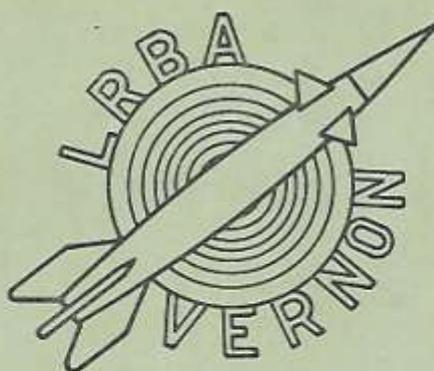


N° 15

AVRIL 1963

NOTRE
L
RE
B
BULLETIN
A



ORGANE DE LIAISON ET D'INFORMATION DU PERSONNEL
DU LABORATOIRE DE RECHERCHES BALISTIQUES ET AÉRODYNAMIQUES
VERNON - EURE

"NOTRE BULLETIN"

Organe de Liaison et d'Information du Laboratoire de Recherches
Balistiques et Aérodynamiques de Vernon

SOMMAIRE :

Page 3	L'Article du Directeur.	
Page 4	Nos Projets.	LA COMMISSION
Page 5	Actualités.	
	— Naissances, Mariage, Service Militaire, Retraites, Médailles du Travail.	
	— Nouvelles en vrac - le PF4, campagne VERONIQUE, Salon de l'Aéronautique, Reportages télévisés.	
	— L'inauguration du nouveau point fixe.	G. DUPONT
Page 10	Problèmes Sociaux.	
	— L'Assurance-Vie	G. LEGER
	— Le Service d'Entraide.	Mlle FRANCKHAUSER
	— Les nouveaux disques.	
Page 12	La Vie de l'Esprit.	M. DARGENT
Page 13	Récréations.	
Page 14	Chronique.	
	— Le Yoga.	J.-P. SACEPE

L'ARTICLE DU DIRECTEUR

Depuis la parution du dernier bulletin, le L. R. B. A. a vu disparaître quatre de ses collaborateurs, soit par maladie, soit par accident. Je voudrais consacrer ces quelques lignes à leur mémoire.

La nouvelle du décès accidentel de Monsieur ZANGL nous a tous frappé par sa brutalité, et la fatalité qui en a entouré les circonstances. Après de nombreuses années passées au L. R. B. A., il avait décidé de regagner l'Allemagne où l'attendait une situation digne de ses mérites. Sa démission prenait effet du 31 Décembre 1962. Avec son reliquat de congé, il devait quitter le L. R. B. A. vers le 15 Décembre. De toutes dernières formalités l'avaient amené, ce 7 Décembre 1962, à se rendre à Paris. Au retour, la voiture qu'il pilotait entra en collision avec une autre voiture. Lorsqu'il fut dégagé, il avait cessé de vivre. Son épouse et un de ses enfants avaient été grièvement blessés.

Ainsi disparaissait une des grandes figures du L. R. B. A., l'un des « pionniers » de l'époque des débuts. Agé de 45 ans, il appartenait au L. R. B. A. depuis Mai 1946. Spécialiste des points fixes, il avait activement participé à leur réalisation successive, et à la mise au point des moteurs fusées de 2 à 25 tonnes de poussée. Il avait passé à Paris une thèse de Doctorat. Très travailleur, sous des dehors parfois rudes, il s'imposait par une parfaite connaissance de sa spécialité. Il laisse quatre enfants, dont l'aîné vient d'avoir 20 ans et le plus jeune 11 ans.

Le 5 Janvier, décédait Pierre BOUVIER. Ancien élève de l'Ecole Centrale, il entra au L. R. B. A. en 1951 où il fut affecté à la soufflerie, puis en 1956 à la Section des Approvisionnements techniques. C'était un homme discret, serviable, dont les connaissances techniques étaient appréciées. Atteint d'une cruelle maladie, il travailla jusqu'à la limite de ses forces. Complètement épuisé, il s'arrêta le 1^{er} Décembre pour s'aliter et s'éteignit le 5 Janvier à l'âge de 57 ans.

Le 14 Janvier, une brève maladie emportait en quarante-huit heures, Monsieur VENTE. C'était un collaborateur de vieille date. Depuis 1954, il travaillait pour le L. R. B. A., et en 1956, il commença la rédaction de la Chronique des Fusées et Engins Guidés, très appréciée par tous les connaisseurs. Toutes ses qualités y apparaissaient : style concis, sens de la précision, esprit méthodique et lucide, et surtout intérêt passionné pour tout ce qu'il entreprenait.

Né en 1884, Monsieur VENTE était sorti de l'Ecole Polytechnique en 1904. Toute sa carrière s'était effectuée dans les chemins de fer et plus particulièrement à la Compagnie Française des Tramways. Ses grandes qualités l'avaient fait désigner en 1947 comme membre de la Commission des Réparations à Berlin. Il fut également représentant de la France à la Commission de Standardisation des Matériels de Traction dans les Commissions Internationales. Son souvenir restera toujours attaché à la Chronique qu'il avait créée.

Je ne reviendrai pas sur les circonstances de la mort de Monsieur BOURGEOIS, que toute la presse a relatées, sinon pour en souligner l'atroce fatalité qui l'a pris par la main, ce 30 mars, pour le conduire à la mort, avec son fils aîné.

