

QUELLES LECTURES ÉROTIQUES POUR QUEL PATIENT ?

Par Marie-Noëlle Chaban

POURQUOI CETTE THÉMATIQUE ? JE SUIS CE QUE CERTAINS APPELLENT UNE LECTRICE BOULIMIQUE... DONC SANS CESSE EN RECHERCHE DE NOURRITURES LIVRESQUES VENANT COMBLER MA FAIM D'APPRENDRE, DE COMPRENDRE ET DE RESSENTIR.

INTRODUCTION : « DÉSIR DÉSIRS » ET LECTURES ÉROTIQUES

Étant de surcroît sexothérapeute (!), la littérature érotique m'a permis de nouveaux champs d'investigation et d'étude, donc de ressources supplémentaires à proposer à mes patients en panne d'inspiration. La plupart des ouvrages ici présentés ont donc été lus et ont fait l'objet de classifications certes subjectives mais... très investies.

Lors d'un café sexo sur la littérature érotique en 2016 à Angoulême, nous avons avec Daniel Habold imaginé une mise en scène et en mots interactive... Aidés en cela par des professeuses de lettre érudites et des comédiennes inspirées, nous avons pu ainsi faire partager à un auditoire ravi l'humour, la poésie et la diversité d'un choix de textes érotiques et polissons, agrémenté d'un retour historique et d'une ébauche de classification. La communication que m'avait demandé l'ASCLIF lors des journées de Genève en 2017 « Désir désirs » m'a permis de retravailler ce sujet, au service des sexologues (et de leurs patients) en recherche d'outils livresques plus aboutis.

EROTISME ET/OU PORNOGRAPHIE ? TENTATIVE DE DÉFINITIONS

Dans *Introduction à la pornographie : Panorama critique*, de Claude-Jean Bertrand et Annie Baron-Carvais, il est dit que « la pornographie représente, ou évoque clairement, un aspect de la nature, ou de l'activité sexuelle de l'être humain. Et son effet principal (le seul parfois) est de stimuler la libido de l'utilisateur, quelle que soit l'intention du créateur. (...) La pornographie montre ce qui ne se montre pas normalement (...). Il est banal de séparer l'érotique (noble) et le porno (ignoble), l'un qui exalte la sexualité et l'autre qui la dégrade ; l'un implicite, voilé, et l'autre explicite, brutal ; l'un subtil et complexe, et l'autre simpliste et vulgaire ; l'un chic et l'autre prolétaire ; l'un doux et l'autre violent ; l'un poétique et l'autre cru ; l'un esthétique et l'autre industriel et commercial ; l'un acceptable, l'autre répugnant ; l'un contestataire et l'autre abrutissant ; l'un écrit et l'autre iconique ; l'un féminin et l'autre masculin. »

En substance, les auteurs mettent l'accent sur « l'absence de frontière nette entre les deux, du fait qu'entre les deux extrêmes, la substance et l'intention peuvent être plus ou moins pures ou mélangées, raffinées et complexes, mais le matériau et la visée sont similaires, en tout ou partie. »

EROTISME ET/OU PORNOGRAPHIE ? CINQUANTE NUANCES DE...

La chercheuse, philosophe et écrivaine Michela Marzano situe la différence entre érotisme et pornographie dans la présence ou non de récit. L'érotisme met en

scène un récit, une histoire – à l'aide de mots ou d'images – qui racontent le désir et la rencontre des êtres.

La notion d'esthétisme et d'art dans l'érotisme, ainsi qu'une approche davantage intellectualisée via un style narratif, serait pour certains le marquage d'une frontière le distinguant de la pornographie ; le caractère obscène et actif (l'acte sexuel sous la loupe, un vocabulaire volontiers cru voire ordurier) différencierait l'objet du sujet... Descriptions graphiques humides et perspirantes, ventilées de détails anatomiques au-dessous des ceintures, la chair y est étalée, détaillée, fouillée dans ses moindres replis.

Pour Georges Bataille, il s'agit d'une aspiration fondamentale au néant, au sordide et à la saleté, retour en force de l'animalité en nous, l'érotisme est ce qui donne un sens complet à la transgression que l'absence de Dieu redouble. Autant qu'ils le peuvent, les interdits maintiennent le monde réglé par le travail, la vie attelée, à l'abri du désordre qu'introduisent la mort et la sexualité. De ce point de vue, l'érotisme n'est pas seulement ce qui illumine : il est, dans la conscience de l'homme, ce qui met l'être en question. Il est le scandale de la pensée : « De l'érotisme, il est possible de dire qu'il est l'approbation de la vie jusque dans la mort. »

UN SUJET POLÉMIQUE ?

La pornographie serait là pour exciter et servir de support masturbatoire ou de déclencheur d'ébats aux couples en panne d'excitation, les intellectuels (ou les femmes ?!) préférant la littérature érotique qui poétise, sublime, met à dis-

tance, car moins obscène, en privilégiant le fond donc plutôt que la (les) forme(s) ?...

L'emploi du terme « érotisme » est lié à un contexte socioculturel ; l'érotisme a en effet une histoire spécifique dans notre culture et dans notre littérature (Pauvert, 2001). Il témoigne d'une liberté des mœurs ou d'une nécessité de transgression face à une morale de contrôle des comportements sexuels – Sade en a subi de plein fouet les retombées... Du libertinage du XVIII^e siècle aux écrits provocateurs et détaillés d'Henry Miller, raffinés d'Anaïs Nin, allégoriques de Jean Genet, et, partant d'Apollinaire, à la folle créativité des surréalistes (de Mandiargues, Dali, Man Ray), la littérature érotique a accompagné et illustré la libération ou la condamnation des mœurs.

Puis nous arrivons à *Histoire d'O...* de Pauline Réage, et l'investissement par les femmes (Breillat, Despentès, Cadalen et tant d'autres) d'un espace auparavant investi par les hommes, pour arriver à la déferlante du « mummy porn » après le succès de *Cinquante nuances de Grey*.

DU CÔTÉ DES PATIENTS : THÉRAPEUTIQUES LES LECTURES ÉROTIQUES ?

La bibliothérapie en sexologie : (du grec « biblios », livre, et « therapeien », soigner). Nous pouvons distinguer deux voies thérapeutiques, l'une comportementale, l'autre sur la recherche du sens (Joëlle Mignot, *L'aide-mémoire de psycho-sexologie*, Dunod, 2013).

