



Timo Martini

# Un plaisir interdit?



Quand la sexualité est  
tournée vers soi

EDITIONS  
OURANIA

Titre original en allemand: *Pausenlos geht es um mich*

© 2013 Christlicher Mediendienst Hünfeld GmbH

36088 Hünfeld

Mackenzeller Str. 12

Allemagne

Tél. 0049 66 52 91 81 87

Fax: 0049 66 52 91 81 89

E-mail: [mail@mediendienst.org](mailto:mail@mediendienst.org)

Internet: [www.mediendienst.org](http://www.mediendienst.org)

© et édition (française): Ourania, 2017

Case postale 128

1032 Romanel-sur-Lausanne, Suisse

Tous droits réservés.

E-mail: [info@ourania.ch](mailto:info@ourania.ch)

Internet: [www.ourania.ch](http://www.ourania.ch)

Le nom de Timo Martini est un pseudonyme.

Traduction: Florence Calame

Couverture:

Sauf indication contraire, les textes bibliques sont tirés de la version Segond 21

© 2007 Société Biblique de Genève

[www.universdelabible.net](http://www.universdelabible.net)

ISBN édition imprimée 978-2-940335-98-5

ISBN format epub 978-2-88913-592-9

ISBN format pdf 978-2-88913-890-6

Imprimé en Bulgarie, sur les presses de Pulsio

# Table des matières

Introduction .....	9
1. Mon vécu .....	17
2. Jésus, notre secours .....	21
3. Mensonges .....	111
4. Foi et sentiments .....	117
5. Notre identité en Christ .....	121
6. Encouragements .....	127
Index des citations bibliques .....	130



# Introduction

Pour aborder le sujet de la masturbation, il faut tout d'abord briser un tabou. La plupart du temps, en effet, nous pensons: *Ça ne se fait pas de parler de ça* ou: *C'est un problème qui concerne uniquement les adolescents.*

Nous considérerons tout d'abord quelques données générales sur le sujet (Introduction), puis nous parlerons, à partir d'un exemple concret, des conséquences de la masturbation (ch. 1). Mon but, ce faisant, n'est pas de dépeindre cette pratique avec force détails. Ce n'est pas non plus de proposer une sorte de «stratégie» ou de «plan d'action». C'est plutôt de montrer comment on peut être libéré de cet esclavage et sortir de cette dépendance (ch. 2).

Nous évoquerons ensuite différentes conceptions erronées qui sont à l'origine de certains problèmes de conscience inutiles (ch. 3), puis nous nous pencherons sur la question de la foi et des

sentiments (ch. 4). Nous terminerons par des paroles d'encouragement à l'intention des personnes concernées (ch. 5 et 6).

## Qu'est-ce que la masturbation?

La masturbation consiste à provoquer le plaisir sexuel, parfois jusqu'à l'orgasme (point culminant du plaisir sexuel), par l'excitation manuelle des parties génitales ou d'autres parties du corps. L'excitation est parfois aussi recherchée par l'utilisation d'objets ou d'images pornographiques. La pratique n'est toutefois pas obligatoirement associée à des fantasmes érotiques. Selon cette définition, on peut distinguer deux sortes de masturbation:

1. La masturbation tournée exclusivement vers la personne qui la pratique (corps, sensations). La personne peut recourir à des objets (p. ex. godemichés, objets érotiques), mais ils ne remplacent pas, pour elle, un(e) partenaire.
2. La masturbation qui, par des représentations érotiques (fantasmes ou images<sup>1</sup> pornographiques), est axée sur une autre personne, ou la masturbation qui est pratiquée à l'aide d'objets «remplaçant» cette personne (p. ex. une

.....  
<sup>1</sup> Films, photos, magazines, shows, etc.

poupée ou un fétiche), considérés comme nécessaires à l'excitation sexuelle.

Cette deuxième sorte de masturbation étant tournée vers l'autre, c'est-à-dire vers un «partenaire», nous en parlerons au chapitre 2.

