

la vie au soleil

Naturisme Information

N° 43 FEV.MARS.AVRIL 2022

7,90 €



Zoom
sur le nouveau
Mouvement
naturiste

DANS CE NUMÉRO

+ 4 pages de
Bons Plans
Vacances

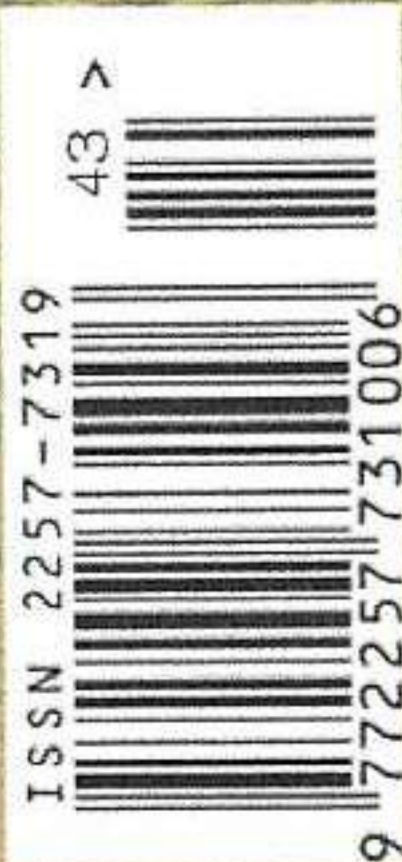
Lire
RACHEL MONNAT
QUÊTE
AUTOBIOGRAPHIQUE
DE LA SEXUALITÉ
FÉMININE

Art & Culture
RENCONTRE AVEC
CHRIST BUFFETRILLE,
PHOTOGRAPHE HORS
NORMES DES FORMES
ACCOUTUMÉES

SÉRIE PHILOSOPHIE DE LA NUDITÉ

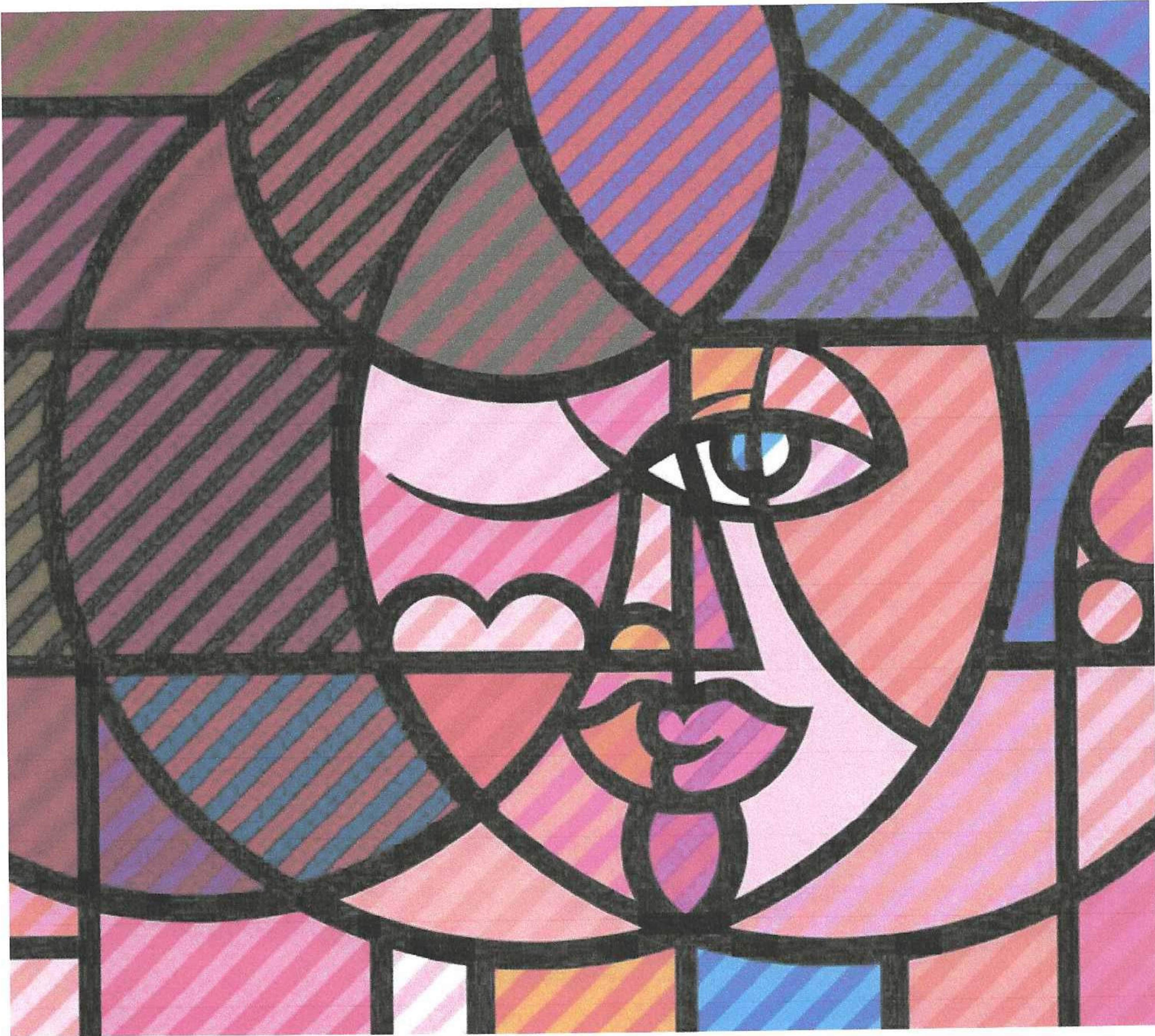
1^{er} ÉPISODE

LE VÉGÉTALISME



LIRE

AUTOBIOGRAPHIE SEXUELLE DE RACHEL MONNAT



« UN JOUR J'AI JAILLI »

FRANCK DIT BART

Son nouvel ouvrage a accouché au bout de 6 ans d'un dur labeur. Rachel Monnat raconte au naturel le jaillissement de tout son être, en tant que femme épanouie sexuellement mais aussi créativement. Raison de plus pour lire son livre de grande qualité sans aucune vulgarité et très documenté, pour se retrouver soi-même et se voir évoluer joyeusement. Jaillir à notre tour naturiste dans notre sphère de l'intime.

Les naturistes sont pudiques.

Au secours Albert Lecocq, la Vie au Soleil, la revue que tu as créée il y a plus de 70 ans se dévergonde et fronde en abordant un sujet tabou. Même dans l'antichambre de l'intimité des naturistes pudiques qui n'exposent pas au grand jour leur emphase sensuelle pour fructifier leur jardin secret, la sexualité demeure un sujet intouchable, inviolable du domaine de l'intime. Point à la ligne ouvrez les guillemets « *Avez-vous une fois seulement / Songé que la haine, ça mine / Alors que l'amour, ça détend / Que ça rend jeune et beau tout l'temps ? / Mais bien sûr, c'est un gros péché¹* ».