Les lectures demandées par nos patients dans leurs difficultés de couple et/ou

sexuelles seraient pour comprendre, s'inspirer et... apprendre.

Le livre vecteur de soin(s) associé à la thérapie a été expérimenté par Alexandra Hubin en Belgique dans le cadre de traitements de troubles de la sexualité féminine, et aussi par Philippe Kempeneers (étude BibliotHEP : évaluation d'une nouvelle bibliothérapie de l'éjaculation précoce).

DU CÔTÉ DES SEXOLOGUES : L'INTÉGRATION DU LIVRE OU DU TEXTE MÉDIATEUR DANS UNE PERSPECTIVE PSYCHODYNAMIQUE

Cette intégration nécessite de notre part une approche créative, des échanges et retours interactifs (par exemple, telle lecture de tel livre de massages érotiques à la maison a induit tels effets...). Les textes ou images proposées lors de la séance seront alors l'occasion de repérer les blocages, ouvertures, résistances, inté-rêts, questionnements, limites. Il est important de vérifier quelle sorte de lecteur/lectrice est la personne accompagnée. Un travail sera possible, à l'occasion du retour fait par les patients sur leurs représentations, leurs associations d'idées, leurs gênes ou malaises.

Proposer des lectures érotiques à nos patients nécessite aussi d'avoir soi-même une culture et un peu d'intérêt pour la chose...

Se pose alors le problème du choix des ouvrages : parfois les sexologues n'osent pas proposer car ce qui leur parle à eux ne parlera pas forcément au patient.

Ils disent « *c'est difficile...* ». Donc... plutôt s'abstenir ? Et s'ils parlent de ce qui leur parle, ils se dévoilent ?

Il y a aussi les sexologues peu intéressés par les lectures érotiques (ça ne leur parle pas...). Donc... Il est nécessaire de se constituer une *petite culture de base sur le sujet*, butiner, feuilleter, être curieux, quitte à survoler. Mais surtout... *d'y prendre plaisir !*

QUELLES INDICATIONS DE LECTURE POUR NOS PATIENTS ?

« *L'érotisme est la base de la connaissance de soi, aussi indispensable que la poésie...* » Anaïs Nin.

DE QUOI PARLE-T-ON ?

Et d'abord, de quelles « lectures » ? Il sera donc nécessaire de repérer ce qui leur est accessible selon qu'ils soient lecteurs, non-lecteurs, consommateurs d'images, visuels, cérébraux, littéraires ou pas...

LES LECTURES ÉROTQUES : POUR QUOI FAIRE ?

- Nourrir l'imaginaire.
- Stimuler la cérébralité, l'élaboration, l'inventivité.
- Apporter des idées de scénarios.
- Proposer des informations, des précisions, des détails sur « comment mieux faire l'amour ».
- Enrichir la sensualité, le potentiel érotique, le « réservoir à fantasmes ».

LES LECTURES ÉROTQUES : POUR QUELS TROUBLES ?

- Troubles du désir, de l'excitation.
- Phobies, peurs, blocages.
- Ennui, sexe routinier, manque d'imagination, d'informations, d'idées.

- Patients pudiques, introvertis, timides.
- Relation de couple fatiguée.

LES LECTURES ÉROTQUES : LEUR PLACE DANS LA THÉRAPIE

Elles seront censées apporter des informations et représentations nouvelles et utiles à la résolution de la problématique de la personne ou du couple accompagnés.

COMMENT ORIENTER NOS PATIENTS VERS TELLE OU TELLE LECTURE ?

Cela suppose d'avoir soi-même une culture littéraire certaine, ou une bibliothèque bien fournie, ou une liste par thèmes de références bibliographiques, en tenant compte de leur profil particulier, c'est-à-dire de :

- leur sensibilité ;
- leur culture et leurs références en termes d'éducation à la sexualité ;
- leurs goûts en matière de lecture et d'images (amateurs de porno, de soft porn, de new romance, ou de « vraie » littérature, ou plutôt pratico-pratique ? ;
- leur capacité imaginative ;
- leurs goûts sensuels et sexuels (pour certains les jeux de domination/soumission, même soft, seront inadéquats).

Les adeptes du SM hard ne consultent pas si ce n'est pour sortir de l'addiction ou de l'emprise, ce qui impliquera une rééducation à la sensualité, aux caresses, aux émotions, via de beaux livres d'art, notamment l'érotisme japonais, les masques, voire le tantra dans un éloge de la lenteur.

Il sera important de repérer ou de faire préciser leur rapport à l'image et/ou au texte (certains ne transforment pas ou

peu les textes en images et ont des capacités restreintes d'élaboration, d'imagination, de représentation).

Mais aussi de répondre à leur demande : certains auront besoin d'être éduqués « techniquement parlant » (les livres de massage érotiques ou de Kamasutra simplifiés seront des supports précieux, en leur montrant des ouvrages en séance pour qu'ils aient envie de se les procurer ensuite). Enfin, de bien comprendre leur recherche... d'idées, de sensations, de nouveauté ?

(S'ils demandent le prêt de livres de la bibliothèque du sexologue : pour ma part, je les encourage à aller en bibliothèque ou à les acheter, neuf ou d'occasion.)

LA LITTÉRATURE ÉROTIQUE A-T-ELLE UN SEXE ? (LES PATIENTS HOMMES OU FEMMES APPRÉCIENT-ILS LES MÊMES LIVRES ÉROTQUES ?)

Selon une approche traditionnelle extrêmement genrée :

- Femmes = littérature érotique : suggestion / sentiments / histoire romancée / rêve / fantasmes / cérébralité ;
 - Hommes = écrits pornographiques : action / excitation / visuels / cochons !
- Mais nous savons fort bien qu'il s'agit de représentations stéréotypées...
- Selon une approche sexologique :
- *s'il s'agit de patientes préférant une littérature écrite par des femmes*, avec pour objectif d'émouvoir, de surprendre, d'appréhender et de découvrir des univers différents, troublants, inspirants voire dérangeants ;
 - *s'il s'agit de patients en demande de déconnection du porno vidéo*, qui veu-

lent aussi apprendre/comprendre l'érotisme féminin et s'en inspirer.

