



# italia NATURISTA



25.2025



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



**PER CONTINUARE AD ESSERE MOVIMENTO NATURISTA  
ABBIAMO BISOGNO DI TE**  
**Associazione Naturista Italiana**  
iscriviti ad A.N.ITA.  
[www.naturismoanita.it](http://www.naturismoanita.it)

---

### **La mia prima cena nudista**

Un tavolo imbandito,  
senza tovaglia né maschere,  
solo corpi che respirano  
come pane caldo appena sfornato.

Il vino scorre,  
più rosso delle guance che si cercano,  
più sincero degli abiti  
lasciati dietro la porta.

Il silenzio è breve,  
poi ride la pelle,  
ride la libertà che siede  
tra una forchetta e un bicchiere.

Scopro che il sapore del cibo  
non è mai stato così vero:  
senza veli, anche il gusto  
diventa nudità.

E alla fine del pasto  
mi porto via un pensiero leggero:  
che non serve niente,  
se non un corpo e un'anima,  
per sentirsi a casa.

*Mabis*



**italiaNATURISTA**

RIVISTA DI  
ATTUALITÀ E  
CULTURA NATURISTA  
Ottobre 2025

**Hanno collaborato in  
questo numero**

Giampietro Tentori  
Maurizio Biancotti  
Italo Bertolasi  
Elvira Prato  
Daniele Lombardo

**Editore e Redazione**

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

**Direttore Responsabile**  
Giampietro Tentori

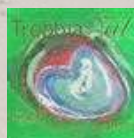
Testata giornalistica  
registrata presso il  
Tribunale di Lecco il  
28/02/2023, numero  
fascicolo: 407/2023

testata telematica pubblicata su  
[www.italianaturista.it](http://www.italianaturista.it)

copie stampate  
per i soci richiedenti servizio  
presso  
Modulgrafica CALDERA  
P.IVA 00657310983

## Indice

- 4 Nudi contro la guerra
- 6 Una storia tra nudismo e salutismo
- 9 Intervista a Mirko Pajé
- 12 Il nudo tra arte e mercificazione: due sguardi,  
due mondi
- 14 Spagna del Nord: l'oasi naturista inaspettata e  
meravigliosa
- 17 In ricordo di un amico che ci ha lasciati



# Nudi contro la guerra

Per questo mio editoriale mi affido a due miti della mia idea musicale. Il primo è un testo del 1968 di Fabrizio De Andrè, purtroppo di grande attualità. Girotondo, un testo solo all'apparenza banale, perchè saper rendere idiota una prepotenza devastante come la guerra è simbolo di grande capacità creativa e comunicativa.

Girotondo

Se verrà la guerra, Marcondiro'ndero  
se verrà la guerra, Marcondiro'ndà  
sul mare e sulla terra, Marcondiro'ndera  
sul mare e sulla terra chi ci salverà?  
Ci salverà il soldato che non la vorrà  
ci salverà il soldato che la guerra rifiuterà.  
La guerra è già scoppiata, Marcondiro'ndero  
la guerra è già scoppiata, chi ci aiuterà.  
Co aiuterà il buon Dio, Marcondiro'ndera  
ci aiuterà il buon Dio, lui ci salverà.  
Buon Dio è già scappato, dove non si sa  
buon Dio se n'è andato, chissà quando ritornerà.  
L'aeroplano vola, Marcondiro'ndera  
l'aeroplano vola, Marcondiro'ndà.  
Se getterà la bomba, Marcondiro'ndero  
se getterà la bomba chi ci salverà?  
Ci salva l'aviatore che non lo farà  
ci salva l'aviatore che la bomba non getterà.  
La bomba è già caduta, Marcondiro'ndero  
la bomba è già caduta, chi la prenderà?  
La prenderanno tutti, Marcondiro'ndera  
siam belli o siam brutti, Marcondiro'ndà  
Siam grandi o siam piccini li distruggerà  
siam furbi o siam cretini li fulminerà.  
Ci sono troppe buche, Marcondiro'ndera  
ci sono troppe buche, chi le riempirà?  
Non potremo più giocare al Marcondiro'ndera  
non potremo più giocare al Marcondiro'ndà.  
E voi a divertirvi andate un po' più in là  
andate a divertirvi dove la guerra non ci sarà.  
a guerra è dappertutto, Marcondiro'ndera  
la terra è tutta un lutto, chi la consolerà?  
Ci penseranno gli uomini, le bestie i fiori  
i boschi e le stagioni con i mille colori.  
Di gente, bestie e fiori no, non ce n'è più  
viventi siam rimasti noi e nulla più.  
La terra è tutta nostra, Marcondiro'ndera  
ne faremo una gran giostra, Marcondiro'ndà.  
Abbiam tutta la terra Marcondiro'ndera  
giocheremo a far la guerra, Marcondiro'ndà...

Scrivo questo articolo pochi giorni dopo che abbiamo vissuto un'esperienza bellissima. La cena nuda di Sizzano ha visto la partecipazione di 170 persone. In quella sala abbiamo voluto accanto alle nostre bandiere esporre la bandiera della pace.

Dati giornalistici dicono che in questo momento nel mondo ci sono 56 conflitti armati.

Noi forse conosciamo quelli più vicino a noi: quella in Ucraina e lo sterminio nella striscia di Gaza.

Quando ascolto il telegiornale e sento il reportage sul numero di morti, di quanti bambini muoiono sotto una bomba, di fame o di malattie mi viene il volta stomaco. Ho due nipotini, di cinque anni il più grande e di 18 mesi la più piccola. Pensare che loro coetani non avranno un futuro mi inorridisce.

Il populismo che si respira in tanti paesi occidentali è qualcosa che personalmente mi dà i brividi.

Sentire poi un ex generale, ora super votato rappresentante politico, affermare che dobbiamo difendere i nostri confini perché non vogliamo diventare una popolazione meticcia o islamica mi porta a chiedermi "ma dormo o son desto?"

Ma ci rendiamo conto in che epoca stiamo vivendo?

Qualche anno fa partecipai a un concorso letterario con un testo breve legato al Naturismo.

