

Vivre d'Abord!



B I M E S T R I E L
1961 - Série 4 - N° 73-404
X X X V ° A N N E E
JANVIER-FEVRIER 1961

VOULOIR :

Paix, Travail, Santé.

LES CHOSES ÉTANT CE QU'ELLES SONT...

par KIENNÉ DE MONGEOT

Regarde derrière toi, et souviens-toi que tu es homme.

Tertullien (1)

DE tout ce que le progrès offre aux humains, ils ne retiennent que ce qui réduit leurs efforts et augmente leurs jouissances. Allez donc leur dire que l'effort est indispensable à leur vigueur physique, à leur bon équilibre mental, à leur bonheur même comme à l'ennoblissement de leur existence !

Il y a quelque trente ans, la pratique de la gymnité était une école de virilité. Ses adeptes se mettaient nus hiver comme été. Ils ne craignaient pas de se livrer à de durs travaux physiques. Aujourd'hui, ils entendent que le soleil préside à leurs jeux, le plus souvent à leur farniente, et plus ses rayons sont ardents, plus ils sont satisfaits. D'ailleurs, le « nudiste », le vrai, le pur, se reconnaît à la couleur de sa peau bien plus qu'à sa santé et à son développement musculaire. D'où le succès du Midi et aussi... des huiles solaires ! C'est là une hérésie.

Autrefois, les bienfaits résultant du contact de l'air sur la peau et ceux de l'oxygénation de l'organisme étaient recherchés ; maintenant ils semblent dédaignés. Cependant un centenaire peut terminer ses jours sans jamais avoir exposé son épiderme aux rayons du soleil, tandis qu'il suffit d'imperméabiliser la peau d'un sujet pendant quarante-huit heures pour qu'il ressente des phénomènes d'asphyxie.

Débarrasser l'organisme des toxines, de toutes les impuretés qui l'encombrent est indispensable à la santé du corps. On y parvient par l'exercice et la transpiration. Doit-on ajouter qu'il faut se garder d'absorber des éléments toxiques, alimentaires et autres ?

Il en va de même en ce qui concerne l'hygiène mentale. La sagesse fait partie de cette hygiène.

L'esprit pour être clair, pour posséder un bon équilibre, pour être capable de choisir ce qui convient à la santé du corps, doit aussi être désintoxiqué ; c'est-à-dire être débarrassé des préjugés nuisibles, des idées fausses l'empêchant de penser sainement.

C'est par les sens que le cerveau entre en contact avec la vie. Ce sont les sens qui forment l'intelligence. Avec quel soin jaloux faut-il, en conséquence, les préserver de tout ce qui peut les pervertir.

Lacordaire exprime excellemment dans « Pages choisies » (des signes de la chute dans l'humanité. 1850 p. 309) ce que nous ne cessons de répéter ici. Écoutons-le : « Sortez des chimères, et vous retrouverez la paix dans l'unité. Qui êtes-vous ? un corps qui a des désirs, conformes à ses besoins, et des voluptés conformes à ses désirs. Quand vous écoutez

vos désirs, vous n'écoutez que vos besoins, et quand vous écoutez vos besoins, vous ne faites qu'obéir à la nature, qui vous récompense par des voluptés. Qu'y a-t-il de plus simple, de plus juste et de plus invincible ? »

Obéir à la nature ? Satisfaire ses besoins légitimes, normaux ? N'est-ce pas ce que nous disons inlassablement ici ?

Tout étant intimement lié dans la vie, la société, la civilisation même dépendent de l'état des individus dont les actes influent sur leur organisation et leur orientation. Mais le progrès se développe, qu'il soit bon ou mauvais, avec une rapidité telle que la vie sociale, dans toutes ses branches, s'en trouve perturbée ainsi que l'évolution, qui devrait être harmonieuse, de la civilisation. L'individu, à moins qu'il ne se soit créé une existence indépendante et raisonnable, en subit les conséquences.

Avant la guerre, vers l'année 1930, certains mouvements politiques préconisaient une sorte de *personnalisme* dont le but, le terme l'indique, était de sauvegarder la personnalité et la dignité humaines. Nous sommes loin de cette heureuse formule, pris que nous sommes entre le marxisme totalitaire et le capitalisme qui, de jour en jour, se fait de plus en plus autoritaire. L'un et l'autre nous mènent stupidement et douloureusement au robotisme.

Toute cette longue palabre pour légitimer nos articles qui vont du domaine individuel au domaine social. Et tout cela n'est pas étranger à la nudité puisqu'elle est un *symbole de liberté, de vie saine et intégrale.*

*
**

CITONS une fois de plus M. Georges Duhamel : « Il y a déjà longtemps que j'ai dit et répété dans mes articles mon irritation de voir les peuples songer principalement à la navigation interstellaire, alors que des millions d'hommes souffrent de la faim. J'ai donc le sentiment d'avoir fait mon devoir à ce point de vue. (Pour vous Madame. Nov. 1960)

L'absurdité de notre vie actuelle est certaine. Elle rejoint le mode de vie U.S.A. et celui de l'U.R.S.S. C'est ainsi que la Russie qui possède des engins apocalyptiques de destruction a une agriculture déficiente !