DU COTÉ DES AUTEUR.E.S :

Lire Alexandra Destais : *Éros au féminin : D'Histoire d'O à Cinquante nuances de Grey*, Klincksieck, 2014.

Docteure en littérature, auteure d'une thèse sur l'érotisme littéraire féminin au XX^e siècle, conférencière, Alexandra Destais anime les Rencontres « Femmes et Société » à l'Université populaire de Caen. Elle est aussi chargée de mission à l'égalité entre les femmes et les hommes pour le ministère aux Droits des Femmes. *Éros au féminin* est son premier livre.

Pendant des siècles, en raison des interdits pesant sur leur sexualité, les femmes ont noué une complicité culturelle privilégiée avec l'art d'aimer, au détriment de l'exploration de leur propre érotisme. Longtemps exclues du registre érotique peu conforme à leur identité de genre, des écrivaines pionnières osent cependant s'en emparer au XX^e siècle sans renier pour autant leur connivence avec le code sentimental de l'amour. Avec *Histoire d'O*, leur entrée scandaleuse dans un champ fait par et pour les hommes passe par l'*Éros* obscur comme si elles ne pouvaient aimer sans se soumettre, sans se démettre, sans renoncer à elles-mêmes. Aujourd'hui, l'érotisme littéraire féminin tend à se vulgariser. Mais si l'« amour fou » de Pauline Réage devient avec *Cinquante nuances de Grey* une simple affaire de « négociation », d'autres auteures redonnent du sens aux sens, réenchangent le sexe et recréent des interdits afin de vivifier ce maître mot de l'*Éros* féminin : le désir...

L'érotisme littéraire, apanage des auteurs masculins ?

« Longtemps, en Occident, l'écriture et la lecture érotiques ont été l'apanage des hommes. Dans l'enfer des bibliothèques, on ne croisait qu'eux : Sade, Restif de La Bretonne, Casanova, Diderot, Sacher-Masoch, D. H. Lawrence, Oscar Wilde, Apollinaire, Pierre Louÿs, sans oublier la cohorte d'auteurs moins connus ou anonymes, dont témoigne par exemple l'anthologie Romans libertins du XVIII^e siècle, publiée dans les années 1990 chez Bouquins Laffont. Certes, Sappho, Louise Labé et Marguerite de Navarre ont montré que dans le passé les femmes ont écrit sur le corps et le désir, mais c'est au XX^e siècle que leur parole sur le sexe s'épanouit. » Eléonore Sulser, « Le Temps », La littérature érotique, une affaire de femmes, série d'articles sur l'érotisme en Suisse.

QUELQUES AUTEURES FÉMININES EMBLÉMATIQUES QUI JOUENT AVEC LES CODES ÉROTiques ET SEXUELS :



- Colette (Le Pur et l'Impur, Le blé en herbe, les « Chéri »). « Elle a montré ses seins sur scène, couché avec le jeune fils de son mari, provoqué scandale sur scandale. Puis elle est morte respectable », dit d'elle Philippe Sollers.
- Pauline Réage (Histoire d'O) passe par les codes de l'érotisme noir qui jusqu'ici étaient mis en œuvre par des hommes. L'entrée des femmes dans l'érotisme se fait par le biais du masculin, une femme met en scène sa soumission à l'homme.

Ceci dit, elle ose mettre en mots et en images ses fantasmes, et si elle accepte de subir des sévices sexuels, c'est au nom d'une conception mystique de l'amour.

- Anaïs Nin (Vénus Erotica). Dans Vénus Erotica Anaïs Nin répond à un commanditaire qui lui avait demandé de petits textes pornographiques, payés un dollar la page. Elle aussi déjoue les attentes. Elle ne livre pas de description purement organique, mais met plutôt en évidence un certain imaginaire qui ennoblit la représentation érotique.

- Régine Deforges (L'Orange). Ses romans ont ouvert la voie à une littérature érotique et féministe, incitant les femmes à découvrir leur sexualité. Première editrice française (L'Or du Temps), elle a eu une fille avec Jean-Jacques Pauvert.

- Virginie Despentes (Baise-moi). Ce livre fait partie d'une nouvelle littérature (tel le roman La vie sexuelle de Catherine M., de Catherine Millet) qui affirme un « néo-féminisme revendicatif » en montrant une sexualité agressive et la désacralisation du corps féminin.

- Alina Reyes (Sept nuits) où l'auteure utilise les ressources de l'art d'aimer pour écrire un récit érotique qui avance, crescendo, vers une tension sexuelle en différant sans cesse l'acte.

POUR LES PATIENTES IMPATIENTES...

Plébiscités par un public majoritairement féminin, la vague de la *new romance* et le phénomène du *mummy porn*.

Nous rencontrons ici un genre littéraire dans la mouvance de la trilogie *Cinquante nuances de Grey*, de E. L. James, sur un schéma de conte de fées moderne où l'amour n'exclut pas le sexe,

où l'homme est quand même l'initiateur, riche et beau bien sûr, où l'héroïne de préférence sans expérience, voire vierge, lui fait découvrir l'amour, le transforme en être sensible et confiant, tout en s'affirmant elle-même en tant que femme dans une sexualité active, voire addictive... mais épanouie.

Le phénomène mummy porn (en direction de femmes/mères en recherche de sensations érotiques pour pimenter leur vie un peu fade) a démarré aux Etats-Unis avec *Cinquante nuances de Grey*. Il a le mérite de proposer un autre modèle que le porno hardcore ou qu'une littérature érotique moins accessible ou plus sombre, en abordant des pratiques et jeux sensuels et sexuels qui vont permettre aux femmes (public majoritaire) de trouver là des idées coquines permettant de booster leur libido et leur imaginaire érotique.

L'aspect hétérosexuel, normé, et quelque peu machiste de ce courant est cependant contrebalancé par certaines nouvelles recrues politiquement incorrectes :

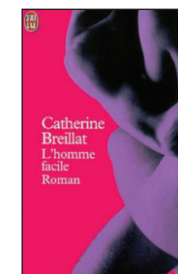


- chez Belfond, Lena Dunham, auteure de la série *Girls* et « fille spirituelle de Woody Allen et de Susan Sontag », a un bel avenir devant elle avec en projet un manuel de conseils sexuels assez trash ;
- chez Babelio, puis chez Poche, *Beautiful Bastard* de Christina Lauren a battu des records de vente ;
- chez Plon, Margaux Guyon, dans le

genre littérature libertine, a signé *Latex* etc. et *Tombeau pour Don Juan*.

