



italia

NATURISTA



DISTRETTI DEL TURISMO
NATURISTA

NATURISMO E CRISTIANESIMO

NUDITA' IN BIANCO E NERO

SENZA VELI E SENZA ALIBI

NATURISMO E ATTIVITA' FISICA

CRONACHE DI DISTANZIAMENTO
NATURISTA

LIBERTA' E QUARANTENA

05.2020

VIVERE NUDI TRA LE COLLINE DEL
MONFERRATO

STASERA TI PORTO A BALLARE,
NUDA

CINQUANTAQUATTROANNI, NUDI, INSIEME NATURISMO COME STILE DI VITA UN MODO DI VIVERE IN ARMONIA CON LA NATURA NEL RISPETTO DI SÉ STESSI E DEGLI ALTRI

A.N.ITA.
Associazione Naturista Italiana

**PER CONTINUARE AD ESSERE MOVIMENTO NATURISTA
ABBIAMO BISOGNO DI TE**

iscriviti ad A.N.ITA.

www.naturismoanita.it



*Spiagge dorate, colline incantate
Fiumi e mari di varie portate
Colori brillanti ed arcobaleni
Siano il tuo cielo nei mesi più pieni.*

*La natura sa esser l'amante più retta
E viverla a pieno è d'obbligo sai
Se la rispetti non ti pentirai mai.*

*Togliti il dubbio, togli il costume
Togli paure, vergogne e incertezze
Vivila a pieno...e mai insicurezze.*

*Libera il corpo da sciocche lusinghe
Abbandonati al sole e all'acqua che scorre
Lasciati andare...fatti sedurre.*

*Tocca con mano 'sto privilegio
Ed il tuo io subirà un gran prodigio
La tua autostima farà un grande schianto
E tu godrai della vita d'incanto.*

*Se poi vuoi amici di quelli veri,
vieni in A.N.ITA...qui siamo seri!*

Raffaella Zamponi



italiaNATURISTA

RIVISTA DI
ATTUALITÀ E
CULTURA NATURISTA
Maggio 2020

Hanno collaborato in questo numero

Giampietro Tentori
Maurizio Biancotti
Alessandro Conti
Ida Gulino
Alessandro Mazza
Cristian Santero
Massimo Conter
Marina Paul
Giuli Hall
Elo Seminara
Alberto Laccarini
Raffaella Zamponi
Progetto grafico
Patrizia Vassena

Editore e Redazione

A.N.ITA.
Località Stopada
23868 Valmadrera
redazione@italianaturista.it
C.F. 80203710159

testata telematica pubblicata su
www.italianaturista.it

copie stampate
per i soci richiedenti servizio
presso
Pixartprinting S.p.A.



Crescentino (VC)
La Dora Baltea incontra il Po

LA PAROLA DEL PRESIDENTE

04 Distretti del turismo Naturista

RELIGIONI E NATURISMO

06 Naturismo e Cristianesimo

CINEMA E NUDO NATURALE

08 Nudità in bianco e nero

NATURISMO IN FAMIGLIA

10 Senza veli e senza alibi

SPORT IN NUDITA'

12 Naturismo e attività fisica

LOCKDOWN E NATURISMO

14 Cronache di distanziamento
naturista
16 Libertà e quarantena

ESPERIENZE NATURISTE

19 Vivere nudi tra le colline del
Monferrato
22 Stasera ti porto a ballare, nuda



Distretti del turismo **Naturista**



Mentre il Covid-19 s'è mangiato la nostra primavera e ancora non sappiamo come sarà la nostra libertà estiva, dobbiamo prepararci a una lunga e difficile ripartenza.

Spesso il nostro Paese ha saputo dare il meglio di sé dopo momenti di crisi profonda. L'ha fatto perché sta nel DNA di ciascuno di noi, forse, la grande forza interiore di rialzarsi, resistere, ma soprattutto innovare e creare bellezza.

Un problema può trasformarsi in un'opportunità. Sta a noi riuscirci.

Non può sfuggire a questa ripartenza il Naturismo. Anche qui, sta a noi riuscirci.

Pur con argomentazioni molto interessanti, ci siamo trovati molte volte a friggerci il cervello domandandoci quale fosse la definizione più consona al Naturismo. Definizione o definizioni che poi sono diventati da un lato la nostra filosofia di vita, ma in troppe occasioni il nostro limite o, nella situazione peggiore, la nostra divisione.



Sembra paradossale che una filosofia di vita che si basa sulla libertà del corpo si sia spesso scontrata con un'assurda rigidità di pensiero. In altre parole abbiamo trasformato un gesto naturale, come dovrebbe essere quello dello stare nudi in mezzo alla Natura, in una situazione eccezionale. Ecco, il lavoro che ci aspetta nella ripartenza del dopo pandemia sarà proprio quello di affermare la normalità dello stare nudi. Non tanto per noi che questo gesto l'abbiamo già affermato, ma per tutto ciò che sta fuori il nostro mondo.

Torniamo però indietro un passo, da dove avevamo cominciato questa riflessione. Proviamo a capire insieme come il Naturismo può essere innovativo nella ripartenza del paese.

Ci sono tanti modi di vivere il Naturismo.

Quello più semplice è quello di trascorrere una vacanza in uno dei pochi centri italiani oppure in uno croato, francese, olandese, ecc.. Magari privilegiando quelle strutture che si diversificano dai villaggi vacanze tradizionali e non solo perché si sta nudi, ma per l'attenzione alla cura del corpo e della mente. L'abbiamo sempre fatto e continueremo a farlo.

Anche se personalmente la cosa mi sta un po' stretta.

Un altro ancora è quello di vivere nudi nella quotidianità. Non sempre però ci è possibile farlo, soprattutto sino a quando non avremo sdoganato la normalità della nudità.

Ci sono poi le spiagge libere, dove il Naturismo è alla portata di tutti. Dove è facile tessere amicizie. Luoghi ideali per le stagioni di mezzo.

Sicuramente si potrebbero elencare altre modalità, ma non sono interessanti, a mio avviso, per il ragionamento che sto per fare. In ogni caso la scommessa sta nel riuscire a tenere insieme queste modalità differenti di vivere il Naturismo e di andare oltre, rispettando comunque chi oltre non ci vuole andare.

Ma dove sta questo oltre? Io lo vedo nell'attrattività di un territorio. Nel sapere confezionare proposte capaci di tenere insieme arte, cultura, sapori e la nostra voglia di stare nudi.

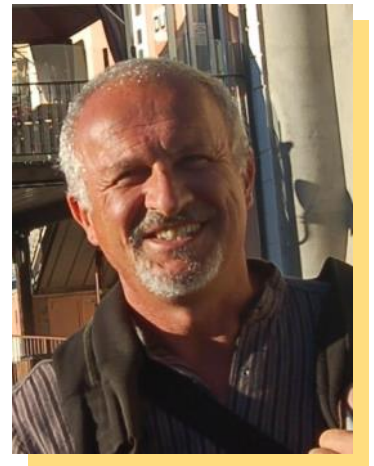
A.N.ITA. ha avviato una riflessione su questo argomento. Partendo da alcune realtà Naturiste consolidate si vorrebbe avviare un dialogo con amministratori e imprenditori per arrivare a costruire dei pacchetti turistici dove tutto ruota intorno alle spiagge Naturiste, ma che non si ferma lì. Visite a musei, teatri, escursioni, ma anche buona cucina, prodotti tipici.

Studiare un format pensato su un "distretto del turismo Naturista", creare un brand, costruire offerte naked friendly, sperimentare il format e poi replicarlo, adattandolo, in più territori.

Non dobbiamo però avere la presunzione che questo sia il Karma. Più semplicemente è una nuova offerta, sicuramente innovativa nel panorama Naturista, forse capace di attrarre interessi e sensibilità diverse da quelle consolidatesi nel tempo.

Ciò che vedo di più interessante è la capacità di coinvolgere più attori in questo progetto. Non più un solo imprenditore o la singola associazione, ma una rete di relazioni sociali capaci di creare economia. Forse sta proprio dentro quella che sarà la nostra capacità di tessere relazioni sociali al di fuori del nostro stretto ambito la risposta vincente per affermare la normalità dello stare nudi.

