

NATURISMO: destruir um preconceito, dignificando a nudez

- Uma visão sobre o naturismo na sua vertente nudista. Um estilo de vida sem preconceitos sobre a nudez social, uma "mente sana" para maior autoestima, por *Laurindo Correia**.

Bom dia a todos.

Começo por agradecer aos organizadores o convite para participar neste evento e a oportunidade de expressar, aqui, algumas ideias sobre o naturismo e particularmente no que ao nudismo diz respeito.

Quero agradecer, também, a Federação Portuguesa de Naturismo e ao Clube Naturista do Centro que me apoiaram e, antecipadamente, a todos os quiserem assistir à minha dissertação sobre o tema, desejando que possam dela tirar algumas indicações a respeito do tema proposto.

Genericamente, o termo naturismo deve ser entendido como um conjunto de práticas saudáveis para o ser humano. Como sabem, muitas são as organizações que, usando a terminologia naturista, se propõem melhorar a nossa qualidade de vida por formas mais ou menos naturais e racionais, ligadas sobretudo a formas de alimentação, terapias e medicinas alternativas, incidindo a sua influência, sobretudo, de fora para dentro de nós próprios.

No caso do nudo-naturismo, colocámos o enfoque na "mente sana" e encontrámos, na prática da nudez coletiva, a melhor forma de a concretizar. Será, porventura, o meio mais difícil, já que suscita mais reservas e alguma polémica. O caminho utilizado é, portanto, de dentro para fora, porque começa dentro de nós, reformulando a nossa mentalidade.

De facto, o movimento naturista constituído em torno da Federação Naturista Internacional e das suas correspondentes federações nacionais e clubes, promove um conjunto de atividades nas quais se procuram cruzar o bem-estar e equilíbrio físico com a necessária e correspondente vertente psico mental, onde a nudez, vivida coletivamente, assume o papel principal.

Na verdade, o naturismo é definido pela sua federação como uma forma de vida em harmonia com a natureza, caracterizada pela prática da nudez coletiva, no propósito de favorecer o respeito por si mesmo, o respeito pelos outros e pelo meio ambiente.

Em Portugal, o nudo-naturismo só veio a ter direito de cidadania a partir de 1988, quando a Assembleia da República aprovou a primeira Lei que a legalizou em lugares públicos, embora delimitados.

Mas afinal, sendo hoje o nudo-naturismo uma prática legal, porque não se dissemina tanto quanto outros estilos e opções de vida?

Vivemos numa sociedade em que os preconceitos são mais que muitos e a vontade de mudar - reformulando ou renovando valores - se revela bastante limitada. Mais depressa se desmoronam valores, do que se encontram novas formas de os viver e expressar.

Nos dias de hoje e apesar da forte banalização da nudez, que a desmistificou em absoluto e cujas imagens percorrem o mundo, das mais variadas formas, quase sempre por razões menos equilibradas e sobretudo menos dignas, a nudez natural e social dos naturistas, aquela que retrata fielmente o ser humano, nas suas formas mais puras e reais, permanece, ainda assim, como uma forma estranha de compartilhar no dia-a-dia, o convívio e a recreação entre homens, mulheres e crianças.

Na sociedade "europeia e ocidental" é comum olharmos a nudez de uma forma dicotómica. Senão vejamos.

Como iremos reagir ao olhar uma revista tendo na capa um conjunto de homens e mulheres nus na selva africana ou amazónica e outra revista com mulheres e homens nus convivendo juntos na praia ou no campo na Europa?

Cada um de vós dará uma resposta, mas a maioria inclinar-se-á a considerar a 1.ª como natural e a segunda com outra imaginação. Porque será?

Isso é tanto ou mais evidente, mesmo noutros países europeus onde se publicam revistas nudo-naturistas, quando elas aparecem comumente em quiosques ou lojas da especialidade, não no setor de revistas de cariz cultural, científico, de lazer ou recreativo, mas antes misturadas com as revistas sexistas, quando não mesmo pornográficas.

Porque na nossa sociedade é comum a associação da nudez com o sexo, ou então como montra de condições físicas de exceção onde a beleza se destina ao mercantilismo.

A nudez é ainda utilizada como "arma provocatória" quando alguns movimentos a usam para chamar a atenção da sociedade para problemas que querem ver resolvidos, sabendo da forma como ela é encarada e certificando-se, desta forma, da sua ampla retratação nos media.

E, finalmente, só de forma lamentavelmente mitigada e rara, apreciada com carácter cultural na pintura, escultura e, ainda menos, em espetáculos públicos.

Na realidade, a nossa civilização foi assimilando preconceitos relativamente à nudez que veio a criar um divórcio entre a nossa mente e a nossa natureza física, aquela que adquirimos à nascença.

Por razões diversas, interesses mesquinhos, pseudo pudores e "moralidades", conseguiram impor, ao longo da nossa história, um conjunto de regras e sentimentos de culpa relacionados com a nudez, que condicionaram gerações.

