

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

. Naturisme : le grand hebdomadaire de culture humaine / directeur : Dr André Durville ; rédacteur en chef : Dr Gaston Durville. 1932-05-19.

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.

NATURISME

LE GRAND HEBDOMADAIRE DE CULTURE HUMAINE



JEUDI 19 MAI 1932

SOMMAIRE

	Pages
Bruits et potins.....	2
Toujours l'enquête de « Je Sais Tout » : Le Naturisme peut-il régénérer le monde ?.....	2
Etude sur les hormones.....	3
Vos maladies, nos conseils.....	4
Vers un Théâtre d'Art Naturiste.....	4
Ce que l'Ecole devrait être.....	5
Revue des livres : Modèle-toi ; Médecine et Hygiène Populaire.....	5
Il n'est rien de nouveau sous le soleil.....	6
Sur la méthode naturiste.....	7
La théorie de l'évolution cataclysmique.....	8
Communiqué de Madolin.....	8
Le cinéma.....	8
A la Gloire du Soleil.....	9
Les éditions de « Naturisme ».....	9
Petites annonces.....	10

BRUITS ET POTINS

UN AUTHENTIQUE « BUVEUR DE SANG »

Après les assassinats du Président Doumer et du petit Lindbergh, crimes odieux parmi les crimes — et la presse du monde entier a fait ressortir l'incompréhensible stupidité et la monstrueuse inconscience des auteurs de ces forfaits — voici que d'Espagne nous parvient la nouvelle d'un autre meurtre, qui est bien de nature à achever de nous édifier sur l'incommensurable bêtise humaine, contre laquelle nous nous efforçons de lutter, chaque semaine, dans cette revue.

Près de Tarrass, en Catalogne, on a découvert le cadavre d'un enfant âgé de trois mois, portant une plaie affreuse au cou ; il ne restait plus une goutte de sang dans le pauvre petit corps.

Le criminel a été arrêté. C'est un jeune paysan de 24 ans, nommé Garcia. « Il souffrait, nous apprend-on, depuis longtemps d'un mal chronique, et quel qu'un lui avait dit que seul le sang frais d'un enfant pouvait le guérir. »

Alors, Garcia a tué ; il a sucé le sang de sa victime.

C'est un faible d'esprit, dira-t-on. Bon. Mais les autres ? Mais ce « quelqu'un » qui inocula l'idée dans le frêle cerveau ? L'inquiétera-t-on, seulement ?

Il est déplorable, il est révoltant qu'au siècle dit « de la civilisation » des gens puissent croire encore, dur comme fer, à l'efficacité des ragots de concierges et des manigances de vieilles sorcières.

A qui la faute ? Tout homme sensé ne peut s'empêcher de faire la réflexion suivante : le principe qui est à la base de cette horrible cure « par le sang frais », n'est-ce pas le principe même de la potion, de la drogue, du « n'importe quoi » qu'on avale dans l'espoir de guérir ? N'est-ce pas le principe essentiel sur lequel repose toute la médecine chimique, qui, qu'elle le veuille ou non, s'inspire encore des sortilèges d'autrefois, avec leurs breuvages mirifiques — les médicaments — et leurs phrases cabalistiques — les ordonnances ? N'est-ce pas une des dernières croyances surannées, préhistoriques, dont la tradition a persisté, à travers les siècles, dans les vieilles provinces : les feux-follets, le loup-garou... et les « remèdes » ?

On ne se guérit pas en absorbant des drogues. Et pas plus en buvant du sang d'enfant : ce dernier moyen est même excellent pour conduire à une mort certaine... par exécution capitale.

On se guérit en vivant sainement.

Au vingtième siècle, on se doit d'être « à la page ». Or, la médecine classique est lamentablement en retard — presque autant que Garcia, le buveur de sang de Tarrass...

PIERRE AUDEBERT.

NATURISME

LE GRAND HEBDOMADAIRE DE CULTURE HUMAINE

Le plus fort tirage des revues naturistes mondiales
Organe officiel de la Société Naturiste et de l'Ille des Naturistes

PUBLIE LES INFORMATIONS NATURISTES DU MONDE ENTIER
PARAIT LE JEUDI SUR DOUZE A SEIZE PAGES
Peut être mis entre toutes les mains

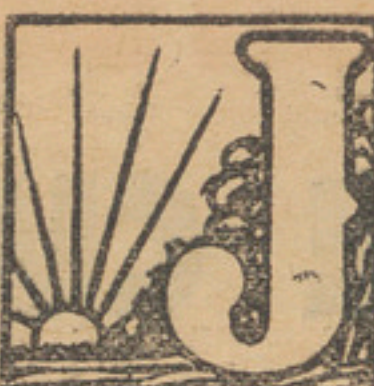
Directeur : Rédacteur en chef :
Dr ANDRÉ DURVILLE Dr GASTON DURVILLE
Secrétaire général : PIERRE AUDEBERT

Direction-Administration :
15 bis, rue Cimaraux, 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



AU CRIBLE, LES IDÉES !

TOUJOURS L'ENQUÊTE DE « JE SAIS TOUT » : LE NATURISME PEUT-IL RÉGÉNÉRER LE MONDE ?



J'ai parlé, la semaine dernière, de l'intéressante enquête qu'a ouverte Je Sais Tout, dans son numéro de mai, sous le titre : « Le Naturisme peut-il régénérer le monde ? ». Et j'ai cité trois réponses apportées à l'enquête par les docteurs Gougerot, Foveau de Courmelles et Toulouse.

Analysons, aujourd'hui, la réponse de Gougerot.

Gougerot signale d'abord qu'il n'a pas l'intention « de discuter du naturisme et des problèmes sociaux et moraux très importants qu'il soulève », et qu'il se bornera « à l'étude médicale des arguments pour et contre », n'envisageant même que le problème cutané.

Pour ce qui me concerne, je regrette que l'auteur en question n'ait pas donné son avis sur la portée sociale et morale du naturisme. Tout le naturisme n'est pas contenu dans la cure de soleil.

Mais suivons l'argumentation :

« Il faut connaître, dit Gougerot, les lésions déterminées sur la peau par les insolation, les intempéries, afin de les éviter... »

Très bien ; car il peut, en effet, résulter des lésions du fait de bains atmosphériques mal pris, nous ne cessons de le répéter. Si un traitement ne pouvait jamais faire de mal, c'est qu'il ne pourrait jamais, non plus, faire de bien.

« ...On peut observer, continue Gougerot (du fait du soleil), tous les degrés de brûlure, depuis la simple rougeur jusqu'à la grosse bulle, ou phlyctène... Les épidermes délicats peuvent conserver des cicatrices, des dépigmentations, c'est-à-dire de larges surfaces blanches entourées de peau brune, ou, au contraire, de larges zones pigmentées plus ou moins brunes... Le soleil peut déclencher des maladies de peau : eczéma, dyshidrose, urticaire, prurit, etc... Le soleil est parfois la cause qui déclenche un lupus érythémateux... Plusieurs dermatologistes, et nous même, continue-t-il, avons signalé les décolorations provoquées par le pityriasis versicolor, l'eczéma, le prurigo, l'urticaire... si bien que chaque lésion laisse une tache blanche qui ressort, par contraste, sur le reste de la peau normale brunie par le soleil. Le sujet est véritablement tigré ; ce tigrage n'a aucune gravité, mais est inesthétique... »

Il m'est agréable de constater que Gougerot considère comme « normale » la peau brunie par le soleil. C'est la première fois que je vois un dermatologiste considérer comme normale notre peau de bronze. Jusqu'à ce jour, ce qui était considéré comme la teinte de peau normale, c'était celle « de papier mâché ». Bientôt, on reconnaîtra que j'ai eu raison, quand j'ai écrit, il y a bien longtemps, que notre race est, non pas blanche, mais bronze, et que la pâleur de beaucoup des nôtres est une maladie, une des manifestations de la dégénérescence occidentale.

A propos des accidents cutanés que signale Gougerot, je pense à une brave femme qui est venue me voir, affolée, ces jours-ci, et m'a dit :

— Moi qui voulais aller à Villennes prendre des bains de soleil, voilà que je viens de lire dans Je Sais Tout que ça donne « des simples rougeurs, des grosses bulles, des cicatrices, des dépigmentations, des plaques brunes, de l'eczéma, de la dyshidrose, de l'urticaire, du prurit et du lupus... »

J'ai souri, et j'ai expliqué quelque chose comme ceci :

Le soleil brûle la peau, bien sûr, si l'on en abuse ; de même le laxatif donne la colique, si l'on

prend une quadruple dose. Un naturiste est, par principe, un être modéré en tout ; ceux qui se brûlent au soleil sont, non pas des naturistes, mais des imprudents.

...Que le soleil puisse donner de la dyshidrose, c'est vrai ; j'ai vu apparaître, en un certain mois d'août fort chaud, sur mes propres épaules — pourtant très entraînées et huilées — les petites cloques caractéristiques, pleines d'eau, grosses comme des têtes d'épingle. Ce trouble, qui n'est pas très fréquent, n'a pas de gravité ; il est dû, je pense, au fait que la sueur, n'ayant pas le temps de s'évacuer assez vite par les glandes sudoripares, tente de se frayer un passage à travers l'épiderme lui-même, mais, rencontrant une résistance du fait que celui-ci est soit scléreux, soit gras, elle le soulève et elle s'accumule sous lui en fines gouttes. Il suffit de toucher les petites cloques pour libérer la sueur ; on cesse le bain solaire pour ce jour-là, ou, plus simplement, on couvre d'une serviette l'endroit, et tout est fini.

Quand le soleil produit de l'eczéma, de l'urticaire, du prurit, c'est que ces maladies étaient toutes prêtes à venir : les toxines étaient dans la peau, cherchant à s'évacuer ; le soleil a ouvert la porte, et j'estime qu'on ne peut pas dire qu'il ait nécessairement fait œuvre néfaste ; la preuve en est qu'en continuant correctement la cure de soleil, et en soignant, en même temps, par un régime sain, l'estomac, l'intestin et le foie, on voit disparaître les misères cutanées en question, et le patient est beaucoup mieux qu'avant.

Le soleil, dans ce cas, a agi comme fait la promenade, quand elle déclenche une crise de goutte. Il aurait tort celui qui conclurait que l'exercice est nocif aux gouteux : l'exercice est le moyen rationnel d'expulser ou de brûler les déchets responsables ; seulement, il peut fort bien commencer par provoquer une poussée douloureuse.

Il faut voir le résultat final et se défier d'interpréter trop hâtivement les faits.

De même, je dirai, pour le lupus : jamais le soleil n'amène dans la peau le bacille de la tuberculose, lequel est responsable de la lésion. Si le lupus apparaît après un bain de soleil, c'est qu'incontestablement les microbes étaient dans la peau ; ils se seraient manifestés plus tard, sans aucun doute, si le soleil ne les avait révélés. J'ajoute que, les révélant, il commence en même temps à les combattre : la poussée congestive cutanée qui semble être un plus mal est, au contraire, la première séance thérapeutique, et le bacille est condamné à mort, si l'on continue intelligemment la cure de soleil. J'ai vu, à Villennes, des centaines de lupus guérir par l'action solaire, combinée aux scarifications et à l'hygiène générale ; je n'en ai vu aucun s'aggraver ; le soleil est le guérisseur incontesté des tuberculoses de la peau.

■ ■ ■

Un lecteur superficiel pourrait croire que l'auteur avec qui nous venons de discuter est un ennemi de la cure cutanée du naturisme ; il n'en est rien : « Nous ne voudrions pas, s'écrit-il, qu'on nous compte parmi les adversaires du soleil... L'exposition répétée au soleil est à recommander et à généraliser ; mais elle ne saurait être prescrite à tous sans avis du médecin... »

Nous sommes, sur ce point, parfaitement d'accord.

Docteur GASTON DURVILLE.

(La semaine prochaine, suite de la discussion sur le même sujet.)



MÉDECINE NATURISTE



« CATALYSEURS CHIMIQUES »

ÉTUDE SUR LES HORMONES (1)



N admet en général une plus grande consommation des sucres sous l'action de l'insuline. Cette substance augmente également la combustion des saccharides, mais le terme final, l'utilisation de l'acide lactique, ne paraît cependant pas être influencé par elle.

La faculté que possède l'hormone pancréatique d'abaisser le taux du sucre du sang et d'en éliminer l'acétone et l'acide acétique a amené certains physiologistes à s'en servir comme remède dans le traitement du diabète (2). Elle est extraite industriellement des glandes de bœuf et de porc, épuisée à l'aide d'acides et d'alcool, séparée des graisses et concentrée dans le vide. L'insuline purifiée obtenue ainsi est une poudre blanche, exempte de sels, de lipoides et d'albumine, mais donnant toutes les réactions de cette dernière.

Indépendamment de son action sur le métabolisme des saccarides, l'insuline accélère la formation des graisses. On a estimé pouvoir se servir de cette constatation en prescrivant l'insuline dans certaines cures dites « d'engraissement ». On peut donc également considérer l'hormone pancréatique comme un régulateur du métabolisme des graisses (Lombross).

Ajoutons enfin que l'adrénaline, hormone des capsules surrénales, exerce une action antagoniste vis-à-vis de l'insuline.

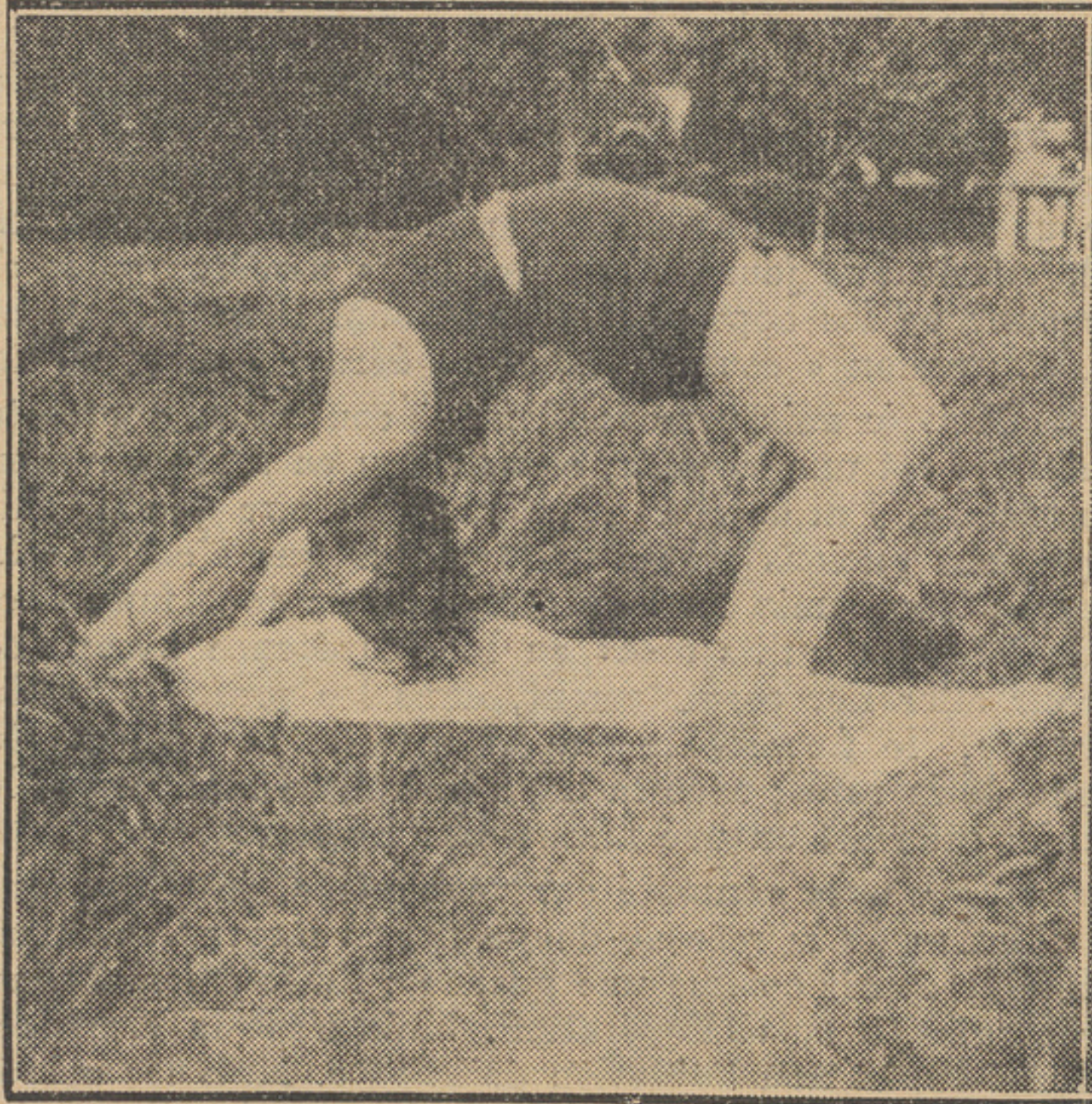
II. *Thyroïde*. — La glande thyroïde, située en avant du larynx, renferme, parmi les hormones connues, une des plus actives, appelée la thyroxine. L'action de la thyroïde est très complexe. Elle accélère les métamorphoses, les échanges gazeux, l'élimination de l'eau et du chlorure de sodium, provoque l'excitation de la nutrition et du métabolisme albumineux. Les effets s'étendent encore à la croissance des os (métabolisme du calcium), de la peau et du système pileux, enfin au développement de la sexualité, de l'intelligence et de la mémoire.

