

JESSICA CARUSO

# BDSM

LES RÈGLES DU JEU

ÉDITION REVUE ET AUGMENTÉE

v**l**b éditeur



JESSICA CARUSO

# BDSM

LES RÈGLES DU JEU

ÉDITION REVUE ET AUGMENTÉE

**v1b** éditeur



## Avant-propos

Regardez autour de vous les gens que vous côtoyez chaque jour, au travail ou dans vos loisirs. Vous les rencontrez dans leur quotidien. Vous les jugez à partir d'un commentaire, d'un sourire, d'une discussion. Vous vous faites vite une idée sur eux, sur le genre de vie qu'ils mènent. Eh bien, sauf en cas d'improbabilité statistique, vous pouvez compter qu'au moins une ou deux personnes parmi ces connaissances qui forment votre entourage pratiquent le BDSM... et il ne s'agit pas nécessairement de celles qui vous seraient venues en tête en premier !

Le BDSM est un ensemble de jeux caractérisés par l'érotisation de la douleur et de ce qu'on appellera dans ce livre l'échange de pouvoir. Quand on parle de BDSM, les néophytes s'imaginent des fouets, du cuir et des chaînes. C'est en effet l'image la plus répandue dans les médias et dans les œuvres de fiction. Mais le BDSM va bien au-delà de ces accessoires. Il est structuré autour de communautés

d'adeptes dont les pratiques calculées, discutées et consenties fondent l'univers érotique. Le BDSM est donc beaucoup plus complexe et réfléchi qu'il n'y paraît au premier abord.

\*

Avant mon incursion dans le milieu BDSM, je ne connaissais pas grand-chose de cet univers. Comme tout le monde, je savais que ça existait, et les personnes qui le pratiquaient me semblaient étranges, voire un peu dérangées ; après tout, c'est ce que la société nous laissait entendre à l'époque.

J'ai commencé à m'intéresser à la culture du BDSM en 2008, alors que j'étais à mi-chemin dans mon baccalauréat en sexologie. Par un après-midi d'été, un ami m'a invitée à une soirée fétiche en me disant qu'en tant que future sexologue, je me devais d'assister au moins une fois à ce type d'événement. Amusée, mais aussi désireuse d'en apprendre plus sur les sexualités alternatives, j'ai accepté de m'y rendre avec lui. Il faut dire qu'en 2008, on parlait beaucoup moins des pratiques BDSM qu'aujourd'hui. L'information sur le sujet n'arrivait pas à nous par hasard, comme maintenant dans les émissions de variétés ou les articles de la section « Bien-être » des journaux.

J'ai découvert dans cette première soirée un monde surprenant. J'ai vu des femmes en robes moulantes de latex ou de PVC (ce plastique très luisant), des hommes sans pantalon, vêtus seulement de quelques bandes de cuir, des gens dans la quarantaine (et parfois plus) qui se promenaient à quatre pattes avec un collier de chien attaché à une laisse, de jolies jeunes femmes portant sous-vêtements et corset... Et tout ça avec la plus grande aisance qui soit et dans le plus grand respect. J'ai été touchée par cette expérience unique et, ma curiosité décidément piquée, je suis retournée à quelques soirées du même genre dans les mois suivants.

Je gardais une certaine distance vis-à-vis des événements, mais un soir, une femme m'a abordée avec un sourire en coin et un regard séducteur : « Toi, j'aimerais bien t'avoir dans mes cordes... » Comme j'étais interloquée, elle m'a expliqué brièvement qu'elle faisait du bondage, qu'elle décrivait comme l'art d'attacher les gens avec de la corde tout en dessinant des formes attrayantes. Elle a pointé du doigt un jeune homme à ses côtés, dont le corps était recouvert de cordes entremêlées. Elle a terminé son explication en me donnant son nom de scène et en me disant simplement : « Penses-y. Tu pourras me retrouver sur FetLife. »

Sitôt rentrée chez moi, je me suis connectée sur le site Web en question. C'est ici que mon histoire débute vraiment. J'ai découvert en ligne une communauté axée sur le BDSM et le fétichisme. Dans les forums montréalais, on discute des soirées organisées, mais aussi des techniques de jeu et des limites acceptables ou non par les adeptes. Des gens de tous âges partagent leurs photos, leurs bonnes et leurs mauvaises nouvelles, leurs expériences réussies ou décevantes. Dans la seule région de Montréal, des centaines de personnes se réunissent pour vivre ensemble sur Internet la passion qui est la leur. J'ai été très étonnée de constater qu'une communauté si vaste et active existait dans ma propre ville sans que j'en aie la moindre idée.

