

ECOLE DE PSYCHOLOGUES PRATICIENS
UNIVERSITE CATHOLIQUE DE PARIS
23, rue du Montparnasse
75006 PARIS

MEMOIRE DE RECHERCHE
en vue de l'obtention du
DIPLOME DE PSYCHOLOGUE

TITRE : Etude des rapports entre usages de drogues, spiritualité et dépendance

Effectué sous la direction du Professeur Pascal Hachet

Par : Amaya Neuhaus

Promotion : (année de sortie de 5^{ème} année) 2010

Option : Psychopathologie

Date de naissance : 28/08/1984

Lieu de naissance : Saint Jean de Luz

Classification informatique (mots clés 3 maximum)

Institution de soins aux toxicomanes ; Spiritualité ; Usages de drogues

Jury de soutenance :

Remerciements

Je tiens à remercier mon directeur de mémoire, Pascal Hachet, pour sa disponibilité, son implication et sa rigueur.

J'exprime toute ma gratitude à Emmanuelle Lacroix : ses cours m'ont permis d'initier la conceptualisation de ce mémoire, et elle a contribué à sa réalisation en me mettant en lien avec d'anciens toxicomanes.

Je remercie également Amélie Jacquet, pour ses nombreuses relectures et ses critiques sincères.

J'exprime ma gratitude à Alex Kopf, Monique Swidzinski, Eric Marchal pour m'avoir livré leurs expériences professionnelles et personnelles.

Je remercie les différentes structures qui m'ont accueillie et permis de réaliser mes entretiens.

Enfin, le plus important, je remercie tous les participants de cette étude pour leurs témoignages riches et instructifs. Sans eux, cette recherche n'aurait pas pu voir le jour.

SOMMAIRE

PARTIE THEORIQUE	8
CHAPITRE I : SCIENCE, CONSCIENCE ET SPIRITUALITE.....	9
1- <i>La naissance de la conscience</i>	9
2- <i>La spiritualité et la science</i>	9
3- <i>La recherche des origines</i>	10
4- <i>La spiritualité</i>	11
CHAPITRE II : LES CONSOMMATIONS DE DROGUES	21
1- <i>Définition</i>	21
2- <i>Classification</i>	22
3- <i>Historique</i>	23
4- <i>Les différents usages</i>	24
CHAPITRE III : LA SPIRITUALITE DANS LES CENTRES DE SOINS POUR TOXICOMANES.....	31
1- <i>Les risques de mettre en lien l'usage de drogues et la spiritualité</i>	31
2- <i>Les liens entre usages de drogues et spiritualité</i>	33
3- <i>Le modèle Minnesota</i>	36
4- <i>Les centres de soins pour toxicomanes à l'étranger qui prennent en compte la dimension spirituelle</i>	40
PARTIE PRATIQUE	47
CHAPITRE I : METHODOLOGIE	48
1- <i>Objectifs de l'étude</i>	48
2- <i>Problématique</i> :	48
3- <i>Hypothèses de recherche</i> :	48
4- <i>Caractéristiques de la population</i>	49
5- <i>Outils d'investigation</i>	51

6-	<i>Déroulement des entretiens</i>	52
7-	<i>Ethique et déontologie</i>	53
CHAPITRE II : DONNEES CLINIQUES.....		56
1-	<i>Les simples usagers de drogues non toxicomanes</i>	56
2-	<i>Les toxicomanes</i>	66
3-	<i>Les anciens toxicomanes</i>	75
CHAPITRE III : ANALYSE CLINIQUE.....		84
<i>Hypothèse I</i>		85
1-	<i>Gestion des traumatismes et des frustrations</i>	85
2-	<i>L'intégration dans un système relationnel</i>	88
3.	<i>L'apprentissage de la liberté ou l'énergie adolescente</i>	89
<i>Hypothèse II</i>		92
1-	<i>Les différents usages</i>	92
2-	<i>L'attrait pour les hallucinogènes</i>	93
3-	<i>L'usage spirituel</i>	93
<i>Hypothèse III</i>		94
1-	<i>L'état actuel et les perspectives spirituelles de nos sujets toxicomanes</i>	94
2-	<i>L'éveil spirituel</i>	97
CHAPITRE IV : LES LIMITES DE NOTRE RECHERCHE.....		102
ANNEXES		110

INTRODUCTION

« Sujet casse-gueule, mais intéressant ». Voilà ce que m'a dit le premier professionnel à qui j'ai parlé de mon sujet de mémoire. En effet, parler de spiritualité nous oblige à faire face à de nombreuses réticences et même, parfois, à des suspicions de dérives sectaires. Certains ne voient pas son utilité, d'autres la confinent uniquement à un domaine privé et intime qui ne peut donc pas être l'objet d'une recherche scientifique. De même, le phénomène de la drogue divise l'opinion publique, entre ceux qui le reconnaissent et l'acceptent ; et ceux pour qui il représente un grand mal. La législation française est une des plus strictes d'Europe à ce sujet : elle condamne le trafic, mais aussi l'usage et l'incitation à la consommation de produits classés comme stupéfiants. L'usage de drogues touche tous les milieux de la société, mais reste caché. Paradoxalement, même s'il est illégal, le trafic de drogues est aujourd'hui le deuxième commerce le plus rentable au monde, derrière celui des armes.

D'un point de vue psychologique, le traitement des toxicomanes est un champ difficile, car il implique un nombre important d'échecs et de rechutes. Maintenir un lien thérapeutique sur le long terme avec un toxicodépendant est souvent un défi à relever, car la honte et la culpabilité le poussent à fuir la responsabilité de ses actes. Ces théories m'ont été enseignées dès le début de mon stage de 5^{ème} année dans un centre de soins pour toxicomanes et autres dépendants. Dans ce dernier, la dimension spirituelle des *clients* n'est pas systématiquement prise en compte. Néanmoins, certains praticiens l'explorent, en fonction de leur sensibilité personnelle et de la problématique du sujet. Ainsi cette année de stage m'a-t-elle permis d'explorer la dynamique spirituelle de sujets toxicomanes.

« Pourquoi associer l'usage de drogue et la spiritualité ? On n'est plus dans les années hippies ». C'est l'objection d'un autre psychologue. En effet, dans les années 70, la quête spirituelle était explicitement revendiquée par les usagers de drogues. Actuellement, nous pourrions croire que ce n'est plus le cas, car la clinique du toxicomane montre « une recherche de plaisir pour les simples usagers et la fuite des difficultés matérielles et sociales pour les toxicomanes » (Kavciyan, 1998). Néanmoins, à l'écart du champ des addictions, nous observons l'essor de ce que l'on nomme le *néoshamanisme*, où la consommation de plantes psychotropes a pour but « la recherche d'une connaissance de soi » (Ghasarian, 2010) dans une visée spirituelle. De nombreux stages d'initiations se développent en France, en Europe et dans le reste du monde. De plus, à la suite du succès des Alcooliques Anonymes, le modèle

Minnesota reprend leurs concepts et leurs pratiques dans un programme de rétablissement spirituel pour sortir des addictions. Il semble donc bien y avoir des liens entre spiritualité et usages de drogues, mais ceux-ci paraissent multiples et même contradictoires. D'un côté, le modèle Minnesota prône l'abstinence au sein d'un programme qui vise l'éveil spirituel. D'un autre côté, certains consomment des drogues dans un but de découverte de soi et d'éveil spirituel. Notre étude a pour objectif d'éclaircir ce paradoxe et de contribuer à la recherche sur les rapports entre drogue et spiritualité, en vue d'améliorer nos pratiques professionnelles. Ainsi, nous formulons la problématique suivante :

La vie spirituelle de sujets dépendants de drogue(s) peut-elle nous renseigner sur leur degré de dépendance et constituer un levier thérapeutique pour leur rétablissement ?

« Pourquoi se lancer dans une recherche qui semble si polémique ? ». C'est la question que je me suis posée au début de ce projet, mais mon esprit aventureux me pousse à relever des défis. De plus, l'usage de drogues est un sujet qui m'intéresse, car j'ai eu, à plusieurs reprises, l'occasion de rencontrer des sujets consommateurs de drogues en Espagne, où cet usage est plus ou moins toléré. Une amie m'avait alors dit d'une boîte de nuit : « c'est la secte des drogués ». Cette phrase m'est revenue à la suite d'un cours sur le modèle Minnesota et m'a fait m'interroger sur les rapports entre usages de drogues et spiritualité. Mon intérêt pour la spiritualité provient de ma sensibilité personnelle. J'ai éprouvé un réel intérêt à travailler dans le champ des addictions et de la réduction des risques. Cette recherche m'est donc apparue cohérente par rapport à mon histoire et mes objectifs professionnels.

Ce mémoire est le fruit de trois années de recherche et de nombreux échanges avec divers spécialistes (psychologue, psychiatre, éducateur spécialisé, chamane...). C'est également l'aboutissement d'un cheminement personnel et professionnel.

La spiritualité peut-elle constituer un levier thérapeutique ? Si oui, de quelle manière ? L'exploration de la dimension spirituelle d'un patient peut-elle constituer un moyen d'investigation ? Quels en sont les risques ? L'usage de drogue influence-t-il la dynamique spirituelle ? Si oui, de quelle manière ? Pour répondre à ces questions, notre recherche s'organise autour de trois hypothèses.

1- La spiritualité et l'usage de drogue(s) permettent de lutter contre l'angoisse. Cette lutte aboutit à un comportement plus ou moins adapté à la vie en société et au développement personnel du sujet.

- 2- *Un usage de drogue intégré à une recherche spirituelle consciente peut être un facteur protecteur face à la dépendance.* L'élaboration spirituelle pourrait donc nous renseigner sur le degré d'attachement d'un patient au(x) produit(s) psychotrope(s). De plus, sur le plan historique, les substances hallucinogènes sont davantage liées à une recherche, à une expérience spirituelle que les autres produits.

- 3- *Une élaboration et une structuration de la vie spirituelle peuvent constituer un levier thérapeutique pour sortir de la dépendance.* C'est pourquoi de nombreux centres de désintoxication et associations pour toxicomanes ont une orientation spirituelle.

L'orientation de ce mémoire de recherche est à la fois humaniste, considérant positivement l'homme dans sa capacité de croissance interne ; et holistique, c'est-à-dire avec une vision globale qui intègre les facteurs environnementaux.

PARTIE THEORIQUE

CHAPITRE I

SCIENCE, CONSCIENCE ET SPIRITUALITE

« *Nous sommes des êtres éphémères, ouverts sur l'éternité ; des êtres relatifs, ouverts sur l'absolue. Cette ouverture, c'est l'esprit même. La métaphysique consiste à la penser ; la spiritualité, à l'expérimenter, à l'exercer, à la vivre* » (Comte-Sponville, 2006, p.147)

1- La naissance de la conscience

Où et comment peut-on situer le commencement ? Et surtout, y a-t-il un commencement ? Cela renvoie à l'inconnu, au mystère. La question que soulève *le commencement* est liée à la question de l'être, « pourquoi il y a-t-il quelque chose plutôt que rien » écrivait Leibniz ? Cela a pu être pensé uniquement parce que la conscience s'est différenciée. Les êtres humains ont pu se regarder, regarder le monde et « se sentir démunis face à l'immensité de l'Univers et à leur finitude » (Besson, 2008, p.3). En même temps que la naissance de la conscience, nous postulons donc la naissance de l'angoisse. Puis, de façon progressive, des autres émotions comme la peur, la joie, la colère, la tristesse... Le tout est orienté par le désir et l'espoir. Ces capacités se sont peu à peu développées depuis le début de la différenciation de la conscience. En prenant conscience de ses limites, l'homme a tenté de les dépasser pour diminuer ses angoisses. Face à celles-ci, il dispose de la capacité de sublimation (Freud, 1969, p.33), par le travail, l'humour, la création artistique, mais aussi par la spiritualité.

2- La spiritualité et la science

L'homme cherche à comprendre le monde en lui donnant du sens. Mijolla-Mellor (2004) explique que nous éprouvons tous le « besoin de croire ». Actuellement, certains croient davantage à la science, d'autres davantage à la spiritualité, mais il est aussi possible de considérer ces deux mondes « comme les deux parties d'une même pièce » qu'est l'existence (Gormezano, professeur de psychopharmacologie de l'EPP). C'est aussi ce qu'explique Richard dans *Psychologie et spiritualité, à la recherche d'une interface* (1992, p.20).

Notre société a séparé le corps de l'esprit et la croyance de la science. A la manière d'un mouvement éternel qui avance et qui recule, les contraires se repoussent et s'attirent. En

effet, la science atteint désormais un tel niveau qu'elle se rapproche des plus anciennes conceptions du monde (Capra, 1975). Par exemple, depuis que la physique quantique a révélé la loi de la relativité, qui remet en cause l'espace-temps traditionnel et dévoile différentes énergies, certains scientifiques commencent à parler de manière symbolique afin d'expliquer l'origine de l'univers, car leurs découvertes sont aux frontières de l'entendement.

Ainsi, nous observons une interaction entre deux formes de pensées différentes ou « deux grands systèmes d'appréhension du réel » (Michel, 2008) : l'une de nature objective et l'autre symbolique. Depuis Descartes, notre société a tenté d'évacuer, ou du moins de contenir, « tout ce qui relève de la foi, de l'imaginaire ou du symbolique » (*ibid.*), pensant que cela allait à l'opposé du raisonnement logique. Il est effectivement vrai qu'un risque réside dans le fait de confondre ces deux langages, comme on peut le voir chez les fondamentalistes religieux : ceux-ci ne considèrent pas leur religion comme un moyen de donner forme à leur vie spirituelle, mais comme l'Unique Vérité acceptable ; alors que le langage utilisé dans les textes sacrés est un langage symbolique qui renvoie à une chaîne de signifiants et, donc, à une multitude d'interprétations possibles. C'est une manière différente qui permet de rendre compte de la complexité environnante. Néanmoins, la récente création de ponts et d'interactions entre ces deux langages laisse espérer la naissance de nouvelles possibilités et d'une plus grande ouverture.

3- La recherche des origines

3-1. Le big bang

La science explique l'origine de notre monde par le big bang. Celui-ci serait l'instant originel où sont nés le temps et l'espace que nous connaissons aujourd'hui. Désormais, les recherches visent à comprendre l'avant big bang. Il y a de nombreuses théories différentes, mais toutes dépassent la conception de notre univers à quatre dimensions (trois dans l'espace, une dans le temps) (Rees, 1998). Ces théories vont donc à l'encontre du conditionnement rationnel de notre entendement défini par les lois de l'espace-temps. Freud nous avait déjà informés que l'inconscient ne possédait pas la même temporalité. Peut-il être en lien avec les nouvelles données de l'espace-temps ?

3-2. Le mythe

Le temps du mythe est le temps du Verbe. « Au commencement était le Verbe », cette célèbre phrase débute le prologue de l'Évangile selon St Jean et permet de penser les origines d'un point de vue mythique. Colbeaux (2008), après ses lectures de Freud et de Lacan, considère que « l'essence même de la civilisation, c'est donc la langue, la parole ». De cette manière, le sens émerge, mais il provient d'un instant anhistorique, impersonnel et donc inaccessible. Le mythe est un récit qui donne un sens symbolique à notre monde. Chacun a le pouvoir de créer son mythe personnel (qui aura toujours un fond commun grâce à l'expression de l'inconscient collectif), ce qui permet de s'approprier son histoire et de donner un sens à sa vie. Cette dynamique est distincte de la « responsabilité scientifique » de l'homme (Jung, 1973). En effet, Jung distingue « l'homme mythique » de « l'homme dans sa responsabilité scientifique »

4- La spiritualité

La spiritualité fait ici référence aux croyances, aux conceptions du monde qu'une personne porte en elle et qui sont issues du mythe fondateur, du Verbe. Explorer la spiritualité d'une personne, c'est comprendre comment ces représentations s'expriment en elle et par elle, et comment elles s'intègrent à sa personnalité. Ce phénomène est à la base de « l'Image de l'Homme » (Chazaux, 2004) que le sujet porte en lui, ce qui implique des capacités de raisonnement abstrait et la mise en évidence des valeurs (Geadah, 2001), présentes dans la personne, qui conditionnent sa vision du Bien et sa recherche de sens. Une des voies d'expression de la spiritualité est donc la religion, mais ce n'est pas la seule. Le terme de *spiritualité* inspire souvent de la méfiance, soit parce qu'il est rapproché de phénomènes sectaires, soit parce qu'il touche à quelque chose d'intime, issu des profondeurs de la personne.

La spiritualité représente la vie de l'esprit et la part inconnue de l'existence. Elle renvoie à la question du sens. La spiritualité est donc une forme vide ou, comme le formule Donard (2008), « un lieu vide », une dynamique qui prend forme grâce aux expériences de vie. Elle donne un sens général à la vie et conditionne les interprétations quotidiennes afin de permettre « les projections fantasmatiques et idéalisatrices » (*ibid.*), qui renvoient aux Valeurs (le Bien, le Beau, etc.) et à leurs expressions dans la personne, ainsi qu'au sein de sa propre histoire. La spiritualité est alors en lien avec notre « identité profonde ». Elle touche à ce que nous sommes potentiellement et, ainsi, « nous ouvre à plus que nous » (Spring, Jacquet, Mathys, 2008). Explorer la spiritualité d'une personne, c'est donc aller à la recherche de son

fonctionnement, de ses ressources psychiques et apprécier sa souplesse ou, au contraire, sa rigidité. La spiritualité résulte de l'existence de l'esprit et de ses potentialités.

Les différentes spiritualités se retrouvent autour d'un point commun : « le respect de l'Homme, en quête de son Image » (Chazaux, *op.cit.*)

C'est donc directement le champ d'exercice de nombreuses professions, comme celles qui commencent par « psy » (la *psyché* : l'âme humaine). Mais de façon indirecte, la spiritualité englobe tous les champs de la vie humaine, et peut-être au-delà, car le spirituel et le matériel ne sont pas forcément deux choses opposées, ni les symboles de deux visions du monde contradictoires.

4-1. Origine du mot « spiritualité »

Le débat sur la définition du terme « spiritualité » est loin d'être clos. Au 12^{ème} siècle, « spiritualité » dans sa forme latine *spiritualitas*, qui devient en français *spiritualité*, était un terme religieux, qui s'opposait à *carnalitas* ou *animalitas*, mais aussi un terme philosophique, qui se référait à un mode d'être, de connaître et s'opposait à *corporalis*. Il dérive de la racine latine *spir*, qui signifie *le souffle* ; il se réfère donc à l'esprit. Ce terme acquiert au fil du temps un sens nouveau, qui dépasse aujourd'hui le simple fait religieux (Frick, 2006). Peut-être réunit-il, quelque part, les deux significations anciennes qui touchent à la nature profonde de l'homme, à son esprit, et qui interrogent son origine et sa finalité. De plus, l'opposition entre spirituel et corporel n'est sans doute plus aussi tranchée. En revanche, il semble que la spiritualité s'oppose à certains comportements religieux qui répriment les pouvoirs intrinsèques de la personne à comprendre, à *être*, les remplaçant par des dogmes et se rapprochent alors des dérives sectaires.

4-2 La spiritualité et les religions

La religion est une des expressions externes, via des rites, des coutumes et des croyances propres à une communauté, de la dynamique interne qu'est la spiritualité. Néanmoins, la spiritualité et la religion sont deux choses différentes. En effet, il est possible qu'une personne soit très religieuse et peu spirituelle, ou au contraire, qu'elle soit très spirituelle sans appartenir à une religion spécifique. La spiritualité fait référence à une dynamique personnelle, et la religion à une dynamique communautaire. Freud (1930, p.28) critique la religion comme étant une soumission à des règles extérieures à l'individu, qui porte préjudice au jeu « du choix et de l'adaptation » et l'infantilise. Comment peuvent donc coïncider deux

dynamiques si différentes, et pourtant issues d'une base commune (donner du sens), que sont la spiritualité et la religion ?

On distingue deux grands groupes de religions (Rosenzweig, 2008) :

- Les religions dites « naturelles », polythéistes (le paganisme).
- Les religions traditionnelles, monothéistes.

Les religions « naturelles » :

L'anthropologie les nomme aussi « religions primitives » ou « archaïques ». Ceci sous-entend que les systèmes religieux monothéistes sont considérés comme plus « évolués » ; c'est un signe de l'auto-centrisme occidental (*ibid.*).

On les nomme aussi « naturelles », car elles peuvent être expérimentées directement par la raison humaine. Ici, c'est l'immanence qui domine : l'homme est en lien direct et personnel avec la dimension sacrée de l'existence. Il n'y a pas d'intermédiaire. La grande majorité des pratiques païennes utilise néanmoins des plantes psychoactives ou d'autres techniques qui mènent à la transe et à l'extase, c'est-à-dire à une modification des états de conscience, pour atteindre la communion et réaliser ainsi l'union avec le divin. C'est une philosophie de jouissance de l'existence. L'homme fait partie intégrante de la nature et son corps est une voie d'accès au sacré.

Au sein de ces religions, « les fonctions thérapeutiques, sociales et religieuses se confondent en une seule et même dimension : celle du chamanisme » (*ibid.*). Il est généralement admis que ces pratiques ont débuté il y a environ 10 000 ans et que les notions de dépendance et d'abus étaient inconnues de ces civilisations païennes.

Les religions traditionnelles :

Elles débutent avec la prise en compte d'un texte sacré et la reconnaissance d'un seul dieu. Dès lors, elles rentrent immédiatement en opposition avec le monde polythéiste, païen. Contrairement aux religions polythéistes, le monothéisme est caractérisé par « une maîtrise de soi » et condamne la modification de la conscience par l'absorption de produits. Il se développe grâce à des institutions religieuses qui représentent des intermédiaires pour accéder à Dieu. Il en résulte une histoire violente, souvent causée par la volonté d'imposer leur « bonne » parole (*ibid.*). En ce sens, ces religions peuvent être rapprochées des phénomènes sectaires, qui ne prennent pas en compte la possibilité d'une pluralité de croyances, chacune relative à un contexte. Néanmoins, les trois grandes religions monothéistes peuvent être vécues de deux manières différentes. La première peut être l'adhésion à l'aspect dogmatique qui dicte les lois

de l'extérieur et entraîne les notions de péché et de faute, ce qui entrave la compassion. Cette attitude implique une soumission : la personne adopte une position passive par rapport à une transcendance. Une autre vision est aussi possible, où Dieu est avant tout Amour. Il se vit de l'intérieur et les erreurs servent à l'expérience. La personne y est donc active à travers son trajet personnel. Elle interprète les textes à travers son histoire et tente chaque jour de s'ouvrir au royaume de Dieu en aimant davantage (Farris, 1994). La première de ces conceptions a une vision dualiste de l'existence et s'attache avant tout aux dogmes, tandis que la deuxième a davantage une visée d'unité et révèle la dynamique spirituelle non dualiste (*ibid.*).

4-3. Le sentiment d'unité ou le « sentiment océanique » de Freud

Freud (1930, p.6-9) considère que « l'appartenance à la totalité du monde extérieur [...] a plutôt le caractère d'une vue intellectuelle » accompagnée « d'une tonalité sentimentale ». Il fait l'hypothèse de la persistance « du moi primaire » du nourrisson chez certaines personnes qui vivent des sentiments qui sont « précisément ceux d'une absence de frontières et ceux d'un lien avec le Tout ». Pour Freud, la maturité correspond, au contraire, au moment où « les frontières sont plus resserrées et plus tranchées ». Mais en même temps, cette structure permet une certaine stabilité, indispensable à l'exploration spirituelle, ce qui autorise alors le passage des frontières. A ce moment, ce n'est plus un sentiment, mais une expérience, comme le note André Comte-Sponville (2006, p.161). Cette expérience est liée à une modification de l'état de conscience ordinaire : c'est « l'expérience de l'unité ». Celle-ci peut être vécue de façon individuelle, en dehors de tout phénomène religieux. C'est ce qu'explique Hulin (1993). Cette expérience amène dans un temps antérieur au Verbe, celui de l'être qui est aussi celui du silence, « l'être est mystère » (Comte-Sponville, *op.cit.*, p.154).

4-4. La spiritualité laïque

Nous observons l'émergence de la notion de spiritualité laïque, c'est-à-dire une spiritualité sans appartenance à une communauté religieuse. Il s'agit surtout d'« une spiritualité de l'immanence » (*ibid.*), un désir de sagesse et la croyance d'une possibilité de dépasser les limitations humaines par l'accès à des états de conscience modifiés. C'est surtout à partir de la seconde moitié du 20ème siècle, avec la naissance du New Age, qu'est née la spiritualité laïque. Elle met l'accent sur les expériences personnelles et la reconnaissance d'une intuition spirituelle présente chez tous êtres humains, en dehors des phénomènes religieux (Rimbaut, 2006).

4-5. Le spirituel et le thérapeutique

La spiritualité, définie par plusieurs dimensions comme « la pratique, les croyances et l'expérience », est corrélée positivement dans toutes les études sur la santé mentale et physique (Besson, 2008). Pourtant, c'est un domaine que la plupart des soignants n'abordent guère. Peut-être cela renvoie-t-il à quelque chose de trop intime ? Pourtant, il ne s'agit pas d'exposer ses croyances et encore moins de faire du prosélytisme, mais simplement de permettre au sujet d'exprimer sa spiritualité et de proposer, si nécessaire, une orientation adaptée à la personne en demande de soins. Cette approche, à première vue simple, devient compliquée en raison de notre contexte culturel :

- Depuis Descartes, le raisonnement logique et l'imaginaire sont opposés. Le soignant doit se référer aux faits, au scientifique, et écarter la part d'imaginaire et de mystère inhérentes à toute démarche de soin.
- Un autre fait important est la séparation de l'Eglise et de l'Etat. Cela a permis de reconnaître l'autonomie de l'Etat face à une pluralité de religions et de garantir ainsi une liberté de croyances pour chacun. Néanmoins, cela a aussi entraîné une disqualification du religieux dans la sphère publique et une crainte des phénomènes sectaires, en même temps qu'une sécularisation.

Ces phénomènes paradoxaux alimentent peut-être cette méfiance, qui provient aussi bien des religieux que des athées, lorsque l'on souhaite parler de spiritualité.

La spiritualité a pourtant une place importante dans toute démarche thérapeutique, car elle fait référence aux croyances personnelles, qui ont un impact dans la réussite d'un traitement. Cette affirmation est illustrée à l'aide de l'effet placebo ¹ et de l'effet Pygmalion ², qui démontrent l'importance des croyances et leurs effets sur le monde physique. Ces phénomènes sont la plupart du temps laissés de côté, car ils sont difficilement quantifiables, évaluables et praticables conformément à nos exigences scientifiques. Cette difficulté est typiquement occidentale, alors que dans la plupart des autres pays, ce que nous appelons l'effet placebo (c'est-à-dire les capacités intrinsèques qu'à l'individu pour se guérir) est largement utilisé (Lemoine, 1996). Dans notre société, il est courant que les tenants des différentes approches thérapeutiques s'opposent de manière virulente. Pourtant, l'approche intégrative et éclectique (Chambon, Marie-Cardine, 1999) démontre que la réussite d'une psychothérapie tient essentiellement au degré d'alliance qui unit le thérapeute et son patient, ainsi que la

¹ Effet Placebo signifie qu'il y a eu une guérison alors que le produit administré, ou la technique utilisée, n'a pas de valeur thérapeutique révélée de façon scientifique.