C'est aussi pourquoi, les puritains sont priés de s'abstenir de lire cet article. D'autant que l'abstinence, ils ont en fait leur cheval de bataille à rentrer au bercail. D'autant plus que « *Les puritains / Si on enlève le ri / Qu'est-ce qu'il reste ? Putain ! (bis²)* »

Après ces recommandations de circonstance, rejoignons enfin Rachel Monnat et son autobiographie sexuelle. Là où on l'avait laissée dans mon précédent article³ : Rachel modèle nu. En tant qu'artiste multipiste, à la fois auteure, danseuse, théâtreuse, musicienne, metteuse en scène de ses textes devant un public et dans les pages de ses ouvrages, Rachel dévoile à nu sa sexualité à différents âges de son développement sensuel. Elle renvoie dos à dos à notre imaginaire fertile et offre une image de son corps au naturel, sans fioriture et sans aucune friture sur la ligne qu'elle s'est tracée !

« *Tant qu'on porte un string, il n'y a pas de nu. C'est le sexe mis à nu qui dévoile la nudité. Si, dans les faits, nudité et sexualité ne sont pas liés, dans l'imaginaire, elles sont souvent confondues. J'ai mis l'accent sur ce questionnement. Que représente la nudité du sexe ? Est-ce qu'un*

¹ In « *Ma fleur* » de François Béranger.

² In « *Les puritains* » de Ramon Pipin in l'album « *Comment éclairer votre intérieur* » (2016).

³ In « *L'intouchable nudité* » de Rachel Monnat in *La vie au soleil*, n° 41, p 56 / 59.

⁴ P 140 au chapitre « *Le sexe de la modèle* » in Rachel Monnat « *Un jour, j'ai jailli autobiographie sexuelle* ».

« Aimer à perdre la raison Aimer à n'en savoir que dire A n'avoir que toi d'horizon... »

Aragon

modèle ose écarter les jambes sans que cela soit vulgaire ? Devons-nous raser ou non son sexe ? Quelles sont les images que nous renvoyons par cette attitude ?⁴ ».

