

La santé sexuelle selon l'approche existentielle

Jules Bureau, sexologue et psychologue
Professeur honoraire
Département de Sexologie
Université du Québec à Montréal

Rawdon, Qc
J0K 1S0

Février 2008

La santé sexuelle est selon l'approche existentielle une harmonie entre l'identité sexuelle, l'orientation sexuelle, le désir sexuel et le comportement sexuel et érotique; elle infère ainsi une cohérence de la sexualité avec l'ensemble de la personne. La sexualité saine est une sexualité vivante; elle donne de la vie à la personne. Or saine et vivante, cette sexualité conduit la personne à la croissance de son humanité, à se mouvoir vers le devant, à se continuer. Cette sexualité l'amène à poursuivre, à naître de plus en plus à elle-même, à devenir plus humaine.

De là, l'importance d'insuffler de la vitalité aux grandes dimensions de la sexualité : à l'identité sexuelle¹, à l'orientation sexuelle, au désir sexuel et aux comportements sexuels et érotiques. Aussitôt qu'une identité, une orientation, un désir ou un comportement délaisse l'apport à la vitalité ou encore aille à l'encontre du développement de la vitalité d'une personne, cet équilibre harmonieux est mis en question. Une identité sexuelle bien ancrée dans la masculinité ou dans la féminité, une orientation sexuelle à la recherche de l'autre pour se vitaliser, un désir sexuel du différent et un comportement sexuel alliant le plaisir érotique à la satisfaction de la personne : voilà les ingrédients de la santé sexuelle.

Pourtant, la tentation est grande de vouloir circonscrire totalement l'identité sexuelle d'une personne vivante et de l'enfermer dans le savoir que l'on peut en avoir pour enfin décréter une conception particulière de la santé sexuelle. Toute personne sexuée et sexuelle est à la fois un être

¹ L'identité sexuelle saine ne se joue pas sur le seul plan physique, génétique, hormonale, morphologique et affectif, mais par l'activité de penser et la libre volonté, sur le plan du caractère, de l'habitude et de la fidélité à soi-même et à son propre choix. La personne humaine est capable de se donner cette identité existentielle en croissance qui authentifie sa propre vie. (voir aussi Sánchez Sorondo 2008)

observable, comme tout être de la nature dont elle est une partie, et aussi, soulignons-le, un être qui s'interprète lui-même: il s'auto-interprète.²

Santé sexuelle et vitalité

La sexualité saine est celle qui favorise l'authentique vitalité de l'individu. Or tout vivant est processus, toute vie est interaction et rien n'est terminé par l'étiquette ou par une catégorisation. **Tout chez le vivant avance toujours**, tout est mouvement et ce processus n'est jamais fini, il continue toujours. La vitalité et le sens n'ont de cesse d'arriver pour la croissance et le développement du vivant. Cela implique qu'aucun obstacle ne doit être posé pour couper la continuation de ce que nous sommes. Faire obstacle dénature la sexualité et l'enferme dans le fixe, le rigide, le non vivant. Et pourquoi vouloir que la sexualité d'une personne soit terminée par un étiquette diagnostique ou autre et pourquoi emprisonner le vivant dans des concepts? Pourquoi appauvrir l'être (la source de l'être) en le stoppant³, l'enfermant et en considérant que la sexualité d'une personne alors vivante est fixée, une fois pour toutes, dans une catégorie, un diagnostic? Toute sexualité saine et vivante est sans cesse en mouvement, en croissance. Elle ne cesse jamais de s'améliorer⁴. Nous naissons sans cesse à

