

CHAPITRE PREMIER

L'INDICATIF PHYSIOLOGIQUE

1. — LA CONTINENCE PERIODIQUE

a) *La Monition pontificale.*

« Il ne faut pas accuser d'actes contre-nature »
« les époux qui usent de leur droit suivant la »
« saine et naturelle raison si pour des causes »
« naturelles, dues soit à des circonstances »
« temporaires, soit à certaines déficiences »
« physiques, une nouvelle vie n'en peut pas »
« sortir. »

« Il y a en effet, tant dans le mariage lui- »
« même que dans l'usage du droit matrimo- »
« nial, des fins secondaires — comme le sont »
« l'aide mutuelle, l'amour réciproque à entre- »
« tenir et le remède à la concupiscence — qu'il »
« n'est pas du tout interdit aux époux d'avoir »
« en vue, pourvu que la nature intrinsèque de »
« l'acte conjugal soit sauvegardée, et sauve- »
« gardée du même coup, sa subordination à »
« la fin première, la fin procréatrice ». (1)

(1) *Casti Connubii.*

b) *La Méthode Ogino.*

On sait que l'ovulation se produit normalement entre le seizième et le douzième jour qui précèdent les règles attendues ; que la survie des spermatozoïdes est de deux à trois jours et que celle des ovules ne dépasse pas quelques heures. On peut donc estimer que, quelle que soit la durée du cycle menstruel, la femme est stérile pendant les onze jours qui précèdent les règles, et plus ou moins féconde pendant les huit jours antérieurs à cette période d'agénèse.

Si la femme est réglée tous les vingt-huit jours, elle sera donc :

1° stérile pendant les onze jours qui précèdent ses règles.

2° plus ou moins féconde pendant les huit jours qui précèdent cette période de stérilité.

3° stérile derechef pendant les neuf jours qui précèdent la période de fécondité.

A vrai dire, il est peu de femmes dont le cycle soit régulier. Mais après une observation d'une dizaine de cycles, on retranche dix-neuf jours du cycle le plus court, ce qui donne le début de la période féconde ; et onze jours du cycle le plus long, ce qui marque la fin de cette même période. (1)

c) *La Méthode des températures.*

On a constaté chez la femme réglée des

(1) D'après le traité classique de Monseigneur Martin (*Le Mariage*), chez Riou-Rieuzé, à Rennes. — Cf. pour plus ample informé : Claude Serviès : *La Chair et la Grâce* (Spes).

phases de basse et de haute température, et l'on sait aujourd'hui que le début de la phase ascendante marque le moment de l'ovulation.

Il ne s'agit pourtant que d'une élévation minime, quelques dixièmes de degré centigrade.

La méthode exige donc :

1° un thermomètre de précision dont on relève les indications avec minutie pendant deux ou trois mois consécutifs.

2° un contrôle rigoureux de la santé féminine, étant donné les incidences de la fatigue, des cauchemars, de l'insomnie, et *a fortiori* de la plus légère indisposition. On aura soin de prendre la température à la même heure et avant de se lever.

Rappelons qu'il faut tenir compte de la survie des spermatozoïdes, ce qui oblige à s'abstenir dès le troisième jour — au moins — qui précède la période de fécondité (1).

d) *La Méthode potentio-métrique.*

Pratiquement inconnue en Europe, cette nouvelle méthode a été récemment inaugurée aux Etats-Unis d'Amérique.

Elle consiste à mesurer au moyen d'un appareil *ad hoc* le potentiel du muscle utérin, lequel varie en fonction du cycle menstruel.

La méthode — une fois mise au point — pourrait être, semble-t-il, plus précise et moins aléatoire que celle des températures. Car les écarts de voltage sont plus grands ou du moins plus

(1) D'après les Feuilles Familiales (avril 1948) de l'Action Familiale belge, 89, avenue Belliard, Bruxelles.

lisibles, et par ailleurs, la santé féminine, souvent instable, n'influerait pas sur les variations de potentiel, alors qu'elle fausse nécessairement les indications du thermomètre. Quoiqu'il en soit, l'expérience est trop récente pour autoriser des conclusions positives.

e) *L'Agenèse relative.*

On dénonce communément l'insécurité, sinon la gratuité de toutes ces méthodes. Mais leur inefficacité provient trop souvent du fait que les époux n'observent pas la fameuse marge de sécurité.

La Faculté estime pour sa part que si cette marge est observée, la continence périodique s'atteste efficace pour la plupart des ménages, disons quatre-vingts pour cent (1).

Je tiens à préciser que toutes mes indications ne sont au mieux qu'un rappel pour mémoire, et qui ne saurait dispenser les intéressés d'une consultation en règle auprès de qui de droit.