Mais aussi, pour en savoir davantage sur les méthodes d'écriture de ces romans, *Lettre à celle qui lit mes romances érotiques, et qui devrait arrêter tout de suite*, de Camille Emmanuelle, Les Echappés.

POUR LES PATIENTES EN RECHERCHE D'ELLES-MÊMES, avant même la vague du mummy porn...



Certaines de nos patientes femmes ressentent le besoin de se réapproprié leur corps, de savoir ce que d'autres femmes vivent, de retrouver de l'audace, d'apprendre sans manuels ou planches anatomiques, de vivre par procuration avant d'oser. Nous leur proposerons alors :

- *L'homme facile*, Catherine Breillat, roman, J'ai lu, 2001 ;
- *Libertine*, Sophie Fabre, Mercure de France, 2007 ;
- *A cœur pervers*, Octavie Delvaux, La Musardine, 2016 ;
- *Histoires pornographiques*, Valentine Abé, La Musardine, 2013 ;
- *Baisant, seule*, Camélia Montassere, Le Grand Souffle, 2006 ;
- *June*, Virginie Bégaudeau, La Musardine, collection Point G « écrits par des femmes pour des femmes », 2017 ;
- *Fantasmes de femmes*, Angot, Boman, Cadalen, Clergerie, Girard, Larue, Saget, Zwang... Editions Blanche, 2001 ;
- *La première gorgée de sperme et autres textes courts*, Fellacia Dessert, Bibliothèque Blanche, 2002 ;

- *La rééducation sentimentale*, Emma Cavalier, Editions Blanche, 2013 ;
- *Fantasmes*, Aurélie Van Hoeymissen, Le Cercle, 1998.

DU CÔTÉ DES FEMMES, MÛRES OU PAS... OU VIVRE AVEC SON TEMPS...

Ne négligeons pas pour autant la vague de la *new romance* et du *mummy porn* pour patientes en recherche de sensations sentimentalo-romantico-érotiques... Les jeunes s'orientent désormais vers les collections « Romance érotique », « New Romance », dans la mouvance « Young Adult », qui fédère les 18-24 ans, essentiellement féminines. (Harlequin : ligne « Sexy » ; J'ai Lu : « Love Addiction » ; collections « Promesses » et « Passion intense ») et le « meilleur » de la romance érotique (Jones, Summers, D'Alessandro).

MAIS AUSSI VERS UNE GAMME PLUS OU MOINS « SM SOFT » D'INITIATION ÉROTIQUE :



- La trilogie *Fifty Shades* de E. L. James (Cinquante nuances de Grey).
- La trilogie italienne d'Irene Cao (*Sur tes yeux, Pour tes lèvres, Toute entière*).
- D'Emma Cavalier (*Le manoir, La rééducation sentimentale, L'éveil des sentiments*).
- De Sara Fawkes (*Tout ce qu'il voudra*).

POUR LES « VISUEL-LE-S »...

Quelles lectures pour quel patient ? Pour les patients nostalgiques et curieux, en quête d'images pas sages, de seins, de fesses et de dessins... Les

années folles ou glorieuses...



- *Paris libertin*, by Ressen, Ressen, Editions SE12, 2015.
- *Maisons closes 1860-1946* : Bordels de femmes, bordels d'hommes, Editions Nicole Canet, 2009.
- *L'Eloge de la fesse*, Hans-Jürgen Döpp, Parkstone, 2002.
- *L'Origine du monde*, Parkstone, 2013.
- *Mademoiselle X*. Les joujoux des demoiselles, Editions Astarté, 2013.
- *Scènes d'atelier* : Mœurs libertines & viennoises de l'entre-deux-guerres, Alexandre Dupouy, Editions Astarté, 2013.
- *Les maisons closes 1830-1930*, Laure Adler, Pluriel, 2011.
- *Clitoris empourprés* : Mœurs dionysiaques des années trente, préface de Serge Kloster, Editions Astarté, 2007.

LES BD ÉROTIQUES OU ÉDUCATIVES :



- *Les 100 plus belles planches de la BD érotique*, Vincent Bernière, Beaux Arts Edition, 2015.
- *Encyclopédie de la BD érotique*, Henri Filippini, La Musardine, 2011.
- *Poèmes érotiques de la littérature en bandes dessinées*, Kris et Alexis Horellou, Petit à Petit, 2009.
- *Sex Story : La première histoire de la sexualité en BD*, Philippe Brenot, Laetitia Coryn, Les Arènes, 2016, nouvelle édition 2017 : Une histoire du sexe.

- *Kama Sutra*, Manara, Drugstore, 1997.
- *Les Aphrodites*, d'Andréa de Nerciat, Emmanuel Murzeau, Tabou BD, 2011.
- *Le guide du sexe en BD*, Goupil, Walter, Vents d'Ouest, 2000.
- *Le guide des fantasmes du docteur Big Love*, Goupil, Douyé, Gyzmo, Vents d'Ouest, 2008.
- *L'Immanquable*, hors-série Spécial Erotisme, Gourmandises, Sexe & BD, n° 17, 2017.

BEAUX LIVRES D'IMAGES INSPIRANTES POUR PATIENTS EN PANNE...

Les images donnent à voir, mais aussi à modifier des représentations mentales, à enrichir un imaginaire érotique parfois en panne d'inspiration.



- *Esprit XVIII^e : Amour & Libertinage*, Au Chêne Editeur, 2009.
- *Le sexe : L'érotisme de Cranach à Koons*, John Williams, Taschen, 1999.
- *1001 visions du sexe*, Patrice Bauduinet, Graph Zeppelin, 2014.
- *Figures parfaites. Hommage à Emmanuel Sougez*, Photos, Serge Lemoine, RMN, 2001.
- *Sexualité : Les 100 premières fois*, Olivier Calon, Gründ, 2010.