² L'effet Pygmalion est une prophétie auto-réalisante, définie par Rosenthal et Jacobson en 1968

croissance que le thérapeute a en la pertinence de sa technique et de son approche théorique. Cela démontre l'importance de l'adhésion personnelle, d'une concordance des croyances. Nous pouvons y voir une illustration dans l'Évangile (Matthieu 9, 28), lorsque Jésus répond à des aveugles qui le supplient de les guérir en leur disant : « Croyez-vous que je puisse faire cela ? ». Les aveugles répondent : « Oui Seigneur », et c'est alors qu'il leur touche les yeux en disant : « Qu'il vous soit fait selon votre foi ». Dans cette illustration, l'accent est mis sur les pouvoirs de l'esprit qui dépassent la simple volonté et renvoient encore à quelque chose *au-delà*. Ceci fait écho à la « psychologie transpersonnelle », apparue dans les années 70, qui tente d'avoir une approche spirituelle de l'homme, mais aussi à tous ces courants qui naissent actuellement, en particulier aux États-Unis, et qu'on nomme la « médecine holistique » (Chambon, 2010).

En France, la spiritualité est rarement directement abordée. Elle l'est essentiellement autour de la naissance (par exemple dans certains centres de procréation médicalement assistée) et, surtout, à l'approche de la mort (dans les milieux hospitaliers). Dès qu'une personne est atteinte d'une maladie grave, on lui propose un soutien spirituel — surtout religieux, même si les personnes qui travaillent dans les aumôneries des hôpitaux sont de plus en plus formées à « la spiritualité laïque » (Rimbaut, 2006) — pour pallier l'apparente injustice et trouver un sens, une acceptation. Ce qui équivaut à une guérison, non au sens médical, mais spirituel.

4-6. La spiritualité chez Freud, Lacan et Jung

Freud (1927) récusait la religion, qu'il qualifiait d'illusion, au profit d'une vision « scientifique » et laïque, à laquelle appartiendrait la psychanalyse. Aujourd'hui, une autre forme de positivisme refuse sa scientificité à la psychanalyse et la considère comme une simple croyance non démontrée. Tout au long de sa vie, Freud a expérimenté « le besoin de croire ». On le voit en particulier à travers l'enthousiasme qu'il exprimait lors de son processus de recherche, par exemple dans les lettres enflammées du début de la psychanalyse, qu'il défendait avec virulence. Peut-être que « le besoin de croire », que ce soit en une divinité ou en une conception du monde, a la même origine pulsionnelle et peut aussi bien avoir des issues heureuses que désastreuses (Mijolla-Mellor, 2004). Nous remarquons aussi que Freud parle souvent de spiritualité, *Geistigkeit*, mais par crainte que le lecteur français comprenne « spiritualisme » *ce mot* est le plus souvent traduit par « vie de l'esprit » (Allouch, 2007).

Nous pouvons aussi voir un aspect spirituel à travers la troisième topique. La pulsion de vie et la pulsion de mort (un peu comme le yin et le yang) représentent les deux forces de l'univers et sont intimement liées. La pulsion de mort représente la destruction des liens et du

sens. Freud prend pour exemple la compulsion de répétition. A l'inverse, la pulsion de vie crée du lien et du sens. Freud espère son déploiement (1930, p. 89). Cette conception renvoie à une vision d'unité, car l'existence d'une force est conditionnée par l'existence de l'autre force : chacune est interdépendante.

Lacan, lui, ne considérait pas la psychanalyse comme une science. Dans *Ethique de la psychanalyse* (1959-1960) (qu'il différencie donc, au contraire de Freud, de l'éthique de la science), il introduit « le souci de soi ». Lacan a toujours parlé de la spiritualité avec respect et l'a reliée, au lieu de l'opposer, à la corporalité ; alors qu'il raillait la religion. Lacan a proposé l'école sceptique comme modèle pour la psychanalyse, afin d'éviter des dérives qu'on pourrait qualifier de sectaires et ne pas transformer la psychanalyse en un rite, c'est-à-dire quelque chose de réglé d'avance. Au contraire, il la considérait comme un exercice. Lacan a donné au signifiant *Dieu* une fonction inconsciente, qui représente « l'origine sacré du langage » (Colbeaux, 2008). C'est ce qui parle en l'homme et, ainsi, le différencie de l'animal. Plus tard, il l'a nommé le « Grand Autre ». Michel Foucault (2001) et Jean Allouch (2007) déduisent, à la lecture de Lacan, que la psychanalyse est un exercice spirituel. En effet, Foucault (*op.cit.*, p.16) définit ainsi la spiritualité : « je crois qu'on pourrait appeler « spiritualité » la recherche, la pratique, l'expérience par lesquelles le sujet opère sur lui-même les transformations nécessaires pour avoir accès à la vérité ». L'auteur positionne alors les deux termes *sujet* et *vérité*, introduits par Lacan, comme des concepts majeurs de la psychanalyse. Pour Freud, la psychanalyse était un mouvement (*Bewegung*). A la suite de Lacan et de la généalogie foucauldienne, ce mouvement est considéré comme spirituel (Allouch, *op.cit.*).

Jung a spécialement mis l'accent sur l'importance de la spiritualité. En effet, il distingue « l'homme mythique » et « l'homme dans sa responsabilité scientifique » (Jung, 1973). L'homme mythique pose la question des origines et du sacré. Le mythe qui en ressort révèle une dynamique archétypique³. Celle-ci peut être créatrice ou destructrice selon la qualité du complexe Moi. Cette dynamique touche à ce qui dépasse notre entendement, mais se retrouve chez les humains dans chaque partie du monde. Par ailleurs, dans *Les sept sermons aux morts*, Jung (1916) définit le *plérôme* comme une entité spirituelle qu'il décrit comme le « Néant » à la fois « plein et vide » qui est « un infini-éternel ». C'est un Tout où il n'y a pas encore d'opposé, qui transcende alors les notions d'espace-temps et, donc, de vie et de mort. Pour Jung, c'est « la mère à partir de laquelle émerge la conscience ».

³ Par archétype, il entend une forme vide qui pousse à l'expérience pour obtenir ses réponses ou, dit autrement, des représentations typiques. C'est une structure universelle, avec laquelle nous naissons tous.

Le *plérôme*, même s'il est incomparable, est donc à rapprocher de l'inconscient et, en particulier, de l'inconscient jungien, qui intègre la notion d'inconscient collectif. Cette vision est proche de celle du chamanisme, qui inclut un monde *autre*, invisible, celui des esprits, ou encore du Commencement et du « moi primaire » de Freud, où la conscience n'est pas encore différenciée.

Pour conclure l'approche de ces trois auteurs, nous citerons Sophie de Mijolla-Mellor (*op.cit.*), pour qui la « contradiction entre l'acte singulier du théoricien et le mouvement groupal qui le reprend se concrétise dans l'usage qui va désigner telle personne ou telle pratique du nom du théoricien auquel elle se réfère, créant ainsi des « freudiens », des « jungiens », ou des « lacaniens » [...]. Le théoricien tient à ses constructions parce qu'elles traduisent ou sont issues d'un fond inconscient qui lui est propre et auquel adhèrent aussi ceux qui vont le suivre ».

4-7. La spiritualité et « l'énergie »

La spiritualité est en lien avec le souffle vital, *spiritus* (Frick, 2006), qui est inhérent à la vie et implique un échange, un lien, une harmonie dedans/dehors. Il peut être symbolisé par la joie de vivre qui peut se partager, se transmettre et pousse à « aimer », non pas une personne en particulier mais la vie en général. Avoir conscience de cette « énergie » permet de se *relier* à l'univers et ce sentiment d'unité permet une lutte efficace contre l'angoisse, c'est-à-dire en termes psychanalytiques, d'arriver à la sublimation⁴. La spiritualité permet de créer des liens. En ce sens, elle est une expression de la pulsion de vie. Cette capacité est aussi une nécessité. Elle s'observe au niveau organique et, donc, dans tout le monde vivant : par exemple, une cellule isolée meurt ; elle reste en vie tant qu'elle est reliée aux autres cellules et perçoit leurs signaux (Ameisen, 2007) ; lors du développement du cerveau, les neurones se lient entre eux, ce qui permet à la pensée de naître ; etc. Comme l'énonce Jünger (1973, p.566), « la fleur accomplit déjà un acte de vénération lorsqu'elle se tourne vers le soleil ».

4-8. La spiritualité et l'imaginaire

L'imaginaire a longtemps été laissé de côté, car il était considéré comme un obstacle, une fuite face au réel, alors que la psychologie s'intéressait d'abord à la genèse d'un système

⁴ Entendu comme « à la fois le terme de sublime, employé notamment dans le domaine des beaux-arts pour désigner une production suggérant la grandeur, l'élévation, et le terme de sublimation utilisé en chimie pour désigner le procédé qui fait passer un corps directement de l'état solide à l'état gazeux » (Laplanche, Pontalis, 1967).

cognitif adapté à la réalité. Désormais, on admet que l'imaginaire n'est pas un sous-produit de l'adaptation au monde (conférence Daniel Widlöcher, *Pour une psychologie de l'imaginaire*, 2010) et qu'il permet au contraire à la créativité de s'exprimer de façon adaptée et authentique au réel, dans le cas d'une structuration suffisante du Moi. Cette structuration donne à l'imaginaire un cadre, où la raison permet de distinguer réel et imaginaire, le tout dans un ensemble cohérent, une conscience de soi. Ceci permet alors le déploiement de la notion de responsabilité. En fin de compte, ce mouvement ouvre la voie au questionnement et au positionnement éthique. En effet, il y a un lien entre spiritualité et éthique dans la recherche du Bien, du respect de l'homme, conceptions issues du mythe fondateur, du Verbe... de ce point inconnu, à peine accessible par l'abstraction, car se situant au-delà de l'entendement. Notre société a tenté d'évincer cette part de mystère, cette recherche de sens par la voie de l'imaginaire. Selon Jung (1961), « notre époque a mis tout l'accent sur l'homme d'ici-bas, suscitant ainsi une imprégnation démoniaque de l'homme et de tout son monde ». Cette époque, que l'on pourrait qualifier de scientifique, qui vise la production et la rentabilité en tentant d'y soumettre l'éthique, nous fait miroiter le bonheur, le bien-être, la beauté, etc., par la consommation de produits, comme nous l'observons à travers la publicité. Ainsi, comme par magie, des données spirituelles sont restreintes à des données matérielles. La dépression a été qualifiée de maladie du siècle, mais l'on peut se demander si les addictions ne sont pas également en passe d'en devenir une. Ces deux « maladies », souvent traitées par voie médicamenteuse, peuvent faire surgir certaines questions : ne renvoient-elles pas à des formes de quête existentielle qui résultent de notre mode de vie ? Ne sont-elles pas dépendantes de leur contexte et donc, de notre société, où nous sommes hyper-stimulés par l'extérieur, au détriment de l'exploration de notre intérieur ? En parallèle, on observe un regain pour la spiritualité (Cook, 2004 : cf. tableau page suivante), une quête de sens, un désir de développement personnel.

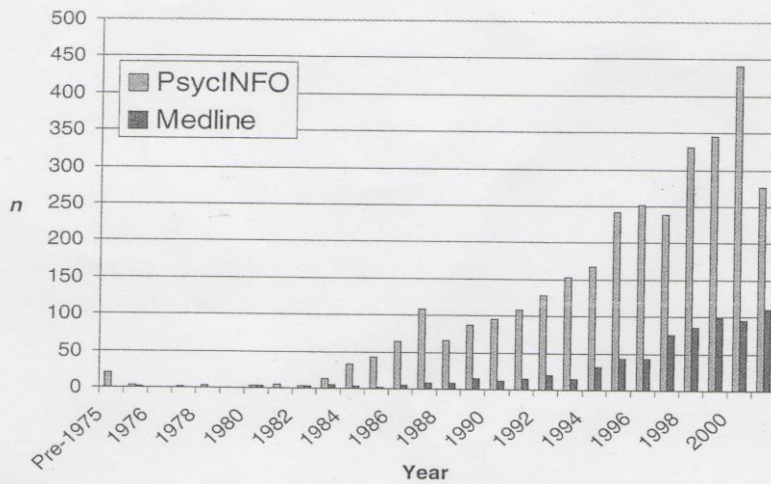


Figure 1 Spirituality publications 1975–2001

La spiritualité renvoie à la part inconnue de l'existence et à notre capacité d'y donner du sens. Cette dynamique personnelle révèle des capacités d'abstraction, de projection et représente un potentiel de l'esprit humain. Néanmoins, elle subit diverses influences et peut être étouffée lorsque les pouvoirs de l'esprit ne sont pas reconnus et exploités. La drogue, historiquement utilisée dans un but médical ou spirituel, est aujourd'hui également consommée pour des objectifs différents. D'un extrême à l'autre, la drogue stoppe la dynamique spirituelle ou facilite son expression.

CHAPITRE II

LES CONSOMMATIONS DE DROGUES

« La vie telle qu'elle nous est imposée est trop dure pour nous, elle nous apporte trop de douleurs, de déceptions, de tâches insolubles. Pour la supporter, nous ne pouvons pas nous passer de remèdes sédatifs » (Freud, 1930, p.17).

1- Définition

L'origine étymologique du mot *drogue* est controversée. En effet, il « pourrait venir du persan *droa*, odeur aromatique, de l'hébreu *rakab*, parfum, ou encore du néerlandais *droog*, substance séchée. » (Richard, Senon, Valleur, 2009). La définition même du terme *drogue* n'aboutit pas à un consensus. En effet, il y a tout d'abord une définition historique qui inclut toute substance active sur un organisme vivant ; les drogues étaient donc les préparations des apothicaires. Avant le 19^{ème} siècle (Bachmann, Coppel, 1989), le mot *drogue* était synonyme de médicament. On remarque d'ailleurs que les pays anglo-saxons ont gardé cette similitude et emploient le terme *drug*, aussi bien pour les drogues que pour les médicaments. Néanmoins, dans la langue française, le terme *drogue* revêt désormais une signification péjorative liée à l'histoire de la toxicomanie. Il est alors défini comme « une substance psychoactive prêtant à une consommation abusive et pouvant entraîner des manifestations de dépendances » (*ibid.*). Mais la définition des drogues, avant d'être scientifique, est surtout culturelle. En effet, d'après la définition ci-dessus, l'alcool devrait être considéré comme une drogue, mais ce n'est pas le cas dans l'imaginaire de notre société, car son usage est socialement et culturellement intégré. De plus, les produits dits « psychédéliques » n'induisent pas de comportements de dépendance (Chambon, 2007). Néanmoins, ils sont interdits par la loi française, car classés comme stupéfiants. Le terme *drogue* porte en lui une connotation nuisible et l'univers auquel il renvoie fait peur ; il fait craindre l'explosion du lien social et le toxicomane est souvent perçu comme un marginal qui va à l'encontre des règles de la société.

Cette représentation est en train de changer et de se diversifier. L'accès aux substances psychoactives est aujourd'hui facilité par Internet, dans une société qui prône la performance et l'endurance. Les drogues peuvent ainsi être utilisées afin d'améliorer les capacités au travail, en sport ou sexuelles (dopage). Au lieu d'exclure, elles permettent alors à l'individu de mieux

s'adapter aux demandes de la société (Hautefeuille, 2002). La clinique distingue ainsi deux profils de toxicomanes : le marginal et l'individu qui veut améliorer ses performances sociales.

2- Classification

Grâce à la science, nous avons des classifications. Nous avons même l'embarras du choix. Nous avons choisi celle de Pelicier et Thuillier de 1991 qui comprend trois catégories, et donne une idée des effets provoqués, au niveau du système nerveux, par chaque type de drogues.

2-1. Les dépresseurs ou psycholeptiques

Ils ralentissent le fonctionnement du système nerveux et entraînent une sensation de détente et de rêve, ainsi qu'une perte d'inhibition. Le plus souvent, lors d'une utilisation prolongée, ils provoquent une forte dépendance. Ils ne favorisent pas les processus de pensée, mais ils peuvent être efficaces contre les ruminations. Les produits dépresseurs sont l'alcool, les somnifères (barbituriques), les tranquillisants (benzodiazépines), les neuroleptiques et les opiacés (héroïne, méthadone, codéine, tramadol, morphine).

2-2. Les stimulants ou psychoanaleptiques

Ils stimulent le fonctionnement du système nerveux, favorisent un état d'éveil et d'excitation : ils réduisent, voire suppriment, la fatigue. Le plus souvent, la dépendance est moindre qu'avec les dépresseurs et davantage psychologique que physique. A la suite de l'augmentation de l'activité du système nerveux, le sujet tend à traverser une phase de descente caractérisée par un état dépressif et d'épuisement. Leur consommation régulière peut favoriser des crises de paranoïa. Ils sont souvent utilisés dans un usage festif, pour tenir jusqu'au bout de la nuit, mais aussi dans un souci d'amélioration des performances, par exemple au niveau professionnel. Le contexte actuel de nos sociétés favorise leur utilisation (Laure, 2000). Ce sont les stimulants mineurs comme le café et le tabac, mais aussi la cocaïne, le crack, les amphétamines et les antidépresseurs.

2-3. Les hallucinogènes ou psychodysleptiques

Ils perturbent le fonctionnement du système nerveux. On les appelle aussi les psychédéliques depuis les années 60 (désignées comme « les années psychédéliques »). Ils

provoquent une modification des perceptions de la réalité avec des illusions ou des hallucinations. Ils peuvent engendrer un changement profond de la personnalité, dans un sens positif ou négatif. Ils sont souvent utilisés à travers le monde, sous leur forme naturelle, dans des usages ritualisés, à des fins religieuses ou spirituelles. Ils n'engendrent pas ou peu de dépendance. Ils comprennent le cannabis, les solvants comme l'éther ou la colle, les anesthésiques volatiles, la kétamine, le LSD, la psilocybine ou autres champignons hallucinogènes, la MDMA, la salvia divinorum, l'ayahuasca et l'ibogaïne.

Ces listes ne sont pas exhaustives, mais donnent une idée des effets psychiques des différents types produits.

3- Historique

Les plantes psychoactives sont utilisées depuis des millénaires « par les castes de chamanes, sorciers et autres guérisseurs » (Bautzmann, Clairet, 2010). Mais elles ont aussi été consommées pour le plaisir depuis des temps immémoriaux (Lizot, 1989). Dès les premiers siècles de notre ère, des échanges d'opium ont lieu entre l'Orient et l'Europe (Bachmann, Coppel, *op.cit.*). De façon progressive, les apothicaires puis les médecins se sont emparés du phénomène de la drogue. Du 13^{ème} au 18^{ème} siècle, des règles ont été établies en matière de prescriptions. Au 19^{ème} siècle, les enjeux économique-politiques de la drogue ont atteint leur paroxysme, avec la guerre de l'opium en Chine. Avant l'industrialisation, les consommations étaient ritualisées au sein d'un système de croyances ; désormais, elles deviennent abusives au sein d'un système économique. Le phénomène de la drogue a eu les conséquences les plus catastrophiques lorsqu'il touchait les couches les plus pauvres de la population, au début de l'industrialisation. La drogue a alors aidé à supporter les conditions de vie et de travail difficiles, mais a aussi engendré une « dégénérescence », visible aux yeux de la société. Le développement de l'industrialisation a provoqué la naissance de la toxicomanie. Toujours au 19^{ème} siècle, avec les progrès de la science, les molécules ont été reconnues. Les principes actifs ont été extraits des plantes, puis reproduits de manière synthétique. La distinction entre drogue et médicament s'est établie de façon progressive, par une séparation de ce qui fait « plaisir » (la drogue) de ce qui « soigne » (le médicament) (*ibid.*). Le médicament est alors produit chimiquement, ce qui facilite les dosages et les expérimentations. Ainsi, la maîtrise des produits synthétiques permet d'amplifier fortement les effets recherchés, à l'origine, par des plantes naturelles.

Dans les années 60 (années « hippies »), on observe une explosion de la consommation de psychotropes, surtout hallucinogènes. Ces produits sont utilisés par les scientifiques et les artistes, puis leur consommation se généralise au reste de la population. Des expérimentations ont eu lieu, en particulier à l'hôpital parisien Sainte-Anne, pour explorer les effets thérapeutiques des hallucinogènes. Elles ont montré que l'usage de ces produits n'est pas anodin : il peut « favoriser l'émergence de matériel psychique mal contrôlé ou anxiogène » (Chambon, 2007, p. 9) et avoir des conséquences irréversibles.

Les consommations changent au cours des années 80 ou « punk ». Désormais, les produits les plus utilisés sont les amphétamines et l'héroïne. Progressivement, l'utilisation de drogues perd son aura artistique et branchée (Bachmann, Coppel, *op.cit.*). L'arrivée du SIDA fait des ravages et voit naître une politique de réduction des risques, avec des programmes d'échange de seringues et la mise en place de traitements de substitution. Ceci implique un changement de choix politique : la répression laisse alors une place importante à la prévention.

Actuellement, les usages de drogues sont toujours largement répandus. Le cannabis est la substance psychotrope la plus consommée dans le monde. L'usage de cocaïne s'étend dans les différentes couches de la société. Pourtant, ces substances sont interdites par la loi française. Cette interdiction ne semble pas avoir un effet dissuasif significatif. D'après Bachmann et Coppel, la solution paraît « lumineuse » et consisterait à « légaliser, contrôler, décourager » (*ibid.*, p.18), mais elle fait craindre le saut dans l'inconnu. De même, Michel Hautefeuille (*op.cit.*) préconise une légalisation afin de sortir de ce système paradoxal et dangereux, car fonctionner dans l'illégalité favorise les abus de toutes sortes.

4- Les différents usages

4-1. D'après le DSM IV

L'usage

C'est une consommation sans complication somatique ni dommage. Il est à rapprocher de « l'usage maîtrisé » défini par Castel (1998), où « la consommation ne perturbe pas les activités ordinaires de l'individu et répond à un ensemble de règles et rituels liés à des contextes sociaux » (Petiau, Pourtau, Galand, 2009).

L'abus

Le caractère pathologique de la consommation est ici matérialisé par la répétition des consommations malgré la constatation de dommages (somatiques, psycho-affectifs ou sociaux, qui touchent le sujet, l'environnement, ses proches ou la société).

La dépendance

Elle est caractérisée par une « impossibilité de s'abstenir de consommer », l'existence d'une tolérance et d'un syndrome de sevrage.

4-2. D'un point de vue sociétal

Ce n'est pas le produit qui définit l'usage, mais les comportements, leur motivation et le contexte social. Par exemple, l'héroïne est la drogue la plus associée à un usage toxicomane. Néanmoins, elle peut aussi être consommée de manière occasionnelle, dans une optique « dopante », pour pallier les effets négatifs d'une « descente » (phénomène souvent désagréable, lorsque les effets de la drogue s'estompent) de produits stimulants (Reynaud-Maurupt, Verchère, Toufik, Bello, 2002). Elle peut également être consommée de manière régulière, pour un usage récréatif, dans le but d'un partage d'expériences et sans engendrer de comportements toxicomanes, même si cela est beaucoup moins fréquent.

L'usage festif

L'usage festif de drogues est le plus répandu dans le milieu de la musique techno, même s'il n'est exclu d'aucun autre univers musical. Le plus souvent, il s'agit d'une polyconsommation fortement liée au contexte. L'ecstasy (sous forme de comprimé ou de poudre de MDMA) est la drogue la plus consommée. La caractéristique de la fête est la dimension groupale. L'usage de drogue, « tout en impliquant une certaine forme d'abandon de soi et l'atteinte d'un état de transe ou de jubilation, la recherche d'un état modifié de conscience, vise la participation à la fête (par la danse et l'ouverture aux autres) ainsi que la sociabilité dans l'espace festif (par le partage d'expériences) » (Petiau, Pourtau, Galand, *op.cit.*). De plus, « la ritualisation de la pratique par le groupe participe à la limitation des risques » (*ibid.*).

L'usage récréatif

Il se déroule dans un cadre privé, où des amis consomment des substances psychoactives. Il implique la connaissance d'un réseau d'approvisionnement en dehors du contexte festif et donc, un lien plus privilégié avec le dealer. Le groupe qui s'adonne à un usage récréatif dicte des normes et des règles de comportement afin de gérer les consommations.

Ainsi, il est possible que le groupe joue un rôle protecteur et favorise une certaine maîtrise de la consommation.

L'amélioration des performances

Nous l'appelons aussi *le dopage*. Celui-ci ne renvoie pas uniquement au domaine sportif. Il représente « une consommation de produits psychoactifs visant à améliorer la performance ou à faciliter l'accomplissement d'une activité » (*ibid.*). Ce n'est pas un usage récent. En effet, « les premiers cas de dopage ont probablement été rapportés dès 776 av. J.-C., à l'occasion des premiers Jeux Olympiques » (Richard, Senon, Valleur, 2009). Cet usage implique une capacité de contrôle face à la consommation, afin d'atteindre le but recherché.

Néanmoins, ces dernières années voient se développer ce que l'on appelle les *smart drugs* ou « drogues nootropiques » (*ibid.*). Ces substances ont souvent une faible toxicité et améliorent les fonctions intellectuelles, physiques ou sexuelles. La plupart de ces produits sont légaux. Nous pouvons voir un exemple de leur propagation à travers l'augmentation de la consommation des boissons énergétiques, comme le Red Bull, qui permettent de faire face à « un monde dynamique et exigeant » en vous donnant « des ailes » (publicité Red Bull). Via internet, l'accès à un nombre croissant de drogues nootropiques est grandement facilité et celles-ci « constituent un vecteur important d'automédication » (*ibid.*). Ce phénomène est en rapport avec notre société, où la notion de performance est de plus en plus présente. Ajouté à un avenir incertain, le risque de dopage, qui met en danger la santé physique et mentale des individus, est accentué. De ce point de vue, Laure (*op.cit.*) montre que toutes les substances psychoactives peuvent être prises en tant que produits dopants, même si certaines (les stimulants) sont plus adéquates que d'autres (calmants et hallucinogènes) par rapport au souci de performance de notre société.

L'usage toxicomane

C'est le contraire de « l'usage maîtrisé » (Petiau, Pourtau, Galand, *op.cit.*). Cet usage est caractérisé par « une compulsion » avec perte progressive du plaisir, « le maintien du comportement malgré ses conséquences négatives, l'obsession concernant la recherche du produit, la culpabilité au décours de l'usage, la présence de symptômes de sevrage lors de l'arrêt brutal des administrations » (Richard, Senon, Valleur, *op.cit.*).

