

Naturisme : le grand magazine de culture humaine

I. Naturisme : le grand magazine de culture humaine. 1931-01-01.

1/ Les contenus accessibles sur le site Gallica sont pour la plupart des reproductions numériques d'oeuvres tombées dans le domaine public provenant des collections de la BnF. Leur réutilisation s'inscrit dans le cadre de la loi n°78-753 du 17 juillet 1978 :

- La réutilisation non commerciale de ces contenus ou dans le cadre d'une publication académique ou scientifique est libre et gratuite dans le respect de la législation en vigueur et notamment du maintien de la mention de source des contenus telle que précisée ci-après : « Source gallica.bnf.fr / Bibliothèque nationale de France » ou « Source gallica.bnf.fr / BnF ».
- La réutilisation commerciale de ces contenus est payante et fait l'objet d'une licence. Est entendue par réutilisation commerciale la revente de contenus sous forme de produits élaborés ou de fourniture de service ou toute autre réutilisation des contenus générant directement des revenus : publication vendue (à l'exception des ouvrages académiques ou scientifiques), une exposition, une production audiovisuelle, un service ou un produit payant, un support à vocation promotionnelle etc.

[CLIQUER ICI POUR ACCÉDER AUX TARIFS ET À LA LICENCE](#)

2/ Les contenus de Gallica sont la propriété de la BnF au sens de l'article L.2112-1 du code général de la propriété des personnes publiques.

3/ Quelques contenus sont soumis à un régime de réutilisation particulier. Il s'agit :

- des reproductions de documents protégés par un droit d'auteur appartenant à un tiers. Ces documents ne peuvent être réutilisés, sauf dans le cadre de la copie privée, sans l'autorisation préalable du titulaire des droits.
- des reproductions de documents conservés dans les bibliothèques ou autres institutions partenaires. Ceux-ci sont signalés par la mention Source gallica.BnF.fr / Bibliothèque municipale de ... (ou autre partenaire). L'utilisateur est invité à s'informer auprès de ces bibliothèques de leurs conditions de réutilisation.

4/ Gallica constitue une base de données, dont la BnF est le producteur, protégée au sens des articles L341-1 et suivants du code de la propriété intellectuelle.

5/ Les présentes conditions d'utilisation des contenus de Gallica sont régies par la loi française. En cas de réutilisation prévue dans un autre pays, il appartient à chaque utilisateur de vérifier la conformité de son projet avec le droit de ce pays.

6/ L'utilisateur s'engage à respecter les présentes conditions d'utilisation ainsi que la législation en vigueur, notamment en matière de propriété intellectuelle. En cas de non respect de ces dispositions, il est notamment passible d'une amende prévue par la loi du 17 juillet 1978.

7/ Pour obtenir un document de Gallica en haute définition, contacter utilisation.commerciale@bnf.fr.

HUITIÈME ANNÉE (Nouvelle Série) N° 132

TOUS LES JEUDIS — 1 fr. 25

Douze pages — JEUDI 1^{er} JANVIER 1931

NATURISME

LE GRAND HEBDOMADAIRE DE CULTURE HUMAINE



LE BOURILLIS



ÉCHO/ ET NOUVELLE/

BRUITS ET POTINS

LE SUPPLICE DE LA QUESTION

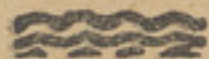
Les Américains, comme l'on sait, ont la manie des enquêtes, et cette manie les pousse parfois à commettre de flagrantes indiscretions. Leur dernière trouvaille est celle-ci : ils envoient aux étrangers logeant dans les hôtels des lettres leur posant d'extraordinaires questions :

« Vous éveillez-vous la nuit ? Quand et pourquoi ? Révez-vous ? Vous rappelez-vous vos rêves ? Dormez-vous la tête haute ou basse ? Sur le côté gauche ou sur le droit, sur le ventre ou sur le dos ? Aimez-vous les oreillers mous ou durs ? Quels sont les matelas que vous préférez ? Vous couchez-vous avant ou après votre digestion ? Vous relevez-vous la nuit ? Et quand vous vous relevez, que faites-vous ? »

Mais... nous nous recouchons ! Si cette histoire vous amuse, nous allons la, la la...

Ne croyez-vous pas qu'on aurait pu faire à cette lettre une gentille réponse :

« Quand je dors, j'aimerais qu'on ne me tire point du sommeil par des questions si compliquées ; et lorsque je suis éveillé, je désirerais qu'on ne m'endorme pas avec des enquêtes aussi fastidieuses... »



SOUS LE SIGNE DU BERCEAU

Un fabricant de couleurs des Etats-Unis, nous dit l'« Intransigeant », est en route vers l'Europe, chargé, dit-il, « de porter à l'humanité le message d'un monde sans lit » :

« Couché pendant la plus grande partie de la journée, le ventre contre la terre nue, l'échine soumise à des bains de lumière, vous exécuterez des mouvements de gymnastique ; vos repas seront composés de fruits et de légumes crus ; et, ce faisant, en un mois, vous redeviendrez pareils à des jeunes gens de vingt ans ! »

Nous acceptons volontiers les bains de lumière, la gymnastique, les fruits et légumes crus ; mais nous nous refusons à croire en l'efficacité de la position couchée.

En tout cas, il est facile de comprendre pourquoi ce nouveau prophète prétend nous apporter le « message d'un monde sans lit » : le rajeunissement étant garanti, tous les lits seront bientôt remplacés par des berceaux...

Et le marchand de couleurs qui voit tout en rose pourra regagner son magasin, ayant effectué, sur notre vieux continent secoué par des catastrophes de toutes sortes, le massage d'un monde sali.

PIERRE AUDEBERT.

AU CRIBLE, LE/ IDÉE/ !...

LE VIN



N médecin français, le docteur Rousseau Saint-Philippe, a récemment, dans un discours public, cité, puis développé cette phrase du poète Ausone :

Beata gens cui bibere vivere est.
Heureuse espèce (humaine) pour qui vivre, c'est boire.

Sans doute pensez-vous qu'en bon hygiéniste le docteur Rousseau Saint-Philippe parla du bonheur qu'éprouve l'homme normal à boire une eau bien pure ? Eh bien, détrompez-vous ; comme Ausone, c'est le vin qu'il béatifica.

Et cette béatification ne choqua personne, quoiqu'elle eût lieu dans un milieu particulièrement averti des choses de la santé : à l'Association des Médecins de France, au banquet (évidemment) de celle-ci.

Je copie fidèlement le compte rendu de ce discours, lequel vient de paraître, sous la signature de J. Noir, non pas dans le « Bulletin des Bistrots », comme vous pourriez croire, mais dans un vrai périodique de la médecine : « Le Concours Médical ».

« La Gironde, a dit le savant praticien (c'est du docteur Rousseau Saint-Philippe qu'il s'agit, ne l'ai-je pas dit déjà ?) m'a chargé de vous apporter le moyen de triompher de tous les obstacles entassés autour de vous (sic), d'avoir bon pied, bon œil pour terrasser les ennemis qui se trouveraient sur votre route (sic). Ce moyen, moyen certain, infailible, c'est de boire du vin, du bon vin, du vin de Gironde, qui est celui des Rois. Foin du cidre, de la bière, de l'eau ! Le vin, voilà qui réchauffe le cœur de l'homme. »

Vous croyez qu'immédiatement cinquante médecins de l'assistance se sont levés, pour citer les statistiques qui mettent en évidence que la santé des Américains s'améliore considérablement de puis qu'existe la prohibition ? Non : ils se sont levés pour choquer leur verre, bien rempli de bordeaux. Les membres de l'Association des Médecins de France entendent « triompher, par le vin, de tous les obstacles ; acquérir, par le vin, « bon pied et bon œil, pour terrasser les ennemis ».

Je me demande, moi, si, en sortant du banquet, ils ont été seulement capables de marcher droit.

(X'X'X)

Bien sûr, l'alcool éthylique, qui est celui du vin, est moins dangereux que tous les autres alcools (méthylique, propylique, etc.), ainsi que l'ont prouvé Marie, Dujardin-Beaumetz, Laborde...

Bien sûr, les acides malique, acétique, tartrique, salicylique, succinique, citrique, glycérophosphorique, qui sont dans le vin (en proportion différente suivant les crus) sont susceptibles, si nous n'en absorbons que peu, et si nous prenons un suffisant exercice en plein air, d'être brûlés par notre foie...

Bien sûr, les gommés, les pectines, le tanin (1 gr. 20 à 3 grammes par litre), les phosphates, le sodium, le calcium, le magnésium, le manganèse, le chlore, l'arsenic, le soufre, qui entrent dans la composition du vin, peuvent nourrir notre organisme...

Bien sûr, le vin peut stimuler parfois utilement le système nerveux, accélérer les contractions paresseuses de l'estomac (expériences radioscopiques de Lebon), activer l'écoulement de la bile, à condition qu'on l'utilise à très, très faible dose...

Bien sûr, le vin est riche en ferments, vitamines...

Et même il peut, peut-être, grâce aux résidus alcalins que laisseraient ses acides oxydés, aider les gros mangeurs de viande à détruire l'excédent de leur ration alimentaire azotée.

Il n'en est pas moins vrai que l'alcool éthylique est un poison cellulaire ;

Que les acides (tous les acides) sont des ennemis de la cellule vivante ;

Que les gommés, pectines, le tanin et tous les métalloïdes ou métaux utiles à l'homme peuvent être trouvés dans une alimentation végétale et fruitarienne bien choisie ;

Qu'il suffit de vivre en naturiste pour que le système nerveux fonctionne bien, de manger correctement pour que l'estomac se vide comme il doit et que le foie fasse son travail ;

Que cent aliments sont aussi riches en ferments et aussi vitaminés que le vin : l'eau pure, le miel, les amandes, les fromages, les fruits, etc. ;

Et qu'enfin on ne doit pas avoir besoin de compter sur le vin pour détruire l'excédent de viande consommé : il est tellement plus simple d'en manger peu...

Docteur GASTON DURVILLE.



NATURISME

LE GRAND HEBDOMADAIRE DE CULTURE HUMAINE

Le plus fort tirage des revues naturistes mondiales

Organe officiel de la Société Naturiste et de l'Œuvre des Naturistes

PUBLIE LES INFORMATIONS NATURISTES DU MONDE ENTIER

PARAIT LE JEUDI SUR DOUZE A SEIZE PAGES

Peut être mis entre toutes les mains

Directeur :

Dr ANDRÉ DURVILLE

Rédacteur en chef :

Dr GASTON DURVILLE

Secrétaire général : PIERRE AUDEBERT

Direction-Administration :

15 bis, rue Cimara, PARIS (16^e) — Téléphone : Passy 77-95

Imprimerie-Ateliers :

24, rue d'Alleray, PARIS (15^e) — Téléphone : Vaugirard 06-83

« NATURISME » EST EN VENTE CHEZ TOUS LES MARCHANDS DE JOURNAUX

JEUDI 1^{er} JANVIER 1931

SOMMAIRE

	Pages
Bruits et potins.....	2
Le vin.....	2
Hier, aujourd'hui, demain.....	3
Notre génération se tue par une alimentation détestable..	4
Le « brouillard qui tue ».....	5
Vers la création d'« Hétiopolis ».....	5
Le maté : une infusion qui est un aliment.....	6
Les moyens d'action du naturisme.....	7
A propos du naturisme (Revue de la presse).....	8
Comment je devins naturiste.....	9
Revue des livres.....	9
Communiqué de Madolin.....	9
A la Gloire du Soleil.....	10
La musique enregistrée.....	10
Les éditions de « Naturisme ».....	11
Petites annonces.....	11
Conférences, causeries, réunions.....	11

L'abondance des matières nous oblige à reporter au prochain numéro la suite de LA CUISINE SAINTE

NATURISME

LE GRAND HEBDOMADAIRE DE CULTURE HUMAINE

Le Numéro : 1 fr. 25

ABONNEMENTS

	France	Etranger
1 an	40 fr.	51 fr.
6 mois	22 fr.	28 fr.
3 mois	12 fr.	16 fr.

Les abonnements partent du 1^{er} de chaque mois

« NATURISME » a succédé à « LA VIE SAGE », qui a paru pendant sept ans.

Prix des années antérieures de « La Vie Sage » (quelques numéros sont épuisés) :

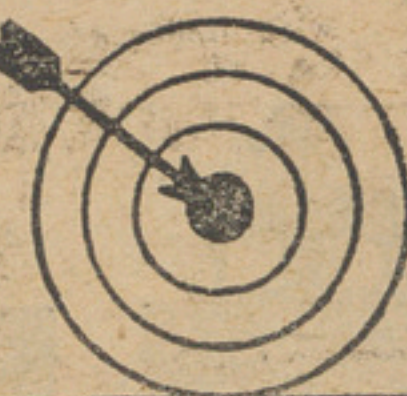
Quatre premières années (chaque)..... 15 fr.
(la cinquième année est épuisée)

Sixième année.... 25 fr. Septième année.... 40 fr.

LES ABONNEMENTS SONT REÇUS A LA DIRECTION
15 bis, rue Cimara, PARIS — Compte Ch. Post. : Paris 236-69



NOTRE BUT - NOTRE PROGRAMME



1930-1931

HIER, AUJOURD'HUI, DEMAIN...



L'ANNÉE 1930, dont la dernière heure vient de sonner au clocher des siècles, a vu naître « Naturisme ». Le 22 mai en paraissait le premier numéro, dont l'impression — par suite d'un réglage défectueux de notre rotative — était certes loin d'être parfaite, mais qui obtint néanmoins, auprès du public, le meilleur accueil.

Depuis, que de chemin parcouru ! Nos lecteurs n'ont pas été sans se rendre compte de l'effort incessant que nous avons accompli afin de rendre leur revue toujours plus intéressante, toujours plus attrayante ; ils ont suivi, semaine par semaine, les progrès réalisés en ce qui concerne les photographies reproduites, l'impression, en un mot la présentation de « Naturisme » ; ils ont vu, dans la variété même des nombreux articles que nous avons publiés, la preuve que la création d'un journal naturiste hebdomadaire était bien une nécessité.

Le plus franc succès est venu couronner nos efforts. Les abonnements sont en augmentation constante. La publicité, baromètre de la prospérité des journaux, devient de plus en plus importante.

« Naturisme » a donc achevé l'an 1930 dans une santé florissante ; âgé d'à peine huit mois, il fait preuve d'une grande vigueur. Ne dit-on pas de lui, dans « Liège-Echos » du 12 décembre dernier, qu'« il n'est pas loin d'atteindre présentement à l'influence d'un grand quotidien » ? Aussi 1931 s'annonce-t-elle, pour lui, sous les meilleurs auspices.

L'année qui commence nous verra poursuivre sans défaillance l'accomplissement de notre tâche. « Naturisme » est déjà un puissant organe de santé publique ; c'est bien, mais c'est insuffisant : « Naturisme » doit être dans toutes les maisons, dans tous les foyers, dans toutes les mains. Il doit diffuser partout ses saines idées, afin que s'impose et triomphe, pour le plus grand bien de la race hu-



maine, la thèse naturiste. C'est là l'œuvre de demain.

