

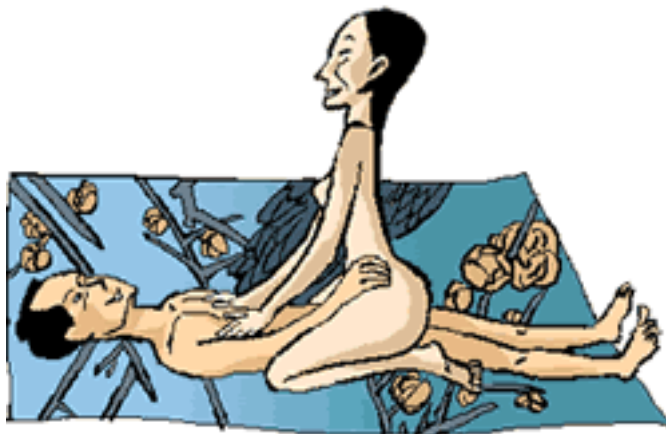
## La position d'Andromaque - Kamasutra

Pour les anciens, il était connu qu'Andromaque, la femme du grand héros d'Homère, Hector, "chevauchait son époux", et ils racontaient que "derrière les portes, les esclaves phrygiens se masturbaient chaque fois qu'Andromaque montait le cheval d'Hector". Le couple légendaire donne ainsi sa caution à une position pourtant controversée : l'homme y est en situation inférieure, la femme le domine et a la maîtrise du jeu.

Aujourd'hui les sexologues conseillent cette position à tous les "apprentis-amoureux", aussi bien aux femmes qui désirent découvrir l'orgasme pendant la pénétration, qu'aux hommes qui veulent apprendre à maîtriser leur éjaculation.

### L'Andromaque pour la femme

Une femme qui ne parvient pas à l'orgasme lors du rapport peut choisir de caresser son clitoris. Attouchements effectués pendant la pénétration, qui lui permettront d'obtenir le plaisir recherché. C'est dans ce cas la possibilité de se caresser pendant l'acte sexuel qui rend cette position intéressante : elle est plus favorable aux caresses que celle du missionnaire, mais pas plus que la position où l'homme est dans le dos de la femme. En tout cas, d'après certaines enquêtes, cinquante pour cent des femmes européennes jouissent, pendant la pénétration, grâce aux caresses.



Cependant, certaines femmes recherchent l'excitation clitoridienne non par caresse manuelle mais par frottement contre le pubis et la toison de l'homme. La supériorité de la position d'Andromaque est alors indéniable : en missionnaire, la femme a peu de marge de manoeuvre pour bouger les hanches et se retrouve plus ou moins coincée. En position d'Andromaque, elle a toute liberté de creuser les reins et de régler l'inclinaison de son buste afin de trouver l'angle idéal. Le contact entre son clitoris et le pubis de son partenaire sera ainsi le plus adéquat. En outre, elle sera maîtresse de l'intensité de la pression, du rythme du mouvement de frottement et elle pourra s'adapter aux sensations qu'elle ressent.

Toutes les conditions sont réunies pour que le jeu soit efficace et mène progressivement à l'orgasme désiré.

## **L'Andromaque du point de vue masculin**

Quant à l'homme désirant maîtriser son éjaculation, il doit rechercher une position décontractée rendant le jeu érotique possible, facile. Il peut ainsi se détacher d'une excitation qui ne proviendrait que du va-et-vient dans le vagin, approche assez difficile avec la position du missionnaire. En position d'Andromaque, il bouge peu (pour que son cerveau se décrispes et qu'il perde son appréhension d'être pris par surprise) et reste excité par la vue du corps de sa compagne (ses hanches et ses seins, comme son visage); les caresses et les baisers, faciles à donner et à échanger, jouent également un rôle important. La variété des occupations érotiques possibles entraînera son esprit loin de ses peurs. La sexualité pourra cesser d'être une épreuve et retrouver son caractère ludique.

Au-delà de tout apprentissage, cette position est aussi pleine d'agréments. La femme peut ainsi jouer avec la verge en elle, explorer à sa fantaisie les mouvements qui feront varier les sensations qu'elle est susceptible d'en retirer. Et elle donnera ainsi à son compagnon le spectacle de son corps qui bouge et qui vit, celui de la montée de son désir et de son excitation : moments chargés d'érotisme aussi bien pour elle qui s'offre que pour lui qui en reçoit le cadeau.

Dr Yves Ferroul

Mis à jour le 30 novembre 2011