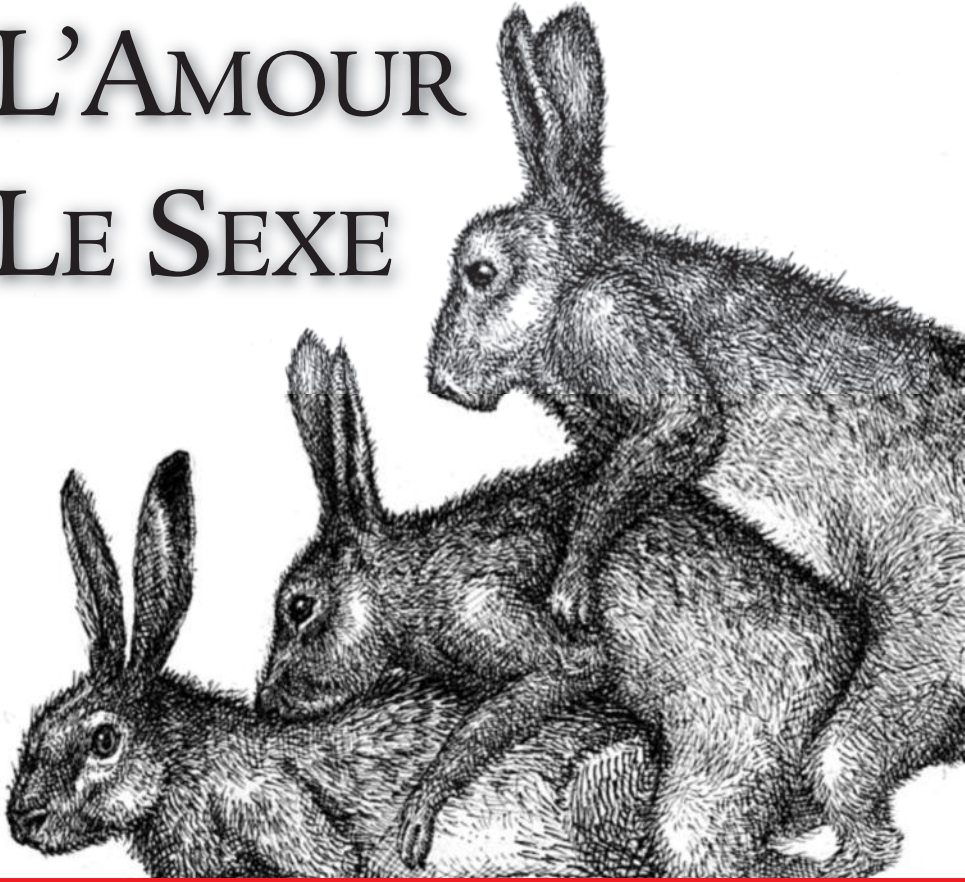


ARTHUR VERNON

Préface de PEGGY SASTRE

LA VIE
L'AMOUR
LE SEXE



“Arthur Vernon, ce prophète qui voudrait multiplier nos orgasmes”

L'EXPRESS

Tabou

LA VIE,
L'AMOUR,
LE SEXE

Arthur Vernon

**LA VIE,
L'AMOUR,
LE SEXE**

TABOU ÉDITIONS
91490 Milly-la-Forêt, France

© 2013 Tabou Éditions, tous droits réservés.

Nouvelle édition

1.1026.S.05/12 – 2.1000.CP.09/13

« Toute représentation ou reproduction intégrale ou partielle faite sans le consentement de l'auteur ou de ses ayants droit ou ayants cause est illicite. Il en est de même pour la traduction, l'adaptation ou la transformation, l'arrangement ou la reproduction par un art ou un procédé quelconque. » (Art. L.122-4 du Code de la Propriété intellectuelle)

Aux termes de l'article L.122-5, seules « les copies strictement réservées à l'usage privé du copiste et non destinées à une utilisation collective » et, sous réserve que soient indiqués clairement le nom de l'auteur et la source, les analyses et les courtes citations dans un but d'exemple et d'illustration, sont autorisées.

