

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. 1933-11-16.

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**](mailto:utilisation.commerciale@bnf.fr).

LIRE DANS CE NUMERO :
COMMENT L'IDÉE NATURISTE A CONDUIT
A LA DÉCOUVERTE DES VITAMINES

NATURISME



LE GRAND
HEBDOMADAIRE
DE CULTURE
HUMAINE

A U T O M N E . . .

LES BRUMES, ANNONCIATRICES DES FRIMAS, SE SONT APPESANTIES SUR TOUTES CHOSES. PRÉPARANT LEUR EXODE VERS DES CONTRÉES PLUS FAVORISÉES, LES OISEAUX, DÉJÀ, ONT CESSÉ LEURS CHANTS... LES ARBRES, PEU À PEU, SE DÉPOUILLENT DE LEUR BELLE PARURE. ET, SOUS LES RAYONS PALIS DE L'ASTRE DÉCLINANT, AU MILIEU D'UNE NATURE ALANGUIE QUE L'ANNUELLE DISGRACE FAIT CHERIR D'AVANTAGE ENCORE, UNE JEUNE FEMME ADRESSE, AVEC MÉLANCOLIE, SON ADIEU AU SOLEIL... (VOIR EN P. 4 NOTRE PAGE PHOTOGRAPHIQUE.)

Lithé procédé Emé.

(Photo R. Grugeau).

ONZIÈME ANNÉE - N° 282



1 FR. 25

JEUDI 16 NOVEMBRE 1933

AU CRIBLE, LES IDÉES !...

Comment l'idée naturiste à la découverte

UN excellent petit livre est paru en octobre 1931, qui a pour titre Les Vitamines et le problème de l'alimentation : il est la thèse soutenue par M. Moreau-Bonnetain, chirurgien-dentiste, chef de clinique à l'Hospice des Enfants Assistés, pour l'obtention du titre de docteur de l'Université de Paris.

Moreau-Bonnetain expose que de graves maladies, telles que le scorbut, le bérubéri, le rachitisme, etc., sont causées par une hygiène alimentaire défectueuse, et il essaie de montrer par quel mécanisme l'homme en arriva à se nourrir d'une façon malsaine :

« Le facteur social intervient pour une grande part, dit-il. ...A mesure qu'il s'est élevé dans l'échelle de la civilisation, l'homme a été amené à s'écarter d'une alimentation saine... Il utilisa en trop grande quantité la chair des animaux que l'élevage mettait à sa portée. Ensuite, l'homme civilisé conserva les produits alimentaires ; et les fruits, les herbes furent un peu dédaignés... Puis, l'homme transforma ses aliments : cuisson prolongée, mélange de produits associés au hasard, graines dépouillées de leur enveloppe, etc.

« De plus, la vie trop agitée, les occupations tyranniques empêchent l'individu de penser à son alimentation ; il prend des produits de synthèse (saccharine), ou ceux qui se préparent rapidement (extraits de viande, conserves)...

« Les Américains, encore plus esclaves que nous de la vie moderne, ont vu se multiplier les maladies d'origine alimentaire causées par ces abus de conserves... Ces maladies sont des maladies par carence de vitamines, des avitaminoses. »

Moreau-Bonnetain continue :

« Un autre facteur important de notre mauvaise nourriture résulte de l'application de la doctrine énergétique à l'alimentation. On a attaché, dit-il, une importance capitale aux principes combustibles : sucres, graisses, amidons, albumines, et tout ce qui n'est pas principe nutritif est dédaigné : écorce, cellulose, substances minérales...

« Enfin, la mauvaise application des théories pastorienes fut la cause de l'augmentation des erreurs alimentaires.

Persuadés qu'il fallait, à tout prix, empêcher la pénétration des microbes dans le corps humain, les disciples de Pasteur eurent l'idée de faire consommer une nourriture stérilisée par une ébullition ou une cuisson prolongées. Le résultat de cette phobie du microbe fut la destruction partielle ou totale de ces principes (les vitamines), et, par suite, l'extension progressive du scorbut infantile qui, de 1880 à 1920, a causé la mort de tant de jeunes enfants. »

RÉSUMONS et précisons :

Moreau-Bonnetain a, dans son livre, mis en évidence que c'est en perdant ses bons instincts naturels de conservation, du fait d'une civilisation mal conduite, que l'homme n'a plus su ce qu'il lui fallait manger pour se bien porter et a attiré sur lui les maladies par déficit de vitamines. Moreau-Bonnetain a montré que la médecine classique, chimique, enlisée dans ses théories des calories, de la stérilisation et de l'antisepsie, n'a pas su rendre aux humains la santé. Les maladies de carence : arthritisme sous toutes ses formes, rachitisme, scorbut, troubles du développement, insuffisances glandulaires, états rhumatismaux et toxiques, asthénies, anémies, cachexies, tuberculose et cancer, etc., etc., ont décimé l'espèce humaine malgré l'apparition quotidienne de nouveaux sérums, de nouvelles et sensationnelles drogues.

Il a fallu la naissance de la nouvelle école médicale, l'Ecole Naturiste, pour que soit poussé le grand cri d'alarme.

L'Ecole Naturiste a montré que le soleil du stade où l'on évolue plus ou moins nu rend à l'homme l'amour de la vie saine, simple, rude, naturelle, lui fait retrouver le goût de l'aliment vivant, dilué, végétal et fructarien.

L'Ecole Naturiste a rendu à l'homme qui s'atrophiait le culte du muscle, base normale du culte du cerveau ; elle lui a rendu le goût de l'aliment cru, qui vitalise, de la salade, riche de minéraux vivants ; elle réapprend à mordre dans le fruit au bourgeois anémié qui, par bienséance mal comprise, pelait sa poire, sa pomme, avec le couteau à dessert.

L'Ecole Naturiste a dit au faible : délaisse le pain de luxe : c'est une pâte

d'amidon dévitalisée, creuse ; préfère le pain complet ; riche de l'écorce des grains, il t'apportera les sels que le soleil a vitalisés, la cellulose qui raffraîchit et nettoie l'intestin...

Toutes ces idées de l'Ecole Naturiste ont fait leurs preuves ; par elles, une élite de sages d'avant-garde a ressuscité, à tel point que des observateurs impartiaux appartenant à l'Ecole Chimique ont fini par se demander quelle pouvait bien être la cause des guérisons incontestables produites par l'alimentation corrigée. Cette cause, ils ne voulurent pas la reconnaître dans la force solaire, dans le dynamisme des aliments simples ; ils pensèrent qu'elle était dans des corps chimiques encore inconnus qui se trouvaient dans ces aliments simples ; ils cherchèrent et découvrirent les vitamines.

MOREAU-BONNETAIN n'a pas précisé, dans son livre, cette filiation de faits qui a conduit à la nouvelle conception médicale relative aux vitamines. Il s'est contenté, après avoir précisé que l'extension du scorbut infantile — qui a causé la mort de tant de jeunes enfants — eut pour cause « la mauvaise application des doctrines pastorienes », d'ajouter courageusement :

« Le Naturisme s'élève contre cette alimentation défectueuse, et les docteurs Durville, parlant de l'homme moderne, peuvent dire : Il mange trop, trop vite ; il choisit mal ses mets ; il les prend trop concentrés, trop dévitalisés, trop artificiels. Alors qu'il se préoccupe à juste titre du carburant de son automobile, il néglige, oublie inconcevable, de choisir celui de son moteur humain. »

En vous félicitant, ô homme de la nouvelle école, je ne puis m'empêcher de penser à la grimace qu'ont dû faire, en discutant votre thèse, quelques membres de votre jury : drogueurs invétérés et antiseptistes plus pastoriens que Pasteur...

PERSONNE n'en doute aujourd'hui : ce sont les idées naturistes qui, s'imposant à ceux des savants de l'Ecole Chimique dotés d'idées larges, leur donnèrent la nouvelle orientation qui devait amener à la découverte des vitamines.

Voici les faits et dates pour confirmer mon dire :

a conduit des vitamines

Vers 1906 ou 1907, le docteur Montéuiss, naturiste de Nice, écrit son Alimentation et la Cuisine naturelles dans le Monde ; puis La Cuisine : ce qu'elle est, ce qu'elle doit être ; puis La triple hérésie du pain blanc ; puis Le pain blanc, ses dangers et son remède : le pain naturel. Dans ces livres, il mettait la médecine en face de cette triple erreur :

L'erreur du pain blanc ;
L'erreur de l'alimentation trop carnée ;
L'erreur de l'aliment artificiel.

Vers 1909, le docteur Pascual, dans son livre Conseils sur l'alimentation, soutenait des idées analogues, s'élevant contre l'abus des drogues, vantant les bienfaits de l'aliment sain, cru, vivant, et montrant que « si les légumes et fruits frais ne nourrissent guère, du moins ils prolongent la vie ; ils permettent la vie en nous préservant de l'intoxication par les résidus de la vie. » (P. 14.)

En 1910, un autre médecin reprenait la conception de Montéuiss et de Pascual, et nous-mêmes, en 1911, affirmions que l'alimentation trop concentrée, trop cuite, dévitalisée, est responsable d'une foule des misères qui assaillent l'humanité. « A qui la faute, m'écriai-je, au cours d'une conférence faite le 12 avril 1912, si l'arthritisme a fait, dans ces dernières années, d'immenses progrès ? Aux médecins (comprenez aux médecins de l'Ecole chimique, antiseptique et pastoriennne, seule école existant alors, l'Ecole Naturiste n'étant alors qu'au berceau). Ce sont, en effet, ajoutai-je, les médecins qui ont répandu partout que les gens faibles ont besoin de fortifiants et d'aliments concentrés. » (Compte rendu publié dans le Journal du Magnétisme de juin 1912.)

J'ai dit aussi dans la même conférence : « Aux mets simples, composés d'herbages, de racines, de fruits, pour lesquels la dentition et le tube digestif humains se sont créés, l'homme civilisé substitua les préparations compliquées et antiphysiologiques. » (Journal du Magnétisme, 1912, p. 574.)

La même année (1912), j'écrivais dans la première édition de mon Art de vivre longtemps :

« Le sucre industriel est un aliment privé de sa vie, de son magnétisme ; c'est un aliment mort. C'est dans les

fruits que nous trouverons le sucre dont nous avons besoin ; il y est à l'état vivant. »

J'insistais, alors, sur l'importance qu'ont pour l'entretien et la réparation de la santé les aliments vivants : « La physiologie expérimentale nous a démontré, disais-je, qu'il est inutile de faire absorber aux affaiblis du fer minéral, car ce fer, n'étant pas vitalisé, n'est nullement assimilé par l'organisme ; au contraire, le fer vivant contenu dans les végétaux est un puissant reconstituant pour nos globules sanguins. » (P. 67.)

POUR protéger les naturistes contre l'alimentation morte, conservée, dévitalisée, nous défendions, dans nos régimes, dès cette époque, les sardines à l'huile, harengs en boîte, thons, anchois, les fruits confits, le chocolat, le cacao, les alcools, les concentrés de viande (Liebig, etc.), qui se sont montrés, plus tard, dénués de vitamines. Nous autorisions l'oignon cru aux non entéritiques, recommandions les légumes crus, les fruits bien mûrs... (L'Art de vivre longtemps, 1^{re} édition, 1912.)

Et, en cette même année 1912, Funk, influencé, consciemment ou non, par les affirmations naturistes, et convaincu de la réalité incontestable des faits de guérison à l'actif de l'alimentation vivante, soupçonna que l'heureux effet était produit par des corps chimiques encore inconnus et donna à cet « indéterminé alimentaire » mystérieux le nom de vitamine.

Pendant les années qui suivirent, des chercheurs, dans tous les pays, s'acharnèrent à trouver, dans tous les aliments reconnus revitalisateurs, la vitamine responsable.

Et ainsi on catalogua des vitamines A, B, B1, B2, B3, C, D, E, P...

LA vitamine A favorise la croissance ; elle existe dans le beurre, la crème fraîche, le jaune d'œuf, le pain complet, l'épinard, la tomate, la carotte, le chou, l'artichaut, l'orange, l'amande, la banane. Elle existe aussi dans certaines viandes grasses et dans l'huile de foie de morue. Mais pourquoi la chercher dans ces produits qui sont toxiques, puisqu'on la trouve si aisément dans d'autres, qui sont sains ?

Où trouver les principales vitamines ?

La vitamine B lutte contre la faiblesse. Elle existe en grande quantité dans l'écorce du riz, le germe du blé, la levure de bière, dans les lentilles, le jaune d'œuf, la carotte, le chou, le chou-fleur, l'oignon, l'ail.

La vitamine C est dite « antiscorbutique » ; son absence favorise les caries dentaires, les hémorragies, les douleurs, les œdèmes... Elle abonde dans les végétaux verts, le jus d'orange et de citron, le raisin, la banane, la prune, le chou, la tomate, l'oignon, la laitue, les pois frais, les épinards, le chou-fleur, la pomme de terre, dans l'huître, le jus de viande, le petit lait...

La vitamine D est anti-rachitique ; les aliments qui en contiennent beaucoup sont d'origine animale : foie du poulet, foie du haddock, jaune de l'œuf, hareng frais, sardine fraîche, saumon frais, lait frais de vaches vivant au pâturage.

L'existence de la vitamine D dans les aliments animaux pourrait faire croire à la nécessité qu'il pourrait y avoir, pour l'homme, à consommer de la viande ; ne perdons pas de vue, cependant, que les animaux qui contiennent de la vitamine D ne doivent celle-ci qu'aux végétaux auxquels ils l'ont empruntée : le haddock, le hareng, la sardine, le saumon au plancton marin ; le poulet et la vache à l'herbe. Les naturistes peuvent trouver les vitamines D dans les algues et autres végétaux marins.

