

Bulletin culturel N° 9

Les mots pour parler du naturisme (Partie 2)



Au début du XX siècle, la nudité n'allait pas de soi. Si dans le cadre familial, elle ne posait pas réellement de souci (beaucoup de gens se baignaient nus, dormaient nus et se lavaient nus en famille) il en fut tout autre quand elle a commencé à concerner des groupes d'individus de plus en plus nombreux. Pour se justifier et pour espérer être mieux admise, la nudité mixte avait besoin d'être validée par diverses explications.

La pratique sportive était l'une d'elles. Peu savent d'ailleurs que, en France, les naturistes furent parmi les premiers promoteurs des sports collectifs et individuels (nous y reviendrons plus amplement dans un autre bulletin).

Mais n'idéalisons pas ce passé outre mesure, ces premiers naturistes ne pratiquaient pas tous le sport. D'ailleurs, quand on voit certaines photos, ou vidéos d'archives, ces séances semblaient constituer surtout un prétexte pour passer un moment ludique en simple nudité sans aucune prétention.

Cette idéologie, qu'on pourrait résumer par « un esprit sain dans un corps sain », était représentée par deux principaux courants, qui eux-mêmes, se divisaient en sous catégories :

- *La Libre-culture*
- *L'hébertisme*

Dans d'anciennes revues, des naturistes sont qualifiés de « libres culturistes », voire de « culturistes » et dans d'autres de pratiquant de « l'hébertisme ».

Ce bulletin n'a pas pour prétention de faire le tour de la question mais d'apporter un début d'explications.

Die Neue Zeit – N°1 (1929)

Tous diront que « Libre-culture » est un terme qui vient d'Allemagne mais il prend, en réalité, sa source dans la médecine naturiste française, que nous avons abordée dans le numéro précédent, qui elle-même est issue de la médecine hippocratique. Cette médecine naturiste développée en France au XVIII^e siècle a longtemps influencé les écrits des praticiens germaniques. De plus, les bienfaits avancés de l'immersion dans la nature chez J.J.Rousseau prennent une dimension artistique outre-Rhin et sera prépondérante dans son succès.

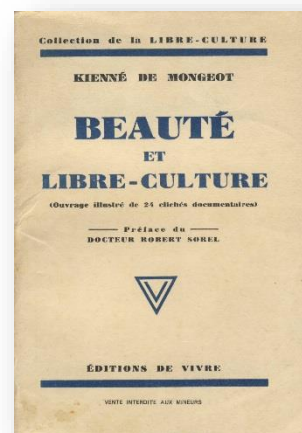
La Libre-culture se rapproche, en fait, de la « méthode naturelle » développée en France par le lieutenant de vaisseau Hébert. Au milieu d'autres mouvements de libération du corps que nous aborderons dans un autre volet, les Allemands parleront de Körperkultur (la culture physique), celle-ci influencée par la Nacktkultur (la culture du nu) où la nudité est clairement revendiquée comme un droit. La « Libre culture » apparaîtra entre 1905 et 1910. En deux mots, elle exalte la nature belle et vraie, sans artifice. On retrouvera cette appellation dans les magazines jusqu'au début des années 70. Dans un premier temps, elle se veut une alternative à la vie citadine sclérosée.

Vivre intégralement n°8 - 15 octobre 1926

En France, on parlera aussi de « Culture intégrale », un terme inventé par Kienné de Mongeot qui met sur le même plan, le développement physique et l'intellect. Ce dernier reprochait aux bourgeois de mettre de côté leur corps en développant trop leur esprit et aux pauvres de faire l'inverse. La Culture intégrale avait pour but de proposer un juste équilibre. Kienné de Mongeot dira qu'au temps de l'existence de son Académie de Culture Physique du Parc Monceau en 1920, il n'avait pas entendu parler de la Libre-culture allemande car il se référait surtout aux préceptes sportifs de Hébert mais plusieurs historiens, dont Sylvain Villaret, notent plus tard qu'il était très au fait de ce qui existait en Allemagne.

Pour parler un peu de notre région marseillaise, le secrétaire de l'Association Naturiste de Provence, Dudley Ellis ira plusieurs fois en Allemagne entre 1930 et 1931 et décidera, par la suite, de créer sa propre association : Les Libres Culturistes de Provence. Ce choix fait clairement référence au mouvement allemand. L'association existera jusqu'en 1990, à la fermeture de son centre de Roquefort la Bédoule tenu par le couple Missieroff. Des idéaux de son origine, l'association gardera son esprit libertaire et contestataire tout au long de son existence.

