariage du marquis de Ayerbe avac Mlle Maria Vingals, nièce du marquis de La Vega de Armijo.

La cérémonie nuptiale a eu lieu dans la merveilleuse chapelle du château de Mos.

NÉCROLOGIE

— M. James Fowler, président de la Société nautique bordelaise, chevalier de la Légion d'honneur, a succombé hier à Arcachon, dans sa soixante-dix-huitième année.

C'est M. James Fowler qui, il y a quelques années, par une mer tempétueuse, traversa la Manche, de Calais à Douvres, sur un petit bateau appelé *Podoscaphe*.

— Les obsèques du comte de La Croix de Chevrières de Pisançon ont eu lieu hier à l'église Saint-Philippe du Roule.

Le deuil était conduit par le comte Hugues de Monteynard, neveu du défunt; le marquis de Virieu, le comte de Pisançon, M. Albert Laperrine d'Hautpoul, M. Norbert de Laprade, le comte Henri de Gigord, le baron de Serres de Monteil, MM. Léon, Roger et Ludovic Lombard, ses cousins.

A l'issue de la cérémonie religieuse, le cercueil a été provisoirement descendu dans les caveaux de l'église.

— On annonce de Nuremberg la mort, à l'âge de soixante-dix-huit ans, du baron von Faber, conseiller d'empire et propriétaire de la grande fabrique de crayons connue dans le monde entier.

— La médecine vient de faire une perte sensible en la personne du docteur Armand Desprès, ancien professeur agrégé de la Faculté de médecine de Paris, chirurgien de l'hôpital de la Charité, qui a succombé, lundi soir, à Interlaken (Suisse), où il était en villégiature, à une affection chronique dont il souffrait depuis longtemps.

Maître absolu dans son service, il ne consentit jamais à employer la méthode antiseptique, qu'il jugeait dangereuse.

C'était un homme d'un grand caractère.

A l'époque de la laïcisation des hôpitaux, il prit avec énergie la défense des Sœurs, et ses éloquents discours au conseil municipal, où il représentait le sixième arrondissement, ses incessantes démarches atténuèrent un peu les duretés de ces mesures iniques. Le docteur Armand Desprès avait été député du sixième arrondissement.

Dantin

NOUVELLES DE MADAGASCAR

Le *Yangtsé*, courrier de Madagascar, qui vient d'arriver à Marseille, rapatrie deux cent douze passagers dont cent vingt et un militaires convalescents. Quinze malades ont été transportés à l'hôpital. Il y a de mauvaises nouvelles. Les Hovas, encouragés par l'entourage de la Reine, attaquent les villages, pillent, brûlent et assassinent. La situation est rendue grave par la faiblesse de M. Laroche, circonvenu par des conseillers perfides.

Les anciens officiers malgaches maintenus à Tananarive ont armé les Hovas réfugiés dans la brousse de fusils perfectionnés volés dans le palais royal.

L'anarchie est complète, deux cents coolies chinois, arrivés récemment, ont déserté de Bedara. Une colonne a été envoyée à leur poursuite. Les routes sont peu sûres, notamment celle de Tananarive à Tamatave qui permet le ravitaillement du corps d'occupation et qui est infestée de rebelles.

Journellement les convois sont attaqués, malgré les postes d'étapes comprenant un millier d'hommes. Le 21 juin, un convoi comprenant des munitions a été attaqué entre Alarobia et Aukeramadinika par mille Hovas. Le détachement, composé de trois officiers, huit soldats et soixante porteurs, put gagner le poste Suavina.

Un colon rapatrié raconte les assassinats nombreux parmi les Français, MM. Mercier, Molyneur, Duret, Debrie, Graud, Michaud, Brizard, True, Savayan, le Père Berthier, Cobin, Emery, Rigal, Ducrot, Cabot, sont les principales victimes. MM. Henri Garnier et Pelletier ont été brûlés vifs sur la route de Majunga.