La diffusion sur internet, gratuite ou payante, sans le consentement de l'auteur est de ce fait interdite.

Imprimé en UE par Color Pack, 4400 Nyiregyhaza, Hongrie

Dépôt légal : 3^e trimestre 2013

ISBN papier : 978-2-36326-021-5

ISBN numérique : 978-2-36326-520-3

TABLE DES MATIÈRES

Préface – 7
Avant-propos – 13
Préambule – 15

LA VIE

- Le corps	27	5
- La mort	37	
- Les religions	45	
- Le bonheur	51	
- L'orgueil	61	

L'AMOUR

- Synthèse des mécanismes hormonaux de la transmission des gènes	73	
- L'incroyable tromperie : l'illusion amoureuse .	79	
- Le paradoxe de l'amour et du sexe	83	
- L'apaisement des souffrances	89	
- L'amour familial	95	

LE SEXE

- Origine et mécanismes du plaisir sexuel 103
- Comportements amoureux et érotiques :
interactions et reproduction 117
- Fonction sociale du plaisir sexuel
et ses conséquences 121
- Vers une nouvelle fonction sociale
du plaisir sexuel 135
- Tolérance et solutions
transitoires pour les couples. 143

Synthèse – 149

Aller plus loin – 153

PRÉFACE

William Winwood Reade était un de ces personnages typiques de l'Angleterre victorienne. À la fois historien, géographe, philosophe, anthropologue, son œuvre contient pamphlets, carnets naturalistes, petites fictions à message, contes philosophiques et autres chroniques. On pourrait la dire faite de bric et de broc, pas très sérieuse, dilettante – ses descriptions géographiques de la Côte de l'Or, colonie britannique et futur Ghana, ne furent par exemple jamais validées par la Royal Geographical Society qui lui avait pourtant accordé une bourse : Reade n'avait pas pensé à prendre avec lui ses instruments de mesure, oubliés lors d'une précédente escale.

L'homme est mort à 37 ans, alors qu'il couvrait la troisième guerre anglo-ashanti pour le compte d'une revue britannique. Deux de ses livres, *The Outcast* et *The Martyrdom of Man* eurent les honneurs de la *Thinker's Library*, la bibliothèque idéale – en 140 volumes – des rationalistes anglophones de la première moitié du XX^e siècle. Ils inspirèrent George Orwell, H.G. Wells ou encore Winston Churchill.

William Winwood Reade reflète son époque. Un temps où la conversation savante – Reade fait partie des nombreux correspondants de Darwin, il l'aurait

même aidé à solidifier un des chapitres de *The Descent of Man* – valait davantage que les diplômes ou les adouplements académiques. Où le savoir était encore assez peu spécialisé et où n'importe quel individu – pour peu qu'il fut né homme et matériellement aisé – pouvait partir à la conquête du monde et se forger un bagage intellectuel sur la seule base de ses observations et de ses expériences. Partir faire ce *Grand Tour*, ce long et lointain voyage que les jeunes hommes des classes sociales supérieures effectuaient au sortir de l'adolescence et qui devait marquer le point d'orgue de leur éducation.

Dans le livre que vous avez entre les mains, j'ai retrouvé comme un écho de cette époque aussi bouillonnante que naïve, dans le meilleur sens du terme. De ce temps où la science était vue comme l'un des facteurs essentiels d'émancipation, de progrès et de maîtrise. De maîtrise de l'homme sur son environnement et sur lui-même. De progrès techniques, industriels, médicaux, signant la fin des servitudes aux différents « éléments » jadis synonymes de fatalité. D'émancipation des religions, poussée par le superbe matérialisme darwinien.