Arts, éducation, instruction, littérature, pratiques religieuses même, politique, la science dans tant de ses branches et la sociologie ne correspondent plus avec les besoins naturels de l'homme ni avec ses aspirations nobles. Aussi peut-on dire, sans crainte d'être taxé d'exagération, que toutes les valeurs réelles sont odieusement piétinées. Il n'est, pour s'en rendre compte, que de lire la presse, que d'écouter les émissions de la radio qui troublent pernicieusement la quiétude de notre domicile, intoxiquant dangereusement notre esprit.

Naïves et vaines élucubrations que tout cela ? Vaines, peut-être et malheureusement.

Sont surtout naïfs ceux qui ne tirent pas de leçons des différents événements qui ont bouleversé le monde depuis quarante-six ans. Retenons de ces événements seulement les

I. Apologétique. P. 41. Ch. XXXIII. C'est ce que criait le peuple derrière le char de l'empereur ; c'est ce que l'on pourrait crier à certains puissants de nos jours : hommes politiques et savants et aussi au commun des mortels.

LES CHOSES ÉTANT CE QU'ELLE

Regarde derrière toi, et souviens-toi que tu es homme.

Tertullien (1)

DE tout ce que le progrès offre aux humains, ils ne retiennent que ce qui réduit leurs efforts et augmente leurs jouissances. Allez donc leur dire que l'effort est indispensable à leur vigueur physique, à leur bon équilibre mental, à leur bonheur même comme à l'ennoblissement de leur existence !

Il y a quelque trente ans, la pratique de la gymnité était une école de virilité. Ses adeptes se mettaient nus hiver comme été. Ils ne craignaient pas de se livrer à de durs travaux physiques. Aujourd'hui, ils entendent que le soleil préside à leurs jeux, le plus souvent à leur farniente, et plus ses rayons sont ardents, plus ils sont satisfaits. D'ailleurs, le « nudiste », le vrai, le pur, se reconnaît à la couleur de sa peau bien plus qu'à sa santé et à son développement musculaire. D'où le succès du Midi et aussi... des hulles solaires ! C'est là une hérésie.

Autrefois, les bienfaits résultant du contact de l'air sur la peau et ceux de l'oxygénation de l'organisme étaient recherchés ; maintenant ils semblent dédaignés. Cependant un centenaire peut terminer ses jours sans jamais avoir exposé son épiderme aux rayons du soleil, tandis qu'il suffit d'imperméabiliser la peau d'un sujet pendant quarante-huit heures pour qu'il ressente des phénomènes d'asphyxie.

Débarrasser l'organisme des toxines, de toutes les impuretés qui l'encombrent est indispensable à la santé du corps. On y parvient par l'exercice et la transpiration. Doit-on ajouter qu'il faut se garder d'absorber des éléments toxiques, alimentaires et autres ?

Il en va de même en ce qui concerne l'hygiène mentale. La sagesse fait partie de cette hygiène.

L'esprit pour être clair, pour posséder un bon équilibre, pour être capable de choisir ce qui convient à la santé du corps, doit aussi être désintoxiqué ; c'est-à-dire être désencombrer des préjugés nuisibles, des idées fausses l'empêchant de penser sainement.

C'est par les sens que le cerveau entre en contact avec la vie. Ce sont les sens qui forment l'intelligence. Avec quel soin jaloux faut-il, en conséquence, les préserver de tout ce qui peut les pervertir.

Lacordaire exprime excellemment dans « Pages choisies » (des signes de la chute dans l'humanité. 1850 p. 309) ce que nous ne cessons de répéter ici. Écoutons-le : « Sortez des chimères, et vous retrouverez la paix dans l'unité. Qui êtes-vous ? un corps qui a des désirs, conformes à ses besoins, et des voluptés conformes à ses désirs. Quand vous écoutez

vos désirs, vous n'écoutez vos besoins, vous récompensez par de plus juste et de p

Obéir à la nature, mais ? N'est-ce pas

Tout étant intelligence, la civilisation même des actes influent sur le progrès se développe avec une rapidité telle que la vie trouve perturbée ainsi la vieillesse, de la civilisation crée une existence nouvelle avec ses conséquences.

Avant la guerre, les politiques préconisaient le but, le terme l'indiquait et la dignité humaine, formule, pris que nous et le capitalisme qui autoritaire. L'un et l'autre loureusement au ro

Toute cette loi qui vont du domaine cela n'est pas étrange de liberté, de vie so

CITONS une fois déjà longtemps mon irritation à la navigation internationale souffrent de la faim, devoir à ce point de

L'absurdité de ce mode de vie U.S. Russie qui possède une agriculture

Arts, éducation, vieillesse même, politique et la sociologie ne créent de l'homme ni dire, sans crainte de valeurs réelles son s'en rendre compte émissions de la radio de notre domaine esprit.

Naïves et vain peut-être et malheur

Sont surtout nombreux différents événements quarante-six ans. F

I. Apologétique. P. 41. Ch. XXXIII. C'est ce que criait le peuple derrière le char de l'empereur ; c'est ce que l'on pourrait crier à certains puissants de nos jours : hommes politiques et savants et aussi au commun des mortels.

