

MICHEL VAÏS

nu,
simplement

nudité,
nudisme
et naturisme



Extrait de la publication

Nu, simplement
Nudité, nudisme et naturisme

essai

Catalogage avant publication de BAnQ et Bibliothèque et Archives Canada

Vais, Michel, 1946-

Nu, simplement : nudité, nudisme et naturisme

ISBN : 978-2-89031-748-2

1. Nudisme. 2. Nudité. 3. Nudisme - Québec (Province). I. Titre.

GV450.V34 2012 613'.194 C2011-942568-8

Nous remercions le Conseil des arts du Canada ainsi que la Société de développement des entreprises culturelles du Québec de l'aide apportée à notre programme de publication. Nous reconnaissons également l'aide financière du gouvernement du Canada par l'entremise du Programme d'aide au développement de l'industrie de l'édition (PADIE) pour nos activités d'édition.

Gouvernement du Québec – Programme de crédit d'impôt pour l'édition de livres – Gestion SODEC.

Cet ouvrage a été rédigé grâce à une subvention aux écrivains professionnels en création littéraire octroyée par le Conseil des Arts du Canada, catégorie « Essais ».

Mise en pages : Julia Marinescu

Maquette de la couverture : Raymond Martin

Couverture et autres illustrations : www.imagesaunaturel.info

Aquarelles : Eda

Portrait de l'auteur : Colette

Distribution :

Canada

Dimedia

539, boul. Lebeau

Saint-Laurent (Québec)

H4N 1S2

Tél. : (514) 336-3941

Téloc. : (514) 331-3916

general@dimedia.qc.ca

Europe francophone

D.N.M. (Distribution du Nouveau Monde)

30, rue Gay Lussac

F-75005 Paris

France

Tél. : 01 43 54 50 24

Téloc. : 01 43 54 39 15

www.librairieduquebec.fr

Dépôt légal : BAnQ et B.N.C., 1^{er} trimestre 2012

Imprimé au Canada

© Copyright 2012

Les Éditions Triptyque

2200, rue Marie-Anne Est

Montréal (Québec) H2H 1N1, Canada

Téléphone : (514) 597-1666

Courriel : trptyque@editiontrptyque.com

Site Internet : www.trptyque.qc.ca

Michel Vaïs

Nu, simplement
Nudité, nudisme et naturisme

essai

Triptyque

*Les tailleurs ont toujours déguisé la nature
Ils sont trop charlatans, l'homme n'est point connu
L'habit change les mœurs ainsi que la figure
Pour juger d'un mortel, il faut le voir tout nu.*

Voltaire, *L'éducation d'un prince*



Préface

Michel, le grand Michel Vaïs, est un homme de passions. Je lui en connais deux, sur la scène publique : le théâtre et le naturisme. Critique de théâtre pendant vingt-deux ans à la chaîne culturelle de Radio-Canada, il nous livrait, en 2005, *L'accompagnateur*, un résumé détaillé de son parcours dans le domaine théâtral. Cette fois, il nous offre un second parcours, tout aussi détaillé et fouillé, sur un sujet qui pourrait paraître bénin à première vue, mais qui l'habite tout entier depuis sa première expérience en France où il faisait ses études doctorales au début des années 1970. Michel est tombé dans le naturisme comme Astérix dans la potion magique. Car c'est bien de magie dont il nous entretient tout au long de ces pages. Qui eût cru, en effet, qu'un mot aussi simple que «nu» eût pu revêtir autant de significations, de «signifiants» intimistes, sociaux, culturels, sanitaires, juridiques ou politiques, et renfermer une histoire aussi fascinante que parsemée d'embûches et de difficultés à faire reconnaître son véritable sens : dénudé, naturel, vulnérable, en harmonie avec soi et avec le monde, respectueux de l'autre et de l'environnement.

