BnF Gallica

Naturisme : le grand hebdomadaire de culture humaine / directeur : Dr André Durville ; rédacteur en chef : Dr Gaston [...]

Source gallica.bnf.fr / Bibliothèque nationale de France

{BnF Gallica

. Naturisme : le grand hebdomadaire de culture humaine / directeur : Dr André Durville ; rédacteur en chef : Dr Gaston Durville. 1931-04-09.

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° 146 — TOUS LES JEUDIS — **1 fr. 25** — Douze pages — JEUDI 9 AVRIL 1931

NATURISME

LE GRAND HEBDOMADAIRE DE CULTURE HUMAINE

BnF DEP

Source gallica.bnf.fr / Bibliothèque nationale de France

ÉCHOS ET NOUVELLES

LES ENFANTS ET L'HYGIENE

Dans les écoles de New-York, on fait apprendre aux enfants les dix commandements que voici :

« Je m'engage à m'efforcer de respirer toujours de l'air frais, autant qu'il sera possible, soit en jouant, soit en étudiant, soit en dormant ;

« A rester dehors le plus longtemps possible ;

« A dormir la fenêtre ouverte ;

« A respirer par le nez et non par la bouche ;

« A prendre un bain toutes les semaines ;

« A éviter de tacher mes vêtements ;

« A me tenir toujours droit, spécialement en classe, lorsque j'écris ou j'étudie ;

« A me laver les mains avant de manger ;

« A ne jamais cracher, surtout à terre ;

« A me laver les dents chaque jour, spécialement le soir. »

Ces conseils, bien qu'incomplets, sont excellents. Ne pourrait-on pas, en France, suivre un tel exemple ?

AFFAIRE D'HABITUDE !

Après les méfaits de la suralimentation, allons-nous avoir à déplorer les méfaits de la « sous-alimentation » ?...

Mme Walker, qui habite la Rhodésie britannique, décida un beau matin, nous dit l' « Intransigeant », de vivre sans manger :

« Son jeûne est absolu ; il se traduit par la suppression de toute nourriture. La seule substance qu'elle ingurgite, c'est de l'eau, à amples rasades. Et le liquide ainsi absorbé suffit à la maintenir en un état de santé excellent.

« Mme Walker s'était, cependant, trouvée quelque peu fatiguée les premiers jours où elle s'est mise à ce régime. Elle perdit plusieurs kilos de son poids. Mais, depuis, l'équilibre s'est rétabli parfaitement et elle se trouve, maintenant, aussi forte et plus alerte, prétend-elle, que lorsqu'elle s'alimentait. Qu'on ne croie pas que cela la rende morose. Loin de là. Elle participe à table aux repas de sa famille et à ceux auxquels elle est invitée à l'extérieur. Et, se contentant d'un pot-à-eau pour tout potage, elle est aussi vive et gaie dans la conversation que ceux de ses voisins qui s'empiffrent de nourriture substantielle.

« Et, si on la traite de folle, Mme Walker répond que sont bien plus fous ceux qui emmagasinent tant de choses dans un estomac aussi petit que l'est celui de l'homme. « Quant à moi, conclut-elle, je n'ai pas besoin de manger. Pourquoi mangerais-je ? ».

Voilà, à n'en pas douter, une nourriture économique, remède souverain contre la vie chère et le chômage. A quoi bon gagner son pain, maintenant ?

« Mon Dieu, donnez-nous aujourd'hui notre eau de chaque jour... »

DISTRACTION

Un grand gaillard se présente devant le conseil de révision, en tenue « réglementaire », c'est-à-dire dépourvu de tout ornement vestimentaire.

Un médecin militaire l'examine sur toutes les coutures — ce qui est une façon de parler — tourne autour de lui, pose diverses questions, puis :

— Qu'est-ce que vous faites, dans le civil ?

— Nudiste, m'sieu l'major.

— C'est bien ! Vous pouvez vous rhabiller !...

PIERRE AUDEBERT.

AU CRIBLE, LES IDÉES !...

MÉDICAMENTS « HÉROÏQUES » ET CULTURE HUMAINE

La médecine chimique actuelle possède vingt et un médicaments de base ; ces médicaments, elle les appelle « héroïques ». Ils sont tous, de l'avis de tout le monde, de dangereux poisons.

C'est même parce qu'ils sont, de l'avis de tout le monde, de dangereux poisons, qu'en 1902, vingt gouvernements ont envoyé à Bruxelles des délégués spécialisés, dans le but d'unifier leurs modes d'emploi, d'en préciser les doses, de façon à diminuer les risques de mort chez ceux qui les absorbent.

Les vingt et un médicaments « héroïques » de la médecine chimique sont :

L'aconit, la belladone, le colchique, la digitale, l'ipéca-cuanha, la jusquiame, la noix vomique, l'opium, le strophantus, l'ergot de seigle, l'acide cyanhydrique, l'eau de laurier-cerise, l'eau phénolée, l'arséniate de soude, la liqueur de Fowler, le sirop d'iodure de fer, la cantharide, la teinture d'iode, la teinture de Lobélie, le chlorhydrate de cocaïne, l'onguent mercuriel.

On tue avec le premier, on tue avec le dernier, on tue avec tous les intermédiaires ; nous ne voyons pas qu'il y ait là « héroïsme ». L'héroïsme véritable ne serait-il pas plutôt dans l'action lente, progressive, mais sûre, qu'exercent sur nous une labiée, une graminée, par exemple, amies éternelles et modestes de l'homme, amies des animaux aussi ? Nous aimons l'héroïsme modeste.

■ ■ ■

Nos cellules sont faites pour se nourrir de sucs doux, et ces mêmes sucs doux, ou d'autres également doux, doivent nous guérir, si nous nous laissons devenir malades.

Il nous apparaît clairement, et il apparaît aux médecins qui nous suivent, que les produits concentrés sont un péril pour l'organisme. S'ils tuent à certaine dose, est-il logique qu'ils fassent du bien quand on en use à des doses inférieures ? Qui donc oserait dire qu'un produit nocif, même dilué, ne blesse pas ?

Et si même un poison, employé à faible dose, peut rendre des services à l'organisme, n'est-il pas plus sensé d'essayer d'obtenir le même résultat avec un produit qui ne soit pas l'ennemi de la cellule humaine ? L'expérience, conforme à la logique, prouve qu'on peut, avec des produits anodins, obtenir la totalité des résultats désirés.

■ ■ ■

La cure végétale complète la cure alimentaire. Nous estimons, en effet, qu'aliment et médicament sont une même chose ou se complètent : ce qui alimente correctement doit entretenir la santé et la réparer. Et, inversement, une drogue est nocive si elle ne peut alimenter correctement. Une des grandes fautes de la médecine chimique est d'avoir perdu ce principe capital ; c'est une des raisons qui l'ont fait verser dans la toxicomanie.

Toute plante alimentaire est médicinale, à notre point de vue. Et une plante qui ne peut jouer aucun rôle en alimentation doit être tenue ou pour inutile, ou pour suspecte, ou pour dangereuse.

On doit comprendre déjà en quoi notre conception diffère de celle de la médecine chimique : alors que la médecine chimique actuelle recherche la plante sensationnelle, rarissime, la médecine naturiste recherche la plante commune, qui pousse près de nos murs, dans le bois voisin, dans le pré, dans le champ, au verger.

Alors que la médecine chimique veut trouver dans ses plantes médicinales des produits précis, analysables, au besoin cristallisables — des alcaloïdes, par exemple, des éthers — la médecine naturiste estime infiniment la plantule aux sucs doux, celle qui ne peut pas nuire, car c'est un principe de la médecine traditionnelle : « Primum non nocere ! » (D'abord ne pas nuire). Les homéopathes ont repris ce sage principe.

■ ■ ■

La médecine naturiste, elle, n'a pas de médicaments « héroïques » ; elle démontre que la conservation de notre santé et la réparation de nos misères, physiques ou morales, ne peuvent dépendre d'une drogue qu'on avale, mais qu'elles sont liées uniquement à la façon saine ou malsaine dont nous vivons.

Pour bien se porter ou pour se guérir, il faut, non pas courir à la recherche d'un médicament souverain, mais tendre vers un genre de vie plus rationnel, plus naturel ; ceci n'implique pas du tout, d'ailleurs, que nous redevenions des sauvages : un naturiste jouit du bien-être de l'époque moderne et de tous les véritables progrès.

La médecine nouvelle ne vend pas la santé en pilules, elle la donne à qui la mérite ; elle n'est pas une religion, car elle n'a pas de dogmes, mais elle respecte toutes les convictions humaines ; elle veut l'homme plus beau, plus fort ; elle l'amènera à vivre plus d'un siècle ; elle est la Culture humaine.

Docteurs GASTON et ANDRÉ DURVILLE.

(Extrait de *La Cure Végétale*, le nouvel ouvrage des docteurs Gaston et André Durville, en préparation.)

NATURISME

LE GRAND HEBDOMADAIRE DE CULTURE HUMAINE

Le plus fort tirage des revues naturistes mondiales

Organe officiel de la *Société Naturiste* et de l'*Ile 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 Cimarosa, PARIS (16e) — Téléphone : *Passy* 77-95

Imprimerie-Ateliers :

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

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

JEUDI 9 AVRIL 1931

SOMMAIRE

	Pages
Echos et nouvelles	2
Médicaments « héroïques » et culture humaine	2
Réflexions d'un naturiste	3
La Cité heureuse	4
Le théâtre	4
Le cinéma	4
Conférences, causeries, réunions	4
Les restaurants végétariens : Au Grand Soleil	5
L' « Ile des Miracles »	6
Vers un pain meilleur	7
Les légumes farineux	8
Communiqué de Madolin	8
A la Gloire du Soleil	9
Revue des revues	9
Les éditions de « Naturisme »	9
Petites annonces	10
La Physiopolis de la Méditerranée	12

VOUS ACHETEZ « NATURISME » AU NUMERO
C'EST BIEN
ABONNEZ-VOUS — C'EST MIEUX

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 1er 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 Cimarosa, PARIS — Compte Ch. Post. : Paris 236-69

LES ERREMENTS DE L'HUMANITE

RÉFLEXIONS D'UN NATURISTE

A vanité puérile de la plupart de nos écrivains contemporains est infiniment amusante. Nous entendons les mots d'intellectualité, culture, vie spirituelle, sans cesse rabâchés. On nous met en garde contre l'américanisme, et de bonnes âmes s'émeuvent d'un retour au matérialisme.

Sans doute, la profondeur des idées de ces penseurs sublimes les empêche de s'apercevoir de toutes petites vérités, toutes simples, toutes terre-à-terre. *Car nous ne sommes pas encore sortis complètement de l'âge de la bête.* L'humanité n'a pas tellement évolué que l'homme-animal ne soit plus qu'un souvenir. Certes, les productions du romantisme, de l'idéalisme, de la psychanalyse pourraient nous laisser quelque illusion...

L'HEURE DU BAIN
Des Physiopolitains contemplent les ébats de leurs... concitoyens

Mais si, en toute sincérité, nous regardons autour de nous, nous sommes bien obligés de nous rendre à l'évidence : les guerres perpétuelles où est plongée l'humanité, le goût de la chasse (meurtres inutiles) et des sports *violents*, ne sont-ils pas la preuve de la persistance de l'homme-animal, guidé par ses seuls instincts ? Les mœurs de notre époque, la prédilection de nos contemporains pour la viande de cadavres d'animaux, et même pour les mets putréfiés (on dit : faisandés), leur préférence pour les boissons fermentées, leur amour de la parure, du clinquant, de l'artificiel (les sauvages, eux aussi, aiment la verroterie), n'attestent-ils pas leur barbarie persistante ?