Giampietro Tentori





Naturismo e Cristianesimo

In molti si chiedono se l'essere naturista possa convivere con l'essere cristiano. Ecco un breve spunto di riflessione che non ha alcuna pretesa ma semplicemente un punto di vista da parte di un credente cattolico iscritto all'Anita.

La finalità descritta nella definizione formulata, nel 1974 al 140 Congresso delle Federazioni Naturiste osserva che: *“Il naturismo è un modo di vivere in armonia con la natura, caratterizzato dalla pratica della nudità in comune, allo scopo di favorire il rispetto di sé stessi, degli altri e dell'ambiente. Il naturismo è un movimento familiare, sano, educativo, naturale”.*

Il naturismo è ormai diffuso nei Paesi europei e conta centinaia di associazioni e decine di migliaia di praticanti, tra questi molti sono cristiani praticanti.

Il pensiero comune dei cristiani sembrerebbe attribuire l'abbinamento del corpo con il sessuale-genitale al peccato.

La parola di Dio, insegna che l'uomo e la donna non sono creati come puri spiriti, ma nell'unità inscindibile di corpo e anima. Il pudore non si fonda però sul disprezzo del corpo ma sul suo valore. Alle origini nell'Eden Adamo ed Eva erano nudi e non si vergognavano ma dopo il peccato originale s'accorsero di essere nudi e si coprono. Questa pagina biblica è chiave di rilettura delle più famose parabole della misericordia: la parabola del padre misericordioso, conosciuta meglio come la parabola del figlio prodigo e la parabola del buon samaritano. È sempre la nudità il filo rosso che attraversa le pagine. La nudità del figlio minore che partito da casa vestito e ricco di beni si ritrova lacerato, senza vestiti, senza cibo e, soprattutto, solo con il suo fallimento. La nudità di chi è assalito e derubato dai briganti, ferito e impotente, anche lui solo e abbandonato. Ecco la nudità che ci fa paura, che brucia di più ed è proprio quella della nostra inadeguatezza, della nostra fragilità ma c'è una nudità che non fa paura perché non è necessario nascondersela: è la nudità guardata da Lui, il Padre buono. È lo sguardo che riveste le nudità che permette di liberarci dalla paura e dalla vergogna di essere nudi.

Gesù di Nazareth si presenta nudo al fiume Giordano per essere battezzato ed è pure nudo in croce. Non c'è scandalo. Nel caso della crocifissione la nudità è parte della tortura ma nel battesimo è un ritorno alla situazione originaria che permette di guardare la realtà con occhi nuovi. I veri naturisti non si accorgono neppure della propria nudità, ci si accetta per quello che si è perché il corpo non si espone, si vive.

Ecco quindi che si ritorna al tema dello sguardo: *“La lampada del corpo è l'occhio. Se dunque l'occhio tuo è sano, tutto il tuo corpo sarà illuminato; ma se l'occhio tuo è viziato, tutto il tuo corpo sarà nelle tenebre. Se dunque la luce che è in te è tenebre, esse tenebre quanto grandi saranno!”* Dice Matteo al capitolo 6.

Per millenni la Chiesa ha commissionato ai più importanti artisti opere

Cristo Portacroce dei Giustiniani di Michelangelo.



d'arte che non prevedessero censure, anche perché fino ad oltre il 1500 il nudo veniva praticato liberamente in pubblico, in particolare per validi motivi d'igiene anche nello Stato Pontificio dove nei bagni pubblici donne e uomini erano misti

Le cose cambiarono e Daniele Ricciarelli, meglio noto come Daniele da Volterra verrà ricordato, suo malgrado, per aver coperto con vestimenti e foglie di fico i genitali dell'affresco del Giudizio Universale di Michelangelo nella Cappella Sistina, nel 1565, lavoro che gli valse l'epiteto di Brachettone dopo che il Concilio di Trento aveva condannato la nudità nell'arte.



Cappella Sistina. Creazione di Adamo di Michelangelo.

Nonostante i capolavori di Tiziano, Veronese o Cellini il controllo delle immagini si farà sempre più stringente e la Chiesa arriverà a vietare la realizzazione di particolari scene delle Sacre Scritture come David e Betsabea o Susanna e i vecchioni o ancora, episodi in cui compaia l'egiziana che istigò Giuseppe all'adulterio, l'arte verrà utilizzata come strumento della Controriforma in risposta alla Riforma di Lutero.

Oggi sentiamo ancora quell'influsso, i crocifissi non presentano più il Cristo nudo e nessuna corrente artistica ha liberato il corpo tanto denigrato dalla fine del 1500 nell'arte sacra e nel pensiero cristiano.

Per tornare ai giorni nostri bisognerebbe citare il settimanale cattolico "FAMIGLIA CRISTIANA" che parlò a favore del naturismo già nel lontano 1982 in un commento intitolato "Dai bronzi di Riace ai nudi di Tropea". Scrisse nel sottotitolo che il "problema" dei naturisti si sarebbe potuto risolvere con apposite spiagge, non scegliendo fra corpi belli e brutti. E nel testo suggerì che la soluzione era quella adottata dal comune di "Isola" di capo Rizzuto (Crotone) ed oggi sono decine di comuni che hanno fatto questa scelta in tutto il territorio nazionale.

In conclusione, l'esperienza nudista è personale, non si presta a generalizzazioni. Si può essere naturisti per scelta libera e consapevole, come si può non esserlo, ma non per questo si è bigotti, proibizionisti o impositori di tabù o di pregiudizi vecchi a morire. È preferibile confrontare, senza dogmatismi e intolleranze, le rispettive scelte libere e responsabili di sé stessi e degli altri.



Nudità in bianco e nero

Spesso crediamo che le nostre bisnonne e bisnonni si scandalizzassero alla vista di una caviglia e che solo nel secondo dopoguerra ci sia stata una maggior tolleranza per la nudità, anche se in modo diverso nei vari paesi. E' quindi difficile comprendere come negli ultimi anni assistiamo a un'inversione di tendenza che contraddice l'idea di un naturale e continuo progresso.

Tralasciando il cinema pornografico, che è sempre esistito ma era confinato in circuiti clandestini, il nudo è stato presente sin dalle origini del cinema. Anzi, gli studi pionieristici di Eadweard Muybridge sulle immagini in movimento mostravano uomini e donne nudi già dal 1887, ben prima dell'invenzione del cinema che risale al 1895. Per questo, ogni tentativo di risalire alla "prima volta che..." è destinata ad essere prima o poi smentita.

Il nudo era un tema tradizionale nell'arte e quindi accettato anche nei "tableaux vivant" prodotti da Pathé, che ricostruivano quadri come la Nascita di Venere con veri attori. Il breve film tedesco Akt_Skulpturen (1903) era un catalogo per artisti eseguito da uomini e donne nudi su una base rotante. Il tema del pittore e della modella era alla base film Inspiration (1915) interpretato da Audrey Munson, una top-model dell'epoca che l'anno seguente ha girato anche Purity, di cui rimangono solo alcune foto di scena all'aperto.

Spesso il nudo era giustificato da ambientazioni storiche, esotiche o letterarie. Un esempio sono ben due film italiani sull'Inferno del 1911. Si tratta di produzioni che precedono di trenta anni le interpretazioni di Vittoria Carpi in La corona di Ferro (1941) o di Clara Calamai in La cena delle Beffe (1943), solitamente accreditate come le prime attrici apparse nude nel cinema italiano. Del resto le prime leggi sulla censura dei film in Italia risalgono al 1913. Nell'Inferno della Milano Films, quasi tutte le comparse che impersonano i dannati sono nude, tranne quelle in primo piano che hanno una specie di tanga, mentre in quello della Helios Film si vede il seno di Francesca da Rimini. Si tratta di veri kolossal con effetti speciali che forse sbalordivano i nostri nonni ben più di qualche nudità.