Né en 1916, Monsieur BOURGEOIS, après une carrière militaire — certains se souviennent de lui alors qu'il servait comme sous-officier à Vernon — était entré au L. R. B. A. en 1950. Par son travail, il était devenu spécialiste de Laboratoire, et avait été affecté, en dernier lieu, au Service Photo, où il était chargé de l'entretien du matériel de prise de vue. Il faisait preuve dans son travail d'une conscience professionnelle exemplaire et y donnait entière satisfaction. Toujours serviable, il jouissait de l'estime de tous ses camarades.

Il laisse 2 filles et un garçon, de 16, 13 et 11 ans.

Je voudrais, pour terminer cet hommage, assurer les familles que le souvenir de leurs disparus restera vivant parmi nous, et qu'elles peuvent, quelles que soient les circonstances, compter sur toute l'aide que le L. R. B. A. est en mesure de leur apporter, dans le malheur qui les frappe.

NOS PROJETS

(A LIRE ATTENTIVEMENT)

Depuis sa création en 1956, quatorze numéros du Bulletin de Liaison ont paru, soit en moyenne deux par an. Au fil des années, le Bulletin a pris ses habitudes. La par certains, il a été négligé par d'autres. Quelques articles ont été prisés, d'autres critiqués, beaucoup ignorés.

Malgré quelques critiques, son utilité est certaine. Cependant, après sept années d'existence, le besoin se fait sentir, indéniablement, d'une rénovation.

* *

Dans cette optique, une Commission, dite « du Bulletin », a été mise sur pied. Toutes les catégories de personnel et la plupart des Départements et Services y sont représentés. Ses membres ont été volontaires, et sont décidés à rechercher, en commun, des formules valables :

Sa composition est donnée ci-dessous :

Madame BARON, de A.
Monsieur de BERRANGER, de EN.
Madame CABILLIC, de EN.
Monsieur CHANUT, de EN.
Monsieur DALOUX, de EAS.
Monsieur LIDOME, de EM.
Monsieur MARCHAND, de EAS.
Monsieur TRIQUART, de EP.
Monsieur VALENTIN * de ATF.

La Commission permet donc de toucher tous les milieux et, ce qui est important, d'être ainsi informée, en permanence, des préoccupations et des vœux de l'ensemble.

Deux réunions ont eu lieu, l'une en Février, l'autre en Mars, dans une ambiance agréable, chacun ayant la possibilité de donner son point de vue et le donnant.

Des idées ont été ébauchées et tout le monde est tombé d'accord sur la nécessité de faire vraiment du Bulletin un organe de liaison, une source d'informations utiles, d'une présentation agréable et d'une lecture facile.

D'emblée, ces projets sont difficiles à réaliser. Aussi progresserons-nous pas à pas. Les premiers numéros à sortir ne présenteront pas de changements profonds. Ne soyez donc pas étonnés s'ils ne vous paraissent pas répondre entièrement à ce que vous attendez !

C'est vous tous qui ferez le bulletin. La Commission existe. Ses membres sont dispersés dans tout l'Etablissement. Ils ne demandent qu'à être sollicités, et à recevoir des idées et des suggestions, que ce soit sur les chroniques le genre des articles, la présentation, des moyens



d'impression rapides et économiques, etc..., enfin sur tout ce qui peut vous paraître présenter un intérêt.

Déjà, deux rubriques nouvelles ont été décidées :

La première intitulée « Actualités », exposera les nouvelles d'ordre général qui concernent le L.R.B.A., les faits importants survenus récemment ou à survenir dans un avenir prochain, un peu à la manière de la rubrique du Journal Télévisé : « Ce qui s'est passé cette semaine », mais sur une période plus longue et de l'ordre de deux mois.

La deuxième, dont le titre n'est pas encore choisi, s'efforcera de traiter, sous forme de conseils pratiques, un point particulier d'ordre administratif, social, médical ou autres, intéressant directement le personnel, assorti d'explications concrètes impossibles à donner dans une note de service.

D'autres réunions de la Commission du Bulletin auront lieu. Mais, d'ici là, ses membres espèrent bien être assaillis de suggestions, de conseils, d'offres de bonne volonté (rédacteurs, dessinateurs, photographes, personnel ayant des relations extérieures utiles). N'hésitez surtout pas ! La moindre idée, un détail apparemment insignifiant, peuvent déboucher quelquefois sur quelque chose d'important... « Les petits ruisseaux font les grandes rivières » !

* *

A vous de jouer, pour que le Bulletin devienne votre Bulletin, qu'il vous soit agréable de le recevoir, que vous y trouviez ce que vous attendez !

LA COMMISSION.

* Monsieur VALENTIN vient, malheureusement, d'être muté au CIEES à Colomb-Béchar.

ACTUALITÉS

CARNET ROSE



Dix-neuf naissances sont venues, depuis la parution du dernier bulletin, égayer les foyers du personnel du L. R. B. A.

Annie MOREL, 24.10.62, fille de MOREL René.
Isabelle GRAVEY, 17.11.62.
Catherine LEVARAY, 20.11.62.
Florence DEWULF, 23.11.62.
Christine BUHL, 10.12.62.
Dominique DENIS, 15.12.62, fils de DENIS Jacques.
Brigitte THEPAULT, 19.12.62.
Valérie MOTTE, 23.12.62.
Guy BOISARD, 6.1.63.
Claudine DUVAL, 7.1.63, fille de DUVAL Victor.
André PALLOIS, 28.1.63, fils de PALLOIS André.
Nathalie MARTIN, 30.1.63, fille de MARTIN Raymond.
Viviane SIBIRIL, 14.2.63.
Sylvaine RIOU, 18.2.63.
Philippe LEFORT, 26.2.63.
Christian THOUVENOT, 26.2.63.
Valérie ROCHER, 26.2.63.
Pierre COMBRET, 14.3.63.
Agnès ALEXANDRE, 22.3.63, fille d'ALEXANDRE Henri Emile.