Pour Darwin et sa théorie de l'évolution, la vie n'est effectivement que matière : tous les êtres vivants actuels procèdent des premières formes de vie apparues sur Terre voici 3,5 millions d'années, et cela sans intervention nécessaire d'une entité extérieure ou d'un dieu quelconque. La vie s'est progressivement organisée selon un bricolage (pour reprendre la formule de François Jacob) ou une ingénierie (celle de Daniel Dennett). L'organisation de cette matière vivante réside dans les propriétés du code génétique, producteur d'informations et de régularité : telle suite

de bases chimiques produit tel acide aminé, telle suite d'acides aminés produit telle protéine, telle assemblage de protéines produit tel tissu, etc. La vie est donc indépendante de toute détermination métaphysique, elle obéit seulement à des lois biologiques et l'être humain ne peut évidemment pas prétendre s'y soustraire.

C'est sur ce socle que repose *La vie, l'amour, le sexe*. Prenant toute la mesure de la révolution darwinienne, Arthur Vernon tisse un formidable petit traité moral : si nous avons la possibilité de nous connaître, d'améliorer notre existence et de tendre vers notre bonheur, ce n'est que d'une manière purement rationnelle et scientifique, sans recours à la moindre référence extra-matérielle, qu'elle soit dieu des religions abrahamiques, karma des spiritualités orientales ou encore inconscient des psychanalystes.

Il fait sienne l'une des idées les plus séditieuses de Darwin : la mort du dualisme entre la matière et l'esprit, devenu simple propriété de certains animaux, simplement exprimée de manière particulière chez l'animal humain. Pas de principe vital, pas de souffle divin, pas de différence de nature, que des différences de degré, aucune exceptionnalité, seule une complexité remarquable de notre espèce.

Pour Arthur Vernon, le bonheur s'attrape ici et maintenant. Ce bonheur (toujours relatif) découle d'une lente évolution. Si nous pouvons envisager aujourd'hui d'être heureux, si le bonheur est devenu une denrée si prisée dans nos sociétés, c'est que nous sommes progressivement sortis d'une pure logique de survie. Et le processus est aussi éminemment estimable que fondamentalement sexuel.

Car pour les 200 000 générations pré-humaines et humaines qui nous ont précédées depuis l'âge des australopithèques Abel et Lucy, le premier problème était de survivre : se nourrir, échapper aux prédateurs, aux conflits et aux maladies. Mais au-delà de la simple survie, le deuxième problème fondamental de la courte existence du Pléistocène consistait à savoir comment séduire celle ou celui avec qui l'on avait envie de s'accoupler, pour éventuellement se reproduire.

De ce point de vue, un grand nombre de traits que nous attribuons globalement à la *culture* - ce terme générique finalement assez vague - peuvent s'interpréter à la lumière de la sélection sexuelle, l'autre grande « découverte » de Darwin. Le sexe est le moteur culturel par excellence, celui de la musique et du chant exprimant de manière si étrange des émotions et des sensations, des jeux et des compétitions permettant aux hommes de se mettre en valeur (sans mettre leur vie en danger comme la guerre), des parures, attributs, ornements, tatouages et autres scarifications magnifiant les corps, de l'art au contenu sexuel explicite (les Vénus callipyges) ou à la fonction sexuelle implicite (valorisation du créateur à travers sa créativité), et ainsi de suite. Si l'espèce humaine est aujourd'hui devenue ce qu'elle est, c'est avant tout parce qu'elle a été modelée par la sexualité. Ou pour le dire comme Geoffrey Miller : « La révolution darwinienne ne peut conquérir la citadelle de la nature humaine qu'en se transformant en révolution sexuelle, c'est-à-dire en accordant plus d'attention au choix sexuel comme force motrice de l'évolution de l'esprit ».

Là encore, l'ouvrage d'Arthur Vernon est une formidable illustration de ces perspectives et va même

un tantinet plus loin. Car l'auteur est de ceux qui font aboutir la révolution darwinienne en admettant qu'elle peut – et même doit – agir sur les préoccupations que l'on estime comme « proprement » humaines. Sa démarche n'est pas uniquement descriptive ou explicative, elle est active. Il conquiert la citadelle de la nature humaine.