Voici quelques extraits issus du livre de Kienné de Mongeot « **Beauté et Libre-culture** » aux éditions Vivre (1931). Ce sont des passages qui peuvent vous permettre de mieux appréhender l'esprit de la Libre-culture et le sens qu'elle avait pour les Français de cette époque.



(Page 57) « *La Libre-culture** (* recopié tel quel à partir du livre) fait revivre l'idéal de la Grèce antique dont elle s'inspire, ainsi que des préceptes de Jean-Jacques Rousseau. Elle n'est pas ainsi que ses adversaires l'affirment un retour à l'état primitif de l'homme puisqu'elle préconise le développement harmonieux de l'être humain sur ses trois plans : physique, intellectuel et moral. Elle prétend que l'homme peut et doit s'élever au-dessus de la vulgarité par sa propre volonté ; elle enseigne le respect des lois naturelles qui régissent la vie humaine, ce qui l'amène tout naturellement à combattre certaines institutions sociales établies sur le pouvoir des plus forts et sur celui de l'or ; elle réclame pour le corps le droit de se mouvoir et de respirer librement ; elle n'admet pas qu'aucune parties (*voir anotation à la fin du bulletin) soit qualifiée de honteuse ; elle revendique l'esprit pour l'esprit la même liberté. En un mot : elle veut faire de l'homme un être libre qui puisse vivre dans la vérité de sa nature.

L'homme civilisé est l'état de déchéance. Rien ne saurait mieux lui en donner la démonstration que la maladie, la folie, les crimes, les vols, etc...qui sont l'objet chaque jour de longs articles dans les journaux.

Le but principal de la libre-culture est la santé dont l'équilibre physique et moral de l'individu est tributaire. Elle préconise la pratique de la nudité intégrale, non pas avec mysticisme, mais avec logique et raison. Ainsi, ses adeptes ne peuvent-ils être comparés aux gymnosophistes qui ne vivaient que de légumes, se vouaient au célibat et qui, pour purifier leur âme, **mortifiaient leur corps.**

Chacun d'eux garde sa religion dont les préceptes ne vont pas, d'ailleurs, à l'encontre de ceux de la vie libre et saine. Enfin, elle **recommande la nudité intégrale** comme moyen efficace de développement du corps, de conservation de la santé et de libération de l'emprise de la sexualité sur l'esprit.

Une expérimentation déjà longue dans certains pays, moins longue en France, démontre l'erreur de la condamnation de la nudité considérée jusqu'alors comme étant indiscutablement une cause de débauche et de dépravation. La morale commune, vulgaire pour être plus exact, n'est que le transport sur le terrain social d'une métaphysique sexuelle fondée sur le péché originel, avec les disciplines prohibitives généralement attachées à la religion dont nulle société n'a pu encore se libérer. La morale vivante est celle qui permet à l'être de vivre en conformité avec la nature et sa nature, tout en régissant les rapports de l'homme avec l'homme. »

(Page 77) : « Comment entreprendre, si l'on conserve le préjugés sexuel, de régénérer le corps, d'instruire et de fortifier l'esprit par une éducation logique, forte et naturelle ? C'est impossible ! Voilà pourquoi le mouvement libre-culturiste a, dès sa naissance, pris nettement position contre une morale fausse dont il a prouvé les résultats néfastes. Il a entrepris de rétablir le culte de la nudité, non pas pour la nudité elle-même, mais pour faire renaître puissamment dans les cœurs les idéaux de beauté, de santé physique et morale.

(Page 108) : « La libre-culture est une synthèse confondue trop souvent avec la nudité qui n'est qu'un de ses préceptes d'hygiène physique et mentale. Elle réunit toutes les doctrines, toutes les réalisations susceptibles de contribuer efficacement au mieux-être de l'individu et à son perfectionnement. C'est une culture libre parce qu'elle a franchi les limites des conventions, fait litière des préjugés et puisé à toutes les sources du passé et du présent les enseignements capables de fortifier ses doctrines et de perfectionner ses pratiques.

