

Para

A.D.I. e N.B.I

sem eles este livro não seria escrito

Agradecimento dos editores

Registramos aqui a nossa gratidão a Mme. Andree, de Gaston e Andree, os famosos dançarinos, pelo uso de sua fotografia que ilustra a capa desta obra.

“NUDEZ SEM PUDOR”

O NUDISMO A PARTIR DE SEIS PONTOS DE VISTA

Tradução de Alexandre Mourão

Indicação editorial e revisão da tradução de Jorge Bandeira

PREFÁCIO DO AUTOR PARA A SEGUNDA EDIÇÃO

A mim foi pedido para que escrevesse o prefácio desta segunda edição de minha modesta obra, o que me dá a oportunidade de prolongar as considerações às quais tiveram acesso os leitores da primeira edição. Embora eu tenha escrito o livro por sentir que havia uma real necessidade (creio ter sido a única obra a respeito de nudismo já publicada), não estava preparado para o sucesso admirável que ele alcançou.

Aprendi boas coisas a partir da publicação do livro, sem que houvesse comentários adversos ou mesmo críticas. A principal é aquela que me fez perceber que o meu pensamento não é tão “avançado” como eu imaginei que fosse. Eu sei de um certo número de pessoas que poderiam ter se chocado em ouvir que eu escrevi uma obra que tratasse de um assunto como ‘nudismo’. Fiquei agradavelmente desapontado. Depois de abordar o assunto com certa delicadeza através de conversas sobre um livro que estava escrevendo e que tratava de um assunto relacionado a “banhos de sol”, eu descobri que, longe de ficarem chocadas, elas demonstraram um interesse genuíno, e, depois da leitura do livro, não fizeram nada mais a não ser elogiá-lo. Aqueles de quem eu mais esperava que o considerassem como “impróprio”, provaram estar inteiramente livres de tal pensamento. Este simplesmente não ocorreu a eles, o que prova o quanto depende de um ponto de vista. A fala de São Paulo a Tito, “aos puros todas as coisas são puras”, tornou-se tão banal que não pode mais ser considerada como tal, mas aqui está uma prova prática de sua verdade, além de confirmar a minha crença de que uma pessoa mentalmente sã não deve ver nada de vergonhoso ou indecente no corpo humano desprovido de roupas. Outro incidente foi esclarecedor. Minha esposa mostrou o livro a um amigo e sua esposa esperando desaprovação. Para sua surpresa ambos gostaram e o marido contou que um de seus clientes leva a esposa a uma colônia nudista para um mês de férias todos os anos. E nós duidávamos se esses amigos realmente conheciam o significado do Nudismo! A única crítica que recebi foi: “Você realmente pratica o que prega? A que Sociedade Nudista você pertence?” Quando eu disse que não pertencia a Sociedade alguma e que na verdade eu mesmo não praticava o Nudismo, recebi de volta um sorriso irônico. Até que eu notei que não “pregava”o Nudismo em meu livro. Minha introdução afirma claramente que ele não foi escrito com a intenção de servir “como propaganda contra ou a favor do Nudismo”. O objetivo do livro era o de colocar fatos e considerações ao leitor sobre os quais ele poderia formar o seu julgamento sem qualquer preconceito. Fosse eu mesmo um nudista teria sido fácil para mim alegar que eu tinha um machado para moer”, e que eu estava tentando, de maneira ardilosa, converter as pessoas pelos meus próprios métodos. A justiça inglesa é de qualidade tão elevada que seria possível que um magistrado, ao apreciar um caso que envolvesse suas predileções pessoais, tivesse seu julgamento aceito com o devido respeito; duvido, porém, se a mesma liberdade seria deferida a um escritor que tratasse de assunto controverso. Se as conclusões tiradas de meu livro favorecem o Nudismo é devido aos fatos que, por si só, formam argumentos sólidos, enquanto as idéias carentes de lógica, que foram erguidas

em torno da Nudez, se mostram pelo que elas são, ilusórias. Não quero converter ninguém ao Nudismo. Quero que as pessoas se agradem por si mesmas, assim como desejo que elas compreendam o que o Nudismo significa antes de formar uma opinião. Eu tenho procurado fazer o que um bom juiz faz – ajudar o júri a chegar a um veredicto analisando os fatos e resumindo as evidências.

Ocorreu a mim, porém, que uma experiência em primeira mão de atividades Nudistas poderia provar tanto a utilidade quanto o interesse e, tendo recebido o convite da Secretaria do que me parece ser um dos mais eficientes e satisfatórios Clubes deste país, de bom grado me aproveitei desta oportunidade, de encontrar Nudistas em seu “habitat natural”, por assim dizer. Acho que um breve relato de minhas experiências e reações será bem aceito pelo leitor. Quando recebi o convite e decidi aceita-lo, minha esposa acreditou que seria bom me fazer companhia. Eu acreditava que, mesmo mantendo os meus pontos de vista, eu poderia ficar sem as minhas roupas e entrar em uma Colônia Nudista sem o menor constrangimento; mas minha esposa começou a vacilar quando disse a ela que teria que fazer o mesmo. Ela pensou que “estava tudo bem para aqueles que gostam”. Resumindo, ela era a favor do Nudismo, mas encheu-se de dúvidas quando a questão envolveu uma participação pessoal. Escrevendo ao Secretário perguntei se poderia levar a minha esposa, comentei esta dificuldade de sua parte, e perguntei se, no caso de ela sentir frio ou timidez, se poderia usar um traje de banho. Sua resposta: “Ela pode usar o que quiser. Posso afirmar, por experiência própria, que a vergonha por estar vestida diante de pessoas nuas que ela ficará ansiosa por despir-se”. Não obstante, em caso de emergência levaríamos um traje de banho para minha esposa e calções de banho que eu costumo usar em meu jardim. Enquanto estávamos em nosso caminho, questionei-me se, na última hora, eu teria qualquer escrúpulo, mas a minha esposa disse que já estava decidida, caso isso acontecesse, a não entrar em pânico. Nossos temores não tinham qualquer fundamento. Depois de uma longa e cansativa viagem de Essex a Dorset chegamos à casa do Secretário nos limites de New Forest. As apresentações foram feitas em questão de segundos, e, depois de uma reunião de alguns minutos em seu escritório, nos sentimos em casa de velhos amigos. Tivemos sorte por termos um dia ideal para a nossa iniciação. Não havia razão para sentirmos frio. Um céu de azul bem límpido e um sol de calor agradável, misturados ao aroma de pinheiros e urze ao nosso redor nos deram a atmosfera perfeita e nosso anfitrião tão envantador quanto suas cartas me levaram a crer. Ele explicou que

sua esposa já tinha ido ao Clube quando sentiu que “uma tarde tão gloriosa como aquela era boa demais para ser desperdiçada”. Ele propôs que nos juntássemos logo, e depois de uma viagem de carro que durou alguns minutos, já estávamos diante de um portão interno onde vários carros estavam estacionados. Nosso amigo nos levou para uma tela de pequenas árvores espessas, reforçada com barbilhões de sete metros de altura. Ele abriu uma pequena porta com uma chave Yale e entramos no que nos pareceu um novo mundo. Não que houvesse alguma coisa a ser vista, a não ser árvores e arbustos, mas assim que a porta fechou atrás de nós senti que de uma forma sutil eu já era outra pessoa. Seguindo por uma trilha na floresta, chegamos a uma clareira com uma lona, dessas que servem de cobertura de piscina, aberta ao centro, algumas cadeiras e um Pavilhão com a parte central aberta. Enquanto estávamos nos degraus, uma senhora veio da floresta e nos foi apresentada como a esposa de nosso anfitrião. Se eu corria o risco de sentir qualquer embaraço, este já havia desaparecido. Nenhuma recepção poderia ser tão tranquilizadora, e ainda que estivéssemos vestidos e ela não, isso não parecia fazer a mínima diferença. Ela levou a minha esposa até o vestuário feminino enquanto meu anfitrião e eu nos despimos em um cubículo adjacente. Assim que saímos, avistei minha esposa conversando livremente com sua nova amiga – perfeitamente à vontade. A essa altura mais membros haviam chegado à clareira e trocávamos acenos e cumprimentos como se tivéssemos estado lá por anos. As duas damas se afastaram para dentro da floresta enquanto eu era guiado pelos domínios do Clube pelo Secretário. Eu não me proponho a descrever detalhadamente o Clube. Tal descrição será feita em um futuro livro, quando já tiver acumulada uma certa experiência em outros clubes. Aqui registro somente as impressões iniciais, minhas e as de minha esposa, já que não somos mais que pessoas comuns e acho que isso pode ser presumido pelos leitores deste livro que, acredito, sejam pessoas tão comuns quanto eu e que tenham a mesma sensação. Antes eu considerava o Nudismo por um ponto de vista físico. De dois anos para cá eu passei a apreciar a sensação de ter a pele banhada de sol e tenho a prova prática dos benefícios advindos, da mesma forma que senti uma espécie de elevação espiritual difícil de descrever. De alguma forma eu me sentia “superior” ao meu eu anterior e a todas aquelas pobres criaturas que jazem abafadas dentro de suas roupas e em seus preconceitos. Após uma completa inspeção dos recursos do clube, durante a qual nós conversamos e fumamos da mesma forma como faríamos em qualquer outro clube, nos encontramos novamente na clareira principal e tomamos chá sentados nas cadeiras no meio de outros membros. Em seguida fomos levados a uma das quadras de

esportes e participamos de jogos de “tennikoit” (n.do. t: jogo semelhante ao tênis, mas sem raquetes. Em lugar da bola, um anel de borracha é rebatido de uma lado a outro da quadra pelos seus jogadores. É necessário que o vencedor complete 21 pontos sobre o adversário. Contudo, para que seja declarado vencedor, deve-se abrir uma vantagem de dois pontos). Aqueles que nunca jogaram despidos não podem imaginar o quão diferente é. À parte a liberdade de movimentos, reina uma espécie de sensação de férias escolares que dobra o ânimo dos jogadores. De resto, foi uma experiência bastante agradável e mesmo tendo mantido a mente aberta enquanto escrevia este livro, agora posso afirma que sou um “pró-nudista”.

