

CHRISTOPHE MARX

vous répond



Je suis une femme et je n'ai pas de plaisir quand je fais l'amour. Pourquoi ?

Je comprends votre insatisfaction, car faire l'amour fait partie des grands moments de l'existence ! Certes, cela sert à faire des enfants, mais on sait désormais que le plaisir sexuel est important autant pour la personne que pour l'évolution du couple. Merci à Freud d'avoir attiré notre attention sur ce sujet - même s'il a sans doute un peu trop insisté sur la sexualité !

J'aimerais vous donner quelques conseils en rapport avec votre projet d'améliorer votre sexualité :

D'abord, ne cherchez pas à faire des efforts : le plaisir est par définition spontané et ne se décide pas par décret. Vous réussirez en vous laissant aller, en lâchant prise, comme on dit maintenant. Cela dit, je vous accorde que ce n'est pas si facile que cela : il faut se sentir en sécurité et ce n'est pas une petite tâche de bâtir les conditions sécurisantes pour se lâcher.

Ensuite, cherchez à déterminer pourquoi, ou pour qui, vous voulez ressentir du plaisir. Cette formulation vous étonne ? Vous ne pouvez pas imaginer le nombre de mes clientes qui me disent : « Oh, vous savez, moi je suis pas trop portée sur le sexe, et ça va bien comme ça... Mais c'est mon mari, il ne se sent pas un homme s'il ne me fait pas jouir ! Alors j'aimerais tant lui faire ce cadeau ! » D'autres cherchent à être « normales » entre guillemets, à être conforme à ce qu'on raconte dans les magazines féminins. Avouez qu'il y a un politiquement correct de l'orgasme... Certaines clientes se déclarent elles-mêmes frigides, alors qu'elles savent parfaitement se donner du plaisir toutes seules. Leur clitoris fait donc parfaitement son office. Le bât blesse si je puis dire car le va et vient de sa Majesté le Pénis de leur mari ne les amène pas au 7ème ciel.

Pardon d'être un peu technique, mais le coït n'est pas en lui-même censé apporter la jouissance sexuelle. La sexualité signale et célèbre la parité, c'est-à-dire le fait d'être au même niveau : même niveau de génération, mêmes droits et dignité égale.

On ne fait pas l'amour pour l'autre, contrairement à ce qu'une religiosité un peu frileuse et fleurant son 19ème siècle a pu nous faire croire. Restez plutôt vous-même, et si vous voulez plus de plaisir sexuel, cherchez à vous centrer sur vous-même, au risque de vous sentir un peu égoïste.

Je fais l'hypothèse que, comme beaucoup de femmes, vous vous occupez beaucoup des autres, des enfants, du mari... Alors vous avez de la marge avant d'être un monstre d'égoïsme. La sexualité s'accommode de cette petite dose d'auto-centration : il n'est pas question de faire, comme vous le suggérez dans votre question, mais d'être. Sachez qui vous « êtes » pour pouvoir « faire » la bonne chose avec la bonne personne au bon moment. Vous verrez que le plaisir survient alors sans le moindre effort !