Nu, simplement s'adresse aussi bien aux néophytes qu'aux gens rompus au mode de vie naturiste. Quiconque s'interroge à propos du naturisme trouvera dans ces pages une réponse plus que satisfaisante. C'est que Michel Vaïs a donné naissance au naturisme comme mouvement organisé au Canada en fondant en 1977 la Fédération québécoise de naturisme (FQN), affiliée à la Fédération naturiste internationale (FNI), et il en a dirigé les destinées en assumant la présidence de la FQN pendant sept ans. Depuis, il a été présent à toutes les réunions du conseil d'administration à titre de vice-président pendant trois ans et l'est encore en tant que conseiller spécial. C'est d'ailleurs grâce à la FQN qu'a été fondée, neuf ans plus tard, la Federation of Canadian Naturists (FCN) pour représenter

la population anglophone du pays. Michel a alors insisté pour que le côté québécois conserve sa spécificité et son autonomie. Depuis, les deux fédérations travaillent de concert et représentent à tour de rôle le Canada, grâce à l'Union FQN-FCN, au congrès biennal de la FNI.

On le voit, le naturisme est un mouvement mondial (la FNI regroupe une trentaine de pays) qui a conquis ses lettres de noblesse. Et pourtant, bien des gens réagissent encore en entendant parler de nous comme si nous étions une « colonie de nudistes » (c'est ainsi que l'on nous désignait autrefois). Est-ce par ignorance ou sous l'effet d'une volonté, inconsciente souvent, de nier le sérieux de notre démarche et de s'en distancer le plus possible ? Pourquoi cette peur – car il semble bien que ce soit de peur qu'il s'agit – du corps, de son propre corps, comme s'il ne nous appartenait pas ? Se pourrait-il, comme l'écrit Michel, qu'il y ait des gens qui habitent leurs vêtements plutôt que leur corps ? Que leur corps « leur soit étranger, comme si c'était un partenaire qu'ils découvraient tout à coup » en le découvrant, justement ? Margaret Mead écrivait que les vêtements nous éloignent de nous-mêmes en créant une séparation entre le monde et notre être, bouillonnant de sensations et d'émotions. Ils érigent une barrière, une clôture, derrière laquelle nous nous camouflons sans nous rendre compte que lorsque nous levons la tête, c'est précisément cette barricade que nous apercevons. Le monde extérieur ne se livre pas plus à nous que nous acceptons de nous livrer à lui. En fait, c'est exactement dans la mesure où nous nous débarrassons de nos voiles gênants que tombe ce qui nous voilait les yeux et nous brouillait la vue, dans la mesure où nous nous dépouillons en nous rendant vulnérables que se révèle la beauté de l'autre, du monde, dans toute sa simplicité et sa touchante vérité. Car l'un ne va pas sans l'autre, sans ce don visuel réciproque. C'est là l'essence même du naturisme.

Écoutons plutôt Michel nous en parler : « [L]a nudité collective [...] calme le groupe en amenant chacun à considérer l'autre avec des yeux nouveaux. Si l'on sent ses copains, garçons et filles, plus vulnérables et plus beaux dans leur fragilité inattendue, c'est que l'on connaît un début de sensibilité à l'idée naturiste. » Et encore,

à propos du rapport avec la nature, ce magnifique passage : «Voilà que notre corps apprend à communier avec les agents naturels, sans écran textile. On se sent alors faisant partie intégrante de la nature, en osmose avec elle, comme appartenant au Grand Tout... Cela procure une impression de joie intime difficile à décrire, apaisante et enrichissante...» C'est cette joie intime qui nous envahit lorsqu'on pénètre dans un centre naturiste conforme aux vraies valeurs du mouvement, une joie qui, ressentie à l'unisson par des dizaines, voire des centaines de personnes, conduit à une symphonie des sens d'une force inégalable. D'où un témoignage comme celui du dentiste cité par Michel dans ce livre, qui n'en revient pas d'avoir fait, à un âge avancé, cette découverte, et qui n'a qu'un regret, celui des années écoulées dans l'ignorance d'une telle joie et d'une telle appartenance au monde. C'est comme une nouvelle naissance. «Nager nu, peut-on lire encore dans ces lignes, c'est comme se baigner pour la première fois de sa vie, pleinement, totalement. C'est faire corps avec l'élément liquide, s'offrir entièrement à lui, le laisser nous envelopper, nous désirer, nous chatouiller. C'est sensuel, euphorisant : cela confine à la béatitude. Si être nu, c'est retrouver l'enfant en soi, nager nu est redevenir fœtus.» Et encore : «Les effets du nu tiennent parfois de la découverte ou de la jubilation. On a l'impression d'avoir gagné le gros lot, ou de découvrir une mine d'or enfouie en soi et que l'on avait toujours à portée de main sans le savoir.»