Vous l'aurez perçu, Rachel se réclame du bien-être dans son corps et marque à travers la nudité un chemin sinueux pour y parvenir. Heureusement que le nu en société ne revête plus pour nous autres naturistes une image dépareillée. On ne se pose même plus ces questions et on s'accepte et on est acceptés à l'entour et sans aucun tour de passe-passe, puisque tout le monde est placé sur le même piédestal. Donc, point de vestale entre nous qui râle et se dérobe à la vue des autres tout nu.

« J'suis l'pornographe Du phonographe Le polisson De la chanson⁵ »

Que nenni au sujet de Rachel !

Vous l'aurez compris, son ouvrage, qu'elle a porté six ans au sein des circonvolutions de son esprit pour en accoucher, ne comporte aucun trait de vulgarité ni encore moins de trivialité. Dès lors, il n'a pas lieu de s'exhiber à la devanture des boutiques de sexe, mais dans les librairies et aurait sans faillir sa place au sein de votre bibliothèque, sans que vous ayez à rougir. Ce n'est pas un livre qu'on lit d'une main, mais d'abord et avant tout son regard et son esprit ouvert.

Car à contrario, la loi du silence des agneaux frustrés sexuellement aiguise le couteau du loup et gare au méchoui ! Rachel propose des évidences qui sont toujours bonnes à lire. « *En taisant la sexualité, on donne envie de franchir la barrière qu'on a créé. En taisant la sexualité, on met l'accent sur le côté pornographique. En taisant la sexualité, on ne mentionne pas son côté bienfaiteur et on obtient l'effet inverse⁶ ».*

C'est aussi pourquoi, Rachel nous appelle au plongeon dans le grand bain de jouvence. D'autant que la couverture de son livre peut parler et interpeler les naturistes. Avec une Rachel toute nue qui veut émerger à la surface de l'onde claire pour jaillir à la vie et aussi à la petite mort.

A ces vers du poète Aragon, Rachel lui substitue et institue son : « *Jouir à perdre la raison* ».

Sa quête de jouissance sur le long terme, on pourrait presque la comparer à un yogi qui est à la besogne de tous les instants sur lui-même pour dépasser les contingences matérielles de son esprit, à se fondre dans son corps sensible en souplesse et ne plus créer qu'une unité. Rachel, comme une transfuge explose les barrières entre le corps et le mental dans un savant processus de transformation. Elle exulte en polissant et taillant sa pierre à libérer son énergie sexuelle. Car, ne l'oublions pas, notre premier sexe est notre cerveau qui travaille toujours du chapeau et nous entraîne à sa traîne au cœur de ses fantasmagories. Certains, comme Wilhelm Reich, y perçoivent une source d'énergie orgasmique à part entière. Un jour peut-être, parviendrons-nous à recharger nos batteries branchées sur le secteur de nos corps sensibles, en alimentant les pulsations de nos cœurs, à battre le tempo sans plus aucun artifice en lisse.

Dans le but de toujours améliorer sa sexualité et la rendre agréable dans la compréhension de ses pulsions, Rachel, sous nos yeux, passe sur la table de dissection et nous gratifie ses penchants de femme Ô combien vivante, de chercheuse de sens physique, de ses envies, à ses questionnements naturels pour éclore à une sexualité épanouie.

C'est aussi, j'ose espérer, l'une de nos quêtes en tant que naturiste. À la seule différence que nous autres nous tirons la couverture à nous pour vivre notre libido à l'ombre de notre chambre à coucher. Avec forcément à la clé nos doutes, nos insatisfactions chroniques, nos moments de liesse, avec son compagnon ou sa compagne de batifolage et à tous nos âges.

Rachel dessine à travers ses 75 courts chapitres très ouverts une palette sexuelle variée et extensible (« *de la première fois* », « *les préliminaires* », « *le premier orgasme* », « *femme fontaine* », « *la sexualité en couple* », « *l'amour avec préservatif* », « *la culpabilité face à ma sexualité* », « *jouir en solitaire* »... « *mes questionnement et hypothèses* »...). Elle ne nous épargne aucun sujet sur ses questions et ses propres évolutions, à force d'explorer tous les arcanes de sa sexualité pour fuser à son épanouissement.

D'ailleurs, soit dit en passant, si elle est parvenue à force de travail et de recherche à un tel degré de maturité sexuelle, ça se ressent forcément à travers toutes les pistes créatrices sans frontière

⁵ Refrain de la chanson « *Le pornographe* » de Georges Brassens.

⁶ P191 au chapitre de « *Mes questionnement et hypothèses* ».