Nous demandons à tous nos lecteurs de nous faire part des critiques et des suggestions qu'ils jugeront utiles au perfectionnement toujours plus apparent du grand hebdomadaire de culture humaine.

NOTRE PROGRAMME

Nous avons pensé qu'il serait intéressant, pour nos nouveaux lecteurs, de reproduire notre programme, tel qu'il figurait dans le premier numéro de « Naturisme ». Le voici :

Il est navrant de constater que nous savons mieux élever les plantes que les bêtes, et les bêtes que les hommes. « Naturisme » fera connaître à tous ceux qui pensent comment la thèse naturiste, s'élevant à la hauteur d'une véritable méthode de culture humaine, sensée, compréhensible pour tous, aisée à appliquer, peut rendre la santé au malade, la vigueur à l'affaibli, la joie de vivre au neurasthénique ; comment elle peut, luttant contre les méthodes modernes d'existence qui nous abattent avant l'heure, nous donner sérénité et longévité par l'observation simple, mais quotidienne, des quelques lois naturelles qui régissent la vie.

LA CURE ALIMENTAIRE

« Naturisme » montrera que nos fautes alimentaires, quotidiennement répétées, sont une des principales causes qui tuent l'enfant au berceau, démolissent la santé de l'adulte et font un vieillard de l'homme de soixante ans. « Naturisme » enseignera les lois fondamentales de l'alimentation saine.

LES CURES D'EAU, D'AIR, DE SOLEIL

L'air, l'eau, le soleil, sont de merveilleux excitants, souvent méconnus, de notre système nerveux, de puissants éléments de vie pour le bien portant, de guérison pour le malade. « Naturisme » vous montrera comment faire bénéficier votre peau du contact vivifiant de l'air, de l'eau et du soleil.

LA CURE DE MOUVEMENT

La sédentarité est le fléau de notre époque. Le progrès nous fait vivre en voiture. Nous ne savons plus marcher, à plus forte raison courir. Nous voulons vivre assis, et l'idéal de bien des gens est d'avoir gros ventre et face rubiconde. Pas de santé durable sans une cure quotidienne de mouvement bien dosé. « Naturisme » vous apprendra à marcher, vous donnera les principes d'une culture physique quotidienne adaptée à vos besoins et à vos résistances, vous prescrira la dose de sport nécessaire pour brûler vos aliments et évacuer vos toxines.

LA CURE MENTALE

Savoir penser ! Savoir vouloir ! Savoir espérer ! Savoir réagir ! Savoir diriger à notre gré les formidables forces qui sont en nous, inutilisées souvent, hésitantes toujours ! Les mettre au service de notre santé physique et morale ! Enseignement capital que vous donnera « Naturisme ».

POUR NOS ENFANTS

L'effroyable mortalité de nos enfants par gastro-entérite, broncho-pneumonie, tuberculose, dans les premières années de la vie, est une conséquence de l'ignorance inimaginable de nos mères de famille. « Naturisme » enseignera les grands principes naturistes de l'hygiène alimentaire du nourrisson, de la gymnastique du nouveau-né, de l'éducation générale de l'enfant.

LA TRADITION NATURISTE

La thèse naturiste, si belle, si réconfortante, dont la vérité est évidente à tout être qui veut bien réfléchir, n'est pas une création de notre époque. Simplement sortie de l'oubli, renouée, dégagée de quelques erreurs, appuyée sur les découvertes de la science de nos jours, elle est l'œuvre de savants médecins, d'éminents philosophes, qui ont magistralement étudié, et nous ont légué les grands principes de la méthode naturiste. « Naturisme » puisera, pour ses lecteurs, dans la tradition, et discutera les magnifiques travaux des maîtres comme Hippocrate, Sydenham, Pythagore, Sénèque, Rousseau, etc.

LE NATURISME ET LES SCIENCES

Les grands problèmes scientifiques modernes se posent obligatoirement à l'esprit du naturiste : « Apprendre, pour comprendre ». La thèse naturiste n'est pas une simple philosophie de la vie, mais une véritable méthode générale d'existence, qui peut, qui doit utiliser les données scientifiques les plus récentes, et en bénéficier. « Naturisme » mettra à la portée de ses lecteurs les lois qui régis-



IDYLLE DANS LA NATURE

Ce n'est pas une scène d'opéra, mais un coin de l'île des Naturistes



« BONNE ANNÉE ! »

De sa maison de jeuillage, cette naturiste vous adresse ses souhaits.



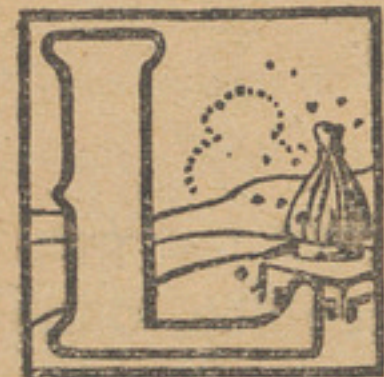
LE CONFÉRENCE STENOGRAPHIÉE

« SAVOIR MANGER »

NOTRE GÉNÉRATION SE TUE PAR UNE ALIMENTATION DÉTESTABLE

(CONFÉRENCE DU 9 DÉCEMBRE 1930)

A la demande des naturistes de province et de l'étranger qui ne peuvent assister aux conférences de propagande données cet hiver, à Paris, par les docteurs Darville, « *Naturisme* » publie de larges extraits sténographiés de ces causeries, qui réalisent, dans un style sans prétention, un exposé complet et détaillé de la méthode naturiste. (Voir « *Naturisme* » du 25 décembre 1930.)



LES aliments que je viens de vous indiquer ne constituent pas encore la totalité de la ration humaine. On peut en incorporer d'autres, et en particulier chez les gens qui, comme la majorité d'entre nous, sont tarés par l'arthritisme, usés par la sédentarité et les erreurs d'alimentation, les gens qui ne digèrent plus, qui ont de l'insuffisance des sécrétions internes et externes. Certains aliments apparaissent comme ayant une importance de premier ordre : je veux parler des diastases.

Notre chimie intérieure, nos réactions digestives, nos transformations chimiques d'estomac ou d'intestin se font grâce à certains corps sécrétés par nos glandes, et qu'on appelle des diastases. Ce sont des produits qui ont la propriété de transformer ce que nous mangeons en substances humaines. Eh bien ! nos organismes tarés ne produisent plus non plus des diastases en suffisance pour que nos réactions digestives se fassent bien. Il est donc important pour l'arthritique moderne de savoir incorporer à sa ration alimentaire certaines doses de diastases puisées là où il faut, en particulier dans le monde végétal, pour aider aux phénomènes profonds de nos digestions et faciliter l'élaboration et l'incorporation en nous-mêmes d'aliments qui, autrement, ne serviraient à rien.

sent l'évolution des mondes, celles de la biologie humaine, celles de la T. S. F., etc., etc.

LA RELIGION

L'étude de la nature, du problème de sa création, de ses lois, de ses rythmes, de son évolution, conduit inévitablement le naturiste à envisager, avec intérêt, le problème divin dans son ensemble, sans étudier obligatoirement, d'ailleurs, le problème plus restreint des religions et des rites. « *Naturisme* » étudiera les traditions religieuses dans ses rapports avec les méthodes modernes de vie saine.

LA PHILOSOPHIE

« *Naturisme* » enseignera à ses lecteurs les grands principes philosophiques qui conduisent l'homme aux idées d'amour de la vie, d'amour de son prochain, de sérénité, de droiture, d'honnêteté, qui sont à la base de la méthode naturiste.

LA THÉRAPEUTIQUE

« *Naturisme* » fera connaître comment la médecine moderne, qui a su réaliser une étude clinique remarquable des maladies humaines, a lamentablement dévié de la voie qui lui était tracée, en concluant à une thérapeutique médicamenteuse des symptômes. « *Naturisme* » prouvera que le médicament chimique est toujours un poison pour l'être humain, que calmer momentanément n'est pas guérir, que stimuler par un excitant n'est pas donner des forces. « *Naturisme* » prouvera que l'organisme malade a toujours ses énergies tendues vers la guérison, qu'il suffit de l'observation sage et simple de quelques lois naturelles pour aider à ses réactions, que le malade meurt parce qu'il viole les principes élémentaires de vie, et qu'il peut guérir, au contraire, en se soumettant de nouveau à la Loi qu'il a méconnue. « *Naturisme* » opposera la thérapeutique naturiste à la thérapeutique chimique, l'alimentation raisonnable à la suralimentation, la cure d'eau et de soleil à la médication soignant reconstituante, le mouvement bien dosé à la cure de chaise-longue, la cure d'air à la cure de

LES ALIMENTS CALORIFIQUES

Examinons maintenant, en détail, chaque catégorie d'aliments, et commençons par les aliments ternaires, par exemple. Ils sont composés de trois corps : oxygène, hydrogène et carbone ; le type en est l'aliment farineux, l'aliment sucre et l'aliment graisse. Farineux, sucres et graisses sont des aliments de combustion. Dans l'organisme, ils brûlent, ils se détruisent, et, en se détruisant, ils créent de l'énergie humaine. Cette énergie se traduit par de la chaleur d'abord, puis par la création de forces qui vont, vers le sympathique, se transformer en énergie plus intellectualisée, en force nerveuse, en pensée, etc.

Il y a une transformation remarquable de ces aliments. Ils brûlent, et, en brûlant, ils donnent une énergie inférieure à la chaleur. Si nous manquons de ces aliments calorifiques, il est impossible que nous fournissions le moindre travail musculaire ; si nous ne fournissons pas de travail musculaire, notre énergie du sympathique est déficitaire ; si notre sympathique est déficitaire, c'est la déchéance. Dans tous vos repas, vous devez avoir un aliment ternaire.

Si vous constituiez un menu avec des substances albumineuses en quantité et sans aucun aliment calorifique, vous auriez un menu détestable. Il faut, dans chacun de vos menus, soit un farineux, soit un sucre, soit une graisse. Mais lequel est le meilleur ? De préférence, le farineux. Le type en est la pomme de terre, le blé, l'avoine, ou tous les produits de céréales : nouilles, macaronis et aliments similaires.

LE PAIN

Nous allons maintenant parler du pain. Il n'est pas exagéré de dire que rien qu'avec du pain et de l'eau, on peut vivre. Vous me direz : « Mais il n'y a que l'élément ternaire ! » Pas du tout : il y a, à côté, l'aliment quaternaire dont j'ai parlé déjà : l'albumine, sous forme de gluten ; il y a aussi l'eau, aliment binaire. Dans le blé, on trouve à peu près tout ce qu'il faut pour faire un menu humain : des sels minéraux, des métaux, de la magnésie et du fer. Le farineux est le type le plus parfait de l'aliment ternaire.

LE SUCRE

Le sucre, pour être sain, doit être naturel. Quand on parle de sucre, beaucoup de gens pensent au sucre industriel. Ce n'est pas de celui-là dont je parle. Celui-là, le sucre en morceaux de nos tables, est trafiqué par la civilisation. On ne trouve pas de sucre en lingots dans la nature. On trouve le sucre dans la canne, la betterave, mais il n'est pas cristallisé ; la nature n'a pas prévu l'aliment concentré.

Si donc vous voulez vous en tenir aux circonstances que la nature a prévues, lorsque vous prendrez un aliment sucré, vous le choisirez naturel, c'est-à-dire dilué, par exemple dans la betterave, dans les fruits mûrs. Mais vous éviterez, dans la mesure du possible — sans d'ailleurs exagérer votre ostracisme — le sucre industriel, du moins en grandes quantités. En effet, l'usage d'un produit ternaire surconcentré comme le sucre industriel a de graves inconvénients.

(A suivre.)

LES RELATIONS ENTRE LES PEUPLES

« *Naturisme* » prêchera la paix des peuples et favorisera la vulgarisation des langues internationales.

LE NATURISME ET LES ARTS

« *Naturisme* », qui doit avoir sa place au sein de toutes les familles, consacrera une partie de son activité à l'étude des arts : théâtre, musique, danse, peinture, poésie, sculpture, etc.

LA VIE SOCIALE

« *Naturisme* », organe d'union entre les hommes, ignorera la politique qui divise. Il précisera simplement ses idées de travail, de justice, d'ordre, d'hierarchie, et prônera l'action féconde pour tous, la récompense à chacun suivant son effort, la responsabilité, l'obéissance consentie aux lois de vie, naturelles ou humaines, l'égalité entre tous les citoyens de même mérite, hommes ou femmes, etc.

LES INFORMATIONS NATURISTES

« *Naturisme* », organe officiel de la Société Naturiste et de Physiopolis, la Cité Naturiste de Villennes-sur-Seine, tout en suivant une ligne de conduite précise, conforme au programme général résumé dans les lignes qui précèdent, ne restera pas, néanmoins, l'instrument d'un clan, d'un parti, d'une méthode. Ambitionnant de faire une œuvre vaste et générale, il s'efforcera d'être le miroir du naturisme mondial. Il annoncera toutes les conférences, réunions et manifestations naturistes qu'organiseront les associations naturistes françaises et étrangères. Il analysera les revues naturistes et publiera des extraits, commentés, au besoin, de leurs principaux articles. Il reproduira les polémiques, publiées pour ou contre le naturisme, par la presse de tous les pays. Il étudiera les ouvrages naturistes qui paraîtront dans toutes les langues, et fera bénéficier ses lecteurs de chapitres sélectionnés.



calfeutrage. « *Naturisme* », en étudiant longuement les maladies humaines dans leurs causes, leurs symptômes, leur diagnostic et leur traitement naturel, permettra au malade de guérir sans médecin, et au bien portant d'ignorer la maladie.

LE NUDISME

« *Naturisme* » montrera que la plupart des méthodes nudistes, appliquées sur une large échelle en Allemagne et dans certains pays du Nord, n'offrent, avec le naturisme, que des rapports insignifiants. Le nudisme intégral, pratiqué en commun, sexes mêlés, ne peut se rattacher à la méthode naturiste générale que s'il observe étroitement tous les autres principes fondamentaux de la méthode.

« *Naturisme* » s'élèvera contre la confusion qu'on tend à entretenir dans certains milieux entre le naturisme et le nudisme. Il soutiendra que, pour de longues années encore, le naturisme ne doit pas englober le nudisme intégral, et que le port d'un cache-sexe ne peut rien changer à l'action cutanée bienfaisante de l'air et du soleil.

Pour toutes les manifestations naturistes qu'il patronnera, « *Naturisme* » exigera le port minimum du slip (culotte sportive sans jambes) pour l'homme, du slip avec adjonction d'un cache-seins pour la femme.

L'HYGIÈNE

« *Naturisme* » inscrit à son programme les problèmes vitaux de la réforme de l'enseignement, de l'élargissement des rues, de la décentralisation des écoles et des usines, de l'amélioration des immeubles, de la suppression des taudis, de la création des cités-jardins, de la lutte contre l'alcoolisme, etc., etc.