Un journal de Tamatave affirme que dans la nuit du 15 juin un complot a été découvert dans le palais royal. Rasanjy, favori de la Reine, en était l'inspirateur. Il y a eu quinze arrestations qui n'ont pas été maintenues sur l'ordre du gouverneur. Ainsi M. Laroche devient impossible.

Les officiers rapatriés sont unanimes à déclarer qu'il manque d'énergie et de résolution. Il refusait la création de postes de cinquante hommes communiquant ensemble dans le pays, mais le général Voyron a fini par triompher.

Le gouverneur est détesté par les colons, furieux de le voir pactiser avec les Anglais. Une pétition couverte de signatures sera envoyée bientôt à Paris réclamant sa révocation.

B.

CHRONIQUE MÉDICALE

Quelques mots sur la bicyclette

Tout le monde fait de la bicyclette. Un exercice pratiqué en France par plus de 300,000 personnes mérite vraiment que les médecins s'en occupent et que les physiologistes recherchent les conditions nouvelles dans lesquelles se trouve l'organisme. Une opinion assez courante consiste à croire que les muscles des membres inférieurs sont les seules parties du corps dont on exige un surcroît de travail. Or, tous les muscles du tronc et des bras d'une part, certains organes tels que les poumons, le cœur, les reins et la peau d'autre part, jouent un rôle dans cet admirable exercice.

Je vais rappeler, en quelques mots, la physiologie générale de l'effort; la compréhension exacte des modifications subies par l'organisme dans ce phénomène général éclairera d'une vive lumière l'exercice particulier dont nous voulons nous occuper.

Chaque fois que nous faisons un effort sérieux exigeant une certaine énergie musculaire, nous inspirons largement, nous dilatons notre poumon et nous restons pendant quelque temps dans ce maximum de dilatation. Les muscles inspirateurs restent contractés, le diaphragme abaissé. Tous ces organes contractiles, figés dans une espèce de contracture, transforment la cage thoracique en une masse rigide qui donne aux muscles de l'épaule, du dos et de la paroi abdominale un point d'appui solide. — Le muscle étant une barre contractile fixée à chacune de ses extrémités par des tendons sur un point osseux, si un de ces points de fixation reste immobile, le raccourcissement musculaire, constituant la contraction, mettra en mouvement l'autre extrémité. Prenons comme exemple un muscle de l'épaule : le deltoïde. Une des extrémités de ce muscle se fixe sur l'humérus à sa partie supérieure et externe, tandis que l'autre, qui est très large, se fixe à l'omoplate et à la clavicule; ces trois os étant mobiles, la contraction du deltoïde les mettrait tous en mouvement, il abaisserait l'épaule d'une part, et écarterait légèrement le bras du tronc d'autre part, constituant dans son ensemble un mouvement sans grande puissance et sans résultat appréciable.

***

Au contraire, quand on veut produire un mouvement utile, voici ce qui se passe : l'omoplate et la clavicule sont fixées solidement contre le tronc par tous ces muscles qui relient ces os à la cage thoracique. Les points d'insertion supérieurs sont donc immobiles, et la contraction du deltoïde élève vigoureusement le bras en l'écartant du tronc.

C'est pour des raisons analogues que, lorsque nous demandons un effort musculaire aux cuisses, nous sommes obligés de contracter énergiquement tous les muscles qui fixent le bassin et la colonne vertébrale. L'étude analytique des mouvements les plus simples montre ainsi que des muscles souvent très éloignés de celui qui se contracte principalement, sont obligés d'entrer en jeu. Il est inutile, je crois, d'insister davantage sur ce phénomène de synergie musculaire, suffisamment connu.