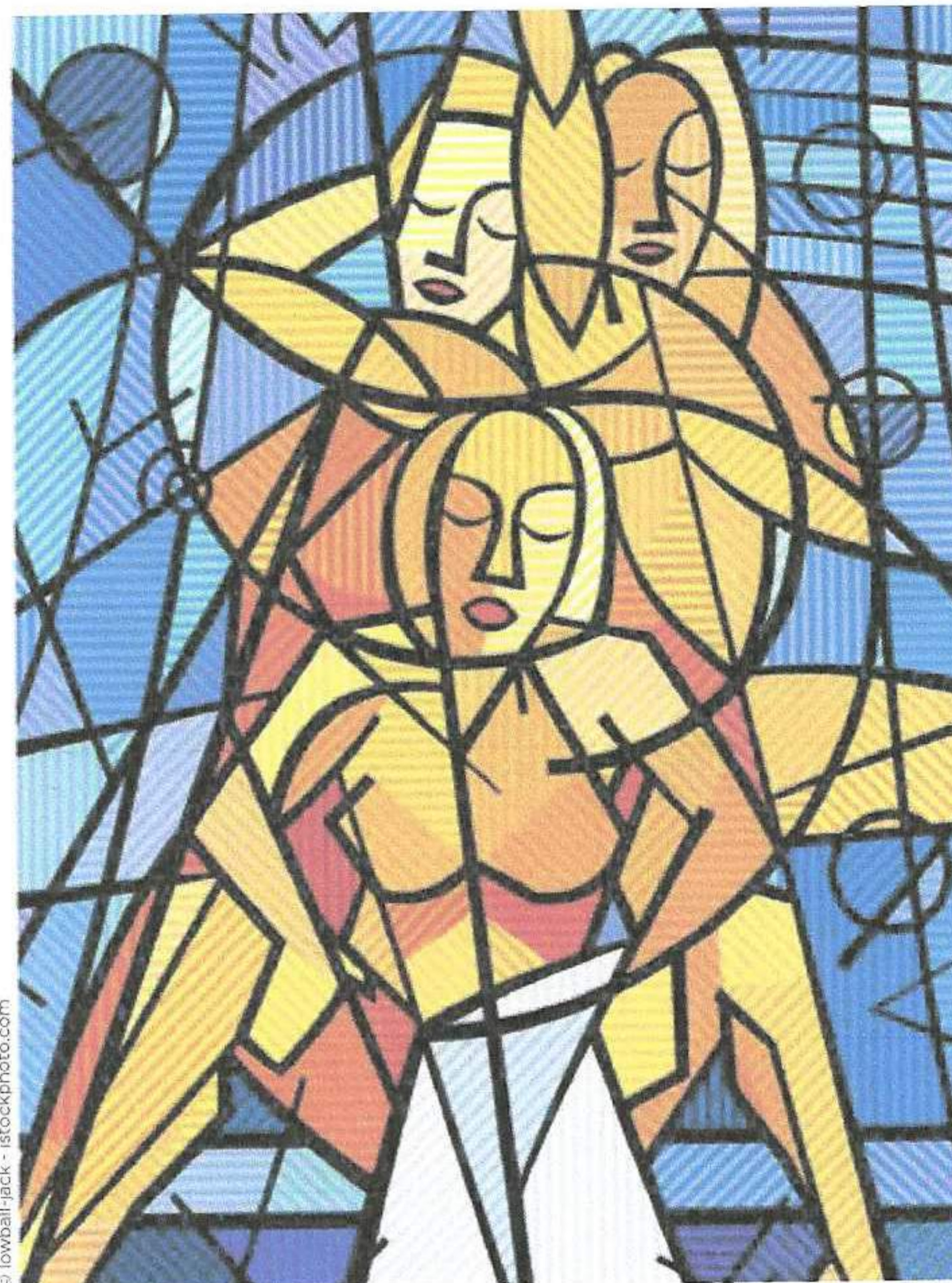
qu'elle distille et pour lesquelles elle excelle. Du fait aussi de ses floraisons à toutes les saisons lors de ses facultés sensuelles à exercer son plaisir de vivre et créer.

**« Moi les garçons ça me fait rien rien rien rien
Moi, les garçons m'aiment même que ça me fait rien⁷ »**

Pour ainsi dire, on pourrait penser que tout a commencé pour elle « À l'adolescence, on m'a enseigné à dire "non", si je n'étais pas 100 % d'accord avec ce que l'on me proposait » avec la résultante : « Je devais dire "oui" seulement si j'avais envie » et sa conclusion « Si j'avais écouté ce conseil, je serais encore vierge à l'heure actuelle ». Car, déjà très jeune, elle avait les facultés de se poser les bonnes questions : « Pour savoir dire "non", j'aurais eu besoin de savoir où se trouvait le "oui"⁸ ».