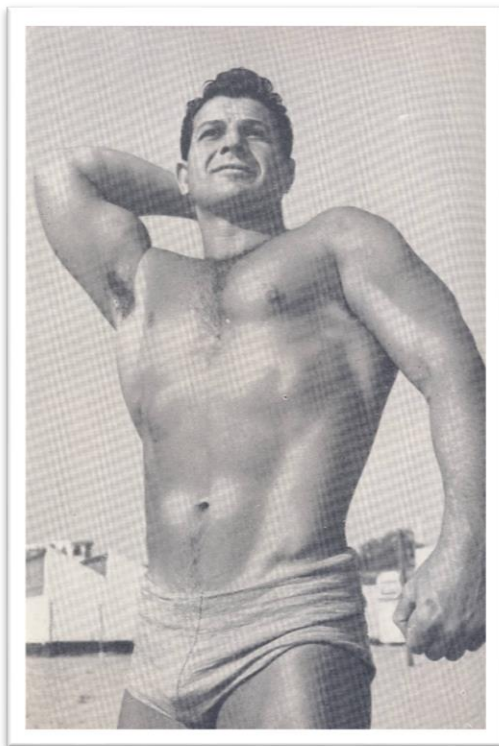
Sa particularité est d'être intégrale : c'est-à-dire d'englober la culture corporelle et la culture mentale auxquelles elle accorde la même attention. Les bains d'air, de lumière, d'eau, l'éducation physique, les sports et l'alimentation rationnelle, l'hygiène sexuelle générale composent la partie physiologique de cette culture, et l'éducation morale et sentimentale, ainsi que l'éducation sexuelle, la partie mentale. »

Les pratiquants de la Libre-culture étaient des culturistes, dans le sens où ils pratiquaient la culture physique. Être culturiste n'avait alors rien à voir avec le bodybuilding d'aujourd'hui, il s'agissait de surveiller son alimentation quotidienne, de vivre au plus près de la nature, de respecter ses lois et d'admirer ses beautés. La finalité était de chercher à améliorer sa santé par l'exercice physique au quotidien ; bref, de réhabiliter le corps dans toute sa dimension naturelle, de ne plus l'oppresser avec des corsets, des cols serrés ou un chapeau sur la tête qui empêchait le cuir chevelu de respirer et de recevoir les rayons du soleil. Ils militaient pour le droit à l'avortement, l'euthanasie, le droit de vote des femmes et soutenaient même les grèves des ouvriers. Les Libres culturistes étaient, en grande majorité des féministes convaincus, ils étaient proches du peuple et condamnaient fermement une industrialisation qui assouvissait l'homme.

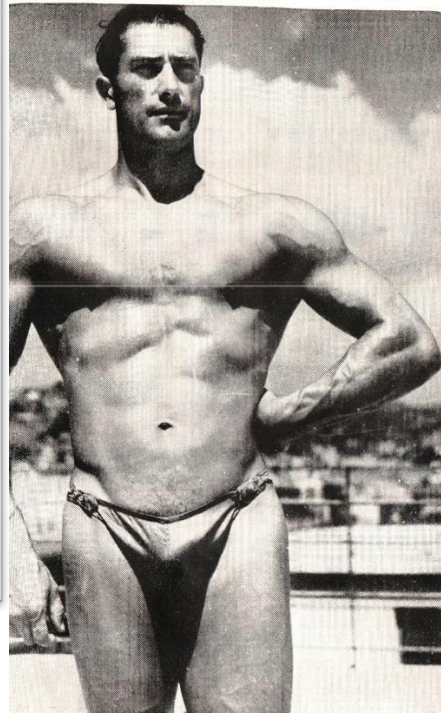
La Libre-culture était intimement liée au sport, à l'activité physique, au développement musculaire mais se détachait de toutes compétitions sportives à grande échelle où le sport devient un métier visant à servir une nation. Par contre, cette idéologie avait une visée patriotique car elle donnait l'image d'une nation forte et en bonne santé.

Avec le temps, cette culture du corps deviendra le culturisme tel que l'on connaît aujourd'hui. Marcel Rouet, fervent naturiste et ami du Dr Poucel, créera d'ailleurs en 1950 le Mouvement Culturiste International, qui constituera les prémices du mouvement culturiste d'aujourd'hui. Marcel Rouet participera en 1953, avec Oxent Missieroff, alias Mattei, à la première exposition naturiste de Marseille.

De là à dire que la Libre culture serait à l'origine du bodybuilding, il y a un pas que je ne franchirais pas puisque cela n'est affirmé dans aucun livre. Cependant, à voir les photos largement diffusées dans plusieurs revues naturistes françaises et étrangères de l'époque, on peut légitimement se poser la question.