² Voir aussi Sánchez Sorondo 2008

³ Voir Bureau 2008

⁴ « L'être humain se présente constamment de manière diverse et nouvelle. Son apparence physique et son état d'esprit se modifient selon son âge. Sa physionomie est différente selon qu'il dort, se repose où qu'il travaille, quand il lutte pour atteindre un objectif, quand en fin il l'a obtenu. Son attitude varie aussi selon les différentes situations où il se trouve. Il s'ensuit que des aspects différents de son être apparaissent selon les diverses relations qu'il entretient avec les autres personnes. Parfois les différences sont si grandes que, comme certains philosophes le soutiennent, l'identité même de l'individu paraîtrait questionnable, particulièrement dans des états anormaux, comme la schizophrénie. Hegel, suivant en cela la tradition

nous-même⁵. L'être de conscience que chacun de nous est, nous situe au plus près de nos racines et de la source vive de ce que nous sommes : des hommes, des femmes sans cesse en devenir. Par exemple, la jouissance érotique est elle aussi toujours en mouvement; elle ne cesse de se transformer et de s'individualiser. Vouloir la sceller une fois pour toutes la dénature et lui enlève sa vitalité. La sexualité humaine est toujours au-delà de ce que l'on en voit ou de ce que l'on en perçoit par une certaine science. Négliger le questionnement sur la plénitude de la santé sexuelle, sur les capacités développementales de la personne humaine conduit inévitablement à refuser de rechercher la vérité objective sur la sexualité dans son intégralité et, de ce fait, à ne plus être capable de reconnaître le fondement sur lequel repose la dignité de la personne, de toute personne, depuis la période embryonnaire jusqu'à sa mort naturelle⁶.

Tout comme l'identité humaine, l'identité sexuelle est toujours en devenir.

La santé sexuelle s'harmonise avec les données fondamentales de l'être humain

Plus particulièrement, l'identité sexuelle saine, cette mise en conscience de son authentique masculinité ou de son authentique féminité, émerge de la congruence que la personne ressent avec ses données fondamentales d'être humain : sa finitude, sa solitude, sa liberté, sa responsabilité⁷ et sa corporéité. Ces données constituent le

aristotélicienne, affirme toutefois que « les différences sont en tant que *changements* à même celui-ci, le sujet un qui persiste en elles, et en tant que *moments* de son développement » *Marcelo Sánchez Sorondo* La condition pour une réconciliation de l'identité 2008 <http://www.zenit.org/article-17277?l=french>

⁵ Depraz Natalie 1993. Naître à soi-même, *Revue Alter*, no. 1

⁶ voir Bureau 1978, Depraz 1993, Sánchez Sorondo 2008

⁷ En attribuant à la personne la liberté effective de choisir sa croissance et son développement sexuel, lui reconnaissant ainsi la

fondement de notre humanité et toute personne est appelée à les confronter et à les intégrer dans sa vie dans la perspective de son développement. Par exemple une personne reconnaît qu'elle est limitée et mortelle et que ces limites doivent être confrontées et servir à susciter son goût de vivre, son élan vers plus de vie, son orientation vers l'autre, son désir de la différence. Il en est de même avec l'ensemble de ses caractéristiques existentielles.

Compte tenu de cette rencontre et confrontation, la personne sexuellement saine pose son appartenance sexuelle dans ses limites. Elle se sait fondamentalement restreinte, d'un seul sexe; radicalement seule pour vivre et pour mourir, de là, la naissance de son amour et son attirance pour l'altérité; pleinement libre, de là, son sens de la responsabilité de ce qu'elle est et fait; consciemment corporelle, de là, son soin pour la qualité humaine de son plaisir et de sa satisfaction. La personne en santé sexuelle s'appartient; elle n'est pas que le résultat de son animalité⁸, de sa génétique, de ses hormones, de sa morphologie ou encore des attentes sociales. Elle s'appartient et est responsable d'elle-même. Elle connaît ses limites, apprécie sa solitude, se sent libre et intègre le tout dans son corps vivant. Une sexualité en harmonie avec ces caractéristiques de notre humanité est radicalement une sexualité individualisée qui ne se laisse pas enfermer dans des catégories rigides. Cette sexualité sert la vie, le vivant, la croissance et le développement humain.

pleine responsabilité de ses choix et de ses comportements, c'est ainsi que le concept de pleine identité sexuelle acquiert sa dernière exigence existentielle, c'est-à-dire la domination du JE sur ses comportements, ce que, dans la tradition existentialiste, on appelle l'existence authentique. (voir Bureau 2008, Sánchez Sorondo 2008)

⁸ Intelligente et libre la personne humaine *libère* son identité sexuelle dans l'ordre du développement, c'est-à-dire elle émerge des forces de la nature et des instincts des animaux, et c'est ainsi qu'en tant que sujet de sa sexualité, elle est responsable de sa croissance.