LES ANIMAUX

« *Naturisme* » défendra ses amies, les bêtes, contre la méchanceté des hommes. Il protestera contre le scandale de la vivisection, contre l'immoralité de la chasse, contre l'horreur des abattoirs, contre l'emploi du cheval comme moyen de traction de nos voitures...

DE TOUT... DE PARTOUT

REFLEXIONS D'UN NATURISTE

LE « BROUILLARD QUI TUE »



NOUS avons tous eu connaissance de ce douloureux phénomène survenu dans la vallée de la Meuse et que les journaux ont appelé « le mal du brouillard ».

Sans entrer dans la recherche des causes de ce phénomène — recherche qui n'est pas de notre domaine et pour laquelle nous ne sommes pas qualifiés — nous avons tous plus ou moins médité sur les différentes natures que l'on a tout d'abord attribuées à ce « mal » et qu'on lui attribue encore sans savoir, au juste, à laquelle s'arrêter. Autant d'hypothèses, autant de discussions et, aussi, autant de déductions qui, toutes, engendrent des conclusions lamentables.

Arrêtons-nous à celle que les journaux nous ont présentée dès le premier jour, à la première heure, sous ce titre : *Nous trouvons-nous en présence d'un nouveau bacille ?*

Cette hypothèse — qui est, sans doute, en cette circonstance, la moins vraisemblable — est, néanmoins, lorsqu'on l'envisage dans toute sa profondeur, dans toute son étendue et ses conséquences, celle qui apparaît comme la plus terrible.

La plus terrible en ce sens qu'un accident, quel qu'il puisse être, ne saurait avoir d'aussi graves conséquences que l'apparition d'un nouveau bacille. La plus terrible aussi par la manière dont elle a, pour ainsi dire, éclaté. Alors que l'on n'était encore qu'à peine sorti du cauchemar, alors qu'aucun élément d'enquête n'avait été cherché, on a crié, comme si on s'était trouvé brusquement devant la manifestation d'une menace depuis longtemps redoutée : *Serait-ce un nouveau bacille ?*

Phrase lancée au hasard dans la hâte de donner une explication quelconque, direz-vous ?

Non ! Manifestation d'un état d'esprit malheureusement trop justifié. Nous vivons sous la menace continue et chaque jour plus lourde de l'ennemi le plus terrible qui soit pour l'homme : le microbe. Nous sentons cette menace peser sur nous, car nous avons conscience que, à mesure que notre race avance dans le temps, les misères physiques qui l'accablent se font continuellement plus nombreuses. Cette affluence de maux est, malheureusement, réelle, et nous aurions bien mauvaise grâce à ne pas reconnaître qu'elle n'est que trop logique. Elle est la manifestation de la grande lutte universelle pour la survivance de l'espèce.

Toute espèce qui s'écarte de ses conditions de vie primitives dégénère et voit, peu à peu, diminuer ses résistances à l'attaque éventuelle d'un ennemi toujours à l'affût. C'est, alors, la lutte inégale : la race déclinée, se trouvant en infériorité, n'ayant plus tous ses moyens de défense, est

vouée à la destruction inexorable, au profit des individus qui l'auront attaquée, minée, rongée sur le terrain où elle se sera imprudemment aventurée. Ainsi va l'espèce humaine, de lutte en lutte, de défaite en défaite, vers l'anéantissement complet.

L'homme, né au sein de la nature, vivait dans l'atmosphère pure et la pleine lumière vivifiante du soleil, dans lesquelles son corps de bronze puisait des énergies formidables. L'homme, que ne tourmentaient pas encore des aspirations compliquées, se contentait alors des éléments de vie que lui prodiguait sans compter la belle nature qui l'entourait : les arbres lui donnaient leurs fruits sains et savoureux, l'eau claire d'un ruisseau éteignait la soif qu'une course éperdue lui avait provoquée, mille plantes s'offraient à lui pour satisfaire ses goûts simples et naturels.

L'homme, né sous le soleil, au sein de la nature, vivait par eux du seul équilibre harmonieux des énergies naturelles. Qui pourrait dire de quoi ses fils vivent aujourd'hui ? Quelle évolution formidable que celle de notre espèce. Quel chemin nous avons parcouru depuis que l'homme commit la folle imprudence de sortir du cercle dans lequel il vivait si simplement et, par là même, si heureux !

Un jour, dans l'esprit de l'homme, naquirent des désirs, une chimère s'estompa, après laquelle il s'élança. L'homme, sorti des conditions de vie pour lesquelles il avait été créé, sentit bientôt le déséquilibre provoqué en lui par cette transition, et, pour subsister, désormais, il fut obligé de lutter ; pour cela, il demanda des armes à son intelligence : la médecine était née.

Mais de telles armes, fussent-elles issues du plus puissant cerveau humain, ne sauraient être que des moyens de fortune qui font bien piètre figure en face des forces naturelles et ne présentent que peu de résistance devant l'évolution puissante des phénomènes contre lesquels elles doivent nous défendre. Et l'homme, désormais vulnérable, se sentit attaqué par une multitude d'ennemis. Désemparé, trahi par ses forces qui ne le défendaient plus, il ne dut plus qu'à son cerveau sa défense contre l'ennemi : l'infiniment petit parasite, cause de tous ses maux. Et la médecine fit des progrès immenses, consacrant par chacune de ses découvertes les progrès qu'a faits — hélas ! avant elle — la misère humaine...

Depuis des siècles, la tragédie se joue ; depuis des siècles, l'ennemi se multiplie en même temps que la résistance humaine diminue, et l'homme, anxieux, se tourne à chaque alerte vers le laboratoire où le savant cherche, au fond de ses cornues, le remède magique qui donnera l'invulnérabilité. Hélas ! le résultat est digne de pitié : les

misères humaines se font, chaque jour, plus nombreuses ; nos forces s'affaiblissent, nous glissons irrésistiblement vers l'anéantissement final, et nous courbons lamentablement la tête devant la menace de l'avenir ; nous acceptons honteusement la déchéance vers laquelle nous nous laissons entraîner, et nous en sommes, en notre siècle où nous nous croyons très forts et très savants, nous en sommes à nous inquiéter à la moindre alerte : *N'est-ce pas un nouveau bacille ?*

Et quand cela serait, s'il fallait se rendre, une fois de plus, à l'évidence, et constater une nouvelle défaite de notre race, serait-ce encore vers le laboratoire que l'humanité tournerait ses espoirs ? L'expérience n'a-t-elle donc pas assez duré et ses résultats ne sont-ils pas concluants ? Qu'implorez-vous encore d'une science dont les remèdes illusoire ne font que consacrer la vanité ? Quelle formule cabalistique attendez-vous de ses pontifes ?

Un vaccin ? Remède à la Gribouille qui, loin de nous faire vaincre le microbe, nous fait dédaigner de lui. On n'a jamais fait de l'or qu'avec de l'or ; qui donc aura le front de vouloir tirer la vie d'un creuset ?

Ne serait-il pas plus raisonnable, si nous voulions retrouver un peu de ces forces vitales qui nous abandonnent chaque jour, de remonter aux sources même de notre vie, de nous replonger un peu dans l'atmosphère pour laquelle nous sommes conçus ?

Revenons vers les réserves inépuisables que nous offre la nature et d'où nos pères tiraient leur force et leur santé. Laissons le soleil nous baigner de ses rayons vivifiants, laissons l'air et l'eau nettoyer notre corps et contentons-nous des aliments simples que nous offre la terre. Méprisons les basses aspirations matérielles qui tourmentent trop souvent notre pensée ; apprenons à vivre pour vivre. Nous nous rapprocherons ainsi, peu à peu, de ce cercle d'où nos pères se sont échappés, et nous y retrouverons, enfants prodiges repentis, les trésors de vie que nous avons stupidement négligés et auxquels nous avons préféré les décevants plaisirs factices qui ont usé notre race.

Nous éprouverons ainsi, en dehors de notre bonheur personnel, qui n'est pas, me semble-t-il, négligeable, la satisfaction d'un devoir accompli envers notre descendance. Car, si nous avons le droit de nous offrir nous-mêmes en proie aux maux les plus divers, nous ne devons pas laisser à nos enfants un patrimoine de misères plus lourd que celui que nous avons reçu. S'aventurer plus avant sur la route où nous ont engagés nos ancêtres, c'est pousser, de nos propres mains, nos enfants vers la déchéance finale.

BERNARD BÉMONT.

VERS LA CRÉATION



D'« HÉLIOPOLIS »

LE PLUS FORMIDABLE CENTRE NATURISTE DU MONDE

Les docteurs Gaston et André Durville, de concert avec un naturiste de la première heure, M. Bastier du Vignaud, achèvent en ce moment la mise au point d'une œuvre de grande envergure : la création, en plein pays du soleil, d'un immense CENTRE NATURISTE INTERNATIONAL. Situé sur la Méditerranée, dans un coin de France envié du monde entier pour son climat idéal, ce centre naturiste, qui portera sans doute le nom d'HELIOPOLIS, s'étendra sur MILLE HECTARES, dans une nature encore vierge, au sein d'une végétation « tropicale » de toute beauté.

La réalisation de cette œuvre mondiale n'est plus qu'une question d'heures. Une société commerciale sera incessamment fondée, qui tirera ses bénéfices de la vente des terrains et de l'exploitation des innombrables ressources naturelles du domaine. L'élite des fondateurs de l'Île des Naturistes a tenu à faire partie des fondateurs d'Héliopolis, et à acquérir les premières parcelles de terrain, à un prix de début très minime, inférieur de moitié au prochain prix de lancement. Le capital nécessaire à la réalisation de l'opération est presque entièrement constitué. Quelques parcelles et quelques parts de fondateurs restent seulement disponibles à l'heure actuelle. Leur achat constitue un placement de tout premier ordre, et favorisera l'évolution de l'idée naturiste.

Pour prendre part à la création d'Héliopolis et pour bénéficier des énormes avantages réservés aux fondateurs, écrire PAR RETOUR DU COURRIER au docteur André Durville, 15 bis, rue Cimara, Paris (16^e).



MÉDECINE NATURISTE



LA SANTE PAR L'ALIMENTATION

LE MATÉ : UNE INFUSION QUI EST UN ALIMENT (1)



UTREFOIS, les Indiens Quichos vivants dans la forêt sub-tropicale se contentaient d'arracher les feuilles qu'ils mâchonnaient ou chiquaient tout en marchant ; et maintenant, nous, modernes, qui sommes parvenus au vingtième siècle de l'ère chrétienne, nous considérons avec intérêt le tableau de cet homme primitif, sauvage, qui, dans ce geste naturel que son sûr instinct lui avait conseillé, trouvait le vrai moyen d'entretenir dans ses membres l'agilité du cerf qu'il chassait.

La physiologie humaine a un fond de lois inéluctables, comme le monde physique a les siennes.

La plus vigoureuse de toutes les infusions est bien celle qui se fait dans la bouche, et maintenant nous n'imitons plus que de loin notre Indien chiquant son « Caa », lorsque nous sirotons notre tasse de maté dans une fine porcelaine.

Cherchons maintenant à comprendre, par nos moyens modernes de raisonnement, ce que l'homme des forêts faisait naturellement, instruit par la seule expérience.

L'analyse du maté commercial par Kletzinsky nous apprend que les éléments essentiels sont : un alcaloïde, la matéine, isomère de la caféine, dans la proportion de 0,77 % ; puis une huile essentielle (0,05 %) qui, avec la résine aromatique (2 %), donne l'odeur agréable de la feuille sèche, et l'arôme de l'infusion ; de l'acide maté-tannique (1,35 %) et un grand nombre d'acides organiques par quantités millésimales ; de la cellulose (60 %), une grande quantité de chlorophylle (6 %), des albuminoïdes (4,32 %), des substances pectiques (7,67 %), glycose et gomme (4,12 %) et de nombreux minéraux (sels des acides organiques), où dominant le manganèse, la potasse, la soude, la chaux, la magnésie (0,39 %) et le fer.

Le professeur Fournier, faisant, au mois de juin 1909, une communication à la Société Française d'Hygiène de Paris, concluait ainsi : « Cette composition nous explique suffisamment pourquoi l'infusion de maté n'est pas débilitante, pourquoi, n'étant pas suffisamment excitante, elle peut être prise en grande quantité et d'une façon constante sans présenter les inconvénients du thé. »

La conclusion pratique que le professeur Fournier tirait de son étude du maté était d'indiquer cette infusion comme pouvant utilement combattre l'habitude de l'alcool, mais surtout, et avant tout, de l'utiliser comme *épuratif de l'eau*. En effet, c'est bien là la première conséquence à tirer de toutes les études faites tant en France qu'au Brésil sur l'infusion de maté, qui constitue, en soi-même, un antidote très vaste, complexe, mais aussi très complet.

■ ■ ■

L'eau est la reine des boissons, à condition que sa pureté ne soit pas mise en doute. Comme elle est à la base de toute décomposition organique, c'est-à-dire de tout foyer de culture, il importe qu'elle ne soit pas un véhicule de matières organiques en évolution. Lorsque nous assistons, comme récemment encore, à des inondations qui font déborder les égouts et charrient indistinctement tout ce que le torrent trouve sur son passage, il peut être utile de penser au maté, qui nous donne une infusion fortifiante et assainissante. Du reste, les Brésiliens connaissent la chose depuis longtemps : ils en donnent aux troupes en campagne, aux enfants comme aux vieillards ; ils accrochent la « bomba » au trousquin de leur selle quand ils se déplacent à travers la pampa. Sous la chaleur des tropiques, qui fait prospérer la végétation organique et la décompose aussi vite, l'homme du pays boit le maté, sans crainte, étanche sa soif et reste vigoureux.

Il est curieux de noter que la pharmacopée chinoise utilise le maté comme une sorte de panacée universelle. De toutes les qualités dont elle le gratifie, la plus frappante est de ranimer les organismes vieux ou faibles. Tous les Européens ont été frappés du sort du « sertanejo », de l'habitant de l'intérieur, qui fournit un travail très pénible et épuisant, sous un climat que l'Européen supporte peu ou mal, et en ne récupérant ses forces que par une alimentation mauvaise et antiphysiologique : car la viande et les haricots constituent leur ordinaire. La seule raison à donner de cette endurance dans des conditions alimentaires déplorables est bien le maté.

Nous pourrions en dire autant des gauchos, ou gardiens de bétail, qui vivent sur leur selle, à se faire obéir de bêtes pratiquement sauvages. Ils ne mangent presque exclusivement que de grandes tranches de viande séchée, et leur vie nomade leur fait ignorer les légumes. Seul, le maté, infusé dans la « bomba » reste toujours accroché à la selle, et fait à la fois office de boisson et de légume. La grande quantité de chlorophylle ainsi absorbée explique ce mystère apparent d'hommes se nourrissant fort mal et pourtant demeurant d'une force et d'une agilité surprenantes. Le sociologue et l'historien qui s'aviseront d'écrire sur ces types d'hommes feront bien de penser au maté pour expliquer leur valeur physique.