ES ÉTANT E QU'ELLES SONT...

par KIENNÉ DE MONGEOT

vos désirs, vous n'écoutez que vos besoins, et quand vous écoutez vos besoins, vous ne faites qu'obéir à la nature, qui vous récompense par des voluptés. Qu'y a-t-il de plus simple, de plus juste et de plus invincible ? »

Obéir à la nature ? Satisfaire ses besoins légitimes, normaux ? N'est-ce pas ce que nous disons inlassablement ici ?

Tout étant intimement lié dans la vie, la société, la civilisation même dépendent de l'état des individus dont les actes influent sur leur organisation et leur orientation. Mais le progrès se développe, qu'il soit bon ou mauvais, avec une rapidité telle que la vie sociale, dans toutes ses branches, s'en trouve perturbée ainsi que l'évolution, qui devrait être harmonieuse, de la civilisation. L'individu, à moins qu'il ne se soit créé une existence indépendante et raisonnable, en subit les conséquences.

Avant la guerre, vers l'année 1930, certains mouvements politiques préconisaient une sorte de *personnalisme* dont le but, le terme l'indique, était de sauvegarder la personnalité et la dignité humaines. Nous sommes loin de cette heureuse formule, pris que nous sommes entre le marxisme totalitaire et le capitalisme qui, de jour en jour, se fait de plus en plus autoritaire. L'un et l'autre nous mènent stupidement et douloureusement au robotisme.

Toute cette longue palabre pour légitimer nos articles qui vont du domaine individuel au domaine social. Et tout cela n'est pas étranger à la nudité puisqu'elle est un *symbole de liberté, de vie saine et intégrale.*

*
**

CITONS une fois de plus M. Georges Duhamel : « Il y a déjà longtemps que j'ai dit et répété dans mes articles mon irritation de voir les peuples songer principalement à la navigation interstellaire, alors que des millions d'hommes souffrent de la faim. J'ai donc le sentiment d'avoir fait mon devoir à ce point de vue. (*Pour vous Madame*, Nov. 1960)

L'absurdité de notre vie actuelle est certaine. Elle rejoint le mode de vie U.S.A. et celui de l'U.R.S.S. C'est ainsi que la Russie qui possède des engins apocalyptiques de destruction a une agriculture déficiente !

Arts, éducation, instruction, littérature, *pratiques* religieuses même, politique, la science dans tant de ses branches et la sociologie ne correspondent plus avec les besoins naturels de l'homme ni avec ses aspirations nobles. Aussi peut-on dire, sans crainte d'être taxé d'exagération, que toutes les valeurs réelles sont odieusement piétinées. Il n'est, pour s'en rendre compte, que de lire la presse, que d'écouter les émissions de la radio qui troublent pernicieusement la quiétude de notre domicile, intoxiquant dangereusement notre esprit.

Naïves et vaines élucubrations que tout cela ? Vaines, peut-être et malheureusement.

Sont surtout naïfs ceux qui ne tirent pas de leçons des différents événements qui ont bouleversé le monde depuis quarante-six ans. Retenons de ces événements seulement les

deux guerres et leurs séquelles. N'ont-elles pas marqué notre époque d'un sceau de stupidité et d'infamie ? Cependant, le genre humain n'a pas eu et n'a pas le moindre sursaut de révolte contre des mœurs, contre une morale, contre des lois sociales, contre des recherches scientifiques meurtrières qui diminuent les libertés, réduisent le bonheur et font grandir la peur.

C'est que les hommes sont tous victimes de leur orgueil, et que le mode de vie qu'ils ont accepté avec joie, ou passivement, leur a fait perdre conscience de leur nature, et même, ce qui est inimaginable ! de leur instinct de conservation.

On pourrait dire que ce qui différencie l'homme de l'animal, c'est que ce dernier n'a que des besoins naturels à satisfaire tandis que l'homme n'a de cesse qu'il n'ait satisfait ses passions.

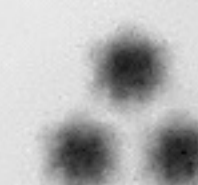
Nous ramenons souvent nos lecteurs à la nature et aux lois universelles. Lisons ce qu'en dit Lacordaire dans « Pages choisies » (p. 195) : « Ce qui est universel est perpétuel, comme ce qui est infini est éternel ; car rien ne peut être universel dans l'humanité que ce qui a un rapport nécessaire avec la nature de l'homme, et la nature de l'homme ne changeant pas, ce qui a un rapport nécessaire avec sa nature ne change pas non plus ».



« **R**EMONTEZ, ô malheureux mortels, aux principes des choses : apprenez ce que nous sommes, pour quelle fin nous sommes nés : quelle est notre place ; quel est l'art d'arriver au but sans se briser.... » (1)

Si cet appel pouvait être entendu de tous nos contemporains, particulièrement de ceux, tout puissants, qui sont nos guides, avant qu'il ne soit trop tard, alors nous pourrions entrevoir l'avenir avec espoir et confiance.

La gymnosophie que nous préconisons n'a pas d'autre but que de « remonter aux principes des choses ».