CARNET BLANC



Pendant la même période, six membres de l'Etablissement ont contracté mariage.

Robert AUBRUN avec Mlle Nicole TKACZ.
Maurice DESPOUY avec Mlle Léa SARTORI.
Daniel DRUX avec Mlle Jeannine FAVIER.
René LABRIC avec Mlle Louise LAGARDE.
Didier LEMAITRE avec Mlle Michèle LETAILLEUR.
Michel TOURRAUD avec Mlle Gisèle BLONDEL.

LE SERVICE MILITAIRE

Sont partis pour le Service Militaire :

BELLANGER Jean-Pierre.	NOLLE André.
BRISMONTIER André.	PATTEIN Bernard.
CASTEL Jean-Claude.	SOULIVET Jacques.
MABIRE Michel.	STOERK Guido.
GUYADER Denis.	TURMEL Jean-Jacques.

et en sont rentrés :

BARON Jean-Michel.	LE MOEL Alain.
BOUELLE Jean.	MOLVOT Jean-Claude.
CHIOCCARELLO Michel.	MOREL Jean.
DUBRAC Guy.	STREETZ Alain.
HOUÉE Jean-Paul.	TOUTIN Christian.
LEMAITRE Didier.	VACQUELIN Bernard.
LEMAITRE René.	VOGL Gunther.

Les Retraités



N'oublions pas les retraités, car leur départ provoque toujours un vide, tellement nous sommes habitués à les voir évoluer dans le cadre du L. R. B. A.

Il s'agit de Messieurs :

PITOU Félix, Magasinier CM, rayé des Contrôles le 19.12.62.

ROMAIN Marcel, Agent de Bureau à ATF, rayé des Contrôles le 25.12.62.

BROCHARD Raoul, Maçon à BM, rayé des Contrôles le 1.1.63.

SERRAUT Robert, Technicien Chef à BM, rayé des Contrôles le 1.2.63.

THIRY Lucien, Contremaître à BM, rayé des Contrôles le 2.2.63.

BELHOMME Louis, Chef de CG, rayé des Contrôles le 1.3.63.

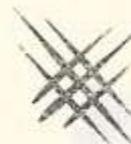
THORN Robert, Ingénieur électricien à BM, rayé des Contrôles le 26.3.63.

Souhaitons-leur une bonne retraite et un repos bien gagné.

Les Médailles du Travail

Cette rubrique serait incomplète si l'on omettait la remise de la Médaille de Bronze du Travail à Messieurs BLANCHARD Elie, VERRIER Georges, DUCARDONNET Marceau, TURLURE René. Cette remise, par les soins du Directeur, a donné lieu à une cérémonie intime à la Cantine le 15 Mars, en présence du Chef des Services Administratifs, et des Chefs de Départements et Services des intéressés.

Un toast a été porté à la santé des récipiendaires et de tous les assistants.



NOUVELLES EN VRAC...

Vous lirez plus loin les diverses péripéties qui ont marqué l'inauguration du nouveau centre d'essai. Avec ses aménagements, son point fixe haut de 48 mètres, son centre de commande et d'observation souterrain, le PF4 représente, actuellement, une installation unique en son genre en Europe Occidentale. Toute la gamme des essais peut y être effectuée, jusqu'à 100 tonnes de poussée.

Quelques chiffres permettront de mesurer l'ampleur des tâches accomplies en l'occurrence :

Haut. du Point Fixe au-dessus du sol	45 mètres
Profondeur du carnaud	13 mètres
Poids de la charpente métallique	400 tonnes
Poids du ciment	4.500 tonnes
Longueur totale des câbles	40 kilomètres
Terrassements	30.000 mètres cubes.

Outre les articles de presse parus à la suite de l'inauguration, la Télévision Française et la Société « Eclair-Journal » sont venues tourner une séquence le 29 Mars. Le reportage R.T.F. a été diffusé le 2 Avril, au Journal Télévisé de 20 heures. Les Salles de cinéma en contrat avec Eclair-Journal et Pathé-Journal ont passé leur reportage aux Actualités, dans la semaine du 3 au 9 Avril.



La campagne de printemps de Colomb-Béchar et Hammaquir s'ouvre. Les départs s'échelonnent entre le 16 et le 25 Avril. Sept « Véronique » doivent y être lancées ; on en parlera plus longuement dans le prochain bulletin.



Le Salon de l'Aéronautique et de l'Espace se tient au Bourget du 6 au 16 Juin prochain. En raison de l'importance prise par les études spatiales sur le plan national, la place réservée aux organismes ou établissements spécialisés y est nettement plus grande que lors des Salons précédents.

Le L. R. B. A., pour sa part, exposera en trois endroits différents :



— Au Pavillon de l'Espace, la maquette Véronique - « l'Ancêtre », une ogive technologique et une fusée VESTA (en partie maquette).

— Au Stand D.M.A. : une maquette au 1/50 du PF4 - réalisée par la Menuiserie - un éjecteur orientable de 4 Tonnes de poussée, actuellement au Musée, toute la série des chambres de 2 à 25 tonnes de poussée, et différents panneaux avec photos et schémas (tunnel de tir hyperballistique, plasma, laboratoire inertiel...).