La déficience de l'hormone thyroïdienne engendre le myxodème, le crétinisme, l'abaissement

de la nutrition. L'hyperthyroïdie provoque le goître exophtalmique, connu sous le nom de maladie de Basedow.

La thyroxine est caractérisée par la présence d'iode, en quantité très réduite il est vrai, puisqu'un homme normal peut se contenter de 36 milligrammes d'iode par an.

On a cru, depuis plusieurs années, devoir traiter les maladies provoquées par l'insuffisance thy-



L'ENTRAÎNEMENT DANS LE JARDIN

roïdienne par des extraits thyroïdiens préparés en partant de glandes de bœuf ou de mouton, saturées par du sulfate d'ammoniaque qui précipite de la thyroglobuline contenant en moyenne 0,15 % d'iode.

Ce composé, hydrolysé avec de l'acide sulfurique à 10 %, donne de l'iodothyrene renfermant de 3 à 5 % d'iode. En remplaçant l'acide par de la soude caustique, on obtient, par hydrolyse, une substance cristallisée renfermant 65 % d'iode, la thyroxine, qui est, d'après Ch.-R. Harington et G. Berger, un acide tétra-iodo-oxy-phénoxyl-phényl-amino-propionique.

Comme médication, on ne se sert cependant pas du produit pur, mais des extraits, qui se montrent plus actifs, ce qui laisse à supposer qu'à côté de la thyroxine il existe encore d'autres hormones, non iodées.

III. *Parathyroïdes*. — Ces organes, placés immédiatement au voisinage de la thyroïde, élaborent une hormone agissant sur la teneur en calcium du sang. Leur ablation provoque la décalcification du sang et du liquide céphalo-rachidien, qui se termine presque toujours par la mort, après quelque temps d'accès de tétanie aiguë. Cette tétanie a été attribuée à une intoxication par la guanidine.

La diminution de la chaux s'accompagne de phosphaturie, ce qui explique que l'insuffisance parathyroïdienne influence fortement le développement des os et des dents.

La théorie d'après laquelle les glandes parathyroïdes jouent un rôle antitoxique est appuyée sur le fait que les animaux ayant subi l'ablation de l'organe peuvent vivre sans présenter de symptômes tétaniques, à condition que leur régime alimentaire ne contienne pas de protéiques (Dragstedt). Ce serait la digestion des protéiques qui produirait la toxine responsable de la tétanie, toxine qui serait, d'après H. Paton, la méthylguanidine ou la di-méthylguanidine. L'urine des animaux atteints de tétanie consécutive à l'ablation des parathyroï-

des contient d'ailleurs de petites quantités de guanidine à l'état de dérivés mono ou diméthylés (Franck).

Enfin, les parathyroïdes renferment, comme les thyroïdes, un peu d'iode et du glycogène.

L'extrait actif de parathyroïde se prépare en traitant l'organe frais par l'acide chlorhydrique. On décante la graisse et neutralise avec de la soude caustique. Le précipité est dissous dans l'alcool, puis séché.

La médecine chimique applique couramment cette médication dans toutes les maladies consécutives à l'insuffisance des glandes, et dans certains traitements de l'obésité.

IV. *Thymus*. — Située sous le sternum, cette glande atteint son maximum de développement pendant la vie intra-utérine et peu après la naissance ; normalement, elle est complètement résorbée à la puberté. Le thymus est particulièrement riche en nucléo-protéides (acide thymo-nucléique), qu'en dehors de cet organe on ne trouve que dans le sperme. L'hormone du thymus n'est pas encore nettement déterminée. On sait qu'elle agit comme antidote de certaines toxines de décomposition. De plus, elle paraît être appelée à régler le métabolisme de la croissance. On admet aussi qu'elle agit comme antagoniste de la thyroïde et qu'elle combat la fatigue musculaire. Enfin, il existe un rapport évident entre le thymus et les glandes génitales, en particulier les testicules, dont le développement s'arrête si on enlève la glande.

Comme on ne connaît encore aucune méthode permettant de déterminer exactement la valeur de l'hormone du thymus, on se contente, comme médication, de préparations de glande totale desséchée, en utilisant le ris de veau comme matière première.

(A suivre.)

MICHEL BINDER.

(1) Voir *Naturisme* du 12 mai 1932.

(2) N. D. L. R. — Nous avons déjà maintes fois signalé les dangers que présentent les traitements par absorption d'extraits de glandes.



L'EXERCICE EN PLEIN AIR...



...PUISSANT FACTEUR DE SANTÉ



POUR VOUS GUERIR

VOS MALADIES --- NOS CONSEILS

QUEL TRAITEMENT CONTRE LE CANCER ?

Demande. — Illisible, étudiant à Rennes, attiré vers le naturisme. — Quel traitement préconisez-vous pour éviter le cancer ?

Réponse. — Le cancer étant une maladie de déchéance, comme la tuberculose, nous préconisons contre lui — et contre elle — l'ensemble des procédés de vie saine naturalistes :

Cure alimentaire : alimentation peu carnée, bien vitalisée, simple, surtout végétale et fruitarienne. Un plat cru, au moins, par repas. Pain complet (à cause de la magnésie qu'il contient). Pas d'alcool. Sortir de table avant d'être rassasié. Eviter de boire aux repas. Mastiquer parfaitement.

Cure cutanée et musculaire : nudité intégrale chaque matin, dans le cabinet de toilette, avec fenêtre ouverte selon le temps et l'entraînement. Eviter le calfeutrement et la sédentarité. Bains de soleil progressifs. Hydrothérapie froide, si les résistances le permettent, sinon tiède. Culture physique quotidienne, 15 minutes. Une heure au moins d'exercice au grand air, marche, puis marche et sport. Toute la journée du dimanche au plein vent.

Hygiène du travail : travailler des bras et du cerveau. S'aérer chaque fois que possible. Dormir fenêtre ouverte. Modération sexuelle : ne pas contracter la syphilis. Se coucher tôt, se lever tôt. Bonne orientation mentale. Ne pas fumer...

■ ■ ■

L'ABLATION DE LA RATE ET LE NATURISME

Demande. — Un lecteur d'Alger, membre de la Ligue Naturiste d'Alger. — J'ai été victime, en août 1929, d'un accident d'auto qui nécessita une grave intervention chirurgicale : l'ablation de la rate (splénectomie). L'opération me laisse une cicatrice à la paroi abdominale ; en un point, la cicatrice présente une faiblesse nécessitant le port d'une ceinture orthopédique. Avant mon accident, j'exerçais une profession active et, depuis, j'ai été obligé de l'abandonner par suite du point faible de ma cicatrice, et de mener une vie quasi-sédentaire ; de ce fait, mon poids augmenta, et, avec cela, apparut une série de petites misères : vertiges, constipation, anxiété, essoufflement... Depuis quelques mois, je me suis mis à la culture physique, le matin, en nudité totale, avec douche très courte et marche ensuite ; j'observe, dans la limite du possible, le régime naturiste. Depuis, mon poids a diminué et mes malaises ont diminué aussi ; donc, tout irait bien, sans l'appréhension que j'éprouve le matin, en faisant la culture physique : le point faible de ma paroi abdominale me préoccupe. M'encouragez-vous à continuer la culture physique ? Quant au régime alimentaire, que me conseillez-vous ? Depuis cinq ans au moins, à la suite d'un ictere, je souffre

du foie, et voici mon traitement : agocholine et boldo. J'ai voulu interrompre un mois ce traitement : des troubles hépatiques s'ensuivirent, qui m'obligèrent à reprendre mes drogues. Que me conseillez-vous ?

Réponse. — On peut, à la rigueur, vivre sans rate ; vous le constatez ; mais, en raison de l'amoindrissement considérable qu'éprouve le « dératé », il fera bien d'être, pendant toute sa vie, sévèrement naturaliste ; à cette condition, il pourra se porter à peu près bien.

Il paraît que la splénectomie est une opération très ancienne ; les chirurgiens de l'antiquité la faisaient, a-t-on dit, très souvent. Mais je ne suis pas bien sûr que l'affirmation soit exacte ; en tout cas, tout le monde la répète. On dit que les chirurgiens de la vieille Grèce extirpaient la rate aux coureurs chargés de porter les nouvelles d'une ville à l'autre, ceci pour leur éviter l'essoufflement : les athlètes capables de courir une journée entière, les « hémérodromes », comme on les appelait, auraient subi cette opération. L'expression « courir comme un dératé » vient de là.

Moi, je suis personnellement convaincu que cette histoire est une légende, comme il y en a beaucoup en médecine. J'ai de bonnes raisons de croire que les chirurgiens anciens ne savaient pas ce que c'est que la rate ; l'anatomie ne leur était pas du tout familière. Et je doute qu'ils aient eu la compétence nécessaire pour aller lier correctement, dans les profondeurs du ventre, le formidable paquet artériel et veineux du hile de la rate ; avec la moindre fausse manœuvre, le sujet est mort en une minute par hémorragie.

Vous avez constaté sur vous-même, je pense, que l'ablation de la rate ne donne pas le merveilleux pouvoir de courir comme une gazelle ; l'essoufflement, au contraire, a suivi l'opération. Mais c'est la cicatrice, dira-t-on, et non l'ablation de la rate. Mais les opérés de l'antiquité devaient aussi avoir une cicatrice ; j'ai même idée qu'elles étaient moins belles qu'aujourd'hui, les cicatrices, par suite de la méconnaissance des plans anatomiques, par suite de la mauvaise qualité des bistouris et des fils pour les sutures.

Vous avez été fort mal inspiré en vous sédentarisant après l'opération. De même l'ont été tous les amputés de guerre, tous les grands opérés, qui ont cru trouver dans l'immobilité plus ou moins totale une défense. Le moyen, le seul, pour lutter contre une grosse ablation, c'est l'exercice. La graisse, voilà

l'ennemi. Donc, vous avez fait bonne œuvre en comprenant, un beau jour, que la sédentarité vous tuait, et vous avez bien fait de vous mettre à la pratique de la culture physique, en nudité totale.

Pour vous dire sans erreur possible ce que vous devez faire comme mouvements, il faudrait vous examiner, palper la cicatrice abdominale pour en apprécier la résistance. Vous devez faire du muscle et fonder votre graisse, mais vous ne devez pas craquer les sutures. Si vous pouvez venir à Paris, faites-le ; si c'est impossible, voyez, à Alger, un médecin culturiste et naturiste ; le docteur Didier m'apparaît qualifié pour faire cet examen. Il vous dira la limite de vos possibilités motrices abdominales.

En tout cas, il n'y a de limites motrices que pour votre abdomen ; autrement dit, vous pouvez faire intensément toute la gymnastique des bras, des jambes, du thorax.

Vous devez, de toute nécessité, compléter la culture physique par un régime alimentaire sain ; vous l'avez compris vous-même. Par lui, vous aiderez à la décongestion de votre foie. Le régime qui semble vous convenir est le régime pour troubles nutritifs moyens de ma « Cure Naturiste » (Tome 1).

■ ■ ■

FAUT-IL MASSER UN PHYMOSIS ?

Demande. — M. Petit, lecteur, à Colombes. — Mon bébé, huit mois, est atteint de phymosis, autrement dit, la peau de sa verge est trop longue. L'affection est-elle grave ? Le médecin nous conseille de légers massages, avec vaseline, pour ramener la peau en arrière, et, si le résultat n'est pas obtenu, il conseille l'opération. Quel est votre avis ?

Réponse. — Le fait de masser la peau pour essayer de guérir le phymosis peut, assez souvent, donner un bon résultat. Les phymosis peu serrés guérissent très bien ainsi ; ceux qui sont très serrés résistent souvent. En tout cas, vous ne risquez rien à tenter le traitement ; il est simple, économique et sans risques. Et s'il ne réussit pas, il y aura toujours la ressource de circoncire. L'opération, d'ailleurs, ne presse pas. Jusqu'à l'âge de cinq, six, sept ans, on peut faire les massages en question et en obtenir bon résultat.

En cas de précocité sexuelle, vers l'âge de six ou sept ans, il conviendrait de s'abstenir, la manœuvre pouvant inciter l'enfant à l'onanisme.



LE NATURISME ET L'ART



A PROPOS DE LA « FÊTE DU SOLEIL »

VERS UN THÉÂTRE D'ART NATURISTE



On s'imagine volontiers que la pratique du naturisme doit se limiter à la culture des muscles, à boire de l'eau entre les repas, à manger des végétaux à l'état de nature, et à se promener aussi peu vêtu que possible.

Or, à ne suivre que ces préceptes, on transformerait son corps en un dieu exclusif, bannissant de son autel tout ce qui n'est pas vietnailles, et supprimant de ses rites tout mouvement qui n'aurait pas pour but : faire du muscle.

Ce serait oublier totalement les sages principes de vie saine d'après lesquels le régime alimentaire et la pratique des sports ne sont que des moyens — que l'on veut aussi rationnels, et, partant, aussi « naturels » que possible — pour atteindre un but suprême : l'aisance efficace de l'effort humain.

Il ne s'agit pas uniquement de remplir la chaudière d'eau pure et le fourneau de charbon extra ; il n'est pas seulement question de faire faire du 100 à l'heure à la locomotive : il faut aussi que son voyage soit utile et qu'elle remplisse son emploi sans fatigue, mais avec efficacité.

Le naturisme, c'est également de travailler sainement. C'est l'école en plein air, l'atelier en plein air, le bureau en plein air, le théâtre en plein air. Et, de

même que nous sommes en train de préparer des spectacles de verdure, pour la détente morale et intellectuelle des naturistes, demain, nous organiserons des classes d'horticulture naturistes, des ateliers de travail sur l'herbe et des cours de plain-chant.

■ ■ ■

Notre effort commence à montrer des résultats et à gagner la sympathie de nombreux naturistes. De tous côtés nous arrivent des encouragements et des offres de collaboration bénévoles. Nous en sommes très touchés, car nous savons que, d'une façon générale, tout ce qui risque de changer tant soit peu les habitudes inquiète et indispose, et nous n'exagérons pas en disant que nous nous attendions à plus de résistance.

En retardant la **Fête du Soleil** jusqu'au 19 juin prochain, nous pensons nous assurer une journée plus ensoleillée que celle que nous laissent prévoir, pour le 29 mai, date primitivement arrêtée, les nombreux jours de mauvais temps que nous venons de subir. Nous n'aurions pas voulu courir la chance — ou plutôt la malchance — de voir la « Fête du Soleil » se transformer, grâce à des averses intempêtes, en une lamentable « Fête de Neptune »...