William Welby

PREFÁCIO DO AUTOR PARA A DÉCIMA SEXTA EDIÇÃO

Mais de quinze anos passaram desde a primeira edição deste livro, e a demanda por ele foi tanta e constante que meus editores acharam necessária a impressão de uma décima sexta edição. Durante este período eu recebi centenas de cartas de todo o tipo de gente, de todas as partes do mundo e, dessa forma, acabei fazendo boas amizades entre meus leitores.

Às vésperas da impressão da nova edição, pareceu-me que seria bom fazer uma revisão do texto, cuidadosamente, com a possibilidade de que algumas passagens, que poderiam ser consideradas desatualizadas, fossem reescritas, mas pouca ou nenhuma alteração foi feita. Os fatos históricos e científicos mencionados não podem, claro, ser modificados, e as opiniões expressas e deduções esboçadas foram confirmadas. Como está explicado no Prefácio para a Segunda Edição, minha família e eu nos tornamos nudistas praticantes quase imediatamente após a publicação da primeira edição e em meus livros posteriores eu descrevi nossas experiências e reações como nudistas regulares. Quando a Guerra teve início nosso Campo em Essex foi transformado em área restrita e em setembro de 1940 fomos “bombardeados” de nosso lar e fomos para Chiltern Hills, de modo que tivemos poucas oportunidades para a realização de nossas atividades. Tive, contudo, um fim de semana bastante agradável como convidado de um oficial da marinha em White House, Warleigham, e, retornando ao lar em 1945, recebi visitas de vários leitores, incluindo um da Holanda e outro de Nyasaland (n. do t.: atual

Malawi, na África). O New Forest Club, ao qual me referi em meu prefácio anterior, mudou-se posteriormente para uma casa grande nas proximidades de Bornemouth, com amplas áreas e uma área de 400m de extensão de frente para o mar. Passamos o melhor dos fins de semana aqui e encontramos pessoas extremamente agradáveis.

Desde o nosso retorno ao lar não nos juntamos ao nosso Clube. Não possuímos carro, assim como não há um alojamento disponível nas proximidades. Mas continuo firme em minha opinião e em meu entusiasmo e, já que as dificuldades do pós guerra já foram superadas, não vejo razão alguma pela qual o movimento deva parar de crescer com aumento progressivo de popularidade e benefícios.

William Welby, 1949

INTRODUÇÃO

Há alguns anos, para escrever e publicar um livro que tratasse do culto da Nudez ou “Nudismo”, seria necessária coragem aliada a otimismo. O movimento, porém cresceu tão rapidamente e se espalhou de forma tão ampla que seria desjável que cada um tivesse ao menos um conhecimento considerado suficiente a respeito do assunto para que sua compreensão se tornasse inteligível. Não é o propósito deste livro, porém, um discurso decorado, vastamente preparado com notas de rodapé e referências a grandes obras que podem ser encontradas no Museu Britânico e em outros esforços eruditos, da mesma forma como não foi concebido para ser usado como livro-texto para estudantes, assim como não deve ser tomado um tratado à guisa de propaganda contra ou a favor do Nudismo. Ele foi planejado, sim, para que de forma simples e concisa, defina informações e reflexões que auxiliarão o leitor na formação de um julgamento livre de falácias e preconceitos. Algumas pessoas podem considerar a questão como de ordem moral; outros, como de saúde, ou beleza ou religião. Nas páginas seguintes o assunto será considerado individualmente sob cada um dos pontos de vista: -

Histórico,

Moral,

da Saúde,

Psicológico,

Estético,

e o capítulo conclusivo que resumirá todos os que o precederam sob o título de “Ponto de Vista do Senso Comum”. Enquanto nenhuma tentativa foi feita, de forma a lidar com o assunto exaustivamente, uma tarefa ao mesmo tempo impossível e indesejável no presente volume, cada capítulo cobre o assunto com o qual lida de forma lúcida e compreensível. Na conclusão, um resumo geral dos pontos discutidos, com observações sobre a tendência de cada um, auxiliará o leitor na análise de suas próprias reações a eles para que assim forme um julgamento individual, de maneira racional e independente, do Nudismo e dos Nudistas.

CAPÍTULO 1

PONTO DE VISTA HISTÓRICO

Embora nos seja dito que Adão e Eva, depois de terem comido o fruto da Árvore Proibida, “tornaram-se cientes de sua nudez e se envergonharam”, a pesquisa científica mostra que o ato de cobrir o corpo surgiu não por causa de algum senso de vergonha, mas somente por proteção do clima e da temperatura.. Neste exato momento existem milhares de homens e mulheres em países tropicais que não usam qualquer tipo de vestimenta e ainda assim não têm vergonha. De fato, viajantes e estudantes de Etnologia já enfatizaram o fato, por repetidas vezes, de que entre as tribos que vivem em um estado de completa nudez, a castidade é universal e a licenciosidade desconhecida. Por outro lado, quando as condições climáticas pedem por certa proteção do frio encontramos pessoas protegidas até os olhos por roupas feitas a partir de peles de animais, como, por exemplo, os esquimós. Quando o homem era somente um animal irracional, antes mesmo que fosse concebido qualquer tipo de moral ou convenção, ele

usava roupas naquelas partes do mundo onde o pelo que recobria a sua pele não o protegia de forma suficiente contra o frio. Mas isso foi há muito tempo, antes de o vestuário tornar-se importante por outras razões. De início, o homem enxergou no ato de vestir-se uma forma de exercer a sua vaidade, oportunidade não inteiramente negligenciada nos dias que correm, e a partir deste “senso de roupas”, por assim dizer, começou a desenvolver.

Quando a roupa passou a ser usada com fins de adorno novas idéias foram adicionadas, e é um fato que em climas onde não se conhecia o frio era desconhecido, as partes sexuais do corpo foram as primeiras a ser cobertas. É uma falácia, contudo, supor que isso tenha acontecido devido a algum sentido de vergonha. As primeiras formas de religião foram de natureza sexual, e o fato de certos órgãos serem responsáveis pela reprodução da raça, e assim a sobrevivência, fez com que eles fossem considerados de extrema importância, até mesmo sagrados. Por esse motivo, enquanto a proteção desses órgãos fosse considerada eminentemente desejável, eles também foram os primeiros a merecer adornos, e em alguns países ou distritos nativos podem ser vistos vestindo colares de contas de cores vivas, sementes ou conchas, que, na verdade, chamam a atenção para estas partes ao invés de servir para escondê-las. Aliás, nota-se que, geralmente, enquanto a importância do sexo é melhor compreendida e nunca subestimada por povos primitivos, as obsessões e perversões comuns entre as raças “civilizadas” são praticamente desconhecidas. Cortejamento, afeto e prostituição são acessórios de uma forma superior de cultura.

Conforme progredia a civilização, a vida ia se tornando mais complicada, as roupas foram adquirindo mais importância. A invenção do tear e das melhorias que levaram a texturas mais finas fabricadas fez com que se prestasse maior atenção ao vestuário, que funcionava como um sinal de distinção. O desenvolvimento se deu de duas formas. Uma dizia respeito inteiramente à forma, como no caso dos gregos e outros que dispunham de riqueza para embelezamento, favorecidos pelos orientais. Mesmo quando a civilização atingiu um estado de luxo e grandiosidade, contudo, a visão do corpo nu não era encarada de outra forma que não fosse indecente. Os orientais, tinham a forma nua como insignificante, incapaz de dar algum prazer visual se não estivesse envolta em adornos ricos e coloridos. No caso deles, a roupa feita pelo homem. Para os gregos, por outro lado, o corpo humano era a forma mais elevada de beleza, e ainda que eles se enfeitassem de maneira artística com vestimentas de textura e

colorido requintados, eles não se esqueciam do corpo que estava coberto. As convenções, que, por esse tempo, já eram aceitas como parte da vida cotidiana, tornaram impróprio que alguém andasse pelas ruas ou tratasse de negócios comuns em estado de nudez; mas em suas esculturas e em seus jogos eles glorificavam a beleza do corpo, o qual era exposto por eles por inteiro ou o cobrisse com trapos que serviam apenas valorizar as partes descobertas. Da infância à adolescência, a cultura física era considerada como um dever sagrado, e a presença nas academias e nos banhos públicos era obrigatória. Os gregos não eram como bárbaros desprovidos de realizações intelectuais. Os mais sábios dos filósofos, os mais eloqüentes dos oradores, e os maiores dos estadistas foram a contribuição da Grécia para a cultura mundial. Na arte, na ciência, no direito, o mundo de hoje tem uma imensa dívida com a Grécia de muito tempo atrás. E essas pessoas de alta cultura encorajavam suas moças e seus rapazes, jovens de ambos os sexos a praticar esportes e exercícios físicos juntos em um estado de nudez – em parte para garantir movimento livre de roupas; em parte, nós deduzimos, pela visão do belo físico de alguns que atrairia a admiração e estimularia que aqueles bem menos favorecidos fisicamente os imitassem.

Com o passar do tempo, a moda se transformou, cresceu e foi ficando mais elaborada – assim como as convenções. A introdução do Cristianismo causou um revés nas idéias pagãs, e, do orgulho e adoração dos atributos físicos, passou a existir uma concentração sobre o espiritual. Com isso o físico passou a ser percebido como bruto e profano, até mesmo impuro. Os primeiros cristãos foram instados a “mortificar a carne”, e eremitas encerravam-se em cavernas, concentrando seus pensamentos em coisas espirituais mantendo-se longe das físicas. Tudo isto pode ter sido decisivo sobre a licenciosidade e a decadência que os amantes do luxo de Roma espalhavam, mas é uma pena que os esforços feitos para curar os excessos de uma parte tenham sido moderados de outra. A História demonstra muito claramente que o Cristianismo foi usado como desculpa para a crueldades e intolerâncias que certamente seriam abominadas pelo seu Fundador. A maioria das convenções teve um propósito útil quando se estabeleceram e muitas retiveram a sua utilidade, mesmo depois de muito tempo. Se a convenção a respeito de sexo e corpos despídos é útil ou não é uma discussão que não cabe aqui, já que estamos lidando somente com a nudez a partir do ponto de vista histórico. Na Europa, a desaprovação da nudez foi, aos poucos, se tornando geral, e a exposição de certas partes do corpo foi considerada como inconveniente, para dizer o mínimo,

quando não pecaminoso, exceto por pessoas de caráter grosseiro. O que para os pagãos fora sério, até mesmo sagrado, passou a ser tratado com escárnio e risadinhas quando se falava a respeito em libidinosos grupos semi secretos.

