

Numéro 131 – Automne 2006

# S.O.S Amitié

Qui se cache derrière le sexologue ?

Sexualité dans les contes de fées

Couleur Gaies

Un auteur, des idées :

Frédéric Lenoir



# Sexualité(s)

**DOSSIER**

Un mal.  Des mots.

**S.O.S Amitié**



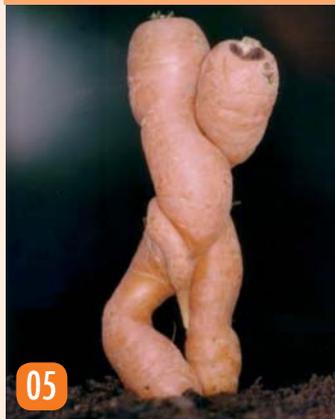
Photo de couverture : DR  
Sculpture : DR

## Avant-première RÉSONANCES ÉMOTIONNELLES

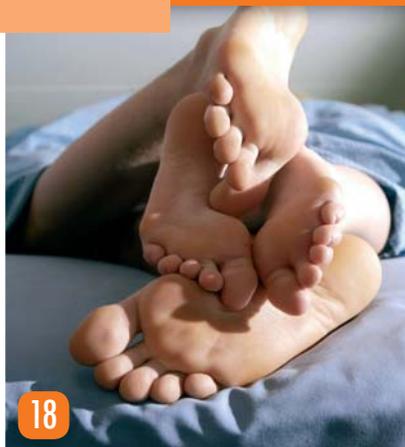
Depuis quelques années, le mot «émotion» s'est imposé dans notre langage et notre quotidien. Il résonne dans les cabinets des psys... comme dans les publicités. L'émotion est passée par ici... et elle repassera par là. On nous la vend, on nous l'impose parfois. Mais l'émotion est aussi le signe que nous sommes des êtres vivants, sensibles aux événements, à notre environnement, à l'autre. Elle ne serait donc pas qu'un argument commercial. Alors, si pour le meilleur et pour le pire, l'émotion résonne de toutes parts, comment s'y retrouver ? Raisonons un peu pour y voir clair. ■

Revue trimestrielle éditée  
par S.O.S Amitié France –  
Association reconnue  
d'utilité publique  
**Directeur de publication**  
Sylvie Galardon  
**Comité d'animation**  
11, rue des Immeubles industriels  
Paris XI<sup>ème</sup>  
**Rédacteur en chef**  
Jean-Yves Duval  
**Comité de rédaction**  
Marie Bragard, Pierre Couette  
Caroline Huleu, Annie Masset  
Rémi Rousseau  
**Conception**  
Mickaël Bazoge  
mbazoge@gmail.com  
**Impression**  
L'Artésienne 03 21 72 78 90  
Z.I. de l'Alouette, 62802 Liévin cedex

## Sommaire



05



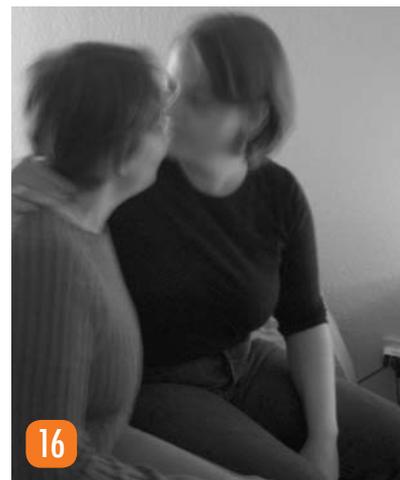
18



14



20



16

### 04 Sexualité(s) Dossier

### 23 Un réseau international d'aide par téléphone Nouvelles d'ailleurs

### 22 Frédéric Lenoir Un auteur, des idées

## Abonnement

Abonnement normal..... 18€50  
Abonnement pour l'étranger ..... 23€  
Abonnement de soutien..... à partir de 40€

4 numéros par an (à découper ou à recopier sur papier libre)  
Merci de nous signaler les noms et adresses  
de manière complète et lisible

Je m'abonne : M./Mme .....

Adresse : .....

Je me réabonne : M./Mme .....

Adresse : .....

☞ Ci-joint un chèque de.....€ établi à l'ordre de S.O.S Amitié France

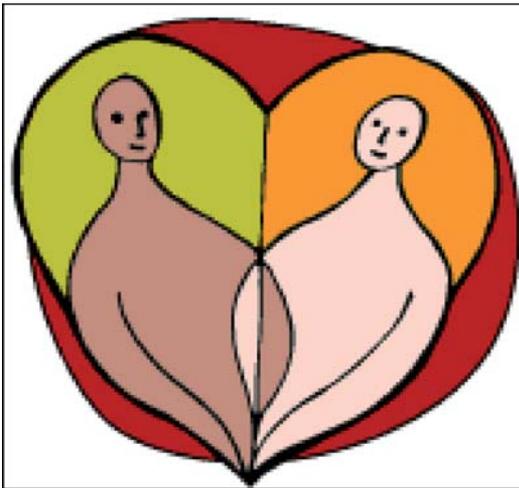
☞ Je préfère régler mon abonnement par virement postal : CCP11409-45-N

☞ À adresser à S.O.S Amitié France

11, rue des Immeubles Industriels - 75011 Paris



# À l'écoute de la sexualité



DR

Comment s'étonner que parmi les appels téléphoniques que nous recevons à S.O.S Amitié un grand nombre d'entre eux aient trait à la sexualité. Le sexe fait en effet partie de la vie comme il fait partie de la mort. Or le téléphone en abolissant les distances, pas seulement géographiques, et en permettant d'éviter le regard de l'autre, permet de dire des choses que l'on n'oserait pas dire en présence de quelqu'un. Le sexe en effet a longtemps été considéré dans notre société comme un sujet tabou. Au demeurant, aujourd'hui encore, et malgré la révolution sexuelle des années soixante, c'est avec réticence et beaucoup de pudeur que la plupart d'entre nous acceptent

d'en parler. En ce sens l'éducation sexuelle a un rôle fondamental à jouer, qu'elle soit parentale ou scolaire. C'est seulement grâce à elle que les jeunes peuvent espérer devenir responsables et apprendre à respecter l'autre dans sa différence.

A S.O.S Amitié, nous le savons bien, les appels liés à la sexualité, au-delà d'être multiples, sont d'origine extrêmement diverse : parents inquiets pour leurs enfants, couples chez qui le désir s'est éteint, homosexuels victimes des sarcasmes de leur entourage, etc. Il y a aussi les pervers, ceux que l'on appelle les « phonophiles », désireux d'associer les écoutants à leur déviance, de leur faire partager leurs fantasmes. Et là aussi on voit bien que l'éducation sexuelle, en apprenant aux jeunes à donner du sens à la rencontre amoureuse et à ne pas considérer l'autre comme un objet, a une mission capitale. Si l'amour est étroitement lié à la sexualité l'inverse, en effet, est aussi vrai.

Si notre rôle d'écouter à S.O.S Amitié n'est pas de donner des conseils aux appelants il ne nous interdit pas en revanche, au nom de cette nécessaire empathie dont nous nous réclamons, d'essayer de comprendre ce qui motive leur appel. C'est ce qui explique le choix du dossier de ce numéro qui n'a d'autres prétentions que de lever un coin du voile sur l'écoute et la sexualité et ainsi d'apporter quelques lumières dans nos postes. En toute humilité. ■

*Lever un coin  
du voile sur  
l'écoute et la  
sexualité.*

# Dossier

Aujourd'hui, le sexe est présent partout : du petit au grand écran, des abris web au cœur d'une gaypride, des pages glacées des magazines au virtuel, Internet. L'époque où la vision du genou d'une speakerine choquait la moitié de la France est bel et bien révolue. Paradoxalement, parler de sa sexualité reste toujours aussi difficile... Est-ce uniquement un problème de mots, ou est-ce dû à l'absence de normes qui rend chacun plus vulnérable au regard des autres ?

# Sexualité(s)

- 05 Scanner d'une consultation chez un médecin sexologue
- 08 Qui se cache derrière le sexologue ?
- 10 Le sexe au régime sec
- 12 Sexualité dans les contes de fées
- 15 Question de mots – Minorités
- 16 Couleurs Gaies
- 18 Préparation à la vie affective, sexuelle et parentale
- 21 Ecoute et sexualité
- 21 Je suis rentrée souriante auprès de mes enfants...

# SCANNER D'UNE CONSULTATION CHEZ UN MÉDECIN SEXOLOGUE

Interview du Dr André Podevin, sexologue, Directeur du Centre de Planification au C.H d'Arras.

*Autrefois sujet « tabou », au sein des familles, l'ouverture de cabinets permet à toute personne adulte ou non de consulter. Quelle population rencontrez-vous ?*

La sexologie médicale, dans mon domaine d'intervention, correspond en fait à ma volonté personnelle du médecin que je suis d'entendre la souffrance des gens au niveau de leur sexualité. Bien évidemment, la sexualité ne fait pas tout dans la vie mais une sexualité difficile, douloureuse, voire impossible peut perturber profondément la vie adulte de chacun. C'est donc ce qui est moteur chez moi, la prise en compte de la souffrance psychologique voire physique dans le domaine de la sexualité.

Nous recevons des hommes, des femmes, des couples, des jeunes, des moins jeunes, toute personne qui estime avoir une difficulté sexuelle ou avoir une attente non satisfaite, une frustration, une recherche, une quête par rapport à une meilleure qualité de vie avec notamment une meilleure qualité de vie sexuelle. Donc, c'est bien dans ce domaine-là que le sexologue intervient. Il écoute, il enquête parfois pour essayer de trouver les causes, les mécanismes qui aboutissent à ce genre de situation. C'est un véritable travail de médecin avec presque systématiquement un examen médical, des examens complémentaires à la recherche d'anomalies complétés par un questionnement important sur ce qui leur est arrivé, comme maladie, comme accident de vie, comme événement dramatique. Tout cela contribue à donner une meilleure évaluation de la sexualité des patients et si évaluation il y a, en général on arrive plus facilement à trouver en commun les moyens d'y remédier. On est dans un domaine de consultation approfondie en général assez longue, qui permet l'évaluation en terme de qualité de vie et en termes de ce que j'appelle les 3 dimensions : la dimension sexuelle avec la bonne santé de notre appareil sexuel, psychologique avec la bonne santé de



notre mental, relationnelle avec la bonne santé de la communication avec notre partenaire.

Les patients viennent chez le sexologue comme ils le souhaitent. Il est hors de question de mon point de vue d'y mettre des conditions, même si à une époque il était recommandé de venir en couple. Le sexologue respecte la demande : seul,

accompagné, en couple, chacun choisit. Il arrive assez souvent que le sexologue puisse demander à une personne de venir avec son partenaire ou conjoint, ou à l'inverse, souhaiter rencontrer chacun des deux partenaires séparément toujours dans un véritable travail d'évaluation des troubles qui sont le moteur de la consultation. Donc il y a une grande mo- ●●●



••• bilité. C'est ainsi que l'on peut bâtir un véritable projet thérapeutique avec le patient, ou avec le couple, en fonction de ce que nous pensons pouvoir donner comme aide dans ce domaine-là.

Comme sexologue « homme », bien évidemment, je reçois de façon majoritaire 60 à 65% d'hommes et 30% de femmes. Mes collègues sexologues « Femmes » ont la proportion inverse de consultation. Ce qui me paraît tout à fait logique. Mais on sait aussi que certaines femmes ne supportent pas d'aller voir une sexologue comme certains hommes ne supportent pas l'idée de consulter un sexologue masculin. Tout est possible. On pourrait aussi prendre le temps d'analyser ce constat pour savoir ce à quoi cela correspond.

Tous les âges sont concernés, le plus jeune dans ma clientèle avait 13 ans ; il se préoccupait de savoir s'il n'était pas homosexuel. Le plus âgé avait 85 ans, il venait de tomber amoureux et voulait savoir si quelque chose était encore possible avec sa nouvelle amie alors qu'il était veuf depuis quelques années. 13 ans - 85 ans, bel éventail !

La grande majorité des patients se situe autour de 45 à 50 ans, donc le milieu de vie en quelque sorte, là où beaucoup de gens font le point sur leur vie sexuelle et amoureuse en même temps qu'ils font le point sur leur vie familiale et professionnelle.

### *Sans trahir le secret médical, quels sont les principaux motifs de consultation ?*

Les motifs de consultation les mieux repérés actuellement peuvent être classés en troubles sexuels masculins et troubles sexuels féminins.

Les troubles sexuels masculins se répartissent en 3 groupes à peu près égaux : les troubles de l'éjaculation (beaucoup trop rapide, prématurée ou précoce) sont les plus importants ; des troubles de l'érection qu'on appelait jadis l'impuissance (érection qui ne tient pas, qui ne vient plus, qui s'effondre, tout est possible) et le 3ème groupe, un peu hétérogène, dans lequel on trouve maintenant, de manière assez importante, les troubles concernant le désir (trouble de la libido) qui sont en train de prendre de plus en plus de place. Il n'y a plus de journée de consultation sans troubles de la libido chez l'homme « *je n'ai plus envie* » et puis après, de



DR

manière un peu moins importante, ce que nous appelons les dispareunies, les troubles sexuels douloureux (érection douloureuse, rapport sexuel douloureux). On a ainsi balayé la quasi-totalité des motifs de consultation chez les hommes. Il existe toutefois des motifs plus rares, plus exceptionnels.

Si on se tourne vers nos compagnes, les troubles sexuels les plus fréquents sont essentiellement, au moins une fois sur deux, les troubles du désir. Ces dames n'ont plus envie, plus jamais, n'ont jamais eu, n'ont plus (la moitié des consultations). L'autre moitié va représenter là aussi un groupe un peu hétérogène : difficulté à ressentir un orgasme, douleur au rapport sexuel, voire impossibilité d'avoir un rapport sexuel (vaginisme). Ce genre de difficultés tourne autour de certains événements de vie que sont par exemple, la ménopause, l'hystérectomie, l'interruption de grossesse, les fausses couches... tous événements de vie porteurs potentiels de troubles sexuels.

Le point commun aussi chez les femmes par rapport aux troubles de la sexualité,

c'est la fréquence dans les antécédents, dans les histoires de ces femmes, de la violence sexuelle, intrafamiliale ou extrafamiliale, violences sexuelles toutes formes confondues, abus, attouchements, incestes, viols avec les séquelles que cela entraîne. La sexualité adulte n'est pas simple.

On peut résumer ainsi la quasi-totalité des motifs de consultation chez les sexologues, hommes ou femmes

Se présentent aussi quelques jeunes hommes pour lesquels la sexualité n'est pas forcément bien établie en terme de genre (homosexuel ou pas). En général ce n'est pas pour eux qu'ils consultent, parce qu'ils savent très bien quelle orientation ils ont depuis toujours, mais sur l'angoisse de leurs parents venant de se rendre compte de l'homosexualité de leur enfant. C'est toujours un événement de vie douloureux devant lequel les parents sont généralement désemparés

### *Où se situent les pervers ?*

C'est un chapitre que je mets à part parce que je me demande si cela concerne •••

••• la sexualité, Pour moi, la perversion c'est le domaine de la psychopathologie lourde, donc des perturbations dans la construction psychologique du patient très précoce. Cette perversion qu'on appelle sexuelle, est plutôt du style perversion avec une expression de la sexualité qui pose problème à tout le monde et qui n'est pas sans poser d'énormes difficultés. La médecine a ses limites et la psychiatrie faisant partie de la médecine a bien du mal à répondre à ces pervers en termes de prise en charge, en termes de protection de la population et en termes de souffrance. Mais est-ce qu'un pervers souffre ?... Je laisse la question ouverte.

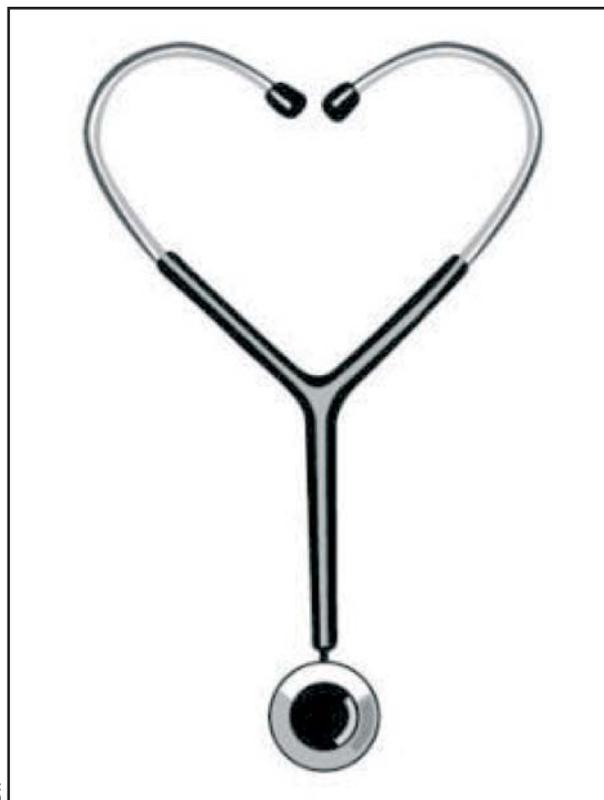
Ces perversions que l'on appelle sexuelles demeurent un problème majeur. Nous, les sexologues, les voyons peu. Il n'y a pas de plainte, les gens ne souffrent pas ! Par ailleurs ils ont une contrainte importante quand ils sont sous le coup d'un mandat judiciaire avec « obligation de soin ». Ils ont l'obligation de rencontrer un professionnel de santé qui ne doit pas être, à mon avis, un sexologue, mais plus un psychiatre. Il m'est arrivé de prendre en charge ce type de patient avec toutes les difficultés que cela engendre. Je le vis, en général, avec une grande déception par rapport à une évolution psychologique. Je les mets à part parce que ce n'est pas fréquent et c'est un sujet pour lequel nous ne sommes pas du tout performants. De plus, je ne mets pas la perversion sexuelle dans le domaine de la sexualité. Peut-être une manière de « botter en touche » comme on peut dire.