J'ai passé des heures cette nuit-là, puis mes temps libres dans les semaines suivantes, à épier le site FetLife. J'ai épluché tous les forums de discussion québécois où j'ai pu repérer les membres les plus actifs de la communauté. Je me suis informée graduellement sur les pratiques BDSM et les soirées organisées dans la région. J'étais fascinée par cet univers que je voulais mieux comprendre et faire découvrir à mes collègues sexologues. Toutes mes idées préconçues sur ce qu'était le BDSM, qui m'avait été présenté presque exclusivement du-



rant mes études comme une déviance assimilable au sadisme et au masochisme sexuel, se trouvaient profondément ébranlées.

Le choix de consacrer mes années de maîtrise au BDSM s'est imposé graduellement. L'idée, qui semblait farfelue à la plupart de mes collègues, a fort heureusement intéressé deux membres du corps professoral qui ont accepté de me diriger malgré leur manque de connaissances sur le BDSM. Mon mémoire avait pour sujet les codes de la communauté de Montréal. J'ai passé trois années complètes à lire sur le BDSM, à discuter avec des adeptes et à assister à des soirées.

À ma grande surprise, mon mémoire de maîtrise publié en 2012 a soulevé un intérêt monstre. Par dizaines, des collègues, des connaissances, mais aussi des personnes qui m'étaient inconnues m'ont écrit pour me demander de le leur envoyer. C'est cet intérêt qui m'a décidée à me lancer dans la rédaction de cet ouvrage : un livre grand public sur le BDSM. J'avais appris trop de choses étonnantes pour les laisser s'empoussiérer sur un rayon de bibliothèque universitaire. Je voulais contribuer à faire connaître le BDSM pour ce qu'il est vraiment.

\*

Depuis 2008, j'observe donc à distance les communautés BDSM sur les forums de discussion montréalais. À partir de la centaine de fils de conversation que j'ai analysés, j'ai pu comprendre un peu mieux les contextes, les pratiques et les normes qui constituent l'expérience du BDSM pour les membres de la communauté montréalaise.

Au départ, j'étais mal à l'aise à l'idée de me présenter seule dans des soirées remplies de quidams qui pratiquaient le BDSM. Allait-on respecter ma position d'observatrice? Serais-je contrainte de participer à certains rituels par le simple fait de ma présence dans un lieu où les règles sociales usuelles sont remplacées en partie par celles de cette communauté? J'ai fait mes premiers pas dans cet univers en participant à des soirées à caractère strictement social entre adeptes (soupers, soirées cinéma, 5 à 7). Ces sorties m'ont permis de rencontrer les gens et de m'acclimater à leur culture dans des endroits que j'estimais sécuritaires. J'ai également participé à des ateliers de formation organisés par des personnes expérimentées sur des thématiques liées aux pratiques BDSM. J'y ai beaucoup appris sur les rouages du milieu BDSM et les subtilités de ses pratiques.

C'est en 2010 que j'ai fait le saut et que j'ai visité des donjons (les salles où se pratique le BDSM)

dans le cadre de mon mémoire. Pendant quelques mois, j'ai visité au moins une fois chacun des donjons de la grande région de Montréal où les soirées étaient publiques (accessibles à tous et à toutes, à moins d'en avoir été banni) et semi-publiques (où tout le monde est admis à condition d'être accompagné-e par une personne connue de l'organisation).

À la suite de ce premier tour d'horizon de la communauté montréalaise, j'ai sélectionné un donjon précis où j'ai assisté à tous les événements organisés pendant près d'un an. J'y ai fait ce qu'on appelle en ethnologie de l'observation participante, c'est-à-dire que j'observais les pratiques et la manière dont les gens agissaient, tout en interagissant avec eux. Je tentais de me fondre dans la foule afin de vivre pleinement l'expérience d'une soirée BDSM.