O tempo passa, as modas mudam, e ao extremo ascetismo dos primeiros cristãos sucedeu um laxismo nos últimos períodos, durante os quais à vestimenta, tanto para homens quanto para mulheres, era permitido que acentuasse, ainda que deixasse cobertas, as diferenças sexuais. Na Idade Média os homens vestiam peças que se ajustavam perfeitamente aos seus órgãos sexuais - e estes acessórios da indumentária masculina chegaram mesmo a ser incluídos no desenho do uniforme de soldados. Obviamente, o que se desejava era a ênfase desses órgãos, ainda que nem os senhores ou as damas daquela época sofressem com qualquer constrangimento. Estas últimas partilhavam de tal de tal liberdade fazendo uso de vestidos feitos de material tão fino e que se amoldava tão bem ao corpo que suas formas eram reveladas como se usassem uma roupa de banho feita em nossos dias. Faltando a franqueza e a sinceridade dos pagãos, ou a retidão fanática dos reformadores cristãos, tais vestimentas sugerem mais uma vitória contra a hipocrisia do que qualquer espécie de delicadeza ou sentimento. Em um período ainda muito atrasado, a Moda decretou que era permitido expor os seios por inteiro, ainda que tal privilégio fosse geralmente restrito às classes superiores, em ocasiões tais que chamaríamos hoje em dia de “vistoso”. As mulheres que fossem possuidoras de belos seios naturalmente aproveitavam tais oportunidades ao máximo, enquanto as mais velhas e as desfavorecidas de beleza apenas se consolavam na modéstia e num comportamento mais casto, virtuoso. Num período anterior ao da Restauração eram bastante comum que damas tivessem seus retratos pintados com os bustos descobertos, e estes retratos podem ser vistos em museus na maioria das grandes cidades da Europa.

Considera-se geralmente que o reinado da Rainha Vitória ficou marcado como a mais pudica das eras da Inglaterra, e isto era parcialmente devido ao fato de que ela era uma Rainha; mas esta teoria dificilmente se sustenta, já que, no que dizia respeito às vestimentas, havia pouca diferença entre a Inglaterra e qualquer outro país do resto da Europa. E o fato de Elizabeth ter sido rainha não deu, certamente, origem a nenhum pudor durante o seu reinado. O pudor do reinado de Elizabeth pode ser atribuído ao seu jeito de vestir-se e o fato de os registros históricos alternarem reações que variam da distensão a austeridade e vice versa – como o Puritanismo que seguiu à morte de Carlos

I, e a licenciosidade que surgiu quando da restauração do reinado de Carlos II. Seja como for, não podemos esquecer que em nossa pesquisa encontramos pudores absurdos, próprios do Período Vitoriano. Era considerado escandaloso referir-se às pernas de uma mulher ou às calças de um homem. Um ex seria designado somente como sendo um “membro” e um atual como “aquele sem nome”! E quanto às roupas de banho! Os jovens de hoje reagiriam com risos de incredulidade aos costumes ridículos com suas calças largas e saias volumosas que eram usadas pelas belezas de antigamente e que podem ser vistas em velhas fotografias, para não falar dos aparelhos semelhantes a tendas que eram postos sobre as damas que tinham medo de se molhar nos balneários de então. Era impossível nadar com tão pesado e incômodo traje; mas, presume-se, nadar não era uma atividade que fosse para damas, de qualquer modo. Banhos mistos eram considerados com horror, apesar do que não houvesse nada que despertasse quaisquer sentimentos eróticos na falta das formas e nas aparências molhadas que incentivasse a imaginação. Para vestidos de noite, contudo, era permitida uma generosidade na visão das formas femininas. Os ombros eram expostos sem que houvesse qualquer comentário, assim como grande parte do busto, o que estava dentro dos limites da decência.

Na ousada década de noventa do século XIX, um grande avanço se deu quando da exibição das formas femininas através do uso de calças justas, mas só poderiam ser usadas no palco por coristas, artistas do music hall e meninos em pantomimas. Em Paris, em notórios cabarés como o “Moulin Rouge” e o “Bal Tabarin”, coristas se apresentavam com o “cancan” com os chamados vestidos de quadrilha de saias onduladas sob as quais haviam roupas de baixo tão volumosas como nuvens, e quando, como acontecia com freqüência nessas danças, uma perna era levantada alta, as barras saias caíam um pouco, revelando alguns centímetros de coxa nua entre as meias de brilhante seda negra e as camadas de tecidos. Nenhuma mudança excepcional ocorreu entre aquele período e a Primeira Grande Guerra quando os primeiros “hobble skirts” surgiram, seguidos pelos vestidos em estilo “directoire”. O “hobble skirt” era um vestido de bainha única que se ajustava perfeitamente ao corpo até os tornozelos – daí o nome “hobble”, o passo confinado como o de um cavalo quando se evita que ele se afaste. O “Directoire” foi copiado de um estilo usado na época do “Diretório” em Paris, nos últimos dias da Revolução Francesa. Sua principal característica era uma fenda

descendente na lateral que revelava a perna feminina quando a mulher que o vestia andava., originalmente inspirada nas roupas usadas pelas mulheres de Esparta.

Devido, provavelmente, às diversas atividades de mulheres e garotas durante a guerra, as saias foram ficando curtas e mais curtas até que elas atingissem o comprimento à altura dos joelhos – certamente bem mais higiênico do que os longos vestidos que até então eram arrastados pelo chão, juntando sujeira e germes a cada passo. Até o fim da guerra, os decotes foram aumentando e passaram a ser tolerados nos vestidos de noite. Vestidos que deixavam as costas nuas até a cintura eram comuns, e, em algumas situações mais ousadas, um centímetro abaixo dela. Nos palcos, as pernas nuas eram regra nos musicais e revistas e não foi muito depois disso que pequenos lenços triangulares (que cobriam menos que uma tanga nativa) com sutiãs que continham os seios foram aceitos como perfeitamente decentes e próprios para o olho público. Para o banho, os trajes femininos ficaram menores e mais justos até que shorts e sutiãs, similares aqueles usados nos palcos, foram adotados como “sensíveis” tanto para o banho de mar quanto para o banho de sol, enquanto os homens precisavam somente de shorts com a parte superior do corpo desnuda.

Enquanto isso, primeiro na Alemanha, e depois na França, América e Inglaterra, o culto do “Nudismo” foi revivido, embora a sua prática fosse permitida somente em “parques ensolarados” especialmente reservados abertos a membros de Clubes Nudistas e Associações.

Antes de encerrar este capítulo, alguma menção, talvez, deve ser feita ao costume escandinavo de tomar banho de sol em completa nudez. Na Noruega, Suécia e Finlândia, este é um costume em aldeias e em lugares afastados para muitas gerações; assim tem sido, provavelmente, de maneira ininterrupta, desde os tempos pagãos. Du Chaillu, o viajante, referindo-se às suas próprias experiências quando de sua visita a esses países em 1880. Ele descreve a casa de banho da aldeia como uma espécie de grande celeiro com um fogareiro de pedras ao centro, que, ao adquirir uma cor próxima da brasa, tem despejados sobre elas baldes de água fria até que a casa de banho se encha de vapores. É um costume da aldeia a reunião semanal aos domingos, na casa de banho, em completo e perfeito estado de nudez, ambos os sexos de todas as idades, misturados, sem qualquer discriminação, revezando-se em mudar o outro com feixes de gravetos no intuito de ativar a circulação sanguínea. Aparentemente não existiam vestuários e todos

iam e vinham do banho no mesmo estado de nudez. Volumes são dedicados à resistência dessas pessoas quando Du Chaillu se refere às suas saídas do banho de vapor e rolam na neve no caminho de volta para casa! Deixando de lado a inocente diversão desta malta, a cerimônia era realizada com o maior decoro e a introdução de um estranho não era causa de embaraço algum.

Neste capítulo nós tivemos o cuidado de nos abster de comentários acerca da moral ou outros efeitos, já que é o propósito deste livro tratar de cada aspecto do assunto de maneira independente; mas nas páginas precedentes nós demos um apanhado geral de como o ornamento, ou a falta dele, sobre o corpo humano foi considerado desde os tempos primitivos até os dias de hoje de tal modo que podemos considerar outros aspectos livres de preconceito ou mal-entendidos que tão freqüentemente afetam os julgamentos sobre assuntos sobre os quais não somos familiarizados. Agora podemos seguir para a próxima fase de suma importância, *i.e.*, “O Ponto de Vista Moral”.

CAPÍTULO II

O PONTO DE VISTA MORAL

É realmente bastante curioso que a moral e as vestimentas devam ser tão mantidas tão indissolavelmente ligadas. Já apontamos que entre as raças mais castas do mundo estão aqueles que não fazem uso de roupa alguma. Por que, então, tantas pessoas pensam que o corpo nu deve inspira sentimentos lascivos e põe abaixo tantas barreiras morais? Artistas – pintores e escultores – são tidos como imorais enquanto classe e deles acredita-se que vivam relações promíscuas com suas modelos. Henri Murger, com seus famosos esboços de Paris “Latin Quartier” fez muito para que essa visão se tornasse popular, e, assim, estabeleceu uma tradição que seria seguida por outros escritores. Mas aqueles que convivem com os artistas sabem que, na verdade, eles são tão decentes e respeitáveis quanto qualquer outra pessoa. Alguns deles talvez mantenham casos com membros do sexo oposto, mas assim como alguns corretores ou notários e outros homens de negócio. Não encontra fundamento a ideia de que artistas, pela simples visão de modelos nus superam a paixão e deixam de lado toda decência moral e social para satisfazer uma luxúria insensata. Poderia ser facilmente pensado que

médicos, devido às intimidades com suas pacientes (intimidades de uma natureza bem mais detalhista do que aquelas dos artistas), se entregariam a uma desenfreada licenciosidade, o que os tornariam indignos de confiança de suas queridas esposas ou filhas amadas.

