



Ben White/unsplash.com

La corrosion émotionnelle des rapports sexuels occasionnels

- Dennis Leap
- [05/06/2011](#)

Récemment, j'ai eu l'occasion de travailler avec un groupe de personnes d'horizons très différents. La plus grande partie de nos conversations n'étaient que de simples bavardages. Pourtant, une femme était étonnamment ouverte à propos de sa vie. Sans insistance, elle a souvent expliqué clairement sa philosophie sur le sexe et sur les relations. Ayant été mariée et divorcée à plusieurs reprises, elle se félicite maintenant des rencontres sexuelles sans engagement. Elle se complait dans la chasse et dans la conquête.

Cependant, l'étudiant sur une certaine période de temps, j'ai remarqué qu'elle était souvent déprimée. Un jour, elle est venue vers moi, et m'a demandé: «Pourquoi les relations sexuelles occasionnelles font-elles mal?»

Cette question honnête et pénible mérite une réponse exacte.

Les rapports sexuels occasionnels, c'est la sexualité pour le plaisir physique seulement, sans lien affectif, sans engagement. Souvent, il s'agit d'un événement ponctuel. Cela inclut tout type d'acte sexuel avec quelqu'un, hétérosexuel ou homosexuel. Dans sa forme la plus brute, il s'agit de parfaits inconnus—pas de noms, pas d'histoire, pas de lendemain. Elle vise froidement à supprimer le développement de tout type de relation.

Les rapports sexuels occasionnels ont été glorifiés dans les films et à la télévision. Des sites Internet d'adeptes de sexe occasionnel, souvent avec des documents pornographiques, permettent aux partenaires de se rencontrer. De nombreux auteurs louent ses avantages. Ils nous assurent de l'excitation forte du style de vie des rapports sexuels occasionnels. Ses plaisirs sont faits pour paraître incontestables.

La philosophie qui sous-tend tout ce battage, c'est que le mariage est passé de mode; les rapports sexuels occasionnels ne sont pas bien méchants; tout le monde le fait; vous êtes désavantagé—faites-le donc!

C'est une philosophie sérieusement défectueuse. Les risques sont minimisés. La menace de dommages possibles, la vie durant, est ignorée.

Faisons honnêtement face au problème. L'usage impropre du sexe entraîne une incroyable douleur personnelle. La pratique sexuelle conjugale, et monogame, est la seule source de plaisir véritable.

Les rapports sexuels occasionnels sont extrêmement risqués et dangereux pour toutes les parties concernées. Sans contestation possible, l'expérimentation des rapports sexuels occasionnels est encore plus destructrice pour nos jeunes. Tous les parents doivent s'attaquer à ce problème. Pourquoi? Les jeunes adultes et les adolescents plus jeunes sont les plus susceptibles d'avoir de telles pensées.

La génération d'adultes actuelle a déjà affaire à la promiscuité sexuelle et aux problèmes qu'elle cause. Notre société folle de sexe ferme les yeux sur les mauvais fruits de ses actions.

Les contraceptifs—y compris les préservatifs—ne sont pas la solution. Le tort causé est beaucoup plus profond qu'une grossesse non désirée ou que le fait d'être frappé par une maladie sexuelle menaçant la santé.

De nouvelles recherches sur le cerveau démontrent qu'il n'y a pas de sexe sans danger en dehors du mariage. Comment la science est parvenue à cette conclusion est incroyablement intéressant.

Le cerveau et le sexe

Des recherches en neuroscience ont découvert des informations utiles sur la façon dont le sexe influe sur le cerveau humain. Grâce à des techniques d'IRM, les scientifiques ont obtenu une image claire de ce qui se passe dans le cerveau pendant l'activité sexuelle. Bien qu'il ne s'agisse pas de connaissances nouvelles, la science confirme que l'utilisation du sexe peut soit nous donner la plénitude soit nous endommager—peut-être pour la vie. Ces faits scientifiques ajoutent un support à l'éducation sexuelle nécessaire qui doit être donnée pour protéger nos adolescents et nos jeunes adultes.

Joe McIlhane et Freda Bush, deux gynéco-obstétriciens, ont pris les recherches actuelles en neuroscience, et les ont mis dans un livre clair et facile à comprendre, intitulé *Hooked* [Accro]. Le Dr McIlhane a également fondé l'Institut de médecine pour la santé sexuelle, afin de lutter contre les épidémies mondiales de grossesse chez les adolescentes, et les infections sexuellement transmissibles. Ces deux professionnels de la santé ont beaucoup d'expérience dans le travail avec les adolescents et les adultes jeunes. Ils ont vu les dégâts incroyables faits à nos jeunes suite à l'utilisation abusive du sexe.