Le maté se présente donc comme un précieux facteur stimulant le métabolisme général, donnant ainsi une résistance à la faim et à la fatigue, tout aussi précieuse pour le travailleur manuel que pour le cérébral. C'est là le fait capital qui est à retenir, et qui fait penser au maté comme à un substitut tout indiqué à l'alcool, qui a toujours trompé les masses parce qu'il réveille l'organisme en l'obligeant à se défendre. Voilà aussi pourquoi nous parlons du maté comme d'un aliment ; il soulage la machine humaine qui peine, en activant les échanges, et ainsi se classe parmi les plus sûrs facteurs d'énergie.

Terminons en le présentant, comme l'a fait le docteur Caminhoà, botaniste distingué, professeur à la faculté de médecine de Rio, comme un diurétique capable de réduire à un quart la quantité d'urée sécrétée. Cela n'est pas pour surprendre, car la condition essentielle de l'agilité physique est la suppression de l'urée. Quant à nous, sédentaires, dont la faute capitale est de trop manger et d'assimiler très mal, entretenant ainsi un état d'entérite qui est la grande raison des maladies des nerfs, nous ferons bien de penser au maté, qui n'aura pas l'inconvénient du café ou du thé, et nous donnera une vraie vigueur physique au lieu de ne nous en donner que l'illusion.

Préparez votre infusion de maté comme celle du thé ; mais, pour aider le travail des tissus de la feuille, humectez d'eau froide le maté avant de verser l'eau chaude ; vous pourrez ensuite allonger votre infusion deux ou trois fois, sans inconvénient.

FIN

ADAM

(L'homme nouveau)

(1) Voir « Naturisme » du 25 décembre 1930.



SUR LES BORDS DE LA SEINE, A VILLENES... PLONGERONT-ELLES ?





ORGANIZONS-NOUS



UNE FORCE AGISSANTE

LES MOYENS D'ACTION DU NATURISME (1)



QUITTANT le domaine abstrait de l'idée, je désire aborder un sujet de réalisation urgente, nécessaire et pratique. C'est qu'en effet j'estime que le naturisme, pour atteindre son but, doit passer à l'action. Son influence doit s'exercer dans tous les domaines de l'activité humaine ; mais il est nécessaire, pour cela, que le naturisme devienne une force, force dont l'influence modifiera nos conditions de vivre et de penser.

Certes, le premier des problèmes qui se présentent à notre esprit est relatif à l'organisation d'une Fédération qui groupera tous les éléments naturistes épars. Mais c'est là une très grosse question, dont la solution ne peut dépendre que des dirigeants des différents groupements naturistes. Nous devons insister pour la réalisation de cette Fédération ; cependant, il n'est pas en notre pouvoir de l'obtenir immédiatement.

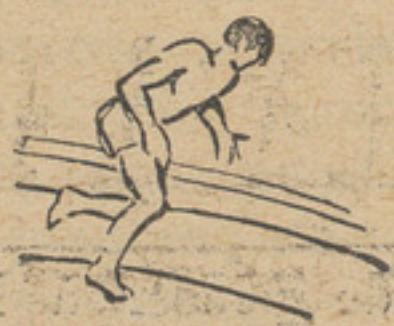
D'autre part, comme je le disais dans mes articles précédents, il est indispensable de fixer la pensée naturiste : philosophie, morale, art, littérature, etc. Il s'agit là d'une œuvre de longue haleine, à laquelle doit concourir l'élite naturiste entière.

Pour ma part, je crois nécessaire une réunion des intellectuels naturistes, qui, groupés, jetteront les bases de l'art naturiste et en élaboreront les règles (ces règles, bien entendu, ne peuvent pas être immuables). Je conçois un groupement de littérateurs naturistes, un groupement d'artistes naturistes (peintres, sculpteurs) — et pourquoi pas une Académie naturiste distribuant des prix, et un théâtre naturiste ? Je conçois également une réunion des juristes naturistes qui prépareront un droit naturiste.

Et, comme les moyens du naturisme sont encore limités, pourquoi l'expression de la pensée naturiste ne se produirait-elle pas d'abord dans une page du journal « *Naturisme* », puis dans un supplément, pour enfin — plus tard — se donner pleinement dans un journal littéraire naturiste (frère du « *Naturisme* » actuel).

Ainsi le mouvement naturiste s'imposerait à l'élite comme à la masse.

Mais ce n'est pas là le sujet de réalisation d'extrême urgence dont je veux parler.



Le naturisme a une occasion de devenir rapidement une force : ce sont les prochaines élections. Il ne s'agit certes pas de faire de la politique. D'ailleurs, lorsque l'idée naturiste triomphera, la politique sera rejetée au dernier plan. En effet, l'immense majorité des hommes ne fait de la politique que parce qu'elle espère améliorer son sort par tel ou tel régime. Or, la société naturiste ayant pourvu aux besoins de l'homme, celui-ci n'aura plus d'intérêt aux luttes politiques. De plus, la morale naturiste, éminemment altruiste, atténuera les effets de l'égoïsme naturel humain. Le naturisme améliorera le sort de l'homme, et, par le jeu de ses institutions, fera disparaître bien des misères humaines et des inégalités choquantes. L'accord sera toujours facile entre naturistes sur la

forme de gouvernement (quant à moi, je conçois aisément un gouvernement naturiste).

Un naturiste doit donc rester au-dessus des luttes politiques, et, s'il s'y intéresse MOMENTANÉMENT, c'est dans l'unique but d'obtenir la réalisation de son idéal naturiste.

C'est sur cette idée que je veux insister : il faut au mouvement naturiste non seulement des concours bienveillants d'hommes politiques, mais aussi des représentants au gouvernement et dans les différentes assemblées politiques du pays.

Les prochaines élections ne sont pas éloignées. Que les naturistes s'organisent sans attendre la création d'une Fédération ou d'un organe directeur. Que, dans chaque groupement naturiste, tel qu'il existe actuellement, aussi petit soit-il, on fixe un programme naturiste minimum que l'on soumettra aux hommes politiques en exercice et aux candidats aux prochaines élections. Mais, pour éviter l'écueil politique très dangereux (il ne faut à aucun prix un conflit entre naturistes) on devra s'adresser à des hommes politiques de nuances différentes, auxquels on demandera de s'engager à soutenir notre idéal, moyennant quoi l'appui des naturistes leur sera acquis. Ne négligeons pas d'agir de la même façon pour les élections aux conseils municipaux, d'arrondissement et généraux.

Chaque groupement naturiste agira dès maintenant selon les circonstances et ses forces. Il im-

porte de ne pas attendre ; le naturiste, sain physiquement et moralement, doit se considérer comme en avance sur son époque. Son initiative doit dominer les habitudes moutonnières de ses semblables, et il restera simple, en un temps où l'on croit que l'intelligence consiste à se perdre en subtilités qui ne sont, au demeurant, que le produit de corps malades et d'imaginations névrosées. Plus tard, une union des naturistes se fera, la thèse naturiste définitive se fixera. Mais c'est là l'œuvre du temps et de nos efforts conjugués. Pour l'instant, il n'y a pas une minute à perdre : nous devons, pour nous imposer, devenir une force, et une force agissante.

En terminant, je supplie les naturistes d'éviter de montrer dans leur action et leur pensée trop d'intransigeance ; il leur faut de la souplesse ; ils doivent s'adapter et surtout savoir faire des concessions. Ils éviteront ainsi de passer pour des illuminés, et écarteront le danger provenant de la méfiance ou de l'hostilité des foules.

(A suivre.)

POL.

(1) Voir « *Naturisme* » des 4, 11 et 18 décembre 1930.



POUR BIEN COMMENCER L'ANNEE

ABONNEZ-VOUS

A « *NATURISME* »

...ET FAITES PROVISION DE SANTE

Six mois : 22 francs

Un an : 40 francs

DES ETRENNES UTILES

ABONNEZ VOS AMIS

A « *NATURISME* »

...ET DONNEZ-LEUR « *BONNE SANTE* » !

Six mois : 22 francs

Un an : 40 francs



SUR LE GRAND STADE, A PHYSIOPOLIS. PEU D'ENSEMBLE, MAIS BEAUCOUP DE GAITE !

POUR ET CONTRE LE NATURISME

REVUE DE
LA PRESSE

UN SON DE CLOCHE

A PROPOS DU NATURISME

A mon ami Louis Piérard.



OMME on ne sait jamais au juste où mettre la main dessus — et que nous l'attendons depuis le début des vacances — nous avons pensé que le « Journal » aurait plus de chance que le facteur ; c'est le pourquoi de ce billet.

Nous l'attendions, l'espérant d'un moment à l'autre, quand nous avons appris qu'il avait préféré la société des nouveaux sectateurs du Dieu Kutounu à celle de son pauvre vieux camarade René.

Ce chagrin de Louis est donc allé tout seul chez les « naturistes » ; il les a vus, leur a causé et a pu se faire une opinion à peu près exacte à leur sujet.

Nous savons déjà qu'ils lui ont fait bonne impression, et c'est beaucoup, quand on sait l'homme convenable, bienséant, pudique et distingué qu'est notre ami Louis.

Mais quand on songe aussi à la qualité et à l'ancienneté de nos bonnes relations, on se prend malgré soi à penser que le nu doit avoir profité d'une certaine influence inhibitrice chez lui, sinon il n'aurait pas préféré de vagues anatomies inconnues, mais nues, à celle, modeste et usagée il est vrai, de son vieux frater à la fois connu et trop vêtu.

Si nous en croyons le compte rendu si vivant qu'il a bien voulu nous en donner dans « Le Peuple » — et force nous est d'avalier cela comme paroles d'Évangile, puisque c'est la première fois que nous ouïssons parler de ces merveilles — le naturisme a pour but de « réhabiliter la nudité comme moyen de régénérescence physique et morale ».

Pourquoi réhabiliter ?

Quand ? A quel moment ? En vertu de quel décret ? Par la faute de qui la pauvre et innocente nudité a-t-elle été condamnée ?

Et d'abord, comme le faisait si finement observer notre ami Louis, « comment se faire recuire au soleil, s'il n'y a pas de soleil ? »

Ces gens n'ont donc pas encore aperçu que le problème de la régénérescence morale et physique, et même celui de la vie toute simple, est résolu depuis toujours d'un bout du monde à l'autre ?

Vu sous cet angle, c'est bien moins une question vestimentaire qu'une affaire de latitude.

Ceux qui en doutent — il faut toujours penser à ceux-là, car il y a partout des méfiants et des mauvais coucheurs — ceux qui en doutent n'ont qu'à confronter la garde-robe des nègres de l'Afrique Centrale, qui appartiennent tous, depuis la plus lointaine histoire, à la noble et antique lignée des Kutounus, à celle des Lapons et des Samoyèdes primitifs de l'autre bout du monde, vivant sous terre et se couvrant des peaux de toutes les bêtes qu'ils parviennent à tuer.

Ici : surcharge de vêtements, cavernes, huttes enfumées, manque d'air, de chaleur et de lumière ; là, nudité triomphale sous le brûlant soleil du bon Dieu des Tropiques et de l'Équateur.

Oui : simple question de latitude.

Nous hésitons à prendre place dans le nouveau bateau qui porte les espoirs des Kutounus européens — ceux-ci tussent-ils Tchécoslovaques, bronzés, Autrichiens, ou simplement Teutons — parce que nous savons que ce qui inquiète le plus en ce moment nos autorités coloniales, c'est précisément l'effroyable mortalité qui afflige les Kutounus d'Afrique.

S'il suffisait, pour être costauds et vivre vieux, de se ballader dans le complet du père Adam au jour de sa fabrication, on en verrait bien peu se ruiner en costumes et s'étrangler en des faux-cols rigides.

Mais les confidents de notre ami Louis n'y vont pas avec le dos de la cuiller ; il ne leur suffit pas de se ballader tout nus, il leur faut encore respecter la morale, en paroles et en actes ; s'abstenir d'alcool et de tabac et s'engager à ne point photographier les copains et copines.

Respecter la morale ?

Je veux bien, moi, mais il faudrait s'entendre. En mon ignorance majestueuse de ces saintes choses, je pense que vertu est ici synonyme de frigédisme, et je concède qu'elle est facile aux anatomies aveulées ; aux pauvres êtres dont toutes les aspérités prennent des airs de points d'interrogation ; mais il se glisse dans la noble société des Kutounus des gaillards ayant conser-

vé un certain ressort, malgré les privations, macérations et restrictions en honneur chez les Kutounus. Comment empêcher les sursauts de ces ressorts, et les déliés involontaires et déplorables accusateurs ?

Je m'arrête, mon cher Louis, au seuil des pires difficultés. Et tant que je ne sais pas au juste ce que les bonnes gens entendent par morale, je me retiens !

J'en ai du reste dit assez pour être classé, par les esprits supérieurs, parmi les pauvres sires « atteints de la maladie pudibonderie qui sévit en Belgique » — et dont mon déliquescant confrère Wibo s'est installé l'incorruptible apôtre.

Mais notre ami a vu, de ses yeux vu, des adeptes autorisés de la nouvelle doctrine. Il y a un rentier lardé — un de ces types qui ne sont jamais contents de leur sort, et qui trouvent sans doute trop fatigant de s'habiller ; une veuve d'artiste peintre, à qui il faut beaucoup pardonner parce qu'elle est malheureuse et esseulée, et qu'elle a vécu dans un milieu spécial, et... un général de l'armée belge !

Ici, mon bon frater Louis voudra bien me permettre quelques observations.