O que acontece na verdade é isto: para um artista uma figura nua que esteja sobre o estrado de modelo nada mais é do que um sujeito a ser interpretado com pigmento, e todas as faculdades estão concentradas no esforço de trazer esta interpretação o mais próxima possível de seu ideal. Modelos, da mesma forma, podem ser, e são, bem comportadas como meninas em outras esferas da vida e vêm frequentemente de famílias que seguiram a mesma profissão por gerações. Aqueles sem familiaridade com o nu, acabam se excitando com curiosidade e a atmosfera de ousadia que foi injustificadamente erguida em torno da ideia da exposição de um corpo nu do sexo oposto; mas isto é de natureza similar à curiosidade de infantil de meninos e deve-se principalmente à ignorância ou inexperiência. Existem, claro, Paul Prys e Peeping Toms (n. do t.: esses dois nomes são sinônimos para curiosidade e voyeurismo, respectivamente), que se emocionam de maneira ilícita somente com a ideia de ver a nudez de um jeito furtivo. Mas pessoas assim não são mais normais do que um bêbado, um ladrão ou um homossexual. Tais pessoas são marcadas por um desgosto quando exibem seus próprios corpos na presença de outros. – a não ser que eles também estejam imbuídos de uma tendência exibicionista, que é outra anormalidade. Não há nada de desagradável no corpo humano da mesma forma que não há nada de desagradável no corpo de um animal. A visão de um cachorro ou um cavalo ou uma vaca usando calças ou saia pode ser o cúmulo do absurdo já que nós estamos acostumados a vê-los em seus estados naturais.

É, então, puramente um problema de convenção que colocou o estigma da indecência sobre o corpo humano nu. Por que tal estigma não é atribuído a estátuas ou imagens? Uma resposta pode ser que, tanto em uma quanto em outra, os órgãos sexuais geralmente não aparecem; então a indecência está contida nestes órgãos. Mas em muitas estátuas e em algumas imagens, em galerias públicas, os órgãos masculinos são mostrados muito claramente, e naqueles casos onde uma folha de parreira é empregada, o intuito é atrair atenção ao mesmo tempo em que sugere que existe algo de obsceno. Se é indecente a exposição do sexo, só pode ser um problema de convenção; e todas as

convenções surgiram, em primeiro lugar, por razões práticas, e assim devemos buscar uma razão prática neste caso.

No capítulo anterior foi demonstrado que os primeiros cristãos em sua ânsia pela exaltação da espiritualidade lançaram admoestações sobre as coisas físicas. O que não deixava de ser natural, já que corpo e espírito são dois planos diferentes e não é nada fácil harmonizá-los. Os Mahatmas e os homens santos da Índia são capazes de vencer o lado físico de suas naturezas de tal modo que seus poderes espirituais beiram o maravilhoso. É possível, com extraordinária força de vontade, reduzir as reivindicações do corpo até que o frio, o calor, a fome e a dor deixem de existir. Os orientais, particularmente na Índia, são capazes de levar esta espiritualização até os limites inimagináveis para um europeu. Mas é possível que cada um aumente a sua espiritualidade pela supressão dos desejos físicos. Os fanáticos reformadores de então tinham ciência disto e planejaram suas campanhas baseados nisso. O mais poderoso dos desejos físicos, o sexo, se tornou o primeiro e mais obvio ponto a ser atacado. A adoração fálica e a glorificação do sexo em geral, a força e a beleza físicas tinham que ser destronados para dar lugar a uma nova religião do espírito. Os métodos empregados não eram menos lógicos e não mais enganadores do que aqueles empregados por políticos de hoje. A única crítica que pode ser feita é aquela relativa à falta de certo senso de proporção. As intenções eram boas, o objetivo final era louvável, e os próprios reformadores, estes eram absolutamente sinceros.

No decorrer do tempo as razões originais para muitas convenções são esquecidas e estas continuam a ser seguidas simplesmente porque são convenções. A mente comum não é altamente analítica e o fato de que certas idéias são geralmente aceitas por um longo período é suficiente para evitar que as pessoas as questionem. Infelizmente muitos enganos surgem desta maneira. Um destes enganos é que a visão do corpo nu origina sentimentos eróticos. Isto está longe de ser verdade já que especialistas em erotismo, como os orientais, ridicularizam tal ideia. O corpo levemente velado ou semi exposto certamente traz em si uma tendência erótica. Isto é devido a complicados processos psicológicos; o ar de mistério, o apelo à curiosidade, a sugestão de delícias temporariamente retidas com ornamentos. Há também a associação de idéias. A ideia popular de que há algo de perverso, ousado, emocionante, na visão da exposição de um corpo do sexo oposto que nada tem a ver com o corpo em si. De outro modo, uma escultura clássica causaria o mesmo efeito. Mas em uma pessoa normal,

inteligente, sentimentos deste tipo desaparecem imediatamente quando a nudez passa a ser considerada à luz do senso comum. Por esta razão, os assim chamados nudistas que se banham ao sol e praticam exercícios físicos em esteiras e aparelhos estão sujeitos a críticas. Tal prática não é somente inconsistente, mas chama, na verdade, atenção às diferenças de sexo e se torna sugestiva na mesma medida de shows que são produzidos com este objetivo. Não é Nudismo; não é convencionalmente respeitável, e acaba sendo responsável em transformar os pensamentos dos espectadores em curiosos e em canais eróticos e é, portanto, definitivamente indesejável do ponto de vista moral.

Podem, então, grupos de ambos os sexos interagir socialmente em um estado de nudez sem encorajar pensamentos ou ações imorais? Claro que podem. Eles estão fazendo isso no presente momento. As Sociedades Nudistas na Alemanha, França, Itália, América e Inglaterra incluem entre seus membros homens e mulheres de reputação ilibada. Clérigos, médicos, oficiais do exército e da marinha, e mulheres das classes sociais correspondentes serão encontradas em cada Sociedade de boa reputação. Será argüido – e é, de fato, argüido pelos próprios Nudistas – que a interação de sexos que estejam sem roupa definitivamente dissipa o pudor e o pseudo erotismo alimentado e estimulado pela hipocrisia. Nessas reuniões, que são realizadas ao ar livre, é comum que membros passem a maior parte do tempo em exercícios físicos ou em jogos que melhorem seus físicos. Também é comum a presença de crianças e seus pais. Sob tais condições não há encorajamento ao comportamento erótico ou dissimulado.

Com um culto novo e não convencional, contudo, há sempre o perigo da introdução de gente desonesta e trapaceira. Requer-se tempo e dinheiro para o seu exercício e assim são atraídas pessoas ricas, o que abre espaço para a exploração destes parasitas sociais que vivem de enganar os simples e os crédulos. O fato de que o Nudismo é considerado pelos cidadãos comuns com suspeita ou como ridículo protege o explorador contra o risco de uma ação legal pelas vítimas, que desejam manter suas reputações e, por isso, evitariam qualquer tipo de publicidade. Há também a possibilidade de tipos menos desejáveis que entrariam no campo, sem a capacidade ou a vontade de se juntar a uma sociedade genuína. Provavelmente tal classe atrairia rapidamente a atenção da polícia e seria tratada como os desordeiros ou os ladrões são. É raro que pessoas com motivos impróprios tentem se juntar às sociedades, já que, como dissemos, curiosos e voyeurs são desencorajados a vir e a se expor, e o próprio

pudor deles faz surgir uma certa vergonha que está em total discordância com o espírito do Nudismo.

Uma outra questão que surge é se a associação na nudez traz uma familiaridade entre os membros e levanta discussões desde o sexo até relações ilícitas em outros tempos e lugares. Isto é possível. A remoção de barreiras, a abolição de restrições, levariam a uma conduta individual livre de convenção como outro contato com vastas influências que nada têm a ver com o Nudismo. Para ser um Nudista por completo é pressuposto que o indivíduo não esteja disposto a se ligar a opiniões populares. Representar isto como uma carga de imoralidade contra o Nudismo seria flagrantemente injusto. Todos nós aqui nos preocupamos se o corpo nu serve como estímulo a desejos eróticos, se pessoas reunidas em estado de nudez deixarão de lado suas noções de decência e se elas se juntariam a uma Associação Nudista com tais objetivos em vista. Tudo indica o contrário. Dificilmente se duvida que um número de pessoas reunidas juntas, incluindo famílias, livres de vestimentas pelo propósito de jogos atléticos e exercícios, seriam menos suscetíveis a anseios eróticos do que um jovem casal na sala escura de um cinema durante a performance de uma exibição hollywoodiana de “Sex Appeal”, ou em uma revista onde as coristas e as atrizes principais que revelam seus atributos, pouco a pouco, acompanhadas por música sensual, canções pseudo românticas e danças sugestivas. A Nudez, em si, não é um estimulante erótico, e se fosse adotada com tal propósito em vista as Sociedades certamente não seriam condescendentes com pessoas respeitáveis. Isto não é “BEGGING THE QUESTION”. Referências a livros sobre erotismo e um pouco de reflexão servirão de suporte ao primeiro, e os escritos e discursos de pessoas conhecidas de ambos os sexos apenas confirmarão o segundo. A mesma coisa para o lado negativo da questão. Não é grande recomendação para uma coisa que se sugira inofensiva.

A consideração do aspecto positivo é deixada para os capítulos posteriores, nos quais vantagens para a Saúde e os efeitos psicológicos serão tratados da maneira devida. Se tais vantagens existem, se há qualquer benefício em se abraçar o culto Nudista, será puramente uma matéria de julgamento individual; mas é necessário, em primeiro lugar, saber como surgiu o desejo por vestir-se e que causa haveria para considerar o ato de desnudar-se imoral ou como que leva a imoralidade – e imoralidade, neste caso, são as imoralidades sexuais, como são imoralidades mentir, roubar, que dificilmente poderiam ser afetados, de um jeito ou de outro, por roupas.

No próximo capítulo, “o ponto de vista da saúde”, nós seremos um pouco mais positivos, ainda que não busquemos ser menos críticos no exame das exigências e possibilidades do Nudismo.

CAPÍTULO III

O PONTO DE VISTA DA SAÚDE

Ninguém pode ficar indiferente ao curso que é conhecido por melhorar ou manter a saúde de um indivíduo ou de uma raça em geral, e a afirmação mais forte que pode ser feita pelos Nudistas é que sua política vai oferecer, e oferece, um auxílio definitivo nesta direção. Várias razões podem ser invocadas em auxílio a este argumento – algumas tão simples quanto óbvios, outros mais complicados e que exigem conhecimento de fatos que não são geralmente conhecidos. Todos sabem que ar fresco e exercícios são essenciais à saúde. Dificilmente será negado que a maioria das pessoas tem pouco de ambos; embora a recém adquirida popularidade pelas caminhadas e “camping” tenham efetuado a este respeito, especialmente até agora, na medida em que isso importa aos jovens.