Le terme «onanisme» est aussi parfois utilisé comme synonyme du mot «masturbation». Il en existe d'autres, mais nous ne les mentionnerons pas ici, car ils font partie du registre familier et, par ailleurs, mènent à des conclusions erronées. D'ailleurs, en réalité, le terme «onanisme» n'est pas approprié, même s'il est utilisé comme terme scientifique dans différents ouvrages. Nous verrons cela plus en détail au chapitre 3.

## Qui pratique la masturbation?

Dans un article intitulé «Darüber spricht man nicht...?», la docteure allemande Ute Buth écrit:

*Plus de 90% des hommes ont déjà pratiqué la masturbation. (...) Et selon certaines études, 60 à 80% des femmes sont concernées.<sup>2</sup>*

.....  
<sup>2</sup> Signifie: «Un sujet tabou...?». Paru dans *WeissesKreuz*, I/2011, n° 45, p. 10 (cf. [https://www.weisses-kreuz.de/dynamo/files/user\\_uploads/mediathek/zeitschriften/wk45\\_web\\_neu.pdf](https://www.weisses-kreuz.de/dynamo/files/user_uploads/mediathek/zeitschriften/wk45_web_neu.pdf); consulté le 06.12.2016).



Et dans un autre article paru dans le même journal et intitulé «Selbstbefriedigung - Bibel, Gemeinde und deine Geschichte», Matthias Burhenne, conseiller en relation d'aide dans une organisation chrétienne allemande (*Forum Wiedenest e. V.*) écrit:

*Dans leur livre «Mit Teens über Sex reden»<sup>3</sup>, Rainer et Katrin Baum présentent les résultats d'une enquête réalisée auprès d'un échantillon d'environ 1300 adolescents et jeunes adultes chrétiens (12-29 ans; 47,3% de garçons; 52,7% de filles).*

*A la question: «Est-ce qu'il t'arrive de te masturber?», 70% des garçons ont répondu: «Oui» et 22%: «Je ne le fais plus.» Chez les filles, 29% ont répondu: «Oui» et 22%: «Je ne le fais plus.»*

*Les réponses données par les garçons âgés de 12 à 18 ans sont particulièrement frappantes. Parmi ceux qui fréquentent un groupe de jeunes:*

- 23% se masturbent quotidiennement;
- 35% le font une fois par semaine;
- 7% le font toutes les deux semaines;
- 10% le font une fois par mois ou moins;

.....  
<sup>3</sup> Signifie: «Parler de la sexualité avec les ados.» CVD, 2010.

- 11% ne le font plus;
- 9% ne l'ont jamais fait.<sup>4</sup>

## Suis-je concerné(e)?

Nous parlons ici de la masturbation comme d'une expression particulière de la sexualité. Or, la sexualité nous concerne tous. Car tout être humain est sexué, et c'est Dieu, le Créateur, qui l'a voulu ainsi. La masturbation touche autant les hommes que les femmes. Et les statistiques citées ci-dessus montrent qu'elle concerne aussi les chrétiens.

C'est donc un sujet qu'il faut aborder dans l'église, puisque, dans nos églises, des personnes sont concernées par le problème et en sont parfois profondément tourmentées.

Dans le même article, Matthias Burhenne écrit:

*Ces chiffres élevés quant à la pratique de la masturbation contrastent malheureusement avec le petit nombre d'études bibliques, de prédications, etc. qui sont faites sur le sujet.*

.....  
<sup>4</sup> Cf. Matthias Burhenne, «Selbstbefriedigung. Bibel, Gemeinde und deine Geschichte», *WeissesKreuz*, I/2011, n° 45, pp. 4-6 (cf. [https://www.weisses-kreuz.de/dynamo/files/user\\_uploads/mediathek/zeitschriften/wk45\\_web\\_neu.pdf](https://www.weisses-kreuz.de/dynamo/files/user_uploads/mediathek/zeitschriften/wk45_web_neu.pdf); consulté le 06.12.2016). L'enquête ne parle pas des 5% restants.