La vitamine E est la vitamine contre la stérilité. Elle existe dans la laitue, la chair du bœuf, l'huile d'arachide, d'olive, de noix, dans le beurre...

D' Gaston DURVILLE.

NATURISME
LE GRAND HEBDOMADAIRE DE CULTURE HUMAINE
Le plus fort tirage des revues naturistes mondiales
PARAIT LE JEUDI SUR SEIZE PAGES
Peut être mis entre toutes les mains
Directeur : Dr André DURVILLE
Rédacteur en chef : Dr Gaston DURVILLE
Secrétaire général : Pierre AUBERT
DIRECTION-ADMINISTRATION :
15 bis, rue Cimatos, PARIS (16)
Téléphone : Passy 77-95
IMPRIMERIE - ATELIERS :
24, rue d'Alleray, PARIS (15)
Téléphone : Vaugirard 06-83
« Naturisme » est en vente
chez tous les marchands de journaux



L'automne ressemble au soir ; c'est l'époque pendant laquelle se fanent tous les végétaux, épuisés de vieillesse. Les feuillages se ferment ou tombent. Les animaux muent ou succombent d'épuisement. L'approche du froid et de l'obscurité attriste et abat toutes les créatures, comme après un long jour de fatigue. Mais, éternelle espérance, bientôt et à nouveau se lèvera le printemps, ce réveil de la nature, présentant tous les caractères du matin, époque de fraîcheur, de jeunesse, de croissance florissante et de joie, d'épanouissement et de confiance en la vie. (3 ph. R. Grugeau, 1 ph. Kardas, 2 ph. Naturisme.)

Dans le calme (antinaturiste) de la vie ordinaire, nous devons respirer par le nez

par le docteur ALFRED JUIN

Chef du service d'oto-rhino-laryngologie
à l'Institut Naturiste

La direction de Naturisme présente aux lecteurs le docteur Juin, spécialiste bien connu des voies respiratoires supérieures, chevalier de la Légion d'Honneur, qui veut bien écrire dans nos colonnes quelques articles bien pensés sur l'hygiène du nez.

LE naturisme, raisonnable et scientifique, dont les docteurs Gaston et André Durville sont les initiateurs, recrute chaque jour de nouveaux adeptes. Les magnifiques résultats qu'ils obtiennent démontrent l'excellence du système : une alimentation saine et bien réglée, de l'air, de la lumière, de l'exercice, sont indispensables à l'équilibre physiologique de l'individu, c'est-à-dire à la bonne santé de chacun de nous.

M'intéressant plus particulièrement aux voies respiratoires supérieures, et dirigeant le service de cette spécialité, qui vient d'être créé à l'Institut Naturiste, je prends la liberté d'attirer l'attention des lecteurs sur le rôle essentiel du nez dans la respiration physiologique normale, car, parmi les nombreux malades que j'examine tant à l'Institut Naturiste qu'ailleurs, j'ai constaté que beaucoup d'entre eux respirent mal par le nez.

Or, on doit surtout respirer par le nez.

Il est bien entendu que, dans l'effort violent du sportif, la respiration buccale se substitue à la respiration nasale, mais alors la circulation est suractivée et demande un appel d'oxygène plus grand ; il faut alors respirer à pleins poumons ; le nez, même normal, serait insuffisant pour cette ventilation intense ; la bouche, dans ce cas, complète l'apport d'air.

Mais revenons à la respiration paisible ; elle est et doit être nasale : l'air, en passant par le nez, s'échauffe, s'humidifie et se stérilise.

L'échauffement progressif de l'air extérieur met les bronches à l'abri des brusques refroidissements de température ; la dessiccation, conséquence d'une respiration habituellement buccale, entraîne certaines affections chroniques du pharynx, du larynx et des bronches ; grâce au pouvoir bactéricide du mucus nasal, nombre d'infections descendantes sont heureusement arrêtées, et le nez est

bien, comme on l'a dit, l'avant-poste des voies respiratoires.

Enfin, l'inspiration nasale possède sur l'appareil pulmonaire un rôle régulateur. L'asthme est un exemple, parmi bien d'autres troubles réflexes.

Telle est toute l'importance physiologique du nez ; son rôle dans la pathologie est considérable.

L'obstruction nasale, qui se traduit par de la gêne respiratoire en général plus accusée la nuit — ronflement, sécheresse de la bouche et du pharynx — s'accompagne de troubles très importants, parmi lesquels nous signalerons les modifications de l'odorat et du goût, les troubles de la voix.

Parmi les troubles encore dûs à l'obstruction nasale, insistons particulièrement sur les graves malformations squelettiques portant sur la face avec atrophie des maxillaires, et donnant ces visages en lame de couteau que vous avez sans doute déjà remarqués ; il en résulte les malpositions dentaires que le docteur Guébel vous a décrites. J'ai souvent constaté moi-même des déviations de la cloison nasale en rapport avec cette dysharmonie faciale.

D'autres malformations très importantes dues à l'obstruction du nez portent sur le squelette thoracique : thorax étroit, asymétrique ; la colonne vertébrale peut quelquefois se dévier. Les malformations thoraciques peuvent perturber la ventilation pulmonaire et favoriser, de ce fait, l'évolution des infections, et particulièrement de la tuberculose.

L'obstruction nasale, exaltant la virulence des microbes en cavité close, entraîne, comme conséquence, des rhinites aiguës et chroniques avec infections descendantes sur le larynx et les bronches ; elle entraîne également des infections sur l'oreille par la trompe d'Eustache. Les spécialistes reconnaissent là une cause de surdité progressive, souvent d'otite suppurée au cours des rhinites aiguës.

De même, par les voies lacrymales, les yeux peuvent être infectés.

Les sinus de la face, cavités annexes du nez, communiquant directement avec les fosses nasales, ne sont pas à l'abri des complications.



Le docteur Juin
(Photo Charl.)

Le tube digestif, par déglutition des mucosités nasales, du pus provenant des sinusites, traduit par des dyspepsies, des crises d'entérite, voire des crises d'appendicite, la contamination provenant d'un nez bouché et infecté.

Je terminerai en rappelant quelques accidents réflexes provenant de l'obstruction nasale : migraines, coryza spasmodique, asthme, toux quinteuse, spasme du larynx.

La simple énumération de tous ces maux démontre évidemment la nécessité absolue de parfaitement bien respirer par le nez. Les causes d'obstruction sont nombreuses ; nous pourrions ultérieurement en passer quelques-unes en revue et indiquer leur traitement.

Disons aussi qu'une bonne perméabilité nasale ne suffit pas toujours par elle-même et qu'il faut encore *savoir respirer* par le nez. Il peut exister en effet, en dehors de toute obstruction, une insuffisance fonctionnelle qui relève de la gymnastique respiratoire. Le naturiste doit apprendre à respirer ; il doit chaque jour s'y exercer s'il est vraiment soucieux de sa santé. Il se rappellera également que *la peau joue dans l'acte respiratoire un rôle capital*.

Le réflexe respiratoire est commandé par la sensibilité cutanée. Si de l'air frais touche notre épiderme, l'excitation nerveuse partie de la peau stimule l'inspiration. Le fait d'exécuter des exercices le corps nu aide donc la respiration ; si le corps est nu à l'air libre et au soleil, la stimulation respiratoire est plus complète.

Soignons notre nez pour assurer sa parfaite perméabilité, et n'oublions pas qu'en mettant notre peau au contact de ces stimulants naturels que sont l'air et le soleil, nous incitons notre nez à mieux faire son travail.

Docteur JUIN.



M. JEAN-MICHEL RENAITOUR
Député de l'Yonne
auteur du livre « Les fils d'Icare »
(Photo G.-L. Manuel Frères.)

Jean-Michel Renaitour présente, sous le titre : *Les Fils d'Icare*, une série de souvenirs sur l'aviation. Nos lecteurs se souviennent que le sympathique député-maire d'Auxerre fut le premier parlementaire osant s'intéresser, en France, à l'idée naturaliste. Si nous lui devons, à ce titre, une profonde et inaltérable reconnaissance, les « Lettres », elles, lui doivent de nombreux ouvrages : *Delos*, ou *L'île flottante*, *Les Débris du Bonheur*, *L'Escadrille amoureuse*, *Choix de poèmes*, et combien d'autres !

En guise de préface, J.-M. Renaitour nous conte la mort d'Icare, d'après Ovide, et ce sous la forme délicieusement ironique d'un scandale moderne. Le style de l'auteur est alerte, et sa science de tenir le lecteur en haleine jusqu'à la fin d'un conte est parfaite.

« Pour voguer dans l'azur, nous dit Jean-Michel Renaitour, il sied de ne pas être trop poète. La poésie, c'est une sirène du ciel ! Or, les vrais navigateurs savent qu'il ne faut jamais écouter les sirènes !... »

Lors, on comprendra aisément quel fut le mérite de l'auteur durant la grande Tourmente, car le poète Jean-Michel Renaitour fut aussi, et reste encore, l'un des fils d'Icare !

R.-J. M.

TOUS ceux que l'on interroge sur leurs impressions lorsqu'ils viennent de recevoir le baptême de l'air répondent invariablement : « C'est moins terrible que je ne le pensais »...

Et on dirait presque qu'il y a de leur part, dans ces paroles, comme une petite déception. Ils s'attendaient à être angoissés : ils furent seulement surpris. Le décollage devait les effarer : ils ne se sont même pas aperçus du moment précis où ils ont quitté le sol. L'atterrissage devait les bouleverser : cela s'est fait si vite qu'ils

A tire d'ailes...

LES FILS D'ICARE⁽¹⁾

AVIATION ET POÉSIE

n'ont même pas eu le loisir de se rendre compte s'ils avaient eu peur !

Néanmoins, il faut le dire aux profanes, ce n'est pas sur un premier vol qu'on peut juger des agréments et des inconvénients de la navigation aérienne. On est trop tout à sa surprise, tout à son émotion, pour analyser avec exactitude les sentiments que l'on éprouve.

Ce n'est qu'un peu plus tard, lorsqu'on s'est familiarisé avec la manœuvre de l'appareil, familiarisé avec l'atmosphère et ses perturbations, familiarisé, en un mot, avec le ciel, qu'on goûte pleinement le plaisir du tourisme ailé.

Car, alors, on n'en est plus aux inquiétudes du début. On se préoccupe moins du maniement de la machine. On prête moins d'attention à un remous. On peut consacrer toutes ses facultés à l'émerveillement légitime que fait naître une nouvelle manière de considérer l'univers : on voit tout d'un peu haut. Les montagnes s'aplanissent. Les murs ne sont plus des obstacles. Les fleuves sont réduits aux proportions de ruisselets. Et les soucis de l'humanité — « vanitas vanitatum » — n'ont plus que l'importance d'une agitation chez les fourmis...

■ ■ ■

Mais il ne faut pas être trop poète lorsqu'on veut faire un bon aviateur.

Et, tenez : je me rappelle qu'en école, un élève-pilote, qui appartenait à la même fournée que moi, avait ce défaut : il s'émerveillait de ce qu'il découvrait — au point de négliger la manœuvre du manche à balai et du palonnier.

Résultat : il manquait sans cesse de s'engager sur l'aile, de se mettre en perte de vitesse ou de tomber en vrille.

Heureusement qu'on volait encore en double commande, et qu'un moniteur, derrière lui, gardait conscience des réalités immédiates...

Ce pauvre moniteur, il m'en souvient, non seulement désespérait de son « client », mais encore nous confessait, après chaque sortie : « Un de ces jours, il va me faire casser la gueule... »

Tant et si bien qu'un soir, où le soleil, c'est vrai, disparaissait à l'horizon dans une apothéose, l'élève-pilote, lâchant ses commandes, se retourna vers l'instructeur, et, dans le vacarme, dominant la chanson des cylindres, se mit à lui déclamer les vers fameux :

« Le Roi brillant du jour, se couchant dans sa gloire,
« Descend avec lenteur de son char de victoire... »

Mais il n'en dit pas plus long. L'appareil, en effet, chavirait, à la verticale. Et comme on n'était pas à plus de cent cinquante mètres d'altitude, il fallut toute la maestria du moniteur pour éviter un accident...

Tous gaz coupés, hélice en croix, ils atterrirent, tant bien que mal, dans un champ labouré :

— Espèce d'animal ! Vous m'avez donné chaud ! cria le moniteur.

— C'était du Lamartine, répondit l'élève-pilote. Le coucher du soleil était si écarlate que je n'ai pu me retenir d'évoquer le poème qui s'adaptait...

— Ah ! C'était du Lamartine ? répliqua l'autre. Eh bien ! descendez donc remettre mon hélice en marche.

L'apprenti, insouciant, descendit :

— Essence... contact...

— Contact !

Mais quand l'hélice tourna, sans laisser à l'élève-pilote le temps de remonter dans la carlingue, le moniteur ouvrit pleins gaz et décolla, abandonnant son passager, stupéfait, déconfit, à vingt-cinq kilomètres du terrain de départ...

Celui-ci dut marcher toute la nuit pour y revenir. Et, quand il y arriva, au petit jour, harassé de fatigue, ce fut pour apprendre qu'il était rayé du personnel navigant.

Nous tous, ses camarades, nous approuvâmes la décision ; car nous savions bien qu'il était trop distrait, et n'aurait jamais piloté prudemment.