Je me souviens de m'être fait le même genre de remarque lors de ma première expérience au centre naturiste La Pommerie, en Montérégie, en 1993. Pourtant, je faisais du nudisme sur les plages depuis une bonne vingtaine d'années, ayant moi aussi découvert les plages libres lorsque je faisais mes études doctorales à Paris, au début des années 1970. Mais quelle est donc la différence entre nudisme et naturisme ? Michel dresse, dans le troisième chapitre, toute une nomenclature de la nudité : nudité hygiénique, médicale (que tout le monde, ou presque, applique), nudité familiale, domestique (passer l'aspirateur nu, par exemple), domestique élargie (se mettre nu dans sa piscine ou son jardin), et enfin, nudité sociale. Le «nudisme social», tel que l'on l'appelait autrefois, équivaut à ce que l'on désigne aujourd'hui par le terme «naturisme».

Il s'agit dès lors d'une pratique de la nudité en commun, à laquelle s'ajoutent des valeurs environnementales et sociales. Les lieux fréquentés par les naturistes sont maintenus propres et soignés par les adeptes eux-mêmes, tout naturellement, puisqu'ils font corps avec les éléments qui les entourent. Les gens, quant à eux, se regardent dans les yeux, ne se permettant jamais de remarques sur l'apparence physique de quiconque. C'est ce qui confère un tel bien-être et qui concourt à cet «apaisement» dont parle Michel à plusieurs reprises. Apaisement et sécurité puisqu'on ne risque pas d'être la cible du regard lubrique ou malveillant d'autrui. On ne peut pas se faire «déshabiller du regard» quand on est déjà nu. On peut donc habiter son corps en toute quiétude, sans avoir à vérifier dans le miroir le reflet de sa «personnalité» sociale, qui n'est rien d'autre que le reflet du regard d'autrui sur soi. Tous ces épiphénomènes, tout ce moi social, tout ce «surmoi» deviennent inutiles. Libérés de ces multiples couches d'habillement, nous pouvons enfin «voir» le monde tel qu'il est, le contempler à notre guise et nous prévaloir de ses charmes et de ses atouts. On ne craint plus de se salir ou de déchirer ses vêtements. On est libre. Bien sûr, on doit se protéger du froid, de la pluie, des ronces, des moustiques. Et du soleil. Grâce au phénomène naturel de la thermorégulation, «le sujet développe une meilleure résistance aux légères variations de la température et, mieux, il résiste plus facilement aux invasions microbiennes. Cette protection naturelle peut durer, dans certains cas, presque toute l'année.»

Le naturisme, on le constate, est donc également affaire de santé. Santé psychique, due au relâchement du stress et à l'esprit de solidarité qui règne parmi les membres, et santé physique, grâce aux bienfaits de la nature et des effets du soleil, dans le cas d'une exposition raisonnée et prudente. Le naturisme devient un mode de vie pour ceux et celles qui en goûtent les avantages, à tel point qu'il se pratique hiver comme été, dans les mers du Sud comme dans la neige au printemps, et dans les piscines intérieures et les spas, l'hiver. Les spas nordiques gagnent en effet en popularité et, comme les plages libres, ils peuvent être une bonne façon pour les débutants de s'initier à la pratique du naturisme.

Vous êtes tentés par tout ça? Mais vous conservez un soupçon de crainte des représailles? Lisez plutôt le passage intitulé «La loi, c'est la loi!», au chapitre 5, ainsi que le chapitre 7 sur les seins nus et l'affaire Coldin. À l'heure où j'écris ces lignes, nous attendons avec impatience le jugement, en Ontario; c'est semble-t-il au cours de l'hiver 2011-2012 que le juge se prononcera sur cette affaire qui remettra en question la constitutionnalité de l'article 174 du Code criminel. D'ailleurs, cet article, le seul en raison duquel quelqu'un peut être arrêté au Canada s'il est vu nu, que ce soit chez soi exposé au regard d'un quelconque public ou dans un lieu public, définit ainsi la nudité: «Est nu, pour l'application du présent article, quiconque est vêtu [sic] de façon à offenser la décence ou l'ordre public.»

De quoi faire sourire et se dévêtir les plus récalcitrants!