L'usage thérapeutique

Freud (1930, p.21) regrettait l'absence de recherche scientifique sur l'impact des toxiques « sur les processus animiques ». Désormais, dans plusieurs pays (Suisse, Allemagne, Russie, Brésil, Israël, Espagne, Pays-Bas et certains états des Etats-Unis d'Amérique), la recherche sur les psychédéliques a repris depuis les années 1990. En effet, ces produits pourraient présenter un intérêt médical et psychologique, en particulier dans le traitement de la dépression chronique, des addictions et du stress post-traumatique. Ces recherches portent surtout sur les hallucinogènes : ayahuasca, peyotl, psilocybine, ibogaïne, kétamine, DMT, MDMA et LSD. Chambon (*op.cit.*, p.11) considère que « les psychédéliques ne sont pas des drogues, mais des médicaments très puissants nécessitant des précautions ». Il ne s'agit pas de drogues, car ils n'engendrent pas de phénomène de dépendance et ont une faible toxicité par rapport à d'autres médicaments. Ils sont à l'étude dans l'optique de pouvoir définir des modèles de prescriptions et de contre-indications, grâce à une évaluation objective et scientifique de leurs risques, comme pour tout autre médicament.

Certaines substances ne sont plus qualifiées de *drogues*, mais de *médicaments*, et vice versa, en fonction de leur usage. Par exemple, la morphine peut être considérée comme une drogue lorsqu'elle est utilisée en dehors d'un usage thérapeutique. Dans un nombre croissant de pays (Canada, Belgique, Australie, Pays-Bas, Royaume-Unis, Nouvelle-Zélande, Espagne et certains états des USA), le cannabis est désormais prescrit pour un usage thérapeutique chez des cancéreux et des sidéens pour pallier les effets secondaires des traitements par chimiothérapie ; mais aussi dans d'autres cas particuliers, comme la sclérose en plaque ou le traitement de certains symptômes (nausée, vomissement, spasme, douleur, glaucome...). D'après Chambon (*ibid.*), nous bénéficions de la connaissance scientifique pour que l'usage thérapeutique de certaines substances se développe. Mais cela implique un changement d'état d'esprit, processus qui s'établit sur un long terme. L'usage thérapeutique vise aussi bien des traitements physiologiques que psychologiques. Il est aussi fortement lié à l'usage spirituel.

L'usage spirituel

Depuis le début de l'humanité, les hommes utilisent des plantes psychoactives à des fins visionnaires. Les spécialistes de cet usage sont les chamanes. *Chamane* est à l'origine un terme sibérien. Il a été défini par Alfred Métraux en 1944 (cité par Narby, Huxley, 2009, p. 12) comme « tout individu qui, dans l'intérêt de la communauté, entretient par profession un commerce intermittent avec les esprits ou en est possédé ». En 1951, Mircea Eliade, dans *Le chamanisme et les techniques archaïques de l'extase*, révèle « des correspondances frappantes existant dans les pratiques chamaniques, les visions du monde et les comportements

symboliques de centaines de sociétés disséminées sur notre planète ». Les chamanes entrent en transe par la consommation de substances naturelles dites enthéogènes c'est-à-dire « qui produit Dieu (ou des Dieux) en soi » (Richard, Senon, Valleur, *op.cit.*). Ces substances, « utilisées dans un contexte adapté, n'occasionnent pas de troubles psychiatriques ou d'hallucinations, mais une expérience mystique ou spirituelle ineffable, transcendante, caractérisant leur utilisation dans une perspective visionnaire » (*ibid.*). La consommation de plantes hallucinogènes est une technique parmi d'autres (jeûne, flagellation, automutilations, isolement sensoriel, exercices de respiration, méditation, yoga, percussions sonores) pour atteindre des états modifiés de conscience et des états de transe favorables à la perception d'un monde surnaturel. Ainsi, ils sont en communication avec les esprits ou le monde invisible. Le chamane est un guérisseur, capable d'influer sur le cours des événements. Il donne du sens. Il est souvent considéré comme un psychothérapeute traditionnel.

L'intérêt pour le chamanisme dans la société occidentale est apparu en même temps que le mouvement New Age des années 60. Ce mouvement prône une nouvelle ère, celle du Verseau, associée à un éveil des consciences, une union des différentes religions qui expriment chacune une vérité. Il souhaite l'avènement d'une gouvernance mondiale constituée de sages. Le New Age dépasse la dichotomie entre le *Bien* et le *Mal* et bouleverse les valeurs bibliques. Le site info-sectes.org mentionne les écrits bibliques comme une référence. Il publie le tableau ci-dessous pour dévoiler ce qu'il considère comme la composante sectaire du New Age :

Ce qu'affirme la Bible :	Ce qu'affirme le New Age :
Une seule révélation écrite : la Bible	Tous les écrits saints constituent une approche du divin
Un seul chemin mène à Dieu: Jésus	Tous les chemins mènent à la découverte de Dieu
Mangez de tout ce qui se vend à la boucherie	Soyez végétariens pour purifier votre organisme
Vous pouvez avoir la certitude de votre salut	Nul ne peut avoir la certitude du salut
Il est réservé aux hommes de mourir une seule fois	Non, il existe d'innombrables réincarnations
Vie sexuelle dans le cadre du mariage	Seul l'épanouissement intérieur compte, pas de règle "si c'est par amour" et si ça fait du bien
Respect de la vie	Avortement, euthanasie et manipulations génétiques

Vie de famille, respect des parents	Les enfants sont à tous : plus de parents, plus d'obéissance.
La bible annonce des temps troublés (Mt 24)	Le Nouvel Age annonce la paix
Dieu créa l'homme à son image	L'homme a créé Dieu à sa propre image
Condamne l'homosexualité	Encourage l'homosexualité masculine et féminine
Seule notre Terre est habitée	Il existe des entités extraterrestres

Selon Marhic et Besnier (1999), membres de l'association « psychothérapie vigilance », « le danger est grand » (p. 229), car le New Age progresse dans toute les structures de la société : la médecine avec, en particulier, l'essor des médecines alternatives (p.229) ; l'entreprise avec, par exemple, les nouvelles techniques de recrutement à l'aide de morphopsychologie et de graphologie, ou les formations PNL ; et la philosophie, avec le succès de livres comme *La Prophétie des Andes* de James Redfield (1993) et *l'Alchimiste* de Paulo Coelho (1994). Le New Age se diffuse dans la société, mais ne porte plus le nom de New Age ; il n'y a plus de distinction. Pour ces auteurs, il s'agit de « l'antithèse du Siècle des Lumières » (*ibid.*, p.235) et il fait craindre la défaite de la science, ce qui amplifie le risque des dérives sectaires. Néanmoins, nous pouvons nous demander si la tendance à craindre l'effondrement du paradigme scientifique n'est pas en train de s'harmoniser avec le besoin de spiritualité et d'imaginaire pour enfin sortir du clivage entre spiritualité et rationalité. Sans confondre ces termes, est-il possible de les faire collaborer, dialoguer ? D'un point de vue psychologique, « l'expérience de la drogue est comme toute expérience : sa signification se trouve d'abord dans la personne, non dans la substance, qui ne fait que libérer. Ce à quoi cette libération nous mène, confusion ou perspicacité extatique, dépend du sujet et des circonstances. Vue sous cet angle, l'expérience de la drogue devient une expérience sémantique : c'est une expérience qui consiste à créer et découvrir des significations. » (Sueur, Benezech, Deniau, Lebeau, Ziskind, 2000). Cette capacité de donner du sens est davantage sollicitée avec les substances dysléptiques qui perturbent les perceptions de la réalité. Ainsi, l'usage spirituel est lié à ces substances. Néanmoins, « les psychédéliques n'épargnent pas la nécessité d'un travail spirituel régulier, ils ne provoquent pas une sagesse instantanée ni ne constituent un raccourci absolu vers la maturité » (Chambon, *op.cit.*, p. 273-274)

4-3. L'implication sociale de la drogue

Depuis les années 90, avec l'arrivée du SIDA, la drogue a perdu son côté artistique *in*, pour être rejetée au rang de la marginalité et de la contre-productivité. La réduction des risques s'est mise en place (Backmann, Coppel, *op.cit.*). Désormais, la plupart des usages de drogues ont lieu dans le cadre d'une expérimentation au moment de l'adolescence. Cette expérimentation prend, le plus souvent, les caractéristiques d'une initiation, c'est-à-dire qu'elle fait entrer le sujet dans un nouveau monde de relations et, donc, de significations. C'est une manière de se socialiser. Néanmoins, « on peut considérer que s'opère un renversement des normes informelles dominantes dans la société, celle-ci condamnant (légalement, mais aussi moralement) l'usage et le commerce de psychotropes » (Petiau, Pourtau, Galand, *op.cit.*). Actuellement, la diffusion de nombreux produits est facilitée via internet et la recherche découvre sans cesse de nouvelles drogues. Ne sommes-nous pas entrés dans une période de changement où l'usage de drogues, de plus en plus répandu, s'intègre peu à peu dans la norme de notre société ? (Hautefeuille, *op.cit.*).

Le monde oscille entre légalisation et répression, entre la morale des différents monothéismes et celle du monde païen. Nous cherchons l'équilibre dans cette société qui change continuellement. Les usages de drogues sont multiples et visent des objectifs différents, qui vont de la recherche du plaisir au partage d'une expérience, en passant par une quête spirituelle dans un but thérapeutique ou, à l'inverse, une fuite face au réel et un enfermement autour de l'objet *drogue*. Certains centres de soins pour toxicomanes osent aborder la dynamique spirituelle des sujets. En France, ce courant est loin d'être majoritaire, car la suspicion de dérives sectaires entoure le terme *spiritualité*. A l'étranger, c'est un domaine davantage exploité. Certains pays utilisent même des plantes psychotropes, dans une visée spirituelle, pour le traitement des toxicomanes.

CHAPITRE III

LA SPIRITUALITE DANS LES CENTRES DE SOINS POUR TOXICOMANES

1- Les risques de mettre en lien l'usage de drogues et la spiritualité

Dans un premier temps, grâce à l'exemple des sectes, nous allons réfléchir au principal risque de mettre en lien l'usage de drogues et la spiritualité. Dans un second temps, nous examinerons les risques engendrés par la négation de la dimension spirituelle.

1-1. Les sectes

Le premier risque de ce lien est la dérive sectaire, le fait de passer d'une soumission à une autre. En effet, nous avons remarqué que les sujets qui souffrent de problématiques de dépendances sont plus enclins à adhérer à des groupes à visée sectaire. Leur fonctionnement a un point commun avec celui de la toxicomanie : il apporte quelque chose qui devient une réponse à tout, ce qui annule la place du doute et le vertige de l'abîme. On peut tout aussi bien être « accro » à une croyance qu'à une drogue. Daniel Sibony (1987) met l'accent sur « la maladie du lien » qui réunit aussi bien le toxicomane que « l'adepte de secte dure ». En effet, « "le produit" c'est ce qui présentifie l'*autre*, l'*être*, le monde, tout ce qui échappe et qu'on n'a pas et que l'on aimerait acquérir » (*ibid.*, p.10). Dans ce contexte, la Loi commune disparaît. De plus, plusieurs sectes reconnues par la loi française, comme l'Eglise de Scientologie, proposent des programmes pour guérir les toxicomanes. Ces derniers coûtent cher aux adeptes : environ 1400 euros pour un stage de purification à l'Eglise de Scientologie, qui permet d'éliminer les toxines mais pas de guérir de la toxicomanie. Le plus difficile réside dans le fait de reconnaître la secte. A partir de la seconde moitié du 20ème siècle, la multiplication des organisations sectaires a eu des conséquences macabres comme le tragique exemple de l'Ordre du Temple Solaire. En 1993, la Commission nationale consultative des droits de l'Homme s'est réunie pour réfléchir sur le phénomène des sectes, avec pour référence l'article 11 de la Déclaration des Droits de l'Homme et du Citoyen : « La libre communication des pensées et des opinions est un des droits les plus précieux de l'Homme. Tout Citoyen peut donc parler, écrire, imprimer librement ; sauf à répondre de l'abus de cette liberté, dans les cas déterminés par la Loi ». Ainsi, cette commission a proposé une définition du terme secte : « Groupement se présentant ou non comme une religion, dont les pratiques constatées sont susceptibles de tomber sous le coup de la législation protectrice des droits des personnes ou du fonctionnement de l'État

de droit ; comportement sectaire : refus des lois, en exerçant des voies de fait, en accomplissant des détournements, des abus de confiance, des infractions financières et fiscales, des mauvais traitements, de la non-assistance à personne en danger, des incitations à la haine raciale, des trafics de stupéfiants ». La MILS (Mission Interministérielle de Lutte contre les Sectes) a vu le jour par le décret n°98-890 du 7 octobre 1998, puis a laissé la place à la Miviludes (Mission interministérielle de **v**igilance et de **l**utte contre les **d**érives sectaires) le 29 novembre 2002 (décret n°278). Il est important de signaler qu'avant le drame des suicides collectifs, le terme secte n'avait pas l'actuelle connotation péjorative. Parmi les trois définitions de *secte* du dictionnaire Larousse (« - Ensemble de personnes professant une même doctrine, par exemple la secte d'Epicure ; - Groupement religieux, clos sur lui-même, et créé en opposition à des idées et à des pratiques religieuses dominantes ; - Clan constitué par des personnes ayant la même idéologie »), nous remarquons deux expressions négatives (« clos sur lui-même » et « clan »), qui renvoient à l'idée d'exclusion. Le reste sous-entend une différence par rapport à une norme, ce qui n'est pas un mal en soi, au contraire. La confrontation des idées contradictoires fait avancer la pensée. C'est la raison pour laquelle la MILS s'est transformée en Miviludes, qui ne lutte plus contre les sectes elles-mêmes, mais contre les dérives sectaires punies par la loi. On observe donc une certaine confusion entre les termes *secte* et *dérives sectaires*. De plus, nous pouvons nous demander si la Miviludes ne représente pas l'antithèse « secte majoritaire », c'est-à-dire la norme de notre société, avec sa culture judéo-chrétienne et sa référence biblique. Ceci n'est pas une marque de neutralité. D'après la Miviludes, notre époque voit une augmentation du nombre de sectes. Nous pouvons donc penser qu'il y a une multiplication de courants de pensée en marge. Ce fait peut être la conséquence du *désenchantement du monde* (Gauchet, 1985) et de la mondialisation, qui favorise la circulation des informations et donc, des croyances. L'intérêt suscité par le domaine « psy » et la spiritualité, dans un monde qui se cherche, peut favoriser le développement de « charlatans », c'est-à-dire de personnes qui se servent de l'état de crise pour satisfaire leurs propres intérêts au détriment de ceux d'autrui (Marhic, Besnier, 1999). La vigilance est donc d'actualité, mais non l'égoïsme idéologique. Une évaluation objective des pratiques et des résultats est importante afin de construire notre réseau professionnel. Pour éviter les dérives sectaires, chaque conception ou orientation doit être ouverte sur le monde, favoriser le développement et surtout, viser l'autonomie du sujet. De plus, nous devons garder à l'esprit que chaque être humain est un cas particulier au sein d'un ensemble (Alberoni, 1992). Jusqu'aujourd'hui, aucune forme de psychothérapie ou de courant idéologique n'a pu convenir uniformément à tout être humain et

nous doutons que cela soit possible sans risquer d'évincer la part de liberté et de singularité propre à chacun. Dans un monde de plus en plus normalisant, c'est un risque à ne pas dénier.

1-2. Suppression de la dimension spirituelle

Dans un monde matérialiste, scientifique et médicalisé, la toxicomanie peut être considérée comme une maladie physiologique dont le seul remède est médicamenteux, ce qui en escamote les dimensions sociale, psychologique et spirituelle. La personne se trouve dans une position de passivité par rapport à son histoire. Sur le plan de la recherche internationale, un article *Raison de santé* sur le traitement de l'addiction à la cocaïne explique que « plusieurs médicaments ont été testés, comme les antidépresseurs ou les antiépileptiques, sans pour autant qu'ils apparaissent comme une solution efficace et suffisante. Les nouvelles approches s'orientent désormais vers l'utilisation de molécules agissant sur les récepteurs neurologiques sensibles à la cocaïne, voire un vaccin » (Samitca, Arnaud, Zobel, Dubois-Arber, 2005). Ces médicaments peuvent en effet constituer une aide pour certains, mais ne doivent pas être considérés comme l'unique solution face à l'addiction. Sinon, le risque réside dans le fait de nier les potentialités de l'esprit humain qui permettent à chacun d'être acteur de son évolution. De plus, si l'addiction est le résultat d'un contexte problématique, cela bloque l'évolution de ce dernier par la médicalisation des problèmes issus de la société, ce qui évite toute remise en cause.

1-3. Une solution ?

Entre le tout spirituel et le tout matériel, nous pouvons trouver un juste milieu. Il est surtout important d'être ouvert à la diversité humaine et à la possibilité d'arpenter différents chemins afin d'arriver au même but : l'épanouissement de la personne au sein de son environnement.

2- Les liens entre usages de drogues et spiritualité

2-1. La modification des états de conscience

Les EMC (Etats Modifiés de Conscience) rassemblent un certain nombre d'expériences où le sujet ressent que le fonctionnement habituel de sa conscience change par rapport à son état normal. En effet, il « vit un autre rapport au monde, à lui-même, à son corps,

à son identité » (Chambon, *op.cit.*). Nous expérimentons naturellement des EMC lors du sommeil profond, lors du sommeil paradoxal, mais aussi lors d'un orgasme ou d'un traumatisme, etc. De plus, d'autres EMC peuvent être induits par des exercices spécifiques ou spirituels, mais aussi par la consommation de drogue. Lors de séances de méditation, l'activité électrique du cerveau change. L'EMC est alors visible grâce à un IRM.

La musique a, depuis toujours, été utilisée pour obtenir une modification de la conscience. Certains sons, avec des intensités vibratoires et rythmiques spécifiques, sont plus appropriés pour atteindre cet objectif (Aldridge, Fachner, 2005). La modification de la conscience avec l'aide de la musique peut avoir une visée thérapeutique, comme dans la musicothérapie. L'écoute de certaines musiques aide la conscience à s'élargir du niveau personnel au niveau collectif et influence l'expérience subjective. L'association de la musique et de la drogue facilite l'accès aux EMC.

Lors des EMC, nous observons une modification de la perception de l'espace-temps, aussi bien avec l'usage de drogue qu'avec des exercices spirituels. Jünger (1973, p.451) explique que nous vivons conditionnés par les données de l'espace-temps, alors que le pouvoir spirituel triomphe sur le temps, même s'il s'agit d'une « tâche sans fin ». L'exploration de la réalité interne « est la seule expérience de la réalité qui transperce le temps et l'espace et avec eux le voile des apparences passagères » (*ibid.*, p.493). Dans cette réalité, les notions de passé et de présent, de bons ou mauvais, de vivant et de mort ne sont plus opposées : c'est la réalisation de l'unité. Cet état de conscience est différent de l'état de conscience ordinaire et nous met en connexion avec un monde autre, plus proche des origines, où la pensée n'est pas encore différenciée. Cette conception est à rapprocher du « plérôme » décrit par Jung (1916) ou du monde invisible des chamanes (appelé aussi l'autre monde ou monde des esprits). Ce monde interne, symbolique, est peu exploré dans nos sociétés occidentales, contrairement aux sociétés traditionnelles. La conscience ordinaire est qualifiée par Jünger de « rêve collectif ». La fixation de la conscience dans le « rêve collectif » engendre un sentiment de vide, « un pressentiment que les journées se consomment dans la stérilité » (*op.cit.*, p.63).

2-2. **Schéma du rétablissement de l'addiction d'après des données spirituelles**

Amour et addiction

L'amour peut être considéré comme l'origine des choses : certains diront « Dieu est Amour ». Mais il peut aussi, de manière détournée et contaminée par l'attachement, représenter un lien destructeur. C'est ce qui se passe dans la légende de Tristan et Yseult. Leur relation

représente un esclavage émotionnel et est considérée comme une métaphore du schéma de l'addiction (Farid, 1994). Dans cette histoire, chaque personnage est focalisé sur l'autre, prêt à oublier son être, à souffrir, à externaliser son identité et à abandonner ses autres relations importantes afin de poursuivre son amour exclusif. Ceci montre que le mode de vie addictif est profondément ancré dans l'expérience humaine. On s'en remet alors à une personne extérieure pour trouver le sens de sa vie, tout comme le toxicomane laisse sa vie entre les mains de la drogue qu'il a « choisie ».

La spiritualité dualiste ou le schéma des addictions

James R. Farris (1994) est docteur en théologie et personnalité de l'école de théologie de Claremont aux USA. Il met en lien une vision dualiste du monde avec le phénomène de l'addiction. La spiritualité dualiste est une forme de pensée où le sens et les valeurs proviennent d'une source extérieure à la personne. Le dogme domine. Ceci est en lien avec la spiritualité occidentale fondée sur la faute et la rédemption. La dichotomie dominant/dominé devient la norme de la création et fonde une doctrine selon laquelle l'univers est composé de deux principes opposés : le Bien et le Mal. La spiritualité dualiste a une vision de la création modelée par la hiérarchie, la séparation et la domination, ce qui provoque une croyance en un manque de ressources internes. Le résultat-clé de ce mode de vie est une quête personnelle et culturelle de satisfactions externes pour combler un vide interne. Les valeurs externes sont donc célébrées et, en parallèle, il se produit une diminution des pouvoirs de l'esprit.

La spiritualité non-dualiste ou la démocratie psychique

La spiritualité non-dualiste célèbre l'expérience humaine en se basant sur la croyance d'une bénédiction originelle. Contrairement au péché originel, notre origine est l'amour. Le péché est considéré comme un rejet de la Grâce ancrée dans la bénédiction de la création. Pécher revient donc à rejeter le corps, les sens, les passions, la créativité, les rêves et l'extase (don de Dieu). On se trouve alors aliéné de soi, des autres et du monde par manque de compassion. Il s'agit d'un rejet du don de la création. D'où l'importance d'accepter ce qui est, d'accepter notre capacité à faire des choix profonds et, donc, notre profonde responsabilité. Dieu et l'humain s'interpénètrent et sont interdépendants. L'immanence et la transcendance ne sont pas qualitativement différents. Le panthéisme est une manière de comprendre l'interpénétration de Dieu et du monde, contrairement au théisme qui représente une relation entre Dieu et ses sujets. Dans la spiritualité non dualiste, Dieu n'est pas l'ultime juge, mais un processus de

perfectionnement dans le processus de création. Le Royaume de Dieu est ici. La spiritualité non dualiste reconnaît la réalité du péché, mais il est perçu en termes de trajet personnel de réconciliation. Le sens et les valeurs proviennent de l'intérieur de la personne et peuvent donc évoluer en fonction de son développement.

La guérison de l'addiction

La démocratie psychique est un concept développé par Olievenstein (1987) : on ne guérit pas de la toxicomanie comme d'une autre maladie. La démocratie psychique ne fait pas partie du domaine scientifique. Au contraire, elle est relative au domaine de l'opinion et à la capacité qu'a l'individu de faire des choix qui lui permettront de définir son identité. Le développement de cette capacité est la condition de la sortie de la toxicomanie. Ainsi, le sujet fait le choix de sa forme de sortie de la toxicomanie, et non le thérapeute ou l'institution. La démocratie psychique est à rapprocher de la spiritualité non-dualiste, dans le sens où les valeurs, qui permettent de faire des choix, proviennent de l'intérieur de la personne et ne doivent pas être imposées par l'extérieur.

D'après les conceptions de Farris (*op.cit.*), la guérison est le résultat du passage de la spiritualité dualiste à la spiritualité non-dualiste. Les addictions sont en lien avec un déni des ressources internes et, donc, une faible estime de soi. Ce phénomène est amplifié par le modèle capitaliste/matérialiste, qui diminue les pouvoirs de l'esprit et accorde une toute-puissance au pouvoir des objets. Farris est un humaniste : il croit en la présence de valeurs innées chez l'être humain et insiste sur l'importance de les développer. Ses théories sont à rapprocher des conceptions d'unité, majoritairement présentes dans les religions dites « naturelles », mais également dans les orientations spirituelles des centres de soins pour toxicomanes qui intègrent la dimension spirituelle des sujets.

3- Le modèle Minnesota

3-1. Caractéristiques :

Il a été créé aux Etats-Unis, dans les années 50, par Nelson Bradley, à partir de la philosophie des Alcooliques Anonymes (AA). Ce modèle pluridisciplinaire s'étend aux autres domaines de dépendance (drogue, sexe, nourriture...). C'est « un modèle révolutionnaire » (Didier, 2004) qui présente des résultats intéressants dans le traitement des addictions. La plupart des thérapeutes sont d'anciens alcooliques, ou d'anciens toxicomanes, formés pour être

« *counselor* », c'est-à-dire thérapeute spécialisé dans le traitement de la dépendance. Le modèle met davantage l'accent sur les soins qui permettent le rétablissement que sur la guérison. En effet, il considère la dépendance comme une maladie et non plus comme une faiblesse morale. Néanmoins, cette maladie n'a pas besoin de traitement médicamenteux, car c'est dans leur utilisation que réside le problème. Il n'existe pas de frontière nette entre drogue et médicament. Le modèle vise l'abstinence comme seule voie de rétablissement. Les anciens toxicomanes restent dépendants, mais deviennent abstinentes. Le modèle Minnesota livre une philosophie du rétablissement à long terme et se base sur l'éveil spirituel, un jour après l'autre, plutôt que sur une insaisissable guérison. Il met l'accent sur les potentialités de l'esprit humain, la force du groupe et l'interdépendance. Il prend en compte le rétablissement physique, mental et spirituel et traite les personnes avec dignité. Ce modèle est majoritaire en Amérique du Nord. En Europe « le succès est grandissant » (*ibid.*), mais la France reste sceptique, surtout par rapport au concept de spiritualité, qui fait craindre les dérives sectaires. Le programme de rétablissement se base sur 12 étapes :

« 1 : Nous avons admis que nous étions impuissants devant la drogue, que nous avons perdu la maîtrise de nos vies.

2 : Nous en sommes venus à croire qu'une Puissance supérieure à nous-mêmes pouvait nous rendre la raison.

3 : Nous avons décidé de confier notre volonté et notre vie aux soins de Dieu tel que nous Le concevions.

4 : Nous avons procédé sans crainte à un inventaire moral minutieux de nous-mêmes.

5 : Nous avons avoué à Dieu, à nous-mêmes et à un autre être humain la nature exactes de nos torts.

6 : Nous avons pleinement consenti à ce que Dieu élimine tous ces défauts de caractère.

7 : Nous lui avons humblement demandé de faire disparaître nos déficiences.

8 : Nous avons dressé une liste de toutes les personnes que nous avons lésées et consenti à leur faire amende honorable.

9 : Nous avons réparé nos torts directement envers ces personnes partout où c'était possible, sauf lorsqu'en se faisant, nous risquions de leur nuire ou de faire du tort à d'autres.

10 : Nous avons poursuivi notre inventaire personnel et promptement admis nos torts dès que nous nous en sommes aperçus.

11 : Nous avons cherché par la prière et la méditation à améliorer notre contact conscient avec Dieu, tel que nous Le concevons, Lui demandant seulement de connaître Sa volonté à notre égard et de nous donner la force de l'exécuter.

