



LANGUES Pinceau ou bâton, tambour ou endoscope, peu importe la manière: l'intérêt du baiser est aussi de renforcer le sentiment amoureux au cours du temps.

LE BAISER, BAROMÈTRE DE L'AMOUR

«FRENCH KISS». A quelques jours de la Saint-Valentin, un livre fait le tour du sujet et répond à mille et une questions.

SABINE PIROLT

«C'est un point de rose qu'on met sur l'i du verbe aimer. C'est un secret qui prend la bouche pour oreille. Une communion ayant un goût de fleur. Une façon d'un peu respirer le cœur. Et d'un peu se goûter, au bord des lèvres, l'âme.» Voilà la définition que Cyrano de Bergerac donnait du baiser en 1897. Un baiser c'est tout ça et bien plus encore, apprend-on dans la *Petite Encyclopédie du baiser*¹ qui sort ces jours, Saint-Valentin oblige. Cet ouvrage embrasse avec fougue un sujet qui touche tous les amoureux du monde. «Les origines, le tour du monde, le cinéma, la littérature... C'est fou ce qu'il y a à découvrir sur le baiser!» constate Michel Cymes, médecin français et spécialiste en ORL, animateur de télévision et de radio, dans la préface de l'ouvrage.

Au fait, pourquoi s'embrasse-t-on? A cette première question Jean-Luc Tournier, l'auteur de l'ouvrage, précise d'une voix joyeuse: «D'abord, tout le monde ne s'embrasse pas. Il y a vingt ans encore, un terrien sur deux ne connaissait pas ce geste. Avec la mondialisation, les choses ont changé. Ceux qui s'embrassent le font parce qu'ils s'aiment, qu'ils ne veulent former qu'un avec l'être aimé. C'est un geste spontané et généreux qui n'est pas obligatoire pour engendrer une descendance. Le baiser est le meilleur baromètre de l'amour. Les vieux couples qui se "désaiment" ne s'embrassent plus.» Psychothérapeute, sexologue et conseillère conjugale établie à

Morges, Laurence Dispaux confirme que, pour ceux qui aiment s'embrasser, c'est en effet un des baromètres du couple. «Je reçois au moins une personne par semaine qui me dit: "Vous savez, nous ne nous embrassons plus."» Bien sûr, il y a d'autres signes révélateurs, comme le fait de ne plus se tenir la main, de ne plus se coller l'un contre l'autre devant le poste de télévision. Le baiser est la manière de dire: «Nous sommes dans notre bulle émotionnelle et érotique. Il est difficile de tricher lorsque l'on embrasse, car on y met son cœur.» Qui des femmes ou des hommes regrettent le plus la raréfaction des baisers? «Les deux s'en plaignent. Les femmes

sont tout de même plus en demande de rapprochements tendres. Elles en ont plus besoin pour aller vers l'érotique. Le baiser prépare en effet aux rapports intimes. C'est aussi un geste très symbolique, cette intrusion de la langue, comme une préparation à la pénétration. Sans cette transition, le passage à l'acte amoureux peut être plus compliqué.» Elle souligne que certaines femmes se prêtent aux rapports sexuels, «par devoir et parce que cela peut être mécanique», mais évitent les baisers, car il s'agirait de s'impliquer.

Auteur d'un ouvrage sur le baiser² publié en 2011, Alexandre Lacroix, directeur de la rédaction de *Philosophie Magazine*, confirme que l'on peut se forcer à faire l'amour, soit par conformisme, soit pour se débarrasser de la demande insistante de l'autre. «Mais personne ne s'oblige à embrasser. C'est n'est pas une nécessité, notre métabolisme ne nous l'ordonne pas. On peut faire l'amour à quelqu'un pour qui on ne ressent plus rien et prendre du plaisir quand même. L'embrasser lentement, avec sensualité, quotidiennement, serait un supplice.»

Pinceau ou bâton? Avec humour, l'essayiste français explique qu'il y a principalement quatre méthodes à disposition pour embrasser. «Les adolescents privilégient la méthode du tambour. Ils enroulent énergiquement leurs langues l'une autour de l'autre. Ceux qui ont le plus d'imagination changent de temps en temps le sens de rotation. C'est peut-être le côté démonstratif qui plaît aux débutants.» Plus mature et sophistiquée: la technique du pinceau. «Les langues s'activent sans esprit de système, par incursions légères, pressions imprévues, touches capricieuses déposées ici et là. En pratiquant cette approche,

l'adulte révèle sa méfiance, que lui a inculquée l'expérience: il est prêt à se glisser dans l'autre, mais redoute de s'y trouver pris au piège.» Troisième méthode, celle du bâton. Le but? Introduire une raideur, un simulacre de pénétration «dans la mièvrerie du baiser». Une jolie manière de faire passer le message. «Le bâton signale que le baiser ne peut être une fin en soi, qu'il est la répétition ou l'ébauche d'un rapport sexuel à venir.» Dernière technique selon Alexandre Lacroix: celle de l'endoscope. Elle consiste à explorer, avec une minutie quasi scientifique, la bouche de l'autre. «Cela permet de découvrir les parties négligées par le baiser classique: les ridules du palais, le doux renflement des gencives, la pulpe des joues.»