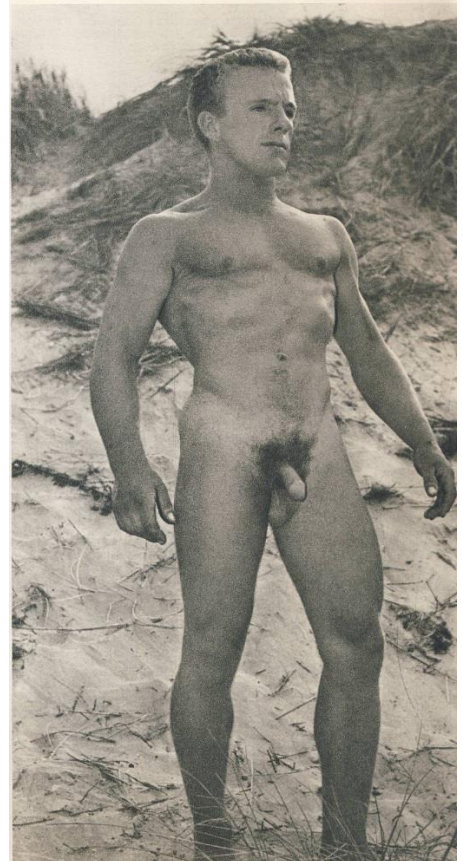


...esseur Dewinter, qui dirige l'Institut Marcel Rouet, de Saint-Etienne.



L'homme libre. l'homme qui s'échappe des multiples contraintes physiques et mentales de la vie sociale moderne pour se revivifier ; se rééquilibrer en se replongeant périodiquement au milieu des éléments naturels. dispensateurs de santé, de force et de bonheur est un sage révolutionnaire.

