

# La sexualité au croisement des émotions et des sensations

Rev Med Suisse 2013; 9: 612-5

**G. Abraham  
D. Vlatkovic**

**Pr Georges Abraham**  
Avenue Krieg 13  
1208 Genève

**Dr Dejan Vlatkovic**  
Rue de Vermont 9  
1202 Genève

## Sexuality between emotions and sensations

All sexual activity seems to revolve around a mix of sensations and feelings. The complexity of this combination sometimes makes it difficult to determine which aspect predominates. Other times, on the contrary, it is very clear which one plays the main role.

In addition comes the question of the level of consciousness implicated in a possible confrontation between reality and imaginary, reality and dreams.

Toute activité sexuelle semble se jouer autour d'un mélange de sensations et de sentiments. Mélange parfois très intriqué, il est difficile de pouvoir déterminer lequel de ces deux éléments prédomine. Parfois, au contraire, on peut assister à une prévalence nette tantôt de la composante sensitive et sensorielle, tantôt de la composante émotionnelle.

En outre apparaît la problématique du niveau de conscience impliqué dans une confrontation à cet égard entre état de veille et sommeil; cela à son tour implique également une confrontation entre réalité et imaginaire, réalité et rêves.

## À PROPOS DE L'AUTOPERCEPTION

Si l'on se réfère à l'identification d'une personne, on dispose d'un certain nombre de moyens désormais reconnus par toutes les cultures. Il y a des papiers, en général munis d'une photographie correspondant à l'âge de la personne en cause. Il y a éventuellement la prise d'empreintes digitales, aussi bien que l'examen de l'ADN. Il y a, s'il le faut, la reconnaissance de la part d'un membre de la famille ou d'un ami si l'on cherche à identifier une personne soudain décédée dans un lieu public, ou quelqu'un qui se révèle tout à fait incapable de dire son nom ou d'indiquer son adresse.

Toutefois, si nous nous trouvons dans une situation d'observateur extérieur d'une personne, voulant non seulement établir officiellement son identité, mais s'agissant pour nous d'une personne bien connue, nous tenons à vérifier déjà par un simple coup d'œil les éventuels changements que cette personne a pu subir entre-temps.

En voulant pour ainsi dire nous transférer dans le monde intérieur de quelqu'un, comme peut le faire un ami, un partenaire, un membre de la famille, mais aussi un médecin, un investigateur, un religieux, nous ne pouvons nous fier qu'à des présomptions, à des projections de notre imaginaire, ou aux seules réponses que cette personne peut donner à nos questions.

En revanche, si l'observation en cause se mue en une observation portée sur nous-même, cela modifie presque entièrement la perspective. Nous en arrivons à une autoperception qui, de prime abord, peut sembler facile et allant de soi, mais qui en réalité peut se révéler parsemée de plus d'une embûche. Il est évident, par exemple, que nous aurons une perception différente de nous-même à des âges différents, ou à des niveaux de conscience différents tels qu'en plein état d'éveil ou somnolent, mais aussi si nous sommes sous l'emprise d'une joie ou de tendances dépressives, si nous poursuivons un projet qui nous tient à cœur, ou si nous ne ressentons que de l'indifférence ou du souci devant notre avenir, ou encore si nous subissons l'effet d'une drogue ou d'un médicament ou les conséquences d'un abus alcoolique. Tous ces différents états pourraient en somme changer complètement la donne pour aboutir à un tableau de nous-même superposable à une auto-identification vraiment pertinente.

En outre, pris par des propensions hypocondriaques, nous pouvons ressentir notre propre corps ou des parties de celui-ci comme quelque chose de menaçant,



alors que, en train de faire du jogging, nous pouvons facilement métaboliser les éventuelles perceptions désagréables surgissant de notre corps qui est à ce moment-là soumis à un effort, mais un effort engendré volontairement.