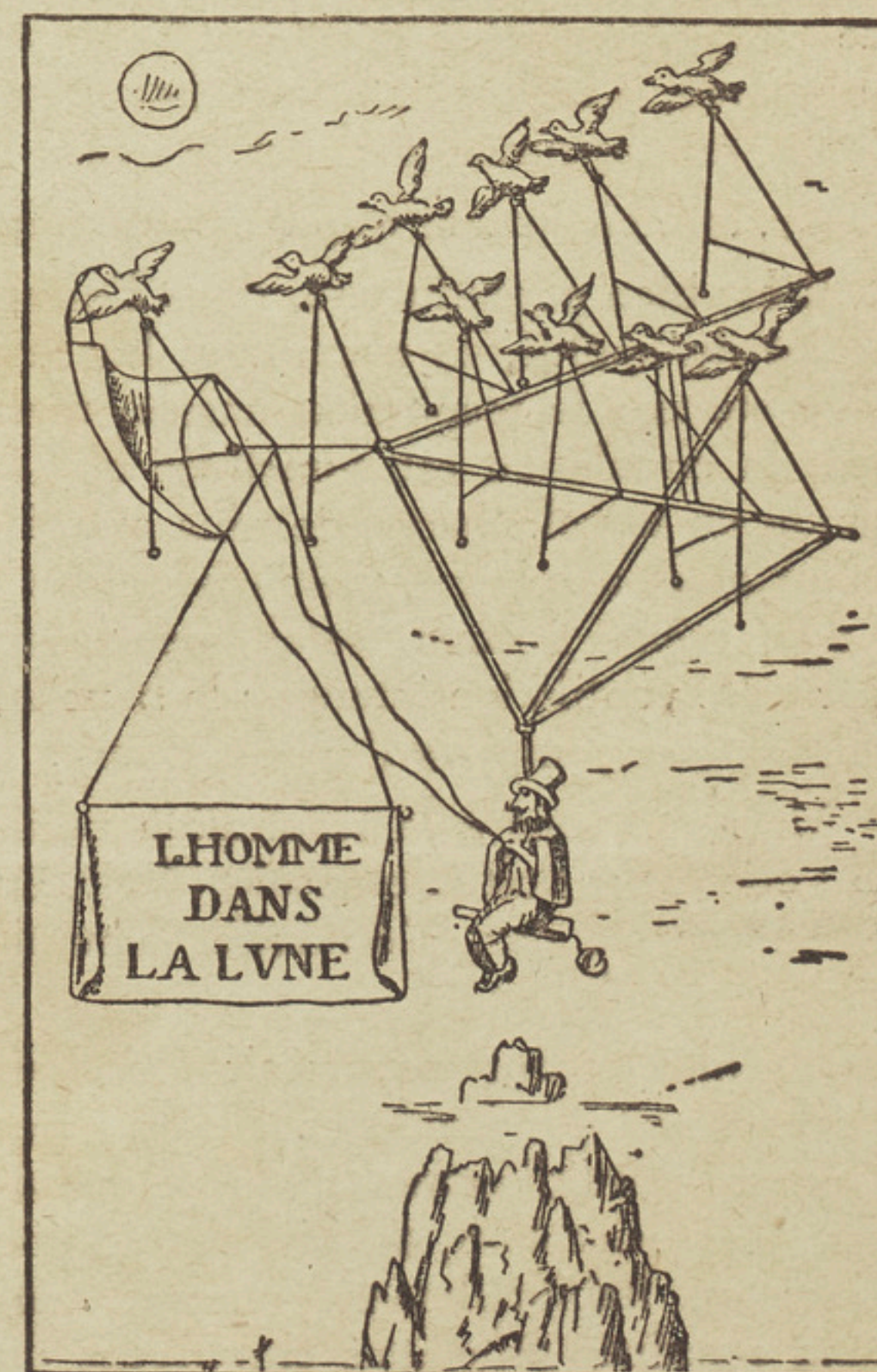
Que voulez-vous ? C'est paradoxal, mais c'est ainsi : pour voguer dans l'azur, il sied de ne pas être trop poète.

La poésie, c'est une sirène du ciel.

Or les vrais navigateurs savent qu'il ne faut jamais écouter les sirènes...

Jean-Michel RENAITOUR.

(1) Jean-Michel Renaitour : *Les fils d'Icare*. — Paris, Nouvelles Editions Latines, éditeur.



« L'homme dans la Lune » enlevé par des oiseaux apprivoisés, d'après un roman de Godwin (1648), par Dominique Gonzalès.



— Mais comment diable avez-vous pu savoir que j'étais un naturiste de fraîche date ?

Poursuivant sans relâche l'amélioration continue de « NATURISME », le grand hebdomadaire de culture humaine, nous avons le plaisir d'annoncer à nos lecteurs que nous publierons désormais, en douzième page, et alternativement, les pages suivantes :

LA PAGE DU CINÉMA LA PAGE DE LA FEMME LA PAGE DES ENFANTS

Dès aujourd'hui, nous donnons une première critique des films nouveaux par notre excellent collaborateur Jean Faurez, spécialiste des questions cinématographiques, qui commente également, dans

LA PAGE DU CINÉMA

les meilleures photographies des plus récentes productions.

Jeu de prochain, notre douzième page sera réservée à

LA PAGE DE LA FEMME

Nos charmantes lectrices y trouveront, outre des conseils pour leur santé et leur beauté, des échos, des recettes de cuisine saine, et le début d'une série de leçons de culture physique féminine, leçons accompagnées de nombreuses photos que M^{lle} Karla Suschitzky, dont la compétence en la matière est bien connue, a très aimablement accepté de poser et d'expliquer.

La semaine suivante, une foule de bambins s'intéressera aux aventures héroï-comiques d'un petit garçon et d'une fillette naturistes dont le crayon habile du spirituel dessinateur Canivet retracera les multiples farces et... Mais chut ! Que les jeunes lecteurs de

LA PAGE DES ENFANTS

prennent patience jusqu'au 30 novembre...

Enfin, à l'occasion de la présentation de ces deux dernières « pages », le prochain numéro de « Naturisme » (23 novembre) sera entièrement consacré à

LA FEMME

et le numéro suivant (30 novembre) à

L'ENFANT

Et, par la suite, chacun et chacune retrouvera, toutes les trois ou quatre semaines, sa page favorite...

NATURISME.

De ci, de là...

BRUITS ET POTINS

LA crise actuelle, dites-vous, est due à la sous-consommation ? Vous voulez rire. Ecoutez ceci :

Thomas C. « Jake » Eaton vient de s'adjuger un record en mangeant une quantité terrifiante de pommes de terre, de tomates et de viande, dont cinquante-deux oreilles de bœuf. Après quoi, il a déclaré ne plus avoir faim.

J'ai sous les yeux des extraits de presse relatant des exploits semblables réalisés par des habitants de tous les pays.

Vous voyez bien... Mais la surconsommation, si elle a des chances de ramener le sourire sur les lèvres de MM. les Economistes, présente des dangers certains pour le porte-monnaie, d'abord, et pour les estomacs, ensuite, de ceux qui s'y livrent.

M. George W. Leader, que l'on considérait comme le champion de la fourchette dans le Royaume-Uni, est mort à Middlesborough, à l'âge de 58 ans.

Disons, avec des sanglots au bout de notre plume, que cinquante côtelettes de porc ou six lunchs complets, ou quatre douzaines d'œufs en même temps qu'un kilo de pain ne l'effrayaient pas du tout. Un des plus forts paris qu'il gagna à l'époque de sa plus belle forme est resté célèbre. M. Leader avait été défié par une sorte de géant, qui avait parié cent livres de manger plus que lui en un seul repas. Le match eut lieu et le champion gagna la lutte avec brio. « Il avait, nous dit-on, mangé deux livres de jambon et quatorze œufs... de plus que son adversaire, qui avait jeté l'éponge après avoir ingurgité douze côtelettes et seize œufs durs ».

Ici, j'ouvre une parenthèse pour suggérer que l'adversaire de George W. Leader eut grandement tort de « jeter l'éponge ». S'il l'avait avalée, en effet, elle lui eût sans nul doute permis d'absorber (c'est le mot), sinon du solide, du moins une quantité appréciable de liquide supplémentaire.

Mais la question n'est pas là.

M. Leader est mort et enterré. Il est mort relativement jeune, prétendez-vous, d'avoir trop mangé. Ah ! c'est bien mal connaître la nature humaine. Il est passé de vie à trépas, affirme le *Matin* d'Anvers, pour avoir commis l'erreur lamentable de manger trop peu :

« M. Leader n'a jamais été malade des suites de ses exploits, mais, depuis la cinquantaine, il avait diminué graduellement son régime. On dit que c'est à la suite de ce changement qu'il perdit sa robuste santé. »

Mais ce qu'on ne dit pas, c'est l'âge auquel fût mort M. Leader s'il avait continué de manger comme un ogre, et celui auquel il eût cessé de vivre s'il avait toujours été sobre.

Car il est infiniment probable que, dans ce dernier cas, sa santé robuste (elle l'était évidemment pour pouvoir résister si longtemps à pareil régime) lui eût permis d'atteindre le siècle.

Pierre AUDEBERT.

0000

LES SURPRISES DU BILLARD

Lu dans un prospectus édité par un fabricant de billards :

« Un café sans billard est un jardin sans fleurs. »

Hum ! Pour les fleurs... Et pour le jardin, donc !

Une comparaison, si elle est juste, doit pouvoir s'employer en « renversant l'ordre des facteurs ». Eh bien ! essayez donc un peu de dire sérieusement qu'« un jardin sans fleurs est un café sans billard »...

O littérature moderne ! O imagination contemporaine ! O crédulité infinie du public !

■ ■ ■

UNE EXPLICATION S'IMPOSE

Un décret vient d'être promulgué, en Chine, par lequel les grenouilles sont reconnues d'utilité publique, parce qu'elles détruisent des vers nuisibles et des insectes malfaisants qui causent de grands torts aux récoltes :

« Quiconque sera trouvé mangeant des cuisses de grenouilles sera reconnu coupable de crime et passible d'une amende et d'une peine de prison. »

Et si ce « quiconque » mange simplement le corps et la tête des grenouilles, en ayant bien soin d'épargner les précieuses cuisses ?

■ ■ ■

LA POITRINE DE LA TANTE

La scène se passe dans un bureau de poste parisien. Arrive un gamin, que ses parents envoient porter un paquet contenant un cliché radiographique représentant la cage thoracique d'une parente.

Dix minutes d'attente ; le gosse arrive enfin devant le guichet. L'employée prend le paquet, et questionne :

— Qu'est-ce qu'il y a là-dedans, mon petit ?

Alors, après quelques secondes d'hésitation :

— C'est la poitrine de ma tante Louise...



A gauche : M. Paul Breidler, l'un des membres de l'expédition envoyée par le musée de l'Université de Pensylvanie pour effectuer des études archéologiques aux pyramides d'Égypte, fait des mensurations sur le côté nord de la pyramide du milieu.
(Photo Keystone.)

LE MYSTÈRE DE LA GRANDE PYRAMIDE

Monument funéraire ou hommage à la science ?

exactement la surface de chacune des faces triangulaires. Ce qui est exact, du reste.

C'est ainsi qu'on commence à comprendre que ce monument est, non un tombeau, mais bien un chef-d'œuvre élevé dans l'intention de laisser aux civilisations futures des notions numériques et des rapports mathématiques dignes d'être conservés.

En 1790, l'Assemblée Constituante chargea l'Académie des Sciences de chercher une unité de mesure fondamentale, naturelle et invariable. Le mètre, qui est le quart de la dix-millionième partie du méridien terrestre, fut adopté. En 1841, on s'aperçut que notre « mètre » était trop court de deux dixièmes de millimètre environ. Cependant que nous pourrions posséder une unité de longueur précise et

de notre planète. Sous Louis le XV^e, on accepta 125 millions. Au début du XX^e siècle, nous arrivons enfin au chiffre de 154 millions. Aujourd'hui, voici quels sont les chiffres : 146.990.000 millions de kilomètres à la périhélie ; 154.996.000 millions de kilomètres à l'aphélie. Soit, comme distance moyenne : 149.501.000 kilomètres.

Or, si l'on multiplie la hauteur de la pyramide (148 m. 208) par un million, on obtient 148.208.000 kilomètres. N'est-ce pas là un nombre extrêmement rapproché de la distance véritable, qui, du reste, nous faisait défaut voici seulement cinquante ans ? C'est ainsi que, depuis quatre mille ans, la grande pyramide symbolisait la découverte de nos modernes savants...

L'année tropique comprend le temps que met le soleil à revenir à son point équinoxial de printemps, et ramène le cours des saisons. Elle est égale à 365 jours 242, soit à 365 jours 5 heures 48' 46", pendant lesquels la Terre



Un groupe de naturalistes égyptiens devant la grande pyramide de Khéops. Le dernier mot du progrès moderne en face de l'un des plus vénérables vestiges d'une civilisation éteinte. Il est prouvé que la civilisation égyptienne fut au moins aussi avancée que la nôtre ; or, elle poussa au plus haut degré, ne l'oublions pas, l'amour du soleil. Faut-il ne voir là qu'une simple coïncidence ? (Photo Naturisme.)

fait 366,242 révolutions sur elle-même, soit une de plus que le nombre de jours.

Ces données, on les trouve encore dans la grande pyramide :

Divisons la longueur du symbolique monument — 232 m. 805 — par la longueur de la coudée sacrée, et nous obtenons 366 jours 246, soit la durée précise d'une année civile.

Il en est de même pour l'année sidérale, qui est de 365 jours, 6 heures, 9', 9", soit, en décimales, 365 jours 2563.

Multiplions par 2 la longueur mesurée en pouces pyramidaux de l'antichambre de la salle dite « du roi », et l'on retrouve le nombre : 3652563.

Les astronomes estiment la vitesse moyenne de translation de la Terre autour du Soleil à 2.572.000 kilomètres par jour de 24 heures. Multiplions par 100 milliards la longueur du pouce pyramidal, et nous obtenons un chiffre très voisin du leur. Lequel, du reste, est le bon ? Pourquoi ne serait-ce pas celui de la grande pyramide ?