Intitolai il mio scritto "Nudi alla guerra".

Mi riferivo alla guerra nei Balcani, degli inizi degli anni '90, a poche centinaia di chilometri dai nostri confini.

Mi piacerebbe avere il tempo per riprendere quello scritto breve per farlo diventare una riflessione su Guerra e Naturismo (chiamarlo romanzo mi sembra eccessivo e offensivo nei confronti dei veri scrittori). Spesso mi è capitato di cercare un senso al mio stare nudo di fronte al sole, di esporre il mio corpo al vento, di sentire la pioggia cadere sulle spalle.

Sabato scorso (20 settembre 2025 ndr) abbiamo fermato per un attimo la musica e i balli che si erano scatenati tra una portata e l'altra della cena nuda. Oltre ai doverosi ringraziamenti per chi aveva reso possibile, con il proprio lavoro, la perfetta riuscita dell'evento, ho chiesto ai presenti di guardare quella bandiera della pace attaccata alla parete, di pensare al genocidio in atto a Gaza, di immaginare quelle donne, quei bambini, tutte quelle persone che in fila per un pezzo di pane stavano rischiando la vita. Gli applausi che sono partiti spontanei guardando la bandiera della pace mi hanno emozionato.

Ma davvero crediamo che siano tutti tagliatori di testa islamici questi uomini?

Dove sta il corto circuito?

Come al solito nel denaro e negli interessi economici. Ecco, forse potremo fare poco, ma se alla guerra,



con consapevolezza, contrapponiamo i nostri corpi nudi,  
in segno di vicinanza con chi muore sotto le bombe,  
forse abbiamo cominciato a fare la nostra parte, rifiutando  
l'ignoranza e il populismo.  
Lasciatemi salutarvi con un altro testo contro la guerra.  
Un brano di John Lennon

Imagine  
Immaginate che non ci sia alcun paradiso  
Se ci provate è facile  
Nessun inferno sotto di noi  
Sopra di noi solo il cielo  
Immaginate tutta la gente  
Che vive solo per l'oggi

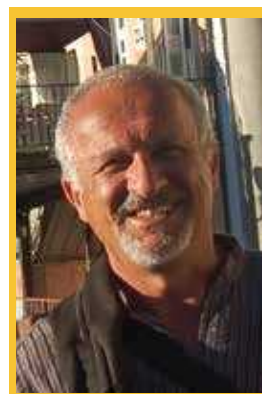
Immaginate che non ci siano patrie  
Non è difficile farlo  
Nulla per cui uccidere o morire  
Ed anche alcuna religione  
Immaginate tutta la gente  
Che vive la vita in pace

Si potrebbe dire che io sia un sognatore  
Ma io non sono l'unico  
Spero che un giorno vi unirete a noi  
Ed il mondo sarà come un'unica entità

Immaginate che non ci siano proprietà  
Mi domando se si possa  
Nessuna necessità di cupidigia o brama  
Una fratellanza di uomini  
Immaginate tutta la gente  
Condividere tutto il mondo

Si potrebbe dire che io sia un sognatore  
Ma io non sono l'unico  
Spero che un giorno vi unirete a noi  
Ed il mondo sarà come un'unica entità.

*Giampietro Tentori*



# Una storia tra nudismo e salutismo

Per cercare di dare stimoli su questo argomento è giusto partire da una realtà che ha avuto le sue radici sul Monte Verità, situato ad Ascona, in Svizzera.

Monte Verità è stato un punto di riferimento di grande importanza per il movimento nudista e per le correnti alternative all'inizio del XX secolo.

La sua storia è intimamente legata alle idee di riforma

sociale e di vita in armonia con la natura che caratterizzarono l'epoca.

Nel 1900, l'imprenditore belga Henri Oedenkoven e la pianista tedesca Ida Hofmann acquistarono una collina nei pressi di Ascona, con l'obiettivo di fondare una comunità basata su principi di vita sana e naturale. Il nome scelto, "Monte Verità", esprimeva la ricerca di una verità più autentica e profonda, lontana dalle convenzioni sociali dominanti.

La comunità promuoveva il nudismo come ritorno alla natura e strumento di liberazione dalle costrizioni sociali.

I suoi membri ritenevano che la nudità potesse abbattere le

barriere tra le persone e favorire un senso di uguaglianza e fratellanza. La vita quotidiana era scandita da attività a stretto contatto con la natura: agricoltura biologica, ginnastica, meditazione, bagni di sole ed escursioni, spesso praticati senza abiti.

Il Monte Verità divenne ben presto una calamita per artisti, intellettuali e riformatori sociali, influenzando profondamente il movimento nudista e la cultura alternativa. Sebbene oggi non sia più sede di una comunità nudista attiva, conserva un forte valore storico e simbolico. Oggi il complesso è gestito dalla Fondazione Monte Verità e comprende un museo con edifici storici come Casa Anatta, Casa Selma, la Casa dei Russi e il Padiglione Elisarion, restaurato e riaperto al pubblico nel 2021. Qui è esposta l'opera "Il chiaro mondo dei beati" di Elisàr von Kupffer, raffigurante 84 nudi maschili in un paradiso ideale. Il Monte Verità ospita oggi congressi, mostre, visite guidate e offre strutture alberghiere e seminariali, mantenendo vivo il legame con la sua eredità culturale.

Esiste quindi un forte legame filosofico e storico tra **nudismo** e **salutismo**. Entrambi i movimenti condividono l'idea di un ritorno alla natura e di uno stile di vita sano.

Il **nudismo** ha sempre sottolineato i benefici della nudità per la salute fisica e mentale: l'esposizione all'aria aperta e al sole era considerata un modo per migliorare il benessere generale. Il **salutismo**, invece, ha posto l'accento su un regime di vita equilibrato, che include alimentazione sana, esercizio fisico e contatto con l'ambiente







Monte Verità. Jardinage dans le bain d'air.  
Gartenarbeit beim Lichtluftbade im Männerpark.

naturale.

Entrambi i movimenti si fondano sul rispetto per il corpo.