La figlia degli Dei (Daughter of Gods, 1916) era un fantasy ambientato in un Oriente imprecisato, in cui la nudità di Annette Kellerman, famosa nuotatrice australiana, era dissimulata da lunghissimi capelli. Un altro film di ambientazione esotica è Hula (1927), in cui Clara Bow fa il bagno in un

1. Una foto di Muybridge
2. Fotogramma da Akt_Skulpturen (Messter, 1903)
3. Foto di scena da Purity (Berger, 1916)
4. Annette Kellerman in La figlia degli Dei (Brenon, 1916)
5. Audrey Munson in Inspiration (Foster Platt, 1915)
6. Fotogramma da L'inferno prodotto da Milano films
7. L'inferno (Helios film, 1913)
8. Vittoria Carpi in La corona di Ferro (Blasetti, 1941)
9. Un fotogramma di Hula (Fleming, 1927) con Clara Bow
10. Fotogramma di Ben-Hur: A Tale of the Christ, 1925
11. Johnny Weissmuller e Josephine McKim in Tarzan and His Mate (Gibbons, 1934)
12. Locandina americana di Estasi (Machaty, 1933)



laghetto.

E' impossibile elencare tutti i film degli anni '20 e dei primi anni '30 con scene di nudo. Anche nei moralistici peplum di Cecil B. de Mille, come il primo Ben Hur (Ben-Hur: A Tale of the Christ, 1925) o Il segno della croce (The Sign of the Cross, 1932) c'erano comparse più o meno nude, magari con la scusa di stigmatizzare la viziosità del malvagio di turno. Tra i film con nudità in ambiente naturale non poteva mancare Tarzan: in Tarzan e la compagna (Tarzan and His Mate, 1934), Johnny Weissmuller e Josephine McKim, entrambi campioni di nuoto, eseguono nudi un vero e proprio balletto subacqueo.

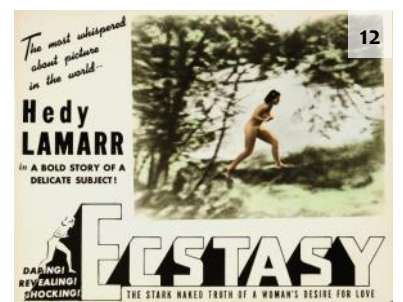
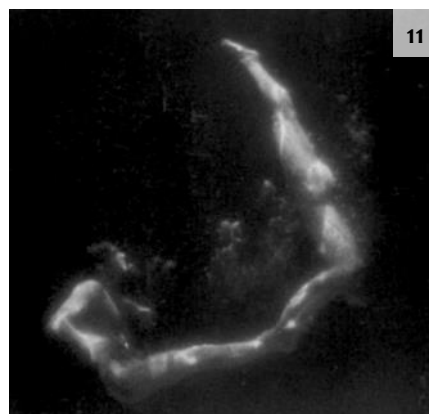
Merita una menzione il cecoslovacco Estasi (Ekstase, 1933) in cui una famosa scena di nudo integrale in un'ambientazione naturale ha portato al successo Hedy Lamarr. Fu condannato direttamente da Pio XI e censurato in molti paesi, ma nondimeno presentato al Festival di Venezia.

Questa relativa libertà di rappresentare il nudo scomparve progressivamente alla metà degli anni '30, prima nei film hollywoodiani e a seguire nel resto del mondo, per riemergere solo negli anni '60. Il punto di svolta è stato l'adozione del "codice Hays", fortemente sostenuto dalle associazioni cattoliche, che specificava cosa fosse o non fosse considerato moralmente accettabile e che ha portato ad eliminare dai film anche temi sociali come l'emancipazione femminile, l'omosessualità, le questioni razziali, la droga. Non era una legge ma un codice di autoregolamentazione a cui le case di produzione si attenevano: il cinema è business ed era essenziale evitare la mancata distribuzione delle pellicole e il boicottaggio del pubblico conservatore.

Queste vicende aiutano a capire quanto sta accadendo ormai da diversi anni nei media e soprattutto nei social network, enormi multinazionali che stabiliscono in tutto il mondo criteri basati sulla (presunta) sensibilità media del pubblico statunitense, per cui, ad esempio, sono accettabili delle natiche, eccessive nella cultura islamica ma non un topless in spiaggia, fino a poco fa comune in Europa ma non negli USA.

Sappiamo come questi criteri siano più elastici nei confronti della violenza, estremismo e fake news rispetto alla semplice nudità, anche naturalista. Il pubblico considera le foto degli influencer come lo stile di vita ideale, senza riflettere che le star di oggi si attengono a delle regole per continuare a promuovere sé stessi e i prodotti pubblicizzati. La cosa più allarmante è che, in particolare da chi è cresciuto in questo contesto, finisce per interiorizzare questi standard come una norma etica naturale e universale.

Alessandro Conti





Senza veli e senza alibi

Siamo Ida Andrea e Alessandro, abitiamo a Chiavari, ci conosciamo da 15 anni e siamo sposati da 6.

Ci siamo avvicinati al mondo naturista in modo casuale, percorrevamo il sentiero delle Cinque Terre e, come molti sapranno, tra Vernazza e Corniglia si trova la spiaggia di Guvano. Il primo impatto non fu piacevole, non eravamo pronti. Quell'esperienza però fu "benedetta", evidentemente era bastato un minuscolo seme a far germogliare quello che poi si sarebbe trasformato in un percorso verso un benessere fisico ma soprattutto mentale.

Inizialmente praticavamo il naturismo nelle spiagge tolleranti e non presidiate e più volte abbiamo avuto spiacevoli incontri.

Con la nascita di Margherita, la nostra primogenita, l'esigenza è necessariamente mutata e per non esporla ad un pubblico sbagliato ci siamo avvicinati a luoghi sicuri e protetti ed è proprio in questi luoghi che abbiamo stretto splendide amicizie.

Quando abbiamo capito che ci importava 'essere' nudi più che 'stare' nudi abbiamo condiviso con alcuni amici e familiari quella che era diventata per noi una consuetudine. I più ne hanno preso atto non condividendo la nostra scelta perché la loro idea di naturismo era già inquinata da visioni distorte della nudità e chi ha chiesto qualche informazione in più non ha poi approfondito la questione. Ora ad anni di distanza e consapevolezza lo comprendiamo di più ma siamo anche in grado di usare un linguaggio più appropriato per spiegare cos'è il naturismo e soprattutto cosa non è. Essere naturisti, almeno per noi, non ha il solo significato di stare nudi ma è una continua ricerca: spogliarsi dei vestiti e in realtà una cosa molto più semplice che spogliarsi da preconcetti, modificare le proprie abitudini di vita e cercare di dare un senso profondo ai gesti, anche quelli più semplici, della quotidianità. Una delle scoperte più recenti che abbiamo fatto in questo nostro percorso è quella di essere perfetti così come siamo: se prima stavamo nudi perché era bella la sensazione del vento e del sole sulla pelle ora a questa si aggiunge la serenità di mostrare un corpo pienamente accettato e di riflesso il gusto di assaporare una libertà vera.

Stiamo costruendo un cartello che campeggerà all'ingresso del nostro giardino "Clothing optional Home" ci sarà scritto e nell'immagine si abbracceranno una coppia nuda e una vestita. Il cartello è stato ispirato da una nostra amica non naturista, che ama la nostra compagnia e ci accetta per come siamo, nudi, esattamente come noi accettiamo lei, vestita. Abbiamo cercato e comprato una casa che ci desse la possibilità di vivere nudi gli spazi esterni e vogliamo far sapere ai nostri ospiti che se lo desiderano possono spogliarsi così come facciamo noi. Ma ci preme sottolineare che se mettesse a disagio anche vedere gli altri nudi, noi padroni di casa non ci spoglieremmo, sarebbe alquanto inopportuno e maleducato. Il cartello starà a significare che nudo o vestito per noi non c'è

alcuna differenza, basta che tu stia bene. Ora abbiamo figli piccoli che facilmente si adeguano al nostro stile di vita: i bambini in generale adorano stare nudi, sono ancora così vicini al momento in cui sono venuti al mondo che esperienze, opinioni e pensieri non hanno ancora depositato i loro veli invisibili, quelli che coprono davvero, quelli di cui non riusciamo a liberarci facilmente.