Diane Archambault
Présidente de la FQN (2005-2011)



Introduction

«Nu» est un tout petit mot de la langue française, mais difficile à utiliser seul. Dans la conversation courante, il est rare qu'on l'utilise sans l'accompagner d'autres mots comme «tout», «presque», «complètement», «flambant», «intégralement», «comme un ver», etc. Les journalistes, qui usent et abusent des clichés, ont tendance à employer des expressions telles «dans son plus simple appareil», «en costume d'Adam» ou, plus recherchée, «en habit de naissance». Ces références, bibliques ou autres, témoignent de la difficulté que l'on a à imaginer que le nu peut être ordinaire, banal, naturel, comme c'est le cas dans la pratique naturiste.

Entre l'occultation du corps et son exposition (quand il devient spectacle et mène au commerce du sexe ou de la pornographie), la nudité simple a du mal à se frayer un chemin. Pour la contrer, on invoque la morale ou la pudeur. On considère le nu osé ou impudent. Si par contre il s'agit d'un contexte naturiste, il passe pour boy-scout, voire prude. Dans plusieurs endroits en Amérique du Nord, les femmes ne peuvent même pas allaiter en public car on considère leurs seins uniquement comme un objet sexuel. Les réactions hystériques autour du dévoilement d'un mamelon, pourtant recouvert d'une pastille, par Janet Jackson lors d'une prestation télévisée en direct pendant le match du Super Bowl en février 2004 en disent long : on peut compter sur des Américains bien-pensants pour crier au scandale devant la moindre parcelle de nudité (CBS a dû payer, pour ce mamelon partiellement dénudé, une amende de cinq cent cinquante mille dollars à la Federal Communications Commission). Ce sont les mêmes esprits conservateurs qui, dénonçant les relations extraconjugales, se font prendre en flagrant délit d'adultère ou de pédophilie et finissent par exposer leurs remords en affirmant s'être convertis au Bien...

Même la loi canadienne n’y échappe pas. Les législateurs n’imaginent pas que le nu puisse être naturel. Ainsi, l’article 174 du Code criminel, qui traite de nudité en public, définit le nu non pas comme l’absence de vêtements, mais comme une tenue indécente. « Est nu, pour l’application du présent article, quiconque est vêtu [sic] de façon à offenser la décence ou l’ordre public. » Soit les législateurs n’ont pas pu imaginer qu’un citoyen puisse, au Canada, se trouver avec d’autres sans le moindre vêtement, soit ils ont voulu signifier que le nu intégral n’est pas indécent. Aussi paradoxal que cela paraisse, c’est justement cette conclusion à laquelle sont arrivés les juges dans la plupart des procès mettant en cause des naturistes. En clair, ce que la loi 174 sanctionne, c’est la tenue indécente caractérisée par une volonté de choquer, une action délibérée de provoquer. Cela est distinct de la nudité intégrale qui caractérise la pratique paisible du naturisme, même si celle-ci a lieu dans un endroit public.

Ce petit livre constitue une réflexion sur le nu non sexuel tel qu’il se manifeste au Québec et en Occident en général, et que j’ai découvert et pratiqué. Il s’agit donc d’un témoignage sur la dimension culturelle d’une expérience d’une quarantaine d’années. Il y sera largement question de naturisme, pratique qui comporte bien d’autres dimensions que la nudité, même si cette dernière en est la plus visible.

1

Découvertes

La découverte de la nudité a été pour moi celle d'une forme de liberté. Une révélation aussi importante dans ma vie que celle du théâtre. Sur cet art, j'ai publié trois livres et j'en prépare un quatrième, mais cet ouvrage est le premier que j'écris sur le nu. J'ai cependant fait paraître de nombreux articles sur le sujet, et dirigé des magazines naturistes.

Il ne faudrait donc pas penser que je suis un naturiste qui sort de l'ombre : je ne me suis jamais senti « nudiste de placard ». Si, à dix-sept ans, je suis tombé dans le théâtre comme Astérix dans la potion magique (chez les Saltimbanques, dans le Vieux-Montréal), c'est neuf ans plus tard que j'ai découvert le naturisme. J'avais vingt-six ans, c'était en 1972, au cours de jeu corporel du professeur Albert Vander (il détestait que l'on parlât d'« expression corporelle »), à l'Université de Paris 8, où j'étais inscrit au programme de doctorat en études théâtrales. Monsieur Vander affirmait que si l'on voulait accepter son corps comme il est pour s'en servir au théâtre, et cesser d'en avoir honte, le mieux était d'aller faire un tour chez les naturistes¹. Cela n'est pas tombé dans l'oreille d'un sourd. Quelques semaines plus tard, j'ai pris mes premières vacances au centre naturiste de Montalivet, en Gironde.

