

# Laura Berlingo

## NOUS N'ARRIVONS TOUJOURS PAS À DÉPASSER L'INJONCTION DE JOUIR

DANS UN ESSAI DIDACTIQUE, JOYEUX ET SANS TABOU, LA GYNÉCOLOGUE-OBSTÉTRICIENNE DONNE DES CLÉS POUR S'INVENTER UNE SEXUALITÉ BIEN À SOI, AU-DELÀ DE LA SEULE QUESTION DU PLAISIR.

PAR MARINE REVOL ILLUSTRATION CAROLE HÉNAFF

**Laura Berlingo fait partie de la catégorie des « gynécologues jeunes et sympas »,** dont les femmes se donnent le numéro. Si elle passe la majeure partie de son temps à l'hôpital parisien de la Pitié-Salpêtrière, c'est grâce aux podcasts « Qui m'a filé la chlamydia ? » et « Coucou le Q », un talk d'éducation sexuelle destiné aux adolescents, qu'elle s'est fait connaître. Son livre « Une sexualité à soi » a pour ambition de donner les clés pour apprendre à se tailler une sexualité sur mesure. Car celle-ci n'a rien d'inné. Elle s'apprend et se désapprend tout au long de la vie. Une sexualité à soi est celle que l'on choisit, en faisant fi des normes prérequis d'être et de faire. Avec ce livre, qui mêle théorie, engagement politique et conseils pratiques, Laura Berlingo questionne les rapports de domination et les modèles qui nous empêchent, et fait de la sexualité un nouvel espace de liberté. Que l'on soit mariée avec enfants, que l'on ait des rapports sexuels deux fois par semaine ou jamais, seule ou accompagnée, dans un lit ou dans un club échangiste.

**ELLE. Pourquoi avoir écrit un livre sur la sexualité ?**

**LAURA BERLINGO.** Il y a eu beaucoup d'ouvrages de développement personnel sur le désir, le plaisir, comme si rendre sa sexualité meilleure était une responsabilité individuelle. Cette vision me dérange. La sexualité s'inscrit partout. Cela renvoie aussi bien aux violences conjugales qu'à l'inceste, au consentement, à la santé, à nos relations au travail, à la religion. Les dimensions politiques et théoriques de la sexualité ont aussi un potentiel transformateur.

**ELLE.** Vous empruntez à Virginia Woolf le concept de « chambre à soi ». Elle disait : « La liberté intellectuelle dépend des choses matérielles. » Est-ce le cas pour la liberté sexuelle ?

**L.B.** L'indépendance économique est pour moi la libération ultime. Les enjeux de sexualité sont aussi des enjeux économiques et financiers. Pour pouvoir penser sa sexualité en tant que femme, il est indispensable de s'extraire de tous les rapports de domination avec un homme, et notamment de domination économique. Il faut de bonnes conditions matérielles pour avoir le temps et l'espace mental afin de questionner sa sexualité, beaucoup de femmes n'en ont pas le loisir. Mais il n'y a pas non plus de déterminisme, la libération sexuelle n'est pas réservée aux privilégiées.

**ELLE.** On présente encore le sexe comme le baromètre de ce qui se passe dans un couple. Que pensez-vous de cette idée ?

**L.B.** Je considère le couple comme deux personnes qui passent un contrat et se mettent d'accord sur les termes de leur relation. Avec la particularité que, contrairement au mariage, il peut être renégocié. On peut être très heureux en couple en ayant des périodes entières sans relations sexuelles, ou pas d'exclusivité sexuelle, comme on peut être très heureux en n'ayant pas changé de partenaire depuis trente ans, en ayant des rapports deux fois par semaine dans son lit après le dîner. Dire que l'épanouissement sexuel est nécessaire au couple, que les hormones sont liées à l'attachement, c'est passer à côté du sujet. On ne développe pas



une relation amoureuse saine en fonction de ses hormones, mais parce qu'on trouve l'autre aimable, en accord avec nos valeurs.