D'autant, que Rachel en préambule dès son enfance aurait voulu être un garçon ! « Si j'avais pu choisir, j'aurais eu un pénis et tout aurait été résolu⁹ » Tout ça pour une histoire de vestiaire où le mélange des genres entre masculin et féminin paraissait incongru. « J'étais vexée que le fait d'être née femme, sans avoir choisi, me dicte quel vestiaire utiliser, que style d'habits porter, quelle couleur préférer...¹⁰ ». D'autant plus étonnant, que gamine, elle répétait en boucle « Rachel garschon, Rachel garschon, Rachel garschon ». Mes parents ne disaient rien, mais je crois qu'ils étaient effrayés, d'autant plus que j'étais très féminine¹¹ ». Sans qu'aucun adulte ne lui propose aucune réponse !

La première fois qu'elle est passée à l'acte durant un laps de temps d'à peine trois minutes, elle avait 16 ans. Et déjà se profilait l'interrogation sur la durée du coït, le ressenti et la représentation sexuelle dans le tempo avec son partenaire. Si bien qu'elle finit par poser les questions primordiales, qui nous concernent toutes et tous depuis moult générations, qu'on soit naturiste ou non. « Mais que se passe-t-il entre la venue du pénis et l'éjaculation ? Comment peut-on aimer être prise de cette manière ? Quels types de plaisir peut-on obtenir ? Où se situe-t-il ? On dit qu'il faut prendre son temps ? Mais où et comment peut-on ralen-



© lowball-jack - istockphoto.com

tir ? Dans le va et vient ? Pourquoi n'enseigne-t-on pas les gestes de l'amour ? On dirait qu'on devrait tout connaître de façon innée !¹² »

La sexualité ne s'apprend dans aucune école, elle se vit et se pratique à tous nos âges de la vie, avec plus ou moins d'entrain, selon les personnalités de chacun.

Rachel jaillit fontaine !

Au tout début, Rachel n'éprouvait pas à proprement parler de plaisirs sexuels et ressentait comme une envie d'uriner à chacun de ses rapports. Ce qui mettait dans l'embarras son partenaire et faisait déchanter la petite bête qui monte, qui monte. Jusqu'au jour, à l'âge de 28 ans, où Rachel a jailli par l'entremise d'un gus, plus malin et expérimenté, avec plus de doigté que les autres et surtout plus à son écoute à découvrir ce qui clochait.

« Il me stimulait avec ses doigts et touchait un point qui devenait sensible : la partie antérieure de mon

⁷ Refrain de la chanson « Moi les garçons » d'une autre belle Rachel, des Bois, celle-là dans son album « Au cœur des foyers » (1993).

⁸ P 11 au chapitre « Prologue » in Rachel Monnat : « Un jour, j'ai jailli autobiographie sexuelle ».

⁹ P 13 au chapitre « Ces personnes qui sont nées avec un pénis » ibid.

¹⁰ P 14 au chapitre « Prologue » ibid.

¹¹ P 15 au chapitre « Prologue » ibid.

¹² P 27 au chapitre « La première fois » ibid.

vagin, le long du canal de l'urètre. (...) Cependant, j'ai eu besoin d'uriner, c'était décourageant. Ok m'a-t-il répondu et il a continué. (...) J'avais l'impression que l'on me faisait un massage interne de mon être. (...) J'étais au bord du gouffre. Ses doigts entrant et sortant faisant le même bruit que si l'on frappait une flaque d'eau avec son pied. Comment pouvais-je émettre autant de lubrification ! Je voyais des jets d'eau sortir par saccades. (...) J'avais l'impression de mourir¹³ ».

Rachel se découvre alors femme fontaine. De cette découverte incroyable et fantastique, elle se met à creuser le sujet par des recherches et lit toute la littérature francophone qui y a trait. Elle devient une chercheuse de la science et l'essence même du jouir. Elle tâtonne, tamponne, s'époumone et expérimente. Elle s'approprie les concepts physiologiques, les thèses et vaque son esprit critique à toujours remettre en question les préceptes qui donnent lieu à des chapitres à la fois explicite et critique du style : « *La vision médicale de la fontaine* » ; « *l'anéantissement de mes croyances* » ; « *les différentes théories de la fontaine* » ;

Moi le premier, j'ai découvert des ressources insoupçonnées du corps féminin et des termes dont j'ignorai le sens. Mais heureusement, Rachel sait se mettre à la portée de son lectorat, en proposant à la fin de son ouvrage un glossaire pour donner un sens aux termes employés. C'est un parcours sans faute !