— Au Pavillon « D.M.A. - Engins balistiques » : un fond arrière du moteur VE 121.

L'ensemble des départements et services concernés s'activent actuellement pour que tous ces matériels soient prêts pour la date fixée.

Le prochain bulletin rendra compte de cette manifestation et des succès, qu'on espère y obtenir.



Outres les séquences télévisées, dont mention a été faite plus haut, deux reportages à caractère technique doivent en principe être réalisés, dans le courant de l'été, avec le concours de la Télévision. Ces reportages doivent passer en revue les principales installations et réalisations du L. R. B. A. - Ainsi notre Etablissement a de plus en plus les honneurs de l'actualité.

L'INAUGURATION DU NOUVEAU POINT FIXE

Cà, l'ensemble du personnel en a entendu parler... soit qu'il appartienne aux équipes ayant directement participé à sa réalisation, soit qu'il ait été sollicité, d'une manière ou d'une autre, pour la préparation ou le déroulement de l'inauguration, soit enfin tout simplement par la lecture des journaux !

Ne croyez surtout pas que la mise sur pied de cette manifestation a été facile ! Cet article a pour but de vous conter, sur un mode léger, ce qu'elle fut...

Vers le 15 février, fut donné le coup d'envoi. Vous vous souvenez, le 15 février, l'hiver toujours aussi rude, le verglas, la neige, le sol gelé à 60 centimètres de profondeur... Date choisie pour l'inauguration : 7 ou 8 Mars. Outre les conditions atmosphériques, déjà défavorables, ô combien!, rien ne paraissait devoir être prêt : abri pour visiteurs à peine ébauché, route d'accès chaotique, salles de mesures et d'observation non terminées, chantiers encombrés de grues, de camions, de fils, de câbles, terrain comparable aux Alpes plutôt qu'à la Beauce.

Enfin, vaille que vaille, les premières instructions furent données aux nombreux services intéressés.

Deux problèmes conditionnaient le nombre de visiteurs : d'abord l'abri, susceptible, avec ses six visiteurs, de ne permettre une vue correcte qu'à une trentaine de personnes. - L'ascenseur ensuite, d'une contenance maxima de 8 personnes, et qui pour monter et descendre 30 personnes, devait, selon les estimations les plus optimistes, mettre au bas mot une demi-heure.

Mais alors, si on limitait à 30 visiteurs, quel cas de conscience dans le choix ! Ce cas de conscience ne fut pas posé, car la Délégation Ministérielle dressa une liste de soixante-sept personnes à inviter, en se livrant, à son échelon, à une véritable gymnastique intellectuelle pour réduire au strict minimum ! Dernier carat... Aucun moyen de descendre en-dessous...

Il fallut donc se débrouiller... et décider la mise en place d'un deuxième abri. Appel à la Subdivision d'Evreux qui put, comble de chance, procurer 400 sacs à terre et permettre la construction facile de ce deuxième abri.

L'ascenseur posait un problème plus ardu. On se livra à un calcul approfondi de minutage, et la seule solution possible parût être l'encadrement rigoureux des visiteurs, avec consigne aux guides de jouer essentiellement les chiens de berger, de façon à arriver à une navette ininterrompue de l'ascenseur, manœuvré par un spécialiste pour veiller au grain (l'arrêt entre 2 étages s'étant révélé une des facéties favorites de cet ascenseur). Consigne fut également donnée d'embarquer en car, par fournées de 16 (8x2), les visiteurs à l'arrivée, dès que ce chiffre serait atteint. Le jour J, ces tâches s'avèrent rudes, croyez-moi !

Car, pour compliquer les choses, l'inauguration, qui avait été primitivement prévue l'après-midi, ne pût en réalité se dérouler que le matin, en raison des impératifs professionnels des Hautes Autorités, retenues par ailleurs l'après-midi. Les préparatifs d'un essai demandant 5 à 6 heures au minimum, il fallut, pour effectuer cet essai à 11 h. 45, — heure limite, permettant aux invités, après l'apéritif d'honneur, de regagner leur pénates pour le repas de midi —, mettre en branle toute une série de dispositifs, de manière à commencer ces préparatifs à 5 h. 30 le même jour : éclairage du chantier, ramassage du personnel, etc...

Un des derniers points préoccupants, et non le moindre — en dehors du fait que l'essai pouvait très bien de pas réussir — fut l'aménagement des voies d'accès aux abris.

La piste, telle qu'elle se présentait, demandait à être empierrée, car elle était inutilisable, soit par sol gelé, (ornières, impossibilité de transport de pierres), soit par dégel trop complet (risques d'embourbement). Jusqu'à l'avant-veille, tout le personnel initié — et surtout Monsieur BLANCHARD, se demanda si la piste allait pouvoir être

mise en état. Grâce à la clémence du ciel, il dégela suffisamment pour prélever de la pierre, donc remblayer la piste, et insuffisamment pour créer des cloaques de boue ! — Néanmoins, le jour J-1, lors des essais, le Chef de T. R. faisait, dans le car-cobaye, une drôle de tête et prévoyait, dans son esprit, les pires catastrophes pour le matériel auto de service...