Per i nudisti, accettare la propria nudità favorisce un rapporto più positivo con sé stessi e riduce le insicurezze. Il salutismo, allo stesso modo, promuove la cura del corpo e dell'ambiente, attraverso nutrizione corretta, attività fisica e meditazione. In entrambi i casi, la natura è vista come fonte primaria di salute.

Numerosi studi hanno dimostrato che la pratica del nudismo può ridurre stress e ansia, migliorare l'autostima e rafforzare il senso di comunità. Il salutismo riconosce l'importanza di queste dimensioni sociali, vedendole come parte integrante del benessere complessivo.

A questo proposito, cercando negli archivi di A.N.ITA., si trova un articolo di Carla Verdobbio, pubblicato sul notiziario

A.N.ITA. n°30, gennaio 1976

nel quale si legge:

*"Il tema dell'alimentazione è centrale per i naturisti di tutto il mondo. Il naturismo aspira a realizzare l'ideale di "uomo sano in sana collettività", e per mantenere il fisico in buona salute è fondamentale nutrirsi in modo corretto. Non basta conoscere il valore dei cereali integrali se questi sono difficili da reperire o troppo costosi, mentre la maggior parte dei consumatori continua a ricorrere a prodotti raffinati e impoveriti delle loro qualità essenziali. Per questo motivo, i naturisti sono chiamati a prendere posizione e a sollecitare un'azione collettiva presso le istituzioni, le associazioni democratiche e la stampa, contro la diffusione e la pubblicità di alimenti nocivi".*

Difendere il diritto alla salute significa quindi dare priorità alla "sana alimentazione" rispetto

ad altri problemi. Come ricorda ancora la Verdobbio: *"Un uomo sano pensa meglio"*, attraverso questa logica non sarebbe da escludere che molti problemi dell'umanità possano derivare anche da menti indebolite da un'alimentazione degradata dal consumismo.

Parlando delle comunità nudo-terapeutiche, si può citare la comunità artistico-spirituale di Capri agli inizi del '900 perché appartengono allo stesso clima culturale del Monte Verità. L'Europa di fine Ottocento e inizio Novecento era attraversata da movimenti di riforma della vita, ritorno alla natura, vegetarianismo, nudismo, pacifismo, teosofia e ricerche spirituali alternative. In entrambi i casi troviamo colonie di **artisti, intellettuali e utopisti** provenienti da tutta Europa, spesso in contrasto con le regole della società borghese. Capri ospitò figure come il



pittore Karl Wilhelm Diefenbach, che fu maestro spirituale e ispiratore di ideali molto simili a quelli del Monte Verità.

Il film *Capri-Revolution*, ambientato nel 1914, racconta appunto l'incontro-scontro tra una comunità internazionale di artisti e un'isola ancora legata alla vita rurale. I personaggi del film, pur non essendo trasposizioni storiche dirette, sono ispirati a figure realmente esistite (come Diefenbach) e al clima delle comunità utopiste del tempo. Capri e Monte Verità rappresentano microcosmi utopici nati ai margini del mondo industriale e nazionalista di inizio Novecento. La filosofia di vita è la stessa, alimentazione vegetariana, nudismo, arte come mezzo di

elevazione spirituale, riforma sociale.

Uno dei precursori del concetto di nudità curativa nell'idroterapia è infine, senza dubbio, l'abate Sebastian Kneipp, fondatore dell'idroterapia che porta il suo nome. Iniziò ad utilizzare questa tecnica nelle immersioni nel Danubio, spogliandosi nudo, per curare la sua tubercolosi. Questa esperienza, insieme ad altre, lo portò a sviluppare il metodo Kneipp, che prevede l'alternanza di acqua calda e fredda per stimolare la circolazione e i processi di guarigione.

Il metodo Kneipp, sviluppato nel XIX secolo, si basa sull'applicazione di acqua a diverse temperature per ottenere benefici terapeutici.

La nudità era una pratica comune nell'idroterapia di Kneipp, in quanto permetteva un contatto diretto con l'acqua e una maggiore stimolazione del corpo. L'idroterapia Kneipp, compresa la parte che coinvolge la nudità, è nota per migliorare la circolazione, alleviare lo stress e stimolare i processi di guarigione.

Oggi, il "percorso Kneipp" è un trattamento diffuso che prevede la camminata in vasche con acqua calda e fredda, spesso con sassi sul fondo per massaggiare i piedi. Anche se la nudità non è un concetto a sé stante nel metodo Kneipp, fa parte di un approccio più ampio che utilizza l'acqua come agente curativo, con immersioni e alternanza di temperature per stimolare il corpo e promuovere la guarigione.

In tempi più recenti si è molto sessualizzato il naturismo da parte di gruppi che attraverso il tema del consenso hanno dato alla nudità accezioni molto lontane dal concetto originale. Sarebbe bello poter tornare alle origini.

*Maurizio Biancotti*





# Intervista a Mirko Pajé'

## Il Nudo e la Pubblicità

Mirko Pajé (Melzo, Milano 1960), Pittore, Illustratore, Designer. Dal 2000 ricopre il ruolo di Direttore Creativo/Coordinamento Immagine del Gruppo Mediaset.

È docente di Direzione Creativa televisiva al Master Graphich Design allo IED, ed è Co-direttore Scientifico del corso avanzato "Videoidentity" Presso il Politecnico di Milano. Dal 2018 è Direttore Artistico del "Festival del Cinema Nuovo-Film & Disability".



**A lui chiedo prima di tutto cosa ne pensa del naturismo e della nudità come modalità per ascoltarsi di più e per vivere all'aria aperta in modo più sano e naturale.**

Ho iniziato piuttosto "tardi", dopo i 30 anni a praticare il naturismo, in luoghi isolati, solitari, spinto da un'esperienza di gruppo, nella quale si condivideva una vacanza differente, più attenta alla connessione con la natura, con l'intento di riscoprirsi riscoprendo la propria selvaticità. In quelle vacanze, ho scoperto che, spogliandosi, riducendo le barriere fisiche, simboliche, culturali, ci si ascolta di più, si ha una maggiore consapevolezza corporea.

