

“Peut-on aimer son conjoint sans lui faire l'amour?”



Sexologue depuis quarante ans, le Dr Jacques Waynberg déplore la souffrance croissante des femmes culpabilisées par une société valorisant la performance sexuelle.

Vous souffrez d'une baisse ou d'une absence de libido ? Vous ressentez cela comme une anomalie à une époque où le sexe est omniprésent ? Le Dr Jacques Waynberg, qui est l'un des fondateurs de l'Institut de sexologie, à Paris, répond aux questions que vous vous posez probablement.

France Dimanche : Pourquoi un tel courroux contre ce que vous appelez « la société de la consommation sexuelle » ?

Jacques Waynberg : Je m'insurge contre cette vague médiatique de la performance sexuelle ! Franchement, excusez-moi du terme, mais le cul, il y en a marre ! Et c'est un sexologue qui vous parle. Le sexe commercial, ce business racoleur, est partout : à la télévision, au cinéma, dans les pubs et sur Internet. Quel modèle de la relation homme-femme nous propose-t-on ? Un monde de galipettes avec des hommes consommateurs et des femmes consommables ! Regardez ce qu'est devenue l'élection de Miss France... Nous sommes là face à un mirage, totalement factice, qui n'a rien à voir avec la vraie vie et qui culpabilise les gens. Résultat : des femmes et des hommes perdus viennent dans mes consultations, car ils ne se reconnaissent pas dans ce schéma caricatural. Je les rassure, en leur posant la question suivante : « Soyez vous-même et demandez-vous pourquoi vous avez envie de faire l'amour. » L'idée est de donner un sens à leur sexualité. Sachant qu'avec l'âge, de nombreuses personnes aiment leur conjoint sans pour autant avoir besoin de relations charnelles.

F.D. : Vous leur expliquez que l'amour peut s'exprimer autrement que par le sexe ?

J.W. : Oui. Un couple qui vieillit s'installe forcément dans une routine. Ajoutez à cela des rhumatismes, le mal de dos ou une phlébite... Mais cela ne signifie pas la fin de l'amour, bien au contraire. Quand le sexe s'estompe, il reste le respect de l'autre, les mille et une attentions touchantes, la pudeur, la tendresse, la gentillesse et la douceur. Même au bout de cinquante ans de vie commune, il faut veiller à ranger sa brosse à dents et à ne pas se promener tout nu devant sa compagne. Ce savoir-vivre et cette délicatesse engendrent tant de belles choses, qui ne sont pas si éloignées de l'érotisme. Les couples qui comprennent cela sont indestructibles. Ils vont rester unis jusqu'à la mort.

F.D. : Les couples qui n'ont plus de sexualité seraient donc plus solides que les autres ?

J.W. : Bien sûr ! Car ils vivent une relation pleine d'affection qui s'inscrit dans la durée. Mais à cause de l'âge ou des maladies, ils n'ont plus une activité sexuelle trépidante. Et alors ? Ils s'aiment, ils s'adorent, mais sans faire l'amour. Ils sont à contre-courant dans notre société de la performance sexuelle, avec ces laboratoires pharmaceutiques qui gavent les hommes de médicaments pour prétendument retrouver une libido miraculeuse. Mais le sexe est une histoire complexe qui ne se résume pas à prendre du Viagra après 45 ans pour améliorer son érection. Un peu d'intelligence ! En outre, les vieux couples sont bien plus solides que ces trentenaires frivoles qui divorcent à la première incartade venue, en abîmant leurs enfants au passage.

F.D. : Docteur, vous affirmez que la sexualité défie toute norme...

26% des Françaises se passent de sexe

Selon une étude menée conjointement par les laboratoires Lilly et Ipsos-santé (1 000 personnes interrogées), la fréquence des rapports sexuels diminue régulièrement avec l'âge. Après 50 ans, les couples ont en moyenne 1,8 rapport par semaine. Plus étonnant : si 50% des hommes supportent très mal de ne pas faire l'amour pendant plusieurs mois, 26% des femmes se passent volontiers de sexualité. Le motif principal évoqué pour ne avoir de rapports est, pour l'homme, le manque de temps (22%) et, pour les femmes, la fatigue (48%). Malgré les changements de mentalité, le sexe reste un sujet tabou, puisque seulement une personne sur trois ose parler d'un problème sexuel intime à son médecin généraliste. Enfin, en France, 1% des femmes n'auraient jamais eu de sexualité de toute leur vie...

J.W. : Oui. Parce qu'il s'agit d'une affaire intime : à chacun sa sexualité, son imaginaire érotique et ses plaisirs. Et au diable cette déplorable norme sociale « jeuniste » qui érotise à outrance et qui ne respecte plus l'être humain dans son individualité. La télévision nous ment, en nous faisant croire que les jeunes de 25 ans ont l'apanage d'une sexualité épanouie. Foutaise : à cet âge-là, ils sont débutants et ne connaissent rien aux raffinements de l'amour. Ils font du chiffre, mécaniquement, maladroitement ! À 45 ans, avec l'expérience et la maturité, les femmes sont des amantes plus intéressantes. La sexualité est comme la culture : plus l'on vieillit, plus l'on s'instruit et plus l'on est érudit.

F.D. : Quel conseil donneriez-vous aux femmes qui veulent renouer avec le plaisir conjugal ?

J.W. : Je leur dis : prenez soin de votre personne, respectez-vous et réappropriez-vous votre corps. Je les incite aussi à réfléchir au potentiel érotique de leur couple. Et ce potentiel existe à tout âge et chez à peu près tout le monde. N'oubliez pas que le désir de l'autre, la pulsion amoureuse et les fantasmes existent jusqu'à notre dernier souffle. Car ils font partie de la vie. Même à 99 ans, on peut renouer avec le désir et l'amour. ■

Recueilli par Lionel COUTAT

À lire

La sexualité, de Jacques Waynberg, Les essentiels Milan, 5,90 €.

• Consultations de Jacques Waynberg : Institut de Sexologie, 57, rue Charlot, 75010 Paris. Tél. 01 42 71 10 30. www.sexologie-fr.com