#### *A quelle référence sexuelle se réfère un patient quand il vient vous consulter ?*

Dans le domaine de la sexualité, une question récurrente infiltre presque toutes les consultations, c'est le domaine de la normalité. Bien malin qui peut dire s'il a une sexualité normale ou pas normale ; je pense qu'il n'y en a pas. La sexualité est une école de liberté, liberté de tout un chacun, avec les limites de la liberté de l'autre. Mais cette demande est forte : « *est-ce normal de n'avoir que "autant" de rapports sexuels par jour, semaine..., est-ce normal d'avoir un sexe de telle longueur..., est-ce normal de ne pas sentir... ?* ». La quête de la normalité est renforcée par le travail incessant des médias, qui décrivent effectivement tel type

d'orgasme, tel type de sexe... La quête de la normalité qui est inscrite, un peu, au fond de chacun d'entre nous, trouve son écho dans les médias et sur Internet et les consultants ont du mal à se détacher de cette normalité pour pouvoir s'accepter tels qu'ils sont en tant que personne relationnelle avec un partenaire. C'est un sujet difficile. Je pense que l'imaginaire doit prendre une place importante et la normalité démolit, en quelque sorte, cet imaginaire. Notre imaginaire est « bête » et il faut éviter ce qui stérilise notre capacité à fantasmer.

• La sexualité nécessite un appareil sexuel en bon état, c'est vrai, il faut s'en occuper, le protéger, éviter qu'il attrape une maladie quelconque, qu'il soit soumis à



des toxiques (alcool, tabac...). Il faut en prendre soin.

• Deuxièmement, il faut avoir une bonne capacité à pouvoir communiquer avec l'autre, quel qu'il soit, masculin, féminin.

• Troisième chose, une bonne capacité à fantasmer. La sexualité ne pourra s'épanouir au long cours que si notre « grenier à fantasmes » est bien garni !

En 2006, on a un peu tendance à vouloir normaliser cet imaginaire, et, de mon point de vue, le monde des fantasmes s'appauvrit au fil des années, tout simple-

ment parce que l'on est inondé d'images. Un imaginaire nous est proposé, voire imposé, un imaginaire « tout fait » qui ne nous permet pas d'aller très loin dans la relation avec l'autre.

Les jeunes ayant comme référentiel la pornographie se demandent toujours « *comment se fait-il que ma compagne...?* » Un imaginaire castré est en route avec une volonté d'imposer un mode pornographique, c'est-à-dire le mode génital où l'autre est réduit à un objet sexuel. Les jeunes adolescents découvrent très souvent la sexualité ou les premiers rapports sexuels à travers une vidéo pornographique qu'ils vont en général se prêter les uns aux autres, piocher dans la filmographie familiale ou sur Internet. Cette sexualité pornographique mise en avant ne permet pas aux ados de pouvoir imaginer leur propre sexualité, donc la chance d'imaginer leur propre relation sexuelle.

#### *En conclusion, comment initier un jeune à la sexualité ?*

Y a-t-il nécessité de faire une éducation sexuelle ? J'avoue que j'ai un peu de mal à y répondre. J'ai beaucoup de difficultés là où j'en suis de mon parcours à proposer une éducation sexuelle parce que : que doit-on leur raconter ?

Je pense que tout ne se joue pas au moment de l'émergence de la sexualité pulsionnelle autour de l'adolescence mais que tout se joue bien avant. Les enfants vont être élevés par leurs parents et la manière dont ils vont repérer le témoignage de vie et principalement leur qualité de vie amoureuse me paraît importante.

Est-ce que les parents sont concernés par l'éducation sexuelle ? En-dehors du fait qu'ils doivent témoigner effectivement qu'ils sont des parents amoureux, je pense que les parents n'ont pas grand-chose à donner comme information. Cette information est quelque chose qui va les concerner eux plus que leurs ados. Il faut donc proposer aux ados d'aller trouver l'information ailleurs. D'ailleurs on n'a pas à leur proposer, ils la trouvent parce que l'adolescent est par nature curieux ! La source des informations est essentiellement groupale, ils se refilent les informations et Internet intervient de manière importante.



••• Je pense utile de proposer des structures plus ou moins anonymes, plus ou moins confidentielles, permettant aux jeunes d'aller poser une question un certain jour, revenir poser une autre question un autre jour. Notre travail en terme d'éducation à la sexualité n'est pas de donner aux gens un éventail de la sexualité mais de répondre à la question du moment.

Notre propos est bien de leur donner effectivement les moyens de trouver un sens à la rencontre avec l'autre dans le domaine de la sexualité et, pourquoi pas, en termes de choix, en termes de libertés, en termes de responsabilités. A propos de la protection, on peut parler de la connaissance et du respect de l'autre et de sa liberté.

Si on faisait cela pour tout le monde, la sexualité adulte serait déjà plus heureuse. On a trop souvent manqué d'éducation sexuelle par le passé et si l'on pouvait donner à nos jeunes la capacité de pouvoir acquérir assez rapidement une véritable culture de la différence, du respect, de la responsabilité, nous aurions déjà bien travaillé. Les jeunes nous le disent. Quand on leur demande « quelles sont les bonnes conditions pour que cela se passe bien ? », ils réclament toujours de l'amour. Les garçons vont me raconter effectivement qu'ils ont vu telle chose, telle position, telle pratique mais au fond, on sent très bien que beaucoup et dans leur très grande majorité cherchent une véritable relation intime.

La véritable éducation sexuelle fait partie de l'éducation à la vie, c'est une fonction vitale comme le reste. Il faut prendre soin de sa sexualité, les médecins sont en train d'en prendre conscience.

Les témoignages de nous, adultes, à travers notre sexualité, restent très importants et malheureusement déviants quand on leur parle de viols, d'incestes... Quelles images donnent les adultes de leur sexualité ?

La sexualité reste une expérience de vie très riche, très forte ; cela se travaille, cela se prépare, mais est-ce qu'on peut acquérir une véritable compétence en amour et en sexualité ? Oui, c'est possible ! ■

**Propos recueillis par Annie MASSET**

Comité de rédaction

# QUI SE CACHE DERRIÈRE LE SEXOLOGUE ?

Interview du Dr PODEVIN, médecin sexologue

*Depuis quand la spécialité de « sexologue » est-elle reconnue et comment se forme-t-on à cette discipline ?*

Les premières écoles de sexologie remontent à la fin du XIX<sup>ème</sup> siècle en Allemagne et c'est du côté de Berlin qu'il faut retrouver les traces des premiers grands instituts de sexologie. La sexologie a été mise en place à partir de la psychiatrie qui étudiait notamment les cas de perversion sexuelle. L'arrivée du fascisme en Allemagne, à partir des années 30, mit fin à la recherche. Tous les écrits furent brûlés ainsi que l'Institut de Sexologie de Berlin.

La sexologie réapparut aux Etats Unis dans les années 50, suite à une enquête réalisée par le sociologue Alfred KINSEY (1894-1956). Il s'agit d'une première étude sur les habitudes relationnelles des américains à qui il fit prendre conscience de leur comportement sexuel. Cette enquête fut très révélatrice de beaucoup de comportements inattendus.

A la suite de Kinsey, survint la publication des études faites par le couple William H. MASTERS et Virginia E. JOHNSON dans les années 60, ce que l'on considère à l'heure actuelle comme le point de départ de la sexologie moderne, même si elle existe depuis plus de 60 ans maintenant.

De par leurs travaux, MASTERS et JOHNSON ont inauguré une prise en



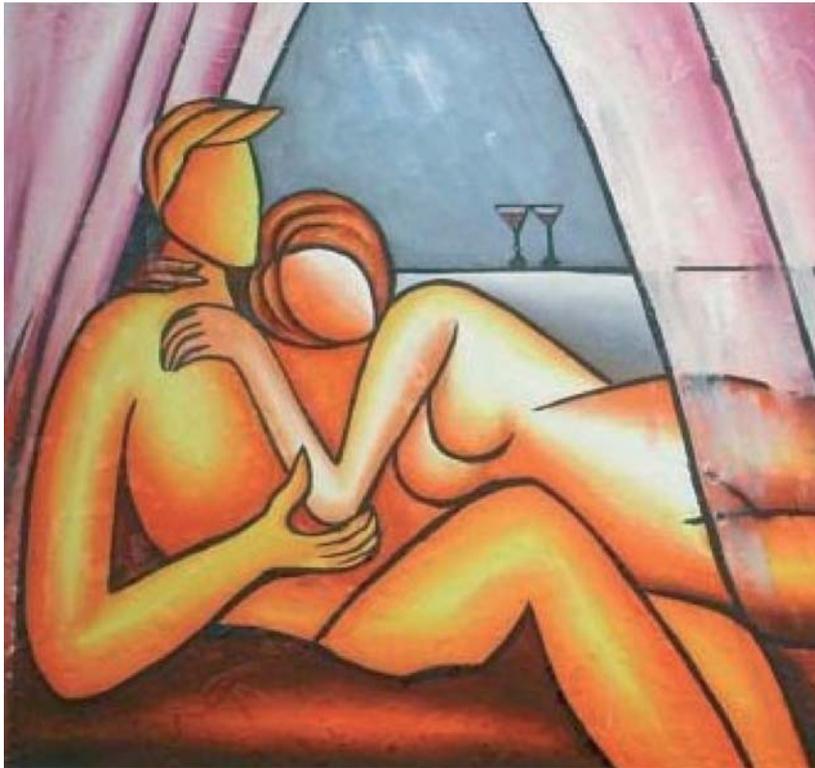
charge des troubles sexuels centrée sur le couple. Ce fut une véritable révolution pour l'époque. Ils ont eu leur heure de gloire même si tout cela est maintenant remis en question.

En Europe et plus spécifiquement en France, un peu après les années 70, plusieurs médecins de spécialités différentes se sont positionnés sur le créneau de la sexualité et l'un d'eux fut même le premier président de l'Association Mondiale de la Sexologie (WAS), à l'origine avec d'autres collègues de la sexologie française. Le premier congrès mondial de sexologie eut lieu en France, à Paris, en 1974.

On peut, de manière très schématique et simpliste, donner cette date comme point de départ de la Sexologie française. A la suite de cela, la création de la Société Française de Sexologie Clinique a permis aux professionnels (essentiellement des médecins) de se former progressivement à l'approche médicale, médico-sociale et médico-psychologique de la sexualité avec comme base essentielle la consultation médicale.

Sont donc issus de cette société française des médecins avec la spécialité de « sexologue ». Cela me permet de signaler une contradiction très néfaste pour la profession. Le qualificatif de « sexologue » n'est pas une appellation contrôlée ce qui veut dire que, demain matin, n'importe qui peut poser sa plaque de sexologue et personne ne pourra trouver à redire.

C'est dans l'idée de contrôler ces pratiques hasardeuses que le milieu universitaire a voulu réinvestir sur le champ médical, par la création de l'Association Inter-Hospitalo Universitaire de Sexologie (AIHUS) et avec la création de diplômes universitaires de sexologie médicale. Ces diplômes sont délivrés dans quelques universités françaises et aussi à Genève et ce pour des médecins essentiellement compétents en matière de sexologie médicale. Ce diplôme est devenu un peu à la fois diplôme interuniversitaire, ce qui a permis d'uniformiser la formation •••



DR

••• des médecins à travers toute la France par un programme commun, et un examen commun national qualifiant. Seuls les titulaires de ce diplôme sont maintenant reconnus médecins sexologues.

Le Conseil de l'Ordre des Médecins s'est aussi intéressé à cette pratique et dès 1997 a autorisé les médecins sexologues (titulaires du DIU) à en faire état sur leur plaque et sur leur ordonnance. On a donc clarifié un peu le sujet, mais, ce qui est paradoxal, le mot sexologue n'est toujours pas quant à lui protégé, ni contrôlé. Des psychologues ou autres praticiens sans aucune formation médicale peuvent donc prétendre au même titre. Je laisse à chacun le soin d'apprécier le flou dans lequel on se situe.

La sexologie médicale est un peu à l'interface de beaucoup de spécialités. Je pense que pour être sexologue, il me paraît y avoir la nécessité d'une formation médicale de base générale avec des connaissances assez spécifiques dans le domaine gynécologique, urologique, psychologique, dans le domaine aussi de la pathologie de la communication. De nombreux sexologues font aussi référence, en plus du support d'origine essentiellement psychologique, à la psychanalyse. C'est une formation assez longue mais cette formation psychanalytique personnelle est bienvenue voire souhaitée mais non obligatoire.

Actuellement la sexologie médicale n'est pas très répandue en France mais, dans le milieu médical, beaucoup de médecins, psychiatres, urologues, endocrinologues, gynécologues consultent en sexologie. Les sexologues exerçant à temps plein cette spécialité, en France, sont très peu nombreux. Rémunérés de manière assez modeste, beaucoup de ces praticiens exercent hors du système conventionnel pour pouvoir assurer une rémunération à la hauteur de leur prestation. Vous trouverez des médecins en « secteur 2 à honoraires libres » ou alors en « secteur non conventionné » pour lesquels les gens ne peuvent obtenir aucun remboursement de leur acte médical.

C'est un métier passionnant, un métier qui demande beaucoup de temps, une formation longue et continue, et qui ne peut s'exercer dans le cadre habituel d'une simple consultation médicale.

#### *Quel rôle ont joué les médias dans votre profession ?*

La pratique sexologique a fortement évolué et l'on peut tirer un grand coup de chapeau aux médias mais aussi à l'industrie pharmaceutique.

Les médias ont fait un gros travail d'information même s'il apparaît, en parallèle, une grande dimension de désinformation manifeste, mais ils mettent à notre disposition un panel d'informations sérieuses.

Je vais inclure dedans bien entendu le dernier en date, Internet, qui permet à toute personne de se rendre compte que son problème existe et qu'elle n'est pas seule à le vivre. Des forums, des informations, des réponses aux questions posées, des sites, des adresses de sexologues reconnus par la profession, tout cela permet effectivement pour tout un chacun d'aborder un peu mieux sa sexualité.

D'autre part, l'industrie pharmaceutique a fait d'énormes progrès, même si on la critique en disant que nous sommes de gros consommateurs de médicaments. Je rappelle que le Viagra® sorti le 15 octobre 98 à 9 heures du matin (attaqué par une précampagne américaine sujette à caution) a permis aussi de libérer la parole par rapport à ces troubles. Il est vrai que les gens se sont rendus compte que l'on avait à notre disposition des médicaments très actifs et très utiles. Cela a permis à beaucoup de patients-hommes et quelquefois aux épouses d'encourager leur compagnon à consulter pour des troubles sexuels.

Une bonne nouvelle, l'industrie pharmaceutique propose désormais des alternatives thérapeutiques fortes et efficaces qui devraient nous rendre assez sereins par rapport à l'avenir mais attention, j'ai envie de dire, la sexualité ne se résume pas à un médicament. Je crois nécessaire de répéter que dans la sexualité il y a 3 dimensions : physique, psychologique et relationnelle et sorti de cela on n'aborde pas vraiment le problème de la difficulté dans sa globalité.

Donc merci aux médias, merci à Internet, merci à l'industrie pharmaceutique. Les choses ont bien changé. Les gens consultent relativement facilement. Les professionnels de santé sont maintenant de mieux en mieux formés à l'écoute de ces troubles et éventuellement à la prise en charge ou tout au moins à l'envoi vers un correspondant sexologue. Les choses évoluent bien.