Petit jeu, qu'est le transsudat ? les glandes de Skene ? (réponse en page 199 et 196).

La guerre des sexes n'aura pas lieu !

Elle parvient à force d'expériences et de connaissances à comparer « *L'homme et la femme multi orgasmiques* » dans un chapitre et nous en met plein la chique ! Au point de comparer au moins trois types d'orgasmes différents chez l'homme et les remettre au goût du jour des femmes.

À l'heure enfin arrivée où les femmes regimbent officiellement, politiquement et médiatiquement contre leur sort et la domination masculine qui les accablent, Rachel porte un autre regard original sur cette thématique et apporte son grain de zèle à bon escient concernant la différence, pas si marquée qu'elle en a l'air, entre les sexes. Cette notion peut parler, à nous autres naturistes, qui connaissons tous les mystères accoutumés des corps en nudité affirmée.

« Pour moi, la différence entre une femme et un homme, c'est la forme physique du sexe pour permettre la reproduction ! Nous étions similaires à l'état embryonnaire, donc tous les tissus du sexe de la femme sont présents chez l'homme et inversement ! L'homme est sensible quand il enlève sa carapace, tout comme la femme peut avoir des envies impérieuses. Ce qu'on a sous le pantalon ou la jupe n'a aucune importance ! Je pourrais aussi bien être un homme qu'hermaphrodite !¹⁴ ».

« *Mes nouvelles croyances sur la fontaine* » ; *Le rôle de l'éjaculation féminine* », avec à chaque fois des références d'ouvrages, des citations à bon escient et même un chapitre « *Références* » sur toutes les thématiques sexuelles qu'elle traite dans son ouvrage.

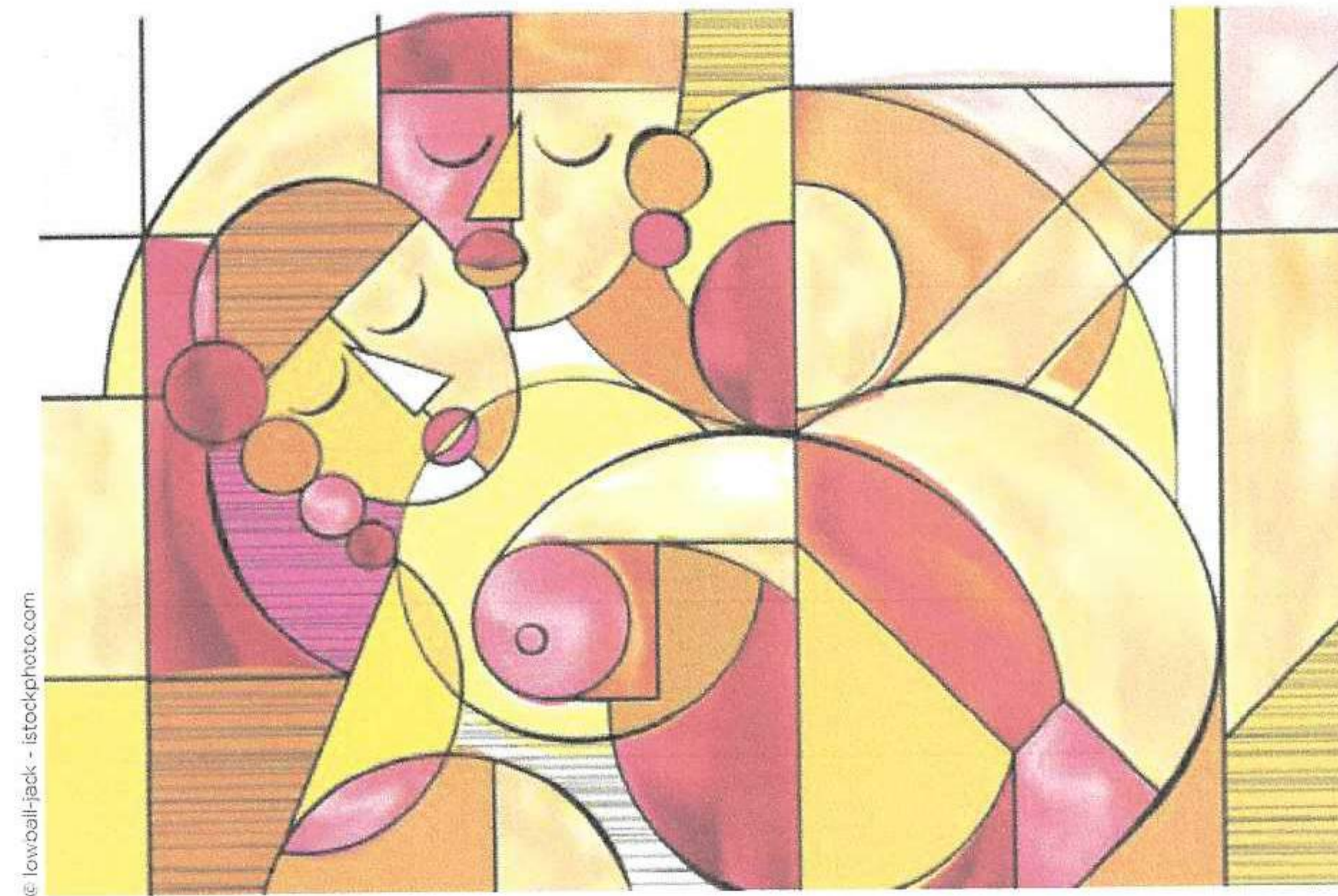
Elles sont si nombreuses, que tous les goûts sont dans la nature. Les lectrices et lecteurs naturistes y trouveront à satisfaire leur appétit.