À partir d'une interrogation sur le nouvel être issu de la fusion cellulaire, qui est porteur d'un patrimoine génétique nouveau et spécifique, apparaissent des éléments essentiels du mystère de l'homme, marqué par l'altérité : être aimé fait pour aimer. En tant qu'être humain, la personne n'est jamais close sur elle-même ; elle est toujours porteur d'altérité et elle se trouve dès son origine en interaction avec d'autres êtres humains⁹. De là, le désir de l'autre, le goût pour l'autre qui fructifie le désirant.

La saine sexualité : subjectivité et orientation sexuelle

Par l'orientation sexuelle qui sourd de son identité sexuelle, la personne sexuellement saine cherche à continuer et à nourrir par sa différenciation, son individualité sexuelle. Si elle est en harmonie avec elle-même, la rencontre avec une autre personne cherche à maximiser cette subjectivité et son authenticité. Parce qu'elle est autre et parce que chaque personne est un puits de sens différent, l'objet-sujet¹⁰ de son orientation sexuelle devient source de sa

⁹ Voir Sánchez Sorondo 2008

¹⁰ L'orientation sexuelle saine résulte d'une tendance de toute la personne vers l'objet qui est perçue dans un ensemble relié au sujet. Cette proposition souligne que dans ce type d'orientation, il n'y a pas de morcellement de l'individu mais qu'elle est le résultat d'une expérience d'identité, d'unité et d'intégrité. « Ce n'est pas une partie de moi-même qui est tirée vers l'autre — c'est MOI, le Je qui tend vers l'autre. Cet autre alors n'est pas perçu comme dans ses morceaux mais dans son intégrité et même dans son unité avec sa situation. L'harmonie des traits de sa figure, les formes de son corps, ses gestes et postures sont tous intégrés à sa parole, ses idées, son être. Si elle me parle de ses projets, je suis complètement attentif à ce qu'elle dit — je n'en suis pas distrait, mijotant le moment de caresser son sein. Si elle est mère, j'intègre sa maternité dans mon désir — je la prends entière et complète. **Devant elle, je suis corps et esprit, présent et avenir — je suis avec elle dans une relation « Je-Je » très large.** Tout aspect d'elle et quel qu'il soit augmente mon goût de la rencontre. Somme toute, cette orientation sexuelle saine est celle d'une identité de rencontrer une autre identité. » Bureau, 1978

propre créativité, de son développement et de l'élargissement de sa subjectivité.

Retenons que chez l'être humain en santé sexuelle et érotique, l'interaction entre deux sujets est majeure. L'autre (le désiré, le partenaire) est de moins en moins un objet et de plus en plus un sujet pour compléter, dynamiser « ce que je suis », à savoir l'ipséité¹¹ même de la personne désirante. Toute interaction fait venir de la vie, fait venir du sens à la vie. Le langage parlé entre deux personnes illustre bien ce pouvoir. Son pouvoir est d'ouvrir les réalités obscures, de les vivifier, de faire des phrases rafraîchissantes à ce qui semblait au début un ressenti vague et imprécis. Entre deux sujets parlants, le langage est mutuellement créateur. Ce que dit une personne avance le sens qu'elle en a et ce que l'autre ressent. Si ce qu'elle dit ne transporte pas vers l'avant, ne fait pas bouger l'expérience vivante, la personne peut revenir sur le sens qu'elle ressent, sur ce « qui n'est pas encore parlé » et par

¹¹ « De l'identité biologique comme « mêmété » à l'identité spirituelle comme « ipséité »