La moyenne des températures de toutes les terres habitées est de 20° ; c'est aussi celle qui règne dans la fameuse chambre du roi.

Voici encore de nouvelles surprises : la capacité du coffre-étalon, pris à tort au début pour le sarcophage du roi Khéops, et trouvé, d'ailleurs, sans aucune momie, dans la chambre C, a fourni l'unité de volume en usage à cette époque. En subdivisant la capacité de ce coffre suivant les diviseurs habituels des anciens, on obtient toutes les unités de volumes usitées actuellement par la Grande-Bretagne.

Et nous arrivons enfin à l'unité de poids, qui était équivalente à la quantité de matière d'une densité égale à celle du globe, renfermée dans une capacité de 1/2500^e, divisée par 5, du coffre-étalon de la chambre C.

La densité actuelle de la Terre étant de 5,5, on doit donc convenir que les physiciens de l'antique Égypte avaient réussi à « peser » la Terre et à en déduire son poids spécifique avec une grande approximation.

Simple écho de la tradition, Hérodote rapporte que Khéops mit près de trente ans à construire la grande pyramide. Il évalue à 370.000 le nombre des ouvriers qu'elle occupa à la fois, et qui se relayaient tous les trois mois par immenses escouades.

Il semble que le revêtement de la grande pyramide devait être de marbre ; Hérodote, témoin oculaire, rapporte que les pierres dont se composait ce revêtement n'avaient pas moins de dix mètres de long.

Il ne reste plus maintenant aux savants, aux chercheurs — disons presque : « aux initiés » — qu'à redécouvrir peu à peu la somme des connaissances scientifiques acquises voici des milliers d'années par le peuple d'Israël.

René-Jean MAXY.

C'est qui nous reste de la science des Égyptiens se borne à deux ou trois papyrus exposant des notions élémentaires, et qui, nous dit Gustave Le Bon, probablement devaient servir à l'enseignement dans les écoles enfantines ; mais si nous jugeons de cette science par les résultats, nous voyons immédiatement qu'elle dut être très avancée.

Nous ignorons à peu près entièrement, par exemple, les méthodes d'observation des Égyptiens en astronomie, mais nous sommes certains qu'ils savaient orienter parfaitement les monuments, qu'ils connaissaient la durée de l'année, et... bien d'autres choses, pour nous extraordinaires !

La plus grande des pyramides est celle de Khéops. Khéops, roi d'Égypte, appelé Chembès par Diodore de Sicile, régna vers l'an 1178 avant J.-C. Avant lui, le gouvernement avait toujours été empreint de la plus grande modération ; Khéops remplaça cet état de choses par une insupportable tyrannie. De rudes et mortels travaux accablèrent le peuple égyptien, qui fut condamné à fouiller sans relâche des carrières, à tailler des pierres, à construire des chaussées ; et tout cela pour élever la grande pyramide que Khéops destinait, paraît-il, à devenir son tombeau.

Pour se rendre aux grandes pyramides, qu'on aperçoit sur sa droite quand on les regarde du haut de la citadelle du Caire, il faut passer le Nil et traverser le village de Ghizeh, aujourd'hui bien délabré, et dont Léon l'Africain, au commencement du XVI^e siècle, fait une ville très florissante. De loin, et à mesure qu'on s'en approche, elles produisent assez peu d'effet ; et l'on serait presque tenté de s'écrier : « Comment ! ce n'est que cela ? ». Mais, après avoir fait un kilomètre environ dans le sable, sans que le regard s'en détache d'une seconde, elles grandissent tout à coup à des proportions immenses ; et quand on arrive enfin à leur base, on est comme atterré, foudroyé, anéanti d'étonnement.

Revenons à la pyramide de Khéops. On mit longtemps à découvrir l'entrée des couloirs conduisant aux chambres intérieures. Ces chambres ont reçu des dénominations qui semblent inexacts : chambre du roi, de la reine, et chambre mystérieuse. Aucune indication dans la décoration. Voyons la disposition de la chambre du roi : de sarcophage, point ! Mais, à sa place, s'élève une sorte d'auge en pierre, parfaitement taillée.

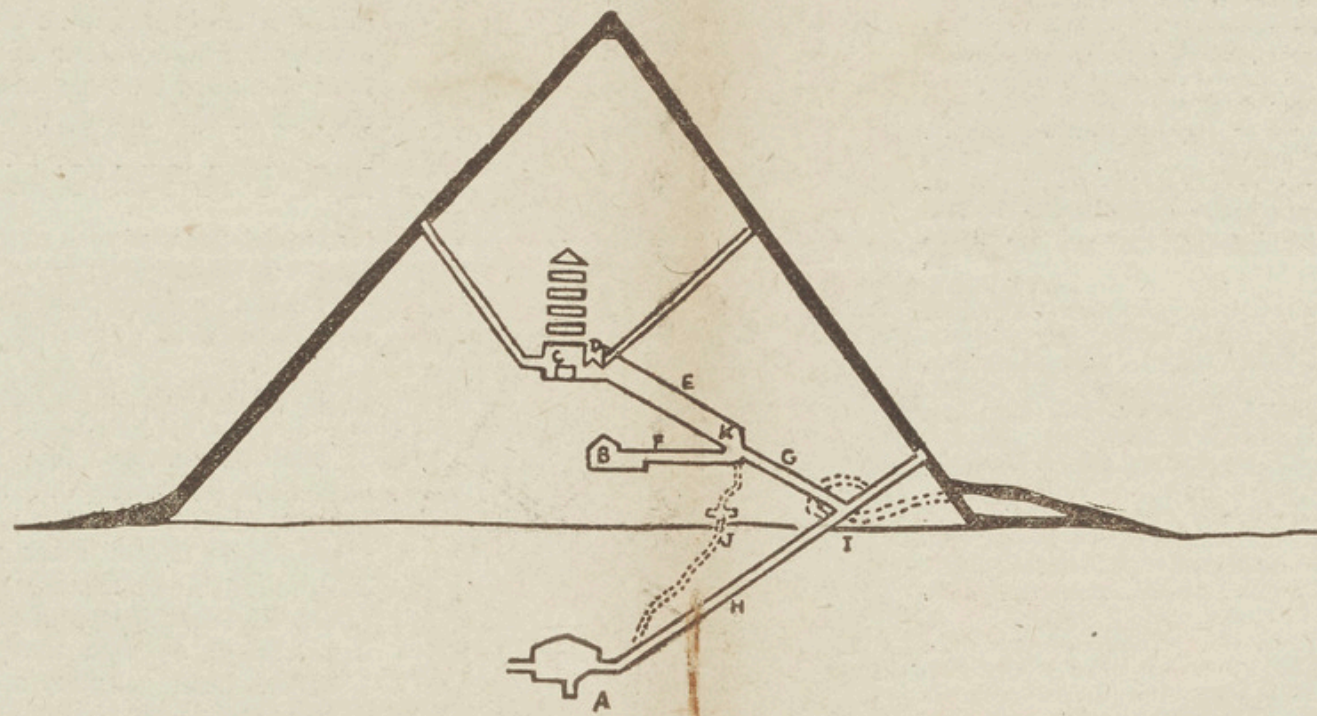
Alors, la pyramide de Khéops ne serait donc point le tombeau royal du roi de la quatrième dynastie égyptienne ?

Un antique grimoire nous informe, en ce qui concerne les pyramides, « qu'on y gravait, en lettres hiéroglyphiques, les préceptes des plus belles sciences ! ».

De graver sur ces monuments, à élever ces mêmes monuments pour fixer les données précises acquises à cette époque en matière scientifique, il n'y a qu'un pas. Franchissons-le. Que découvrons-nous ? L'extraordinaire, soit, mais un extraordinaire singulièrement positif. Nous avons, au cours d'un récent article, signalé la détermination du Nord vrai, à l'aide de la grande pyramide, par les architectes égyptiens.

Les savants, au cours des siècles, recherchèrent longtemps le point idéal d'un méridien servant de départ des longitudes. Ce fut d'abord Paris, puis Greenwich, qui obtinrent les suffrages. Or, on vient de s'apercevoir, mais un peu tard, qu'en fait d'idéal c'est la pyramide de Khéops qui domine ! Si l'on mène un parallèle par le 30^e de latitude Nord, on constate que ce cercle tracé autour de la Terre est celui qui renferme le plus d'étendue continentale. Or, c'est précisément sur ce parallèle qu'est construite la grande pyramide.

Hérodote nous enseigne qu'il reçut confiance des prêtres égyptiens établissant que les proportions pour la grande pyramide, entre le côté de la base et la hauteur, étaient telles que : le carré construit sur la hauteur verticale égalait



D'après Mariette, voici la description de l'intérieur de la grande pyramide : A est une chambre souterraine, aujourd'hui inaccessible ; B est la chambre de la reine, appellation qu'aucune tradition ne justifie ; C est la chambre dite du roi ; D est un palier interrompu par deux coulisses, dans lesquelles on a dû faire glisser, autrefois, c'est-à-dire au moment où la momie royale venait d'être déposée dans le sarcophage, les deux blocs massifs destinés à boucher hermétiquement l'entrée de la chambre ; E, F, G, H sont des couloirs de communication ; I est un palier dans lequel débouche le conduit pratiqué par le calife Amrou, quand il essaya de violer la pyramide ; J est le puits mystérieux qui a si fort exercé la sagacité des explorateurs.

Un des étonnements des chercheurs consiste dans le symbole que présente la pyramide en ce qui concerne le nombre « Pi ».

C'est ainsi qu'on additionne les quatre côtés de la pyramide de manière à en avoir le périmètre : 232,805 × 4 = 931 m. 200. On divise par le double de la hauteur, soit par : 148,208 × 2 = 296 m. 416 et on obtient, pour la valeur de ce rapport : 3,1416. En assemblant, dans l'esprit, le carré du périmètre de la pyramide à un cercle égal, son rayon serait représenté par la hauteur de la pyramide et, naturellement, le diamètre par le double de cette hauteur.

On sait qu'un méridien est un grand cercle passant par les pôles, et qu'il contient donc 360°. Or, si nous avions la valeur de 1°, une simple multiplication donnerait la longueur de la circonférence de la Terre.

invariable : celle que l'on trouve à la base même de la construction de la grande pyramide.

Le pouce pyramidal était très voisin du pouce anglais — à moins de 1/1000 près. La coudée sacrée, qui a servi aux architectes égyptiens dans la construction de la grande pyramide de Khéops, elle, valait 25 pouces pyramidaux, soit 635 mètres 660.

En multipliant cette coudée par 10.000.000, on trouve 6.356.000 mètres. Or, c'est là, justement, la valeur que nos savants assignent à la longueur du rayon polaire de la Terre, et ceci avec une valeur exacte, à un centième de millimètre près.

En ce qui touche la distance de la Terre au Soleil, les philosophes de la Grèce situaient Phœbus à 45 kilomètres



Une immense galerie à l'aspect fantastique, dont voici une vue saisissante, conduit dans les profondeurs de la grande pyramide, à travers un labyrinthe de couloirs mystérieux. (Photo Keystone.)

L'HARMONIE DES FORMES DE DENTS

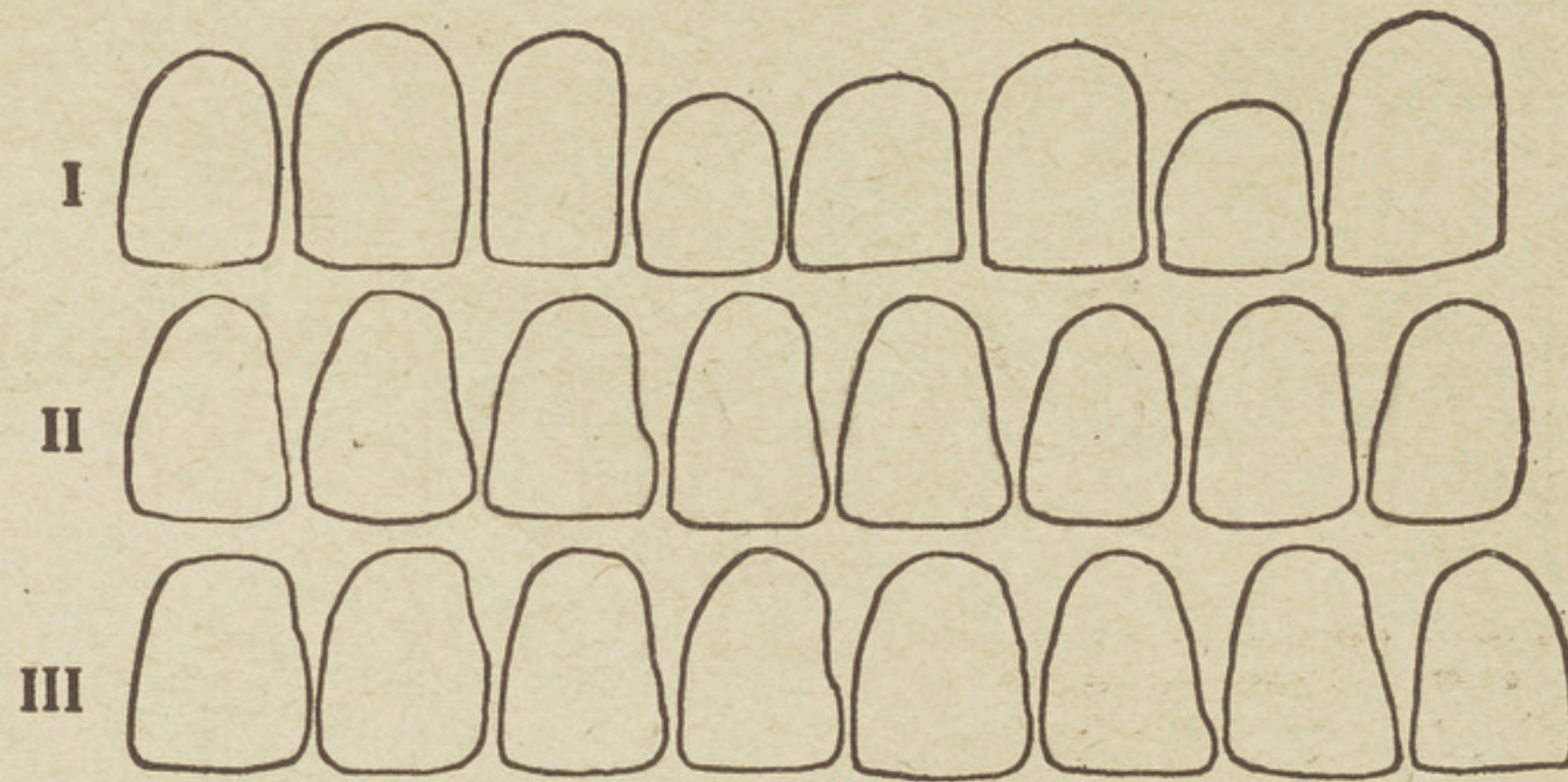


Schéma de quelques formes de dents naturelles de chacune des trois formes typiques.