L'emplacement choisi pour le « pot » était situé au hangar G 3, qu'il fallut aménager, et parer, bien sûr : Tables avec nappes blanches, estrade pour le Délégué Ministériel, personnel pour servir. — Je signale, dans le creux de l'oreille, ne le répétez pas, qu'A.T.F. est remarquablement pourvu à cet égard —, et bien entendu drapeaux (vous voyez une réception de ce genre sans drapeaux !). Appel à la Mairie qui, gracieusement, prête ses faisceaux. A 17 h., la veille, coup de téléphone angoissé de Monsieur BOUVART : - « Vous avez vu ces drapeaux ? » - « Non » - On dirait des rescapés de Fontenoy ou d'Hohenlinden ! c'est tout juste si on distingue les couleurs ! Vaut mieux qu'il n'y ait rien ! » - « Ah non, il en faut ! » - « Bon, je vais me débrouiller ! » - « C'est ça, débrouillez-vous ». Et c'est ainsi que, par un coup de baguette magique et les nombreuses relations dudit, les reliques de Fontenoy étaient remplacées, deux heures plus tard, par des oriflammes flambant neufs ! — Quelle angoisse !

..

Le Grand Jour arriva. Pied de guerre, chacun sur son trente et un et propre comme un sou neuf. Mise en place à 10 h. 05 : l'alerte commença illico, car les premiers invités se présentèrent, non pas à 10 h. 30, mais à 10 h. 10 ! Sas obligatoire pour la remise d'insignes — mais non dépourvue d'intérêt grâce au charme des préposées — tri (« comptez-vous par 16 »), embarquement en car, départ sur les chapeaux de roues pour la visite, bref... plan prévu à peu près suivi. N'insistons pas sur le dévouement

de tous — conférenciers, guides, chauffeurs, etc... pour que tout se passe normalement... et le plus vite possible, mais en y mettant la manière. La visite des installations du point fixe terminée à peu près dans les délais, embarquement et transport au H9, toujours sur les « chapeaux de roue ». Las ! premier incident en fin de visite au H9 : la nouvelle se propage, entre les initiés, que l'ascenseur s'est livré à une de ses facéties — vous savez, l'arrêt entre deux étages. Emotion intense, car, au même moment les invités montent dans les cars pour rejoindre les abris du point fixe, et assister à l'essai. Heureusement, un nouvel appel téléphonique signale que l'incident est réglé. — Ouf !...

Les cars amènent leurs cargaisons aux abris. Explication sommaire au micro sur ce qui va se passer. Déclenchement effectué par le Délégué Ministériel. Emotion, stupéfaction, spectacle indescriptible et inoubliable pour ceux qui voient et entendent un essai pour la première fois. Tout va bien !

Remontée dans les cars pour rejoindre le hangar G3 où est préparé le Pot. Le premier car arrive sans encombre, mais pas de deuxième : 2, 3, 5 minutes se passent, toujours rien. Enfin, au bout de 7 minutes, alors qu'on commence à désespérer, le voilà enfin ! Il s'était embourbé sur la piste. Heureusement que les moyens de dépannage ont été prévus.

Pot : Détente, coupe de champagne, casse-croûte. Brassées de fleurs sur le L. R. B. A. par le Général LAVAUD... 12 h. 45 : départ de la dernière voiture, dont on voit disparaître le pare-chocs avec soulagement.

Quelle belle journée !

G. DUPONT.



PROBLÈMES SOCIAUX

Prévoyance et Assurance-Vie

J'avais depuis un certain temps l'intention de traiter cette question. Deux accidents mortels de la route, successifs et récents survenus à des Agents de l'Etablissement, m'ont incité à le faire sans plus tarder.

Selon le dictionnaire, la prévoyance est « la conscience chez l'homme des moyens propres à assurer la satisfaction future de ses besoins, suivie de la recherche et de la préparation de ces moyens ».

Dans la Société moderne, l'Etat et les organismes officiels et privés, tels que la Sécurité Sociale et les Caisses de Retraites et de Prévoyance assurent bien cette fonction, mais les garanties accordées ne sont pas toujours suffisantes.

Il appartient donc à chacun de déterminer, en fonction de ses besoins, besoins d'ailleurs variables au cours de la vie, les garanties complémentaires qui lui paraissent nécessaires.

Mon but n'est pas d'examiner ici l'ensemble du problème, très vaste d'ailleurs, mais d'indiquer l'un des moyens, peut être mal connu, ou négligé, permettant de parer, dans toute la mesure du possible, aux conséquences matérielles du drame qui apparaît comme le plus dommageable pour la famille, celui du décès prématuré de son chef.

Je vais donc parler de l'acte de prévoyance consistant à contracter une assurance sur la vie. Celle-ci permet en effet de procurer à la veuve, brutalement aux prises avec des difficultés matérielles, venant s'ajouter au désordre moral dans lequel elle est plongée, les ressources nécessaires pour faire face pendant un certain temps au moins à la vie de la famille, privée de son soutien naturel et de ses moyens d'existence habituels.

Ceci entraîne bien entendu une dépense supplémentaire pour le budget familial, mais ainsi qu'on le verra par l'exemple donné ci après, cette dépense n'est pas telle, qu'elle ne puisse être envisagée par le chef de famille qui en aura reconnu la nécessité.

En effet, au sein du Ministère des Armées, existe l'Union Générale des Mutuelles de la Défense Nationale. Cette association permet à l'aide de sa branche « assurance-groupe » de couvrir les risques d'invalidité totale et de décès dans des conditions très avantageuses.

A titre d'exemple, les conditions actuelles de cette assurance sont les suivantes :

— Le capital de base est fixé au montant de la déclaration de salaires de l'année précédente majoré de 10%. Ce total est ensuite augmenté de 25% par enfant à charge.

