

## La Page du Régime

Ce qui sera indifférent pour un menuisier, un forgeron ou un mécanicien ne peut pas l'être ici pour un chanteur. Quand celui-ci chante devant un public, il fait un bon ou un mauvais son impossible à rectifier, alors que l'homme de métier aura toujours la ressource de recommencer la pièce ou le travail manqué. Ici, au contraire, l'effet est définitif et il ne faut pas beaucoup de fautes publiques chez un artiste pour le déconsidérer, on le sait. Le public amateur de chant est extrêmement difficile, particulièrement dans nos provinces, où la science du chant est mieux connue, sinon dans son mécanisme, mais dans ses résultats phonétiques.

Une conception de mécanisme vocal erronée s'exerçant pendant de longues années sur un système nerveux détraqué par un mauvais subconscient aura presque toujours des conséquences mortelles et c'est ce qui explique pourquoi tant de chanteurs meurent prématurément en exerçant un art qui, au point de vue respiratoire, devrait s'il était bien exercé, assurer une très longue existence, la respiration étant un facteur des plus importants dans la fonction de la nutrition générale.

Une mauvaise émission sur un appareil vocal intoxiqué provoquera des troubles de circulation, une fatigue excessive du cœur et des troubles du larynx et du pharynx qui se traduiront souvent en des maladies mortelles ou en la nécessité d'opérations chirurgicales graves.

Un chanteur se servant d'une alimentation conforme à celle que je recommande dans mes livres aura toujours un timbre pur. Or, chanter sur un timbre pur est déjà une trouvaille merveilleuse d'une des parties de ce mécanisme vocal assez complexe et fort peu connu, il faut bien le reconnaître.

On me posera l'objection suivante :

Le son dépend de l'appareil auditif et s'il est juste ou faux, c'est que mon oreille entend juste ou entend faux. Erreur ! L'appareil vocal, c'est un réseau téléphonique ! L'oreille, c'est seulement l'écouteur qui a aussi l'appareil

transmetteur du son. Vous ne chantez pas plus avec votre oreille qu'avec votre langue ou votre pharynx. Vous chantez, vous écoutez, avec ces organes et une foule d'autres qui sont en connexion synchrone.

Tous ces organes synchrones, sans exception, sont branchés sur le subconscient, lequel à son tour réagit suivant son plus ou moins bon mode de nutrition biologique. Voilà ce qu'il importe de savoir.

Nous avons vu que le système nerveux d'un intoxiqué alimentaire est déjà compromis quant à la fonction d'émission. Mais il y a aussi la fonction mémoire qui est en jeu dans le mécanisme nerveux et les professionnels savent combien peut être redoutable une absence de mémoire sur la scène ou dans un concert. L'amnésie peut et doit être attribuée à un trouble fonctionnel de nutrition du système nerveux et de son support central, le subconscient. Ce sont les poisons alimentaires, existant dans le noyau cellulaire, ce sont les troubles de la fonction osmotique, et enfin, les carences électrophysiques dont les principes sont généralement le phosphore, le fer, le manganèse, le soufre, la potasse, le chlore, la magnésie, etc., etc., avec les albumines et les hydrates de carbone.

(A suivre) Professeur MONO.

### PROGRAMME DU CONCERT

que donnera le Professeur Mono, le 12 avril 1932, sur invitations :

1<sup>re</sup> Partie : 1) Coriolan, ouv., de Beethoven. 2) Chansons grises : En sourdine n° 4, L'Heure Exquise n° 5, de Reynaldo Hahn (ténor). 3) La Walkyrie : Air de Wotan, Ad'ieux, de Wagner (basse). 4) Le Barbier de Séville : Grand Air de Figaro, de Rossini (baryton).

2<sup>e</sup> Partie : 1) Damnation de Faust : Air des Roses, de Berlioz (basse). 2) Judas Macchabé : Grand Air n° 61, de Haendel (ténor). 3) Samson et Dalila : Air d'Alimelech, Air du Grand Prêtre, de S.-Saëns (basse).

3<sup>e</sup> Partie : 1) Adélaïde, de Beethoven (ténor). 2) Sigurd : Romance, de Reyer (ténor). 3) La Vague et la Cloche, de Duparc (basse). Ouverture du Freischütz, de Weber, par l'Orchestre des Concerts Lamoureux.

En vente chez le signataire 24, rue de Constantinople, Paris (8<sup>e</sup>), ses deux livres : Discours d'un Empirique sur l'Alimentation ; Santé et Guérison par les Aliments, les 2 franco 42 fr. Discours d'un chanteur (15 fr.). Ch. postal 419.08. Sommaires des 2 livres envoyés gratuitement.