Un point très important et qu'il faut retenir de suite, c'est qu'il n'y a pas d'effort qui ne s'accompagne d'une inspiration énergique avec arrêt momentané des mouvements respiratoires. Or, pendant cette inspiration, la tension intrapulmonaire, et par suite la pression que subissent les dernières divisions de l'artère pulmonaire, étalées sur les surfaces alvéolaires, augmente considérablement. Le ventricule droit du cœur est obligé de fournir un surcroît de travail très manifeste. Mais la pression intra-cardiaque n'augmente pas seulement dans le cœur droit, mais aussi dans le cœur gauche et dans tout le système vasculaire.

En effet, chaque contraction musculaire contribue à chasser le sang du muscle, c'est-à-dire favorise la circulation veineuse et gêne, au contraire, l'entrée du sang, c'est-à-dire la circulation artérielle. Le cœur gauche devra donc par des contractions plus énergiques, vaincre cette résistance nouvelle opposée au courant sanguin. Ce qu'il y a d'admirable dans un exercice régulier dans lequel toutes les masses musculaires entrent en jeu, aussi bien celles des parties inférieures que des parties supérieures du corps, c'est que le surcroît de travail exigé du cœur est uniforme et qu'il porte aussi bien sur le cœur droit que sur le cœur gauche — aussi, l'équilibre n'étant pas rompu, le pire qui puisse survenir après des excès même, se traduira par une hypertrophie totale légère. — On voit donc combien on a eu raison de dire qu'on marchait autant avec son cœur qu'avec ses jambes.

***

Les muscles, les poumons et le cœur ne sont pas les seuls organes qui entrent en jeu dans l'exercice et l'effort.

Le travail musculaire est, en effet, une véritable combustion pendant laquelle nous brûlons les produits alimentaires en fournissant du travail et de la chaleur. Mais cette combustion intramusculaire, de même que toutes les combustions, laisse des produits inutilisables, des déchets, des résidus toxiques qui doivent être éliminés dans le plus bref délai possible. Les résidus étant d'autant plus abondants que l'exercice est plus énergique, il faut une rapidité d'élimination très grande pour empêcher leur accumulation. Celle-ci pourrait se faire dans les muscles d'abord, les rendant rigides et incapables de se contracter, dans le sang ensuite, en déterminant des phénomènes d'intoxication générale. Les organes chargés de la fonction éliminatrice sont les reins et la peau. Il faut pour cela qu'ils soient absolument sains. Les exercices fréquents, la suractivité musculaire finissent par occasionner une véritable suractivité fonctionnelle des reins qui augmente leur capacité physiologique. La peau contribue considérablement à ce travail d'élimination par la transpiration.

En résumé, l'exercice et l'effort sont le point de départ de contractions musculaires multiples et généralisées, d'une suractivité fonctionnelle du poumon qui fait de larges, de profondes inspirations, d'une suractivité fonctionnelle du cœur, des reins et de la peau, le tout accompagné d'un accroissement considérable de tous les échanges nutritifs.

Si nous appliquons maintenant ces notions générales à la bicyclette, il nous sera facile de nous convaincre combien cet exercice est excellent.

Pour se maintenir en équilibre, le cycliste est obligé de contracter continuellement et alternativement tous les muscles du tronc, tantôt à droite, tantôt à gauche. Ces contractions, déplaçant constamment le centre de gravité, permettent justement de maintenir l'équilibre. Il y a là une sorte de mouvement en balancier alternativement à droite et à gauche. Or, rien n'est plus favorable au développement musculaire que ces petites contractions fréquemment répétées. Aussi, loin de favoriser les déviations de la taille, cet exercice doit les éviter, les améliorer et même les guérir quelquefois.

***

Les bras jouent, de leur côté, un rôle très important dans la bicyclette pendant les efforts de vitesse ou de côtes; ils se contractent sur le guidon auquel ils fixent solidement le corps dont tous les muscles se contractent de façon à transformer toute la partie supérieure du corps en une seule masse rigide confondue avec la machine et donnant aux leviers représentés par les membres inférieurs un point d'attache absolument rigide. Par contre, dans le tricycle, la recherche de l'équilibre est supprimée en grande partie et les muscles spinaux n'entrent en jeu que lorsqu'un effort violent est nécessaire. Cet exercice est donc de beaucoup inférieur à celui de la bicyclette.