Photo Graham Bailey



Naturisme 57 – numéro hors série

La vie au soleil N°6 – Fév 1950

Vivre d'abord - 1957

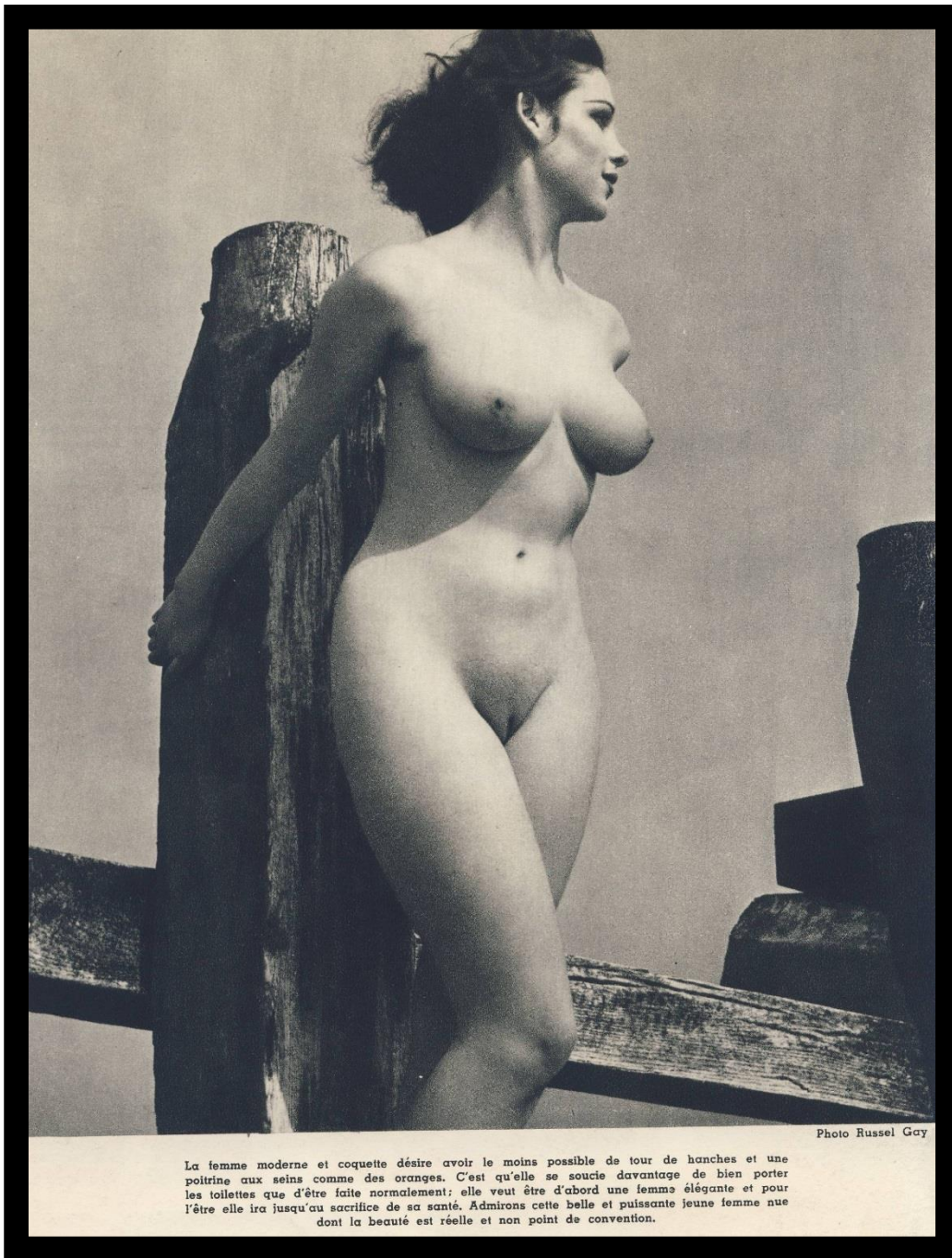


Photo Russel Gay

La femme moderne et coquette désire avoir le moins possible de tour de hanches et une poitrine aux seins comme des oranges. C'est qu'elle se soucie davantage de bien porter les toilettes que d'être faite normalement; elle veut être d'abord une femme élégante et pour l'être elle ira jusqu'au sacrifice de sa santé. Admirez cette belle et puissante jeune femme nue dont la beauté est réelle et non point de convention.

La beauté physique mise en avant dans les magazines était alors un moyen de démontrer à nos détracteurs tous les bienfaits que pouvait procurer une hygiène de vie saine et équilibrée comme le préconisait le naturisme de cette époque. Il est vrai que la plupart des citoyens n'avaient aucune notion d'hygiène, ni même d'alimentation équilibrée et aucune culture sportive. Cependant, aucune preuve scientifique n'est venue affirmer que les naturistes hygiénistes vécurent plus longtemps que les autres. Pour autant, la mise en avant de ces corps parfaits a toujours été utilisée mais progressivement pour d'autres raisons : faire vendre les magazines et attirer de nouveaux adeptes.

Il est possible qu'à force d'élever la beauté physique (Kienné de Mongeot était parfois très sévère, et même blessant, envers ceux qui avaient de l'embonpoint) comme une valeur naturiste fondamentale, ait provoqué l'effet inverse souhaité : celui

de créer des complexes chez les femmes et les hommes qui ne correspondaient pas à l'image donnée dans les magazines (voir ci-dessus, extrait de *Vivre d'abord*, 1957 série 4 - N°54, et lire le commentaire). Le but de ces commentaires, qui décrivaient parfois exagérément les corps et leurs qualités esthétiques, était de motiver d'autres personnes à faire la même démarche mais, malheureusement avec cette politique, il est certain que d'autres ont été dissuadés de tester notre pratique.

L'Hébertisme

Si, en Allemagne, on parle de « Libre-culture », en France, on cite la Méthode naturelle de Georges Hébert. Ces deux approches se préoccupent du développement harmonieux du corps et de ses facultés physiques. Georges Hébert (1875-1957) embrasse la carrière de la marine dès l'âge de 18 ans. Durant dix ans, il voyage à travers le monde à bord de grands voiliers et visite ainsi de nombreux continents.

Il côtoie durant ces années plusieurs peuples indigènes d'Amérique centrale et d'Afrique et est surpris par leurs capacités physiques. Quatre ans après la fin de son apprentissage à l'École Navale, il intègre l'École de Gymnastique de Lorient. En 1905, il devient officier et enseigne les exercices physiques à l'École des fusiliers marins où il met en place une méthode d'entraînement révolutionnaire qui sera validée par ses supérieurs en avril 1905.

En 1907, il sort un premier ouvrage de manuel de gymnastique, spécial à d'entraînement permet à la Marine Joinville qui imposait une discipline

Sa méthode retranscrit les d'exercices variés et codifiés visant à contact de la nature. En 1910, son naturiste de notre société, il affirme un confort néfaste pour notre replonger dans la nature pour rappelle le mythe du « bon sauvage » Rousseau et Bernardin de Saint-mot naturiste dans ses ouvrages, son méthode prendra le surnom, dès

Quant à la dénudation durant 1904 lorsque les circonstances vaudra les critiques du Dr Philippe la méthode sportive Suédoise, l'autre méthode d'éducation physique pratiquée alors en France : « sa méthode ne pourra jamais être appliquée dans les écoles, parce qu'on ne pourra jamais mettre nu les enfants, garçons et filles, pas plus que les instituteurs ni les institutrices » (Rapport sur l'éducation physique présenté à M. le Maire de Pau lors du conseil municipal du 23 mai 1913).