En dehors des personnes déjà citées dans nos communiqués antérieurs, voici la première liste des mem-

bres de la Société Naturiste qui ont bien voulu nous apporter dès à présent leur précieux concours :

MM.	Kahn	Mlles	Charrieau
	Augeard		Germaine Gérard
	Walterscheid		Georgette Damet
	Adam		Augeard
	C. Frébert		Millasseau
	Buard		H. Frobert
	Diet		Véry
	Bidaut		Frey
	Paul Benoît		Chicault
	Fernand Jacquot		Gobert
	Psalti		Bourdin
	Maurice Redon		Frossart
	René Redon		Monique Thomas
	Gauthier		Michelle Thomas
	Bréhier		Magnien
	Pascal Bargy		Vatin
Mmes	Damet		Chevalier
	Bidaut		Delmet
	Jacquot		Renée Valéry
	Michalland		Henriette Audebert
	Benoît		Duruisseau
	Cahen		Elise Jacquot
	Audebert		

A tous, merci, et nous comptons bien publier une deuxième liste dans le prochain numéro de cette revue.

Les Organisateurs.

POUR NOS ENFANTS

ENSEIGNEMENT ET EDUCATION

CE QUE L'ÉCOLE DEVRAIT ÊTRE



AUX yeux de bien des gens, il est plus facile d'être sale que propre. C'est pourquoi l'homme doit apprendre, dès son enfance, à se soigner et à être soigné. Il est difficile à l'enfant d'apprendre à la maison l'ordre et la méthode qui feront de lui, plus tard, un être ordonné et méthodique. Trop souvent, on le confie à des gouvernantes qui se croient obligées de ranger elles-mêmes les jouets, ainsi que les livres de classe. De même, il est rare que la bonne tenue de la maison dépende des parents ; le plus souvent, c'est le domestique qui se charge de ce soin. L'enfant n'apprend pas ainsi à s'aider, mais à être aidé. C'est à l'encontre de tout esprit éducateur.

Il faut récompenser l'enfant pour toute bonne action par un redoublement de tendresse et d'intérêt, le punir pour toute faute, en ayant l'air de s'en désintéresser. Mais combien de parents se servent de ces deux moyens d'éducation, auxquels l'enfant est cependant très sensible ? On est trop sévère, ou pas assez : tantôt on le comble, tantôt on le prive. Une sévérité imméritée essaie d'enrayer la faiblesse des bons jours. L'enfant est souvent la victime des nerfs de ses parents.

C'est pour remédier à cette manière d'agir que nous voulons fonder l'école modèle. Trop de liberté prépare pour plus tard des mécontents et des malheureux ; pas assez de liberté, des esprits chagrins, aussi malheureux que les premiers. L'équilibre manque trop souvent dans l'éducation de l'enfant dans son foyer. Les parents sont trop enclins à se venger sur lui de leurs propres déboires. L'amour ne devrait pas être égoïste, mais, hélas, il l'est la plupart du temps.

Combien de mères, sous prétexte que leur enfant est beau, en font parade ! Le petit être finit par en tirer vanité, et la maman, plus tard, sera la première à en souffrir.

Combien d'autres, dont l'enfant est peut-être moins doué physiquement et moralement, étaleront devant lui ses défauts et ses vices, ce qui fera de lui, par la suite, un être méfiant, sournois, sans confiance en lui-même, un raté !

Ni les uns ni les autres ne semblent se rendre compte du mal qu'elles font : de la présomption qu'elles encouragent, de l'aigreur qu'elles sèment ; du bon caractère gâché, du mauvais caractère empiété.

D'autres parents insensés ne parlent que de maladies. Ils répètent à qui veut les entendre que « leur fils est si délicat », qu'« ils ont tant de mal à l'élever ! Il s'enrhume si facilement, il a souvent de la fièvre, il est d'une nature si fragile ! »...

Ne se rendent-ils donc pas compte que la vue du thermomètre et de l'atirail inutile qui encombre une chambre de malade est capable de faire de l'enfant un malade imaginaire ? Traité ainsi, l'enfant le plus robuste deviendra délicat ; délicat, il le deviendra encore plus.

Nous sommes les esclaves de nos habitudes ; il ne faut donc pas habituer l'enfant à se croire un déshérité de la nature, car l'ambiance influe sur la santé, aussi bien physique que morale. Accoutumer un enfant à prendre sa température, c'est en faire un malade. Pas plus qu'on ne doit parler devant lui de ses qualités ou de ses défauts, on ne doit souffler mot de sa santé. S'il est délicat, soignez-le, mais n'en faites pas un malade, et surtout ne lui laissez pas croire qu'il l'est.

Laissez-le s'épanouir, ne le rapetissez pas, ne l'entravez pas par des conventions sociales absurdes. L'orgueil des parents ne doit pas plus influencer son esprit que la satisfaction du professeur ne doit forcer son intelligence. Le corps doit jouir de la même liberté que l'esprit. Liberté de corps et d'esprit constituent le grand secret de l'éducation. Laissez-le courir à moitié nu, s'exposer aux rayons bienfaisants du soleil. Que l'air fouette ses membres ; que la pluie l'arrose ; que tout son corps soit libre, propre, sain. Si la pluie le mouille, il n'en mourra pas. Il en a autant besoin que les plantes. Il en sera quitte pour changer de vêtements en rentrant. Nous plaignons les enfants que des mères mal avisées protègent de la pluie, comme si elle était une chose néfaste. Laissez votre enfant gambader sur le terrain de jeu, apprendre à aimer la terre, la nature, à ne craindre ni la boue, ni la pluie. Qu'il ne soit pas trop couvert, mais que l'exercice fasse couler le sang dans ses veines et qu'il se chauffe à ce feu naturel, au lieu d'être emmitoufflé, ce qui ferait de lui, plus tard, un être frileux et inutile. Faites-lui une santé robuste, qui bravera la maladie et les maux qu'elle entraîne.

Ami lecteur, laissez-nous vous entraîner vers l'école-type, vers l'école que votre fils devrait fréquenter si nous voulons faire de la génération en marche la plus belle que la France ait jamais vue.

Le jour où vous serez persuadé, comme nous, de son urgente nécessité, ce jour-là, elle s'élèvera sur tous les terrains de notre pays, pour faire du jeune Français le plus beau spécimen de la race humaine.

(A suivre.)

VIVIAN-F. DELBOS.



REVUE DES LIVRES

MODÈLE-TOI ⁽¹⁾

MÉDECINE ET HYGIÈNE POPULAIRE ⁽²⁾



Le cerveau de l'homme moderne est roi, le muscle est parent pauvre. Comme suite à son inertie physique, l'homme voit fuir la santé et la gaieté. Envolee, la grâce de la jeunesse ! Et la vieillesse vient tôt, avec sa lassitude physique et morale.

Faute de mieux, un quart d'heure d'exercice par jour, chez soi, suffirait à « retendre les ressorts », à maintenir santé, jeunesse, bonne humeur, les seules vraies richesses. Chacun le sait, personne ne s'y astreint. Pourquoi ?

C'est que la bonne volonté du néophyte est grignotée par son inaptitude à reconnaître si son effort est bien dirigé et efficace, ou mal, et inutile : on refuse son temps à une œuvre aléatoire. Il faut un guide, et un guide sûr, en culture physique. Le voici.

Le docteur Didier, dont l'Institut Naturiste d'Alger est universellement réputé, et qui a publié en 1931 « Défends-toi ! », où il expose en détail les conditions de correction qui confèrent à une soixantaine d'exercices, pourtant très élémentaires, une efficacité surprenante, vient de publier « Modèle-toi ! », cours moyen faisant suite au précédent, et d'une inspiration analogue : logique, clarté, précision.

Le profane y voit surgir des liens de parenté entre les exercices en apparence les plus disparates, et devient vite capable de se constituer un programme varié de leçons quotidiennes pour faire utilement sa toilette musculaire complète. Il travaille avec intérêt, dans la satisfaction de l'effort efficace et dans la certitude du temps utilement dépensé.

Une riche et abondante illustration photographique, posée par l'auteur, gravée agréablement dans l'œil les recommandations du texte. Avec un tel guide, se modeler devient un plaisir. Pour l'influence heureuse

qu'il peut exercer sur la santé publique, ce livre mérite la plus large diffusion.

■ ■ ■

Voici paraître la première édition en langue française d'un assez bon ouvrage, de M. E. Kienzler, intitulé : « Médecine et Hygiène Populaire ». Dans cette édition, l'auteur s'est efforcé de tenir ses lecteurs au courant des derniers progrès de la science médicale naturiste et de l'hygiène. Et Kienzler de nous informer que, dans le rude combat pour l'existence, l'humanité s'éloigne, tous les jours davantage, des Lois de la Nature. De nos jours, en effet, des milliers d'êtres humains, sans le savoir, foulent aux pieds les principes naturels, agissent de la pire façon, et s'étonnent, après cela, d'être malades.

La maladie, dans les classes populaires, ne vient pas de l'hérédité, mais encore de conditions trop souvent mauvaises d'existence.

Des millions d'hommes sont forcés, dès leur plus jeune âge, dans nos pays civilisés, de vivre et travailler en des locaux malsains, au plus grand préjudice de leur santé. Leurs enfants ne peuvent prospérer ni se développer dans de pareilles conditions, parce qu'il leur manque non seulement l'air et la lumière, mais aussi la nourriture et l'habillement.

La propagation de la vie simple et naturelle donne au mieux la possibilité, tout en cherchant d'un côté le relèvement du corps et de l'esprit, d'obtenir un équilibre meilleur entre les classes, une égalité fraternelle de la plus haute pureté idéale, avec toutes les conséquences heureuses que cela comporte.

Abordant le problème de la vie sexuelle, l'auteur estime que cette dernière est d'un profond effet sur l'état de la santé intellectuelle et physique de l'homme. Cependant, de nos jours, la vie sexuelle équivaut trop souvent à pudeurs ridicules ou à sournoise sensualité.

Une immense production de littérature impudique aguilonne la sensualité, salit le pur et naturel sentiment sexuel et le précipite au plus bas degré de l'instinct. Et l'auteur de rendre cette sentence :

« L'existence de fausse culture doit être remplacée par le naturisme, qui, seul, est capable d'extirper lentement la dégénérescence dans le domaine de la vie sexuelle. »

Une façon naturelle de vivre, une alimentation végétarienne, un sport modéré, la gymnastique, la natation, le tourisme, les bains d'air et de soleil, les soins minutieux de la peau et du corps, constituent le meilleur préservatif des dérèglements sexuels, et sont indispensables pour la jeunesse en plein développement. Le corps et l'esprit sont fortifiés, le respect et la dignité de soi-même accrus, les sentiments purs et nobles réveillés, et les fantaisies et égarements sensuels plus facilement étouffés.

L'ouvrage qui paraît aujourd'hui renferme tout ce qui est vraiment utile et qui, des milliers de fois, a été mis à l'épreuve. De très nombreuses photographies, des dessins et planches en couleurs illustrent ce livre important, qui mérite de figurer en bonne place dans toutes les familles.

Cependant, l'auteur, M. E. Kienzler, mérite un léger reproche : faire figurer les rubriques « Homéopathie » et « Biochimie » dans son livre.

A moins que ce ne soit là qu'une ruse, qui consisterait à intéresser le lecteur amateur de médecine chimique et à l'amener progressivement vers des idées de médecine naturelle...

RENÉ-JEAN MAXY.

(1) Docteur Didier : *Modèle-toi !* — Editions de l'Institut Naturiste d'Alger, 24, Chemin Pouyenne, à Alger.

(2) E. Kienzler : *Médecine et Hygiène Populaire*. — Editions de la Médecine et l'Hygiène populaire, Mulhouse (Haut-Rhin).

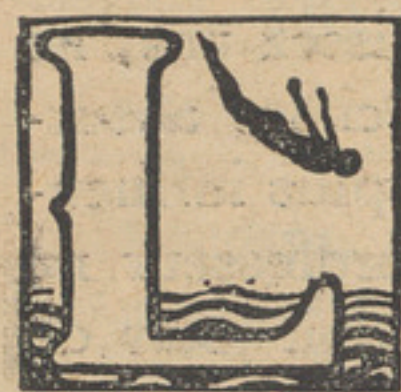


LA THÈSE NATURISTE

MANGER
SAINEMENT.

LE PROBLÈME DE L'ALIMENTATION

IL N'EST RIEN DE NOUVEAU SOUS LE SOLEIL



A simple histoire suivante, qui mérite d'être contée, en dira plus, à elle seule, sur la valeur de l'aliment marin que préconise la thèse naturiste, que toutes les démonstrations de laboratoire. L'expérience demeure le critérium à quoi nous devons juger nos aliments.

Pendant la campagne d'Orient, au cours de la grande guerre 1914-1918, deux hommes de grande valeur, l'intendant militaire général Adrian et le docteur Chamagne, alors pharmacien militaire, se sont trouvés aux prises avec des difficultés quasi insurmontables. Les chevaux de l'armée, surmenés et soumis à toutes sortes de privations, tombaient comme mouches, ou faisaient des cas de lymphadénie les plus graves. Le docteur Chamagne, qui est, au monde, un des hommes connaissant le mieux la question des algues marines, pour l'avoir étudiée très à fond, au Japon et surtout dans son laboratoire, eut l'idée d'aller chercher le salut de la cavalerie de l'armée dans la végétation marine. L'avoine manquant, il fit récolter des algues, et les prépara suivant les procédés qu'il avait expérimentés en Extrême-Orient.

Les expériences commencèrent. On fit deux lots de chevaux, l'un recevant la ration réglementaire de l'armée, l'autre une quantité d'algue remplaçant un poids équivalent d'avoine. M. le vétérinaire principal Jacoulet fut appelé à juger les résultats. Au bout de deux mois, les chevaux du premier lot avaient augmenté d'environ 2 kilogs, en moyenne, alors que ceux du deuxième lot avaient augmenté de 12 kg. 500. Inutile de dire que l'expérience fut généralisée à toute l'infirmerie, et conserva à l'armée des chevaux qui, autrement, eussent été abattus.

Ces résultats, qui, depuis, ont été confirmés par d'autres expérimentateurs, montrent que la seule valeur alimentaire de l'algue ne suffisait pas à expliquer une différence aussi considérable. Pour

rendre la vie à un être si près du trépas, il fallait que l'algue possédât un principe actif qui eût le caractère de vitamine, pouvant réveiller toutes les énergies éteintes de l'organisme, et exciter à nouveau l'activité des glandes. Les travaux de laboratoire ont, depuis, montré l'existence, dans les matières grasses des algues, de corps liposolubles insaponifiables qui semblent bien être le substratum de ces vitamines. C'est, à vrai dire, un horizon nouveau, d'un puissant intérêt, qui appelle le travail de nombreux chercheurs, et sur le compte duquel nous aurons fréquemment lieu de revenir.