De tout temps, les questions pécuniaires, l'intérêt — c'est-à-dire la matière — n'ont-ils pas primé les sentiments — c'est-à-dire l'intelligence — et cela ne démontre-t-il pas que, quoi qu'on dise, l'ère de l'homme-intelligent n'est pas encore commencée ?

La faveur dont jouissent les sciences occultes et le mystérieux ont-ils un autre fondement que le souvenir des terreurs ancestrales de l'homme primitif devant les forces inconnues de la Nature ?

Je le répète, nous n'avons jamais cessé d'être, *en fait*, des barbares.

L'humanité erre. Elle cherche. Chaque peuple possède des méthodes adaptées à son tempérament et à son degré de développement. Les religions sont les premiers résultats des efforts de l'homme pour libérer son intelligence. Aujourd'hui, les fruits de ces recherches ont des formes multiples et variées.

Dans ses recherches, l'homme peut se tromper, mais il est parfaitement ridicule de dire que l'homme retourne au matérialisme parce qu'il veut se débarrasser de raisonnements et de disciplines périmés, et qui n'ont fait que la preuve de leur insuffisance. L'humanité est corrompue de crasses et de tares, et l'on nous parle d'idéalisme ! Nous voulons bien admirer les siècles passés dans leurs grandes œuvres, mais nous ne voulons pas que l'on nous empêche d'essayer de faire mieux encore. Commençons par être propres corporellement, et ensuite nous ferons de l'introspection. Quand le corps sera sain, l'intelligence le sera également. Moins de psychanalyse, et plus d'hygiène. A moins que l'on ne préfère conserver au peuple sa crasse physique et morale, pour maintenir la supériorité de quelques mandarins lettrés.

Mais nous, qui nous attachons à vouloir le progrès de l'humanité, nous préférons rester dans le domaine des faits et de l'évidence. Nous nous défions de notre imagination et de la faiblesse de notre raisonnement, car nous observons que chaque fois que les connaissances humaines ont fait quelque progrès, l'homme a rejeté le fatras d'idées fausses conçues par l'imagination des générations précédentes, pour ne s'en tenir qu'aux constatations positives.

C'est l'œuvre de la science.

Et cette pensée nous permettra de comprendre ceux qui, comme les Américains, ne sont pas satisfaits par les anciens idéaux, et cherchent mieux.

POL.

« NE BOUGEZ PLUS ! »
Sur le grand stade, à Villennes, Naturisme *prend des photos...*

L'INAUGURATION officielle de la saison aura lieu prochainement à l'Ile des Naturistes de Villennes. A cette occasion, la Société Naturiste entreprendra, au centre de l'île, la construction d'un bâtiment divisé en deux parties: la première, face au grand stade, sera réservée au vestiaire ; dans la seconde, au bord de la Seine, sera aménagé un grand restaurant naturiste. D'autre part, afin de permettre un service direct de bateaux de la rive au grand stade, un nouveau débarcadère sera installé à proximité.

Les beaux dimanches et les jours fériés voient affluer à l'Ile des Naturistes la foule des visiteurs. Voici quelques-uns d'entre eux attendant, à l'embarcadère, la barque du passeur.

EN 12e PAGE, vous trouverez tous les renseignements concernant l'Ile du Levant, le plus formidable centre international de naturisme, où de considérables avantages viennent d'être consentis aux nouveaux acquéreurs de terrains. Les trente premiers d'entre eux recevront gratuitement, suivant l'importance de leur terrain, deux parts de fondateur ou trois actions de l'une des Sociétés de l'Ile du Levant, au choix (Société d'Entreprise, Magasins Généraux, Messageries, Société d'Exploitation).

REVUE DES LIVRES

UN OUVRAGE ATTRAYANT

LA CITÉ HEUREUSE (1)

ON raconte qu'un jeune Espagnol, assis sur un banc de la Puerta del Sol et tenant un livre à la main, riait aux éclats. Un passant, qui le regardait, dit tout haut :

— Voilà un compatriote qui doit lire « Don Quichotte de la Manche ».

Eh bien ! Si je voyais un lecteur rendu joyeux par la lecture d'un livre, je serais porté à croire que ce quidam tient en mains l'ouvrage de M. Franc-Nohain : « La Cité heureuse ».

C'est que je me suis délecté moi-même à la lecture de ce livre, d'une saveur piquante, plein d'aperçus ingénieux et subtils, profonds et amusants, où le rire coudoie la satire, où les sujets les plus divers sont traités d'une plume légère et attrayante.

Est-il bien nécessaire de présenter M. Franc-Nohain aux lecteurs de « Naturisme » ? Qui ne connat ce délicieux moraliste par ses fables ou par ses livres, notamment par « L'Art de vivre », dont le succès fut éclatant ? Ce que je puis dire, c'est que ce petit-fils de La Fontaine, cet érudit humoriste, est, en réalité, un de nos meilleurs écrivains.

Il est difficile d'analyser le nouvel ouvrage de M. Franc-Nohain. C'est une succession de vues ingénieuses, d'idées satiriques développées avec humour, mais que rien ne relie entre elles. La fantaisie est le seul guide de l'auteur. Glanons quelques perles de ces aimables fantaisies. Le meilleur moyen de les faire connaître est de les citer ; les abréger leur ferait perdre leur valeur.

Voici, par exemple, qu'il est question d'un accordeur de pianos :

« Je viens d'avoir la visite de l'accordeur. Dans la pièce voisine de celle où j'écris, j'ai entendu pendant plus d'une heure cet artisan consciencieux — cet artisan et cet artiste — frapper dix fois la même note, puis une autre, puis encore une autre et revenir à la première, reprendre la seconde note, la troisième, tantôt en haut, tantôt en bas, plaquer un accord, exécuter un arpège et, il faut bien le dire, sans plus d'agrément pour lui que pour moi, car les sons qu'il produit ainsi ne composent aucune musique qui compense leur brutalité à la fois et leur monotonie ; le grillon non plus avec sa crécelle, ou le crapaud avec sa flûte, dans la campagne, ne se livrent pas à des modulations très variées ; mais la flûte du crapaud est sa flûte ; la crécelle du grillon, sa crécelle ; ils s'identifient en quelque manière à leur instrument ; tandis que l'accordeur, évidemment, demeure extérieur au piano qu'il accorde. »

Et maintenant, savourez ces considérations sur les juges de paix :

« J'ai eu jadis un camarade de l'Ecole de droit qui avait été nommé juge de paix en Algérie, « à compétence étendue », comme on dit là-bas, ce qui est flatteur pour les juges de paix algériens, mais un peu humiliant pour les juges de paix de la métropole, puisque l'on semble souligner par contraste le peu d'étendue de leur compétence. Mon camarade, qui était un gaillard assez gros pour son âge et pour tous les âges, eût, sans doute, préféré une compétence moins étendue et une température plus modérée, mais, comme il était aussi subtil qu'il était gros, par les fortes chaleurs d'été, quand lui fallait tenir audience, il avait imaginé de siéger dans un bain de siège ; à la faveur de sa robe, qui couvrait le tout, ni vu, ni connu. Vous voyez bien que, pour un juge à compétence étendue d'Algérie, la robe est indispensable. Sans la robe, il n'eût été qu'un homme qui prenait en public un bain de siège ; avec sa robe, il prenait tout de même son bain de siège, mais c'était un juge. »

Il est inutile de souligner que M. Franc-Nohain ne respecte rien, pas même les préfets, pas même les diplomates. Pour les premiers, il est terrible :

« Il y a au moins cette analogie entre les préfets et les croupiers que, pas plus pour les uns que pour les autres, il n'est exigé aucun diplôme, tout au plus un extrait de casier judiciaire. Pour être préfet, il suffit de savoir signer. »

Les diplomates ne sont pas mieux traités :

« J'ai toujours beaucoup goûté la sagesse et la clarté de cette explication donnée à la fabrication des canons : « Pour fabriquer un canon, on prend un trou et on met du cuivre autour ». Pour faire de la diplomatie, c'est également d'un trou qu'il s'agit, un trou autour duquel il va falloir façonner des phrases, des déclarations, des rapports, des formules traditionnelles et des notes confidentielles... La merveille de la diplomatie, c'est d'entourer, d'orner et de masquer le trou ; c'est d'arriver à faire quelque chose avec rien, c'est de savoir tout présenter de telle façon que tout — et rien — ait de l'importance. »

Mais il ne faut pas croire que M. Franc-Nohain prenne toujours ce ton de spirituel persiflage. Quand le sujet le comporte, il devient philosophe et psychologue. Le chapitre relatif à la guerre le montre sous ce nouveau jour. « Il y aura toujours des guerres, dit-il, non seulement parce qu'il y aura toujours des forts et des faibles, mais parce que l'orgueil est là, qui nous pousse à ne jamais consentir à rien abandonner de ce que nous appelons nos droits. »

« L'esprit de guerre, ajoute-t-il, est en nous tous, tous les êtres humains, hommes et femmes, et si profondément ancré que c'est cet esprit qui nous anime lorsque nous nous écrions, sans nous rendre compte combien ce cri est contradictoire : Guerre à la guerre. »

Je crois, par ces citations, avoir donné une idée suffisante de cette « Cité heureuse », le dernier né de M. Franc-Nohain. Espérons que ce dernier né aura bientôt des frères, qui ne lui seront en rien inférieurs.

GEORGES DE DUBOR.

(1) Franc-Nohain : *La Cité heureuse.* — Editions Spes, Paris.

POUR SE DISTRAIRE — POUR S'INSTRUIRE

LE THÉATRE

LE PALAIS-BOURBON AU THEATRE DES MATHURINS

Il était une fois un grand journaliste lettré jusqu'au bout des doigts, doué de la plus prodigieuse mémoire. Entre autres inventions, Léon Treich, puisqu'il faut l'appeler par son nom, créa un calendrier littéraire, une éphéméride où les dates de naissance, de mort, voire de maladie des héros de roman étaient scrupuleusement indiquées. Mais M. Léon Treich, perdu dans la contemplation la plus minutieuse des beautés littéraires du passé, est un des rares journalistes qui ne fréquentent pas le Palais-Bourbon. Comme il a raison ! Il n'en vient pas moins d'écrire une pièce sur les mœurs politiques, le Palais-Bourbon.

■ ■ ■

Annoncée à grand fracas par les innombrables amis de notre brillant confrère, cette pièce devait projeter des lueurs d'une ironie et d'un réalisme féroce sur le monde du Parlement. La commission d'enquête et ses maigres révélations devaient pâlir devant les audaces de M. Léon Treich. Hélas ! mille fois hélas ! La pièce tant attendue n'est ni une satire, ni une pièce d'observation. C'est l'histoire d'une crise ministérielle déclenchée par la banale trahison de la maîtresse officielle d'un président du Conseil.