- *Le cinéma X*, sous la direction de Jacques Zimmer, La Musardine, 2012.
- *Playboy : Les plus belles couvertures*, Damon Brown, Pamela Anderson, Blanche, 2012.
- *Eros vinyls : Histoire de l'érotisme à travers 60 ans de vinyles*, Ereme, 2008.
- *La face cachée des fesses*, Caroline Pochon, Allan Rothschild, Arte Editions, 2010.
- *Hommes entre œufs*, Jean Lecointre, Cornélius, 2014.

POUR LES PATIENTS ESTHÈTES OU COLLECTIONNEURS QUI AIMENT LES BEAUX LIVRES ET/OU CEUX EN MAL D'EXCITATION :

Pour surfer sur des images, photos ou dessins, peintures ou objets érotiques, le texte n'est pas toujours nécessaire à la compréhension du sujet...



- *Sexgamebook, Histoire culturelle de la sexualité*, Denyse Beaulieu, Assouline, 2007.
- *Eros secret : Objets érotiques à transformation*, Véronique Willemine, Editions Alternatives, 2007.
- *Figures parfaites, Hommage à Emmanuel Sougez*, Photos, Seuil, 2001.
- *Le nu*, Roger Théron, Editions du Chêne, 2000.
- *Masculin / Masculin. L'homme nu dans l'art de 1800 à nos jours*, exposition Musée d'Orsay, Paris 2013.
- *Le nu*, Parkston International, 2005.
- *Picasso érotique*, Dominique Dupuis-Labbé, Gallimard/RMN, 2001.

- *Erotica Universalis*, Gilles Néret, Taschen, 2001.
- *Tom Poulton*, esquisses secrètes, Editions du Balcon, 2001.
- *Guide érotique du Louvre et du musée d'Orsay*, La Musardine, 2008.
- *Maîtres de l'art érotique du XX^e siècle*, Bradley Smith, Julliard, 1980.
- *1000 Chefs-d'Œuvre de l'érotisme*, Terres éditions, 2009.

**POUR LES PATIENTS ÉPICURIENS
OU SOUHAITANT ALLER VERS LES
PLAISIRS DES SENS... ALLIER LES
PLAISIRS DE LA TABLE À CEUX DU
LIT, RÉVEILLER PUPILLES,
ET PAMPILLES...**



- *Carnet de recettes pour deux d'une femme amoureuse*, Joëlle Mignot, Mango, 2006.
- *Recettes pour amoureux et cuisine érotique*, Sonia Ezgulian, Flammarion BD, 2013

et 2008 (voir article dans « L'immanquable », hors-série Spécial érotisme, p. 38).

- *20 recettes pour conclure : De la cuisine au sexe il n'y a qu'un (re)pas*, Renée Greusard, Judith Duportail, Nouriturfu, 2017.
- *Coup de foudre, coup de fourchette : Recettes pour les amoureux de la gastronomie*, Noémie Honiat, Quentin Bourdy, Eyrolles, 2014.
- *Cuisine sensuelle et amoureuse*, Franck Spengler, Blanche, 2013.
- *Les délices coquins : Recettes d'amour érotiques et métaphoriques*, Marie-Antoinette Sejean, Orphie, 2016.
- *Je cuisine comme un(e) cochon(ne)*, Minette Strawn, Blanche, 2013.

(Liste non exhaustive... de goûts...)

**LES ENCYCLOPÉDIES ET OUVRAGES
SAVANTS POUR LES PATIENTS
GRANDS LECTEURS :**

Lorsqu'il n'existe pas de problématique particulière mais une demande d'inspiration pour des patients lecteurs en recherche de culture à parfaire, les encyclopédies et anthologies sont toutes indiquées...



- *Anthologie historique des lectures érotiques*, Jean-Jacques Pauvert, 4 volumes, Paris, Stock/Spengler, 1995, complétés par un tome 5 : *De l'infini au zéro, 1985-2000*, publié en 2001.
- *Erotica, Anthologie illustrée d'art et littérature*, Charlotte Hill, William Wallace, Gremese, Rome, 1994.
- *Les chefs-d'œuvre de l'amour sensuel* et *Les chefs-d'œuvre de l'érotisme*, Anthologie Planète, sous la direction de Jacques Sternberg et Alex Grall.
- *Bibliographie des ouvrages érotiques publiés clandestinement en français*, 3 tomes, Jean-Pierre Dutel, 2002, 2005, 2009.
- *100 romans érotiques incontournables*, Guide proposé par Joseph Vebret, Libro, 2010.
- *Histoires de censure : Anthologie érotique*, Bernard Joubert, La Musardine, Lectures amoureuses, 2001.
- *Les plus belles pages : La littérature érotique*, de François Villon à Jean Genet, Claude-Henry du Bord, Eyrolles, 2012.
- *L'Enfer de la Bibliothèque. Eros au secret*, sous la direction de Marie-Françoise Quignard et Raymond-Josué Seckel, catalogue d'exposition, Paris, Bibliothèque Nationale de France, 2007.

**TOUJOURS POUR DES PATIENTS
CURIEUX ET LECTEURS AFFIRMÉS
QUI SOUHAITENT CONCEPTUALISER
ET VISITER LES FRONTIÈRES QUI
SÉPARENT OU PAS PORNOGRAPHIE
ET ÉROTISME :**



- *Ces livres qu'on ne lit que d'une main : Lecture et lecteurs de livres pornographiques au XVIII^e siècle*, Jean-Marie Goulemot, Minerve, 1994.
- *L'Erotisme*, Georges Bataille, Les Editions de Minuit (1957), réédition 2011.
- *La littérature érotique*, Jean-Jacques Pauvert, Flammarion, 2000.
- *La nouvelle pornographie*, Marie Nimier, Folio, 2002.
- *La pornographie ou l'épuisement du désir*, Michela Marzano, Buchet-Chastel, 2003.
- *Coquelicots et autres puits d'amour : Variations plastiques d'après L'Origine du monde de Gustave Courbet & Morceaux choisis de la poésie érotique française consacrée au sexe féminin*, Frédéric Pierret, Kubik Editions, 2016.
- *Eros Hugo : Entre pudeur et excès*, Maison Victor-Hugo, Paris Musées, 2015.
- *Les larmes d'Eros*, Georges Bataille, Bibliothèque internationale d'Erotologie, Jean-Jacques Pauvert Editeur, Paris, 1961.
- *De l'érotisme*, Robert Desnos, Gallimard, L'Imaginaire, 2013.
- *Dictionnaire de la pornographie*, sous la direction de Philippe Di Folco, PUF, 2005.
- *Planète amoureuse*, Jean-Pierre Bourgeron, Hazan, 2001.