12 : Ayant connu un éveil spirituel comme résultat de ces étapes, nous avons alors essayé de transmettre ce message à d'autres dépendants et de mettre en pratique ces principes dans tous les domaines de notre vie. »

L'objectif de ces étapes est le progrès et non la perfection.

3-2. **Les limites du modèle :**

Comme toute autre voie de rétablissement, le modèle Minnesota a des détracteurs, dont les arguments sont les suivants :

- Il faut rejeter l'aspect spirituel et la référence à une Puissance supérieure.
- Le programme de rétablissement est le passage d'une dépendance aux produits à une dépendance au groupe.
- L'addiction ne doit pas être traitée comme un trouble primaire. Il s'agit d'un trouble secondaire, qui nécessite une prise en charge psychiatrique et comportementale.
- Le concept de l'abstinence totale est parfois irréaliste.
- Les aspects de rituel peuvent être critiqués (aller aux réunions de manière régulière, se présenter par son prénom suivi de la qualification « dépendant »).

Ces opposants accusent le concept de maladie comme ignorant le rôle du choix personnel dans le développement de l'addiction ou dans le maintien du rétablissement. De même, ils ne sont pas loin de qualifier les étapes de rituels sectaires, alors que les pratiques inhérentes à ce programme renvoient avant tout à une « dimension symbolique » (Rae Davis, Jansen, 1998).

3-3. **L'exemple du centre APTE (Aide et Prévention des Toxicodépendances par l'Entraide)**

Ce centre utilise le modèle théorique du Minnesota et l'a adapté à la culture française. L'addiction y est considérée comme un phénomène global, non spécifique à un produit particulier. Il y a une sélection pour l'admission au centre. En effet, les personnes doivent correspondre aux critères de dépendance du DSM-IV. Elles doivent aussi ne pas souffrir de comorbidités trop lourdes. En effet, le principe d'abstinence, propre au modèle Minnesota ne convient pas à tous les sujets addictés. En théorie, seulement deux séjours sont possibles au centre APTE. Si le sujet n'arrive pas à devenir abstinent grâce à cette méthode, il est orienté vers une structure différente. L'abstinence totale a lieu dès l'admission. « Pour soutenir cette période délicate, un suivi médical avec des régulateurs de tension et des produits naturels à base

de plante (tisanes et bains calmants) sont proposés » (Didier, 2004). Le centre peut accueillir 20 patients et la durée du séjour est fixée à 8 semaines.

L'objectif est double : s'abstenir de toute drogue, alcool ou médicament psychotrope, puis « accéder à une qualité de vie interne suffisante pour parvenir au maintien de l'abstinence et à la poursuite des progrès en vue de la sortie » (*ibid.*). Le centre APTE a « écarté les aspects chrétiens et lucratifs de son modèle américain privé » (*ibid.*). En France, il bénéficie d'un financement public. C'est une grande différence par rapport au modèle américain, qui garantit davantage l'indépendance de l'équipe thérapeutique.

L'éveil de la spiritualité et les différentes activités du centre

Il a pour but d'annuler le décalage, qui s'est instauré avec la toxicomanie ou l'alcoolisme, entre les actions des sujets et leur propre système de valeurs, source de honte et de culpabilité. L'éveil spirituel s'appuie aussi sur les groupes d'entraide (AA et NA) entre les dépendants : « La parole de pairs positifs, dans une démarche de rétablissement crédible, est souvent mieux entendue que celle du professionnel ». Cela donne de l'espoir, à travers des exemples concrets, permet des identifications positives et, surtout, amène à la reconnaissance de l'Autre.

Les différentes activités planifiées sont obligatoires. Ce sont des groupes de thérapie, un travail écrit et des cours didactiques. De plus, chaque semaine, deux anciens patients du centre viennent donner leur témoignage et fournissent leurs coordonnées afin que les patients puissent garder contact avec eux. Ainsi, à la sortie du centre, ils possèdent des pistes pour construire un réseau relationnel plus propice au maintien du rétablissement. D'autres activités sont proposées : les soins du corps, par des « bains calmants et des tisanes relaxantes ou tonifiantes », des massages décontractants individualisés, la sophrologie en petit groupe, le tai-chi, des exercices d'assouplissement et de remise en forme, la piscine. Ces activités visent « la reconquête corporelle » et nécessitent une implication personnelle. Des loisirs existent également, comme « les promenades et visites des sites environnants, jeux de plein air et jeux de sociétés », ou encore des soirées musicales ou avec une projection de film. Tous les quinze jours, des contacts avec la famille peuvent être organisés afin d'améliorer les relations.

Conclusion

Le centre APTE propose une prise en charge globale. Les résultats montrent que 25% des patients n'ont jamais rechuté et que 25% ont rechuté mais ont « réussi à se récupérer sans l'aide du centre » (*ibid.*). Donc, 50% des patients sont abstinents après 5 ans. Tandis qu'avec

les autres approches, la plupart des toxicomanes sont sous traitement de substitution, d'après les données de l'OFDT (2005). Les résultats du centre APTE permettent de conclure à la validité du modèle.

4- Les centres de soins pour toxicomanes à l'étranger qui prennent en compte la dimension spirituelle

En France, la plupart des centres de soins pour toxicomanes proposent aussi des activités qui visent une modification de l'état de conscience à travers des exercices de relaxation, mais ils n'utilisent pas le terme *spiritualité*. Comme nous l'avons vu, ce mot fait peur, ce qui n'est pas le cas dans d'autres pays.

4-1. La Fondation des Oliviers en suisse

Il s'agit d'un lieu de rétablissement pour dépendants. Il suit un modèle bio-psycho-social pour conceptualiser les dépendances. Ces trois domaines doivent coexister. C'est le rôle de la spiritualité de donner du sens à cet ensemble et de permettre de dessiner une direction à la vie. Les moyens thérapeutiques mis en œuvre visent une réadaptation personnelle, sociale et professionnelle, le tout coordonné par une même dynamique spirituelle propre à chaque individu. La fondation se retrouve dans une approche holistique et s'accorde sur la définition de la santé de l'OMS : « nous ne considérons pas la santé comme une absence de maladie seulement, mais comme un état de complet bien-être physique, psychologique, social et spirituel » (Jacquet, Spring, Mathys, 2008). L'addiction est envisagée comme une tentative de (ré)harmonisation qui éloigne la souffrance, mais qui contribue à faire disparaître le sens de la vie. La Fondation propose donc « une approche bio-psycho-socio-spirituelle » pour aider l'individu à acquérir une meilleure qualité de vie, « dans le respect de son rythme d'évolution ». Le programme vise l'abstinence ; néanmoins, cela n'est pas exigé comme condition de participation. Le programme s'adapte aux possibilités de chacun et accorde ainsi le temps nécessaire. Il valorise une implication active des patients, ce qui inclut la notion d'effort. Une priorité est donnée à l'insertion sociale et professionnelle. Il est possible de débiter une formation professionnelle au sein de la Fondation. Celle-ci travaille en partenariat avec des professionnels qui souhaitent accueillir des personnes en réinsertion.

Au cours du séjour passé dans la Fondation des Oliviers, la spiritualité est abordée à deux niveaux distincts :

- Le premier niveau s'appelle *Interpellation*. C'est une approche existentielle qui permet de faire le bilan sur sa vie.
- Le deuxième niveau se nomme *Approfondissement*. Il permet de proposer des orientations adaptées à leurs aspirations aux personnes qui désirent continuer leur cheminement spirituel.

La spiritualité est également abordée au sein de groupes de parole. Il existe aussi un cours hebdomadaire, intitulé « Réflexion spirituelle », qui permet de dépasser ses préjugés et d'exprimer son vécu. Ce cours a également pour but de sortir de la confusion entre spirituel et religieux. Il valorise les cinq sens, qu'il qualifie de « besoins qui ressourcent l'être intime » (*ibid.*), afin d'aider les participants à prendre conscience de leurs ressources. Puis l'usage de drogue est abordé comme une réponse à « des questions relatives au sens de l'existence » (*ibid.*). L'expérience avec la drogue est considérée comme une expérience spirituelle, car elle touche à l'esprit. Néanmoins, cette réponse aboutit à un échec, car elle ne contribue pas à donner du sens à l'existence. Le but de la « Réflexion spirituelle » est justement de donner du sens à son existence. Différents thèmes sont abordés, comme le pardon et la reconnaissance de ses qualités. Ce dernier point est crucial : il reflète la philosophie de la Fondation des Oliviers, qui permet un changement profond chez l'individu. Cette institution conceptualise comme suit l'angoisse humaine : « Notre peur la plus profonde n'est pas que nous ne soyons pas à la hauteur, notre peur la plus profonde est que nous sommes puissants au-delà de toute limite ». Ainsi, par la spiritualité, il s'agit de dépasser la condition humaine de manière plus adéquate que l'usage de drogue et d'élaborer une nouvelle conception de soi, compatible avec la vie en société.

4-2. **CAMH : Centre for Addiction and Mental Health au Canada**

Le CAMH est le plus grand établissement qui traite les toxicomanies et la santé mentale au Canada. Au sujet de la spiritualité, on peut lire sur son site Internet :

« Nous ne donnons pas tous le même sens au terme spiritualité. Toutefois, un des aspects de la spiritualité qui touche un grand nombre de personnes est le besoin de sentir que nous sommes liés les uns aux autres et liés au monde qui nous entoure. Les personnes qui n'ont pas noué ce genre de liens spirituels peuvent sentir un vide ou un manque d'espoir. Elles

peuvent alors consommer de l'alcool ou d'autres drogues pour dissimuler ces sentiments, puis être aux prises avec un problème d'abus d'alcool et d'autres drogues. »

4-3. Le centre Takiwasi au Pérou

Il a été créé par un français, le Dr Jacques Mabit, en 1992. Il associe deux approches thérapeutiques, l'occidentale et l'amazonienne, pour venir en aide aux toxicomanes, en majorité péruviens. La France considère ce centre comme une secte, car il utilise l'ayahuasca dans le traitement des toxicomanies, alors que cette plante est considérée comme un stupéfiant par la législation française depuis 2005. Des professionnels français qui ont envoyé des patients dans ce centre ont donc été accusés d'infraction à la loi sur les stupéfiants, sur un fond de manipulation mentale. Il s'en est ensuivi un procès, qui a abouti à un non-lieu en juillet 2005 (site prevensectes.com). Au Pérou, l'ayahuasca est considérée comme une plante sacrée. Une étude sur les résultats du centre Takiwasi a été réalisée par Giove et publiée en 2002 (cité par Chambon, *op.cit.*, p.199). Cette recherche s'est appuyée sur 143 patients qui ont bénéficié d'un traitement au centre entre 1992 et 1997. Les quatre critères retenus pour évaluer les résultats ont été : « l'arrêt ou non de la prise de drogue ; l'évolution psychologique personnelle ; la réinsertion socioprofessionnelle ; la restructuration familiale » (*ibid.*). L'évaluation a montré que 54% des patients n'étaient plus dépendants à une substance. Précisons qu'ils étaient « libres de toute médication après leur sortie du centre » (*ibid.*).

Afin de comprendre l'approche thérapeutique qui associe des conceptions amazoniennes et françaises, il nous faut dans un premier temps comparer ces deux univers et nous appuyer à cet effet sur le point de vue de Jacques Mabit, qui s'est immergé dans la culture amazonienne avant de créer son centre. Nous développerons dans un second temps les principes et objectifs de ce centre. Nous nous référerons aussi aux conceptions de Jérémy Narby (anthropologue) et Jan Kounen (cinéaste), deux occidentaux qui ont suivi des initiations chamaniques en Amazonie. Enfin, puisque ces auteurs sont très critiqués par ceux qui prônent la science et le rationalisme, nous consacrerons un troisième temps à l'examen de ces objections.

La France et l'Amazonie

Là-bas, les guérisseurs, ceux que nous appelons chamanes, sont nommés les *ayahuasqueros*. Ils sont considérés comme détenant « la source première du savoir » (Narby, 1995, p.9). La religion amazonienne est animiste, c'est-à-dire que chaque être, chaque phénomène et chaque organisme y est assimilé à un esprit particulier. Cet esprit se trouve dans le monde des esprits, avec lequel l'*ayahuasqueros* est en communication. *Ayahuasqueros* dérive du terme *ayahuasca*, qui représente la plante-enseignante. Cette plante doit être mélangée avec une autre plante, suivant une recette spécifique, pour provoquer des hallucinations. C'est à partir de celles-ci que l'*ayahuasqueros* tire son savoir, qui représente le savoir ancestral des peuples d'Amazonie. L'industrie pharmaceutique a découvert de nombreux médicaments grâce au savoir des chamanes. Néanmoins, la science occidentale n'a pas pu vérifier ce que disaient les *ayahuasqueros*, dont le savoir était issu des hallucinations provoquées par l'*ayahuasca*. Leurs découvertes sur les plantes restent donc un mystère, que certains expliquent par le hasard. Or, la probabilité de découvrir les associations de plantes qui permettent de soigner des maux spécifiques est infime, compte-tenu de la multitude d'espèces végétales présentes dans la forêt amazonienne (Narby, 1995). Pour Jacques Mabit (2007), ce phénomène « révèle l'extraordinaire potentiel d'investigation dont sont capables les groupes indigènes à partir des données fournies par leurs perceptions subjectives ». Mais cela implique un changement qualitatif pour la science occidentale, afin « d'élargir l'analyse neuropharmacologique vers le champ psychoclinique et, surtout, de porter une attention particulière à la dimension symbolique opératoire [...] et de prendre en considération le facteur de la spiritualité dans les travaux d'investigation » (*ibid.*).

« L'univers symbolique de référence » (Mabit, 2005) entre un occidental et un indigène d'Amazonie est complètement différent. Les pratiques chamaniques amazoniennes sont régulées par « le mythe fondateur de la Justice ». Ces régulations ont lieu avec « le monde extérieur, le monde de la forêt, des autres tribus et du monde invisible » (*ibid.*). Les règles de vie sont « précises », même « rigides » ; la hiérarchie est très structurée et la survie du groupe prime sur celle de l'individu. Tout acte de transgression est réglé par le principe de réciprocité : « œil pour œil, dent pour dent ». C'est un monde guerrier « où le chamane est avant tout un combattant à l'intérieur du monde invisible. Il se doit d'être plus fort que son adversaire situé à l'extérieur (le chamane de l'autre tribu) et, donc, accumuler le plus d'armes possible » (*ibid.*).

La société occidentale, fondée sur la culture gréco-judéo-chrétienne, est régie par « le mythe fondateur de l'Amour ». Ainsi, « 'l'autre' doit devenir un frère et non plus un adversaire, le véritable adversaire étant en nous-mêmes » (*ibid.*). Cela amène à la notion d'individu et

correspond à l'individualisme de nos sociétés occidentales. L'important est de se défaire de son égotisme et de renoncer à la toute-puissance.

Ces différences dans la grille de lecture du monde engendrent d'importants malentendus. Pour modérer ces propos, gardons à l'esprit que beaucoup de peuples amazoniens ont vécu la colonisation et ont été convertis à la religion catholique (Kounen, Narby, Ravalec, 2008). Toutefois, certaines tribus ont conservé leur fonctionnement, leurs pratiques et leurs croyances.

Pour un voyageur occidental qui part à la recherche d'une initiation chamanique en Amazonie, le risque est de transférer son modèle de référence à celui de l'Amazonie. Alors, il considère le chamane comme un être « en parfaite harmonie avec la nature, vivant dans l'amour et la paix » (Mabit, 2005). Au contraire, dans les sociétés amazoniennes, le chamane fait peur. Il n'est pas considéré comme bon ou mauvais, mais il sait manier les forces obscures et « un retournement agressif est toujours possible » (*ibid.*). Ainsi, « l'apprentissage chamanique comporte une dose importante de souffrance et de sacrifice. On est loin des confortables propositions de formation chamanique *light* à domicile (issues du contexte *New Age*), sans souffrance (l'horrible invention judéo-chrétienne) et où il suffit d'avoir un compagnon et un tambour pour se transformer réciproquement en chamane et trouver son animal-totem » (*ibid.*).

Le programme du centre Takiwasi

Il s'agit d'un programme qui dure en moyenne 9 mois. Il y a des entretiens d'admission, afin d'éviter les personnes qui souffrent de troubles incompatibles avec la prise d'hallucinogènes (comme les psychoses ou certaines déficiences métaboliques ou fonctionnelles). Le centre propose une solution alternative pour sortir de la dépendance : il s'agit de remplacer l'« initiation sauvage » (Mabit, 2007) qui a provoqué la dépendance « par un nouveau parcours initiatique, cette fois de façon contrôlée, organisée et guidée » (*ibid.*). Dans cette initiation, l'ayahuasca joue un rôle central et relève du savoir « des médecines traditionnelles amazoniennes ». De plus, le programme incorpore « les ressources de la psychothérapie occidentale ». Dès l'arrivée au centre, les patients doivent cesser leur consommation de produits addictifs, comme le tabac, mais aussi les produits excitants, comme le piment ou le café, et tout médicament psychotrope. L'abstinence se situe également au niveau sexuel. Les plantes utilisées se divisent en deux catégories. La première stimule les émonctoires et provoque en particulier des vomissements, ce qui renvoie de manière symbolique à « l'expulsion d'une peur, d'une colère, ou tout autre sentiment négatif » et revêt « une fonction curative et cathartique ». Ce processus accélère la désintoxication physique et psychique. La

deuxième catégorie de plantes, aussi appelées plantes maîtresses, a des propriétés psychoactives et peut provoquer des hallucinations. Elle est utilisée « lors de cérémonies nocturnes une fois par semaine » et amène une modification contrôlée de l'état de conscience. Ce programme est encadré de manière stricte au niveau des conditions de vie (période d'isolement) et du mode d'alimentation. En effet, des retraites de 8 jours dans la forêt sont programmées, avec diète et suivies d'un thérapeute. Chaque plante est considérée comme ayant un effet psychothérapeutique spécifique et est administrée, en fonction, par le thérapeute. Un apprentissage de la lecture symbolique des hallucinations est indispensable. Sinon, le patient occidental risque de développer un processus de fascination qui débouche sur une aliénation. Alors, à la place d'un élargissement de la conscience, il se produit une inflation de l'égo. L'accompagnement thérapeutique de qualité, par des professionnels formés et initiés, est donc primordial. Le programme ne vise pas « une fuite vers un autre monde, il s'agit de réintégrer ses propres racines et se réconcilier avec soi-même et ses 'ancêtres', ce qui, chez un occidental, signifie se réapproprié également son fondement culturel judéo-chrétien » (Mabit, 2005).

Les critiques

Le centre reçoit des subventions du ministère de la santé péruvienne. Au début, il en recevait également du gouvernement français. Celui-ci aidait le centre Takiwasi, dès 1990, avant sa création officielle, dans le but de trouver des traitements alternatifs pour les toxicomanes. Il a aussi été soutenu par l'Europe, de 1993 à 1995. Le projet se présente comme une recherche sur les solutions que peuvent apporter les plantes médicinales et la tradition amazonienne, sans être focalisé sur l'ayahuasca ou d'autres plantes psychotropes. Néanmoins, l'ingestion d'ayahuasca est désormais un point central du traitement. Actuellement, le centre est au milieu d'une polémique, qui a commencé par la plainte d'un père de famille qui a observé un changement important dans le comportement de sa fille depuis son séjour au centre. L'ayahuasca a été reconnu comme produit stupéfiant qui contient de la DMT (substance hallucinogène très puissante) et a été interdit par la loi française en 2005. Le centre a alors été considéré comme une secte par la France, alors que l'ayahuasca a « une place centrale dans l'ethnomédecine amazonienne ». Le centre Takiwasi a été soupçonné de manipulation mentale et l'accès à des états de conscience modifiés, par l'absorption d'une drogue, a été condamné moralement. Le prêtre Jacques Trouslard (2004) écrit, sur le site psyvig.com, que le programme provoque « une destruction physique et psychologique ». Mais cela n'a pas été scientifiquement prouvé (Chambon, *op.cit.*, p.202-203). Au contraire, les études pharmacologiques et neurobiologiques « soulèvent des interrogations positives sur le potentiel thérapeutique de ces

substances » (Baud, Ghasarian, 2010, p.8). Cette polémique semble davantage relever du conflit moral. L'ayahuasca a été légalisée en 2006 aux Etats-Unis. Néanmoins, la recherche scientifique occidentale montre ses limites pour explorer les visions produites par ces plantes hallucinogènes, car cela revient à prendre en compte des données symboliques, et donc, irrationnelles, d'après les conceptions actuelles de nos sociétés occidentales.

Le but de la prise en compte de la dimension spirituelle, dans les centres de soins pour toxicomanes n'est pas l'insertion dans une communauté religieuse. Elle permet au sujet de reconnaître ses représentations internes et, ainsi, de prendre conscience de ses ressources en étant en accord avec ses valeurs. La reconnaissance de la nature symbolique de notre intériorité permet d'accepter la pluralité des croyances et de choisir celles qui correspondent à notre personne afin de vivre de manière cohérente et satisfaisante avec notre environnement. Dans certaines cultures, l'usage de plantes psychotropes, dites psychédéliques, permet l'exploration des mondes internes. En France, ces substances sont classées parmi les stupéfiants.

PARTIE PRATIQUE

CHAPITRE I

METHODOLOGIE

1- Objectifs de l'étude

Nous souhaitons démontrer l'importance d'explorer la dimension spirituelle des patients qui ont des problématiques liées à l'usage de drogue(s). En effet, nous savons que les substances psychoactives modifient la conscience et donc la perception du monde ainsi que celle de son propre corps. La drogue peut aussi avoir des effets physiques et psychiques nocifs. Nous pouvons donc nous demander quelle est l'influence de l'utilisation de drogue(s) sur les dimensions éthiques et spirituelles des consommateurs. Actuellement ces considérations sont peu prises en compte en France, alors que de nombreux pays, comme la Suisse, l'Allemagne, l'Italie, le Royaume-Uni et les Etats-Unis, ont intégré une dimension spirituelle dans la majeure partie des centres d'aide aux toxicomanes. De plus, tandis que la France considère l'ayahuasca comme une drogue, certaines institutions, tels que le centre Takiwasi au Pérou, l'utilisent comme une plante sacrée pour le traitement des toxicomanies.

Notre étude a donc pour objectif de contribuer à la prise en compte de la dimension spirituelle chez les consommateurs de drogue(s) en France.

2- Problématique :

La vie spirituelle de sujets dépendants de drogue(s) peut-elle nous renseigner sur leur degré de dépendance et constituer un levier thérapeutique pour leur rétablissement ?

Nous tenterons de démontrer l'intérêt de l'investigation de la dimension spirituelle des sujets ayant des problèmes liés à leur consommation de substances psychotropes.

3- Hypothèses de recherche :

- 1 La spiritualité et l'usage de drogue(s) permettent de lutter contre l'angoisse. Cette lutte aboutit à un comportement pouvant être plus ou moins adapté à la vie en société et au développement personnel du sujet.*

- 2 *Un usage de drogue intégré à une recherche spirituelle consciente peut être un facteur protecteur face à la dépendance.* L'élaboration spirituelle pourrait donc nous renseigner sur le degré d'attachement d'un patient au(x) produit(s) psychotrope(s). De plus, les substances hallucinogènes sont historiquement davantage liées à une recherche, à une expérience spirituelle que les autres produits. Nous posons donc l'hypothèse que les simples usagers non toxicomanes apprécient plus ces substances que les toxicomanes et l'élaborent davantage comme une expérience spirituelle.
- 3 *Une élaboration et une structuration de la vie spirituelle peuvent constituer un levier thérapeutique pour sortir de la dépendance.* C'est pourquoi de nombreux centres de désintoxication et associations pour toxicomanes ont une orientation spirituelle. On s'attend donc à trouver une élaboration et une structuration de la vie spirituelle plus importante chez les anciens toxicomanes que chez les toxicomanes.

4- Caractéristiques de la population

1- Population-échantillon

Nous avons divisé notre population en trois groupes :

- des simples usagers de drogues non-toxicomanes,
- des toxicomanes en cure de désintoxication,
- des anciens toxicomanes.

Nous remarquons que les limites entre ces trois groupes sont relativement floues. En effet, les anciens toxicomanes ont par définition été toxicomanes et les toxicomanes ont été de simples usagers. Il est ainsi possible qu'un ancien toxicomane retombe dans la toxicomanie ou qu'un toxicomane sorte de sa dépendance. Aussi, les simples usagers ont pu connaître des moments où leur usage de drogue est devenu problématique. Néanmoins, ils ne se sont jamais considérés comme des toxicomanes. De plus, nous ne pouvons pas savoir s'ils courent le risque de devenir toxicomane. Ainsi, leur appartenance à un groupe peut changer. La classification présente situe les sujets de cette étude au moment de la recherche, et donne un aperçu de leur parcours antérieur. Les 9 sujets sélectionnés ont entre 21 et 53 ans. Ils ne souffrent pas de troubles psychiatriques déclarés.

Pour recruter les participants de cette étude, nous avons décidé d'utiliser différents moyens. Nous avons d'abord trouvé des toxicomanes sur un lieu de stage. Puis nous avons rencontré plusieurs responsables d'associations d'aide aux toxicomanes et de réduction des risques. Nous leur avons expliqué le but de notre recherche et leur avons demandé de faire circuler notre annonce. En tant que bénévole, nous sommes allée sur des lieux festifs, afin de contribuer à la réduction des risques liés à l'usage de drogue et, ainsi, développer notre réseau. Enfin, nous avons contacté différents professionnels qui travaillent dans le champ des addictions. Ces personnes nous ont aidés à trouver une partie de notre population. En effet, les simples usagers de drogues non toxicomanes et les anciens toxicomanes ont été plus difficiles à rencontrer.

Afin de déterminer l'appartenance d'un sujet à l'un des groupe, nous nous sommes appuyée sur des éléments subjectifs et sur la définition de l'addiction de Goodman de 1990, transformée en questionnaire pour les besoins de l'étude (voir annexes, pp.111-113).

Les participants sont issus de différents milieux socio-économiques. Néanmoins, nous avons remarqué que les toxicomanes appartiennent à un niveau socio-économique relativement inférieur par rapport au reste de la population et qu'au contraire, les anciens toxicomanes sont issus d'un milieu socio-économique relativement supérieur.