La guerre passée, M. le docteur Chamagne, qui est non seulement un savant, mais aussi un littérateur, retrouva dans la paix du logis ses vieux auteurs, même latins. C'est ainsi qu'un soir, il n'en crut pas ses yeux de lire les lignes suivantes, dans les *Commentaires de Jules César*, au chapitre ayant trait à la Guerre d'Afrique :

« ...Equitatus interim eorum circum Caesaris munitiones vagari ; atque eos, qui pabulandi aut aquandi gratia extra vallum progressi essent, excipere : ita omnes adversarios intra munitiones continere. Qua re Caesariani gravi annona sunt conflictati ; ideo quod nondum neque ab Sicilia, neque ab Sardinia commeatus apportatus erat ; neque per anni tempus in mari classes sine periculo vagari poterant ; neque amplius millia passuum vi terrae Africae quoquo versus tenebant, pabuli que inopia premebantur. Qua necessitate coacti, veterani milites equitesque, qui multa terra marique bella conficissent, et periculis inopiaque tali saepe essent conflictati ; alga e littore collecta ; et aqua dulci elota, et ita jumentis esurientibus data, vitam eorum producebant... »

Nous nous excusons de tant de latin. Mais le passage méritait d'être cité, dont, du reste, voici la traduction :

« ...Leur cavalerie faisait cependant des courses autour des retranchements de César et enlevait ceux qui en sortaient pour aller au fourrage ou pour

faire de l'eau. Par là, ils obligeaient les troupes de César à rester dans leur camp, ce qui y mit bientôt la disette ; car il n'avait point encore reçu de convois ni de Sicile, ni de Sardaigne, et la mauvaise saison était cause qu'on ne pouvait sans danger se mettre en mer ; outre que César n'avait pas plus de deux lieues de tour où il pût s'étendre pour aller au fourrage, ce qui le mettait fort à l'étroit. Dans cette extrémité, les soldats vétérans et les cavaliers qui avaient longtemps fait la guerre sur terre et sur mer, et qui s'étaient souvent trouvés dans une pareille disette, ramassaient au bord de la mer de l'algue, qu'ils lavaient dans l'eau douce, et, en nourrissant leurs chevaux, leur redonnaient la vie... »

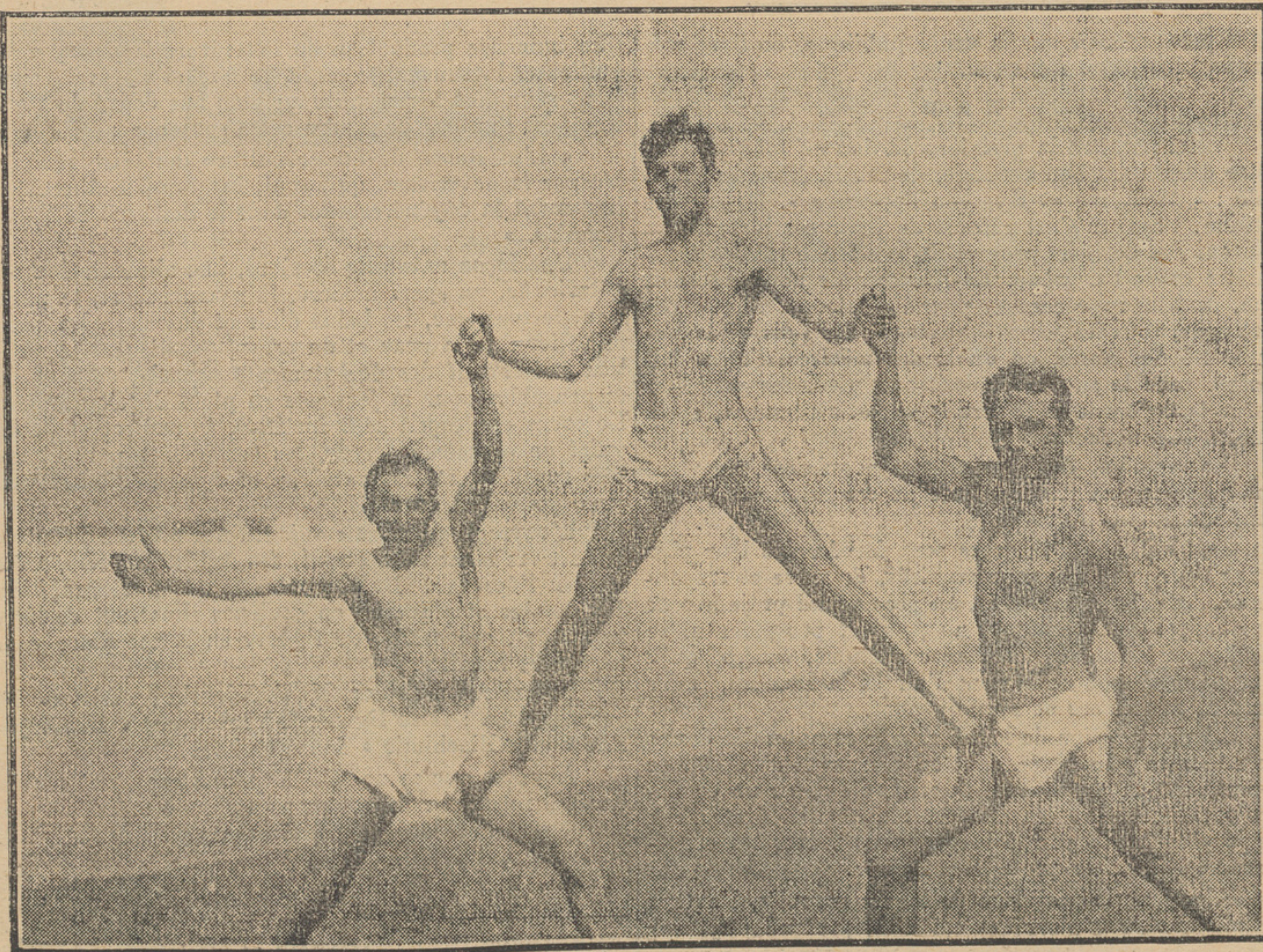
Ce texte est clair et frappant. Il nous apprend comment les vétérans de César, acculés, le dos à la mer, et coupés de leurs bases de ravitaillement, eurent tout naturellement l'idée d'utiliser les algues de la Méditerranée pour « rendre vie » à leur cavalerie. En cela, ils n'innovaient pas, car ils s'étaient déjà souvent trouvés en pareille mauvaise posture, et, soit qu'ils naviguassent ou fussent auprès des côtes, ils avaient trouvé leur salut dans les algues marines. M. le docteur Chamagne eut donc une double joie en communiquant l'objet de sa découverte littéraire au général Adrian, non sans l'accompagner de ce commentaire — bien naturel — qu'« il n'est rien de nouveau sous le soleil ».

Toutefois, nos troupes d'Orient et Jules César n'eurent pas l'embarras du choix dans les algues qu'ils pouvaient employer ; ils ne prirent que ce qu'ils trouvèrent. La végétation marine, tout comme celle terrestre, a son habitat particulier, et force nous est, si nous voulons mettre en pratique les heureux résultats de ce mode d'alimentation, d'aller chercher notre végétation marine là où elle se prête le mieux aux besoins de l'homme. C'est ainsi que les Japonais recueillent leur *kombu* dans des eaux très froides, vers Hokkaido, dans le nord de l'Hondo, et en Schizima. Pratiquement, pour nous humains, il ne suffit pas de manger n'importe quelle algue : il faut la choisir et la préparer. Les vétérans romains eux-mêmes la lavaient dans de l'eau douce avant de la donner à leurs chevaux. L'expérience de César est donc à noter avec intérêt, car elle illustre la connaissance des anciens dans les vertus de la mer et de la végétation qui en matérialise l'énergie, mais notre alimentation humaine devra procéder avec plus de discrimination.

Nous pouvons rapprocher de cette histoire les études du docteur Hrozny, de Prague, sur les documents cunéiformes récemment trouvés en Asie Mineure, à Boghazkeui, et qui nous apprennent la science consommée des entraîneurs de chevaux au temps de la civilisation hittite, soit 3.000 ans avant Jésus-Christ. Les chevaux prenaient des bains de mer, mangeaient ensuite des bouillies d'orge, et, au commencement de leur entraînement, prenaient de l'eau de mer et de l'eau de malt.

L'alimentation naturiste se retrouve donc en pays de connaissance, et il faut que nous en arrivions à nos procédés d'investigation modernes pour comprendre que l'observation humaine des lois de la nature n'a pas attendu les savants travaux de laboratoire pour apprendre comment vivre et prospérer. Le naturisme, qui ne procède que d'idées simples et logiques, a donc du bon quand il se tourne vers l'Océan avec le même sentiment de confiance qu'envers le soleil, car l'un est à l'origine d'une vie que le second doit rendre surabondante.

ADAM, L'HOMME NOUVEAU.



LE NATURISME EN ALGERIE

Des membres de la Ligue Naturiste d'Alger cultivent leur corps sur la plage de Zéralda



PARADOXES ET VERITES

SUR LA MÉTHODE NATURISTE

DANS mon précédent article, je déplo-rais la désolante habitude qu'ont de nos jours ceux qui font profession de penser, ceux qui guident l'opinion, les écrivains, les intellectuels, qui, ignorant neuf fois sur dix la Nature universelle, raisonnent sur l'homme artificiel et faux, à prédominance nerveuse, produit de préjugés, d'idées fausses, d'alimentations et de coutumes pernicieuses, type courant de l'habitant des grandes cités modernes. L'homme actuel se considère comme un civilisé achevé.

Le naturisme ne partage pas de tels errements. Sans parti-pris, sans idées préconçues, il recherche avec simplicité la vérité ; il est le creuset où s'élabore la manière de vivre et de penser de demain. Mais, d'abord, il cherche à déterminer les grandes lois de l'Univers, qui doivent nous guider dans cette œuvre. Tous les lecteurs de cette revue ont remarqué la très intéressante étude dans laquelle le docteur Simoens déclare que, selon lui, la Nature procède par évolution cataclysmique et non par évolution continue. Cette thèse a d'ailleurs été combattue par un lecteur du journal, M. J.-O. Tanner. Cette discussion est particulièrement intéressante, car elle touche au fondement même de l'Univers. Pour ma part, je crois que le raisonnement du docteur Simoens a le tort de tout ramener à la mesure humaine dans le temps et l'espace. Certes, la Nature semble à nos yeux agir par évolution intermittente, saccadée et accélérée. Mais, en fait, les bonds irréguliers que nous constatons ne sont que les phases d'une évolution. Ce qui nous semble être une évolution lente et continue doit apparaître à un infiniment petit comme une suite de mouvements violents. Il s'agit de savoir si nous devons concevoir et étudier la nature en prenant l'homme comme point de repère et les sensations humaines comme critérium.

L'exemple d'une espèce qui disparaît ne veut rien dire. En effet, si l'on considère arbitrairement une espèce comme un ensemble définitif, comme un tout fini et distinct, il est certain que sa disparition est un cataclysme. Mais si l'on considère cette espèce comme un simple maillon du règne animal, sa disparition n'est qu'un terme apparent et plus rapide d'une vaste évolution. Le cataclysme ne serait qu'une manifestation apparente d'une série de transformations évolutives successives. La mort elle-même n'est que le résultat et en même temps le début de transformations plus ou moins rapides.

Ces observations n'ont du reste la valeur que de simples suggestions. Fidèle à la méthode naturiste, je me garderai bien d'adopter l'attitude d'un écrivain connu qui, dans un livre, *Regards sur le monde actuel*, ne craint pas de déclarer que le monde est aujourd'hui entièrement connu ; c'est un monde fini en ce sens que le mystère des continents inconnus s'est évanoui. Une telle affirmation est un bel échantillon de ces lieux communs dont on nous sature et qui sont d'autant plus dangereux qu'ils ont une apparence de vérité. Ce qui est prodigieux, c'est que d'une aussi effrayante banalité on puisse tirer des conclusions au moyen desquelles on prétend bouleverser toutes nos connaissances actuelles.

M. Valéry aurait-il découvert les mystérieuses et immenses forêts de l'Afrique et de l'Amérique ? Peut-il nous renseigner d'une façon définitive sur les peuplades inconnues de l'Amazonie ? Connaît-il les déserts glacés du Nord-Canada et de l'Alaska ? A-t-il visité les Pôles Nord et Sud ?

Sait-il ce qui se passe sur ces territoires presque sans bornes de la Sibérie et de la Chine ? Peut-il nous donner des renseignements inédits sur le Tibet ? On douterait vraiment que M. Valéry ait jamais ouvert un Atlas, quand on pense que même des terres françaises nous sont encore inconnues : en Guyane, en Afrique, en Indochine, il subsiste encore des terres et des peuplades qui nous échappent. Certes, le Français ignore la géographie, mais l'ignorance d'un fait ne peut pas établir son inexistence. Le procédé qui consiste à étudier l'Univers d'un cabinet de travail et à bâtir sur des données fausses une théorie prétendue définitive sur le monde fini et l'homme fini est bien caractéristique de l'incommensurable vanité puérile du siècle.

Il n'y a pas de monde fini, car notre monde est à peine connu. Les chercheurs d'aventures pourront encore longtemps satisfaire leur soif d'inconnu dans des régions presque sans limites de l'Afrique et de l'Asie. Il n'y a pas d'homme fini, car l'homme moderne, encore demi-barbare, s'est à peine libéré de la gangue du primitif.

Nos contemporains, carnivores et alcooliques impénitents, attachés à toutes les superstitions, vaniteux, batailleurs, querelleurs, fiers de leurs hochets et de leurs panaches, égoïstes, cruels et puérils, sont bien loin du type idéal de l'homme civilisé.

Ce qui est vrai dans le domaine physique l'est aussi dans le domaine intellectuel. Tous les problèmes de notre vie intérieure, de notre moi, nous sont à peu près inconnus.

Si nous faisons le point, loyalement, sans honte et sans vanité, il faut reconnaître que, quoique le chemin parcouru par l'humanité soit considérable, celle-ci n'est qu'au commencement de son évolution. Mais il lui faudra rompre avec les habitudes des générations passées, qui, par une singulière présomption, ont pensé pouvoir s'affranchir des lois naturelles, et, se divinissant, ont cru pouvoir asservir la Nature.

Le naturisme nous impose ce retour à la vie naturelle (c'est-à-dire à la vérité et à la sincérité) qui aidera l'évolution humaine. Il nous fera comprendre cette Nature méconnue, cette Nature qui est un fait, ni bon, ni mauvais, où l'instinct est maître, mais où notre intelligence peut trouver, au

fur et à mesure de son développement, les éléments nécessaires à l'amélioration de notre vie. Ainsi, par cette compréhension nécessaire, seront fixées les règles de notre vie physique. Quant aux règles de notre vie morale, elles resteront établies par la Raison. Je crois, en effet, que les sentiments que nous appelons mauvais trouvent en grande partie leur origine dans les instincts, c'est-à-dire des manifestations naturelles. Le mensonge n'est qu'un moyen de défense du faible contre le fort. L'animal tue pour vivre. La mère abandonne ses petits dès qu'ils sont en âge de se défendre eux-mêmes. Partout dans la Nature se retrouve la loi du plus fort : rien n'est bon, rien n'est mauvais, tout est nécessaire.

Des instincts, nous avons tiré l'égoïsme, la cruauté, le mensonge ; nous avons créé l'hypocrisie, la vanité, la sottise, la bêtise ; mais aussi nous avons conçu la bonté, la pitié, la charité. Notre évolution est donc due à l'intime collaboration de la matière et de l'intelligence. A l'origine de l'intelligence, il y a un besoin physique : l'intelligence et les besoins se développant avec le même rythme. Aussi je ne partage pas cette opinion que la sagesse est d'accepter les dépendances que nous impose la Nature, le bonheur étant de les aimer. C'est là, à mon avis, un fatalisme primitif, qui révèle un renoncement complet à notre intelligence. Nous avons à notre disposition un instrument merveilleux, qui est la raison ; la sagesse est de savoir s'en servir, non contre la Nature, mais selon la Nature, pour obtenir le bonheur.

Toutes les règles édictées par le naturisme sont basées sur ce principe.

Pour illustrer ce que j'avance, je citerai l'exemple de la médecine naturiste, qui, ayant constaté le caractère évolutif de notre organisme, ne prescrit pas de remèdes violents, « révolutionnaires », mais seulement des cures raisonnées et lentes. C'est ainsi qu'elle s'oppose également à une mise brutale à un régime végétarien exclusif. Pour les mêmes raisons, le naturisme n'est pas partisan des sports violents.