In momenti particolari della loro vita però, potrebbe essere che la nudità non rappresenti più un'alleata ma una nemica: dovranno fare i conti con il loro corpo in cambiamento e più che mai avranno bisogno di comprensione e protezione, in fondo anche il bruco si imbozzola ben bene prima di svelarsi in tutta la sua bellezza. E allora quel cartello ricorderà loro che l'importante è stare bene, nudi o vestiti non importa, poi se avremo fatto noi un buon lavoro come genitori probabilmente un giorno si svestiranno nuovamente e saranno farfalle pronte a mostrare al mondo i vibranti colori delle loro ali.

Questa modalità non integralista di vivere il naturismo ci aiuta anche in un altro aspetto: il confronto con le famiglie dei compagni di scuola di Margherita per esempio. Fino ad ora non sono venute fuori difficoltà legate alle nostre abitudini proprio per i motivi spiegati prima. Inoltre, ad esempio, succede spesso che noi stiamo nudi e i bimbi vestiti del tutto o in parte a causa della loro peculiare noncuranza dell'aspetto igienico. Insomma, Margherita si siederebbe nella terra certamente senza premurarsi di stendere un telo. L'arrivo di Jacopo poi non ha cambiato le nostre abitudini, abbiamo bisogno di maggiore aiuto e i nonni non si sottraggono a questo impegno ma non imponiamo la visione dei nostri corpi nudi a chi non la gradisce e quindi non ci sono difficoltà.

La nostra è una famiglia che ha aspirazioni piuttosto importanti: cercare di essere felici anche portando la felicità, essere liberi senza ledere la libertà altrui ed essere equilibrati in un mondo che fa di tutto per farti cadere.

Ida Gulino e Alessandro Mazza





Naturismo e attività fisica

Se pensiamo che il naturismo sia una corrente di pensiero che ci aiuta a metterci in contatto con la natura, non possiamo sottovalutare l'importanza dell'attività fisica. Il nostro corpo si è adattato, nel corso di millenni, a sostenere un'importante quantità di movimento (camminare, correre, saltare, arrampicarsi) per potersi procurare il cibo e difendersi dalle minacce. Le conseguenze di questa evoluzione ci portano a comprendere come mai il nostro corpo reagisce negativamente alla vita sedentaria degli ultimi millenni, ma ancora di più degli ultimi secoli. Solo negli ultimi anni si stanno diffondendo più informazioni riguardo l'importanza di seguire uno stile alimentare sano e fare più attività fisica. Contemporaneamente la tecnologia permette più cibo e meno movimento. In questo contesto attiviamo dei circoli viziosi che portano a valori sballati di ormoni legati al metabolismo e ad una più veloce degenerazione del corpo. Come possiamo ritrovare un approccio più idoneo alle regole fisiologiche che gestiscono la nostra salute? Fino a questo punto basterebbe abituarsi a seguire un'alimentazione molto variata e bilanciata praticando un'attività fisica adeguata alle caratteristiche personali di ognuno. Inoltre la salute fisica si traduce anche in un miglior tono umorale.

Nell'ambito naturista possiamo andare oltre a questi aspetti ed inoltrarci in una dimensione più dedicata alla sensibilità fisica e mentale. Il nostro cervello si nutre non solo di carboidrati, ma anche di informazioni, molte delle quali giungono dalla nostra pelle. Erroneamente siamo abituati a pensare che la nostra pelle sia semplicemente l'organo dedicato al tatto e sempre erroneamente si crede che il tatto sia solo l'abilità di percepire la qualità e la temperatura di quello che viene a contatto con il nostro corpo. Essa è invece anche in grado di percepire le onde sonore dando al cervello informazioni sullo spazio che ci circonda. Forse ancora più importante è sapere che la pelle interagisce fortemente con il movimento e con le posture. Gli indumenti inibiscono molto questa tipologia di percezioni perciò influiscono, spesso negativamente, sul movimento. Per comprendere meglio il motivo di questo condizionamento dobbiamo sapere due cose. La prima è che il corpo si muove naturalmente attraverso le catene muscolari. Quando alziamo un braccio oltre alla testa non stiamo utilizzando solo i muscoli del braccio e della spalla, ma attiviamo tutta una serie di muscoli che creano una linea di forza che coinvolge anche il tronco e le gambe. La seconda è che tutti i nostri muscoli sono avvolti dalle fasce muscolari, le quali mettono in relazione tutto il nostro corpo. Muscoli,

catene muscolari, fasce e pelle hanno delle proprietà elastiche che determinano quanto ogni distretto è disposto a permettere l'ampiezza del movimento che si traduce anche nell'espressione di forza che possiamo generare durante i movimenti. Se a questi tessuti organici aggiungiamo la resistenza dovuta agli indumenti, possiamo percepire un'ulteriore difficoltà, per esempio, nel portare le braccia in alto o nel portare le ginocchia verso il petto. C'è da aggiungere che il nostro corpo è capace di adattarsi a qualunque stimolo protratto nel tempo, perciò siamo portati a ritenere normale una qualità di movimento che potrebbe essere in realtà minore al nostro potenziale. Anche quando l'indumento indossato è comodo ed elasticizzato, rimane comunque un vantaggio la scelta di muoversi nudi. Persino l'utilizzo di mutande e top riportano al sistema nervoso un aumento di tensione che condiziona i movimenti. Il reggiseno, soprattutto quelli che si sostengono al collo anziché alle spalle, crea un costante aumento di tensione nella zona cervicale affaticando in maniera costante i muscoli adibiti al controllo della postura della testa, del collo e delle spalle. Possiamo dunque sostenere l'ipotesi che sia una concausa (anche se non la più rilevante) dei problemi di cervicalgia da molti accusati. Un altro indumento che influisce enormemente sul movimento di tutto il corpo è la scarpa. All'interno di essa il piede perde la capacità di percepire e trasmettere al cervello importanti informazioni riguardanti la qualità del terreno su cui ci muoviamo. Inoltre le articolazioni di piedi e caviglie protette dalle calzature si indeboliscono incredibilmente fino a portarci a problematiche dovute a piedi piatti, ginocchia valghe, patologie alle anche e alla schiena, per non parlare della quantità di storte che potremmo evitare.

Reputo necessario indossare un abbigliamento qualora lo sport interessato comporti rischi di abrasioni, urti e impatti su un corpo non ancora preparato a sopportarli. Essere naturisti non significa rischiare l'incolumità. Se siamo al freddo vestiamoci, se abbiamo bisogno di ginocchiere, un casco, un pantalone per evitare abrasioni, usiamoli. Siamo naturisti perché ci piace la natura, non per forzare il concetto di libertà.

Cristian Santero





Cronache di distanziamento naturista

Anche se pochi ne parlano sui giornali, in televisione, sui social o nella blogosfera, una delle categorie più colpite dalle conseguenze del confinamento da Coronavirus è quella dei naturisti: costretti a stare in casa, quando l'immersione nella natura è parte fondamentale di questa filosofia di vita, e lontano da tutti, laddove il naturismo ha come principio cardine la nudità in comune, il contatto sociale con gli altri!

Scherzi a parte, è chiaro che questa pandemia ha colpito e colpirà in futuro in maniera pesante naturisti e non. Questa vuole essere una cronaca semiseria di un periodo strano, si spera irripetibile, con un accento particolare sulle vicissitudini dei naturisti e dei nudisti in tempo di distanziamento sociale.

Mi sono divertito a raccogliere un po' di notizie circolate in rete negli scorsi mesi per capire come hanno trascorso questo periodo di segregazione le persone a cui piace vivere in nudità.

Le mutande!