Senza vestiti, si percepiscono in modo più nitido le

sensazioni naturali date dal sole, dal vento, dalla temperatura, dagli elementi naturali con i quali si viene finalmente in relazione. La pelle più sensibile solitamente coperta, a contatto con le superfici naturali aiuta a percepire una presenza più radicata, più connessa con l'ambiente naturale che ci circonda.

La condivisione di questi momenti, con altre persone, mi ha aiutato a ristabilire un contatto più sereno con il mio corpo, e con quello degli altri. La nudità, scelta senza connotazioni sessuali, vissuta sospendendo il giudizio estetico, riduce l'insicurezza e fa pace con i nostri condizionamenti culturali.

E' una sorta di "meditazione in movimento" o "bagno di natura" che quando posso, in modo consapevole e rispettoso, pratico volentieri con gioia.

**L'uso del nudo in pubblicità è controverso... può evocare emozioni come desiderio, seduzione o persino shock, a seconda del contesto e del messaggio pubblicitario. Può anche oggettificare il corpo, riducendolo a mero oggetto sessuale trasmettendo un messaggio che svaluta la persona. Qual'è la tua opinione: nudo sì o no nei messaggi commerciali?**

L'uso del nudo in pubblicità è uno strumento comunicativo potente, quindi dovrebbe essere utilizzato con la dovuta attenzione. Ad esempio evitandone l'utilizzo non contestuale, "gratuito", non coerente con il prodotto.

Se il corpo, viene mostrato in modo naturale, inclusivo, evitando stereotipi estetici irrealistici, se il messaggio è legato a temi come la libertà, la bellezza autentica, l'accettazione di sé... Il nudo può diventare anche foriero di cause o rivendicazioni sociali.

Diventa problematico invece se si riduce il corpo a mero "amo visivo" per attirare l'attenzione.

Oggi spesso viene trasmesso uno standard estetico tossico e sessualizzante (i labbroni, le tette, i muscoloni palestrati...) senza un reale motivo se non quello esibizionistico, togliendo dignità al soggetto, facendolo quindi assomigliare ad un



oggetto stereotipato, e non ad una persona con le proprie peculiarità e la propria identità. Quindi, il nudo non è “Buono “ o “Cattivo... Dipende da come viene utilizzato.

Un nudo che comunica autenticità, libertà, creatività, può diventare anche Arte. Un nudo usato solo per vendere mostrando la pelle, è sfruttamento e banalizzazione.

**La pubblicità che utilizza prevalentemente il nudo femminile può essere percepita come sessista e discriminatoria, perpetuando stereotipi dannosi. Un uso inappropriato del nudo può generare reazioni negative da parte del pubblico, danneggiando l'immagine del brand. Cosa ne pensi?**



Certamente, quando la pubblicità utilizza il nudo femminile, in modo non contestualizzato, o stereotipato, il rischio di essere percepita come sessista e discriminatoria, è molto alto, e questo può avere effetti concretamente negativi sull'immagine del brand.

Mostrare il corpo femminile come principale attrattore visivo, senza relazione diretta con il prodotto, veicola l'idea che il valore della donna sia legato all'aspetto fisico o alla sensualità, perciò, oggi in un contesto culturale sempre più attento all'inclusione e alla parità di genere, messaggi che possono essere percepiti come sessisti, possono generare proteste diffuse in rete, boicottaggi e quindi perdita di clienti, oltre che ad un danno concreto d'immagine.

Certo un nudo può essere utilizzato in modo anche solo provocatorio, per far parlare di se, e a volte lo scopo viene raggiunto, ma la notorietà che ne deriva è effimera, se non legata ai valori del brand. Sempre più oggi, a partire dalle nuove generazioni, i consumatori tendono a preferire marchi che trasmettono autenticità, rispetto, valori inclusivi. Il nudo, invece, se usato con equilibrio paritario e

rispettoso, che include diversità di genere, fisicità, età diverse, cultura differente, può persino rafforzare l'immagine di un brand, e farlo percepire come aperto e moderno.

Ma dipende tutto dall'alchimia comunicativa che deve trasmettere necessariamente dei valori, non dei semplici espedienti.

**Ricordi Colpo grosso che è stata una trasmissione televisiva italiana, andata in onda per 5 stagioni dal 1987 al 1992 in seconda serata sulla rete Italia 7. Storico conduttore del programma è stato Umberto Smaila. La trasmissione era ambientata in un casinò arricchito dalla presenza di numerose ragazze che durante ogni puntata proponevano degli striptease, così come gli stessi concorrenti, con picchi di share superiori ai 2 milioni di telespettatori considerata un cult della televisione commerciale. Oggi sarebbe possibile rifare una trasmissione simile? Nelle pubblicità televisive l'uso del nudo è ancora attrattivo?**

“Colpo Grosso” è un esempio significativo della televisione commerciale degli anni '80/'90.

Tutti noi “maschi” adulti saremmo ipocriti se negassimo di ricordarlo con un sorriso... Paillettes e lustrini, contesto leggero, conduzione disincantata e sorniona, toni da varietà popolare... E una rappresentazione del nudo femminile ammiccante, non







eccessivamente spinto, atto a soddisfare un voyeurismo latente, come efficace intrattenimento maschile ...da "seconda serata".

Oggi, riproporre un tipo di intrattenimento del genere, non sarebbe più possibile.

Al di là di una eventuale scelta editoriale anacronistica (oggi il nudo è fruibile semplicemente in ogni

momento, su uno smartphone) a nessun Editore converrebbe prestare il fianco, con un contenuto del genere, non pregiato e non esclusivo. Risulterebbe non corretto "politicamente e socialmente" e tra l'altro (se non soprattutto) non più efficace, anche commercialmente.

Sono cambiati appunto i valori sociali.

C'è maggiore sensibilità verso la parità di genere, e anche le televisioni commerciali devono fare i conti con un intrattenimento che necessariamente deve essere più inclusivo e rispettoso, e soprattutto che non rischi di figurare sessista e oggettificante.