- *Introduction à la pornographie : Panorama critique*, Claude-Jean Bertrand, Annie Baron-Carvais, La Musardine, 2001.
- *Focus sur Le Banquet de Platon*, Létitia Mouze, Ellipses, 2012.

**POUR LES COUPLES (TRÈS !)
AMOUREUX :
Pour celles et ceux souhaitant renouveler leurs imaginaires érotiques...**

Chez Libro :



- *La bibliothèque idéale des amoureux*, Anne Ducrocq, 2011.
- *Anthologie érotique : Connaissez-vous vraiment Ronsard, La Fontaine ou Zola ?*, Joseph Vebret, 2009.
- *Je vous aime : Les plus belles lettres d'amour* présentées par Irène Frain, 2003.
- *Contes libertins*, Jean de La Fontaine, 2004.
- *100 romans érotiques incontournables*, guide proposé par Joseph Vebret, 2010.

Chez Folio :



- *Amour, désir et libertinage : 15 récits entre amour et érotisme tendre*, 2010.
- *L'art d'aimer : Les plus belles nuits d'amour de la littérature*, 2016.
- *L'art du baiser : Les plus beaux baisers de la littérature*, 2011.
- « *Que je vous aime, que je t'aime !* » : *Les plus belles déclarations d'amour*, 2009.

Chez Mercure de France



- Le goût des hommes, textes choisis et présentés par Barbara Lambert, 2017.
- Le goût du sexe, textes choisis et présentés par Philippe Di Folco, 2009.

POUR LES PATIENTS EN DEMANDE DE « CONCRET », OU POUR LES PERSONNES AVEC UN CERTAIN SENS « PRATIQUE » MAIS AUSSI DE L'HUMOUR, ET EN RECHERCHE DE SOLUTIONS :



- Pourquoi je dois coucher avec toi, petits feuillets détachables avec le choix entre 200 raisons à cocher, Marabout, 2012.
- Les nichons. Manuel d'utilisation, Les Joyeux Lurons, City, 2015.
- Le décodeur sexuel

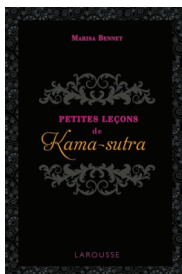
- (Améliorez votre vie érotique), Yves-Alexandre Thalmann, First, 2014.
- Les filles bien n'avaient pas... et autres clichés sur la vie sexuelle des filles, Marie Minelli, La Musardine, Le Sexe qui rit, 2014.
- Catalogue des romans pornographiques, Média 1000, Sabine Fournier, La Musardine, Collection Esparbec.
- Sex Story : La première histoire de la sexualité en BD, Philippe Brenot, Laetitia Coryn, Les Arènes BD, 2016.
- Les petits cheveux : Histoire non connue de la pilosité féminine, Jean Feixas, Emmanuel Pierrat, La Musardine, 2017.



POUR MADAME OU MONSIEUR, GADGETS ET ACCESSOIRES EN TOUT GENRE :

- Godes'Story : L'histoire du sex toy, Christian Marmonnier, Seven 7, 2008.
- Sex toys : Faites-vous plaisir..., Anne Helary, Christian Foch, Marabout, 2008.
- Sex toys : Guide pratique érotique, Anne Helary, Christian Foch, Blanche, 2013.
- Sex toys story, Vincent Vidal, Editions Alternatives, 2008.
- L'Amour, accessoires, Fleur Breteau, Gallimard, Verticales, 2017.

POUR LES PATIENTS EN RECHERCHE D'IDÉES PRATIQUES ET DE POSITIONS INÉDITES : Les Kâma Sûtra



- Petites leçons de Kama-Sutra, Marisa Bennett, Larousse, 2016.
- Le Kamasutra illustré, Ionna Vautrin, Flammarion, 2017.
- Mon cours de kamasutra, les paresseuses : 45 positions pour pimenter votre vie de couple, Ellen Willer, Marabout, 2006.
- Le Kamasutra cul(te), Marie Perron, Jane Rioufol, Hachette, 2013.
- Le top du kama sutra Cosmopolitan : Les positions préférées des filles, Blanche, 2013.
- Kama Sutra : Le guide des amoureux, Guy Tredaniel Editeur, 2014.
- Le Kama Sutra pour femmes : Les secrets du plaisir au masculin, Michèle

Gato, Leduc.s, 2006.

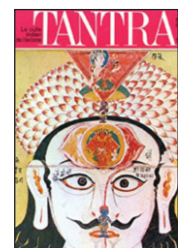
- Lesbiennes, Kâma Sûtra, Kat Harding, Editions Contre-dires, 2011.



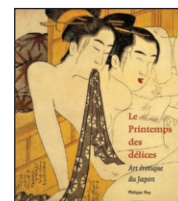
Et si dans tous ces Kâma Sûtra il n'en fallait qu'un, ce serait celui-là :

- Sexe, osez tout ! : Le nouveau Kama-sutra, Jo Hemmings, Hors Collection, 2014.

POUR LES PATIENTS BRANCHÉS NEW AGE, TANTRA, MESSAGES :



- Tantra, un antidote aux angoisses de l'époque, Philip Rawson, Dervy, 2013.
- Tantra, le culte de la féminité, André van Lysebeth, Flammarion, 1992.
- Osez... le sexe tantrique, Michèle Larue, La Musardine, 2012.
- Osez... les massages érotiques, Erik Rémès, La Musardine, 2012.
- Massages d'amour : Le plaisir et la détente au bout des doigts, Christine Baumanns, Leduc.s, 2009.
- Massages plaisir : Relaxation et érotisme au bout des doigts, Alissa York, Hachette Pratique, 2007.