La forme des dents n'est pas la même pour tous les individus. On a longtemps cherché pour savoir à quelles lois obéissaient ces différentes formes et comment on pouvait les classer. On croyait généralement à une relation entre la forme des dents et le tempérament des personnes.

On essaya aussi un classement des formes d'après les différentes races.

Beaucoup d'auteurs ont utilisé la classification d'après le tempérament, faute d'en connaître une meilleure. Les quatre grands types étaient : le bilieux, le nerveux, le sanguin et le lymphatique.

On appartiendrait à l'une ou l'autre de ces classes suivant la prédominance des fonctions physiologiques du sang, des nerfs, de la bile ou de la lymphe. Que veulent dire les adeptes du système lorsqu'ils parlent de prédominance ? Cela ne peut dire qu'une chose, c'est que l'action du cœur, du foie, du système lymphatique ou du système nerveux est plus active chez l'individu qui est censé appartenir à l'une de ces classes.

Les gens appartenant au tempérament sanguin devraient montrer une action cardiaque plus intense, les bilieux devraient avoir un foie travaillant constamment sous pression, et les nerveux devraient se distinguer par un développement intellectuel marqué.

Or, une étude approfondie montre que des individus de même tempérament ont des formes de dents fort différentes. De même, l'examen attentif de dents provenant de différentes races démontre qu'aucune race ne se distingue d'une autre par l'existence d'une forme typique de dents.

C'est à un savant anglais, à qui j'emprunte la plupart de ces lignes, que revient l'honneur d'avoir fait une classification exacte des différents types de dents. Ayant réuni un nombre considérable de dents, il se dit qu'il serait intéressant d'assortir les incisives centrales de certains groupes.

En faisant ce travail, il s'aperçut qu'il établissait trois groupes principaux et que les dents qui n'appartenaient pas, à première vue, à l'un ou à l'autre, étaient formées par la combinaison des traits caractéristiques des trois groupements.

En continuant ces recherches, le docteur Williams ne fut pas peu surpris de constater que ces trois types de dents se retrouvaient dans une proportion à peu près égale dans toutes les races et dans toutes les nations.

Ce fut pour lui une grande satisfaction, car il venait de trouver une loi fondamentale qui lui permettrait de comprendre le problème de la forme des

dents. Cette découverte était la base de la future production de dents artificielles construites non pas au hasard, mais sciemment, en observant des formes anatomiques correctes.

On verra ci-contre le schéma des trois classes de dents. La classe I se distingue par la disposition parallèle, ou presque parallèle, de plus de la moitié des deux lignes qui forment les surfaces proximales des incisives, en partant de l'angle incisif.

Dans la classe II, ces lignes convergent en un point qui serait placé, dans presque tous les cas, à l'extrémité de la racine. Ces lignes convergentes sont parfois presque droites, mais, en général, la surface mésiale est légèrement convexe et la surface distale légèrement concave.

La classe III, qui est considérée comme la plus belle forme de dent humaine, se caractérise par une surface distale formant une double courbe très distincte, et qui se retrouve, mais moins fréquemment, sur la surface mésiale. Toutes les surfaces et tous les angles des dents appartenant à cette classe sont plus arrondis et plus gracieux que ceux des autres classes.

Les autres incisives supérieures appartenant à la même bouche suivent la forme des deux centrales, mais d'une manière moins marquée.

Il restait au docteur Williams à voir si ces trois types de dents se retrouvaient indifféremment dans les différentes races et aux différents âges historiques.

A cet effet, il réussit à se procurer des centaines de crânes venant de toutes les parties du monde. Il fit aussi l'étude de crânes égyptiens remontant à plus de cinq mille ans.

Sur des crânes venant des îles Sandwich, de Java, de Chine, sur d'autres ayant appartenu à des Grecs modernes, à des Allemands, à des Anglo-Saxons, à des Hindous, à des Patagons, à des Français, etc., partout, les trois mêmes classes de dents se retrouvent, et dans les mêmes proportions. Chez les uns comme chez les autres, on trouve des dents des trois classes.

Il est un point extrêmement intéressant à noter : ces trois types de dents remontent à une période antérieure à l'existence humaine. Si l'on examine des crânes de singes anthropoïdes, d'orang-outangs, là aussi on retrouve les trois formes de dents fondamentales. Cette classification s'adapte aussi aux gorilles et aux chimpanzés.

Voyons quelles sont les applications pratiques qui peuvent être données de ces notions.

Bien entendu, à la suite de ces travaux, la plupart des fabricants de dents ont créé des dents artificielles répondant aux trois classes que je viens d'indiquer et se sont efforcés de donner à ces dents des formes vraiment anatomiques.

Actuellement, les praticiens de l'art dentaire ont à leur disposition des dents artificielles judicieusement construites, de toutes tailles, dans les trois formes et de teintes très assorties.

C'est maintenant que notre rôle d'artiste va commencer. Dans quels cas utiliserons-nous les dents de la première, de la seconde ou de la troisième classe ? Dans le cas d'appareils partiels, c'est infiniment facile. Il suffit de prêter attention aux dents qui restent, d'en repérer le type et la teinte et de choisir chez notre fournisseur celle qui nous est nécessaire.

Mais c'est dans la construction des dentiers complets que nous avons toute licence pour le choix et la teinte des dents. De notre goût artistique dépendra le succès esthétique du dentier que nous allons monter. L'harmonie étant l'essence de l'apparence naturelle, nous chercherons à établir l'harmonie entre les contours de la face et ceux des dents que nous avons à placer.

Si les lignes et les courbes de la dent correspondent autant qu'il sera possible de le faire à celles du visage, nous obtiendrons une harmonie parfaite entre ces deux éléments.

Tous les auteurs qui ont étudié le sujet de la physiognomie humaine s'accordent pour dire qu'il n'y a que trois formes de visages : le visage carré, l'ovale et celui dit « en cône renversé ». D'après Williams, il y en a une quatrième : c'est le visage dont la largeur au-dessus des yeux est moindre que celle du bas du visage. Toute cette dernière partie est ronde et lourdement construite, tandis que le front rappelle la forme d'un dôme. On l'appelle « la forme ovoïde ».

Les dents de la classe n° III s'accordent admirablement à cette forme de visage.

Ces quatre formes de visages sont naturellement susceptibles de modifications.

Il est clair et parfaitement normal que les dents appartenant à la classe I s'accorderont harmonieusement avec les visages carrés, c'est-à-dire les visages dont les lignes principales sont plus ou moins parallèles. Si le visage frappe par sa forme vraiment carrée, nous emploierons des incisives centrales dont les côtés sont vraiment parallèles. Il faut reconnaître, cependant, que, dans la grande majorité des cas, les visages dits « carrés » n'appartiennent pas au type extrême. En général, les lignes s'infléchissent légèrement dans la direction du menton, et on choisira, pour ces cas, les dents de la classe I dont les côtés s'infléchiront légèrement dans la direction du collet. Le visage ovale n'est que la modification du type carré, dont on a arrondi les angles. Une modification semblable de la dent carrée nous donne la dent ovale.

Nous dirons d'une manière générale que nous obtenons l'harmonie en recherchant le parallélisme entre le contour de la face et celui de la dent.

Le visage en cône renversé, ou visage effilé, est remarquable par le grand nombre de variations qu'il présente, allant de la forme presque carrée, mais dont les lignes des joues convergent déjà sensiblement vers le menton, au visage franchement triangulaire, avec menton vraiment pointu.

Pour les visages appartenant à cette classe, les lignes des surfaces proximales des centrales doivent converger vers un point opposé à celui des lignes correspondantes du visage. En d'autres termes, les lignes du visage convergent dans la direction du menton et les lignes approximales des dents convergent dans la direction du collet de la dent.

Dans ce cas spécial, l'harmonie se dégagera d'après le principe connu de l'opposition des lignes. Le degré de convergence des lignes de la face détermine celui des lignes de la dent. Si la convergence des lignes est accompagnée de joues pleines et rondes, on choisira des incisives centrales dont la surface disto-proximale accusera une certaine convexité. L'observation de ces règles donnera toujours une harmonie parfaite, ce qui non seulement embellira le visage, mais empêchera le public de découvrir que notre patient a des dents artificielles.

Voilà cette étude terminée. Je n'ai fait pour vous, chers lecteurs, qu'effleurer le sujet. Il est encore plus complexe que vous ne le croyez, car je vous ai parlé seulement des incisives centrales. Il y a lieu d'harmoniser ensuite les latérales aux centrales, puis les canines, les dents du bas à celles du haut.

Il faut aussi étudier à fond la forme et l'engrènement des molaires, de façon à permettre une mastication parfaite en respectant les fonctions des divers groupes de dents, pré-molaires et molaires.

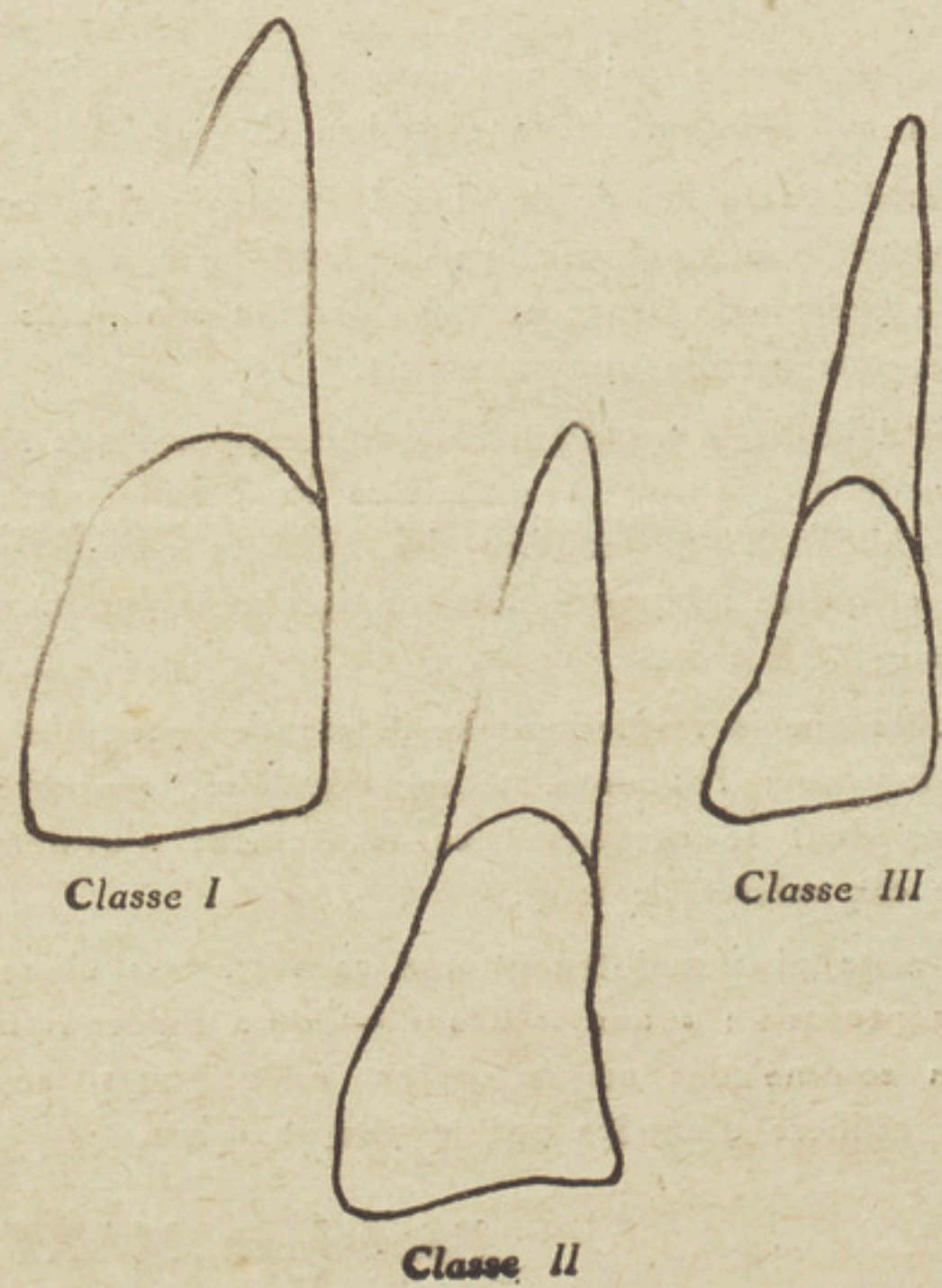
Quand nous aurons choisi nos différentes formes de dents, il y aura lieu de déterminer les teintes de nos dents. Je dis : les teintes, car, dans une bouche normale, toutes les dents n'ont pas la même teinte. Vérifiez vous-mêmes sur vos dents. Vous verrez que vos canines sont toujours beaucoup plus foncées que vos incisives. De là une harmonie générale dans la teinte de l'ensemble.