Quant aux poumons, au cœur, aux reins et à la peau, il n'y aurait qu'à répéter ce que nous avons dit sur l'effort en général.

Le cœur doit être sain chez le bicycliste. Je ne conteste pas qu'une personne ayant une lésion cardiaque légère et bien compensée ne pourrait pas faire un peu de bicyclette. On sait, du reste, que dans ces dernières années on a recommandé l'exercice dans les maladies de cœur.

Certains cardiaques peuvent marcher, ils peuvent donc faire un peu de bicyclette, mais ils devront user d'une prudence extrême, ne jamais faire de montées, s'arrêter au moindre essoufflement. La moindre imprudence peut être extrêmement dangereuse et donne lieu à des accidents très graves, quelquefois même mortels.

— J'avoue que, pour ma part, je préfère la défendre absolument à tous les sujets dont le cœur présente la moindre tare. — Pour le poumon, les choses changent du tout au tout. — Le nombre des jeunes gens, de seize à vingt ans, à poitrine étroite, et à amplitudes respiratoires petites, est considérable. Quand on les regarde respirer, on voit le creux sous claviculaire à peine diminuer pendant l'inspiration. — Quand on ausculte les régions supérieures des poumons, on entend à peine la respiration au moment où l'air y pénètre. Ce ne sont pas des malades, ce sont des personnes ne sachant pas respirer, des candidats à la tuberculose pulmonaire.

Eh bien, ces jeunes gens doivent faire de la bicyclette et cet exercice, admirable pour eux, leur développera les poumons en quelques mois, en leur apprenant à respirer. C'est la meilleure des gymnastiques respiratoires, supérieure, selon moi, au trapèze qui est un exercice beaucoup moins complet.

Concernant les reins et la peau, je répéterai que les reins doivent être absolument normaux plus qus normaux si possible.

Un rein même sain doit être ménagé. Du surmenage amenant l'accumulation considérable de produits toxiques dans l'organisme peut donner aux reins un surcroît de travail brusque auquel ils ne sont pas habitués et pour lequel ils se trouvent insuffisants. La moindre albuminerie doit imposer l'abstention complète de la bicyclette. A ce sujet, il n'y a malheureusement aucune transaction possible. Les reins doivent être sains, absolument sains.

L'entraînement régulier qui habitue peu à peu l'organisme à un surcroît de travail permet justement aux reins de se mettre en état de suractivité physiologique, de s'hypertrophier légèrement et de devenir des filtres suffisants pour toutes quantités de toxines fabriquées par l'organisme.

***

De tout ce que je viens de dire résulte une hygiène du bicycliste qu'il serait utile de développer. Malheureusement, cela nous entraînerait beaucoup trop loin et il faut, pour le moment, se contenter de quelques indications générales.

Les muscles doivent être entraînés progressivement et régulièrement. Le massage, en descendant de machine, est très utile; il sert à les exprimer, à chasser les produits toxiques résiduaux, à faciliter leur élimination.

— Les toniques du cœur, tels que le café, le thé sont d'excellents aliments; ils soutiennent le cœur. Mais on doit en user avec grande modération, car le cœur aurait plutôt de la tendance à s'hypertrophier.

Les reins exigent les plus grands ménagements. La meilleure de toutes les boissons est le lait. Il faut proscrire absolument les liqueurs alcooliques. Le cycliste ne devrait boire à ses repas que du lait mélangé à une eau alcaline faible.

— La peau doit être maintenue dans un état de propreté rigoureuse, de façon à empêcher que la sueur ne forme avec la poussière un enduit imperméable qui obstruerait les orifices des glandes sudoripares. Des frictions au gant de crin imbibé d'alcool auront le double avantage de faire un nettoyage rigoureux et d'exciter ses fonctions normales.

