

# Sexualité

## Trouver le bonheur

Au delà du désir fusionnel du couple, la sexualité n'est pas un lieu à part, un domaine réservé, mais un lieu de rencontre essentiel à l'harmonie du couple.

La sexualité s'inscrit dans une histoire. C'est pourquoi le respect des différents temps de dialogue peut faciliter cette lente construction.

Ce chemin est marqué par des blessures. La plus marquante, consciemment ou pas, est la rupture plus ou moins progressive de notre relation fusionnelle avec notre mère, avec notre famille.

Si le couple établit un dialogue serein à propos de son intimité, il peut trouver un bonheur et un plaisir qui lui permettra de grandir et de s'appuyer sur son union.

## Expériences...

Un des mythes qui perdure chez l'adolescent est qu'une union est dès le départ bonne ou mauvaise. L'ado justifie ainsi des essais sexuels multiples, plus ou moins agrémentés par le jeu de la séduction, de la conquête.

Mais en dehors des cas extrêmes où la blessure est irréparable et de l'ordre de la pathologie, la sexualité est une lente construction à deux. En ce sens, les essais multiples brisent souvent le potentiel de croissance que pourrait trouver un couple fidèle.

Les sexologues américains s'accordent maintenant pour dire que l'orgasme de la femme est à son paroxysme après dix ans de vie commune. En ce sens, la sexualité télévisée du "très-beau-tout-de-suite" est un leurre dangereux.

La sexualité est un lieu de rencontre des coeurs et des corps dans une différence et une complémentarité :

La Femme (légère caricature mais non sans fondement)

Sa sexualité nécessite, souvent pour la femme d'aller très loin dans la rencontre et le dialogue. En effet, chez la femme, le bonheur et le plaisir naissent d'une harmonie totale. Ils n'ont de sens que lorsque la rencontre est l'aboutissement d'un long dialogue amoureux, où chaque geste, chaque parole sont inscrits, intégrés au sein d'une totalité plus vaste que le charnel.

De plus, chez la femme, le désir est lié à sa fécondité. Il est le plus fort lorsque sa fécondité est la plus forte. C'est pourquoi les surprises sont souvent au rendez-vous...

Témoignage...

Au début, j'étais énervée par la grande disponibilité de mon conjoint, cette aptitude à être physiquement prêt, à être partant au quart de tour. Mon énervement était d'autant plus grand que je n'étais pas disponible, pour de nombreuses raisons, à notre union. Mais l'attention que mon mari m'a témoigné, son respect et sa patience, m'ont appris à me rendre plus disponible, plus ouverte à notre rencontre. En un sens, je me suis « masculinisé » alors que lui se « féminisait » dans nos rencontres. Maintenant, je suis plus prête, plus attentive et parfois même émerveillé par cette constance qu'il me témoigne. En cela, je prends conscience que nos rencontres sont un don, une joie, d'autant qu'elle prennent avec le temps plus de saveur. Notre plaisir est de plus en plus partagé et notre amour s'en trouve grandi...

D. 14 ans de mariage

L'homme

Chez l'homme, souvent plus rapide dans son désir, une attention marquée à sa femme peut être une découverte d'un autre ordre. Celle où le bonheur de l'autre, le plaisir de l'autre est bonheur pour soi. La tempérance de ses pulsions est alors une voie nouvelle, un lieu de rencontre plus intense, où vient culminer son plaisir, comme le cadeau en retour du bonheur de l'autre.

Une complémentarité en devenir

Mais au delà d'archétypes souvent réducteurs, la rencontre est un lieu de conjugaison, de symphonie. Conscient de différences essentielles, chacun peut aussi laisser monter en lui la part de masculinité ou de féminité qui l'habite. C'est pourquoi la femme, en apprenant à être plus ouverte et plus attentive au désir de son mari, peut aller dans le sens d'une meilleure rencontre.

Chez l'homme, la tempérance, la patience, la tendresse sont autant de chemins qui permettront d'améliorer la qualité de la rencontre.

### **Sexualité au coeur d'un tout**

Le grand écueil est de séparer la sexualité de toutes autres formes de rencontre. La pudibonderie est souvent néfaste quand elle exclue la sexualité de la sphère du dialogue conjugal.

Au contraire, lorsque la sexualité est au coeur de l'aujourd'hui du couple, la surprise, la fête se prolonge naturellement dans la sphère sexuelle.

La philosophie faussement cartésienne qui distingue corps et coeur est néfaste à l'harmonie conjugale.

Alphonse d'Heilly dans *Aimer en actes et en vérité*, raconte cette histoire édifiante à bien des égards :

M. et Mme se disputent à table parce que la soupe n'est pas assez chaude. M. part faire du bricolage et revient un quart d'heure après, tout détendu. Il veut embrasser sa femme mais

cette dernière l'envoie promener. Elle est encore en train de ruminer la réflexion sur la soupe....

La différence des comportements, un peu caricaturale, traduit une différence majeure entre homme et femme. L'un est tout à l'instant présent, l'autre est dans la durée. Dans ce sens, une rencontre sexuelle ne peut avoir lieu que lorsque les deux se rencontrent. La femme ne pourra pas, a priori, accepter de s'abandonner dans les bras de son mari si elle n'est pas en paix dans son coeur, si la rencontre ne s'inscrit pas comme un tout.

Cela ne veut pas dire qu'une évolution n'est pas possible. Au delà de cette caricature, l'homme comme la femme sont appelés à une plus grande attention mutuelle. C'est à travers cet aménagement continu, fait de dialogue et d'attention que le bonheur et le plaisir partagés sont possibles.

On comprend que la sexualité ne peut pas s'épanouir sans l'amour : l'une et l'autre exigent du temps et un engagement des coeurs par un mutuel don de soi..

### **L'orgasme à deux, mythe ou réalité**

Le chemin tracé dans les lignes qui précèdent, donne une voie où le couple peut trouver plus de bonheur et de plaisir dans la rencontre.

A ce titre, la rencontre peut aboutir à un plaisir plus grand, celui d'un bonheur partagé. Mais ce bonheur ne se recherche pas, il est de l'ordre du don reçu "en surcroît"...

Oh Noooooonnnnnnnnnn !!!! :-))