

Naturisme. Le grand magazine de culture humaine

I. Naturisme. Le grand magazine de culture humaine. 1936-10-15.

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 est libre et gratuite dans le respect de la législation en vigueur et notamment du maintien de la mention de source.
- 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.

[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 MAGAZINE DE CULTURE HUMAINE

Dans ce numéro :

**POURQUOI
LES FRILEUX
DOIVENT FAIRE
DU NATURISME**

par le Dr Gaston DURVILLE

Dans ce numéro :

**ALAIN GERBAULT
OU L'IMPOSSIBILITÉ
DE REDEVENIR
SAUVAGE**

par Georges ROUVIÈRE

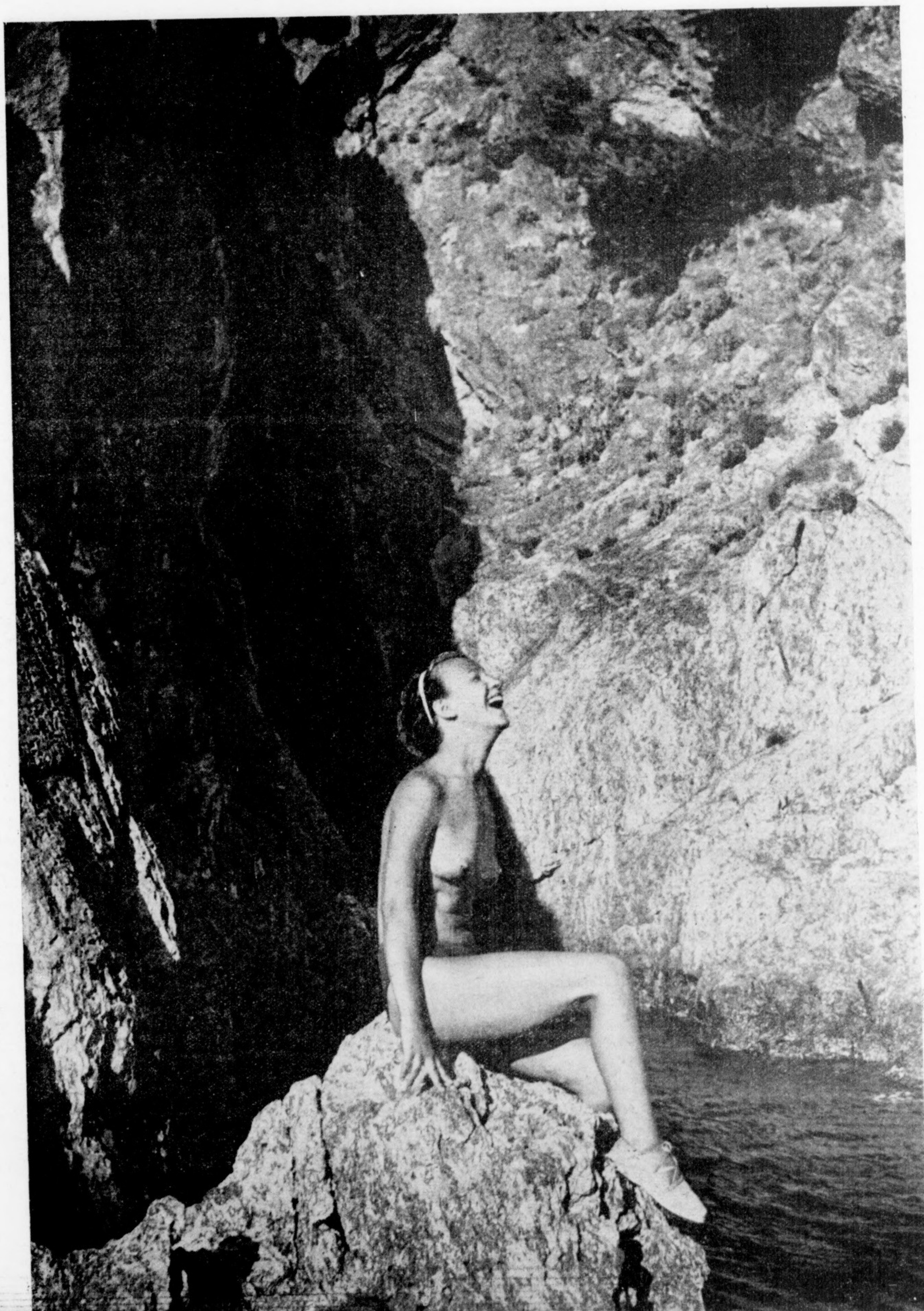
2 FRANCS

14^e ANNÉE

N° 383

15 OCTOBRE

1936



← AINSI QUE LE
MONTRE L'IMAGE DE
CETTE RIEUSE ADEP-
TE, LA TENUE FÉMI-
NINE, AU CENTRE
NATURISTE DE L'ÎLE
DU LEVANT, NE COM-
PORTE PAS OBLI-
GATOIREMENT LE
« CACHE-SEINS ». *
DOIT-IL EN ÊTRE DE
MÊME SUR LES STA-
DES DE L'ÎLE DES
NATURISTES DE VIL-
LENES ? TEL EST
LE SENS DE L'EN-
QUÊTE QUE NOUS
COMMENÇONS AU-
JOURD'HUI.

Photo L. Buard.

Au crible, les idées !...

POURQUOI LES FRILEUX DOIVENT FAIRE DU NATURISME

Nous avons reproduit, dans notre dernier numéro, la première partie d'une sélection de notre ouvrage *La Cure Naturiste*, publiée par la revue *Je Sais Tout*.

Voici le deuxième chapitre de cet extrait, tel que Maurice Gouineau, rédacteur en chef de *Je Sais Tout*, l'a présenté.

Ly a deux ennemis-types de la cellule vivante : la sécheresse et le froid. La sécheresse, déshydratant la cellule, rend impossibles les jeux protoplasmiques ; le froid fige les liquides cellulaires, prive l'être du calorique nécessaire à ses fonctions et paralyse la vie.

Une des préoccupations de la nature a été d'armer les animaux contre la déperdition de leur calorique : les plumes, poils, écailles ont ce but. Il ne semble pas que l'homme ait jamais été assez velu pour n'avoir besoin d'aucun vêtement ; la nature paraît avoir prévu pour nous le vêtement. Il existe fort peu d'humains qui, en toutes circonstances, en toutes saisons, restent totalement nus. Les noirs de l'Afrique Equatoriale ont, au moins de temps en temps, quelque chose sur le corps. Livingstone, qui a fouillé les profondeurs africaines, a déclaré n'avoir vu qu'une seule petite peuplade absolument nue. L'habitude de se vêtir semble donc satisfaire un besoin de nature, mais, comme nos autres besoins naturels, celui-ci a été faussé par la civilisation.

Au vêtement simple et chaud de l'antiquité a succédé le vêtement étriqué, trop lourd, imperméable à l'air. Au lieu de couvrir, comme il conviendrait, seulement le torse, on a couvert les membres inférieurs, puis les bras, puis les pieds et la tête, et maintenant, il est de bon ton de se cacher même les mains : on met des gants. Autrefois on allait généralement le cou largement dégagé. L'hiver, on cachait celui-ci sous un foulard ; quiconque l'aurait découvert en toute saison eût été dit efféminé. Les fourrures n'étaient connues que de quelques richissimes. On avait, certes, moins de maux de gorge qu'aujourd'hui, où le faux-col, les cache-nez, les fourrures bien chaudes sont sur toutes les encolures.

On a cru bien faire en dotant nos soldats, à la guerre, de sous-vêtements et de passe-montagnes ; ce n'est pas cela qui a diminué chez eux le nombre des pneumonies.

Les frileux, autrefois rares, sont devenus légion.

Regardez-les, tous ces faibles de votre entourage, comme ils craignent le froid ! Le moindre vent les empêche de sortir. Ils questionnent leurs rhumatismes, pour savoir si le temps va changer, si le vent va s'élever, s'il leur faut rajouter fichu,

foulard sur leur corps déjà bien matelassé de flanelles, de tricots. Au lit, ils empilent sur eux édredons sur couvertures. Sortir sans manteau est, à leurs yeux, une coupable imprudence. Il est, d'ailleurs, bien vrai que, s'ils oublient le leur, un jour, ou si le temps se refroidit pendant leur promenade, ils ne manquent pas de s'enrhumer. Car le rhume aime les frileux ; et, sur eux, il s'éternise en paix.

En réalité, c'est la mauvaise nutrition qui rend frileux.

Quand, en clientèle, on voit arriver un malade ficelé sous les tricots, lainages, flanelles, foulards, on peut être certain, à l'avance, de lui découvrir une tare nutritive.

Là susceptibilité au froid révèle le trouble nutritif. On pourrait dire qu'elle est le commencement de la tuberculose. C'est vrai, d'abord parce que celui qui se cache de l'air, ventilant moins son poumon et sa peau, devient envahissable par la néfaste moisissure, ensuite parce que celui qui est devenu frileux est déjà amoindri dans ses réactions de défense.

A se trop vêtir, on affaiblit ses résistances et on donne prise aux maladies. Inversement, quiconque, par sa vie antinaturelle, s'est rendu malade, devient de plus en plus frileux ; cercle vicieux où l'on s'enferme.

La vogue des manteaux de fourrures, si elle n'est pas un pur snobisme, traduit l'amoindrissement de la vitalité moderne. Fourrure, faiblesse et tuberculose sont des amis qui se fréquentent. L'anémie appelle le vêtement chaud ; le vêtement chaud est un bon gardien des faiblesses.

Le fléchissement des fonctions hépatiques rend frileux ; que ce fléchissement s'aggrave, que le rein se prenne à son tour, on devient frileux davantage ; si le foie et le rein se lèsent plus gravement, la sensibilité au froid grandit encore ; elle devient ce que Dieulafoy a appelé de la cryesthésie, et signifie, alors, durcissement, sclérose du rein ; la cryesthésie est un petit signe du brightisme ; elle va de pair avec d'autres symptômes comme les crampes, spécialement dans les mollets, la sensation d'un doigt mort (le petit doigt, généralement).

Elle indique que l'organisme s'use, vieillit ; l'urémie peut être à craindre pour un avenir plus ou moins lointain.

La mise au naturisme est le seul vrai remède à la petite et à la grande frilosité. Par l'action bienfaisante qu'il apporte au foie, ce fourneau du corps humain, par les énergies qu'il crée dans les muscles, le naturisme ramène à la normale les fonctions caloriques de l'organisme ; par l'en-

durcissement, d'autre part, qu'il donne à la peau, il rend le corps réfractaire aux injures du froid.

Endurcir méthodiquement la peau doit être une des préoccupations du naturiste ; le vêtement bien compris est un des bons moyens pour arriver à ce but.

En ces dernières années, l'idée naturiste a considérablement progressé, pour ce qui est du vêtement de la femme. Les polémiques que nous soutenions au début de notre mouvement contre le port du corset, aidées par la mode du sport, ont porté leurs fruits. Le corset est mort et bien mort. Nous ne parlerons donc plus ici des déformations qu'il occasionnait ; elles sont du domaine de l'histoire ; nous rappellerons seulement ce qu'alors nous disions de lui relativement au prétendu soutènement qu'il exerçait sur le torse, parce que l'argument est aujourd'hui valable pour certaines gaines élastiques, dans lesquelles de grosses dames tassent leurs masses graisseuses.

Le corset, disent ses partisans, est nécessaire parce qu'il soutient.

Soutenir ! La nature a-t-elle fait le thorax pour qu'on le mette dans une boîte ? Ne vaudrait-il pas mieux combattre efficacement les masses graisseuses que de les endiguer ? Le traitement naturiste se charge de débarrasser l'organisme des inutilités qui l'encombre ; le régime alimentaire, l'air, l'eau, le soleil, le mouvement rendront à l'organisme sa forme et sa vigueur naturelles : les tuteurs deviendront inutiles. D'ailleurs, si le corset contient, il amollit et, point capital, il tue le muscle.

Il faut savoir que tout muscle, doublé d'un tuteur, s'atrophie et disparaît. Quand un médecin retire du plâtre une jambe qui a été fracturée, dans quel lamentable état d'atrophie il la retrouve ! Eh bien, le corset agit sur le torse à la façon d'un plâtre sur un membre. Et qu'il soit « hygiénique » ou « orthopédique », si l'on compte sur lui pour réparer les déviations de la colonne vertébrale, les ptoses de l'estomac, du rein, de l'intestin, de l'utérus, on s'illusionne ; pour guérir les scolioses, rien ne vaut la gymnastique spéciale ; contre les ptoses organiques, rien ne vaut le massage et la culture abdominale.

Nous ajoutons : « Femme, supprime le corset ; par lui, tu perds ta grâce, ta souplesse, ta santé ; remplace-le par une petite ceinture abdominale qui n'atteigne pas le nombril. A elle, tu attacheras tes jarretelles et feras tenir tes bas. »

LIRE EN PAGES 8 ET 9 LA SUITE DU « CRIBLE » DU

D' Gaston DURVILLE.

Hygiène du larynx

Le larynx est situé au carrefour des voies aérodigestives; c'est l'organe de la phonation, c'est le passage du courant d'air inspiratoire et expiratoire. Il est aisé de comprendre, ainsi, que son hygiène dépend avant tout de l'usage normal de la voix, sans malmenage ni surmenage, et encore d'une bonne respiration nasale.

En effet, nous avons ici même souvent insisté sur cette notion fondamentale que l'air, en passant par nos fosses nasales, s'échauffe, s'humidifie et se purifie.

S'il y a obstruction nasale, la gorge se dessèche, l'air froid et sec provoque des pharyngites et des laryngites; il y a toujours intérêt, pour l'organe vocal, à supprimer l'obstruction nasale quand elle existe; c'est la première condition d'une prophylaxie efficace.

La mauvaise perméabilité nasale favorise aussi les infections rhino-pharyngées qui, se propageant par voie descendante jusque sur la muqueuse du larynx, y localisent des lésions dont la guérison serait vainement recherchée par des soins purement locaux; la fréquence de ces infections dans l'enfance explique les enrrouements pour lesquels les parents viennent souvent nous consulter.

Luttons contre ces infections dès leur apparition pour éviter leur localisation laryngée, leur répétition pouvant entraîner d'autre part la raucité habituelle de la voix.

De même les infections ascendantes provenant des bronches et des poumons sont capables de déterminer des laryngites; j'insisterai seulement sur la fréquence et la gravité de la laryngite tuberculeuse. Elle s'observe à n'importe quel moment de la tuberculose pulmonaire, quelquefois tout à fait au début; la contagion de la muqueuse se fait presque toujours directement par le passage des crachats au niveau du larynx.

Le tuberculeux devra soigneusement éviter toutes les causes d'irritation laryngée susceptibles de favoriser l'ensemencement du bacille de Koch: poussières, tabac, alcool, mets épicés. Le silence, en mettant le larynx au repos, est une condition essentielle pour éviter la contagion bacillaire; c'est aussi un facteur de guérison dans le traitement des lésions constituées.

Il ne faut, répétons-le, ni malmenager, ni surmener son larynx.

Certains enfants ont l'habitude de crier dans leurs jeux, voire même de

hurler; ceux-là exagèrent, et, ainsi, quelques-uns contractent des nodules vocaux entraînant des dysphonies parfois très tenaces.