La masturbation touche les enfants, les adolescents, les jeunes adultes, les seniors, les couples et les célibataires.

## Etre une aide

Quel est mon but à travers ce livre? Mon but est d'apporter une aide à ceux qui sont personnellement concernés par le sujet. Pourquoi? Parce que j'ai été moi-même prisonnier de la masturbation et dépendant de cette pratique, et parce qu'étant encore célibataire, je connais bien les tensions qu'on peut connaître dans cette situation (en termes de désir et de frustration).

Je n'aurais jamais cru qu'il me serait possible d'être un jour libéré de cette prison et délivré de cette dépendance. Ce livre est donc en même temps pour moi l'occasion d'exprimer ma reconnaissance à Dieu, notre Père, et à notre Seigneur Jésus, pour m'avoir accordé la victoire sur le problème de la masturbation.

J'aimerais tout d'abord témoigner brièvement de ce que j'ai vécu personnellement lorsque j'étais pris au piège de cette dépendance, pour vous montrer ensuite le chemin qui conduit à la liberté des enfants de Dieu. Cette liberté, que je pensais ne jamais pouvoir connaître, est possible grâce

à celui qui nous donne la victoire, Jésus-Christ (cf. 1 Corinthiens 15.57).

Comme le dit la Bible, rien n'est impossible à Dieu. L'Évangile rapporte qu'un jour, un homme de haut rang est venu demander à Jésus ce qu'il devait faire pour hériter de la vie éternelle. Jésus lui a cité une partie des dix commandements, et l'homme a répondu qu'il avait toujours obéi à cela. Ensuite, Jésus lui a dit de vendre tout ce qu'il possédait, de donner l'argent aux pauvres et de le suivre. Mais le cœur de cet homme était attaché à ses biens et il n'était pas prêt à s'en séparer.

Voyant cela, Jésus a déclaré: «Qu'il est difficile à ceux qui ont des richesses d'entrer dans le royaume de Dieu!» (Luc 18.24). Ceux qui écoutaient, interloqués, se sont demandé qui, dans ces conditions, pouvait être sauvé. Jésus leur a répondu: «Ce qui est impossible aux hommes est possible à Dieu» (Luc 18.27).

Pour ma part, j'ai donc cessé de butter contre mes impossibilités pour compter davantage sur Dieu, à qui tout est possible.

Si vous êtes concerné(e) par le sujet de la masturbation, peut-être que lire un tel livre est pour vous une chose pénible. Je ne connais que trop bien ce sentiment, ayant moi-même vécu tout cela.

J'aimerais toutefois vous encourager à poursuivre votre lecture (et je le ferai encore par la suite). Car même si j'ai préféré passer sur certains détails, je raconte ouvertement ce que j'ai vécu. Nous verrons ainsi que la meilleure chose à faire est d'aborder le sujet de manière honnête et sans détour. Cela n'a pas forcément besoin de se faire en présence de quelqu'un d'autre. Mais nous devons en tout cas être honnêtes avec nous-mêmes et devant Dieu.

Jésus dit:

*Vous connaîtrez la vérité, et la vérité vous rendra libres.*

Jean 8.32

# 1. Mon vécu

Voici donc un résumé de ce que j'ai vécu personnellement sur le plan de la masturbation et de certaines conséquences qu'elle a eues pour moi.

Si je me souviens bien, j'ai commencé vers l'âge de 13 ans. A ce moment-là, je n'étais pas encore converti. Le type de masturbation variait de la simple excitation manuelle des parties génitales à l'excitation provoquée par des fantasmes érotiques. Parfois, je pensais à une fille de ma classe, d'autres fois, je regardais les femmes légèrement vêtues dans les catalogues de vêtements et, une fois, j'ai même composé le numéro d'un téléphone rose.

A 18 ans, n'ayant jamais eu réellement de relations sexuelles avec une femme, je me suis rendu pour la première fois dans une maison close. Après cela, je me sentais vraiment très mal, car je savais que j'avais péché contre Dieu et ses commandements.