Afastámo-nos de nós próprios, censurámos o nosso corpo, cobrindo-o quase de forma permanente e sistemática, consoante a época e o lugar do Mundo em que nos encontremos e, em especial de forma seletivamente absurda, nos tempos modernos, que se resume a tapar uma área minúscula, de cerca de 60cm², em torno dos genitais e pouco mais.

O corpo humano tem, assim, zonas proibidas e menos dignas e, como reverso, obsessivamente cobigadas, como se não nos constituíssemos como um todo de igual valor.

A nossa natureza física é manipulada, criando sentimentos de vergonha, culpa ou imperfeição, mas também de bestialidade e desigualdade de género, que importa questionar e combater. Dela resultam muitas vítimas, nomeadamente afetadas pela bulimia e anorexia, pela violência sexual e outras situações de carácter psicológico e físico, cujas consequências nem sempre são visíveis, já que muitas delas acabam transformadas em complexos, obsessões e sofrimentos geridos solitariamente.

Mentalmente dependemos, bastas vezes, daquilo que nos incutem terceiros, mais do aquilo que deveria resultar do nosso raciocínio e da nossa liberdade de pensamento.

De um lado os "moralistas", censores da nossa liberdade e da nossa natureza física e, do outro, os que nos prometem exacerbado prazer com imagens de beleza e gozo sem realismo nem naturalidade.

Em prejuízo da saúde psíquica, a nudez quase sempre se apresenta ligada a formas físicas tidas como perfeitas ou vincadamente sexualizadas, retratando assim e apenas uma ínfima parte da realidade humana, criando uma falsa imagem da sua maioria.

Durante muito tempo foi a mulher a principal vítima desta mistificação com fins meramente mercantis e também sexistas, mas, hoje, é também o homem, um alvo com interesse. Ambos se encontram à mercê do culto da imagem, como objetos de satisfação exibicionista e voyeurista e de todo tipo de negócio a eles associado.

Da moda têxtil aos cosméticos, das pseudo dietas de emagrecimento rápido às revistas "cor-de-rosa e de jet-set", floresce todo um interesse comercial, onde a publicidade joga todo o seu poder, criando necessidades que apenas iludem a realidade e nos prometem a transformação em cópias de um estereótipo virtual.

Por outro lado, alguns moralistas religiosos mantêm a simples nudez num patamar de depravação e de ausência de pudor, desvalorizando a Criação Humana como um dos expoentes da Natureza.

De facto nascemos nus e essa é a nossa maior igualdade perante os outros e, se quiserem, perante o Criador, mesmo que sejamos todos algo diferentes.

Aliás, esse reconhecimento surgiu bem patente nas palavras de João Paulo II que, enquanto Bispo de Cracóvia, escrevia no seu livro "Amor e Responsabilidade"- e cito - que *"O decoro sexual não pode, de nenhuma forma, ser associado ao uso de vestuário, nem a vergonha com a ausência de roupa e a total ou parcial nudez..."*

...A nudez como tal, não deve ser equiparada ao descaramento físico. A ausência de decoro existe apenas quando a nudez desempenha um papel negativo no que respeita ao valor da pessoa, quando o seu propósito é o de resultar em apetite sexual, no qual a pessoa é colocada na posição de objeto de prazer."

É, por isso, importante sublinhar que, mesmo para os católicos, apenas a nudez com intuito de transformar uma pessoa num mero objeto de prazer sexual, poderia merecer a sua condenação.

Assim, e ao contrário dos nossos detratores, afirmamos que a prática naturista de nudez social e recreativa se assume como uma escola em que o nu é dignificado enquanto expressão máxima da nossa natureza, do nosso grande respeito e tolerância mútuos e da nossa igualdade entre iguais e, sobretudo, entre géneros. Sim, porque é na prática nudo naturista que encontramos verdadeira igualdade entre homens e mulheres em dignidade e direitos. Não damos a um dos géneros mais liberdade corporal que ao outro, como acontece no meio "textilizado" onde, apesar de uma certa liberalidade de costumes, raras são as mulheres que fazem topless em público.

Não queremos afirmar que rejeitamos a roupa e que não lhe reconhecemos um papel importante nas nossas vidas. Não! De facto, os naturistas apreciam a roupa quando e sempre que ela se revele necessária ao seu bem-estar, higiene, conforto individual e coletivo.

Usar roupa apenas por razões ligadas a preconceitos ou complexos físicos não faz qualquer sentido. O prazer da liberdade, o bem-estar que proporciona a nudez quando a roupa é tão só um instrumento de castração e limitação física ou psíquica, não é racional nem razoável.

Aliás, estão amplamente provadas as muitas vantagens da nudez na saúde, lazer e na recreação humana que seria exaustivo indicá-las.

Mas também sabemos que, apesar de todas as considerações feitas em favor do naturismo, existem legítimas dúvidas de como se desenrola a vida num ambiente naturista que importa desmistificar e, desde logo, muitos mantêm que a nudez terá sempre um carácter vincadamente exibicionista e com enorme carga sexual.

De forma nenhuma. A maior parte das pessoas não naturistas que ocasionalmente visitam uma praia ou outro qualquer lugar naturista, ficam surpreendidas pela ausência de sexualidade expressa.