A propos des enrrouements de la puberté, tout le monde sait qu'on observe normalement, surtout chez les garçons, des troubles connus sous le nom de mue de la voix, qui sont dus à un accroissement brusque du larynx, à un allongement des cordes vocales; la voix devient plus grave. Il s'agit simplement d'une mise au point; ménageons encore le larynx dans cette période de transition. Exceptionnellement la voix peut rester infantile, eunuchoïde; c'est affaire de rééducation orthophonique.

Les professionnels de la voix parlée apprendront à se servir sans fatigue de leur organe vocal, car l'exercice de leur profession est en cause; ils sauront adapter l'intensité et la hauteur de leur voix aux qualités acoustiques de la salle — art dont la pratique est malheureusement trop négligée.

Les chanteurs ont une tendance habituelle à forcer leurs moyens; il en résulte souvent des désastres. Le laryngologiste pourrait avantageusement donner son avis sur l'état anatomique et fonctionnel de leurs voies respiratoires supérieures.

Sans que l'examen du larynx lui fasse préciser le classement de la voix, le médecin tirera d'utiles conclusions sur la perméabilité nasale, l'état du larynx, la ventilation pulmonaire; il conseillera de garder le silence dès les premières manifestations d'un rhume, d'éviter tous les excès et surtout de ne point se droguer.

Professionnel de la voix ou non, chacun devra toujours soigner sans délai les enrrouements qu'il pourra accidentellement contracter; c'est la meilleure façon d'éviter leur passage à la chronicité.

Les laryngites aiguës se traitent par le repos vocal. Les inhalations réalisent un véritable pansement humide de la muqueuse laryngo-trachéale; des compresses humides chaudes sur le devant du cou, des bains de pieds chauds feront une excellente révulsion; le laryngologiste complétera, si nécessaire, ce traitement par des instillations directement pratiquées sur la muqueuse laryngée.

Mais rappelons que la laryngite diphthérique, le croup, ne connaît qu'un seul traitement héroïque: la sérothérapie, et, à titre prophylactique, la vaccination antidiphthérique.

Il est une règle de sage prudence: tout enrrouement qui dure plus de trois

semaines doit faire l'objet d'un examen laryngoscopique; c'est prendre une assurance contre l'installation de lésions graves. Qu'il s'agisse de syphilis, de tuberculose ou de cancer, le diagnostic précoce est seul capable d'éviter d'irréversibles complications. Plus spécialement au sujet du cancer, malades et médecins se souviendront que tout homme ayant dépassé la quarantaine, atteint de dysphonie rebelle, est suspect de cancer du larynx et, comme tel, doit être soumis à l'examen.

Enfin, beaucoup de sujets, particulièrement les arthritiques, présentent une susceptibilité particulière de leur muqueuse, fragilité faite surtout d'hyperesthésie et d'instabilité circulatoire: ils éviteront les climats froids et humides qui les prédisposent aux enrrouements, mais ils s'appliqueront surtout à modifier leur terrain.

Ce neuro-arthritisme respiratoire traduit l'élimination de produits toxiques résultant du mauvais fonctionnement du tube digestif, du foie particulièrement déficient. «L'harmonie digestive commande la santé», ont écrit les docteurs Durville.

Il n'est pas rare de constater en même temps, chez les malades en question, un certain degré d'insuffisance rénale.

Les frileux, les prédisposés aux infections respiratoires s'aguerriront par la pratique du naturisme: sagesse alimentaire et exercices sportifs s'imposent à ces intoxiqués pour combattre utilement leur susceptibilité laryngée.

D^r JUIN,

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

LES D^{rs} GASTON ET ANDRÉ DURVILLE
offrent aux lecteurs
de «Naturisme» leur

CLINIQUE GRATUITE

1^o Tous les mercredis, à 20 h. 30, à l'Institut Naturiste, 15 bis, rue Cimarosa, Paris-16^e, strictement sur rendez-vous (téléphone: Passy 77-95):

a) MÉDECINE GÉNÉRALE, par les D^{rs} G. et A. Durville;

b) NEZ, CORCE, OREILLES, par le D^r Juin.

2^o Tous les samedis, de 14 heures à 16 heures, 68, avenue Bosquet, Paris-7^e, strictement sur rendez-vous (téléphone: Invalides 27-47):

STOMATOLOGIE ET PROTHÈSE DENTAIRE, par M. A. Moreau-Bonnetain.

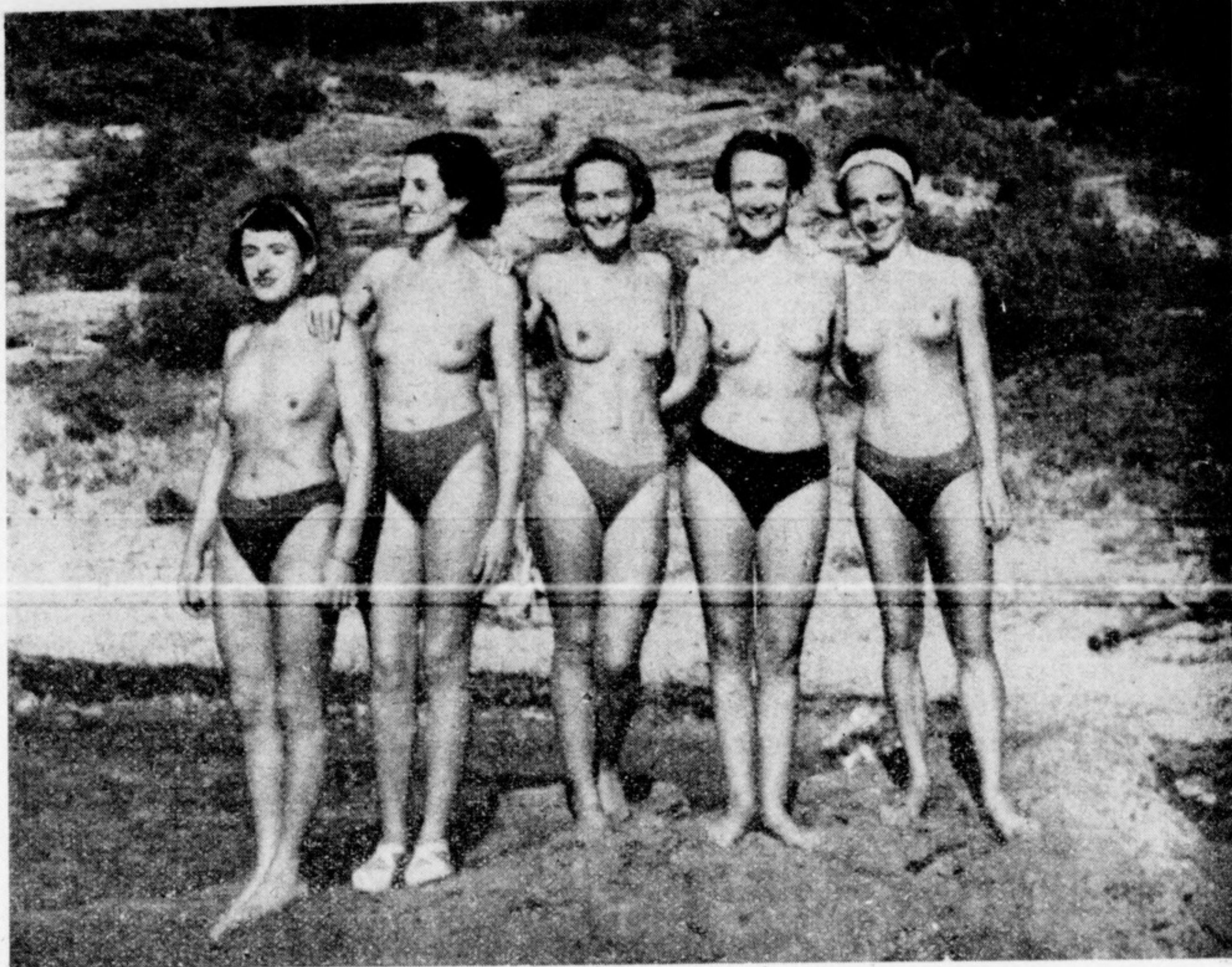
Le port du cache-seins à l'Île des Naturistes de Villennes doit-il rester obligatoire ou devenir facultatif ?

LORS de la création des stades de Physiopolis, à l'Île des Naturistes de Villennes, en 1929, on envisagea de réserver un emplacement à la pratique du nu intégral.

Pour connaître l'avis des adeptes sur la question, les docteurs Gaston et André Durville ouvrirent, dans la revue *La Vie Sage* (qui précéda *Naturisme*), un grand referendum.

La très grosse majorité des lecteurs se prononça nettement contre la création d'un stade de nu intégral.

La tenue féminine minimum telle qu'elle est autorisée jusqu'à ce jour à l'Île des Naturistes de Villennes.



Un groupe de charmantes adeptes au Centre naturiste de l'Île du Levant, où le port du cache-seins n'est pas obligatoire.

La tenue minimum fut donc fixée de la façon suivante :

Sur les stades, et en général dans tous les endroits inaccessibles à la vue, de la rive : Pour l'homme, slip couvrant complètement les parties sexuelles et les fesses (les slips ne couvrant pas les fesses sont interdits) ; pour la femme, même slip que pour l'homme, avec, en plus, cache-seins efficace obligatoire. Les slips et cache-seins blancs ou de teinte claire sont interdits. Tous les autres costumes sportifs sont autorisés.

En bordure de Seine, aux embarcadères, à la baignade, et en général dans tous les endroits accessibles à la vue, de la rive : Pour l'homme, culotte courte arrivant à la naissance des cuisses (les slips sont interdits) ; pour la femme, maillot de bain complet (le slip avec cache-seins est interdit).

Or, l'un des aspects de ce problème revient actuellement à l'ordre du jour. Plusieurs lectrices de *Naturisme*, ferventes habituées de Physiopolis, demandent, en effet, que l'autorisation de supprimer le cache-seins, sur les stades, soit accordée aux femmes. En d'autres termes, elles réclament la possibilité d'adopter la même tenue que les hommes : le simple slip.

« Cette tenue, observent-elles, est autorisée au centre naturiste de l'Île du Levant. Pourquoi ne le serait-elle pas également à Villennes ? »

Et de donner les raisons qui militent en faveur de leur revendication.

Voici, en particulier, les principaux passages d'une lettre que nous avons reçue :

Lorsque vous avez créé Physiopolis, il était impossible, ailleurs, de prendre un bain d'air et de soleil à peu près efficace ; toutes les plages exigeaient le maillot long et faiblement décolleté, souvent même le peignoir dès la sortie de l'eau. Votre organisation représentait un grand progrès.

Mais, depuis, les idées ont beaucoup évolué.

Nous venons à Villennes pour pouvoir profiter des effets bienfaisants du soleil, vêtues seulement d'un slip et d'un soutien-gorge. Or, maintenant, le maillot deux pièces est admis partout (même dans les piscines parisiennes)...

...Le mieux serait de créer un petit stade clos réservé au nu intégral, où ne seraient admis que les sociétaires anciens, connus et ayant prouvé leur sincérité et leur parfaite moralité.

Mais si cette solution radicale se heurte à des difficultés insurmontables, il me semble que vous pourriez tout au moins réserver un coin aux dames qui vou-

draient faire du sport ou prendre leur bain de soleil les seins nus.

Je sais : il y a des femmes qui, pour différentes raisons, tiennent au soutien-gorge. Il n'est pas question de le leur défendre, mais simplement de rendre facultatif ce qui est actuellement obligatoire.

Reste la question police. Mon mari m'a accompagnée, l'hiver dernier, dans divers théâtres tout à fait publics et très fréquentés par toutes les classes (enfants compris). Partout, j'ai vu sur scène des femmes aux seins nus. Ça ne choquait personne. D'ailleurs, le procès fait à Joan Warner a montré que, pour respecter les lois sur la pudeur, il faut et il suffit de cacher le sexe ; personne n'a reproché à cette danseuse d'avoir les seins nus.

Je serais curieuse d'avoir votre opinion par le canal de *Naturisme*.

Veuillez agréer... — J.

Notre opinion ? Nous la donnerons, certes, mais plus tard. Pour l'instant, tenant à conserver toute l'impartialité désirable en ce débat — car c'est un véritable débat que la question va certainement soulever — nous livrons le problème, tel quel, à nos lectrices et à nos lecteurs.

Le port du cache-seins doit-il continuer à être obligatoire, pour la femme, sur les stades de Physiopolis, ou doit-il devenir facultatif ?

Soulignons encore, pour éviter toute méprise, qu'il ne s'agit en aucun cas d'interdire le cache-seins, c'est-à-dire d'obliger les femmes à évoluer les seins nus.

« Pour ou contre le cache-seins facultatif à Villennes », tel est l'objet du referendum que nous ouvrons aujourd'hui.

Nous publierons les réponses les plus significatives.

Pierre AUDEBERT.



ALAIN GERBAULT

OU L'IMPOSSIBILITÉ DE REDEVENIR SAUVAGE

Il n'est pas commode de parler d'Alain Gerbault (1) et de contenter tout le monde, spécialement le monde des naturalistes et libre-culturistes.

Pour certains, A. Gerbault n'est qu'un snob, d'une trempe particulière, purement soucieux de faire du bruit autour de son nom pour vendre des livres ; voire, plus simplement, pour sympathique qu'il soit, un misanthrope, un original, un « piqué ».

D'autres veulent voir en lui un « joueur », recherchant pour le plaisir les difficultés techniques du yachting, pratiquant comme un sport exclusivement cérébral la joie de combiner, de calculer, de prévoir : comme pions, la voile, le vent, la barre, les courants ; comme échiquier, l'océan.

Pour d'autres encore, Gerbault, romantique et blasé, n'est qu'un chasseur d'images et d'émotions rares.

Cependant, pour le plus grand nombre, le marin solitaire du « Fire-Crest » devient peu à peu une figure de légende, athlète, héros, véritable Robinson authentique du XX^e siècle : comme lui magnifique déserteur de la civilisation, ce matelot renfrogné trace la route par où l'on s'évade vers un monde sans machines, sans marchandises, « sans argent », répète-t-il ; vers ce paradis polynésien dont l'image hante tous les faiseurs d'utopies, depuis Cook et Bougainville.

Voilà la légende, les légendes plutôt, d'Alain Gerbault. Elles ont pour traits communs, d'abord de vouloir « juger » l'homme, de vouloir lui distribuer éloge ou blâme ; ensuite de vouloir le simplifier, le réduire à un seul aspect typique : snob, misanthrope ou robinson.

La vérité n'est pas si simple, et je crois qu'elle est plus humaine, donc plus belle. Plutôt que de vouloir enfermer Gerbault sous un masque unique, combien il est plus juste de lui restituer toute sa complexité d'homme, son vrai visage humain ; et plutôt que de vouloir le juger, combien il est plus profitable de tenter de comprendre et d'expliquer les problèmes posés par l'expérience sincère et, je crois, douloureuse, de ce contemporain en rupture de civilisation !

1. *Seul à travers l'Atlantique* (Ed. Bernard Grasset, 1924). — II. *Journal de Bord*, T. 1, *A la poursuite du Soleil* (Grasset, 1929). — III. *Journal de Bord*, T. 2, *Sur la route du retour* (Grasset, 1929). — IV. *L'Evangile du Soleil* (Ed. Fasquelle). — V. *Paris-Soir-Dimanche*, 5 septembre 1936, p. 3.

Jamais on ne comprendra A. Gerbault, si l'on ne s'attache d'abord à bien connaître le milieu dont il est le produit.

Ses écrits, malheureusement, fournissent peu de renseignements à cet égard : Gerbault se livre peu.

