

Addiction et spiritualité

Collection « Inconscient et spiritualité »
dirigée par Hubert Auque

Trop longtemps soumise à l'emprise des institutions religieuses, la spiritualité s'est étiolée. Les questions qu'insuffle la psychanalyse permettent désormais à chacun(e) de laisser cheminer sa spiritualité et d'oser l'exprimer hors des références dogmatiques.

La collection « Inconscient et spiritualité » soutient cette démarche à travers des textes assez brefs, novateurs, surprenants dans la forme et dans le fond où l'apport freudien de l'inconscient est reconnu. Vivifié parfois par la littérature, un regard psycho-anthropologique, qui n'exclut pas la part d'histoire personnelle des auteurs, pourra accroître les interrogations allant des individus aux groupes.

Voir les titres déjà parus en fin d'ouvrage

Jacques Besson

**Addiction
et spiritualité**
Spiritus contra spiritum

érès
éditions

Conception de la couverture :

Anne Hébert

Version PDF © Éditions érès 2017

CF - ISBN PDF : 978-2-7492-5592-7

Première édition © Éditions érès 2017

33, avenue Marcel-Dassault, 31500 Toulouse, France

www.editions-eres.com

Aux termes du Code de la propriété intellectuelle, toute reproduction ou représentation, intégrale ou partielle de la présente publication, faite par quelque procédé que ce soit (reprographie, microfilmage, scannérisation, numérisation...) sans le consentement de l'auteur ou de ses ayants droit ou ayants cause est illicite et constitue une contrefaçon sanctionnée par les articles L.335-2 et suivants du Code de la propriété intellectuelle. L'autorisation d'effectuer des reproductions par reprographie doit être obtenue auprès du Centre français d'exploitation du droit de copie (CFC), 20, rue des Grands-Augustins, 75006 Paris, tél. 01 44 07 47 70, fax 01 46 34 67 19.

Table des matières

PRÉAMBULE	7
INTRODUCTION.....	11
LA SUISSE.....	15
Les scènes ouvertes de la drogue en Suisse.....	15
Un traumatisme organisateur	16
La politique des quatre piliers.....	18
La Société suisse de médecine de l'addiction.....	20
Du jugement moral au jugement clinique.....	22
Une nouvelle science au sein de la psychiatrie communautaire.....	23
VIGNETTES CLINIQUES.....	29
Cannabis.....	29
Alcool.....	30
Benzodiazépines.....	31
Cocaïne.....	32
Héroïne.....	33
Jeu pathologique	34

LES DIMENSIONS DU DIAGNOSTIC.....	35
DSM, CIM.....	35
Les types de consommation.....	36
Les comorbidités	38
La motivation	40
La crise.....	42
La question des ressources, dont la spiritualité.....	43
PLACE DE LA SPIRITUALITÉ.....	45
Définition.....	45
Spiritualité et santé.....	46
Quelques données sur les addictions.....	47
Aspects théoriques et scientifiques.....	48
SUBSTANCES ET CIVILISATION	51
À l'aube de l'humanité, les drogues.....	51
Dans l'Antiquité, le cannabis.....	52
Dans le christianisme, le vin.....	53
La Némésis des temps modernes.....	54
LES ALCOOLIQUES ANONYMES	59
Un peu d'histoire	59
Les douze étapes	60
Spiritus contra spiritum.....	63
Enjeux et perspectives	64
PSYCHIATRIE ET RELIGION.....	67
Une tension fondamentale.....	67
Réductionnismes	69
Des zones frontières.....	75
EN PSYCHANALYSE	81
Le scientisme de Freud.....	81
Le schisme avec Jung.....	83
La correspondance Freud-Pfister.....	85
Viktor Frankl et le Dieu inconscient	88

LES EFFETS DE LA SPIRITUALITÉ SUR LA SANTÉ. QUELQUES HYPOTHÈSES....	91
Eugen Drewermann.....	91
Rudolf Otto.....	93
Paul Tillich.....	94
Aaron Antonovsky.....	95
George Lakoff.....	96
NEUROSCIENCES DE L'ADDICTION.....	97
Les modèles animaux.....	97
Le cerveau des émotions.....	98
Le stress et l'addiction.....	100
L'anxiété et l'addiction.....	101
La génétique de l'addiction.....	104
Les neurosciences sociales.....	106
La plasticité neuronale.....	107
NEUROSCIENCES ET SPIRITUALITÉ.....	111
Les origines.....	111
La neurothéologie.....	112
Imagerie et génétique.....	119
Cartes et circuits.....	123
La méditation et la prière.....	127
TROIS ORDRES EN MÉDECINE.....	133
Platon et les Grecs.....	133
Pascal.....	135
Teilhard de Chardin.....	136
Zundel.....	139
Le dalaï-lama.....	140
CONCLUSION ET PERSPECTIVES.....	147
BIBLIOGRAPHIE.....	151
Sources vidéo.....	155