Mais, depuis cette maîtresse incertaine en ses desseins enfantins jusqu'à son peu reluisant amant, en passant par des fantoches invertébrés qui répètent tout le long de la pièce des propos d'almanach (le ministre de l'Air qui *vole*, celui de la Guerre qui tremble, etc.), tout est faux dans la pièce de M. Léon Treich. Nous n'aurons pas la cruauté de souligner toutes les trouvailles de M. Treich ; notons cependant un fringant attaché de la présidence de la République, occupé, au milieu de la salle des Pas-Perdus de la Chambre, à téléphoner les dernières nouvelles au président de la République en personne !...

M. Mandel lui-même, une des personnalités les plus intéressantes, les plus prodigieuses de vie ténébreuse et machiavélique des Folies-Bourbon, est sacrifié par M. Treich : il est transformé en un grotesque muet, au faux-nez carnavalesque.

■ ■ ■

Le public de la générale a supporté avec impatience tant de banalités. M. Léon Treich devrait relire Pascal : « Il faut de l'agréable et du réel, mais il faut que cet agréable soit lui-même près du vrai ». — MAX GARNIER.

« *NATURISME* » *VOUS INTERESSE ?*

ABONNEZ-VOUS

3 mois : 12 francs 1 an : 40 francs

LE CINÉMA

« RANGO » AU PARAMOUNT

Nouvelle invitation au voyage, *Rango* appartient à la catégorie des documentaires romancés qui s'efforcent de satisfaire en nous le goût de l'aventure. Naturellement, ce film a toutes les qualités et tous les défauts inhérents au genre ; il est surtout riche de valeur documentaire.

Tourné dans la jungle de Sumatra par l'un des co-réalisateurs de *Chang*, M. Ernst B. Schoedsack, assisté de sa femme et de l'opérateur Alfred Williams, *Rango* ne comporte qu'un minimum de mise en scène, car, en dehors des singes, qui se montrent parfaits cabotins ou terriblement humains, les animaux sauvages ne jouent point volontiers la comédie.

On nous conte l'histoire du chasseur de tigres Ali et de son fils Bin, d'un orang-outang, Tva, et de son petit, Rango. Je ne sais si Schoedsack a eu l'intention de démontrer le parallélisme de la vie du singe et de celle de l'homme presque sauvage, aux prises avec les mêmes ennemis, car le thème reste vague, confus, et semble servir uniquement de lien entre les diverses scènes saisies par l'opérateur. Ce que nous admirons dans un film comme celui-ci, c'est surtout l'audace, le sang-froid de l'explorateur, et, par-dessus tout, la somme de patience extraordinaire dépensée pour réunir ces croquis d'animaux saisis sur le vif, du seigneur tigre au buffle domestique, sans oublier les serpents, daims et pantères, acteurs de cinéma incomparables, parce que sincères.

Jamais nous n'avions eu de visions aussi précises des félins et de leur souplesse ; ce sont les fragments les plus intéressants du film, car, malheureusement, la photographie n'est pas très belle et les paysages n'ont rien d'exceptionnel. Le drame réside dans la perpétuelle opposition de la faiblesse et de la force, dans la lutte incessante des bêtes et des hommes, dans l'angoisse des nuits de la jungle. L'émotion atteint au paroxysme quand Rango, captif, s'échappe de la case d'Ali. Bin, s'élançant à sa poursuite, insouciant du danger, est surpris par un tigre dans l'enchevêtrement des lianes ; il réussit heureusement à délivrer de ses entraves le buffle domestique. Alors, nous assistons au combat formidable du fauve et de son ennemi ; le tigre périt éventré par les cornes de son adversaire.

La sonorisation, faite après-coup, procède par à peu près. Le Paramount projette une grande partie de la bande sur écran large, ce qui donne de l'ampleur aux mouvements, mais diminue fortement la netteté de l'image, à l'exception des gros plans.

Un assez bon dessin animé, un petit film parlant dont il vaut mieux ne rien écrire, et une exhibition des Mangan-Tillerettes — une des meilleures troupes de girls de Paris — complètent le programme. J'allais oublier de mentionner une sélection de *La Veuve Joyeuse*, exécutée par l'orchestre Paramount, qui nous permet d'apprécier l'abîme existant entre la musique enregistrée reproduite par la technique médiocre du cinéma sonore et l'audition directe. — JEAN FAUREZ.

LES RÉUNIONS

JEUDI 9 AVRIL. — A 20 h. 30, à la Mairie du VI^e^ Arrondissement, place Saint-Sulpice, Paris (6^e^) (Salle des Trophées) : *La conquête de l'homme*, par M. Vivian du Mas.

VENDREDI 10 AVRIL. — A 20 h. 30, à l'Ecole de la Raison et du Cœur selon Marc-Aurèle, 79, rue Denfert-Rochereau, Paris : *Le Monde, la Nature universelle et ses lois.*

■ ■ ■ DIMANCHE 12 AVRIL. — A l'Ile des Naturistes, à Villennes-sur-Seine (Seine-et-Oise) : *Réunion générale des naturistes.*

■ ■ ■ MARDI 14 AVRIL. — A 20 h. 45, Grande salle des Sociétés Savantes, 9, rue Danton, Paris (6^e^) : *Neuvième séance de la série de douze conférences de diffusion, par les docteurs Gaston et André Durville.* Première partie : « Comment réaliser la cure de soleil pour les gens sains et pour les malades. » Deuxième partie : Clinique gratuite. Troisième partie : Contradicteurs.

MERCREDI 15 AVRIL. — A 20 h. 45, au Groupe des Naturistes Espérantistes, à « Pythagore », 4, rue des Prêtres-Saint-Séverin, Paris (5^e^) (Métro : Saint-Michel) : Soirée artistique. Conférence par Han Ryner sur « *L'Esperanto et la Paix* ».

JEUDI 16 AVRIL. — A 20 h. 30, à « La Source », 73 *bis*, rue Bobillot, Paris (13^e^) : *L'évolution sociale ; Le socialisme, son but, sa doctrine, son avenir*, par M. Marinont.

[X X X]

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 La Source, 73 *bis*, rue Bobillot, Paris (13^e^) : *Cours de langues orientales.*

FAITES LIRE « NATURISME »

ABONNEZ VOS AMIS

6 mois : 22 francs 1 an : 40 francs

NOS INTERVIEWS

ENQUÊTE REPORTAGE

P. A.

LES RESTAURANTS VEGETARIENS

« AU GRAND SOLEIL »

C'EST à l'ombre de l'imposante grisaille du Comptoir d'Escompte que le Grand Soleil Mazdaznan guette les visiteurs affamés. Quelques marches, une porte discrète, et le pied rencontre un tapis rouge. A gauche, une table surmontée d'un rang de bénitiers où trempent des feuillets imprimés, dont l'un surtout se remarque, parce qu'il jure d'exterminer un fléau à la mode : la constipation. A droite, des tables blanches s'alignent de part et d'autre d'une lourde balustrade basse, qui rappelle les escaliers des paquebots d'Extrême-Orient.

La salle entière, d'ailleurs, avec son plafond bas troué d'une coupole de verre aux candélabres en stalactites, fait songer aux salons de la marine marchande d'avant-guerre.

Des passages en linoléum tranchent sur l'opulence de la laine rouge, puis la salle s'élargit transversalement jusqu'au portrait immense d'un monsieur à crinière fade, peut-être quelque augure de ce temple. Ni sous son image, ni dans les bénitiers, on ne trouve son nom ou le récit de ses exploits.

Entre un escalier tournant enjuponné de toile et une poutre maîtresse, un comptoir serre contre une glace le ventre d'un monsieur aussi large que haut. En compagnie d'une tasse de quelque chose de très noir, ce brave homme écoute résonner sur le marbre les jetons lancés par les serveurs qui défilent, les mains pleines.

Par delà ce comptoir, on distingue des cloisons et des étagères chargées de fruits, de gâteaux et de piles de pain dont les coloris vont du blanc au brun.

UN MENU DE BOURGEOIS GENTILHOMME

Sur toute l'étendue d'une carte de grand format, le Grand Soleil aligne ses plats en deux colonnes comptactes. Tout au bas de ce menu, en caractères précis, une offre imprévue de champagne gratuit. Il suffit de « voir au dos » pour connaître l'ingénieuse combinaison qui attire le public vers des exercices respiratoires qui sont, paraît-il, la clé de la santé et du bonheur. C'est très, très attachant, mais hélas ! ces exercices champagnisés se pratiquent rue de la Sorbonne, alors que le Grand Soleil loge, si l'on peut dire, faubourg Poissonnière.

Aussi copieusement garnie, la carte devient embarrassante à consulter ; sa lecture attentive nécessite de longues minutes, et un choix s'avère bien délicat. Quelques explications ne seraient souvent pas superflues, car seuls les habitués de longue date ont pu goûter à toutes ces choses délicieuses qui portent des noms curieux. Certains plats sont tout de même bien attachants, comme cette « polenta gratinée », ce dessert « congolais », et par-dessus tout le « navet à la crème », dont on rêve sans doute après y avoir goûté.

SERVICE-EXPRESS...

Le garçon, noir du bas et blanc du haut, affecté aux tables qui m'accueillent, ne semble pas décidé à me laisser apprendre son menu par cœur. Déjà, d'une serviette nerveuse, il époussète la nappe jusque sous mon nez, afin que je devine sa présence. Il entend presser ma décision, et sa moue exprime la piètre opinion qu'il peut avoir de l'esprit d'initiative du client. Au hasard, mais en sourdine, je demande un beignet aux salsifis. Le nettoyage cesse aussitôt, la veste blanche s'étire vers le plafond, une voix vibrante lance vers la cuisine :

— Et un beignet... Un seul !...

J'ai l'impression de recevoir un paquet de gravats sur les épaules et ne puis m'empêcher de rougir, ma voisine de derrière s'étant retournée afin de contempler l'ostrogoth qui déjeune d'un beignet aux salsifis. La leçon me servira, et je fais serment de choisir par la suite un plat aux sonorités plus neutres.

Mon beignet ne tarde pas. C'est d'ailleurs une montagne de beignets jaunâtres débordant de la minuscule soucoupe qui les supporte et baignant — de là le nom sans doute — dans une sauce couleur de potiron humide. Ils sont plutôt tièdes, et, par crainte de la voisine qui me surveille, je n'ose souffler dessus pour les réchauffer.

Un jeune convive, qui vient d'arriver près de moi, s'agite tellement bien, dans le peu d'espace que nous partageons, que l'une de ses mains heurte la fourchette qui transporte un beignet vers ma bouche, l'expédiant dans la soucoupe, d'où la sauce gicle.

...ET 100 % SONORE

Avant que je ne sois venu à bout de ces maudits beignets, le serveur recommence l'époussetage de la nappe, et, tandis qu'il aligne le porte-cure-dents entre le sel et le poivre, je le prie de me procurer un poireau à l'huile. A l'autre bout de la salle, un consommateur a dû exprimer le même vœu, car déjà un garçon blond annonce son poireau à l'office, et cela permet au collègue qui me sert de lancer à travers la salle :

— Et encore un poireau comme Monsieur...

Avec humilité, je recueille son coup d'œil indicateur, offrant cette mortification au Ciel, pour la caisse d'amortissement de mes péchés.

Tandis que les poireaux s'assaisonnent, l'animation grandit dans la salle ; la porte bat sans arrêt, les tables se garnissent d'habitués qui s'en vont tout droit vers la case qui recèle leur serviette. Les serveurs se font rapides jusqu'à la nervosité, les ordres se succèdent sans discontinuer, avec des intonations diverses, mais toujours sur le mode criard :

— Une puréééée ! clame un petit serveur bien dodu, que son ventre ne laisse jamais arriver le premier.