— En supposant un agent dont la déclaration de salaire annuel est de 9.000 F. (750 F. par mois) et ayant 3 enfants à charge, les garanties et primes annuelles à payer seraient les suivantes :

Capital de base : 9.000 F. + 10% =	9.900.
Majorations pour 3 enf. : 9.900 F. x (25% x 3) =	7.425.
Total de l'assurance de base	17.325.
Primes annuelles à payer (0,75% du capital) ..	129,93
Capital payé en cas de décès ou d'invalidité totale :	
a) En cas de mort naturelle	17.325.
b) En cas de mort par accident	34.650.
c) En cas de mort par accid. de la circulation.	51.975.

Il est donc possible, moyennant une dépense annuelle relativement modeste, de donner à la famille une garantie complémentaire permettant de passer un cap très difficile.

J'ajouterai que tout possesseur d'une voiture automobile, étant tenu par la loi de contracter une assurance garantissant les tiers contre les dommages éventuellement provoqués par ce mode de transport, il paraît tomber sous le sens qu'il pense en même temps aux dommages pouvant en résulter pour sa famille. Il devrait donc, s'il ne l'a déjà fait, contracter une assurance-vie le jour où il décide de faire l'acquisition d'une automobile.

Il existe, bien entendu, de nombreuses compagnies d'assurances susceptibles d'établir des contrats de toute nature, et si j'ai seulement évoqué le cas de l'U.G.M.D.N., c'est parce que cette association, déjà connue des personnels du Ministère des Armées, donne des garanties intéressantes à des conditions de prix très avantageuses.

En conclusion, je souhaiterais que la lecture de ces quelques lignes amène les pères de famille à réfléchir un peu aux conséquences que leur disparition subite pourrait entraîner pour leur famille et fassent acte de prévoyance dans la mesure de leurs possibilités, en espérant bien entendu que, comme toute assurance, celle-ci ne serve jamais.

G. LEGER.

P. S. — Pour tous renseignements complémentaires, consultez Monsieur OUDIN, correspondant de la Mutuelle Civile de la Guerre.

Le Service d'Entraide du L.R.B.A.

Plusieurs personnes ne savent pas encore où vont les 0,50 Fr. mensuels qu'elles abandonnent sur leur salaire : Un événement imprévu entraîne souvent une incidence qui, sur le seul plan financier, peut se faire sentir très lourdement.

LE COMITÉ D'ENTRAIDE n'existe que pour aider ceux qui sont gênés momentanément. IL N'ACCORDE QUE DES PRÊTS D'HONNEUR REMBOURSABLES. Ses ressources sont uniquement constituées par vos cotisations mensuelles de 0 fr. 50.

Depuis sa création, plus de 600 personnes ont bénéficié de cette Aide. Pour la seule année 1962 : 1.600.000 Anciens Francs ont été prêtés avec un fonds de caisse de 400.000 AF seulement.

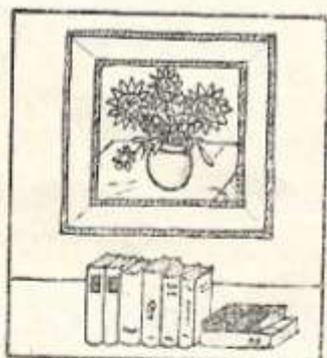
Votre versement mensuel de 0,50 Fr permettrait d'étendre le champ de cette action d'Entraide par excellence :

Mlle FRANCKHAUSER.

BIBLIOTHEQUE - DISCOTHEQUE

Prochainement, les fidèles de la Bibliothèque pourront trouver de nouveaux ouvrages sur les rayons de leur bibliothèque.

Citons parmi nos nouveaux disques



Musique Classique

- F. CHOPIN : Dix Nocturnes (Schilhawsky au piano).
- MENDELSSOHN : Symphonie Italienne (sous la Direction d'Igor Markevitch).
- R. SCHUMANN : Liederkreis Op. 39 - Liedern Op. 24 (K. Greisel, Baryton - R. Walz, piano).

Divers

- François PERIER : L'Odysée I. Les Aventures d'Ulysse.
- L'Odysée II. Le Retour d'Ulysse.

Variétés

- Gene VINCENT : Twist Crazy Times.

Jazz

- Ray CHARLES : Bye Bye Love - Careless Love - Half as much...



La Vie de l'Esprit

Pâques

Encor la neige et l'on veut
Que j'inaugure le printemps ;
Où trouverais-je dans ce blanc
La promesse des nids : les œufs ?

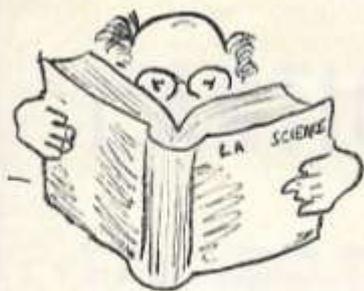
Et dans ce jour sans horizon
Que feraient des cloches de Pâques
Pour atterrir au clocheton ?

On dit : les saisons se détraquent
Et la nature violentée
Qu'Adam veut à sa volonté
Plier,
Boude les apprentis sorciers...

Moi, j'avais connu un printemps
Qui, de la nuit, faisait le jour,
Qui, du soir, faisait le matin,
Où, dans l'éther vibrant d'amour
Les cloches comme des essaims
Remplissaient le ciel d'un vol lourd..

