

Nous donnons ci-dessous quelques extraits d'un article paru sous ce titre dans la revue gymnique américaine « Sunshine and Health ». On y trouvera des vues particulièrement intéressantes sur la valeur psychologique du nudisme qui n'est pas seulement, comme certains le pensent, une simple pratique d'hygiène physique.

La psychologie du nudisme

Dans mon petit livre, « La Psychologie du suicide », publié en 1927, lorsque j'avais 26 ans, je suggérais que la psychologie, appliquée à un sujet déterminé, pouvait être décrite en termes de symbolisme.

Si l'on accepte cette manière de voir, quel symbolisme peut être associé au nudisme ?

Nous n'avons pas ici à consulter d'obscur ouvrages, mais simplement besoin de nous entretenir avec les nudistes eux-mêmes. Le témoignage de première main est toujours supérieur. Le nudiste est un symbole de vérité, la vérité concernant le corps humain. Et parcequ'il est une expression de la vérité touchant le corps humain, il fait partie intégrante de la vérité en général.

L'esprit humain se révolte instinctivement contre l'hypocrisie, la simulation, la fraude. Les vêtements, comme le remarquait Thomas Carlyle, constituent l'une des formes de l'hypocrisie. **Ils sont ce que vous n'êtes pas.** S'en libérer, c'est échapper à cette forme particulière d'hypocrisie.

On trouvera dans ce concept la cause essentielle de la joie et de l'exaltation du nudiste.

Ce dernier, au sens physique et matériel, devient lui-même un symbole de vérité. Il en est éclairé et fortifié.

Les conséquences d'un tel concept sont évidentes.

Ce n'est pas parmi les nudistes qu'on recrutera facilement des gens en vue d'une conspiration secrète ou criminelle.

Ouverts et francs, par tendance, dans leur comportement, il ne se prêtent pas, par définition, à tout ce qui est fraude et tricherie.

De mes observations des milieux nudistes, je dois admettre que le pourcentage d'actes criminels qu'ils peuvent commettre est tellement au-dessous de la moyenne sociale qu'il faut le considérer comme infinitésimal.

Le fait de se mettre nu est une révolte contre l'hypocrisie, si l'on tient compte des mœurs contemporaines.

Ce n'est pas un acte honteux car la vérité n'a, en elle-même, rien d'impudique.

La tyrannie des vêtements, à travers les siècles, nous a tellement obsédés, tellement conduits d'une inhibition à une autre, que c'est seulement depuis le début du XX^e Siècle que nous avons

appris à ne pas avoir honte de notre corps.

Progressivement, nous revenons aux habitudes des anciens Grecs.

Si la tendance actuelle persiste, je prédis qu'avant un siècle, le nudisme sera devenu aussi courant que dans la Grèce antique.

Alors, le corps humain en pleine santé sera glorifié comme il devrait l'être.

Des observateurs superficiels ont rejeté le nudisme comme étant une forme d'exhibitionnisme. Mais, les vêtements, y comprise la mode elle-même, ne sont-ils pas l'une des formes les plus typiques de l'exhibitionnisme ?

Quelle femme, se parant devant un miroir selon les canons de la dernière mode, n'exprime pas un complexe d'exhibition ? Beaucoup de gens qui condamnent hautement le nudisme aiment ainsi à parader !



Photo I.G. CAHORS

Cette ostentation n'est-elle pas en soi une expression évidente d'un complexe d'exhibition ?

Qui soutiendrait que les vêtements sont le reflet de la vérité ? Quelle exaltation de l'esprit y a-t-il **en prétendant être quelque chose que vous n'êtes pas ?**

Benjamin Franklin, généralement considéré comme l'un des sages de l'histoire américaine, était un nudiste confirmé.

Des gens prudes lui reprochaient de recevoir des invités sans aucun vêtement. En réalité, il saisissait très bien le symbole de vérité que représente la pratique du nudisme.

Peut-on imaginer quelque chose de plus stupide que de revêtir des animaux ? En supposant que l'appareil vestimentaire des chevaux et des moutons soit soumise chaque année aux exigences de la mode, est-ce qu'elle aurait un sens ?

Si l'on met de côté la nécessité de se protéger contre le froid, pourquoi voudriez-vous, du seul point de vue psychologique que l'animal humain soit différent ?

Le mouvement nudiste a été interdit partout où on a porté atteinte à la liberté et au droit de se réclamer de la vérité. Ce fut le cas dans les pays autoritaires.

Le nudisme étant, psychologiquement, une expression de la liberté — **être réellement ce qu'on est** — il est naturel que les dictatures soient instinctivement opposées à lui.

C'est logique, une relation de cause à effet.

Dans les pays du Vieux Monde où le droit des individus est respecté, le nudisme y est largement toléré, particulièrement en Suède, au Danemark, en France, dans l'Allemagne de l'Ouest, etc...

Certains détracteurs soutiennent que le port de vêtements réduits, habituellement des shorts ou des slips, aurait les mêmes effets hygiéniques que le nu intégral.

Ceux-là ne voient, je le répète, ce facteur psychologique capital qui consiste à se libérer de l'hypocrisie des vêtements, à devenir soi-même une expression de la vérité.

La valeur du nudisme ne se démontre pas seulement par l'action bienfaisante du soleil et de l'eau, et en général des agents naturels, mais aussi par l'exaltation qui se produit lorsque l'esprit se libère des tabous psychologiques et sexuels qui entourent le corps humain.

Etre ce qu'on est réellement, dans le sens physique du terme, et sans aucune affectation, est un véritable tonique psychologique, bienfaisant aussi bien pour le corps que pour l'esprit.

Le nudisme provoque donc davantage un bien-être mental et spirituel que physique.

Ses bases psychologiques sont particulièrement solides.

Quand Benjamin Franklin proclamait, il y a deux siècles, son admiration pour les Grecs de l'Antiquité, il ne se doutait pas qu'un jour les naturistes épouseraient les mêmes vues.