Mon intention était clairement affichée; j'expliquais la raison de ma présence à toutes les personnes qui s'en enquéraient. J'ai été chaleureusement accueillie dans la communauté tout au long de mon expérience. Les membres constataient avec bonheur que quelqu'un s'intéressait finalement à leurs pratiques en partant d'un postulat neutre. Beaucoup de gens se sont ouverts à moi et ont accepté de me livrer leur vécu sans rien

attendre en retour. J'ai fait des rencontres merveilleuses lors de ces soirées, développant même quelques amitiés qui ont perduré après la fin de mon étude.

Cette expérience d'immersion m'a permis d'apprendre les différents rôles, pratiques et règles implicites et explicites qui régissent la communauté montréalaise. Sans que j'aie jamais à pratiquer moi-même le BDSM, j'ai pu le voir et me le faire expliquer.

\*

Quand je me suis retrouvée face aux données en tous genres que j'avais pu recueillir avec le temps, un constat a émergé. J'avais développé une compréhension assez approfondie du « comment », mais très superficielle du « pourquoi ». Pourquoi les gens s'engagent-ils dans des relations BDSM ? Comment en arrivent-ils là ? Découvrent-ils leur penchant par hasard, ou est-il présent en eux depuis l'enfance ? Ces questions sans réponse m'ont amenée à donner la parole directement aux adeptes. J'ai contacté personnellement une quarantaine de personnes avec qui j'avais eu de bons liens lors de ma période d'observation, et je leur ai posé cinq questions très larges sur leur expérience du BDSM. Leurs réponses m'ont permis de mieux

comprendre leur expérience et leurs motivations. Des extraits sont présentés à quelques endroits du présent ouvrage.

\*

Instruire n'est pas enseigner. Les néophytes pourront sans doute trouver des trucs et des astuces dans ce livre, mais il n'est pas un guide qui expliquerait comment intégrer le BDSM à sa vie, ou comment le pratiquer. Il n'est pas, on l'aura compris, une condamnation du BDSM, et il n'aborde jamais la question du sadisme sexuel dans un contexte non consentuel. En partant d'un postulat de neutralité, il présente simplement une pratique au centre de laquelle se trouve le plaisir et le consentement.

Évidemment, le BDSM étant un fait social complexe et évolutif, sa description est éminemment subjective. L'interprétation et la définition d'un même acte ou d'un même concept varient en fonction de nos expériences singulières, des écoles de pensée auxquelles l'on souscrit. Ainsi, je ne saurais prétendre détenir la vérité sur le BDSM ; mon interprétation des faits est basée sur mon expérience d'observation dans la communauté montréalaise, ainsi que sur différentes lectures.

## Avant-propos

Il est donc possible que certaines personnes ne se reconnaissent pas dans mes descriptions, mais mon objectif a été de tenter de représenter la vision la plus consensuelle et généralisée du phénomène. Il me paraît néanmoins important de souligner qu'il existe plusieurs sous-cultures ou sous-communautés parallèles aux communautés BDSM *mainstream*, par exemple les communautés cuir, fétichiste et queer, celles qui sont axées sur des pratiques BDSM spécifiques. Il existe également des pratiques en lien avec un mode de vie sexuel ou romantique, comme le polyamour et le libertinage. Évidemment, il m'est impossible de représenter chacune de ces expériences. Ainsi, des variations peuvent survenir entre les constats que je fais et le vécu d'adeptes qui côtoient principalement des communautés différentes de celles que j'ai pu observer.

Ces précisions apportées, il ne me reste plus qu'à vous inviter à découvrir ce monde méconnu, en laissant de côté ce que vous croyez en savoir.

# 1

## L'ABC DU BDSM

Les pratiques assimilables au BDSM s'observent dans le monde depuis la nuit des temps. Pourquoi les regroupe-t-on désormais sous ces initiales ? Pour commencer notre incursion dans cet univers, faisons ensemble une brève généalogie du BDSM.