C'est en 1910 que le terme « Méthode naturelle » apparait pour la première fois, jusqu'alors, les qualifications « éducation physique raisonnée » ou « méthodique » étaient employées. Les bains de soleil sont alors utilisés et Hébert insiste sur la nécessaire nudité pour en acquérir tous les bienfaits. On peut cependant se poser la question de savoir si cette nudité était complète ou partielle comme on le voit sur les photos. Après la première guerre mondiale, des filiales Hébertistes seront créées partout en France, sans forcément l'accord du Maître de la Méthode naturelle, dont la plupart pratiqueront la nudité complète lors de leurs exercices.

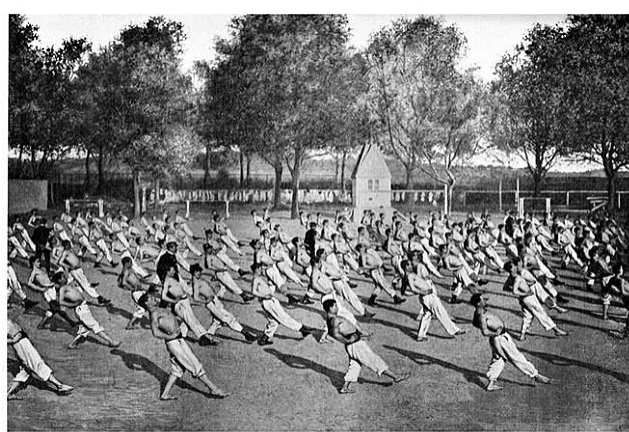
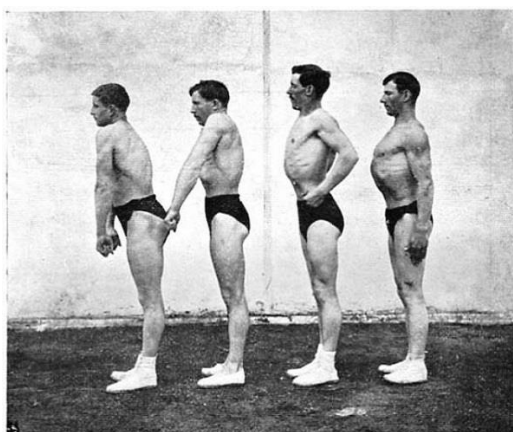


Le lieutenant de vaisseau Georges Hébert à l'École des Fusiliers Marins (1910)

« L'éducation physique raisonnée, projet la Marine ». Cette nouvelle approche de s'affranchir de l'École du bataillon de sportive à tous les autres corps militaires.

mouvements observés dans un panel améliorer la résistance de l'organisme au approche théorique emploie une analyse que notre vie moderne nous enlise dans organisme et que nous devons nous retrouver force et pureté. Cette réflexion développé dans les ouvrages de Diderot, Pierre. Si Hébert n'a jamais employé le argumentation s'en approche. Sa 1912, de pratique « hébertiste ».

l'entraînement, elle est organisée dès atmosphériques le permettent. Ce qui lui Tissié, fervent défenseur et pratiquant de



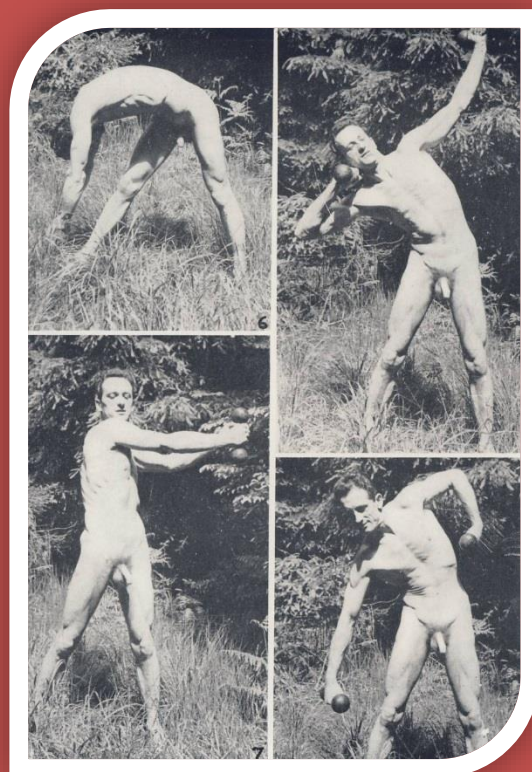
Clichés pris au Collège d'athlètes de Reims dans la propriété du marquis M. de Polignac (1er centre déclaré « naturiste » d'éducation sportive)

En 1912, il intègre le Collège d'Athlètes de Reims où il aura pour élève de nombreux sportifs à la renommée internationale comme Jean Bouin. Au lendemain de la débâcle des Jeux Olympiques de Stockholm, la Méthode Naturelle est alors présentée comme le seul remède au manque de compétitivité de nos athlètes. Ce collège sera détruit durant la guerre.