L'on pourrait dire que jusqu'ici nous n'avons principalement parlé que de ce que P. Ricœur, dans ses écrits les plus récents, a appelé l'identité comme « mêmété » (*idem, sameness, Gleichheit*), considérant que chacun est simplement « le-même ». Celle-ci suppose l'existence d'une identité du sujet, mais elle n'est pas la plus importante, car elle appartient à la sphère, en langage heideggérien, du *Vor-handen* et du *Zu-handen*. Importante, par contre, est l'identité comme « ipséité » en vertu de laquelle un est un « soi-même » (*ipse, self, selbst*) qui appartient à la sphère du *Dasein*, c'est-à-dire à l'existence authentique. Cette dernière identité, l'*ipséité* est avant tout une « identité narrative », c'est-à-dire le résultat d'une unité effective d'une vie complète assurée par le « caractère », entendu comme une certaine constance dans les dispositions, et surtout par la fidélité à soi-même attestée par le maintien des promesses. Cette *ipséité*, c'est-à-dire le « maintien de soi », est pour Ricœur l'identité authentique personnelle." *Marcelo Sánchez Sorondo* La condition pour une réconciliation de l'identité 2008

<http://www.zenit.org/article-17277?l=french>

ce contact, des mots naissent qui transportent le ressenti vers le devant et ce sont ces mots qui vitalisent. Il en est de même dans la sexualité saine : l'interaction entre deux sujets différencie et individualise la sexualité de chacun, suscite créativité et favorise le cœur du développement humain : différenciation et individualité.

L'amour et la santé sexuelle

Et l'amour et la sexualité saine? On tente trop souvent de l'éloigner de la sexualité saine ou par ailleurs, d'en faire une condition absolue de son expression. Il est clair que l'amour est plus vaste que le désir sexuel, l'orientation sexuelle ou le comportement sexuel. Ceux-ci sont des territoires que l'amour s'approprie pour se continuer. En somme la sexualité est au service de l'amour même si souvent elle se détracte et devient porteuse de honte et de souffrance.

La sexualité entre deux personnes qui s'aiment prend donc des couleurs et des tonalités qu'une sexualité sans amour ne peut rejoindre. Mais cet amour pour favoriser la santé de la sexualité et devenir source de vie, doit revêtir certaines conditions. La première repose sur la précision de la source de l'amour : il doit sortir d'une personne humaine et précise, bien dans sa masculinité ou dans sa féminité. En effet, cet amour doit prendre racine à partir d'une personne totale et pleine d'individualité et non seulement d'un rôle, d'un principe, d'un vœu, afin qu'il puisse susciter le développement, la croissance et le rafraîchissement tant de l'émetteur que du récepteur. Il éclôt d'une personne et cherche à rejoindre une autre personne. Cet interpersonnel évite la satiété d'un rôle ou d'un corps. Bien plus, il devient un dynamisme, un moteur de créativité. Il importe qu'une fierté d'être soi comme homme ou comme femme précède chez l'individu le geste

ou l'acte d'amour. Bien précis dans son identité, l'individu donne et c'est tout, sachant bien que la vie continue pour lui, qu'il demeure lui-même en donnant, qu'il ne perd rien de lui dans ce don. Ainsi, cette fierté de soi repose-t-elle sur une identité de soi, elle est un sentiment de présence à soi qui permet d'aller vers l'autre pour ce que l'on est et pour ce qu'il est. L'amour serait ainsi le résultat de la maturité personnelle. Celui qui est, aime mieux. L'amour qui résulte d'une identité, d'une personne, réduit son aspect de sollicitation et le transforme en un aspect de don. Le problème essentiel n'est plus d'être aimé mais d'aimer. Prendre de soi pour l'autre alors ne consiste pas à se priver de choses de soi, à se couper des morceaux d'existence et de vie, mais à déborder sur l'autre pour l'enrichir gratuitement sans attendre de retour. Aimer l'autre de cet amour, basé sur une identité sexuelle pleine et une fierté de soi est bien mieux accueilli par celui qui le reçoit. Celui-ci sait bien qu'il n'a rien à nier de lui-même pour recevoir cet amour. Il n'a pas à le payer de ce qu'il est, puisque cet amour est non possessif, exprimant plus une admiration, une considération et un enrichissement devant la personne de l'autre, qu'une attente. On ne demande rien à un coucher de soleil, même pas de recommencer : on admire, on s'étonne, on est reconnaissant d'exister. Vivre cet amour dans une sexualité saine nous rend reconnaissants d'exister et que l'autre existe.