Afrique du Nord, *High School* et obsessions

Mais revenons au début. Je suis né en Tunisie. Un pays de femmes voilées où le président et fondateur de la République, Habib Bourguiba, a pourtant fait enlever leur voile aux femmes, du moins dans les grandes villes, dès les années 1960. Dans les campagnes du sud, le voile, court ou long, reste cependant très porté aujourd'hui.

Mais moi, je suis né à Tunis, dans une famille juive tunisienne. Chez nous, les femmes ne se voilaient pas, mais nous partagions avec les musulmans la même pudeur excessive, voire obsessionnelle. Toute vue du corps nu était proscrite. Non seulement mes deux frères et moi ne nous voyions jamais nus à la maison, mais le soir, pour nous coucher, il fallait enfiler notre pyjama par-dessus nos sous-vêtements. Et on ne pouvait changer de sous-vêtements que seul, dans la salle de bain. De là s'est développée une pudeur maladive quant aux besoins corporels. S'il est normal qu'à un certain âge, un enfant veuille être seul pour aller aux toilettes, moi, ma pudeur m'interdisait même d'aller aux toilettes ailleurs qu'à la maison.

En 1958, âgé de douze ans, j'ai immigré avec ma famille au Québec. À l'école secondaire anglophone que j'ai fréquentée de douze à seize ans à Montréal (Baron Byng High School, devenue depuis le siège social de l'organisme caritatif Jeunesse au Soleil), il n'y avait PAS de portes aux toilettes des garçons...! Aujourd'hui, je comprends que c'était un moyen radical de les empêcher de se masturber. Mais à l'époque, je ne me doutais pas de la raison de cette originalité. Cela a suffi pour me constiper à mort pendant toute mon adolescence. Et je ne suis jamais allé à la selle à l'école. Autre manifestation de la honte du corps qui prospérait en moi, j'avais aussi un mal fou à accepter de me doucher après le cours de gym. Comme d'autres garçons un peu rondelets, je me mouillais les cheveux pour faire croire au prof que j'étais passé sous la douche. Je n'osais pas exposer mon embonpoint à mes camarades de classe, dont je redoutais par-dessus tout les moqueries.

Il paraît que l'on n'est vraiment sensible à une influence que si l'on est déjà prédisposé à la recevoir. Dans mon cas, la découverte du naturisme, en France, en 1972, a été précédée par deux prises de conscience : celle de la « prison » textile et celle de l'ivresse des plages désertes. Vers la fin de l'adolescence, vivant encore chez mes parents, j'ai résolu un jour d'abandonner le haut du sous-vêtement, que nous appelions en Tunisie le « tricot de corps » (et que l'on nomme au Québec la « camisole »). Je me souviens d'avoir vu un film français en noir et blanc à la télé, dans lequel Eddie Constantine enlevait sa cravate et sa chemise immaculée pour arborer un torse athlétique et

nu. Quelle découverte que de constater qu'il ne portait pas de tricot de corps comme moi...! Dès le lendemain – sans doute inconsciemment pour avoir l'air aussi musclé que lui –, j'ai moi aussi commencé à enfiler ma chemise directement sur ma peau. Mes parents, qui commençaient à s'habituer aux fantaisies de leur grand ado, se sont moqués doucement, mais m'ont laissé faire. La théorie de mon père, qu'il partageait sans doute avec beaucoup de Méditerranéens, était que le tricot de corps est essentiel, surtout l'été, car il absorbe la transpiration. Et l'hiver, il permet d'avoir moins froid. Mais moi, ce vêtement me donnait toujours des irritations sous les bras. Au début, l'air qui circulait plus librement autour de mon torse m'a procuré une sensation étrange². Mais j'ai fini par m'y habituer. L'autre découverte a été celle des plages où l'on peut être nu.