**ELLE. Vous prônez une « éducation sexuelle positive ». En quoi cela consiste-t-il ?**

**L.B.** C'est ce que recommande l'Organisation mondiale de la santé depuis une vingtaine d'années. L'éducation sexuelle ne doit pas être centrée uniquement sur le risque. Les cours d'éducation sexuelle en France apprennent aux jeunes à mettre un préservatif et à se protéger du VIH ou d'une grossesse. C'est une vision pauvre. On doit leur apprendre que la sexualité peut aussi apporter du plaisir, des choses positives.

**ELLE. Vous voyez tous les jours des femmes en consultation. Qu'est-ce qui vous révolte dans la manière dont ces rendez-vous ont lieu habituellement ?**

**L.B.** J'enseigne aussi à des internes et à des étudiants. Je constate que notre manque de culture de la santé sexuelle en France et dans notre

formation de gynécologie se ressent chez les patientes. Par exemple, nous parlons pilule sans tenir compte que de nombreuses femmes subissent des violences qui les empêchent de la prendre librement, nous parlons ménopause en n'envisageant que les signes cliniques et les traitements. C'est une approche purement médicale. Le vécu des femmes est passé sous silence. Quand je vais au-delà en consultation, je suis étonnée de voir à quel point elles demandent à être écoutées et comprises.

**ELLE. Le terme de « santé sexuelle » est-il dépassé ?**

**L.B.** Au contraire. Il faudrait le repenser. Pour moi, un terme comme « centre de planification familiale » est symptomatique et complètement obsolète. Il y a évidemment dans son usage un devoir de reconnaissance envers l'association du Planning familial, née des combats féministes des années 1950-1960. Mais beaucoup de pays ont changé leur nom. En Suisse, on parle de centres de « Santé sexuelle ». La « planification familiale » renvoie uniquement à la contraception et à l'IVG. Il nous faut, et c'est ce que l'on met en place

à la Pitié-Salpêtrière, des centres de santé qui vont plus loin et qui accueillent tout le monde, quelles que soient son identité de genre et son orientation sexuelle. Par exemple, les lesbiennes sont encore aujourd'hui mal prises en charge car on considère qu'elles ne peuvent pas tomber enceintes.

**ELLE. À l'heure où de nombreuses femmes témoignent sous le hashtag #MeTooInceste, vous allez jusqu'à dire que cette éducation serait une arme contre la pédocriminalité...**

**L.B.** On a peur de parler de sexualité aux enfants car on veut les protéger. Penser au fait qu'ils peuvent être victimes d'inceste ou de pédocriminalité – et je rappelle que cela concerne un enfant sur dix – est tellement effrayant pour nous, parents, soignants, profs, qu'on ne leur en parle pas. Pourtant, la seule protection, c'est l'éducation à la sexualité : il faut apprendre aux enfants que leur corps leur appartient mais aussi à nommer les choses que l'on peut potentiellement leur infliger. S'ils n'ont pas les mots, ils ne peuvent pas parler. De même, ils doivent apprendre eux aussi à ne pas devenir des agresseurs. Car il n'y a pas que des curés et des papis incestueux. Il y a aussi les frères, les enfants plus âgés... Un grand cousin de trois ans de plus est déjà une figure d'autorité.

**ELLE. Vous affirmez que la révolution sexuelle n'a pas eu lieu. Que voulez-vous dire exactement ?**

**L.B.** Quand on pense révolution sexuelle en France, on pense aux années 1970, ou au « Jouissez sans entraves » de Mai 1968. Effectivement il y a eu les avancées de l'IVG et de la contraception. Mais aujourd'hui nous n'arrivons toujours pas à dépasser l'injonction de jouir. Une véritable libération sexuelle, ce n'est pas jouir sans entraves, mais avoir une sexualité pensée, libre, dans des relations saines et égalitaires. La sexualité ne peut pas être libérée si elle est centrée sur le plaisir sexuel.