A natureza humana é tão constituída que algum estímulo é exigível antes de que haja algum esforço real, o que é importante quando se trata de manter a boa saúde. É mais rápido e fácil engolir um tablete ou uma drágea que os medicamentos patenteados são preferidos, por inteiro, aos meios mais naturais. Para levar a cabo certos exercícios mecânicos na solidão do quarto ou do banheiro, com regularidade e para além de um longo período, é necessário um grau de entusiasmo e determinação que poucos possuem. A inventividade americana fez uma tentativa de superar este inconveniente pela produção de gravações que dão música e instruções orais de modo que na privacidade, com uma estimulante atmosfera, semelhante àquela de um ginásio ou a de uma academia. É quase certo, contudo, que exercícios físicos realizados em grupo são mais prazerosos e mais eficazes do que aqueles feitos individualmente, e este é um ponto a favor dos Nudistas. Em uma comunidade Nudista composta de entusiastas há mais incentivo natural ao exercício e à apreciação do ar fresco. Mas, pode-se argumentar, isto poderia ser obtido associando-se a um clube de tênis ou a uma

organização semelhante. Poria ser assim, mas não é, talvez, com o mesmo glamour ou grau de honestidade. E há o benefício derivado da própria exposição real.

Desde os primeiros tempos imagina-se que respiramos através dos poros em nossa pele. Há uma lenda em que um jovem que participava de uma procissão em um festival romano foi folheado a ouro e morreu, ou entrou em colapso, pois os poros de sua pele estavam cobertos. Desde então muito se aprendeu sobre a pele e agora reconhece-se que a pele é um órgão do mesmo jeito que são o fígado ou os rins. Como os rins, a pele absorve certos elementos desejáveis necessários para a saúde corporal, e, como eles, também excreta, em forma de transpiração, certos venenos que, de outra forma, seriam retidos pela corrente sanguínea. A afinidade entre o sangue e a pele é, de fato, bem próxima. Tal afinidade desempenha funções definidas e essenciais, controlando a temperatura de nossos corpos. Absorve certos raios do sol estoca a vitamina “D”, para ser reabsorvida pela corrente sanguínea quando exigido. Por isso a recomendação do banho de sol, feita por médicos de renome.

Os efeitos tônicos do sol e do ar sobre a pele são incontestáveis, e, em muitas doenças, as exposições adequadas são conhecidas pelos efeitos de cura confiáveis. Na Suíça, onde o tratamento da tuberculose é conduzido mais intensivamente e em maior escala do que em qualquer outro país, a completa e a quase completa exposição eram praticadas antes que o Nudismo, como culto, existisse. Tão valiosos são os raios ultravioleta, em particular, que são encontrados em lâmpadas especiais fabricadas para emití-los, o que torna possível que eles sejam apreciados internamente ou quando não há nenhum sol visível. As lâmpadas mais poderosas são empregadas sob orientação profissional adequada e em um curto período de tempo; mas variedades menores para o uso domiciliar que, incomparavelmente de menor valor no que diz respeito ao tratamento de doenças, têm um apreciável efeito tônico, e agora estão se tornando comuns. Mais na América do que aqui.

Para que a pele desempenhe apropriadamente suas funções ela necessita de exercício da mesma maneira que os músculos. A exposição ao ar tonifica a pele e a estimula a realizar seu trabalho. Roupas pesadas, por esta razão, não são saudáveis. Se tentarmos manter a nossa temperatura corporal com roupas, daremos à pele menos trabalho a ser feito e, assim, ela se torna inútil, da mesma forma que se dá um uso

ineficiente a um outro órgão. A comparação com os músculos e os dentes ajudará a esclarecer.

Que não duvide-se, então, que a exposição da pele à luz e ao ar é benéfica para a saúde – para alguns até mesmo essencial. Assim, é lógico assumir que, quanto maior a quantidade de pele exposta, maiores são os benefícios. Os Nudistas argumentam que cada pedacinho de pele deveria ser exposto, o que vai contra o que é pregado pela moralidade e pela decência. Os semi-nudistas acreditam nas vantagens da exposição, mas lutam em manter cobertas pequenas porções que fazem pouca diferença em relação ao total benefício recebido e que para fazer assim supera as objeções referidas. Apontamos no capítulo anterior que não há nada intrinsecamente imoral ou indecente na nudez do corpo. De fato, somente a cobertura daquelas partes que tipificam o sexo faz delas mais notáveis e assim, numa base puramente racional, podem ser consideradas indecentes. Deve, de qualquer maneira, induzir mais à auto consciência. Por esses motivos a nudez completa seria uma grande vantagem. Mas há muito mais do que isso.

Em anos recentes cientistas estudaram certas glândulas – e glandulas não têm entrada ou saída, a não ser através do sangue. Estas glândulas são chamadas “endócrinas”, e fabricam – colocando novamente, sem rodeios – as secreções endócrinas, essenciais à saúde e à felicidade. Duas das principais glândulas deste tipo são a pituitária no cérebro, e a tireóide, no pescoço. Há alguns anos, quando o Professor Voronoff anunciou os resultados que ele tinha alcançado pelo enxerto de glândula tireóide de um macaco em um ser humano, muita diversão causou, entre o público em geral pela referência a tireóide como “glândula do macaco” e a impressão errônea de que tal enxerto era reivindicada para fazer com homens velhos rejuvenescessem e assim estender a longevidade quase indefinidamente. Na verdade, cientistas não fazem reivindicações desta natureza, mas a importância desta glândula foi estabelecida e o extrato da tireóide é agora produzido através de industrialização química e usada por médicos na forma de injeções ou cápsulas que devem ser engolidas pelo paciente.

Agora as glândulas sexuais também produzem “hormônios” ou secreções que passam diretamente para o sangue e são de imensa importância para a saúde. Uma deficiência nestas secreções causam uma perda de vitalidade, e o simples e mais satisfatório método de consertar tal deficiência é pelo estímulo e encorajamento das próprias glândulas. O livre acesso da luz solar ou da aplicação dos raios ultravioleta é

aconselhada. Glândulas endócrinas são particularmente suscetíveis ao tratamento luminoso, usado profissionalmente em casos de bócio, uma doença infelizmente muito comum da glândula tireóide, e em casos de raquitismo, que é causado pela deficiência de vitamina “D”.

Este não é um tratado de fototerapia ou tratamento luminoso, mas já foi dito o suficiente para demonstrar que há um benefício definitivo a ser obtido pela exposição dos órgãos sexuais à luz do sol ou à luz artificial. Que fique bem claro que nós nos referimos aqui às secreções absorvidas diretamente pelo sangue e não a secreções especificamente sexuais que são aquelas ligadas à reprodução. A luz do sol pode, pelo aumento geral da vitalidade, agir, até certo ponto, como um afrodisíaco, ou como um excitante para os impulsos sexuais, mas é uma consideração auxiliar que não será discutida aqui.

Outro ponto a ser lembrado é o que os raios ultravioleta estão presentes em todos os momentos em brilha a luz do sol. Nas cidades industriais, ou em suas proximidades, onde o ar é poluído com fumaça e outros vapores, uma proporção destes raios é filtrada, assim como na neblina ou em dias nublados. Mas onde o ar é perfeitamente claro, estes raios são poderosos, tanto no inverno como no verão, e é possível adquirir um perfeito bronzeado, ou ficar queimado de sol, ou esquiar cercado pelas neves das montanhas suíças. Para alguns, a extensão dos efeitos dos raios ultravioleta são ainda maiores devido ao reflexo do sol na neve e no gelo, assim como pode ser obtido um bronzeado mais rapidamente no litoral durante as férias de verão. O ar marinho tem pouco a ver com isto, mas os principais fatores são a claridade do ar e reflexo da luz na água. Muitos fotógrafos amadores sabem que placas e filmes expostos no litoral necessitam somente de cerca de metade, enquanto uma exposição como aquelas dura por inteiro.

Sabemos que uma pessoa pode ter em demasia o que há de bom e a exposição do corpo à luz direta exige uma quantidade moderada. É imprudente que os novatos se exponham por inteiro ou grande parte do corpo por qualquer período de tempo. Exposição, tanto em área quanto em duração deve ser combatida gradualmente. Na ânsia de adquirir um ar saudável e um bronzeado vistoso, há, geralmente, a tentação de deitar ao sol e “fritar”. Isto leva, geralmente a bolhas dolorosas e desagradáveis que cremes ou emolientes não podem neutralizar até que tempo suficiente tenha sido dado a

pele para que se cure. A Natureza toma a sua própria providência para manter a pele protegida contra a penetração em demasia dos raios ultravioleta – se a ela é dada esta chance. O chamado “bronzamento” acontece por causa da pigmentação da pele para o fim especial ao deixar de fora ou simplesmente filtrando os raios em excesso além daquela quantidade desejável. Esta é outra circunstância do funcionamento da pele para nossa vantagem quando se permite que ela faça seu trabalho. Se a exposição é confinada a meros minutos de início e gradualmente aumentados, esta pigmentação se formará automaticamente e irá prevenir não somente as bolhas e a descamação, mas também efeitos de doença sobre o fígado e a constituição que as exposições geralmente violentas e irracionais causam. Pode-se também esperar uma melhora mais rápida ao tomar toda um vidro de remédio de uma única vez ao invés de doses reguladas prescritas pelo médico. A exposição é mais benéfica também se o corpo mantém-se em movimento. Quando deitado em uma posição os raios naturalmente se concentram sobre certas proções do corpo enquanto outras partes não recebem nenhuma. O movimento torna a exposição mais generalizada, e as correntes de ar agem como leve isolamento dos raios infravermelhos ou dos raios de calor que são capazes de queimar a pele. Óleos vegetais também tem o poder de neutralizar o efeito de secagem destes raios, sendo que o óleo de coco é preferível a qualquer outro.

Tanto para as vantagens como para desvantagens da completa exposição, as desvantagens sendo aquelas controle pessoal e facilmente evitadas com cuidado moderado e bom senso. O Nudismo encoraja a apreciação do ar fresco e exercício, a completa exposição tem vantagens definidas sobre a exposição parcial e as afirmações dos Nudistas tem sido, até agora, bem sustentadas. Há uma crítica a ser feita, contudo. Por que a exposição completa não pode ser apreciada, não individualmente, mas em grupos de um único sexo?