POUR LES PATIENTS EN RECHERCHE DE RAFFINEMENTS PARTICULIERS OU D'EXOTISME... Sont abordées ici les techniques de shibari,

de bondage, mais aussi toutes les inventions, traditionnelles ou modernes, qui élèvent l'érotisme au rang d'art complexe et usant des mille raffinements de l'art érotique japonais :

- Le Printemps des délices : Art érotique du Japon, Philippe Rey, diffusion Seuil, 2005.
- Shunga : L'art d'aimer au Japon, Marco Fagioli, Seuil, 1998.
- Dictionnaire de l'amour et du plaisir au Japon, Agnès Giard, Drugstore, 2008.
- L'imaginaire érotique au Japon, Agnès Giard, Albin Michel, 2006.



POUR LES FEMMES SOUFFRANT DE VAGINISME OU DE PHOBIE DU SEXE : Le sexe féminin ou masculin étant parfois trop difficile à

érotiser, et les planches anatomiques trop compliquées, l'humour comme exorcisme, si on peut en sourire :

- 1001 visions du sexe, Patrice Bauduinet, Graph Zeppelin, 2014.

POUR LES CURIEUX, ÉCLECTIQUES, LIBERTINS PLUS OU MOINS :



- Eloge du cul (et autres textes), Alain Paucard, La Musardine, Lectures amoureuses, 2006.
- L'art d'aimer : Les plus belles nuits d'amour de la littérature, Folio, 2016.
- Un voyage érotique :

Invitations à l'amour dans la littérature du monde entier, Folio, 2012.

- *Aubaine*, Paul Verguin, La Musardine, Lectures amoureuses, 2002.
- *Sous les pavés... Les chemins du plaisir*, Luc Chevallier, Edilivre, 2015.
- *Saccage*, Eric Jourdan, La Musardine, Lectures amoureuses, 2006.
- *Reconquête conjugale*, Guillaume Perrotte, Blanche, 2016.
- *Sexe & Philo*, Ovidie, Francis Métivier, Bréal, 2012.
- *Mademoiselle M.*, Anonyme (1957), La Musardine, 2001.
- *La Pharmacienne*, Esparbec, La Musardine, Lectures amoureuses, 2003.
- *Lectures amoureuses* (Anonyme : le poisson de jade et l'épingle au phénix), Apollinaire, Maupassant, de Mairbert, Sade, Folio.
- *Eloge des femmes mûres*, Stephen Vizinczey, Folio, 2006.
- *Les mauvais anges*, Eric Jourdan, La Musardine, Lectures amoureuses, 2011.
- *Manuel de civilité pour les petites filles : A l'usage des maisons d'éducation*, Pierre Louÿs, Librio, 1998.
- *Les caprices du sexe : Ou les audaces érotiques de Mademoiselle Louise de B.*, Louise Dormienne, Terrain Vague, 1994.
- *Messaline*, Alfred Jarry, Eric Losfeld, collection Merdre, 1977.

POUR LES PASSIONNÉS D'HISTOIRE(S) :

Un détour par l'Histoire peut permettre à certains patients de dé-tabouiser la sexualité en la replaçant dans un contexte historique et sociétal ; en visitant d'autres mœurs, en comprenant l'évolution des pratiques et comportements pour se repositionner soi-même dans son couple et son époque...



De l'Olympe au cybersexe, Pierre-Marc de Biasi, Découvertes Gallimard, 2007.

- *Esprit XVIII^e - Amour & libertinage*, Nicole Masson, Yann Caudal, Maguy Ly, Editions du Chêne, 2009.
- *Les livres de l'Enfer*, 2 vol., Pascal Pia, C. Coulet : A. Faure éditeur, 1978.
- *Histoire de l'érotisme : Anthologie de censure*, Bernard Joubert, La Musardine.
- *Sex Story : La première histoire de la sexualité en BD*, Philippe Brenot, Laetitia Coryn, Les Arènes BD, 2016 ; nouvelle édition 2017 : Une histoire du sexe.
- *Bibliographie du roman érotique au XIX^e siècle*, 2 vol., Louis Perceau, 1930.
- *Vie amoureuse des Grecs anciens*, Sofia A. Souli, Toubi's, 1997.
- *Le sexe à Rome*, John R. Clarke, La Martinière, 2004.
- *Brève histoire du sexe*, Béatrice Bantman, Calmann-Lévy, 1997.
- *Petites histoires sexy de l'histoire de France*, Margaux Guyon, Hugo Doc, 2013.
- *Sexo Monarchie : Ces obsédés qui gouvernaient la France*, Henri de Romèges, Michel Lafon, 2013.
- *Histoires d'amour de l'histoire de France*, Tomes 1 à 8, Guy Breton, Editions Noir et Blanc.
- *Secrets d'histoires et autres histoires d'alcôves*, Karen Dolby, Hachette, 2014.
- *Petit ABC des illustres fripons & grands séducteurs*, Géraldine Puireux, Delphine Dupuis, Les Vieux Tiroirs, Les Chemins de l'histoire, 2015.

POUR LES INTELLOS-CÉRÉBRAUX OU TOUT SIMPLEMENT LES... CURIEUX :

Les « Hors-Série » :



fondamentaux de l'érotisme, juillet-août 2006.

- **Art Press** : *X-Elles, le sexe par les femmes*, mai 2004.
- **Le Nouvel Observateur** : *L'érotisme dans l'art*, n° 85, janvier-février 2014.
- *Connaissance des arts* : *Masculin/Masculin*, n° 602.
- **L'Immanquable, Spécial Erotisme** : *Gourmandises, Sexe & BD*, n° 17 (vient de paraître).

POUR LES PATIENTS QUI AIMENT JOUER AVEC LES MOTS OU LES APPROVOISER, PETITE SÉLECTION SAVOUREUSE :



- *Petit précis des mots gaillards et polissons*, Daniel Lacotte, L'Archipel, 2013.
- *Les mots et la chose : Trésors du langage érotique*, Jean-Claude Carrière, Points/Plon, 2007.
- *Le dire et le jouir : Ce qu'on se dit au lit*, François Perea, L'Attrape-corps, La Musardine, 2017.
- *Le honteux et le sacré*, Grammaire de

l'érotisme divin, Odon Vallet, Albin Michel, 1998.

SELON LES ORIENTATIONS ET GOÛTS SEXUELS DIFFÉRENTS, HOMO, BI, INTER, CISGENRES...

Selon que nos patients soient homme, femme, homo, hétéro, bi (les plus faciles car « faisant feu de tout bois » ?), il sera intéressant de pouvoir leur proposer un éventail de choix suffisamment variés pour qu'ils aillent ensuite chercher sur le web ou dans les librairies un genre qui leur parle...