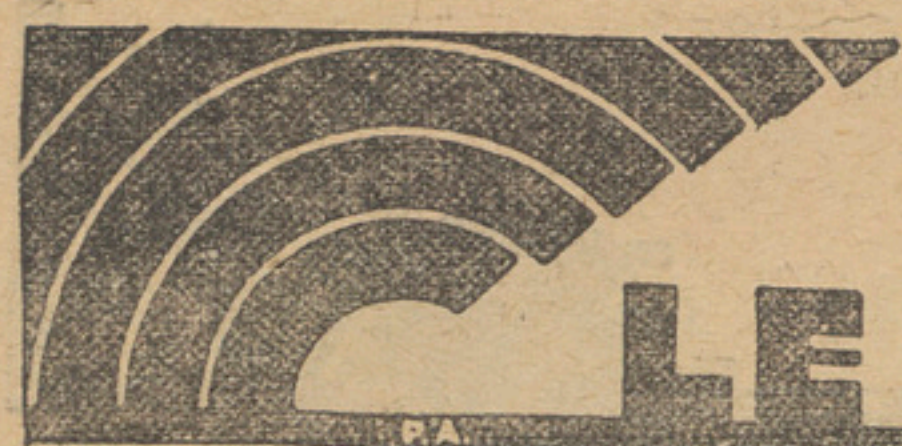
La méthode naturiste est donc basée sur une compréhension et une assimilation rationnelle des lois de la Nature. Mais cette compréhension exige une qualité essentielle qui fait absolument défaut à nos contemporains : l'humilité.

POL.



LE NATURISME AU MAROC

Aux environs de Casablanca : une naturiste, sous sa tente, grignote une grappe de raisin.



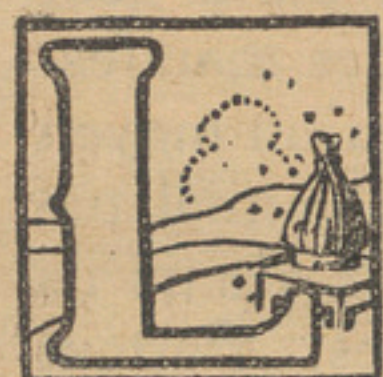
LE NATURISME ET LES SCIENCES

LE MONDE ET LA VIE

LA THÉORIE DE L'ÉVOLUTION CATAclySMIQUE (1)

II. — NARRATION DE LA FORMATION D'UNE CHAÎNE PLISSÉE

d) Les cycles sédimentaires et les géocycles. Les phénomènes abrasifs et leur signification.



Le cycle que nous venons de représenter (voir le schéma dans le dernier numéro) est régulier, parce que les phases successives du phénomène y sont bien représentées, c'est-à-dire que les sédiments superposés s'y trouvent figurés comme l'exige la théorie de la déposition des différents éléments, soumis à la seule loi de la pesanteur.

Il est complet, parce qu'il est réellement transgressif, c'est-à-dire que sa partie régressive ne fait pas défaut, ni totalement ni partiellement.

Il est normal, parce que des perturbations n'y apparaissent pas, telles les oscillations secondaires, comme en montrent chacun des trois cycles superposés de la figure suivante, ou les recurrences ; tous phénomènes que j'ai longuement étudiés dans mes précédents travaux.

On me permettra de ne pas insister à leur sujet, attendu qu'ils ne sont pas indispensables à la compréhension du problème que nous avons à résoudre. Seuls doivent être exposés ici les faits sur lesquels nous aurons à nous appuyer dans la suite.

Nous avons expliqué, au précédent chapitre, comment les différents mouvements astronomiques superposés permettaient de se représenter des cycles très généraux et d'amplitude considérable que j'ai appelés géocycles, divisés eux-mêmes par des trans-régressions ou cycles de moindre importance.

On obtient ainsi des diagrammes qui montrent des trans-régressions qui empiètent de plus en plus sur les aires continentales, jusqu'au moment où à celles-ci succèdent des trans-régressions de moins en moins étendues.

COMMUNIQUÉ DE MADOLIN

Le ravitaillement à l'île des Naturistes de Villennes. — Les naturistes qui désirent consommer des produits Madolin à l'île des Naturistes de Villennes pourront en trouver à l'établissement de Mme Faivre, notamment du pain, du jus de raisin, de jus de pomme, du confit d'amande, des biscuits au raisin, etc. Madolin attire spécialement l'attention des consommateurs sur les fruits secs, qui constituent un aliment pratique et utile à être consommé sur place. Comme ces fruits secs deviennent de plus en plus rares, Madolin insiste spécialement sur les bananes séchées, qui ont été préparées dans le but spécial de suppléer au manque de fruits à cette époque de l'année. Ces fruits sont surtout des fournisseurs de chaleur et d'énergie pour la dépense physique. Ils doivent se substituer à la tablette de chocolat, qui est un aliment mort, et plaire aussi bien aux adultes qu'aux enfants.

Leur application semble particulièrement trouvée chez les insulaires du samedi et du dimanche qui n'aiment pas s'encombrer de paquets et recherchent des aliments faciles à consommer, qui ne font pas de peurs sur les terrains de jeux. La banane doit être mangée lentement, en provoquant une salivation abondante ; en cela, elle ressemble à l'amande, dont l'utilité est aussi grande, mais qui a l'inconvénient d'être beaucoup plus onéreuse. Les naturistes peuvent s'approvisionner de ces bananes soit chez Madolin, soit chez Mme Faivre, auprès de qui ils trouveront des petits paquets tout préparés d'avance, au prix de 3 francs l'un.

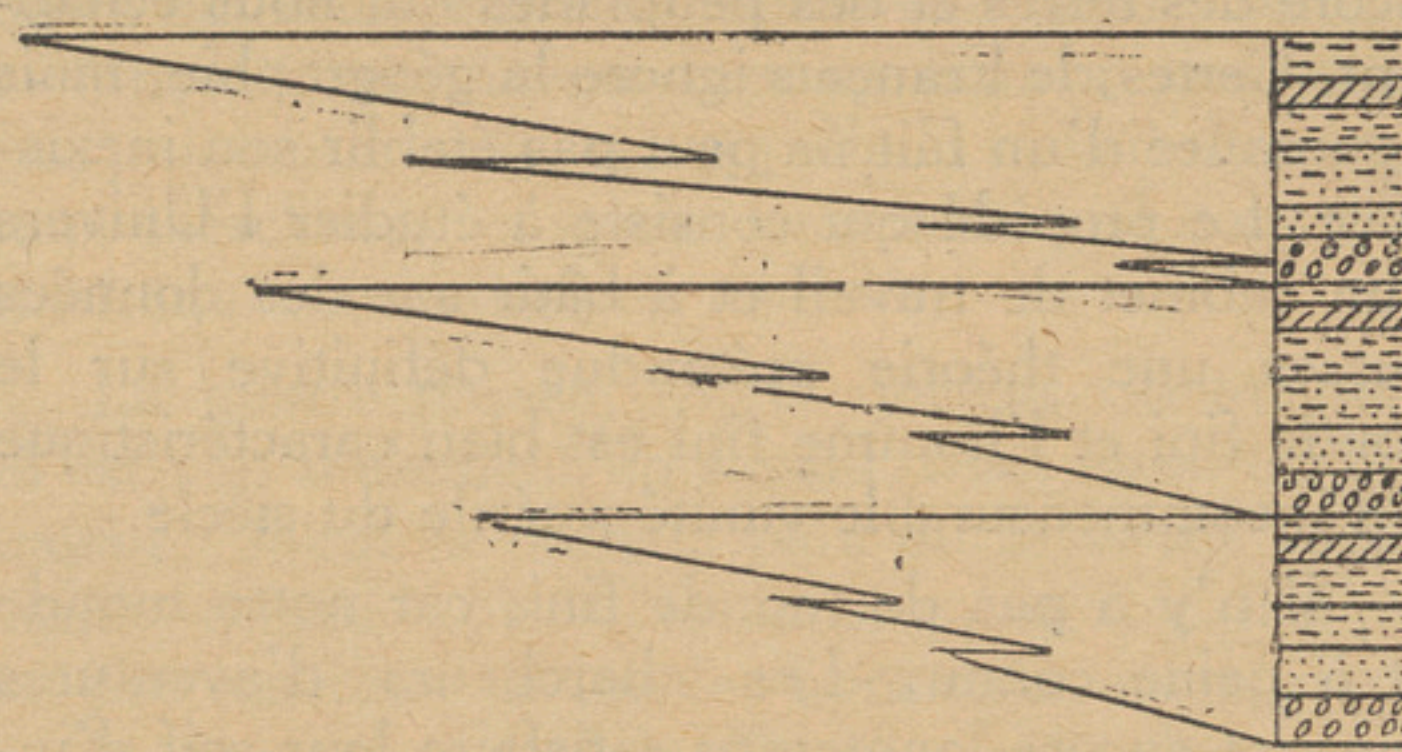
Madolin livre chaque samedi des marchandises toutes fraîches à l'île, ainsi qu'il avait l'habitude de le faire les années précédentes.

Bananes sèches et confits d'amande sont les deux meilleures applications de Madolin aux besoins des naturistes de Villennes.

Les abricots secs touchent à leur fin. Madolin n'a plus que quelques caissettes, après quoi il devra attendre la future récolte pour en faire venir.

dues dans la direction du continent. C'est l'ensemble de ces cycles successifs qui constitue le géocycle.

Au lieu de reproduire graphiquement le phénomène, au moyen d'un schéma théorique, je préfère montrer la partie montante et partielle d'un géocycle. Le dessin ci-dessous résulte d'un levé géologique que j'exécutai au cours de mes études sur les bassins houillers du Pays de Galles et de l'Irlande.



On remarque, dans ce schéma, la succession de trois cycles qui se superposent et se dépassent dans la direction du rivage. Le géocycle est constitué par une succession de cycles qui d'abord s'avancent de plus en plus vers le continent et qui ensuite s'en écartent. La partie centrale des cycles est figurée par des lignes obliques qui représentent les boues argileuses. Ces trois cycles sont incomplets.

On y remarque trois cycles, dont la nature des roches est indiquée dans la section verticale de droite, et interprétée vers la gauche d'après le recouvrement effectif des trois cycles se dépassant l'un l'autre.

Ces trans-régressions successives constituent, à elles trois, un géocycle partiel et réduit à sa partie inférieure. Il permet cependant de se rendre compte comment se fait l'envahissement du continent, par cycles successifs de plus en plus étendus ; et puis, bien plus tard, le retour des eaux, également par saccades, vers l'ancien domaine marin.

À la fin d'une grande oscillation géocyclique, d'immenses dépôts sédimentaires sont exondés et deviennent des plaines où de nouvelles rivières se traînent, laissant cependant entre elles des collines et des plateaux, qui seront les témoins des anciens envahissements de la mer.

En présence de la multiplicité des facteurs qui contribuent à réaliser le transport des sédiments et leur déposition sur le fond de la mer, on aurait le droit de s'étonner que les phénomènes revêtent toujours la simplicité que nous venons de leur attribuer.

Le dessin ci-dessus montre bien, en examinant la série verticale des sédiments rencontrés, que les trois cycles sont réguliers ; comme aucune perturbation n'y apparaît, ils sont aussi normaux. Pourtant, ils sont incomplets ; on observe, en effet, que la plus grande partie de la moitié supérieure des cycles fait défaut, et, pour peu qu'on enlève, par la pensée, les quelques sédiments qui surmontent le centre de chacune de ces trans-régressions, on aurait trois demi-cycles qui se superposeraient.

Lorsque la mer se retire, après avoir déposé un cycle que, par exception, nous supposons complet, comme celui du deuxième schéma de l'article précédent, certains sédiments se trouvent évidemment exon-

dés, et nous les négligeons, mais la très grande partie de ceux-ci reste sous les eaux.

Toutefois, la profondeur où ces sédiments se trouvent sur le fond, après cette régression marine, n'est pas comparable à celle sous laquelle ils s'étaient déposés.

Mais que la mer remonte à l'assaut du continent, les roches d'un nouveau cycle transgressif se déposent ; ce faisant, la mer rebrassera les dépôts qui sont trop près de la surface des eaux, par suite de la régression marine précédente.

Ainsi, il arrive presque toujours que, tout en déposant les sédiments d'un nouveau cycle, la mer entame, parfois totalement, la partie supérieure de la trans-régression qui l'avait précédée dans le temps.

Ce serait une erreur grave que de s'imaginer que la mer ravine son fond au hasard et dans tous les sens. Aussi bien que la déposition des sédiments se fait là où l'action des mouvements de la mer devient nulle pour le sédiment considéré, de même, au moment de l'abrasion, celle-ci ne se fait sentir que jusqu'au point où, pour chaque nature de roche, l'action superficielle de la mer cesse de se faire sentir.

L'étude de ce phénomène abrasif m'a beaucoup préoccupé, et j'ai pu montrer, en maintes circonstances, qu'il s'était produit sous une épaisseur d'eau considérable, permettant d'interpréter comme abrasions sous-marines des faits qui, presque partout, étaient considérés comme représentant des érosions continentales.

Il y a plus d'un quart de siècle que des confrères voudraient bien reconnaître que j'avais jeté sur le problème des « lumières nouvelles », et on se rendra compte de toute son importance lorsqu'il nous faudra décrire la surrection des chaînes en nous basant sur l'examen des roches soulevées.

(A suivre.)

Docteur G. SIMOENS.

(1) Voir *Naturisme* du 14 janvier au 18 février, et des 10, 17, 24, 31 mars, 14 avril, 5 et 12 mai 1932.

LE CINÉMA

DEUX BONS FILMS :

« JEUNES FILLES EN UNIFORME » ET « TUMULTES »

Deux films allemands, dont l'un nous apporte un sujet neuf, alors que l'autre se contente, plus modestement, de développer une histoire de l'Unterwelt, le sous-monde d'Outre-Rhin. D'une part, une œuvre réalisée sans grand souci de son rendement financier, d'autre part, un film excellent construit dans un esprit purement commercial.

Il convient, avant tout, de condamner le rédacteur des placards publicitaires de *Jeunes filles en uniforme*, sollicitant ouvertement les curiosités malsaines et déformant ainsi, involontairement sans doute, le caractère de l'œuvre. Les points de comparaison avec les films d'éducation sont assez peu nombreux, car il ne s'agit pas ici d'une bande culturelle. D'ailleurs, l'époque où le thème se déroule, avant la guerre, peut laisser supposer qu'on a simplement voulu jeter un regard sur le passé. Mais Léontine Sagan, la réalisatrice, a déclaré que le collage où se situe l'action a conservé sa directrice et ses règlements.

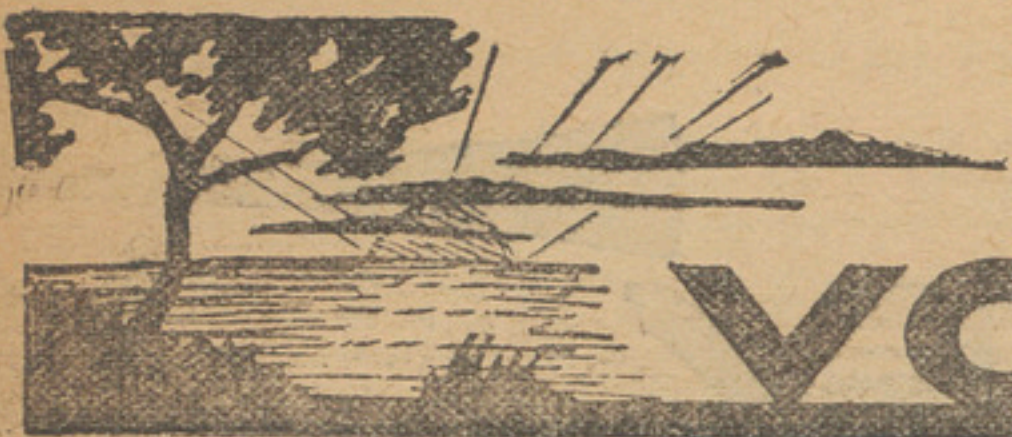
Le scénario, tiré de la pièce *Hier et Aujourd'hui*, qui eut un succès considérable en Allemagne, nous introduit donc dans une pension de Postdam où l'on se charge de faire des élèves de futures bonnes mères de soldats... Une jeune fille, Manuela, est amenée par sa tante. Le pensionnat aux murs gris semble dépourvu de toute douceur ; la directrice, visage sévère, silhouette sèche, démarche claudicante, est avant tout soucieuse de discipline. Elle voit d'un fort mauvais œil la tendresse des jeunes filles pour un professeur, Mlle von Bernburg, qui apporte un peu de douceur aux rigueurs de l'internat. À l'issue d'une représentation théâtrale, Manuela, surexcitée, déclare qu'elle ne voudrait pour rien au monde être séparée de son professeur. La directrice entend, blâme la jeune fille, accuse Mlle de Bernburg et l'oblige à quitter le pensionnat, quand Manuela est arrêtée par ses amies alors qu'elle voulait attendre à ses jours. Cet incident éclaire la directrice sur la dureté de ses méthodes.