Jaloux ou objectifs, quelques-uns critiqueront Georges Hébert car dans ses écrits il ne fait pas référence à ceux qui l'ont influencé prétextant qu'il est l'unique auteur de la Méthode naturelle. Par exemple, Pierre de Coubertin disait qu'il s'était largement inspiré des épreuves sportives organisées par son Comité de la Gymnastique Utilitaire auxquelles il avait participé avec ses élèves de la Marine. D'autres diront que l'observation des indigènes n'était qu'un subterfuge car il a surtout noté les méthodes d'entraînement des marines américains pour créer la base de sa méthode. Hébert use aussi, sans les nommer, des expériences hydrothérapiques mises en place par Priessnitz et Kneipp. Mais son travail en inspirera d'autres à leur tour comme Gaston et André Durville qui dans leur livre « Fais ton corps » reprendront les préceptes de l'hébertisme.

Hébert préconisait une méthode pour pallier les effets pervers de la civilisation, comme l'oisiveté. Il répertoria les gestes naturels qu'il classa en dix catégories :

- La marche
- La course
- Les sauts
- Le grimper
- La quadrupédie
- L'équilibrisme
- Le lever et porter
- Les lancers
- La défense naturelle
- La natation



Nudisme et santé N°6 – Octobre 1958

Extrait de <http://laquetedekiaz.com/2010/02/09/hebertisme-ou-le-retour-a-une-vie-naturelle/>

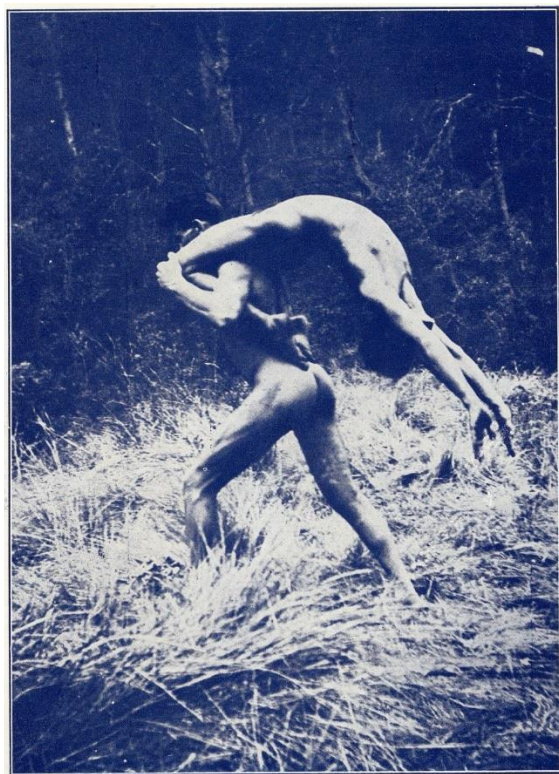
« Il s'agissait, à l'aide de ces différents types d'exercice, de développer les capacités individuelles, d'augmenter le rendement utilitaire de chacun (être fort pour être utile) et de susciter le goût de l'effort. Mais ce n'était qu'un effet secondaire, une "retombée" en quelque sorte. Les exercices proposés sont tout d'abord la conséquence d'une confiance dans les œuvres de la vie, dans la réalité autrefois appelée *natura medicatrix*, mais ils s'inscrivent dans une perspective anthropologique. Hébert dénonça les dangers de la pratique sportive fédérale autant au plan physiologique que moral. Selon lui, le sport poursuit des fins qui lui sont propres et qui ne sont pas pédagogiques. Le sport spécialise donc fragilise. Il n'aboutit à rien d'utile : au professionnalisme et au spectacle. »

Conclusion :