Etonnez-nous Rachel !

Notre sexualité représente un parcours de vie semé d'embûches et de plaisirs intenses qui répondent à nos pulsions du moment que nous avons appris ou non à maîtriser. C'est un éclat de soleil sans cesse

¹³ P 75 / 76 au chapitre « *Le premier orgasme* » ibid

¹⁴ P 189, in chapitre « *Qu'en est-il de l'égalité entre l'homme et la femme ?* » idib



renouvelé. Ce que Rachel désigne comme un parcours, une évolution et une continuelle surprise.

L'imagination au pouvoir, célèbre slogan de mai 68 se ressent à chaque page de cet ouvrage riche de sens en émoi. De la part d'une femme qui respire par toutes les fibres sensibles de tout son être.

Dans son « *Epilogue* », elle nous propose une longue énumération de ce qu'est et n'est pas la sexualité. Je vous livre de façon pas du tout objective de ma part un florilège de ses conceptions, qui m'ont le plus touchées.

« *La sexualité n'est pas une performance* ».

« *La sexualité n'est jamais définitivement acquise* ».

« *La sexualité, c'est aimer son corps* ».

« *La sexualité, c'est s'aimer* ».

« *La sexualité, c'est aimer* ».

« *La sexualité est un partage avec soi et avec l'autre* ».

« *La sexualité est une confiance en soi, en l'autre* ».

« *La sexualité, c'est un amour universel*¹⁵ ».

Et pour vous la sexualité qu'elle réalité représente-elle dans votre vie ? Gardez votre réponse intime pour vous et votre amoureuse ou votre amoureux ou vos amantes et amants. Ça ne me regarde surtout pas !

Rachel ne représente pas une maîtresse à penser ni encore moins un gourou à suivre et vénérer. Ce serait faire affront au contenu de son livre. Sa démarche consiste juste à se raconter et ne pas devenir un modèle pour quiconque.