En dehors des premiers rôles tenus par des actrices, tous les autres sont joués par des amateurs, et c'est ce qui donne, sans aucun doute, l'impression de fraîcheur ressentie au spectacle de ce film. Du cinéma 1932...

L'atmosphère de *Tumultes* est aussi trouble que celle de *Jeunes filles en uniforme* est pure. Le scénario ne nous apporte aucune révélation, et nous avons vu des histoires policières plus palpitantes que celle de Ralph et de ses amis. Mais c'est un travail très réussi, qui comporte, en outre, une étude de psychologie féminine intéressante.

Pas de longueurs ; le montage est toujours adroit, et des trouvailles rendent captivantes les moindres scènes, depuis l'élargissement de Ralph jusqu'à son arrestation, après vol, meurtre, arrestation, évasion, après qu'il aura tenté, sans succès, de supprimer son second remplaçant auprès de sa femme. Ici, l'interprétation a une valeur extraordinaire : Charles Boyer, Florelle n'ont plus rien de comédiens ; il faut encore citer Robert Arnoux. Toute la distribution est excellente. — JEAN FAUREZ.





VOX LOIIR

CONTE - ROMAN - NOUVELLE

SOUVENIRS D'UN NATURISTE

A LA GLOIRE DU SOLEIL

DEUXIÈME PARTIE

UNE CURE NATURISTE AU SAHARA

A LA « ZAOUA » DE TEMACINE



ENTRÉ chez moi, je passe une partie de la nuit qui doit précéder mon départ de l'Oued R'hir à classer, mettre en ordre mes observations ethnographiques.

Elles sont déjà nombreuses, et je crois voir un peu clair dans ce si curieux problème : ce qui m'étonne le plus et m'emplit d'une joie profonde, c'est de constater à quel point est revenue la lucidité de mon cerveau avec l'appétence de l'étude. Quand, voici bientôt quatre mois, je quittai Paris, en proie à la neurasthénie, tout travail sérieux m'était devenu impossible ; et ce fut d'une main molle et un sourire sceptique aux lèvres que, pour complaire à mon vieil ami, Abel Hovelacque, directeur de l'Ecole d'Anthropologie et mon collègue de la Chambre, je mis mes instruments dans ma malle.

Ce problème anthropologique, dont nous avons si souvent parlé dans les couloirs ou à la Bibliothèque de la Chambre, lui tenait au cœur, et, bien qu'il me vît, lors de mon départ, aussi mal en point :

— Prenez toujours un craniomètre, n'avait-il cessé de me dire, puisque vous avez choisi le pays des « noirs sahariens » pour y faire votre cure. Avec la guérison, le goût du travail vous reviendra, c'est certain, et vous regretteriez d'avoir manqué une occasion si belle.

Oui, certes, je l'eusse regretté, et, devant les résultats obtenus, depuis Kef-el-Dorf, le sourire revenu sur mes lèvres, je pense :

— Mon brave Hovelacque sera content, car je crois bien tenir « l'essentiel » pour résoudre enfin le problème...

Et, avant de remonter à cheval pour continuer cette randonnée d'un ressuscité, je crois bon de résumer ici, pour mes lecteurs, cet « essentiel », ne serait-ce que pour leur montrer le rôle que joue le naturisme dans la vie et l'évolution d'un groupe saharien, comme je l'ai fait pour la famille des Ben-Ganah.

LE NATURISME, FACTEUR ANTHROPOLOGIQUE ET ETHNIQUE CE QUE SONT LES « NOIRS SAHARIENS »

Lorsqu'on s'enfonce dans l'Extrême-Sud de nos possessions algéro-tunisiennes, on assiste à un phénomène d'ordre ethnique qui frappe les esprits les plus indifférents et les plus inattentifs regards ; c'est un changement aussi profond que subit dans le type physique des populations rencontrées.

Le fait est plus remarquable encore si l'on atteint le Sahara septentrional en traversant la province de Constantine du nord au sud. Dans les montagnes de l'Aurès, en effet, on a vu les Berbères de Kabylie, très blancs, souvent blonds avec des yeux bleus, puis les populations, blanches aussi, arabes et sémites, des Ziban. Après Biskra, si l'on poursuit sa route vers le sud, à 80 kilomètres environ, l'on se trouve tout à coup en présence d'une population absolument différente de celle qu'on a laissée 20 kilomètres avant.

Le teint est foncé, presque noir, et l'habitude extérieure offre une dissemblance non moins profonde à l'observateur même le plus superficiel.

Sur les origines de cette prétendue « race noire saharienne », on n'est pas encore fixé.

On ne sait pas encore de façon précise ce que sont ces hommes dont l'habitat forme, dans la grande mer blanche sémitique et aryenne qui va du Tell algéro-tunisien à la lisière du Soudan, un curieux îlot noir. Cet îlot lui-même n'a pas encore été très nettement établi. Il semble pourtant s'étendre de la lisière nord du Sahara algérien (Oued R'hir) jusqu'à Rhadamès, dans le Sahara tripolitain, le Touat, le Tidikelt et le Hoggar. Ces populations colorées sont connues à Rhadamès sous le nom d'« Atrian » ; à El-Goléa, on les appelle « Grefiann » ; dans le Tidikelt, on les rencontre sous la désignation de « Karatinn » et de « Rouarah » de notre Oued R'hir. C'est surtout dans le R'hir et le pays d'Ouargla que ces « nègres sahariens » ont été l'objet de trop peu précises observations ; et c'est là aussi que j'aborde à mon tour le problème.

Les Rouarah (au singulier R'hiri) sont mi-nomades, mi-sédentaires ; leur peau est brune sans être noire, et rien, dans leur caractère anthropologique, ne justifie, comme on le verra, l'appellation de « nègres sahariens » qu'on leur a donnée.

Chez certains individus seulement (quinze sur cent trente quatre observations prises par moi), j'ai trouvé un certain degré de prognathisme, assez accentué d'ailleurs.

La taille est moyenne, bien qu'il ne soit pas rare de trouver des hommes mesurant 1 m. 75 et même 1 m. 80 ; je n'ai pas observé un seul cas de « nanisme » et, au dire des habitants, les nains sont également rarissimes dans le Souf. Le tronc est plutôt massif, sa hauteur ne dépassant que rarement 0 m. 40 à 0 m. 42 ; son développement transversal et antéro-postérieur au niveau des épaules et du bassin atteignant en moyenne 0 m. 37 et 0 m. 95. Les jambes sont courtes, mais ils n'ont pas, comme certains observateurs l'ont prétendu, les bras très longs, ce qui est un caractère nigritien formel ; leur grande envergure, en effet, ne dépasse pas de beaucoup leur taille (de 8 à 10 millimètres), celle des hommes de race caucasique étant, comme on le sait, égale à leur taille, et celle des noirs et des jaunes la dépassant de 50 millimètres à 10 centimètres. La musculature brachiale et thoracique est bien développée, plutôt vigoureuse, celle des jambes également.

On les a donnés comme « mégalocephales ». C'est encore une erreur démentie par la céphalométrie (mensuration de la tête recouverte de ses parties molles) et par la craniométrie (mensuration de la tête à l'état de squelette). Leur indice céphalique a été en moyenne de 77,52, ce qui les classerait parmi les « sous-dolicocephales », mais à la limite de la « mésaticephalie », laquelle commence à 77,77.

Ceci m'a paru un des caractères les plus importants, puisqu'il rapprocherait les « hommes colorés du Sahara » — il est plus prudent, en effet, de leur donner ce nom — du type nigritien dont les éloigne tant d'autres caractères ethniques et anthropologiques. Leur indice brachial est, chez l'adulte, de 76,50, alors qu'il est de 74 chez l'homme adulte de race caucasique, et de 79 chez le nègre.

(A suivre.)

PAUL VIGNÉ D'OCTON.

LE ÉDITION DE NATURISME

La Cure Naturiste, 2 vol. à 30 francs chaque.

Quatrième édition. Soixantième mille.

Pour entretenir sa vigueur et se guérir sans médicaments. Le Tome 1 étudie la Cure alimentaire, la Cure d'air, la Cure de soleil. Le Tome 2 étudie la Cure d'eau, la Cure de mouvement, la Cure morale. Deux forts volumes de 360 pages chacun, sous belle couverture en couleurs.

La Cuisine Saine (Un seul volume. Prix : 30 francs).

Deuxième édition. Vingtième mille.

Ce qu'il faut manger pour conserver sa santé et pour se guérir. Cet important ouvrage de plus de 400 pages étudie les potages, les hors-d'œuvre, les pâtes, les légumes, les viandes, les œufs, les laitages, les sauces, les entremets, les pâtisseries et les fruits. Tout être soucieux de sa santé doit le posséder.

L'Art de vivre longtemps, 1 vol. à 8 fr.

Quatrième édition. Cinquantième mille.

Comment prolonger la vie par le naturisme. Ouvrage orné d'une belle couverture en trois couleurs.

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.

L'Art d'être heureux, 1 vol. à 15 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 % (France) et 20 % (Etranger)
En vente à « NATURISME » et dans toutes les librairies

50% moins cher à la Fabrique

COMPLETS SUR MESURES

Deux essayages, draperies PURE LAINE
de Roubaix et d'Elbeuf, à

275 FR. ET AU-DESSUS

SPÉCIALITÉ DE VÊTEMENTS SPORTS

PANTALONS et GULOTTES naturistes sans ceinture ni bretelles
Vous assisterez à leur fabrication

CHEZ LE NATURISTE DEPREZ, 11, RUE DE LA CERISAIE, PARIS (Bastille)

NATURISTES, FAITES VOTRE SITUATION A HÉLIOPOLIS

Quelques situations très intéressantes sont disponibles à Héliopolis. Parmi elles, signalons :

RESTAURANT

Capital nécessaire : 35.000 à 70.000 francs

HOTEL

Capital nécessaire : 275.000 à 1.000.000 de fr.

PENSION DE FAMILLE

Capital nécessaire : 100.000 à 150.000 francs

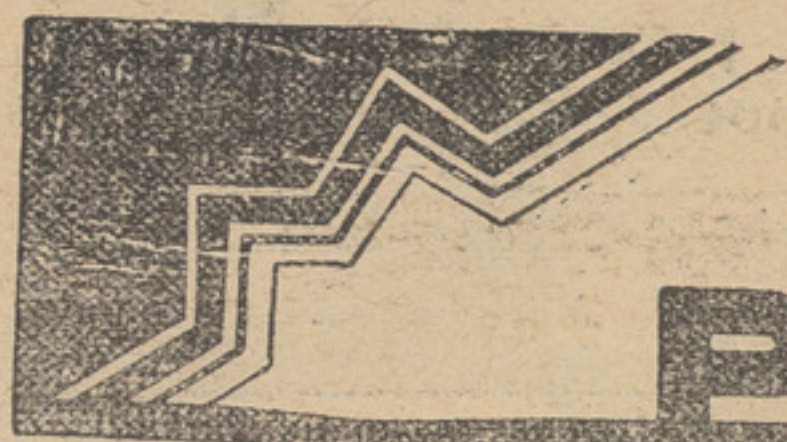
GROS RAPPORT

ASSURÉ

LIBRAIRIE - PAPETERIE

Nous prions les naturistes qui s'intéressent au commerce de LIBRAIRIE-PAPETERIE de vouloir bien se mettre en rapport avec nous d'extrême urgence. Ce commerce serait à céder. Un capital d'environ 70.000 francs serait nécessaire. Dans ce prix est compris l'approvisionnement en marchandises concernant : coutellerie, mercerie, parfumerie, articles d'hygiène, articles de photos, etc.

S'adresser au docteur André Durville : A l'Île du Levant du 2 au 13 de chaque mois ; à Paris, 24, rue d'Alleray (15^e), du 16 au 30 de chaque mois.



PETITES ANNONCES

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

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

Pour les annonces domiciliées au bureau de la revue, une somme de 2 francs sera perçue, en plus du prix de l'insertion, pour frais de bureau.

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*. Les réponses ne remplissant pas ces conditions ne seront pas transmises.

La direction se réserve le droit de refuser ou de modifier toute annonce qui ne cadrerait 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.

GROUPEMENTS NATURISTES

UNE ASSOCIATION naturiste de touristes à pied, dénommée « Au Grand Air », existe à Reims. Prière de demander tous renseignements au président, M. Louis Courant, 6, rue Béranger, à Reims.

NATURISTES !

PRETEZ VOTRE CONCOURS A LA FÊTE DU SOLEIL DU 19 JUIN 1932

Tous les dimanches, à l'Île des Naturistes de Villennes, de 10 heures à midi et de 14 heures à 17 heures, au fond de l'Île (derrière la propriété Zola) :

RÉPÉTITIONS ET PRISES DE VUES CINÉMATOGRAPHIQUES

En vue du grand tableau des Jeux Olympiques :

ON DEMANDE DE NOMBREUX ATHLÈTES

PENSIONS NATURISTES

PENSION natur. pr enfants 4 à 10 ans. Soins attentifs. Cure d'air. Etudes. Réf. Mme Chenevière, 13, allée Bel-Horizon, L'Isle-Adam.

PENSION DES SAPINS, pour enfants et jeunes gens délicats ou anémiés, 30 à 35 francs par jour, service compris. Ouvert toute l'année.

Mme Saddier, propriétaire, Le Biolay, Chamonix (Mont-Blanc).

VILLEGIATURES

PROP. domaine isolé boisé, sain, gai, ferme prod. sélection, près Amiens, serait heureux recevoir naturistes. — *Naturisme*, N° 702.

FAMILLE distinguée prendrait pensionnaire, dame seule ou deux personnes dans la même chambre, dans villa luxueuse bord mer, grand confort. Prix très modérés en mai et juin. Malades exclus. Cuisine très soignée. Ecrire : De Saint-Hilaire, Le Patio, au Val-d'Esquière, par Sainte-Maxime (Var).

ETABLISSEMENTS NATURISTES

AU RESTAURANT VEGETALIEN, 40, rue Mathis (métro Crimée), vous pouvez faire des repas revitalisants, sains et abondants, grâce à la « Basconnaise » (salades variées) et aux aliments naturels que l'on y sert, pour les prix de 3 fr. 75 (dames) et 4 francs (hommes).

MARIAGES

DAME, 54 a., seule, b. éduc., références, très simple, ay. avoir, dés. mariage ou pet. situat. Pas exig. si vie tranqu. *Naturisme*, N° 701.

OFFICIER, veuf, sportif, 39 a., cherche, en vue mariage, compagne naturiste 30 à 35 a., bonne éducation, habituée Villennes, pr y passer ens. dimanches. Ecr. : Lelièvre, 17, av. Laz.-Hoche, Chaville (S.-O.).

VENTES

A VENDRE canoë français, deux places, état de neuf, avec accessoires, pagaie, dérives, voile, etc. Pour tous renseignements, écrire à Paul Cazanave, à Villennes-sur-Seine (Seine-et-Oise).

A VENDRE ou à échanger contre voiture 5 à 10 CV parf. état : superbe terrain 250 m², bordure de Seine, face grand stade, à Physiopolis. — Ecrire : Heyd, 15 bis, rue Jobbé-Duval, Paris (15^e).