Un format simile, anche in seconda serata, su una tv generalista accessibile e a tutti, oggi, innescerebbe immediatamente delle probabili polemiche, a partire dai social, con ripercussioni infinite, anche sugli eventuali sponsor necessari alla realizzazione del programma. Per questo oggi, credo proprio che "Colpo Grosso" sarebbe un format improponibile, perché "sconveniente" in tutti i sensi.

Lasciamolo quindi nell'album dei memorabilia come un cameo sbarluccicante ed indicativo di una televisione passata, rappresentativo di un momento di "distrazione culturale", che è stato ormai inevitabilmente superato.



*Italo Bertolasi*



# Il nudo tra arte e mercificazione: due sguardi, due mondi

“Il nudo non è semplicemente un corpo senza vestiti. È un linguaggio.” — John Berger, *Ways of Seeing*.  
Fin dalle sue origini, l'arte ha rappresentato il corpo nudo come manifestazione di bellezza, di verità e, spesso, di spiritualità. Il nudo artistico è sempre stato qualcosa di più di una pelle esposta: è stato simbolo, racconto, tensione tra ideale e reale. Al contrario, nella nostra contemporaneità mediatica, la nudità si ritrova frequentemente usata — o, meglio, abusata — nella pubblicità, trasformata in strumento di seduzione commerciale, svuotata della sua dignità, resa meccanismo per vendere un prodotto o per attirare un clic. In queste pagine, vogliamo riportare lo sguardo al corpo come natura, come bellezza autentica. Per farlo, cominciamo proprio da un confronto tra due modalità opposte di rappresentare il nudo: l'arte e la pubblicità. Un confronto che è anche uno spartiacque culturale.

L'arte del nudo: dalla Grecia al Novecento

L'arte occidentale ha esaltato il nudo fin dalle sue origini. Già nella Grecia antica, la scultura celebrava il corpo maschile atletico come espressione di armonia, misura, divinità. Come scrive Jean Sorabella nel suo saggio per il Metropolitan Museum of Art: «Nella scultura greca, il nudo era usato per rappresentare l'eroismo, l'idealità morale e l'immortalità. Il corpo perfetto era un ideale spirituale tanto quanto fisico». Nel Rinascimento questa tradizione si rinnova con forza. Il David di Michelangelo, probabilmente il più celebre nudo maschile della storia dell'arte, non è un corpo esibito, ma un corpo pensato: incarnazione della dignità umana, della forza interiore, dell'armonia spirituale tra forma e significato. Michelangelo vedeva il corpo come “la più perfetta espressione del divino”. Poco dopo, Tiziano dipinge la sua *Venere di Urbino* (1538): una donna nuda, distesa, che guarda l'osservatore con quieta consapevolezza. Qui la sensualità non è ostentata, ma integrata nella vita. Il corpo femminile è intimo, familiare, vivo. Come scrive Kenneth Clark, “essere nude è essere un'opera d'arte, non solo un corpo nudo”. E ancora, in Botticelli, nella *Nascita di Venere*, il corpo è immerso in un'aura sacrale: la nudità è simbolo di bellezza pura, non erotismo, non seduzione. La donna nasce dalle acque come immagine mitica dell'amore, della grazia, dell'armonia cosmica. Più tardi, nel Novecento, artisti come Egon Schiele mostreranno corpi imperfetti, tesi, dolenti: ma mai oggetti. Le sue figure femminili, spesso contorte e vulnerabili, sono nudi emotivi, veri, intensi. Non vendono nulla. Esistono. E oggi, fotografi come Spencer Tunick, che ritrae centinaia di corpi nudi in spazi naturali o urbani, dimostrano che la nudità può essere ancora un linguaggio collettivo, politico, poetico. I suoi soggetti non posano per sedurre, ma per essere.

Il corpo femminile: tra idealizzazione e sguardo maschile

Con il tempo, però, il nudo — soprattutto femminile — è divenuto anche terreno di ambiguità. Come sottolinea Lynda Nead nel suo fondamentale *The Female Nude*, “Il nudo femminile è stato storicamente costruito per essere guardato, per essere consumato”. È il cosiddetto male gaze, lo sguardo maschile interiorizzato, analizzato anche da John Berger in *Ways of Seeing*: “Gli uomini guardano le donne. Le donne guardano se stesse mentre sono guardate”. Anche l'arte, in alcuni momenti, ha rischiato di trasformare la nudità in spettacolo, perdendo il legame originario con la bellezza e l'identità. Ma — ed è questo il punto — l'arte, anche nei suoi limiti, ha sempre mantenuto una profondità simbolica. E artisti del Secolo scorso “useranno” il nudo come rottura, provocazione, lotta, simbolo - penso ai surrealisti solo per citare una corrente - ma mai come merce. Il nudo artistico invita a pensare, a sentire, a capire.

Il nudo nella pubblicità: un corpo che vende.

Ben diverso è il ruolo del nudo nella pubblicità. Se l'arte elabora, simbolizza, trasforma il corpo in linguaggio, la pubblicità lo riduce a strumento di consumo visivo. Uno studio di Éric Lombardot (*Nudity in Advertising*, 2007) mostra che la nudità nei messaggi promozionali aumenta l'attenzione, ma spesso distorce la percezione del prodotto.





“La nudità agisce come stimolo visivo forte, ma tende a indebolire l’associazione con il messaggio di marca. Il corpo nudo non è significato, ma distrazione”. Due esempi emblematici chiariscono questo meccanismo. Il primo riguarda le celebri campagne di Calvin Klein negli anni '90 e 2000, in cui modelle e modelli adolescenti venivano fotografati seminudi, in pose ambigue, spesso con allusioni sessuali esplicite. Non c’era racconto, né idea: solo una strategia di marketing fondata sul desiderio e sulla trasgressione. Il corpo era usato, non rispettato. Il secondo è la campagna di Dolce & Gabbana del 2007 (poi ritirata), in cui una donna giaceva a terra circondata da uomini in piedi.



La scena fu letta da molti come evocazione di violenza sessuale. Non c’era ironia né arte: solo provocazione per scioccare, per far parlare. Anche qui, il corpo femminile era svuotato di umanità e senso. Nel 2023, uno studio pubblicato su «ResearchGate» ha definito queste tecniche come “nudità strategica”: “Il nudo è impiegato per generare shock, attrazione o viralità. È progettato per stimolare emozioni rapide, non riflessione”.