Joindre l'utile... Pinceau ou bâton, tambour ou endoscope, peu importe la manière d'embrasser. Comme le rappelle Jean-Luc Tournier, «les bienfaits du baiser ont été démontrés par plusieurs études scientifiques». Il permet de muscler la bouche et de garder des joues bien fermes, selon l'auteur, plusieurs études ont également montré l'impact du baiser sur la libération d'ocytocine, une hormone qui fait baisser la tension artérielle et ralentit le rythme cardiaque. De plus, les hormones libérées lors d'un baiser nous rapprochent de notre partenaire et créent un attachement. L'intérêt du baiser est donc aussi de renforcer le sentiment amoureux au cours du temps. Alors qu'est-ce que vous attendez? Embrassez-vous! ○



¹«Petite Encyclopédie du baiser». De Jean-Luc Tournier. Ed. du Devin, 240 pages.

²«Contribution à la théorie du baiser». D'Alexandre Lacroix. Ed. Autrement, 136 pages.

VOUS SOUVENEZ-VOUS DE VOTRE PREMIER BAISER?



«Elle s'appelait Heather et était Américaine»

OSKAR FREYSINGER
CONSEILLER NATIONAL
ET ENSEIGNANT

«Bien sûr que je m'en rappelle! Celui qui ne se souvient pas de ce moment a un problème. J'avais 17 ans et elle s'appelait Heather. En été, des musiciens du monde entier débarquaient à Sion, à l'occasion de l'Académie de musique Tibor Varga. A l'époque, ils étaient logés dans l'école normale des garçons. Elle était à côté de la piscine où j'allais régulièrement. C'est là que j'ai fait sa connaissance. Nous nous sommes embrassés dans les buissons, derrière une église, à Sion. Elle était Américaine et violoniste. J'annonçais quelques mots d'anglais. Elle est restée deux semaines en Suisse. Nous nous sommes écrit, deux ou trois fois, des lettres brèves. Puis nous avons perdu contact.» ○



«C'était un beau baiser comme on en rêve à cet âge»

YASMINE CHAR
DIRECTRICE DE L'OCTOGONE
DE PULLY ET ÉCRIVAINNE

«Je devais avoir 12 ou 13 ans. Ce fut un baiser très chaste. Je ne viens pas d'un pays où l'on se roule des pelles. Au Liban, où je vivais, j'allais dans un club nautique. Il y avait un petit Français que toutes les filles se disputaient, car il était le plus beau. J'en étais amoureuse moi aussi. Et c'est moi qui l'ai eu avant les autres. C'était un baiser de conquête, mon premier pas vers la confiance en soi, mais je ne me souviens pas de ce que j'ai ressenti précisément sur le moment. C'était une ébauche. Le vrai premier baiser, j'ai dû attendre 18 ans pour le donner. J'étais dans une relation sérieuse – il était le meilleur ami de mon frère – qui a duré six ans. Nous avons patienté trois ou quatre mois avant de nous embrasser. C'était un beau baiser comme on en rêve à cet âge, mais le souvenir a pâli et je ne saurais être plus précise.» ○



«Je me suis senti rose. Et surtout, je me suis senti rare»

FREDÉRIC RECROSIO
HUMORISTE
ET COMÉDIEN

«C'était avec Géraldine Boillat, qui travaille maintenant chez Elysée Voyages à Sion. C'était le premier sur la bouche; le premier avec la langue, c'était avec Sonia Héritier, la fille d'Héritier Fromages à Sion. C'était dans un buisson. Je crois que je lui ai fait "poteau-poteau-goal". Une bise sur la joue gauche, une sur la droite, la der sur la bouche: goal. Je me souviens qu'elle était plus grande que moi et qu'elle était comme de la crème. Je me suis senti rose. Et surtout, je me suis senti rare: j'avais un secret. Depuis que j'avais vu que Carlos Saez avait embrassé Natacha Coppey. Je n'ai pas gardé de contact avec elle parce qu'elle me trompe avec son mari. Les baisers sont très importants dans une relation amoureuse. Ça permet de se faire taire. Quoi de mieux pour éviter les malentendus?» ○

À CONSULTER

- A l'occasion de la Saint-Valentin, Jean-Luc Tournier lance un concours. Il s'agit de raconter son premier baiser en 300 signes maximum. Les 5 meilleurs textes seront primés. Rendez-vous dans la rubrique «commentaire» de la page Facebook www.facebook.com/LaPetiteEncyclopedieDuBaiser