

difficultés techniques avec lesquelles l'olympisme s'est trouvé aux prises. Qu'il s'agisse de distinguer l'amateur du professionnel ou qu'il s'agisse de fixer la manière de donner un départ, de mesurer un saut, d'ordonner une épreuve, les sociétés de gymnastique et les sociétés de sports athlétiques (que rien ne sépare au fond) opposent les uns aux autres des règlements d'un entièrisme et d'une obstination despotique peu propres à faciliter les contacts. Les dirigeants dans l'un et l'autre camp sont à peu près intractables; mais si, dans les rangs des « athlètes » on continue à mépriser « la gymnastique », par contre il est utile de constater que ça et là certains groupes de gymnastes ne dédaignent nullement d'ajouter, quand on les laisse faire, la course à pied sous ses formes variées et le football à leur programme. Si cette initiative se répand, ceux-là absorberont leurs rivaux. La victoire en l'espèce demeurera au libéral contre le sectaire. Or il faut bien le reconnaître, dans plus d'un milieu de « sports athlétiques », on est déplorablement sectaire.

Un nouvel ordre d'épreuves est né. Ce sont les pentathlons, les heptathlons et les décathlons dans lesquels plusieurs sports se trouvent combinés. Ces concours là préparent d'heureuses fusions mais, pour commencer, ils accroissent encore les difficultés d'organisation.

Tel est l'état actuel des choses. Il n'est pas excellent. Durera-t-il? Sans doute quelque jour une meilleure classification des sports s'imposera. En tous cas rien ne sert d'en rechercher la base et les éléments éventuels. Avant tout il faut que soit réglée la question gymnastique = sports athlétiques, soit par une entente raisonnable, soit par une fusion à l'amiable, soit par une conquête définitive.... Et nous n'en sommes pas encore là.



## Hydrothérapie et Aérothérapie

---

### I

Cette malheureuse hydrothérapie passe de mauvais jours. Après l'avoir hissée sur un piédestal majestueux, on prétend déboulonner sa statue et la jeter bas. Beaucoup de médecins partagent le dédain du professeur suisse Rollier pour ces « démonstrations aquatiques pour lesquelles notre peau n'est pas plus

faite que l'écaille des poissons pour l'air », C'est là une boutade et rien de plus. Il est certain qu'il y a eu une double faillite hydrothérapique : la faillite médicale et la faillite populaire. Il a paru, il y a environ soixante ans, que l'hydrothérapie était un remède divin, une sorte de panacée destinée à rétablir la santé collective, à rendre aux générations nouvelles la vigueur et la force ancestrales. Dans un récent et très remarquable ouvrage consacré à ces matières, le D<sup>r</sup> Monteuis explique fort bien ce qui s'est passé et comment la routine en portant nombre de sujets délicats ou nerveux à faire journellement de véhémentes applications d'eau froide a produit de désastreux résultats. « Faute d'une activité suffisante de la peau, ces fanatiques de l'eau froide ou bien surexcitent leur système nerveux qui demande souvent au contraire à être calmé ou bien n'obtiennent pas une réaction suffisante; de ce fait, ils entretiennent des troubles circulatoires, par exemple une congestion des organes internes ou des désordres spasmodiques de l'estomac et de l'intestin qu'ils prétendaient précisément guérir par l'hydrothérapie. Je suis, ajoute l'auteur de ces lignes, absolument de l'avis de Lahmann et comme lui je ne compte plus les victimes de l'application d'eau froide le matin dans le monde des nerveux et des faibles, par excitation trop forte ou défaut de réaction ».

Ceci est très exact et appelle deux observations. D'abord « le monde des nerveux et des faibles » si vaste soit-il et si intéressant aussi ne représente pourtant qu'une portion (et point encore la plus nombreuse) de l'humanité. En dehors de ce monde là, il existe des milliers d'hommes pour qui le baptême matinal à l'eau froide est infiniment salubre et il serait fort déraisonnable de les en détourner. Ensuite, même parmi les nerveux et les faibles, il en est beaucoup qui se seraient trouvés fort bien de l'hydrothérapie si, premièrement, ils l'avaient accompagnée de la gymnastique nécessaire, ce qui leur eut assuré une bonne réaction et si, deuxièmement, ils avaient tiédi légèrement leur eau ce qui eut atténué l'excitation produite. Le D<sup>r</sup> Monteuis est donc sage en restreignant à une seule catégorie comme il le fait les critiques exaltées et générales de tant de ses confrères.