BELLE SALLE A MANGER moderne, état impeccable, table pied unique, buffet bas avec glace, 6 chaises. Réelle occasion. 2.500 fr. Heyd, 15 bis, rue Jobbé-Duval, Paris (15^e), de 10 heures à 11 heures.

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

DIVERS

JEUNE FILLE habitant bord mer demande, pour saison, vieux professeur ou pers. cultiv. pouv. donner leçons français. Séjour agréable et avantag. Ecr. : Maurice Rabillard, La Tranche-sur-Mer (Vendée).

Denyse, 126, av. E.-Zola, Paris (Métro : Commerce). Mass. fac. Soins beauté p. les plantes (px mod.), 2 h. 30 à 6 h., sauf samedi. Crèmes orient. de fleurs et plantes bienfais. Fco 30 f. les 2 pots jour et nuit.

MIEL « SELECTA », L'ALIMENT VIVANT LE PLUS PARFAIT. Postaux domicile 3, 5, 10 kg : 38, 60, 110 fr. C/ct Bordeaux 27094. Echantillon 1 fr. A. Lalanne, Lamonzie-St-Martin (Dordogne).

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

VOYANTE remarquable en chiromancie, tarots astrologiques et égyptiens. La loi des nombres, pratiquée scientifiquement et en toute loyauté, ne trompe pas. De nombreuses et hautes références l'attestent. Tous les jours, de 2 à 6 h. Prix modérés. Mme Talence, 17, place Dauphine, Paris (Métro : Pont-Neuf, Châtelet, St-Michel).

POUR RENDRE à vos meubles vernis l'éclat du neuf, une seule adresse : écrire à Georgen, 109, boulevard de Charonne, Paris. Prix très modérés, travail très soigné.

VIENT DE PARAÎTRE

Docteur GASTON DURVILLE

Docteur ANDRÉ DURVILLE

Collaboration artistique de EMILE BAILLY

L'ART DE LIRE LE CARACTÈRE LE TEMPÉRAMENT ET LES PREDISPOSITIONS MALADIVES PAR L'EXAMEN DU VISAGE

Deuxième édition — Vingt-troisième mille

PRIX : 20 FRANCS

Port en sus : France, 10 % ; Etranger, 20 %

PHYSIOPOLIS L'ÎLE DE MÉDAN

à Villennes-sur-Seine (Seine-et-Oise)

LA CITÉ DE WEEK-END

REUNION DES NATURISTES TOUS LES DIMANCHES ET JOURS FÉRIES
SUR DE VASTES STADES, DANS UN CADRE CHARMANT DE VERDURE

Autour des vastes stades et parcs naturistes organisés par les docteurs Durville dans l'Île des Naturistes s'élèvent les tentes fixes de **Physiopolis**, la Cité de Nature, véritables petites habitations, solides et confortables. Là, le citadin moderne vient, quelques jours chaque semaine, quelques mois chaque année, se revivifier au contact de la Nature. Physiopolis, grâce à sa position privilégiée dans une île, respire loin des gaz délétères des automobiles, loin des fumées des usines, loin des miasmes de la ville. Physiopolis conserve l'aspect sauvage de ses campagnes et de ses bois : pas de route empierrée ; des chemins sablés, de l'herbe, de la vie, partout.

Physiopolis est la Cité de l'Air et du Soleil.

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. Des lopins de terre sont cédés aux naturistes simplement pour récupérer le prix des stades et terrains de jeux.

Naturistes qui pouvez collaborer à l'œuvre entreprise par les docteurs Durville, achetez votre terrain à Physiopolis, et faites construire votre tente, pour vos week-end ou vos vacances.

TERRAINS

LOTS DE CAMPING (en bordure des terrains de jeux)

Principales servitudes : Construction non obligatoire ; en cas de construction, tente en fibro-ciment seule autorisée ; obligation de clôturer la façade donnant sur les stades et de planter deux arbres fruitiers dans le lot.

Prix (clôture et arbres compris, environ 50 m²)..... 2.500 fr.

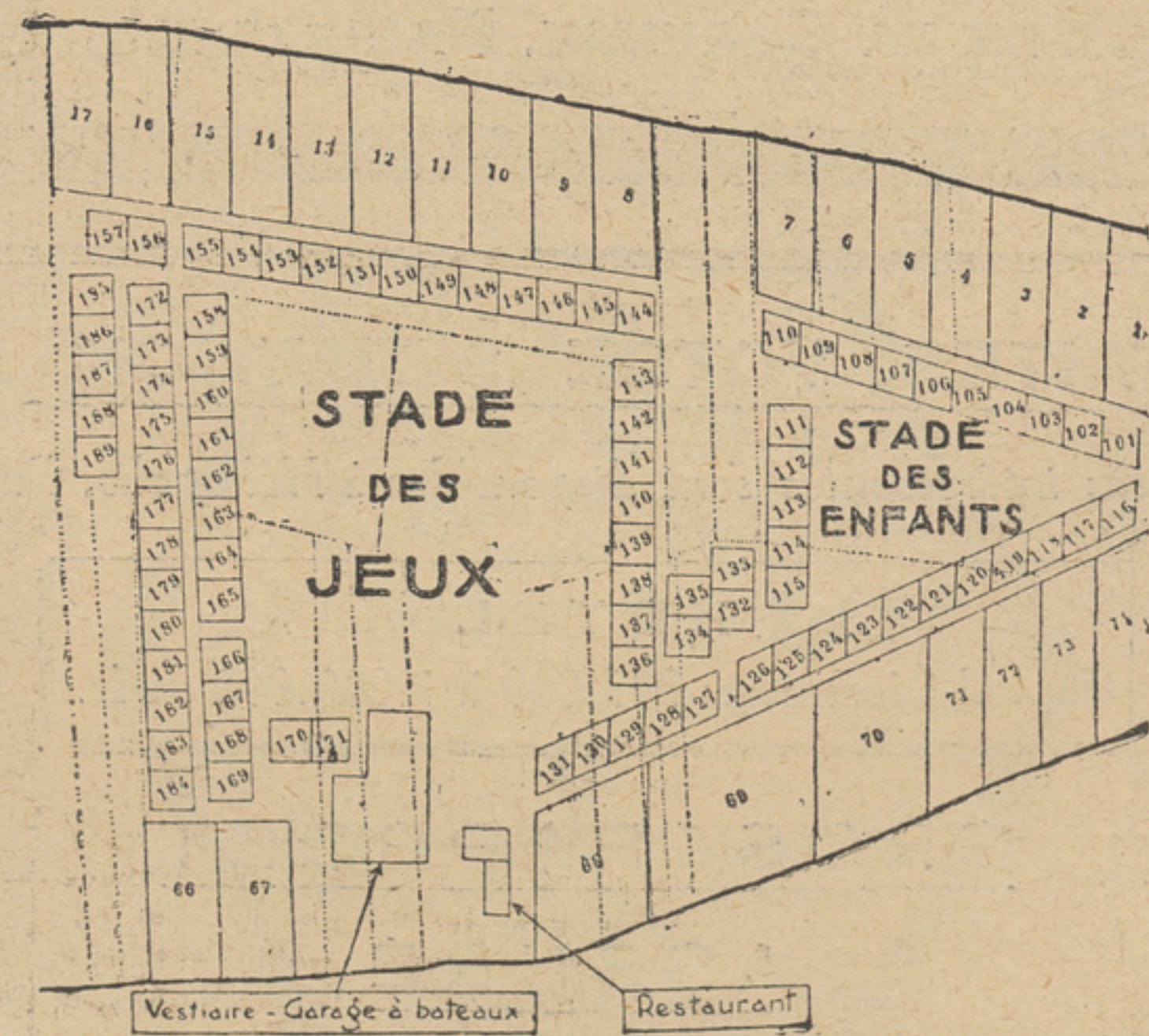
LOTS EN BORDURE DE SEINE

Principales servitudes : Construction non obligatoire ; constructions autorisées : tous modèles (non destinés à l'habitation) acceptés par le Syndicat des propriétaires. Obligation de laisser clôturer et de planter deux arbres par 250 mètres carrés.

Prix (clôture et arbres compris, environ 250 m²)..... 11.000 fr.

Toutes les ventes sont faites par devant M^e Marcel Picard, notaire à Paris, 85, rue Richelieu, aux conditions du Cahier des charges déposé en son étude (voir le texte intégral de ce Cahier des charges dans le numéro de *Naturisme* du 21 avril 1932).

Si vous voulez passer confortablement vos vacances à l'Île des Naturistes, achetez de suite votre terrain, et commandez sans délai votre construction.



CONSTRUCTIONS

TENTES EN FIBRO-CIMENT (modèle 1932 amélioré)

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

Tente complète, surélevée de 10 cm. sur mur, avec seuil et sol cimenté, deux armoires, double toit débordant, une fenêtre..... 3.200 fr.

Tente complète, avec une fenêtre supplémentaire..... 3.300 fr.

Tente surélevée de 0 m. 65, parquet, 4 marches..... 5.500 fr.

Bungalow-tente (8 m. x 4 m.), deux pièces, sous-sol..... 11.000 fr.

Délai de livraison : huit à quinze jours.

Les tentes surélevées et les bungalows-tentes ne peuvent être édifiés que sur les lots en bordure de Seine (250 m² minimum).

Pour renseignements complémentaires et pour traiter, s'adresser au docteur André Durville : A l'Île des Naturistes, les 3^e et 4^e dimanches de chaque mois (Tente-Bureau du Grand Stade) ; A Paris, en semaine, du 16 au 30 de chaque mois, à l'Imprimerie de *Naturisme*, 24, rue d'Alleray (15^e).

ABONNEZ-VOUS A «NATURISME»

C'EST VOTRE INTERET
POUR VOUS CONVAINCRE, FAITES
CE SIMPLE CALCUL :

50 numéros à 1 fr. 25 font..... 62 fr. 50
Un abonnement d'un an coûte... 40 fr.

En vous abonnant, vous éco-
nomisez 22 fr. 50

CHACQUE NUMERO VOUS REVIENT
A 0 FR. 80 AU LIEU DE 1 FR. 25 !

ET CHAQUE JEUDI
SANS AUCUN DERANGEMENT
VOUS RECEVREZ VOTRE JOURNAL !

STUDIO LAMBALLE

COURS SUPERIEUR
DE
GYMNASTIQUE RYTHMIQUE

DIRIGE PAR

M^{lle} KARLA SUSCHITZKY
PROFESSEUR DIPLOME
SOUS LE PATRONAGE DES D^{rs} DURVILLE

NOUVELLE METHODE... ..UNIQUE AU MONDE
DONNE DE L'INTELLIGENCE, DE L'EXPRESSION
DE LA VIE A CHAQUE MOUVEMENT

**FORCE...
BEAUTE...
SOUPLESSE**

LECONS PARTICULIERES ■ ■ ■ TEL. :
COURS D'ENSEMBLE POUR ■ ■ ■ JASMIN
ENFANTS ET ADULTES ■ ■ ■ 36-90 METRO :
2 LECONS PAR SEMAINE ■ ■ ■ PASSY
100 FRANCS PAR MOIS ■ ■ ■ MUETTE

25, AVENUE LAMBALLE, PARIS (16^e)

Le gérant : AUGUSTE CHAUVETON.

BULLETIN D'ABONNEMENT A NATURISME

LE GRAND HEBDOMADAIRE DE CULTURE HUMAINE

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

CANOES INDIENS (DIX MODELES)

Les plus en vogue — Fabrication française irréprochable
CHAUVIÈRE-NAVAL 40, av. de la République
PARIS

QUELLE QUE SOIT VOTRE MALADIE
LA MÉDECINE NATURISTE
PEUT QUELQUE CHOSE POUR VOUS

PRENEZ RENDEZ-VOUS A L'

INSTITUT NATURISTE DES DOCTEURS GASTON ET ANDRÉ DURVILLE

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

ON CONSTITUERA VOTRE DOSSIER MEDICAL
ON ETABLIRA VOTRE REGIME
ON VOUS TRAITERA SANS MEDICAMENTS

Tous les jours non fériés
Consultations de 14 à 17 heures
Traitement de 10 à 12 heures
et de 14 à 19 heures

SERVICE ULTRA-MODERNE
DE RADIOGRAPHIE
ET DE RADIOSCOPIE

De 10 à 12 heures
et de 14 à 19 heures

Toute demande de changement d'adresse
doit être accompagnée de 1 fr. 50 en timbres-poste

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

Madolin

172, RUE MARCADET. MARCADET 70-85

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

LES PRODUITS ALIMENTAIRES NATURISTES

des docteurs G. et A. Durville

ALGA-SEL DE TABLE

Le tube de 250 gr..... 9 »

AROMATES

Aromatisez vos légumes dans votre assiette. Mélange
étudié de plantes aromatiques. Le sachet de 30 gr. 3 60
Saupoudreuse en verre moulé, bouchon métal..... 10 »

BANANES SECHEES NATURISTES

Fruit mûr, vivant.....Les 500 gr. 7 25

BISCOTTES NATURISTES

Farine complète.....Le paquet de 700 gr. 7 »

BISCOTTES NATURISTES AU PICARDAN

Fines, légères, levées au ferment de raisin. Les 500 gr. 12 »

BISCUITS NATURISTES AUX RAISINS

Farine complète, raisins secs, pâte sablée par l'emploi
du « Naturiste », corps gras végétal. Biscuit tendre
et friable.....Les 500 gr. 6 »

BLE GERME EN FLOCONS

Blé germé et éclaté, amandes, farine complète, pour le
petit déjeuner du matin.....Les 500 gr. 8 »

CONFIT NATURISTE AUX AMANDES

Raisins secs, amandes, noisettes, miel. Aliment puis-
sant quotidien pour tous.....Le petit pot repas 2 »

COUSCOUS NATURISTE

Semoule de blé dur d'Algérie. Se cuit à la vapeur en
deux fois. Ajouter en dernier lieu du « Naturiste »,
corps gras végétal.....Les 500 gr. 5 »

CORPS GRAS VEGETAL « LE NATURISTE »

Pur, simple, neutre (sans acidité), à l'exclusion de toute
graisse animale. Pour la cuisine.....Les 500 gr. 6 »

FLOCONS D'AVOINE

Pour le petit déjeuner du matin, convient à tous les
âges.....Les 500 gr. 3 50

GALETTES DE BLE GERME

Le biscuit essentiellement naturiste.....Les 500 gr. 6 »

GERMOIR

En tôle étamée, pour faire germer le blé à domicile, et
le consommer cru.....L'appareil 25 »

HUILE D'OLIVE

Faite de fruits mûrs à l'arbre, et écrasés au naturel.
Transparence verte à cause des cellules de chloro-
phyllé.....Les 500 gr. 9 »

JUS DE POMME

Jus frais au naturel, non fermenté.....La bouteille 6 »

JUS DE RAISIN FRAIS

« Picardan Doré, Réserve Naturiste ». La cure de raisin
mûrs et sucrés. Blanc, rosé, rouge.....Le litre 10 »
La demi-bouteille 6 »

EN VENTE

au siège, 172, rue Marcadet, Paris (18^e)
et 3, rue des Petites-Ecuries, Paris (10^e)

LIVRAISON FRANCO A DOMICILE DANS PARIS

Les lundi, mercredi et vendredi, dans les 1^{re}, 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.
Le mercredi, à Asnières, Bécon-les-Bruyères, Courbevoie,
Bois-Colombes et Colombes.

Le samedi, à Bezons, Sartrouville, Maisons-Laffitte, Poissy,
Villennes, Saint-Germain, Le Vésinet, Chatou, Rueil, Nanterre.