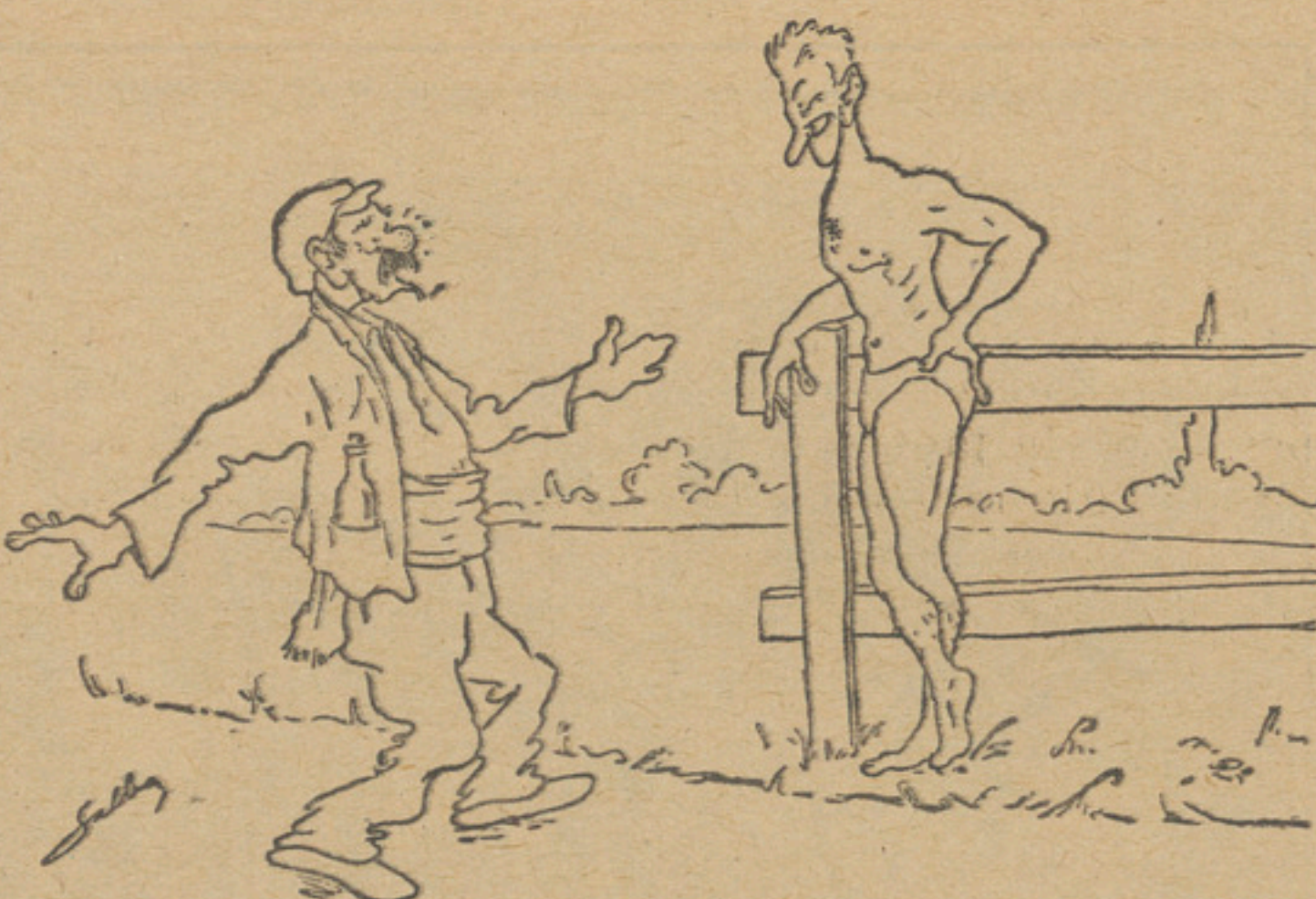
Un général, un capitaine, un capucin, un chef d'orchestre, un ardoisier ou un journaliste, pour moi, c'est la même chose. Je me méfie tout de même du général, parce qu'il a coutume d'apparaître sur le tard, et une fâcheuse tendance à se teinter d'artério-sclérose.

Mais si ce phénomène régressif et fatal n'a point encore montré ses premiers signes et que l'homme est en pleine force, ce qui, souhaitons-le, doit être le cas de celui-ci, la question se trouve heureusement simplifiée.

Ce bon général s'est pavané sous tant de pelures resplendissantes ; il a été si abondamment fleuri, décoré, empanaché, enrubanné ; il doit, par surcroît, s'être mis sur la tête les croupions de tant d'innocentes autruches, que la satiété est venue, et qu'il s'est dit : « Tout, mais plus ça ! »

C'est Alphonse Karr, je pense, qui prétendait qu'il y a un homme plus grand que celui qui possède toutes les décorations du monde, et que, celui-là, « c'est celui qui s'en f... ! ». Notre général nudiste, qui doit

DANS LES NUAGES (Dessin de GALBA)



— Zut !... Adam !... Me v'là f...tu le camp au paradis !

MARDI 13 JANVIER, A 20 H. 45

Grande Salle des Sociétés Savantes
8, rue Danton, Paris (6°)
(Métro : Odéon ou Saint-Michel)

GRANDE CONFÉRENCE
-- DE DIFFUSION --
(avec clinique gratuite)
PAR LES DOCTEURS G. ET A. DURVILLE

PROGRAMME

Première partie. — Pourquoi sommes-nous si laids ? Pour régénérer l'homme, la culture alimentaire ne suffit pas. Doublons-la de culture musculaire. Les divers systèmes de culture physique : lequel choisir ?

Deuxième partie. — Clinique gratuite.

Troisième partie. — Contradicteurs.

être revenu de bien des choses, est peut-être de cet avis. Auquel cas ce serait un sage.

Mais sage est une façon de parler, parce que nous ne savons pas encore pourquoi il est plus sage d'aller tout nu qu'habillé.

Et dire que ces braves gens ont des ennuis — c'est le cas de répéter qu'il y en a pour tout le monde — ils ne trouvent pas de terrain convenable pour se livrer à leurs ébats.

Ici, le pauvre arriéré que je suis se hasarde à risquer une timide question : « Pourquoi, pour que cela fasse du bien, est-il nécessaire de se mettre nu en société ? Est-ce que l'on n'est pas aussi bien nu, tout seul, qu'en bande ? »

Le soleil, qui doit régénérer notre pauvre humanité, a-t-il des préférences pour les exhibitions collectives ?

« Allez en Suisse et en Allemagne, ont-ils dit à notre ami Piérard, et vous comprendrez les bienfaits de la cure de soleil. » Aux Suisses, nous n'avons rien à dire, mais, pour ce qui est des Allemands, il faut avouer que ce n'est pas de leur faute s'il nous reste une chemise et c'est pain béni si certains d'entre eux doivent s'en passer à l'heure présente.

Cela tend simplement à prouver qu'il y a une justice en ce monde.

Et Louis, à qui, tout de même, on n'en fait pas facilement accroire, a un sursaut de bon sens : « Le nudisme, écrit-il, c'est bien, quand les corps sont beaux (d'accord, mon vieux, mais alors, ils n'ont pas eu besoin du nudisme pour le devenir !) mais j'imagine certaines doudons aux chairs flasques, certaines « fofolles » sur le retour, ou bien des quinquagénaires adipeux faisant des grâces, ou simplement du sport, dans un jardin réservé. »

Les naturistes croient aussi avoir des raisons d'ordre social : au surmenage nerveux causé par le travail intensif, à la vie trépidante, le nudisme oppose des remèdes épatants.

Nous croyons cependant que les huit heures, la semaine anglaise, les ponts, les entreponts, les fêtes et les ducasses, dont l'année est semée, permettaient une certaine détente.

Ensuite, et ceci explique bien des choses, ces adeptes de la religion nouvelle s'astreignent à des régimes d'anachorètes : pas d'alcool ni de boissons alcooliques, ni vins, ni bières, ni tabac, et, si possible, ni thé, ni café, avec, en plus, une extrême prudence dans l'emploi du sel et du sucre !

Ajoutez-y la condamnation de la viande et une alimentation végétarienne et fruitière à peu près complète, et vous vous ferez une idée approximative du nouveau paradis que notre bon Louis a trouvé... profondément sympathique.

Il faudra qu'il vienne m'expliquer cela à domicile, parce que, en attendant, je le trouve, moi, singulièrement loufoque.

Un vieux général et un vieux sacristain, cela fait deux vieux bidons. Tout nus, ils sont aussi reluisants l'un que l'autre.

Et puis, en avons-nous déjà vu, de ces végétariens et de ces frugivores, pauvres dyspeptiques emballés sur des questions de régimes et s'en prenant à la viande, aux poissons, aux crustacés, à certains fruits, comme ils s'en prennent aujourd'hui à leurs pantalons au lieu de penser à leur foie et à leur estomac.

Changer de médecin, c'est bien ; changer de régime, c'est encore bien ; mais c'est changer d'estomac qu'il faudrait savoir faire !

En réalité, le caleçon de bain permet une mise à jour suffisante ; pourquoi veulent-ils absolument exposer leurs fesses au soleil, quand il est écrit qu'elles ne servent qu'à s'asseoir dessus et, par conséquent, à rester toujours à l'ombre ?

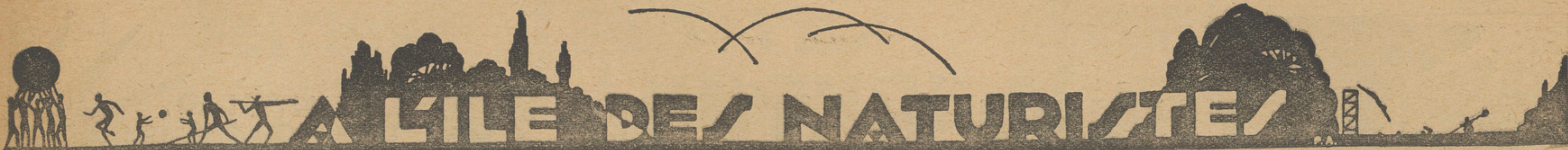
Pourquoi, si elles ne se plaignent pas, les tirer de leur état normal et les mettre en avant ?

J'aurais encore beaucoup de choses à te dire, mon vieux Louis. Tes naturistes ne m'ont pas convaincu : il faudra repasser.

En attendant, je suis de l'avis du bonhomme qui opinait que le monde périrait d'embêtement s'il n'avait pas ses vices pour se distraire un peu !

RENÉ BRANQUART.

(Le Journal de Charleroi, 24 août 1930.)



L'EXPERIENCE D'UN JOURNALISTE AMERICAIN

COMMENT JE DEVINS NATURISTE

Aux premiers jours de la fondation de Physiopolis, un éminent journaliste, directeur politique d'un grand quotidien américain, s'en vint à l'île de Médan pour faire un reportage sur les naturistes.

Comment devint-il adepte de la méthode qu'il venait d'étudier ? C'est ce que nous expliquerons l'amusante histoire que voici, traduite de l'anglais par le naturiste René-Pierre. (Voir « Naturisme » des 11, 18 et 25 décembre 1930.)

PREMIERE PARTIE

(Suite)

— Pas tout à fait, répondit le docteur André Durville, avec un air si délibérément calme que je ne pus me douter d'avoir fait une gaffe. Une grande partie des nudistes allemands ne sont pas naturistes. Ils ne sont pas végétariens, et la plupart d'entre eux sont plus intéressés par leur bain de soleil que par leur développement physique. D'autre part, nos idées sont différentes : pour nous, la nudité est un moyen — lequel est la santé et une morale équilibrée — et non une fin. Avec les Allemands, la nudité est plutôt une revendication de l'égalité sociale et un appel de la liberté individuelle contre les coutumes établies. De telles idées sont en dehors de nos desseins. Nous n'avons aucun désir de défier le public ou de braver les lois.

— Les nouveaux adeptes sensibles pourraient faire des objections pour paraître dans le costume d'Adam, dis-je.

— En effet, continua le docteur Gaston Durville, vous pouvez voir par vous-même qu'un grand nombre de novices ont gardé quelques vêtements, les uns plus, les autres moins. Nous n'imposons pas d'uniformité. Nous ne permettons pas aux gens de parcourir le stade dans leurs habits de ville, mais, pour le reste, chaque habitant de Physiopolis est libre de faire ce qu'il veut.

— Qu'est-ce que cela : Physio... ?

— Physiopolis ! La ville de la nature et de la santé ! C'est ainsi que nous appelons la première colonie naturiste de France.

Je cherchai crayon et papier pour écrire ce nom et quelques notes. Mais je me rappelai tout à coup que je n'avais pas de poche, et la pensée me traversa l'esprit que j'allais peut-être ouvrir un nouveau chapitre dans l'histoire du reportage journalistique.

Je m'assis comme je pus sur un tas de branches sèches, sur lesquelles j'étendis ma veste, et je pris note des quelques phrases saillantes que je venais d'entendre.

J'essayai aussi d'écrire un petit sketch mythologique qui se développait devant moi, mais je l'abandonnai rapidement. Je pus juste décrire une course avec deux ou trois cavaliers galopant.

— Venez faire un peu de médecine-ball pour vous réchauffer, me cria le docteur André Durville d'un groupe qu'il avait rejoint.

Là, il y avait dix personnes : six hommes et quatre femmes — debout, en cercle. Je pris place entre un homme vigoureux, à la barbe grise, et une femme à cheveux blancs, revêtue d'une ample tunique jaune, et montrant une paire de jambes fines et nerveuses, comme peu de jeunes filles de vingt ans en ont. Elle me fut présentée comme étant la « Belle Hélène ».

Je n'avais jamais pratiqué cet exercice et passais la balle gauchement. Cela sembla amuser mes partenaires. Ils riaient et criaient chaque fois que la balle glissait de mes mains.

La « Belle Hélène » était plus bruyante que les autres et semblait prendre plaisir à me lancer la balle à la figure. Elle le faisait avec une force étonnante pour une femme de son âge. Quand le jeu fut fini, elle me prit le bras maternellement et me fit visiter le terrain. Elle me présenta à plusieurs personnes, et, à chaque groupe, elle me vanta poétiquement les sports en plein air, qu'elle avait beaucoup pratiqués en Indochine, où son mari était gouverneur.

Ayant un peu couru dans le temps, j'entrai dans deux courses ; mais la piste était encore primitive, et une partie avait des orties qui ne firent pas de bien à mes pieds nus. Après quoi j'essayai de lancer le javelot. Mes compagnons étaient tous de jeunes athlètes bien développés, dont la carrure faisait ressortir mes pauvres lignes et mon lamentable manque de muscles.

(A suivre.)

VINCENT BUGEJA.

REVUE DES LIVRES

GEORGES LAKHOVSKY — LA SCIENCE ET LE BONHEUR

(Paris, Gauthier-Villars, éditeur)



GEORGES LAKHOVSKY, fort connu dans le monde scientifique par des travaux de réelle valeur, publie aujourd'hui un ouvrage : « La Science et le Bonheur », plein d'idées neuves et intéressantes.

On sait la place importante qu'a prise la théorie des vibrations dans le domaine scientifique : tout rayonne autour de nous et au-dessus de nous. M. Lakhovsky est un des artisans les plus convaincus de cette doctrine, et, dès la première page de son premier chapitre, il déclare nettement que la vie résulte de la vibration de chaque cellule vivante se trouvant dans le champ des ondes cosmiques. Puis, tout de suite, il étudie la philosophie de la longévité, qu'il fait dépendre des trois règles de conduite suivantes :

1° Croire à la longévité, c'est-à-dire avoir la foi qu'on peut atteindre la vieillesse et vouloir devenir vieux ;

2° Eviter de compromettre l'existence en s'abstenant d'être jaloux, envieux ou méchant, mais cultiver la bonté, indispensable à l'équilibre de notre santé physique et morale ;

3° Ne pas avoir peur de la mort et croire à la survie, c'est-à-dire en Dieu, car le doute et la crainte de la mort abrègent notre vie.

Pénétrant ensuite dans les détails de la vie quotidienne, qui doivent assurer la santé et, par suite, la longévité de la vie humaine, je constate avec plaisir que M. Lakhovsky, comme bien d'autres hygiénistes, adopte plusieurs principes de la doctrine des docteurs Durville, notamment celui-ci :

« Le meilleur des sports consiste à faire le matin un peu de gymnastique suédoise et respiratoire pendant un quart d'heure ou une demi-heure au maximum et surtout une heure de marche au moins par jour. »

Un point assez curieux du travail de M. Lakhovsky est l'influence de l'oignon cru sur la santé en général, mais tout spécialement sur le cancer.