La fonction sexuelle est devenue maintenant une fonction comme une autre et on accepte assez facilement d'aller consulter un sexologue même si cela reste extrêmement stressant de parler de ses problèmes sexuels. ■

**Propos recueillis par Annie MASSET**

Comité de rédaction



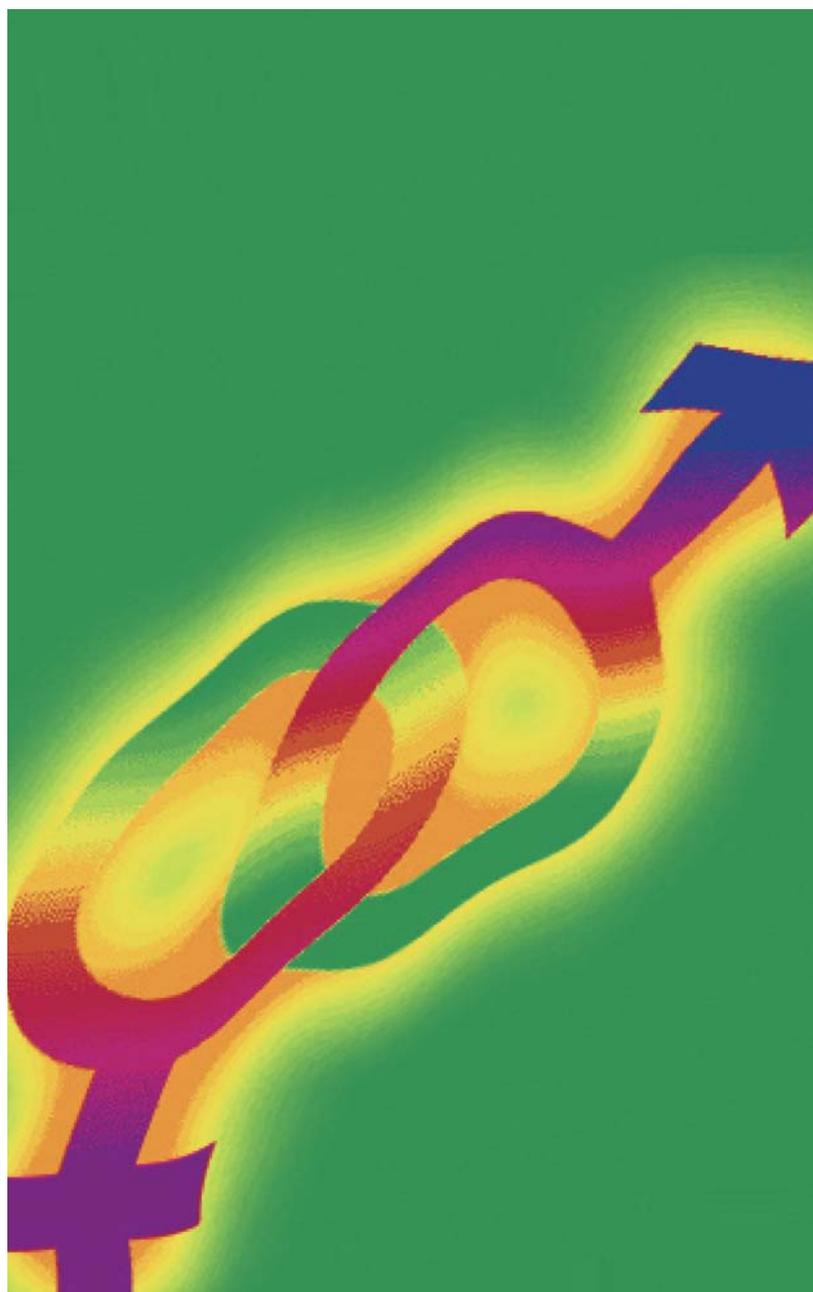
## LE SEXE AU RÉGIME SEC

Aux Etats-Unis ils revendiquent leur « asexualité », tandis qu'en France ils préfèrent parler « d'abstinence ». En réalité ces deux définitions recourent une même réalité : la non-sexualité d'un nombre de plus en plus important d'individus, seuls ou en couple. Une véritable révolution silencieuse dans une société du « devoir jouir ».

Ce phénomène prend en effet de plus en plus d'ampleur, même si les chiffres en la matière sont quasiment inexistant, les couples qui ne font pas l'amour ou qui ne l'ont jamais fait n'ayant aucune raison d'en parler. Les dernières statistiques en ce domaine remontent à près de quinze ans à travers une analyse des comportements sexuels en France. A cette époque celle-ci révélait que 6,2% des hommes et 12,4 % des femmes ne faisaient jamais l'amour. Il sera intéressant de voir les résultats de la prochaine enquête prévue pour 2007. Alors peut-on parler d'un anti-ordre ? d'une contre-expérience ? Une chose est certaine à l'heure où l'invitation au sexe est présente partout, à la télévision, dans les campagnes d'affichage, sur nos écrans de cinéma et dans les magazines, ce « mouvement » surprend, dérange. Au point d'y voir là une certaine provocation. Comme pour pas mal d'autres sujets, ce phénomène a pris naissance aux Etats-Unis, lorsque David Jay, 22 ans, créa le site Aven\* avec pour objectif de réunir tous ceux qui comme lui, vierges, ou pas, n'avaient aucun goût pour le sexe. A quelque temps de là son initiative fut reprise par une jeune artiste hollandaise qui préféra pour sa part publier un ouvrage au titre iconoclaste « L'Amour sans le faire »\*\* . En se proclamant « non libidoïste » la jeune femme allait même plus loin que l'asexualité. En clair elle « confessait » n'avoir jamais senti le moindre frémissement sexuel.

### Acte délibéré ou accidentel ?

Depuis lors quelques émules ont pris le relais ici en France sans toutefois semble-il entraîner dans leur sillage un grand nombre d'adeptes. Il y a bien sûr, et ce n'est pas nouveau, les personnes engagées dans une voie spirituelle qui recommande l'abstinence dans le but de préserver leur énergie à des fins plus élevées. Mais il n'y a pas que le refus commandé par une dimension philosophique. Il y a aussi la cohorte des céli-



bataires qui n'ont pas retrouvé de compagnons ou de compagnes et qui parfois doivent patienter plusieurs mois, quand cela ne se chiffre pas en nombre d'années, avant d'espérer avoir à nouveau des relations sexuelles. Et sur ce point le speed dating ou les sites de rencontre ne permettent pas toujours, semble-t-il, de trouver le partenaire idéal. Il y a encore ceux ou celles qui sont excédés de devoir toujours être au top niveau et que

cette exigence de performance finit par décourager de manière provisoire ou définitive. Bref les raisons sont aussi multiples que diverses qui expliqueraient cette « grève de l'amour ». Il convient donc de faire le distinguo entre ceux et celles pour qui c'est là un acte volontaire, une décision délibérée de ceux et celles pour qui cela relève d'un fait accidentel, ponctuel ou de la recherche d'une fréquence plus tranquille. ●●●

### ... Anorexie et asexualité

Jean-Philippe de Tonnac, journaliste et écrivain a publié au printemps dernier « La Révolution Asexuelle. Ne plus faire l'amour, un phénomène de société »\*\*\*. Pour lui plusieurs explications peuvent

pas » et dans l'autre « ceux qui ne font pas l'amour ». Au cours de son enquête et de ses rencontres avec des sexologues, des urologues, des andrologues et des gynécologues, Jean-Philippe de Tonnac est allé de découverte en découverte ce qui

en tout cas ce que semblait dire Bransens qui chantait « *Quatre-vingt-quinze fois sur cent, la femme s'emmerde en baisant* ». Pour en revenir à notre jeune américain de 22 printemps, convenons qu'il faut un certain courage pour avouer à ses parents ou à ses copains qu'on n'est pas intéressé par le sexe à une époque où les médias se font les chantres d'un érotisme torride. Force est de constater, qu'à côté des hétéros, des homos, des bi, les asexuels présentent un nouveau genre. De là, à l'image des médias, considérés comme le quatrième pouvoir, voir à travers eux « le quatrième sexe » il n'y a qu'un pas... A moins qu'il ne s'agisse là que d'une crise identitaire, une de plus, passagère. Le renoncement à assouvir ses pulsions sexuelles ne serait alors qu'une sorte « d'hibernation ». Il se peut aussi que l'abstinence ne signifie pas « l'absence de faim, mais la faim d'autre chose » ainsi que semble le penser Jean-Philippe de Tonnac. Cela se rapprocherait alors de l'attitude religieuse des moines pour qui l'abstinence représente une forme de liberté.

### Asexuels et bêtes de sexe

Si l'on se reporte à certaines enquêtes l'asexualité serait donc aujourd'hui un phénomène en expansion. Et cependant paradoxalement s'éclater au lit est aussi devenu aujourd'hui la nouvelle norme. Les femmes en particulier sont sommées d'aimer ça faute de quoi elles passent pour être frigides. Mieux vaut donner l'impression d'être une nympho qu'une coincée ! Et si l'injonction à prendre du plaisir est de plus en plus forte c'est sans doute que le sexe est considéré comme une valeur positive après avoir été quelque chose longtemps refoulé... Pourtant à croire certains psychanalystes et autres sexothérapeutes, le sexe n'aurait jamais autant intéressé les gens qu'aujourd'hui, en particulier les trentenaires. Que faut-il en penser ? Tout comme hier il y eut le débat des « anciens » et des « modernes », qui sait si aujourd'hui ne s'ouvre pas un autre type de débat, cette fois entre les « asexuels » et les bêtes de sexe. ■

Jean-Yves DUVAL

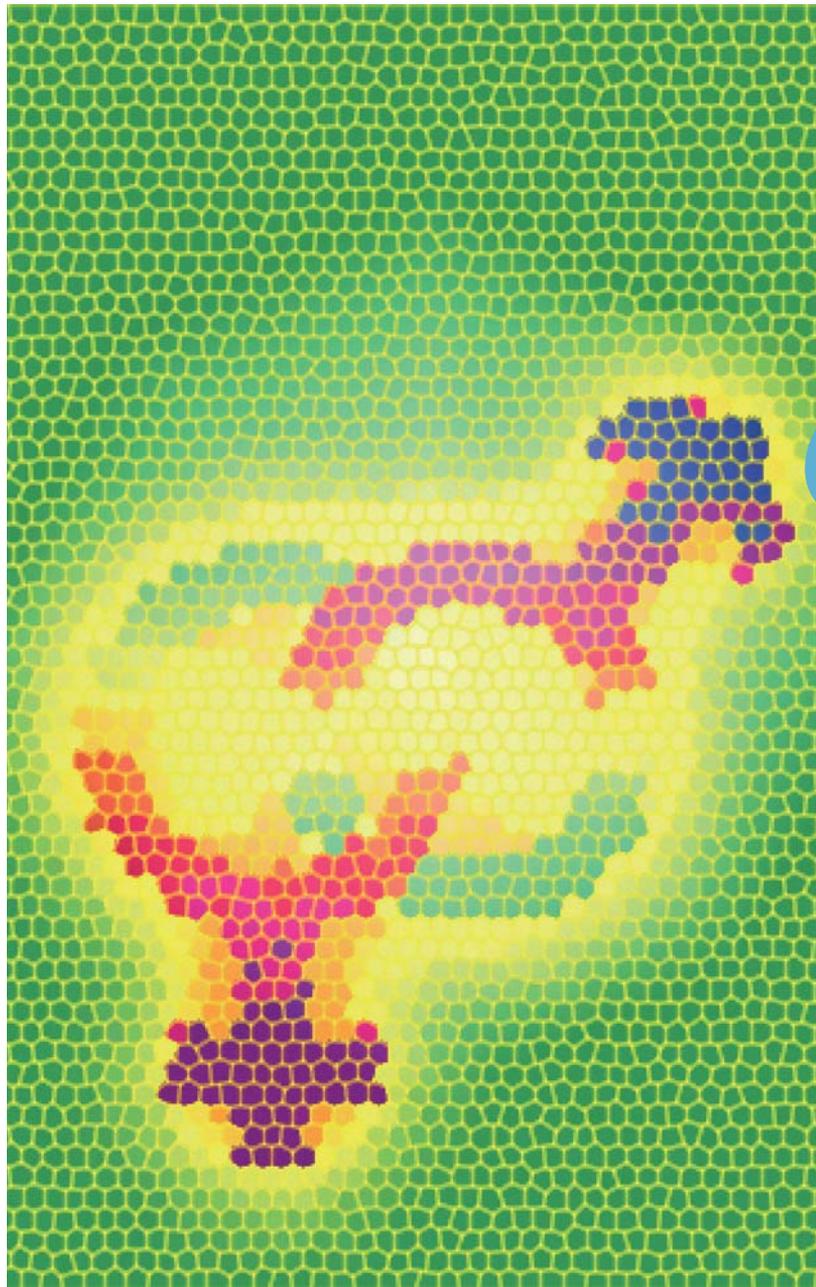
\* Asexual Visibility and Education Network – site :

[www.asexuality.org](http://www.asexuality.org)

\*\* Editions Favre

\*\*\* Editions Albin Michel

Les asexuels seraient-ils un quatrième genre ?



être à l'origine de cette révolution silencieuse : le dégoût de la chair, la crainte d'être déçu, la déception, l'inhibition, la ferveur religieuse ou le désir de faire une pause. En effet on ne refuse pas son corps à l'autre sans raison. Le journaliste, qui voici un an avait publié « Anorexia, enquête sur l'expérience de la faim » ose une comparaison, que certains jugeront peut-être audacieuse, avec l'anorexie. Dans un cas il y a « ceux qui ne mangent

l'amène aujourd'hui à dire « *que tout se passe comme si la sexualité rendue libre, affranchie de la pudibonderie et même valorisée dans ses pratiques transgressives, nous était de moins en moins accessible* ». De l'avis de certains sexologues l'une des conséquences de la révolution sexuelle serait même que la femme n'est plus la seule à simuler. Alors finis l'extase et l'accès au plaisir ? L'heure serait-elle désormais aux rapports ennuyeux ? C'est



## SEXUALITÉ DANS LES CONTES DE FÉES

« Il était une fois... » des contes de fées qui ont bercé des générations d'enfants. Ils les ont tant et tant passionnés, que de nombreux historiens, psychanalystes et scientifiques se sont attachés à analyser ce phénomène. Ils ont pénétré les contes de fées et se sont laissé enchanter. Il en a résulté une littérature (aussi abondante que les contes eux-mêmes), où, s'il y a polémique, elle réside toujours dans la conception « erronée » d'un autre chercheur, mais jamais dans l'intérêt captivant qu'offre ces récits pour la structuration de la personnalité du jeune enfant, voire de l'adolescent et même de l'adulte !

Transmis à la fois par une tradition orale et populaire, et par des livres, somptueusement illustrés, ils restent aujourd'hui encore une valeur sûre, un incontournable trésor. Souvent, c'est à la tombée du jour que nous les avons nous-mêmes découverts, lorsque les persiennes étaient closes, que le silence s'installait, que l'âtre rougeoyait, que l'endormissement n'était plus très loin, qu'un parent aimé s'asseyait sur le bord du lit. Quelque chose alors semblait s'ouvrir plus profondément à l'appréhension et à la compréhension. Mais ces histoires abracadabrantes de « héros de papier », selon l'expression de Roland Barthes, ces récits de princesses, de loup, d'ogres et de confiture ont-ils quelque chose à voir avec la sexualité ? Et quoi ? Et pourquoi ? Et puis toutes ces divagations monstrueuses de sorcières, de nains, de parents maltraitants, quelles influences peuvent-elles avoir sur de tendres bambins ?



### Paysans et psychanalystes dans le même panier

Une fois de plus, on peut d'ores et déjà faire confiance à la sagesse populaire : si le succès se perpétue depuis la nuit des temps, ce n'est pas pour rien. Aucun paysan du Moyen Âge n'a consulté les psychanalystes ni les structuralistes pour comprendre instinctivement que ces histoires avaient une réelle utilité dans le développement intellectuel et affectif de leur enfant. La meilleure raison était qu'ils en avaient fait eux-mêmes l'expérience et, avant eux, leurs parents et grands-parents. « On récolte ce que l'on sème », pourraient dire de concert un petit Poucet et un paysan. Il faut dire que les enfants ne s'en laissent pas conter (qu'un), et en redemandent : nous avons tous connu de ces petits auditeurs insatiables (nous-mêmes ?) qui, sitôt achevée l'his-

La peur de la mort, la recherche de l'amour

toire racontée 100 fois, demandent dans un imperturbable murmure : « encore ! ». Le pédopsychiatre Bruno Bettelheim, auteur du célèbre « Psychanalyse des contes de fées » écrivait : « J'ai connu des parents qui, entendant leurs enfants dire : « j'aime bien cette histoire », après leur avoir raconté un conte de fées, s'empressaient d'en chercher un différent, espérant augmenter ainsi son plaisir. Mais ce n'est qu'après avoir écouté de multiples fois le même conte, après avoir eu le temps de s'attarder sur lui, que l'enfant sera à même d'en profiter pleinement ». Dans une préface, le très médiatique psychanalyste Gérard Miller indiquait : « Les sorcières et les ogres, Bettelheim les trouvait d'excellents pédagogues. Tout comme les dragons, les loups et autres terreurs pour culottes courtes. Il justifiait ainsi son choix : privez l'enfant des mons-

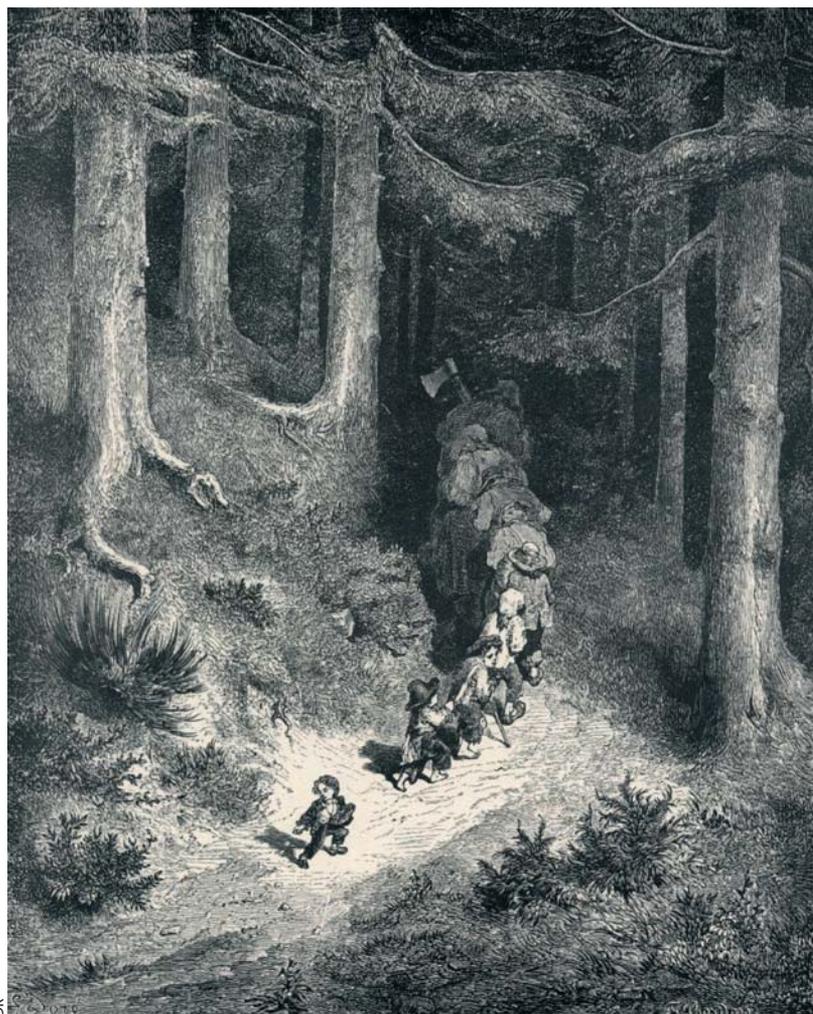
tres dont lui parlent les contes, et vous le livrez pieds et poings liés à ses pires angoisses. Car, qui met à l'index les contes pour en exorciser l'horreur, oublie ce monde familier et féroce « que l'enfant sent en lui, qu'il a peur de découvrir et qui parfois le persécute ». Qu'on le veuille ou non, les chérubins ont des désirs de meurtres, rêvent de couper le monde en 1000 morceaux ! Autant leur préciser qu'ils ne sont pas seuls sur terre à nourrir d'aussi sympathiques pensées... ».