Dans *Hooked*, le duo confronte les dommages émotionnels et psychologiques que les rapports sexuels occasionnels font aux jeunes, dont le cerveau est en plein développement. «Grâce à l'aide des techniques modernes de recherche et des technologies, les scientifiques confirment que la sexualité est plus qu'un acte physique momentané», écrivent-ils. «Elle produit, parfois la vie durant, de puissants changements dans notre cerveau qui dirigent et influencent notre avenir à un degré surprenant.»

En d'autres termes, l'utilisation du sexe peut garder le cerveau humain en bonne santé ou l'endommager sérieusement.

Liens affectifs émotionnels

Le cerveau a été décrit comme le plus grand organe sexuel humain. La neuroscience confirme ce fait. La sexualité déclenche un magnifique processus biochimique dans le cerveau humain. Trois substances différentes inondent le cerveau du début à la fin de l'acte sexuel: la dopamine et l'ocytocine chez la femme, et de la dopamine et de la vasopressine chez l'homme. Chacune de ces substances est conçue pour atteindre un but précis.

La dopamine est connue comme une substance de bien-être nous récompensant lorsque nous accomplissons quelque chose de passionnant ou d'exaltant. Les coureurs ont souvent des pics de dopamine pendant l'exercice. La dopamine a une propriété de dépendance qui nous amène à vouloir répéter ce que nous avons accompli.

L'ocytocine est présente chez l'homme et la femme, mais elle a un rôle beaucoup plus important dans la vie d'une femme. La science sait depuis un certain temps que l'ocytocine est présente quand une mère allaite son bébé. Elle facilite et accélère le processus affectif entre la mère et l'enfant. Lors de rapports sexuels, la libération d'ocytocine dans le cerveau féminin contribue à lier la femme à son compagnon.

La vasopressine a une fonction similaire chez l'homme. Outre aider un homme à se lier à ses enfants, durant l'acte sexuel elle aide à la liaison avec sa compagne.

Comment tout cela est-il relié aux relations sexuelles occasionnelles? J. McIlhane et F. Bush relient ces points. Ils soulignent que les parents doivent comprendre le rôle que ces hormones jouent dans l'expérience sexuelle.

En ce qui concerne la dopamine et les jeunes gens ayant des rapports sexuels occasionnels, ils écrivent: «Il semble que le signal de récompense dopaminergique fonctionne très bien chez ces jeunes. Une fois qu'ils ont fait l'expérience du sexe, ils veulent la répéter encore et encore. Nous avons dit ailleurs comment la sexualité est similaire à la dépendance à la drogue, à l'alcool ou à la nicotine; il est compréhensible qu'un jeune (ou un plus vieux) veuille expérimenter ce même élan à nouveau» (ibid.).

Le processus de récompense de la dopamine dans le cerveau est neutre: il ne peut pas distinguer entre le comportement positif ou négatif. Si une personne éprouve du plaisir lors de rapports sexuels à risque, la récompense de la dopamine encouragera la répétition des comportements à risque.

Perte d'affinité

La récompense de la dopamine, dans le cadre de la sexualité, est extrêmement puissante. Ainsi, après une rupture, les membres d'un couple sexuellement actif vont souvent rapidement avoir des rapports sexuels avec une nouvelle personne. Dans une culture qui encourage les relations sexuelles occasionnelles, beaucoup de gens vont rapidement d'un partenaire à l'autre. La dépendance sexuelle en est souvent le résultat. Les tabloïds sont pleins de récits de vies brisées de personnes souffrant de cette dépendance.

C'est certainement un terrible problème, extrêmement difficile à surmonter. Pourtant, ceux qui vont d'un partenaire à l'autre subissent un préjudice encore plus grand.

Les liens affectifs créés par l'ocytocine et la vasopressine sont tout aussi puissants que ceux créés par la dopamine. La

neuroscience montre que ces hormones sont libérées lors de contacts physiques intimes, comme les étreintes ou les baisers. J. McIlhaney et F. Bush expliquent: «Quand deux personnes s'unissent physiquement, de puissantes neurohormones sont libérées en raison de l'expérience sexuelle, laissant une impression sur les synapses de leur cerveau, et renforçant leurs liens. Quand ils restent ensemble pour la vie, leur liaison mûrit. C'est un facteur important qui les maintient ensemble, offrant un besoin de relations, qui donne une progéniture, et assurant à ces descendants un foyer composé de deux parents nourriciers où ils peuvent grandir» (ibid.). Bien qu'il ne s'agisse pas de connaissance nouvelle, la science confirme la valeur inestimable de la monogamie au sein du mariage.