All'inizio, eravamo a fine inverno nel nostro emisfero, si respirava un cauto ottimismo, qualcuno si chiedeva se era il caso di annullare la prenotazione per le vacanze estive, altri si dimostravano ben contenti di poter passare giornate intere nudi a casa. Forse troppo contenti, visto che in una cittadina degli Stati Uniti il dipartimento di polizia ha dovuto emettere un comunicato in cui ricordava di indossare le mutande nel breve tratto tra la porta di casa e la casella della posta. Alcune statistiche di vendita dei grandi magazzini hanno anche certificato un aumento nella vendita della parte alta della biancheria ma non della parte bassa!

Dopo qualche giorno sono iniziate ad arrivare le comunicazioni di annullamento o chiusura da parte di associazioni, eventi, gruppi, strutture. Si è cominciato a capire che la questione era seria e le conseguenze si sarebbero fatte sentire a lungo.

La mia estesa analisi mi ha portato a dividere i poveri naturisti in 4 grandi categorie:

- **i rassegnati**, privi di giardino o boschi nelle vicinanze, hanno rinforzato le tende alle finestre e per 2 mesi se ne sono rimasti in casa nudi, guardando il mondo dal televisore, dal computer o dallo smartphone.

- **i fortunati**, con giardino protetto o terrazza con vista mare, sul verde o sull'infinito, hanno continuato a fare ciò che facevano prima, se si esclude ovviamente il fatto di non poter uscire ed incontrare altri naturisti. I più fortunati, vista la vicinanza a zone poco frequentate, hanno continuato a fare passeggiate o brevi escursioni in nudità, alla faccia del confinamento.

- **i creativi**, quelli che anche nelle difficoltà colgono opportunità, si notano di più in rete per la loro capacità, non si sa se innata o acquisita, di inventarsi modi nuovi di lavorare, passare il tempo, divertirsi.

- **gli isterici**, cioè quelli che già a gennaio sentono il bisogno di esporsi alla luce del sole e all'aria, figuriamoci se costretti per giorni a stare in casa mentre fuori ci sono 25°. Un esempio di questa tipologia è la donna beccata dai Carabinieri in cima ad una collina nel bolognese mentre prendeva il sole in topless. Solidarietà per le ultime donne in topless rimaste, un po' meno per la non troppo signora quando ha dato in escandescenze urlando "fascisti e cornuti" ai militari che la stavano multando. Sarà stata colpa di un eccesso di sole o di isolamento?

Per fortuna c'è Zoom

Una situazione come quella che stiamo vivendo sarebbe stata ingestibile anche solo vent'anni fa, quando gli smart phone erano ancora oggetti per pochi, la connessione ad internet assai più sporadica e lenta e molti degli strumenti che

favoriscono il contatto sociale in rete non esistevano ancora o erano utilizzati in ambiti molto ristretti. Oggi abbiamo i social, abbiamo le video-chat, il distanziamento sociale è un po' meno pesante, almeno per chi ha a disposizione ed è in grado di utilizzare questi strumenti.

Anche i naturisti si sono trovati a praticare lo smart working, costringendo molti a rinunciare per qualche ora alla libertà dai vestiti. Da qui sono nate alcune gag, il collega che si alza distrattamente dalla sua postazione e rivela che indossa camicia, cravatta e niente altro o il familiare nudo che transita davanti alla webcam durante una riunione di lavoro. A seguire sono diventati virali sul social TikTok video in cui: congiunto/convivente passa di proposito nudo davanti alla webcam e registra la reazione del malcapitato smart worker oppure, in ambito non necessariamente naturista, congiunto/convivente che si mostra nudo a qualcuno in casa e registra la reazione. Quest'ultimo caso ha attirato l'attenzione di **Héctor Martínez**, presidente della Federazione Naturista Messicana, il quale ha con pazienza analizzato parecchio materiale per trarne interessanti conclusioni riguardo al rapporto con la nudità dei non naturisti: gli uomini reagiscono praticamente sempre come se si trattasse di un invito di tipo sessuale, le donne in maniera ironica o imbarazzata. Anche su questa diversa percezione bisognerà lavorare per rendere la semplice nudità una consuetudine.

Le web chat sono diventate subito anche un ottimo strumento per mantenere i contatti con i propri amici naturisti. L'idea di chiacchierare davanti ad un computer nudi ha ovviamente scatenato qualche polemica, non del tutto infondata, sul senso di questo tipo di socializzazione. Mi pare però che se già si è nudi durante il resto della giornata e esiste un livello di confidenza e conoscenza sufficientemente approfondito, perché no?

Anche alcune associazioni naturiste sono riuscite a sfruttare le video chat e a trasformare velocemente la propria attività da *in presenza* a *online*. Ad esempio l'associazione naturista britannica, British Naturism, ha modificato immediatamente il proprio programma, proponendo lezioni online di ginnastica, yoga, meditazione, aerobica, disegno, e persino di acquaerobica all'asciutto, aprendole anche a tutti gli iscritti INF. Questa mossa è stata ricompensata con un importante aumento del numero di iscritti a BN. Molti hanno iniziato o continuato a proporre lezioni online di yoga in nudità, l'attività che sembra aver riscosso maggior successo.

Vacanze casalinghe

Un grosso contributo al buon umore in rete è stato dato da chi sui social ha postato immagini delle più svariate situazioni, interpretate in chiave *lockdown*. Le più interessanti sono quelle in cui attività normalmente riservate all'aria aperta vengono svolte nel tinello di casa. Anche i naturisti hanno dato il loro apporto, ho visto foto di persone nude impegnate a fare free climbing sulle scale di casa, immersioni con pinne, maschera e boccaglio fluttuando sul proprio letto, sessioni di SUP nelle acque caraibiche trasmesse dal televisore, coppie sdraiate sotto l'ombrellone con sabbia, paletta e secchiello in salotto, giovani intenti a superare una rapida a bordo di una canoa o ad affrontare la ripida discesa dal divano su una tavola da snowboard, vestiti di scarponi, casco, maschera, sciarpa e null'altro.

E ho anche visto un breve video di una naturista intenta a *nuotare* su una tavoletta sul letto davanti alla spiaggia presente solo sullo schermo TV, una foto di ciclista nudo intento ad allenarsi in garage e un altro ciclista fotografato per strada, nudo per festeggiare il proprio compleanno.

Buon successo anche per vignette e fotomontaggi con le classiche abbronzature divise per tipologia, a cui sfortunatamente quest'anno si è aggiunta quella integrale tranne mascherina.

Specie nelle giornate più calde e soleggiate di questa strana primavera sono fioccate le foto di chi può permettersi di stare nudo, in giardino o sul terrazzo, e di chi è andato a ripescare le foto degli anni scorsi, al mare, in montagna, in vacanza, con gli amici. La nostalgia è una costante di queste settimane, unita alla preoccupazione che quest'anno sarà molto più complicato del solito, se non impossibile, raggiungere i luoghi dove i naturisti normalmente si recano durante i fine settimana o per le vacanze.

Forse questa è l'occasione per riscoprire o iniziare a frequentare, quando sarà di nuovo consentito, posti vicino a casa, in Italia, magari attivandosi per ottenere che anche nella propria zona vengano dedicati spazi per i naturisti.

Massimo Conter

Quando ti metterai in viaggio per Itaca
devi augurarti assai lunga la strada,
tra campi d'avventure ed esperienze.
Non temere Lestrigoni e Ciclopi,
Nettuno imbizzarrito;
non è questo
il genere d'incontri che farai
se guardi un po' più alto del pensiero
e fermo è il polso del tuo corpo e guida
il tuo spirito il suo saper sentire.
Né Ciclopi o Lestrigoni,
nemmeno Nettuno il tempestoso
incontrerai
se non li porti dentro,
se non li sveglia contro te il tuo cuore.

Augurati solo una lunga strada,
molti estivi mattini quando terra
nei porti della terra toccherai
- l'animo stanco dalla gioia -
come toccasti terra alla tua nascita.
Sosta a lungo e fa acquisti negli empori fenici:
madreperle, coralli, ebano, ambre,
tutta merce sottile, lavorata dall'uomo,
i profumi che penetrano il tempo.

Respira coi respiri dei millenni,
visita città egizie, ascolta e impara
dai maestri il viaggiare.

