

## CHRONIQUE – MONOGAMIE & POLYGAMIE

La monogamie est chez l'être humain, contre-nature ? C'est vrai pour certaines personnes. Mais attention, il y a des risques.

Dans le monde, l'infidélité est universelle et la monogamie contraire à notre biologie.

Le terme contre-nature a souvent été utilisé pour dénigrer ce qui sortait de la morale. En effet, la sexualité est aujourd'hui dictée par la morale. Quand l'influence morale est moins forte, on constate une diversification des comportements sexuels.

La tendance actuelle est d'idéaliser le couple, le plaisir sexuel parfait et le sentiment passionnel, ce qui apporte souvent pas mal de déceptions et conduit à de nombreuses séparations.

Aujourd'hui, il y a également un plus grand sentiment de liberté et moins d'influence de la morale judéo-chrétienne et moins de puritanisme.

On parle alors de polyamour. Mais cela reste un mode de fonctionnement assez rare.

À mon sens, ces cas, qui restent exceptionnels, sont difficilement viables, notamment dans le temps. Cela implique une stabilité des sentiments qui n'est pas facile à trouver. Il faut réussir à surmonter la jalousie.

En fait, la monogamie ne devrait pas être systématique. La diversité me semble bien plus naturelle. La monogamie, tout comme le polyamour peut convenir à certains, et pas à d'autres.

L'infidélité, qui se différencie du polyamour puisqu'il s'agit de relations sexuelles dissimulées à son partenaire, peut également souder certains couples.

Ceux qui parviennent à dépasser ce bouleversement, qui gèrent ça avec sagesse et sérénité, peuvent en sortir renforcés. Le désir sexuel peut s'être ressourcé par des fantasmes nouveaux, et des pratiques nouvelles jusqu'alors inhabituelles.

En conclusion : pour faire durer son couple, que l'on soit monogame, ou pas, retenez ceci:

Ne pas céder à l'agressivité

Être attentif aux désirs et aux souhaits de l'autre

Cultiver le désir et la séduction

Être capable faire varier distance et proximité. Reprendre de l'indépendance est un puissant outil dans le couple.

Souvenez-vous qu'en cas de questionnement dans votre vie sexuelle, les psys sont là pour vous aider.

Prenez soin de vous & portez-vous bien.