Préambule

Addiction et spiritualité : deux sujets difficiles. L'addiction tout d'abord ne laisse personne indifférent ; maladie de civilisation, elle renvoie chacun à un vécu personnel et à des controverses. La spiritualité ensuite, concept qui fait retour face aux religions, recouvre un champ très hétérogène et nécessite un positionnement clair de la part de l'auteur. C'est pourquoi il me semble indispensable pour le lecteur de connaître le lieu d'où je parle et de donner quelques éléments autobiographiques.

La structure de ce livre est largement liée à mon parcours personnel et professionnel de médecin, psychiatre et psychothérapeute, de formation psychanalytique. Mes origines protestantes m'ont porté vers les populations

vulnérables et, très tôt, je me suis intéressé à l'alcoologie, qui ne portait pas encore son nom dans les années 1980.

Au début de ma carrière, j'ai occupé un poste de chef de clinique dans une « Alcohol Clinic » de l'Armée du Salut à Lausanne, importée fraîchement du modèle américain. J'y ai vu l'intérêt d'une approche intégrée médico-psycho-sociale n'excluant pas la spiritualité, notamment dans l'« empowerment » des patients, en les aidant à redonner du sens à leur vie.

L'arrivée du Sida, dans un contexte de consommation généralisée de drogues dures à la fin des années 1980, m'a conduit à diriger le premier Centre vaudois d'accueil, d'orientation et de suivi des patients toxico-dépendants de la région lausannoise, dans le cadre du Centre hospitalier universitaire vaudois (CHUV). L'innovation, l'enseignement et la recherche dans ce qui allait devenir une nouvelle science, l'addictologie, a été pour moi l'opportunité d'une carrière académique au CHUV. J'y ai eu accès à une formation continue dans le champ des neurosciences cliniques et translationnelles

des addictions. Dans les années 2000, le passage par une législature au rectorat de l'université de Lausanne comme vice-recteur chargé de la recherche m'a permis d'avoir une vue transversale large de la recherche scientifique contemporaine, tant dans les sciences naturelles que dans les sciences humaines, incluant en Suisse la Faculté de théologie et de sciences des religions. Comme j'avais rédigé ma thèse de médecine au début de ma carrière de spécialiste en psychiatrie et psychothérapie FMH¹ sur « Freud et le pasteur Pfister, une correspondance de 1909 à 1939 », j'ai développé des liens d'amitié et de curiosité scientifique entre la Faculté de biologie de médecine et la Faculté de théologie et de sciences des religions.

On l'aura compris, je suis un clinicien académique, passionné par l'addictologie, en ce qu'elle représente un paradigme pour les maladies de la modernité : à la fois psychosomatique par les interactions entre les substances psychoactives et le cerveau ;

1. Fédération des médecins suisses.

psycho-socio-culturel, n'excluant pas la spiritualité, par les interactions sociales et interpersonnelles.

Ainsi, depuis plus de trente ans, je me consacre aux rapports entre psychanalyse et religion, et entre neurosciences et spiritualité.

Introduction

Que savons-nous de l'addiction ?
Que savons-nous de la spiritualité ? Que savons-nous des rapports entre addiction et spiritualité ?

Un autre titre pour ce livre aurait pu être « Les addictions à l'heure des neurosciences de la spiritualité ». Mais ce serait céder à une certaine mode, alors que le sujet est beaucoup plus ancien, remontant à l'aube de l'humanité. Aux origines, le chamane, à la fois prêtre et médecin, est passeur de mondes. Il utilise les drogues pour modifier la conscience et accéder aux dieux. Mais la consommation est strictement ritualisée par la religion de la communauté, protégée ainsi des excès. À l'inverse de notre modernité, à la consommation industrielle et déritualisée, qui s'avère à risque pour les plus vulnérables à l'addiction. Nous vivons dans une société addictive, obsédée par

le quantitatif, poussant à la distraction, c'est-à-dire à éviter l'essentiel. Dans un monde désenchanté, les communautés publiques peuvent paraître vides de sens, et les individus sont dans une grande solitude. Tout le monde est connecté, mais personne n'écoute. Il semble bien que nous sommes dans une crise de civilisation, dont les symptômes sont l'addiction, l'agression et la dépression.