Toutefois, des allusions à son ancienne vie de champion de tennis (I, p. 138), au

daine, à ce milieu le moins naturel, le plus dépourvu de vie, de santé, le plus ennuyeux et le plus vide aussi. C'est ce milieu qu'il déteste, et qu'il appelle Civilisation parce qu'il n'a d'abord connu que cela. La guerre l'en libère :

La guerre me fit sortir de la civilisation, écrit-il. Je n'aspirai plus à y rentrer. (I, p. 18.)

Alors, seul sur son cotre — véritable île déserte flottante — à travers les océans, il note bribe par bribe sa découverte enivrée de la vie saine. Notes brèves de journal de bord, dont certaines sonnent magnifiquement, dépouillées de toute littérature :

J'ai mangé trop de poisson les jours derniers. Je souffre. Mes lèvres sont enflées, et mes jambes me font mal. (I, p. 105.)

J'étais arrivé à simplifier de plus en plus ma nourriture ; à part quelques poissons volants que je ramassais sur le pont, et quelques daurades que je harponnais, je vivais uniquement de riz, de porridge, de biscuits et de pommes de terre.

De nombreuses expériences m'avaient convaincu que le régime végétarien était celui qui me convenait le mieux et me donnait la plus grande résistance physique. J'étais tout le temps en parfaite santé et en excellente forme. (II, p. 103.)

Je ne voulus d'ailleurs que des fruits, note-t-il un jour où on lui offre des cadeaux, restant fidèle en mer à mon régime végétarien. (III, p. 209.)

Sa nouvelle vie, dont il jouit comme d'une résurrection, avec ivresse, il la note par endroits d'une phrase toujours trop sèche au gré du lecteur qu'elle fait rêver :

C'est alors qu'il me fut très utile d'être toujours pieds nus, note-t-il dans la tempête. (I, p. 110.)

Je passai un dimanche fort agréable, travaillant sans vêtement sur le pont, me baignant dans le beau soleil de juin. (I, p. 69.)

Il faisait chaud et je ne portais aucun vêtement qui m'aurait été de peu d'utilité... Sans vêtement, je séchais plus vite. (I, p. 129.)

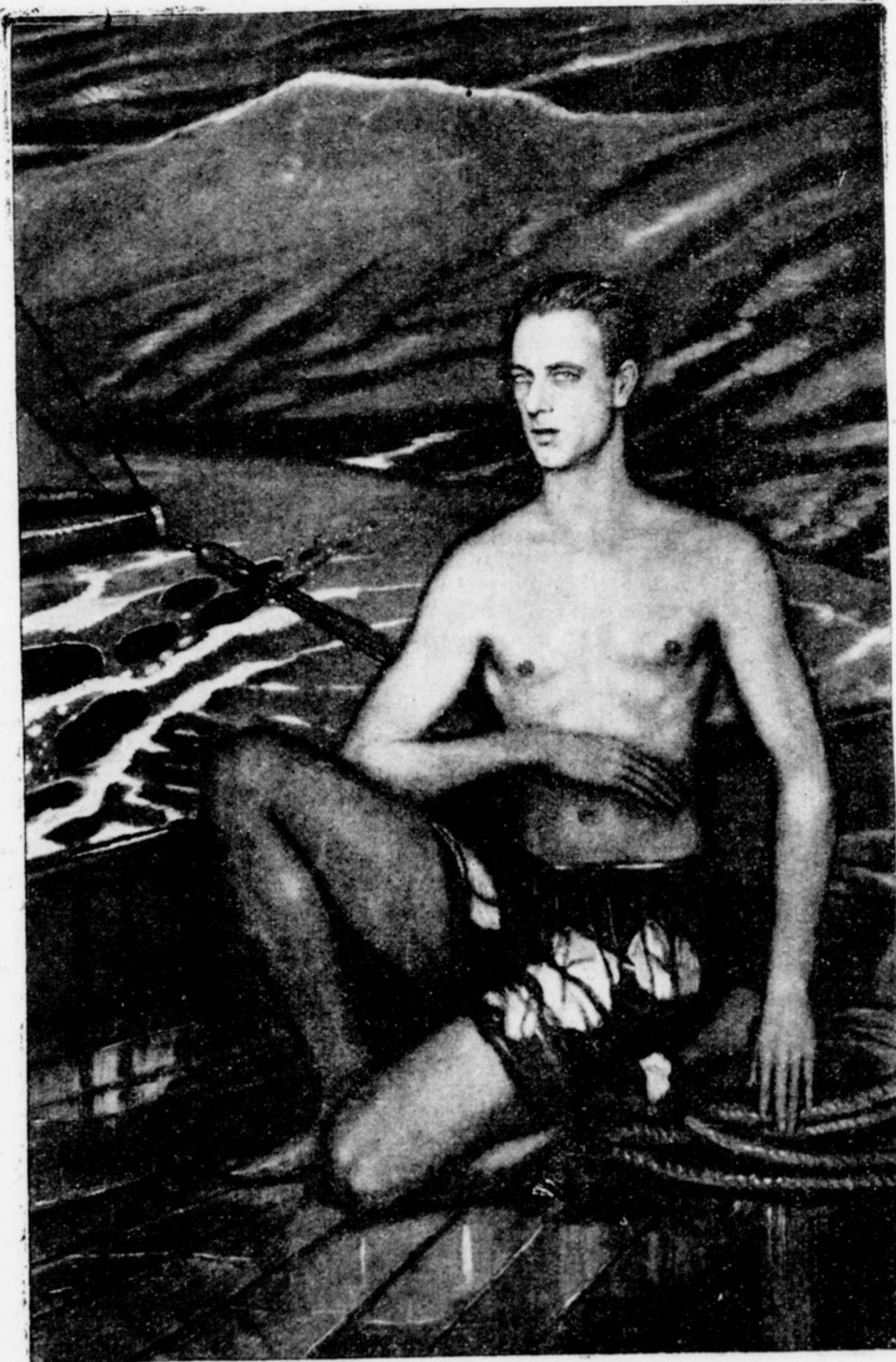
Pourquoi porter des chapeaux et des vêtements quand la pigmentation de la peau est la meilleure défense contre le soleil des tropiques dont les bienfaisants rayons vous infusent la santé ? Pour moi, ajoute-t-il (et c'est dans une île habitée et colonisée qu'il écrit), j'avais décidé de vivre sans souci de l'opinion, et je ne portais en général qu'un simple pagne. (II, p. 140.)

Ma peau reprenait peu à peu sa couleur naturelle, c'est-à-dire celle qu'elle aurait eue si j'avais toujours vécu au grand air et au soleil sans vêtements. (II, p. 155.)

Ajoutons, pour finir, cette note écrite à Panama, qui révèle un naturalisme profondément intégré à la vie quotidienne :

Je rentrais à bord presque toujours en courant pour me maintenir en bonne condition physique. (II, p. 63.)

Gerbault semble goûter surtout, dans sa nouvelle existence, tout ce qui contraste



Alain Gerbault, d'après un tableau de Beltran Massés exposé au Luxembourg. (Photo Vizzavona.)

temps où il « montait à Eaton Hall Chester les poneys de polo de Sa Grâce le duc de Westminster » (IV, p. 37), à ses relations, à ses ressources matérielles, permettent d'entrevoir que Gerbault mena probablement, jusqu'à sa « conversion », une vie de désœuvré assez mondain.

Ailleurs, il parle de sa trop grande sensibilité et des déceptions de son enfance éprise d'idéal (I, p. 119).

C'est le fond de Gerbault : impossibilité de s'adapter à la vie de cette caste mon-

avec son ancien milieu artificiel de mondain :

Mais parce que depuis des siècles les hommes continuent à vivre esclaves de la civilisation, note-t-il, je ne serai pas obligé de mener la même vie servile et conventionnelle. Maître de mon navire, je voguerai autour du monde, ivre de grand air, d'espace et de lumière, menant la vie simple du matelot, etc... (I, p. 122.)

Sur ce point, l'expérience de Gerbault prend une signification qui intéresse tous les naturistes.

Pas plus qu'on ne peut sauter à pieds joints de l'alimentation hypercarnivore à une nourriture intégralement frugivore et végétarienne, comme le répète avec insistance notre revue, on ne peut du jour au lendemain, par la fuite ou la solitude, anéantir en soi tout l'acquis intellectuel que le milieu transmet à chaque individu par l'éducation et les rapports sociaux en général ; on ne peut, c'est-à-dire, se refaire une âme « sauvage ».

Gerbault a beau fuir au plein cœur de la Polynésie, vivre en pagne, vivre nu ; il peut fuir le monde, mais ne peut se fuir.

Sur le cotre de huit mètres, en plein Pacifique, ce n'est pas un sauvage qui tient la barre, c'est encore en partie l'Alain Gerbault d'avant, dans le cerveau duquel habite toute la « civilisation » qu'il croit fuir et qu'il emporte avec lui. D'où ces dissonances qui font crier au mondain un peu snob.

Car c'est le même « sauvage » végétarien, dont l'expérience nous enchantait, qui recopie — dans un style de chronique de journal de modes, hélas ! — les menus de « l'exquise cuisine tahitienne », « les filets de tortue savamment préparés au safran », « les crevettes d'eau douce enveloppées de feuilles d'hibiscus et rôties sur des pierres rougies au feu, un mets digne des dieux » (II, p. 194 ; III, p. 125 ; II, p. 155).

C'est le même sauvage qui, confondant toujours mondanité et civilisation, nous donne de cette dernière la définition que voici :

Je suis aussi capable que n'importe qui d'apprécier un bon diner, des convives d'une agréable et intelligente conversation, pendant que dans la salle voisine un orchestre, etc... (III, p. 149.)

Comme on sent bien ici la mentalité du désœuvré mondain pour qui manger est surtout une distraction et une jouissance raffinée d'esthète.

Et c'est ce même sauvage, si charmant dans son île déserte de bois et de toile, qui note avec aigreur « qu'à Tahiti on avait cru préférable en haut lieu d'ignorer sa présence dans le port » (III, p. 135) ; le même qui détaille avec trop de complaisance les égards officiels dont il est l'objet à la Réunion, où « il avait la nouveauté, le soir, de rentrer à Port-des-Galets par un train spécialement chauffé pour lui » (III, p. 139) ; le même qui, pestant contre le tapage publicitaire, obéit docilement, lors de son arrivée à New-York, à tous les reporters qui le font grimper au haut du mât du « Fire-Crest » pour prendre une photo (I, p. 184).

On se méprendrait en croyant ces citations alignées dans une intention de dénigrement. Elles ne diminuent pas la valeur de Gerbault. Au contraire. Au lieu d'apparaître comme un mythe abstrait, une image d'Épinal naturiste, Gerbault incarne le conflit douloureux entre la mentalité héritée du milieu social particulier, et une nouvelle conscience naturiste ; il résume une expérience concrète, d'homme luttant et souffrant, qui est celle de nombreux naturistes.

L'expérience d'A. Gerbault est encore d'un grand prix, car elle établit clairement que l'humanité ne peut pas revenir en arrière — ni sur le terrain spirituel, ni sur le terrain matériel.

Revenir en arrière, c'est pourtant, plus ou moins consciemment, à quoi Gerbault tend de toute sa pensée. Revenir en arrière sur le terrain psychologique, « en adoptant les traditions millénaires des indigènes » (III, p. 77). Il n'a pas pu, nous venons de le voir. Revenir en arrière aussi sur le terrain social. Gerbault, certes, a protesté souvent qu'il ne faisait pas le procès de la civilisation :

Peut-être me prendra-t-on à tort comme un ennemi de la civilisation. (III, p. 149.)

écrit-il en conclusion de son troisième volume ; il le répète au début de son quatrième :

Je ne voudrais pas qu'on y vit une attaque systématique contre la civilisation. (IV, p. 12.)

Il y revient encore dans l'interview à « Paris-Soir » :

Je ne me suis jamais proposé en modèle, dit-il.

Mais ces protestations ne peuvent rien changer au fait que malgré lui, par toute sa vie et même par toute sa pensée, Gerbault pose le problème des rapports entre naturisme et civilisation, et résout ce problème par la condamnation de ce qu'il appelle civilisation.

Il en dénonce surtout, sans arrêt, l'aspect colonial, il dénonce « les cases atroces, en bois blanc et en tôle ondulée, qui témoignent de la mauvaise influence hygiénique et artistique de la race blanche » (II, p. 159) ; il dénonce l'éléphantiasis, la tuberculose, la lymphangite (II, p. 158), la syphilis apportée par les blancs (II, p. 160).

Mais surtout, il ne cesse de maudire l'argent, dans lequel il voit non un symbole de la civilisation, mais la cause de tout mal.

Je hais l'argent. Je rêverais d'en abolir le cours dans ces îles qu'il n'a déjà que trop pourries. (V.)

Ce rêve, qui le poursuit (III, p. 124-125), exprime nettement sa hantise du retour en arrière, à des milliers d'années avant la division du travail, à l'économie fermée des tribus isolées, à l'économie de Robinson dans son île : ne rien devoir au travail des autres (II, p. 45).

Et pourtant — c'est là le drame instructif pour nous, naturistes — cette civilisation qu'il renie solennellement, A. Gerbault, comme tous les faux-Robinsons, y recourt continuellement.

Ce même « primitif » qui vient de jurer qu'il ferait tout lui-même, il accepte, à Panama, qu'« une équipe spéciale soit alertée pour la manœuvre de ses amarres » (II, p. 58) ; il accepte « les matelots américains que lui prête un navire de guerre pour gratter et repeindre sa coque » (II, p. 60).

Ce défenseur des Maoris opprimés écrit froidement :

Il me répugnait de demander un tel travail (qui pouvait demander plusieurs jours en utilisant une

soixantaine d'indigènes) à des indigènes déjà accablés de corvées de toutes sortes par le gouvernement, les chefs et la mission. (III, p. 57.)

...Le lendemain, soixante indigènes avaient été mis à ma disposition par le roi, sur la demande du résident. (III, p. 56.)

Mieux, ce contempteur de la civilisation, qui a fait 20.000 kilomètres pour en être débarrassé, fait demander par câble au ministère qu'on mette à sa disposition l'avis « Cassiopée » pour réparer le « Fire-Crest » (III, p. 53-58).

Le sauvage Gerbault appelant la civilisation au secours : voilà à quoi aboutit l'expérience d'A. Gerbault.

Que conclure ? Avant tout, que l'expérience d'A. Gerbault est extrêmement instructive pour les naturistes. D'abord parce qu'elle contient des éléments toniques, que nous avons vus. Et surtout par ceci : A. Gerbault a osé ce que tant de naturistes se bornent à rêver. Il est passé aux actes : le mérite est très grand, car il fallait que l'expérience de Gerbault soit faite pour qu'on en puisse tirer profit, comme on tire profit de tous les échecs.

Car l'expérience Gerbault est un échec, nous l'avons vu, si on la considère comme une tentative de solution au conflit entre naturisme et civilisation. Gerbault l'a senti : de là ses protestations citées plus haut, son refus de vouloir être un modèle. Mais pour presque tous ses lecteurs, malgré lui, il est un modèle.

Et certes, ses lecteurs ont raison, il y a un conflit entre Gerbault et ce qu'il nomme, à tort, civilisation (premier malentendu, ici, entre lui et les lecteurs). A. Gerbault ne peut pas ne pas attaquer cette civilisation dont il est victime.

Mais sa protestation contre le monde est purement platonique, parfois enfantine : typique à cet égard son goût de scandaliser le « bourgeois », par exemple en assistant, au Havre à son retour, ou à Tahiti, à des réceptions, en espadrilles de matelot.