« Grâce à l'obligeance des légations et des ambassades, nous déclare l'auteur, je me suis mis en rapport avec les savants et les universités de tous les pays. J'ai pu ainsi constater, à l'aide des renseignements fournis par tous ces savants, que le cancer est à peu près ignoré dans tous les pays dont la population fait quotidiennement une grande consommation d'oignon cru, même dans les pays où la nature géologique du sol est favorable au développement du cancer. »

Voilà certes un procédé facile et peu coûteux de se préserver de ce terrible fléau...

Mais nous voici assez loin de la question des radiations, dont l'ouvrage de M. Lakhovsky est tout entier imprégné ; il nous faut y revenir.

Nous connaissons, depuis Goeckel et Kolhoerster, l'existence des ondes cosmiques qui remplissent l'univers. M. Lakhovsky dit à ce sujet :

« Les investigations entreprises depuis quelques années par les astrophysiciens montrent donc que tous les astres de l'univers, loin d'être isolés dans un vide interplanétaire parfait, qui serait le domaine de la mort, sont, au contraire, baignés par un champ de radiations qui leur apportent l'énergie et la vie. »

Tout ceci est bien connu, mais ce qui l'est moins, ce sont les radiations végétales. Or, il résulterait des expériences du professeur Cremonese que les végétaux émettent des radiations susceptibles d'impressionner la plaque photographique. Ces radiations sont différentes des radiations humaines et relativement moins complexes.

Parmi les végétaux expérimentés, l'oignon a donné des résultats très curieux : MM. Gurwitsch et Frank ont montré que les cellules des racines de l'oignon émettaient une radiation, qu'ils ont nommée mitogénétique, en raison de sa nature, et située dans la région ultra-violet du spectre. Les auteurs ont utilisé l'oignon, parce que ses racines régulières se développent d'une manière continue.

Il ne m'est pas possible de signaler tout ce qui mériterait de l'être dans l'ouvrage de M. Lakhovsky ; mais je ne puis passer sous silence ses circuits oscillants ouverts, dont les effets bienfaisants se sont fait sentir sur nombre de malades.

Ces circuits oscillants ont été appliqués d'abord sur des pelargonium, auxquels le cancer avait été inoculé, et qui furent ainsi rapidement guéris ; après quoi, de nombreux docteurs en ont fait l'application sur des malades de tout âge et de tout sexe et ont obtenu ainsi les résultats les plus encourageants. Et ce que nous devons signaler dans la découverte de M. Lakhovsky, c'est sa parfaite inocuité.

On le voit par les quelques détails que je viens de donner, l'ouvrage de ce savant est digne d'être lu et médité par tous ceux qui s'intéressent aux questions du progrès humain.

GEORGES DE DUBOR.

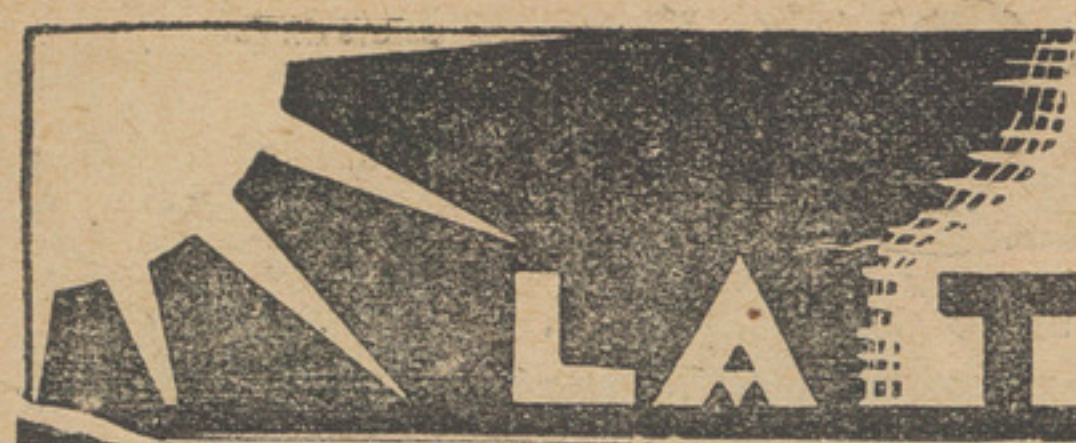
COMMUNIQUÉ DE MADOLIN

Succursale Madolin, 3, rue des Petites-Ecuries. — Madolin rappelle que cette nouvelle succursale est entièrement et uniquement réservée à la vente des produits alimentaires naturistes suivant les principes des docteurs G. et A. Durville. Ce magasin sera approvisionné comme le siège de la rue Marcadet, et on y prendra les commandes exactement de la même façon. Toutefois, toutes les communications téléphoniques devront être adressées : 172, rue Marcadet. Les personnes qui désirent trouver régulièrement leur pain frais au 3 de la rue des Petites-Ecuries sont priées de le commander d'avance ou de s'inscrire pour des fournitures régulières.

Germoir. — Madolin rappelle la façon de se servir du germoir : mettre le blé (ou la céréale, au choix) dans le panier ; inonder pendant six heures environ, en faisant fréquemment des changements d'eau ; laisser égoutter pendant douze heures environ ; inonder abondamment — pour rincer — et laisser égoutter aussitôt après ; laisser la germination se poursuivre d'elle-même ; maintenir le germoir dans une pièce gardant une température de 15° à 20°. Bien nettoyer le germoir après chaque opération. Consommer le grain lorsqu'il a poussé tige et racines, mais avant que la tige ne soit verte.

Madolin fournit des germoirs très fortement étreints, d'un emploi facile, au prix de 25 francs l'un.

Madolinettes. — Madolin a imaginé une nouvelle variété de biscuit naturiste qu'il a appelée « Madolinettes ». C'est essentiellement un mélange de farine intégrale, de farine de seigle, de miel et de jus de fruit au naturel, le tout enrobé dans une solution d'algue marine. Ces madolinettes constitueront une variété de dessert de plus, de façon à éviter que l'alimentation naturiste soit monotone. Les « Madolinettes » sont offertes à 0 fr. 60 l'une.



LA THÈSE NATURISTE

LA SANTÉ PAR
LE SOLEIL

SOUVENIRS D'UN NATURISTE

A LA GLOIRE DU SOLEIL (1)

PREMIÈRE PARTIE

UNE VIE D'ENFANT

VERS LE SALUT

Malgré les bains de mer et de soleil, je dépérisais plus encore chaque jour. J'étais devenu violent, fantasque, entrant, pour le motif le plus futile, en des rages qui affolaient mon pauvre père et mettaient des larmes aux yeux de ma mère.

Moi si studieux, je négligeais mes devoirs, ayant perdu tout goût au travail. Enfin, ce qui les plongeait l'un et l'autre dans un étonnement encore plus douloureux, moi si doux, si bon pour les bêtes que j'adorais, je me surprenais à frapper cruellement les deux chats de la maison, à tirer les oreilles de notre brave Mylord jusqu'à le faire crier. Ma sainte mère ne cessait de supplier la Madone pour qu'elle guérît son petit Paul, cet enfant que, dès sa naissance, elle lui avait voué.

Enfin, ma situation devint telle que certain matin, au comble de l'inquiétude, mon père, accompagné de M. Eustache, m'amena chez le professeur Bouisson. Il m'examina plus longuement encore que la première fois, puis, nous ayant renvoyés, mon père et moi, il garda l'interne près de lui.

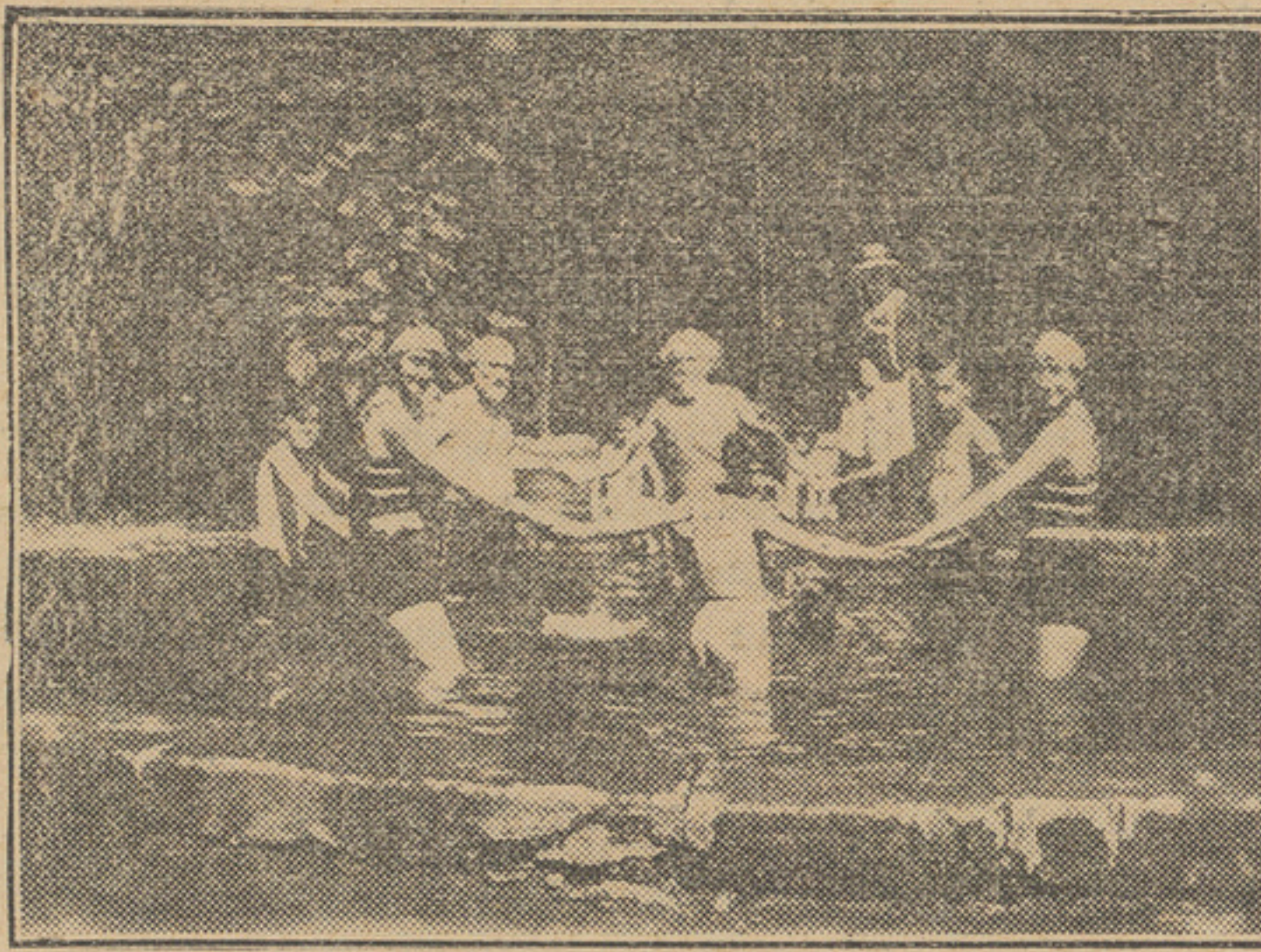
Le lendemain, je vis celui-ci parler longtemps à mon père et à ma mère dans le petit salon de notre boulangerie, tandis qu'on m'avait envoyé jouer au dehors.

Que s'était-il passé chez M. Bouisson ? De quoi fut-il question à mon insu ?

Point ne le sus, mais, le soir même, je venais de me coucher dans mon petit lit bien chaud, bien bordé, humant, à pleines narines gourmandes, la bonne odeur de thym et de romarin dont mes draps étaient imprégnés, ayant été lavés dans le Lez et séchés, par ma mère elle-même, sur les garrigues de Castelnau. Je ne dormais pas, et, dans la chambre à côté, j'entendis mon père et ma mère échanger des paroles qui sont présentes à ma mémoire comme si je venais de les ouïr.

Mon père, on le sait, avait toujours rêvé de faire de moi un avocat ; il me voyait déjà vêtu d'une robe à manche d'hermine, la toque en bataille et remplissant de mon éloquence le prétoire montpelliérain.

Cette ambition lui était venue le jour où, dans le procès en Cour d'assises intenté en 1840 par le gouvernement de Louis-Philippe à Peyrottes, le



LA FAMILLE NATURISTE
Ronde estivale dans le bassin, sous les rayons de Phébus

célèbre potier-poète de Clermont-l'Hérault, il avait entendu la plaidoirie de M^e Laissac, l'aigle du barreau montpelliérain.

Ma mère, on le sait aussi, voulait faire de moi un curé. Mais, dans l'un et l'autre cas, il fallait que j'apprenne le latin.

Donc, cette nuit-là, après une journée laborieuse, avant de s'endormir, ils causaient.

— Vois-tu, Polonie, puisque M. Bouisson et M. Eustache sont d'avis qu'il faut à tout prix éloigner notre petit Paul de Montpellier et l'envoyer pour quelque temps au village, soit à Avène, soit à Octon, pourquoi ne le mettrions-nous pas d'abord entre les mains de notre vieil ami Cincinnatus Cantagrel, dans son ermitage de Larzac ? Il lui en inculquera à suffisance, du latin et même du grec, et sans qu'il nous en coûte beaucoup d'argent : mes

vieilles nippes pour le vêtir, sa place à notre table lors de ses passages ici, et un écu de loin en loin ; avec cela, nous serons quittes. Et notre enfant, crois-le bien, apprendra par lui autant, sinon plus, qu'au lycée de Montpellier, sans compter qu'il pourra guérir, puisque Cantagrel lui donnera ses leçons en plein air.

— Tu as peut-être raison, conclut ma mère, après avoir longuement réfléchi ; essayons toujours. Nous voici à la fin des grandes vacances ; nous allons lui confier le petit jusqu'à la Noël. Il lui commencera son latin, et puis nous verrons à leur retour. Pourvu qu'il nous revienne avec la santé, je serai contente.

— Et moi aussi, fit mon père, heureux de la décision.

De les entendre ainsi parler, je tressaillais de joie dans mon petit lit de fer. Il me semblait que j'entendais le rossignol et la fauvette échanger leurs trilles divins parmi les roseaux des bords du Lez.

Ah ! c'est que le vieillard dont ils venaient de prononcer le nom, et dont nous recevions la visite trois ou quatre fois par an, était pour moi, à l'aurore de ma vie, comme il l'est encore aujourd'hui, dans son crépuscule, le symbole du bonheur et de la bonté. Oui, encore aujourd'hui, je n'ai qu'à fermer les yeux pour voir surgir, auréolée de soleil, couronnée de pampres, parfumée de thym, la silhouette du pauvre marchand d'almanachs, du poétique vagabond qui fut mon premier maître, mon maître adoré, après M. Ventujol.

Lui seul, oui, lui seul, plus encore que M. Bouisson et M. Eustache, pouvait me guérir.

