



BIEN-ÊTRE

Devenez androgyne, ça ira mieux !

Sommes-nous heureux dans le corps qui nous enveloppe ? Sommes-nous en harmonie avec ce qu'il est ? Car ce corps, on ne l'a pas choisi en venant au monde... Que veut vraiment dire ce corps masculin ou féminin par rapport à la réalité et à la complexité de la psyché humaine ?

Etre homme ou femme est-il un carcan qui nous empêche d'être qui on est en réalité ? Rencontre très enrichissante avec Marie-Agnès Chauvin, auteure de « Devenez androgyne, ça ira mieux ! ».

L'hermaphrodisme est la bisexualité physique. Cela revient à être sur le plan corporel à la fois homme et femme. Cela touche les caractères sexuels physiologiques. Ce peut être le fait d'avoir 3 chromosomes sexuels au lieu de deux (une femme est XX, un homme est XY) et ou le fait d'avoir des organes sexuels qui sont en même

1 LA SEXUALITÉ EST-ELLE UNE DES CLÉS DE LA SANTÉ GLOBALE À VOTRE AVIS ?

Si on envisage la sexualité dans sa globalité, je réponds oui à votre question.

La sexualité est plus large que la génitalité. Elle recouvre plusieurs dimensions.

La sexualité est un outil pour s'épanouir sur plusieurs plans :

✦ Sur le plan social : pour se sentir bien, il faut sortir des schémas parfois restrictifs enfermant des rôles dévolus aux femmes et aux hommes.

✦ Sur le plan relationnel : par-

tager ses différences et ses ressemblances entre les deux sexes ouvre forcément à de meilleures relations.

✦ Sur le plan psychologique : se confronter à l'altérité enrichit.

✦ Sur le plan « animal » : la jouissance des corps est un facteur d'équilibre pour la santé.

✦ Sur le plan spirituel : utiliser le sexe pour s'élever spirituellement est une vraie ressource.

2 ÊTRE ANDROGYNE, QU'EST-CE QUE C'EST AU JUSTE ?

Il faut différencier l'hermaphrodisme de l'androgyne.



temps ceux d'une femme et ceux d'un homme. L'hermaphrodisme ne concerne qu'une faible partie de personnes.

“

L'organisation sociale fait des boîtes dans lesquelles elle nous range pour maintenir l'acquis face aux dangers représentés par les changements. Notre sexualité n'y échappe pas.

L'androgynie est la bisexualité psychique. Cette dimension psychologique est commune à tous les humains. Nous avons tous dans notre un esprit le principe féminin et le principe masculin.

Notre esprit féminin nous permet d'être dans l'ouverture (aux autres et aux idées nouvelles), créatif et imaginatif. Notre esprit masculin nous permet d'être structuré, entreprenant et combatif (quand il le faut). Être androgyne, c'est bénéficier de toute la palette des comportements féminins associés aux comportements masculins. Être androgyne, c'est être entier. C'est « l'Anthropos », le tronc universel commun qui est à la fois pour chacun de nous une ressource et une finalité.

Notre culture et notre société ont trop tendance à calquer notre organisation psychique sur nos différences morphologiques. Au nom de la différence des corps, elles nous contraignent à un seul modèle comportemental. Elles nous font croire que nos actions sont seulement commandées par le biologique !

3

LA SEXUALITÉ EST-ELLE TROP NORMALISÉE DANS NOTRE MONDE INDUSTRIEL?

L'organisation sociale fait des boîtes dans lesquelles elle nous range pour maintenir l'acquis face aux dangers représentés par les changements. Notre sexualité n'y échappe pas. Elle est normée par notre société « industrialo-patriarcale » à partir de deux composantes : le modèle masculin et

la performance.

† le modèle masculin : l'expression du désir et l'assouvissement du plaisir sont basés sur la sexualité masculine (importance donnée à la prédation et à la pénétration).

† la performance : on parle beaucoup de fréquence et de nombres (fréquence des rapports et nombres de conquêtes et/ou d'orgasmes).

Cela a des effets extrêmement nocifs, car au lieu que chaque couple construise sa sexualité sur ses besoins spécifiques, son âge, son mode de vie, chacun se compare et se mesure face à des modèles qui ne correspondent à aucune réalité.

4

QU'EST-CE QUE VOUS PROPOSEZ DANS LE LIVRE? COMMENT ACCEPTER "SA DIFFÉRENCE"?

Le propos de « Devenez androgyne, ça ira mieux ! » est d'aller à la rencontre de notre propre « différence » intérieure : le principe féminin à l'intérieur de chaque

“

L'androgynie est la bisexualité psychique

homme et le principe masculin à l'intérieur de chaque femme.

Cette intégration nous enrichit. On peut ensuite faire face à l'autre dans sa différence et engager des relations plus harmonieuses et enrichissantes.

Devenir « Androgyne », c'est s'ouvrir à notre propre altérité et à celle des autres.

Cela a 3 bienfaits successifs :

† Sur le plan individuel, c'est un atout considérable pour être bien avec soi.

† Sur le plan du couple et des relations, cela permet de meilleurs rapports. Arriver à sa propre harmonie permet d'entrer entier dans une relation. Y arriver avec un « moi tronqué » nous entraîne à nous accrocher à l'autre et attendre de lui ce que nous n'avons pas réussi à faire seuls.

† Sur le plan social, cela renforce la tolérance et l'autonomie. Quand un groupe est composé de personnes autonomes et respon-

sables, l'harmonie est plus facile à installer que lorsque tous attendent d'être pris en charge. Les rancœurs ont moins de prise et les prises abusives de pouvoir aussi ! Devenir androgynes par l'esprit nous amène à notre propre plénitude. Nous sommes heureux avec nous et avec les autres. On partage le meilleur et on agrandit le terrain de jeux des relations. Certains s'arrêtent en chemin, quel dommage !

DEVENEZ ANDROGYNE, ÇA IRA MIEUX !

MARIE-AGNÈS CHAUVIN
EDITIONS LE SOUFFLE
D'OR, 2012
17 euros

Un livre édifiant qui peut vous faire changer de regard sur qui vous êtes vraiment, ou sur qui est votre partenaire de vie. Marie-Agnès Chauvin nous invite à découvrir le concept de « bisexualité psychique », autrement dit les parts de féminin et de masculin cohabitantes en chacun de nous, tant évoquées dans la tradition de la médecine chinoise et orientale en général, les fameux Yin et Yang. Le but est d'améliorer nos relations affectives, amicales, sociales, améliorer le bien-être en soi, dans son corps et sa tête.

Marie-Agnès Chauvin est psychologue jungienne et hypnothérapeute. Sa pratique professionnelle l'a amenée à la certitude que nous avons tous en nous les ressources pour maintenir ou rétablir notre équilibre, il suffit d'apprendre à les mobiliser. C'est la raison pour laquelle elle a créé la méthode « Soufflez vos maux ». Marie-Agnès Chauvin a publié deux livres aux éditions du Souffle d'or : « Dans les forges primaires de l'être » et « Devenez androgyne, ça ira mieux ! ».