En un mot, autant la disparition ou une perception plus difficile des sensations pour nous habituelles ou la soudaine ou progressive apparition en nous de sensations inhabituelles peuvent nous faire vaciller dans notre identité foncière. Sommes-nous encore entièrement nous-même, ou des intrus, tels des microbes, se sont-ils infiltrés à l'intérieur de notre corps, risquant de nous faire devenir, par moments du moins, étranger à nous-même ? Or, il n'est pas dit que ces sensations soudain absentes ou trop présentes doivent ne comporter en principe que du désagrément, comme peut le faire la menace d'une maladie ou le constat d'une dysfonction. Dans le cas spécifique de l'activité sexuelle, tout se configure en définitive comme un manque de plaisir ou de désir ou, si l'on préfère, comme une satisfaction programmée qui manquerait au rendez-vous.

Toujours est-il que le manque d'une satisfaction érotique prévue et souhaitée peut déterminer une forme de déséquilibre, si transitoire soit-il, dans les rapports de tout un chacun avec son propre corps. Surtout si cette déception érotique se répète avec une certaine fréquence. En n'oubliant pas, surtout, que la perception de soi que l'on a au niveau physique constitue l'un des piliers de toute identité personnelle.

De plus, alors que par exemple la douleur est une perception en soi plutôt anonyme, dans le sens que tout le monde la reconnaît comme possible pour qui que ce soit, le plaisir est davantage connecté avec sa propre manière d'avoir habituellement à faire avec son propre organisme. En somme, le plaisir est susceptible, plus que la douleur, d'être une « affaire personnelle ». Et en outre, le plaisir a en général une durée plus courte que la douleur.<sup>1-4</sup>

## UNE ÉMOTION EN VAUT-ELLE UNE AUTRE ?

Comme on le sait, du point de vue qualitatif les émotions sont soumises à une distinction impitoyable : d'un côté les émotions de tonalité agréable, comme la joie ou l'espoir, et de l'autre côté les émotions « maudites » comme la peur ou la honte. On pourrait aussi, par voie analogique, parler respectivement d'émotions amies pour les premières et d'émotions ennemies pour les deuxièmes.

Cependant, si l'on prend en considération l'intensité réelle ou virtuelle des différentes émotions bien connues de nous tous, on doit souvent admettre que les émotions prétendues négatives sont celles qui sont susceptibles d'atteindre une « force de frappe » inatteignable par des émotions « bonnes et gentilles ». Plus encore, les émotions dites négatives, à côté de leur possible intensité maximale, se révèlent davantage persistantes que les émotions positives.

Suite à une réflexion ultérieure, il est concevable d'en arriver à une hypothèse ayant, elle, quoi qu'il en soit, le mérite de nous dévoiler un monde inconnu. Un monde où une émotion donnée, ayant donc atteint une intensité très forte, pourrait se convertir en une tout autre émotion. Cela semble dépendre non pas tellement de sa qualité, mais plutôt de sa capacité à atteindre une intensité hors normes.

De telle manière que par exemple la peur, capable comme elle est de s'agrandir à démesure, peut se transformer tout d'un coup en rage, et vice-versa. Simplement, cette transformation permet aussi d'annuler d'emblée l'existence de l'émotion première. Là où est apparue soudainement une forte rage, la peur s'est envolée. Si donc, répétons-le, une peur devenue très intense – ou peut-être trop intense – se mue brusquement en rage, et par là en agressivité, elle disparaît en tant que peur tout en gardant la même intensité. Pour imaginer ce phénomène poussé à l'extrême, on pourrait souligner l'impression que cette peur n'avait jamais existé en tant que telle.<sup>5</sup>

En suivant les traces de telles « conversions », on aboutirait également à ce que l'amour se transforme en haine, étant donné que la haine pourrait disposer, d'un point de vue qualifiable d'énergétique, d'une intensité supérieure à celle de tout élan amoureux. Ne croyons pas, cependant, que le lien entre deux personnes qui soudain se détestent alors qu'elles s'aimaient tant devienne plus faible et s'autodétruit. Il n'est au contraire pas impossible que ce lien devienne encore plus fort et plus persistant à travers le mépris. Il suffit de penser à cet égard à un scénario mis en scène par Elizabeth Taylor et Richard Burton dans la fameuse pièce d'Alby « Qui a peur de Virginia Woolf ? ».

