

Qu'est-ce que la sensualité

Michel Lemay, Ph.D.

sexologue, éthicien

On associe souvent la sensualité à la sexualité. En fait, cette façon de la concevoir tend à sexualiser la sensualité.

Si nous la définissons comme la réceptivité et la sensibilité à des sensations, des émotions, des sentiments et des pensées agréables, alors la sensualité peut se vivre dans tous les domaines de notre vie.

Manger apparaît facilement comme une activité suscitant des sensations, des émotions, des sentiments et des pensées agréables, donc comme une activité sensuelle. Admirer un ciel couvert, avec ses nuances de gris, de noir, de mauve, de blanc, devient une expérience sensuelle pour la personne sensible et réceptive à ces nuances de couleurs. Tenir chaleureusement son enfant dans ses bras renvoie à un plaisir sensuel sans nécessairement y inclure de la sexualité.

Un geste sensuel comportant une connotation sexuelle se définit comme érotique. Passer ma main dans les cheveux de ma mère peut être sensuel et la même action s'adressant à ma conjointe se métamorphoser en caresse érotique, mais pas nécessairement, pas toujours.

Par contre, on ne peut qualifier d'érotique une activité sexuelle dénuée de sensualité.