Et c'est ici le second malentendu entre Gerbault et ses lecteurs : ils le prennent pour ce qu'il n'est pas. Ils prennent le misanthrope pour un philosophe, l'inadapté pour un révolté, voire même un révolutionnaire. Ils s'obstinent à vouloir que Gerbault leur enseigne le chemin de la libération.

Or, et c'est là l'explication, Gerbault ne cherche pas à résoudre le conflit entre vie naturelle et civilisation. Gerbault ne se propose ni d'améliorer, ni de changer le monde, il veut l'oublier.

Gerbault est avant tout un blessé qui se terre, un vaincu qui fuit : ce qu'il y a en lui de systématiquement pensé est fort peu à côté de ce mouvement profond. Blessé et vaincu par un milieu social auquel il ne peut ni ne veut s'adapter, Gerbault fuit dans la Polynésie comme un autre se ferait trap-piste.

La solution de Gerbault est une solution pleine de contradictions, une solution de défense individuelle, une solution d'abandon et de désespoir, une solution par la fuite.

En ce sens, la voie de Gerbault est exactement contraire à celle du naturiste qui, loin d'abandonner la lutte, fait face avec optimisme à tout ce qu'il y a de mauvais dans notre civilisation.

Et pourtant il faut lire Gerbault. Non pour le suivre, certes, encore moins pour le condamner ou le renier ; mais avant tout pour bien le comprendre, et pour prendre conscience, à travers son expérience, de toute l'ampleur du problème des rapports entre le naturisme et la civilisation, que son cas pose avec une dramatique netteté.

Georges ROUVIÈRE.

NATURISME
LE GRAND MAGAZINE DE CULTURE HUMAINE

Le plus fort tirage des revues naturistes mondiales
PARAIT LE 1^{er} ET LE 15 DE CHAQUE MOIS
sur 16 pages.

Peut être mis entre toutes les mains

Directeur : Dr André DURVILLE Rédacteur en chef : Dr Gaston DURVILLE
Secrétaire général : Pierre AUDEBERT

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

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

« Naturisme » est en vente
chez tous les marchands de journaux

POUR VAINCRE LA PASSION DU TABAC

Le sixième jour de la cure

VOUS sentirez, ce matin-là, que vous arrivez au terme de votre tentative (1). L'auto-suggestion réveille, que vous pratiquerez avec soin, vous fortifiera dans cette conviction. Dès que vous serez levé, ouvrez toutes grandes les fenêtres et prenez, avec entraînement, votre série de respirations profondes.

Quel plaisir de gonfler sa poitrine d'air pur ! Vous avez pris cette bonne habitude, vous en connaissez les effets heureux. Pourquoi ne continuerez-vous pas à la pratiquer ?

L'esprit alerte, le sourire aux lèvres, vous partez d'un pas décidé au-devant de votre travail. Vous ne fuyez pas l'effort, vous le recherchez, car il vous donne l'occasion d'essayer vos forces.

Vos nerfs, libérés de l'excitation quotidienne que vous leur infligiez, sont souples et dociles.

Vous êtes en pleine possession de vos moyens. Chacun des efforts que vous avez faits porte son intérêt. Vous sentez en vous une sérénité remarquable, née d'un équilibre total de vous-même.

Les énergies que vous avez absorbées vous ont donné une assurance que vous n'aviez pas et que vous êtes heureux de manifester en toute occasion.

D'autre part, ces forces ont développé, très rapidement, l'influence que vous avez sur ceux qui vous entourent. Vous vous en rendez compte à toute heure de la journée. Vous êtes en forme pour réussir tout ce que vous allez entreprendre. Vous avez, maintenant, le désir de continuer cette marche-en avant et, sentant toutes les possibilités qu'il y a devant vous, vous aspirez très nettement à vous élever (2).

Si vous reportez votre esprit quelques jours en arrière, vous mesurerez la profondeur de l'ornière dont vous êtes sorti, par votre volonté et votre persévérance, et vous serez, avec juste raison, fier de vous.

Nous considérons, étant donné la rénovation mentale qui s'est opérée en vous, que vous pouvez vous dispenser, à partir de ce sixième jour, de l'exercice du renforcement et de l'examen du bouillon tabagique.

Vous pouvez ce soir-là, en inscrivant un nouveau 0 sur votre feuille, vous considérer comme définitivement débarrassé de la passion de fumer.

Vous pratiquerez, comme de coutume, une auto-suggestion sommeil avec l'attention que vous savez apporter à toute chose.

(A suivre.)

Georges ROUX.

(1) Voir *Naturisme* des 1^{er} avril, 1^{er} et 15 mai, 1^{er} et 15 juin, 1^{er} et 15 juillet, 1^{er} et 15 août, 1^{er} et 15 septembre, 1^{er} octobre.

(2) Pour réaliser cet idéal, nous vous conseillons vivement de lire les ouvrages de culture humaine des docteurs Gaston et André Durville, parmi lesquels : *La Cure Naturiste*, *La Cure Mentale*, *Pour devenir énergique*, *L'Art d'être heureux* sont des chefs-d'œuvre de clarté que chacun peut prendre pour guides afin de réaliser son évolution et connaître la joie de vivre.

UNE RAISON PEREMPTOIRE

(Dessin inédit de JACROB.)



— Cette fois-ci, monsieur ne trouvera plus de petit poulet dans son œuf coque !
— Qu'en savez-vous ?
— C'est un œuf de cane...

MAISON SANS FENÊTRES

L'usine de chocolat que la Hershey Company vient de faire édifier en Pennsylvanie, aux Etats-Unis, ne possède aucune fenêtre, car le chocolat craint le chaud, le froid, l'humidité, etc.

Ce souci de préserver la fabrication est réellement attendrissant.

Mais les habitants de l'usine — il en faut bien, n'est-ce pas ? — que deviennent-ils, dans tout cela ?

Ils sont... « chocolat ».

Ce qui ne signifie nullement qu'ils soient bronzés !

■ ■ ■

QUEL EST LE MEILLEUR FRUIT ?

Un referendum a été fait récemment, à ce sujet, parmi les enfants.

C'est la pêche qui a obtenu le plus de points, et de beaucoup.

Suivent les principaux fruits d'automne actuels : raisin, poiré.

L'orange se place après, devant les fraises et les cerises.

La prune, la banane, l'abricot, le melon terminent la liste.

Ne figurent pas au classement : la pomme, la figue, la groseille, la nêfle, la mandarine, la datte, l'ananas, le pamplemousse et tous les fruits secs, du marron à la noix et aux quatre-mendiants.

■ ■ ■

LES CHIENS,

VICTIMES DE LA CIVILISATION

Nous avons bien souvent protesté, en ces colonnes, contre la manie, qui sévit parmi les hommes, de « chambarder » tout ce que la nature a établi.

Une nouvelle expression de cette dangereuse manie a fait l'objet d'un débat au récent Congrès national de médecine vétérinaire, à Scarborough, en Angleterre.

— La mode, depuis une dizaine d'années, a dit en substance l'un des congressistes, le docteur H. R. Heweston, exige que l'on fabrique chaque jour de nouvelles races de chiens. Ces nouvelles races s'obtiennent par tous les moyens qui contrarient souvent les lois de la nature, pour ne rien dire de ceux qui consistent à réaliser, par exemple, l'alliance d'un père chien et de sa fille chienne.

« Le résultat de ces innovations se révèle souvent catastrophique. Les produits de ces races artificiellement établies ne sauraient être parfaitement sains. En fait, du point de vue pathologique, ces néo-chiens sont presque toujours déficients. Ils sont atteints d'affections mentales toujours graves et parfois mortelles : méningite, encéphalite et folie délirante. »

De-ci, de-là...

BRUITS ET POTINS

Les collègues français du docteur Heweston se sont émus, eux aussi, de la situation. Le docteur Briand a déclaré au *Journal* :

— Je comprends parfaitement le cri d'alarme poussé en Angleterre, car c'est en Angleterre, surtout, que l'on crée chaque jour, d'une manière irrationnelle, de nouvelles races de chiens qui souffrent alors d'une affection qu'on pourrait appeler *la maladie de la civilisation*.

« Cette maladie atteint, notamment, certains bergers allemands, fabriqués avec des loups, certains pékinois d'une source impure, les sea-hearns, les sky-terriers, les bedlington. »

Le docteur Briand estime qu'il est temps de mettre un frein à ces fabrications artificielles de prétendues races raffinées.

...Que la « manie du chambardement » ait des conséquences désastreuses pour les hommes eux-mêmes, c'est — hélas ! — fréquent, c'est déplorable, mais, après tout, charbonnier est maître chez soi.

Mais qu'elle s'exerce aux dépens d'innocentes bêtes, voilà qui est assurément odieux.

■ ■ ■

CULTIVEZ VOTRE CORPS

Pendant la saison d'hiver, éduquez et entraînez systématiquement votre corps sous le contrôle d'une personne compétente.

Mme Karla Zerner a repris personnellement son enseignement de gymnastique.

Elle a réduit le prix de ses cours du soir (à partir de 15 heures) à 75 francs par mois pour deux leçons par semaine, douces comprises.

Pour tous renseignements, s'adresser au Studio Lamballe, 25, avenue Lamballe, Paris-16^e (téléphone : *Jasmin* 36-90).

AU CLUB DU FAUBOURG

Jeudi 15 octobre, Salle des Sociétés Savantes, à 20 h. 30, Mme Ancelet-Hustache sur *Les femmes contre la guerre*, avec MM. Joseph Folliet et Jacques Madaule. Et Maurice Laudrain, de *Terre Nouvelle*, en face d'Yves des Essards, de la *Droite*, sur *l'Eglise contre le communisme*. — Samedi 17 octobre, Salle Poissonnière, à 14 h. 40, M. Verdun, de la Confédération des Travailleurs Chrétiens, sur *Faut-il affranchir le syndicalisme des politiciens ?* Le député Gustave Guérin sur *Le scandale de l'Office du blé*. Et l'actualité. — Mardi 20 octobre, Salle Wagram, à 20 h. 30, l'abbé Viollet en face de Ch.-A. Bontemps sur *Consciences déformées !* Et *Pour et contre le Front Populaire*, avec le conseiller Georges Prade, les députés Scapini, Colomb, Michel Brille, etc. — Mercredi 21 octobre, Hôtel des Deux-Mondes, 22, avenue de l'Opéra, à 19 h., Mme Cécile Sorel présidera, avec M. Gabriel Boissy, le banquet du *Faubourg* et parlera sur *Art, audace et énergie !* Couvert : 30 francs. Il ne reste plus que quelques places. Adhésions d'urgence au *Faubourg*, 155, boulevard Péreire, Paris-17^e (Wagram 71-44).

Comment devons-nous nous habiller ?

LE VÊTEMENT RATIONNEL



A gauche : le pantalon naturiste porté par le docteur Gaston Durville. Sans bretelles, sans ceinture même, il tient normalement accroché aux crêtes iliaques. — Ci-dessous : vue de détail du pantalon rationnel (Michou). Sur le même modèle, on voit, à droite, un short d'été. (Photos « Je Sais Tout »)



(SUITE DE LA PAGE 2.)

Le corset, ou son successeur, la grande gaine élastique, n'est pas le seul vêtement mauvais pour la femme ; le pantalon fermé en est un autre.

La femme avait cet avantage sur l'homme que la jupe laissait le libre accès de l'air. C'était trop beau. On a donc créé le pantalon fermé, culotte de coton ou de laine qui, sous prétexte de protéger contre le froid les organes délicats, prive l'organisme d'une part de sa respiration cutanée.

Mesdames, sauf aux époques de grand froid, renoncez au pantalon fermé, et ne l'imposez pas à vos filles. N'oubliez pas que l'organisme ne respire pas seulement par le poupon.

La mode féminine actuelle ne veut ni jupons, ni flanelles, ni tricot. C'est sain. C'est bien surtout si la femme exécute les autres prescriptions naturistes qui font un organisme fort. Si elle se découvre, en continuant à vivre d'une vie malsaine, elle va au-devant d'accidents.

Combien d'habituées de dancings, suralimentées, intoxiquées, tarées du tube digestif, ont pris la mort en se décolletant ! L'organisme doit toujours être à la hauteur de la réaction qu'on lui demande.

Une femme vigoureuse bénéficie d'avoir bras nus et jambes nues ; elle en bénéficie surtout si elle compense par le mouvement la perte de calories. Qu'une femme saine danse à peine vêtue, elle n'en aura que bien-être. Tandis qu'une femme débile qui va, en grand décolleté, passer trois heures, immobile au théâtre, prend une pneumonie en remontant dans sa voiture, si elle entr'ouvre seulement son manteau.

FEMME MODERNE, D'ACCORD ; MAIS PAS FEMME IMPRUDENTE

Mesdames, vous voulez vous habiller en femme moderne, bravo... Mais ne perdez pas de vue que, pour faire cela sans risques, vous devez, au préalable, avoir accru vos résistances, endurci votre peau, fortifié vos muscles. Procédez avec méthode.

« Je veux me débarrasser des maladies », disait un malade de Kneipp, en m'habillant de façon simple. »

— Un instant, répondit le prêtre, cela ne se fait pas si facilement, ni si vite. Le père de famille qui, pendant des années, a hébergé des vauriens, ne peut les jeter à la porte d'un seul coup, et par la violence...

Le cotrant naturiste, qui a appris à la femme à se vêtir plus rationnellement, a aussi créé une réelle amélioration du vêtement des

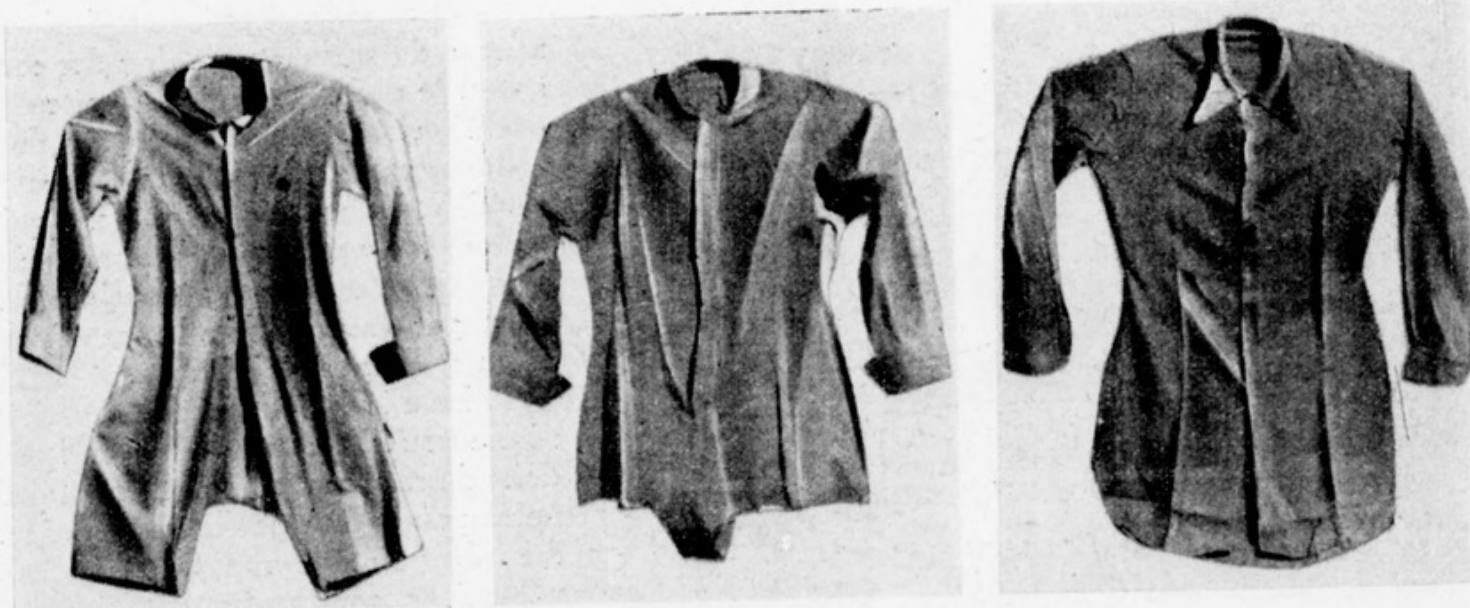
enfants. On ne saucissonne presque plus les tout-petits dans des langes, et on pense parfois à aérer la peau des plus grands. Mais, signalons les errements dans lesquels tombent certains éducateurs et parents, qui ont tort de se croire naturistes : sous prétexte d'aérer mieux les enfants, on les jette inconsidérément au plein vent, sur les plages, à la campagne. On les voit, les pauvres petits, encore tout pâles des claustrations de la ville, exposés, presque sans vêtements, au souffle le plus glacial ; leur pantalon est un caleçon de bain, leur veste est de papier de soie.

