

Intimité, sécurité et relations sexuelles

Quelques pensées en vrac sur le sujet

David Shutes

Il y a un principe psychologique qui s'applique à toute relation humaine et qui nous indique bien des choses utiles dans le domaine sexuel. Pour le comprendre, il faut d'abord définir deux termes, intimité et sécurité.

Par le mot "intimité" dans une relation, je parle de la mesure dans laquelle on s'ouvre à un autre, la mesure dans laquelle on révèle sa véritable personne. Dans des relations superficielles (parler avec la personne qui se trouve de l'autre côté du guichet à la poste, par exemple), il n'y a pour ainsi dire aucune intimité. On reste bien anonyme l'un envers l'autre. Quand une relation va plus loin (les camarades à l'école ou au travail ; les voisins), on s'ouvre plus, mais on ne révèle toujours pas le fond de sa pensée intérieure. Envers les membres les plus proches de sa famille, on révèle encore plus sa véritable personne, ses idées, ses craintes, ses joies, en ainsi de suite. Cela constitue une augmentation progressive de ce que j'appelle l'intimité d'une relation : je permets à l'autre de connaître de plus en plus le véritable "moi".

Je parle aussi de la sécurité d'une relation. Par là, j'entends la mesure dans laquelle on peut compter sur l'autre, le degré de confiance on peut avoir qu'on n'a rien à craindre de l'autre.

Il y a dans cela la durabilité de la relation, le fait de savoir que la relation ne s'arrêtera pas rapidement. Dans le cas que j'ai cité en premier en parlant de l'intimité, la personne qui se trouve de l'autre côté du guichet, il n'y a pas trop de durabilité dans la relation. A moins que ce soit quelqu'un qu'on connaît, ou un établissement qu'on fréquente régulièrement, cette relation (et c'en est bien une, d'un point de vue sociologique) se terminera très rapidement. Par contre, la durabilité de ta relation avec ton frère, ou avec tes parents, est évidemment bien plus élevée. Sauf dans des conditions vraiment exceptionnelles, c'est une relation qui durera jusqu'à la mort.

Mais dans la sécurité, il y a plus que la durabilité. Il y a aussi la confiance que l'autre ne te fera pas de mal, ne se moquera pas de toi, ne profitera pas de toi, et ainsi de suite. Tout cela est d'ailleurs ce qu'on entend plus ordinairement par le mot "sécurité".

Le principe psychologique qui s'applique à toute relation humaine et qui nous apprend tant de choses dans le domaine des relations sexuelles est donc le suivant : **la sécurité d'une relation doit être égale à l'intimité de la relation**. Cela veut dire que la sécurité ne doit pas dépasser l'intimité, et que l'intimité ne doit pas dépasser la sécurité. S'il y a déséquilibre, il y a deux sortes de problèmes qui surviendront.

Si la sécurité de la relation dépasse l'intimité, le problème est qu'on ne profite pas de la possibilité de connaître l'autre autant qu'on le pourrait. On se cache excessivement, ce qui empêche un approfondissement de la relation. Étant donné que nous avons tous un besoin inné de relations significatives avec d'autres, ceci veut dire que nous restons isolés et par conséquent déséquilibrés. Nous ne pouvons pas nous épanouir comme Dieu le voudrait. (Rappelle-toi que c'est Dieu lui-même qui a dit que ce n'est pas bon pour l'homme d'être seul. Il nous a créés de façon à ce que nous ayons besoin d'entretenir des relations profondes avec nos semblables, et non seulement avec lui.) Je ne développerai pas davantage ici ce point psychologique important, parce que ce n'est pas notre sujet, mais tu pourras certainement découvrir certaines de ses implications même en réfléchissant sur le peu que j'ai dit.

Si l'intimité d'une relation dépasse sa sécurité, nous nous exposons à des risques graves de la part de ceux qui pourront nous faire du mal. Si, dans un cas où nous n'avons pas l'assurance que l'autre est digne de confiance (c.à.d., il n'y a pas un grand degré de sécurité dans la relation) nous nous ouvrons trop, il y a la possibilité que l'autre se moquera de nous, trahira notre confiance, nous laissera tomber quand nous avons besoin de lui, ou tant d'autre choses qui troubleront notre bien-être émotionnel. Et si nous cherchons régulièrement une intimité excessive dans nos relations, sans avoir d'abord travaillé la sécurité de la relation, la possibilité de se faire mal devient une certitude. Il y a suffisamment de gens qui ne sont pas dignes de confiance qu'il est inévitable d'en tomber sur un tôt ou tard.

De telles expériences, même sur un plan relativement mineur, nous pousseront peu à peu au point où nous serons excessivement réticents de nous ouvrir dans nos relations avec d'autres. (Ce qui revient au premier problème que j'ai mentionné, celui d'une intimité insuffisante, même quand la sécurité est là.) Nous deviendrons superficiels dans nos amitiés, nous serons solitaires, isolés à l'intérieur de nous-même, incapable de nous investir comme il faut, par peur de nous faire mal. Ceci est une situation bien plus répandue qu'on ne le pense, et qui nous enlève une des plus grandes joies que Dieu a voulues pour nous, la joie de nous connaître véritablement les uns les autres.

Ce principe nous montre que si nous voulons aider quelqu'un qui a un problème, nous devons travailler la relation avec lui. Toucher aux problèmes personnels de quelqu'un, c'est demander une intimité avec la personne (les problèmes personnels, le mal-être intérieur, c'est justement un des domaines qu'on cherche à cacher, quand on ne connaît pas suffisamment quelqu'un). La personne l'acceptera bien mieux si elle sait que nous sommes dignes de confiance.

D'une façon générale, ce principe nous montre que pour développer des relations satisfaisantes, il ne faut pas simplement « apprendre à s'ouvrir » comme on dit. Il faut, en premier lieu, travailler la *sécurité* de la relation pour qu'on puisse s'ouvrir sans danger. C'est dans la mesure où nous savons communiquer une véritable sécurité à l'autre que nous l'encourageons à vivre une relation plus profonde avec nous, une relation qui sera donc une source de davantage de joie pour nous deux.

Toutes ces considérations sont à la base de l'enseignement de la Bible sur le comportement sexuel. Une relation sexuelle implique une intimité assez élevée, même s'il ne s'agit pas d'aller au lit. Permettre donc une ouverture envers quelqu'un du sexe opposé, qui va au-delà de l'intimité qui se trouverait dans, disons, une amitié ordinaire, exige qu'il y ait une bonne sécurité dans la relation.

Et dans le cas de la relation qui permet la plus grande intimité, la relation où on se partage tout, il faut la plus grande sécurité pour bien la vivre. C'est la raison pour laquelle l'intimité sexuelle ultime est réservé au mariage, une relation avec la plus grande sécurité possible. Le plaisir inné de la sexualité nous pousse souvent à vouloir aller trop loin, trop vite. Mais il est essentiel de veiller à la sécurité de la relation d'abord.

Si quelqu'un essaie de vivre une relation sexuelle sans avoir établi la sécurité qui permet de la vivre réellement, même la vie sexuelle ne sera pas une relation intime. Cet aspect de nos personnes, que Dieu a créé pour nous permettre de vivre la relation la plus intime qu'un être humain puisse connaître avec un autre, deviendra justement un empêchement à cette intimité. C'est pour cela, et non pour nous priver du plaisir, que Dieu exige que cette intimité extrême soit vécue dans la sécurité du mariage.