Sia Itaca la mente, il tuo pensiero,
il sempre per cui navighi,
il viaggio senza fretta.
Che duri a lungo, anni, che da vecchio
ti sia dato di mettere il tuo piede
su quell'isola,
ricco del niente accumulato per la strada
senza aspettarti ricchezze da Itaca.

Itaca ti ha donato ciò che hai visto nel viaggio.
Senza di lei mai avresti immaginato
d'incamminarti: che altro ti aspetti?

Se scoprirai ch'è povera,
comunque non resterai deluso,
perché saggio ti avrà fatto il cammino,
l'esperienza messa nella bisaccia.
Avrai capito che Itaca è tornare,
che è il viaggio
e il suo significato.

[Itaca di Konstantinos Kavafis - traduzione di Mimmo Grasso]

Falesie di Cala Moro, Bosa.
Sardegna nord occidentale.

Libertà e quarantena

#quanto è stata dura soprattutto per noi naturisti
#marzo/aprile 2020

Volevo iniziare con questa bellissima poesia del poeta greco Kavafis dove Itaca rappresenta la vita stessa, il viaggio e il suo significato, il nostro individuale percorso e il senso profondo del nostro essere umani.

Qualcosa che forse questo periodo ci ha portato, riflessioni sulle cose che davamo magari per scontate, prime fra tutte la libertà.

Non ce l'aspettavamo proprio. Mentre eravamo intenti a far progetti...

Le vacanze quest'estate in luoghi bellissimi e nudi, il nuovo camper tanto desiderato, la casa nuova, il nuovo lavoro...il bimbo in arrivo che fra poco saremo in tre!

Buuuum tutto ad un tratto il tempo sospeso, i progetti fermi e stravolti, la nuova dimensione di "prigionieri" all'interno delle nostre case.

E' stata dura, è dura. Un momento storico senza precedenti, almeno nella storia attuale e nelle nostre vite.

Tutto fermo, fermi tutti, congelati in un tempo sospeso che non ha precedenti, improvvisamente liberi solo nello spazio delle nostre quattro mura, fra smart working, flash mob musicali da un balcone all'altro, tortellini dolci e pane fatto in casa, la scoperta di tempi lenti e morbidi...

Sicuramente tutti noi abbiamo vissuto momenti emotivamente altalenanti, ci siamo assicurati a vicenda, usando le tecnologie e il rapporto a distanza, l'unico consentito.

Abbiamo usato il nostro corpo come immagine, ologramma di noi stessi, rinchiusi nelle nostre prigioni, usando la tecnologia per riportarci calore, memorie e ricordi delle nostre vacanze nude, abbracci via etere.

Tra le mancanze maggiori sicuramente la fisicità, il contatto.

Il contatto con gli altri, con i nostri amici, i nostri affetti, il contatto con l'aria e lo spazio esterno e soprattutto per noi naturisti il contatto del sole e della pelle nuda, il nostro, tutto nostro rapporto privilegiato con la natura in tutti i suoi luoghi e le sue forme.

Che ne sarà di noi? Chi non lo ha pensato almeno una volta in questa lunga quarantena che non ha risparmiato nessuno, almeno in questo profondamente democratico, poveri, ricchi, famosi e non, attori, politici, re e regine, tutti resi uguali nelle emozioni e nei sentimenti di impotenza a volte.

Non voglio entrare nel merito di chi, cosa e come mai è esploso questo momento, le teorie sono tante e non mi interessa entrare in questo tipo di dibattito, mi interessano solo le tracce umane dentro di noi, quello che è rimasto e che sarà anche da cambiare, trasformare nelle nostre vite.

Un pensiero di enorme gratitudine va certamente a tutti coloro che hanno dato il loro prezioso tempo dedicandosi con amore autentico alle cure di chi ne aveva bisogno, parlo di medici, operatori sanitari e di tutti quelli in prima linea.

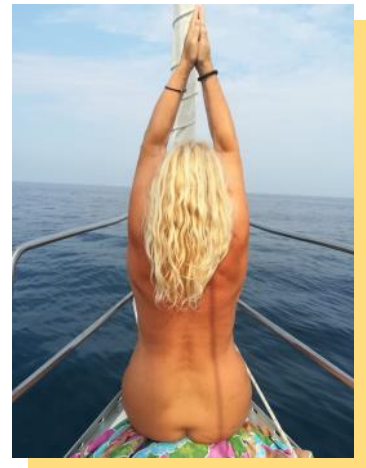
Un pensiero d'amore a chi ha perso amici e affetti senza il conforto delle ultime parole, degli ultimi sguardi ed abbracci.

Un periodo molto intenso la storia di questi mesi, siamo ancora in fase di elaborazioni emotive e fisiche. Si sono alternati tanti momenti e non è stato semplice mantenere saldi i nostri equilibri interiori.

Ognuno di noi ha vissuto principalmente questa libertà negata, la libertà di uscire all'aria aperta, di poterci muovere nei nostri spazi umani e naturali.

Credo che per noi naturisti il concetto di libertà sia sentito in modo molto forte, autentico, quasi viscerale e fa parte delle nostre scelte di vita, anche quelle di tutti i giorni. La libertà per me è sempre stata un concetto fondamentale...impossibile pensarmi "senza", impossibile vivere "senza".

La natura in questo tempo senza di noi si è ripresa i suoi spazi semplici e naturali di bellezza, in tempi brevissimi l'aria è diventata pulita, l'acqua anche, fiumi e mari hanno ripreso ad essere limpidi, gli animali sono ritornati a popolare i luoghi che prima erano solo nostri, hanno attraversato i paesi, le città. Abbiamo visto video sul web o sbirciato in prima persona dalle finestre di chi vive in luoghi meno metropolitani diventando i testimoni di questa bellezza.



1, 2. Il Corpo. Località Torre Argentina, Bosa. Sardegna nord occidentale. Photo: Sergio Cossu

Abbiamo visto e preso consapevolezza di tutto ciò. Abbiamo provato stupore e meraviglia. Non lo dimenticheremo mai.

La natura si è ripresa i suoi spazi e ci ha regalato dei grandi e profondi insegnamenti. Sta a noi farli nostri per sempre. Sta a noi mantenerli nel cuore e viverli con rispetto.

Un nuovo mondo è ancora possibile, solo noi possiamo essere i testimoni di questo sogno e solo noi possiamo provare a realizzarlo!

Marina Paul

Il Tuffo. Spiaggia di Porto Ferro,
Sassari. Sardegna nord occidentale.
Photo: Sergio Cossu



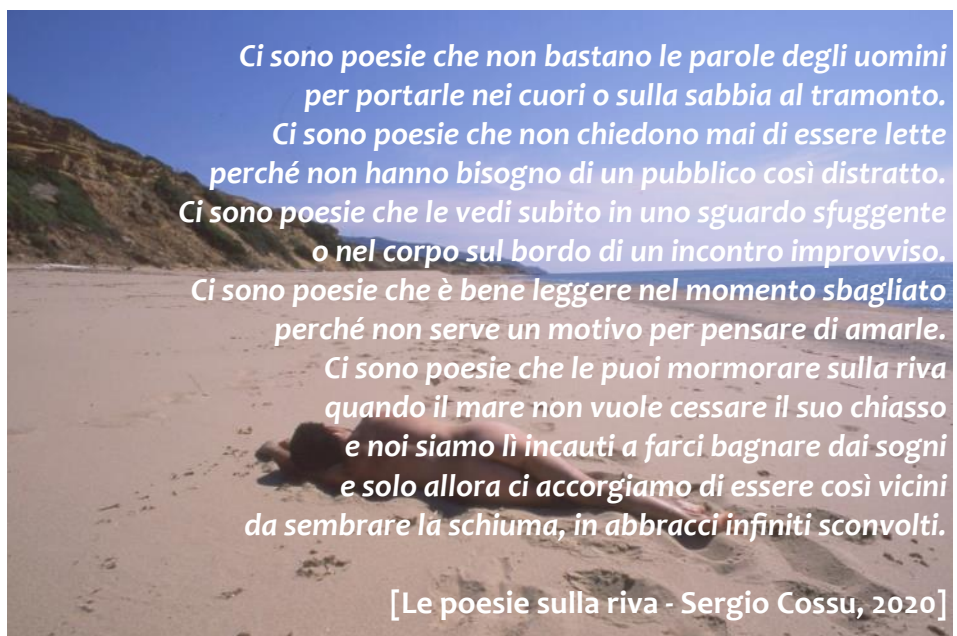
A tutti voi che leggete! Vi chiediamo un vostro intervento con una frase o una vostra riflessione, anche materiale fotografico su come avete vissuto e state vivendo questo periodo di forzata libertà.