### SADE, MASOCH ET NOUS

Le sadomasochisme est la composante la plus ancienne du sigle BDSM. Si les pratiques qu'il désigne sont immémoriales, on peut considérer qu'il a été défini en trois temps : par la littérature, par la psychiatrie, puis par les médias de masse.

#### *Sadomasochisme et littérature*

On retrouve des représentations du sadomasochisme dans la littérature libertine des XVIII<sup>e</sup> et XIX<sup>e</sup> siècles. On reconnaîtra, réunis dans le mot, les

noms du « divin marquis » Donatien Alphonse François de Sade (1740-1814) et de Leopold von Sacher-Masoch (1836-1895), mais d'autres écrivains les ont précédés. Ce sont toutefois les auteurs de *Justine ou Les malheurs de la vertu* et de *La Vénus à la fourrure* qui ont le plus marqué le milieu du BDSM. Leurs œuvres sont utilisées encore aujourd'hui comme base de la fantasmagorie et des pratiques BDSM.

Sade est connu pour ses scènes littéraires extrêmement... sadiques et violentes. Dès son jeune âge, il a été maintes fois accusé d'être un profanateur de tombeaux (!) et un sodomite, charges qui le firent régulièrement emprisonner. C'est pour se désennuyer qu'il a rédigé dans sa geôle la majorité de son œuvre de littérateur et de philosophe. Celle-ci dépeint un côté sombre de la nature humaine en mettant en scène la violence sexuelle, la pédophilie, la torture et la souffrance dans un langage fluide et poétique. Au cœur de l'érotisme sadien, il y a le spectacle de l'infliction de la douleur. *Justine* (1787), pour ne prendre que ce titre en exemple, relate les mésaventures d'une jeune héroïne qui, tout au long du livre, ne s'évade de l'emprise d'un bourreau que pour se retrouver encore plus maltraitée par un autre.

Un siècle plus tard, l'autrichien Sacher-Masoch a fait l'éloge de ce qu'on connaît aujourd'hui comme



étant le masochisme. Dans *La Vénus à la fourrure* (1870), il représente la femme belle, puissante et castratrice, et l'homme désireux de se faire torturer et humilier par elle. On découvre, dans ses *Choses vécues* (1888), qu'il était lui-même un grand masochiste. Il y décrit qu'à dix ans, lui qui vouait à sa tante une admiration languissante fut surpris par elle alors qu'il l'espionnait en train de tromper son mari :

«Comment ! Tu étais caché ? Tiens, voilà qui t'apprendra à faire l'espion ! » Je m'efforçai en vain d'expliquer ma présence et me justifier : en un clin d'œil elle m'eut étendu sur le tapis ; puis, me tenant par les cheveux de la main gauche, et me posant un genou sur les épaules, elle se mit à me fouetter vigoureusement. Je serrai les dents de toutes mes forces ; malgré tout, les larmes me montèrent aux yeux. Mais, il faut bien le reconnaître, tout en me tordant sous les coups cruels de la belle femme, j'éprouvais une sorte de jouissance.

Il est important de noter que la plupart des scènes décrites dans les ouvrages des deux pères littéraires du sadomasochisme n'ont rien à voir avec les pratiques du BDSM consentant, le seul qui fait l'objet de ce livre – et le seul qui mérite de porter ce nom.

## *Sadisme et masochisme comme perversions sexuelles*

Plusieurs théories existent pour expliquer l'origine des termes « sadisme » et « masochisme », et jusqu'à ce jour, le contexte dans lequel ces notions ont vu le jour demeure assez flou. Toutefois, il est clair que celles-ci ont été popularisées par le psychiatre allemand Richard von Krafft-Ebing (1840-1902), qui a utilisé les ouvrages de Sade et de Sacher-Masoch pour son étude des perversions sexuelles. Dans *Psychopathia sexualis* (1886), il utilise le terme « sadisme » pour décrire l'expérience de sensations sexuelles plaisantes provenant d'actes de cruauté ou de punitions corporelles infligées sur soi ou sur autrui. Il présente le masochisme comme étant le contraire du sadisme et le décrit comme le désir d'être forcé, humilié, blessé ou abusé par autrui. Quelques années plus tard, le sexologue Havelock Ellis (1859-1939) expliquera que le sadisme et le masochisme sont en fait des états émotionnels complémentaires, plutôt qu'opposés. Il avancera que le sadisme ne serait pas une affaire de cruauté, mais que la douleur infligée serait avant tout une source de plaisir sexuel.