Naturismo, arte e autenticità

Per chi vive il naturismo come scelta di armonia con la natura, il contrasto è evidente. Il corpo nudo è la nostra condizione originaria, un dato essenziale della vita, non qualcosa da nascondere né da strumentalizzare. In questo senso, il naturismo e l’arte autentica condividono una visione del corpo come presenza piena, vera, libera. Come scrive Jean-Luc Nancy in *Corpus*: “Essere nudi non è solo mostrare un corpo, ma renderlo vulnerabile alla verità dell’esistere” Là dove l’arte aspira al significato e alla bellezza, la pubblicità si ferma al consumo. Là dove l’arte suggerisce, la pubblicità semplifica. Laddove l’arte cerca l’umanità del corpo, la pubblicità ne cerca la funzione. Ma un nuovo sguardo è possibile. Sempre più fotografi e artisti contemporanei — anche nel mondo naturista — stanno riscoprendo il corpo nudo come linguaggio e non come merce. Come presenza autentica, non come superficie erotica. Come bellezza vissuta, non venduta. Conclusione: tornare al nudo come linguaggio.

Questo articolo vuole essere una soglia: un primo passo in una serie di riflessioni che ci accompagneranno nei prossimi numeri, tra le arti figurative, la fotografia, la letteratura. Vogliamo offrire uno sguardo rinnovato sul corpo nudo: non come mezzo, strumento, merce, ma come parte viva, sacrale e simbolica della nostra dignità di esistere. Perché il nudo, come diceva Clark, «non è ciò che si toglie, ma ciò che si svela». E in un mondo che spesso svende tutto, scegliere di vedere davvero il corpo — e non solo guardarlo — è un atto rivoluzionario.

Fonti principali:

Sorabella, Jean (2008). *The Nude in Western Art and Its Beginnings in Antiquity*. The Met Museum.

Clark, Kenneth (1956). *The Nude: A Study in Ideal Form*.

Nead, Lynda (1992). *The Female Nude: Art, Obscenity and Sexuality*.

Berger, John (1972). *Ways of Seeing*.

Lombardot, Éric (2007). *Nudity in Advertising: What Influence on AttentionGetting and Brand Recall?*

*The Perceived Image of Nudity in Digital Advertisements*, ResearchGate, 2023.

Nancy, Jean-Luc (2000). *Corpus*.



Elvira Prato



# Spagna del Nord: L'Oasi Naturista Inaspettata e Meravigliosa

Noi, una coppia avventurosa e sempre in cerca di spiagge selvagge e atmosfere autentiche e rilassate, siamo partiti in camper per la Spagna del Nord con l'idea di goderci il paesaggio mozzafiato e la cultura ricca di queste terre. Quello che abbiamo trovato, però, ha superato ogni nostra più rosea e audace aspettativa. Fin dai primi chilometri, abbiamo iniziato a notare una libertà sorprendente, un'apertura genuina verso il naturismo che in Italia, ahimè, ci sogniamo. E la cosa più stupefacente? La convivenza pacifica e rispettosa tra chi decide di indossare il costume e chi preferisce la libertà totale del nudo. Nessuno sguardo di disapprovazione, nessuna tensione palpabile, solo un'armonia perfetta che ti fa sentire veramente a casa, in un ambiente accogliente e senza giudizi. Le Perle della Costa Basca: Cultura, Storia e Naturismo Senza Confini Il nostro viaggio è iniziato a **Zarautz**, un incantevole gioiellino costiero vicino alla maestosa San Sebastián. Questa cittadina, famosa per la sua lunghissima spiaggia dorata, è un vero paradiso per i surfisti, le cui tavole colorate solcano le onde vigorose, ma

anche per chi cerca un'atmosfera vivace e accogliente. Qui, tra le onde spumeggianti e il vociare allegro e multilingue, abbiamo colto i primi segnali di questa tolleranza illuminata che ci ha tanto stupito. La bellezza del paesaggio, con le montagne verdi che si tuffano nell'oceano blu cobalto, è un preludio magnifico a ciò che avremmo scoperto.

Pochi chilometri più in là, San Sebastián ci ha accolto con la sua imponente eleganza e la sua baia a forma di conchiglia, la Concha, considerata una delle più belle del mondo. Questa città, che vanta una storia millenaria e un passato illustre come meta turistica dell'aristocrazia europea, è un tripudio di bellezza architettonica e vitalità. Sulla spiaggia di Zurriola, frequentata da surfisti coraggiosi e giovani esuberanti, la libertà di espressione si estendeva anche al naturismo. Vedere persone in costume e persone completamente nude convivere con tanta naturalezza e disinvoltura è stata una rivelazione liberatoria. San Sebastián, oltre alle sue spiagge incantevoli, vanta una cultura culinaria eccezionale, con i suoi "pintxos" (piccoli capolavori gastronomici) che sono una vera delizia per il palato, un'esplosione di sapori e creatività che riflette la vivacità incredibile di questa terra basca. La città è anche sede di importanti festival internazionali, tra cui il Festival del Cinema, che le conferisce un'aura cosmopolita e sofisticata. Proseguendo verso Bilbao, abbiamo fatto tappa a **Getxo**, dove la spiaggia di Azkorri, con la sua sabbia nera vulcanica intrigante e le sue formazioni rocciose scolpite dal tempo, ci ha affascinati.