Potete inviare il tutto all'indirizzo mail della redazione: **redazione@italianaturista.it** inserendo nell'oggetto

LIBERTA' e QUARANTENA

Grazie a chi vorrà partecipare!

Uomo di sabbia. Spiaggia di
Piscinas, Costa verde di Arbus.
Sardegna centro occidentale.
Photo: Sergio Cossu



*Ci sono poesie che non bastano le parole degli uomini
per portarle nei cuori o sulla sabbia al tramonto.
Ci sono poesie che non chiedono mai di essere lette
perché non hanno bisogno di un pubblico così distratto.
Ci sono poesie che le vedi subito in uno sguardo sfuggente
o nel corpo sul bordo di un incontro improvviso.
Ci sono poesie che è bene leggere nel momento sbagliato
perché non serve un motivo per pensare di amarle.
Ci sono poesie che le puoi mormorare sulla riva
quando il mare non vuole cessare il suo chiasso
e noi siamo lì incauti a farci bagnare dai sogni
e solo allora ci accorgiamo di essere così vicini
da sembrare la schiuma, in abbracci infiniti sconvolti.*

[Le poesie sulla riva - Sergio Cossu, 2020]



Vivere nudi tra le colline del Monferrato

Ci presentiamo siamo, una coppia abbastanza eterogenea per interessi, scelte sociali, amicizie; anzi forse più che eterogenea, sarebbe meglio dire eteroclita perché talvolta decliniamo in modo diverso interessi comuni. In alcune occasioni diamo l'impressione di essere alquanto conflittuali; forse non a caso Silvio, un nostro amico naturista, con un modo di dire piemontese, ci ha definiti “*pica bale*” ossia, picconatori di balle, insomma rompiballe; in realtà poi, dopo discussioni e *dibattiti*, pur conservando, quasi sempre, ognuno la propria autonomia, riusciamo incredibilmente, a trovare un accordo.

Ci siamo conosciuti grazie alla stessa passione per le danze occitane, che coltiviamo ancora oggi.

Siamo arrivati a Verrua Savoia nel 2009; in realtà non è stata proprio una scelta, o meglio, volevamo lasciare la grande città -Torino- e abbiamo cominciato a cercare casa nelle vicinanze, ma i prezzi erano molto alti e quindi, *cammina cammina*, siamo approdati in questa cascina posta sulle prime propaggini del Monferrato, luoghi più abbordabili per le nostre finanze.

Io sono naturista dal 1980, racconta Elo, sono fervente sostenitore della necessità di associarsi, in quanto ritengo che i numeri contino; fin dal 1981 sono iscritto ad un'associazione naturista.

Giuli ha subito condiviso questa mia scelta, infatti da circa un decennio siamo iscritti entrambi all'A.N.ITA.

Parlando e discutendo abbiamo dato a questo aspetto del nostro essere un respiro più ampio, facendo assumere al naturismo una parte fondamentale nel nostro stile di vita. Una tessera, che con altre tessere quali: risparmio energetico, sobrietà, riciclo, rispetto ambientale e, per quanto possibile, autosufficienza concorrono a formare il mosaico della nostra esistenza.

Noi non definiremmo il nostro naturismo come *bucolico*, questo termine riecheggia di un'*arcadia* che non esiste e nemmeno è mai esistita.

Definiremmo piuttosto il nostro naturismo, come familiare, quotidiano e poi, soprattutto, *esistenziale* in quanto non si limita, come purtroppo avviene per molti, a prendere il sole nudi al mare, al fiume, in piscina, o andare in sauna o, ancora, ad un tipo di vacanza. Pensiamo che il nostro naturismo sia quasi un abito mentale, un ossimoro, per dei naturisti, ma

GIULI HALL



come dicevamo prima una scelta culturale.

Quando siamo arrivati in questo paese non conoscevamo nessuno. Siccome, però, ci sarebbe piaciuto condividere la nostra scelta naturista con altri, abbiamo cominciato a guardarci attorno e a parlare; come sempre accade i simili si ritrovano e così, incredibilmente, abbiamo scoperto altri naturisti.

Questo è stato il primo passo. Poi abbiamo organizzato delle naturgite, delle giornate al fiume e successivamente dato vita all'associazione informale *MonfràNat - Patan 'n Monfrà*, coinvolgendo nelle nostre attività non solo naturisti, provenienti da diverse località, anche da fuori regione, ma anche tessili che accettano senza problemi la nostra nudità. Questa, di far convivere nel reciproco rispetto e accettazione naturisti e tessili, è forse una nostra piccola vittoria che dimostra come la convivenza sia possibile.

Un altro nostro punto d'orgoglio consiste nel fatto che diverse persone in paese sanno che siamo naturisti. In realtà questa *propaganda* è tutta opera di Giuli, che quando se ne presenta l'occasione e l'interlocutore è intelligente, palesa le nostre scelte. In paese ci conoscono per quello che siamo e per ciò che abbiamo fatto e facciamo e quindi quando dice che siamo naturisti, a parte magari qualche sorriso o battuta iniziale, fino ad ora, non abbiamo mai avuto chiusure o rifiuti; certo ci dicono *..ah, io non verrò di sicuro...* ma tutto si limita a questo; inoltre molti sono inseriti nella *mail list* di *MonfràNat - Patan 'n Monfrà* e chissà che, dai e dai, qualcun'altro non si aggiunga al gruppo.

Un'altra tappa di questo percorso di manifestazione della normalità del naturismo è stata quella di avere l'adesione del circolo di Settimo Torinese di Legambiente, alla programmata naturgita del 26 aprile scorso, che, purtroppo, a causa delle note questioni sanitarie di questa primavera, è stata annullata.

Venire a vivere qui non è stata né follia, né una fuga, come abbiamo già detto è stata una scelta.

Del resto, non crediamo di avere uno stile di vita molto particolare, stravagante o da eremiti, si tratta solo di avere consapevolezza e coscienza circa talune gerarchie di valori.

L'unica nostra particolarità è che nella nostra borgata, Longagnano,

1, 2. Ritrovo amici dell'associazione MonfràNat sulla riva del Po.



abitano - comprese noi - tre persone e che la borgata più vicina ed il centro del paese sono a circa due chilometri. Questo per qualcuno potrà essere uno svantaggio, per noi no. Del resto, chi viene a trovarci, ad esempio proprio i naturisti, ma non solo, apprezza molto la situazione ambientale.

Per altro non crediamo di rinunciare a nulla, anzi per certi aspetti beneficiamo di qualcosa in più. Oramai le differenze fra città e campagna, almeno nel nostro caso, benché ancora esistano, si sono alquanto ridotte. Effettivamente vi è la scomodità dei tempi di spostamento per raggiungere un eventuale posto di lavoro o la grande città; da qui a Torino, in automobile occorre circa un'ora, ma riflettiamo, quanto si impiega per attraversare da un capo all'altro la città? All'incirca lo stesso tempo!

Lo stesso dicasi per fare la spesa al supermercato - soluzione da noi poco praticata - senza contare che possiamo scegliere di acquistare direttamente da produttori.

Qualcuno potrà obiettare che la qualità della vita sociale è inferiore invece non ci manca nulla, per Giuli vivere in città o in campagna, da questo punto di vista, non ha modificato niente, continua a vedere e sentire un mucchio di gente.