— Un assort'ment ! proclame un autre, qui est grand, brun et bref.

— Un p'tag'... deux b'lettes ! tranche une autre voix. Une cascade d'ordres éclabousse toutes les oreilles avant de claquer contre le guichet distributeur avec la violence qui caractérise le joueur de jacquet additionnant trois et deux dans un accès de rage.

HUIT SUR DIX POUR MONSIEUR !

Mon poireau n'a pas plutôt montré sa tête au guichet qu'il est harponné par un bras blanc, et, en trois enjambées, le serveur m'offre une seconde soucoupe garnie de quatre poireaux repliés sur eux-mêmes. Fort sympathiques d'ailleurs, ces poireux. Hélas ! ils ont tellement conservé de terreau dans leurs feuilles que mon voisin s'indigne de mes dents qui crissent. Prudemment, il demande un petit pois de conserve. De mon côté, sans attendre le troisième époussetage de nappe, j'implore une mandarine et l'addition.

— Beignet trois francs... Poireaux aussi... Mandarine deux. Ça fait huit !

Mon billet claque entre les doigts du serveur :

— Huit et deux qui font dix...

Un doigt immobile désigne les deux pièces posées sur la nappe, attendant que je laisse quelque chose, tout si possible. Par hasard, je regarde ailleurs. Alors, sans reporter à l'office mon assiette qui l'encombre, l'aimable serveur entreprend de m'envoyer sur les genoux les miettes de mon festin, et, comme il replace la salière près du porte-cure-dents, je comprends et mets fin à son angoisse. En deux secondes, l'assiette vide est à l'office.

BALLADE DES TEMPS PRÉSENTS

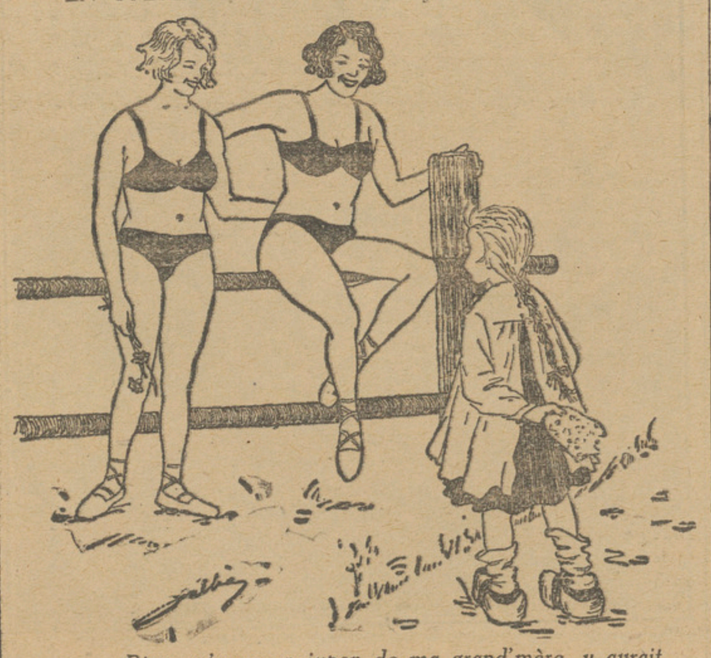
Je dérange trois personnes pour quitter le coin dans lequel je suis emprisonné, et, dans ma hâte, je me trompe de direction, ce qui me conduit devant une porte qui m'attire, parce que c'est celle de l'office. Par-dessus la cloison qui l'entoure sans rejoindre cependant le plafond, deux paniers pleins de salade apparaissent, accrochés à des porte-manteaux. La porte elle-même est garnie d'un immense écriteau : « Défense formelle de fumer pour le personnel ». Il ne manquerait plus que cela ! Les clients ne viennent-ils pas pour être servis, et non pour faire le travail du personnel ? Mais peut-être cet écriteau fait-il allusion simplement à des temps anciens, où l'on trouvait des mégots dans la purée Saint-Germain, tandis que les beignets se saupoudraient de cendre tiède ?

Dans l'office, mon pardessus met en émoi le personnel, qui ne sait trop si je suis le beau-frère du patron ou un inspecteur de quelque chose d'officiel. Il fait assez sombre, d'ailleurs, pour que je ne distingue pas grand'chose : de la vaisselle, des verres, des éclaboussures un peu partout.

Dans l'ensemble, ça n'est pas aussi blanc que le sous-sol si accueillant installé place de la Madeleine. Je ne puis voir la cuisine que très discrètement, et mieux vaut, d'ailleurs, ne pas insister...

CHARLES-E. ABDULLAH.

EN PARLANT CHIFFONS... (Dessin de S. ALBA)



— Rien qu'avec un jupon de ma grand'mère, y aurait d'quoi en faire, allez, des corsages comme ça !...

LA SANTE ET LE BONHEUR...

L' « ILE DES MIRACLES » (1)

II. — EN SARDAIGNE (*Suite*)

Ce matin, mon compagnon sarde m'a déclaré qu'il fallait réparer le harnachement de ma bête ; on restera au village. Après avoir revu mes notes de voyage, je m'en suis allé photographier d'antiques demeures, et j'ai pris aussi les jolies filles brunies au soleil — de vraies naturistes, jambes et bras nus, la chemisette ouverte — qui sont venues puiser de l'eau. Les prises de vues leur ont causé beaucoup de plaisir ; elles ont ri très fort et ne quittent plus la fontaine, que dominent les hautes tiges des bambous. L'une d'elles, plus hardie, s'est approchée de moi, et, les mains posées sur les hanches, m'a demandé, dans son dialecte très doux, de lui remettre un exemplaire de la photographie, ce que je dus ensuite promettre à toutes.

L'après-midi, je quittai la ferme et, tout en assurant mon compagnon que je ne m'écarterais pas, je partis vers la montagne. Je traversai un bois de chênes, et puis, montant toujours, écartant, de ci, de là, les grandes bruyères fleuries qui envahissaient le chemin, sans m'en douter, je gagnai les hauteurs. Après avoir examiné à la loupe quelques fragments de roches — car il entre aussi dans mes habitudes d'étudier les montagnes au microscope — je m'aperçus que le jour baissait, et je me remis en route vers le village, en suivant un chemin différent de celui que j'avais pris à la montée.

Je m'apprêtais à quitter le plateau, quand j'aperçus une jeune personne, précédée d'un troupeau de chèvres. A ma vue, elle s'arrêta ; je me dirigeai vers elle et la questionnai sur l'état du chemin que je comptais prendre. Sous son vêtement très simple, elle montrait une silhouette de jeune déesse ; elle tenait une baguette à la main, et l'échancrure de son corsage rouge montrait les cordons de son scapulaire ; ses cheveux noirs, retenus sur la nuque par un lien, flottaient librement. Ses jambes se terminaient par des pieds menus qui s'appuyaient fermement sur l'herbe, d'où montaient, dans un frémissement, les effluves qu'y avait accumulées la chaleur du jour.

Elle me dit le nombre de ses chèvres et me parla de son chien, qui s'était couché près de nous. Elle me montra, au loin, sa maison blottie sous de grands eucalyptus, et m'offrit d'y aller boire du lait. Je l'en remerciai. Alors, s'accompagnant d'un geste d'une grâce infinie, elle répondit à mon salut :

— Va, me dit-elle, va vers le bonheur...

Et son bras se tendit dans la direction que j'allais prendre.

Un charme indéfinissable se dégageait tout à la fois du paysage, de l'allure gracile de la petite sarde, du timbre chantant de sa voix et de la suavité de sa parole. Une poésie intense me pénétrait, et je descendis lentement le sentier sablé qui menait au village.

...Par la pensée, je revois l' « Ile des Miracles, et je songe à la poursuite du bonheur. Mais le bonheur n'est-il pas ici, sur ces monts ? A l'orée des forêts de chênes, sous un toit rustique qu'abritent les branches des grands arbres, d'où se détachent parfois, comme en de longs pleurs, les écorces flexibles des eucalyptus ?

Mais je descends toujours la pente raide qui mène à la ferme. Je suis parvenu à la lisière de la forêt ; j'ai ralenti mon pas, et me voici dominant la plaine et la mer, immobile et haletant. Ma main ouverte est posée sur ma poitrine, comme il arrive lorsqu'une émotion intense vous saisit. J'ai devant moi ce que la nature a réservé de plus passionnément beau pour l'œil humain. Le soleil s'est voilé des buées qui montent de la mer et, pourtant, l'horizon flamboie. Les rayons de l'astre divin s'irradient dans toutes les directions et montent jusqu'au zénith, arrêtés parfois par de larges traînées de pourpre, d'azur et d'or. A l'avant-plan, les îles de San-Pietro et de San-Antiaco, toutes mauves, tranchent sur l'outremer de l'onde que fige la distance, mais d'où s'échappent d'innombrables scintillements, comme si toutes les étoiles venaient de tomber dans la mer. Et, comme cadre, les frondaisons qui descendent des chênes, qui limitent la forêt sombre.

En ai-je vu des couchers de soleil, sous toutes les latitudes ! Que de fois me suis-je penché sur les reproductions que les maîtres nous ont laissées ! Que ce soient les paysages rocailleux des primitifs ou ceux, plus précis, des peintres de la Renaissance, ou encore les impressions aux couleurs vives de nos contemporains, tout cela recule à présent en face de l'inoubliable splendeur qui s'étale devant moi. Et ces mots tintent à mon oreille :

— Va... vers le bonheur !...

Oui, oui ! Le bonheur est là : dans la toute resplendissante exaltation de la nature et de la vie, dans notre communion constante avec la souveraine grandeur et la sublimité des choses.

... Peu à peu, je me suis dégagé de cet inexprimable ravissement, et tout rentra dans la brume et la nuit. En arrivant au village, je rencontrai mon compagnon inquiet qui gravissait les pentes, allant à ma recherche. Et, tout en subissant ses aimables reproches, je pensai : « Petite Sarde aux bras satinés, à la voix grave et chantante, aux yeux si beaux et si doux, tu me dirigeas vers le bonheur... L'atteindrai-je jamais ?

Deux fervents naturistes, le docteur Regnault et son fils, à la pêch
Rassurez-vous : la bonbonne ne contient pas d'alcool !

III. — L'ILE DE MEDAN

Le train ralentit, je me suis penché vers la portière : c'est bien Villennes-sur-Seine ; je descends. Tout de suite, je reconnais les naturistes qui se pressent vers l'île de Médan. Des jeunes gens, cheveux au vent, des femmes presque toutes belles, pleines de vie et de santé, et aussi des personnes âgées qui sourient et marchent résolument. Nous passons les dancings et les restaurants qui descendent jusqu'au bord de l'eau. C'est dimanche et le soleil brille de tout son éclat. On se croirait à Veldès, si l'île de Médan n'était plus grande et plus proche de la rive. Tout de même, elle est jolie, l'Ile des Naturistes : de magnifiques frondaisons la bordent de toutes parts, et j'aperçois des saules d'un vert pâle dont les branches, en grêles avalanches, baignent dans le fleuve.