### Le petit chaperon rouge pour l'exemple

Au milieu d'une kyrielle considérable, « Le Petit Chaperon Rouge » reste sans doute l'un des contes les plus célèbres. Comme les autres, il a subi de nombreux avatars au fil des siècles : de la paysannerie française jusqu'à l'œuvre ...

●●● écrite de Perrault, il se développe à nouveau sous forme de tradition orale de l'autre côté du Rhin, pour revenir en France où on avait oublié que c'était dans les foyers paysans de l'Ancien Régime qu'il avait pris sa source. Tout ça pour expliquer que la moindre analyse est, dès le départ, assez compliquée : si l'on parle bien de la même histoire, les détails, eux, peuvent varier d'une façon considérable. D'après Claude Lévi-Strauss, « *il n'y a que des variantes au Petit Chaperon Rouge* », et plus de trente versions différentes sont répertoriées par Paul Delarue dans son « Catalogue raisonné du conte français » (1951) ! À chacun son chaperon et à chacun son loup ! Dans « L'interprétation des contes de fées », François Flahaut indique par exemple que l'issue tragique de la dévoration que l'on connaît écrite par Perrault diffère selon les régions françaises et même en Asie Orientale ! Dans une version nivernaise, par exemple, l'héroïne échappe in extremis à la gueule du loup en... évoquant un « besoin urgent » ! Voici cette fin : « – Oh ! Ma Grand, que j'ai faim d'aller dehors ! – Fais au lit mon enfant ! – Ah non ma Grand, je veux aller dehors. – Bon, mais pas pour longtemps. (Le Bzou, sorte de Loup-garou, lui attacha alors un fil de laine au pied et la laissa aller). *Quand elle fut dehors, elle fixa le bout du fil à un arbre. Le Bzou, impatient, lui criait : – Tu chies donc des cordes ?* ». *Il se jeta hors du lit et s'aperçut que la petite s'était sauvée et ne put la rattraper.* » Et le chercheur de rajouter : « *Dans les contes, qui est au lit n'est jamais seul : le lit y figure un lieu où se joue le rapport à l'autre, un lieu de forte interlocution, un lieu où les complications du désir ont leur place mais non le simple besoin. Ce que le mangeur d'homme a de terrible ici, comme dans les contes d'ogres, c'est qu'en lui se confondent désir et besoin. Plus précisément le désir en ce qu'il a d'inconditionnel et d'illimité pèse sur le mangeur d'homme, son avidité exige la consommation immédiate de son objet parce qu'elle n'admet aucune suppléance, aucun semblant, aucune médiation. Il n'y a donc pas à s'étonner si le loup invite l'héroïne à transgresser le partage qui, fondant la notion même de propriété, contribue à séparer le besoin du désir (on est d'abord propre pour les autres)* ». Pour Erich Fromm (« Le langage oublié ». Payot 1951), Le Petit Chaperon Rouge il-

Un monde imaginaire pas si irréel que ça



DR

lustre très bien le thème du conflit des principes masculins et féminins que nous trouvons dans la trilogie oedipienne et dans le mythe de la création : « *C'est sans grande difficulté que l'on comprendra la majeure partie du symbolisme de ce conte* ». Pour ce psychanalyste, le velours rouge reste le symbole de la menstruation, « *la petite fille dont on nous conte l'aventure est devenue une femme qui doit maintenant faire face à des problèmes sexuels. Ne pas s'écarter du chemin pour ne pas tomber et briser le pot de beurre, qu'est-ce d'autre qu'une mise en garde contre les dangers du sexe et la perte de virginité ? L'appétit sexuel du loup est aiguë à la vue de la fillette, il essaye de la séduire en l'invitant à regarder alentour et à écouter le chant suave des oiseaux. Le chaperon rouge qui ouvre sur le monde des yeux tout neufs suit l'invite du loup et s'enfonce au plus profond de la forêt* ». Bien sûr, elle essaye de se disculper par un acte de rationalisation : en se disant que sa grand-mère sera ravie qu'elle lui ait cueilli de belles fleurs... Elle

va pourtant être punie et dévorée pour avoir quitté le droit chemin de la Vertu. Pour Fromm, ici, il n'y a pas seulement le thème unique et moralisateur sur le danger de la tentation sexuelle. Comment l'homme et le sexe sont-ils représentés ? Le mâle est décrit comme un animal cruel et rusé, l'acte sexuel est cannibalesque : l'homme dévore la femelle qui, elle, a un autre point de vue sur la question : le sexe est fait d'amour et de jouissance. « *Ne serait-ce pas là, continue Erich Fromm, l'expression de l'antagonisme foncier qui oppose l'homme et l'essence même de la sexualité ?* » A la fin, le loup est puni selon la loi du talion, par où il a péché : en se déguisant en femme, même en vieille femme, il s'est moqué de celles qui ont des germes de vie en elles, qui peuvent avoir des enfants. C'est ainsi que le Chaperon Rouge se venge : en remplissant de pierres, symbole de stérilité, le ventre de l'animal. Le loup alors s'effondre et meurt. Le chasseur, enfin, représente pour Fromm la figure conventionnelle du père qui n'a pas de poids réel et fait ●●●



••• jaillir en pleine lumière le conflit des deux sexes. Il s'agit bien ici de l'histoire du triomphe de la femme.

### Les ingrédients de base pour réussir la recette

Vladimir Propp (1885-1970), folkloriste russe de l'école structuraliste explique dans « Morphologie du conte » (Seuil-1970) que tout conte est régi par un ensemble de paramètres qui se distribuent selon des variables (noms et attributs des personnages) et des constantes (fonctions qu'ils accomplissent). Dans une structure unique, 31 fonctions s'enchaînent selon un ordre immuable (même si toutes les fonctions ne sont pas présentes dans chaque conte). Ainsi, selon son analyse, tout conte se développe à partir d'un méfait initial jusqu'à sa réparation finale.

Il était une fois, jadis, dans un pays très éloigné... Dès le début, rien n'est négligeable et tout est mis en place pour que l'histoire qui va se dérouler n'angoisse pas l'enfant tout en le touchant. Dans ce monde imaginaire, mais pas si irréel que ça, l'enfant va pouvoir exprimer ses fantasmes et ses pensées inconscientes, ses craintes et ses sentiments ambivalents. En particulier vis-à-vis de ses parents. Ici, ils deviennent des personnages terrifiants ou abandonnants, qui le menacent et lui infligent de terribles sévices. L'amour mêlé de haine, l'angoisse, la souffrance, la peur de l'abandon, de la mort, tout est mis en œuvre pour conduire l'enfant à la maîtrise progressive des stades de son développement psychique et l'ouvrir à des valeurs d'amour, d'amitié et de soli-

Les enfants ne s'en laissent pas conter

darité. « *Ils sont pour lui une façon idéale de s'initier à la sexualité* », disait Bettelheim.

La peur de la mort et la recherche de l'amour sont les deux moteurs qui animent tout héros qui vaille la peine. Ces derniers, propulsés dans des lieux qui se révèlent suffisamment explicites : châteaux forts, citadelles imprenables, forêts sombres et denses peuplées d'animaux cruels et d'êtres barbares, vont être mis à dure épreuve. Ces obstacles constituent le nœud de toute intrigue, « *pour qu'il y ait conte de fées, rajoute Bettelheim, il faut qu'il y ait menace. Une menace dirigée contre l'existence physique ou morale du héros* ». Qu'on se rassure, ces épreuves sont toujours surmontées. Pour l'histoire d'amour, cela va de la différence sociale (Fatal et Fortuné) à la laideur (Ricquet à la Houppes), en passant par la monstruosité (La Belle et la Bête), l'inceste (Peau d'Ane), la tentation (Barbe Bleue ou Blanche-Neige)... Mais la pire épreuve reste quand même celle de la mort, à l'instar du Petit Poucet ou de Blanche Neige. La morale de l'histoire serait que « *si l'on affronte fermement les épreuves attendues et souvent injustes, on vient à bout de tous les obstacles et on finit par remporter la victoire* » (Bettelheim).

Les petits enfants peuvent donc bien trembler à l'évocation des ogres tyrans ou pères dévorants, ces derniers ont d'ailleurs fait leurs classes dans les mythologies (Cyclopes combattus par Ulysse, Cronos qui dévore ses enfants). Ces figures seront aussi assimilées à l'image de l'Autre, à la figure terrifiante du Moi sauvage et barbare qui illustre les rapports ambivalents parents/enfants. Entre désirs refoulés, peurs et interdits, on peut retrouver l'amour possessif extrême : je te dévore de baisers. Et... le désordre alimentaire assez à la mode... Quant au nain, il semble représenter une figure ambivalente, non accomplie. Il peut être sympathique (Moi en gestation) ou maléfique (face repoussante de notre personnalité).

Enfin, le personnage principal, c'est le héros. Il va acquérir, tout au long du récit, la possibilité de construire sa vie, de fonder une famille, et de faire des enfants (beaucoup !). Toutes les épreuves qu'il aura traversées tourneront toujours autour des questions de l'identité, de la sexualité et de la propriété. Toute sa volonté sera tournée vers le désir de sortir de l'en-

fance ou de l'adolescence, de découvrir la sexualité, et de terminer logiquement toutes ces aventures par un mariage. Dans tous les cas, c'est en acceptant sa sexualité comme normale et en la pratiquant que les enchantements se dissipent : le sortilège du sommeil s'évapore, la Bête ou le crapaud se transforment en beaux princes, Blanche-Neige se réveille après un « baiser » métaphorique et la difformité de Riquet à la Houppes est effacée par un amour assumé et accepté. Enfin, si l'enfant, ce héros, se révèle être quelquefois encombrant, voire dangereux pour ses parents (Cendrillon, le Petit Poucet, Hans et Gretel), il lui arrive d'être exposé à la tentation incestueuse et au matricide. Si l'inceste ne fait pas l'ombre d'un doute dans Peau d'Ane où le roi décide d'épouser sa fille pour remplacer sa femme morte, il est moins net dans d'autres contes, et pourtant bien présent. Par exemple dans Blanche Neige où, l'âge avançant, la marâtre sent sa beauté remise en cause par la jeune princesse. Le miroir lui renvoie métaphoriquement la perte de sa prééminence dans le royaume et donc dans son couple. L'héroïne a déjà tué sa mère en naissant, en grandissant, elle devient apte à remplacer sa belle-mère. Et à la fin du conte, son mariage donne lieu à des scènes de torture et d'anéantissement de la marâtre. L'inceste est évité mais pas le matricide !

### L'universalité du conte

Par l'universalité de son propos, le conte « parle » à l'enfant, à ce qu'il y a de plus intime en lui, et il en parle de façon symbolique et non explicite. Le conte va lui permettre de structurer sa personnalité, d'accomplir, autant que faire se peut, le chemin qui permet de vaincre ses angoisses et de sortir de son chaos. L'enfant va devoir comprendre que pour vivre dans la communauté des hommes, il faudra renoncer à certains désirs, à des pulsions, au « Principe de plaisir » pour respecter le « Principe de réalité » et les lois fondamentales de la société humaine. « *Aller de la nature à la culture, de l'animalité à l'humanité* ». C'est ce qui est souhaitable ! Un souhait ! On voudrait ne pas rompre l'enchantement et que le souhait se réalise... ■

Caroline HULEU  
Comité de rédaction

## QUESTION DE MOTS – MINORITÉS

Parmi les critères d'adhésion à la Communauté européenne pour les nouveaux états, il y a, entre autres, deux points fondamentaux : le respect des droits de l'homme, et la protection des minorités. Chacun de nos pays, aux histoires anciennes et modernes mouvementées, accueille en effet en son sein des populations différentes par leurs origines, leurs langues, leurs cultures, leurs religions, etc., qui coexistent tant bien que mal, parfois depuis des siècles.

En France, aux extrémités de l'hexagone, les flamands, les alsaciens et lorrains, les niçois, les corses, les provençaux, les catalans, les basques, les bretons, etc., ont conservé certaines de leurs particularités, qui, à leurs yeux, ne sont pas toujours suffisamment reconnues par les autorités centrales ou locales. Plus récemment, les grandes vagues migratoires du XX<sup>ème</sup> siècle, postcoloniales surtout, ont fait venir sur notre sol des travailleurs, puis des familles entières, à la recherche d'un mieux-être économique, dont « l'intégration », sinon la « cohabitation », est difficile... Cependant, dans notre pays, la paix civile est globalement assurée, malgré quelques explosions qui réveillent çà et là les consciences. Souvenons-nous toutefois qu'à quelques centaines de kilomètres de nos frontières, entre 1991 et 2001, une guerre a ensanglanté les Balkans, mosaïque de minorités religieuses, et la situation y est encore bien fragile. Et, au Moyen Orient ainsi qu'en Afrique, des conflits armés se succèdent avec rage, opposant parfois entre eux des frères d'une même croyance. Rappelons-nous aussi et surtout, qu'en Europe, il y a deux générations, une « minorité » fut systématiquement anéantie au nom d'une prétendue infériorité raciale, bouc émissaire de nos propres rivalités... Donc, de par le vaste monde, le respect des droits de l'homme et des minorités ne va jamais de soi...

Il y a aussi une autre acception du terme de « minorité », qui vient se superposer à la précédente, et qui est désormais au cœur de nos sociétés, dans leur recherche de leurs équilibres internes. Il n'est plus seulement question ici de race, de couleur de peau, de foi, ou d'autres singularités bien visibles, mais de réalités plus subtiles, parfois surprenantes. Les femmes, par exemple, ont lutté pour ne plus être des « mineures » juridiques ou politiques, et ont encore du chemin à parcourir vers la « parité » des revenus. De même, les « handicapés », physiques ou mentaux,



se sont vu reconnaître des droits, après de longs siècles de stigmatisation. L'enfant, « mineur » par définition, est également protégé par une législation particulière. Les plus faibles des citoyens ne sont donc plus tout à fait exposés à la loi des plus forts, celle de la jungle... Demeure bien sûr la compétition économique, où les règles sont autres, pour l'instant. Les « sans-abri », les « sans-papiers », les « sans-diplômes », les « sans-emploi » en savent hélas ! quelque chose...

C'est toutefois dans le domaine des mœurs que la notion de « minorité » a pris, depuis quelques années, l'extension la plus large et la plus nouvelle. Si longtemps écrasées sous le poids des non-dits de la honte et de la culpabilité, les « minorités sexuelles » se font maintenant entendre, parfois jusqu'à l'excès. « Homo » et « lesbienne » ne sont plus des injures gratuites – elles sont même punissables par le code pénal, qui sanctionne les discriminations et les harcèlements - mais des orientations assumées publiquement, parfois après bien des épreuves à l'adolescence et à l'âge adulte. L'homosexualité masculine et féminine n'est plus officiellement dénoncée comme « péché », ni « crime », ni « déviance », sauf par quelques nostalgiques d'un ordre ancien, mais simplement reconnue comme l'une des modalités d'expression

de la nature humaine, dont les causes sont profondes et multiples... Doit-elle pour autant être le fondement d'une cellule familiale, et de responsabilités parentales ? Le débat est encore ouvert, et toutes les opinions admises...

Il est en tous cas un symbole qui ne manque pas de force : les pacifistes, les écologistes (ceux par exemple du « Rainbow Warrior », le « Combattant de l'Arc-en-ciel ») et les « gays » se sont choisis depuis quelques décennies, pour illustrer leurs idéaux, le même drapeau. Il est constitué de huit bandes horizontales de toutes les couleurs de l'arc-en-ciel, passant graduellement du clair infrarouge en haut au sombre ultraviolet en bas, comme dans le spectre de la lumière blanche décomposée par un prisme... Est-ce un hasard ? Sûrement pas... En effet, chaque nation peut y reconnaître les siennes, les cinq continents leurs pigmentations de peau, et les options politiques y ont un large éventail pour s'exprimer... Dans les Écritures, l'arc-en-ciel n'est-il pas aussi le signe d'une apparition divine, en tous cas celui de l'espoir d'un ciel bientôt purifié après l'orage ? Un arc-en-ciel stylisé, figure également sur le sigle de nos collègues écoutants de langue allemande, comme un pont entre les hommes, quelles que soient leurs places sur la terre, même très seuls, même très « minoritaires ».

Et nous autres, à S.O.S Amitié, ne disons-nous pas parfois que nous en entendons de « toutes les couleurs », précisément dans le dire souvent chaotique de la sexualité humaine ? Avons-nous une oreille suffisamment attentive au large spectre des minorités de tous ordres, nous qui écoutons, comme le proclame notre Charte « *respectueux de la personnalité de celui qui appelle, quels que soient ses origines, ses convictions, son comportement* » ? ■

Pierre COUETTE

Comité de rédaction



# COULEURS GAIES

Tout commence en mars 1999. En France, le débat sur le PACS fait rage et des propos homophobes sont tenus çà et là... quelques Messins décident de réagir, ils créent une association. Aujourd'hui, Couleurs Gaies, association LGBT (Lesbien, Gay, Bi, Trans), compte plus de 200 adhérent(e)s et est l'un des acteurs les plus dynamiques de la vie associative de la ville.

