Une majorité de femmes souffrent — souvent sans le savoir — de ne pas avoir la vie sexuelle qu'elles souhaitent : être à l'aise avec les sensations, pouvoir les ajuster à celles du partenaire, bénéficier ainsi des vertus reconstituantes du partage amoureux.

Au croisement de la gynécologie, de la médecine chinoise, de la psychanalyse et de l'approche transgénérationnelle, le docteur Flaumenbaum, gynécologue et acupunctrice, s'appuie sur plus de trente ans d'expérience pour expliquer comment les femmes d'aujourd'hui construisent leur sexualité, la place qu'y tient la mère, pourquoi le plaisir ou même le désir sont si peu souvent au rendez-vous, et comment faire pour y remédier.

Un livre qui devrait revigorer les hommes et dynamiser les femmes.

Couverture : © Atelier Rezai - Guias - Vigne.

9 782228 900751

www.payot-rivages.fr

Prix : 17 €
ISBN : 2-228-90075-3

Dr Danièle Flaumenbaum

Femme désirée, femme désirante

PAYOT

Dr Danièle Flaumenbaum

Femme désirée, femme désirante

PAYOT

plus dans la construction dynamique de leur statut d'adulte.

Ne nouer avec les hommes que nous aimons que des liens d'amour et de tendresse recrée obligatoirement de la dépendance. L'inertie qui en découle fait non seulement perdre à la femme ses initiatives, mais engendre aussi une disparition de son désir sexuel d'être pénétrée. La flèche du temps s'étant ainsi inversée, nous retombons en enfance dans un érotisme qui peut être libre, ludique et délicieux, mais qui reste éternellement en surface.

« Que je puisse confondre mon mari et mon père, moi qui n'y connais rien à la psychanalyse, j'aurais pu m'en douter. En tout cas, je peux l'imaginer. Mais que je puisse confondre mon mari et ma mère, ça, je n'y aurais jamais pensé », me disait une cliente.

Les conceptions de la psychanalyse qui se répandent dans le social depuis un certain nombre d'années mettent surtout l'accent sur le fait qu'une femme va rechercher dans sa vie amoureuse un homme qui ressemble au père qu'elle a aimé ou à celui qu'elle aurait voulu aimer. C'est tout à fait vrai, mais cela concerne la période de vie de la petite fille à partir de ses trois ans. Avant cela, il existe une période de construction antérieure à nos trois premières années de la vie où la petite fille se construit dans le corps à corps affectif avec la mère. C'est alors que les hommes que nous choisirons auront

plus tendance à nous séparer de nos mères que de ressembler à nos pères. Mais cela ne nous empêchera pas de les aimer aussi comme nous avons aimé nos mères !

La femme et la mère en nous

« Lorsque j'ai eu mon enfant, me disait Françoise, une autre cliente, je confondais la mère et la femme en moi. Je ne savais pas que ce n'était pas la même chose. Aucune femme ne m'avait dit que ce n'était ni les mêmes pensées ni les mêmes sensations et émotions qui animaient la mère et la femme. Pour moi, la femme et la mère avaient toujours été confondues. J'étais persuadée qu'une mère était forcément une femme, ou plutôt qu'elle le devenait, en devenant mère. Je me disais que si nos mères n'avaient pas été heureuses dans leur vie de femme, c'est qu'elles avaient été accablées de tâches maternelles. Je n'avais jamais rencontré de femmes qui considèrent la sexualité comme une force de régénération de sa dynamique personnelle. J'attendais, confiante, l'expansion sexuelle de la femme maternante que j'étais. Je pensais qu'il fallait juste améliorer le système qui m'avait éduquée, mais je ne savais pas qu'il fallait considérer les choses tout à fait autrement. Dans ma famille, la sexualité n'était pas ouvertement interdite, elle n'existait pas. C'est seulement maintenant que

je découvre que le plaisir sexuel me fait du bien, me donne confiance, me fait exister et me propulse. »

Pour Françoise, la sexualité n'était pas interdite, elle était méconnue dans sa dimension adulte. Le manque d'éducation sexuelle n'empêche pas une histoire d'amour de se nouer, pas plus que cela n'empêche de faire des enfants. Si cette histoire d'amour opère une ouverture du cœur, elle n'ouvre pas automatiquement le sexe. Elle ouvre aux caresses, aux baisers, à la tendresse. Elle soulève des sensations et émotions de confiance et de partage qui sont les mêmes que celles du petit enfant porté, lavé, changé et caressé par sa mère. On y emploie d'ailleurs les mêmes mots doux : « mon chouchou », « mon doudou », « mon bébé », « mon nounours ». Ces paroles nous bonifient, nous rassurent, mais si l'on en reste là, au lieu de s'affirmer dans l'âge adulte, on régresse sans réaliser ni comprendre pourquoi la sexualité n'est pas réellement au programme de notre vie, ou plutôt pourquoi on ne réussit pas à la vivre vraiment.

Pourquoi régresse-t-on quand on aime ?

Chaque étape de notre vie qui nous fait avancer provoque une émotion qui nous déstabilise. La régression est un processus naturel qui nous permet de retrouver du « déjà connu », un

contexte affectif antérieur, pour renouer avec la confiance. Nous pouvons reprendre pied, nous sommes alors rassurés et reprenons des forces pour nous ressaisir et nous stabiliser à nouveau. La régression donne la possibilité de retrouver en nous un socle suffisamment stable qui, nous redonnant une sécurité de base, nous permet de pouvoir rebondir. Elle fait du bien, elle soigne. C'est « reculer pour mieux sauter ». Dans l'amour, régresser nous permet de « re-contacter » notre peau de bébé. Retrouver la totale confiance du bébé en sa mère afin de pouvoir, en toute tranquillité, s'ouvrir au nouveau monde que nous avons envie de construire avec l'homme aimé.