Certo che se i tuoi valori coincidono pedissequamente, o per lo meno in maniera preponderante, con quelli del consumare, consumare, consumare ad ogni costo, a non voler rinunciare all'ultimo modello di ordigno tecnologico, ad avere il SUV sempre lucido e splendente, a mutare l'abito a seconda della moda e non della necessità, ad avere l'aria condizionata in estate ed il riscaldamento a palla in inverno, a seguire demenziali programmi televisivi, se è dal tempo delle scuole medie che non leggi un libro, se credi ad ogni diceria che circola sui *social* e se getti ad ogni angolo di strada i tuoi rifiuti, ben difficilmente sarai un naturista; quindi di quale rapporto con la natura possiamo parlare?

Nella maggioranza dei casi natura e umanità sono due entità antitetiche.

In fondo non si tratta di **dove** si vive, ma di **come** si vive.

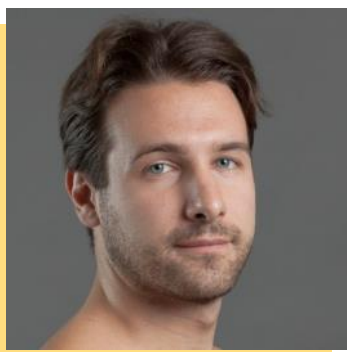
Infatti, abbiamo verificato per esperienza personale come la maggioranza degli abitanti dei paesi abbiano oramai acquisito atteggiamenti, consumi, mentalità e stili di vita molto simili, se non addirittura identici, a quelli che si registrano in città. Inoltre, molti, hanno nei confronti della natura e dell'ambiente circostante, come ad esempio nella trattazione dei rifiuti, spesso abbandonati nei luoghi più assurdi, comportamenti assolutamente molto più deleteri di tanti cittadini consapevoli.



Giuli Hall ed Elo Seminara



3. Bandiere esposte durante le giornate al fiume.



Stasera ti porto a ballare, nuda

Chi l'avrebbe detto mai che in un'afosa serata di fine giugno Macao, l'ex Borsa del Macello di Milano, sarebbe stato il luogo dove passare una bella serata ballando e bevendo?

Ebbene sì, nel 2018 Anita tirò fuori dalla manica un altro dei suoi assi: organizzare un evento danzante con l'abbigliamento che più piace a noi; sfruttando gli ampi spazi della struttura e l'apertura mentale dei suoi gestori, per ben due anni Macao ha ospitato "Balla coi Nudi".

Tutto è stato organizzato al meglio: il guardaroba all'ingresso ben ordinato e presidiato dove gli avventori si potevano liberare del superfluo, un bar dove i baristi avevano il nostro stesso dress code, una grande pista da ballo dove Meteore Bubble Soap DJ teneva banco un disco dopo l'altro. Da ricordare inoltre il giardino esterno per chi voleva prendere una boccata d'aria o scambiare due chiacchiere con maggior tranquillità. Scena divertente: era presente anche uno stand con le crepes alla nutella gestito da una ragazza... l'unica vestita in mezzo a quella clientela tutta nuda!

Insomma già alla prima edizione Balla coi Nudi è diventato il nostro appuntamento preferito tanto da esser ripetuto l'anno seguente con ancora maggior successo.



Per una sera nessuno si è dovuto preoccupare di mettersi in tiro con la camicia o il trucco giusto ma tutti hanno potuto godere della propria nudità in un contesto di festa e rispetto reciproco.

C'erano persone delle più variegata, come la vita: alti e bassi, magri e grassi, abbronzati e ancora pallidi, persone da sole, diverse coppie, gruppi di amici che ballavano spensieratamente. Fortissima anche la scena del trenino in mezzo alla pista! Indimenticabile.

Io e Federica (la mia ragazza) siamo rimasti inoltre notevolmente colpiti dall'età, per la prima volta in un evento naturista era presente una buona quota di 20enni e 30enni. La location "giovane" ha senz'altro influito e pensiamo anche che tra i gruppi ci fossero state diverse persone alla loro "prima volta".

Questa è una cosa bellissima che infonde fiducia per il futuro, per come tante persone sia normale spogliarsi senza nessuna difficoltà in contesti dove ovviamente sia permesso farlo. Anche noi abbiamo parlato di questo evento a diverse nostre conoscenze, incuriosendole forse, chi lo sa... magari nelle prossime edizioni riusciremo a fare proseliti!

Per concludere, il successo di questi eventi denota un altro aspetto non trascurabile: capita spesso di leggere di eventi dove la nudità vissuta in maniera non sessuale è il fulcro della serata, il più delle volte ciò fa rima con Estero.

Ho provato invece molta soddisfazione ed orgoglio a partecipare nella mia Milano che ancora una volta si è saputa dimostrare una città internazionale con la I maiuscola.

Alla prossima serata danzante, vestiti solo dei nostri sorrisi.



ASSEMBLEA DEI SOCI 2020

sabato 20 giugno 2020

alle ore 15,30

presso il Centro Congressi di Palazzo d'Adda

Varallo, in via M. T. Rossi

Ordine del Giorno:

- 1. Nomina "Commissione elettiva" e verifica delle deleghe**
- 2. Nomina Presidente dell'Assemblea dei soci di A.N.ITA. 2020**
- 3. Nomina del Segretario Verbalizzante dell'Assemblea dei soci di A.N.ITA. 2020**
- 4. Presentazione e approvazione del rendiconto economico 2019**
- 5. Relazione del Presidente**
- 6. Approvazione del regolamento di decadenza da incarico di Consigliere per assenze ingiustificate**
- 7. Elezione del Consiglio Direttivo**
- 8. Elezione del Collegio dei Revisori**
- 9. Nomina del Collegio dei Garanti**
- 10. Varie ed eventuali.**



Si ricorda che tutti i soci in regola con l'adesione 2020 possono partecipare al voto assembleare. L'adesione può essere rinnovata sino al momento di apertura dell'assemblea dei soci. Non è invece possibile partecipare al voto all'assemblea dei soci per coloro che hanno effettuato la prima adesione associativa dopo l'ultimo Consiglio Direttivo che precede l'assemblea stessa. Questo perché i nuovi soci devono essere ratificati dal Consiglio Direttivo stesso.

Vista la situazione di incertezza legata al Covid-19 i termini di partecipazione all'assemblea, le modalità di presentazione dell'eventuale delega, le regole di partecipazione attraverso videoconferenza saranno pubblicate sul sito

***www.naturismoanita.it
ed inviate ai soci tramite e-mail***

(a questo proposito invitiamo tutti i soci a comunicarci indirizzi e-mail aggiornati; in particolare chiediamo ai soci familiari di comunicarci il proprio indirizzo di posta elettronica)

Al termine dell'assemblea verrà offerto un piccolo buffet



Cara socia, caro socio,

stiamo tutti quanti vivendo questa strana avventura che ancora tarda a finire e che per alcuni di noi ha avuto ed ha risvolti dolorosi.

Come avrai visto siamo stati costretti ad annullare diversi appuntamenti associativi. Stiamo provando a ripartire sperimentando nuovi percorsi, perché crediamo fermamente che l'amicizia che ci unisce non può un virus tenere separata. In ogni caso speriamo di poter tornare quanto prima a incontrarci sulle nostre spiagge e nei vari eventi che proponiamo per promuovere il Naturismo, ma soprattutto per vivere in prima persona il contatto con la Natura.

In attesa di capire come evolverà la situazione della pandemia, abbiamo cominciato a scommettere su una ripresa delle attività per mantenerci distanti, ma sentendoci vicini. Stiamo organizzando degli eventi in videoconferenza per parlare di Naturismo, ma anche per fare attività in nudità.

Così come il calendario degli eventi, che vista la situazione non siamo in grado di confermare, resta in contatto con noi per conoscere il calendario degli appuntamenti web.

www.naturismoanita.it

 [A.N.ITA. Associazione Naturista Italiana](https://www.facebook.com/anita.associazionenaturista)

www.italianaturista.it

<http://forum.italianaturista.it/>



® MARCHIO REGISTRATO