Qui, tra le formazioni rocciose suggestive e le onde impetuose che si infrangono con fragore, il naturismo è una pratica diffusa, quasi un tutt'uno con l'ambiente selvaggio e incontaminato. Un luogo perfetto per staccare la spina e riconnettersi con la natura primordiale, lontano dalla frenesia della città. Getxo è anche nota per il suo Ponte di Vizcaya, un'opera di ingegneria straordinaria del XIX secolo, patrimonio dell'UNESCO, che collega le due sponde dell'estuario del Nervión. Un simbolo della ingegnoseria basca. Asturias: Il paradiso incontaminato, rigoglioso e assolutamente idilliaco. Ma il vero culmine del nostro viaggio è stato nelle Asturie, in particolare a Ribadesella, con la frequentata **Playa de Vega** e nella più tranquilla Villaviciosa con la splendida spiaggia di Rodiles. Questa regione, spesso definita la "Spagna Verde" per la sua vegetazione lussureggiante e i suoi paesaggi bucolici, ci ha accolti con un abbraccio di natura incredibile. Parcheggiando il camper a pochi passi dalla sabbia dorata e finissima, ci siamo ritrovati in un'oasi di bellezza assoluta e pace profonda. Immersa nel verde rigoglioso delle montagne che si tuffano nell'oceano sconfinato, **Rodiles** è un vero paradiso terrestre. Qui, la convivenza tra surfisti abili, famiglie con bambini gioiosi, bagnanti in costume e naturisti è la norma assolutamente indiscussa. Ci sono bagnini vigili e attenti, servizi impeccabili poco distanti dalle onde, ma soprattutto un'atmosfera di serenità contagiosa e rispetto reciproco. È stato come trovare un

angolo di mondo dove la libertà personale è sacra e inviolabile e nessuno si sente in diritto di giudicare. Un'esperienza che ci ha riempito il cuore di gioia pura e un senso di profonda gratitudine per questa terra che accoglie e non giudica. Le Asturie sono anche terra di sidro prelibato e di paesaggi mozzafiato, con piccoli borghi pittoreschi incastonati tra le montagne e il mare, un patrimonio culturale e naturale di inestimabile valore. La regione vanta anche una ricca storia mineraria e un patrimonio pre-romano unico, come le chiese di Santa María del Naranco e San Miguel de Lillo vicino a Oviedo, testimonianze di un passato glorioso. Santander: L'Eccezione Rispettosa che Conferma la Regola di Libertà Certo, come ogni regola ha la sua eccezione, anche in Spagna c'è qualche località meno aperta e permissiva. A Santander, ad esempio, capitale della Cantabria, una città elegante e affacciata su una baia incantevole, abbiamo notato che alcune spiagge, come la Playa de los Peligros, vietano esplicitamente il naturismo con cartelli chiari e inequivocabili. Ma paradossalmente, questa specificità ci ha fatto apprezzare ancora di più la libertà diffusa e generalizzata che abbiamo incontrato altrove. È come se il divieto esplicito in alcuni punti servisse a sottolineare quanto, in generale, il naturismo sia non solo consentito, ma tollerato e rispettato nella stragrande maggioranza delle coste spagnole. Santander, con il suo imponente Palazzo della Magdalena, l'ex residenza estiva della famiglia reale, e il suo vivace



centro cittadino, offre comunque un'esperienza piacevole e raffinata, anche se con qualche restrizione in più per gli amanti del naturismo.

Un viaggio da ripetere, un'esperienza da vivere Pienamente. Questo viaggio nella Spagna del Nord è stato molto più di una semplice vacanza. È stata una scoperta emozionante, una rivelazione profonda. Abbiamo trovato non solo paesaggi mozzafiato e una cultura affascinante, ma anche un senso di libertà autentica e accettazione incondizionata che ci ha profondamente colpiti. E allora, amanti del naturismo, la Spagna del Nord è senza dubbio la meta che fa per voi. Preparatevi a essere stupiti, e poi, come noi, grati per un'esperienza che vi resterà nel cuore e nella mente, un ricordo indelebile di un'avventura straordinaria.

*Elvira Prato e Daniele Lombardo*



## *Crociere Naturiste*

a bordo di RONIK - Jeanneau Sun Odyssey 52.2  
in CREWED CHARTER con skipper ed hostess

**Sconti per tutti i soci con bollino INF/FNI in corso di validità**



*"Siamo Betty e Mauro, hostess e skipper professionisti.  
Saremo noi stessi l'equipaggio ufficiale della vostra vacanza,  
liberandovi da tutte le incombenze logistiche.  
Quindi dovrete solo "rilassarvi e divertirvi"!!!"*



*Sailing RONIK*

Basi Nautiche: Marina di Andora (SV) - Sardegna

Tel.: +39.335.6765359

E-mail : [info@arundelyachting.com](mailto:info@arundelyachting.com)

Web : [www.arundelyachting.com](http://www.arundelyachting.com)





# In ricordo di un amico che ci ha lasciati

Quando ad inizio 2025 io, Max e Chiara, ricevemmo una mail da Massimo Conter in cui ci comunicava che per un po' di tempo non sarebbe più riuscito a seguirci la parte informatica dell'associazione, nessuno di noi aveva colto la gravità della situazione.

Massimo era così, una persona discreta, quasi schiva, a cui non piaceva stare sotto i riflettori, ma che dietro le quinte svolgeva un gran lavoro per la nostra e per altre associazioni. Si era persino scusato per non riuscire più a seguirci le caselle di posta, il gestionale soci, le correzioni degli errori di impaginazione che facciamo sempre prima di mandare in stampa la nostra rivista italiaNaturista, sulla quale pure lui aveva scritto, andando in particolare a cogliere notizie naturiste in giro per il mondo.

Mancavano pochi giorni a festAnita quando mi chiamò Fabio che aveva appena saputo che Massimo stava male. Un po' se la prese con me perché non gli avevo detto nulla che Massimo era malato. Poi ci chiarimmo, perché anch'io non avevo capito alcuni mesi prima quello che ci aveva scritto, ma non escludo che nemmeno Massimo si aspettasse il precipitare della situazione in questo modo. Né io, né Chiara o Max, avevamo voluto disturbarlo per le nostre incapacità informatiche. L'avremmo fatto più avanti. Ma quel più avanti non c'è mai stato. Dopo la telefonata di Fabio mi



ero ripromesso che sarei andato a trovarlo in ospedale appena finita festAnita, il lunedì stesso. Non mi andava di telefonargli, perché, se si deve piangere, il modo peggiore di farlo a mio avviso è mentre si è al telefono. Non feci in tempo ad andare a trovarlo. Era sabato 17 maggio 2025, stavamo per andare a tavola in una giornata uggiosa in quel di San Vincenzo. Mi arrivò la brutta notizia che Massimo se n'era andato.