Il l'est peut-être un peu moins dans ce qu'il dit de la « faillite populaire » après la « faillite médicale ». Toute cette page est à citer. « Quand on est témoin de la difficulté que l'hydrothérapie, je dirai même le simple usage de l'eau rencontre à s'élever, dans nos mœurs, jusqu'à la hauteur d'une vertu hygiénique, il est une question qui vient à l'esprit : on se demande si l'œuvre sociale vraiment régénératrice ne consisterait pas à répandre autour de

soi et surtout dans le peuple la notion si simple et si puissante des bains d'air, de lumière et de soleil plutôt que de vouloir imposer une pratique moins en harmonie avec nos tendances naturelles. J'ai pour ma part l'intime conviction qu'on ferait besogne plus féconde; l'on reviendrait doucement à la méthode naturelle et l'on prendrait ainsi le chemin le plus court et le plus sûr pour pénétrer dans les masses et introduire ensuite par surcroît dans les mœurs l'usage de l'eau dans la mesure où elle est nécessaire à la propreté et à la santé. L'homme du peuple n'aime pas Seau parce qu'il n'est pas habitué, par le bain d'air, à supporter la fraîcheur de l'atmosphère, parce que la soustraction habituelle de la surface cutanée à l'influence de l'air depuis nombre de générations nous a rendus nerveux, frileux, sensibles rien qu'au fait de se déshabiller; dans ces conditions, la peau ne remplit plus son rôle intégral parce qu'elle ne vit pas en rapport direct avec l'atmosphère et par suite n'est plus excitée par l'air. Faute de recevoir cette excitation nécessaire, elle est arrivée à un degré de misère physiologique qui rend vraiment pénible l'hygiène de la toilette et exige un effort que l'observation révèle supérieur à l'énergie du grand nombre ».

On ne peut souscrire sans restriction à ce principe que « l'homme du peuple n'aime pas l'eau ». Qu'en savons-nous? La lui a-t-on rendu « aimable»? Jusqu'à l'installation des « bains-douches » la pratique de l'hydrothérapie s'entourait pour lui des plus grandes difficultés. Se rendre dans un établissement de bains, y attendre son tour, payer cher, séjourner dans une baignoire, c'était du temps et de l'argent dépensés alors qu'il n'avait ni l'un ni l'autre, Quant aux grands lavages à domicile, ils ne pouvaient être du goût de la ménagère qui y trouvait un fâcheux surcroît de besogne. Mais voici paraître le « bain-douche ». La contribution est réduite au minimum puisqu'on le donne à 0,10 centimes et qu'on entrevoit le moment où le chiffre de 0,05 centimes pourra être atteint, savon et linge compris. Point de temps perdu car c'est, de tous les bains, le plus rapide; c'est aussi le plus parfait comme propreté et l'un des plus agréables comme sensation. Or partout où le bain-douche fonctionne, son succès est intense et l'on a vu en France des sociétés constituées à cet effet par des philanthropes qui n'attendaient point un fort intérêt de leurs capitaux, distribuer très vite du quatre pour cent aux actionnaires. Ce qui est inouï — osons même dire : monstrueux — c'est que, de toutes parts, les bains-douches n'aient pas été se multipliant, c'est que, dès à présent, il n'y en ait pas dans toutes les écoles, dans toutes les usines, dans tous les lieux

où se trouvent agglomérés des travailleurs du cerveau ou du muscle. Ce serait le devoir des gouvernements d'y veiller et, du jour au lendemain, l'hygiène publique s'améliorerait dans des proportions extraordinaires.

On verrait alors que l'homme du peuple est tout prêt à aimer l'eau. Par contre, il sera très difficile de lui faire aimer l'air à la façon dont l'entendent les apôtres de l'aérothérapie. Bien des gens modestes ont encore une salle de bains à portée, mais allez donc dans les villes et même dans les campagnes leur faire prendre un bain d'air, un simple bain d'air car nous ne parlons pas du vrai bain de soleil avec sudation qui serait fort dangereux à populariser. Chez eux il n'y faut guère songer. Ce sont donc des établissements à créer. Mais là encore que de temps perdu sans compter l'atmosphère variable qui aurait son mot à dire. Et puis, dans beaucoup de pays, le préjugé de la pudeur est intense. On ne se déshabille que sur le bord de la mer ou le long d'un cours d'eau; sur l'herbe ou sous les arbres, cela passe pour inconvenant. En vérité on ne voit pas les masses populaires amenées à l'hydrothérapie par le bain d'air tandis qu'on les voit parfaitement se laisser conquérir rapidement par le bain-douche. Et notez que cette hydrothérapie est indispensable. Il est très exact que le bain d'air constitue une sorte de nettoyage interne, de filtrage des organes, mais l'eau seule met la peau en état de propreté ce qui est la première condition de son bon fonctionnement.

Donc : eau froide pour les bien-portants qui peuvent s'y adonner et eau tiède pour tout le monde, telle est la règle initiale et fondamentale de l'évangile hygiénique. Le rôle de l'hydrothérapie quotidienne étant ainsi défini et de façon à ce que ne puissent l'entamer les campagnes exagérées menées à droite et à gauche par les exclusifs de l'aérothérapie, venons à celle-ci pour lui faire à son tour la place à laquelle elle a droit.

(A suivre.)



## Chronique du mois.

---

Les exigences de la mise en pages ont l'autre mois coupé les ailes — ou mieux les skis — de votre chroniqueur, lecteurs. Il n'en avait pas fini avec les sports d'hiver. Il voulait encore médire