« Les hommes préfèrent croire qu'ils sont des anges dégénérés plutôt que des singes évolués », disait William Winwood Reade. Dans ce livre, vous ne trouverez aucune résurgence de cet aveuglement morbide. Oui, nous sommes des singes évolués et c'est en cela que nous pouvons être heureux. D'un bonheur sans culpabilité, sans restriction, sans outre-monde. Un bonheur franc et massif d'immédiateté, dont Arthur Vernon vous offre ici les clés. Tout simplement.

Peggy Sastre, avril 2013

AVANT-PROPOS

Vous avez le choix entre deux niveaux de lecture.

Une lecture simple vous éclaire sur les connaissances scientifiques les plus récentes et suscite votre propre réflexion, alimentée par mes commentaires.

Une lecture approfondie vous donne les éléments pour mettre en œuvre une philosophie de vie qui a pour vocation de vous faire ressentir un bonheur largement plus important que celui vous éprouvez globalement.

Cette proposition de philosophie de vie n'est pas théorique. Avant d'écrire ce livre, je l'ai expérimentée et je la pratique depuis plus de sept ans. Elle a littéralement révolutionné ma vie. Elle résulte d'un travail de recherche et d'étude de plus de douze ans. Il me semblait utile de la partager aujourd'hui, sans fioriture ni ambages. Certes, une lecture même attentive restera insuffisante pour révolutionner votre vie. Vous devrez penser chaque acte de la vie à la lumière de la nouvelle vision proposée dans ce livre. C'est un travail de chaque seconde. Le résultat m'a époustouflé.

PRÉAMBULE

L'homme n'est pas libre.

Des règles juridiques contraignantes et des règles morales facultatives ont été élaborées pour lui assurer une vie la plus harmonieuse possible en tenant compte du paramètre suivant : l'individu n'est pas seul, nous sommes des milliards, l'intérêt de l'un n'est pas forcément compatible avec l'intérêt des autres. Ces règles ont été élaborées, depuis des milliers d'années, par des philosophes, les législateurs, des religieux, etc. généralement de bonne foi, et avec la meilleure volonté du monde. Probablement aucune règle n'aura fait l'objet de l'unanimité. Beaucoup auront fait l'objet d'un consensus.

Des débats doctrinaux, des enquêtes d'opinion, parfois des circonstances factuelles, auront permis de trancher entre des approches opposées, qu'aucun argument objectif décisif ne départageait.

Il est toutefois une évolution des quelques dernières dizaines d'années qui n'a pas été prise en compte, ou pas suffisamment, pour faire évoluer ces règles. Toujours avec le même objectif : que l'individu soit le plus heureux possible dans un contexte de vie en communauté.

Cette évolution objective, c'est la science.

Il est incontestable que les progrès scientifiques ont été exponentiels ces cents dernières années. Ce qui a deux conséquences : d'une part, la connaissance scientifique a atteint un niveau très élevé en comparaison avec la connaissance scientifique de l'humanité sur la période précédente. D'autre part, nous avons davantage confiance en cette information scientifique, toujours du fait de cette différence de niveaux entre le passé et le présent : un homme qui escalade une montagne et qui arrive à 1 000 mètres d'altitude peut n'avoir aucune visibilité sur la hauteur qui lui reste à parcourir (500 mètres ou 2 000 mètres) ; mais il peut regarder la plaine et si celle-ci est infinie s'apercevoir de l'immense progrès déjà réalisé en atteignant ces 1 000 mètres d'altitude (*voir le schéma Allégorie de la plaine et de la montagne*). Tel devrait être le constat des hommes aujourd'hui en considérant la science.