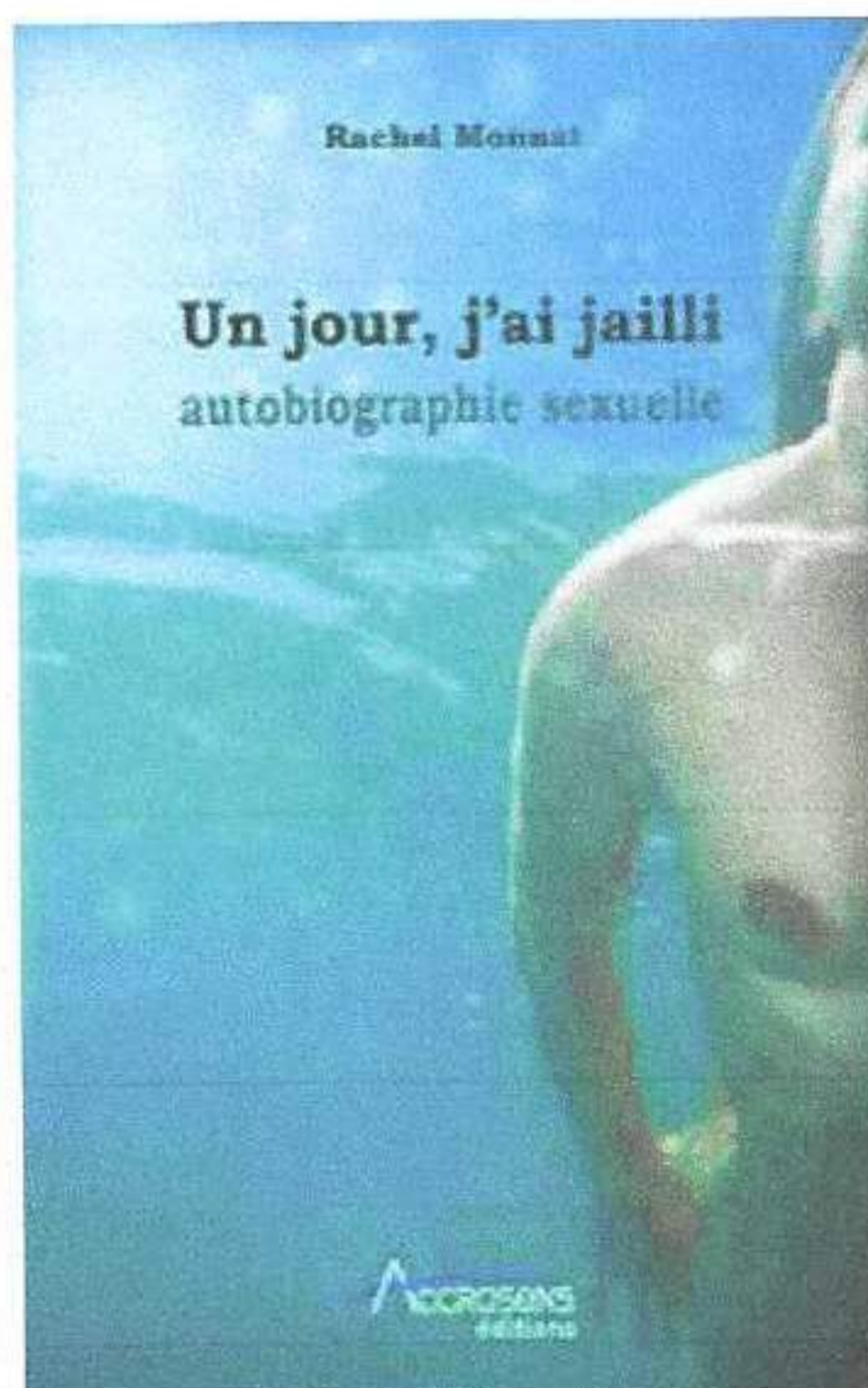
Tout au long du voyage infini entre les pages de son ouvrage, sa philosophie de vie créatrice et d'ouverture de corps et d'esprit, je les ai perçues dans ses trois phrases optimistes et joyeuses que je vous cite en conclusion de mon article.

« *Pour être heureux, il faut vouloir être heureux
La gaité amène la gaité.*

*Le plaisir amène le plaisir*¹⁶ ». ■

¹⁵ P 193 in chapitre
« *Epilogue* » ibid

¹⁶ P 188 in chapitre
« *Mes questionnements et hypothèses* »
ibid



UN JOUR J'AI JAILLI,
AUTOBIOGRAPHIE SEXUELLE
RACHEL MONNAT
ACCROSENS ÉDITIONS
OCT. 2021 - 213 PAGES - 35 €
Bon plan ! Offre spéciale réservée aux lecteurs de La Vie au Soleil à découvrir en page 64
(carnet d'adresses).

Pour aller + loin

On recommande vivement la lecture de ce guide à toutes à toutes les filles et les jeunes femmes qui commencent leur vie sexuelle et qui s'interrogent sur la sexualité. Très bien construit et illustré, ce livre, au ton sympathique, s'adresse aussi aux femmes adultes qui souhaitent déconstruire les nombreuses idées reçues qui circulent sur le sujet, et transmettre des outils et conseils autour d'elles. Vous y trouverez des réponses aux questions que vous pouvez vous poser sur la sexualité, le corps et les relations affectives, mais aussi des témoignages, des ressources à consulter, et une foule de conseils pour vivre des relations sexuelles épanouissantes, bienveillantes et sources de plaisir !

Et bien que ce livre soit destiné aux ados filles en particulier, il peut vraiment se lire à tout âge car on y apprend forcément un tas de choses.

EDITIONS FIRST
SEPT. 2021 - 240 PAGES - 14,95 €

**PETIT GUIDE POUR
UNE SEXUALITÉ
FÉMINISTE ET
ÉPANOUIE**
Le nouveau livre de
l'association Osez le
féminisme !