**ELLE. La sociologue Lucile Ruault va plus loin en qualifiant la libération sexuelle des années 1970 d'une « pression à soulager ces messieurs ».**

**L.B.** Oui, les femmes des années 1970 sont passées de l'idée que pour devenir une femme il fallait être sage et ne pas se donner avant le mariage à celle, que pour devenir une femme, il fallait être libérée, c'est-à-dire « baiser à tout-va ». Dans les deux cas, c'est une injonction de se donner pour que les hommes jouissent. On renouvelle finalement les inégalités.

**ELLE. À propos d'injonction de jouir, vous dénoncez les dérives du « clitoris pop ». Quelles sont-elles ?**

**L.B.** Le clitoris est devenu le totem de la révolution sexuelle 2020. Pourquoi ? Parce qu'il a été invisibilisé pendant plus de deux cents ans et qu'il a été réhabilité grâce au travail des féministes, il ne faut pas l'oublier. Il est peint, tagué, affiché, et c'est important. Il y a encore

dix ans, quand on affichait des clitoris dans la rue, les gens pensaient que c'étaient des poumons ! Mais j'aimerais que l'on diversifie le script sexuel plutôt que de le réduire. Si tout est clitoris, on arrive à des pratiques extrêmement pauvres et limitées.

**ELLE. Certaines femmes transgenres vivent ces vulves et ces clitoris brandis et exhibés de façon militante comme une violence. Qu'en pensez-vous ?**

**L.B.** J'aimerais qu'on aille au-delà de ce débat. La biologie, ça existe. Il faut la prendre en compte dans notre relation à notre corps mais il ne faut pas y être enchaîné. On peut se sentir femme ou homme de mille manières différentes. Je comprends les femmes transgenres qui n'ont pas de clitoris. Mais je comprends également que c'est un savoir qui a été retiré aux femmes cisgenres pendant des centaines d'années et qu'elles ont besoin de se réapproprier leur vulve, leur vagin, leur clitoris. Je rêve d'un monde où l'on n'aurait pas besoin de les placarder sur les murs, mais cela suppose que tout le monde ait les connaissances de base sur l'anatomie féminine.

**ELLE. Dans les choses qui nous enferment, il y a selon vous l'accès difficile à la stérilisation pour les femmes. Pourquoi est-ce encore un sujet tabou ?**

**L.B.** La France a une politique nataliste depuis des années. Légalement, on peut avoir accès à une contraception définitive, c'est-à-dire une ligature des trompes, sans limite d'âge ou du nombre d'enfants. Dans les faits, c'est extrêmement compliqué de trouver un médecin qui accepte de le faire quand, pour faire simple, on n'a pas 40 ans et trois enfants. Il y a cette idée que les

femmes sont inconstantes, qu'elles vont changer d'avis, comme si nous n'étions pas capables de faire nos choix procréatifs seules ! Seulement 4 % des femmes âgées de 15 à 49 ans ont eu recours à la stérilisation contraceptive en France contre 8 % au Royaume-Uni, 11 % au Canada et 22 % aux États-Unis. Cela pose beaucoup de questions.

**ELLE. Quel conseil auriez-vous aimé avoir adolescente ?**

**L.B.** De moins lire les magazines féminins ! [Rires.] Plus sérieusement, ne pas penser ou faire les choses que les gens attendent de moi, mais ce dont j'ai réellement envie. Par exemple, dans le domaine du sexe : est-ce que c'est vraiment désirable un homme qui me plaque violemment contre un mur pour m'embrasser presque malgré moi ? Ou est-ce que j'ai été conditionnée à être valorisée par ce comportement, qui peut être violent ? Cela vaut, je crois, dans tous les domaines, au-delà de la sexualité. Suivre son propre désir toujours, et dans le respect de celui des autres évidemment ! ■

« UNE SEXUALITÉ À SOI », de Laura Berlingo (éd. Les Arènes).