Que l'on soit un homme ou une femme, c'est donc d'avoir eu une mère aimante et sécurisante qui permet de se donner à l'autre.

Ce n'est donc pas cette qualité d'amour inconditionnel, total et confiant qui est à remettre en cause ou à exclure. L'amour d'un homme remet en scène la puissance de l'amour qu'on a eu pour ses parents, et c'est ce qui lui donne son intensité. L'important est de se rendre compte que l'amour maternel n'est suffisant ni à l'épanouissement de notre vie adulte ni au bon fonctionnement de notre couple. L'amour adulte inclut la « vivance » de son sexe et fêter la rencontre des sexes, cela s'apprend.

L'amour maternel n'est pas sexué

« Je n'ai pas manqué d'amour, j'ai manqué d'instruction, me disait Corinne, une femme du même âge que moi. Par ignorance, je suis restée avec les hommes que j'ai aimés dans l'amour maternel. J'ai aimé des hommes en les aimant comme une mère. En vieillissant, je me rends compte que, dans un couple, rester dans l'amour maternel conduit, à plus ou moins long terme, à des abus et des déchirures. Chacun revendique sa part et tout le monde est blessé. »

Se retrouver à vivre sous le même toit recrée l'espace commun de l'amour maternel. Devenir soi-même le soutien, l'assistant, le réconfort de l'homme aimé va favoriser une autre confusion de l'amour. La femme qui aime son homme comme sa mère va se mettre à l'aimer aussi comme son enfant. Qu'elle ait eu une mère abusive et intrusive, ou une mère absente et perdue, elle va, à plus ou moins court terme, emboîter le pas au modèle qui lui est familier. Elle va devenir envahissante ou, au contraire, absente, ou plutôt : et intrusive et absente !

Le grand piège du maternel est alors de tout savoir pour l'autre. Soit la femme se met à traiter l'homme aimé comme un enfant (« Ne rentre pas trop tard, ne prends pas froid, fais attention »), soit elle sait pour lui comment il doit se comporter. C'est ainsi que, sans le savoir, Corinne s'est comportée avec son premier mari : « Comme

nous ne formions qu'un corps à nous deux, je pensais que je connaissais son propre fonctionnement. Je n'avais pas besoin de lui pour savoir pour lui. Ma mère se comportait de cette façon avec mon père. Je n'avais pas compris que cette attitude insupportait mon père et le faisait fuir. Je me découvrais beaucoup plus intrusive que je ne le croyais, moi si douce et si respectueuse... »

Ce sont en effet ces comportements envahissants qui bloquent le désir et font que les hommes se rétractent comme des escargots. Les individus ne peuvent se désirer que s'ils sont séparés. On peut être l'un pour l'autre un soutien, un assistant, un réconfort, cela fait partie de l'amour, mais cet amour doit permettre à l'un et à l'autre de respirer et d'exister comme ils le souhaitent.

Confondre l'homme aimé avec une mère ou avec un enfant, cela revient au même : le désir sexuel disparaît. Pour que le couple se déploie, se propulse et acquière de la maturité, l'homme et la femme ont besoin de s'apprécier dans la valeur de leurs différences.

Mais ce ne sont pas les qualités maternelles de la femme qui mettent en danger le couple, c'est la façon dont elles vont envahir tout l'espace de la vie commune et annihiler la sexualité. Le maternel a besoin d'être dynamisé par le féminin pour rester généreux.

« Dans ma famille, dit encore Corinne, on encensait les mères et respectait les pères, mais

les hommes et les femmes n'existaient pas. On ne devenait pas homme ou femme. Les parents restaient éternellement des filles ou des fils de leurs propres parents, ils étaient asexués. » Dans cette ambiance où « tout le monde était le tout de tout le monde », comment la petite fille qu'elle était pouvait-elle se repérer ?

En étant heureuse d'être mère et en lui donnant un père heureux de l'être, la mère ouvre à sa fille l'accès à sa future maternité. En se sentant femme et heureuse de l'être, dans l'échange et le plaisir sexuel avec l'homme qu'elle aime, la mère permet à sa fille de se doter d'un avenir de femme jouissante et créative dans sa vie sexuelle.

L'amour maternel n'est pas sexué. C'est en cela qu'il est nécessaire à l'enfant. Adulte, en revanche, nous avons besoin de considérer et de faire vivre notre anatomie pour nous régénérer et évoluer. Notre sexe est une source de vie dont la fonction est de nous rendre autonome en nous séparant de notre famille et de nous propulser pour que nous devenions nous-même. Si nous n'utilisons pas la sexualité pour nous alimenter, une partie de nous restera toujours « petite fille » et sera comme une enfant malheureuse et insatisfaite puisque inachevée. C'est comme s'il était impossible que l'amour d'un homme puisse égaler ce que l'on a connu ou ce que l'on aurait dû connaître avec sa mère.

CHAPITRE II

Le sexe vivant : une anatomie dynamique

La circulation des énergies sexuelles

« Aujourd'hui, me dit Catherine, je viens pour une leçon d'anatomie. J'en ai marre de mes cystites[1]. » Bien que Catherine vienne me consulter depuis quelque temps déjà, je ne m'étais pas rendu compte qu'elle n'avait aucune représentation de son corps ni du fonctionnement de celui-ci.

À l'aide d'un mannequin et de schémas, je lui fais donc un cours d'anatomie. Je lui montre le petit bassin et les différents organes contenus dans cette cavité qui est la base de notre corps. Elle est fermée en bas par un muscle puissant et complexe, le périnée, qui, en chinois, est appelé « muscle des ancêtres ».

1. Cystite : inflammation de l'urètre et de la vessie qui donne toujours envie d'uriner.