Qu'est-ce qui conduit chez certains couples l'amour sexuel à n'être jamais rassasié ? Si l'amour n'est pas une attente pour combler un vide, l'autre est continuellement découvert. L'amour et le désir sexuel chez certaines personnes ne cessent de croître devant le dévoilement du mystère de l'autre. Comme cet amour ne cherche ni à accaparer, ni à garder, ni à protéger, l'autre est agréable par le simple fait qu'il est. La personne arrive à percevoir chez l'autre des qualités et des réalités que d'autres ne voient pas, sans autant pour cela les inventer, les créer. Ces qualités et ces valeurs sont authentiquement présentes,

mais elles demandent un type de perception ou de méta-perception que seul l'amour sain et conscient donne. Ce type de perception de l'autre n'est plus défensif, en ce sens qu'il cherche à se confirmer par l'autre, qu'il attend chez l'autre quelque chose de particulier pour soi. Puisqu'il n'attend rien, il n'est aucunement biaisé ou limité dans sa démarche. Large et précise, globalisante tout en s'occupant des détails, aiguë et pénétrante de la réalité de l'autre, cette perception réduit les dichotomies. L'être aimé fascine et provoque une attention plus soutenue et des examens répétés. L'autre apparaît alors complet et intégré dans sa personne. Il ne peut y avoir trop d'interactions avec cet autre. Il n'y a ni place pour la routine, ni place pour la satiété. La répétition de l'interaction amène plus d'attraction à l'autre, plus d'amour parce que continuellement exploré et découvert, il révèle de plus en plus l'incommensurabilité de son être.

Le désir sexuel sain est pleinement humain

Dans les horizons de l'approche existentielle en Sexologie établissant le primat de la personne humaine parmi les facteurs du désir et le primat de la subjectivité dans l'élan du désir sexuel, les deux processus de subjectivation et d'authentification de la personne sont majeures. Un désir sexuel sain repose sur une pleine présence subjective de la personne et il s'éteint lorsque la personne n'est pas là, distraite, ou absente psychologiquement. La présence d'une personne à une autre personne est faite d'ouverture de la sensibilité, de l'imaginaire, de la conscience à toutes ses dimensions et à toutes celles de l'autre¹². De là les

¹² « Au départ, l'adolescent tend vers l'autre en fonction des indices extérieurs de l'autre ; son attraction érotique, son désir, s'attache surtout à ce qu'il percevra de l'extérieur du corps de l'autre. La vue de ce corps bien tourné, de cette harmonie de courbures, la tactilité de la douce chaleur de la main de l'autre, l'amène à focaliser

questions spontanées : Qu'est-ce pratiquement un désir sexuel sain et pleinement humain? Qu'est-ce un désir sexuel qui utilise toutes les ressources d'une personne? Comment le décrire?

Devenir de plus en plus un sujet désirant enraciné dans une pleine identité sexuelle, entraîne une plénitude de la personne sexuée, sexuelle et érotique tout comme