No naturismo, o nosso corpo é assumido por cada um e olhado por todos com total naturalidade e respeito. Os naturistas não serão, certamente, assexuados. Mas a sexualidade, qualquer que ela seja, não está presente na vivência naturista coletiva. Ela fará, naturalmente, parte da vida íntima de cada um, como em geral em toda a sociedade.

Note-se, por exemplo, que os nossos lábios sempre foram associados ao "sex-appeal", e contudo, não andamos com eles tapados, como acontece com os genitais. E no entanto, num contexto próprio, os lábios não deixarão de ter a sua função.

Por outro lado, os exibicionistas despem-se ou expõem-se sobretudo para "chocar" os outros. Para verem e serem vistos, salientando em particular os órgãos genitais. Os naturistas apenas gostam de viver nus e não pretendem provocar ninguém. Pelo contrário, procuram ser discretos e respeitadores, evitando todas as posturas que possam ser confundidas com as dos exibicionistas e voyeuristas. Não existe nenhum "mal" em olhar os outros de forma integral, partindo da curiosidade inicial inata, que naturalmente se dilui progressivamente, acabando por se fixar no rosto e nos olhos dos seus interlocutores, enquanto com eles convive.

Seremos então obrigados a permanecer sempre nus num espaço naturista?

Não, certamente. Mas é natural que os naturistas usem os seus espaços próprios para viverem e conviverem nus. Contudo, sempre que as condições de ordem climática ou higiénica o aconselhem, o uso do vestuário é usual e bem aceite. Os naturistas não renegam a roupa, mas não a usam para "mascarar" ou "esconder" o seu corpo. Usam-na para o seu bem-estar físico, quando ela se torna confortável ou inevitável.

É por isso que a nudez é praticada na generalidade de todos os locais e equipamentos e expressamente nas piscinas, saunas, etc. de uso comunitário.

Outra dúvida diz respeito às crianças. Será o naturismo adequado às crianças? E como lhes explicar a nudez social num espaço público?

Sem sombra de dúvidas que o naturismo é uma prática adequada e até aconselhada para as crianças. Nada melhor que crescerem libertas de preconceitos ligados à forma do seu corpo. O meio naturista é marcado por uma vivência familiar e respeitadora, onde as crianças encontrarão uma liberdade que lhes é inata. Livres na sua "inocência" mental e corporal, podemos ver-lhes a alegria e o à vontade estampado nos olhos e nas atitudes. Só a verdade corporal lhes proporcionará um crescimento mentalmente sadio.

O diálogo contínuo sobre a nudez, sobre a sociedade e os seus conceitos, num quadro de respeito mútuo, será suficiente para fazê-las compreender o porquê do quando e onde podemos estar nus. O hábito salutar de usar a nudez, em casa e no dia-a-dia, facilitará o seu à vontade. Em caso algum, poderemos transmitir que a nudez pode ser qualquer coisa de negativo, mas antes explicar que outras pessoas pensam diferente de nós e que, por isso, devemos respeitar a sua sensibilidade, praticando a nudez nos locais socialmente indicados.

É por isso que uma criança educada num meio naturista tem maiores probabilidades de não vir a sofrer dos complexos e obsessões comuns aos jovens, nomeadamente entre a puberdade e a idade adulta.

Entre nós, compreendemos em plenitude a nossa natureza e sabemos partilhar a nudez com à vontade e respeito. A dignidade integral do ser humano traduz-se na unidade do corpo, naturalmente nu e de uma mente naturalmente livre. Esse é o grande pilar da nossa filosofia.

Com a liberdade psíquica e física que alcançamos, sentimos promovidos a nossa autoestima e o respeito pelos outros, pelas diferenças físicas que não se resumem ao género e garantida uma melhor aceitação e compreensão da evolução que o nosso corpo sofre ao longo da vida, já que entre nós se espelha toda a diversidade que compõe a nossa realidade humana, sem qualquer máscara.

A naturalidade da nudez e a sua partilha com os outros e o meio ambiente, sobretudo o natural, leva-nos a disfrutar das melhores sensações no contacto integral com a água, o ar, o Sol, etc., permitindo ao corpo respirar integralmente e sem espartilhos e corporiza ainda, psicologicamente, uma espécie de reencontro connosco próprios.

Albert Einstein dizia que era mais fácil desintegrar um átomo que um preconceito. Será verdade para muitos mas, para mim, posso testemunhar-vos, não sei como desintegrar um átomo, mas soube felizmente, cedo na minha vida, implodir um preconceito.

Experimentem fazê-lo também e verão que as barreiras psicológicas ligadas à nudez darão lugar a uma prática saudável e digna, disfrutando de sensações novas e únicas, capazes de nos tornarem livres, integralmente dignos e mais felizes.

Muito obrigado a todos.

**palestra realizada pelas 12:30h do dia 16 de setembro de 2012 no auditório do Estádio 1.º de Maio em Lisboa, no decorrer da Feira Alternativa.*