Do ponto de vista puramente físico parece não haver resposta a esta crítica. É difícil ver como a mistura de ambos os sexos elimina a questão do erotismo, pode ser que haja qualquer efeito físico real, e não há certamente uma razão pela qual aqueles que creem e desejam apreciar as vantagens físicas deveriam se juntar a um grupo Nudista se eles sentem qualquer relutância em se associar, na nudez, com o sexo oposto, ou com quaisquer outras pessoas. Este é um assunto de convicção e gosto pessoal. Não podemos, por outro lado, dispensar os clamores do Nudismo em fundamentos físicos. “Nem só de pão vive o homem”, e a consideração de outros fatores além do estritamente

físico devem ser admitidos. Nossa saúde e nosso bem estar mental estão ligados com a comparativamente nova ciência da psicologia, e devemos ver quais são os efeitos psicológicos do Nudismo e se eles são bons ou ruins ou meramente ineficazes. Eis o porquê de o próximo capítulo ser chamado de “o ponto de vista psicológico”.

CAPÍTULO IV

O PONTO DE VISTA PSICOLÓGICO

As ciências aliadas da medicina, anatomia e fisiologia foram fundadas séculos atrás, mas a ciência da psicologia é de origem relativamente recente e foi considerada modificada desde o advento da psicanálise. Psicologia é de natureza abstrata e lida com assunto tão intangível com a mente que é difícil definir e é obrigada a se provar mais controversa que a maioria das ciências exatas. Foi descrita como “a ciência da alma”. Seu nome deriva do grego, que significa “psique”, que significa “alma”, “a ciência da mente” e “a ciência do comportamento”. A última definição é mais simples de ser seguida já que é bastante óbvio que pelo estudo das ações e das reações de um sujeito, alguém chega a uma conclusão bastante acurada como qual comportamento pode ser esperado sob dado conjunto de coincidências e condições.

Apesar das grandes variações do caráter humano, pode ser assumido que, em exceções ocasionais, o ser humano definitivamente reagirá de certo modo a certos estímulos. Num exemplo muito simples, vamos supor que três homens chamados, respectivamente, Jones, Smith e Brown estão sentados conversando no salão de um hotel quando um mensageiro passa chamando o nome de um homem esperado em uma ligação telefônica. Se aquele nome é Robinson ou Wilkens não causará nenhuma impressão sobre as mentes destes três homens, e se perguntados mais tarde, os três dirão que “não ouviram”. Por outro lado, se o nome chamado é Jones, Smith ou Brown o indivíduo que tenha um desses nomes é certo que eles vão prestar atenção ao chamado. Como outro exemplo, vamos tomar um cinema lotado quando um homem surge gritando, em estado de completa excitação e sai pelo corredor gritando “fogo! fogo!”. Neste caso todos prestarão atenção, embora não aconteça, é claro, de seguir cada um que surja em completo estado de pânico. Estes exemplos, crus e simples do jeito que

são, servirão para ilustrar as possibilidades de um estudo do “comportamento” que, sendo ativado pela mente, nos dá uma compreensão da mente em si.

Os psicanalistas vão muito além do psicólogo comum e aplicam seus métodos de tratamento das doenças da mente e dos nervos. Freud, seu criador, e seu pupilo, Adler, que mais tarde fundou uma escola rival de pensamento, colocam a maior importância sobre as influências do sexo no funcionamento da mente. A psicanálise freudiana é, de fato, praticamente baseada nos motivos sexuais e traça quase todas as neuroses, ou perturbação dos nervos, às repressões sexuais e inibições. Observará a partir disto que a psicologia tem uma influência direta sobre o Nudismo e vice versa. A teoria que reprimiu os desejos sexuais e os pensamentos são responsáveis pela irritabilidade, depressão e aflições nervosas e requer que estas repressões sejam aliviadas trazendo-as à tona e dando-lhes a liberdade, se isso é permitido, ou pela “sublimação”, que é dar-lhes vazão através de outro canal. Uma solteirona, pela repressão de suas mais verdadeiras emoções sexuais pode se tornar extravagantemente hipócrita; pelos seus pensamentos conscientes, que lutam contra aqueles de seu subconsciente (ou, como Freud chama, de “inconsciente”), o que leva a um colapso nervoso ou mental. Mas se esses pensamentos ou sentimentos são “sublimados” pela concentração do afeto sobre uma criança adotada ou em algum hobby criativo, o “complexo” será simplificado e a harmonia reestabelecida. Segue-se, então, à livre associação dos sexos em estado de nudez que será, pela dispersão de sentimentos como reserva, hipocrisia e vergonha que foram “engarrafadas” na mente do indivíduo, removendo ou reduzindo tensão mental ou nervosa que foi causada pela curiosidade pelos corpos fossem do sexo oposto ou pelo desejo de observar estes corpos, que o sujeito reprimiu sob a impressão de que o desejo era vergonhoso. Nós não sugerimos, em nenhum momento, que as comunidades Nudistas sirvam como hospitais para neuróticos, mas tais inibições existem provavelmente na maioria nas mentes da maioria das pessoas de forma tão branda que elas consideram como se fosse normal. Maior liberdade seria, talvez, benéfica ao sistema nervoso (não imaginado pelo sujeito), o que causa, geralmente, maior felicidade.

Vamos tomar o desenvolvimento do conhecimento sexual por uma criança.

Anos atrás, às crianças era dito que elas vinham no bico das cegonhas. Posteriormente, quando a sua curiosidade pelo assunto aumentou (devido ao natural

desenvolvimento de seus instintos sexuais que aocorriam ao mesmo tempo que seu crescimento físico) elas descobriram que havia grande mistério sobre aquela “história de bebês”. Elas se tornariam ansiosas para aprender mais a respeito, sem conectar conscientemente a sua curiosidade aos seus órgãos sexuais de qualquer jeito. No curso do tempo elas aprenderiam dos mais velhos algo com os fatos verdadeiros, mas tal conhecimento seria adquirido sob forma de segredo e em atmosfera furtiva. Seria tratado largamente como uma piada, mas uma piada de natureza perversa e algo nojenta. Com muitos pais antiquados qualquer evidência do conhecimento adquirido seria severamente punido e um “complexo” surgiria na mente da criança. O desejo de verdadeiramente observar os órgãos sexuais do sexo oposto se tornaria tão forte que virara uma obsessão, os efeitos que seriam perceptíveis mais tarde na vida adulta. Ou o complexo tomaria a forma oposta do que é conhecido como “exibicionismo”, que é a causa de muitos adultos serem processados por “exposição indecente”

A familiaridade primeva com a forma natural do sexo oposto destrói a curiosidade e o senso de vergonha, e a franqueza e a camaradagem de uma comunidade Nudista contribui para uma atitude mais natural neste aspecto. Sem dúvida que o indivíduo médio sinta um ligeiro embaraço em aparecer nu diante de um grupo de estranhos, mas é provável que isso logo desapareça. O fato de que um número de outras pessoas na mesma condição apareça na calma e tranqüilidade, e que uma óbvia e completa falta de curiosidade a respeito de si, logo faz com que qualquer sentimento de estranheza se dissipe, e com a diversão e a excitação de um jogo de vôlei ou exercício semelhante, a auto consciência desapareceria. Depois disso haveria um senso de liberdade da mente similar à liberdade do corpo. Em qualquer forma de atletismo o estorvo das vestimentas comuns se provaria não apenas cansativo e desagradável, mas uma desvantagem, e não é despropositado supor que o descarte de roupas, com o subconsciente ou inconsciente efeito de repressão, conferiria uma sensação de liberdade e leveza da mente.

O sentido de intimidade que a associação na nudez inevitavelmente traz à tona contribuiria para uma maior simpatia e encorajaria para o espírito de comunidade. É impossível ficar em sua dignidade ou agir de um jeito esnobe quando se está livre das armadilhas de classe ou casta. Embora sejamos educados, da infância em diante, para obedecer e se conformar com as convenções geralmente aceitas, ainda obtemos uma satisfação quando as ignoramos quando surgem as situações adequadas; como em um

picnic no campo ou em uma festa de banho, ou em se vestir de maneira não convencional durante um feriado. É um simples fato psicológico que nós estamos fazendo uso constante de nosso livre arbítrio e, ainda que relutantemente, aquelas coisas que nos ensinaram que são as “coisas certas”. Uma criança deve ser repreendida diariamente por pequenas desobediências às regras. O adulto aplica este julgamento às ações infantis antes que elas sejam cometidas, e assim uma espécie de guerra civil é levada adiante entre os impulsos e desejos e o treinamento convencional. Para escapar deste conflito de emoções, temporariamente, alivia a tensão nervosa que, se prolongada, pode causar vários graus de infelicidade ou mesmo a queixa comum de “colapso nervoso”.

Entre os Nudistas há, como houve, um retorno à infância. Eles se encontram na busca pela felicidade e uma liberação de pelo menos algumas das restrições que desgastam e perturbam aqueles que não estão naturalmente em harmonia com as convenções cotidianas. Há, também, um induzimento decidido em busca da melhoria do físico. Nenhum de nós está inteiramente livre da vaidade e nós escolhemos as roupas que achamos que nos trarão vantagem: mas sem roupas a única alternativa é fazer que nossos corpos se ajustem à cultura física com uma correspondente melhoria da saúde e da força. O ideal pelo qual todos devem se esforçar é “*mens sana in corpore sano*”, mas enquanto todos de ter “uma mente sadia em um corpo sadio”, o exercício sistemático e o treinamento da mente e do corpo recebem pouca atenção, e aqueles que levam uma certa quantidade de problemas ao longo de um frequentemente ignora o outro. O estímulo psicológico aos esforços devem ser supridos pela participação em esportes Nudistas, onde mente e corpo são livre e o espírito de emulação é grande.