Il est surprenant que quelques enfants s'accoutument de ce régime. L'enfant a une si merveilleuse puissance de réaction. Mais, est-ce une raison pour brutaliser son corps ?

J'ai vu des bambins, jetés brusquement au grand vent, qu'il fallait ramener en hâte vers la ville. Pensez-vous qu'on incriminait la façon de faire ? Non, c'était la mer qu'on accusait. Le responsable, ce n'était pas le climat marin, mais la brusquerie du changement.

N'oublions pas que la nature ne fait pas de sauts, et que le mot qui doit définir toute remise à la vie saine, c'est évolution et non révolution.

L'homme de notre époque s'habille d'une façon désastreuse pour la santé. Le complet veston actuel, que nous a imposé la mode anglaise, est laid et antihygiénique ; le faux col qui le complète est une trouvaille malheureuse. Dans tout cela, on étouffe, on s'intoxique, on s'atrophie. Il faut revenir de la campagne, de la mer, où l'on s'est ébattu « en bras de chemise », pour se rendre compte des méfaits du veston. Le gilet est inutile et toujours vilain ; quant au pantalon, les tailleurs français le font très mal : trop haut de taille, il comprime le ventre.



Trois chemises naturistes. A gauche : type chemise-caleçon (Camille) ; au centre : chemise-combinaison sans jambes, avec patte (Sabri) ; à droite : chemise cintrée évitant les plis à la ceinture (Michou). Ces trois sous-vêtements sont légers, isothermes et comportent des mailles assurant une aération parfaite. (Phot. Je Sais Tout.)

ET VOICI L'ÉTERNEL « CHAPITRE DES CHAPEAUX »

Nos chapeaux sont ridicules, mais nous sommes si accoutumés à les voir que nous ne nous en rendons plus compte. Quelle nécessité y a-t-il de prolonger en hauteur l'être humain, par l'apposition de ce noir cylindre qu'est le chapeau haut de forme ? Il faut singulièrement avoir la notion de la vraie beauté pour trouver qu'un homme ainsi coiffé est plus beau que lorsqu'il est nu-tête. Et sait-on que sous un chapeau haut de forme, mis l'été au plein soleil, la température s'élève rapidement à 45° ? Le chapeau melon, les chapeaux mous, les casquettes, sont à peu près aussi laids et malsains.

Les sous-vêtements, grande préoccupation des mères, sont antihygiéniques au suprême degré. Comme elle se trompe, la brave maman qui croit que son fils est à l'abri des microbes parce qu'elle l'a pourvu de tricot de flanelle... Dans le sous-vêtement chaud, les produits de la désintégration cutanée mijotent, fermentent. Mamans, méfiez-vous du néfaste préjugé de la flanelle ; il vaut mieux apprendre aux enfants à résister aux intempéries par le jeu de leurs muscles, que de leur laisser croire qu'il leur suffira de rajouter une feuille à leur sous-vêtement pour éviter le rhume de cerveau.

Comment l'homme doit-il s'habiller ? Faut-il, sous prétexte de mieux respirer, imiter cet original « homme-nature » qu'on voyait autrefois se promener à travers Paris, drapé dans un peplum gris, pieds absolument nus, cheveux fauves au vent ? Faut-il, comme l'a fait Raymond Duncan, vouloir ressusciter le costume grec ? Nullement. L'homme-nature est ridicule, et le costume grec, si blanc, si beau, ne va pas sous un ciel gris. Il faut à nos contemporains un vêtement à la fois sain et pratique et qui ne choque pas leurs habitudes. Si l'on veut trop changer, on ne changera rien du tout, car on ne sera pas écouté. Partir du vêtement actuel me semble une nécessité ; essayons d'en supprimer les laideurs majeures et les imperfections les plus criardes ; dans quelques années, nous pourrions peut-être faire mieux. Les sous-vêtements trop chauds sont les premiers éléments à supprimer. Ceci ne veut pas dire que les frileux, ceux qui, depuis leur enfance, en sont tapissés, doivent dès demain s'en priver. Mais il leur faut penser, dès demain, qu'ils se priveront d'eux, un jour, quand le naturisme aura reconstruit leur normale vigueur.

L'HOMME, LUI AUSSI, DOIT PORTER UNE « COMBINAISON »

Sous la chemise d'un naturiste, il ne doit rien y avoir. Ladite chemise sera infiniment plus saine si elle est perforée. Le cellular,

étoffe largement ajourée, fait de bonnes chemises d'été ; je lui reproche son insuffisance d'élégance. Les naturistes pourront imposer leurs conceptions vestimentaires seulement si ce qu'ils proposent a du chic. Il existe dans le commerce une étoffe très jolie, et perforée, pour faire mes chemises « naturistes ». Ces chemises sont, à la fois, chemise et caleçon ; autrement dit, elles sont des « combinaisons ». Le docteur André Durville a simplifié mon modèle, et l'a présenté à la Société Naturiste ; ce modèle coûte moins cher à établir qu'un caleçon et qu'une chemise.

Il ne m'apparaît pas qu'il faille tenter de remplacer le veston par autre chose. Quant au pantalon, rien de plus facile que de le rendre plus rationnel. Un grand journal quotidien, trouvant laid le pantalon moderne, a fait une campagne pour le remplacer par l'ancienne culotte courte, serrée au genou, et laissant voir la forme naturelle du mollet.

Laisser voir le corps, c'est bien ; le jour où l'homme montrerait ses mollets, il penserait davantage à les entretenir en beauté ; quand les Romains, se drapant dans leur toge, laissaient à nu l'épaule, ils allaient au stade s'exercer pour qu'elle soit musclée ; le tailleur, qui masque nos laideurs, est complice de celles-ci et les aggrave.

Quoi qu'il en soit, il ne semble pas que la culotte doive remplacer le pantalon : on y est mal ; trop serrée, elle ne permet pas le passage de l'air. Dans le pantalon actuel, à jambes larges, la circulation aérienne se fait mieux ; pour qu'il soit rationnellement compris, il suffit d'en abaisser la ceinture, et de supprimer les bretelles, ces entraves respiratoires, et engins à arrondir le dos. Et dire qu'il y a des commerçants qui recommandent le port des bretelles pour redresser l'échine !...

Depuis plus de douze ans, je fais porter aux naturistes un pantalon à la fois élégant et rationnel : large de jambes, il s'accroche, sans aucun moyen de soutènement, aux épines iliaques antérieures et supérieures ; son bord supérieur, horizontal, ne doit jamais atteindre le niveau de l'ombilic ; il laisse le ventre parfaitement libre, ne se déplace nullement au cours des mouvements, même les plus vastes. Des coulants permettent de mettre la ceinture de cuir. Si le pantalon est bien fait, la ceinture est absolument inutile.

Ce pantalon est souvent porté en Angleterre et en Amérique ; en France, les tailleurs ne savent généralement pas le faire, et presque toujours, au naturiste qui le leur demande, ils répondent quelques stupidités du genre de celle-ci : « Un pantalon comme celui-ci comprimerait le ventre, ne tiendrait pas, ne serait pas habillé... » C'est le contraire qui est vrai. Les sportifs, les élégants, ne portent plus que lui.

J'ai présenté à la Société Naturiste, en 1927, un pantalon encore plus simple : jambes larges, très bas de ventre, et qu'on n'accompagne d'aucune ceinture ; une jolie boucle d'étoffe termine le pantalon en haut et en avant. J'ai également présenté à la Société Naturiste le premier smoking naturiste, que je porte moi-même en soirée. Le veston est du type classique, il n'y a pas de gilet ; le pantalon est large, très bas de ventre, et sans ceinture.

AUTRE PRÉJUGÉ À VAINCRE : LA « NOCIVITÉ » DU TALON HAUT

La chaussure masculine de ville peut ressembler aux chaussures élégantes à lanières serrées que portent les femmes. Jusqu'à ce jour, ce modèle n'a pas eu de succès ; c'est dommage, car il est joli et le pied y respire. Il n'est pas nécessaire d'y faire les talons plats. On a exagéré la nocivité du talon haut ; on l'a accusé d'endommager l'abdomen de la femme... C'est faux. Portons les talons à notre goût.

Dans la maison, habituons-nous à porter un vêtement aussi simple que possible ; là, il



En haut : M. Maurice Gouineau, le distingué rédacteur en chef de Je Sais Tout, qui donne une place de premier plan aux théories et réalisations naturistes dans la campagne qu'il a entreprise en faveur de l'hygiène et de la défense de la race. — En bas : M. Marcel Hervieu, secrétaire de la rédaction de la même revue, qui seconde M. Gouineau dans sa belle tâche.

n'y a ni mode, ni étiquette : hommes et femmes, accoutumez-vous à la sandale Kneipp sur vos pieds nus, à la chemise de cellular ; ne vous guindez dans vos costumes de ville que le plus tard possible. Habituez-vous au vêtement d'intérieur léger, peignoir vaste à la chinoise, peplum romain, chlamyde grecque, ample pyjama.

D' Gaston DURVILLE.

LES SALICORNES et autres végétaux iodés de l'Île du Levant

par Roger THEILLET

L'ÎLE DU LEVANT, entourée de la plus limpide des mers, baignée de lumière, avec son sol riche en métaux vivants, imprégné de radiations solaires et telluriques, offre, au point de vue thérapeutique-botanique, un grand intérêt pour le naturiste.

Les végétaux de l'Île du Levant sont une véritable condensation vitalisée du milieu héliomarine; les vingt-deux métaux contenus dans l'eau de mer et toutes les vitamines solaires sont en eux. Toute une pharmacopée naturelle est là, sous le flamboyant soleil, à portée de notre main, mille fois plus efficace que tout ce que le génie humain s'efforce d'arracher aux produits chimiques.

Le *Crithmum Maritimum*, ou vulgairement « perce-pierre », pousse en abondance dans les roches dorées de l'Île du Levant, au bord de la mer, là où le maquis a perdu tous ses droits. Le vent et la vague ont emporté le peu de terre qu'il y avait sur les rocs, maintenant nus et brûlants; mais la « plante-algue » s'accroche solidement et vit du roc et du soleil, arrosée d'eau de mer, se souvenant de son passé d'algue. Parfois, la saturation de ses feuilles en dépôt salin va jusqu'à donner à la plante l'aspect pétrifié d'un corail, ce qui ne l'incommode nullement, contrairement aux autres plantes terrestres qui seraient grillées par le sel. Ses feuilles charnues, véritables antennes captant la vie, absorbent l'iode, les sels magnésiens, les chlorures, etc., déposés sur elle par les vents du large.

Cette plante, mélangée à la salicorne dans nos salades, est une véritable huile de foie de morue végétale, combien agréable au goût et aussi plus recommandable que les répugnants extraits des organes plus ou moins corrompus du poisson. Ah! heureux enfants naturistes qui ne connaissent pas le goût écœurant, de triste mémoire, de l'huile de foie de morue industrielle!

La Salicorne, quoique de saveur très salée, est d'un goût agréable, moins sauvage que celui du « perce-pierre ». Elle est également fortement iodée et contient



aussi les chlorures marins et les précieuses vitamines solaires.

Les rameaux de la Salicorne *Fruticosa* L., érigés dans l'air brûlant du Midi, captant et transposant la lumière solaire en forces organiques, ses racines plongées dans la terre très fortement imprégnée de l'eau de mer des marais salants, nous offre la quintessence héliomarine.

Il n'existe pas, actuellement, de Salicorne *Fruticosa* à l'Île du Levant.

Je vais essayer de l'y introduire.

Signalerai-je que je dois la documentation botanique dont j'ai parlé à la Société d'histoire naturelle de Toulon, à laquelle j'appartiens, ainsi que le docteur Gaston Durville, et spécialement à l'obligeance d'un des frères Jahandiez, co-auteur d'un livre passionnant sur les Îles d'Hyères. Les deux frères Jahandiez sont des savants modestes auxquels je me plais à rendre ici hommage. Emile Jahandiez, à qui j'ai écrit, a bien voulu me répondre la lettre ci-dessous, dont je le remercie vivement :

SOCIÉTÉ D'HISTOIRE NATURELLE
DE TOULON

Siège Social :
MUSÉUM D'HISTOIRE NATURELLE

Carqueiranne, 21 août 1936.

Cher Monsieur Theillet,

Pour répondre à votre lettre, je suis allé ce matin à l'Almanarre chercher des Salicornes, là où elles abondent, alors que vous ne devez pas en avoir à l'Île du Levant; je n'en connais aux Îles d'Hyères qu'une

petite station à Port-Cros; ce sont des plantes de marais salés, mais pas des sables.

La plante que vous me signalez dans vos rochers est le *Crithmum Maritimum*, ou Perce-Pierre.

Dans la boîte que je vous adresse par le même courrier, vous trouverez deux espèces; la plus petite, avec racines, est le *Salicornia Herbacea* L., l'autre le *Salicornia Fruticosa* L.; cette dernière avait été recommandée, pendant la guerre, comme plante alimentaire, sous le nom de Haricot de mer; j'en ai mangé, mais, à mon avis, ce n'était pas très bon.

Nous serions très honorés, mon frère Albert et moi, de servir de parrains, à la Société d'Histoire Naturelle de Toulon, aux docteurs Durville et à vous.

Veuillez agréer, cher Monsieur...

Emile JAHANDIEZ.

APPEL AUX NATURISTES

Afin de se trouver en mesure d'entreprendre le plus tôt possible les travaux d'aménagement de sa piscine de Physiopolis, et pour pouvoir profiter encore des prix actuels, la Société Naturiste — nous l'avons annoncé — fait appel à tous ceux qu'intéresse le mouvement naturiste, pour lui consentir des prêts.

Ces prêts, dont le total doit atteindre environ 40.000 francs, sont effectués par fractions minima de 1.000 francs; ils sont remboursables en deux ou trois ans. Intérêts : 5 %. Capital largement garanti par les biens de la Société Naturiste.

Les sommes suivantes ont déjà été reçues :

Mme Leblanc.....	1.500 fr.
D ^{rs} C. et A. Durville..	1.500 »
M. Papet.....	1.000 »

D'autres prêts nous sont annoncés.

Faire offres au docteur André Durville, secrétaire général de la Société Naturiste, 15 bis, rue Cimara, Paris (16^e).