de plus en plus son attention sur l'autre. Au cours de son développement, il alliera à ces indices extérieurs, des gestalts de l'autre élaborés par la fantaisie et l'imagination. L'autre alors n'est plus seulement un ensemble de signes extérieurs mais il devient, symbole, rencontre : c'est la réalité extérieure continuée. C'est alors que graduellement l'intérieur de l'autre viendra soulever mon désir. L'intérieur de l'autre dans sa subtile présence viendra activer mon goût d'être en contact avec lui. **Alors qu'au début, la rondeur des formes m'appelait à les caresser pour éprouver l'harmonie et la douceur de cette sensation, maintenant par la caresse de cette rondeur, j'atteins et je touche et caresse son cœur.** Désirer faire l'amour alors s'élabore comme un désir de rencontrer l'autre dans toutes les fibres de son être, dans son cœur, son âme, ses idées, ses émotions. Pour l'homme pleinement conscient et sain sexuellement, « c'est, par exemple, sa féminité que je contacte ; c'est sa maternité, sa joie que je touche. Ce sein n'est plus seulement un sein, c'est une personne, une personne située, un projet, un symbole autant qu'une chair en mouvement, une douceur de peau ou un signe de sa féminité. **Il n'est plus facile pour celui qui connaît ce type d'intérêt sexuel de se limiter au contact physique pour le contact physique sans sombrer dans un terrible ennui, vide de sens et de signification.** Il devient alors essentiel dans cette intimité authentique de dépasser le corps de l'autre et le sien propre pour atteindre l'intime. Mais il est souvent plus facile d'être nu physiquement que de l'être psychiquement ou spirituellement. Il est plus facile de partager nos corps que de partager nos fantaisies, nos espoirs, nos peines intérieures parce que ces dernières nous rendent plus vulnérables, plus fragiles devant l'autre. » dans Bureau Jules 1976, 1978 : **Croissance de la personne par le développement du couple** Publié dans la *Revue des consultants matrimoniaux du Québec*», Mars 1976, pp.15-43, ainsi que dans les *Cahiers de sexologie clinique*, revue bimestrielle, Vol. 4, n° 21, 1978.

l'élargissement de l'objet désiré au sujet désiré et finalement à un autre sujet désirant¹³ favorise l'harmonie des relations interpersonnelles. Les deux sujets désirants entretiennent mutuellement leur désir et s'actualisent dans une vitalité toujours plus rafraîchissante.

Le désir sexuel sain et dans sa plénitude c'est :

1. Le désir de l'être de l'autre

« L'autre étant pleinement une personne, lorsque je la rejoins dans sa sexualité (identité, corps, manières-d'être-au-monde) par ma sexualité (identité, corps, manières-d'être-au-monde), je nourris une partie de moi-même mais le désir n'est pas terminé. L'être de l'autre étant maintenant significatif, mon désir de cet être est loin d'être épuisé puisque son être s'irradie sans cesse et qu'il est continuellement en devenir. Ainsi le désir de la sexualité de l'autre par ma propre sexualité continue et active mon désir de l'être de l'autre, désir qui n'a pas de cesse. »

2. Le désir de l'autre comme sujet de lui-même

« Puisque l'autre, dans le désir que j'en ai, devient un sujet de lui-même, moteur de son existence, individualisé et unique comme humain, sa pleine subjectivité est inépuisable puisque sans cesse en mouvement. Elle ne cesse de m'apparaître et mon désir de cette subjectivité est inextinguible. »

3. Le désir, créateur de l'autre

« Par mon désir de l'autre, cet autre s'allume sur les facettes (les dimensions, les caractéristiques) désirées d'elle-même. Il en résulte non seulement que ses

¹³ voir Bureau 2007b Le désir sexuel : modèle de la polarité

facettes lui deviennent conscientes, mais elles m'offrent aussi par l'illumination de ces facettes, de nouvelles facettes en contraste qui nourrissent à nouveau mon désir. Je l'augmente par mon désir » « **Je te crée et je me crée en nous faisant l'amour** ». Nous ne sommes plus les mêmes personnes parce que nous avons fait l'amour ensemble dans cette occasion, de cette façon. En faisant l'amour ainsi, j'ai élargi mon être-au-monde et j'ai élargi le sien. Bien sûr, l'autre dans cet intérêt sexuel n'est pas seulement un gestalt de formes intérieures et extérieures. Même cet intérieur est formé par la rencontre comme s'il n'existait pas complètement avant la rencontre — je désire la rencontre de création. En dehors de mon contact, son intérieur est informe, imparfait. Il naîtra à la plénitude par la rencontre. »