DE toutes les sciences, la connaissance de la nature est la plus belle et la plus sûre. C'est elle qui conduit à la connaissance de soi. C'est en se conformant à ses lois que l'on peut vivre sainement et sagement. En conséquence le bonheur recherché ici-bas, le bonheur dont il est légitime de vouloir jouir, ne peut avoir d'autres bases et ces bases sont les seules solides et durables.

(1) *Perse*, cité par saint Augustin dans la *Cité de Dieu*. L. 11, p. 101

C'est aux sources de la nature que les sages de tous les temps ont puisé leurs philosophies (2). Elles ont poli l'esprit et les mœurs des peuples et ont servi à l'élaboration des lois religieuses, civiles et politiques.

La vraie civilisation, celle qui tient compte des lois de la nature, qui a pour canon l'homme, se perd dans la nuit des temps. Elle est immortelle, tandis que les civilisations matérialistes disparaissent les une après les autres en ne laissant que désolation.

C'est incontestablement la nature, ses grandioses beautés, ses mystères qui ont éveillé l'âme de l'homme et développé son intelligence. Elle fut à l'origine de l'art véritable et reste son inspiratrice.

Est-ce donc être rétrograde que de respecter ses lois, de lui être fidèle pour qu'elle nous prodigue ses bienfaits ?

Que sont les merveilles de notre science comparée aux siennes ? Et qu'est-ce que l'augmentation de la durée de la vie humaine de quelques années alors qu'elle détient la source de toute vie : de la vie éternelle ?

Affirmer que deux et deux font quatre, n'est pas l'affirmation d'un esprit rêveur, mais bien celle d'un esprit positif qui le démontre bien en ne se laissant pas emporter d'enthousiasme pour un progrès sans but déclaré et incapable de rendre l'homme meilleur et plus heureux. Les religions et les philosophies ont plus fait pour l'homme en le maintenant dans sa condition, en le ramenant sans cesse à lui-même, en établissant de bénéfiques rapports entre lui et l'univers, que les progrès matériels, qui en développant son orgueil, lui font oublier l'humilité de sa condition, comme en le décivilisant, en le despiritualisant le ramènent à une sorte d'état de barbarie.

Le progrès ne libère pas l'homme : à ses besoins normaux il ajoute des besoins artificiels et multiplie ses passions. Il en fait un esclave de lui-même et des puissances régnautes et aussi un refoulé capable de folie sanguinaire.

(Suite page XIII)

2. Les savants et les professeurs interprètent, encore de nos jours, le mot *philosophie* par *amour de la sagesse*, dont le nom devrait être alors : *sophophilie*. Ils n'ignorent pas, cependant, que les philosophes furent des *savants* et que la philosophie fut réellement une *science* ; or l'acte d'*aimer la sagesse* ne constitue pas une *science*, puisque cet amour est, par lui-même, incapable de nous rendre savants.

Pythagore, d'ailleurs, trouvait trop fastueuse la dénomination de philosophe (qui étudie, qui connaît les choses cachées, les causes et les effets, la vérité), et accepte celle de *sage* (de *sapere*) qui goûte, qui se rend compte.

Le « Kama Kala » interdit... à New-York.

CET album magnifique, contenant des illustrations représentant les admirables sculptures des temples hindous, a pour sous-titre : **Interprétation philosophique des sculptures érotiques hindoues.**

L'auteur de cet intéressant et précieux ouvrage, MULK RAJ ANAUD est un érudit qui a étudié à fond non seulement les philosophies orientales mais aussi celles de l'Occident.

Son texte prépare à la contemplation et à la compréhension saine des illustrations qui l'accompagne.

« L'acte sexuel, écrit-il, permet une profonde expérience du mystère métaphysique de l'entité unique qui s'est dédoublée en se manifestant. Le rapprochement des principes mâle et femelle et leur jouissance prouvent leur unité intrinsèque et leur identité métaphysique ».

Malgré la haute valeur philosophique de cet ouvrage, qui a été accueilli en Europe avec un vif intérêt, il vient d'être arrêté à la douane new-yorkaise qui en retient mille exemplaires.

Quand donc viendra le temps où une distinction judicieuse sera faite entre érotisme et pornographie ? Et aussi entre **gymnité** et « **apoi-lisme** » ? Entre le **déshabillage** des plages et la saine **nudité** des centres de plein air et d'hygiène intégrale ?

Libération sexuelle.

TROUVER une éthique sexuelle raisonnable, capable de contribuer à l'amélioration des êtres humains et de leur apporter plus de bonheur, n'est point chose aisée. En effet, chaque fois que des hommes ont tenté de répandre plus de sagesse, plus de bonheur, ils virent se dresser devant eux, pour anéantir leurs efforts, des puritains défenseurs, en vérité, des privilèges de certaines castes qui savent bien que libérer l'homme de lui-même correspond à le libérer de ses maîtres.

C'est ainsi que le docteur Kinsey, de réputation mondiale, se heurta au sectarisme des puritains assoiffés de domination.

Le docteur Lenz dans son ouvrage « Mœurs sexuelles exotiques » (en vente à VIVRE) fait connaître les procédés employés pour nuire au Dr Kinsey.

