

*Quels sont les signes caractéristiques perceptibles de l'orgasme chez l'homme et chez la femme ?*

Pendant l'excitation, le corps se modifie pour accueillir l'intensité soudaine et paroxystique de l'orgasme. Quand celui-ci culmine, la zone génitale est traversée de soubresauts, sorte de contractions spasmodiques plus ou moins longues et puissantes qui s'accompagnent d'une montée de la pression sanguine, d'une augmentation des rythme cardiaque et respiratoire (ou d'une retenue de la respiration) et quelques fois de rougeurs et de mouvements involontaires d'autres muscles. Chaque partie du corps, voire tout le corps, peuvent dans certains cas se trouver entraînés par le mouvement. Pour les hommes - comme pour certaines femmes - l'orgasme et l'éjaculation sont souvent simultanés, mais pas toujours. Le moment ultime de la jouissance propulse dans une dimension intemporelle parfois jusqu'à l'extase. Il est d'autant plus perceptible qu'il s'exprime par des cris ou des gémissements, ou même des rires ou des sanglots. Certains ne se l'autorisent pas ou alors ressentent leur plaisir de manière plus subtile et intérieure. Il y a de franches différences d'une personne à l'autre et d'une relation sexuelle à l'autre. Rien ne peut véritablement se comparer en ce domaine car la saveur du partage dépend étroitement de la complicité émotionnelle, sentimentale, sensuelle voire spirituelle. Il arrive qu'une émotion par exemple déclenche une sensation proche de l'orgasme. Il est préférable de profiter d'un moment érotique sans se fixer d'objectif précis et sans viser la performance, c'est alors que la réceptivité est la plus grande, lorsque chaque partenaire s'offre au moment présent, attentif corps et ame, à l'autre comme à lui-même.

Florence Loos, psychosexologue