**A**u début, sans moyens financiers, l'association a bénéficié de l'hébergement offert par AIDES. Depuis, elle a pris son envol, ouvert ses propres locaux au centre-ville, obtenu l'agrément jeunesse et éducation populaire en 2001. Mais, ce qui la caractérise avant tout, c'est sa volonté d'ouverture à toutes et à tous, peu importe leurs orientations. Couleurs Gaies a pour objectifs :

- d'offrir un espace d'accueil, d'information et de convivialité pour les personnes homosexuelles, bisexuelles, transsexuelles,
- de développer un esprit de solidarité entre les minorités sexuelles,
- d'obtenir l'égalité des droits pour toutes les minorités sexuelles,
- de lutter contre l'homophobie, la lesbophobie, la biphobie et la transphobie au travers d'une démarche d'éducation populaire.

La semaine de l'association est ponctuée de différents moments. Le jeudi est consacré à l'écoute, au sein même du local, mais pour faciliter l'arrivée de nouveaux, souvent intimidés, parfois encore mal à l'aise avec leur sexualité, des échanges préalables par téléphone ou par Internet sont souvent nécessaires pour briser la glace. Cette écoute faite sans aucun tabou, par des personnes ayant elles aussi vécu ces mêmes difficultés, rassure. L'appelant est sûr d'être compris et de ne pas être jugé, ce qui n'est pas toujours le cas avec d'autres lignes d'écoute. La formule par Internet est préférée par les plus jeunes. L'âge des premières relations sexuelles baissant, les adolescents doivent faire face de plus en plus tôt à leur différence et sont souvent incapables d'en parler avec leurs camarades de lycée ou leur famille, sous peine d'être rejetés.

Cet espace d'écoute semble indispensable à toute association militante LGBT. En effet, le taux de suicide dans ce milieu est 7 à 14 fois plus élevé, selon les classes d'âge, que chez les hétérosexuels. Ces chiffres sont particulièrement hauts



*On ne va pas dans un club de foot pour jouer au tennis.*

en raison de l'homophobie que certains vivent au quotidien. La médiatisation ou les coming out de personnalités n'empêchent pas un adolescent de se sentir terriblement seul lorsqu'il veut annoncer à ses parents son orientation sexuelle. Il se sent coupable à cause des valeurs hétéro-normées avec lesquelles il s'est construit, ces valeurs lui ayant été transmises par son environnement, il se trouve automatiquement désorienté. L'annonce est aussi dure à entendre pour les parents, ils développent souvent un sentiment de culpabilité, voient s'effondrer les rêves qu'ils avaient nourris pour leurs enfants, rêves d'une famille, de petits-enfants et se sentent souvent incapables d'annoncer cette nouvelle à leur entourage...

Ces pères et ces mères trouvent aussi réponses à leurs questions dans l'espace d'écoute de Couleurs Gaies.

L'homophobie n'étant pas a priori visible, l'association est aussi un véritable relais, capable de donner les coordonnées de spécialistes non homophobes, afin que les problèmes de santé des uns et des autres puissent être réglés en totale confiance et sans gêne.

Couleurs Gaies a gardé de sa naissance

son côté militant, et organise depuis quatre ans la marche lorraine des fiertés LGBT (terme français pour Gaypride), qui réunit une année à Nancy, une année à Metz, quelque 1200 personnes de la région mais aussi d'Allemagne et du Luxembourg. Ces marches annuelles commémorent des « émeutes de Stonewall » de 1969, lorsque le soir du 28 juin, des homosexuels New-Yorkais se sont révoltés contre les descentes policières répétées dans leurs bars de Christopher Street. À cet aspect commémoratif, s'ajoutent les dimensions festives, politiques et personnelles. Ces marches médiatisées permettent aux associations d'être visibles, de réclamer l'égalité des droits : le mariage, l'adoption...

Par ailleurs, Couleurs Gaies travaille auprès d'autres associations pour lutter contre l'homophobie au travers d'une démarche d'éducation populaire. Ainsi, ensemble, ils ont réalisé une brochure à destination des enseignants et des professionnels travaillant auprès des jeunes, afin qu'ils ne soient pas démunis lorsqu'ils ont à faire face à des attitudes ou des actes homophobes.

Le groupe éducation-formation de ●●●

••• Couleurs Gaies met des formations à disposition des acteurs du secteur social et de la santé, du secteur de la jeunesse et de l'éducation populaire et des autres relais professionnels (police, justice, syndicats...) afin que ceux-ci puissent mieux appréhender l'homosexualité et participer à la construction d'une meilleure qualité de vie. Cette offre de formation est modulable selon les besoins et les souhaits des stagiaires mais comprend un tronc commun portant sur la diversité des sexualités. Les formateurs s'engagent à respecter une charte de qualité, comprenant douze engagements quant au contenu de la formation et à la neutralité qui sera la leur lors du stage, il s'agit là plus d'enseigner

que de militer et imposer ses propres opinions. Les outils pédagogiques sont impressionnants de par leur qualité et leur rigueur, ils sont le résultat d'un travail de plusieurs années en vue d'adopter une réflexion et une démarche plus professionnelles. Par ailleurs, une mallette pédagogique intitulée « *vivre ses différences, comment parler de l'homophobie* » a été récompensée par le prix 2003 de la Solidarité Associative attribué par le Ministère de l'Education Nationale et l'association Jeunesse au Plein Air. Elle a été diffusée dans plus de cinquante départements ainsi qu'au Luxembourg et en Belgique. Malgré ces réussites, il est impressionnant de voir la remise en question permanente et l'exaltation restée intacte des membres de ce groupe.

Écouteuse et militante, Couleurs Gaies reste avant tout une association qui regroupe des gens ayant un fort dénominateur commun. Lorsque l'on évoque l'impression de ghetto donnée par la population homosexuelle vue de l'extérieur, fuse une réponse pleine d'humour : on ne va pas dans un club de foot pour jouer au tennis. C'est vrai que personne ne parle de ghetto lorsqu'il s'agit d'association sportives, artistiques ou à but de recherches médicales... Pourquoi le serait-ce pour une association d'homosexuels ? Pour faire vivre l'association, en par-

ticulier pour la location du local, il faut trouver de l'argent. Les subventions ne servent qu'aux projets, en aucun cas au fonctionnement, alors, régulièrement, sont organisés des bals dont les recettes renflouent le budget.

Les membres se divisent en plusieurs groupes qui se retrouvent lors de créneaux horaires prédéfinis, il y a les jeunes, les femmes, les parents, les trans qui peuvent ainsi échanger régulièrement en toute liberté. Pour rendre encore plus vivante l'association et pour renforcer les liens entre les différents membres, paraît chaque mois un journal : zone libre, une douzaine de pages reprenant les grands moments de la vie du groupe mais aussi

des articles sur la sexualité ou encore des mots croisés.

Un agenda avec toutes les activités dans et hors le local est disponible lui aussi, et l'on remarque rapidement que comme dans les Grands Magasins, Parisiens, il se passe toujours quelques choses chez Couleurs Gaies : thé, pique-nique, marche, soirée auberge espagnole, bal...

En allant à la rencontre de cette association, je ne savais pas ce que j'allais découvrir. J'ai été accueillie par Dominique et Armelle et je n'ai pas vu le temps passer, j'ai pu poser mes

questions sans gêne et ils y ont répondu avec une grande sincérité et j'aimerais, là, les en remercier. Ce voyage dans cette fourmilière, bouillonnante d'idées, de projets, imaginative au possible en termes de communication m'a permis de comprendre pourquoi cette association avait connu un tel essor et m'a fait mesurer l'ampleur de leur passion. Je ne peux que les encourager à continuer leur marche quotidienne vers les droits auxquels ils aspirent, en espérant qu'ils seront vite entendus. ■

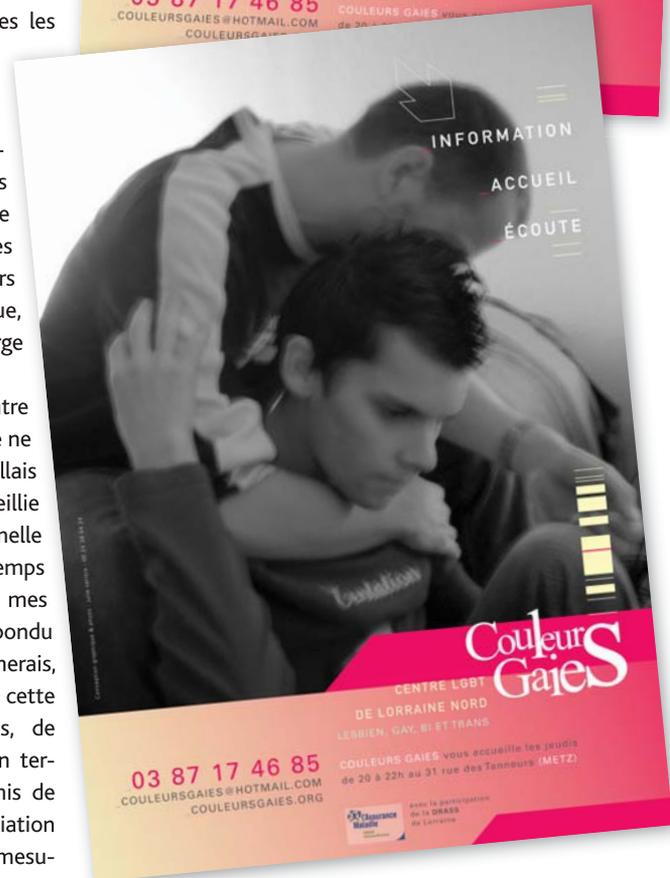
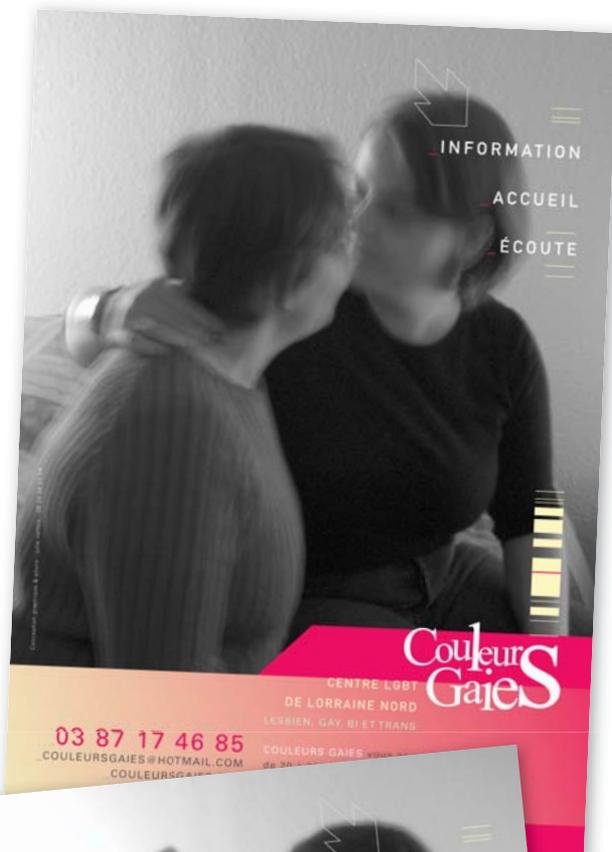
**Marie BRAGARD**

Comité de rédaction

Couleurs Gaies – 31 rue des Tanneurs  
57000 METZ – Tél: 03 87 17 46 85

[www.couleursgaies.org](http://www.couleursgaies.org)

[couleursgaies@hotmail.com](mailto:couleursgaies@hotmail.com)





# PREPARATION À LA VIE AFFECTIVE SEXUELLE ET PARENTALE

Comment la sexualité s'est introduite dans l'enseignement scolaire. Suivi de quelques interventions effectuées par le Centre de Planification du C.H. d'Arras, au sein de divers collèges et lycées de la ville, dirigé par le Dr André PODEVIN, médecin généraliste et sexologue, accompagné de Christine MANESSIEZ et Jacqueline DEWERDT, toutes deux conseillères conjugales et familiales.

L'information sexuelle au sein de l'école, principalement les collèges et lycées, relève de différentes décisions ministérielles dont la plus décisive fut celle prise en 1996 pour faire face à la progression inquiétante du SIDA. Au tout début, l'enseignant (ou l'intervenant externe) devait se limiter à une description anatomique des organes génitaux, de leur fonction, autrement dit «la forme» sans le «fond», mais ce fut une première approche concernant le sexe, alors «sujet tabou» et bien souvent absent de la communication parents/enfant.

Jacqueline Dewerdts me disait combien, à ce moment-là, elle se sentait frustrée de ne pouvoir compléter son information vers les jeunes en abordant le bouleversement physique et psychique vécu par ces ados très peu ou très mal informés, alors que dans son activité quotidienne de conseillère, au centre hospitalier, elle est confrontée régulièrement aux adolescentes venues consulter pour grossesse non désirée, viol, avortement ...

La société évoluant, les intervenants ont maintenant la possibilité d'aborder tous les aspects de la sexualité propre à chaque âge et surtout de pallier une éducation parentale souvent absente ou une information télévisuelle dangereuse et difficilement contrôlable.

## Quelle population est concernée ?

Au cours de ces rencontres basées sur le volontariat (1h30 chacune), j'ai pu côtoyer les élèves d'un Collège (Filles de 14 à 16 ans), d'une classe mixte d'un lycée technique (CAP et BEP, G et F de 16 à 18 ans) et d'un lycée Technique du Bâtiment (G et F de 16 à 21 ans). Dans ces classes mixtes, les filles présentes étaient en minorité.

Les interventions diffèrent selon l'âge des élèves (en dessous ou au-dessus de 16 ans), au regard de la législation, la composition du groupe (mixte ou non), le



souhait des élèves (je n'ai pu avoir accès à certains groupes de garçons ne désirant qu'un seul intervenant masculin), et l'attente de l'encadrement ayant sollicité l'intervention (rencontre préparée par un questionnaire basé sur l'anonymat sous forme de formulation libre ou de réponses à des questions de connaissance anatomique et fonctionnelle).

## Première intervention

Christine Manessiez - lycée « Techniques du bâtiment » - 1 groupe de 7 filles auquel se sont jointes quelques autres d'une section «Soins esthétiques» d'un autre lycée ; donc un groupe peu homogène d'élèves entre 14 et 17 ans. Face à ce public de filles, l'information est orientée sur : la spécificité du ...

••• corps féminin (bien apprendre à se connaître) et la différence par rapport à l'autre sexe ; la sexualité : fonction reproductrice puisque transmission de la vie, fonction érotique (éros = amour), féminité et masculinité.

Sont abordés les sentiments et la notion de désir à ne pas confondre avec le désir de bébé (à la question posée sur le nombre d'enfants désiré : à ma grande surprise, la réponse fuse sans hésitation : deux !).

L'accent est mis sur un idéal à approcher : la possibilité d'anticiper un rapport sexuel et les bienfaits de la pilule ; pour les mineurs, la possibilité de consulter le Centre de planification sans en parler aux parents (secret professionnel) ; le fait que les parents doivent respecter la vie sexuelle de leurs ados (ne pas se croire obligée de dire si l'on a des rapports sexuels, c'est le commencement de l'âge adulte – il faut simplement rassurer les parents qui ont peur).

D'autres questions sont posées par les élèves : elles concernent l'association du tabac et de la pilule, l'alcool et la pilule, le cancer du sein et la pilule, l'implant et la grossesse, la relation homosexuelle et les IST, l'examen gynécologique, la pilule du lendemain, l'inquiétude sur les IST et la douleur du premier rapport.

## Deuxième intervention

Jacqueline DEWERDT - même lycée, avec un groupe mixte de 7 garçons et 3 filles (17 à 21 ans) dont quelques élèves de la section « tailleur de pierre » reconnue comme activité noble au sein de cet établissement, ce qui provoque une certaine rivalité entre eux. Thème prévu : « Masculin-Féminin »

La séance débute par des rires faussement décontractés de quelques garçons. Face à la complexité de ce groupe dont les éléments se surveillent, l'approche se fait par le biais de dessins figuratifs du symbole de l'Homme et de la Femme où les élèves décèlent les notions de stabilité et de mobilité.



Le langage se libère et des propos + ou – osés jaillissent (notamment des quali-

catifs très imagés nommant le sexe féminin ou masculin).

Les G : « *les filles sont libertines* », « *les meufs les insultent pendant l'amour* »

Les F : « *les garçons sont obsédés* »

Devant les ripostes hardies et la sortie prématurée de l'un des jeunes, la conseillère rappelle la notion de respect : respect que l'on se doit à soi-même, respect de l'autre, respect de la différence et de l'intimité en ne mettant pas en cause, entre autre, l'un d'entre eux devant tout le groupe.

La formatrice insiste sur :

- La communication – A qui parle-t-on de sa sexualité ? (« *À la mère* ». Le père est absent de leurs réponses.) Que pensez-vous des films pornographiques ?

- La responsabilité – Quelle est votre responsabilité dans l'acte sexuel ? (« *À la fin d'une soirée en boîte, on sait que ça n'ira pas plus loin* » et « *ce n'est pas un viol!* », « *les filles sont très sensuelles et les garçons foncent* » affirmation qui s'accompagne d'un geste significatif de la main). Ces propos nécessitent un recadrage et la conseillère rappelle :

- La différence des sexes et l'importance d'être attentif à l'autre, dans sa manière d'être

- La sensualité déjà présente chez le bébé, qui s'oublie et réapparaît à la puberté.

Pour le G : l'éjaculation est un plaisir

Pour la F : les règles sont désagréables et liées à la grossesse

- La différence entre amitié et amour, envie de l'autre et désir de l'autre.