LA PAGE DU MALADE

POURQUOI LE NATURISME GUÉRIT LA TUBERCULOSE PULMONAIRE

Le docteur Rémy S... est venu à l'Institut Naturiste au début de ce mois, et a dit aux docteurs Durville quelque chose comme ceci :

« J'ai amené à l'Institut Naturiste deux dames malades dont l'une des deux est ma belle-sœur, toutes deux étaient tuberculeuses : ma belle-sœur, cavagne au sommet droit en pleine évolution ; l'autre patiente, tuberculeuse des deux sommets au stade secondaire. Les deux malades, très amaigries, très fiévreuses, crachaient des bacilles et étaient considérées comme perdues par les médecins de l'Ecole chimique qui les soignaient.

« Après dix mois de naturisme, les deux malades ne toussent plus, n'ont plus du tout de fièvre, ne crachent plus de bacilles, la radiographie montre que les lésions sont cicatrisées. »

En face de ces faits, le docteur Rémy S... pose aux docteurs Durville les questions suivantes, auxquelles il les prie de vouloir bien répondre dans les colonnes de « Naturisme », à la « Page du Malade », par exemple :

I. A quoi les docteurs Durville attribuent-ils les succès fréquents de la médecine chimique dans les cas de tuberculose pulmonaire ?

II. A quoi attribuent-ils le succès de leur méthode naturiste dans les deux cas cités précédemment et en général dans les cas de tuberculose ?

Réponse des docteurs Durville. — La tuberculose est une manifestation de dégénérescence, non pas locale, mais générale. Tout traitement qui entend cicatriser localement les lésions (créosote, etc...) ne peut donc être qu'illusoire.

C'est en usant les résistances par une vie mal comprise, anti-naturelle, qu'on devient tuberculisable. Il est donc logique d'admettre qu'en reconstruisant des résistances plus normales, par une existence plus saine, on guérira la maladie ; c'est ce qu'essaie de réaliser le traitement naturiste, et c'est pour cela qu'il guérit.

Le système d'organes qui commande avant tout au bon état de nos résistances, c'est le système digestif ; or, la médecine chimique, non seulement n'améliore pas l'état digestif, mais elle l'endommage habituellement ; quand elle ne l'endommage pas, elle ne se soucie pas de lui.

La médecine naturiste, considérant que l'estomac et le foie sont la clé de la santé, s'attache avant toute chose, pour guérir la tuberculose, à réparer les deux organes en question.

Elle examine avec précision, cliniquement et à la radio, l'estomac et le foie.

Elle constate qu'il n'existe pas de tuberculose pulmonaire sans tare digestive.

La tuberculose est d'autant plus grave que la déchéance digestive est plus sévère.

Tous les tuberculeux graves que nous examinons sont des malades du foie et des dilatés et ptosiques de l'estomac.

Quand un tuberculeux n'a qu'une petite atteinte digestive, il guérit facilement de sa tuberculose.

Les tuberculeux qui guérissent par le traitement chimique et par la suralimentation qui va, d'habitude, avec, sont des gens peu atteints des voies digestives, et ils gué-

rissent, non pas grâce au traitement, mais malgré le traitement.

La suralimentation — c'est Landousy qui l'a dit le premier — est néfaste. « Elle a tué plus de tuberculeux que la tuberculose. »

Nous avons guéri vos deux malades, mon cher confrère :

I. Parce que nous avons supprimé la suralimentation qu'on leur imposait.

II. Parce que nous avons nettoyé leur foie et revitalisé leur organisme par une alimentation surtout végétale et fructarienne, bien vitaminée.

III. Parce que nous avons, par le massage, réparé plus ou moins leur estomac effondré (les deux malades avaient, l'une dix et l'autre douze centimètres d'abaissement gastrique).

IV. Parce que nous avons réparé leurs résistances par une hygiène simple.

■ ■ ■

LA GROSSESSE NE PRÉDISPOSE A LA PHLÉBITE QUE SI L'ON VIT D'UNE FAÇON ANTINATURISTE

DEMANDE. — Mme Bexont, Côtes-du-Nord. — Permettez-moi de vous demander quelques renseignements. Ma fille, trente-trois ans, que vous avez soignée pour de la ptose d'estomac, continue, depuis, à faire de la gymnastique, de la marche ; elle suit votre régime alimentaire strictement.

Elle aurait désiré avoir un second enfant, mais nous considérons, son mari et moi, sa mère, que ce serait peut-être assez dangereux pour elle, car elle est variqueuse, depuis la naissance de son premier, qui a huit ans, et elle a notamment de gros cordons en haut de la cuisse droite, sur la face interne et vers l'aîne. La grossesse ne l'exposerait-elle pas à une phlébite avec tous ses dangers.

Vous avez constaté vous-mêmes, quand vous l'examiniez, qu'elle avait des varices internes.

Les petits massages qu'elle se fait sur les jambes, en remontant, au retour des marches, ne sont-ils pas préjudiciables à ces veines variqueuses, qui reçoivent tout le sang qui vient des jambes ?

Est-ce qu'une grossesse ne serait pas capable, avec la gêne qu'elle peut provoquer dans la circulation du bas du corps, d'y créer une perturbation profonde et d'y provoquer l'infection ?

Je vous serais très reconnaissante si vous vouliez bien me donner votre avis dans une prochaine « Page du Malade ».

Question supplémentaire : à votre avis, une femme doit-elle interrompre sa gymnastique abdominale quand elle est enceinte ?

Avec mes remerciements anticipés, je vous prie d'agréer, chers docteurs...

Réponse. — Répondons d'abord à la « question supplémentaire ». Vous demandez, madame, si une femme doit interrompre sa gymnastique abdominale quand elle est enceinte.

Depuis plus de vingt-cinq ans, nous répétons que, pendant la grossesse — pendant toute la grossesse — la femme doit continuer de faire sa séance de gymnastique quotidienne ; celle-ci doit comporter :

a) Des mouvements de gymnastique générale, des bras, du thorax, du dos, des jambes ;

b) Des mouvements abdominaux. Ceux-ci seront de deux sortes : 1. Les mouvements pour la paroi du ventre ; 2. Les mouvements spéciaux pour le périnée.

Les mouvements pour la paroi du ventre doivent être faits en position couchée, dos au sol ; c'est en manœuvrant les membres inférieurs que la femme enceinte musclera le mieux sa sangle. Les mouvements que nous lui faisons faire sont les mêmes que ceux par lesquels nous remontons les estomacs ptosés : cercles, ciseaux, mouvements de bicyclette dont nous ne précisons pas à nouveau la technique, parce que nous en avons très souvent parlé dans ces colonnes.

Les mouvements pour le périnée se font, soit en position debout en immobilité ou en marche, soit en position couchée. La femme contracte et puis relâche son muscle releveur de l'anus. Rappelons que, pour contracter son releveur, la femme doit serrer son anus vigoureusement, comme si elle s'opposait à l'expulsion d'une violente diarrhée.

La femme enceinte ne doit pas faire d'exercices de saut : pas de saut en longueur, pas de saut en hauteur, pas de saut à la corde. Elle doit éviter les sports où elle peut heurter son ventre.

Elle doit marcher jusqu'au jour de son accouchement. Si elle a fait de la course avant d'être enceinte, elle peut, habituellement, continuer de courir lors des premiers mois de sa grossesse, mais elle ne doit pas le faire sans avoir pris l'avis du médecin spécialisé.

Répondons à l'autre question, maintenant :

La grossesse prédispose-t-elle une femme variqueuse à des complications phlébitiques ?

Il est difficile de répondre ici par oui ou non, car des facteurs multiples entrent en jeu, qui rendent le problème complexe.

Nous pouvons résumer notre avis comme il suit :

Si la femme est variqueuse et en mauvais état organique, si elle est antisportive, calfeutrée, mal alimentée, intoxiquée, surmenée, elle peut avoir un sang de mauvaise qualité, trop coagulable et dans lequel se trouvent des microbes ; la grossesse, favorisant la stase dans les veines abdominales, pourra alors être le point de départ de coagulations veineuses, d'obstructions et d'infection phlébitique.

Si la femme variqueuse est depuis des mois naturiste, si elle a, par un régime alimentaire sain, par de l'exercice méthodique, par une pratique sérieuse de la cure d'eau, d'air, de soleil, régénéré son état général, elle a un sang désormais vierge de microbes, bien armé en globules blancs, ces bons gardes-mesures contre l'infection, et l'équilibre chimique du sérum et des globules est tel que des coagulations anormales dans les veines ne peuvent pas survenir, même si l'utérus gravide comprime ici ou là.

Conclusion, la femme variqueuse naturiste ne doit pas risquer la phlébite. Elle la risquera d'autant moins qu'elle sera naturiste de plus vieille date.

Si, d'ailleurs, la variqueuse naturiste était naturiste depuis assez longtemps, elle aurait cessé d'être variqueuse et alors la garantie contre la phlébite serait totale.

Nous n'avons encore pas vu une seule naturiste en bonne forme faire une phlébite.

Madame, nous connaissons votre fille depuis assez longtemps pour pouvoir dire qu'elle ne doit pas risquer, maintenant, d'infecter ses veines, et nous l'engageons à devenir enceinte.

Qu'elle vienne, d'ailleurs, nous montrer et ses veines, et son utérus, et ses annexes, et nous lui préciserons notre prescription.

Terminons en vous priant, madame, de ne pas vous inquiéter de ces « petits massages » que votre fille exécute sur ses veines lorsqu'elle revient de faire sa marche quotidienne ; par eux elle lutte contre la mollesse des tissus veineux que son ascendance arthritique lui a léguée.

L'automassage — doublé d'hydrothérapie sous forme de lotions et d'exercice — est le traitement rationnel des varices.

Les sports à Villennes

LES CHAMPIONNATS NATURISTES DE LA DEMI-HEURE ET DU QUART D'HEURE

Le Tour de l'île en canoë

LES championnats annuels de la demi-heure (hommes) et du quart d'heure (dames) ont été courus, sur la piste du grand stade, à l'île des Naturistes de Villennes, le dimanche 20 septembre.

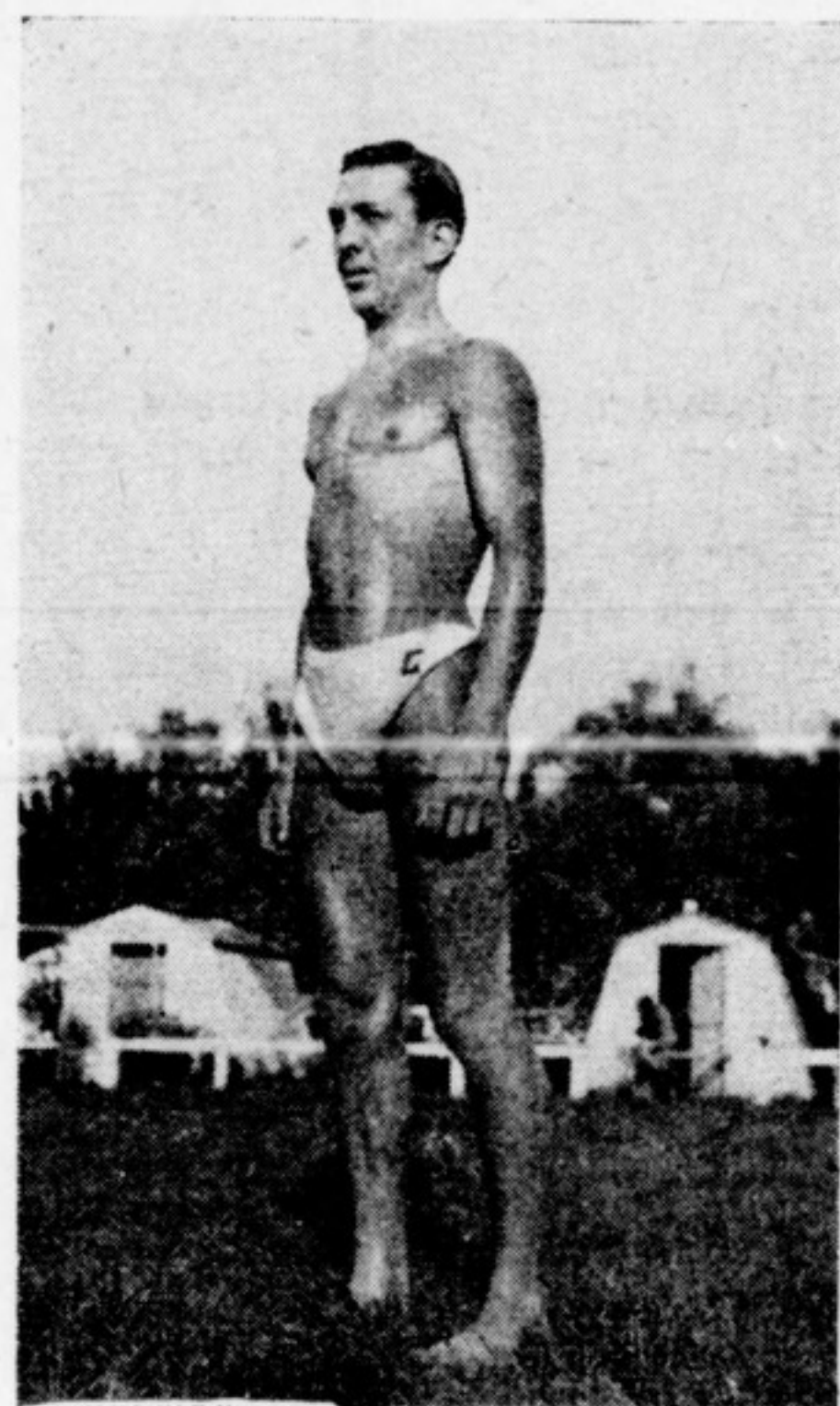
L'épreuve masculine a été brillamment gagnée par Charles Dolci, qui, en « bou-

SUR l'initiative de M. Chauvière, président du Conseil d'administration de la Société Naturiste, une épreuve de canotage a été disputée, le dimanche 27 septembre, autour de l'île.

Au départ de la première manche (un tour de l'île), les huit équipes participantes furent divisées en trois catégories :

1° Kayaks ; 2° Canoës canadiens à pagaie double ; 3° Canoës canadiens à pagaie simple.

Ch. Dolci,
gagnant du
championnat
masculin de
la demi-
heure. →



Mme Yvonne
de Ligne,
première du
championnat
du quart
d'heure. ↘

↑
Mlle Bouniol, deuxième
du championnat féminin
du quart d'heure.



clant » 28 tours (soit 8 km. 680) en 30 minutes 40 secondes, battit tous les précédents records.

Derrière lui, les autres participants réalisèrent de bonnes performances, et, comme d'habitude, les « anciens » : Thomas, Gouzy, Petit-Dossaris, Lemesle, forcèrent l'admiration.

Dans le championnat du quart d'heure, Mme de Ligne a réédité sa victoire de l'an dernier ; elle accomplit 12 tours (3 km. 920) en 15 minutes 30 secondes. Mlle Bouniol, deuxième, Mlle Lévy, Mme Jacquemin et Mme Diot terminèrent courageusement.

LE CLASSEMENT

Hommes. — 1. Charles Dolci, 28 tours en 30' 40" ; 2. Marmoy (hors concours), 27 tours en 30' 30" ; 3. Thomas (49 ans et demi), 26 tours en 30' 15" ; 4. Gibrat, 25 tours en 30' 15" ; 5. De Ligne, 25 tours en 30' 20" ; 6. Gouzy (51 ans), 23 tours en 30' 35" ; 7. Geneste, 22 tours en 30' 25" ; 8. Pernoud, 21 tours en 30' 15" ; 9. Ginger, 21 tours en 30' 20" ; 10. Petit-Dossaris (51 ans), 21 tours en 30' 30" ; 11. Lemesle (52 ans), 19 tours en 30'.