Moi, j'avais connu un printemps
Qui faisait le matin du soir :
C'était l'aube de nos espoirs
Et tous les sommets de la ville
Dérولاient dans un air subtil
La flamme de leurs banderoles ;
Ils écrivaient notre joie folle,
Cette Pâques de nous revoir
A grand visage découvert,
A langues enfin déliées,
A cœurs unis dans un concert...
Dieu ! que ce temps
Est oublié !...

Marie DARGENT,
23 Mars 1963.



RÉCRÉATIONS

Le bulletin de l'Association « Défense de la Langue Française » a donné récemment quelques exemples d'erreurs commises par les Argentins francophones qui se laissent entraîner à employer des termes espagnols alors qu'ils veulent s'exprimer en français. Leur authenticité est, paraît-il, garantie.

Il a paru amusant de les citer :

- Je ne sais par quel bout empeser (empesar : commencer).
- J'ai passé un examen pour engraisser à la Faculté (ingresar : entrer).
- Je commence à crier du ventre (criar carnes : engraisser).
- J'ai une gomme pincée (goma : pneu ; pinchado : crevé).
- Mes livres sont chez l'encadreur (encuadernador : relieur).
- On aurait dû l'enterrer (enterrar : mettre au courant).
- Le lait s'est coupé (cortarse : tourner).
- Ma sœur est compromise (comprometida : fiancée).
- Venez voir mes nénés (nène : bébé).
- Le menuisier a désarmé mon armoire (desarmar : démonter).
- Mon médecin me couvre peu (me cobra poco : me fait des prix d'amis).
- Elle a un nouvel abri de peau (abrigo : manteau ; piel : fourrure).
- Vos obsèques étaient splendides (obséquios : cadeaux).
- Ma belle-mère est légèrement décomposée (descompuesta : souffrante).
- Ils ont pissé l'écu argentin (pisar : fouler aux pieds ; escudo : emblème national).



CHRONIQUE

Le Yoga

« Le corps est ce que la pensée en fait ».
Vive Kânanda.

Ce mot fait beaucoup parler de lui depuis quelque temps. Il est à la mode, un peu mystérieux, rempli de possibilités quasi surnaturelles... On vous dit : « Je fais du Yoga » et votre imagination s'envole aussitôt vers un monde étrange, peuplé d'êtres décharnés dans des postures inextricables, où les cordes se dressent toutes seules comme les serpents charmés par la musique magique.

Nombreux sont en librairies les livres qui présentent des « Yogas » de toutes formes.

Devant tout cela vous vous posez certainement cette question : Mais qu'est donc exactement le Yoga et quelle place pouvons nous lui faire dans notre vie déjà si débordante d'activité ?

Vous savez certainement que le Yoga est issu de l'un des six grands systèmes philosophiques de la pensée hindoue. Il désigne l'ensemble des procédés permettant à l'homme de conquérir la maîtrise de soi sur tous les plans : physique, psychique et spirituel.

C'est un moyen magnifique de culture humaine totale. Pratiqué depuis des siècles dans l'Inde, il comprenait à l'origine des disciplines corporelles et psychologiques. Au cours des temps, il s'est décomposé en de nombreuses variantes : chacune d'elle correspond à un aspect particulier de la nature humaine. Il est nécessaire de préciser que même dans l'Inde le Yoga n'est ni du fakirisme ni de la magie. Ce n'est pas une méthode pour dormir sur une planche à clous ou pour se percer la langue avec une aiguille à tricoter ! Certes les fakirs existent et certaines de leurs facultés ont été acquises par le Yoga, mais ce sont surtout des prestidigitateurs de première force qui utilisent la crédulité de leurs compatriotes et des étrangers.

D'ailleurs, les vrais yoguis de l'Inde (un yogui est celui qui pratique le yoga) ne se produisent pas en spectacle. Dépositaires d'une véritable science de vie, ils se la transmettent depuis des milliers d'années et la perfectionnent sans cesse. Comme elle a pour résultat pratique une parfaite santé, un équilibre absolu, physique, moral et mental, certains ont pensé qu'il serait possible d'emprunter aux différents Yogas les exercices les plus efficaces et de les adapter à la mentalité européenne. C'est pour nous occidentaux, une technique de vie, et non pas une secte ou une religion. Le croyant comme l'incroyant peuvent faire du sport, sans crainte de se voir imposer des principes en désaccord avec leur religion. Il en est de même pour le Yoga.

Pour résumer, lorsqu'un de vos amis vous dit « je fais du Yoga », il veut simplement dire qu'il utilise certains degrés du « Hatha Yoga » indien pour développer au maximum ses possibilités de force physique et mentale lui donnant, selon ses moyens, une plus grande résistance à la maladie, une capacité accrue de la santé, un esprit libéré des craintes et des angoisses qui sont le lot de l'homme moderne.

Si votre ami vous dit tout cela, je suis bien persuadé que vous penserez intérieurement « ce Yoga est une panacée universelle qui guérit tous les maux... nous avons déjà pour cela des systèmes d'éducation morale, des systèmes d'éducation physique et nous pratiquons des sports ».

Il est temps alors d'énoncer le principe fondamental du Yoga. Une solidarité parfaite existe entre toutes les parties du corps. Il y a une union absolue entre le physique et le mental. Si l'équilibre d'une seule partie du corps est rompu tout l'ensemble est déséquilibré. Mais si l'équilibre d'ensemble est réalisé, l'organisme connaît la santé dans le sens le plus large.