- La F doit apprendre qu'en dehors des sentiments, son sexe est aussi concerné.

- Le G doit apprendre que c'est toute sa personne qui est concernée et pas seulement son sexe.

- La distinction est rappelée entre connaissance sexuelle, orientation sexuelle et pratique sexuelle.

## Troisième intervention

Jacqueline DEWERDT - Intervention Colège Gambetta - 2 classes de 3<sup>ème</sup>, filles uniquement, les garçons sont, quant à eux et sur leur demande, informés par le Dr Podevin. Âge 14 à 16 ans. Des questions écrites anonymes ont été demandées par l'encadrement en préparation de la séance.

Il est bien entendu que l'âge demandé en tout début de séance détermine le fond

du sujet évoqué.

Ainsi le Centre de planification est évoqué en tout premier lieu pour fixer un repère dans l'esprit de ces jeunes, un lieu où ils pourront toujours trouver réponse à leurs questions. Ceci est d'ailleurs rappelé dans toutes les interventions.

Etant donné l'âge des élèves et la difficulté à prendre la parole, les problèmes sont abordés à l'aide d'exemples amenant des réponses précises.

Exemples de mise en scène : Marie a un petit copain et elle a du retard dans ses règles ; Marie veut prendre la pilule et demande à sa maman qui lui répond : tu es trop jeune. Marie claque la porte et part ; Marie ne se sent pas prête à avoir sa première relation sexuelle et ne sait pas comment le dire à son copain, etc.

En plus des situations évoquées, d'autres réponses sont apportées aux différentes questions posées sur : la 1<sup>ère</sup> relation, douleur, saignement, virginité, durée de la relation sexuelle, l'amour pendant les règles, l'usage du préservatif, la pilule face au cancer, à la prise de poids, l'âge pour la prendre, l'attitude face au questionnement de la mère, la 1<sup>ère</sup> visite chez le médecin, le risque de grossesse et l'avortement...

## Quatrième intervention

Dr Podevin - Lycée professionnel – 30 élèves de 16 à 19 ans (dont 4 filles !)

Le docteur amorce la séance en insistant sur le côté préventif et la notion d'harmonie du couple : « *Comme médecin, je soigne, je guéris mais surtout je fais de la prévention, et j'aborde la sexualité par la notion de plaisir* ».

Son approche est plus « virile » que celle de ses collègues féminines puisqu'elle s'adresse essentiellement aux garçons. Le langage est volontairement adapté en reformulant « sans édulcorant » les propos régulièrement tenus et très •••

## CENTRES DE PLANIFICATION

Créés suite aux lois de 1972 sur la contraception, ces centres sont gérés par des associations, des communes, des établissements publics... Ils ont pour fonction de faciliter l'accès aux moyens de contraception, de faire de la prévention des IST et des IVG, d'assurer les traitements des IST, de proposer des animations en éducation à la sexualité et à la parentalité ; ils sont lieu d'écoute, d'entretiens d'aide, en toute confidentialité, et d'accueil des mineurs sans autorisation parentale.



pondérée, empreinte d'une conviction certaine apaise les tensions et pousse à la réflexion.

- Une formation riche, complète, attentive et le souci pour chacun des intervenants d'indiquer des lieux de référence pour continuer à s'informer en toute liberté.

Je remercie l'équipe du Dr Podevin de m'avoir permis d'assister à ces interventions dans le milieu scolaire. J'ai rencontré une équipe très soudée, très motivée pour ne pas dire passionnée, soucieuse d'informer, certes, mais surtout très à l'écoute des adolescents ou jeunes adultes. En provoquant leur questionnement, leurs réactions individuelles, chacun s'est attaché à combler les manques, rectifier les acquis erronés, recadrer l'environnement humain, afin de permettre à ces jeunes de retrouver le respect d'un corps en profond changement et prendre conscience d'une attitude à modifier si l'on désire retrouver le respect de soi, de ses sentiments, entraînant inévitablement le respect de l'autre et de la différence.

L'esprit dans lequel travaille cette équipe témoigne d'une conviction profonde de l'utilité de leur mission d'éducation auprès de jeunes confrontés de plus en plus tôt au monde sexuel des adultes car l'accès aux nouvelles techniques de communication (Internet, sites pornographiques) sont autant d'éléments susceptibles de fournir une information erronée, pernicieuse et dangereuse à l'âge où le jeune adolescent est à la recherche de sa nouvelle personnalité.

Une écoute authentique, attentive et respectueuse, menant à la réflexion et à l'estime de soi. ■

**Annie MASSET**  
Comité de rédaction

... « crus » des adolescents. Cela déclenche inévitablement des échanges verbaux. Aucun sujet, aucun mot n'est tabou (j'ai souvenir d'une liste ébauchée de tous les termes caractérisant l'organe sexuel qu'il soit masculin ou féminin).

Dans un premier temps : libérer la parole, souvent volontairement provocatrice (signe d'un certain embarras pour certains d'entre eux ou exercice maladroit d'une maturité en devenir) pour permettre à ces jeunes adultes de se dire.

Fort de son expérience de pratique médicale et d'approche psychologique, puisque médecin consultant lors de demandes d'interruption de grossesse au sein de l'hôpital, le Dr Podevin devient pour ces jeunes : un référent «réaliste» et «reconnu» des problèmes de notre société actuelle et un repère «accessible» physiquement abordable, à l'écoute de la jeunesse et convaincu de l'importance de l'éducation à la sexualité des adolescents.

Échantillon des questions abordées au cours de cette séance :

- Quelles sont les conditions à remplir pour que la sexualité soit un plaisir ? (être d'accord, protection, question de temps)
- Quand sait-on que la fille est d'accord ? (grand silence puis «Ça se voit» à cette réponse une évidence est proposée «l'homme est un grand animal qui a le sens de la parole donc demander ! »)
- Signes que l'on est amoureux ? Temps pour éprouver du plaisir ?
- Que doit-on faire en cas de viol ? (encourager à porter plainte, obligation de témoigner, rappel de la loi)
- Les protections – Pourquoi ? (information très complète sur les maladies (IST), la grossesse, les diverses pratiques sexuelles sont abordées (fellation, so-

domie...) et les bonnes manières de se protéger en 2006 (maladies et grossesse) - (préservatifs, stérilets, pilules, implants, patch, anneaux – tout est montré et expliqué de manière précise)

- L'avortement (rappel de la loi et de la possibilité pour une mineure de se faire accompagner d'un adulte si absence des parents)

- La pilule du lendemain (gratuité au centre de planification et dans les pharmacies pour les mineures ainsi que dans les infirmeries de collèges)

Mon ressenti :

• Les ados les + jeunes sont déjà très avertis en matière de contraception et situent l'âge possible du premier rapport sexuel entre 13 et 15 ans. Mais ils perçoivent très mal la différence de sexualité entre filles et garçons.

• Chez les élèves les plus âgés, les G s'expriment avec beaucoup de liberté, avec l'intention de provoquer parfois. Les comportements sexuels sont déjà très fixés pour certains et le regard porté vers l'autre sexe s'est affirmé en fonction de leur parcours personnel. Les F se sentent cataloguées et préfèrent se taire.

• Le praticien face à un public masculin important se concentre sur l'éducation des garçons en particulier (tout en préservant les quelques filles présentes mais muettes) : besoin de les recadrer, de les mettre face à leurs RESPONSABILITES ; insistance sur la notion de PLAISIR (notions d'accord, de temps, de précautions) ; devoir d'AGIR VITE (ne pas attendre pour consulter) ; la DIFFERENCE entre filles et garçons.

• La maîtrise de chaque groupe se fait par une information sans tabou et très respectueuse du jeune. La voix calme,

## CONSEILLÈRE CONJUGALE ET FAMILIALE

Deux aspects essentiels de la fonction : l'information mais aussi l'écoute et l'accompagnement.

Leur domaine très vaste touche à la vie amoureuse, la vie sexuelle, la vie du couple, les relations au sein de la famille.

« Quand vous comprenez que vous ne changerez ni votre mère, ni votre petit ami, ni votre enfant, mais que vous pouvez mieux exprimer vos sentiments, vos demandes... alors vous reprenez confiance en vous et cela change quelque chose ».

# ÉCOUTE ET SEXUALITÉ

En mai 1977 (il y aura bientôt 30 ans...) s'est tenu à Dijon l'un des Congrès trisannuels de S.O.S Amitié, dont le thème était « Ecoute et Sexualité ». La revue de la Fédération, dans son numéro 15 de l'automne 1977, en rendit compte, en reproduisant en particulier l'essentiel d'un article paru dans le journal « La Croix », dont un journaliste, Yves de Gentil-Baichis, avait participé à nos travaux.

« [...] Les 400 congressistes ont beaucoup travaillé en petits groupes. Certains se sont longuement arrêtés sur les difficultés sexuelles évoquées par les appelants. Dans ce domaine, la variété des appels est très grande. Cela va de la plaisanterie à la demande de conseils. On y retrouve tous les styles, du plus cru au plus littéraire.

## Victimes des sarcasmes

Que manifestent ces appels ? Dans la plupart des cas, il s'agit de parler d'un problème que l'on ne peut évoquer ailleurs. Ici c'est l'un des partenaires d'un couple qui veut dire sa déception : l'autre n'est pas ce qu'il croyait. Ou bien il se plaint de la froideur sexuelle du conjoint. Ou de ses aventures à l'extérieur du ménage. Il y a les garçons timides qui ont peur des femmes, les filles qui aiment un garçon, mais estiment qu'il veut mettre « la charrue avant les bœufs ». Il y a les veuves qui ne supportent pas la solitude psychique, mais aussi physique. S.O.S Amitié reçoit aussi des appels de mères qui s'inquiètent de l'excès ou de l'absence de vie sexuelle de leurs enfants. Certains jeunes, qui font des expériences de groupe, téléphonent quand ils sont pris de vertige devant les problèmes insolubles posés par les relations multiples.

Il y a aussi les appels des homosexuels. Ils se plaignent d'être l'objet de l'ironie et des sarcasmes de leur entourage. D'autres regrettent de ne pouvoir adopter des enfants. Les écoutantes sont souvent émues par les appels des homosexuels qui manifestent beaucoup de finesse et de délicatesse de sentiments, à l'inverse parfois de certains hétérosexuels qui peuvent se montrer agressifs et grossiers quand ils posent à l'écoutante des questions très indiscretes.

Enfin, il y a les « phonophiles » qui veulent associer les écoutants à leur « plaisir sexuel ». Quelle que soit la bonne volonté et la générosité des écoutants, ce genre d'appel les déconcerte. Que doivent-ils faire en pareil cas ? Doivent-ils arrêter la communication, prendre l'initiative



*Ceux qui appellent sont dans un univers froid*

de raccrocher ? Ce n'est pas l'habitude à S.O.S Amitié. Mais alors doivent-ils accepter d'être partenaires malgré eux sous prétexte que le timbre de leur voix plaît à l'appelant ? On a beaucoup discuté de ce sujet au congrès. Les uns n'hésitent pas à raccrocher quand ils se sentent entraînés sur une pente qu'ils estiment dangereuse. D'autres essaient de détourner la conversation... et d'élever le débat. D'autres encore estiment que raccrocher est un échec pour S.O.S Amitié. Ils pensent qu'il est aussi important d'écouter celui qui se livre à ses fantasmes sexuels que celui qui est tenté par le suicide. Dans les deux cas, disent-ils, il y a assistance à personne en danger de solitude et de désespoir.

La doctrine générale de S.O.S Amitié est, en gros, la suivante : nous sommes un service d'aide qui tente d'établir une communication avec ceux qui ne peuvent plus communiquer ailleurs. Mais nous n'intervenons pas dans la vie des gens. S'ils veulent des conseils médicaux ou psychologiques, nous les orientons vers les gens compétents. Nous ne sommes pas là pour donner notre point de vue ni pour établir une relation privilégiée avec eux. Nous écoutons, car ceux qui appellent sont dans un univers froid et il faut qu'ils se sentent compris en profondeur. Nous ne nous contentons pas de dire oui-oui-oui ou non-non-non, nous essayons de donner aux gens la possibilité d'exprimer leurs problèmes pour y voir plus clair. Nous espérons que cela leur permet de se retrouver et de résoudre peu à peu leurs difficultés.

## Comment adapter ces conseils généraux ?

Mais dans le cas de certains appels sexuels difficiles, comment peut-on adapter ces conseils généraux ?

Un psychanalyste de Lyon, le docteur Denis Vasse, a, dans un exposé profond et vigoureux, apporté des éclaircissements intéressants. Le phonophile, a-t-il dit, guette le trouble de celui qui écoute. Il attend cet imperceptible frémissement de l'imaginaire de l'écoutant. Il en a besoin pour passer à l'acte. Et ce trouble est souvent d'autant plus perçu par l'appelant qu'il est caché par celui qui l'éprouve. Il peut transparaître à travers le silence, dans la rigidité ou la soi-disant indifférence de la voix de l'écoutant.

Et le docteur Vasse précisait : « *Ce qui vous est demandé, ce n'est pas un conseil, une compréhension, ou je ne sais quel comportement imaginaire de partenaire. Ce qui vous est demandé, dans le cas où l'interlocuteur désire vraiment échapper à la contrainte de ses idées noires ou roses, c'est une voix sans trouble qui témoigne que vous entendez bien, mais que vous n'êtes pas touché par les effets* ... »



••• *de cette excitation. Ainsi l'excitation de l'appelant se calme puisqu'elle ne se nourrit plus des effets de provocation qu'inconsciemment elle cherche.* »

Il a montré aussi que le téléphone n'est pas réellement un instrument de communication. Car la communication humaine passe par le face-à-face. Elle ne peut avoir lieu qu'en présence de l'autre incarné dans son corps, quand les regards se croisent. La communication n'est pas seulement connaissance de l'autre comme on connaît un objet. Elle est reconnaissance. Elle comporte le risque de se heurter à l'incompréhension de l'autre. Elle accepte que l'autre échappe à notre prise. Au contraire, le téléphone, qui abolit

artificiellement les distances et le temps, évite le regard de l'autre, fait l'économie de sa présence. Il permet de parler à quelqu'un sans le rencontrer réellement. Aussi donne-t-il la possibilité de dire des tas de choses que l'on n'oserait pas raconter si l'autre était là.

Ce psychanalyste a ainsi permis de mieux comprendre pourquoi autant de gens appelaient pour parler de leurs problèmes sexuels. Mais s'il permet de se raconter, le téléphone n'ouvre pas sur une vraie communication. Les bénévoles de S.O.S Amitié le savent bien : leur écoute peut aider certains appelants à clarifier leurs propres problèmes, mais elle a des limites. Elle ne cherche pas à remplacer l'intervention

du médecin, du conseiller conjugal ou du psychothérapeute.

Enfin, le docteur Vasse a éclairé les congressistes sur un autre point. Si de nombreux appels téléphoniques concernent le sexe ou la mort, ce n'est pas un hasard. Sexe et mort sont les deux butées, les deux limites de notre existence sur lesquelles se heurte notre imaginaire. Et il ne peut en venir à bout. C'est pourquoi ils nous font tant parler... » ■

## JE SUIS RENTRÉE SOURIANTE AUPRÈS DE MES ENFANTS...

- « *Voulez-vous prendre Monsieur M. ... pour époux ?* »

- « *Oui* » répondit-elle à haute voix.

- « *Non* » répondit-elle intérieurement.

C'était il y a environ 40 ans - un bébé était annoncé - ma mère s'était révoltée impitoyable, et, à l'époque j'étais docile. Début de vie conjugale très chaotique, qui me conduisit à suivre une psychothérapie de plusieurs années au cours de laquelle je vécus deux importantes dépressions.

Dix ans après mon mariage, je commençais à réaliser que j'avais une vie personnelle, que je n'étais pas seulement épouse et maman. Mon entourage direct n'y comprenait rien et combattait assez vivement la personne que je tentais d'être. J'étais comme un bateau qui cherchait désespérément un port d'accueil. Et soudain, je l'ai trouvé ce port. Enfin quelqu'un pour, non seulement accueillir, mais pour croire en la personne que j'étais et que je pouvais encore devenir. C'était une femme, mariée, avec de jeunes enfants. Très rapidement nous avons éprouvé une passion commune.

Ma situation personnelle devint alors très difficile : mon mari, à qui je m'étais confiée, eut une attitude qui mit souvent ma vie psychique en danger et nous avons

finalement divorcé quelque quatre ans plus tard. J'étais seule, ne sachant à qui parler. Je me sentais coupable, perverse, monstrueuse : coupable envers ma famille, la société, l'Église, le dieu que l'on m'avait fait ingurgiter dans mon enfance ne pouvant que me juger. Et pour-

un pont. J'ai quitté mon domicile dans l'après-midi et me suis retrouvée errante dans la nuit naissante. Je marchais comme un automate. Une cabine téléphonique s'est trouvée sur mon chemin. J'y suis rentrée et, dans un état second, je compose le 143. J'ai dû être très confuse, je n'ai même pas osé parler de l'amour que je ressentais pour une femme tellement j'avais honte. La voix me dit :

- « *Qu'attendez-vous de moi ?* »

- « *Que vous m'aidiez à rentrer vers mes enfants* », ai-je répondu

La voix était douce et cela me suffit pour reprendre pied. Nous avons alors organisé mon retour à la maison. Je suis rentrée souriante auprès de mes enfants.