2- Tableau de synthèse

Sujet	Age	Sexe	Groupe	Niveau socio-économique	Situation familiale
Armand	28	M	toxicomane	Sans emploi	En couple
Farid	42	M	toxicomane	Employé	Célibataire
Thierry	21	M	toxicomane	Sans emploi	Célibataire
Tatiana	28	F	simple usager non toxicomane	Employée	Célibataire
Pascal	26	M	simple usager non toxicomane	Chef d'entreprise	En couple
Mélanie	24	F	simple usager non toxicomane	Etudiante	En couple
Paul	53	M	ancien toxicomane	Cadre	En couple
Emeline	39	F	ancien toxicomane	Profession libérale	En couple
Thomas	55	M	ancien toxicomane	Cadre	Divorcé

5- Outils d'investigation

1- Le questionnaire

Nous avons transformé la définition de l'addiction de Goodman en questionnaire. Certaines questions présentaient une moindre pertinence en ce qui concerne les anciens toxicomanes abstinents. Cependant, il nous a paru important de laisser un espace d'expression libre pour chaque question, afin que les participants puissent exprimer leur vécu subjectif. Ce faisant, les réponses de tous les participants présentent un intérêt dans la présente recherche. Pour compléter l'investigation, deux questions ont été ajoutées :

- La première concerne la possibilité ou non de faire la fête sans drogue, car celle-ci est souvent utilisée dans un but festif. Ce critère me semble complémentaire dans l'évaluation de l'attachement au(x) produit(s).
- La seconde complète la première et permet de savoir s'il existe d'autre(s) activité(s) que le sujet a du mal à réaliser sans l'effet de la drogue.

2- L'entretien semi-directif

L'entretien semi-directif nous est apparu le plus pertinent pour permettre au sujet d'exprimer sa subjectivité, étant donné que dans notre étude, la spiritualité est considérée comme une élaboration personnelle de ce qui dépasse notre entendement. Seul l'entretien semi-directif permettait d'explorer les différents domaines désirés, tout en laissant la place au sujet d'amener de nouveaux éléments et d'exprimer son vécu personnel. Cet outil d'investigation a nécessité la construction d'un guide d'entretien (voir annexes, p.114). Nous avons choisi d'analyser quatre dimensions, qui sont bien sûr liées : la drogue, la vie familiale, la vie affective et la vie spirituelle.

- La drogue : Le sujet raconte son histoire avec la drogue. Il explique les raisons de sa consommation, les buts qu'il poursuivait. S'ils ont eu lieu, nous explorons les phénomènes de dépendance ou les problèmes rencontrés liés à l'usage de drogue. Nous analysons ensuite la position du sujet par rapport à la prise de risque, en particulier son rapport à la loi. Enfin, nous l'interrogeons sur la façon dont il perçoit son expérience avec les hallucinogènes.

Nous estimons que l'élaboration de l'expérience avec la drogue peut nous renseigner sur le lien que le sujet entretient avec les substances psychoactives. Ainsi nous pensons que les

buts recherchés, la position du sujet face aux risques ainsi que la perception de l'expérience avec les hallucinogènes diffèrent en fonction du degré d'attachement au(x) produit(s).

- La vie familiale : l'histoire familiale des participants nous informe sur les éléments qui ont influencé la structuration de leur personnalité. De plus, nous allons à la recherche d'éventuels traumatismes, afin d'observer comment ceux-ci peuvent être élaborés, voire reliés à des notions spirituelles. Enfin, il est intéressant de se renseigner sur les répercussions qu'a pu avoir l'usage de drogue(s) sur la famille.
- La vie affective : Nous demandons aux participants d'évaluer leur rapport à eux-mêmes et aux autres. C'est une question difficile qui met à l'épreuve leurs capacités de distanciation et d'auto-analyse, donc d'introspection.

Ces deux investigations nous permettent de mieux comprendre la personnalité des participants. Ainsi, elles nous donnent une idée des motivations qui ont influencé leurs choix liés à leur consommation de drogue ou à leur orientation spirituelle ou, plus largement, à leur prise de position dans l'existence.

- La vie spirituelle : nous interrogeons les sujets afin de savoir ce que représente pour eux la spiritualité. Nous cherchons à savoir s'ils ont reçu une éducation religieuse, s'ils se posent ou se sont posé des questions métaphysiques. Nous tentons d'approcher leur vie imaginaire et leur vision de la mort. Nous les questionnons afin de savoir s'ils considèrent avoir déjà vécu une expérience mystique. Puis nous observons s'ils dégagent un sens de la vie, ressentent un fil directeur ou s'ils croient à l'existence de signes. Enfin, nous les interrogeons sur leur vision de l'amour.

Ces éléments permettent d'approcher leur spiritualité. Nous tentons alors de nous faire une représentation de celle-ci, en particulier afin de repérer s'ils ont une vision clivée de l'existence ou si, au contraire, un sentiment d'unité domine.

6- Déroulement des entretiens

1- La présentation de l'étude

Nous avons présenté l'étude de manière succincte en énonçant avec simplicité son objet principal : « Nous étudions les rapports entre usages de drogue et spiritualité ». Ceci a

permis aux sujets de se livrer à une réflexion en amont sur ce thème, sans pour autant orienter leur raisonnement en expliquant nos hypothèses de recherche.

2- Les lieux de rencontre des sujets

Les participants hospitalisés pour un sevrage ont été interviewés sur leur lieu d'hospitalisation, dans une pièce consacrée aux entretiens. Pour les autres entretiens, une association d'aide aux toxicomanes nous a prêté une salle, ce qui nous a fourni un cadre professionnel et sécurisant, où nous avons reçu deux simples usagers. Néanmoins, certains anciens toxicomanes ont préféré me recevoir chez eux. Il est arrivé que je reçoive un simple usager chez moi : j'ai alors réaménagé mon appartement, enlevé tous les éléments personnels et déplacé le mobilier afin d'offrir un cadre adéquat à la passation de l'entretien.

3- Durée des entretiens

Les rendez-vous avec les participants ont duré entre 1h et 2h. Ce temps comprend le moment de la rencontre avec une brève présentation de chacun des protagonistes, la lecture et la signature de la feuille de consentement (annexe, p.110) en deux exemplaires (une pour nous, l'autre reste en la possession du participant), la passation du questionnaire, puis l'entretien. A la suite de celui-ci, nous prenons le temps de faire un débriefing pour savoir comment le sujet a vécu cet entretien et les questions qui lui ont été posées. Enfin, nous répondons à ses éventuelles interrogations.

4- L'enregistrement des entretiens

Tous les participants ont accepté que leur entretien soit enregistré. Ceci nous permet une véritable analyse qualitative à partir du discours des sujets. De plus, cela m'a dispensé d'une prise de note directe, afin de me concentrer sur la communication non-verbale et d'être davantage dans l'interaction. Tous les entretiens ont été entièrement retranscrits. Ce travail offre une distanciation par rapport à la conduite de l'entretien et permet ainsi une meilleure analyse.

7- Ethique et déontologie

1- Recrutement et présentation de la recherche

Les toxicomanes en cure de sevrage sont venus d'eux-mêmes me demander s'ils pouvaient participer à ma recherche. D'autres nous ont contactés en répondant à notre annonce ou en entendant parler du projet de recherche. Leur libre consentement a donc été respecté. Nous leur avons expliqué que leurs expériences personnelles et leurs conceptions représentaient l'intérêt de cette recherche, suscitant chez eux une position active. En effet, nous considérons les participants comme des partenaires liés par l'objectif de recherche.

2- Feuille de consentement

Visant un accord libre et éclairé, la feuille de consentement (voir annexes, p.110) explique brièvement notre recherche par « *l'étude des rapports entre drogue et spiritualité* », ainsi que les droits du participant (anonymat, droit de rétractation, droit de ne pas répondre aux questions, droit d'accès et de rectifications aux informations le concernant, droit d'arrêter l'entretien à tout moment).

3- L'entretien semi-directif

L'article 6 du Code de Déontologie des psychologues, mentionne que « les dispositifs méthodologiques mis en place par le psychologue répondent aux motifs de ses interventions, et à eux seulement ». C'est dans cette optique que l'entretien semi-directif a été choisi. En effet, seule une analyse qualitative du discours peut permettre d'explorer pleinement l'expression des sujets quant à leur spiritualité, celle-ci étant considérée comme un processus subjectif. Néanmoins il faut être prudent car, comme l'explique Bourguignon (2003, p.114), « plus la marge de liberté augmente (pour le psychologue), plus croît la probabilité de mettre en acte son propre système de représentations et de valeurs ». Ainsi, ce style d'évaluation est le plus sensible à la variable relationnelle. Nous avons tenté de réduire ce risque en recueillant la collaboration de différents professionnels (éducateurs, psychologues, infirmiers, religieux, sociologues, psychiatres, chamanes) travaillant ou ayant travaillé dans le champ des addictions, pour construire notre guide d'entretien.

L'analyse qualitative des entretiens semi-directifs est une partie délicate et requiert une grande prudence. Comme il est écrit dans le Code de Déontologie des psychologues, article 19 : « le psychologue est averti du caractère relatif de ses évaluations et interprétations. Il ne tire pas de conclusions réductrices ou définitives sur les aptitudes ou la personnalité des individus, notamment lorsque ces conclusions peuvent avoir une influence directe sur leur existence. » Notre recherche a pour objectif d'apporter une plus grande ouverture dans les prises en charge

et non de réduire une personne à un fonctionnement. Or toute théorisation implique une forme de réduction. C'est en étant conscient de ces limitations que le psychologue peut exercer sa profession et ne pas tomber dans la toute-puissance interprétative.

4- La restitution des résultats

Après réflexion, nous avons fait le choix de restituer les résultats aux participants qui en font la demande. La rédaction des résultats se réalisera avec prudence et, comme le formule Comte-Sponville (1995), elle « suppose l'incertitude, le risque, le hasard, l'inconnu ». Le choix des mots est un enjeu important. Ils doivent tenir compte de leur relativité et amener à une ouverture, une réflexion et non une catégorisation des individus.

5- La recherche

La principale valeur qui sous-tend notre position est que la recherche doit toujours avoir une visée d'aide. Ceci est en accord avec l'idée de Bourguignon (*op.cit.*, p.30), pour qui la recherche est légitimée par « l'objectif lointain qu'elle se donne (comprendre le fonctionnement humain) et par les applications qui améliorent dès maintenant la vie des hommes. » Il nous incombera d'assumer l'entière responsabilité de notre projet et de sa planification.

CHAPITRE II

DONNEES CLINIQUES

Notre recherche s'appuie sur une analyse qualitative du discours des participants. Dans un premier temps, nous allons présenter le compte-rendu de chaque entretien. Les phrases entre guillemets et en italiques sont les propos des participants. Dans un second temps, nous procéderons à leurs analyses.

1- Les simples usagers de drogues non toxicomanes

1-1. Les découvertes de Mélanie

Mélanie a 24 ans et suit un cursus universitaire de physique pure. Elle est née dans une famille où l'usage de drogues était répandu. Néanmoins, ses parents lui cachaient leur consommation de cannabis, jusqu'à ce qu'elle ait 18 ans. A 14 ans, elle fumait des joints et peu de temps après, elle commençait à dealer avec ses cousins. Ces parents lui « *faisaient la guerre* » pour la protéger de la drogue. Elle vécut plusieurs décès de membres de sa famille à la suite de consommations de drogues. Néanmoins, vers 15 ans, elle commença à consommer des drogues dures (amphétamines, ecstasy, cocaïne, MDMA, champignons hallucinogènes, L.S.D). Mélanie pratique de nombreuses activités artistiques (chant, composition, peinture, écriture) et joue de nombreux instruments de musique. Elle n'exprime aucun problème majeur lié à sa consommation de drogue.

Le fait de fumer et surtout de dealer, lui permettait « *d'être acceptée par les autres* ». Son entourage vendait de la drogue et elle dit : « *je me suis fait engrainer* ».

Mélanie fait beaucoup la fête. Au début, elle ne ressentait pas le besoin de prendre des drogues dures : « *à cette époque-là, j'avais déjà tellement d'énergie et de joie de vivre que j'en n'avais pas besoin, je n'avais pas besoin de tout ce truc un peu superficiel, disons que je l'avais déjà naturellement en moi* » dit-elle. Mais elle explique : puis, « *je me suis un peu pervertie dans ma tête, à force d'user du chichon et de la fête, ce qui a fait que j'avais beaucoup plus de mal à m'ouvrir aux autres, à avoir cet amour inconditionnel* ». Mélanie prit conscience de ses faiblesses et voulut les pallier, grâce à la consommation d'amphétamines, afin de retrouver l'état d'esprit qu'elle pensait avoir perdu. C'est dans un second temps qu'elle comprit ce qu'elle

recherchait dans la drogue : « *cet état d'amour absolu* ». Avec le temps, elle réussit à retrouver « *cet état d'esprit* » seule, sans l'utilisation de drogue.

Grâce aux drogues, Mélanie reconnut qu'elle recherchait un sentiment d' « *amour universel* » et prit conscience qu'elle avait déjà vécu cet état durant son enfance. Ainsi, elle apprit à retrouver cet état sans l'utilisation de produits psychotropes. Désormais, elle ne prend « *quasiment plus* » d'amphétamine, enfin, « *plus du tout* » corrige-t-elle.

Mélanie consomme les différentes drogues dans des buts distincts. En effet, elle qualifie la cocaïne comme étant son « *péché mignon* », c'est pour elle « *un pur plaisir* ». Elle en prend uniquement dans un but festif, de la même manière que l'alcool. Elle précise qu'il « *n'y a aucune recherche* » derrière cette consommation. Par contre, le L.S.D et les autres produits hallucinogènes sont pris pour un « *usage spirituel* », ils lui permettent « *d'avoir des réponses* ». Elle précise que, contrairement à la majorité des personnes, consommer ce type de produits, ne l'a fait « *pas du tout* » rire, car elle explique : « *ça me donne des images, des trucs tellement de fou que je ne vais pas me fendre la gueule comme la plupart des copains. Ça va me procurer des sensations et un état de transe qui vont m'amener à me poser des questions et à trouver des réponses sur tout* ». Elle raconte alors, une expérience qu'elle a vécue sous l'emprise de champignons hallucinogènes : « *j'ai passé 7 h dans le son, mais dans le son à fond, avec des idées de fou dans la tête. A cette époque-là, j'étais encore en fac de physique, j'ai compris la relativité ce soir-là. Le lendemain, je me suis réveillée, je me souvenais de tout, le sourire jusqu'aux lèvres* ». Puis, « *comme je commençais un peu à redescendre, j'ai communiqué avec un arbre. Mais je suis sûre que j'ai communiqué avec lui au niveau énergétique, pas au niveau de la parole* ». Néanmoins, Mélanie aimerait vivre une expérience similaire sans l'aide des produits. En effet, elle trouve que cela ressemble à une expérience mystique, mais s'en éloigne par le fait qu'elle n'avait pas toute sa perception des sens. Ainsi, elle explique : « *j'aime pas le qualifier comme ça* » (c'est-à-dire comme une expérience mystique). C'est la raison pour laquelle ses consommations de produits hallucinogènes demeurent très occasionnelles, environ « *une fois par an* », car « *c'est trop dangereux sinon* ». En effet, elle craint de « *rester perchée* » comme certains de ses amis et précise : « *j'ai trop de choses à vivre pour ça* ».

Pour la même raison, elle refuse de prendre de l'héroïne, car elle a connu « *des personnes qui sont mortes à cause de ça* ». Alors, elle préfère se protéger et ne pas succomber à l'envie, pourtant présente, « *de savoir l'effet que ça fait* ».

Mélanie s'est toujours posé de nombreuses questions métaphysiques. Elle explique que lorsqu'elle était petite, elle voulait « *se mettre dans la peau des autres gens pour essayer*

de voir comment ils voyaient les choses ». Elle raconte que, pendant son adolescence, ce fût « *très difficile à vivre, d'avoir tout ça dans la tête qui m'arrivait alors que je comprenais rien* ». Mais elle a rencontré des gens qui lui ont « **ouvert l'esprit par rapport à tout ça** ». Maintenant, Mélanie peut parler de ses perceptions à sa mère, qui était très sceptique au départ. Désormais, elle « *commence à s'ouvrir* » à force de discussion, à la spiritualité.

Mélanie distingue la spiritualité de la religion. Elle a reçu une éducation catholique par un oncle curé, mais le reste de sa famille est « *athée et anarchiste* ». A propos de la religion, elle dit ceci : « *La religion, c'est comme l'Etat, je ne m'en mêle pas. Tout ce qui est endoctrinement est lié à des institutions, pour moi il faut leur chier dessus et tout défoncer. Parce que c'est rien que de l'assouvissement humain et que ça ne sert à rien du tout par rapport à ce qui est vraiment le spirituel. Quand on fait une recherche personnelle, c'est justement personnel* ». Néanmoins, Mélanie s'intéresse aux Ecritures. Elle a lu la Bible et a commencé la lecture du Coran afin de s'en inspirer, car « *il y a quand même de bonnes choses à l'intérieur* ». Mélanie croit en « **une force supérieure** » qui représente, à la fois, « **tout ce qui a été créé à la base** » par le big bang comme la terre, la nature... mais aussi « **l'espoir du meilleur lendemain** ». Ainsi, elle se rapproche de « *la philosophie rasta* » où « *le temple, c'est le corps et pour l'esprit, Dieu, c'est l'espoir et mère nature* ».

D'après Mélanie, l'usage de drogue peut permettre « **une initiation** », « **un apprentissage de soi-même, pour l'ouverture d'esprit** ». Elle l'explique ainsi : « *je n'aurais pas l'ouverture d'esprit que j'ai maintenant, je ne serais pas la même personne si je n'avais jamais touché à la drogue, ça c'est sûr* ». La consommation de drogue lui a permis d'avoir une plus grande ouverture sur la dimension spirituelle de l'existence. D'après elle, la spiritualité « *commence par la perception des signes et des coïncidences de la vie* » et correspond à « **tout ce monde qui n'est pas concret, matériel et palpable** ». Cela passe par « *la conscience de l'énergie* ».

Mélanie crée dans une dynamique spirituelle. La création s'impose à elle comme une évidence, elle ne sait pas trop d'où elle vient, mis à part d'un monde « *qui n'est pas concret, matériel et palpable* ». La drogue lui permet de lier les choses qu'elle a dans sa tête et facilite ainsi son expression. Parfois, elle ressent l'envie de créer, mais l'énergie à une forme indistincte, impropre à la création. Elle l'explique ainsi : « *je sens une espèce de mal-être, il y a un truc qui doit sortir, soit par des paroles, par de la musique ou plein de choses, ou peinture ou n'importe quoi, mais il faut que ça sorte. Et là, je fume un pétard, là c'est parti, j'en ai pour 3h à créer et après je me sens mieux* ». Néanmoins, Mélanie espère pouvoir y arriver sans l'aide de la drogue.

Mélanie se cherche encore. Elle dit d'ailleurs : « *je ne suis pas encore au stade de me voir avec assez de lucidité pour en parler* ». C'est pourquoi, elle travaille dessus et pense y arriver un jour. De plus, elle explique qu'elle sait donner beaucoup d'énergie aux autres, mais ne sait pas encore se « *renouveler* ». Mélanie cherche à vivre un état d'extase dans « *l'amour universel* ». D'après elle, l'amour c'est l'énergie.

1-2. L'exploration de Pascal

Pascal a 26 ans. Il n'a pas connu de problème particulier pendant son enfance. Ses parents voyageaient beaucoup pour leur travail ; ils ont beaucoup déménagé. Pascal a habité dans plusieurs pays d'Asie.

Il a fumé ses premiers joints lorsqu'il était au lycée. Puis, il a voulu essayer les autres produits psychoactifs. Actuellement, il a consommé des champignons hallucinogènes, du L.S.D, du L.S.A, des extasies, de la Salvia Divinorium, l'amanite tue mouche et d'autres plantes issues des pays où il a vécu. Il a aussi déjà utilisé des médicaments dans un but non médical (tramadol⁵, diazepam⁶). Ceux-ci lui ont provoqué des symptômes de manque, mais Pascal s'est sevré facilement grâce à « *un acte de volonté* ».

Dans un premier temps, Pascal dit qu'il a commencé à fumer « *pour faire comme tout le monde* ». Mais il préférerait fumer seul, donc il explique que c'était avant tout « *pour l'expérience, un peu spirituelle* ». Cela lui permettait de « *dormir tranquille et de réfléchir* ». Ensuite, il consomma plusieurs fois du cannabis en infusion, car il n'aime pas fumer. Cela lui donnait « *l'impression d'être un peu connecté aux autres, au groupe. On était tous bien en harmonie* ».

Pascal consomme les différentes drogues tout d'abord « *dans l'optique d'essayer* », et non de se défoncer. Son but peut être de « *s'amuser* » ou bien « *pour l'ouverture spirituelle* ». Il peut aussi s'en servir afin d'être plus performant dans une activité. Chaque drogue est utilisée en fonction de ses caractéristiques. Il a envie d'essayer les différents produits qui modifient la conscience afin de satisfaire son désir de découverte. La prochaine drogue qu'il aimerait goûter est l'héroïne. Jusqu'à maintenant, l'occasion ne s'était pas présentée, mais, désormais, il possède des contacts qui pourraient lui en fournir. Sa motivation est toujours « *une envie de tester* ».

⁵ C'est un analgésique central proche de la codéine, classé parmi les dépresseurs par de Thuillier et Pelicier.

⁶ Médicament de la famille des benzodiazépines, cette substance est également classée parmi les dépresseurs par Thuillier et Pélicier.

Mis à part le tramadol, qu'il apprécie pour travailler, Pascal a une préférence pour la salvia : « *c'est vraiment la drogue que j'aime bien, que je respecte en quelque sorte* » ; même s'il en consomme très rarement : « *pour le moment j'en ai pas besoin* ». En effet, il utilise cette plante dans un but spirituel afin de « *trouver l'inspiration, une sorte d'énergie en quelque sorte* ». Il en prend lorsqu'il ne va pas bien et se pose des questions, car « *ça pourrait m'aider* ». La salvia l'apaise. Les choses deviennent alors « *plus claires* » et « *c'est comme s'il y avait une présence qui l'accompagnait* ». L'effet dure entre 15 et 20 minutes, mais « *pendant très longtemps, tu penses à cette expérience. Ça te fait un peu réfléchir. C'est une bonne drogue* ».

A deux reprises, Pascal a ressenti des symptômes de manque en consommant du tramadol : « *tu es vraiment pas bien. Tu as les symptômes de la grippe et tu vomis. Ça peut durer une semaine. C'est le prix à payer pour utiliser le tramadol, pour triper pendant un mois avec* ». Il ajoute : « *ça a un effet relaxant et ça permet de garder le focus. Quand tu travailles, j'aime bien. Je pense donc un jour réessayer, redevenir dépendant et me re-sevrer* ». Il semble que Pascal aime prouver la maîtrise qu'il a de son corps grâce à « *un acte de volonté* ». Cette volonté est issue d'un désir de liberté : « *j'aime bien garder un peu ma liberté. Alors, te dire que t'es obligé de prendre un truc toute ta vie pour être bien, bon, c'est pas trop mon truc* ». Néanmoins, ce désir de liberté est aussi présent chez la plupart des toxicomanes. Dans ce cas, « *l'acte de volonté* » semble insuffisant. De plus, Pascal insiste sur le besoin de se préserver : « *c'est pas très sain pour le corps de prendre ça tout le temps* ». Cela implique donc une certaine représentation qu'il a de lui-même.

En effet, Pascal aime bien l'aventure, mais pas se mettre en danger : « *je ne suis pas casse-cou, mais pour l'aventure, on est obligé de prendre un peu de risques, sinon tu fais rien* ». Il a une bonne estime de lui-même « *je suis quelqu'un de bien. J'ai des valeurs que j'essaie de respecter* ». Ces valeurs sont en lien avec les relations qu'il entretient avec ceux qu'il aime. En effet, lorsqu'il aime quelqu'un, ce lien est « *éternel* ». En effet, pour Pascal l'amour est sacré. Il se rend alors disponible et gentil envers ces personnes. Il adhère aux valeurs de la famille et se sent donc très proche de la sienne en entretenant des relations sincères. Il ne cache pas ses consommations occasionnelles de drogue et peut même en parler librement avec sa mère, même si elle n'approuve pas. Ces relations sont peu nombreuses, mais profondes. Cependant, il y a peu de personnes dans son entourage avec qui il peut parler des liens entre spiritualité et drogue, alors qu'il aimerait que cela soit possible. Néanmoins, certains de ses amis représentent des modèles de vie spirituelle par leur mode d'existence. Dans ce cas-là, ils n'ont pas besoin de parler de spiritualité, ils la vivent.

D'après Pascal, la spiritualité est *« une recherche de soi. C'est la vie, faut expérimenter, voyager, analyser, essayer de comprendre et puis de progresser. C'est pas une religion avec des dogmes, des règles. C'est une espèce de recherche, de s'accorder du temps pour réfléchir »*.

Après avoir reçu une éducation catholique, Pascal a l'impression d'avoir créé sa propre religion : *« je crois à pas mal de choses, de trucs et je mixe un peu le tout. C'est moi qui me fait ma religion »*. Sa religion intègre *« le principe du Karma »* qui correspond à une possibilité d'évolution, associé à la croyance qu'il y a *« quelque chose après la mort »*. Pour l'expliquer, il dit : *« rien ne se perd, tout ce transforme »*. Il ne croit pas en une seule puissance qui viendrait de l'extérieur comme *« un seul dieu »*, mais pense pouvoir être *« en quelque sorte, son propre dieu »*. En effet, il pense *« qu'on peut choisir son destin et faire en sorte d'évoluer, et peut-être dans la vie d'après, on cumule une sorte d'énergie, puis on progresse. »* Il ajoute : *« je crois aussi en une sorte de force. Pas un dieu mais peut-être une sorte d'énergie qu'on peut ressentir, en effet. Puis moi, en prenant de la drogue, comme la salvia, on sent quand même quelque chose de fort, une espèce de vibration. Ça m'est aussi déjà arrivé en fumant où je me sentais vraiment en symbiose avec l'univers. C'est comme une espèce de toile qui réunit un peu toutes les choses »*.

D'après Pascal, les actes les plus importants de sa pratique spirituelle, sont les moments particuliers de réflexion qu'il se donne : *« l'activité spirituelle pour moi c'est la vie. C'est tous les jours, ça m'arrive de réfléchir et je fais rien. C'est des moments où je fais un peu le calme. Ça se vit au quotidien. Ça peut m'arriver de rester comme ça et de penser à des trucs qui n'ont rien à voir avec le reste »*. Cela est facilité par des balades dans la nature grâce aux *« merveilles de la nature, ça permet de réfléchir et de ressentir un peu une sorte d'énergie. Je trouve que ça fait du bien, on se sent revigoré »*. Il a déjà essayé de prendre un arbre dans les bras, mais *« je ne me suis pas senti plus cool que ça »*. Néanmoins ces moments lui permettent de se ressourcer.

La drogue lui a permis *« de s'amuser, d'ouvrir son esprit, de réfléchir, de trouver aussi peut-être sa voie en quelque sorte. Pour moi, c'est la salvia mais peut-être que pour quelqu'un d'autre ça sera autre chose. En tout cas, ça peut aider à se développer, à progresser »*.

1-3. Le combat de Tatiana

Tatiana a 28 ans. Elle a découvert le cannabis lors d'un voyage avec sa famille, elle avait 12 ans. Progressivement, les rencontres qu'elle fit, la familiarisa avec les différentes drogues. Ainsi, sa crainte face à la consommation de produits illicites diminua. Dès 12 ans, elle inhalait de l'eau écarlate, de l'éther et du gaz contenu dans les déodorants. A 14 ans, elle découvrit les autres drogues : speed, extasie, cocaïne, L.S.D. Elle prit aussi « *un petit peu d'héro* ». Ses consommations ont finis par lui causer des problèmes au niveau psychique, intellectuel et physique. Néanmoins, Tatiana ne s'est jamais sentie dépendante. Lorsqu'elle a ressenti les problèmes liés à ses consommations de produits psychoactifs, elle a changé de mode de vie et diminué ses consommations de sorte qu'elles n'engendrent plus de dégâts.