La calomnie fut largement employée contre lui.

« Jusqu'à la publication du rapport N° II, Kinsey, en tant que directeur d'un service de recherches scientifiques, avait bénéficié d'une allocation annuelle de 100.000 dollars, versée par Rockefeller, nous apprend le Dr Lenz. En 1954, il fut avisé de la suppression de cette contribution. Un peu plus tard, il apprit que certains groupements exerçaient une pression croissante sur les mécènes qui lui restaient afin de les amener à cesser de soutenir « l'institut immoral ». En somme, les puritains s'apprêtaient à l'étrangler, discrètement mais sûrement.

« Kinsey serra les dents et poursuivit son travail »

Mais il dut lutter âprement contre ses adversaires tout en poursuivant son inlassable labeur. A soixante-deux ans, il mourut d'une brutale dépression nerveuse, ce qui n'a rien de surprenant. Ainsi, une fois de plus, les puritains remportèrent une misérable victoire et contre un savant !

On s'imagine combien leur action est plus facile lorsqu'elle s'attaque à des personnages moins importants.

VIVRE D'ABORD ! s'honore d'avoir compté l'illustre sexologue parmi ses abonnés, abonnement que continue l'INDIANA UNIVERSITE dont il était le directeur.

METTEZ AUSSI VOTRE AME A NU...

*par le Docteur MARCEL VIARD,
Professeur à l'École Supérieure d'Anthropobiologie.*

DEVANT le succès remporté par mon ami M. de Mongeot dans sa campagne pour le Nu, dont tous les partisans convaincus se sont fait connaître à nous dans ces derniers temps ; devant aussi quelques adversaires, dont les convictions doivent être respectées, il m'a paru intéressant de rechercher les causes profondes, d'ordre psychologique, qui ont fait apparaître à quelques-uns la gymnité comme une pratique bienfaisante et par d'autres comme une innovation dangereuse.

LA LOI DU MYSTERE

Tout ce qui est mystérieux, occulte, caché, éveille ou la curiosité ou la crainte, et cette curiosité, cette crainte disparaissent le jour où le mystère disparaît lui-même. Nos ancêtres craignaient les orages parce qu'ils n'en connaissaient pas la véritable cause ; ils s'imaginaient que les éclairs et le tonnerre étaient un effet de la colère des dieux ! Lorsqu'ils en eurent l'explication scientifique, leurs craintes disparurent presque complètement. Et si quelques-uns d'entre nous ont encore quelque difficulté à vaincre la peur dans cette circonstance, c'est que leur subconscient garde dans ses profondeurs le souvenir d'un bouleversement ancestral.

Les hommes silencieux, discrets, mais qui ont la faculté de penser avec fermeté et d'agir avec énergie, éveillent

Photo L. Tremellat



DEVANT le succès remporté par mon ami M. de Mongeot dans sa campagne pour le Nu, dont tous les partisans convaincus se sont fait connaître à nous dans ces derniers temps ; devant aussi quelques adversaires, dont les convictions doivent être respectées, il m'a paru intéressant de rechercher les causes profondes, d'ordre psychologique, qui ont fait apparaître à quelques-uns la gymnie comme une pratique bienfaisante et par d'autres comme une innovation dangereuse.

LA LOI DU MYSTERE

Tout ce qui est mystérieux, occulte, caché, éveille ou la curiosité ou la crainte, et cette curiosité, cette crainte disparaissent le jour où le mystère disparaît lui-même. Nos ancêtres craignaient les orages parce qu'ils n'en connaissaient pas la véritable cause ; ils s'imaginaient que les éclairs et le tonnerre étaient un effet de la colère des dieux ! Lorsqu'ils en eurent l'explication scientifique, leurs craintes disparurent presque complètement. Et si quelques-uns d'entre nous ont encore quelque difficulté à vaincre la peur dans cette circonstance, c'est que leur subconscient garde dans ses profondeurs le souvenir d'un bouleversement ancestral.

Les hommes silencieux, discrets, mais qui ont la faculté de penser avec fermeté et d'agir avec énergie, éveillent un sentiment de curiosité sympathique, d'admiration, et, par cela même, deviennent attractifs.

Une femme jolie et coquette, qui aura, par conséquent, le don de laisser supposer beaucoup de belles choses soit physiques, soit morales, en vertu de la même loi, éveillera un sentiment de curiosité et d'envie chez ses amies, alors que ce sentiment pourra se transformer rapidement chez les hommes en désir de possession.

Il y a quelque vingt ans, lorsque les femmes, dans certaines circonstances, étaient obligées de relever un peu leurs jupes, qui étaient très longues à cette époque, et de laisser apercevoir une partie de leurs mollets, elles étaient presque montrées du doigt par leurs compagnes, tandis que les hommes, par galanterie (?), feignaient de n'avoir rien vu...

Aujourd'hui, c'est beaucoup plus haut que leurs regards se portent. Mais il reste encore quelque chose de caché qui tient leur imagination et leurs sens en éveil.

Mais si tout est à découvert, la curiosité et les désirs malsains disparaissent.