Aujourd'hui, 25 ans plus tard, ma reconnaissance envers La Main Tendue est encore bien vivante. Depuis cette époque, j'écoute mon entourage, je l'accueille, je prends du temps pour l'autre. Les choix que j'ai pu faire, les dépouillements successifs demandés par la vie, les frustrations transformées en actes d'amour pour moi-même ou pour l'autre, m'ont amenée à découvrir le chemin de la paix et de l'harmonie intérieures. ■

Extrait d'une lettre d'appelante

publiée en janvier 2001

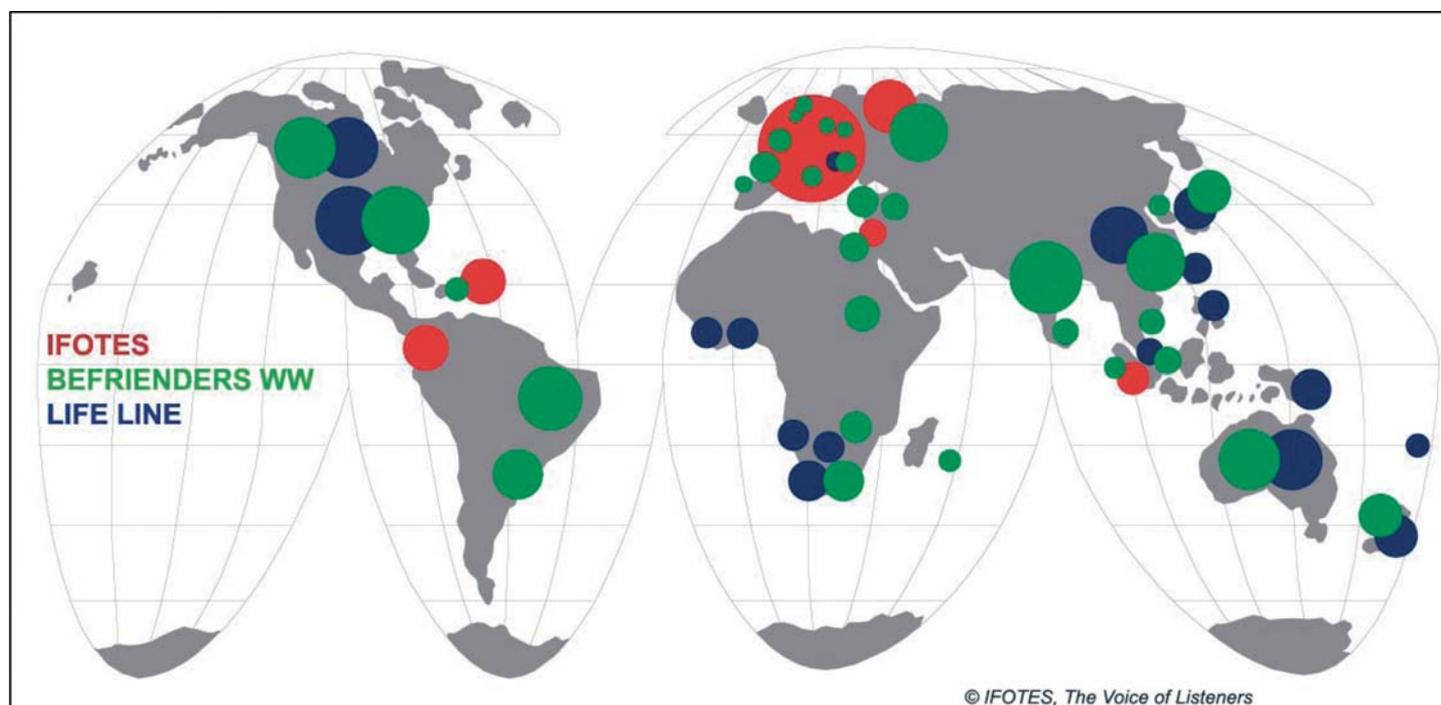
dans la revue suisse « Ecoute » de La Main Tendue



tant le sentiment que je ressentais pour mon amie était si beau, mais en même temps si désespérant, car nous ne pouvions envisager une vie commune.

Je souffrais atrocement ce dimanche soir-là, mon corps n'était qu'une plaie ouverte. La douleur me faisait sortir d'une certaine réalité, j'étais comme folle et n'avais qu'une idée : me jeter sous

## UN RÉSEAU INTERNATIONAL D'AIDE PAR TÉLÉPHONE



IFOTES est la fédération internationale qui regroupe la plupart des organismes européens d'écoute téléphonique d'urgence, et dont fait partie S.O.S Amitié France. Mais elle compte aussi parmi ses membres des pays situés hors d'Europe, comme Israël et Singapour en Asie, la Colombie, l'Equateur, et la République Dominicaine en Amérique centrale et du sud. Au total, 27 pays sont affiliés à IFOTES.

Il existe par ailleurs, fondée par les Samaritains dans la cadre du Commonwealth britannique, la Fédération BEFRIENDERS WORLDWIDE (Befrienders mondial), qui est présente sur les six continents, et qui regroupe 39 pays.

Enfin, avec des priorités un peu différentes par rapport à l'écoute, LIFE LINE (La Ligne de la Vie), d'origine australienne, compte 19 participants, dont les Etats-Unis et la Canada. Son siège est actuellement en Afrique du Sud.

Ces trois fédérations ont en commun, non seulement la même utilisation des outils de communication (téléphone et Internet), mais aussi des éthiques très

comparables, bien que leurs pratiques puissent varier selon les conditions de vie et les cultures locales. Toutes offrent une aide gratuite et neutre aux appelants, et ont pour principal objectif la prévention du suicide.

Elles ont récemment constitué entre elles un réseau international intitulé V.E.S.H. (Volunteer Emotional Support Helplines) pour que les 1.200 centres de leurs « Lignes bénévoles de soutien émotionnel » (dont celles de S.O.S Amitié) présentent une structure d'ensemble vis-à-vis des organismes internationaux comme l'Organisation Mondiale de la Santé par exemple, ou l'Association Internationale pour la Prévention du Suicide (I.A.S.P. en anglais). ■

### SITES INTERNET

- IFOTES \* : [www.ifotes.org](http://www.ifotes.org)
- Brochure du VESH (en anglais) : [www.ifotes.org/pdf/VESH\\_Brochure.pdf](http://www.ifotes.org/pdf/VESH_Brochure.pdf)
- BEFRIENDERS WORLDWIDE \* : [www.befrienders.org](http://www.befrienders.org)
- LIFE LINE : [www.lifeline.web.za](http://www.lifeline.web.za)

\* Ces sites proposent quelques-unes de leurs pages traduites en français.

# FRÉDÉRIC LENOIR

## Les métamorphoses de Dieu

« La spiritualité est un chemin où l'on s'engage seul, sans connaître le terme du voyage »

**F**rédéric Lenoir (né en 1962) est philosophe, sociologue des religions, et écrivain. Issu d'une famille catholique parisienne très ouverte – son père est un proche de Jacques Delors, dans la mouvance du personnalisme chrétien – il se passionne dès sa jeunesse pour la philosophie antique (Platon, Epicure, les stoïciens), puis pour les spiritualités orientales, en particulier la méditation selon le bouddhisme tibétain et zen, tout en gardant à l'âge adulte une pratique personnelle de la foi chrétienne.

Sa thèse de doctorat a porté sur « Le bouddhisme et l'Occident » (Fayard, 1999). Il a publié de nombreux autres ouvrages, et collabore à plusieurs revues, dont *Psychologies Magazine*, d'où sont extraits les passages ci-après. Frédéric Lenoir est enseignant à l'Ecole des Hautes Etudes en Sciences Sociales, et est également directeur du bimestriel « Le Monde des religions ».

Ses analyses, nourries d'un savoir universitaire éprouvé, sont toujours mesurées et objectives, ce qui est appréciable dans un domaine où les croyances priment parfois sur le raisonnement face au réel. Dans son livre intitulé *Les métamorphoses de Dieu* (2003), il récapitule ses recherches menées depuis quinze ans sur les diverses quêtes spirituelles occidentales. Il y brasse un vaste panorama des

cultures religieuses de notre civilisation, à partir du chamanisme premier et du paganisme antique, jusqu'à notre époque de profondes transformations, en passant par les fondateurs des grandes traditions religieuses (monothéismes juif, chrétien et musulman), la Renaissance et l'émergence du Sujet, le Siècle des Lumières et son mythe du Progrès, les idéologies matérialistes, le phénomène sectaire, les « bricolages syncrétiques », etc.

Il y éclaire au passage, par exemple, la « religion civile » des Etats-Unis et la « laïcité » à la française, l'islamisme radical et les autres fondamentalismes, ainsi que les rapports entre protestantisme et capitalisme, l'attention actuelle pour le corps et l'environnement, avec un « réenchantement » du Monde qui s'opposerait à sa marchandisation...

De telles réflexions, au cœur de l'actualité, peuvent nous aider à mieux nous situer nous-mêmes dans ce bouillonnement contemporain, et à ouvrir notre écoute aux nouvelles formulations et pratiques du « croire aujourd'hui ».

**Pierre Couette**

Comité de rédaction



## CHRONIQUES DE LA REVUE PSYCHOLOGIES

### Les métamorphoses de Dieu

Ceux qui avaient parié il y a trente ans sur une disparition prochaine et rapide du religieux en sont pour leurs frais.[...] Pourquoi tant d'intellectuels et d'observateurs avisés se sont-ils trompés sur le devenir du religieux ? Je crois, pour ma part, que l'on a commis deux erreurs d'analyse. La première, c'est d'avoir confondu la sécularisation des sociétés avec la sécularisation des consciences ; ou, pour le dire autrement, d'avoir cru que le déclin des institutions religieuses signifiait la fin du sentiment religieux individuel. Depuis la fin du XVIII<sup>ème</sup> siècle on assiste, en Europe, à une perte d'emprise progressive des religions sur la société.

Au lendemain de la Seconde Guerre mondiale, cette laïcisation s'est accompagnée d'une chute vertigineuse de la pratique religieuse. On en a déduit que ce mouvement indéniable de sécularisation de la société – qui continue de s'accroître – était le signe du déclin de la foi et de la spiritualité. Or, il n'en est rien. Sans parler des Etats-Unis, où la religion reste omniprésente, on constate que la foi, les croyances en Dieu ou en l'au-delà restent fortes, et progressent même parfois chez les jeunes. Seulement, ces croyances, qui prolifèrent sur les ruines des idéologies politiques, sont aujourd'hui de plus en plus individualisées, et les individus bricolent leur dispositif de sens à partir de l'offre large découlant de la mondia- ●●●

●●● lisation. Dieu est toujours présent, mais on se le représente autrement ; il prend davantage la forme d'une force ou d'une énergie que d'un être personnel, par exemple.

La seconde erreur d'analyse provient d'une sorte «d'européanocentrisme». On a longtemps pensé que l'Europe était un modèle pour le monde entier et que, bien vite, toutes les sociétés verraient les religions décliner de la même manière. Or, il n'en est rien. L'Europe constitue toujours une exception, dans un monde qui reste « *aussi furieusement religieux qu'il l'a toujours été* », pour reprendre l'expression du sociologue américain Peter Berger (in "Le Réenchantement du monde" - Bayard, 2001). Le judaïsme et l'hindouisme résistent plutôt bien, tout en développant des courants de renouveau ou de fondamentalisme. De même pour l'islam, qui, par ailleurs, progresse fortement en Afrique. Le catholicisme est moribond en Europe de l'Ouest, mais se développe en Amérique du Sud, en Afrique et en Asie. L'orthodoxie renaît en Europe de l'Est, et le protestantisme, par le biais des mouvements évangéliques et pentecôtistes, se développe partout dans le monde. Bref, Dieu change d'adresse et de visage plus qu'il ne s'éclipse. Pour combien de temps ? Dieu seul le sait...

■ Décembre 2001

## Religion et spiritualité

Il y a bien longtemps que Dieu n'avait autant été mis à contribution. Invoqué aux quatre coins de la planète, il sert de prétexte à toutes les dominations politiques, à tous les actes de barbarie perpétrés par les fanatiques. C'est l'aspect le plus hideux de la religion. Même sans tomber dans ces extrémismes, le plus souvent condamnés par les responsables religieux eux-mêmes, la religion est par essence ambiguë, car elle propose un projet collectif, parfois exclusif (on possède l'unique vérité) et reste le plus souvent inféodée à une culture, à une ethnie, à une nation.

Faut-il abandonner l'idée de Dieu, renoncer à toute quête de l'absolu puisque les religions en donnent souvent un visage si cruellement humain ? Non. Car si la reli-



DR

gion est culturelle et collective, la foi et la recherche de sens sont éminemment universelles et individuelles. Un mot permet de bien distinguer la religion communautaire de cette quête personnelle : la spiritualité. Croyant ou non, religieux ou non, nous sommes tous plus ou moins touchés par la spiritualité, dès lors que nous nous demandons si l'existence à un sens, s'il existe d'autres niveaux de réalité ou si nous sommes engagés dans un authentique travail sur nous-mêmes.

La religion est le langage symbolique d'un groupe social, la quête spirituelle naît de la confrontation de chacun d'entre nous à l'énigme de l'existence. La religion dit à tous ce qu'il faut croire et ce qu'il faut faire, la spiritualité est un chemin où l'on s'engage seul, sans connaître le terme du voyage. Certes, les deux ne sont pas incompatibles et les grandes religions ont développé en leur sein divers courants spirituels, offerts par des maîtres de vie, des sages et des mystiques. Ces derniers rappellent d'ailleurs la prééminence de l'amour, l'universalité de la quête spirituelle et leur primauté sur l'appartenance religieuse communautaire. Le poète persan Rumi proclamait : « *Je ne suis pas chrétien, pas juif, pas parsi, pas musulman. Je ne suis ni d'Orient, ni d'Occident, ni du sol ferme, ni de la mer. Je suis enivré par la coupe de l'amour. Les mondes ont disparu de mes regards.* » Religion et spiritualité se croisent donc souvent, mais pas nécessairement.

De même qu'il existe des croyants qui n'ont aucune dimension spirituelle, on rencontre aussi de plus en plus d'individus allergiques à la religion, ou tout simplement areligieux, qui sont engagés dans un chemin spirituel authentique. Ils

empruntent parfois à l'Orient, notamment au bouddhisme, telle notion ou telle technique de méditation. Ils sont souvent engagés dans une démarche thérapeutique ou de développement personnel. Ils cherchent plus qu'ils ne trouvent et ils cheminent, sans a priori, à travers les méandres de leur propre cœur. Et c'est bien là l'essence de la spiritualité. Comme le disait le sage chinois Mencius, il y a près de deux mille cinq cents ans : « *Celui qui va au bout de son cœur connaît sa nature d'homme. Et connaître sa nature d'homme, c'est connaître le ciel.* »

■ Novembre 2002

## Notre espace intérieur

[...]. Sans cesse sollicités par notre famille, nos amis, notre vie sociale, notre boulot, nos loisirs, la télévision, combien de temps consacrons-nous chaque jour à nous retrouver seul avec nous-même, dans un véritable silence intérieur ? Or, ce temps de ressourcement quotidien est aussi nécessaire à notre esprit que manger, dormir ou respirer l'est à notre corps. Pourquoi ? Parce que notre esprit a besoin d'espace. Trop enserré dans les pensées et les soucis, soumis à une multitude de stimulations extérieures, il étouffe. Du coup, nous perdons en lucidité, en discernement, en calme intérieur. Nous devenons facilement la proie de nos émotions : un rien nous énerve, nous subissons angoisses et peurs, nous sommes agités.

Cette inquiétude nous ronge et nous dormons mal, nos relations avec les autres se dégradent, nous rentrons dans la spirale infernale du stress. Pourtant, depuis de nombreux siècles, les hommes ont développé des techniques permettant à l'esprit de « respirer » et de retrouver le calme dont il a besoin. Les bases de la méditation sont simples. Choisir un endroit et un moment propice pour se recueillir sans être dérangé : une chambre, un jardin, un lieu de prière. Le matin, avant de commencer ses activités, est le meilleur moment. La position aussi est importante. La posture assise, jambes croisées, avec éventuellement un coussin pour soutenir les fesses, est la plus adaptée : elle est confortable, permet au corps de relâcher ses tensions et favorise, selon les traditions orientales, la cir- ●●●

## Un auteur, des idées

●●● culation des énergies subtiles. Il faut enfin laisser l'esprit être « présent » à lui-même. On y parvient en laissant les pensées défiler, les observant sans s'y attacher, en maintenant son attention sur la respiration. Si les premières fois, l'esprit est distrait et agité, on parvient progressivement à obtenir le calme mental, et une « présence consciente », comme disent les bouddhistes, qui permet à l'esprit de se retrouver et de prendre tout l'espace dont il a besoin. Même si on ne dispose que de dix ou quinze minutes par jour, il est capital de s'astreindre quotidiennement à cet exercice. [...]

Car c'est un processus progressif grâce auquel, peu à peu, de jour en jour, la force des émotions perturbatrices décroît et la paix intérieure augmente. A partir de ce silence intime, les croyants pourront se relier plus intensément à Dieu dans la prière, et les bouddhistes méditer plus

profondément pour laisser croître la sagesse et la lumière naturelle de l'esprit. Mais sans aller aussi loin sur un plan religieux, chacun peut déjà trouver dans cette simple pratique quotidienne détente intérieure et sérénité. Cela n'a pas de prix... et c'est aussi gratuit que l'air que nous respirons.

■ Juillet 2001

### L'humanisme de la compassion

Le succès grandissant du bouddhisme zen et tibétain en Occident a remis à l'honneur un vieux concept moral usé par les siècles : la compassion. Déjà critiquée par les stoïciens et par Spinoza comme une faiblesse de la sensibilité, la compassion a été assimilée, depuis le XIX<sup>ème</sup> siècle, à une forme condescendante de charité bourgeoise que haïssait Nietzsche à juste titre : la pitié. Grâce aux bouddhistes,

donc, nous redécouvrons aujourd'hui la compassion comme une sorte de sympathie ou de communion universelle avec ceux qui souffrent.