Ses parents se sont séparés lorsqu'elle avait 7 ans. Elle a beaucoup souffert de leurs disputes. Sa mère a récupéré sa garde, mais elle était « peu maternelle » et lui offrait peu de cadre : « *j'ai grandi un peu toute seule* ». Par contre, Tatiana a le sentiment que sa mère a toujours eu confiance en elle et en ses capacités de réussite. Elle explique : « *malgré toutes mes conneries, ma mère m'a toujours défendu par rapport aux autres. Elle croyait que je pouvais m'en sortir* ». Puis, elle ajoute : « *ma mère m'a aidé malgré sa distance, sa froideur* ».

Tatiana commença à fumer du cannabis sans en avoir entendu parler auparavant. En effet, elle s'aperçut que ses cousins fumaient ainsi que d'autres personnes de sa famille et n'osa pas dire qu'elle ne connaissait pas ce produit. Alors, elle fuma comme les autres. Peu de temps après, ses copains avaient du « *shit* ». Ce fût « *un gros délire, un gros fou-rire* ». Puis, ce fût parti « ***pour la découverte de la défonce*** », Tatiana recherchait tous les produits qui lui faisaient « *tourner la tête* ». Elle explique cela par une envie de découverte et « *d'avoir des sensations différentes qui changent de la normale, l'envie de découvrir le monde et justement ce monde des sensations, des perceptions* ». Avec le L.S.D, Tatiana tente d'aller plus loin et passe « *un cap* » en allant à « ***la recherche de la folie*** ». En effet, à 14 ans, elle consommait seule du L.S.D afin de « ***perdre ses limites, de perdre son contrôle*** ». Cela lui donnait « *l'impression d'apprendre* » sur elle. C'est la raison pour laquelle elle préfère les hallucinogènes. Néanmoins, elle prenait toutes sortes de produits et sa consommation augmentait.

Les problèmes ne tardèrent pas à arriver. Son petit copain commençait à présenter des troubles psychiques et fût hospitalisé en psychiatrie. Dans un premier temps, au lieu de diminuer sa consommation, Tatiana l'amplifia. Elle dit : « *il fallait que je vive mon expérience* ». Elle veut affronter la drogue : « *ça l'a eu à lui et moi ça m'aura pas* ». Mais elle se retrouva dans des états pitoyables. Un jour, elle fit un « *kapo* » avec sa bande de copains et dans son semi-coma, elle entendit « *ah, c'est pas beau une meuf comme ça* ». Ainsi, elle eut « *un petit*

déclat ». L'angoisse d'abîmer son image était plus forte que ses autres angoisses et provoqua une prise de conscience. De plus, à cette époque (entre 16 et 17 ans), son usage de drogue commençait à avoir des conséquences visibles : elle était « *très maigre* », elle perdait « *à moitié la tête* » et était « *triste* ». Ainsi, elle admit sa défaite face à la drogue et saisit l'opportunité de changer de milieu en déménageant. Elle se fit alors « *des potes qui ne se défonçaient pas* » et passa son bac. C'était « *un nouveau départ* ».

Actuellement, Tatiana consomme des produits psychotropes de manière occasionnelle. Elle distingue les différents produits.

Elle explique que cela peut lui arriver de prendre « *à la fin d'un bon repas, un petit rail de coc* », mais c'est « *utilitaire* », pour lutter contre la fatigue.

Ensuite, il y a les anxiolytiques ou l'héroïne « *mais bon, l'héro c'est quand même un milliard de fois plus fort !* » qui permettent de « *se calmer et d'arrêter de penser* ».

Enfin, les drogues hallucinogènes « *pour voyager et entrer dans un autre monde* ». Elle a « *toujours préféré les psychédéliques* », cette fois dans une démarche spirituelle. Elle raconte que lorsqu'elle se sent « *dans une impasse* », le fait de fumer de l'herbe ou de prendre des champignons hallucinogènes peut l'aider à trouver une solution : « *j'ai l'impression d'être mieux connectée à mon âme véritable, ce que je désire apparaît clairement, et puis quand je redescends, je me sens mieux et je peux l'adapter à la réalité, car avec les prods, on peut imaginer des trucs irréalistes, mais au moins on sait ce qu'on veut, et après, retour à la réalité, on l'adapte* ».

Tatiana dit que le début de ses consommations n'était pas lié à un état de mal-être, mais à une envie de découverte, « *ça s'est présenté à moi* » dit-elle pour justifier sa consommation.

Elle précise aussi que la drogue « *ne convient pas à tout le monde* », car « *c'est dangereux* ». En effet, on peut y perdre la tête ou devenir dépendant. Afin de contrer ces risques, il est important « *que chacun connaisse ses limites* » et surtout « *la base, c'est d'aimer plein d'autres choses, ne pas avoir que ça* ». Enfin, le primordial, « *c'est de prendre soin de soi. Dans ce cas-là, t'as pas trop envie de te droguer donc ça te protège* ».

Tatiana désire « *faire chemin inverse* » et « *amplifier sa sensibilité* », afin de prendre encore moins de drogue. Ainsi, elle espère avoir un plus grand contrôle de son esprit. Mais « *j'en suis pas là* » dit-elle, car souvent lorsqu'elle commence à consommer, elle tombe facilement « *dans l'excès* ». Néanmoins, elle a le désir de progresser : « *c'est ça qui est bon, apprendre, grandir* ».

L'usage des drogues et les rencontres qu'elle a faits l'ont ouverte à la spiritualité. Néanmoins, Tatiana avait déjà été sensibilisée à la spiritualité. En effet, elle raconte une

expérience qu'elle a vécue vers 5 ans, et qu'elle qualifie de mystique : « *dans le contexte, il n'y avait rien. Je ne me rappelle de rien. Tout ce que je me rappelle, c'est qu'on était en voiture, je regardais par la fenêtre, c'était la campagne, c'était beau et j'ai eu une sensation, un ressenti vraiment extraordinaire. Un bien-être, une beauté. C'était tellement beau ! Une sensation d'unité, d'harmonie, d'amour. Mes yeux se sont remplis de larmes. C'était vraiment une sensation d'osmose. Je me suis dit : ça, je m'en rappellerai toute ma vie* ». Plus tard, Tatiana a vécu des expériences similaires sous l'effet de produits hallucinogènes : « *je restais, pendant des heures, éblouie, émerveillée. C'est comme si ça réactivait ce que j'avais déjà en moi* ». Désormais, il lui est possible de ressentir cela sans l'utilisation de drogue. Elle précise : « *je ressens toujours plus ou moins ce truc-là, d'émerveillement, d'éblouissement face à la vie et à l'amour, mais pas à ce point-là* », sauf à des moments particuliers, dont elle aimerait connaître le secret, afin de mieux les maîtriser.

Durant son enfance, Tatiana a reçu une éducation religieuse catholique, mais sa famille n'était pas pratiquante. Elle explique : « *j'allais au catéchisme pour faire un peu comme les copains. Mais je me rappelle quand j'étais petite, j'y croyais. Et puis après, il y a eu la séparation de mes parents, j'en ai pas mal souffert, et donc là, j'y croyais plus. Plus tard, j'ai rencontré mon premier grand amour, alors là j'étais tellement bien que je me suis mise à croire en Dieu. C'était vraiment ça, j'allais bien, j'y croyais, j'allais pas bien, j'y croyais pas* ». Désormais, les choses ont changé : « *c'est plus une question de croire ou pas, c'est une question d'avoir la foi et de ressentir les choses ; ça fluctue pas comme avant. Si ça va pas, je me remet en question sans perdre la foi* ».

En grandissant, Tatiana a pris conscience de l'influence qu'elle pouvait avoir sur le monde : « *avant, je ne me rendais pas compte que je pouvais avoir une incidence sur les autres. Aujourd'hui, j'ai conscience que chaque acte à une conséquence* ». Désormais, elle a envie « *de vivre en harmonie avec les autres* » et n'a pas envie de faire des choses qu'elle n'aimerait pas qu'on lui fasse. Ainsi, elle a de « *très bons amis* » avec qui elle entretient des « *relations profondes* ».

De la même manière, elle a compris que ses perceptions et son esprit tout entier pouvaient être transformés : « *on vit dans un monde et quand on prend un truc, ça change complètement le monde dans lequel on vit. Ce qu'on perçoit, c'est juste dépendant de certains trucs dans le cerveau* ». Elle ajoute : « *maintenant, j'ai conscience que ce qu'on vit dépend de nous, de notre cerveau et de notre interprétation et là, ça ouvre le champ des possibles parce qu'on est responsable de ce qu'on vit, donc on peut aussi changer son monde* ».

Tatiana se considère toujours en recherche par rapport à la spiritualité. D'après elle, c'est une recherche qui va « *au-delà des mots* ». C'est la raison pour laquelle, il lui est difficile d'en parler : « *C'est plus sur le plan du ressenti* ». La spiritualité permet « *de trouver le sens profond de la vie, de nous, de qui l'on est* » et elle est liée à la notion « *d'harmonie* », qui souvent nous dépasse, car elle est difficilement perceptible par l'esprit humain. Pour Tatiana, on peut se « *relier* » à la spiritualité. Cela lui permet de ressentir « ***cette force de la vie qui unit toute chose. Cette force, c'est ça pour moi la spiritualité, c'est ce qui me permet de me ressourcer et d'être éblouie par la beauté*** ».

Tatiana pratique des activités spirituelles, mais de manière peu régulière. Néanmoins, elle « *prie assez souvent* », mais différemment de lorsqu'elle était enfant : « *je demandais que l'amour dure toute la vie avec mon premier amour. J'étais dans une demande comme si quelqu'un allait exaucer mes vœux. Au contraire, aujourd'hui, je peux demander d'avoir plus de force afin d'agir mieux, faire face aux épreuves de la vie. Je remercie aussi, j'essaye de penser à ce que j'ai. C'est surtout des pensées positives et j'envoie ces pensées aux personnes que j'aime et au monde* ». De plus, elle pratique occasionnellement la méditation et explique que le fait de fumer du cannabis facilite l'entrée dans cet état, même si elle peut y arriver sans, grâce « *à un acte de volonté* ». Enfin, Tatiana aimerait pratiquer d'autres activités spirituelles dans des monastères ou autres lieux de culte afin d'expérimenter « *des moments de silence, de prière* » en communauté. Elle désire aussi simplement faire « *des balades pour célébrer la vie* » avec d'autres, mais elle n'a « *pas beaucoup d'amis proches qui seraient prêts à pratiquer comme ça* ».

Elle a toujours eu un goût pour le risque, ce qui a facilité son entrée dans l'univers de la drogue. Désormais, elle a toujours cet attrait, mais l'oriente différemment : « *ça a beaucoup changé* ». En effet, Tatiana se respecte et en même temps, elle aime « *se surpasser* ». C'est ce qu'elle vit à travers « *le sport* », « *les voyages* » ; enfin, « *l'aventure* ».

Tatiana a une vision cohérente du monde. Elle parle de sa conception de la mort à travers la phrase « *rien ne se perd, rien ne se crée, tout se transforme* », mais reconnaît aussi son ignorance. Elle se considère comme « *partie d'un Tout. J'ai l'impression d'être reliée aux choses. C'est un sentiment d'unité. Je m'aime comme j'aime le monde. Je me respecte comme je respecte et aime la vie. Voilà, la vie, l'amour, la spiritualité, pour moi c'est lié* ».

Pour conclure, elle explique : « *dans mon histoire, la drogue et la spiritualité ont été reliées. Peut-être parce que dès petite, j'avais ce premier sentiment spirituel qui était né* ». Sa recherche spirituelle a aussi été influencée « *par des rencontres avec des gens, qui vivaient de manière spirituelle, en pratiquant, en méditant, et donc, ils m'ont transmis un peu leurs*

valeurs et m'ont montré que c'était possible, par leur manière de vivre, ils arrivaient à atteindre un réel bien-être ».

2- Les toxicomanes

2-1. L'amour ou la pulsion de vie d'Armand

Armand a commencé à fumer des joints aux alentours de 15 ans. Peu de temps après, il prit de l'héroïne et devint dépendant. Au cours de son parcours, il changea son produit de choix et remplaça l'héroïne par le Skénan ©. Après avoir tenté de se sevrer par ses propres moyens, Armand rentre pour la première fois dans un centre de soins pour décrocher du Skénan.

Armand explique que le début de sa consommation de drogue était dû à un effet de groupe. Il ajoute : « *C'est pas comme quand on fume une cigarette pour copier quelqu'un, on sait que les drogues c'est dangereux, c'est mortel donc c'est pas pour faire comme les autres, c'est plutôt l'envie de savoir ce que ça procure comme effet* ». Etait-ce sa manière de faire face à l'angoisse que d'affronter la plus grande peur, celle de la mort ? Dans le but d'assouvir « *l'envie de savoir* », mais savoir quoi ?

A l'aide des produits, Armand désirait « *être quelqu'un d'autre* », être libéré de sa timidité, afin de laisser s'exprimer son désir de communication. Cela lui permit de s'insérer successivement dans deux « *bandes* ». La première faisait la fête dans des lieux festifs. La deuxième « *un peu moins festif. C'était entre quatre murs et on écoutait de la musique et on se défonçait la gueule* » dit-il. Il précise que ces deux bandes étaient constituées de personnes plus âgées que lui. Etait-ce une recherche d'identification à un groupe considéré comme supérieur ?

Les effets de l'héroïne qu'il recherchait, était d'être « *invincible, sûr de soi, maître de soi, capable de faire toute les choses qu'on ne pourrait pas faire d'habitude* ». Il précise : « *Je peux comparer l'héroïne à un autre produit, le speed, t'es très actif, super actif, super à l'écoute, super tout* ».

Armand dit apprécier les hallucinogènes, mais à petites doses et dans un environnement sécurisant et adapté, dans une « *optique joyeuse et un environnement super sain* ». En effet, il explique « *j'aime pas trop perdre le contrôle quand je prends des produits, j'aime bien savoir contrôler* ». Pour exprimer cela, Armand emploie une nouvelle fois le verbe « *savoir* » pour parler de son besoin de contrôle.

Nous remarquons qu'Armand n'arrive pas à élaborer ses expériences avec les hallucinogènes. Il reste dans une description factuelle, en disant qu'à part les bad trips « *y a*

aussi des moments où c'était super, on rigolait beaucoup, on était trois, on était à la rue à l'air frais, on était devant tout le monde. C'était en plein marché, et on a beaucoup rigolé. ». Ainsi, il ne répond pas directement à la question « *Qu'est-ce que ça t'as fait ?* ». Cela dénote peut-être une difficulté à élaborer les expériences internes.

La drogue et la défonce sont avant tout considérées comme un plaisir. Cette satisfaction immédiate n'aboutit pas à une élaboration : « *ça reste un plaisir la drogue, le plaisir de se défoncer, j'aime ça* ».

Armand explique que sa demande de soin est liée à ses questionnements sur sa vie, mais avec des conceptions uniquement matérielles, sauf lorsqu'il parle d'« *une chose positive, une amie, une copine qui est là* ». Cette présence est à l'origine de sa demande de soins, mais Armand précise qu'il le fait d'abord pour lui, puis ensuite, pour son couple. Nous pourrions considérer cela comme une expression de la « pulsion de vie ».

Armand considère son parcours de toxicomane comme une perte de temps. Il voit les choses en négatif et ne semble pas percevoir la possibilité de mettre à profit son expérience. La spiritualité, qui considère chaque expérience personnelle comme nécessaire afin d'accéder à une plus grande sagesse, pourrait-elle l'aider à aller de l'avant ?

Armand exprime un désir de transgression et un goût prononcé pour le risque qui donne « *du piment à la vie* ». D'ailleurs, il dit sur un ton ironique « *une loi ça sert à être violée* ». Armand manque de limites.

En recherchant les causes de sa toxicomanie, Armand se demande si ses parents l'ont trop « *cocouné* ». Il se trouve alors face à une impossibilité de savoir : « *je me pose la question. C'est ça qu'est chiant, on saura jamais* ». Il semble rechercher un coupable. En même temps, Armand paraît porter le poids de cette culpabilité lorsqu'il explique qu'il a parlé à ses parents de ses problèmes de drogue, mais ne sait pas s'il a bien fait, il précise : « *je crois que je les ai tués là* ».

Armand souffre d'instabilité dans ses rapports sociaux. Il se qualifie comme ayant « *plein d'envie mais ...timide et réservé et qui peut être aussi vachement extraverti* ». Il y a peut-être un écart trop important entre son Moi idéal et son Moi réel, ainsi qu'une mauvaise connaissance de lui-même.

Nous remarquons un désir d'ouverture, d'aller vers l'autre : « *échanger, communiquer* », mais la toxicomanie provoque un appauvrissement affectif. En effet, Armand fait la différence entre « *les connaissances de consommations* » et ses « *vrais amis* », dont il a perdu le contact à cause de sa consommation de drogue. Il exprime alors un désir de recréer des liens authentiques. Avec ses « *connaissances de consommations* », il n'y a « *pas de lien* ».

d'amitié ». Leur seul point commun, c'est la drogue. Pourtant, au début de sa consommation, la drogue lui permettait de tisser un réseau relationnel ; mais celui-ci est resté superficiel au niveau de l'implication affective.

Armand se considère « *catholique chrétien* », mais fait encore preuve d'instabilité, cette fois dans ses croyances : « *j'y crois parfois oui, parfois non* ». Il l'explique ainsi : « ***quand je me sens pas bien, j'y crois pas et quand je me sens bien j'y crois*** ». Armand semble pris dans une dualité. De plus, il n'a pas recherché d'autres formes de spiritualité que celle qui lui a été transmise.

Armand se sent lié à sa dimension spirituelle lorsqu'il écoute de la musique. Il explique que cela lui permet « ***de faire le vide, c'est un sentiment de bien-être, de se nettoyer, de se confesser, enfin de vider tout ce qu'on garde en nous*** ». La spiritualité est reliée à son ressenti, « *c'est difficile à expliquer* ». Il ne la met pas en acte.

Il se posait des questions métaphysiques avant sa consommation ; celles-ci ont disparu pendant la consommation. A ce moment-là, seul le plaisir comptait (sans élaboration), malgré la reconnaissance d'un mal-être possible. Maintenant qu'il est en cure de sevrage, il dit se reposer des questions et penser à son avenir. Nous sentons qu'il recherche aussi ses limites. Néanmoins, ses pensées ressemblent à des ruminations : « ***je pense beaucoup, je repense aux choses du passé, j'essaye de les modifier pour voir quelles incidences ça aurait*** ». En effet, ces pensées ne semblent pas viser au changement. Nous ressentons un manque de sens.

Durant l'adolescence, Armand a montré des signes d'opposition. Il a refusé le chemin qu'on lui proposait et affirmait sa singularité. Il recherchait la liberté, mais celle-ci est uniquement représentée par la satisfaction, « ***je recherchais que du plaisir, le plaisir de vivre quoi*** ». C'est comme s'il avait perdu (ou jamais eu ?) « *le plaisir de vivre* » et cherchait à le (re)trouver. La drogue a été pour lui une solution face à ses problèmes existentiels.

Sa vision du monde extérieur est floue et un peu incohérente, il ne s'y intéresse pas : « *je pense d'abord à moi. Après le monde c'est autre chose* ».

Il a plusieurs centres d'intérêts, comme la lecture, le cinéma, la musique et les voyages, sur lesquels la thérapie pourrait s'appuyer.

Armand a deux visions de l'amour. La première est relative à la vie de couple : « *c'est être en symbiose, en symbiose parfaite, vivre, unique, accroché face aux épreuves de la vie* ». Nous remarquons un important désir de fusion. La deuxième est liée à la création, il voudrait faire des choses de ses mains. Il relie cette dynamique à l'amour : « ***la satisfaction d'avoir fait quelque chose de bien. On aime ce qu'on a fait.*** ». Cette création à travers l'acte et la satisfaction personnelle qui en découle pourraient constituer un levier thérapeutique, par

l'apprentissage d'un effort entraînant la sensation d'une projection. Cette activité pourrait lui permettre de se relier à sa part créative, et donc, à sa dimension spirituelle.

2-2. Le rêve de Farid

Farid a découvert la drogue à 14 ans, en commençant par fumer des joints. Très vite, sa consommation de produits psychoactifs s'est diversifiée (alcool, médicaments, champignons, héroïne) et Farid est devenu dépendant. A 25 ans, il tente pour la première fois une démarche de soins pour se désintoxiquer et part en postcure. A la suite de cela, Farid est passé successivement par des périodes d'abstinence et de « *défonce* ». Après de nombreuses tentatives pour décrocher, Farid revient en centre de soins, à l'âge de 42 ans pour tenter, encore une fois, d'arrêter ses consommations de produits psychotropes.

Farid se qualifie d'« *enfant-roi* » qui n'a pas connu la frustration. Mais son père souffrait d'alcoolisme et a fait un délirium tremens. Sa relation avec ses parents était problématique. Il explique qu'après leur mort, il s'est senti libéré et que ses parents lui ont donné « *plus d'énergie, plus de force après leur décès que de leur vivant* », car « *ils étaient trop à m'accompagner, mais ça m'aidait pas* ».

A l'adolescence, lorsque Farid acquiert plus de liberté, il rentre aussitôt en contact avec la drogue. Dès le début de sa consommation, l'« *autoroute était tracée* ». Il s'enfonce sur le chemin de la dépendance et le met en lien avec les « *relations conflictuelles* » qu'il entretenait avec son père, ainsi qu'avec ses différents échecs, scolaires et sportifs. Pour assouvir ses besoins, il absorbe les médicaments anxiolytiques de son père. Cela induit à penser que l'identification au père est problématique. Farid souffre d'addiction comme son père et consomme de l'héroïne malgré les mises en garde des conséquences néfastes. Farid ne se protège pas. Est-il à la recherche de ses limites ? Est-ce une mise en danger de type ordalique ?

L'usage de drogue lui sert de médiateur dans la relation à l'autre. Farid fait des rencontres par le biais de ses consommations et tisse ainsi un réseau relationnel. Celui-ci lui permet de découvrir de nouveaux lieux, mais cela reste dans un objectif de « *défonce* ». Ses relations demeurent donc à un niveau superficiel. D'ailleurs, il les nomme « *mes potes de conso* », ce qui sous-entend que ce qu'il partage tourne autour de la consommation de stupéfiants. De même, au sein d'une relation amoureuse, il augmente cette consommation ; peut-être pour échapper à l'angoisse suscitée par la vie amoureuse. En tout cas, cela aboutit à des échecs.

Après s'être marié, sa femme demande le divorce, puis son père décède, et sa mère peu de temps après. Ces traumatismes successifs amplifient sa consommation de drogue : il prenait « *tout ce qui défonce* ». Les produits semblent prendre la place d'un vide. En effet, en parlant de sa consommation de cannabis pendant le weekend, Farid dit « *je me remplis* » afin de mieux supporter la semaine où il ne pourra pas fumer.

Avec la drogue, l'angoisse se déplace. Elle ne se situe plus au niveau relationnel, mais dans la peur du manque : « *J'avais conscience qu'il fallait que je me défonce, que j'aimais ça et qu'il fallait pas être mal* ».

Farid découvre la drogue par curiosité, dans un désir de « *savoir* » : « *j'ai vraiment eu envie de goûter pour savoir l'effet* ». Une envie de découvrir, de *savoir* (cf Armand). L'usage de drogue s'inscrit-il dans un désir de compréhension ? La défonce apporte-t-elle peut-être une réponse en stoppant toute question ? « *Donc, c'était plus de la fête. C'est vite devenu de la défonce* ». Il était « *embrumé par le produit* ». Au contraire, avant le début de sa consommation et lorsqu'il ne consommait plus, Farid se posait des questions existentielles et cherchait à donner un sens à sa vie.

Ceux qui prenaient de l'héroïne étaient considérés comme ceux qui savaient, à qui Farid s'identifiait : « *je croise un peu d'héro parce que j'ai traîné beaucoup avec des un peu plus âgés* ». Recherche-t-il un mentor ?

L'usage d'héroïne a pour but l'obtention du plaisir. Il n'y a pas d'élaboration au-delà de ce plaisir.

Lorsque Farid vit différentes pertes : divorce, décès du père puis de la mère, il augmente ses consommations de produits psychotropes et explique : « *je cherchais à m'oublier, une sorte de mort en quelque sorte* ». L'usage de drogue ne lui permet donc pas une découverte de son monde interne mais, au contraire, engendre une fuite. Il demeure en attente d'une renaissance... Cette renaissance peut faire écho à une vision spirituelle.

Farid reconnaît un « *côté mystique* » dans la prise d'hallucinogènes. Néanmoins, il en a pris peu et l'explique par un manque d'envie « *d'aller chercher cette spiritualité* ».

Il raconte que lorsqu'il consommait des champignons hallucinogènes, il était plus en contact avec son monde interne. Désormais, il exprime le désir d'en reprendre dans un but spirituel et pour donner une direction à son *voyage*. D'après ses lectures de Timothy Leary, le « *voyage astral* » des moines tibétains « *est similaire* » au *voyage* provoqué par des hallucinogènes. Mais il a peur « de rester perché » à la suite de cette expérience.

Farid espère retrouver dans la spiritualité les mêmes sensations que lors de l'usage de drogue. Il souligne ainsi un lien entre usage de drogue et expérience spirituelle, par l'accès à des états de conscience modifiés.

Lorsque Farid pratiquait des techniques respiratoires (dont nous reparlerons plus tard), il vécue une expérience qu'il qualifie de « *mystique* », mais uniquement lorsqu'il avait fumé un joint avant. Il explique que « **le produit a été l'accélérateur** ». Il pense qu'il était au bord d'une « *expérience mystique* » qu'il recherche et attend. Le produit est-il vraiment l'accélérateur qui permet d'avoir un aperçu de ce qui est accessible ou bien lui permet-il seulement d'échapper à ses angoisses en créant une illusion ?

Farid peut faire preuve d'une adaptation de surface : « *Je faisais bonne figure* ». Mais cela le fait souffrir d'incohérence : il doit vivre en cachant une part de lui-même. La spiritualité peut-elle l'aider à avoir une plus grande cohérence entre ses actes, ses émotions et ses pensées ?

Lors de sa 1^{ère} tentative de désintoxication, Farid n'agit pas de manière autonome et responsable, mais plutôt « *pour faire plaisir* » à ses sœurs et à ses parents. Les tentatives suivantes sont aussi inefficaces. Il explique cela par le fait de revoir ses connaissances de consommations, alors que son envie de consommer est toujours présente. Il n'a pas de méthode pour une vie sans drogue, satisfaisante sur le plan social et personnel.