Docteur Cix

A l'Extérieur

LA CONDAMNATION DE JAMESON

Le procès Jameson s'est terminé, avant-hier, par la condamnation des coupables, ce qui, depuis quelques jours déjà, était, du reste, à prévoir. A la dernière audience, le lord-chief justice, dans le commentaire qu'il a fait du résumé du procès, a très nettement déclaré que les porteurs de commission de la Reine devraient être les premiers à s'abstenir de tout acte d'hostilité vis-à-vis d'une nation étrangère et amie, et n'a pas mis en doute que les accusés ne fussent animés d'intentions hostiles et, par conséquent, coupables à l'égard de la république sud-africaine.

Lord Russell a ensuite ajouté que, dans son opinion, bien que n'ayant pas pour but le renversement du gouvernement du Transvaal, l'expédition de Jameson et de ses compagnons n'en était pas moins dirigée contre un Etat ami. D'où il a été amené à cette conclusion que, si elle avait été entreprise avec la sanction de la Reine ou de n'importe quelle puissance, elle eût constitué un acte de guerre; mais que, « accomplie par des personnes non autorisées, elle prenait le caractère d'une incursion illégale et d'un acte de flibusterie ».

Le jury a partagé cette manière de voir et a rendu un verdict en vertu duquel Jameson et ses complices sont condamnés à des peines qui varient de quinze à cinq mois de prison, ce dont on doit, à tout prendre, le louer.

Sans doute, on peut trouver que la condamnation est anodine, presque dérisoire en regard de l'attentat commis et constaté. Attaquer en pleine paix, à main armée une nation inoffensive et en être quitte pour quelques mois de détention, c'est évidemment s'en tirer à bon compte, et il est bien vrai que le châtiment semble ici hors de proportion avec les responsabilités encourues. Mais il faut faire la part du sentiment public en Angleterre et de la pression qu'il n'a pas manqué d'exercer sur l'esprit des jurés, comme il convient, aussi, de remarquer qu'il ne s'agissait, en l'espèce, que de simples [illegible], et que leur appliquer toutes les sévérités de la loi alors que les instigateurs de l'aventure sont encore impunis eût paru au moins excessif. Somme toute, la justice a fait son devoir, le principe du droit des gens est, en réalité, sauvegardé, et c'est là l'essentiel.

Tel paraît être, au surplus, le point de vue auquel s'est placée la presse anglaise, qui, après avoir pris la chose au début sur un tout autre ton, a presque unanimement approuvé le jugement qui vient d'être rendu.

Il s'agit à présent de procéder sans retard à l'enquête sur la Chartered, formellement promise par M. Chamberlain et dont l'ouverture était subordonnée au dénouement du procès Jameson. Elle s'impose aujourd'hui, d'autant plus que les événements qui se déroulent dans le Matabeleland et le Mashonoland ont une gravité qu'il serait puéril de méconnaître et qu'il importe de rétablir le plus promptement possible, dans l'Afrique australe, l'ordre et surtout la confiance dont une déplorable administration a privé cette région.

A. de Maugny

ANGLETERRE

Le congrès socialiste. — Le congrès a discuté si définitivement les anarchistes visés par la résolution de Zurich seraient ou non admis.

Après une longue discussion à laquelle a pris part M. Jaurès, on a procédé au vote par nationalité. Dix-huit nationalités ont voté pour le maintien de la résolution de Zurich, c'est-à-dire contre l'admission des anarchistes.

Deux nationalités, la France et la Hollande, ont voté pour l'admission.

Les délégués italiens, au nombre de dix-huit, se sont partagés en deux fractions égales, neuf pour et neuf contre.