Je me suis embarqué comme les autres. Un air de gaîté et d'optimisme éclaire les visages. J'ai l'impression que ceux que j'accompagne vont eux aussi, là-bas dans l'île, chercher la santé et le bonheur.

Celui qui, pour la première fois, débarque dans l'île, se demande s'il ne se trouve pas en présence d'adeptes d'un nouveau culte. Des naturistes, dépouillés de leurs vêtements inutiles, se livrent en grand nombre à des exercices d'ensemble, et les gestes qu'ils font s'accomplissent avec la dévotion d'un rite. Tournés vers le soleil qui les inonde de sa lumière et de sa chaleur, ils lèvent les bras avec amour, comme vers un dieu qui leur donne sans compter les joies les plus pures et les plus saines de la vie. On croit voir des nymphes et des faunes bondir dans les hautes herbes, et, plus loin, on dirait des tritons et des naïades qui s'ébattent dans les eaux du fleuve. Malgré soi, on évoque l'antique Arcadie, où les hommes vivaient dans la nature, beaux et heureux.

Il y a quelques semaines, une jeune fille mince et chétive est venue, sur les conseils du docteur, chercher l'air et le soleil. On lui a montré le ballon monstre, et elle s'est mise à courir et à gambader comme les autres. Je n'entends pas de son de cloche, mais bien les coups sourds du ballon qui frappe l'herbe rase de la piste. La jeune fille chétive est devenue belle, pleine de vie et de santé, et le bonheur éclate aujourd'hui sur son visage.

Ils sont nombreux, jeunes et vieux, qui sont venus à Villennes chercher la santé, et par surcroît le bonheur, car nul doute que la santé n'en soit le principal, si pas le seul facteur. La vie sans entraves, en pleine nature, au grand air et au soleil, ne peut que verser dans l'âme rajeunie la joie de vivre.

— Va vers le bonheur, m'avait dit la petite Sarde ; et soudain, la nature, dans un indicible éblouissement, s'était prodiguée devant moi.

Aujourd'hui, je crois fermement que la félicité parfaite ne se trouve que dans l'harmonie de notre vie physiologique, intellectuelle et morale, et je pense qu'elle n'existe pas en dehors de la nature. Ce qui reste sont choses factices, qui ne laissent après elles que déconcert et découragement.

Ils sont unanimes à dire, ceux qui ont fait une cure à l'île de Médan, que c'est là, dans l'île merveilleuse, qu'on recouvre la santé et le bonheur. Aussi, lorsqu'à Villennes je vois, en larges lettres, le nom de Physiopolis, l'envie me prend d'y ajouter, en sous-titre, ces mots : « L'Ile des Miracles ».

FIN

Docteur G. SIMOENS.

(1) Voir *Naturisme* du 2 avril 1931.

DE TOUT... DE PARTOUT

LA SANTE PAR L'ALIMENTATION

VERS UN PAIN MEILLEUR (1)

De trop nombreuses causes s'exercent qui différencient les races du blé entre elles. Quand on veut s'attaquer au problème du « bon pain », il faut donc, de toute nécessité, s'attaquer à celui du bon grain. C'est, n'en doutez pas, chose extrêmement difficile.

La polémique de presse n'a pas, à cause de cette difficulté, sérieusement abordé la question ; elle l'a même évitée, se retranchant derrière cette opinion toute faite que le blé de France est très bon, que seule pèche la mouture au cylindre. Nous disons, par contre, que si la mouture au cylindre est indiscutablement mauvaise, tous les blés de France ne sont pas à prendre les yeux fermés, pas plus que les blés étrangers.

A un habitant de la Lune, tous les chevaux de France pourraient paraître semblables ; c'est là affaire d'optique. Pour peu que notre œil soit exercé, nous différencierons facilement le gagnant du Grand-Prix d'un percheron ou d'un ardennais. Il en est de même dans l'ordre des blés. Certains n'auront, à l'examen, que le vingtième de la note d'un brillant candidat. De l'un à l'autre, *la distance est facilement aussi grande* que du cheval de gros trait à celui de pur-sang.

Pour nous comprendre, il faut donc commencer par apprendre à regarder, et tourner le dos aux lamentables procédés empiriques sur lesquels s'édifie le commerce des grains. Le blé a, d'un bout à l'autre du territoire, une valeur établie au quintal, en prenant pour base le poids spécifique à l'hectolitre. Ce n'est pourtant qu'une faible fraction de l'appréciation de la qualité. De même, dans le commerce des vins, ceux-ci peuvent être jugés sur leur degré d'alcool, ce qui n'empêche d'avoir, pour un même degré, tantôt du « pinard » et tantôt un grand cru fort coûteux. En matière de boulangerie, il est inadmissible que le poids à l'hectolitre soit notre critérium.

Meunier et boulanger n'ont généralement qu'une idée : le premier, obtenir le plus possible de farine blanche, donc de farine morte ; le second, faire absorber le plus d'eau possible à cette farine. C'est un peu barbare comme procédé.

L'heure vient où le naturisme, qui veut du bon pain, toujours meilleur à tous points de vue, sourit des querelles sur les « améliorants » nocifs, sur la mouture à cylindre, et pense enfin à regarder le grain, comme la personnalité vivante qui constitue à elle seule la totalité du débat.

Le bon grain est le nœud de l'intrigue ; c'est lui qui fait le bon pain, mais il vaut son prix.

Nous n'améliorerons notre pain qu'en utilisant un meilleur grain. C'est à résoudre ce difficile problème que nous devons nous attaquer, et non pas chercher les solutions « après mouture », dans des combinaisons plus ou moins heureuses qui seraient, en tout cas, anti-naturistes.

Le froment est, par lui-même, un excellent aliment. Il est même l'Aliment tout court, avec un grand A. Le naturisme fait — et pour cause — grande attention à l'adaptation qui existe entre notre organisme et les aliments qualifiés d' « humains », qui ont nourri nos ascendants depuis des milliers de générations. Le froment vaut par lui-même et non pas par ce que nous lui ajoutons ou lui retranchons. Il est toujours hasardeux de corriger la Nature : on risque de faire plus de mal que de bien ; on est, en tout cas, assuré de faire moins bien qu'elle. Le naturisme objecte aux solutions artificielles et condamne pareillement les appauvrisseurs comme les enrichisseurs de pain. Il est aussi anti-naturel de blanchir, en l'appauvrissant, le pain, que de lui donner de nouvelles couleurs en ajoutant, après coup, tantôt ceci, tantôt cela. Le bon sens veut que nous respections la cellule de froment dans sa constitution naturelle ; elle a un dosage qui lui est propre et que nous ne pouvons pas impunément changer.

Ce n'est pas non plus une solution heureuse d'ajouter, à une farine blanchie par la mouture au cylindre, partie des corps précédemment éliminés, dans une proportion fantaisiste, dont nous ne trouvons nulle part le modèle dans la nature. Quand on se laisse aller à la fantaisie, toutes les exagérations peuvent être atteintes sans que les auteurs s'en doutent. Le pain enrichi, concentré, aux dosages impressionnants de ses parties dites « riches », verse dans l'erreur de l'aliment concentré, qui risque fort d'être incendiaire.

Dans un précédent article : « Concentré ? Non ! », nous avons déjà mis ces raisons en valeur.

Pour le naturiste, il est aussi oiseux de discuter des « améliorants nocifs » — si toutefois ces deux mots peuvent se juxtaposer — que des enrichissements fantaisistes, ou des appauvrissements qui n'ont d'autre limite que la parfaite blancheur du pain.

Les flots d'encre qui se déversent à ce propos coulent à côté du sujet, et, partant, n'atteindront pas leur but. Parlons-en pour mémoire, mais ne nous y attardons pas.

Le pain naturiste est celui qui se présente tel que la nature l'a fait, sans aucun blutage, aucune addition, aucune soustraction. Mais, comme ce pain intégral est un aliment de grand feu qui s'adapterait mal à nos citadins à combustion lente, nous éteignons ce pain par une farine blutée pour obtenir le pain complet.

La solution vers laquelle tend l'alimentation naturiste est donc de rechercher le meilleur froment. La qualité du pain sera celle du grain.

Nous porterons le débat sur un nouveau terrain en disant que le blé, très prolifique, demande des soins très minutieux et coûteux pour conserver la pureté de sa race, et qu'il est nécessaire, après la récolte, de le conserver de qualité saine, loyale, marchande, et propre.

Pour avoir du bon pain, il faut, de toute nécessité, veiller jalousement à sa race, et ensuite le soigner.

Ne croyez pas que, d'une race de blé à l'autre, la différence soit minime ou négligeable ; autant vaudrait prendre un cheval de gros trait pour un autre de pur-sang.

Voyez ce qui se passe pour les chiens errants qui engendrent des bâtards, génération après génération. Vous rassembleriez une meute ainsi composée, pour aller à la chasse, que le résultat ne serait pas douteux.

Le blé, qui est extrêmement prolifique, prête donc le flanc à ces attaques de dégénérescence d'une façon fort grave ; et, pour maintenir la race, il faut continuellement la sélectionner généalogiquement. Or, le bon pain, et, partant, le bon grain, doit *avant tout* ses qualités à son origine, c'est-à-dire à une variété de blé de haute valeur boulangère. La question est donc primordiale.

Devons-nous jeter la pierre à l'agriculture, en l'accusant d'insouciance ? Il serait plus charitable de dire qu'elle a été mal guidée.

Les meuniers se rendent compte de la valeur boulangère d'un blé en jugeant celui-ci sur ses caractères organoleptiques, c'est-à-dire l'état de siccité jugé *au toucher*, couleur jugée *au coup d'œil*, odeur jugée *à l'odorat*, poids à l'hectolitre — critérium qui ne veut pas dire grand'chose — structure farineuse ou vitreuse du grain, etc. Là-dessus, le marché est conclu, les sacs chargés, et bientôt le public est nourri. Le cultivateur repart, content du résultat, et recommence l'année suivante. Braqué sur sa charrue à l'image de ses bœufs, il a suffisamment de peine à tracer son sillon pour ne point s'inquiéter de la valeur du grain qu'il va lui confier. Son souci se borne à ce que sa semence résiste à l'hiver, que sa récolte ne verse pas sous les orages de l'été, et enfin qu'il puisse retirer le plus grand nombre possible de quintaux à l'hectare.

(A suivre.) ADAM, L'HOMME NOUVEAU.

(1) Voir *Naturisme* du 2 avril 1931.

Il est difficile d'imaginer tableau plus charmant que celui formé par cet attelage. Tous ses éléments sont sympathiques, depuis les enfants et les fleurs jusqu'au brave bourricot (Photo prise au « Foyer », à Vence (Alpes-Maritimes).

LA THÈSE NATURISTE

MANGER SAINEMENT

LA CUISINE SAINE

LES LÉGUMES FARINEUX

Parmi les bons légumes farineux, citons : *le cerfeuil bulbeux*, *le haricot vert* en gousse, ou en grains très jeunes, *le haricot flageolet vert*, frais et jeune, *le haricot flageolet blanc*, frais et jeune, *la lentille*, de préférence fraîche, *le pois vert* (en cosse ou en grains jeunes), *la patate*, *la pomme de terre*.

Le marron (ou châtaigne cultivée) est un excellent farineux qu'on étudie plutôt avec les fruits qu'avec les légumes ; nous en parlons au Chapitre XIV : *Les fruits*. Un autre farineux, l'*igname de Chine*, mériterait qu'on parlât de lui ; nous l'avons négligé en raison de son peu d'emploi en Europe ; son manque de sapidité ne nous convient pas.