L'usage de drogue, comme nous l'avons vu, lui a permis de se créer des relations. Néanmoins celles-ci sont restées à un niveau superficiel. Farid se sent seul car, comme il l'explique, il est dans un état « *un peu flou* » et ne sait pas qui, dans son entourage, pourrait être un soutien pour lui.

Farid a eu un premier contact avec la spiritualité en lisant un livre « *d'un maître zen japonais* ». Il applique les techniques respiratoires proposées de manière régulière et cela lui permet de mieux vivre « *les attaques* » de sa patronne. Il explique : « *j'avais peur de perdre mon travail* ». C'est la raison pour laquelle il pratiquait ces techniques respiratoires. Celles-ci sont utilisées en l'absence d'une conception cohérente du contexte et des visions du monde qui les sous-tendent. Farid raconte que, grâce à la respiration, il était devenu « **blindé** », « **imperméable** », d'une façon qui semble idéalisée et qui ne permet guère l'expression, et donc la concrétisation, de ses besoins.

Le Tibet, considéré comme le noyau de la spiritualité bouddhiste, l'attire. Il pense que là-bas, il devrait trouver la solution de ses problèmes. Ses intuitions ne sont pas structurées de manière concrète et élaborée. Tout se situe au niveau du fantasme. A travers son discours abondant, nous remarquons une instabilité importante qu'il exprime lui-même par « **je suis quelqu'un de très éparpillé, instable quelque part** », mais il reconnaît aussi : « **je crois que ça**

me plaît ». On ressent ici une certaine ambiguïté mêlée à une peur de perdre son identité. Farid se cherche. Cette instabilité se métabolise à travers ses nombreux échecs de désintoxication. L'envie de *faire quelque chose de sa vie* est aussitôt chassée par *une envie de défonce*.

Malgré son attrait pour ces philosophies asiatiques (qui lui permettaient d'« *investir autre chose que la défonce* ») et les activités associées (chi-qong, aikido), Farid n'arrive pas à réellement s'investir par des actes concrets et, donc, éprouve une difficulté à fournir des efforts et à faire face à la frustration. En effet, lorsque Farid se retrouve seul face à des efforts à fournir, il reste passif et se réfugie dans la drogue en négligeant ses intérêts.

Par ailleurs, il explique qu'il a « *peur du vide, de l'ennui* » et que ses rechutes sont dues à un manque d'occupation. Nous pouvons parler d'une « incapacité d'être seul », d'après le concept de Winnicott. Ce vide renvoie-t-il à un manque d'élaboration et à une insécurité interne ? De plus, il exprime un désir de pratiquer la méditation et le yoga. Peut-être est-ce une manière d'appriivoiser ce vide ? Comme il le raconte, les techniques respiratoires qu'il pratiquait ressemblaient à une séance de méditation et cela lui permettait de « *faire le vide total* », cette fois dans un aspect positif.

Farid éprouve de grandes difficultés à arrêter le Subutex ©, alors qu'il en consomme 0,2 mg. D'après les médecins, à 0,2 mg, il n'y a plus de réelle dépendance physique. Quelle place prend donc le produit dans l'économie psychique de Farid ?

Il explique qu'il a des difficultés à reconnaître l'autorité et à se soumettre à des règles externes : « *en contradiction avec l'autorité, le côté anarchiste me plaît beaucoup* ». En même temps, Farid exprime le désir de vivre des expériences spirituelles et de découvrir ce qu'il y a à l'intérieur de lui, notamment en pratiquant des disciplines spirituelles. Mais il insiste sur l'existence d'un manque qui l'empêche d'agir et explique aussi ses craintes relatives à la découverte de lui-même : « *je suis un peu frileux, parce que j'ai peut-être peur ce que je vais découvrir, ou de ce que ça implique, je sais pas* ». On ressent un décalage entre son Moi réel et son Moi idéal. Il se met alors en échec.

Farid n'a pas reçu d'éducation religieuse et rejette dans un premier temps l'aspect religieux, c'est-à-dire rituel et communautaire. Dans un second temps, il exprime la possibilité d'y adhérer, tout en se méfiant du côté sectaire. Il se dit à la recherche d'un levier. Enfin, Farid reconnaît la possibilité de mettre à profit son expérience.

2-3. Thierry ou l'attente d'un autre monde

Thierry a fumé ses premiers joints vers 13 ans. Puis il a rapidement essayé d'autres produits : l'alcool, l'ecstasy, la cocaïne, les médicaments et, enfin, l'héroïne. Il a été dépendant au cours de sa deuxième année de consommation. Il a désormais 21 ans et tente pour la première fois une cure de désintoxication dans un centre de soins.

Thierry a connu de nombreux traumatismes durant son enfance et a subi les comportements intrusifs de sa mère. Au moment de l'adolescence et de l'apprentissage de sa liberté, il découvre rapidement les produits psychotropes. Avec la drogue, il semble glisser sur le chemin du plaisir intense et immédiat : « **la drogue faut jamais commencer, c'est trop bon ..., c'était trop bon, trop bon !** ». Sur cette route, un ami l'accompagne. Leur consommation d'héroïne reste cachée aux yeux de leur entourage. Thierry explique qu'ils arrivaient à « gérer » leurs consommations afin qu'elles restent occasionnelles.

Puis une succession d'événements traumatisants touche les deux amis. Le grand-père de Thierry se suicide le jour de son anniversaire et le père de son « meilleur pote », meurt dans un accident de voiture, sous l'emprise de l'alcool.

A partir de ce moment-là, ils n'ont plus de limite et s'enfoncent sur la voie de la dépendance. C'est Thierry qui avait « les plans pour la came ». Son ami a fini par faire une overdose. Il s'en sent aujourd'hui coupable.

Thierry n'est pas attiré par les produits hallucinogènes ; il craint « le bad trip ». Il exprime un besoin de contrôle, un rejet du « monde peace and love » et une pratique de la violence à travers le Krav Maga ⁷. Peut-être est-ce sa manière d'apprivoiser le monde de violence dans lequel il a grandi ? En effet, Thierry vit dans un monde où l'insécurité domine : « **ici c'est chacun sa merde, non ?** », « **y a trop de merdes et d'injustices** ». Sa consommation de drogue semble être son seul moyen d'accéder au plaisir. Mais désormais, il n'est plus libre, il est prisonnier de son addiction.

La spiritualité ne fait pas partie du monde conscient de Thierry. Il pense qu'elle est limitée aux phénomènes religieux, auxquels il n'adhère pas. Il rationalise : « *le ciel, il est bleu le jour, ou avec des étoiles la nuit* », afin d'exclure la part inconnue de l'existence. Il a une vision dualiste de la religion : « *je vois pas un dieu qui me surveille ou qui pourrait m'aider* ». Dans son imaginaire, Dieu semble être transcendant et dominant, ce qui amplifie les sentiments de culpabilité.

⁷ Méthode israélienne d'auto-défense.

Néanmoins, Thierry semble rechercher la sécurité. En effet, il dit à propos de son séjour de sevrage : « ***j'ai pas trop envie de sortir*** ». Le cadre de l'institution est donc protecteur et lui permet de créer des liens d'amitié qui ne sont pas motivés par la consommation de produits. En dehors de ce cadre, c'est un garçon très isolé qui dit n'avoir « ***plus que des potes de défonce*** », d'où la nécessité qu'il tisse un nouveau réseau relationnel.

Thierry montre des difficultés d'introspection. Il n'apprécie pas de se trouver seul et préfère être constamment sous l'influence de stimulations extérieures. Il l'exprime ainsi : « *Tu vois, pour m'endormir, j'aime pas quand y a rien. Moi, je dors mieux quand y a du bruit, de la musique et le mieux c'est la télé. C'est ma petite berceuse* ». A-t-il peur de ce qui se trouve dans son monde interne ? Il explique que c'est en étant entouré de ses « *potes* » qu'il apprend à mieux se connaître. A-t-il besoin de se sentir accompagné pour creuser son intériorité ?

Le monde extérieur ne semble pas être perçu de manière cohérente. Il lui manque une carte lui permettant de comprendre comment établir des liens. Actuellement, Thierry se trouve dans un monde de violence où la coopération entre humains n'existe pas.

D'après lui, « *la mort, c'est rien* ». C'est aussi la réponse que sa mère lui avait faite quand il lui avait posé la question durant son jeune âge. Il n'exprime aucun questionnement métaphysique.

Thierry a un idéal d'amour fusionnel (cf. Armand), où les deux personnes ne feraient plus qu'une.

A la fin de l'entretien, Thierry dit : « ***je cherche, j'ai pas encore trouvé le sens de ma vie, mais je pense que c'est ça qu'il faut que je travaille*** ». Il exprime ainsi une quête de sens et un désir de cohésion. C'est un point sur lequel une thérapie pourra s'appuyer.

3- Les anciens toxicomanes

3-1. Emeline, une énergie vers la spiritualité

Emeline a 39 ans. Elle a commencé à fumer des joints vers 12 ans. A 15 ans, elle était « *accro* » à l'héroïne. Plus tard, elle fût dépendante de la cocaïne, du crack puis de l'alcool. Elle changeait de produit de choix, mais la dépendance était toujours aussi intense. Après de nombreuses tentatives de sevrage dans différents centres de soin, Emeline est actuellement abstinente depuis 5 ans.

Emeline appréciait beaucoup les effets de ses premiers joints. Elle dit : « *c'était super, je me sentais bien, c'était amusant, je partageais un truc avec les autres* ». Grâce au produit, elle se liait aux autres en vivant une expérience commune sous le sceau de l'interdit. Avec le recul, elle pense qu'elle ne se sentait pas bien dans sa peau, qu'elle était assez anxieuse et que c'est la raison pour laquelle elle a essayé et continué à se droguer.

Dès le départ, lorsqu'Emeline fumait du shit, elle se sentait déjà très dépendante psychologiquement : « *j'étais super accro* ». Elle raconte l'angoisse qui la submergeait lorsqu'elle se retrouvait sans cannabis. Elle ressentait alors « *un sentiment de vraie peur* ». Plus tard, la dépendance physique commença avec l'héroïne.

A 18 ans, malgré son addiction, Emeline était insérée socialement. Elle allait à l'université et avait « *un petit copain qui était très connu* » et qui ne se défonçait pas. A ce moment, une petite prise de conscience pointa le bout de son nez, Emeline trouvait « *un peu déprimant de fêter* » ses 18 ans « *étant accro à l'héro* », mais ce sentiment fut aussitôt chassé par la peur de vivre sans produit. C'est à cet âge qu'elle entre pour la première fois dans un centre de soins. Elle y resta 6 mois. A sa sortie, elle a décroché de l'héroïne. Elle va chez une amie et commence à prendre de la cocaïne. Contrairement à l'héroïne, qui engendrait une consommation le plus souvent solitaire, la cocaïne permit à Emeline d'entrer dans un contexte festif. A chaque fois, au début de la consommation d'un type de produit, Emeline se considérait comme étant « *super cool, rock'n roll, différente des autres* ». Malheureusement, avec le temps elle finit par se trouver « *merdique* », car impuissante face à sa dépendance.

Le choix du produit était associé à un contexte. Que ce soit avec l'héroïne, la cocaïne ou l'alcool, Emeline est comme aspirée par son addiction. Elle se retrouve incapable de se fixer des limites et consomme jusqu'à sa perte. Elle finit par faire une overdose de cocaïne et cela lui fit peur. Ainsi, elle arrêta la cocaïne et sombra dans l'alcool.

Elle avait conscience qu'elle avait besoin du produit. Elle se trouvait donc dans l'incapacité d'arrêter. Emeline n'élabore pas sur la place du produit, les raisons de sa

consommation, les effets qu'elle recherchait, elle exprime seulement son besoin de consommer comme une nécessité.

Les produits hallucinogènes font partis « *des premières drogues* » qu'Emeline consomma. Elle en prit peu, car elle préféra les autres drogues, notamment à cause d'un « *bad trip* », dont elle dit « *j'ai cru que j'allais crever. C'était affreux* ».

Après avoir « *touché le fond dans l'héroïne, touché le fond dans la cocaïne* », puis dans l'alcool, en souffrant des problèmes physiques correspondants, Emeline entre dans un centre de soins pour une durée d'un an. Elle a déjà de nombreuses années d'addiction derrière elle et de nombreux séjours en centre de soins, mais, cette fois, elle a une réelle prise de conscience. En effet, quel que soit le produit consommé, cela finissait par la détruire, car rien ne pouvait l'arrêter dans sa consommation, tout était dans l'excès : « *C'est une vie horrible* ». La prise de conscience vint d'une perception de son moi réel, intime, qui se trouvait en décalage avec la personne qu'elle était sous l'emprise des produits. Elle l'explique ainsi : « ***je m'étais vraiment éloignée de qui j'étais à la base*** ». Une fille « *douce, gentille, timide, plutôt créative et artistique* ». Au contraire, avec sa consommation de drogue, elle était devenue « *une espèce de sans foi ni loi* » que rien n'arrêtait pour consommer.

Au moment du séjour dans son dernier centre de soins, fondé sur le modèle Minnesota, elle réussit enfin à devenir abstinente. Dans le même temps, elle s'ouvra à sa dimension spirituelle. En effet, ce centre de soins est fondé sur le programme des 12 étapes AA. Pour Emeline, la première étape fût évidente. Mais la difficulté se fit sentir lors de la deuxième étape. Celle-ci consistait à accepter qu'une puissance supérieure puisse nous aider. Emeline dit : « ***je trouvais ça tellement débile !*** ». Mais, n'ayant pas d'autre solution pour sortir de sa dépendance et voyant les nombreuses personnes pour qui cette technique marchait, Emeline accepta l'idée qu'il puisse y avoir une possibilité que cela fonctionne. Néanmoins, elle ne pensait pas que cela pourrait marcher pour elle. Elle explique qu'elle commença à pratiquer sans réelle conviction. Ainsi, tous les matins, elle disait : « *Dieu, aide-moi à rester sobre aujourd'hui s'il te plaît* ». C'était le début d'une pratique spirituelle.

Par cette citation, Emeline distingue la spiritualité et la religion : « *la religion, c'est pour ceux qui ont peur d'aller en enfer, la spiritualité, c'est pour ceux qui ne veulent pas y retourner* ». Elle considère avoir vécu l'enfer et cette expérience aboutit à l'éveil de sa spiritualité qu'elle qualifie ainsi : « *c'est quelque chose qui fait partie de mon programme d'abstinence, quelque chose qui fait partie des belles choses de la vie. C'est difficile à expliquer mais c'est quelque chose qui m'entoure. C'est aussi le fait de ne pas avoir à consommer. C'est comme un processus cognitif où lorsque je demande à quelque chose qui n'est pas réel,*

enfin pas physique. Quand je suis dans cette démarche de demander à ma puissance supérieure de m'aider à ne pas consommer, ça déclenche quelque chose chez moi. Ce geste-là pallie ce côté destructeur que j'ai. C'est aussi un sentiment de bonheur, de reconnaissance, de gratitude ». C'est quelque chose qu'Emeline avait déjà expérimenté durant son enfance. Elle se rappelle que lorsqu'elle avait 12 ans, en regardant un paysage de savane, elle s'était dit : « *c'est pas possible que ce soit juste nous qui aient fait ça !* ». Elle l'explique ainsi : « *quand tu regardes les animaux, la nature, le soleil, les montagnes, il y a forcément quelque chose qui fait que les choses soient comme ça, si belles.* ». Désormais, Emeline ne se pose plus de questions métaphysiques. Elle explique : « *j'ai pas besoin de questionner ma spiritualité* ». Au contraire, dans les moments durs de son addiction, Emeline se trouvait dans l'incompréhension et exprimait des sentiments de colère et de revendication : « *j'en voulais à Dieu de m'avoir faite ainsi* ».

Grâce à son expérience, Emeline bénéficie d'une meilleure connaissance d'elle-même, et de ce fait, du monde en général. Désormais, elle peut exprimer le plaisir qui est lié à l'usage de drogue : « *c'est très très très très bon* » insiste-t-elle. Et, en même temps, elle reconnaît ses limites : « *mais c'est pas bon pour moi, parce que je ne sais pas me limiter à un petit peu* ». Depuis son rétablissement, Emeline reconnaît une certaine réciprocité au sein de l'existence, elle l'explique ainsi : « *je crois en soit bon et les gens seront bons avec toi. Pas tend l'autre joue, mais fais les choses bien, soit bon avec toi-même, soit bon avec les autres, essaye de faire le bien autour de toi et la vie sera quand même belle* ». Emeline se sent reliée à ce qui l'entoure dans un esprit de bienveillance.

D'après Emeline, l'amour est une notion large, mais aussi un mode d'existence : « *j'ai un sentiment d'amour pour la nature, j'ai un sentiment d'amour pour mon chien. Pour moi, l'amour peut-être lié à la gratitude aussi. J'adore aimer, mais aimer autant les choses autour de moi, les gens, les animaux, je peux aimer ma paire de chaussures. Je vis de l'amour dans plein de choses différentes. Je vis de l'amour dans le partage* ». Ce n'est pas une notion seulement présente dans son « *histoire d'amour fabuleuse* » avec son fiancé. Nous remarquons que sa définition de l'amour est à rapprocher de ses conceptions spirituelles.

Désormais, si Emeline ressent l'envie de consommer, elle sait se relier. D'un point de vue pratique, elle possède les numéros de téléphone de différentes personnes qui pourraient lui venir en aide dans une dynamique d'amour et de réciprocité.

3-2. L'épanouissement de Paul grâce à l'énergie du désespoir

Paul est un ancien toxicomane, ayant commencé l'héroïne à 15 ans. Il est désormais abstinent depuis 11 ans. Il a aujourd'hui 53 ans.

Au début de l'adolescence, Paul est un enfant peu cadré. Il a l'esprit aventureux et désire découvrir le monde, mais il est livré à lui-même et dit s'ennuyer. Il fait alors des balades solitaires durant ses vacances, à la recherche de nouvelles activités. Il rencontre des personnes qui lui proposent une bière et la désinhibition que cela lui procure lui a donné « *des ailes pour communiquer* ». Cela lui permettait d'entrer dans un nouveau système relationnel et de se faire des amis alors qu'avant cette découverte, il se sentait seul.

Ce nouveau monde lui parût plein de joie de vivre et le distrait de la routine quotidienne. Il s'inséra alors, progressivement, dans un nouveau groupe social, celui de la culture Woodstock, opposée à la culture de ses parents.

Il exprime un fort sentiment d'appartenance à son groupe, « ***ceux qui se défonçaient pas, c'était vraiment des losers.*** ». En effet, il pensait détenir la clé de l'accès au bonheur, « *les trois premières années, c'était que bon, ma vie était à un niveau supérieur, ma vie c'était une Rolls* ». Mais Paul augmente sa consommation et n'arrive pas à suivre un cursus universitaire.

Dès 22-23 ans, il demanda de l'aide à un ami de son oncle et celui-ci le prit sous son aile aux Etats-Unis. Il quitta la France pour le milieu universitaire américain et réalisa un sevrage progressif sur 10 mois avec l'aide de médicaments. De plus, il travailla pour financer ses études, qu'il réussit d'ailleurs brillamment. Cela augmenta sa confiance en lui. Mais le stress engendré par la perspective du retour en France, considéré comme la fin d'un rêve fit qu'il replongea dans « *l'héro* » juste avant de rentrer. Il l'explique ainsi : « *J'avais fait aucun traitement psychologique, j'avais pas de programme comme aujourd'hui, je faisais rien, j'étais quand même un dépendant, sans produit mais latent.* ».

Une fois en France, de nouveau « *accro* » à l'héroïne, il connut une grande réussite professionnelle en tant que trader. Il n'avait alors pas de temps à consacrer à son sevrage, ni de méthode pour arrêter. De plus, l'héroïne était un produit qui lui permettait une meilleure adaptation à son environnement professionnel : « *dans une salle de marchés, où c'est la folie, l'héro ça te calme, ça te centre, ça t'isole du vacarme et de tout le bordel et c'était bien adapté à la folie de ce boulot* ». Mais le risque, l'angoisse apparaît lorsque l'héroïne vient à manquer. Comme s'il s'agissait d'une crainte de perdre son identité, il stipule : « *qu'est-ce que l'on va devenir sans dope ?* » et « ***une impression... c'est la mort d'arrêter*** ». Sorte de béquille, mais au prix d'une vie cachée, pleine de mensonges où les relations restent à un niveau superficiel. Cela entraînant une baisse progressive de l'image de soi.

Par contre, Paul n'a jamais accroché avec les produits dysléptiques qu'il qualifie de « **drogue de jeunes** », car « *quand tu bosses et tout, ça te prend trop la tête, tu peux pas. C'est trop, ça arrache complètement la tête, même le shit, tu peux pas vraiment dans le boulot que je faisais, te faire des paranos de shit au boulot, c'est pas possible* ».

Progressivement il réussit à diminuer sa consommation avec la mise en circulation de la méthadone. Mais dès qu'il « *se passait quelque chose de chiant* », il se rachetait occasionnellement une petite dose d'héroïne. Il se maria en cachant son addiction et divorça peu de temps après. Paul n'était pas en accord avec lui-même. Il ne savait pas s'il était possible de se libérer de sa dépendance.

Puis, une arrestation avec un taux d'alcoolémie au volant de sa voiture aux Etats-Unis, dans un état où il n'y a aucune tolérance par rapport à l'alcool, lui permit, grâce à une injonction thérapeutique, de découvrir les Alcooliques Anonymes (AA). Ce fût l'effet d'une révélation. Enfin, on lui proposait une méthode pour arrêter ses consommations de psychotropes ! Il pouvait voir les effets positifs sur des dépendants de différents produits (alcool, héroïne...) et trois mois après avoir été à sa première réunion AA, il avait arrêté la méthadone et toutes autres drogues. Il avait l'hépatite C et a dû être en arrêt maladie durant une longue période. Il fût licencié de son travail. Cela lui donna l'occasion de prendre soin de lui afin de commencer une nouvelle vie.

Il explique qu'il a réussi à arrêter ses consommations de produits en allant aux réunions AA et NA (Narcotiques Anonymes). En effet, il y allait deux fois par jour, tous les jours. Tel un rituel qui lui permit une insertion dans un nouveau groupe. Cette fois, il put être lui-même, sans être jugé.

Désormais, Paul a pris du recul par rapport à son histoire. Il explique qu'avec l'héroïne, son estime de lui-même était au plus bas. Il raconte qu'il était dans un tel état de mal-être, qu'il avait besoin d'une dose d'héroïne afin de pouvoir s'accepter : « ***c'est de l'automédication. L'héro, au début pour moi, c'était comme une solution*** ». Mais à force, se sentant impuissant par rapport à sa consommation, il vécut dans la honte et le mensonge. Incapable de partager ses problèmes, car se sentant nul et incompris, il avait besoin de spécialistes des addictions, de personnes qui avaient connu des problèmes de dépendance et qui s'en étaient sorti. Cela lui a permis de créer des identifications positives.

Le processus de guérison est, d'après Paul, intimement lié à la spiritualité. Il l'explique ainsi : (la spiritualité) « ***c'est un accès à l'extérieur de soi. C'est l'ouverture, c'est la connexion vers l'autre et vers l'univers*** ». Au contraire, « ***la non spiritualité, c'est l'égoïsme absolu*** » et « ***quand t'es dans la dépendance, t'es en totale autogestion. T'as***

ta dose de came, t'as besoin de rien d'autre, donc t'as pas besoin des autres. Ta truc, elle te satisfait émotionnellement ». De plus, « *les qualités qu'il faut pour aller vers l'autre, parce que t'en as besoin dans la vie, tu les as négligées. Donc, il y a besoin de spiritualité pour s'en sortir.* ». Cette spiritualité, il l'a découverte grâce au programme des 12 étapes des AA. Avant, il ne s'était jamais posé de questions métaphysiques, et n'avait pas été attiré par un courant spirituel.

Le processus de guérison ou, nous pouvons aussi l'appeler, cette ouverture à la spiritualité s'est lentement développée à partir de la pratique du programme spirituel proposé par AA. Paul explique qu'au début, il trouvait absurde ce qu'on lui demandait de faire, comme la prière et la méditation : « *tu comprends pas* ». Mais la persévérance l'amena à un éveil spirituel. Il dit que ce fût « *le résultat d'un travail* » et que « *le cadeau de toutes ces années de mort, c'est un peu l'éveil de la spiritualité* », car « *il faut une certaine énergie pour prier* », « *l'énergie du désespoir* », cela lui a permis de développer « *une certaine énergie, une force* ».

Désormais, il apprend à développer les qualités nécessaires afin d'établir de bonnes relations, autant aux niveaux professionnel, social ou amical, car il a pris conscience de ses manques, mais aussi de ses limites. Par exemple, il sait aujourd'hui qu'il préfère les relations intimes aux relations en groupe.

Il met à profit son expérience en travaillant avec des toxicomanes. Il se fait enfin confiance et apprend à s'écouter, à développer son intuition. Actuellement, il est en couple depuis quatre ans et explique qu'il a une vision assez tranquille de l'amour, « *la fusion d'avant est passée* ». Désormais, l'amour au sein de son couple est « *d'accepter, comme moi je m'accepte, d'accepter l'autre. Ne pas se tirer dès qu'il y a un truc* » et pouvoir « *accepter le chaos de l'autre* ». Ceci dans « *une idée de durée* ».

Paul a donné du sens à sa vie, en accord avec lui-même et exprime, à la fin de notre entretien, un sentiment de gratitude.

3-3. Thomas, sa route vers la responsabilité

Thomas a 55 ans. Il a fumé ses premiers joints vers 13 ans. A 16 ans, alors qu'il conduisait, il eut un grave accident de voiture. Ce fût le début de la décadence. La même année, il prit son premier acide et à 17 ans, il s'injectait de l'héroïne. Peu de temps après, il découvrit l'alcool. Sa vie était alors constituée d'une succession de dépendances avec l'alcool, l'héroïne et les médicaments. Thomas toucha le fond et vécut la mort d'un de ses meilleurs copains par overdose. Au même moment, on lui proposait une méthode pour arrêter sa consommation de

produits psychotropes. La mort de son ami, l'amena à une sorte de révélation, qu'il nomme « *moment de clarté* » ou « *état de grâce* ». Depuis ce jour, il y a 19 ans, il n'a plus jamais consommé de drogue.

Thomas reçut et pratiqua la religion catholique. A 11 ans, il dit : « *je priais comme un dingue toute les nuits : je vous salue Marie, le Notre Père, les actes de contrition, les prières jusqu'à pas d'heure dans la nuit, en priant le Seigneur de faire revenir mes grands-parents, que mes parents ne meurent jamais. J'avais très peur en fait, je me servais de ce truc-là comme d'un vaudou superstitieux* ». Cela ressemble à un fonctionnement obsessionnel qui lui permettait de lutter contre l'angoisse. Environ un an plus tard, Thomas éprouva des difficultés à fournir des efforts, aussi bien au niveau scolaire qu'au niveau sportif. Il était plutôt attiré « **par une bande de gars, un peu plus âgés, qui avaient l'air cool et qui fumaient du shit** ». Il désirait appartenir à ce groupe ; cela lui plaisait beaucoup plus que de faire ses devoirs. Pour cela, il lui fallut fumer du shit afin d'intégrer cette bande. Il passa alors, de façon brutale, de l'enfance à l'adolescence et entra dans « *une nouvelle culture* ». Il laissa tomber la religion, car il sentait qu'on le jugeait lorsqu'il était absent pour suivre les séances de catéchisme. Puis, « *surtout sont arrivés les filles* ».