Pour en revenir tout à fait à l'érotisme et à la vie sexuelle d'un couple, on peut également se pencher sur un autre aspect du problème. Si une émotion devenant trop intense ne dispose pas de cette issue de se transformer en une autre émotion d'intensité équivalente, que va-t-il se passer ? Car, à la rigueur, cette étrange conversion émotionnelle pourrait représenter une soupape indispensable, étant donné que la transformation en cause peut déterminer un enchaînement consécutif susceptible d'amener l'émotion d'origine à changer de cap. Ainsi, une peur devenue rage n'empêche pas cette dernière de devenir par exemple jalousie, donc une rage dirigée contre quelqu'un de précis. A son tour, la jalousie pourrait engendrer de la honte, et ainsi de suite, jusqu'à faire perdre complètement de vue la peur du départ. Ou bien, si l'on préfère, à donner davantage de possibilités explicatives d'une émotion parfois vécue à l'origine comme inexplicable.

Il n'empêche que si cette transformation d'une émotion en une autre ne peut pas avoir lieu, il reste l'éventualité de faire dériver cette émotion vers une perception sensitive ou sensorielle capable de prendre en charge sa trop forte intensité. C'est ici et à ce moment que peut prendre forme une divergence problématique dans la vie sexuelle : l'intensité de la perception sensitive lors des rapports sexuels pourrait se réaliser au détriment de l'élan sentimental, ou au contraire, la présence ressentie comme nécessaire d'un élan sentimental suffisant pourrait être maintenue au prix d'un affadissement des perceptions corporelles aptes à amener à l'orgasme.

## LE DIALOGUE PERCEPTIF DANS LE COUPLE

Faisons à l'instant un détour dans le domaine spécifique de la psychiatrie.<sup>6</sup> Il est notoire qu'un état dépressif est susceptible d'entraîner des intentions suicidaires, intentions qui sont naturellement attribuées au désespoir, à



une perte du goût pour la vie, etc. Cependant, on pourrait postuler que, la dépression n'étant en soi que l'expression d'une émotion négative devenue très forte, cette émotion, difficile à endosser tendrait à engendrer des sensations également très fortes représentées par la violence sensitive de l'acte de se donner la mort. D'autant plus que parfois, au lieu d'en arriver à un suicide proprement dit, tout se borne à des blessures auto-infligées.

En faisant marche arrière en direction de la sexualité, il n'est pas impossible de concevoir qu'un état dépressif qui, dans un premier abord, semble couper net à la racine tout désir érotique puisse au contraire produire des réactions inattendues de marque sexuelle. Jusqu'à en arriver à des agressions sexuelles où, bien qu'il s'agisse là de cas relativement rares, s'exprimeraient des propos suicidaires par des excès orgasmiques jusqu'à l'épuisement.

En essayant d'insérer tout cela dans le contexte d'une vie sexuelle de couple, il devient possible d'imaginer, chez les deux membres de ce couple, des influences réciproques d'autoperceptions, qu'elles soient émotionnelles ou sensibles, se répercutant en tout cas sur les perceptions propres à chacun des deux partenaires. Car l'intensité des perceptions érotiques, par exemple lors d'un coït, pourrait être conditionnée tantôt par le niveau d'engagement sentimental des deux, tantôt au contraire par un désengagement émotionnel apte à favoriser les perceptions purement sensibles.