2. — L'ORGASME PREMATURE

Il va de soi que l'orgasme intempestif est une déficience rédhitoire pour ceux qui prétendent accomplir en tout bien tout honneur l'étreinte réservée. Nous y avons fait allusion, trop de casuistes (et trop de pénitents) oublient souvent à ce propos qu'une « longue période de conti-

(1) Docteur Carnot : *Au Service de l'Amour.*

nence (ascétique) abaisse le seuil de la stimulation sexuelle et provoque une éjaculation prématurée » (1).

Sur les conseils de son confesseur assez mal averti (et pour cause), le mari chrétien croit devoir abréger ou mitiger des privautés déjà parcimonieuses ; et, tout compte fait, il aggrave son cas. C'est le médecin qu'il eût fallu consulter.

« On peut tenter de réduire l'excitation précoce du pénis par des moyens destinés à diminuer l'efficacité du contact. Il sera parfois nécessaire de soumettre le malade à un régime général de rééducation ou de lui administrer des vitamines, ou tels médicaments appropriés. Il faut, par ailleurs, le persuader de l'intégrité de ses fonctions, lui représenter que l'éjaculation prématurée peut fort bien n'être qu'un phénomène physiologique et qui ne trahit aucun défaut organique. L'impuissance (relative) n'est pas nécessairement en cause, ni l'infertilité, ni même un manque de masculinité. L'important, c'est de convaincre l'intéressé de la certitude du succès à bref délai, voire de chapitrer son épouse, à supposer qu'elle daigne s'y prêter » (2).

Un mien ami — savant médecin — me dit qu'un simple lubrifiant peut remédier à la situation et permettre au mari trop émotif de contenir à discrétion l'émission séminale. Mentionnons la vaseline Résorcinée, la Lysapirine ou la Vitadermacide, autant de produits anodins qui

(1) *La France Médicale*. Edition des Etudiants (août 1948).

(2) *La France Médicale* (Ibid.).

(rassurons les scrupuleux) ne peuvent que faciliter l'acheminement des spermatozoïdes et par conséquent la procréation.

Un étudiant en médecine m'apprend au surplus qu'en dépit du paradoxe apparent, on remédie parfois à l'éjaculation prématurée par l'usage judicieux des aphrodisiaques.

Mais ce n'est pas tout. L'orgasme prématuré provient fort souvent « d'une préoccupation morbide, d'une anxiété quelconque ou de la crainte d'un raté » (2).

A n'en pas douter, tel est communément le cas du mari qui garde la continence et se voit aux prises avec les embarras — et les déconvenues — de l'étreinte réservée. C'est en toute loyauté, édifié par des expériences positives, que notre pénitent (excellent chrétien par hypothèse) a certifié au confesseur qu'il était en mesure de satisfaire aux justes exigences du catéchisme. Mais le voici tout justement « préoccupé » d'y satisfaire. De là son « anxiété », sinon son angoisse, et la « crainte d'un raté » ne fait qu'en aggraver les risques — et la « précocité ». C'est que l'intéressé s'est contenté d'un apprentissage au rabais, de l'expérience trop occasionnelle et non moins empirique. Il eût fallu se mettre, et pour de bon, à l'école de l'Art d'Aimer, s'initier de prime abord aux rétentions et aux dextérités de l'*Etreinte réservée*, l'époque opportune où l'on ne craint pas le « raté », puisqu'on ne craint nullement — au contraire — la naissance si impatiemment escomptée du premier enfant.

(1) *La France Médicale* (Ibid).

Noviciat deux fois indiqué. Car s'il est exact que la continence « abaisse le seuil de la stimulation sexuelle et provoque l'orgasme précoce », on ignore trop que l'éjaculation prématurée provient fort souvent « d'un excès dans la pratique des relations sexuelles qui ont été trop fréquentes ou trop incontrôlées » (1) ; ajoutons enfin que l'éjaculation prématurée, cette première forme de l'impuissance, est due plus souvent qu'on ne le croit à l'abominable manœuvre du retrait prématuré (2).

Au dire de Kinsey (*Le comportement sexuel de l'homme*), la plupart des maris (la très grande majorité, précise l'auteur) sont incapables de contenir l'émission séminale plus de deux ou trois minutes après le début de la conjonction ; et d'aucuns ne la contiennent pas plus de vingt secondes. Défaut de savoir-faire évident, mais manque de tempérance trop manifeste.

C'est à bon escient, hélas ! que l'Encyclique exhorte les époux à « n'user jamais que chrétiennement et saintement des droits acquis par le mariage, surtout dans les premiers temps de l'union conjugale ».