O temperamento individual deve, claro, ter parte importante. Aqueles de natureza tímida ou envergonhada encontrarão dificuldade em se adaptar às condições Nudistas, ou, por outro lado, estas condições talvez sirvam para cura-los da timidez ou da vergonha e dê a eles auto confiança e iniciativa. Alguns, com estritas convicções religiosas, sentirão talvez que estão violentando as suas consciências, o que só contribuiria para sua desarmonia mental e nervosa. Outros, novamente, talvez achem quase impossível quebrar as resistências formadas pela sua formação inicial de tal forma que seus impulsos artificiais são mais fortes que seus impulsos naturais. Isto não é inconcebível. Aqueles que tencionam experimentar o Nudismo devem trabalhar estas

coisas por si próprios, e, acima de tudo, ter certeza antes de se juntar a qualquer grupo que é composto de pessoas cujas características serão prontamente aceitas.

Idade é o que menos importa. Jovens que cresceram sob influência da vida moderna são naturalmente mais atraídos pelo movimento do que os mais velhos e as pessoas mais conservadoras, mas praticamente todas as Sociedades Nuudistas incluem membros de todas as idades, desde crianças a homens e mulheres de sessenta anos ou mais.

Aliado ao ponto de vista psicológico está o ponto de vista estético, como a beleza e a feiúra devem necessariamente ter efeito sobre a mente, mas deixamos isso para o capítulo a seguir para que lidemos com tudo mais detalhadamente e evitar qualquer confusão de idéias.

CAPÍTULO V

O PONTO DE VISTA ESTÉTICO

Beleza é, e deve ser, de maneira ampla, um problema de gosto pessoal influenciado pela moda. Arquitetura, roupas e pinturas pertencem a seus respectivos períodos, e, curiosamente, até mesmo a beleza do corpo humano é julgada de acordo com o tempo e o lugar. Em algumas partes do mundo, a beleza é exemplificada por lábios distorcidos, como é o caso das belas com “lábios de placa” de Uganda, cujos lábios são gradualmente distendidos pela inserção de discos até que eles tenham igualmente o mesmo diâmetro.; ou orelhas de pêndulo, largas narinas; ou, na China, pezinhos. Mesmo em nosso país existem modas de beleza física. Geralmente, durante o período que precedeu a primeira “Guerra Mundial” (1914-18) “curvas femininas” foram critério de beleza. Tão essencial era a plenitude e considerada a circularidade dos seios que nas mais respeitáveis revistas femininas sempre eram encontrados anúncios que ofereciam tratamentos que prometiam o “desenvolvimento do busto de 15 a 20 centímetros”. E, uma vez, houve o “bustle”, um enchimento usado nos quadris, que era, sem dúvida, um revival inconsciente do entusiasmo grego por belas nádegas ou “eupygia”. No Museo Nazionale, em Nápoles, é exibida a estátua da “Afrodite Kallypigos”, na qual a deusa é mostrada com seu vestido puxado até o baixo de suas costas de maneira a mostrar seu derriére – evidência permanente da estima que esta parte do corpo desfrutava.

Até o fim da Primeira Guerra Mundial, as curvas femininas foram deixadas de lado e o ideal de forma perseguido passou a ser o da magreza, fina, de menino. A explicação mais provável desta aparente inconsistência é que a liberdade e o desenvolvimento do erotismo que a guerra trouxe incluía garotas de idade muito tenra que tinham sido consideradas deste ponto de vista, exceto pelos velhos libertinos, em anos anteriores, e essa magreza e finura sugeriam uma juventude que tinha se tornado mais atraente e provocadora. Desde então o pêndulo da Moda balançou novamente e o fato de que as curvas voltaram a ser favoritas é estabelecido pelas “pin-up girls” dos trabalhadores na Segunda Guerra Mundial e os anúncios dos “formadores de busto”, de borracha esponjosa ou plástico, que são encontrados em jornais e revistas ampla circulação atualmente.

Embora tenhamos começado este capítulo sob o argumento de que “a beleza é, e deve ser, um problema de gosto pessoal influenciado pela Moda”, existem certos princípios abstratos de beleza que são imutáveis. Proporção e equilíbrio devem sempre, até certo ponto, governar todas as idéias naturais de beleza. Sem qualquer educação ou treinamento em arte, o indivíduo normal reage com desagrado a seios demasiado fartos, da mesma forma as nádegas, ou mesmo ao que seja torto. Por outro lado, curvas macias e vastas dão mais prazer ao olhar do que figuras retas ou ângulos agudos. Por esta razão um corpo bem desenvolvido deve ser considerado naturalmente bonito, e esta beleza é enfatizada e aumentada por movimentos graciosos. O corpo equilibrado e bem proporcionado de um atleta arremessando disco, arremessando dardo, dançando, ou mesmo correndo ou pulando, dá uma visão prazerosa. O superdesenvolvimento ou proporção imperfeita não é agradável, como testemunhamos em fotografias dos chamados homens fortes profissionais com seus músculos nodosos. Aqui está um exemplo definitivo de um homem que busca “pintar um lírio” e melhora a natureza. Entre os extremos do subdesenvolvimento e superdesenvolvimento temos o homem e a mulher, ambos comuns, sem graça, que não podem ser chamados de fisicamente belos. Em uma reunião de Nudistas esperamos encontrar todos estes tipos e mesmo aquelas que podem ser chamadas de feias. E qual seria o efeito de ver todas essas pessoas sem roupas? Uma pessoa diria: “Eu gostaria de me juntar a um grupo Nudista se eu sentisse que meu corpo estava mais gracioso”; outro diria: “Tudo bem se os nudistas fossem bonitos, mas eu ficaria horrorizado de ver um homem magro, raquítico ou uma mulher gorda, flácida”.

Estas atitudes são justificadas? Se não fosse o fato de que estamos tão acostumados a isso, sentiríamos o mesmo quando misturados com pessoas vestidas. Apesar de tudo que seja feito por costureiras e alfaiates, o magro continua magro e o gordo continua gordo. Pouca melhoria de defeitos físicos definidos pode ser efetuada mesmo pelo mais inteligente dos alfaiates ou pela das costureiras – e somente uma pequena minoria está suficientemente bem para apadrinhar seus caros estabelecimentos. Aqueles cujos deveres e prazeres levam-nos a partes de Londres abarrotadas de gente, ou grandes províncias vêem milhares de seres humanos todos os dias; mas quantos destes deixam alguma impressão? Uma pequena proporção, é verdade; e se questionados no retorno de uma saída de negócios ou de lazer deste tipo, muitos de nós achariam dificuldade em descrever, com qualquer acuidade, meia dúzia de homens e mulheres vistos. Uma vez que a novidade de ver pessoas nuas desapareceu, as condições de em uma comunidade Nudista seriam as mesmas. Verdade, o número encontrado seria muito menor e o recém chegado seria muito mais um observador em circunstâncias fora do comum, assim como notamos mais as pessoas quando estamos longe do que quando estamos em casa; mas em um período bastante curto haveria pouca diferença entre os vestidos e os despídos na medida em que se consideram as reações pessoais.

Deixe-nos tentar ver com mais clareza como concepções de beleza física são suscetíveis de ser influenciadas pela associação com Nudistas. Homens e mulheres que sofrem com deformidades suficientes para tornar seus corpos repulsivos não desejam expor tais deformidades, e se eles são tão anormais mentalmente ou tão inconscientes da natureza repelente de sua aparência para tentar juntar-se a um grupo Nudista de reputação eles não seriam admitidos. Tal grupo deve exercitar grande discricção na seleção de membros. Dificilmente se espera, contudo, que eles demonstrem qualquer espécie de discriminação como excluir prováveis membros somente porque eles são baixos ou altos, gordos ou magros. Já que não nos chocamos com a visão de tais pessoas vestidas, o efeito de vê-las sem roupa não poderia ser incômodo, e não admirando sua aparência física, logo nos tornamos indiferentes a isso. A exposição ao sol e ao ar e os exercícios que se seguiriam por rotina inevitavelmente melhorariam o físico. Músculos se desenvolveriam, o equilíbrio seria adquirido; e enquanto aqueles, que eram leves demais, ganham peso, aqueles que eram pesados demais acabariam emagrecendo. Não é totalmente perceptível por todos que o exercício físico causa ganho

de peso em pessoas magras. Isto, sem dúvida, é por causa da digestão e do metabolismo que são melhorados, sendo que o metabolismo é a mudança de uma substância em outra que é processada pelo corpo e por meio do qual as células do corpo são feitas. Também é devido em parte ao exercício o desenvolvimento muscular, pesa mais consideravelmente que a gordura.

Quando discutimos “o ponto de vista psicológico”, apontamos que a vaidade e o auto respeito agiriam como estímulo na direção da melhoria do físico, e como uma associação Nudista inclui um bom número de membros de bom físico com entusiasmo para cultura física, haverá grande encorajamento para que o membro comum adquira a forma e a graça que é possível à maioria dos indivíduos se eles seguirem os passos necessários. Aqui estão o exemplo, a oportunidade e o incentivo para atingir belezas corporais que, de outra forma, seriam ignoradas, e eles geralmente são. O padrão físico médio deve, assim, tender a aumentar constantemente e deve sempre ser consideravelmente maior do que aquela com a qual as pessoas se satisfazem. Nem devemos ignorar o cenário no qual os corpos nus são revelados. Um homem nu, ou uma mulher nua, em uma sala, seriam uma visão incongruente; mas transferidos para um gramado com um fundo de árvores ou céu aberto, eles fazem parte de um quadro diferente. Em tais ambientes, um grupo composto de homens, mulheres e crianças envolvidos em um jogo, ou em exercícios rítmicos sob a direção de um instrutor experiente e habilitado, deve satisfazer as exigências estéticas de qualquer espectador médio. Detalhes pessoais de indivíduos se incorporam aos efeitos de massa e ninguém além de um crítico capcioso prestaria muita atenção a eles.

Não há grande diferença, também, entre a brancura opaca que foi privada da absorção natural do ar e do sol, e a pele rica e bronzeada que foi moderadamente exposta. A pele branca pode ser comparada a uma planta que foi artificialmente “esbranquiçada”, como aipo, ou acidentalmente privada de luz como um pedaço de grama que teve uma placa de saco a cobri-la por alguns dias. A pele bronzeada é quase, ela própria, como uma vestimenta. É agradável à vista e traz consigo a impressão subconsciente de saúde brilhante. Um corpo bem bronzeado não parece nu do mesmo modo que um corpo totalmente branco é. A expressão facial de um grupo feliz e saudável, também, não deve ser esquecida. De um modo ordinário recebemos mais as impressões através das expressões faciais do que das corporais, e olhos brilhantes,

lábios sorridentes e uma expressão alerta e inteligente deve afetar nosso senso de beleza no ser humano. E tudo isto se ganha pela exposição saudável e exercícios.

