

Quelques notes sur le café-débat du 20 04 16 à l'EDL

- 7 personnes : 6f et 1h
- Sujet choisi : Peut-on réussir à vivre une relation amoureuse sans sexe ?
- Les sentiments affectifs sans sexe peuvent ils rendre heureux ? Quand on ne veut pas rendre l'autre malheureux, peut-on lui imposer cela ? En sachant qu'il n'y a pas de problèmes s'il a une autre relation en parallèle. Communication avec la personne qui sait qu'elle n'est pas attirée par le sexe. Elle reçoit ce qu'elle a besoin mais elle a peu de temps et ne veut pas lui faire de mal. Si elle sent qu'il est trop attaché, elle arrêtera la relation. Elle est ok sincèrement avec ce qu'il vit de bien ailleurs. Pour elle, ce n'est pas impossible, mais plus tard, dans combien de temps ? Doit-elle lui laisser de l'espoir ? N'a pas envie de sexe à n'importe quel prix. A eu tout ce qu'elle voulait dans le libertinage et veut maintenant être appréciée pour elle, pas pour le sexe même si elle ne regrette pas cette période. Le sexe n'est pas à l'ordre du jour, cela fait 1 an qu'elle n'a pas eu de relations sexuelles. Elle a déjà vécu cela après son second divorce très douloureux. Elle peut donner et recevoir beaucoup de tendresse. Elle lui parle d'elle, se questionne aussi pour lui. Elle est très attirée mais pas amoureuse. Elle refuse d'être amoureuse. Elle veut être bien avoir de la tendresse, des sentiments mais pas d'amour. Elle a fait le deuil de son second mari mais n'a pas cicatrisé. Elle ne veut plus souffrir ni faire de mal aux autres. Il ne la sent pas égoïste. Il la rassure, il n'attend rien de plus et va à son rythme. Elle reconnaît que c'est une fausse excuse de penser à la place de l'autre. Se sent beaucoup aidée par le partage de ce soir, ce qui lui a été renvoyé, c'est très instructif pour elle, même si ça fait mal.
- Ce que le groupe lui a renvoyé : Lui dire qu'elle doute. Lui dit-il vraiment ce qu'il a envie de vivre ? Se remet t on de grandes souffrances (le divorce de son second mari) ? Réponse : non. En apprend on des choses ? Réponse : oui. Elle a eu une over dose de sexe. Pour éviter la « déflagration » après le second divorce ? Se répare en séparant les 2 (le libertinage d'abord, maintenant la tendresse). Le dire à son ami. Elle ne regrette pas cette relation actuelle, il reste la marque émotionnelle entretenue par son second mari qui se plaint de sa vie quand il la voit. C'est nuisible pour elle. Elle montre des signes d'attachement pour son ami mais se met des barrières. Ça lui appartient de les faire sauter et d'apprendre à gérer la souffrance amoureuse. « La peur de faire souffrir l'autre » n'est pas ce

que l'on envisage. Revers de la médaille : moduler les choses, parler de soi, pas de lui. « Je ne veux pas faire souffrir quelqu'un » : c'est une mauvaise excuse, s'occuper de guérir soi-même, l'autre fait son travail. Ce n'est pas du tout égoïste de dire ce qu'on veut faire, c'est se respecter. Importance de s'écouter, ne pas se forcer. Ce n'est pas présomptueux d'avoir un esprit qui a besoin d'être nourri. Elle verra ce qu'il en sort, rien n'est figé. C'est une étape après saturation de sexe. L'autre doit être capable d'accepter ça. On ne sait pas comment la relation va évoluer. Ce rejet du sexe interpelle.

- Il suffit de trouver les bonnes personnes et de confronter les désirs. Pour lui les relations sans sexe sont difficiles. Possible si l'autre peut combler son manque sexuel. Ça peut bouger. Si pas de sexe, importance de la présence du démonstratif. Dans une relation, il n'a rien eu, ni l'affectif, ni le sexuel, son désir n'a pas été respecté d'où frustration sexuelle ++++. Il a vécu une passion avec une femme et n'a pas pu être ami avec cette femme après la rupture. Il n'y a que l'évitement qui tient. Sa découverte des hommes a relativisé. Si trop de risques de se mettre en danger, il faut arrêter. On est des être complexes, respecter notre complexité.
- Rupture pendant presque 2 ans avec un ami avec lequel une femme n'envisageait plus de poursuivre une relation dont la sexualité était basée sur le libertinage et répétitive. Elle s'est lassée et a proposé de poursuivre la relation sur le plan amical, complice et éventuellement une sexualité à 2. La réponse a été une rupture très dure à vivre pour elle. Pas sur le plan sexuel mais sur la richesse des échanges vécus. Ils ont repris contact récemment sur le mode tendresse, amitié, complicité avec un désir sexuel visible mais non dit. Ils sont éloignés géographiquement et il va venir la voir. Quelle sera la relation ? Elle va lui préparer la chambre d'amis..., cela devrait l'inciter à la communication...
- Ce que le groupe lui a renvoyé : Elle se cherche de la souffrance et ce serait mieux d'arrêter la relation... Importance d'être sur la même longueur d'ondes. Si on ne recherche pas tous les 2 la même chose, il faut passer à autre chose. Mais l'éloignement peut entretenir la complicité. Si pas de sexe, complicité avec lui. Oui, il sera obligé de discuter par rapport à la chambre d'amis. Attachement sentimental à cet homme, ne pas se remettre dans une situation de rejet.

- Frustration ou non : ça peut arriver dans la vie. On se tourne vite vers quelqu'un d'autre. Une étincelle ailleurs, de chaque côté.
- Une des personnes présentes écoute simplement et ne témoigne pas car tout est parfait pour elle dans ce domaine depuis 4 ans !!! (quelle chance !!!)
- Quand c'est clair dans la relation, c'est que ça convient aux 2. A une époque, elle a été follement amoureuse, mais il n'y avait rien sexuellement. Pas de problème, elle était prête à attendre. Actuellement ça ne serait pas envisageable. Déséquilibre si arrêt. Importance d'être honnête dès le début. Quand on est honnête avec l'autre, on ne peut pas faire mieux. Le plus blessant est la trahison. On ne peut pas être dans la tête et dans le cœur de l'autre.
- Une personne a vécu une relation sans sexualité, mais l'autre n'avait pas grand-chose à donner et pas assez d'affectif. Elle a arrêté la relation à cause du manque de disponibilité de l'autre.