Nous soulignons cette dernière phrase, car nous aurons à la répéter tout à l'heure, mot pour mot, lorsque nous porterons l'analogie sur le plan moral.

Ce que nous avançons ici a eu, d'ailleurs, sa vérification à plusieurs reprises. On sait qu'en Allemagne la nudité est en honneur. Il y a quelques années lorsque les music-halls donnèrent leurs premiers numéros de nu, il y eut un moment de surprise pour tout le monde, et, peut-être, de réelle satisfaction pour les hommes. Mais cette satisfaction fut de courte durée. Aussi vit-on les habitués des établissements faire des pétitions pour que, sur la scène, on habille un peu les femmes !

LA LOI DU RYTHME ET CELLE DES HARMONIQUES

Tout est rythme dans la Nature. Si nous observons les astres ils nous donnent la preuve d'un rythme merveilleux. La Terre ne tourne-t-elle pas sur elle-même en 24 heures,





Photo L. Tremellat

Lycurque sentit la nécessité de former pour sa république, des hommes d'une trempe extraordinaire, d'une force d'âme et de corps capable de faire prospérer ses entreprises. Il étendit ses institutions jusqu'aux sources de l'existence. Il voulait peupler sa république de citoyens forts robustes et capables de la défendre avec zèle, avec vigueur. Sachant quelle était sur les hommes l'influence des femmes, il forma celles-ci de manière qu'elles pussent à leur tour former au moral, comme au physique, des hommes propres à remplir ses sages institutions.

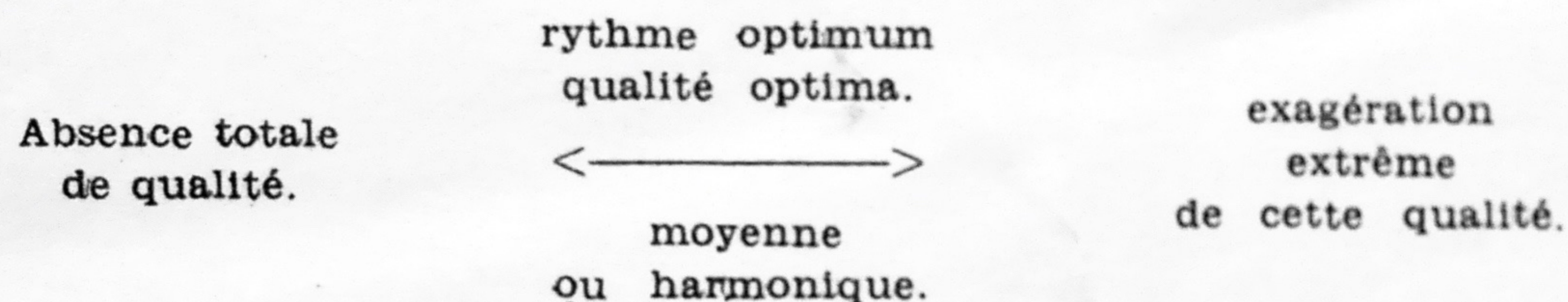
Le succès qu'il obtint prouve son grand génie, l'excellence de ses institutions.

La République de Sparte, qui a fait l'admiration des anciens et des modernes, a duré plus de cinq cents ans !

À notre époque de sciences étrangères à la nature de l'être, à ses besoins naturels, à ses aspirations non moins naturelles, alors que le strip-tease érotique est largement offert au public, que les amours des pin-ups et autres « célébrités » sont étalés dans les pages des journaux, que les pires scandales sont « montés en épingle », tout idéal est bafoué par une société robotisée, dissolue, despiritualisée et hypocrite ; ceux qui par la sainte nudité préconisent le retour à l'homme réel et qui prennent la défense de son indépendance et de sa dignité sont mis au ban de la société et parfois traduits en correctionnelle !

et autour du Soleil en 365 jours ? Il y a 4 saisons dans une année. Le cœur bat 7 fois par minute. Nous respirons 16 fois par minute, etc., etc. Et chaque fois qu'un rythme est perturbé il y a accident. C'est, chez l'homme, ou la maladie ou la mort.

Pour que l'être humain vive d'une façon saine, il faut qu'il se rapproche de la Nature le plus près possible. Sur le plan physique, ce qui lui donnera le plus de satisfaction c'est la pratique du Naturisme, c'est-à-dire une alimentation surtout végétarienne et fruitarienne, une élimination parfaite, la culture physique, les bains d'air, d'eau, de soleil. Il importe, en effet, que l'organisme évite l'intoxication, que ses humeurs (sang, lymphe, sécrétions) restent dans un état de pureté parfaite, qu'il demeure fidèle à la loi des Harmoniques qui peut être représentée par le schéma suivant :



Un homme dont tous les organes fonctionnent parfaitement, sans accumuler de toxines, a le maximum de chances d'avoir des pensées et des désirs sains. Ou bien s'il lutte contre certaines influences mauvaises venant de son atavisme, ou de ses fréquentations, il le fera avec facilité et la certitude de rester toujours maître de lui.

