

# Sexe BDSM: on comprend mieux pourquoi ils aiment ça

Le HuffPost



REUTERS

BDSM - Bondage, punition, sadisme, masochisme... comptent parmi les pratiques sexuelles les plus violentes. Ce sont aussi les plus énigmatiques avec en, toile de fond, une interrogation: comment diable peuvent-ils aimer ça? C'est ce qu'a cherché à comprendre [une équipe de chercheurs américains](#) de l'université de Northern Illinois dont les travaux ont été repérés par le site LiveScience.

Car les pratiques sadomasochistes, mieux connues aujourd'hui, ne relèvent désormais plus du domaine des pathologies. Selon le DSM5, le manuel diagnostique et statistique des troubles mentaux de l'[Association Américaine de Psychiatrie](#), qui fait autorité en la matière, les pratiques BDSM sont simplement considérées comme des pratiques sexuelles sortant de la norme.

Encore plus étonnant: une étude américaine publiée en mai 2013 a montré que les adeptes de pratiques sadomasochistes avaient des relations sociales plus solides que les autres. Pis, ils seraient même plus détendus que le reste de la population. Comme si le SM leur faisait du bien.

## Paradoxe

"En apparence, cela peut paraître paradoxal", reconnaît James Ambler, diplômé en psychologie de l'université Northern Illinois University, alors pour comprendre ce

paradoxe, le psychologue s'est livré à une véritable plongée dans le cerveau des pratiquants SM.

Pour ce faire, il a recruté une communauté de switchers, un terme qui désigne les individus qui donnent autant qu'ils reçoivent la douleur. Avant et après chaque expérience sexuelle, les volontaires ont dû effectuer un test cognitif appelé *Stroop Test* - dans lequel ils sont confrontés à des associations paradoxales comme le mot "bleu" écrit en rouge.

Parce qu'il est compliqué pour le cerveau de lire la couleur si elle est écrite dans une autre, il est considéré comme un bon moyen de mesurer les capacités cognitives des participants.

Les volontaires ont également dû remplir des questionnaires sur leurs sentiments à propos du "flux" durant leurs pratiques sadomasochistes. Le flux est un état de concentration et de jouissance que les individus éprouvent lorsqu'ils sont plongés dans ces pratiques.

Grâce à ces mesures, le chercheur a pu remarquer que les personnes qui reçoivent la douleur au sein d'une pratique SM ont obtenu les plus bas scores au Stroop Test, un résultat généralement associé à une diminution de l'afflux sanguin dans le cortex préfrontal. Or cette zone du cerveau essentiellement liée aux fonctions exécutives et à la mémoire vive.

En d'autres termes, les pratiques SM influenceraient l'irrigation du cerveau, et modifieraient par conséquent l'état de conscience de ceux qui se livrent à ces pratiques... et donc de comprendre pourquoi elles aiment ça. "Une des raisons pour lesquelles ces activités peuvent être aussi extrêmes est qu'elles sont très efficaces dans la redistribution et la fluidité du sang dans le cerveau d'un être humain", explique le chercheur.

### **Spirituel, pas sexuel**

Mais qui dit sadomasochisme ne dit pas nécessairement pratiques sexuelles. Alors dans ce type de situation, que se passe-t-il exactement? Pour le comprendre, une seconde étude, conduite par Ellen Lee et Bred Sagarin, toujours à la Northern Illinois University, s'est intéressée à une pratique non-sexuelle mais extrêmement douloureuse du registre SM appelée "danse des âmes".

Ce rituel implique les piercings corporels des individus à travers lesquels des cordelettes sont attachées. Ces cordes sont reliées à celles de tous les autres participants ou à un objet lourd et fixé au sol. Pendant le rituel, elles sont tendues au rythme de la musique écoutée ou des battements d'une batterie.

Les chercheurs ont donc réalisé un sondage auprès de 22 personnes adeptes de ce rituel réunies recrutées à l'issue d'un événement SM en Californie. Cinq personnes qui portaient des piercings ont accepté de participer, ainsi que neuf *supporters* - ceux qui vérifient que le rituel se passe bien pour chacun des adeptes, mais aussi huit observateurs.

Ces individus ont répondu aux questions des psychologues concernant leur stress, leurs émotions, leurs sentiments lorsqu'ils pratiquent le sadomasochisme. Les chercheurs ont alors également prélevé un échantillon de la salive des questionnés pour évaluer leur taux de cortisol, l'hormone qui s'élève en cas de stress.

Résultat, lorsqu'une personne avait souffert pendant ce rituel, son taux de cortisol était sans surprise en hausse. Mais, étrangement, les participants ont tous avoué se sentir moins stressés. "Cela fait sûrement partie des effets de conscience que les personnes recherchent lors de ce genre d'actes sexuels", avoue Sagarin.

En clair, les pratiques SM qu'elles soient sexuelles ou non influenceraient l'irrigation du cerveau. Et c'est cette modification qui, en retour, modifie l'état de conscience des participants.

Les chercheurs vont d'ailleurs même jusqu'à affirmer que les effets du sadomasochisme se rapprocheraient de ceux procurés par le yoga, ou certaines pratiques de méditation. Bref, pour modifier son état de conscience, on a l'embaras du choix.