Mais puisqu'il s'agit ici d'un couple et non d'un individu isolé, il se pourrait qu'à tour de rôle un des deux partenaires devienne le pivot de l'équilibre sexuel conjugal, en permettant tant aux sentiments qu'aux sensations de se tenir ensemble. Comme, inversement, l'un des deux partenaires pourrait à l'occasion déterminer un état de déséquilibre érotique, sans d'ailleurs s'en rendre compte. Il suffirait par exemple que l'un des deux couve des tendances dépressives pour que le climat érotique s'éteigne, ou alors qu'il donne lieu à un virage proprement agressif. Que cette mutation susceptible, de nouveau, de nous faire penser à une transformation non impossible d'amour en haine trouve ou non des prétextes postiches et occasionnels, cela ne change pas le fond du problème. Si les deux membres du couple étaient censés se rendre compte, tant bien que mal, de ce jeu de cache-cache entre sensations et émotions, il pourrait en résulter des bénéfices considérables pour leur vie commune, et pas seulement d'ailleurs dans le strict domaine de la sexualité.

Parfois, cette prise de conscience peut quand même se produire indirectement, lorsque l'un des deux membres est victime d'un trouble physique, même transitoire, ou lors d'un deuil, ou si les deux sont pris ensemble par un problème quelque peu inattendu, d'ordre social, culturel ou économique.

Un autre facteur pouvant jouer un rôle important à cet égard est la prise de conscience soudaine, par l'un ou l'autre des membres du couple ou simultanément par les deux, du processus commun du vieillissement. Ou encore, bien sûr, lors d'événements concernant leurs enfants, s'ils en ont, leurs propres enfants, mais aussi des enfants adoptifs, jusqu'à en arriver à une participation émotionnelle imprévue à quelque chose de dramatique survenu même

chez des voisins, des amis et, si paradoxal que ce soit, chez des personnes peu aimées du couple.

Mis à part la phénoménologie la plus élémentaire relative à tout cela, il convient de ne pas négliger non plus l'influence en provenance du passé de chacun des membres du couple en cause, mais aussi de facteurs de base tels les rapports respectifs entre plaisir et douleur, entre l'imaginaire et la réalité, enfin entre l'excitation et l'inhibition. La sexualité, en particulier, n'est surtout pas à voir comme un facteur quelque peu marginal, restreint dans ses répercussions, mais plutôt comme un élément-clé pour tout couple et pour tous les âges,<sup>7</sup> et pour toutes les cultures.

## UNE CONFRONTATION ENTRE L'ÊTRE ÉVEILLÉ ET L'ÊTRE DORMANT

Pour ce qui concerne directement l'activité sexuelle prise dans son ensemble, c'est-à-dire impliquant autant le désir érotique que sa possible satisfaction, autant la réalité charnelle que des fantasmes, nous devons nous demander si tous ces éléments que nous venons d'évoquer se situent ou non à des niveaux de conscience identiques.

En fait, il n'est pas impossible que par exemple un désir érotique donné soit susceptible de passer à travers différentes nuances d'autoperception comparables chacune à des degrés de conscience perceptive non exactement superposables. Que dire, en outre, des fantasmes érotiques qui sont censés se construire spontanément dans des moments « creux » par rapport à une conscience éveillée maximale? Toujours est-il que pendant le sommeil, on peut constater des signes d'excitation sexuelle évidente chez le dormeur, signes qui sembleraient correspondre à des phases de sommeil paradoxal générateur, comme on le sait, des rêves.<sup>8</sup> Or, la plupart des récits oniriques relatés dans ces conditions de sommeil paradoxal ne font pas du tout allusion à des rêves érotiques proprement dits. Assez souvent, au contraire, ils semblent associés plutôt à des émotions peu érotiques en soi, comme la rage, la peur, et surtout l'anxiété.

Voilà qu'il en résulte aussi une sorte de dilemme: des manifestations physiques, telles qu'une érection chez l'homme dormant ou une lubrification accentuée de la vulve chez la femme dormante, seraient-elles productrices d'une forme de malaise sur la base d'une surexcitation nocturne, ou bien seraient-ce des émotions, quoique non spécifiquement érotiques, qui produiraient une stimulation érotique indirecte dans le corps, cela à travers une intensité émotionnelle devenue très forte?

