



**Sylviane Larose, M.A., Sexologue clinicienne et psychothérapeute**

### **On ne s'embrasse plus, est-ce grave?**

Le baiser fait partie de toute relation amoureuse et sa fréquence peut changer selon les jours, l'humeur, l'état amoureux et aussi selon l'évolution de la relation. Le baiser fait partie de l'aspect particulier de la relation amoureuse. On n'embrasse pas de la même façon un ami que l'on embrasse son amoureux.

Acte courant au début d'une relation amoureuse ou passionnelle, il peut parfois être mis au rancard lorsqu'une relation évolue dans le temps. Pourquoi cela change-t-il? Et surtout quelle est la signification de la disparition du baiser dans un couple?

### **Quelle sorte de baisers retrouve-t-on?**

Je demande souvent aux couples qui me consultent s'ils prennent encore le temps de s'embrasser puisqu'embrasser fait grandement partie de la notion d'intimité.

Nombre de couples répondront qu'ils se donnent un baiser avant de partir pour le travail. De quelle façon se fait ce baiser? Souvent un contact des lèvres rapides, un effleurement sans qu'on s'y attarde réellement. Peu d'implication amoureuse juste un contact un peu plus privilégié que celui que l'on a avec des amis. C'est ce qu'on peut appeler, à la limite, un bec de sœur. Un contact loin d'être un contact démontrant une intimité dans le couple, il est souvent très automatique et machinal sans aucun ressenti.

D'autres prendront le temps d'avoir un contact plus prolongé des lèvres en appuyant celles-ci de façon plus prononcée et en prenant le temps de vivre les émotions que ce contact éveillera. Souvent, un contact visuel peut en faire partie. Ces couples prennent le temps de vivre les émotions qui les lient.

Certains prendront aussi le temps de s'embrasser en jouant avec le contact des lèvres. Ils donneront un baiser en prenant le temps de goûter les lèvres de l'autre, de mordiller légèrement une lèvre à la fois, de la sucer un peu et parfois ils auront un contact du bout de la langue. On se retrouve déjà ici avec un contact plus intime et plus intrusif que les autres contacts.

Quant au french kiss, dans de nombreuses relations qui durent depuis un certain temps, il semble avoir presque disparu sauf dans le contexte des relations sexuelles. Parfois il est absent à cause d'un dédain de l'haleine ou de la salive de l'autre. Le french kiss est habituellement la façon d'embrasser la plus intime possible. Bien entendu il y a aussi différentes façons de frencher. On peut le faire langoureusement en prenant le temps de goûter l'autre. Certaines personnes ont plutôt tendance à carrément entrer leur langue dans la bouche de l'autre et d'être ainsi très envahissant au point que le contact soit désagréable plutôt que stimulant sexuellement. Il faut donc prendre le temps d'appriivoiser l'autre en passant par tous les types de baisers avant d'arriver au french kiss. Embrasser de cette façon c'est aussi pénétrer l'autre et comme dans la pénétration, on prend habituellement son temps pour apprivoiser le rapprochement. Ce n'est pas l'acte par lequel on commence dans la relation.

### **La façon d'embrasser...**

La façon d'embrasser peut aussi grandement changer durant la relation sexuelle elle-même. De contacts furtifs des lèvres, le baiser peut devenir plus intense et passionné en allant vers le french kiss pendant que le couple fait l'amour, à un baiser tout doux après la relation. L'intensité varie aussi selon le type de contact sexuel qu'aura le couple. Une relation rapide et intense amènera un baiser qui s'y accorde. Parfois celui-ci sera carrément absent. La réalité est que le baiser fait partie de l'expression des émotions et sentiments envers l'autre et qu'il arrive que la sexualité soit devenue chez certains couples une façon de relâcher des tensions bien plus qu'un rapprochement intime.

La façon d'embrasser changera aussi avec l'humeur et l'évolution du sentiment amoureux. Les baisers risquent d'être plus courts et moins soutenus si l'humeur à un rapprochement n'est pas là. Le sentiment amoureux peut aussi évoluer dans le temps. D'une relation passionnelle où le baiser avait une toile de fond importante à cause de l'aspect très sexuel associé au baiser à une relation plus calme où le sentiment évolue vers un amour plus calme. La fréquence du baiser et sa raison d'être évolueront. Il est très possible d'exprimer son amour dans un baiser appuyé et soutenu sans avoir recours au french kiss et très bien exprimer le sentiment que l'on ressent envers l'autre.

Dans un contexte où les émotions négatives prennent plus de place que les émotions positives dans la relation, il devient alors normal que les baisers soutenus et les french kiss en viennent presque à disparaître. Les contacts des lèvres seront plus furtifs et dureront moins longtemps. Ils seront faits sous forme d'automatismes au moment de partir pour le travail ou lors du retour. À la limite, tout contact des lèvres peut être absent lorsque la charge émotionnelle négative est trop forte.

### **Que signifie pour un couple la disparition du baiser?**

Toutefois, il peut aussi arriver que certains couples voient le baiser carrément disparaître de leur sexualité. Pourquoi et qu'est-ce que cela signifie?

Le baiser donne un sens particulier à l'intimité du couple. Il reproduit l'interpénétration, le lien privilégié entre deux individus. Lorsque ce dernier disparaît, il devient important de se questionner sur la qualité de la relation que l'on entretient avec l'autre d'une part ainsi que sur les émotions que l'on peut ressentir dans cette relation. Si la colère et le ressentiment prennent beaucoup de place, le goût d'embrasser l'autre risque de diminuer grandement, justement parce que la qualité de la relation a un impact réel sur le désir de vivre une intimité sexuelle. D'une autre part, le baiser est une façon d'exprimer à l'autre le désir de rapprochement et les émotions ressenties. Ces éléments lorsqu'ils prennent une connotation négative ne donnent plus de goût d'embrasser.

Ce n'est donc pas sans raison que l'on demande aux couples s'ils s'embrassent encore lorsqu'on rencontre des gens qui vivent des difficultés sexuelles ou des difficultés de couple. Le baiser a une signification particulière dans une relation amoureuse. Lorsqu'il disparaît, il est temps de se poser des questions sur ce qui se passe dans la relation et sur les éléments qui peuvent affecter le désir de s'embrasser!

### **Vous voulez retrouver le plaisir de vous embrasser?**

Commencez simplement par prendre le temps de goûter le plaisir du contact des lèvres et les émotions que cela éveille. Dans un deuxième temps, explorez les différentes formes de baiser, goûtez du bout des lèvres et parfois plus goulument. Si vous réalisez que tout cela ne semble pas si facile pour vous, prenez le temps de consulter. Retrouver le plaisir de s'embrasser, c'est retrouver une plus grande intimité dans le couple!