LE CERFEUIL BULBEUX

Le cerfeuil bulbeux a sensiblement la composition de la pomme de terre (voir plus loin) ; c'est un aliment léger, digestible, non toxique, et de goût délicat. Les estomacs les plus sensibles le supportent bien. Il est de croissance rapide et pousse facilement. Jardiniers, cultivateurs, naturistes, plantez du cerfeuil bulbeux.

CERFEUIL BULBEUX A L'EAU, A L'HUILE A LA BECHAMEL, EN SALADE

Le cerfeuil bulbeux sera cuit tout simplement à l'eau salée ; on peut le manger tel, en le mélangeant à des pâtes et à de la salade verte de saison. On peut y ajouter de l'huile et des olives ; on peut y ajouter de la sauce Béchamel. On peut le mélanger à des pois verts frais, à des haricots verts, à des carottes cuites à l'eau et, en recouvrant de mayonnaise sans vinaigre, faire une excellente salade russe.

CERFEUIL BULBEUX AU GRATIN

Quand le cerfeuil est cuit à l'eau salée, l'égoutter, le mettre en un plat à gratin avec fromage râpé et sauce Béchamel ; couche de fromage râpé à la surface, noix de beurre. Gratiner au four.

CERFEUIL BULBEUX SAUTE A L'HUILE

Cuire à l'eau salée ; égoutter, jeter dans la poêle contenant de l'huile très chaude. Le cerfeuil bulbeux a l'avantage d'absorber peu d'huile, donc de rester digestible malgré ce mode de cuisson.

LES FÈVES

A moins qu'elles ne soient très jeunes, s'abstenir.

MARDI 14 AVRIL, A 20 H. 45

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

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

PROGRAMME

Première partie. — Comment réaliser la cure de soleil pour les gens sains et pour les malades.

Deuxième partie. — Clinique gratuite.

Troisième partie. — Contradicteurs.

LES HARICOTS

Repetons, car on ne le sait pas assez, que les haricots, pour être sains, doivent être jeunes ; arrivés à maturité, ils contiennent en trop grande quantité des matières albuminoïdes, et sont toxiques.

Les haricots verts en cosses sont excellents, légers et aisément digestibles ; ils sont moins nourrissants que les haricots en grains, ne sont pas toxiques ; ils associent les qualités d'un farineux léger à celles d'un légume vert de premier choix.

Les haricots en grains verts, dits flageolets, sont acceptables, surtout quand ils sont très jeunes.

Les haricots blancs (Suisse et Soissons) ne sont tolérés que par des tubes digestifs très neufs ; aussi vaut-il mieux n'en user que très rarement et les consommer frais et jeunes.

Répétons qu'il convient de s'abstenir des haricots secs, noirs et rouges, et des blancs secs.

HARICOTS VERTS A L'EAU

Les grands cuisiniers disent des haricots verts qu'ils sont de si fins légumes qu'ils sont presque toujours bons, malgré les mauvais procédés de préparation qu'on leur applique. C'est vrai. Pour être excellents, les haricots verts doivent être employés bien frais, cuits dans peu d'eau bouillante salée (jeter l'eau de cuisson), et n'être pas trop ramollis quand on les sert. Quand ils sont cuits, les sécher un peu au feu, pour faire évaporer l'excès d'eau.

(A suivre.) Dr[s] GASTON et ANDRÉ DURVILLE.

HÉLIOPOLIS

CONTRIBUTION AUX FRAIS D'INSTALLATION DES CANALISATIONS ÉLECTRIQUES

Conformément à l'article 8 de la promesse de vente remise aux acquéreurs de terrains dans l'Ile du Levant, tout propriétaire doit participer aux frais d'installation des canalisations électriques, d'évacuation des eaux usées, etc.

Cette contribution vient d'être fixée forfaitairement à 12,5 % du prix de vente de chaque terrain. Chaque acquéreur d'une parcelle de 5.000 francs doit donc verser, à titre de contribution pour l'électricité et les eaux, la somme de 625 francs. Nous serions obligés à tous les acquéreurs de bien vouloir nous adresser cette contribution dans le plus bref délai possible, afin que nous puissions procéder, dans les prochains mois, à la création de la première Centrale Electrique de l'Ile du Levant.

Les sommes versées à ce titre par les acquéreurs des parcelles Nos 1 à 160 inclus seront représentées par des actions de 125 francs chacune, entièrement libérées, d'une société anonyme, actuellement en formation, et qui portera le titre de Compagnie d'Electricité de l'Ile du Levant. Les 160 premiers acquéreurs seront ainsi considérablement avantagés, puisqu'ils deviendront automatiquement actionnaires de la Compagnie et que le petit capital déboursé par eux, loin d'être improductif, sera représenté par des actions — qui seront facilement vendables — et qui se partageront, en fin d'année, des dividendes intéressants.

Adresser mandats et chèques au nom du Docteur Durville, 15 bis, rue Cimarosa, Paris (16e).

COMMUNIQUÉ DE MADOLIN

Le pain naturiste. — A partir de la première semaine d'avril, Madolin fournira du pain qui sera le résultat de la réforme de l'alimentation naturiste sur le contrôle et l'emploi du bon grain.

Le pain intégral sera toujours fait de la totalité du grain de blé moulu à la meule de pierre ; et le pain complet, pareil au précédent, à cela près qu'il sera étendu de son poids de farine blutée. Le premier est destiné aux naturistes entraînés, à combustion vive, le second à la grande majorité, qui n'a qu'une combustion ralentie. La formule reste donc toujours la même.

L'amélioration nouvelle consiste à connaître les variétés sélectionnées de blé qui feront désormais la farine naturiste, à en contrôler la marche depuis le champ du cultivateur, à surveiller les soins donnés au blé jusqu'à la mouture, et, notamment, le nettoyage adéquat qui permet de faire une farine sans poussière.

Pour obtenir ce résultat, Madolin a dû prendre une organisation de grande envergure qui a demandé beaucoup de temps et d'efforts.

Au lieu d'avoir un blé anonyme, sans carte d'origine, dont les résultats étaient incertains, et dont l'entretien et le nettoyage étaient abandonnés aux routines empiriques du commerce, Madolin pourra désormais répondre avec précision aux desiderata essentiels de l'alimentation naturiste sur la valeur boulangère de son pain, soit :

L'indice W garanti à 100 minimum (contre une moyenne de 50 à 60 pour les farines habituelles du commerce) ; l'indice de gonflement à 18 minimum.

Résultat obtenu et contrôlé à l'extensimètre Chopin.

Avec ces pièces authentiques d'origine et un sévère contrôle sur le traitement du blé, Madolin garantit son pain fait exclusivement de variétés de blé françaises sélectionnées, et égal à celui qui serait fait avec les meilleures variétés exotiques, et se dispensant donc, parce qu'il n'en a pas besoin, de tout relèvement possible ou imaginable après mouture.

L'alimentation naturiste a acquis un bon pain en acquérant un bon grain, soigné et nettoyé comme il convient.

Madolin ne craint pas de chiffrer les indices essentiels de son pain, qui fixent sa valeur comme le thermomètre indique le degré de température.

LA THÈSE NATURISTE

LA SANTÉ PAR LE SOLEIL

SOUVENIRS D'UN NATURISTE

A LA GLOIRE DU SOLEIL

PREMIÈRE PARTIE

UNE VIE D'ENFANT (*suite*)

La Prison

Tu vois, Toine, bougonnait-elle en lui montrant mes joues flétries, mon dos qui commençait à se voûter, et mes bras si maigres qu'ils flottaient comme des bâtons dans mes manches, tu vois où l'ont mené le latin et toutes ces « fichaises » de savant !... A le rendre, ce pauvre « pitchoun », que Cantagrel nous ramena si robuste, plus sec et plus décharné qu'un « esquelette » ! Ah ! il n'en serait pas réduit là, si tu avais suivi mes conseils, et si, au lieu de l'enfermer dans cette prison de collège, tu l'avais laissé au bon vieux, dans la montagne...

Mais mon père, non moins entêté que sa femme, rêvait plus ardemment que jamais de me voir en toque et en robe, et de m'ouïr, dans la livrée d'une pie, jacasser comme elle à la barre.

— Ma femme, tu ne sais pas ce que tu dis, répliqua-t-il d'une voix où il y avait plus de vinaigre que de miel. Tu veux donc perdre tous les écus déjà placés sur la tête de cet enfant, et tu veux...

Ma mère ne le laissa pas achever. Sur un ton plus aigre encore :

— Et toi, interrompit-elle, furieuse, tu veux donc qu'il crache son dernier poumon dans ce collège de malheur, et qu'il n'en sorte que pour aller au cimetière ?

Mon père se disposait à répliquer et je tremblais de voir cette discussion tourner au vilain, lorsque le vieux Mylors, notre épagneul, fit retentir la maison de ses abois les plus allègres, comme pour saluer un ami, et se précipita vers la porte. Je le suivis, mon cœur battant à se rompre, sous le coup du pressentiment qu'un grand bonheur se levait à l'horizon de mon existence.

Et que vis-je, grand Dieu ?... Après plus de cinquante ans, quand ce souvenir me revient, je sens le même frisson de bonheur me secouer jusqu'aux moëlles... Je vis les deux oreilles de Bardot, toujours droites et frémissantes, s'incliner amicalement vers Mylord pour lui rendre sa salutation cordiale, et, tandis que les deux bêtes ainsi s'embrassaient comme deux personnes, je vis la fière et haute silhouette de mon vieux maître Cantagrel se profiler sur la porte ; sa longue canne de coudrier me parut un sceptre ; je vis ses haillons resplendir comme une simarre royale. C'était mon dieu, mon roi, ma vie qui arrivait après une absence bien longue ! Je fis un bond qu'on n'eût pas attendu de ma faiblesse, et le viellard m'ouvrit ses bras, où je tombai, les yeux pleins de larmes.

— Oh ! le pauvre « pitchoun » ! s'écria-t-il en me voyant si maigre. Tu es vraiment comme sont les cailles en mars, quand elles nous reviennent d'Afrique, après avoir traversé la mer — une poignée d'os et de plumes — et jaune avec ça, mon petit, oui, jaune comme la cire de mes abeilles !

Puis, se tournant vers ma mère, tandis que mon père le débarrassait de son bâton, de sa besace, et s'occupait de Bardot :

— Ah ! ça, madame, que lui a-t-on fait, à ce gamin, pour qu'il ait aussi triste mine, alors que je vous le rendis plus frais qu'une rose et plus vigoureux qu'un jeune rouvre ?

Et, sans lui donner le temps de répondre :

— Je parie que c'est au lycée qu'il a pris cette figure de papier mâché ; encore un peu et vous n'aurez plus qu'une ombre d'enfant, ma parole !...

— Mon brave Cantagrel, s'écria ma mère, encore hérissée de sa colère et heureuse de l'appui qui lui venait, c'est ce que j'étais en train de seriner aux oreilles de Toine quand vous êtes arrivé ; mais il est plus têtu que son âne et, bien que M. le docteur Bouisson nous ait dit que seul l'air de la montagne pourra nous le remettre sur pied, il parle encore de me l'enfermer entre les quatre murailles du collège. Ah ! Cantagrel, ajouta-t-elle d'une voix dolente, je n'ai qu'un remords, voyez-vous, c'est de l'y avoir laissé entrer au lieu de vous le donner quelque temps encore.