Il semble que ce soit Sigmund Freud (1856-1939) qui ait combiné pour la première fois les

concepts de sadisme et de masochisme dans le terme « sadomasochisme » en argumentant que les deux concepts sont présents à la fois chez l'individu. Cette combinaison a indéniablement engendré une meilleure compréhension du phénomène et a propulsé une identification des adeptes à la sous-culture du sadomasochisme.

### *Le sadomasochisme médiatisé*

Depuis la deuxième moitié du xx<sup>e</sup> siècle, plusieurs grandes études sur la sexualité (Kinsey, Masters et Johnson, Janus et Janus, etc.) ont permis de dépeindre le sadomasochisme non pas comme une perversion sexuelle rare, mais comme une pratique sexuelle relativement répandue. Depuis la 5<sup>e</sup> édition (2013) du *Manuel diagnostique et statistique des troubles mentaux*, ou *DSM-V*, qui est l'ouvrage de référence en Amérique du Nord pour catégoriser et traiter les troubles mentaux, le sadisme et le masochisme sexuels sont considérés comme des paraphilies, ou pratiques sexuelles anormales, uniquement lorsqu'elles sont à l'origine de souffrances cliniquement significatives ou d'un dysfonctionnement interpersonnel ou social. Ainsi, les pratiques sadomasochistes consenties et ludiques seraient donc écartées, depuis quelques années seulement, de la loupe psychiatrique.

Le sadomasochisme a longtemps été perçu et vécu comme une perversion secrète et mystérieuse. Pour rencontrer des personnes intéressées, une introduction dans un cercle d'adeptes était nécessaire. La médiatisation des sociétés modernes et, plus récemment, l'apparition d'Internet ont fait en sorte que le sadomasochisme est beaucoup plus visible. Même si elles sont parfois mal représentées, les pratiques BDSM se retrouvent de plus en plus dans les émissions télévisées, au grand écran, dans la pornographie et dans les vidéoclips. Dès sa parution, la trilogie *Cinquante nuances de Grey* de E. L. James a suscité l'intérêt de millions de personnes non initiées aux pratiques de nature BDSM – malgré la grogne des adeptes, qui soutiennent que les pratiques dépeintes dans les romans en question ne sont pas du tout représentatives de leur réalité.

Ainsi, depuis les premières apparitions des pratiques BDSM dans les médias populaires, l'intérêt envers le BDSM comme activité ludique est allé grandissant ; malgré une certaine persistance de la stigmatisation, les adeptes « s'assument » davantage, et les communautés BDSM sont de plus en plus visibles. Depuis quelque temps, on observe même chez les plus jeunes une normalisation, voire une banalisation des pratiques BDSM.

**B**ondage, discipline, domination, soumission et sadomasochisme : voilà ce que recoupe le sigle BDSM.

Cet ouvrage décrit précisément et sans idées préconçues un univers foisonnant, qui peut sembler déconcertant pour les non-initié·es. Depuis sa parution en 2016, il s'est imposé comme un incontournable chez les adeptes du BDSM, ainsi qu'auprès des sexologues – et de quiconque est curieux d'en savoir davantage sur ces pratiques érotiques.

Dans cette nouvelle édition enrichie, Jessica Caruso met l'accent sur l'impératif crucial du consentement, notamment à la lumière du mouvement #moiaussi. Adoptant l'écriture inclusive, le texte reflète les sensibilités actuelles des communautés BDSM du Québec et approfondit les notions de sécurité et d'inclusion.

*Titulaire d'une maîtrise en sexologie, Jessica Caruso est agente de recherche et de planification au Département de sexologie de l'Université du Québec à Montréal depuis 2012.*