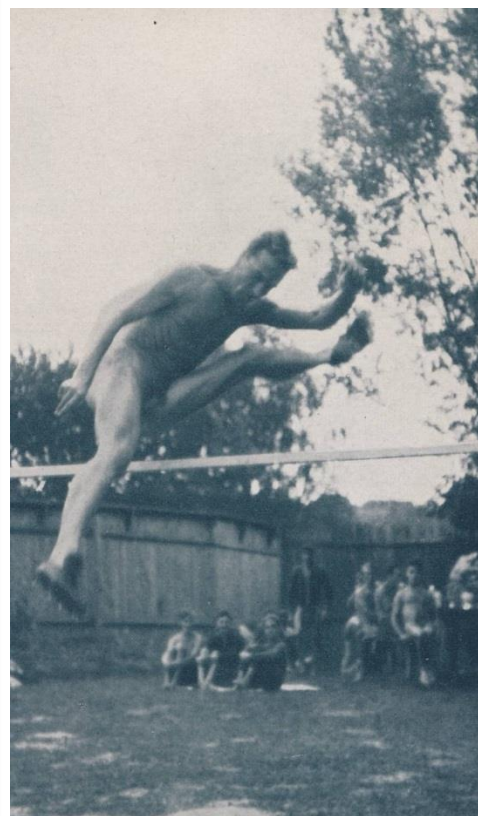
Dans nos livres d'histoire sur le naturisme, l'Allemagne est souvent prise en exemple. Mais il importe de préciser qu'en 1930, l'Allemagne n'avait réalisé qu'une ébauche des caractéristiques générales de l'éducation physique alors qu'en France, une véritable codification des exercices avait été hiérarchisés avec des finalités clairement définies.

De plus, en France, cette éducation physique dirigée par des naturistes prenait une part active au sein de plusieurs organisations officielles. Citons entre autres, la **Société des Professeurs Spécialistes de Culture Physique Médicale (SPSCPM)** créée en 1932 (Société éclectique visant à unifier toutes les méthodes sportives : suédistes, hébertistes, culturistes, naturistes), la **Ligue Française d'Éducation Physique (LFEP)** que de nombreux naturistes, dès 1912, intégreront (comme H. Balland, Viard, Diffre, Didier qui faisaient tous parties du comité d'action de la Ligue Vivre de Kienné de Mongeot), la **Société de Pédagogie de l'Éducation Physique (SPEP)** qui met en application, dès 1924, l'hébertisme, ou encore le **Centre de Formation des Cadres des Colonies de Vacances**.

Ce qui est par contre remarquable outre-Rhin, c'est cette nudité clairement assumée et affichée, alors qu'en France, les exercices physiques se pratiquaient souvent en slip, ce qui était déjà révolutionnaire pour l'époque. Sur notre territoire, la nudité intégrale était interdite. Même au Levant, les gymnastes remettaient un caleçon pour que les photos d'illustrations ne fassent pas scandales. Chez nos voisins Germains, la nudité était déjà légale, du coup le sport naturiste n'a pas besoin de s'appliquer dans une démarche codifiée et rigoureuse. Tandis que chez nous, cette pratique a eu besoin de s'intégrer dans une justification hygiéniste afin de recueillir le soutien des autorités. Il a fallu que nos pionniers démontrent les bienfaits de cette idéologie pour être acceptés, ce qui souligne toute la différence de perception entre les deux nations pionnières de notre art de vivre.



Jeux athlétiques à l'Association Culturiste de Provence. La culture du corps par le jeu, qui est à la base du nudisme, est la formule même du sport.
Ph. Dellis.



*Vivre intégralement - 1er septembre 1931
Photo des Libres Culturistes de Provence*

*Séance de Gymnastique au centre de
Die Neue Zeit à Bern*

*Die Neue Zeit N°65 - 1934 ou 1935
Rencontre sportive internationale*

(*) Dans la phrase : « elle n'admet pas qu'aucune parties soit qualifiée de honteuse », il n'y a pas d'erreur de transcription ; il est vrai qu'on s'attend plutôt à lire : « elle n'admet pas qu'une seule partie soit qualifiée de honteuse ». Je suppose que cette différence d'expression est due à l'utilisation d'un vieux français plutôt que d'une erreur de langage de la part de son auteur car Kienné de Mongeot était extrêmement cultivé et, de plus, homme de lettres.

Pour en savoir plus :

L'histoire de la Fédération Française d'Education Physique et de Gymnastique Volontaire :

<http://www.sport-sante.fr/ffepgv/dossiers/presentation/lhistoire-de-lepgv?rub=107&dossier=presentation&page=219>

George Hébert ou la Méthode naturelle

- http://muscul.az.free.fr/historic/hebert/hebert_seance-00.html
- <http://fr.wikipedia.org/wiki/H%C3%A9bertistes>