Un autre facteur propice à une évolution des règles est l'élévation du niveau de vie et le changement des priorités. Une préoccupation légitime d'une grande partie des hommes dans toute l'histoire de l'humanité, à l'exception des cents dernières années en Occident (périodes de guerre exclues), était de survivre, au sens propre du terme : avoir de la nourriture, éviter les maladies. L'accroissement de l'espérance de vie témoigne de cette victoire de l'homme sur la mort prématurée. La préoccupation originelle du « survivre » fait donc place aujourd'hui à celle du « vivre mieux ».

Les règles sociales ne devraient donc pas être les mêmes lorsqu'on est dans la plaine en train de lutter pour sa survie, que lorsqu'on a atteint un certain niveau de connaissances scientifiques et qu'on essaie d'améliorer les conditions de son existence.

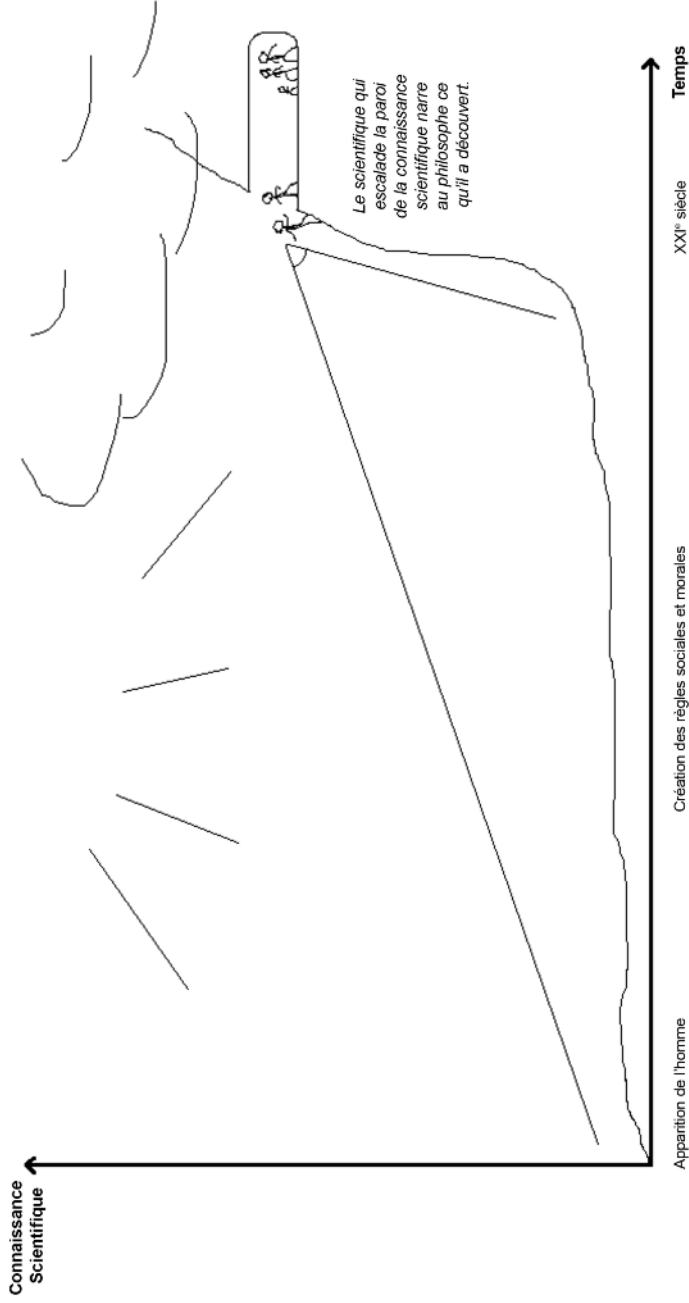


Schéma : Allégorie de la plaine et de la montagne et sa corrélation avec l'allégorie de la caverne.

J'ai souhaité écrire ce livre sur la base de ce constat. Constat qui n'a absolument rien d'extraordinaire ; d'aucuns diront qu'il est même déjà largement appliqué. Ce qui n'est que très partiellement vrai.