(*A suivre.*) PAUL VIGNÉ D'OCTON.

REVUE DES REVUES

REGENERATION, revue mensuelle, organe du Trait-d'Union, 73 *bis*, rue Bobillot, Paris (13e). — AVRIL : *L'élan vers le réel ; Nomadisme ; Contre la « boxe de combat » ; La protection des animaux ; Aux buveuses de cocktails*, etc., etc.

HYGIE, organe de la Société Végétarienne de France (Directeur : Jérôme Morand), 17, rue Duguay-Trouin, Paris (6e). — MARS-AVRIL : *Le cancer gastrique : peut-on le prévenir et le guérir ? La colonne vertébrale et ses apophyses épineuses ; Quelques termes scientifiques de médecine et de physiologie*, etc., etc.

HEALTH FOR ALL, revue mensuelle, 38, Langham Street, London W 1 (Angleterre). — AVRIL : *Une petite fille et une maladie moderne ; Les affections des articulations et des muscles, leurs causes et leur traitement ; La vie de la chair ; La haute pression du sang ; L'art de composer ses repas*, etc., etc.

PHYSICA, revue mensuelle de naturisme, Schiedamscheweg 173, Rotterdam (Hollande). — MARS : *Contre l'alcool et le tabac ; Le soleil, l'air et l'eau ; Pour les enfants ; La médecine naturiste*, etc., etc.

LA COLONIA DELLA SALUTE, revue mensuelle, Via Bellini, 11, Milan (Italie). — MARS : *Esthétique arnaldienne ; Précocité et ignorance ; La médecine moderne ; La cuisine et l'hygiène*, etc., etc.

REGENERACIO, revue mensuelle de naturisme, organe de la Société Végétarienne Naturiste de Catalogne, Carmen 30, pral. Barcelone (Espagne). — FÉVRIER : *Le froid et la santé ; L'enfant nu et la dame au manteau ; Echos et commentaires*, etc., etc.

VIVIR, revue mensuelle pour la vulgarisation du naturisme, organe de l'Association Naturiste Argentine, Paso 58, Buenos-Aires (République Argentine). — JANVIER : *La guerre en pleine paix ; Le pain empoisonné ; Une preuve évidente de la vérité naturiste ; Comment guérit le naturisme ; Pathologie rationnelle ; Tahiti et la civilisation*, etc., etc.

SALUD Y CULTURA, revue mensuelle de naturisme scientifique moderne, Rivadavia 9150, Buenos-Aires (République Argentine). — JANVIER-FÉVRIER : *Soyons optimistes ; Le naturisme s'étend dans le monde entier ; Les plantes médicinales ; Comment doit-on dormir ? A propos des vaccinés de Lübeck*, etc., etc.

LIBRAIRIE NATURISTE

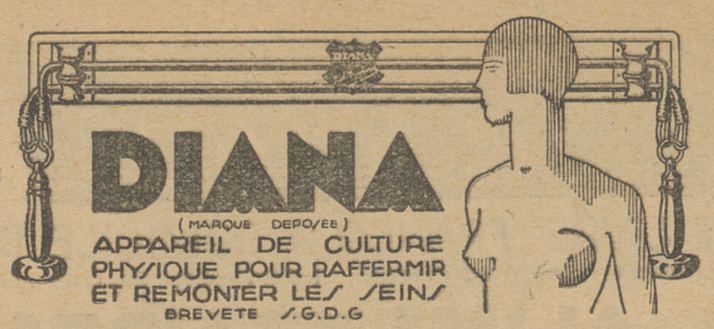
FRANÇAISE ET ÉTRANGÈRE

Vente et abonnements. Publicité des revues naturistes

Collection d'échantillons pour 50 frs — Catalogue sur demande

LIBRAIRIE UNIVERSUM

33, RUE MAZARINE -- PARIS-ODEON



DIANA

(MARQUE DEPOSÉE)

APPAREIL DE CULTURE PHYSIQUE POUR RAFFERMIR ET REMONTER LES SEINS

BREVETÉ S.G.D.G

Deux modèles: «Réclame» à 85 fr. et «Riche» à 125 fr.

Port : France, 10 francs — Etranger : 25 francs

En vente : Grands magasins, maisons d'articles de sport, d'hygiène, bandagistes, etc.

ETABLISSEMENTS DUPONT, 17, rue Hoche, Versailles

VIENT DE PARAITRE

Un livre unique

En pleine vie

par JEANNE HUMBERT

Ce qu'une femme pense, dans la délicatesse de ses sentiments, de la CULTURE PHYSIQUE et MENTALE, du NUDISME, du NATURISME, de la PROCREATION RAISONNEE et CONSCIENTE, de la REFORME et de l'EDUCATION SEXUELLES, etc...

Une règle de vie pour conserver la SANTE, la JEUNESSE et l'AMOUR. Un beau volume magnifiquement illustré de photographies prises dans les camps nudistes français et étrangers.

Prix : 15 francs

PUBLICATIONS DE LUTÈCE, 33, RUE PIXÉRÉCOURT, PARIS (XXe)

CATALOGUE COMPLET SUR DEMANDE

HYDROTHERAPIE --- MASSAGES

BAINS D'AIR CHAUD --- FUMIGATIONS

56, rue de Dunkerque, Paris (Trudaine 84-30)

Ouvert toute la semaine

DE 8 HEURES LE MATIN A 10 HEURES LE SOIR

Prix : 10, 13 et 15 fr. Jours différents pour hommes et femmes

LES ÉDITIONS 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.

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.

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 matinale.

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

Port en sus : 10 0/0 (France) et 20 0/0 (Etranger)

En vente à « NATURISME » et dans toutes les librairies

une nouvelle adaptation du phonographe:

LA PHONO-PSYCHOTHERAPIE

LE DISQUE QUI GUÉRIT

LE SERUM MORAL - LA JOIE DE VIVRE - CONSEILS AUX NERVEUX

Suggestions du Docteur P. VACHET

Trois disques, avec notice, en pochette : 60 francs (port en sus : 15 o/o)

En vente : **LIBRAIRIE UNIVERSUM**, 33, rue Mazarine, Paris

FABRIQUE DE MEUBLES MODERNES

Chambres à coucher — THUYA, ACAJOU ET BRONZE TRAVAIL SOIGNÉ SUR DEVIS — *Salles à manger*

POUR VOTRE
AMEUBLEMENT

NATURISTES, ADRESSEZ-VOUS A UN FABRICANT NATURISTE

RENÉ AXLER
174, *avenue du Maine*
PARIS (14e)
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

PALAIS DE LA NATATION
26, *rue de Chazelles, Paris* (17e) — *Téléph. : Wagram* 64-25
ÉCOLE DE NATATION
CULTURE PHYSIQUE
HYDROTHERAPIE COMPLETE
BAINS TURCS POUR DAMES

PETITES ANNONCES

Les « Petites Annonces » sont reçues à la direction de Naturisme, *15 bis, rue Cimarosa, Paris* (16e), *et à l'Imprimerie, 24, rue d'Alleray, Paris* (15e). *Elles sont rigoureusement payables d'avance.*

— 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.

A LA CAMPAGNE comme chez soi. 8 km. gare Vittel. Prix modérés. Cure d'air du Bosquet, Belmont-s.-Vair, p. Bulgnéville (Vosges).

JEUNE FILLE, 26 ans, dés. relations av. d'autres naturistes p. sorties en groupe env. Paris et stade Villennes. *Naturisme*, N° 433.

LES NATURISTES NANTAIS désirant se joindre au groupe déjà formé sont priés d'écrire à *E. Abraham, 14, rue Lusançay, Nantes.*

CEDE 20.000 compt. coquet bungalow meublé, 2 pièces et terrasse, 700 m terrain clos, 12 arbres fruitiers en bordure bois sur coteau, face Villennes (150 m. alt.), 10 min. gare Triel. Idéal pour cure air et soleil. — *Walbert, 29, rue de la République, Saint-Mandé* (Seine).

Végétarien, 32 ans, situat. rég. alpine très pittor., aimant ski et montagne, dés conn., en vue mar., j. f. mêmes goûts, bonne éduc., caract. doux et tranquille. Garçonnes s'abstenir. *Naturisme*, N° 434.

HUILE OLIVE vierge. — MIEL naturel exquis. — CONFITURES surfines. — SAVON extra-pur. — Livraisons très soignées. Remise sur tarif. *A. Michaux-Bellaire, Salon* (Bouches-du-Rhône).

TAILLEUR NATURISTE A FAÇON, COUPE GRAND CHIC
Oppary, de 3 h. à 8 h., 10, rue Berthe, Paris (Métro : Anvers).

JEUNE HOMME, allemand, 29 ans, dés. conn. j. fille franç. nat., pour convers. et sorties. — Ecrire avec photo à *Naturisme*, N° 435.

JEUNE MENAGE NATURISTE
cherche à louer, à Paris, une ou deux pièces garnies.
Ecrire : *P. Ribot, à Coux, par Montendre* (Charente-Inférieure).

ASSOCIE ou GERANT est demandé pr dirig. restaur. végétarien en pleine prospérité. Ecrire : *Foyer Végétarien, 4, rue Paganini, Nice.*

A VENDRE, CAUSE DEPART, PAVILLON LIBRE,
1.500 mètres jardin clos, 3 pièces et terrasse couverte, à Brévannes, pour cure repos et soleil : 40.000 fr. Facilités à naturistes.
Ecrire : *Estour, Solliès-Pont* (Var).

PARISIEN NATURISTE, sportif, gai, 33 ans, possédant canoë canadien, serait heureux de connaître jeune femme sérieuse, pratiquant natation et aviron, pour sorties. Possibilité mariage basé sur affection et tendresse. — Ecrire à *Naturisme*, N° 436.

MONSIEUR bien, 48 ans, désire correspondre avec personnes nudistes. — *Duc, chez Madge, 11, rue du Havre, Paris.*

VIENT DE PARAITRE
Docteur GASTON DURVILLE
L'ART DE VIVRE LONGTEMPS

COMMENT PROLONGER LA VIE PAR LE NATURISME
4e édition — 50e mille — Prix : 8 francs
(Franco : 9 francs, France ; 10 francs, Etranger)

MARSEILLE. Une société naturiste, sous le patronage des docteurs G. et A. Durville, est en formation à Marseille. Les personnes désirant collaborer à sa création sont priées d'adresser leurs noms, profession et adresse au *Dr Casabianca, 9, cours Lieutaud, Marseille.*

ARTISTE-PEINTRE demande, pour emploi modèle, jeune fille naturiste, de préférence blonde. Se présenter de 13 heures à 14 heures, *R. Duflos, 4, faubourg du Temple, Paris* (11e).

JEUNE HOMME étranger, sportif, grand, 29 a., hab. Paris, natur. début, serait heureux trouver j. fille ou j. dame sérieuse pour promenades, canotage, conversations. — Ecrire à *Naturisme*, N° 437.