Sur le dentier le mieux fait, si les canines avaient la teinte des incisives, soyez sûr qu'immédiatement on aurait l'impression de la fausse dent.

Vous voyez maintenant que notre tâche est assez malaisée. On ne réussit pas toujours du premier coup un dentier complet. Soyez indulgent pour votre dentiste s'il n'obtient pas immédiatement ce que lui et vous désirez.

Pour beaucoup de personnes, malheureusement, un dentier complet, c'est une empreinte, un ou deux essayages, et une livraison après laquelle on se dépêche d'essayer de manger ce que l'on n'a pu manger depuis longtemps. C'est, hélas ! plus difficile que cela. Donc, mes chers lecteurs, je vous redemande encore une fois, pour mes confrères et moi, toute votre indulgence et votre patience, s'il vous faut un dentier complet.

D^r Charles GUÉBEL.



LA PAGE DU MALADE

**N'ACCUSEZ PAS LE TEMPS PLUVIEUX
D'ÊTRE RESPONSABLE
DE VOTRE TIMIDITÉ.
PENSEZ AU CONFLIT D'IDÉES
QUI TROUBLE LE SOUS-SOL
DE VOTRE ESPRIT, ET LIQUIDEZ-LE**

DEMANDE. — Un Breton émigré à Marseille. — Lecteur passionné de votre intéressante revue, je tire grand profit de votre « Page du Malade ». Je me permettrai, si vous le voulez bien, de vous soumettre le cas suivant :

Bien qu'agé de quarante ans et jouissant d'une bonne santé générale (robuste, jamais malade, bon appétit, etc.), je suis atteint d'une timidité très prononcée. Si je rencontre une personne que je connais, je rougis immédiatement. Si je dois faire une démarche quelconque, j'hésite, je tâtonne et je rougis tout de suite. C'est une infirmité qui m'a causé pas mal de déboires dans la vie. Peut-on guérir, et, si oui, quels en sont les moyens ?

P. S. — Je tiens à vous dire que j'ai un tempérament nerveux, anxieux, et que le temps influe beaucoup sur mon état d'esprit. Ainsi, lorsque le temps doit tourner à la pluie, je le sais vingt-quatre heures à l'avance, et je ne me trompe pas. Je suis plus exact qu'un baromètre ! En effet, un jour avant la pluie, je suis d'une timidité excessive, et, pour un rien, je rougis à tout instant. Lorsque la pluie a passé, je redeviens moins timide.

Mon passé est assez chargé — du moins au point de vue nerveux — : onanisme de bonne heure, que j'ai continué même étant homme. J'ai même habituellement préféré ce déplorable système à l'accomplissement de l'acte naturel.

Croyez, etc...

Réponse. — Je ne nie pas, cher Breton de Marseille, vos qualités de baromètre. Il n'est pas douteux que certains sensibles du système nerveux peuvent percevoir, à des signes plus ou moins personnels, même au besoin étranges, les variations des pressions atmosphériques, les variations hygrométriques.

Quoi qu'il en soit de cela, je ne crois pas qu'il faille expliquer votre timidité par vos étranges propriétés barométriques. Non. Ce n'est pas l'état de l'atmosphère qui crée vos poussées de timidité ; ce qui les crée, c'est le conflit qui existe dans votre cerveau — car il existe un conflit dans votre cerveau — et l'humidité, si elle fait quelque chose, ne fait que servir de point d'appel à vos auto-suggestions débilitantes.

Bossuet ne pouvait écrire que quand il avait de splendides manchettes blanches ; vous, vous ne pouvez vous battre avec vous-même que quand le temps est à la pluie ; chacun a sa manie et trouve ses raisons personnelles, plus ou moins logiques, de les manifester.

La vraie raison de votre timidité est, je le répète, un conflit d'idée, et, très nettement, ce conflit est sexuel ; vous expliquez vous-même, au post-scriptum de votre lettre, la mauvaise orientation sexuelle que vous avez eue dès l'enfance : onanisme. Un jour, vous avez compris que l'onanisme est une anomalie, un acte antinaturel ; votre cerveau conscient, respectable, moral, a protesté contre l'instinct subconscient, animal, qui vous poussait ; protestation de l'esprit subconscient et responsable, résistance du subconscient qui entend continuer sa manie, là est le conflit, là est le combat.

Le fait de rougir — en face des femmes surtout, évidemment, ou, en tout cas, primitivement en face des femmes — a pour cause cachée la crainte qu'on s'aperçoive de votre bizarrerie, la crainte qu'on vous trouve ridicule, immoral...

En somme, votre rougissement n'est lié que de fort loin à la pluie...

Mariez-vous, cher Breton de Marseille ! C'est le meilleur moyen d'achever la rééducation de votre fonction reproductrice. Je dis « d'achever la rééducation », car elle est commencée, cette rééducation. Elle est commencée depuis le premier jour où vous avez rougi. Votre première congestion du visage, en face d'une femme, était la protestation de votre esprit naturaliste, avide d'harmonie. Vous n'avez qu'à continuer cette protestation, mais en la faisant devenir consciente, et sans brutaliser, par le refoulement des tendances instinctives, tout ce que votre instinct animal a créé de faux-phis dans votre esprit. Si vous vouliez brutaliser trop vite, trop fort, les tendances onanistes de votre subconscience, certainement vous verriez apparaître chez vous d'autres troubles qui, peut-être, ne vaudraient pas mieux que votre timidité.

Il faut faire évoluer votre subconscient par une méthodique et naturaliste rééducation sexuelle : culture du nu ramenant l'esprit à une saine compréhension du problème des sexes, lectures saines relatives à la famille, à l'amour conjugal bien compris. Avez-vous lu notre ouvrage « L'Art d'être heureux » ? Il vous donnerait des idées sur l'éducation rationnelle des sens. Et notre « Pour devenir énergique » vous apprendrait à attaquer votre timidité par des moyens indirects (respiration profonde, détente, éducation de la parole et du geste). Mais ces moyens ne sont qu'accessoires : ils sont des adjuvants : le vrai moyen thérapeutique, c'est l'attaque contre les causes, autrement dit contre le conflit sexuel.

Quand vous viendrez à Paris, venez nous conter votre histoire.

QUELLE QUE SOIT VOTRE MALADIE
LA MEDECINE 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°)
(Métro : Boissière — Tél. : Passy 77-95)

ON CONSTITUERA VOTRE DOSSIER MÉDICAL
ON ÉTABLIRA VOTRE RÉGIME
ON VOUS TRAITERA SANS MÉDICAMENTS

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

VOIES RESPIRATOIRES SUPÉRIEURES
MALADIES DU NEZ,
DE LA GORGE, DES OREILLES

**UNE CATARACTE ACCIDENTELLE
PEUT-ELLE GUÉRIR SANS OPÉRATION ?**

DEMANDE. — Guyon fils, lecteur assidu, Loiret. — Je suis atteint d'une cataracte avec légère déviation de l'œil. L'affection est consécutive à une blessure. J'ai eu l'œil traversé de part en part ; hernie de l'iris opérée en 1909.

Réponse. — L'opacité du cristallin, cause de la cataracte, s'améliore très souvent du fait d'une vie plus saine, doublée d'une cure mentale locale appliquée avec persévérance.

Nous avons, fort souvent, amélioré, par le naturisme, des cataractes séniles qu'on avait dites incurables ; des malades, qui ne voyaient plus même pour se conduire, ont pu recommencer à voir suffisamment pour jouir d'une existence acceptable. J'ai cité dans notre livre « La Cure Mentale », que je vous engage à lire, plusieurs cas de cataracte heureusement influencés par l'action des forces psychiques.

Avant de me décider à l'opération, je tenterais la cure naturaliste et mentale ; il est certain, en tout cas, que si vous faites bien la tentative, votre santé, tant générale que locale, ne peut qu'y gagner.

■ ■ ■

**INUTILE DE FAIRE OPÉRER
MAINTENANT LE PHYMOSIS
DE VOTRE BÉBÉ : SOUVENT L'AFFECTION
S'ARRANGE QUAND L'ENFANT GRANDIT**

DEMANDE. — Dubois, à Tours. — Mon petit garçon, âgé de vingt-huit mois, doit, d'après l'avis de notre docteur, être circoncis.

Abonné et lecteur assidu de Naturisme, je voudrais savoir, par la « Page du Malade », s'il est nécessaire de l'opérer ou si un traitement non sanglant peut être employé efficacement.

Le docteur ayant l'intention de l'opérer incessamment, que dois-je faire ?

La circoncision peut-elle être évitée par votre méthode naturiste ?

Réponse. — Votre enfant n'ayant que vingt-huit mois, pourquoi vouloir opérer de suite son phimosis ? Chez nombre d'enfants, la peau de la verge, qui est beaucoup trop longue dans le bas-âge, devient normale plus tard. On a donc tout avantage à attendre. A sept ans, huit ans, dix ans et plus tard, il sera encore temps d'intervenir, si vraiment le phimosis persiste. D'ailleurs, qui vous empêche de faire en sorte que cet inconvénient disparaisse par le traitement médical ? Une peau, c'est mou ; en tirant dessus, elle s'allonge. Vous pouvez donc espérer, en dilatant progressivement l'orifice, par un dilatateur en bois que vous ferez vous-même, obtenir un élargissement cutané qui permettra de découvrir le gland.

Nous avons, par ce procédé, évité quantité de circoncisions. Si vous venez à Paris, amenez-nous l'enfant, nous vous montrerons comment procéder ; nous vous dirons, en même temps, si le degré de l'affection peut vous laisser espérer une guérison facile, ou si cette guérison n'est que problématique.

Si jamais l'enfant n'infecte son prépuce, c'est une raison de plus pour ne pas opérer maintenant.

Contrairement à l'opinion soutenue par beaucoup de gens, nous estimons que l'individu supporte d'autant mieux l'opération qu'il est plus loin de la première enfance.

LA PAGE DU CINÉMA



Quelques bons films

La saison cinématographique semble vouloir être assez brillante. Actuellement, le spectateur à la recherche d'un bon programme n'a que l'embarras du choix.

Dans l'ordre chronologique de leur sortie en public, les trois meilleurs films sont, incontestablement : **La Maternelle**, **La Vie privée d'Henri VIII** et **Thomas Garner**.

Le scénario de **La Maternelle** a été tiré du livre de Léon Frapié par Jean Benoît-Lévy et Marie Epstein. Découpage adroit, pas de bavardage et bon montage. Naturellement, les gosses sont admirables, et, parmi les interprètes, M^{me} Mady Berry nous semble d'assez loin la meilleure. Il s'en faut de très peu pour que **La Maternelle** soit un authentique chef-d'œuvre de l'écran.

La Vie privée d'Henri VIII, qui ne présente aucun rapport avec la pièce de Shakespeare, **King Henri VIII**, a été tournée en Angleterre par Alexandre Korda.

Le scénario est assez sommaire, mais la mise en scène et l'interprétation de Charles Laughton sont excellentes et font d'**Henry VIII** un très bon film.

Ce n'est pas non plus l'originalité du thème qui fait la qualité de **Thomas Garner**. Il s'agissait d'une de ces biographies dont les Américains abusent un peu ; mais les auteurs ont employé, au lieu du récit linéaire et direct, les réminiscences d'un vieux secrétaire. Les souvenirs de celui-ci, ami d'enfance de Thomas Garner, ne s'enchaînent pas suivant la progression familière au cinéma ; le récit du vieil homme est coupé de brusques retours, de sauts dans le temps qui brisent la monotonie du « crescendo » dramatique.

Réussite parfaite d'un procédé nouveau au cinéma, belle leçon pour nos cinéastes. Metteur en scène : Howard. Spencer Tracy et Collen Moore jouent très sobre et très juste.

Jean FAUREZ.

EN HAUT ET EN BAS : Deux scènes de **Madame Bovary**, mise en scène de Jean Renoir. En haut, Valentine Tessier (M^{me} Bovary) et Robert Le Vigan. En bas, Max Dearly (M. Homais).

AU CENTRE : Une image de **La Rue sans nom**, réalisation de Pierre Chenal, d'après le roman de Marcel Aymé. Le cinéma exige des transformations surprenantes : nous retrouvons Robert Le Vigan dans un rôle bien différent de celui qu'il interprète dans **Madame Bovary**.

Ces deux films sont actuellement terminés et vont être présentés incessamment.

(Productions C. I. D.)



L'Assemblée Générale du Syndicat d'Administration de Physiopolis

La convocation suivante vient d'être adressée sous pli recommandé, conformément aux statuts, aux propriétaires à Physiopolis.

Paris, le 7 novembre 1933,

M.

Nous avons l'honneur de vous informer que les membres du Syndicat d'Administration de Physiopolis tiendront la première assemblée générale prévue au Cahier des Charges (chap. vi), le samedi 18 novembre, Sociétés Savantes, salle D, 28, rue Serpente, à 21 heures. Les portes seront ouvertes à 20 heures et rigoureusement fermées à 21 heures.