Toutefois, plusieurs anarchistes, munis d'un mandat régulier de représentants de syndicats ouvriers, pourront, en vertu d'une tolérance tacite, assister aux séances du congrès.

Une autre discussion a été soulevée à propos de la vérification des pouvoirs des délégués.

Plusieurs de ces rapports concluaient à la non admission de quelques délégués anarchistes, ou bien munis de mandats irréguliers.

Le rapport des Français admettait cent vingt-trois délégués et constatait que trois députés français : MM. Jaurès, Millerand et Viviani n'avaient point de lettres de créance.

Toute la séance d'aujourd'hui a été presque entièrement consacrée à la question de savoir si les trois députés français pourraient être admis au congrès. Cette discussion a soulevé les débats les plus vifs. Le congrès a d'abord décidé que la vérification des mandats des trois députés devra être faite non par le congrès, mais par la délégation française elle-même. Puis il a procédé à la vérification des mandats des délégués étrangers.

M. Millerand, revenant à la question des députés français, a proposé que la minorité de la délégation française, qui a repoussé l'admission des anarchistes, ait le droit de se séparer de la majorité.

C'est-à-dire que le congrès accorde à la délégation française le droit de disposer de deux votes.

Cette proposition, qui soulève une discussion très animée et des incidents tumultueux, est combattue par les Anglais et par le délégué belge Vandevelde.

Enfin, le congrès, votant par nationalité, décida, par 14 voix contre 5, d'accorder à la minorité de la délégation française le droit d'avoir un vote distinct.

La séance est renvoyée à demain.

M. Cecil Rhodes. — L'avocat de M. Cecil Rhodes déclare qu'à la suite du résultat du procès Jameson, M. Rhodes est prêt à se mettre à la disposition du gouvernement et, s'il y est invité, à venir à Londres pour être jugé.

AUTRICHE-HONGRIE

La question d'Egypte. — La venue simultanée, à Londres, de lord Cromer, l'agent diplomatique au Caire, et de sir Francis Clare Ford, ambassadeur anglais auprès du Quirinal, n'est pas un effet du hasard.

Il paraît, au contraire, certain que lord Salisbury désire s'entretenir en détail avec les deux diplomates au sujet de l'expédition contre les Derviches et de la question de Kassala.

Dans les cercles politiques de Londres, on est convaincu que l'Italie maintiendra l'occupation de Kassala.

GRÈCE

La question crétoise. — D'après des dépêches anglaises, dans les provinces de Selinon et d'Herakleion, les musulmans ont brûlé douze villages chrétiens et ont profané deux églises.

Une information de Constantinople dit que la Grèce a soutenu le mouvement insurrectionnel et lui a fourni des armes et des munitions. Et on ajoute que ces faits ont motivé des représentations de la part des puissances.

Enfin on dit que des préparatifs militaires sont effectués en Grèce sur une vaste échelle et poussés avec vigueur en vue d'éventualités possibles en Epire et dans d'autres provinces turques, où des troubles sont signalés.

L'intendance et les fournisseurs de l'armée ont reçu des ordres en vue de réunir des provisions pour toute la réserve grecque.

RUSSIE

L'Impératrice douairière. — Le yacht impérial *Polarnaïa Svezda* vient de recevoir l'ordre de se tenir prêt à tout départ.

On affirme que c'est sur ce yacht que l'impératrice douairière de Russie, accompagnée de la reine Olga de Grèce, du grand-duc Michel et de la grande-duchesse Olga, ses enfants, se rendra à Copenhague auprès de ses parents.

On assure aussi que c'est à Copenhague qu'aura lieu mariage du grand-duc Georges Mikhailovitch et de la princesse Marie de Grèce, mariage auquel doivent également assister l'empereur et l'impératrice de Russie.

SUISSE

Les manifestations anti-italiennes. — Les désordres se sont renouvelés à Zurich.

La foule a saccagé complètement deux étages d'une grande maison habitée par soixante-dix Italiens