Un système nerveux qui baigne dans des toxines est forcément excitable, hyperexcitable même, et ses réactions ne sont plus normales. Le cerveau lui-même est le siège d'un tourbillonnement de pensées, la plupart du temps de mauvaise qualité, et les désirs deviennent impérieux et tyranniques ! L'être conscient est dans l'impossibilité de

maîtriser son subconscient ; les impulsions règnent en maîtresses. Tous les rythmes sont perturbés. Quoi de plus naturel alors que les personnes gavées de produits toxiques perdent progressivement le sens moral et poursuivent toute leur vie la chimère du bonheur en le recherchant dans les plaisirs les plus malsains qui les laissent toujours fatiguées inassouvies, désemparées ! Ce n'est pas à celles-là que nous conseillerons le nu en collectivité !

LA LOI D'HOMOLOGIE

Cette loi sert de base à l'étude des tempéraments ; on l'exprime ainsi : « *Il existe des rapports constants entre la forme et le mouvement ; entre le mouvement et l'état d'âme* ». En effet, si les traits sont gros, empâtés, les chairs grasses, les gestes seront lents et indécis (lymphatiques). Si, au contraire, le visage est osseux, les muscles saillants, les mouvements seront larges et précis (bilieux). D'autre part les gestes lents et indécis du premier individu traduiront une indécision de la volonté, une lenteur marquée dans la conception et, en général, dans le fonctionnement de la pensée. Les gestes larges, précis (1) caractérisent les volontaires à esprit dominateur, à grande puissance mentale. Entre ces deux extrêmes se place le sanguin et le nerveux.

Chose curieuse, la pratique du Naturisme (bains d'air, bains de soleil, hydrothérapie, etc.) donne plus de fermeté aux premiers, elle les tonifie ; elle tempère l'ardeur des seconds. Elle tend donc à ramener chaque tempérament à son rythme optimum, à la moyenne, à l'harmonique. Et, en même temps qu'on voit apparaître une transformation physique, on assiste à une véritable évolution morale.

L'évolution du tempérament, sa transformation, est donc chose possible. Et plus on appuiera sur le levier physique et plus on préparera l'esprit et le cœur à recevoir les enseignements et l'entraînement dont ils ont besoin pour atteindre, eux aussi, leur rythme optimum, c'est-à-dire un fonctionnement fécond et agréable.

LES LOIS BIOLOGIQUES ET LES LOIS PSYCHOLOGIQUES

Plus l'homme connaîtra et appliquera les lois biologiques et plus ses organes fonctionneront avec aisance. On peut en dire autant de l'esprit s'il observe les lois psychologiques. C'est donc par ignorance ou par veulerie, la plupart du temps, que nous commettons les fautes qui nous conduisent à la souffrance physique ou morale. Nos connaissances sont encore très bornées, mais si toutes ces lois (2), auxquelles nous faisons allusion, étaient bien connues et consciencieusement appliquées, nous assisterions à une véritable rénovation sociale qui éviterait bien des guerres, bien des haines, bien des malheurs de tous genres ! Aussi les êtres vraiment supérieurs, qui vivent en conformité avec ces lois, donnent-ils une impression d'équilibre, de calme, de quiétude, de maîtrise. Ils éprouvent une véritable joie à vivre parce que tout en eux est parfaitement rythmé.

Si tout est à découvert la curiosité et les désirs malsains disparaissent.

Ce qui précède ne s'adresse pas aux êtres tarés ou vicieux. Il est évident que seuls peuvent nous comprendre les individus normaux, ayant un idéal élevé.

Tout le monde sait qu'il y a inéluctablement un retentissement des réactions organiques et des gestes sur le plan mental. Le geste de se mettre nu fait naître dans le cerveau des pensées de franchise, de confiance, de simplicité, de pureté. Il faut, pour cela, être dans un état d'esprit spécial, celui de se rapprocher de la Nature pour acquérir des forces, la santé, et travailler à son évolution. Une cure de nudité, en pleine nature, est un excellent moyen de s'élever au-dessus des tentations (il existe des sectes religieuses qui la pratiquent pour conserver la chasteté) ; mais aussi pour se rapprocher de la Divinité !

Les derniers travaux de psychologie sur la confession et sur la méthode de Freud sont probants. Se confesser c'est mettre à nu sa conscience et, dans certains cas, cet exutoire moral libère celle-ci du poids souvent très lourd d'un remords, d'un scrupule qui, jusque-là, était la cause d'une idée fixe, d'une obsession, d'une angoisse. Mais la psychanalyse n'est-elle pas aussi une méthode de nudité morale capable de rendre d'immenses services ? Assurément la nudité physique et morale demande à être pratiquée avec infiniment de tact et il faut y être longuement préparé.

Préparé par une hygiène sévère et par la sublimation de ses désirs et de ses impulsions (3).

Dans ces conditions vous étonnerez-vous que cette pratique devienne une sorte de prière ?