Les propriétaires auront à délibérer sur les questions suivantes :

ORDRE DU JOUR

Election du bureau du syndicat pour 1934 : président, scrutateurs, secrétaire.

Répartition des dépenses courantes d'administration entre les co-propriétaires et étude du budget pour 1934. Désignation de l'association à laquelle le syndicat donnera droit d'accès à l'île des Naturistes pour 1934 et conditions auxquelles ce droit sera conféré.

Nous rappelons que l'assemblée générale du syndicat se compose exclusivement des propriétaires à l'île de Médan, c'est-à-dire des acquéreurs ayant régularisé leur vente par acte authentique (même s'ils ne sont pas en possession de l'expédition de leur acte de vente qui doit leur revenir : les déclarations du notaire feront foi pour l'établissement de la feuille de pré-

sence). Seront, toutefois, admis à l'assemblée générale les propriétaires qui n'ont pu régulariser à ce jour leur vente, par suite de circonstances indépendantes de leur volonté (achat de parcelles dont l'adjonction à Physiopolis, en cours chez le notaire, n'est pas terminée à l'heure actuelle).

Les propriétaires, en règle avec le notaire, empêchés d'assister à la réunion, ont intérêt à se faire représenter. Ceux qui désireraient désigner l'un des docteurs Durville comme leur mandataire, sont priés de remplir le pouvoir ci-joint et de le retourner avant le 17 novembre, au docteur André Durville, 15 bis, rue Cimarosa, Paris (16°).

Ne seront pas admis à l'assemblée :

- a) Les membres de la famille des propriétaires ;
- b) Les titulaires d'actes sous-seing privés.

Les futurs propriétaires, encore titulaires de promesses de vente ou de ventes sous-seing privé, qui désireraient participer aux délibérations de l'assemblée générale devront faire régulariser leur vente avant le 17 novembre, dernier délai. Le notaire, M^e Marcel Picard, 85, rue de Richelieu (téléphone : Central 63-21) se tient à leur disposition à cet effet.

Nous vous prions de croire à nos sentiments très distingués.

Le syndic :

Docteur André DURVILLE.

Les propriétaires qui n'auraient pas reçu la lettre recommandée à l'heure où paraissent ces lignes sont priés de se mettre en rapport immédiatement avec le docteur André Durville.

POUVOIR

(à retourner au D^r André Durville, 15 bis, rue Cimarosa, PARIS (16°), avant le 17 novembre)

Je soussigné

propriétaire à l'île de Médan par acte authentique, donne, par les présentes, pouvoir à

M..... d'assister à l'Assemblée générale du 18 novembre, de prendre part à tous votes sur les sujets portés à l'ordre du jour, de signer toute feuille de présence, de prendre toutes décisions, de substituer et, généralement, de faire tout le nécessaire.

Paris, le

SIGNATURE :

La signature doit être précédée de la mention manuscrite : « BON POUR POUVOIR ».

A DÉCOUPER EN SUIVANT LE POINTILLÉ

PETITES ANNONCES

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

La ligne d'environ 50 lettres, 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 » doit parvenir à l'Imprimerie de « Naturisme », accompagnée de son montant, au plus tard le jeudi précédant l'insertion, à 10 heures.

ETABLISSEMENTS NATURISTES ■ ■ ■ ■ ■

RESTAURANT VEGETARIEN, 41, rue de Saintonge (Métro : Filles-du-Calvaire et République).

Grand choix de crudités. Cuisine saine, variée et abondante. Repas à partir de 5 francs (sans pour-boire). Service de 11 h. 30 à 13 h. 30 et de 18 h. 30 à 20 h. 30. Fermé dimanches et fêtes.

DOCTEUR MADELEINE SAULNIER. Cures naturistes. Nice, Palais de la Promenade, 2, rue Saint-Philippe, de 13 heures à 15 heures. Téléphone : 58-27.

DANS LE BUT DE FAIRE APPRECIER SA CUISINE...

PAUL, 7, rue Montcalm, lance son prix fixe à 5 francs. 4 plats copieux, cuisine saine et soignée. Une visite s'impose ! ! ! BON ACCUEIL. — PAS DE POURBOIRE

VALLÉE CHEVREUSE, pouponnière 1^{er} ordre, 15, bd Palaïseau, à Lozère (S.-O.), tél. 21, reçoit bébés et enf.

Renova, restaur. végétar., 20, r. de Savoie (6°), près St-Michel, au 1^{er}. Un cadre intime et riant, des mets abondants, délic. et var. P. fixe 6,50 (6 fr. p. abonn.) et à la carte

OFFRES D'EMPLOIS ■ ■ ■ ■ ■

VIANDISE, nougat végétarien exquis, demande représentant. Ecrire : « Le Paradis des Fruits », Marseille.

VENTES ■ ■ ■ ■ ■

POUR 1934. A vendre, île des Naturistes, à Villennes, maisonnette en bois peinte démontable à boulons et un divan-lit. Px intér. Ecr. Bertrand, 91, av. Gambetta (20°)

CANOE pliant bipl. sport avec voiles, chariot, dérives, etc. - Cautrel. Voir Resch, 34, bd de la Marne, Nogent.

A VENDRE très beau piano à queue de concert Erard. Prix 2.500 fr. Visible 15 bis, rue Cimarosa, Paris (16°).

A VENDRE, à Héliopolis, terrain de 100 mètres carrés. Prix : 2.000 francs. Ecrire à Naturisme, n° 220.

DEMANDES D'EMPLOIS ■ ■ ■ ■ ■

J. F. 26 a., institutrice, BS, CAP, gde, rob., int., cult., esprit d'initiative, dégoûtée du fonct., cherche emploi. Aimerais fonder av. inst., prof. ou doct. énerg. et compétent, école nouvelle naturiste. Ecr. Naturisme, n° 221.

Comptable-diplômé, libre 1/2j. Tél. Central 53-14

CUISINIER 30 ans, dipl., expert nutrition, expérience d'Europe et Et.-Unis, ch. place milieu végétar. Nat. 223

M^r 38 a., sér., hon., trav., cherche emploi au pair dans culture fruitière et élevage, même chez amat. Nat. 224.

GROUPEMENTS NATURISTES ■ ■ ■ ■ ■

RETOUR A LA TERRE ! Ch. pionniers pr constr. colonie natur. Env. dét. et 2 fr. timb. : Heller, Alet (Aude)

LISEZ
DE L'UNE DES NOTRES :
**LE NEUVIÈME
COMMANDEMENT**
par
Juliette SIMON
L'APOLOGIE DU NATURISME
Un vol. in-8° couv. de 200 pages
PRIX : 15 FRANCS
NOUVELLES ÉDITIONS ARGO

MARIAGES ■ ■ ■ ■ ■

Mons. 42 a., nat., bien s.t.rap., éduq., dés. relat. en vue mar. av. j.f. nat., disting., 30 a. env. Normandie. Nat. 222

ALIMENTATION NATURISTE ■ ■ ■ ■ ■

Les Bons Miels de France « Apiculteurs Réunis ». Miel surfin de Champagne : 3, 5, 10 kgs : 36, 55, 100 fr. franco domicile. Dépôt : M. Girard, 8, rue Saint-Gothard, Paris-14°. Chèques postaux : Paris 1641-19.

10 k^{os} Amandes de Provence douces, extra :
LE PARADIS DES FRUITS 45 FRANCS
Marseille (C. c. postaux : 270-83). franco

FRUITS, PRIMEURS et VOLAILLES de CHOIX liv. à domicile (même au détail) dir. des Halles Centrales. Téléphoner de 6 h. soir à 9 h. matin : Central 53-14.

FAITES VOS PROVISIONS

10 K^{os} 1/3 Amandes sèches 39 FRANCS
1/3 Figues sèches franco
1/3 Raisins secs votre gare
Le Paradis des Fruits, à Marseille (C. ch. post. 270-83).

MIEL « SELECTA », Qualité exceptionnelle, tarif en baisse. Rgts fco. A. Lalanne, Lamontie-St-Martin (Dgne)

HUILE D'OLIVE sup. gar. pure : 10 l., 89 fr. ; 5 lit., 46 fr. OLIVES NOIRES DE NYONS extra : 3 kgs, 27 fr. franco domicile. GRELIN, NYONS (Drôme).

SAISISSEZ L'OCCASION : EN RECLAME

100 BANANES Bien mûres 20 Fra
Exquises Fco
Bien sèches
Le Paradis des Fruits, à Marseille (C. ch. post. 270-83).

DATTES de Biskra supér., 3, 5 et 10 kgs, 23, 34,50 et 63 fr. fco domic. Tous fruits secs. Ech. 2 fr. Schwillden, 3, rue Turbine (Cpte chèques post. 345-32), Marseille.

DIVERS ■ ■ ■ ■ ■

NATURISTES ! 1.500 des vôtres sont clients des STOCKS AMERICAINS S. A., 54, rue Cambronne, Paris-15°. Dem. cat. et sup. prime contre 5 fr. timb.

M^{me} TALENCE, voyante. Chiromancie, tarots prat. scient. et loy. Tous les jours de 2 à 7 h., 17, place Dauphine et par corresp. - M^o Pont-Neuf. Odéon 83-44.

ON ACHETERAIT ou échangerait contre volume au choix des docteurs Durville le tome I de l'ouvrage intitulé Monseigneur le vin, et consacré à l'histoire de la vigne, édité p. les Ets Nicolas. Faire off. à Naturisme

PALAI DES ARTS, 325, rue Saint-Martin, Paris (du 17 au 23 nov.). — Rez-de-chaussée : Nostalgie viennoise ; Kaspas, fils de la Brousse. — 1^{er} étage : Conduisez-moi, madame ; Vingt mille ans sous les verrous.

Tel cœur, tel nageur...



Si vous désirez le goûter, un échantillon gratuit vous sera adressé contre envoi de cette annonce accompagnée de 1 fr. en timbres-poste pour frais d'expédition.

Overarm, trudgeon, crawl, brasse, water polo, exigent un effort cardiaque d'autant plus intense que la respiration est contenue. On ne devient un 'as' dans ces sports qu'en ménageant son cœur. Nageurs, ne buvez que du café SANKA sans caféine, le café des sportifs soucieux de leur forme.

CAFÉ SANKA
sans caféine
Boulogne - Paris

Bulletin d'abonnement à

NATURISME

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

Abonnez-moi pour un an, six mois, trois mois (1)

à partir du premier numéro du mois de

Nom :

Adresse :

— Je vous adresse le montant ci-joint ou par chèque postal.

— Je vous prie de faire encaisser chez moi le montant de l'abonnement (1).

	France	Etranger
ABONNEMENT { Trois mois ...	15 fr.	20 fr.
Six mois	28 fr.	36 fr.
Un an	50 fr.	65 fr.

(Pour les recouvrements à domicile, une somme de 3 francs sera perçue en plus pour les frais.)

LES ABONNEMENTS PARTENT OBLIGATOIREMENT DU PREMIER NUMÉRO D'UN MOIS, AU CHOIX

(1) Rayer les mentions inutiles.

Les docteurs Durville tiennent à informer leurs malades que le traitement en application à l'Institut Naturiste, très éloigné, on le sait, des méthodes de la Médecine chimique, est encore considéré par l'Administration des Assurances Sociales comme un traitement de luxe. Et, si déplorable que ce puisse être pour les Assurés sociaux, il arrive fréquemment que les honoraires payés à l'Institut Naturiste, ou bien ne sont remboursés que partiellement par les Caisses Sociales, ou bien ne le sont pas du tout.

Les docteurs Durville se font donc un devoir d'engager leur clientèle à ne pas trop compter sur une récupération de leurs débours.

madolin

ALIMENTS NATURISTES

SPÉCIALITÉS VITAMINÉES

Les VITAMINES de nutrition dites VITAMINES B sont absolument indispensables au maintien de la vie.

L'alimentation moderne présente une grave déficience en VITAMINES de nutrition.

Comblez cette carence par les aliments VITAMINÉS MADOLIN, source de force et de santé.

DOCUMENTATION SCIENTIFIQUE
ET CATALOGUES SUR DEMANDE

MAGASIN ET BUREAU
DE COMMANDES
POUR PARIS ET PROVINCE
172, RUE MARCADET, PARIS-18°
TÉL. : MARCADET 70-84 & 85

LES ALIMENTS MADOLIN
SONT EN VENTE
DANS TOUTES LES BONNES
MAISONS DE PRODUITS
DE RÉGIME
ET D'ALIMENTATION ET DANS
LES PRINCIPALES
PHARMACIES

A HELIOPOLIS

BELLE AFFAIRE A CÉDER

pour cause création autre commerce

1° CANTINE

comprenant :

- a) Chalet à usage d'habitation, complètement meublé ;
- b) Maison à usage de cantine, avec matériel et agencement ;
- c) Environ 400 mètres de terrains exposés au plein midi.

PRIX : 35.000 FRANCS

2° CAMPING

comprenant :

- a) En propriété, 25 tentes avec matériel, lits, paillasse, couvertures, etc. ;
- b) En gérance, 25 tentes appartenant à la Société Immobilière des Iles d'Or.

PRIX : 50.000 FRANCS

CANTINE ET CAMPING
ENSEMBLE : 80.000 FR.