ET QUAND UN PATIENT DIT « JE N'AI PLUS L'ÂGE » ?...

- *L'amour sur le tard*, histoire d'une troublante passion érotique passé 65 ans, Michel Desbastilles, La Musardine, 2017.

LIRE OUI, MAIS OÙ, QUAND, COMMENT, AVEC QUI ?

Ou comment les lectures érotiques peuvent-elles booster une sexualité endormie...

LIRE PERMET UNE IMPRÉGNATION CONSCIENTE ET INCONSCIENTE. Seul-e ou à deux ?

- *Lire seul-e* dans une atmosphère propice à l'intimité avec soi-même.
- *Lire à l'autre* de courts extraits qui ont plu, émoustillé, ému, excité.
- Y penser dans la journée, en parler à l'autre (« tu sais bien !... ce livre que je lis en ce moment... »).
- *Se laisser aller à rêver*, se projeter dans la vie, dans la peau du ou des personnages. Et le jouer dans un jeu de rôle coquin !
- *Oser inventer et se raconter à voix basse*

dans le lit, ou au resto, ou dans le train, un conte érotique.

• Jeu du « cadavre exquis », l'un commence, l'autre continue :

« Elle se repoudrait dans l'ascenseur quand la porte s'est ouverte... »

Ou « soudain, alors que ce dîner promettait d'être assommant, il sentit le long de sa cheville l'effleurement d'un pied remontant lentement... »

Ou « nuit noire, panne de voiture, deux yeux verts... »

Ou encore « et quand le pirate l'empoigna pour l'attacher au mât du navire... »

A LIRE AU LIT OU À LA PLAGE, SEUL.E OU À DEUX :



• « Causette », hors-série été 2017 : « Fantasmés ! »

• « Sensuelle », magazine franco-québécois, à lire à deux pour les adresses, idées, conseils, biblio, films,

accessoires coquins, et les articles de fond (Dallaire, Psalti, Leroy...).

• « Union », pour les moins/plus regardants...

« MORCEAUX CHOISIS... »

Epithalame : *Mon beau membre asinin*

« Tes mains introduiront mon beau membre asinin

Dans le sacré bordel ouvert entre tes cuisses

Et je veux l'avouer en dépit d'Avinain

Que me fait ton amour pourvu que tu jouisses

Ma bouche à tes seins blancs comme des petits suisses

Fera l'honneur abject des suçons sans venin

*De ma mentule mâle en ton con féminin
Le sperme tombera comme l'or dans les sluices*

*Ô ma tendre putain tes fesses ont vaincu
De tous les fruits pulpeux le savoureux mystère,*

L'humble rotondité sans sexe de la terre

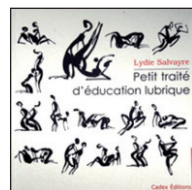
La lune chaque mois si vaine de son cul

Et de tes yeux jaillit quand tu les voiles

Cette obscure clarté qui tombe des étoiles.

Guillaume Apollinaire,

« Œuvres érotiques complètes »



Et du « con tempo rein »... comme :
Lydie Salvayre, psychiatre et écrivain, prix Goncourt 2014 pour *Pas pleurer*.

« Petit traité d'éducation lubrique »
Cadex Editions Texte au carré nouvelle édition 2010.

QUELQUES BONNES ADRESSES DE LIBRAIRIES ÉROTIQUES :

En France :

• Librairie La Musardine

Ouvert (en août) du mardi au samedi de 10 h 30 à 13 h et de 14 h à 19 h 30.
122, rue du Chemin-Vert, 75011 Paris.

Tél. : 01 49 29 48 55.

www.lamusardine.com

• Librairie Leks

Ouvert du lundi au samedi de 10 h 30 à 20 h.

19, rue Pierre-Lescot, 75001 Paris.

Tél. : 01 40 26 21 83.

• **Les Larmes d'Eros**, librairie-galerie fermée en août, une véritable mine pour les amateurs d'art érotique ancien et nouveau. Sur rendez-vous.

Ouvert du mardi au samedi de 15 h à 19 h 30.

58, rue Amelot, 75011 Paris.

Tél. : 01 43 38 33 43.

www.erosconnexion.com

• Librairie Galerie Pause-Lecture

Ouvert du lundi au vendredi de 11 h à minuit, le dimanche à partir de 13 h.

61, rue Quincampoix, 75004 Paris.

Tél. : 01 44 61 95 06.

www.pauselecture.com

• Librairie Curiosa

Ouvert du lundi au samedi de 10 h à 19 h.
7, rue Crébillon, 75006 Paris.

Tél. : 01 40 46 01 15.

www.enfer.com

En Suisse :

Librairie Humus, rue des Terreaux
18, Lausanne.

En Belgique :

Librairie Molière, boulevard Tirou,
68, Charleroi.

LES LIBRAIRIES À VISITER VIA INTERNET :

En France :

• <http://www.librairie-blanche.com/roman-erotique>

• <http://www.mediatheque-beziers-agglo.org/EXPLOITATION/Default/ dossier-erotisme-litterature.aspx>

• <https://www.leslarmesderos.com/site/index.php>

• <http://enfer.numilog.com>

• http://www.lamusardine.com/liste_editions_musardine.php

En Suisse :

<https://funambuline.blogspot.fr/2012/01/humus-librairie-erotique.html>

En Belgique :

<http://www.moliere.com/fr/livres-litterature-litterature-erotique.html>

Une librairie érotique numérique :

https://www.rtb.be/culture/litterature/de tail_une-nouvelle-librairie-numerique-consacree-a-la-litterature-erotique?id=8044850

Remerciements pour leurs contributions diverses à Daniel Habold, Joëlle Mignot, Martine Potentier, et à nos patients impatients...

Note de l'auteure : la bibliographie est exceptionnellement contenue dans la communication !

Cette bibliographie est disponible en ligne sur :
www.asclif.com

Marie-Noëlle CHABAN

Conseillère conjugale et familiale, thérapeute de couple et sexologue clinicienne. Installée en Charente, elle est également auteure de chroniques sur son blog « Il n'y a pas que le sexe dans la vie ?... »