C'est pourquoi le sous-titre de ce livre est « *Spiritus contra Spiritum* ». En effet, en 1935, Carl Gustav Jung écrit aux fondateurs des Alcooliques anonymes, Bill W. et le docteur Bob, tous deux alcooliques en rétablissement, et s'en remettant à une « Puissance supérieure ». Jung leur dit que leur idée rejoint une formule des alchimistes, « *Spiritus contra Spiritum* », rappelant qu'en latin *Spiritus* désigne à la fois l'esprit et l'alcool, et que la formule désigne à la fois la cause de la maladie (l'alcool attaque l'esprit) et son traitement (l'esprit combat l'alcoolisme).

On le voit, la problématique est ancienne, et l'intuition des rapports entre addiction et spiritualité vient du fond des âges.

Dans ce livre, j'utiliserai la notion d'addiction pour renvoyer à des mécanismes neurobiologiques de perte de contrôle, de poursuite de la consommation de substances psychoactives et de comportements addictifs sans substance, ainsi qu'aux mécanismes d'automatisation de ces comportements. La spiritualité, quant à elle, sera définie comme un besoin de lien et de sens, un besoin naturel et universel qui peut être profane ou religieux.

Nous allons nous embarquer pour un voyage : nous partirons de la Suisse qui a vécu un traumatisme avec les scènes ouvertes de la drogue et des solutions qu'elle a mises en place. Puis nous serons confrontés à la clinique, par des vignettes issues de ma pratique de terrain addictologique. Nous ferons l'exercice du diagnostic multidimensionnel, et nous verrons la place de la spiritualité. Une approche historique mettra en perspective les substances dans leur rapport à la civilisation.

Après avoir visité les Alcooliques anonymes, nous passerons en revue les rapports entre psychiatrie et religion, pour arriver en psychanalyse avec Freud, Jung,

Pfister et Frankl. Nous visiterons quelques hypothèses quant à l'action de la spiritualité sur la santé, avec Drewermann, Otto, Tillich, Antonovsky et Lakoff.

Puis nous explorerons les neurosciences de l'addiction, avec ses modèles animaux et ceux liés au stress, à l'anxiété, à la génétique ou encore aux neurosciences sociales. Suivront des explications sur les rapports entre neurosciences et spiritualité. Des éléments de neurothéologie seront abordés, incluant imagerie et génétique, cartes et circuits, méditation et prière.

Enfin, nous en viendrons au constat qu'il existe trois ordres en médecine, à la suite des Grecs antiques, de Blaise Pascal, de Teilhard de Chardin, de Maurice Zundel et du dalaï-lama. Nous en concluons que l'addiction est une pathologie du lien et du sens, paradigmatique de la modernité, et que la spiritualité s'offre comme une issue pour la salutogenèse de nos communautés.

La Suisse

Les scènes ouvertes de la drogue en Suisse

À la fin des années 1980, sont apparues en Suisse dans les grandes villes comme Zurich des scènes ouvertes de la drogue, c'est-à-dire la consommation dans l'espace public de drogues dures en injection intraveineuse, par une jeunesse naufragée.

La tristement célèbre Platzspitz attirait les médias internationaux et CNN¹ faisait son actualité sur « Needle park in Switzerland ».

Comment avait-on pu en arriver là dans un pays parmi les plus riches du monde,

1. Cable News Network (CNN) est une chaîne de télévision américaine d'information en continu, à diffusion internationale.

dans une ville de science et de culture ? Comment une tradition humaniste d'accueil et de libéralisme avait-elle pu aboutir à un tel débordement ? Le libéralisme aurait-il rencontré sa limite face à cette émergence de consommation débridée de substances psychoactives ?

Des centaines de jeunes se retrouvaient dans une situation de catastrophe médico-psycho-sociale, encore aggravée par l'épidémie de Sida. Les autorités se sentaient dépassées et finalement, c'est avec l'aide de l'armée suisse que fut fermée, en date du 14 février 1995, la dernière grande scène ouverte à Zurich, la gare du Letten, qui rassemblait jusqu'à 3 000 toxicomanes, issus d'autres cantons, voire de l'étranger.

Un traumatisme organisateur

Cette situation eut l'effet d'un électrochoc sur la population suisse. Une mobilisation sans précédent réunit tous les milieux concernés au-delà des frontières politiques habituelles. Les professionnels de la prévention, de la thérapie, de la réduction des

risques et de la répression, se concertèrent pour faire émerger la politique dite « des quatre piliers ».

La Suisse étant une démocratie directe dotée d'un large droit d'initiative, des votations² populaires ont eu lieu sur des sujets aussi controversés que « Jeunesse sans drogue », repoussé par le peuple en 1997. Cette initiative proposait une politique restrictive, basée sur l'abstinence, et interdisait strictement la prescription de stupéfiants, même à titre palliatif.