Cette redécouverte du mot est concomitante d'une évolution globale de notre sensibilité. Après Auschwitz, le goulag, Hiroshima et deux guerres mondiales atrocement meurtrières, nous sommes plus que jamais attentifs au respect de la vie et aux droits fondamentaux de l'homme. Comme s'il avait fallu que l'homme aille au plus loin dans la destruction de l'homme pour découvrir le caractère sacré de la personne humaine et ressentir ce sentiment de fraternité universelle. Umberto Eco me disait ainsi, juste avant le changement de millénaire, que cette sensibilité aux droits de l'homme, cette sympathie pour ceux qui souffrent, d'où qu'ils soient, était certainement l'évolution positive la plus significative du XX<sup>ème</sup> siècle. Nous ressentons tous de la sympathie pour les victimes des génocides, des guerres civiles, des actes de barbarie, des catastrophes naturelles, des injustices en tout genre. Les réactions dans le monde entier après les attentats du 11 septembre en sont un signe manifeste.

André Comte-Sponville l'a cependant bien souligné dans son "Petit traité des grandes vertus" (Seuil, 2001), cette sympathie se mue en compassion dès lors que nous ressentons les exigences et les devoirs que la souffrance de l'autre nous impose. Autrement dit, la véritable compassion est aussi action. [...] Contrairement à une pitié passive et méprisante, la compassion est active et respectueuse. Elle consiste à se mettre à la place de l'autre, à rentrer en sympathie avec lui jusqu'à comprendre sa souffrance et l'aider, dans la mesure du possible, à la surmonter en trouvant le geste ou la parole juste.

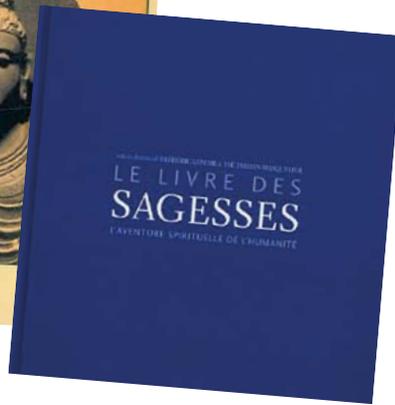
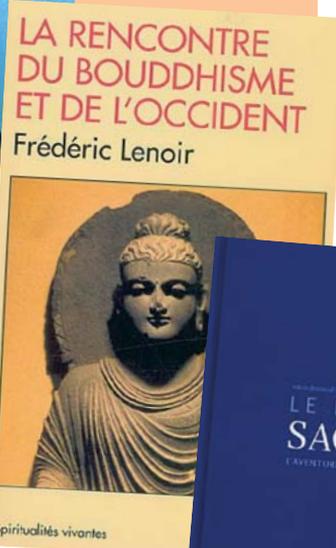
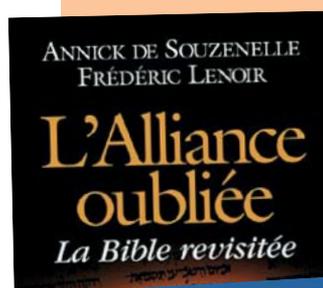
Ce message, que nous redécouvrons aujourd'hui dans un humanisme laïque ou par le biais du bouddhisme tibétain, est en fait au cœur même de toutes les grandes traditions religieuses. « Ce que vous faites au plus petit d'entre mes frères, c'est à moi que vous le faites », disait Jésus aux foules qui le suivaient (Matthieu, 25). A côté de paroles ambiguës ou guerrières qui ●●●

#### BIBLIOGRAPHIE (extraits) :

- Les métamorphoses de Dieu, des intégrismes aux nouvelles spiritualités, Hachette Pluriel, 2003, (10 €)
- La promesse de l'ange, roman (avec Violette Cabesos), Albin Michel, 2004, (20 €)
- L'Alliance oubliée : la Bible revisitée (avec Annick de Souzenelle), Albin Michel, 2005, (17 €)

#### Ouvrages encyclopédiques chez Bayard :

- L'Encyclopédie des religions (avec Ysé Tardan-Masquelier), en 2 tomes, 2000, (42 €)
- Le livre des Sagesse : l'aventure spirituelle de l'humanité (avec Philippe de Tonnac), 2002
- La Mort et l'Immortalité, Encyclopédie des savoirs et des croyances (avec Philippe de Tonnac), 2004 (61 €)



●●● nourrissent les divisions et les fanatismes de tous bords et dont l'actualité est encore pleine, c'est un véritable joyau qui montre que les religions peuvent être, aussi, des ferments de paix.

■ Janvier 2002

## Se transformer

Depuis la fin des idéaux collectifs, religieux ou politiques, le besoin de donner un sens à notre vie individuelle apparaît de plus en plus fort. Et pour la première fois dans l'histoire, nous avons tous accès au patrimoine spirituel de l'humanité. Nous sommes enracinés dans des traditions religieuses et des aires géographiques et culturelles extrêmement diverses, mais je suis frappé des ressemblances qui unissent les principaux courants de spiritualité. Les réponses sont parfois différentes, mais les préoccupations sont identiques, et l'accent est souvent mis sur les mêmes points, à commencer par la situation existentielle de l'homme.

La vie humaine recèle un enjeu majeur : celui d'une libération, d'une connaissance, d'un salut à obtenir. Quelle qu'en soit la cause (péché originel pour la Bible, ignorance pour l'Inde ou les sagesse grecques...), on s'accorde à reconnaître que l'homme naît dans un état d'inaccomplissement, qu'il est paradoxal, malheureux, divisé en lui-même, et qu'il doit tendre vers un état d'accomplissement, d'harmonie, d'unité intérieure. Lao-Tseu rappelait que « *toute contradiction n'est qu'apparente* ». On insiste ensuite sur le fait que cette voie qui conduit de l'inaccompli à l'accompli, de l'ignorance à la sagesse, de la souffrance à la béatitude, commence par l'introspection. « *Connais-toi toi-même* », était-il écrit sur le temple de Delphes. « *Il n'y a qu'une chose à faire : regardez au fond de vous* », répétait à ses disciples le mystique hindou contemporain Ramana Maharshi.

Un autre pôle de convergence concerne la manière d'accueillir la vie. Une attitude d'acceptation, de confiance est nécessaire à la paix de l'âme. Rien ne sert, par exemple, de vouloir changer le cours des événements lorsque nous n'avons aucune prise sur eux. « Ne demande point que les choses arrivent comme tu les désires, mais désire qu'elles arrivent comme el-

les arrivent, et tu seras heureux », écrit le philosophe stoïcien Epictète. De même insiste-t-on partout sur la nécessité de vivre l'instant présent en pleine attention. Nul besoin de faire des exploits ascétiques pour devenir sage ou saint : la spiritualité s'incarne dans l'ici et maintenant, dans la manière de vivre les petites choses du quotidien. « *Dieu se trouve dans les casseroles de votre cuisine* », disait Thérèse d'Avila à ses sœurs.

On rappelle aussi que la liberté se conquiert. L'homme ne naît pas libre, il le devient, par un effort de connaissance (travail de l'intelligence) et de maîtrise de soi (effort de la volonté). On retrouve partout l'idée que le chemin spirituel s'enracine dans des règles morales fondamentales et s'épanouit dans l'amour d'autrui. « *Qui a la compassion possède tous les enseignements, qui ne l'a pas n'en possède aucun* », dit un proverbe tibétain.

On pourrait souligner bien d'autres convergences. Retenons surtout l'idée maîtresse de toutes les spiritualités et sagesse du monde : l'homme est appelé à effectuer un travail sur lui, à opérer une transformation de son être. De celle-ci, il a l'entière responsabilité.

■ Juillet 2002

## SITES INTERNET

- Le Monde des religions : [www.le-monde-des-religions.fr/index.php](http://www.le-monde-des-religions.fr/index.php)



- Revue Psychologies : [www.psychologies.com](http://www.psychologies.com)



## Coucou... me voilà ! Pour ma 131<sup>ème</sup> parution !

Messagère intemporelle, je me pare de mes plus beaux atours  
Ainsi, habillée de mauve pour cette saison,  
je me glisse parmi vous  
Empreinte de sérieux, un brin provocante mais toujours optimiste  
Je suis votre fidèle compagne, votre guide dans cette vie pessimiste

Je me fonds dans votre univers,  
plonge dans votre intimité  
Je fais partie intégrante de vos réflexions au sein des partages  
Et mon regret, au grand découragement de mes géniteurs dépités



C'est de ne recevoir de vous, ni exposés, ni propositions légales

Si de vous je suis parfois le miroir où plonge votre regard  
J'attends plus que votre attention bienveillante et silencieuse  
Ecrivez-moi vos ressentis, confiez-moi vos témoignages  
Nourrissez-moi de votre plume puisque complice de votre ardeur !

(Comité de Rédaction)

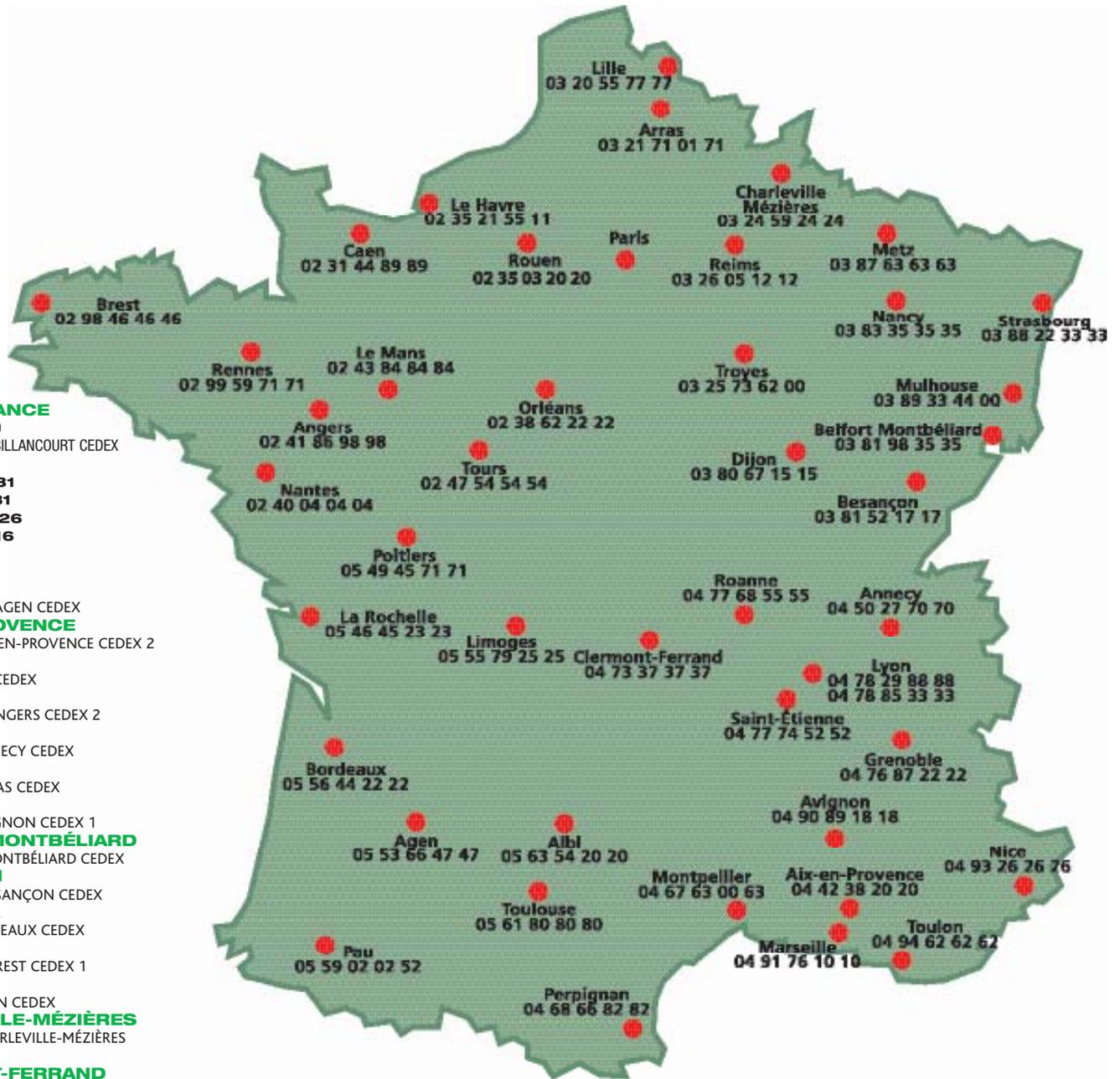


**Siège fédéral - 11, rue des Immeubles Industriels - 75011 Paris**

**Tél. : 01 40 09 15 22 - Fax : 01 40 09 74 35**

Internet : [www.sos-amitie.com](http://www.sos-amitie.com) - Email : [sosfede@sos-amitie.com](mailto:sosfede@sos-amitie.com)

Association loi 1901 reconnue d'utilité publique par Décret du 15 février 1967



▷ **ÎLE-DE-FRANCE**  
 SECRÉTARIAT BP100  
 92105 BOULOGNE-BILLANCOURT CEDEX  
 ▷ **PARIS**  
 01 43 60 31 31  
 01 46 21 31 31  
 01 42 96 26 26  
 01 60 78 16 16

▷ **AGEN**  
 BP 70295 - 47007 AGEN CEDEX  
 ▷ **AIX-EN-PROVENCE**  
 BP 609-13093 AIX-EN-PROVENCE CEDEX 2  
 ▷ **ALBI**  
 BP 70-81002 ALBI CEDEX  
 ▷ **ANGERS**  
 BP 72204-49022 ANGERS CEDEX 2  
 ▷ **ANNECY**  
 BP 360-74012 ANNECY CEDEX  
 ▷ **ARRAS**  
 BP 511-62008 ARRAS CEDEX  
 ▷ **AVIGNON**  
 BP 128-84007 AVIGNON CEDEX 1  
 ▷ **BELFORT MONTBÉLIARD**  
 BP 414 - 25208 MONTBÉLIARD CEDEX  
 ▷ **BESANÇON**  
 BP 1572-25009 BESANÇON CEDEX  
 ▷ **BORDEAUX**  
 BP 84-33008 BORDEAUX CEDEX  
 ▷ **BREST**  
 BP 11218-29212 BREST CEDEX 1  
 ▷ **CAEN**  
 BP 282-14014 CAEN CEDEX  
 ▷ **CHARLEVILLE-MÉZIÈRES**  
 BP 444-08098 CHARLEVILLE-MÉZIÈRES CEDEX  
 ▷ **CLERMONT-FERRAND**  
 BP 72 - 63019 CLERMONT-FERRAND CEDEX 2  
 ▷ **DIJON**  
 MAISON DES ASSOCIATIONS  
 B. V8-2, RUE DES CORROYEURS  
 21068 DIJON CEDEX  
 ▷ **GRENOBLE**  
 BP 351-38014 GRENOBLE CEDEX  
 ▷ **LA ROCHELLE**  
 BP 153-17005 LA ROCHELLE CEDEX 1  
 ▷ **LE HAVRE**  
 BP 1128-76063 LE HAVRE CEDEX  
 ▷ **LE MANS**  
 BP 28 013-72008 LE MANS CEDEX 1  
 ▷ **LILLE**  
 BP 10-59010 LILLE CEDEX  
 ▷ **LIMOGES**  
 BP 11-87001 LIMOGES CEDEX  
 ▷ **LYON**  
 BP 1075-69612 VILLEURBANNE CEDEX

▷ **MARSEILLE**  
 BP 194-13268 MARSEILLE CEDEX 8  
 ▷ **METZ**  
 BP 20 352-57007 METZ CEDEX 1  
 ▷ **MONTPELLIER**  
 BP 6040-34030 MONTPELLIER CEDEX 1  
 ▷ **MULHOUSE**  
 BP 2116-68060 MULHOUSE CEDEX  
 ▷ **NANCY**  
 BP 212-54004 NANCY CEDEX  
 ▷ **NANTES**  
 BP 82228-44022 NANTES CEDEX 1  
 ▷ **NICE**  
 BP 1 421-06008 NICE CEDEX 1  
 ▷ **ORLÉANS**  
 BP 5251-45052 ORLÉANS CEDEX 1

▷ **PAU**  
 BP 555-64012 PAU UNIVERSITÉ CEDEX  
 ▷ **PERPIGNAN**  
 BP 456-66004 PERPIGNAN CEDEX 4  
 ▷ **POITIERS**  
 BP 21-86001 POITIERS CEDEX  
 ▷ **REIMS**  
 BP 2088-51073 REIMS CEDEX  
 ▷ **RENNES**  
 BP 70837-35008 RENNES CEDEX  
 ▷ **ROANNE**  
 19, RUE BENOÎT-MALON 42300 ROANNE  
 ▷ **ROUEN**  
 BP 1104-76174 ROUEN CEDEX 1  
 ▷ **SAINT-ÉTIENNE**  
 BP 191-42005 SAINT-ÉTIENNE CEDEX 1

▷ **STRASBOURG**  
 BP 125-67028 STRASBOURG CEDEX 1  
 ▷ **TOULON**  
 BP 2 028-83060 TOULON CEDEX  
 ▷ **TOULOUSE**  
 BP 31327-31013 TOULOUSE CEDEX 6  
 ▷ **TOURS**  
 BP 11604-37016 TOURS CEDEX 1  
 ▷ **TROYES**  
 BP 186-10006 TROYES CEDEX  
 ▷ **ÉCOUTE VIA INTERNET**  
[appel@sos-amitie.com](mailto:appel@sos-amitie.com)

▷ **ENGLISH SPEAKING**  
 01 46 21 46 46  
 BP 43 - 92101 BOULOGNE CEDEX