C'est dans ce genre de contexte se basant essentiellement sur des variations des états de conscience, que nous pouvons en tout cas introduire la problématique engendrée par une éventuelle connexion entre la réalité charnelle, c'est-à-dire surtout sensitive, et l'imaginaire, impliquant, lui, surtout des composantes émotionnelles. Lorsqu'on dit « imaginaire », on ne peut plus en somme se limiter à des fantasmes diurnes, à des rêveries érotiques éveillées, mais on doit s'étendre au monde des rêves proprement dits. Des rêves à ne plus prendre en compte comme des événements internes à un individu, produits par hasard et n'ayant aucune signification particulière. Mais non plus comme des rêves remplis de symboles et de connexions cachés à dé-



crypter alors par un travail de type psychanalytique.<sup>9</sup>

Autrement dit, ce serait avant tout, et donc en premier lieu, à évaluer l'intensité atteinte par des émotions pendant le sommeil, intensité que le dormeur essaierait tant bien que mal de s'expliquer par des images «justificatives» d'un tel vécu interne. Autrement, peut-être ce vécu deviendrait-il insupportable, risquant ainsi de se transformer en un véritable cauchemar. Le tout fondé sur un postulat incontournable: que tout rêve ne serait pas qu'une conséquence du hasard et que le dormeur devrait subir plus ou moins passivement, mais à l'inverse serait à attribuer à la volonté propre du dormeur, volonté visant un but. Un but précis, parce que de nouveau pouvant osciller entre le besoin, de la part du dormeur, de se mesurer à une forte intensité émotionnelle en ayant acquis une capacité suffisante de maîtrise à son égard, ou alors de se montrer capable de transformer une émotion donnée en une autre équivalente, surtout en intensité, mais apte alors à diriger autrement des intentions profondes du dormeur.

Une conclusion assez séduisante et pratique pour nous pourrait être celle d'une utilisation des rêves des deux

membres d'un couple en conflit pour tester, à travers le vécu onirique, d'autres cheminements de réconciliation que ceux – assez peu efficaces d'ailleurs – dont nous disposons habituellement. ■

Les auteurs n'ont déclaré aucun conflit d'intérêt en relation avec cet article.

### Implications pratiques

- > Nécessité de se pencher autant sur l'ensemble des émotions ressenties que sur les sensations éprouvées
- > De plus, il faut tenir compte des variations individuelles aussi bien que de facteurs circonstanciels
- > En y ajoutant les influences possibles en provenance des relations entre les membres d'un couple aussi bien que celles venant de modèles culturels

### Bibliographie

- 1 Abraham G, Vlatkovic D. Douleur et plaisir. Maladie et santé, une perception subjective. Genève: Georg, 1995.
- 2 Abraham G, Vlatkovic D. Sexualité et maladie. Rev Med Suisse 2008;4:772-5.
- 3 Abraham G, Vlatkovic D. Sexualité et niveaux de conscience. Rev Med Suisse 2009;5:614-7.
- 4 Abraham G, Vlatkovic D. Erotisme et vécu corporel. Rev Med Suisse 2012;8:615-9.
- 5 Malcolm-Smith S, et al. Threat in dreams: An adaptation? *Conscious Cogn* 2008;17:1281-91.
- 6 Abraham G, Vlatkovic D. Problèmes sexologiques dans une consultation psychiatrique. Rev Med Suisse 2007;3:814-6.
- 7 Stramba-Badiale M, et al. Aspetti del sonno del soggetto anziano e molto anziano (longevo). *Minerva Medica* 1979;70.
- 8 Solms M. Dreaming and REM sleep are controlled by different brain mechanisms. *Behav Brain Sci* 2000; 23:793-1121.
- 9 Vinocour Fischbein S. The use of dreams in the clinical context. *Convergences and divergences: An interdisciplinary proposal. Int J Psycho-Anal* 2011;92:333-58.

\* à lire

\*\* à lire absolument