

En vingt ans, le sexologue belge Iv Psalti a rencontré plus de 2000 couples. Sa conviction: le sexe est un bonheur simple et facile!



## Ce qui fait durer les couples

«Le sexe doit être considéré pour ce qu'il est, dit Iv Psalti. L'une des bonnes choses de la vie!»

Texte: Robert Habel

Une joie de vivre et sa bonne humeur, son intelligence vive et subtile aussi, son rire franc et massif enfin, il les porte pêle-mêle sur le visage!

Né à Istanbul mais installé à Bruxelles, Iv Psalti est docteur en sciences biomédicales, spécialiste

en infertilité et sexologue. Vingt ans de pratique, des discussions avec plus de 2000 couples sur leur vie sexuelle, la fréquence de leurs relations, leurs satisfactions, leurs frustrations.

Dans un livre qui vient de paraître, *Migraine ou gros câlin?* (Ed. Anne Carrière), il explore à sa manière, rigoureuse mais festive, les secrets de huit couples



Photos: Didier Martenet et Elke van de Velde/Zefa/Corbis

«Mon porte-bonheur sur la veste? sourit Iv Psalti. Deux coccinelles qui font l'amour!»

Alors... on a mal à la gorge?

Krrr... Krrr...

**Soulage les maux de gorge et désinfecte.**

**NOUVEAU**  
Mebucaliquid pour gargariser

**NOUVEAU**  
Mebucaspray pour vaporiser

Mebucaine

Mebucaliquid

Veillez lire les notices d'emballage.

qui durent depuis des années – dix, quinze, vingt ans. Si ces couples durent, explique-t-il, c'est parce qu'ils ont découvert, souvent instinctivement et inconsciemment, les deux règles d'or qu'il a lui-même observées et mises en évidence.

La première, c'est celle des motivations sexuelles. «Les couples qui durent, observe-t-il, ce sont les couples curieux, hédonistes. Ils aiment la vie, ils s'aiment entre eux, ils se respectent. Ils prennent le sexe pour ce qu'il est: une source de plaisir et de bien-être. C'est un plaisir comme les autres, comme un bon vin ou un bon livre, comme la musique classique ou la gastronomie.»

La deuxième règle d'or qui fait vivre le couple, c'est la recherche commune de ce qu'Iv Psalti, marié depuis vingt-huit ans, appelle «l'âge d'or sexuel».

«L'important est de donner du plaisir, d'en donner, de le partager. Il faut connaître son corps et le corps de l'autre, se mettre au diapason des envies de l'autre. Dans les jeux sexuels, on ne doit pas seulement donner du plaisir, mais oser aussi en prendre.»

Une démarche au long cours, celle précisément qui donne au couple son dynamisme et sa durée. «Un couple ne peut atteindre sa maîtrise qu'au fil du temps. Il faut que les deux se sentent bien, complémentaires, à l'aise. C'est très difficile à 20 ans, car le sexe est un apprentissage: il demande de l'entraînement! D'après mes discussions avec mes patients, j'ai constaté qu'on atteint en général l'âge d'or entre 35 et 45 ans. Parfois, surtout les femmes, c'est encore plus tard. Une femme m'a dit qu'elle venait de découvrir, à 62 ans, l'amant qu'il lui fallait!»