

CHRISTOPHE MARX

vous répond



## Comment traiter l'éjaculation prématurée ?

C'est en tout cas une question angoissée que me posent souvent les patients. Avec en filigrane la crainte que je leur apprenne qu'ils sont incurables, et qu'il va falloir se résigner à ce symptôme.

Permettez-moi d'être d'emblée rassurant, l'éjaculation rapide peut tout à fait disparaître, et laisser la place à une sexualité épanouie.

Mais laissez-moi, pour m'expliquer, vous donner quelques métaphores.

Si vous constatez une fuite dans le plafond du salon après chaque orage, je vous décommande de croire que vous aurez réglé le problème en repassant une couche d'enduit sur ledit plafond. Il y a bien sûr une tuile cassée, et il faut monter sur le toit pour la changer et la réparer. Ce n'est pas un gros chantier, il n'y a pas besoin de changer toute la toiture, mais quand même, il faut mettre de l'énergie : chercher une échelle, monter sur le toit, trouver la tuile, la réparer, la changer...

Vous m'avez compris : l'éjaculation prématurée n'est pas un problème sexuel, mais plutôt A CONSEQUENCE sexuelle. Donc il faut revenir à la cause.

La cause, c'est le mauvais positionnement de l'homme et de la femme : je ne parle pas du Kama soutra ici ! Mais de positionnement symbolique, dans une relation d'égalité, de parité... Un homme pleinement homme, face à une femme pleinement femme.

Je dis souvent à mes patients, et ça les fait sourire, que leur pénis est plus intelligent qu'eux : il sent bien que quelque chose ne va pas : par exemple que l'homme se sent obligé de faire plaisir à sa partenaire comme un enfant veut que sa maman soit contente. Alors, il proteste, et comme dans un circuit dans lequel un fil « fait masse », il disjoncte. Peut-on reprocher au disjoncteur de couper le courant en cas de danger ?

Certes pas, il est là pour ça ! Donc, je suggère de considérer l'éjaculation rapide comme le signe que quelque chose cloche dans l'équilibre de la relation. Chaque fois que mes clients ont accepté de changer quelque chose dans leur vie, le symptôme a disparu.

Mais ce n'est pas de la magie ! C'est de la psychologie...

Quelques exemples en vrac de ce qui a pu changer la sexualité :

- un homme qui apprend à exprimer sa colère, de façon saine, sans bouder, ni rejeter autrui, ni être violent,

- un fils qui prend son envol et s'engage avec celle qu'il choisit de prendre pour femme,
- un couple qui renégocie des éléments cruciaux de la vie quotidienne sur le partage des tâches, l'argent, le pouvoir, les relations avec les parents ou les enfants...

Parfois, je le reconnais, les choses ne sont pas si simples. Il faut un travail psychothérapeutique pour aider la personne à prendre un peu de distance avec les événements qui ont marqué son enfance ou son adolescence.

Ou bien, il s'agit de traiter un traumatisme par l'EMDR, une nouvelle technique étonnante d'efficacité basée sur les mouvements des yeux.

Pour être complet, je dois avouer que certains médicaments, ordinairement prescrits pour lutter contre la dépression, peuvent retarder un peu le moment de l'éjaculation.

Vous aurez compris que je n'ai pas une sympathie excessive pour les médicaments dans ce cas (surtout avec de tels effets secondaires), mais j'admets qu'ils puissent aider çà et là si on apprend à ne pas en être dépendant.

La bonne nouvelle, c'est que tout le monde peut guérir de l'éjaculation précoce : ce n'est pas une fatalité, et les traitements existent. Simplement, il faut oser en parler et mettre l'énergie qu'il faut pour en sortir : tant d'hommes l'ont déjà fait. Avec de l'aide, bien sûr !