(A suivre.) PAUL VIGNÉ D'OCTON.

(1) Les passages de *A la Gloire du Soleil* que nous publions ici constituent une sélection des chapitres de ce roman ayant trait particulièrement au naturisme, et susceptibles d'intéresser nos lecteurs.

Ceux qui désireraient lire intégralement la belle œuvre de Paul Vigné d'Octon pourront se la procurer lors de sa parution en librairie.

LA MUSIQUE ENREGISTRÉE

Les nouveautés « La Voix de son Maître »

SYMPHONIE FANTASTIQUE (H. Berlioz)

Disque W 1100 : Réveries, Passions, Largo ; Réveries, Passions, Allegro agitato e appassionato assai. — Disque W 1101 : Réveries, Passions (fin) ; Un bal (première partie). — Disque W 1102 : Un bal (deuxième partie) ; Scène aux champs (première partie). — Disque W 1103 : Scène aux champs (deuxième et troisième parties). — Disque W 1104 : Scène aux champs (quatrième partie) ; Marche au supplice. — Disque W 1105 : Songe d'une nuit de sabbat (première partie) ; Songe d'une nuit de sabbat (deuxième partie) ; Dies Irae et Ronde du Sabbat.

Le plus romantique de tous les romantiques, peintres, poètes ou musiciens, Berlioz, en écrivant sa *Symphonie fantastique*, a peut-être composé l'ouvrage le plus fidèle à la Poétique de l'Ecole. Sa personnalité, son Moi est au premier plan. C'est sa propre histoire, sa propre vie, ses propres amours qu'il raconte. Et son récit se présente dans un cadre tel que la fantaisie la plus débridée peut se donner librement carrière. Le sentiment et l'imagination ont ici des droits exclusifs. N'oublions pas la date de l'œuvre : 1830 !

Voici maintenant le programme, que l'auteur suppose entre les mains de chaque auditeur, et qu'il faut suivre en écoutant la musique :

Première partie : Réverie, Passions. — L'artiste songe à son passé, à sa jeunesse. Vague mélancolie. Aspirations indéterminées. Il rencontre celle qu'il doit aimer (qu'il aime en réalité, Harriett Smithson, la jeune actrice dont il s'éprit si furieusement en lui voyant jouer le rôle de Juliette dans le *Roméo* de Shakespeare). Coup de foudre. Débordement de passion. Amour volcanique. Puis accès violent de jalousie. Retour de tendresse. Consolations religieuses.

Deuxième partie : Un bal. — Il retrouve la bien-aimée au milieu d'un bal, dans le tumulte d'une brillante fête mondaine.

Troisième partie : Scène aux champs. — Un soir d'été, à la campagne, il entend deux pâtres qui dialoguent un ranz des vaches. Apaisement de l'âme, calme, espoir, joie. Mais des soupçons affreux envahissent tout d'un coup son âme : si Elle le trompait !... L'un des pâtres reprend sa mélodie, l'autre ne répond plus. Le soleil se couche. Grondement de tonnerre au loin. Solitude. Silence.

Quatrième partie : Marche au supplice. — Il rêve qu'il a tué celle qu'il aime et qu'il est condamné à mort. On le conduit au supplice. Marche grave. L'image de la bien-aimée reparait un instant, mais le coup fatal interrompt brusquement cette pensée d'amour.

Cinquième partie : Songe d'une nuit de sabbat. — L'artiste se voit maintenant au Sabbat, au milieu de sorcières, de larves, de lémons, de monstres de toutes sortes. Bruits étranges, gémissements, éclats de rire, cris lointains. Le thème de la bien-aimée reparait encore, mais déformé, grotesque, trivial. Ce n'est plus Elle, mais sa navrante caricature. Elle se mêle à l'orgie diabolique qui prend des proportions effroyables. Glas funèbre. Parodie burlesque du *Dies Irae*. Ronde de sabbat à laquelle se mêle encore le *Dies Irae*...

De cette œuvre étrange, tourmentée, pleine de feu, d'éclat, de tempête et de véhément désordre — très émouvante par endroits, toujours curieuse — M. Pierre Monteux, à la tête de l'Orchestre Symphonique de Paris, nous donne une traduction saisissante.



Les disques analysés dans cette rubrique sont spécialement recommandés aux lecteurs de *NATURISME*.

« PRO VIDA »

Publication écrite en espagnol pour les naturistes

REVUE MENSUELLE

AVEC TRENTE-DEUX PAGES DE TEXTE. PUBLIE DES ARTICLES INTERESSANTS POUR TOUS LES AMANTS DE LA VIE NATURELLE ET DE LA CULTURE HUMAINE

Prix : 20 centavos

Abonnement annuel : 2 dollars

Directeur et administrateur : A. L. LOPEZ
57, J. C. Zenea, La Havane (Cuba)

LIBRAIRIE NATURISTE

FRANÇAISE ET ÉTRANGÈRE

VENTE ET ABONNEMENTS, PUBLICITÉ DES REVUES
NATURISTES — CATALOGUE SUR DEMANDE
COLLECTION D'ÉCHANTILLONS POUR 50 FRANCS

LIBRAIRIE UNIVERSUM

33, RUE MAZARINE, PARIS-ODEON

Une nouvelle adaptation du phonographe
LA PHONO-PSYCHOTHERAPIE

LE DISQUE QUI GUÉRIT

Le Sérum Moral ; La Joie de Vivre ; Conseils aux Nerveux
Suggestions du Docteur P. Vachet

Trois disques, avec notice, en pochette : 60 francs
Port en sus : 10 %

En vente : Librairie Universum, 33, rue Mazarine, Paris

LE ÉDITION/ DE "NATURISME"

La Cure Mentale.

Un fort volume de 260 pages, abondamment illustré de hors-texte. Prix : 30 francs.

Pour guérir les maladies sans médicaments, par l'emploi raisonné des forces naturelles qui sont en chacun de nous. Le traitement, par la volonté, de toutes les maladies, physiques et mentales.

La Cure Naturiste (Tome 2 : 25 fr., broché).

Le Tome 1 est épuisé. — Troisième édition. — Vingt-huitième mille.

La Cure d'eau. — La Cure de mouvement. — La Cure morale. — Nombreuses illustrations.

La gymnastique amusante pour l'enfant, 1 vol. à 6 fr.

Comment on amuse l'enfant, tout en lui faisant exécuter sa gymnastique maternelle.

Avec ce livre, la gymnastique devient un jeu très apprécié du bambin le plus récalcitrant.

L'Art de devenir énergique, 1 vol. à 12 fr.

Deuxième édition. Quinzième mille.

Cet ouvrage montre comment acquérir une volonté forte : pas de discussions stériles, pas de vaine philosophie : des faits précis, des exercices utiles et qui ont fait leurs preuves.

A l'« Ile des Naturistes », ou la Santé par la Vie Saine, 1 vol. à 8 fr.

Bel ouvrage de 144 pages, abondamment illustré, résumant les grands principes du Naturisme et donnant des détails inédits sur la grande réalisation des docteurs Durville : l'Ile des Naturistes.

L'Art d'être heureux, 1 vol. à 12 fr.

La seule base solide d'où il faille partir à la conquête du bonheur, c'est la santé : santé du corps, santé de l'âme. Comment obtenir l'une et l'autre ?

Le problème de la douleur. Celui de l'émotion. Rôle de la fonction génitale.

Port en sus : 10 0/0 (France) et 20 0/0 (Etranger)
En vente à « NATURISME » et dans toutes les librairies

PIANOS OCCASIONS EXCEPTIONNELLES
REDUCTION 20 A 50 %
Garantie — Echange — Crédit
115-113, RUE DE VAUGIRARD — PARIS
GILBERT LES PLUS GRANDS
MAGASINS

PETITES ANNONCES

Les « Petites Annonces » sont reçues à la direction de Naturisme, 15 bis, rue Cimarosa, Paris (16^e).

LA LIGNE D'ENVIRON 60 SIGNES OU ESPACES... 5 fr.

Les réponses aux annonces domiciliées au bureau de la revue doivent être insérées dans une enveloppe timbrée portant le numéro de l'annonce (ce numéro doit être inscrit AU CRAYON, afin de pouvoir l'effacer). Cette enveloppe doit être adressée, sous une seconde enveloppe, à la direction de Naturisme.

La direction se réserve de refuser toute annonce qui ne cadre pas avec le programme de la revue.

Toute petite annonce, pour paraître le jeudi suivant, doit nous parvenir, accompagnée du montant de l'insertion, au plus tard le vendredi, à midi.

NATURISTE grenoblois voudrait connaître M. X..., de Grenoble, auteur de « Pour créer des foyers naturistes » dans Naturisme du 11 décembre. — G. Darchieux, 14, rue Reval, Grenoble.

MONSIEUR, 30 ans, prof. de ski, isolé, poétique, affect., cherche relations avec dlles ou dames naturistes. Ecr. à Naturisme, N° 350.

CHAMBRE MEUBLEE, confort, chauff., cent., élect., soleil, balcon, 2 trains pour Paris, gare Bois-Colombes. Ecr. pour rendez-vous : Mlle Weise, 7, rue Mortinat, Asnières (Seine).

DAME ou DEMOISELLE distinguée, parl. angl., pourr. être intér. dans propagande anti-alcoolique et naturiste, Exposition Coloniale 1931. — Ecrire à Naturisme, N° 351.

Passez l'hiver au soleil. Pension « LES CHARMETTES », av. des Lilas, Pau. Cure de repos. Parc. Vue sur montagnes. Prix modérés.

MIEL GARANTI NATUREL : 1^{er} Surfin, 5, 10, 20 kg. : 60, 115, 215 francs, franco gare ; 2^e Fin : 53, 100, 195 francs. Remb. 3 fr. 50. Dom. 2 fr. 50. — Mac Say, apiculteur, Luisant (Eure-et-Loir). Ch. p. 541-02 Paris. Remise de 8 % aux lecteurs de Naturisme.

Côte d'Azur. J. f. nat. ch. empl. secr. st.-dact. angl. ou dem. comp., même au pair, pr. dame sle. Mlle Paquier, 126, bd Gambetta, Nice.

« AUX NATURISTES », 97, Petit-Piol, Nice. Institut de régénération par végétarisme et culturisme. Succès quotidiens. Not. sur dem.

J. FEMME 30 ans, sér., dés. voy. pour maison, tournée Afrique du Nord. — Ecrire à Naturisme, N° 347.

RESTAURANT DU FOYER VEGETALIE
40, rue Mathis (Métro : Crimée), fondé en 1923.
Le premier établissement naturiste existant à Paris.
Vous y trouverez la cuisine la plus simple
et les plats les plus abondants
(service à discrétion)
les plus bas prix
(3 fr. 75 par repas, dames ; 4 francs, hommes).

CONFÉRENCE/ CAUSERIE/ RÉUNION/

VENDREDI 2 JANVIER. — A 20 h. 30, à l'Ecole de la Raison et du Cœur selon Marc-Aurèle, 79, rue Denfert-Rochereau, Paris : Le Marc-Aurélisme : « Quel art veux-tu pratiquer ? Je veux être bien pour vivre heureux ».

JEUDI 8 JANVIER. — A 20 h. 30, à la Mairie du VI^e Arrondissement, place Saint-Sulpice, Paris (6^e) (Salle des Trophées) : Pythagore, la morale et le végétarisme, par le docteur Legrain, membre honoraire des Asiles de la Seine, directeur des Annales anti-alcooliques.

— A Pythagore, 4, rue des Prêtres-Saint-Séverin, Paris (5^e) : L'Ecole de la Raison et du Cœur selon Marc-Aurèle, son origine et son but, par M. le professeur Loisel.

DIMANCHE 11 JANVIER. — A 15 h. 45, à la Société contre le Tabac, 12, rue Jacob, Paris (6^e) : L'ivrognerie du tabac mène à l'alcoolisme, par M. le docteur Legrain, médecin-chef honoraire des asiles d'aliénés de la Seine. — Du rôle de la Société contre le Tabac envers la jeunesse et les groupes de jeunesse, par M. Emile Deloraine.

MARDI 13 JANVIER. — A 20 h. 45, Grande salle des Sociétés Savantes, 8, rue Danton, Paris (6^e) : Quatrième séance de la série de douze conférences de diffusion, par les docteurs Gaston et André Durville. Première partie : « Pourquoi sommes-nous si laids ? Pour régénérer l'homme, la culture alimentaire ne suffit pas. Doublons-la de culture musculaire. Les divers systèmes de culture physique. Lequel choisir ? » Deuxième partie : Clinique gratuite. Troisième partie : Contradicteurs.

× × ×

TOUS LES MERCREDIS. — A 20 h. 30, à « Pythagore », 4, rue des Prêtres-Saint-Séverin, Paris (5^e) : Nouveaux cours élémentaires d'Esperanto. Cours gratuits et publics pour les débutants.

— A 20 h. 30, au Foyer Végétalien, 40, rue Mathis, Paris (19^e) : Cours d'Esperanto publics et gratuits.

TOUS LES JEUDIS. — A 17 heures, au Foyer Marc-Aurélien de Paris, 79, rue Denfert-Rochereau : Ecole de la Raison selon Marc-Aurèle. Première année : Le Monde. La nature universelle et ses lois communes à tous les êtres.

TOUS LES VENDREDIS. — A 20 h. 45, à « Pythagore », 4, rue des Prêtres-Saint-Séverin, Paris (5^e) : Cours de gymnastique et d'éducation physique.

— A 20 h. 45, à La Source, 73 bis, rue Bobillot, Paris (13^e) : Cours de langues orientales.

PEINTRE-DECORATEUR

expérience de l'exécution des travaux de décoration murale, esprit moderne

HAUTES REFERENCES

collaborerait avec architectes ou architectes décorateurs. S'adresser : R. SCHILS, 132, avenue du Maine, PARIS (14^e)

172, rue Marcadet.

MADOLIN

Marcadet 06-47.