Liberté sur la plage

Dès que j'ai été en âge de partir en vacances seul avec ma première blonde, une Québécoise pure laine (de mouton, pas de chameau comme moi...), nous cherchions inmanquablement à nous retrouver au bord de l'eau, nous éloignant le plus possible de la civilisation. Au bord d'un lac isolé des Laurentides, mais le plus souvent au bord de la mer, sur des îles : aux îles de la Madeleine, en Guadeloupe, en Corse, en Grèce. Partout, nous acceptions de marcher des kilomètres pour pouvoir nous baigner nus, avec le soleil pour unique témoin. Parfois, nous faisons l'amour. Quel délice que d'abandonner nos maillots toujours trop serrés pour nous plonger dans l'eau : on a la drôle d'impression que l'océan entier devient une gigantesque baignoire ! Seulement, il fallait constamment s'assurer que personne ne vienne, car nous avions le sentiment de transgresser des règles de bienséance, voire des lois (ce qui, avouons-le, contribuait à la jouissance).

Un jour, sur une plage immense et déserte de Formentera, la plus petite île des Baléares, nous avons vu des gens au loin. Il était difficile de distinguer s'ils portaient ou non un maillot. Nous étions nus, mais avec nos costumes de bain sous la main, au cas où. Puis, une personne du petit groupe d'inconnus s'est avancée vers nous. Mon cœur battant de plus en plus fort, j'ai pu constater que c'était un homme,

à la démarche nonchalante, et qu'il était nu comme moi. Ce jour-là, pour la première fois, j'ai renoncé à me rhabiller. Il nous a croisés, nous a salués de la main et a poursuivi sa promenade. C'est tout ! D'un seul coup, j'ai compris qu'il était possible d'être nu sur une plage en présence d'inconnus, pas seulement avec sa blonde. Cela voulait dire aussi qu'il n'était pas toujours nécessaire de se cacher ou de s'habiller si quelqu'un arrivait. Nous pouvions cesser de demeurer habillés dans notre tête. Aussi, quand le professeur Vander a commencé à parler de centres naturistes, j'avais déjà fait une partie du chemin. Mais de la « plage libre » au naturisme, il y a tout un monde.

Notes

1. Vander avait fait du mime avec Jean-Louis Barrault qui, dans *Souvenirs pour demain*, traite de sa découverte du naturisme à l'île du Levant, avec Madeleine Renaud.

2. Ce sera encore plus étrange d'abandonner le slip, ce que je ne ferai que quinze ans plus tard, quand un ami comédien me fera remarquer que ce vêtement ne sert qu'à protéger le pantalon.

Nu, simplement

Nudité, nudisme et naturisme

«Nu» est un tout petit mot de la langue française, mais difficile à utiliser tout seul. Dans la conversation courante, il est rare qu'on l'utilise sans l'accompagner d'autres mots comme «tout», «presque», «complètement», «flambant», «intégralement», «comme un ver», etc. Les journalistes, qui usent et abusent des clichés, ont tendance à employer des expressions telles «dans le plus simple appareil», «en costume d'Adam» ou, plus recherchée, «en habit de naissance». Ces références, bibliques ou autres, témoignent de la difficulté qu'on a à imaginer que le nu peut être ordinaire, banal, naturel, comme c'est le cas dans la pratique naturiste.

Ce petit livre constitue une réflexion sur le nu non sexuel tel qu'il se manifeste au Québec et en Occident en général, et que j'ai moi-même pratiqué. Il s'agit donc d'un témoignage sur la dimension culturelle d'une expérience qui couvre une quarantaine d'années. Il y sera largement question de naturisme, pratique qui comporte bien d'autres dimensions que la nudité, même si celle-ci en est la plus visible.



Fondateur de la Fédération québécoise de naturisme en 1977, Michel Vaïs a fait carrière comme critique de théâtre, principalement à la Chaîne culturelle de Radio-Canada. Il a publié sa thèse de doctorat, *L'Écrivain scénique* (PUQ, 1978, Prix Révélation de l'Académie Nicola Sabbattini), *L'accompagnateur. Parcours d'un critique de théâtre* (Varia, 2005), et dirigé le *Dictionnaire des artistes du théâtre québécois* (JEU/Québec Amérique, 2008). Son parcours l'a aussi amené à diriger la revue de théâtre *JEU* et plusieurs magazines naturistes québécois.