Vais-je donc proposer des remèdes miracles, un nouveau programme politique pour améliorer la vie de chacun ?

Pas vraiment non plus. Je ne pense d'ailleurs pas que cet ouvrage comporte beaucoup de théories novatrices ! Un lecteur dira : j'ai déjà vu telle ou telle idée ailleurs.

Certainement, mais ce constat est insuffisant. D'abord car il existe des nuances dans les idées. La citation d'un auteur est souvent un piège grossier : la beauté d'une formule fait qu'on la reprend, alors qu'après réflexion, on n'est d'accord qu'avec 90 % de ce qu'elle signifie. C'est sur les 10 % qui restent qu'apparaissent les erreurs et les malentendus. C'est la raison pour laquelle j'ai décidé, sauf rares exceptions esthétiques, de ne pas faire de citations.

Surtout, ce livre ne développe pas une idée dans un domaine particulier, mais une série d'idées dans différents domaines, et si toutes les idées ne sont pas chacune originales, c'est le rassemblement de ces idées, et à mon sens, l'immense cohérence de l'ensemble, qui confère une approche de la vie originale, et peut-être même révolutionnaire, selon le cheminement intellectuel que vous avez déjà parcouru.

Comme chacun des sous-chapitres de ce livre mérite à lui seul un essai, il est vain tant de citer que de référencer, les choix seraient injustes, et surtout,

tel n'est pas l'objectif de l'ouvrage. À ma connaissance, les informations scientifiques qui y figurent sont incontestées et reconnues universellement, elles ne donnent pas lieu à débat. Quant aux idées plus personnelles, l'objectif du livre n'est pas de les confronter avec les idées d'autres auteurs sur le même sujet. L'exercice critique consiste à comparer les différents chapitres de ce livre et apprécier leur cohérence sur sa proposition d'une certaine façon de penser. C'est sa seule prétention.

Mais aussi son ambition.

Plus précisément, cette ambition est double : d'une part, améliorer votre qualité de vie actuelle, d'un point de vue individuel ; d'autre part, faire que vous rejoignez la masse de ceux qui sont convaincus par ses thèses aux fins de faire évoluer certaines règles contraignantes ou morales désuètes, et que cette évolution vous offre un cadre de vie plus adapté à votre bonheur.

19

Comment de simples mots peuvent-ils très concrètement améliorer votre qualité de vie ?

La qualité de vie dépend de facteurs externes sur lesquels nous n'avons aucune emprise, mais aussi de facteurs internes : les milliers de décisions que nous prenons à chaque instant, chaque jour.

Comment prenons-nous ces décisions ?

Toute décision est prise sur la base d'un calcul inconscient probabiliste hédoniste.

C'est un calcul très complexe, géré tout seul par notre cerveau, pour chaque décision, et que l'on peut modéliser comme suit.

Pour chaque décision à prendre, notre cerveau va déterminer les différents enjeux et leur attribuer deux nombres : la valeur de cet enjeu (positive [par le plaisir escompté] ou négative [par la souffrance engendrée]) et la probabilité que l'enjeu se produise (de 0 [certitude que l'événement ne se produira pas] à 1 [certitude que l'événement se produira]).

Par exemple, à la question : « Vais-je sortir pour m'acheter un petit chocolat ? », le cerveau va prendre en considération les enjeux suivants :

- pénibilité d'acheter du chocolat :
 - valeur : -3 ; probabilité : 0,7 [le temps est gris, j'ai autre chose à faire ; mais si le soleil apparaît, cette sortie sera agréable] ;
 - valeur : +2 ; probabilité : 0,3 [le pendant de la proposition précédente : cas où le soleil apparaît]
- coût du chocolat : valeur : -1 ; probabilité : 1 [pas de raison que le chocolatier me fasse un cadeau : je vais payer le chocolat avec certitude]
- satisfaction de manger le chocolat ce soir :
 - valeur : +6 ; probabilité : 1 [j'apprécie le chocolat]
- culpabilité si je m'aperçois demain que j'ai un kilo en trop :
 - valeur : -10 ; probabilité : 0,1 [pas de raison que la balance affiche un surpoids]
 - valeur : 0 ; probabilité : 0,9 [le pendant de la proposition précédente : cas où la balance laisse un poids stable]