MALT NATURISTE

Mélange étudié de malt d'orge et de malt de riz. Farine
très diastasée à saupoudrer sur tous les aliments, no-
tamment les féculents, dans l'assiette. Les 250 gr. 5 »
Saupoudreuse, verre moulé, bouchon plastique et hermé-
tique, étudié pour l'emploi du malt.....L'unité 14 »

MARMITE NATURISTE

Pour la cuisson des légumes. Premier modèle..... 115 »
Deuxième modèle, plus grand..... 145 »

MIEL AROMATIQUE NATURISTE

Garanti pur aux aromates (lavandes).....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 NATURISTE COMPLET

Fait de l'intégralité d'un blé donnant W 115, étendu de
son poids de farine blutée.....Le pain 2 »

PATES ALIMENTAIRES AUX ALGUES MARINES

Cellulose de l'algue remplacée, poids pour poids, par
de la farine.....Les 250 gr. 3 75

PATES ALIMENTAIRES NATURISTES

Faites de farine complète. Nouilles, macaronis, coquil-
lettes.....Le kilog 7 »

RIZ NATURISTE

Non décortiqué, avec la totalité du péricarpe. Les 500 gr. 2 25

SUCRE DE CANNE

Avec ses gommes et la partie incristallisable du sucre.
Importation directe.....Les 500 gr. 2 90

SOLEILS NATURISTES

Noix de coco, amandes, miel, farine complète. Dessert.
et aliment de toute heure.....Les 500 gr. 8 »

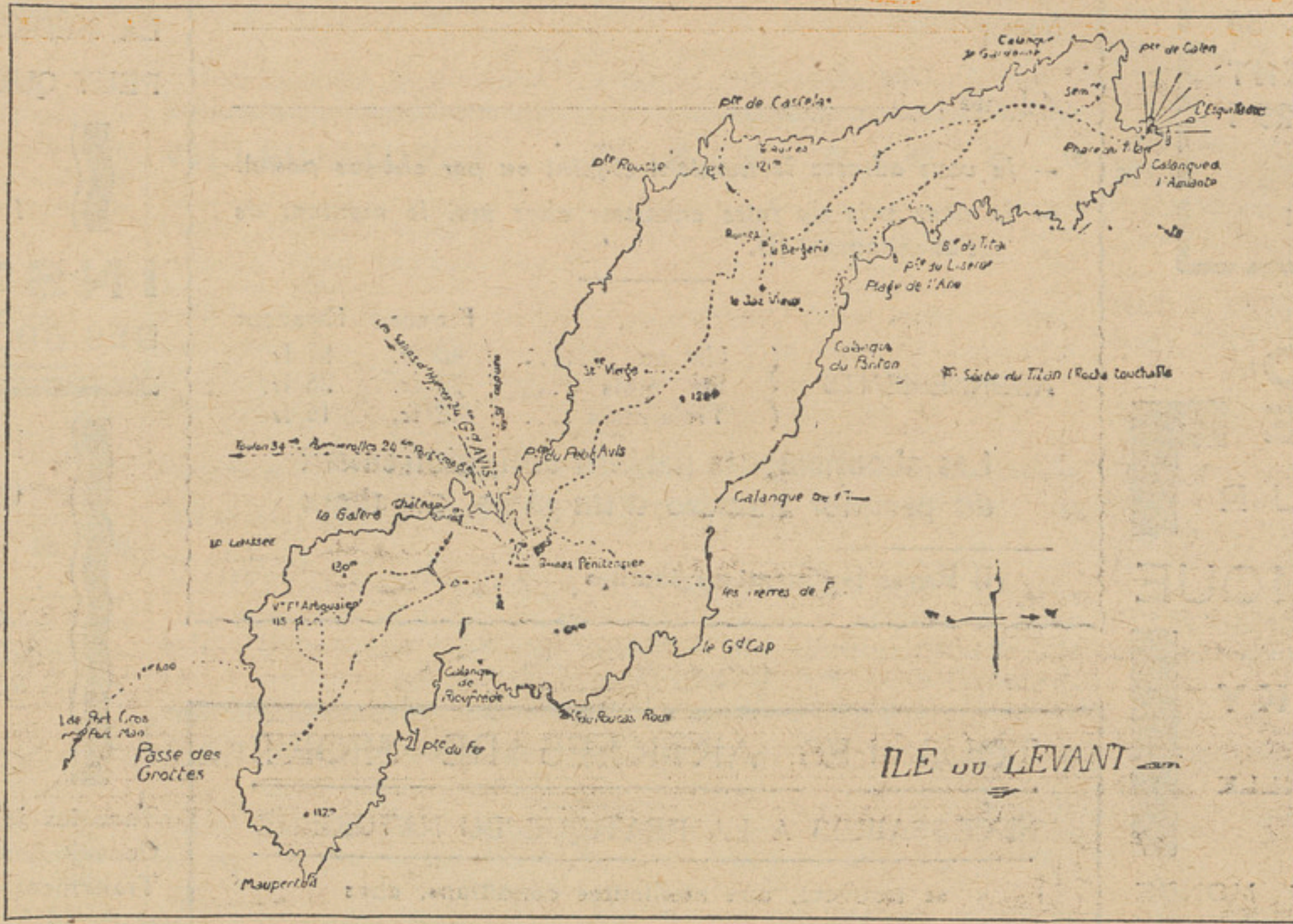
LA CITÉ DE VACANCES

HÉLIOPOLIS

L'ILE DU LEVANT

par Le Lavandou (Var)

EN TOUTES SAISONS. UN SEJOUR IDEAL DANS UN SITE ENCHANTEUR
MILLE HECTARES DE NATURE SAUVAGE, DE VEGETATION LUXURIANTE



Dans la sauvage Ile du Levant, une des ravissantes îles d'Hyères qui dressent leurs falaises face à la Côte des Maures, les docteurs G. et A. Durville achèvent d'organiser le plus formidable centre naturiste du monde : HÉLIOPOLIS.

L'Ile du Levant, avec ses nombreuses plages, son maquis souvent impénétrable, son climat enchanteur, ses sites d'une inexprimable beauté, est vraiment le paradis des amis de la Nature.

On y trouve la santé, le repos, la paix, la sérénité.

Les naturistes ont actuellement la jouissance de la totalité de l'île. Ils peuvent s'y promener en toute liberté et y camper sous la tente. Les prix de séjour sont modestes et à la portée de toutes les bourses.

À la pointe ouest de l'île, en un site dont la beauté grandiose dépasse toute description, face aux îles voisines de Port-Cros et Porquerolles, est en train de naître, sous le titanique effort des pionniers de l'idée, la première agglomération naturiste du monde, le VILLAGE DES ARBOUSIERS, dont le premier quartier, celui de l'Aiguade, est en cours de construction.

Là, s'installent les adeptes désireux de posséder une habitation modeste qui leur permettra de passer, en toute saison, des vacances idéales, ou même de se fixer définitivement, loin de la civilisation artificielle des cités enfumées.

Le lotissement du domaine d'Héliopolis, approuvé par décision préfectorale en date du 12 février 1932, est en pleine voie d'organisation. Des routes ont rendu accessible le maquis ; des chemins se tracent de tous côtés ; les sources se captent ; les puits se forment ; de nombreuses villas sortent de terre. Dès les prochaines vacances, près de 70 maisons d'habitation ou bungalows rustiques seront habités. Un boulanger, un libraire, un magasin d'approvisionnement, une pension pour enfants, un salon de thé, un restaurant seront installés. Un hôtel, deux autres restaurants sont à l'étude. Les travaux se poursuivent inlassablement, préparant une plus-value prochaine **considérable** des terrains de l'Ile du Levant. Les parcelles disponibles sont d'ailleurs en très petit nombre, et, dans un bref délai, il ne sera plus possible d'acquérir une propriété dans le Centre Naturiste. On peut encore bénéficier des prix très bas consentis actuellement en achetant d'urgence son terrain et en commandant immédiatement son bungalow.

TERRAINS

Les terrains disponibles dans le futur village des Arbousiers (quartier de l'Aiguade) sont au nombre d'une douzaine. Leur superficie varie de 500 à 1.000 m². Le prix actuel, particulièrement avantageux, est de 9 francs le mètre. Dans un an, ce prix sera certainement doublé. Il quadruplera sans aucun doute dans un avenir très proche. Il est donc urgent de devenir acquéreur dans le plus bref délai possible, pour réaliser un placement de premier ordre, en profitant des conditions actuelles.

À la volonté de l'acquéreur, les parcelles seront :
a) Soit attribuées sous forme d'actions de la Société Héliopolis, en formation (cette combinaison évite de nombreux frais, la Société devant en faire son affaire lors de sa prochaine constitution) ;

b) Soit vendues par acte authentique (un arrêté préfectoral vient de nous autoriser à commencer les ventes, avant que notre viabilité, très avancée à l'heure actuelle, soit entièrement achevée).

Envoi sur demande des conditions de vente, statuts du Syndicat de Propriétaires, Cahier des charges, plans, etc.

NATURISTES PARTICIPEZ À LA FONDATION D'HÉLIOPOLIS

ACHETEZ VOTRE TERRAIN ET VOTRE BUNGALOW À L'ILE ENSOLEILLÉE : VOUS FEREZ ŒUVRE UTILE ET VOUS PLACEREZ JUDICIEUSEMENT VOS DISPONIBILITÉS

CONSTRUCTIONS

Malgré les difficultés considérables auxquelles nous nous sommes heurtés, notamment au sujet de l'approvisionnement de l'île en matériaux et de leur transport à pied-d'œuvre, nous sommes parvenus à organiser notre chantier. De nombreuses équipes d'ouvriers travaillent sans relâche à la construction des 70 villas ou bungalows rustiques dont nous avons reçu commande.

Limitant nos frais généraux et dédaignant tout bénéfice pour assurer le triomphe de notre œuvre, nous faisons le tour de force de construire, en maçonnerie, sur le prix de base de 610 francs le mètre carré, en rez-de-chaussée couvert. (Sur la côte, où les conditions de transport et de ravitaillement sont infiniment meilleures, les prix au mètre carré sont considérablement plus élevés.)

À titre d'indication, une maison composée de 3 pièces de 3x4 (soit 36 mètres carrés) peut être réalisée aux environs de 22.000 francs. Nous étudions gracieusement tout projet de construction et nous faisons exécuter, à nos frais, les plans nécessaires.

BUNGALOWS DE SÉRIE

Pour permettre aux naturistes qui n'ont pas les disponibilités nécessaires à la construction d'une petite villa de séjourner confortablement à Héliopolis, nous venons d'achever l'étude d'un petit bungalow modeste, mais coquet et solide, que nous sommes en mesure de livrer, entièrement terminé, clefs en mains, pour 4.500 francs, tous frais de terrassement, nivellement et défrichage compris. Ce bungalow comprend une pièce de 3x4. Il est agrémenté d'une porte et de deux fenêtres. Les murs, en maçonnerie, sont maintenus dans une charpente en bois. Le toit est en terrasse inclinée. Le plancher est en sapin du Nord.

POUR 9.000 FRANCS, ON PEUT DEVENIR PROPRIÉTAIRE, À HÉLIOPOLIS, SOUS LE CHAUD CLIMAT DE LA CÔTE D'AZUR, D'UN TERRAIN DE 500 M² ET D'UNE MAISON DE CAMPAGNE !



La végétation tropicale abonde à l'Ile du Levant : voici un agave géant, sur le bord de la route de l'ancien pénitencier.

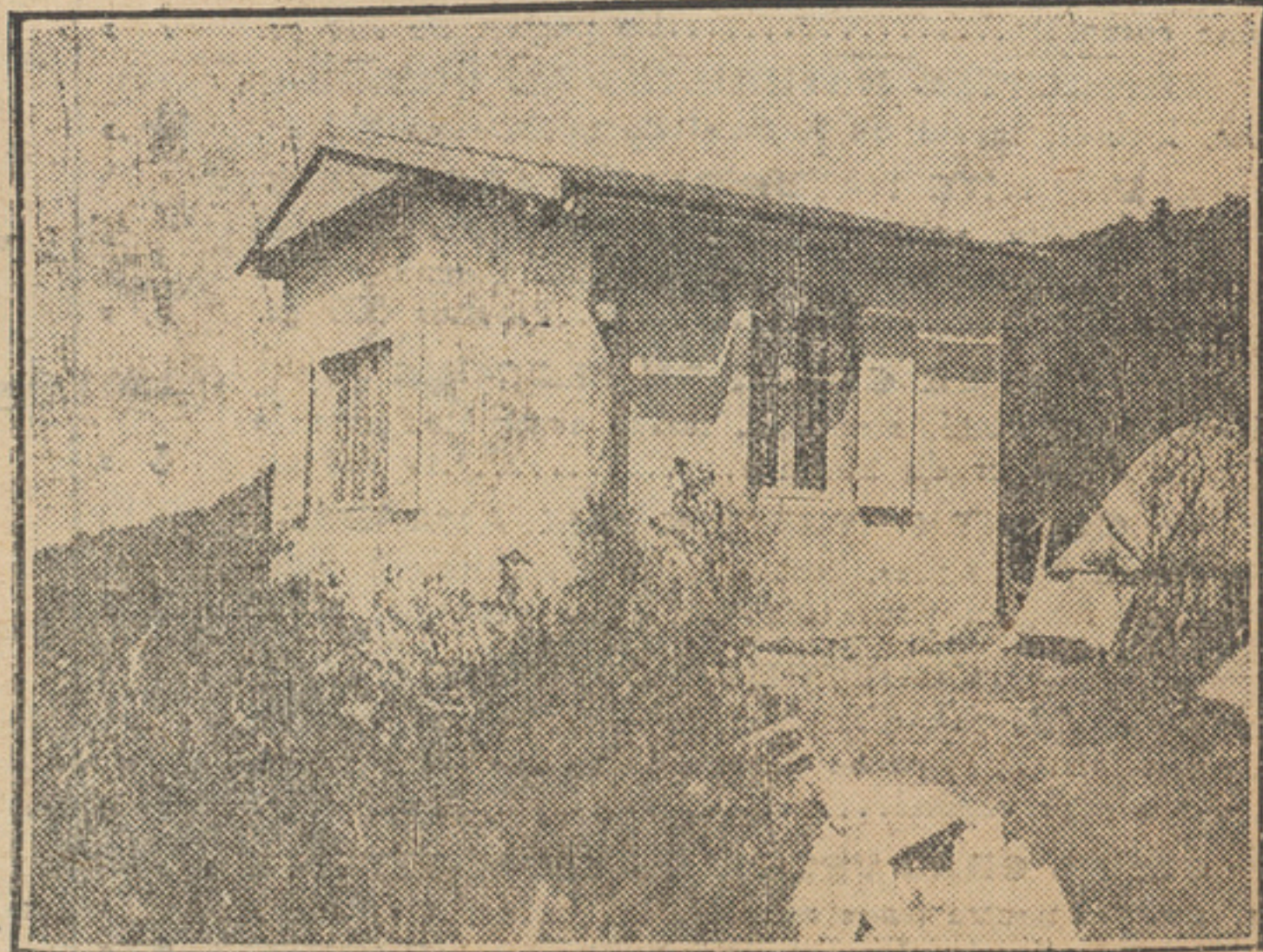
Pour les conditions de séjour, de camping, l'horaire du bateau qui assure la traversée, etc., consulter les numéros antérieurs de « Naturisme ».

Pour tout ce qui concerne Héliopolis, s'adresser au docteur André Durville :

Du 2 au 13 mai, Fort Napoléon, Ile du Levant (Var).

Du 15 au 30 mai, Imprimerie de « Naturisme », 24, rue d'Alleray, Paris (15^e).

En son absence d'Héliopolis, s'adresser à M. Bernier, ingénieur, adjoint spécial de l'Ile du Levant, auquel est confiée la direction générale des travaux. Sur la côte, pour tous renseignements, s'adresser à Mlle Mercier, Agence Principale Immobilière, avenue Charles-Cazin, Le Lavandou (en face les Ecoles), et à M. Séraphin, propriétaire du Café de l'Univers, à Hyères.



Les premiers bungalows du village des Arbousiers sortent de terre. On voit ici l'habitation du Colonel Gell, sur la colline de l'Aiguade.