Não esperamos que a prática do Nudismo nos transforme em deuses, ou deusas, gregos, ou que um Nudista reunido será tão gratificante aos nossos desejos por beleza como uma pintura ou peça de escultura feita por alguns dos grandes mestres. Nós damos aos Nudistas o crédito por querer melhorar seus corpos e por encorajar desejos semelhantes nos outros; mas eles são apenas pessoas comuns, acima de tudo, mesmo se suas idéias parecerem algo excêntricas aos não iniciados. Alguém que visite um campo de Nudismo, na esperança de ver belos corpos humanos em paisagens pitorescas e apreciando a harmonia dos gestos graciosos, não fiará desapontado. Mas se vamos a uma exposição de arte, ou a um concerto ou show de variedades, não esperamos encontrar cada item que seja igual às demandas de nossos ideais, e devemos estar preparados para julgar os Nudistas pelo “ponto de vista estético” com a mesma leniência que nos dispomos a estender a estes.

CAPÍTULO VI

O PONTO DE VISTA DO SENSO COMUM

Agora revisamos, pelo “ponto de vista do senso comum”, tudo o que foi dito nos capítulos precedentes. À luz dos fatos estabelecidos e as deduções tiradas destes fatos, deixe-nos aplicar a lógica prática que nós devemos empregar na solução dos problemas da vida cotidiana com os quais nos confrontamos constantemente.

No Capítulo I nós vimos como a ideia de vestir roupas se originou e se desenvolveu; como, a partir de uma base prática, se tornou uma convenção – uma convenção que foi, e ainda é, modificada de acordo com o tempo e o lugar. Para propósitos práticos, proteção do corpo, é indubitavelmente mais necessário agora do que foi no início, porque, depois de tantas gerações de “vestir-se” nossos corpos são menos capazes de auto proteção do que foram em tempos primitivos. Nossos corpos exigem agora proteção, não somente do frio, mas também do calor excessivo; e mesmo se nós nos endurecemos a um ponto que nós poderíamos suportar os caprichos do clima

britânico, nós ainda não poderíamos andar pelas ruas ou freqüentar lugares públicos em estado de nudez. Não seria somente fora do comum; seria ilegal. O primeiro policial que encontrássemos “nos correria”. Isso é muito certo, também. E embora, em adição ao endurecimento dos nossos corpos, nós ampliamos nossas mentes a tal ponto que poderíamos encarar nossos amigos humanos sem vergonha ou auto consciência, e seria errado esquecer que mentes menos vastas que por acaso encontrássemos poderiam achar a nossa conduta ofensiva. A lei e as convenções sociais permitem uma certa quantidade de liberdade individual, mas elas existem pelo benefício da comunidade em geral, “o maior bem do maior número”, e se a quebramos de um jeito, outras pessoas a quebrarão de outros jeitos – jeitos bastante desagradáveis para nós.

Por esta única razão não é errado, é estúpido, expor o corpo nu em público ou onde outras pessoas com idéias diferentes vejam. Pela lei não é desculpa dizer que você se expôs sobre sua propriedade. A menos que esta propriedade esteja telada, não haverá pessoa do lado de fora que veja você sem invadir ou tomar dores particulares para fazê-lo, você é capaz de processado por exposição indecente e ilegal. Nenhuma pessoa razoável deve tomar exceção nisso. Provavelmente nenhuma pessoa sensata quereria fazer tal coisa em um jeito comum, mas existem casos em que os ofensores não tiveram oportunidades de expor seus corpos nus ao ar livre privadamente, ou, talvez, sentir que eles estão a salvo da observação em uma enseada isolada no litoral. Se isto é feito, deve ser tomada estrita precaução para receber o devido aviso de que a aproximação de estranhos será considerada ofensiva ou inamistosa. Isto, certamente, é matéria de senso comum.

Ligada a esta questão de convenção está a matéria da moral, que nós discutimos em nosso segundo capítulo. Esperamos ter deixado bem claro que é possível para ambos os sexos a mistura sem que a orgia ou a licenciosidade tome lugar.

Não há mais razão na argumentação Nudista que a livre associação sem roupas é suscetível de levar a uma melhor compreensão do sexo e para dissipar a curiosidade e a bisbilhotice que é tão freqüente como causa primária de relações imorais. Isto é aplicado mais particularmente, claro, às crianças e aos jovens de ambos os sexos. Foi argumentado contra o Nudismo que ele destrói o glamour e a excitação do sexo e assim leva ambos a uma completa indiferença ou pelo menos a uma considerável diminuição no prazer da relação sexual. Este argumento está fundado na ideia errônea que o corpo

nu age como um estimulante sexual. Já explicamos que isto não é tão natural, e que somente serve a este propósito a associação de idéias e pela cobertura parcial ou outros meios artificiais.

Com respeito a saúde, o benefício a ser obtido pelo banho de sol no sentido convencional – que é, vestido com roupa de banho ou semelhantemente coberto que possa assim ser chamado em público – é tão geralmente aceito, mesmo que não geralmente compreendido, que dificilmente será necessário a sua consideração mais além; mas, para evitar confusão, devemos enfatizar alguns dos pontos aos quais nos referimos no Capítulo III.

Não é somente o sol que transmite este benefício. Toda luz ajuda a estimular a ação da pele e assim é benéfica para o corpo inteiro. Os raios mais valiosos em geral são os raios ultravioleta, e estes são recebidos em um grau maior do sol ou de uma lâmpada feita para emití-los. Os raios ultravioleta não penetram a roupa, assim qualquer parte do corpo que esteja coberta está privada destes raios. Exposição modulada sobre uma grande área é de mais valia do que a exposição concentrada de uma parte em particular – exceto no caso de tratamento médico para a cura de alguma doença específica. Raios absorvidos pelos órgãos sexuais beneficiam o corpo inteiro pelo estímulo das secreções endócrinas que são absorvidas pelo sangue e assim aumentam a vitalidade dos outros órgãos. Este é o mais forte argumento em favor da exposição completa, apesar de que tal exposição pode ser feita na privacidade, onde se faz acompanhar das necessárias facilidades. Lâmpadas e o tratamento feito a base delas são caros e além das possibilidades da maioria; oportunidades para completa exposição à luz natural também são restritas e além do alcance da maioria das pessoas a menos que elas combinem com outras em um grupo organizado.

E não é somente a luz que é exigida pelo corpo, o ar também. Mesmo exposições internas com uma fogueira feita a partir de carvão comum é melhor do que exposição nenhuma, e se levada adiante regularmente, provará, sem dúvida, ser vantajosa para a saúde, conquanto os resultados imediatos e espetaculares não sejam esperados. Exercícios sistemáticos podem ser levados a cabo da mesma maneira, mas não tão efetivos como quando apreciados ao ar livre em companhia de entusiastas e sob a supervisão de um diretor altamente qualificado.

Do “ponto de vista psicológico” é mais difícil alguma generalização. De fato, é difícil que alguém generalize com alguma segurança. As reações pessoais de um indivíduo qualquer variam em tantos aspectos de uma pessoa para outra que os efeitos causados podem ser totalmente opostos. Uma pintura, uma música, mesmo comida, o que delicia algumas pessoas pode ser detestável para outras, e onde alguns apreciam a liberdade e a amizade de um grupo Nudista, outros não se sentirão à vontade ou sentirão profunda antipatia. Antes que qualquer benefício seja derivado de tal associação é necessário libertar-se por inteiro de todas as formas de preconceito. Isto não é fácil para um indivíduo comum. Tendências hereditárias, formação inicial e ambiente normal são poderosas influências que excluem muitos de nós de sermos nós mesmos.

Em abstrato e de uma opinião puramente lógica não há nada censurável sobre o Nudismo contanto que não seja imposto sobre aqueles que não praticam o Nudismo. Posto coloquialmente, “está tudo legal para aqueles que gostam”, mas este apelo, ainda que crescente, não é suscetível de ser universal.

Esperamos que os fatos que mostramos tornem o leitor livre de preconceitos e confusões e seja capaz de ver o assunto inteiro por um ponto de vista comum, mas o julgamento final deve ser pessoal, dependente de fatores pessoais. Isto é aplicado mais forçosamente, talvez, ao último capítulo que, tratando de estética, é principalmente psicológico.

Se alguém se excita pela simples visão de um ser humano perfeitamente proporcionado ou revoltado pela visão de imperfeições físicas, este é um assunto pessoal. A mínima proporção de pessoas que visitam nossas galerias de arte não sugere que sejamos, como nação, obcecados pelo amor ao belo; por outra, construções heias e estátuas – e nós estamos cheios delas em Londres – parecem despertar pouco protesto. Como meios de aumentar a beleza do corpo humano, o Nudismo merece o encorajamento daqueles que amam a beleza, mas seria tolo se tornar por esta única razão. E seria indesejável, também, para grupos Nudistas que exibicionistas se sintam atraídos ou narcisistas que amam a própria beleza.

Concluindo, deixe-nos lembrar ao leitor, que vestir roupas é uma convenção – uma convenção de valor bastante prático até um ponto, não mais inatacável do que convenções passadas que se tornaram obsoletas. O que o Nudismo oferece é uma ajuda definida à saúde e à felicidade, e não há nada de imoral ou decadente sobre as pessoas

que o praticam. A melhor maneira de considerar o Nudismo, como qualquer outro movimento, é do “ponto de vista do senso comum”, e se tudo o que foi dito nestas páginas for considerado imparcial, deveria ser aparente que pessoas inteligentes e respeitáveis de ambos os sexos podem, sob condições confortáveis, ser beneficiados por estarem nus e sem vergonha.

FIM

Tradução das legendas das ilustrações:

Página 3 – belezas naturais

Página 13 – naiad

Página 17 – um jogo de bola

Página 25 – no topo da colina

Página 29 – luz e sombra

Página 33 – “joie de vivre” (do francês:”alegria de viver”)

Página 41 – exercícios de grupo

Página 45 – a adoradora do sol

Página 49 – “...a água está ótima!”

Página 57 – banho de sol

Página 61 – graciosa tranqüilidade

Página 65 – um jogo amistoso

Página 73 – madeira e correnteza

Página 77 – “dolce far niente”

Página 85 – os arremessadores de dardos