Décision :

$$[(-3 \times 0,7) + (2 \times 0,3)] + (-1 \times 1) + (6 \times 1) + [(-10 \times 0,1) + (0 \times 0,9)] \\ = + 2,5$$

Le résultat est positif, donc je vais acheter et déguster le chocolat.

Maintenant, si la question du poids m'obsède, et qu'en plus je prends facilement un kilo, alors le critère « s'apercevoir que j'ai un kilo en trop » va prendre une tournure plus dramatique avec une probabilité plus élevée de se réaliser. Sa valeur passera à -20 avec une probabilité de 0,2 (probabilité qui reste faible vu qu'il ne s'agit que d'un petit chocolat).

Décision :

$$[(-3 \times 0,7) + (2 \times 0,3)] + (-1 \times 1) + (6 \times 1) + [(-20 \times 0,2) + (0 \times 0,9)] \\ = - 0,5$$

Le résultat est négatif, donc je ne vais pas acheter le chocolat !

Ce choix est dit « hédoniste » car il prend en compte les plus et les moins et s'oriente vers la solution qui nous est la plus favorable.

Je considère que chacun prend toutes ses décisions selon ce modèle « hédoniste », même si l'individu en question se considère comme un stoïcien patenté. Dans ce dernier cas, ce sont les valeurs qu'il attribue à chaque enjeu qui vont faire évoluer la prise de décision.

Le stoïcien mettra ainsi une valeur de « +3 » au critère « satisfaction à manger le chocolat », car il considère négativement les plaisirs gustatifs. Cette valeur pourra donc aboutir à la décision de ne pas

acheter de chocolat, même si le poids n'est pas un problème pour lui, et donc à ne pas ressentir ce petit plaisir qui consiste à le déguster.

Il n'en reste pas moins que la décision du stoïcien a été faite selon un calcul hédoniste égoïste, propre à son système de valeurs personnel. Et que sa décision a influencé son bien-être, car elle a abouti à l'absence d'achat de chocolat et donc, potentiellement, à un manque de plaisir.

Comment améliorer votre qualité de vie ?

Très simplement en modifiant votre système de valeurs.

Pour que les décisions que vous prenez aboutissent à une solution qui procure une satisfaction plus importante.

Dans le cas précédent, il s'agit d'expliquer au stoïcien que ce chocolat contient des substances antioxydantes qui sont très bonnes pour sa santé et donc réhabiliter, dans une certaine mesure, la valeur qu'il attribue à l'élément « chocolat », et qui justifierait le cas échéant la décision d'aller acheter ce chocolat.

Autrement formulé, cet ouvrage a pour vocation d'infléchir sérieusement la valeur que vous attribuez à certains événements.

Aux fins de faire passer au mieux ce message, je me suis posé beaucoup de questions sur la forme du texte : un roman, un essai philosophique, des fables ou contes, un guide pratique, etc. J'ai finalement estimé

que le risque était trop grand qu'une forme originale altère l'argumentation. Cette dernière me semble suffisamment intéressante pour ne pas l'agrémenter d'artifices. Et j'ai déjà tenté l'expérience du roman avec *Comment je me suis tapé Paris ou l'origine de la misère* (Éditions Tabou, 2010). Cette histoire énonce un certain nombre d'arguments repris dans ce livre, mais de façon éparse, donc moins cohérente. J'ai opté ici pour un texte à mi-chemin entre l'essai et le guide, en me fixant les principes suivants : que le texte soit le plus simple et le plus compréhensible possible – il n'est donc pas destiné aux universitaires – tout en évitant qu'il soit simpliste.