La science affirme également un inconvénient destructeur des rapports sexuels occasionnels. Les médecins expliquent: «Chaque fois qu'une personne a des rapports sexuels ou des contacts physiques intimes, les liens affectifs prennent place. Quand surviennent des ruptures lors de relations affectives, il y a de la confusion et souvent de la douleur dans le cerveau des jeunes concernés parce que les liens ont été rompus.»

Le problème décrit ici a également beaucoup d'effets plus profonds, à long terme. Les auteurs rapportent: «En outre, il est évident que lorsque ce cycle sexe/affection/rupture est répété quelques fois ou souvent—même lorsque la liaison a été de courte durée—des dommages sont causés à l'importante capacité innée à développer un lien significatif et sérieux avec d'autres êtres humains.»

Mener une vie faite de rapports sexuels occasionnels engendre une perte d'affinité humaine. La vérité, c'est que nous avons tous besoin d'attachement humain pour survivre et prospérer. La bonne utilisation de la sexualité encourage la plénitude personnelle et construit une vie familiale stable. Les rapports sexuels occasionnels, en revanche, diminuent les capacités d'un individu à établir des relations permanentes.

J. McIlhaney et F. Bush avertissent que, en fait, la corrosion émotionnelle causée par des rapports sexuels occasionnels rend les gens moins humains: «Cela peut paraître brutal, mais si nous essayons d'éliminer cette affinité liée au sexe, on enlève l'aspect particulièrement humain, et l'acte sexuel ne devient rien de plus qu'un pur comportement animal». Il est bien temps de réfléchir profondément à cette citation.

L'abstinence jusqu'au mariage

Soyons honnêtes. La science découvre ce que Dieu savait il y a des milliers d'années.

Dieu a mis dans les pages de la Bible des instructions essentielles sur les utilisations de la sexualité. Juste après la création de Ève, et lors de la toute première cérémonie de mariage, Dieu a enseigné à nos premiers parents à «être une seule chair». Le couple nouvellement créé devait utiliser la sexualité pour lier les deux membres du couple pour la vie. Il leur a également été instruit de se multiplier—de construire une famille qui règnerait sur la Terre, et l'embellirait (Genèse 2:24). Il n'y avait aucune honte de la sexualité dans cette limite ordonnée par Dieu (verset 25).

La Bible nous avertit aussi des sanctions qui en accompagnent l'abus. Étudiez Romains 1:26 - 28, I Corinthiens 6:9, et 2 Pierre 2:6.

Nous ne devrions pas avoir besoin de la science pour nous dire ce que Dieu nous a déjà dit. Malheureusement, nous avons ignoré Dieu. Il est probable que les humains ignoreront également ce qu'avance la science.

La sexualité humaine a été conçue par un grand Dieu Créateur dans le but d'accorder des avantages à vie à l'humanité. Pour profiter de ces avantages, la sexualité doit demeurer dans les limites du mariage. L'abstinence jusqu'au mariage est la seule pratique de rapports sexuels sans risques qui soit efficace. Il est intéressant de noter qu'une enquête réalisée auprès d'adolescents révèle que 93 pour cent de ceux qui ont été interrogés croient que les adolescents ont besoin de recevoir un fort message d'abstinence de la part de leurs parents et d'autres adultes.

Herbert W. Armstrong a écrit dans son livre *La dimension manquante dans la sexualité*: «Dieu a conçu le sexe pour produire des bénédictions pures, justes, exemptes d'impureté, saintes et riches! Il l'a fait pour être le lien d'amour qui non seulement remplirait d'inspiration un couple convenablement assorti afin qu'il se marie, mais aussi qui lui permettrait de préserver ce mariage dans l'amour. Le sexe devrait être l'aimant de vitalité qui rapproche de plus en plus un mari et sa femme, et accroît leur amour...»

Ce splendide ouvrage factuel est disponible pour vous, sans frais, sur demande. M. Armstrong a utilisé la Bible et la science pour présenter la dimension manquante [dont l'ignorance est] très répandue dans ce que l'on sait de la sexualité aujourd'hui. Entre les mains de parents aimants, ce livre est le meilleur outil pour instruire nos jeunes sur la façon d'éviter les dommages causés par les rapports sexuels occasionnels. ■