Informatico, ecologista, naturista, colto, cordiale, puntiglioso nella giusta misura, ma soprattutto generoso. Questi sono solo alcuni degli aggettivi che mi vengono alla mente pensando a lui.

Informatico, perché lui faceva quello di lavoro, con grandi competenze e professionalità. Venendo poi da esperienze associative, oltre all'A.N.ITA. collaborava anche con la FIAB, conosceva molto bene i bisogni organizzativi informatici di un'associazione. L'interfaccia che oggi usiamo come gestionale soci è opera sua e ci tengo a dire qui che lui non ci ha mai voluto fatturare poiché intendeva questo suo lavoro come un suo dono al mondo naturista.

Ecologista, amava il cibo sano e i giri in bicicletta. Ricordo che una volta che lo invitai al mio baitello di montagna per discutere di aspetti, tanto per cambiare, della gestione informatica dell'associazione, lui venne in bicicletta, facendosi più di 100 km tra andata e ritorno.

Naturista, non so da quando, ma io l'ho conosciuto in questo mondo e in molti, soprattutto al Ticino e al Trebbia, lo ricordano in questa sua veste, anche se parlare di vesti per un naturista...

Colto, perché con lui era bello parlare di tutto e di più ed eri certo di non cadere mai nel banale o nel populismo, cosa al giorno d'oggi molto difficile da reperire in giro.

Cordiale: non l'ho mai sentito rispondere una volta sopra le righe. Aspettava sempre che tu finissi di argomentare un ragionamento prima di intervenire e sempre in modo pacato. Su questa sua capacità vi devo confessare di provare invidia.

Puntiglioso, forse per sua formazione professionale e organizzazione mentale; era qualcosa di incredibile nel saperti cogliere al volo, ad esempio, un'interlinea della rivista che era diverso dalle altre righe. Aveva inoltre anche la giusta capacità di segnalarci inesattezze scientifiche in quello che scrivevamo negli articoli o anche in

modo sempre molto gentile di farti notare che nella fretta di scrivere avevi lasciato in sospeso un discorso. Generoso, tutte le volte in cui abbiamo chiesto a Massimo una mano per risolvere qualche criticità informatica o di dare una lettura preventiva alla rivista prima di andare in stampa, lui c'era. Ce ne siamo accorti già nel numero di *italiaNaturista* di giugno di quest'anno ed abbiamo detto, ci manca Conter!

Detta così sembra una frase egoistica, ma io sono convinto che Massimo era ben felice di darsi. Lo testimonia il fatto che, come dicevo poc'anzi, quando ci ha fatto sapere di essere sinceramente dispiaciuto, del fatto che per curarsi non poteva più darci una mano, forse ancor di più del sapere della sua malattia.

Ma la cosa ancor più bella è che questo suo darsi non lo metteva in mostra.

Il movimento naturista è popolato da gente che sgomita per stare in primo piano, che critica la sfumatura di grigio o il provare a cambiare le cose. Sotto questo punto di vista Massimo era in controcorrente.

Se non fosse per la sua morte, avvenuta in un'età "insolita" perché andarsene così presto è qualcosa che è difficile da accettare, lui non avrebbe visto di buon occhio che lo stesso ringraziando pubblicamente attraverso la rivista dell'A.N.ITA., a cui lui credeva, perché fare *Cultura Naturista* non vuol dire strillare sui social il proprio credo, ma sapere offrire agli altri il proprio sapere.

Il Naturismo è rispetto di sé stessi, degli altri e della natura.

Ecco Massimo incarnava in pieno questa nostra filosofia di vita.

Sono stato fortunato ad averti conosciuto e ad aver camminato con te su un sentiero comune.

Ci manchi, ciao e grazie Massimo.

*Giampietro Tentori*





SABATO 1  
DOMENICA 2  
NOVEMBRE

**Casale del Valla**  
Spigno Monferrato (AL)



*Una fine settimana di relax  
tra le colline del Monferrato*



*eventi@naturismoanita.it*

*È sinonimo di serietà, competenza, capacità organizzativa, amicizia*



Immersa nella quiete della Valsesia, la Locanda MONT ROSE' a Vocca offre un soggiorno indimenticabile, combinando l'accoglienza calorosa tipica della nostra valle. Pranzi e Cene all'Osteria Mont Rosé non sono solo una promessa, ma un'esperienza che delizia i sensi, dove ogni piatto racconta una storia di tradizioni culinarie e amore per la cucina autentica.

**MONT ROSE'**  
OSTERIA E LOCANDA

Frazione Chiesa, 2  
13020 Vocca (VC)  
+39 347 722 7630  
[info@osteriamontrose.it](mailto:info@osteriamontrose.it)  
[www.osteriamontrose.it](http://www.osteriamontrose.it)

Sconti per tutti i soci con bollino INF/FNI in corso di validità



# EVENTI A.N.ITA. AUTUNNO/INVERNO 2025/26

## Serate benessere al Nuvola Village di Cavenago (MB)

sabato 18 ottobre 2025  
sabato 8 novembre 2025  
sabato 6 dicembre 2025  
sabato 10 gennaio 2026  
sabato 31 gennaio 2026  
sabato 21 febbraio 2026  
sabato 14 marzo 2026  
sabato 4 aprile 2026

## Giornate benessere a Gardacqua Verona (VR)

sabato 22 novembre 2025  
sabato 17 gennaio 2026  
sabato 7 marzo 2026



## Pranzo di Natale a Rivergaro (PC)

domenica 14 dicembre 2025

## Casale del Valla a Spigno Monferrato Una due giorni tra natura, sauna, relax e convivialità

sabato 1 novembre 2025  
domenica 2 novembre 2025

**EVENTI@NATURISMOANITA.IT**

È SINONIMO DI SERIETÀ,

COMPETENZA, CAPACITÀ ORGANIZZATIVA, AMICIZIA...



[www.naturismoanita.it](http://www.naturismoanita.it)



[www.italianaturista.it](http://www.italianaturista.it)