FABRIQUE ET LIVRE FRANCO A DOMICILE DANS PARIS
(POUR LA PROVINCE, PORT EN PLUS)

les produits alimentaires naturistes

DES DOCTEURS G. ET A. DURVILLE

AMANDES		
(Se consomment au naturel)		
Amandes douces, grosses, triées (Bari).....	Les 500 gr.	20 »
Amandes douces, tout-venant (de Perse).....	—	12 50
Amandes douces Bari, fraîches, émondées.....	—	25 »
Amandes douces grillées.....	—	25 »
Amandes douces salées et grillées.....	—	25 »
AROMATES		
Aromatisez vos légumes dans votre assiette		
Mélange de salicornes sèches et plantes aromatiques. Le sachet de 30 gr.	—	3 60
La saupoudreuse, verre moulé, bouchon nickel.....	—	10 »
BAGUETTES NATURISTES AU FROMAGE		
Farine complète, gruyère râpé		
Le sachet de 100 gr.	—	2 »
BISCOTTES NATURISTES		
Farine complète		
Le paquet.....	—	5 »
BISCUITS NATURISTES AUX RAISINS		
Farine complète et raisins secs		
Le sachet de 200 gr.	—	2 »
BLE GERME EN FLOCONS		
Grain germé et éclaté, amandes, farine complète		
Le petit déjeuner du matin.....	Les 500 gr.	8 »
BLE GERME EN GALETES		
Grain germé, séché et cuit à moins de 90°		
Le kilog.	—	12 »
BLE GERME FRAIS		
Le grain en pleine germination		
Le kilog.	—	4 »
CONFIT NATURISTE AUX AMANDES		
Raisins secs broyés, amandes, noisettes, miel		
Aliment puissant quotidien, pour tous.....	Le pot repas	2 »
CRACKNELLS NATURISTES		
Farine complète		
Biscuits à tremper.....	Le sachet de 200 gr.	5 »
CREME D'AMANDE		
Comme dessert, ou dissoute dans un demi-litre d'eau		
Le petit pot.....	—	3 »
DATTES		
Degla, sélectionnées, du Djerid		
Au naturel, sans sirop.....	Les 500 gr.	8 »

FLEURS DE THE		
Remplacent les feuilles (infusion plus longue)		
Les 125 gr.	—	6 25
GERMOIR		
En tôle spécialement étamée		
Pour faire germer les céréales et les consommer, point, chez soi.....		
HUILE D'OLIVE		
Faites de fruits mûrs à l'arbre, et écrasés au naturel		
Les 500 gr.	—	9 »
JUS DE POMME		
Nouvelle récolte		
Jus frais, au naturel, non fermenté.....	La bouteille	5 »
JUS DE RAISIN FRAIS		
Nouvelle récolte. — « Picardan Doré, Réserve Naturiste »		
Rouge, rosé et blanc.....	Le litre	10 »
—	La demi-bouteille	6 »
MARMITE NATURISTE		
Pour la cuisson des légumes		
Premier modèle.....	—	115 »
Deuxième modèle (un peu plus grand).....	—	145 »
MATTE		
Boisson du Brésil qui est un aliment		
Les 500 gr.	—	10 »
MIEL AROMATIQUE NATURISTE		
Garanti pur aux aromates (lavande)		
Les 500 gr.	—	10 »
MIEL BLANC		
du Loiret		
Miel de plaine.....	Les 500 gr.	6 »

EN VENTE, AU SIEGE

172, rue Marcadet, Paris (18^e) — Marcadet 06-47

LIVRAISON FRANCO A DOMICILE DANS PARIS

Les lundi, mercredi et vendredi, dans les 1^{er}, 2^e, 3^e, 4^e, 5^e, 6^e, 7^e, 8^e, 12^e, 13^e, 16^e arrondissements, et à Boulogne-sur-Seine.
Les mardi, jeudi et samedi, dans les 9^e, 10^e, 11^e, 14^e, 15^e, 17^e, 18^e, 19^e, 20^e arrondissements, et à Neuilly, Levallois et Clichy.

OLIVES NOIRES DE GRECE		
Mûries à l'arbre		
Les 500 gr.	—	9 »
OLIVES NOIRES DE LA DROME		
Les 500 gr.	—	9 »
PAIN D'EPICE NATURISTE		
Farine intégrale, miel, amandes		
Dessert.....	Les deux pavés	4 »
PAIN NATURISTE INTEGRAL		
Le grain de blé dans sa totalité		
Le pain.....	—	2 »
PAIN NATURISTE COMPLET		
Comme ci-dessus, mais coupé de son poids de farine blanche		
Le pain.....	—	2 »
PATES ALIMENTAIRES NATURISTES		
Farine complète		
Nouilles, macaronis, coquillettes.....	Le kilog	9 »
PIGNONS DOUX		
Amande du pin		
A consommer au naturel.....	Les 500 gr.	15 »
PRUNEAUX		
Santa Clara		
Les 500 gr.	—	7 »
RAISINS SECS		
de Smyrne		
Les 500 gr.	—	8 »
RIZ NATURISTE		
Non décortiqué		
Riz intégral, avec la totalité de son péricarpe. Les 500 gr.	—	3 »
RIZ PATNA		
Glacé		
Importé des Indes. Décortiqué et glacé.....	Les 500 gr.	4 »
ROCHERS NATURISTES AU COCO		
Blé germé, noix de coco, miel		
Dessert fin.....	Le sachet de 11	4 »
SARRASIN		
En farine		
Farine pour bouillies.....	Les 500 gr.	2 25
SOLEILS NATURISTES		
Noix de coco, amandes, farine complète, miel		
Aliment de toute heure.....	Les 125 gr.	2 »

DANS L'ILE DES NATURISTES
EST EN VOIE DE CREATION
LA PREMIERE CITE NATURISTE DU MONDE

PHYSIOPOLIS

LA CITE DE NATURE
(Ile de Médan, à Villennes-sur-Seine — Seine-et-Oise)

Naturistes qui voulez contribuer à la création de la première Cité Naturiste mondiale, achetez votre lopin de terre et faites construire votre tente dans **PHYSIOPOLIS**

Autour des vastes stades et parcs naturistes organisés par la Société Naturiste dans l'Ile des Naturistes s'élèvent déjà les premières constructions de PHYSIOPOLIS, qui est déjà le premier Centre Naturiste du monde.

PHYSIOPOLIS, œuvre humanitaire, puissant instrument de lutte contre l'alcoolisme et la tuberculose, contre l'arthritisme et le cancer, n'est pas une affaire immobilière. PHYSIOPOLIS cède des lopins de terre aux naturistes, pour récupérer le prix des vastes stades de jeux et de repos qu'il leur offre.

Naturistes qui n'avez pas le moyen d'acheter votre terrain, adhérez simplement à la SOCIÉTÉ NATURISTE, et, pour une somme annuelle modique, venez vous régénérer au soleil.

Naturistes qui pouvez collaborer à notre œuvre, achetez votre terrain dans PHYSIOPOLIS, et faites construire votre tente pour passer agréablement et économiquement vos week-end ou vos vacances.

TERRAINS

TERRAINS DE CAMPING (en bordure des terrains de jeux)
Superficie : 42 à 56 m.c.

Prix (clôtures et arbres compris)... **2.300 fr.**

GRANDS TERRAINS (en bordure de Seine)

Superficie : 250 m.c., berges comprises

Prix (clôtures et arbres compris)... **10.700 fr.**

CONSTRUCTIONS

TENTES EN FIBRO-CIMENT (modèle 1930 amélioré)

Véritable petite maison, de 3 mètres sur 3 m. 65, claire, aérée, confortable. Idéale pour le camping et le week-end.

Complète avec double-toit, 2 armoires **3.100 fr.**

Surél. de 0 m. 65, parquet, 4 marches **5.040 fr.**

Bungalow-tente (8 m. x 4 m.), deux pièces, sous-sol **10.500 fr.**

CONDITIONS DE PAIEMENT SUR DEMANDE
COMITE D'ORGANISATION DE PHYSIOPOLIS
15 bis, rue Cimarosa, 15 bis — PARIS (16°)

« NATURISME » VOUS INTERESSE ?

ABONNEZ-VOUS

3 mois : 12 francs

1 an : 40 francs

à Paris
15^{bis}, RUE CIMAROSA (16°)
Téléphone : PASSY 77-95

Consultations de 14 à 17 heures. Traitement de 10 à 12 heures et de 14 à 19 heures.

TOUS LES JOURS NON FÉRIÉS, SUR RENDEZ-VOUS

INSTITUT naturiste
DES DOCTEURS GASTON ET ANDRÉ DURVILLE

quelle que soit votre maladie la médecine naturiste peut quelque chose pour vous

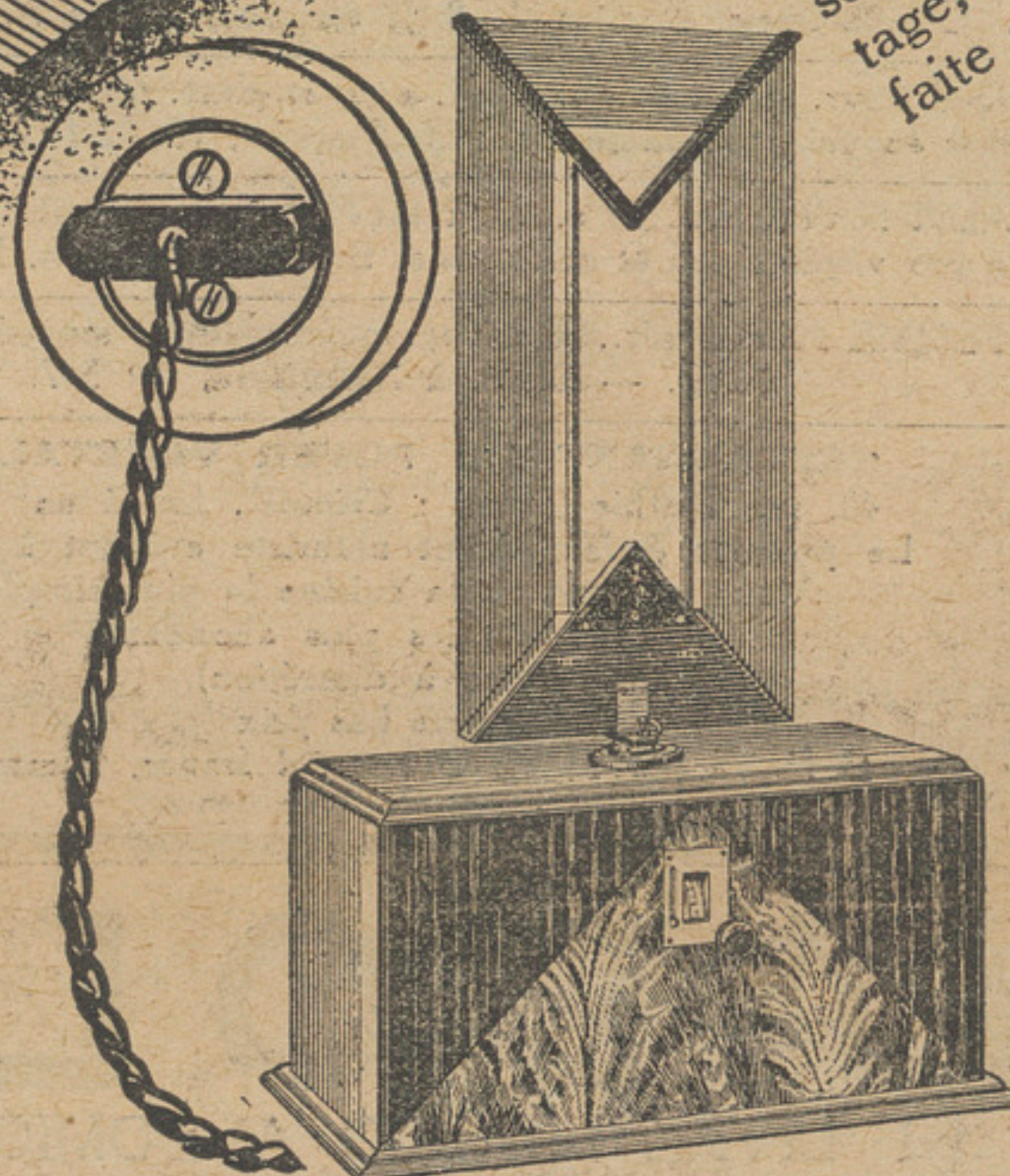
ou à Caen
200, RUE CAPONNIÈRE
Téléphone : 12-77

CONSULTATIONS PAR LES DR DURVILLE LES 2^e ET 4^e LUNDIS DE CHAQUE MOIS DE 12 H. A 16 H.

Traitement tous les jours non fériés, de 10 à 12 heures et de 14 à 18 heures.

ENCORE UN PAS DE GÉANT EN T.S.F.

Pub. A. GIORGI



Les progrès en T. S. F. se succèdent à pas de géant. RADIO-L.L. vient de réaliser le premier Superhétérodyne Secteur Monoréglage. Aux qualités reconnues du Superhétérodyne (sélectivité, sensibilité, puissance) qui n'ont jamais été égalées par aucun montage, ce nouveau poste joint celles d'une alimentation secteur par un réglage intégralement automatique. Nos appareils utilisent les plus récents modèles de lampes à chauffage indirect et, notamment, les biglilles et lampes à écran.

Prix du **SYNCHRO-SECTEUR 6** sur cadre, complet, avec lampes, sans diffuseur.....Frs **4.800 »**
Prix du **SYNCHRO-SECTEUR 4** sur antenne, complet, avec lampes, sans diffuseur.....Frs **2.950 »**
DIFFUSEURS : Petit modèle.....Frs **200 »**
Moyen mod^{le}, Frs **500 »** Grand mod^{le}, Frs **925 »**

GARANTIES

Remboursement intégral de tout poste ne donnant pas satisfaction, après 8 jours d'essai. Garantie de un an contre tout vice de construction.

AVANTAGES

Service Radio-L.L. — Près de chez vous, il y a un agent spécialiste Radio-L.L. Il sera toujours à votre entière disposition. Demandez-nous son adresse.

VENTE A CREDIT
MEME PRIX QU'AU COMPTANT

RADIO-L.L.

5, RUE DU CIRQUE (Champs-Élysées), PARIS-8° — Téléph. { Elysées 14-30
— 14-31

AUDITIONS : Tous les jours, de 9 h. à 18 h. 30, et les mardis, jeudis et samedis, de 21 h. à 23 heures.

CATALOGUE GENERAL N° 32, GRATUIT SUR DEMANDE

BULLETIN D'ABONNEMENT A NATURISME

LE GRAND HEBDOMADAIRE DE CULTURE HUMAINE

A adresser 15 bis, rue Cimarosa, Paris (16°)
(Compte de chèques postaux : Paris 236-69)

Abonnez-moi pour un an, six mois, trois mois (1) à partir du premier numéro du mois de

Nom :

Adresse :

— Je vous adresse le montant ci-joint ou par chèque postal.
— Je vous prie de faire encaisser chez moi le montant de l'abonnement (1).

ABONNEMENTS	France	Etranger
Un an	40 fr.	51 fr.
Six mois	22 fr.	28 fr.
Trois mois	12 fr.	16 fr.

Les abonnements partent obligatoirement du premier numéro d'un mois, au choix

(1) Rayer les mentions inutiles.

POUR VOTRE AMEUBLEMENT

NATURISTES, ADRESSEZ-VOUS A UN FABRICANT NATURISTE

RENÉ AXLER

174, avenue du Maine
PARIS (14°)
Téléph. : Ségur 65-64

CHAMBRES A COUCHER
SALLES A MANGER
MEUBLES DE BUREAU
MEUBLES DE CUISINE
SIEGES, DIVANS, COSY-CORNERS
INSTALLATIONS COMPLETES

DEVIS SUR DEMANDE
RENE AXLER SE TIENT EGALEMENT A VOTRE DISPOSITION POUR MEUBLER VOTRE TENTE A PHYSIOPOLIS

Imprimerie de « Naturisme », 24, rue d'Alleray, Paris (15°)

Le gérant : AUGUSTE CHAUVETON.