4. Le désir, créateur de moi-même

« Si je considère tous les désirs sexuels que j'ai produit dans ma vie et si je prend chacun de ces désirs, que je précise les objets-sujets de ces désirs (v.g. ce qu'elle était, ce que j'aimais d'elle, ce qui m'excitait d'elle), je découvre alors mes ombres, à savoir ce que je n'ose pas (ou hésite à ou refuse de) conscientiser de moi-même. De là, à le mettre-au-monde et à l'actualiser dans ma manière-d'être-au-monde, il n'y a qu'un pas. Ainsi je participe par mon désir à la création de moi-même. »

5. Le désir, fécondation de l'être de l'autre et fécondation de mon être

« Puisque désirer me crée et crée l'autre, j'ai tout avantage à désirer et l'autre a tout avantage à ce que je le désire puisqu'il est fécondé (augmenté, différencié, fertilisé) par mon désir comme je le suis

moi-même. » L'autre ainsi est créé par la rencontre. Ceci soulève l'inépuisable de l'être humain — je n'arriverai jamais à vider et être rassasié de son contenu, parce que ce contenu est sans cesse renouvelé, recréé par la rencontre que je fais avec lui. Cette douceur est douceur bien particulière — toute faite de nouveauté parce que faite de ce que je la désire. Je suis dans ce désir à ce moment précis de rencontre. L'autre est inépuisable. »

6. L'unicité, l'individualité de chacun de nos désirs

« Chacun de mes désirs possède en soi son individualité. Il n'a jamais existé de cette façon auparavant, il n'existera jamais plus comme il est présentement dans sa facture particulière, parce que chaque désir est une œuvre de création; parce que toute situation interpersonnelle est particulière; parce que la densité et l'incommensurabilité de sa personne et de son être, tout autant que celles de ma personne et de mon être font que leur rencontre sur l'une ou l'autre de leurs facettes devient une expérience unique qui ne se répètera jamais telle quelle. »

7. Le désir, expérience de satisfaction

« Une des plus grandes sources de ma satisfaction¹⁴ repose sur l'utilisation de mes ressources. Plus il y a de ressources utilisées, plus il y a de satisfaction. Or, dans le plein désir, j'utilise mon imagination, la conscience de mes états corporels, des mémorisations, des analyses, des synthèses, des connaissances, des goûts, des sens et bien d'autres dimensions de mon

¹⁴ Voir Bureau 1979

expérience vivante, ce qui me comble de satisfaction.
J'aime les effets de désirer sur toute ma personne. »

Comportement sexuel sain : plaisir sexuel et satisfaction de la personne

De là tout plaisir sexuel obtient sa pleine mesure quand la personne devient satisfaite de son émergence. Le plaisir prend sa santé et sa plénitude du fait qu'il rend la personne satisfaite et contente d'elle comme personne, homme ou femme et comme désirante. L'être ne cesse de continuer et nous sommes les auteurs de cet être. Voilà le fondement du contentement et de la satisfaction : celui d'être des donneurs d'être¹⁵ à tout et surtout à notre émotif qui ne cesse de continuer. Le processus d'être crée et crée et à travers nous, il nous crée.

Toutes les autres dimensions de la personne impliquées dans la sexualité (son imaginaire, ses fantasmes, sa volonté, son intelligence) ne servent pas qu'à établir des catégories diagnostiques qui seront ensuite plaquées sur la personne en processus et vivante mais elles sont des parties d'un tout : une personne sexuelle en croissance et en développement. Tout doit être illuminé par les thèmes présentés plus haut.