C'est dans ce même souci de vulgarisation que l'argumentation ne sera pas aussi détaillée et complète qu'elle peut l'être dans un ouvrage sérieux de philosophie, qui a pour vocation d'étudier toutes les variations sur le même thème. Je privilégie de nouveau la force de l'argument plutôt que la rigueur de la démonstration. Certains principes souffrent ainsi d'exceptions qui ne seront pas traitées dans ce livre, non pas par malhonnêteté intellectuelle, mais pour éviter de détourner l'attention du lecteur par des détails. Je resterai toutefois ravi de pouvoir poursuivre le débat et répondre à vos questions à mon adresse e-mail arthurvernon@live.fr, d'autant plus que ce livre a bien pour prétention de répondre à toutes celles que vous vous posez sur la vie, l'amour et le sexe.

DU MÊME AUTEUR

Comment je me suis tapé Paris
ou
l'Origine de la misère
Arthur Vernon

CHEZ LE MÊME ÉDITEUR

Mon Mari est une femme pas comme les autres
Sandra Antignani-Viale

Tu veux ou tu veux pas ?
Sandra Antignani-Viale

Nid d'Ève, Nid d'Adam
Catherine Marx

GUIDE TABOU

Le guide Tabou de la fellation (réussie !)
Violet Blue

Le guide Tabou du Cunnilingus (de rêve)
Violet Blue

Le guide Tabou du plaisir anal (pour lui !)
Bill Brent

Le guide Tabou du plaisir anal pour elle
Tristan Taormino

Le guide Tabou du point G et l'éjaculation féminine
Déborah Sundhal

Le guide Tabou du point P et du plaisir prostatique
Aislinn Emirzian et Charlie Glickman

Le guide de survie de l'amoureuse illégitime
Alexandra Fargeas

OSE (Orgasme sexuel Extrême)
donner un plaisir intense à une femme
Vera et Steve Bodansky

OSE (Orgasme sexuel Extrême)
partager un plaisir intense
Vera et Steve Bodansky

Pervers & safe :
petit guide de prévention pour le sexe bdsm
Wendy Delorme

Le plaisir anal sous toutes ses formes
Tristan Taormino

Le bondage érotique
Chanta Rose

Le sexe bizarre
Agnès Giard

L'art de dominer
Dossie Easton et Janet Hardy

L'art de se soumettre
Dossie Easton et Janet Hardy

EN DVD

Le point G et l'éjaculation féminine
Deborah Sundhal

www.tabou-editions.com

Achevé d'imprimer en septembre 2013
sur les presses de l'imprimerie
Color Pack
4400 Nyiregyhaza, Hongrie
n° d'impression :

La science nous apprend que notre corps nous ment aux fins de satisfaire son dessein de survie. Ainsi, l'amour-passion éternel est un mirage créé par une hormone et l'exclusivité sexuelle une aberration au regard du fonctionnement du corps humain.

Ces illusions déterminent encore aujourd'hui des règles de vie qui sont les mêmes que celles de l'époque où l'homme ne savait rien ou si peu.

Pourtant, il est possible de vivre mieux : d'abord en comprenant le mécanisme de ces illusions, puis en mettant son intelligence au service de son bien-être plutôt qu'au service de son corps.

Pour ceux qui souhaitent améliorer leur niveau de bonheur, comme pour ceux qui veulent faire évoluer les règles sociales et morales à l'aune des connaissances scientifiques les plus récentes, des solutions immédiates existent.

Celles qui figurent dans ce livre.

ARTHUR VERNON est passionné des questions de sexualité humaine qu'il étudie depuis plus de dix ans. Ce livre constitue la clé de ses pièces de théâtre, notamment "Rêveries d'une jeune fille amoureuse", et de ses films, comme "La légende des Filles d'Eve et du Serpent". Il partage également sa vocation de désacraliser la sexualité et de promouvoir un érotisme ludique dans l'émission de Brigitte Labaie "Labaie, l'amour et vous" sur RMC.