Il n'y a pas que les maladies graves, il existe également toutes ces infirmités physiques et mentales qui restreignent la puissance normale d'un individu.

Il suffit de songer aux nerveux, aux émotifs, etc... Les exercices du Yoga éliminent souvent ces infirmités partielles sans que de grands efforts soient demandés. Ils apportent à beaucoup une planche de salut. Certains exercices pratiqués durant quelques mois suffisent à éliminer ces déséquilibres et à rendre la maîtrise de soi.

On peut résumer le Yoga occidental en trois mots : « Attention - Respiration - Postures ».

L'attention, qui est le premier degré de la concentration, existe toujours. Sans elle, rien ne serait possible. La difficulté est de la maintenir suffisamment longtemps pour la renforcer.

La respiration est un processus très compliqué aussi étonnant que cela semble, et le Yoga nous oblige à constater que nous ne savons pas respirer. Le contrôle et le perfectionnement de la respiration restent une des bases du Yoga.

Quant aux postures, il en existe un très grand nombre. Les attitudes corporelles, encore appelées « asanas », sont réservées, les unes à la stabilité du corps pendant les exercices respiratoires ou la méditation, les autres ayant une action vitalisante ou calmante sur l'organisme. Ces attitudes ont une influence profonde sur chaque organe, par la contraction et la torsion des muscles et des articula-

tions. Elles ont une influence énorme sur le bon fonctionnement des glandes endocrines, sur la circulation sanguine et sur la bonne forme de la colonne vertébrale.

Cet aspect du Yoga rejoint les systèmes de gymnastique occidentaux, car ceux-ci possèdent dans leurs exercices des flexions et des extensions que l'on retrouve dans les asanas. Mais dans le Yoga, la façon de procéder est totalement différente. Un mouvement de Yoga n'est jamais saccadé ou rapide. Autre grande loi : l'esprit de compétition doit être absolument banni. Une personne qui pratique le Yoga doit être uniquement préoccupée par ce qu'elle fait. Elle prend conscience de son action et rien de plus. Il existe donc ici un monde entre la culture physique d'Occident et le Yoga. Dans nos pays on s'inquiète de ceci : réussir tel exercice mieux que les autres, arriver le premier, être le plus fort, paraître le plus intelligent. On n' imagine pas un jeu de tennis occidental où il n'y aurait ni gagnant ni perdant, mais uniquement l'amour du beau geste du corps et d'un jeu parfait.

En ce sens, le Yoga est déjà un aboutissement.

Dans le Yoga, plus le geste est lent, plus le massage est profond et efficace. Le sport fatigue, les asanas « défatiguent », détendent, reposent. Si, après une séance de Yoga, on se sent plus fatigué qu'au départ, c'est simplement parce que l'un des principes n'a pas été suivi : il y avait souci de compétition ou rythme respiratoire trop rapide... ou inattention. C'est simple et d'une grande efficacité.

Il y a évidemment un début pour toutes choses. Pour chaque posture, un temps d'accoutumance, d'apprentissage est nécessaire. Au bout d'un certain temps, les membres sont plus souples, plus obéissants. Tout devient plus facile. C'est à ce stade que l'asana agit profondément et que la respiration, la concentration et la posture forment un tout.

Je ne voudrais pas conclure sans parler d'une posture particulière qui joue un rôle primordial « la posture du cadavre », c'est celle de l'immobilité parfaite ou mieux de la relaxation. Cet asana n'est pas une simple recette pour lutter contre le rythme insensé de la vie actuelle. L'agitation, la précipitation sont trop inscrites dans nos mœurs pour que nous puissions nous en évader si facilement.

Dans cette posture, il n'y a pas de fauteuil relax, ni de cigarette spéciale décontractante. C'est une détente qui s'inscrit non seulement dans nos muscles, mais aussi dans nos nerfs et dans notre cerveau.

Ce tour d'horizon sur le Yoga est bien rapide. Rappelons qu'il ne s'agit pas d'une méthode miracle comme on en voit beaucoup éclore actuellement. Les Yogas ont traversé les siècles et les civilisations. Leur sagesse est telle que chacun peut y trouver des directives personnelles permettant d'équilibrer harmonieusement l'ensemble de la vie organique, mentale et spirituelle.

Maintenir le corps souple et résistant à la maladie ou à l'âge, garder un jugement sain, une volonté ferme, un esprit ouvert, face aux problèmes de la vie, voilà ce que vous offre cette discipline que l'on nomme Yoga.

Pour ceux et celles que cette question intéresse, voici une liste d'ouvrages, dans laquelle ils trouveront tout ce que je n'ai pas pu donner dans ce bref aperçu.

1. - Sport et Yoga - de Selvarajan Yesudian.
Editions Foma Lausanne - 15 F.
2. - Yoga pour tous - Desmond Dunne.
M C L 22, rue Bergère, Paris - 10 F.
3. - ABC du Yoga - de Philippe de Meric.
M C L - 4 F.
4. - Le Yoga - Collection Marabout Flash.
5. - Yoga pour soi - Edouard Longue,
M C L 12 F.
6. - Yoga pour Elle - Edouard Longue,
M C L - 12 F.
7. - Yoga de la table - Edouard Longue,
M C L - 12 F.
8. - La pratique du Yoga - Ernest E Wood,
Petite bibliothèque Payot.

Dans un prochain article, je décrirai quelques postures plus en détail et des exercices de respiration ; exercices situés dans l'atmosphère du Yoga qui est de calme et de paix.

J.-P. SACEPE.

