

LE DÉSIR

[Agnès Verroust](#)

Traiter du désir sexuel est une sorte de défi. Le désir est à la fois une question fondamentale et un écueil, car quoi de plus mystérieux, en particulier lorsqu'il est absent ! Lors de ce Café-Psycho, nous parlerons donc du désir, mais vos questions détermineront si nous évoquons le désir dans le couple, le désir que nous ressentons, ou pas, le désir qui nous pousse vers l'autre, le désir de l'autre qui nous importune, ou tout autre forme de désir.

Le désir est une émotion tellement intime, tellement personnelle, tellement fragile qu'il n'est pas si simple de la décrire. D'autant plus que cette émotion naît dans l'interaction entre deux personnes, contrairement à d'autres émotions, comme la colère, la joie, le dégoût, etc. qui peuvent apparaître en dehors de toute interaction. Je vais donc tenter de définir le désir, de vous proposer quelques règles pour favoriser son épanouissement, et je terminerai par une question qui renvoie à l'éthique du désir.

1 Définition

Pour définir le désir, j'ai utilisé le Dictionnaire de la sexualité humaine qui propose plusieurs entrées : le désir, le désir amoureux, le désir sexuel et le désir excessif .

Le désir est une intention ou une tendance irréprouvable vers un objet, une pulsion ou une impulsion assumée par le sujet. Son destin varie selon les auteurs : selon Lacan, le désir satisfait est automatiquement anéanti tandis que Goethe considère que la satisfaction intensifie et renforce le désir. Quoi qu'il en soit, le désir est une forme particulière de relation d'objet. On peut considérer que le désir se distingue du besoin parce que ce dernier est plus anonyme et stéréotypé, peut-être encore plus soumis à sa base biochimique (dopamine, noradrénaline et testostérone).

Le désir amoureux est "une mentalisation à prédominance émotionnelle liée à des besoins de chaleur, d'intimité, d'affection, de sécurité affective pouvant aller jusqu'à des besoins de fusion importants." (Claude Roux-Deslandes)

Le désir sexuel selon Claude Roux-Deslandes peut aussi se définir comme "une mentalisation, une anticipation positive d'un plaisir érotique qui inclut la mise en place d'une excitation sexuelle et qui répond à un besoin érotique". Des réactions neurobiologiques et hormonales sous-tendent le désir sexuel. Il connaît plusieurs facettes :

- Désir coïtal de procréation
- Désir coïtal de recherche fusionnelle
- Désir coïtal de consolidation d'un lien affectif
- Désir sexuel comme régulateur des tensions
- Désir sexuel à prédominance sensorielle
- Désir coïtal comme renforçateur de l'identité sexuelle
- Désir sexuel coïtal.

Le désir sexuel coïtal peut être associé ou non au désir amoureux.

Le désir sexuel excessif est le terme qui a remplacé les termes anciens devenus péjoratifs de *satyriasis* et de *nymphomanie*. L'idée d'excès est soumise à des valeurs, à ce qu'on considère comme normal à une époque et dans une société donnée. L'homme est avant tout un être de culture, et son désir s'organise dès l'adolescence en fonction des normes en vigueur. Le désir sexuel excessif exige des partenaires consentants, voire complices. Un désir sexuel excessif peut être en lien avec un trouble de la personnalité, comme un épisode hypomaniaque ou une hyperthymie persistante. Il peut être associé à un fort niveau d'exigence, un haut niveau d'activité, et des comportements d'irritabilité ou d'agressivité ainsi qu'à un sentiment de toute puissance. (Philippe Brenot)

2 Les valeurs favorables à l'épanouissement du désir sexuel

Bien que le désir soit une composante individuelle, il nécessite pour s'épanouir un environnement favorable. Les conditions qui suivent sont aussi celles de la santé sexuelle, définie comme "un état de bien-être physique, émotionnel, mental et social en relation avec la sexualité". Cet environnement favorable se décline selon sept valeurs :

L'autonomie

Pour s'autoriser à avoir du plaisir, à désirer et à être désiré, il faut se connaître : connaître son corps et avoir l'espace nécessaire pour faire ses propres choix.

Le consentement

Il faut savoir dire oui et savoir dire non. L'ambivalence, consentir à des pratiques imposées par exemple, conduit souvent à la disparition du désir.

La sécurité

Le sentiment de sécurité renvoie à cette valeur souvent mise en avant par les couples, la confiance. Si celle-ci se focalise souvent sur les problématiques d'exclusivité sexuelle, il s'agit plus généralement de la croyance en la fiabilité de l'autre, de sécurité affective et matérielle. Pour prendre un exemple très terre à terre, un reproche du genre "tu ne penses jamais à acheter du café quand il n'y en a plus" porte sur la confiance, pouvoir se reposer sur l'autre.

La satisfaction

C'est un ressenti à la fois corporel et affectif dont la recherche va permettre la naissance du désir. Elle peut être entravée par l'éducation, et au sein du couple, par la frustration, la déception ou la douleur.

Le respect

Pour être libre de son désir dans le couple, il faut se sentir considéré, c'est-à-dire respecté non seulement comme être humain mais encore dans ses demandes, ses attentes et ses différences.

Paradoxalement, trop de respect tue le désir en entravant l'imagination, la spontanéité et en créant trop de distance. Trop de respect peut interdire certaines pratiques, par exemple, et par là-même, limiter la montée de l'excitation jusqu'à l'empêcher totalement.

L'égalité

C'est, en France, une de nos valeurs fondamentales, même si l'on sait que nous en sommes loin. Dans le couple, comme pour le citoyen, elle représente un idéal qui fonde le contrat, quand bien même dans les faits elle est difficilement acquise.

La réciprocité

Il n'y a pas de don sans contre-don. Se donner, c'est donner à l'autre du plaisir, mais aussi témoigner de sa gratitude pour le plaisir reçu. Sans espoir de recevoir en échange, le don n'est qu'un sacrifice. Sans cette réciprocité, on voit bien que les autres valeurs sont mises à mal.

3 Conclusion

Pour lancer le débat, j'évoquerai une situation réelle où le désir est problématique, et qui par contraste illustre la nécessaire présence de ces valeurs. Il s'agit d'une jeune femme qui pose comme modèle photo pour du nu artistique. Elle s'interroge sur l'excitation sexuelle des photographes, car, comme ils sont en situation professionnelle, elle s'attend à ce qu'une barrière mentale s'interpose à leur excitation. Elle-même est infirmière et confrontée elle aussi dans l'exercice de son métier à des corps nus.

Il me semble que au-delà des valeurs professionnelles différentes des métiers artistiques ou médicaux, c'est aussi une situation où les valeurs indispensables à l'épanouissement du désir sont absentes, ou négligées.

4 Bibliographie

ABRAHAM G., BRENOT P., ROUX-DESLANDES C., "Désir", *Dictionnaire de la sexualité humaine*, L'Esprit du temps, 2004.

BRENOT P., *Les Femmes, le sexe et l'amour*, Les Arènes, 2012.

DE SUTTER P., Doyen V., *Désir, roman sexo-informatif*, Odile Jacob poches, Psychologie, 2014.

MIGNOT J., "Les sept valeurs de la santé sexuelle au service du désir sexuel dans le couple", *Sexualités humaines* n° 38, 2018.