

SALOMON

***Paroles d'hommes sur la sexualité***

« Les Nouvelles du Jardin d'idées », seconde formule 2003-2004, épuisé

Un interview croisé par *Salomon* d'un accueillant, *Khaf*, et d'un participant, *Milos*, du même groupe de parole sur la sexualité du Jardin d'Idées.

Les propos ci-dessous sont publiés au moment de la publication du livre de Didier Dumas « Et si nous n'avions toujours rien compris à la sexualité ? ».

**Khaf, comment avec vous vécu les débuts de ces groupes de parole sur la sexualité ?**

« Et bien, une grande connivence avec Didier a fait que nous avons commencé à parler de notre sexualité. Nous trouvons que ce n'était pas aisé, pas spontané, pas naturel. . Nous avons alors constitué un groupe de 5 hommes, toujours des copains, qui dure maintenant depuis plus de 10 ans. Il apparut très vite que ce lieu de parole privilégié répondait à un vrai besoin de parler de sa sexualité, à la fois individuel car nous avons tous l'impression de ne pas pouvoir être entendu là-dessus en analyse mais aussi d'en avoir parlé, et collectif, car cela s'est avéré être la forme la plus propice et la plus pertinente d'un travail théorique sur la sexualité. On se retrouvait comme à l'adolescence, à ce moment de transition entre la famille et la société, et ce groupe permettait de rejouer cela mais tous les participants ne ressentaient pas le caractère essentiel d'une parole sur la sexualité.

On a alors fabriqué un groupe mixte avec des copains et des copines, pour parler de comment on s'était construit sexuellement. Mais ce groupe n'a pu durer, surtout du fait de la séparation d'un couple participant. »

**Et vous Milos, qu'est-ce qui vous a amené à participer à un groupe de paroles sur la sexualité ?**

« C'est mon psy, Dumas, qui m'a branché là dessus après une rupture très douloureuse avec la mère de mes enfants, que j'ai vécu durement, comme un nouvel abandon. Pendant les séances il m'interrogeait avec de plus en plus d'insistance sur ma sexualité. Honnêtement, j'avais beaucoup de mal à en parler, j'étais comme gêné dans cette relation en face à face. Et puis ce sujet n'avais jamais été vraiment abordé dans aucune de mes précédentes analyses, pourtant longues. Didier m'a aidé à me rendre compte que j'ignorais, ou faisais comme si, ma sexualité n'existait pas. Il faut dire que depuis que mon ex était partie avec les enfants, je ne pouvais plus regarder une femme sans avoir la haine, et que, même l'évocation de leur sexe me donnait la nausée. J'en étais à chercher des scènes zoophiles hard sur internet pour les voir se faire défoncer par des chiens ou des chevaux (et oui, ça existe !). Du coup je m'interrogeais avec angoisse sur la nature de ma sexualité : homo ou hétéro ? Je n'avais pas fait l'amour depuis longtemps et mes séances masturbatoires étaient centrées sur le plaisir anal étayées de vision de sexe gay. La proposition de Didier de participer à un groupe de parole est arrivée à point. Je comprenais enfin que je ne pouvais rien vivre de bien si je ne me réalisais pas sexuellement. »

**Qu'est-ce qui vous a donné envie, Khaf, de devenir accueillant d'un nouveau groupe ?**

« J'avais trouvé, avec mon groupe, un partage et une source étonnante de progrès et de développement personnel. Comme l'ont montré les interviews du numéro zéro des Nouvelles, ce qui est le plus intéressant est de constater à quel point la sexualité est évolutive. L'écho des autres participants permettait d'élaborer une pensée sur sa sexualité et de bénéficier de l'expérience de chacun. D'où l'idée d'apporter cet outil à d'autres personnes et de créer de nouveaux groupes, supervisés par un membre du groupe originel. Je me suis naturellement proposé pour l'un, Didier effectuant le recrutement parmi ses analysants ou ex. Et voilà comment a commencé ce groupe qui est maintenant dans sa troisième année. »

**Et vous Milos, qu'est-ce qui vous a décidé à aller participer à votre première réunion ?**

« Je crois bien que Didier m'a proposé cela au bon moment.. J'étais en plein chaos, je ne mangeais plus, ne dormais plus, j'étais maigre, et complètement désespéré. Uniquement centré sur les moments où je pouvais voir mes enfants. La procédure de divorce était lancée et les demandes financières de mon ex exubérantes. Et je commençais à parler de ma sexualité en analyse. Je me demandais bien ce qui allait se passer dans ce groupe et étais sûr que je n'irais pas longtemps. D'ailleurs j'étais le dernier arrivé pour la première réunion. »