Il est incontestable que l'organisme mental est extrêmement sensible et lorsqu'un sentiment pénible, humiliant, ou rendu tel par une éducation faussée, a été refoulé, « enterré », il réapparaîtra humiliant et pénible jusqu'à la fin de la vie ! Mais mettez à nu les recoins de votre subconscient et tout réapparaîtra normal. Le désir refoulé est nocif ; il est fécond lorsqu'il est exprimé et sublimé. La nudité physique ou morale doit être sublimée pour être digne d'un être fait à l'image de Dieu ! C'est celle-là seulement que nous conseillons. Il n'y a pas plus « d'indécence » à exposer son corps aux rayons vivifiants du soleil, qu'il n'y a d'indécence à relater ses rêves à un psychanalyste puisque, dans un cas comme dans l'autre, on accomplit un geste éminemment moral et purificateur.

Aussi, peut-on comparer la séance de nudité quotidienne à l'examen de conscience du soir. L'un et l'autre peuvent être pratiqués dans l'isolement ou en collectivité.

Il n'y a pas, il ne peut pas y avoir de honte à se mettre nu lorsque le sujet n'entretient que des pensées de bonne qualité, de santé, de pureté, d'évolution. Il ne peut y avoir de honte à exprimer ses désirs, ses impulsions, ses sentiments les plus secrets, lorsqu'on a la volonté ferme de les sublimer.

Enfin, comme le dit le D^r Dide (4) : « Une ancestrale puissance pousse les hommes à agir de façon à mettre en lumière leur valeur, leur courage... J'y vois la preuve d'un instinct qui remonte plus haut que les origines humaines et dont le but métaphysique est l'Amour... »

En fait, consciemment ou non, l'instinct génital domine toute la première partie de notre existence, et en affirmant que nos brillants guerriers sont souvent des héros en amour, je ne fais que répéter l'observation de tous les psychologues... Au fond de tout renoncement sublime existe un peu d'amour féminin... ».

(1) L'écriture est un geste qui nous donne de grandes précisions sur la valeur intellectuelle et morale des individus.

(2) Voir *Les lois de la vie saine*, du Dr P. Carton.

(3) Voir dans le numéro de *Vivre intégralement* du mois de décembre 1927 « La Sublimation des Impulsions ».

(4) *L'héroïsme dans ses rapports avec l'instinct génital*.

LES CHOSES ÉTANT CE QU'ELLES SONT...

(Suite de la page IV)

LE général de Gaulle aime à dire : « Les choses étant ce qu'elles sont... » Nous trouvons dans saint Augustin (La Cité de Dieu) une réponse à cette constatation. En effet, saint Augustin a dit : « Tels sont les hommes, tels sont les temps », donc les choses. En conséquence, les « choses étant ce qu'elles sont » pour les changer, pour les améliorer, il faut choisir les hommes les meilleurs, qui pensent en n'oubliant pas les leçons du passé, les cruelles réalités du présent et la nature de l'homme, pour préparer l'avenir. A moins que nous nous trouvions dans le meilleur des mondes ? Alors tout est pour le mieux ! Mais cela n'explique pas, bien au contraire, notre désir d'en découvrir d'autres au prix de durs sacrifices.

*
**

S'IL y a un problème de la nudité c'est parce que l'homme réel est en quelque sorte tenu en opprobre. Il n'a plus le droit d'être lui-même ; de revendiquer hautement de vivre selon sa nature. Il n'est plus qu'un être social, d'où le développement de l'hypocrisie dont il use pour échapper aux multiples contraintes antinaturelles qui lui sont imposées.

Alexandre, roi de Macédoine, consulta l'oracle de Jupiter Ammon et lui demanda quelles étaient les sources du Nil. Le sage, Maxime de Tyr fit alors cette judicieuse remarque : « Il eût été digne de lui et plus heureux pour nous qu'il demandât quelles sont les sources du mal ; car il importe

peu de quelle région descend le Nil, mais il nous importe beaucoup de savoir d'où viennent les maux qui accablent l'humanité ». Cette réflexion de Maxime de Tyr est encore valable de nos jours. En effet, il nous importe peu de savoir ce qui se passe dans les autres planètes, mais beaucoup de connaître les causes qui empêchent les hommes du XX^e siècle de se préoccuper, d'abord, du sort des Terriens.

AVIS IMPORTANT

SPARTA-CLUB

Exceptionnellement, les membres de la S.I.G. ainsi que tous nos abonnés pourront fréquenter le Sparta-Club pendant les mois à venir jusqu'à FIN JUIN en versant une cotisation mensuelle de VINGT NF.

Il est probable que le S.-C. cessera d'exister après la fin juin. Notre proposition n'a d'autre but que de permettre à tous ceux qui ne connaissent pas le tout premier club gymnique français, centre modèle et pilote, de le visiter et d'en profiter.

SOCIÉTÉ INTERNATIONALE DE GYMNOLOGIE

Nous voudrions de cette société faire un ordre mondial de Gymnologie. Dès que ne pèseront plus sur notre activité les lourdes et insurmontables charges du Sparta-Club, nous entreprendrons de donner force et vigueur à la S.I.G.. Nos adeptes seront tenus au courant par voie de circulaires.

VIVRE D'ABORD

Nos abonnés seront sans doute surpris de recevoir deux numéros au lieu d'un. Ce partage de notre revue n'a d'autre raison que de rattraper le retard dans notre parution. Il ne comptera dans l'abonnement que pour un numéro.