En effet, l'examen de tout comportement sexuel et érotique montre que la personne agit en vue d'une fin et que elle-même est principe du comportement. Dans ce vaste champ de l'activité érotique, la personne doit se tenir pour responsable de son comportement. Cela signifie qu'elle peut remonter des effets observables de ses actions (et de ses passions) à l'intention qui leur donne sens et parfois aux valeurs et principes créateurs de finalité qui engendrent les intentions et leurs résultats observables. En conséquence le comportement sexuel et érotique n'est pas donné

¹⁵ Voir Bureau 2008

simplement à *voir* de l'extérieur, comme tous les phénomènes de cette nature dont il fait partie. Il est donné à *comprendre* à partir des expressions qui sont à la fois les effets et les signes des intentions qui leur donnent sens et des actes créateurs de sens qui parfois les produisent¹⁶. Et tout cela se joue dans le domaine de l'implication intérieure, bien en dehors de nos souvent trop orgueilleuses observations de l'extérieur.

Conclusion

Au terme de ce travail dans lequel je me suis efforcé de dégager les principales dimensions de la sexualité saine selon un modèle existentiel, je suis conscient de ne pas avoir été exhaustif de toutes les possibilités d'une lecture existentielle de la santé sexuelle. Ces observations constituent cependant de bonnes illustrations des interrelations entre la sexualité saine et une personne en croissance. La santé sexuelle, dans cette perspective, ne constitue pas une robe de plomb des personnes ou encore un corset du spontané et du naturel de la sexualité, mais bien un tremplin, vers une plénitude de vie. Une sexualité saine favorise la croissance de la personne et prolonge avec elle la croissance de tout ce qui l'entoure — ses relations avec les autres, particulièrement sa relation amoureuse, sa famille, sa société.

La personne sexuée, sexuelle et érotique est un être jouissant d'une liberté qui, tout en prenant en compte sa nature biologique, transcende cette dernière. C'est le signe du mystère d'altérité qui l'habite. La liberté, caractéristique inaliénable de la personne humaine, fait que cette dernière

¹⁶ voir Bureau 2007a et Sánchez Sorondo 2008

peut orienter sa vie vers une fin, qu'elle peut, par les actes qu'elle pose, se diriger vers la joie d'être¹⁷. Cette liberté fait apparaître que l'existence de tout être humain a un sens. Dans l'exercice de son authentique liberté, la personne réalise sa vocation de vivante; elle s'accomplit; elle donne forme de plus en plus à son identité profonde d'être sexuée, sexuel et érotique. C'est aussi dans la mise en œuvre de sa liberté que la personne exerce sa responsabilité propre sur ses actes. En ce sens, la dignité particulière d'un être humain est à la fois un étonnement et la promesse d'un avenir¹⁸.

Références :

Bureau, Jules. 2008. *La joie d'être : Au-delà d'avoir la joie de vivre, il y a la joie profonde d'être, la joie de donner l'être*. Montréal : MNH/GROUPÉDITIONS. 291 p.

Bureau, Jules. 2007a. « Approche sexo-existentielle. Une approche sexologique existentielle du désir sexuel et de son manque. » Chap. 5 dans Mansour El Feki (dir.). *La sexothérapie*. Collection Carrefour des psychothérapies. Bruxelles : Éditions de Boeck Université, pp. 163-200

Bureau 2007b Le désir sexuel : modèle de la polarité
Infosexo web : : <http://www.ntic.qc.ca/~blaf/index.html>

Bureau, Jules. 1993. *Le Goût de Vivre. Essai sur la nature et les sources de l'intérêt à vivre et sur ses relations avec le désir sexuel*. Montréal: Les éditions du Méridien, 356 p.

Bureau, Jules. 1979. « Satisfaction personnelle et plaisir sexuel ». *Revue québécoise de sexologie*, vol. 1, p. 16-25.

¹⁷ Bureau 2008

¹⁸ voir aussi Sánchez Sorondo 2008

Bureau Jules 1976, 1978 « Croissance de la personne par le développement du couple » Publié dans la *Revue des consultants matrimoniaux du Québec*, Mars 1976, pp.15-43, ainsi que dans les *Cahiers de sexologie clinique*, revue bimestrielle, Vol. 4, n° 21, 1978.

Depraz Natalie 1993. Naître à soi-même, *Revue Alter*, no. 1

Marcelo Sánchez Sorondo 2008 La condition pour une réconciliation de l'identité

<http://www.zenit.org/article-17277?l=french>