**Dans quel état d'esprit, Khaf, abordiez vous la première réunion, avec des hommes que vous ne connaissiez pas ?**

« Et bien j'étais un peu nerveux, car je ne connaissais aucun d'entre eux et je savais à quel point les enjeux de ce groupe étaient importants dans leur analyse. J'étais dans un sentiment contradictoire : d'une part excité à l'idée de ce groupe et sans doute vis-à-vis de l'issue, et d'autre part réservé « épidermiquement » du fait de ne pas les connaître, pour avoir à aborder un sujet aussi intime que la sexualité. Alors j'ai choisi d'amorcer la réunion en narrant mon histoire, à la fois pour montrer l'exemple en étant ouvert et sans pudeur. Les réactions des participants ne se firent pas attendre en particulier avec l'un d'eux dont l'émotion joua les montagnes russes dès le premier tour de parole. J'ai eu très peur que cela ne soit trop d'un coup mais, lorsque les uns et les autres se sont exprimés, mes inquiétudes se sont évanouies. J'ai alors adopté une attitude d'étonnement bienveillant

intéressé. J'ai été tout à fait rassuré lorsque j'ai reconnu l'atmosphère des groupes antérieurs auxquels j'avais participé. »

### **Et vous Milos, comment s'est passé cette première réunion ?**

« J'étais le participant dont l'émotion faisait les montagnes russes ! C'est tout dire. Heureusement que dans le groupe il y avait deux amis des groupes de chamanisme. Tout a commencé quand l'un des participants a raconté ses multiples aventures sexuelles, allant au paroxysme jusqu'à faire l'amour avec cinq femmes différentes dans une même journée ! J'étais liquéfié, je ne pensais pas que c'était possible et cela me renvoyait à ma misère sexuelle, ancrée en moi depuis mon long purgatoire aux enfants de troupe. Je n'avais jamais expérimenté tout ce qu'il racontait. Et puis un autre participant a surenchéri sur mon émotion en expliquant qu'il ne pouvait pas se passer de faire l'amour tous les jours ! Je n'en revenais pas. Alors, c'était pas que dans les films pornos ! Il y avait vraiment des mecs qui vivaient leur sexualité aussi intensément ! Je me sentais misérable, puceau même. Puis s'exprima un autre qui essayait de sauver son couple en parlant avec sa conjointe. Là c'en était trop pour moi qui n'avait, de l'expérience de la sexualité de couple marié, que les moments où l'on faisait les enfants. Mon tour est venu et je n'ai pu que faire part de cette misère sexuelle et surtout m'étendre en larmoyant sur les tracas que m'occasionnaient mon ex. La réaction des autres fut unanime et vigoureuse : « mais tu vas pas te laisser faire ! ».

Et la discussion qui a suivi, étayée de l'expérience des uns et des autres m'a comme retransmis de l'énergie masculine pour réveiller la mienne. »

### **Et aujourd'hui, Khaf, comment vivez vous votre rôle d'accueillant ?**

« Je dois dire que j'ai eu la chance d'accompagner à un groupe particulièrement participant et très rôdés au respect du tour de parole. Ils sont vite devenu des amis, complices. Le cadre de parole élaboré dans les groupes princeps produisait le même niveau d'expression dans ce groupe. J'ai pu être dérangé par moment par le fait que certains participants avaient une histoire commune, connaissaient leurs partenaires respectifs, mais ce fut fugace. Je me suis beaucoup interrogé sur cette position d'accueillant avec cet équilibre entre une distance neutre afin de fixer un cadre clair (on n'est pas en thérapie !) et en même temps la nécessité de m'impliquer personnellement sur certains thèmes afin d'inciter les autres à le faire. Je me suis rapidement rendu compte que la distance que je m'efforçais de maintenir avait petit à petit perdu de son caractère froid et technique et qu'il ne fallait mettre aucune limite à l'expression personnelle, sinon les autres feraient de même. Mais en même temps j'avais un peu peur de me trouver dans une situation inconfortable. Je me suis même senti assez vite faire partie de ce groupe, du fait de l'ouverture qu'il était nécessaire de créer pour la parole. Je ne vois pas aujourd'hui comment j'aurais pu faire autrement et je suis content de l'avoir fait »