Recommandation d'autant plus significative que l'Encyclique a situé l'acte conjugal sous le signe formel de la charité :

« La charité doit harmoniser tout le reste des droits et des devoirs des époux ; et ainsi, ce n'est pas seulement la loi de justice, c'est la règle de charité qu'il faut reconnaître dans ce

(1) *La France Médicale* (Ibid).

(2) Dr Carnot, *op. cit.*

« mot de l'Apôtre : que le mari rende à la femme son dû, et pareillement, la femme à son mari ».

L'Encyclique (compte tenu de la réserve qui s'impose au Vicaire de Jésus-Christ), ne pouvait être plus explicite. Il va de soi que « user chrétiennement et saintement des droits acquis par le mariage », c'est en user selon la charité, laquelle oblige « le mari à rendre à la femme son dû ».

Au concret, comment y parviendra-t-il jamais, s'il est incapable de contenir l'émission séminale plus de quelques minutes ?... Et le meilleur moyen de s'initier à sa rétention nécessaire, c'est tout justement de s'astreindre à la rétention — radicale — de l'étreinte réservée. Non point, juste Ciel ! au dessein de retarder la naissance du premier enfant, mais tout simplement, j'y reviens, de profiter de la première grossesse, cette indication, j'oserai dire cette invitation providentielle.

Ce qui n'empêche pas les jeunes époux — bien au contraire — de s'attacher à la réciprocité du plaisir et au laborieux et difficile synchronisme des orgasmes, quand ils accomplissent l'étreinte complète.

Car ce n'est pas sans raison que *l'Art d'Aimer* rattache la perfection du commerce exceptionnel des époux (parenthèses de continence) à la perfection et à la *modération* de leur commerce coutumier. Qui sait se retenir saura se contenir, et qui ne sait pas se contenir, c'est qu'il ne sait pas se retenir. On a écrit que, sauf exception rarissime, l'étreinte réservée n'est pas à la mesure

des hommes dont la sexualité est normale. C'est une contre-vérité formelle. L'homme dont la sexualité est normale, peut et doit parvenir à différer à discrétion l'émission séminale, et chacun sait ou devrait savoir que les époux orientaux et les libertins occidentaux savent prolonger la conjonction — la conjonction positive et littérale — au delà d'une bonne heure d'horloge.

Je ne me lasserai pas de le répéter, l'Inventeur de l'acte conjugal a voulu que selon le mot de Paul, le mari sache « rendre à la femme son dû », ce qui implique la rétention, la très longue rétention de l'émission séminale ; ce qui signifie que si de fait peu d'époux sont capables d'accomplir l'étreinte réservée, c'est tout simplement que la presque totalité des maris sont incapables de satisfaire aux exigences — charitables — de l'étreinte complète. Et pourquoi ?... parce qu'ils ne daignent pas s'y exercer. Démission inexcusable, car ce n'est pas malgré la volupté, mais grâce à la volupté *contrôlée* (et par conséquent prolongée) que le meneur de jeu peut et doit s'ingénier à la rétention de l'émission séminale.

Les libertins ne savent que trop bien comment on s'y prend pour « faire durer le plaisir », et il est scandaleux que les maris chrétiens ne sachent pas faire par *vertu* ce que les débauchés font par *vice*.

Le mari chrétien, s'il se veut digne de ce nom, se doit de témoigner de son esprit de justice et de charité, et d'exercer, de développer sa maîtrise de soi-même (l'un des fruits de la tempé-

rance), sans préjudice de son esprit de prévoyance.

Résumons :

l'accomplissement *loyal* de l'étreinte réservée a pour condition préalable. un accomplissement non moins loyal et non moins *contrôlé* de l'étreinte complète.

De là l'enchaînement rationnel des chapitres suivants : en premier lieu, la perfection de l'étreinte complète (*copula perfecta*), et en second lieu, à son rang et en son temps, la perfection plus celée de l'étreinte réservée (*copula reservata*).

CHAPITRE II

L'ÉTREINTE CONTROLÉE

1. — LE PRELUDE

La frigidité (relative) de la femme étant de règle, il est indispensable — sauf cas singulier — que les attouchements les plus subtils, et parfois les plus prolongés, adaptent le corps de l'épouse à la conjonction amoureuse, en d'autres termes, à la réciprocité du plaisir.

Mon *Art d'Aimer* donne à ce sujet les indications les plus concrètes et les plus circonstanciées. Pour le mari, ce meneur de jeu, c'est l'occasion d'exercer, outre sa charité la plus délicate envers son épouse, sa tempérance personnelle, son savoir-faire, sa vertu et sa virtuosité. Disons-le pourtant, sa vertu n'offre rien d'héroïque en l'occurrence, étant donné qu'il escompte la conjonction, que le réflexe intempestif — et pour cause — interdirait sans question.