Dames. — 1. Mme de Ligne, 12 tours en 15' 30" ; 2. Mlle Bouniol, 10 tours en 15' 10" ; 3. Mlle Lévy, 10 tours en 15' 20" ; 4. Mme Jacquemin, 8 tours en 15' 32" ; 5. Mme Diot, 8 tours en 15' 40".

Les temps, pour cette première manche, ont été les suivants :

1. Pierre Girard et Mme, 22' 20" (kayak) ; 2. Axler et Mlle Joiner, 24' 30" (kayak) ; 3. Parenteau et Mlle Marcouf, 24' 34" (pagaie double) ; 4. Paol et Mlle Ber-

reck, 25' (pagaie simple) ; 5. Buard et Mlle Demange, 25' 15" (pagaie double) ; 6. Henri Girard et Mme, 27' 23" (pagaie double) ; 7. Trochon et Mme, 29' 20" (pagaie double) ; 8. Cordat et Joanett, 33' 43" (pagaie double).

La deuxième manche (un tour de l'île, handicap basé sur le temps de la première manche), donna le classement que voici :

1. Parenteau et Mlle Marcouf, 23' 11" (handicap 3' 15") ; 2. Buard et Mlle Demange, 23' 58" (handicap 2' 30") ; 3. Paol et Mlle Berreck, 23' 49" (handicap 2' 45") ; 4. Axler et Mlle Joiner, 23' 18" (handicap 4' 30") ; 5. P. Girard et Mme, 21' 36" (handicap 6' 15") ; 6. H. Girard et Mme, 26' 45" (handicap 2') ; 7. Trochon et Mme, 29' 35" (handicap 0).

Le classement final, par addition de points et de temps, fournit le résultat suivant :

1. Parenteau et Mlle Marcouf ; 2. P. Girard et Mme ; 3. Paol et Mlle Berreck ; 4. Axler et Mlle Joiner ; 5. Buard et Mlle Demange ; 6. H. Girard et Mme ; 7. Trochon et Mme.

M. Chauvière a offert une coupe, réservée aux premiers, et quatre pagaies ; MM. Papet et Haguenauer ont également donné des prix.

Malgré le nombre limité des participants, l'épreuve a obtenu un gros succès. Elle sera donc disputée à nouveau l'an prochain, avec un règlement plus serré comportant deux catégories de bateaux : kayaks et canoës à pagaie double.

Les canoës à
l'île des
Naturistes de
Villennes. →
(Photos
«Naturisme».)



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 50 lettres
signes ou espaces : 5 francs**

Un supplément de 2 francs est perçu pour chaque ligne comportant des caractères gras.

Toutefois, en ce qui concerne les annonces prévues pour plusieurs insertions SANS CHANGEMENT DE TEXTE, ce supplément n'est exigible que pour la première insertion.

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 devant paraître dans le prochain numéro devra parvenir à l'imprimerie de « **Naturisme** », accompagnée de son montant, au plus tard le 24 octobre, à 10 h.

ETABLISSEMENTS NATURISTES ■ ■ ■ ■ ■

On n'est jamais aussi bien servi que par soi-même... Principe appliqué avec gd succès au FOYER VÉGÉTALIEN (réform. aliment.), 40, r. Mathis, Paris. M^o Crimée.

HOTEL CIMAROSA, 17, rue Cimarosa, Paris-16^e. Entrée : 79, rue Lauriston. — A partir de 12 francs.

CROUPEMENTS NATURISTES ■ ■ ■ ■ ■

2 nat. ch. camar. nat. ou group. nat. pr aller à la montagne vacances Noël, 7 jours. Ecr. à **Naturisme**, n^o 121.

PARIS. J. f. 36 a., natur., goûts simp., dés. faire conn. M^r 38-40 ans, pr sorties campagne. **Naturisme**, n^o 126.

DAME Vve, exc. réf., 45 a., dés. conn. M^r natur. ou végétar. pr échange idées ou corresp. **Natur.**, n^o 128.

MIDI. Nat. retr., cap., expér., 53 a., jeune, fer. conn. Ile du Levant à j. f. 30-37 a. dés. y acq. forc., santé. Vie tr. simp. Frais part. lég. Val. tt 1937. **Natur.**, 129.

J. FEM. nat., 33 a., sér., aff., simple, tr. éprouv., dés. conn. bon cam. nat. pr sort. et distr. saines. **Natur.**, 132.

Dés. form. équipe 10 pers., fem., hom., 25-35 a., pr promen. le dim. Coudman, 12, r. Rambuteau, Paris.

Naturiste devant habit. Nantes dés. corr. avec natur. nantais ou env. Roche, au Vaumion, Magny-en-Vexin, S.-O.

ALIMENTATION NATURISTE ■ ■ ■ ■ ■

HUILE OLIVE premier jet. - Graisse végétale pure. Rem. lect. **Natur.** — Michaux-Bellaire, Salon (B.-du-R.).

FLOCONS D'AVOINE exquis : 5 k., 23 fr. ; 25 k., 93 fr., fco gare. Ech. grat. Grélin, rte de Grasse, Draguignan.

Huile d'olive 1^{re} Pression à Froid Echantillon Gratuit R. SCHWILDEN, 17, r. François-Arago, MARSEILLE.

Alimentation naturiste et végétarienne. Assortiment complet première fraîcheur. Maison de Régime BRESSIER, 41, allées Léon-Cambetta, Marseille (près la poste Capucines). Téléphone : N. 02-96.

Pour acquérir force et santé, faites vous-même votre yaourt en employant l'appareil et le gros ferment lactique naturel Bulgara, toujours pur, provenant directement des M^{ts} Rhodope. Le seul employé par les Bulgares. L'appareil et les ferments : 35 francs. Dépositaire : H. Provins, 9, rue des Plâtrières, Paris-20^e.

Les Oliveraies du Val-d'Or, Salon-de-Provence vendent l'**HUILE D'OLIVE VIERGE** de la nouvelle récolte. Jus naturel du fruit mûr, 1^{re} pression à froid, non raffinée. Huile d'olive nature, le postal de 5 litres : 46 fr. ; le postal de 10 litres : 86 fr. Paiem. ch. ou mandat (Ch. px Marseille 40-14).

PENSIONS NATURISTES ■ ■ ■ ■ ■

FAM. NATUR. prendrait 1 ou 2 enf., part. de 4 a., en pension, bons soins. Matthey, Palette, Aix-en-Provence.

LA BERGERONNETTE reçoit (toute l'année) enfants 6 à 13 ans. Principes naturistes. Etudes suivies. Plage. Pins. La Napoule (A.-M.).

Cte Azur Vence, 325 alt., site idéal, air pur, soleil, jardins. Pension Joie de Vivre. Cuisine saine selon goût du client. Pension 25-30 fr.

DEMANDES D'EMPLOIS ■ ■ ■ ■ ■

Jardinier professionn., bon bricoleur, référ., 38 a., marié, nat., désire emploi n'imp. q. rég. Prêt. mod. **Natur.**, 123.

OFFRES D'EMPLOIS ■ ■ ■ ■ ■

On dem. au pair (arg. poche) j. f. ou dame sér., aim. enf., ds fam. végétar., pr aider maman avec 2 bébés, 1 a. et 2 a. 9, rue Jeanne-d'Arc, St-Germain-en-Laye.

Au pair j. h. aim. vie et trav. champ. **Natur.**, n^o 130.

LOCATIONS ■ ■ ■ ■ ■

A. N. I. D. A. Ile du Levant, bungalows 300 francs — par mois. Demander conditions hors-saison. —

VENTES ■ ■ ■ ■ ■

Maison, terrain 6 ha en colline, 15 km. Nice. Sources abond., conv. pr plant. fruit. 18.000 fr. **Natur.**, n^o 124.

A VENDRE à l'Ile du Levant. Bel immeuble meublé aménagé en pension pour enfants. Possibilité d'agrandir à peu de frais. Cause décès. Urgent. S'adresser à Mme Voe Carlier, Ile du Levant (Var).

A l'Ile de Médan, vente, location ou location-vente beaux terrains camping sur basket. Conditions à débattre. Moutte, 12, rue Mouton-Duvernet, Paris (14^e).

A L'ILE DU LEVANT quelques beaux terrains à vendre à prix avantageux. Agence Pestiaux, Ile du Levant (Var).

MARIAGES ■ ■ ■ ■ ■

Cél. quarantaine, natur., corr. mar. j. f. ou fem., douce, petite, blonde, yeux bleus, franç. ou étrang. **Natur.**, 122.

TOULON. Célibataire 38 ans, grand, bonne santé, recherche compagnie d'une jeune fille ou dame simple et affect., id., nat. Ecr. : **Naturisme**, n^o 125.

PARIS. J. fille nat., 26 ans, sér., inst., sit., mais sans dot, désire rencont. pour mariage d'amour, j. h. sain, sportif, sit., grand de préférence. Donner tous détails 1^{re} lettre et si possible photo. Ecr. à **Naturisme**, n^o 127.

NATURISTE convaincu, 41 ans, fervent tennis, vie gd air, cherche Alp.-Marit. compagne même âge, même conviction, mêmes goûts. Mariage possible. Situation et photo. Ecrire à **Naturisme**, n^o 131.

Institutrice 31 a., goûts natur., cherche corresp. **Nat.**, 133.

DIVERS ■ ■ ■ ■ ■

J'achèterais un lot terrain sans tente à l'Ile de Médan (Villennes). Delmas, 23, r. Guynemer, Asnières, Seine.

Les personnes dés. s'assurer refuge guerre éventuelle priées s'adr. M. Dorigny, 7, r. Alfred-Fouillée, Paris-13^e.

SOCQUETTES et bas sport, articles d'usage garantis, fabriqués par artisan naturiste. Demandez catalogues et échant. de colonis. Bonneterie, 16, fg de Lyon, Belfort.

NOUVEAUTÉ : « Voyage au Pays des Hommes Libres » (Les Colonies coop. natur.) F^o 5 fr. Verdier, Echenevex, Ain.

La Société Naturiste, pour être en mesure de commencer dès cette année, avant la hausse, les travaux d'aménagement de sa piscine de Physiopolis, emprunterait environ 40.000 francs, par fractions minima de 1.000 francs, remboursables en deux ou trois années. Intérêts : 5 %. Toutes garanties. — Faire offres au docteur André Durville, secrétaire général de la Société Naturiste, 15 bis, rue Cimarosa, Paris (16^e).

Sandales natur. « La Levantine ». Voir annonce ci-dessous.



« La Levantine » s'adapte parfaitement au pied.

Il existe de nombreuses marques de sandales naturistes...

Mais UNE SEULE sandale naturiste est parfaite, parce qu'elle est

**PRATIQUE
SOLIDE
ÉLÉGANTE**

et fabriquée avec des matières premières de qualité supérieure : c'est

« LA LEVANTINE »

(Marque déposée)

DE L'ARTISAN-SANDALIER P. PARSONNEAU

La fabrication de « LA LEVANTINE » exige des matières premières et surtout des peausseries de tout premier choix, puisqu'elle nécessite des lanières mesurant jusqu'à 133 centimètres, qui ne se trouvent pas dans les qualités employées habituellement par les sandaliers.

Du 25 au 27 (enfants)... 32 fr.
Du 28 au 31 (fillettes)... 35 »
Du 32 au 34 (gr. fillet)... 38 »
Du 35 au 39 (femmes)... 48 »
Du 40 au 44 (hommes)... 55 »
Du 45 au 47 (patrons)... 58 »

Comment est réalisé, entre les deux parties de la semelle, le montage permettant d'utiliser une lanière principale d'une seule pièce, c'est-à-dire réglable à volonté. →

Adresser les commandes à P. PARSONNEAU, artisan-sandalier, Ile du Levant, par Le Lavandou (Var), en joignant, sur une feuille de papier, le dessin du contour du pied, et en spécifiant : 1^o La pointure chaussée habituellement ; 2^o Le genre de semelle désiré (uski, chromé ou cuir ordinaire). Envoi franco, même pour une seule paire. Paiement après réception par versement au c.c. Marseille. 371-34.



LES ÉDITIONS DE « NATURISME »

La Cure Naturiste, 2 vol. à 30 francs chaque.
(Le Tome 1 est en réimpression.)

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.

Port en sus : France (1 volume) 2 fr. 50, (2 volumes) 4 fr. 50 ; Etranger (1 volume) 6 fr., (2 volumes) 12 fr.

La Cuisine Saine, 1 vol. à 30 francs.

Troisième édition. Trentième 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.

Port en sus : France, 2 fr. 50 ; Etranger, 5 fr.

L'Art de lire le caractère, le temperament et les prédispositions malades par l'examen du visage, 1 vol. à 20 fr.

Deuxième édition. Vingtième mille.

Ce livre n'est ni de la magie, ni de l'astrologie ; il est de l'observation scientifique pure.

Il existe un art de voir sur l'extérieur du corps, et en particulier sur la figure, ce qui se passe dans le cerveau ; tout ce que nous avons été, tout ce que nous sommes, est marqué sur nous. Il n'y a qu'à le lire.

Port en sus : France, 1 fr. 50 ; Etranger, 3 fr. 50.

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.

Port en sus : France, 2 fr. ; Etranger, 5 fr. 50.

Pour devenir énergique, 1 vol. à 15 fr.

Troisième édition. Trentième mille.

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

Port en sus : France, 1 fr. 50 ; Etranger, 3 fr. 50.

L'Art de vivre longtemps, 1 vol. à 12 fr.

Quatrième édition. Cinquantième mille.

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

Port en sus : France, 1 fr. 20 ; Etranger, 2 fr. 50.

Pour être heureux, 1 vol. à 15 fr.

Deuxième édition. Vingt-cinquième mille.

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 : France, 1 fr. 50 ; Etranger, 2 fr. 50.

La Cure Végétale, 1 vol. à 30 francs.

Ce livre étudie les propriétés des « simples » et constitue le premier essai d'une pharmacopée nouvelle : la pharmacopée naturiste. On y trouvera tout ce qu'un naturiste doit savoir de la médecine par les plantes.

Ouvrage illustré de 67 dessins de Louis Mery.

Port en sus : France, 2 fr. 50 ; Etranger, 6 francs.

La Gymnastique amusante pour l'enfant, 1 volume à 10 francs.

Deuxième édition. Vingtième mille.

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

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

Port en sus : France, 1 fr. ; Etranger, 1 fr. 75.

En vente à « Naturisme » et à l'Institut Naturiste.

FAITES LIRE « NATURISME »

ABONNEZ VOS AMIS

Six mois : 22 francs

Un an : 40 francs

Chronique fiscale

Bénéfices commerciaux Cas particuliers (suite)

Pharmacien exploitant un laboratoire d'analyses. — Est passible de l'impôt sur les bénéfices commerciaux, d'après l'ensemble de ses bénéfices, les opérations d'analyse ne constituant pas l'exercice d'une profession distincte de l'exploitation de l'officine. (Journal Officiel du 12 janvier 1927.)

Poste automobile rurale. — Un mécanicien qui assure, avec une de ses voitures, le service de la poste automobile rurale, pour le compte de l'administration des Postes, est passible des impôts commerciaux, encore bien qu'il soit rémunéré au kilomètre et que les recettes journalières appartiennent à l'administration des Postes (Journal Officiel du 29 mai 1932.)