Une deuxième initiative populaire, intitulée « Droleg » (« pour une politique raisonnable en matière de drogues »), a également été rejetée par le peuple en 1998. Elle proposait la dépénalisation de la consommation, de la culture, de la possession ou de l'achat de stupéfiants. Les premières prescriptions

2. Dans le cadre de la démocratie directe, la population peut lancer des initiatives pour modifier des lois et des articles de la Constitution. Lorsque le nombre de signatures recueillies est suffisant, le peuple est amené à voter sur les amendements proposés (votations populaires).

médicalisées d'héroïne avaient démarré à Zurich en 1994.

Le remboursement de ces traitements par l'Assurance maladie a été contesté par l'aile conservatrice du pays, qui proposa un référendum sur ce point, rejeté par le peuple en 2008, et la politique « des quatre piliers » a été inscrite définitivement dans la loi.

Ces votations populaires pendant plus de dix ans ont conféré une forte légitimité à la politique suisse à l'égard des drogues, qui s'est retrouvée à l'avant-scène sur le plan international. Certaines positions font actuellement l'objet de discussions à l'ONU (Global Commission on Drug policy).

La politique des quatre piliers

Le dialogue entre les mondes de la prévention, de la thérapie, de la réduction des risques et de la répression, a fait se rencontrer des acteurs qui jusque-là ne se parlaient pas. On a alors assisté à un profond changement culturel. Ainsi, les forces de police ont commencé à proposer aux personnes interpellées d'échanger le

matériel usagé contre des seringues stériles ; une prison a offert une prescription d'héroïne à ses détenus dépendants. Des résidentiels socio-éducatifs³ à visée d'abstinence se sont ouverts aux traitements de substitution avec de la méthadone. Ces changements ont eu lieu de manière différenciée dans les cantons suisses, avec une prédominance pour les cantons alémaniques, davantage touchés par les scènes ouvertes. Mais en Suisse romande, les quatre piliers ont aussi provoqué un changement de culture orienté vers l'interdisciplinarité. Quel fut le rôle des médecins, des psychiatres et des psychothérapeutes, dans cette évolution ?

3. En Suisse normande, on appelle résidentiels socio-éducatifs des institutions d'hébergement à plein temps pour plusieurs semaines ou plusieurs mois de patients encadrés par des éducateurs et des assistants sociaux. Il s'agit de structures non médicalisées à différents seuils d'intervention depuis la réduction des risques jusqu'à l'abstinence et la réhabilitation.

- fields », *Journal of Nervous and Mental Diseases*, n° 190, p. 533-541.
- ROUGEMONT-BÜCKING, A. ; ROSSIER, V. ; EICHER, J. ; FALCHER, J-P. ; NOETZLI, D. ; VERON, A. ; ZUMWALD, C. ; PERRIARD, C. ; ROLLO, F. ; CASTRO, E. ; MENNERET, L. ; BESSON, J. 2015. « Le traitement orienté en phases en addictologie », *Archives suisses de neurologie et de psychiatrie*, 166 (1), p. 8-16.
- VERHAGEN, P. ; VAN PRAAG, H.M. ; LOPEZ-IBOR, J.J. ; COX, J.L. ; MOUSSAOUI, D. 2009. *Religion and Psychiatry: Beyond Boundaries*, Hoboken, NJ, Wiley, Blackwell.
- ZUNDEL, M. 1964. *Dialogue avec la Vérité*, Paris, Desclée de Brouwer.

Sources vidéo

- Conférence, « Spiritualité et addiction » (2011), <https://www.youtube.com/watch?v=ngGW7i3hGf0>
- Interview, « Qu'est-ce que la santé spirituelle ? » (2013), <https://www.youtube.com/watch?v=3QGUmEXqdx0>
- Discussion, « Biologie de la religion » (2016), https://www.youtube.com/watch?v=rHg_zJLkJDE
- Cours public au CHUV « Spiritualité et addiction » (2012), <https://www.youtube.com/watch?v=RThLmhUpN8A>

Conférence avec Daniel Marguerat « Jésus thérapeute » (2016), <https://www.youtube.com/watch?v=j7ZWK1BSVHA>

Émission « Faut pas croire », « Cocaïne et spiritualité » (2016), <https://www.youtube.com/watch?v=aUtNZI0PYHo>

Émission « Faut pas croire », « Dieu me parle, on m'enferme » (2017), <https://www.youtube.com/watch?v=QiiomJwaarc>