### **Que vous a apporté ce groupe Milos ?**

« Et bien ce principe de tour de parole où l'accueillant parle au même titre que les autres m'a terriblement aidé à parler de ma sexualité. C'était comme si effectivement on rejouait ce qui n'a pu se faire à l'adolescence. Parler de sa queue, de ses couilles, de leur plaisir, de leur déplaisir dans la sexualité. S'interroger à voix haute sur ses fantasmes est venu plus naturellement que je ne le pensais. Et puis surtout, pouvoir parler du sexe des femmes, de leurs corps, de leur sexe, sans la grivoiserie machiste habituelle, était comme un rêve. J'ai surtout trouvé que c'était le fait de s'entendre dire, emporté par l'énergie du groupe, qui jouait un rôle très productif ensuite sur le divan. Et puis, dans les faits cela m'a permis, à distance des réunions, de vivre des expériences sexuelles très fortes qui m'ont aidé à mieux me connaître et surtout à me confirmer que j'étais plutôt hétérosexuel. Oui, c'est cela, comme si ce qui s'était dit, faisait un effet dans la réalité quelques jours après la réunion. C'était comme si j'allais expérimenter entre les réunions de quoi en parler. En quelque sorte, cela me forçait à aller au bout de mes fantasmes, alors qu'en analyse cela restait théorique. Et Dumas jubilait : je conduisais enfin ma vie sexuelle. Cela s'est traduit pour moi par une vraie rencontre avec ma sensualité, l'acceptation de ma sexualité, différente de celle des autres, mais maintenant de plus en plus ouverte aux expériences, à la création dans l'expérience sensorielle. La « peau de sensation » comme la nomme Dumas, réactivée. Et avec l'aide de Zaza et du taoïsme, une prise de conscience de l'importance primordiale de l'énergie apportée par la vie sexuelle, que je croyais avoir définitivement rangée au placard des accessoires. Un émerveillement, attisé par l'écoute bienveillante de mes camarades. »

### **Où en êtes vous Khaf, aujourd'hui et demain, avec ce groupe ?**

« Et bien, la vitesse de croisière de la parole de ce groupe s'étant établie, je me suis rendu compte que je continuais moi aussi à travailler sur ma sexualité, ce qui sort de la portion congrue théoriquement dévolue à l'accueillant (dates, collecte des règlements, rédaction des reçus...). Bien sûr j'ai fait beaucoup de travail avec mon premier groupe sur l'affirmation de ma sexualité, le tri, la prise de conscience de la position des hommes et la cure. Mais comme ce sont les questions les plus préoccupantes que j'y ai solutionné, fait les expériences et qu'aujourd'hui je suis dans une relation stable, cela me montre que sur le plan de la sexualité on a toujours à se découvrir. J'ai donc, en retour de ce groupe, moi aussi, l'occasion de reformuler mes positions, ma situation et mon désir avec ma compagne, ce qui relance la parole pour moi et pour elle. Comme quoi la sexualité est vivante et évolue sans arrêt. Ce groupe me montre la co-existence de paroles à des stades différents de vie, des sexualités différentes, des exigences différentes selon les âges et je réalise à quel point les nécessités sexuelles, émotionnelles et spirituelles changent. Ce panel qui s'exprime devant moi me permet de me situer de relativiser ce que je vis. »

### **Et vous Selim, qu'attendez vous encore de votre groupe ?**

« Je croyais que le problème de la sexualité était pour moi circonscrit, surtout en analyse et j'ai failli

## *Le Jardin d'idées*

7 rue Dedouvre 94250 Gentilly - Site : <http://www.jardindidees.org>

E-Mail : [secretaire@jardindidees.org](mailto:secretaire@jardindidees.org)

arrêter le groupe cette année. Mais je me suis vite rendu compte que de pouvoir compter sur ce groupe de parole était fondamental au stade de l'évolution de ma vie sexuelle. Je vis une relation amoureuse durable, très satisfaisante sur le plan sexuel, en regard de ce qu'il faut considérer comme des incidents temporaires. Modulés par travail de chacun en psychanalyse, et ça c'est très pratique. Mais je me rends compte que ma vie sexuelle, à 50 ans, est très jeune et que j'ai encore plein d'archétypes et de blocages à dépasser. J'ai juste plus de facilité à en parler même si cela n'est pas toujours adéquat avec là où en est ma compagne qui a beaucoup plus de maturité que moi dans ce domaine, pourtant bien que plus jeune. Et plus d'ouverture. Je trouve quand même que c'est toujours plus difficile d'en parler avec une femme, surtout quand on l'aime qu'avec un mec. Et puis je crois qu'il faut retrouver ses propres sensations, reconnaître les deux énergies en Soi, féminine et masculine. Et, les faire vivre pour nous donner « le Ciel pour père et la Terre pour mère ». Je me suis découvert le plaisir de parler en faisant l'amour, de lui inventer des histoires, en les ajustant à son excitation et elle aime cela, de faire l'amour avec elle dans des situations qui m'auraient parues impossible il n'y a pas si longtemps, et puis aussi d'être plus clair avec elle et sans brusquerie lorsque cela ne se passe pas comme je le voudrais pour moi. Mais j'ai vraiment conscience, à travers mes déboires intérieur d'amoureux, que l'on a à digérer le carcan historique dans lequel s'est développée notre sexualité, qui a créé tant de difficulté entre hommes et femmes et surtout a très sérieusement entamé la possibilité d'un vrai dialogue sur la sexualité entre les deux sexes. Mais même dans le groupe de parole, j'apprend que le silence a sa place sur ce que l'on ne comprend pas.

Et puis je commence à mieux comprendre le mode d'emploi du groupe, à ne pas confondre avec celui de l'analyse. »