Prêteurs sur gages. — Est passible de l'impôt sur les bénéfices commerciaux le contribuable qui, possédant un bureau ouvert au public, y prête sur gages, les objets qui lui sont confiés étant remis par lui au commissionnaire du Mont-de-Piété. (Arrêt Conseil d'Etat du 12 novembre 1927.)

Est passible de l'impôt sur les bénéfices commerciaux un contribuable qui poursuit la réalisation de bénéfices en se livrant habituellement à des opérations de prêts sur immeubles, fonds de commerce et autres gages. (Arrêt Conseil d'Etat du 12 juillet 1933.)

Professeur prenant des élèves en pension. — Le Conseil d'Etat a jugé que l'on ne doit pas attribuer le caractère commercial aux bénéfices réalisés par un professeur d'école primaire supérieure qui reçoit à son domicile des élèves, principalement étrangers, auxquels il enseigne la langue française et leur fournit le loge-

ment et la nourriture, ces prestations ayant seulement pour objet de faciliter à l'intéressé sa tâche d'enseignement. (Arrêt Conseil d'Etat du 8 avril 1932.)

Une société constituée entre commerçants en vue de l'achat en commun de marchandises destinées à être revendues, est passible de l'impôt sur les bénéfices commerciaux. (Arrêt du Conseil d'Etat du 1^{er} février 1929.) Toutefois, pour la détermination des bénéfices servant de base à la taxation des sociétés de cette nature, il n'y a pas lieu de faire entrer en ligne de compte les ristournes qu'elles peuvent faire à leurs adhérents et qui constituent le remboursement d'un trop perçu sur le prix des marchandises qui leur ont été livrées. (Journal Officiel du 9 janvier 1924.) Mais ces ristournes doivent être retenues dans le bénéfice des adhérents. (Journal Officiel du 6 juin 1931.)

L'entrepreneur du transport des dépêches est, en principe, redevable de l'impôt sur les bénéfices commerciaux. Toutefois, s'il effectue lui-même le transport à pied ou à bicyclette, l'intéressé doit être considéré comme exerçant une profession non commerciale et il est passible de l'impôt sur les bénéfices de cette catégorie de professions. (Journal Officiel du 8 mars 1929.)

Une société qui a pour but d'organiser des voyages en commun est passible en principe de l'impôt sur les bénéfices commerciaux. (Journal Officiel du 23 mai 1930.)

L. R.

NOTE. — Toute demande de renseignements relative aux contributions directes devra être adressée à M. le directeur de *Naturisme*, renfermer un timbre pour réponse et porter sur l'enveloppe la mention : « Conseil fiscal ».

**toute
personne
prédisposée aux**

**intermittences du cœur,
douleurs rhumatismales,
troubles nerveux,
insomnies,
étouffements,
phlébites**

**trouvera la sécurité et
souvent une amélioration
de son état, dans**

**le café
Sanka**
sans caféine

Ehrmann

(454)

LE PREMIER CAFÉ DU SOIR

TOUTE
L'ALIMENTATION NATURISTE
DES DOCTEURS G. ET A. DURVILLE
CHEZ **MADOLIN**
3, rue des Petites-Ecuries, Paris-10°

Bulletin d'abonnement à NATURISME

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

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

à partir du premier numéro du mois de

Nom :

Adresse :

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

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

	France	Etranger
ABONNEMENT } Trois mois ...	12 fr.	17 fr.
Six mois	22 fr.	30 fr.
Un an	40 fr.	55 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.

ÉPILATION

Seules les épilations à la cire
P. A. B.

ont une efficacité certaine
ENVOI GRATUIT DE LA DOCUMENTATION

Traitements
dans les salons P.A.B.
5, rue Tronchet

(Madeleine)

Ouverts tous les jours de 9 h. à midi
et de 2 h. à 7 h. (Dimanche excepté)

LE FOURNISSEUR DES NATURISTES

J. MICHOU

TAILLEUR-CHEMISIER

50, boulevard St-Germain, Paris-5°

Téléphone: ODÉON 12-95

Métro: MAUBERT-MUTUALITÉ

Grande Saison
de Paris 1936
Grand Prix avec Croix
pour le pantalon natu-
riste sans ceinture
ni bretelles.
(Modèle déposé)

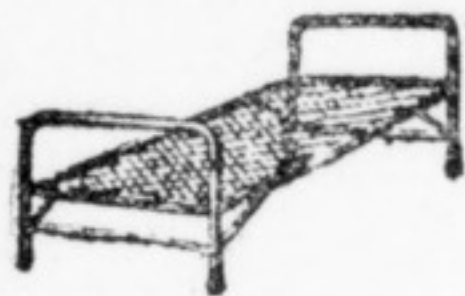
Pardessus depuis... 400 fr.
Costumes messieurs
depuis 400 fr.
Manteaux dames
depuis 400 fr.
Culotte kniker dep. 115 fr.
Costumes de ski
depuis 200 fr.

Blousons — Bas sport
Tenues de repos, etc.

LA CHEMISE AJUSTÉE
LA JUPE-CULOTTE



STOCKS AMERICAINS



Lit avec sommiers adhérents 60 fr.

Lit de camp, 49 et 59 fr.
Matelas 1 personne... 39 fr.
Matelas 2 personnes. 89 fr.
Folles de paillasses p.
colonies, dep. 8 fr.
Sacs de couchage. 11 50
et 13 50
Couverture, dep. 5 75
Couverture pure laine
grise 25 fr.
Toile kaki imperm.
larg. 90 au mètre. 6 fr.
En 110 de large... 8 fr.



Draps toutes tailles
très bas prix.
Toile de tente dep. 18 50
Sacs Tyrol dep.... 7 fr.
Cuvette toile 2 50
Pelles, bûches, ha-
vresacs 2 50
SOMMIER DIVAN 59 fr.



TENTE RECLAME canadienne, 200x150x120, tissu
kaki armée française, complète, avec sac..... 133 fr.
TAPIS DE SOL imperm. avec oilets, le m2..... 6 50
BOTTES caoutchouc genou, 49 et..... 63 fr.

TOUS LES ARTICLES
DE CAMPING
AUX MEILLEURS PRIX

TENTE RECLAME ca-
nadienne, 180x120x110,
tissu percale crème im-
perméable, complète, av.
sac pour le tout 79 fr.

SOCIÉTÉ « L'ALIMENT PUR »
RÉGIMES — ENFANCE

ALIMENTS NATURISTES
VÉGÉTARIENS

ANGERS : 32, rue des Lices. Téléph. : 13-41.
BORDEAUX : 17, rue du Mirail. Tél. : 33-16.
LILLE : 14, rue Nationale. Téléphone : 40-76.
LYON : 12, rue d'Algérie. Tél. : BURDEAU 36-91.
NANTES : 11, rue Contrescarpe. Tél. : 111-26.
PARIS : 118, avenue Mozart. Tél. : AUTEUIL 79-92.

« Produits toujours Purs et Frais »

VIVRE-SANTÉ

en vente partout le 1^{er} de chaque
mois. Numéro réservé au nudisme
intégral paraissant le 15 du mois
(réservé aux abonnés.)

La Revue qui a pris pour base de
son action réalisatrice cette pensée
du docteur Alexis Carrel :

« C'est le développement de la
personnalité humaine qui est le
but suprême de la civilisation. »

Le numéro : 2 francs. Spécimen sur
demande. — Ecrire : 2 bis, rue de
Logelbach, Paris (17°).

LECTEURS! COMMUNIQUEZ-NOUS LES

PHOTOGRAPHIES

QUE VOUS POSSÉDEZ, CONCERNANT
LE MOUVEMENT NATURISTE A PARIS.
EN PROVINCE, AUX COLONIES ET A
L'ÉTRANGER, AINSI QUE CELLES
AYANT TRAIT A VOS RÉALISATIONS
PERSONNELLES.

NATURISME

SE FERA UN PLAISIR DE LES PUBLIER

(Envoyer de préférence les négatifs, qui seront
retournés après emploi.)

A L'ILE DU LEVANT

A VENDRE OU A LOUER MEUBLÉ

Immeuble de la Boulangerie

« AU PETIT PIN »

avec toute l'installation (four, pétrin, etc.) permettant d'exploiter le commerce de boulangerie-pâtisserie

Possibilité d'exploiter tout autre commerce non concédé — Libre à dater du 1^{er} juin 1936

Location pour une année avec faculté de tacite reconduction pour quatre autres années sauf préavis de 3 mois

PRIX DE LOCATION A DÉBATTRE

La location peut être concédée avec promesse de vente soit de l'immeuble et du fonds de commerce,
soit du fonds de commerce seul.

Pour la location : S'adresser au D^r André Durville, 15 bis, rue Cimarosa, Paris (16°), ou à l'Agence Officielle
des Arbousiers, à l'Île du Levant.

Pour la vente du fonds de commerce ou de l'immeuble : S'adresser directement à M. Sadaune, 14, boule-
vard de la République, Gargan-Livry (Seine-et-Oise).

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

A VENDRE

1^o Dans le lotissement du Domaine des Arbousiers
RARES TERRAINS
disponibles, toutes expositions, de 500 à 3.000 m.

2^o En plein centre commerçant

TRÈS BEL IMMEUBLE
de lignes modernes, entièrement neuf, avec terrain
d'environ 500 mètres, comportant 7 grandes pièces
sur deux étages

3^o A mi-chemin de la Perspective

VILLA
neuve, 5 pièces, gros œuvre terminé, aménage-
ments et peintures à la charge de l'acquéreur, avec
beau terrain
de 3.000 mètres pouvant être divisé

S'adresser: Agence des Arbousiers, Île du Levant,
ou D^r André Durville, Imprimerie de Naturisme,
24, r. d'Alleray, Paris, jours non fériés de 10 à 12.

Le Gérant : Auguste CHAUVETON.

LA MÉDECINE NATURISTE

s'applique à toutes les maladies, car il n'est pas une seule de nos misères qui ne bénéficie d'un genre de vie mieux compris. Sous sa forme préventive, elle s'applique à tous les humains qui ont le souci de lutter contre la laideur et l'usure précoce.

L'INSTITUT NATURISTE

des docteurs Gaston et André DURVILLE

15 bis, rue Cimara, Paris (16^e). (Métro : Boissière. — Téléphone : Passy 77-95)

CONSTITUE le **Dossier Médical** de tous ceux qui ont le souci de mieux vivre : bien portants, délicats et malades de toutes sortes ; annexe à ce dossier la **Fiche Radiologique** de chacun (qui précise l'image des profondeurs : cœur, aorte, poumons, foie, estomac, intestin...), ainsi que la **Fiche Physiologique** (qui précise la valeur des résistances vitales : métabolisme basal, cardiographie...);

ESSAIE de découvrir ce que valent les résistances de chacun et d'orienter vers une vie plus saine ;

INSISTE sur l'importance de l'équilibre digestif et de l'harmonie abdominale comme facteur fondamental de la santé ;

TRAITE, sans médicaments, toutes les maladies par une alimentation raisonnée, par l'hygiène rationnelle et, en particulier, par la culture bien comprise des muscles et par le massage.

PRINCIPAUX SERVICES :

SERVICE D'EXAMENS MÉDICAUX (Dr Roudié, Officier de la Légion d'Honneur). — SERVICE DE RADIOLOGIE ET DE PHYSIOLOGIE (Ingénieur radiologue Heyd). — SERVICE DE MASSOTHÉRAPIE (Dr Durville). — SERVICE D'OTO-RHINO-LARYNGOLOGIE ET DE REFLEXOTHÉRAPIE ENDONASALE (Dr Alfred Juin). — SERVICE DE STOMATOLOGIE ET DE PROTHÈSE DENTAIRE (Moreau-Bonnetaud, 68, avenue Bosquet, Paris-7^e).

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

STRICTEMENT SUR RENDEZ-VOUS

L'Institut Naturiste ne prend pas de pensionnaires. Les malades de province trouvent aisément à se loger à proximité du cabinet médical.



Examen des poumons, du cœur et du diaphragme aux rayons X, à l'Institut Naturiste.

(Photo « Naturisme ».)

ATTENTION AU SUCRE !

« La consommation d'un sucre pur détermine la mort plus rapidement que l' inanition. »

(Communication à l'Académie des Sciences du 25 décembre 1935, par Lucie RANDOIN et F. MILHAUD.)

« Les vitamines B sont indispensables à la vie. La carence totale prolongée provoque infailliblement la mort chez l'homme comme chez l'animal. »

(E. LESNÉ, médecin de l'Hôpital Trousseau, Le Monde Médical du 15 juin 1936.)

SEUL LE SUCRE-SANTÉ

extrait naturel de cannes à sucre sélectionnées, vous apporte dans leur intégralité et pour votre bien-être corporel

La **SAVEUR** de la plante

Les **VITAMINES** indispensables

Les bienfaits du **SOLEIL**

Le « SUCRE-SANTÉ » est présenté sous forme de morceaux réguliers ; il n'est pas blanc, parce que le vrai sucre ne doit pas être blanc ; il est franchement blond-roux.

Le « SUCRE-SANTÉ » répond à la définition du Bon Sucre, sain, riche, parfaitement assimilable, ne provoquant pas de glycosurie ; c'est un fortifiant dont on peut faire usage à tout âge comme aliment de base, sans nuire aucunement à l'équilibre organique.

Le « SUCRE-SANTÉ » doit remplacer le Sucre Raffiné aux foyers soucieux d'hygiène et de vie saine.

En vente dans toutes les bonnes maisons d'Alimentation et de Régime, à tous les Comptoirs Naturistes

NATURISTES ! EXIGEZ-LE PARTOUT

LE NÉO-SUCRE, Société Anonyme au capital de Un Million entièrement versé

Siège social et usine : 81, rue Escudier, à Boulogne-sur-Seine (Tél. : MOLITOR 29-30)

Pour les naturistes de Villennes

HORAIRE DES TRAINS

(Service d'été au 15 mai 1936)

Départ St-Lazare	Arrivée Villennes	Départ Villennes	Arrivée St-Lazare
4 10	5 15	4 15	5 7
S 5 43	6 45	S 5 14	5 58
D 6 13	6 45	S 6 10	6 44
7 10	7 51	D 6 14	7
8 30	9 2	S 6 56	7 29
9 30	10 2	D 6 56	7 38
D 9 43	10 12	S 7 25	7 59
10 30	11 2	S 7 55	8 29
11 30	12 2	D 7 55	8 35
12 5	12 44	8 16	8 47
12 30	13 2	8 56	9 29
13 30	14 2	9 56	10 29
D 14 10	14 42	10 56	11 29
14 30	15 2	11 56	12 29
15 30	16 2	12 56	13 29
16 30	17 2	13 33	14 3
17 30	18 2	13 56	14 29
S 18	18 32	14 56	15 29
18 30	19 2	15 56	16 29
S 18 55	19 27	16 56	17 29
S 19 17	19 50	17 56	18 29
20 8	20 41	D 18 36	19 15
D 21 24	22 7	18 56	19 29
23	23 44	D 19 50	20 28
0 37	1 21	D 20 23	20 56
		S 20 26	21 6
		D 20 42	21 17
		D 21 23	22
		21 56	22 30

Abréviations. — D. Dimanches et fêtes seulement ; S. Semaine seulement ; s. S. Sauf samedis non fériés.

« NATURISME » VOUS INTERESSE ?...

ABONNEZ-VOUS

Un an : 40 francs

Six mois : 22 francs