

Zeitschrift: Femmes suisses et le Mouvement féministe : organe officiel des informations de l'Alliance de Sociétés Féminines Suisses

Herausgeber: Alliance de Sociétés Féminines Suisses

Band: 89 (2001)

Heft: 1448

Artikel: Un exercice sain et émancipateur : la masturbation

Autor: amd

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-282170>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 12.01.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

et de culpabilité en quelques décennies. Ignorance de son corps comme obstacle à l'épanouissement sexuel, mais aussi haine et mépris. Le nombre de femmes en guerre avec leur corps est lui aussi proprement consternant.

Au même titre que l'égalité salariale ou la lutte contre la violence conjugale, l'épanouissement sexuel des femmes mérite toute notre attention. La sexualité est également un terrain privilégié où se jouent des relations de pouvoir. Il est dans le plus grand intérêt des femmes de vivre une sexualité satisfaisante. D'autant que leur potentiel (du latin *potens*; puissance) de plaisir sexuel est particulièrement riche, notamment grâce au clitoris. Ce petit bouton situé sur la partie antérieure de la vulve, en apparence anodin, mais dont la structure et les ramifications sont beaucoup plus importantes qu'on ne le soupçonne, est le seul organe humain dont la fonction exclusive consiste à donner du plaisir. Et il se trouve que ce sont les femmes qui le portent. A ce propos, une anecdote relève un échange survenu au tout début entre Dieu, Adam et Eve. Lorsque Dieu les somma de répondre le plus rapidement possible à une question, Adam répondit à toute vitesse «moi» à «qui veut faire pipi debout?». Dieu déclara ensuite: «D'accord, et toi Eve, tu auras le clitoris.» Ou était-ce l'orgasme multiple et répété?

~



Un exercice sain et émancipateur: la masturbation

Perte de cheveux, cécité, stérilité, poussées de poils indésirables, voyage en enfer, autant de réjouissances promises à nos aîné-e-s qui se rendaient coupables d'onanisme. L'étymologie du mot masturbation est d'ailleurs éloquent: *manus*, main et *stuprare*, polluer. Se procurer du plaisir sexuel manuellement soi-même a longtemps été sujet à une sévère réprobation sociale. La masturbation féminine a été encore plus décriée, probablement en partie parce qu'elle implique un plaisir sexuel indépendant d'une quelconque présence masculine. Aujourd'hui encore, tandis que la masturbation masculine est aussi reconnue et évidente que le pénis entre les jambes des hommes, le fait que les femmes se masturbent demeure tabou. Ce n'est en fait que depuis quelques courtes décennies que les institutions médicales internationales considèrent l'acte de se masturber comme «normal».

Les efforts substantiels déployés par la société pour rendre les femmes étrangères à leur sexualité ont porté leurs fruits. Jusqu'à tout récemment, la sexualité féminine gravitait autour des désirs sexuels masculins. De l'invention de la ceinture de chasteté au Moyen Age, en passant par l'excision, pratiquée non seulement dans les contrées lointaines, mais aussi par les médecins occidentaux les plus prestigieux, à l'enfermement en hôpital psychiatrique jusqu'au début du XX^e siècle, l'énergie et l'ingéniosité mises à contribution pour réprimer la sexualité des femmes sont remarquables. Pourquoi un tel acharnement? L'ignorance, la peur, la volonté de dominer, la jalousie ou toutes ces réponses? Désormais, il est socialement et médicalement attesté que la masturbation est tout ce qu'il y a de plus naturel et de plus sain. D'ailleurs, dès les premières années de la vie, la main humaine se porte instinctivement entre les jambes de sa ou son propriétaire.

Le rôle de la masturbation n'est pas de remplacer une relation d'intimité avec une autre personne. Elle permet de gagner une meilleure maîtrise sur son corps, sur ce qui nous appartient de plus intime. Les raisons de se masturber sont nombreuses. La masturbation nous apprend que nous sommes seules responsables de notre sexualité, elle nous enseigne la distinction entre l'amour et le sexe, on la pratique où, quand et comment on le souhaite, elle garantit la satisfaction, elle est gratuite, elle embellit, elle détend et relâche les tensions. Bref, la masturbation est un acte épanouissant et émancipateur.

amd