(S'adresser au bureau du journal)

Jours d'hiver
délicieux
avec le nouveau
PHONOGRAPHE

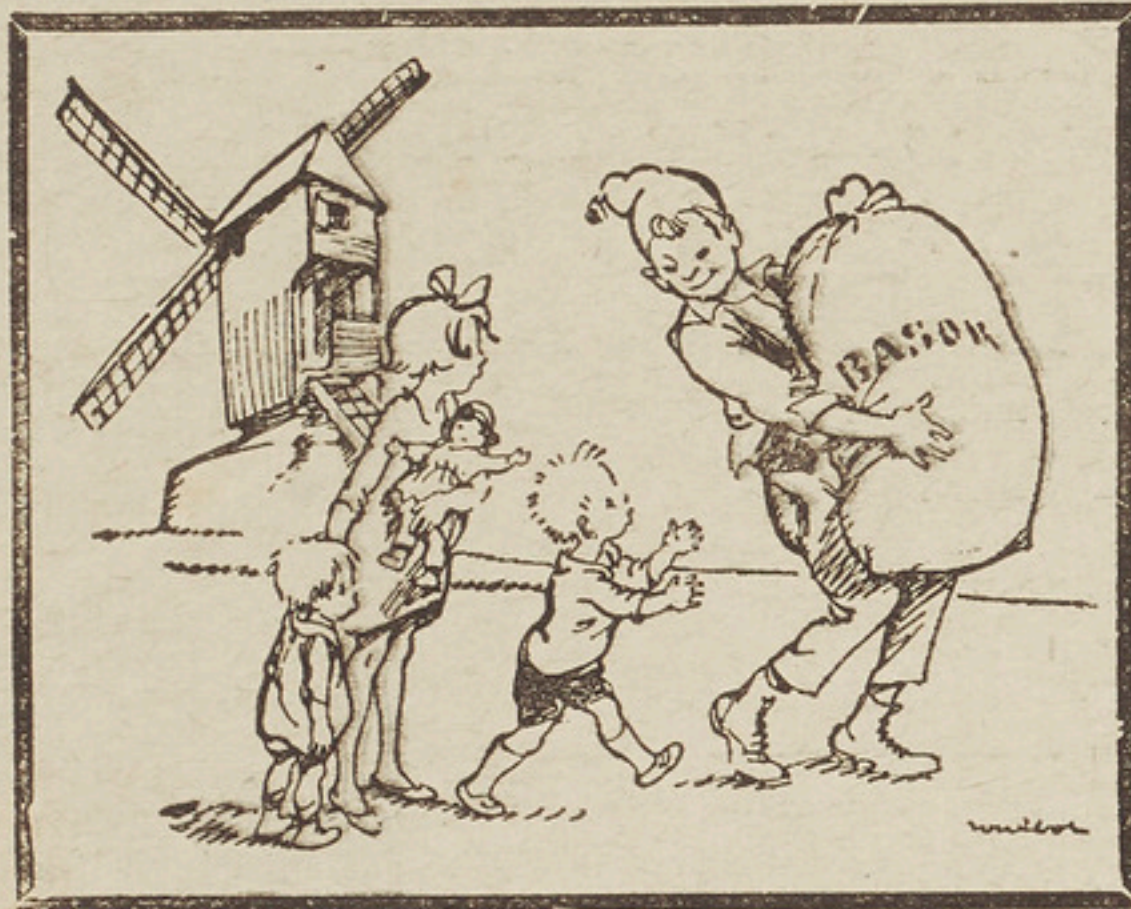
à aiguille. Coffret gainé simili-cuir. Bras et diaphragme nickelés, bras en S. Diaphragme super-sonore, garnitures nickelées, cuvette pour aiguilles.

Joue les disques de 30 %
Dimens. 36x31x14. Vendu **150 FR.**

A TITRE DE PRIME
pendant un mois seulement, nous joindrons au phono une superbe mallette porte-disques d'une valeur de 25 francs. Expédition de la mallette et du phono contre remboursement (France Continentale) de 150 francs net. Tous les frais à notre charge.

Ecrivez immédiatement à SOER, service 901, 24, rue du Boccador, PARIS (8°)
Tout envoi ne donnant pas satisfaction sera repris ou échangé

Catalogue N° 902. franco sur demande



Les aliments naturistes BASOR des docteurs G. et A. DURVILLE

« Plus près, toujours plus près de la nature. »

D^{rs} G. et A. DURVILLE

LES ÉTABLISSEMENTS BASOR, 35, RUE DES ANNELETS, PARIS (19^e). TÉLÉPHONE : BOTZARIS 64-79

Vous offrent des aliments sains, naturels, issus de matières premières sélectionnées

FARINES MALTÉES BASOR. Mélange pur et judicieux de BLÉ, AVOINE, SEIGLE, ORGE, RIZ. Véritable menu complet évitant, par sa composition de céréales mélangées, les inconvénients des céréales employées seules. Maintient l'appareil digestif dans son état normal d'équilibre. Particulièrement recommandé aux enfants.
La boîte de 400 grammes environ.... 7 fr.

SEMOULES MALTÉES BASOR. Même composition que la farine, s'emploie surtout pour la confection des potages et entremets.
La boîte de 400 grammes environ.... 7 fr.

PAIN COMPLET. Provient d'une farine de meule naturelle et complète de froment pur. Panifié comme autrefois, il est riche en vitamines, diastases, sels minéraux, etc.
Le pain de 325 grammes environ.... 1 fr. 80
2 fr. 15
CHEZ NOS DÉPOSITAIRES EN PROVINCE : Le pain..... 2 fr. 50
SERVICE SPÉCIAL PAR POSTE.....
Cond. spéc. pr abonnem. et env. groupés. (Nous consulter.)

BISCOTTES COMPLETES. La boîte de 500 grammes.... 7 fr.

PAIN D'ÉPICE pur miel et farine.
Le pavé de 475 grammes environ.... 5 fr. 85

PATES ALIMENTAIRES (farine complète et semoules) :
MACARONI, NOUILLES, VERMICELLE, COQUILLETES, PETITS-PANIERIS. Les 500 grammes..... 5 fr. 50

FLOCONS D'AVOINE, FLOCONS D'ORGE.
Les 500 grammes..... 3 fr. 85

CRÈME D'AVOINE, CRÈME D'ORGE, CRÈME DE RIZ.
Les 500 grammes..... 3 fr. 85

ORGE PERLÉ. Les 500 grammes..... 3 fr. 85

BLÉ (pour mettre germer).
Les 500 grammes..... 2 fr. 25

FARINE COMPLETE DE FROMENT.
Les 500 grammes..... 2 fr. 25

FARINE COMPLETE DE SEIGLE.
Les 500 grammes..... 1 fr. 75

MALT pour saupoudrer les aliments.
Les 500 grammes..... 5 fr. 50
Les 250 grammes..... 3 fr.

RIZ INTÉGRAL non décortiqué (PIÉMONT).
Les 500 grammes..... 2 fr. 25

SEL MARIN TOTAL pour la cuisine.
La boîte de 1 kilo..... 10 fr.

SEL MARIN TOTAL pour la table.
La boîte de 500 grammes..... 7 fr.

MIEL FIN DE CHAMPAGNE. Le pot de 500 grammes.. 9 fr.
Le pot de 1 kilo..... 17 fr.
Le seau de 3 kilos..... 42 fr.

AMANDES DOUCES EXTRA. Les 500 grammes..... 17 fr.
Les 250 grammes..... 9 fr.

CONFITS D'AMANDES : Amandes, noisettes et miel.
Le pot repas..... 2 fr. 25
Le grand pot..... 9 fr.

RAISINS SECS (Malaga égrainés). Les 500 grammes..... 7 fr.
Les 250 grammes..... 4 fr.

GALETTES FOURRÉES. Le paquet de 6..... 6 fr.

COUSCOUS NATUREL (Semoule de blé dur de qualité).
Les 500 grammes..... 4 fr. 90

CROUTES POUR POTAGES. Les 125 grammes..... 2 fr.

CHAPELURE MALTEE. Les 125 grammes..... 1 fr. 50

PRUNEAUX. Les 500 grammes..... 6 fr. 25

Voir dans « Naturisme », n° 281, la liste des maisons où les aliments BASOR sont en vente

« NATURISME » VOUS INTERESSE ?...
ABONNEZ-VOUS
Un an : 50 fr. Six mois : 28 fr.

KARLA SUSCHITZKY
STUDIO LAMBALLE
SOUS LE PATRONAGE DES D^{rs} G. et A. DURVILLE
25, AVENUE DE LAMBALLE, PARIS (16^e)
TÉLÉPHONE : JASMIN 36-90

**LA GRACE, LA BEAUTÉ
LA SOUPLESSE**

PAR

**LA GYMNASTIQUE
RYTHMIQUE**

COURS POUR ADULTES : DE 11 H. A MIDI,
DE 6 H. A 7 H., DE 7 H. A 8 H. ; COURS
SUPPLÉMENTAIRE : DE 8 H. A 9 H. ; COURS
POUR ENFANTS TOUS LES JEUDIS

A LA FABRIQUE

11, rue de la Cerisaie, Paris (Bastille)

Grand choix
de NOUVEAUTÉS
pour pardessus
VILLE ET SPORT
depuis

275 ET 375 FR.

Ouverture d'un rayon
spécial de blousons,
windjacks, campjacks,
pantalons de ski, culottes,
pull-overs.

Spécialité de pardessus
et pélerines en LODEN
véritable « Moderna »
(marque déposée).

Culottes et pantalons
naturistes sans ceinture
ni bretelles

Chez le naturiste DEPREZ,
« A la Fabrique »

11, rue de la Cerisaie, 11
Paris (Bastille).



Tél. : Archives 16-66

FAITES DE LA PUBLICITÉ DANS NATURISME

**TOUS LES PRODUITS
ALIMENTAIRES BASOR
DES DOCTEURS
G. & A. DURVILLE
SONT EN VENTE
A L' « ALIMENT PUR »**

118, avenue Mozart, Paris (16^e)
Téléphone : AUTEUIL 79-92

**Livraison franco domicile
dans le 16^e arrondissement
le lundi et jeudi après-midi
pour toute commande à partir de 20 francs**

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

FAITES LIRE « NATURISME »

ABONNEZ VOS AMIS

6 mois : 28 francs 1 an : 50 francs

Le Gérant : Auguste CHAUVETON.

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



LA CITÉ DE
WEEK-END

Physiopolis

L'ILE DE MÉDAN
à Villennes-sur-Seine (Seine-et-Oise)

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

Autour des vastes stades et parcs naturistes organisés par les docteurs G. et A. Durville dans l'île des Naturistes s'élèvent les tentes fixes de PHYSIOPOLIS, la Cité de Nature, véritables petites habitations, solides et confortables. Le citadin moderne y vient, quelques jours par semaine, quelques mois chaque année, 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 N'EST PAS UNE AFFAIRE IMMOBILIÈRE

Des terrains sont vendus dans le but de récupérer le prix des stades déjà créés et pour en acquérir de nouveaux à la communauté

La situation juridique de PHYSIOPOLIS, parfaitement précisée dans un *Cahier des Charges* dressé par M^e Marcel Picard, notaire à Paris, est, en résumé, la suivante :

PHYSIOPOLIS n'est pas, au regard de la loi, un lotissement, et il est interdit d'élever sur les lots vendus autre chose que des « abris de camping » : les tentes fixes, en fibro-ciment, qui entourent les stades de l'ILE DES NATURISTES, répondent à ce but.

Le naturiste qui acquiert un terrain à PHYSIOPOLIS devient, en même temps, co-proprétaire (au même titre que les autres acquéreurs), des stades, terrains de jeux, immeubles, chemins, etc., qui sont et resteront à perpétuité « biens communs ».

Tout acquéreur fait partie du Syndicat d'Administration de PHYSIOPOLIS, chargé de la gestion des parties communes.

Le Syndicat est autorisé par son *Cahier des Charges* à se décharger de la gérance des parties communes sur une société accréditée par lui. Jusqu'à ce jour, c'est à la SOCIÉTÉ NATURISTE (Association fondée en 1927 par les docteurs Durville et aujourd'hui agréée par le Gouvernement) qu'a été donnée la jouissance des stades et terrains de jeux, à charge par elle de consacrer le montant disponible de ses cotisations à l'entretien et à l'amélioration des biens communs, à la construction de W.-C., vestiaires, douches, etc. Tout propriétaire est donc rigoureusement tenu d'adhérer à la SOCIÉTÉ NATURISTE (Cotisation annuelle : 100 francs pour le chef de famille et 50 francs pour la femme et pour chacun des enfants), sous peine de déchéance de tous ses droits. En contre-partie, le propriétaire n'a à prévoir qu'une participation minime aux dépenses communes, celles-ci étant pratiquement inexistantes.

Tout achat de terrain donne lieu à la délivrance d'un acte de vente sous-seing privé provisoire qui doit, dans le délai d'un mois, être remplacé par un acte de vente authentique dressé par le notaire dépositaire du *Cahier des Charges*.

ACHETEZ
DE SUITE
VOTRE
TERRAIN

TERRAINS DE CAMPING
■ EN FAÇADE SUR ■
TERRAINS DE JEUX :
■ PRIX : 2.500 FR. ■

COMMANDEZ
SANS DÉLAI
VOTRE
TENTE FIXE

LIVRAISON EN 8 JOURS
■ ■ ■ PRIX : ■ ■ ■
SUIVANT MODÈLE
■ 3.200 A 3.700 FR. ■

On peut consulter le *Cahier des Charges* chez M^e Picard, notaire, 85, rue de Richelieu, Paris (2^e)
ou à l'Imprimerie de « Naturisme », 24, rue d'Alleray, Paris (15^e).

Pour visiter les terrains disponibles, s'adresser, les dimanches et jours fériés, à M. Marcel Girard (tente du bureau, face le grand stade). Pour consulter les plans et pour traiter, s'adresser, tous les jours non fériés, au docteur André Durville, 24, rue d'Alleray, Paris (15^e), de dix heures à midi.

PROFITEZ DE L'OUVERTURE PROCHAINE DU
STADE DES JEUX
POUR ACQUÉRIR UN TERRAIN SUR SA FAÇADE