Roman de deux guérisons

La Syphilis est curable. Et le MORAL ? Aussi.
LISEZ LA « CROIX HORIZONTALE »
Notice 63, sous pli fermé, contre 1 franc en timbres-poste
Jalabert, à Lisbourg, par Heuchin (Pas-de-Calais)

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, fraiches, 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 »

BISCOTTES NATURISTES AU PICARDAN
Les 500 gr. ..... 12 »

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 GALETTES
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 »

GERMOIR
En tôle spécialement étamée
Pour faire germer les céréales et les consommer, à point, chez soi.....

HUILE D'OLIVE
Faite de fruits mûris à l'arbre, et écrasés au naturel
Les 500 gr. ..... 9 »

JUS DE POMME
Nouvelle récolte
Jus frais, au naturel, non fermenté.....La bouteille 6 »

JUS DE RAISIN FRAIS
Nouvelle récolte. — « Picardan Doré, Réserve Naturiste »
Rouge, rosé et blanc.....Le litre 10 »
La demi-bouteille 6 »

MALT NATURISTE
Les 250 gr. ..... 5 »

MARMITE NATURISTE
Pour la cuisson des légumes
Premier modèle..... 115 »
Deuxième modèle (un peu plus grand)..... 145 »

EN VENTE
Au siège : 172, rue Marcadet, Paris (18e)
et 3, rue des Petites-Ecuries, Paris (10e)

LIVRAISON FRANCO A DOMICILE DANS PARIS
Les *lundi, mercredi* et *vendredi*, dans les 1er, 2e, 3e, 4e, 5e, 6e, 7e, 8e, 12e, 13e, 16e arrondissements, et à Boulogne-sur-Seine.
Les *mardi, jeudi* et *samedi*, dans les 9e, 10e, 11e, 14e, 15e, 17e, 18e, 19e, 20e arrondissements, et à Neuilly, Levallois et Clichy.
Le *mercredi*, à Asnières, Bécon-les-Bruyères, Courbevoie, Bois-Colombes, Colombes.

MATTÉ
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 »

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 »

RAISINS SECS
de Smyrne
Les 500 gr. ..... 8 »

RIZ NATURISTE
Non décortiqué
Riz intégral, avec la totalité de son péricarpe. Les 500 gr. 3 »

ROCHERS NATURISTES AU COCO
Blé germé, noix de coco, miel
Dessert fin.....Le sachet de 11 4 »

SOLEILS NATURISTES
Noix de coco, amandes, farine complète, miel
Aliment de toute heure.....Les 125 gr. 2 »

UNE ŒUVRE SOCIALE — UNE NECESSITE MODERNE

L'ILE DES NATURISTES

Ile de Médan, à Villennes-sur-Seine (S.-et-O.)

Départ : Paris, Gare Saint-Lazare
Arrivée : Gare de Villennes-sur-Seine

Réunion générale des Naturistes
tous les dimanches et jours fériés
Tous les jeux et sports de plein vent
Cure d'air - Cure de soleil - Cure de mouvement
Canotage - Natation - Camping

CONDITIONS D'ADMISSION

La pratique des jeux et sports dans l'Ile des Naturistes est réservée aux membres actifs de la Société Naturiste.

Cotisation annuelle ..... 100 francs

Les parents d'un membre actif, s'ils viennent avec lui à l'île, jouissent des mêmes avantages en s'inscrivant simplement à titre de membres correspondants.

Cotisation annuelle ..... 50 francs

PASSEUR

En quittant la gare de Villennes, aller jusqu'aux grands restaurants de la rive. Cinquante mètres après le Restaurant Didier, on trouve l'embarcadère de l'Ile des Naturistes, indiqué par une pancarte : « PHYSIOPOLIS — Ile des Naturistes — *Propriété privée* », et on aperçoit, en face, le débarcadère de la Société.

Appeler le passeur.

Droit de passage (par personne) : *Membres de la Société porteurs de l'insigne millésime*, 1 franc ; *Invités, visiteurs ou sociétaires non porteurs de l'insigne*, 2 francs.

TENUE

La pratique du *nu intégral* est formellement interdite dans l'Ile des Naturistes.

La tenue *minima* est la suivante sur les stades et dans tous les endroits inaccessibles à la vue, de la rive :

Pour l'homme : Slip couvrant complètement les parties sexuelles et les fesses ; les slips ne couvrant pas les fesses sont rigoureusement interdits.

Pour la femme : Même slip, avec, en plus, cache-seins obligatoire.

Tous les autres costumes sont autorisés.

Pour renseignements et invitations, s'adresser :

Dimanches et jours fériés : *Dans l'Ile*, aux docteurs Durville (tente du Comité d'Organisation, Gr. Stade, f. Est) ;

Semaine :

Institut Naturiste, 15 *bis*, rue Cimarosa, Paris (16e) ;

Imprimerie de « *Naturisme* », 24, r. d'Alleray, Paris (15e).

20 trains par jour à l'aller — 22 trains au retour

DE LA PLUS AIGUE A LA PLUS GRAVE

Avec nos « SUPERHETERODYNES », toutes les notes de l'échelle musicale, depuis la note la plus grave de la contrebasse jusqu'à la note la plus aiguë de la petite flûte, sont rendues avec une parfaite exactitude. Les timbres des « bois » et des « cuivres » sont reproduits avec une telle fidélité que l'on suit le jeu de chaque instrument d'un orchestre jouant à MILAN, VIENNE, BERLIN, LONDRES, etc.

GARANTIES Tout poste ne donnant pas satisfaction après 8 jours d'essai est remboursé sans discussion. DEMONSTRATIONS gratuites à domicile partout.

AUDITIONS tous les jours, de 9 à 18 h. 30, et en soirée, les mardi, jeudi et samedi, de 21 à 23 heures.

FRANCO CATALOGUE 32

Publ. A. GIORGI

RADIO-L.L

LUCIEN LÉVY, inventeur du SUPERHÉTÉRODYNE et réalisateur du premier poste radiophonique de la TOUR-EIFFEL

5, RUE DU CIRQUE, PARIS (Champs-Elysées). Tél. Elysées 14-30

BULLETIN D'ABONNEMENT A

NATURISME

LE GRAND HEBDOMADAIRE DE CULTURE HUMAINE

A adresser 15 *bis*, rue Cimarosa, Paris (16e)
(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.

TOUS LES ARTICLES DE SPORT

NECESSAIRES A LA PRATIQUE DU NATURISME

se trouvent, aux meilleures conditions, chez

ALLEN

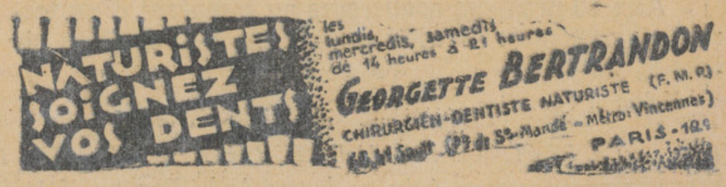
42, rue *Etienne-Marcel* — *Téléphone : Louvre* 14-19

TOUJOURS EN STOCK :

SLIPS, MAILLOTS, INSIGNES BRODES, CEINTURES AUX COULEURS DE LA SOCIETE NATURISTE
CHAUSSURES DE CROSS, DE SAUT, ETC., ETC.
TOUS JEUX DE PLEIN AIR
TOUS MODELES DE BALLONS

ALLEN fournit tous les jeux utilisés — dans l'ILE DES NATURISTES —

Catalogue sur demande



Imprimerie de « *Naturisme* », 24, rue d'Alleray, Paris (15e)
Le gérant : AUGUSTE CHAUVETON.

LA PHYSIOPOLIS DE LA MÉDITERRANÉE

LE PLUS FORMIDABLE CENTRE INTERNATIONAL DE NATURISME

POUR PROFITER DES ENORMES AVANTAGES RÉSERVÉS AUX NOUVEAUX ACQUEREURS RETENEZ IMMEDIATEMENT VOTRE TERRAIN

Terrains de 500 m2 (situation merveilleuse, vue imprenable, en bordure de la mer, ou à proximité immédiate)	5.000 »
Terrains de 100 m2 (pour construction des bungalows de camping, petite culture, édification de tentes)	1.800 »

(Contribution à l'installation de l'électricité, à l'évacuation des eaux, etc. Prix forfaitaire : 12,5 % du prix du terrain).

AVANTAGES AUX NOUVEAUX ACQUEREURS

Afin d'avantager considérablement les nouveaux acquéreurs de terrains, il sera remis :

Aux 30 premiers acquéreurs au comptant d'un terrain de 500 m2 : 10 actions et 2 parts de fondateur de l'une des Sociétés de l'Ile du Levant, au choix (Société d'Entreprise, Magasins Généraux, Messageries, Société d'Exploitation).

Valeur des actions, à l'émission	1.000 »
— de la part, environ	300 »

Aux 30 premiers acquéreurs au comptant d'un terrain de 100 m2 : 3 actions de l'une des Sociétés ci-dessus, au choix.

Valeur à l'émission	300 »

L'ACCES DU CENTRE NATURISTE INTERNATIONAL DE L'ILE DU LEVANT EST RESERVE AUX PROPRIETAIRES DE TERRAINS ET AUX MEMBRES DE LA SOCIETE NATURISTE PORTEURS DE LA CARTE DE SEJOUR

HORAIRES

CHEMIN DE FER	Dép. Paris	Arr. Toulon
1re, 2e, 3e classes	14 h. 8	9 h. 27
1re, 2e classes	17 h. 5	7 h. 32
1re avec wagons-lits	19 h. 30	8 h. 48
1re seulement	19 h. 40	9 h. 16

AUTO-CAR	Départ Toulon	Arr. au Lavandou
	10 h. 55	12 h.

BATEAU	Départ Lavandou	Arr. Ile du Levant
	14 h.	15 h. 15

(Pour les billets de traversée, s'adresser à l'Agence Touristique du Lavandou, ou au docteur André Durville, 24, rue d'Alleray, Paris (15e), de 10 heures à 12 heures.)

RAVITAILLEMENT ASSURÉ — RESTAURANT OUVERT

COTISATION A LA SOCIETE NATURISTE

Prix spécial à l'Ile du Levant : 20 francs.

DROITS DE SEJOUR

	1 mois	3 mois	1 an
Le chef de famille	100 »	150 »	200 »
La femme	50 »	75 »	100 »
Chaque enfant non marié âgé de plus de 8 ans	30 »	45 »	60 »
Chaque enfant âgé de moins de 8 ans	Néant	Néant	Néant

La carte de séjour permet au naturiste qui apporte avec lui son matériel de camping de s'installer dans le domaine sans aucun autre frais.

Les propriétaires sont dispensés de tout droit de séjour pour eux-mêmes et leur famille immédiate.

LOCATION DE MATERIEL DE CAMPING

	Par mois ou fraction
Tente coloniale avec double-toit	120 fr.
— garnie d'un lit avec sa literie (matelas, traversin, sac de couchage, deux couvertures)	150 fr.
— garnie de deux lits	180 fr.

LA PRATIQUE DU NU INTEGRAL EST INTERDITE DANS TOUTE L'ILE DU LEVANT — TOUTES LES AUTRES TENUES SONT AUTORISEES : MAILLOT, SLIP, ETC.

Pour tous renseignements, écrire au docteur André Durville, 15 *bis*, rue Cimarosa, Paris (16e), ou le voir à l'Imprimerie de *Naturisme*, 24, rue d'Alleray, Paris (15e), tous les jours non fériés, de 10 h. à 12 h.