Il avait un fort sentiment d'appartenance envers son groupe et « **se sentait très supérieur à ces pauvres nazes qui travaillaient en classe** ». Il qualifie ce moment de début de la fin, « *la fin de plein de trucs* ». Cela s'amplifia après son accident de voiture. Ses parents n'arrivaient pas à lui fixer de limite et Thomas se sentait « *pommé* », à la recherche de sa liberté et de qui il était. Dès le départ, quel que soit le produit prit, il le consommait avec une certaine avidité : « *j'ai fumé de l'herbe plus que tout le monde* ». Puis, il gouta de l'héroïne dont il dit : « *j'avais vomi partout, j'ai adoré ça* ». Entre-temps il découvrit l'alcool, dont il avait une image négative : « *c'était pas un truc cool* ». Mais un jour, il tenta l'expérience comme il l'avait vue à la télévision avec « *John Wayne ou Humphrey Bogart* » et but « *deux grands verres de whisky* » après une dispute avec son amie. Il trouva les sensations « *extraordinaires* » et regretta de ne pas avoir essayé avant, « *je voulais être saoul tout le reste de mes jours* » dit-il. Contrairement au cannabis, qui le rendait « *encore plus timide* », l'alcool lui permettait de se désinhiber et « *de fonctionner socialement* ». A cause de ces produits, Thomas devint « *autosuffisant* », il se comportait de manière « *désagréable, très asocial, très verbalement agressif, très méchant* ». Il explique que la drogue lui donnait « **un courage artificiel** » qui le rendait inconscient des risques qu'il prenait.

Alors, progressivement, ses consommations d'opiacés et d'alcool, le conduisirent à la déchéance, « *tout s'est vraiment cassé la gueule* ». Il l'explique : « **j'ai transgressé toutes les**

valeurs morales que j'avais pu apprendre en grandissant. J'ai trahi ceux qui m'avaient fait confiance. J'étais devenu une épave absolue. Complètement dépressif, isolé, seul, ma femme m'a quitté. Je ne pouvais plus voir ma fille. Mes intentions étaient bonnes mais la bouteille venait avant. Jusqu'au point où je me faisais interner volontairement. C'était très triste comme existence, j'avais 30 ans et ma vie était finie, j'ai tenté de me suicider. » Il se retrouva alors dans le coma et à son réveil, un médecin qui le connaissait lui donna un numéro de téléphone. Ce fût le début de la renaissance. Thomas appela par dépit, car il n'avait « *plus d'option* », « *plus d'ami, plus rien* », seul ses parents l'hébergeaient. La personne au bout du fil lui donna rendez-vous avant une réunion d'anciens alcooliques. Néanmoins, l'identification ne se fit pas du premier coup. Il explique qu'il se retrouva « *dans une pièce avec des gens joyeux, au visage frais, qui rigolaient* » dont il dit « *c'était des gens trop heureux à mon goût* ». Mais Thomas continua d'y aller « *à défaut de compagnie autre que les soulards dans les bars* », car il s'y sentait le « *bienvenu* ». Malgré cela, il continuait, en parallèle, ses consommations d'alcool, d'opiacés et de médicaments. Puis, vint le jour qu'il appelle « **le moment de clarté** ». Il le décrit ainsi : Ce jour-là « *encore un de mes meilleurs copains s'est suicidé, est mort d'overdose, j'étais avec lui la veille à me prendre de l'héroïne, et ça m'a fait un électrochoc. Je ne sais pas pourquoi, parce que depuis l'âge de 20 ans, les copains qui meurent, ça faisait partie de la routine. Et là, ça m'a vraiment fait un choc, ça combiné avec le fait que j'ai été présenté à une solution qui marche* ». Il explique ainsi sa métamorphose : « *La veille j'étais suicidaire, défoncé, minable* » et d'un coup, « **j'étais sobre, content de l'être et en ayant la certitude, qu'à partir de ce moment la sobriété allait être mon mode de vie jusqu'à la fin de mes jours. C'est un état de grâce. Ça fait s'interroger.** » Il y a eu un déclic, une ouverture, qu'il considère comme un don pour lequel il exprime un sentiment de gratitude et celui-ci s'est développé grâce au « *programme de rétablissement spirituel* » qu'il a suivi de manière active : « **j'ai donné du temps à ça** ».

Désormais, il conceptualise la spiritualité par le fait d'être capable d'être abstinent, notamment grâce à la force du groupe. L'abstinence, est pour lui, un mystère, car rien ne lui laissait espérer qu'il en était capable. Cela lui fait croire en une puissance supérieure. Il dit ceci : « **J'appelle ça un Dieu d'amour, parce que je suis vivant, parce que toutes les épreuves que j'ai pu traverser m'ont rendu meilleur et plus fort** ». D'après lui, cela correspond au fait « *d'avoir la foi* ». Afin d'entretenir cette foi, Thomas pratique des activités spirituelles. Mais cela « *passé aussi par faire comme si. Prier comme si je croyais, poser les actes* ». Il a donc besoin de pratiquer avant même d'adhérer. Son « *programme de rétablissement spirituel* » l'incite à s'occuper d'autres personnes et il dit ceci : « **quand je m'occupe de quelqu'un**

d'autre, je l'aide entre guillemets, je m'aide moi-même ». Thomas est intégré dans un système relationnel qui lui permet de s'insérer socialement et de pallier ses moments de doute. Le monde dans lequel il vit a du sens et les événements qu'il rencontre sont les conséquences du passé. Cette perception lui permet de vivre de manière responsable et de viser un mieux-être. Thomas considère les réunions AA comme « *des réunions spirituelles* » et y va régulièrement tel un rituel. C'est pour lui, « *un moment de prière* », « *écouter les autres parler dans le respect, c'est une forme de méditation* ». Il explique : « *je reste assis sur ma chaise, présent pendant une heure, dans une pièce où il y a quelque chose qui est supérieur à moi-même qui est en train de se produire. On peut l'appeler miracle. Je ne quitte jamais une réunion en ne me sentant pas mieux que lorsque j'y suis arrivé* ». Thomas expérimente la frustration et les bénéfices qui en découlent. Il se sent aussi relié à sa dimension spirituelle lorsqu'il est en contact avec la nature, « *qui est quand même ma mère* » dit-il. De cette manière, il exprime un sentiment d'unité.

Thomas a pris une vingtaine de fois des hallucinogènes. Une fois, cela s'est mal passé, car il n'arrivait pas à se faire un shoot, « *c'était une espèce de boucherie* ». Au contraire, lorsque son voyage se passait bien, il riait beaucoup, se sentait libre, il trouvait un « *côté un peu mystique à regarder la nature. Je sais que je suis attiré par quelque chose de plus grand que moi. La nature.* ». Mais cette expérience n'avait pas de répercussion sur sa vie ni sur ses perceptions quotidiennes : « *Le passage est intense, le temps que l'effet de la drogue s'atténue, et puis c'est tout. On ne s'en trouvait pas enrichi le lendemain* ».

Grâce à son expérience, Thomas a désormais une meilleure connaissance de lui-même. Il connaît ses limites. Il sait que la drogue a un effet gravement néfaste sur lui : « *pour moi, c'est un poison* ». Il explique qu'il n'est « *pas câblé comme quelqu'un de normal* », car il se qualifie comme quelqu'un de « *dépendant* ». Néanmoins, il ne porte pas de jugement sur l'usage de produits psychoactifs par les autres personnes, et reconnaît qu'il puisse y avoir un aspect positif.

Il cite Saint Francis, dont la prière finit par : « *c'est en mourant que nous nous ouvrons à la vie éternelle* ». Il dit : « *c'est métaphorique. En mourant quasiment de l'alcool, je me suis ouvert à une nouvelle vie, meilleure* ».

Actuellement, Thomas donne beaucoup de son temps à ses enfants. C'est envers eux qu'il vit un sentiment d'amour. Cela lui permet de pratiquer « *l'acte d'amour* », qui n'est pas forcément la décision « *populaire* ». Au contraire c'est donner des limites à ses filles et savoir dire non afin de les protéger. « *L'acte d'amour* », c'est aussi « *se lever tôt pour faire ci, faire*

ça avec les enfants ». C'est ce qu'il a appris à faire en rétablissement qui lui permet maintenant de traverser les moments difficiles et d'apprécier les moments heureux.

CHAPITRE III

ANALYSE CLINIQUE

Notre discussion est organisée à partir de nos trois hypothèses de départ.

Hypothèse I : La spiritualité et l'usage de drogue(s) permettent de lutter contre l'angoisse. Cette lutte aboutit à un comportement qui peut être plus ou moins adapté à la vie en société et au développement personnel du sujet.

1- Gestion des traumatismes et des frustrations

1-1. Avec la drogue

La fuite

Face aux difficultés de l'existence, certains adoptent la drogue comme solution. En effet, lorsque Farid et Thierry ont vécu des traumatismes (décès de son meilleur ami pour Thierry ; divorce, et décès de son père et de sa mère pour Farid), ils ont augmenté leur consommation. Farid explique qu'il cherchait à s'oublier. Paul raconte qu'il avait besoin d'une dose d'héroïne afin de pouvoir s'accepter : « *c'est de l'automédication. L'héro, au début, pour moi, c'était comme une solution* ».

Un autre point commun réunit les toxicomanes : leur consommation de drogue se fait dans l'unique but de la recherche du plaisir par « *la défonce* ». Cette « défonce » tue la pensée, car aucune élaboration ne subsiste. Seul le plaisir instantané compte. Tous emploient le terme « *défonce* » comme quelque chose de positif. Ils semblent s'identifier à l'objet drogue et rejettent l'aspect négatif et destructeur pourtant contenu dans le verbe « se défonce ». Nous rapprochons ce mécanisme de celui *d'identification à l'agresseur* repéré par Ferenczi en 1932 et développée par Ana Freud en 1936. En effet, Thierry a vécu dans une famille violente et développe, à son tour, des comportements violents. Farid se défonce comme son père.

Seul Armand parle de l'aspect positif de « *la défonce* » sans exprimer d'éléments traumatiques vécus dans son enfance. Néanmoins, il parle de ses difficultés à faire face à la frustration comme étant le résultat du fait d'avoir été trop « *cocooné* ». Il explique : « *je recherchais que du plaisir* ». A ce moment-là, la construction et la projection dans le futur sont absentes.

Tous vivaient dans l'instant et la recherche du plaisir immédiat. Dans ce sens, la drogue permet d'échapper à la temporalité, mais cela a un prix : « *une perte de la vie* » (Jünger, 1973, p.202).

Facilitation de la vie relationnelle

Tous les participants à l'étude utilisent les substances psychotropes comme médiateur dans la relation à l'autre afin que celle-ci soit moins angoissante. Pour les toxicomanes, cette solution aboutit à un échec, car leurs relations sont restées à un niveau superficiel. Désormais, nos trois sujets toxicomanes expriment un sentiment de solitude et d'isolement, comme les anciens toxicomanes, au moment de leur prise en charge.

Dans le cas des simples usagers, cela n'aboutit pas à un appauvrissement affectif. L'usage de produits psychoactifs, et surtout le deal, ont permis à Mélanie « *d'être acceptée par les autres* ». Pascal et Tatiana voulaient faire « *comme les autres* », afin de faire partie d'un groupe, mais cela n'a pas été l'unique base de leurs relations. En effet, nos trois simples usagers disent clairement entretenir des relations profondes et sincères avec des personnes qui ne sont pas des consommateurs de drogues. Ils mettent donc en place d'autres médiateurs.

Cela implique entre autres que leurs relations peuvent être motivées par une découverte mutuelle de leur intériorité, ce qui permet de négocier avec la différence de l'Autre. Comme dans l'exemple de Mélanie, qui parle à sa mère de sa conception spirituelle de la perception des signes, alors que cette dernière ne croit pas en leur existence. Ces discussions aboutissent à davantage d'ouverture chez les deux protagonistes, car elles impliquent une confrontation. De même, lorsque Pascal parle à sa mère de ses consommations de psychotropes, alors que cette dernière n'approuve pas.

Lutte contre l'angoisse

Nous avons aussi remarqué que pour les toxicomanes l'angoisse se déplace. La plupart du temps, au début de leur toxicomanie, cela fonctionne. Alors, l'angoisse ne se situe plus au niveau des traumatismes, du relationnel, de l'image de soi, ou dans le rapport à l'inconnu du monde, mais dans la peur du manque. Paul dit : « *c'est la mort d'arrêter* ». Emeline se sentait submergée par « *un sentiment de vraie peur* » lorsque le produit lui manquait. Farid explique : « *j'avais conscience qu'il fallait que je me défonce, que j'aimais ça et qu'il ne fallait pas être mal* ».

Néanmoins, nos trois toxicomanes arrivent à un moment où ce mécanisme de défense n'est plus efficace. Comme nous l'avons vu au travers des histoires de nos anciens toxicomanes, cette défaillance marque le début d'une prise de conscience. Celle-ci aboutira ou pas.

Adaptation sociale

La drogue sert de béquille psychique et permet une adaptation superficielle ainsi qu'une estime de soi artificielle. Comme expliqué ci-dessus, la drogue peut pallier les difficultés relationnelles en permettant, entre autres, de lutter contre une timidité comme nous l'avons constaté dans les histoires d'Armand, de Thomas et de Paul. Certains produits peuvent ainsi donner une apparence de meilleure adaptation dans une situation donnée. Au début, l'héroïne permettait à Armand de remplir ses obligations sociales. Elle a permis à Paul de travailler pendant de nombreuses années. De plus, Armand ainsi que tous les anciens toxicomanes montrent une inflation de l'égo au début de leur consommation. Armand dit qu'il était « *super tout* », Emeline se trouvait « *super cool, rock'n roll, différente des autres* », Thomas « *se sentait très supérieur* », puis « *autosuffisant* » et la vie de Paul avait atteint « *un niveau supérieur* », ils croyaient détenir la clé de l'accès au bonheur.

Ils n'avaient plus besoin des autres. Comme le formulait Olievenstein (*op.cit.*), par l'usage de la drogue, le toxicomane dépasse la condition humaine et croit devenir tel un dieu. En guérissant de la toxicomanie, il explique que l'ancien toxicomane « *n'est plus et ne sera plus jamais Dieu, mais il n'est pas et ne sera plus jamais en enfer. Il s'accepte comme un homme qui sait ce qu'un homme veut dire, ce qui n'est pas donné à l'homme quelconque !* ». Cela souligne un lien entre spiritualité et usage de drogue. En effet, les deux visent un mieux-être, notamment à travers l'extase, la communion, la recherche du paradis (ou paradis artificiel).

Le risque se situe dans le fait de s'en remettre uniquement à la drogue pour affronter les difficultés de la vie. Cela aboutit à un déni des faiblesses et des limites inhérentes à chaque individu. Ce déni empêche toute évolution profonde et positive. Mais la souffrance révèle les illusions et la désillusion est rude. C'est le prix à payer pour retrouver, ou découvrir, une vie en accord avec soi-même.

1-2. Par la sagesse

Acceptation des limites

La sagesse implique l'acceptation de ses propres limites et une bonne gestion des frustrations. Paul fournit une belle illustration lorsqu'il parle de sa relation de couple et de son rapport à l'amour. Il explique : « *la fusion d'avant est passée* » (nous remarquons la présence de ce désir de fusion chez Thierry et Armand). Puis il ajoute, l'important est « *d'accepter comme moi je m'accepte, d'accepter l'autre. Ne pas se tirer dès qu'il y a un truc* » et pouvoir « *accepter le chaos de l'autre* ». Le tout, dans « *une idée de durée* ». Paul a donc appris à faire

face à la frustration, à avoir confiance et à reconnaître les bienfaits de la temporalité. Il est désormais capable de se projeter.

Tous les anciens toxicomanes reconnaissent le côté positif qu'il peut y avoir à prendre de la drogue, mais respectent leurs limites en expliquant que ce n'est pas bon pour eux. Ils restent donc abstinents.

Les simples usagers savent se limiter dans leur consommation. Mélanie refuse de goûter à l'héroïne, Pascal arrive à se sevrer du tramadol. Tous désirent prendre soin de leur corps et de leur esprit. Dans cet objectif, ils sont capables de se priver.

Thomas réussit désormais à transmettre des limites à ses enfants. Il sait leur consacrer du temps. Il ajoute : « *en mourant quasiment de l'alcool, je me suis ouvert à une nouvelle vie, meilleure* ». Il a donc fait le deuil de sa vie d'alcoolique et de toxicomane.

Introspection et responsabilité

Thomas considère désormais les moments difficiles de sa vie comme des épreuves qui l'emmènent vers une plus grande sagesse. En effet, il explique : « *toutes les épreuves que j'ai pu traverser m'ont rendu meilleur et plus fort* ».

La notion de responsabilité a émergé dans tous les entretiens de personnes ne souffrant pas de leur dépendance.

Ces derniers considèrent le monde comme un ensemble cohérent et souhaitent œuvrer pour le Bien, à plus ou moins grande échelle. Comme le dit Emeline qui croit en « *soit bon et les gens seront bons avec toi. Pas tend l'autre joue, mais fais les choses bien, soit bon avec toi-même, soit bon avec les autres, essaye de faire le bien autour de toi et la vie sera quand même belle* ».

2- L'intégration dans un système relationnel

L'insertion dans un système relationnel est le premier moyen d'intégrer la société et participe à la création du sens. Comme nous l'avons vu plus haut, la drogue est souvent utilisée en tant que médiateur relationnel, car elle permet de partager quelque chose.

Nous avons remarqué que tous les simples usagers de notre étude ont commencé à consommer de la drogue pour ne pas se différencier par rapport à la norme qui leur était proposée. Tatiana et Mélanie ont commencé à fumer du cannabis au sein de leur famille et

Pascal a goûté son premier joint « *pour faire comme tout le monde* ». Est-ce que cela leur a fourni quelque clé ou mode d'emploi pour ne pas tomber dans la dépendance ?

Au début de leur consommation, les toxicomanes recherchaient l'appartenance à un groupe différent pour symboliser le passage de l'enfance à l'âge adulte, mais aussi pour s'éloigner du monde de leurs parents. Ce nouveau groupe était considéré comme supérieur, car censé détenir le secret de l'accès au bonheur et à la liberté.

Il est important de ne pas faire de généralités. Nous relevons simplement les tendances présentes dans notre échantillon.

D'un autre côté, l'insertion dans un système spirituel permet de donner du sens au monde environnant et de partager des idées.

Nous appelons *système spirituel*, les échanges qui visent à mieux comprendre le monde grâce à une communication sur des idées spirituelles.

Nos simples usagers ont tous rencontré des personnes qu'ils considèrent comme spirituelles, qui les ont aiguillés et leur ont servi d'exemples.

Les anciens toxicomanes ont réussi à faire le deuil de leur vie de toxicomane en s'insérant dans un nouveau groupe. Ce dernier leur a fourni des méthodes et des conceptions, pour ne plus souffrir de leur dépendance. Cela leur a permis d'élaborer une nouvelle représentation d'eux-mêmes et du monde, à travers l'écoute d'autres histoires. La douzième et dernière tradition AA explique qu'il faut « sans cesse placer les principes au-dessus des personnalités. »

Nous notons que le système spirituel permet la transmission de valeurs dans le « respect de l'homme en quête de son image » (Chazaux, 2004), principe qui regroupe les différentes spiritualités. Il peut se réaliser au sein d'associations mais aussi et surtout, lors d'échanges personnels. Cela reflète une capacité d'introspection, d'élaboration et d'échange.

3. L'apprentissage de la liberté ou l'énergie adolescente

3-1. L'envie de découvrir (de savoir) : dynamique spirituelle

Tous nos participants, comme la plupart des personnes qui ont consommé de la drogue, ont commencé au moment de l'adolescence. C'est le moment où ils acquièrent peu à peu plus de liberté et peuvent ainsi mettre en application leurs acquis. Ceci peut être angoissant, car le monde est incertain et offre une multitude d'exemples contradictoires. Cette période est normalement orientée par un désir de découverte et de compréhension du monde (lorsque

l'angoisse n'est pas trop importante). En effet, Armand et Farid parlent du désir « *de savoir* » quel effet la drogue procure. Pascal et Tatiana sont aussi motivés par cet esprit de découverte. Nous pensons que cette dynamique s'inscrit dans une recherche interne et personnelle, que l'on peut qualifier de spirituelle. L'usage de drogue intégré à cette dynamique peut avoir des effets différents :

- D'un côté, il y a la « *défonce* » qui stoppe toute question et, ainsi, met fin à cette dynamique. Est-ce une solution par dépit, causée par une absence d'autres propositions permettant d'exploiter cette énergie adolescente ? Ou bien, comme l'exprime Sibony (1987, p.181) : « il n'y a plus rien à savoir. Le drogué ne cherche pas à savoir mais à s'avoir ; et une fois que c'est fait, dé clic, le lien est en place qui lentement absorbe l'Autre dans un bourdonnement d'absolu où tout est déjà su ». Incapable de faire face à l'inconnu, il préfère alors le rituel prédéfini de l'usage de drogue ? Ce dernier possède alors une « fonction d'évitement de situations anxiogènes, en substituant à l'incertitude des relations humaines, le déroulement prévisible d'une séquence comportementale » (Valleur, Matysiak, 2008, p.54). Nous pensons que les deux options sont possibles et peuvent s'entremêler au sein d'une même histoire. De plus, l'exemple de Tatiana laisse supposer que de simples usagers peuvent aussi rechercher la « *défonce* ». En effet, elle recherchait tous les produits qui faisaient « *tourner la tête* », dans une optique de « *découverte de la défonce* ». Mais cela est rapidement intégré à une recherche spirituelle. Alors, l'objectif de défonce a été sublimé.

- D'un autre côté, la prise de drogue permet de vivre des expériences nouvelles et donne matière à penser. C'est le cas de tous nos simples usagers. L'usage de drogue leur a permis une plus grande ouverture sur le monde, grâce aux expériences de modification de la conscience. Pascal précise que l'objectif n'est pas de « *se défoncer* ». Mélanie, Tatiana et Pascal évoquent dès le début de leur consommation le rapport avec la spiritualité.

3-2. L'ordalie

La plupart des participants évoquent un certain goût pour le risque. Armand explique : « *on sait que les drogues c'est dangereux, c'est mortel* ». Farid dit : « *je cherchais à m'oublier, une sorte de mort en quelque sorte* ». En fait, tous deux cherchent à « *savoir* ». Dans ce jeu avec la mort, ils semblent attendre une réponse. Était-ce le droit à la vie ? Le désir d'une mort qui permet une renaissance vers un monde nouveau ? Ou bien, était-ce simplement un moyen de mettre « *du piment à la vie* », comme le souligne Armand pour expliquer son goût du risque ? Cela fait aussi écho aux propos de Freud (1930) dans *Malaise dans la culture* : « Notre vie est trop pauvre, elle perd en intérêt dès lors que nous ne pouvons en risquer l'enjeu suprême, c'est-

à-dire la vie elle-même ». Néanmoins, nous pensons que les toxicomanes espèrent une vie meilleure à travers un nouveau monde, c'est-à-dire de nouvelles conceptions. Ces épreuves qu'ils s'imposent, peuvent-elles les aider à accéder à une autre dimension d'eux-mêmes ? Pour cela, il semble nécessaire qu'ils symbolisent ce cheminement.

Tatiana donne un exemple de cette symbolisation. Elle a voulu affronter la drogue, plonger dans la folie et défier la mort (exemple des trajets en voiture sans ceinture), mais elle finit par reconnaître son impuissance. Alors, une prise de conscience apparaît et l'emmène vers un nouveau monde. Ainsi, elle reconnaît une force qui la dépasse, mais à laquelle elle est reliée, pouvant ainsi y puiser son énergie. Désormais son attrait pour le risque est toujours présent, mais orienté différemment, elle le vit à travers « *le sport* », « *les voyages* » ; enfin, « *l'aventure* ». Ceci dans l'optique de « *se surpasser* », tout en respectant ses limites, mais aussi, de manière plus générale, dans le respect de la vie.

La reconnaissance de l'impuissance est aussi le signe de la première prise de conscience (ainsi que la première étape des AA) que nous retrouvons chez les anciens toxicomanes. Cette voie apporte une plus grande humilité et donc, une plus grande sagesse.

Dans un second temps, la reconnaissance de son impuissance peut faire naître l'idée d'une force, d'une puissance supérieure.

Hypothèse II : Un usage de drogue intégré à une recherche spirituelle consciente peut-être un facteur protecteur face à la dépendance. L'élaboration spirituelle pourrait donc renseigner sur le degré d'attachement d'un patient au(x) produit(s) psychotrope(s). De plus, les substances hallucinogènes sont historiquement davantage liées à une recherche, à une expérience spirituelle que les autres produits. Nous posons donc l'hypothèse que les simples usagers non toxicomanes apprécient plus ces substances que les toxicomanes et l'élaborent davantage comme une expérience spirituelle.

1- Les différents usages

1-1. Les toxicomanes et anciens toxicomanes

Les sujets toxicomanes ont chacun leur « produit de choix », comme l'avaient les anciens toxicomanes. Ce produit est l'objet de leur addiction. Ils ne peuvent expliquer clairement les raisons de leur consommation. Ils en ont besoin, c'est tout. Ce produit peut être remplacé par un autre, mais la dépendance est toujours aussi forte. Nous pouvons dire que l'addiction provoque « un envahissement total de l'existence, qui devient en quelque sorte une nouvelle identité pour le sujet » (Valleur, Matysiak, *op.cit.*, p. 33).

1-2. Les simples usagers

Tous les simples usagers utilisent les drogues dans des buts différents, en fonction de leurs caractéristiques. Leur usage est donc diversifié. Chacun explique, à sa manière, l'objectif recherché à travers la consommation d'un type de produit. Nous observons trois fonctions : la recherche de plaisir ou d'apaisement, l'amélioration des performances et l'usage spirituel.

Tatiana et Mélanie insistent sur l'importance de ne pas s'en remettre constamment aux produits psychotropes. Pour chacune, le début de leur consommation a été précédé par une expérience spirituelle, l'expression d'un sentiment d'Amour et d'Unité, un « moment d'extase ». Puis, avec certaines substances, elles ont ressenti des choses similaires. Désormais, elles considèrent la drogue comme un accélérateur, un moyen de facilité, mais souhaitent développer leurs capacités dans un esprit de liberté, d'autonomie, d'évolution et de respect d'elles-mêmes afin de recourir le moins possible à cette solution.

2- L'attrait pour les hallucinogènes

2-1. Les toxicomanes et anciens toxicomanes

Aucun n'a vraiment été intéressé par les substances hallucinogènes. Paul les qualifie de « *drogues de jeunes* », car incompatible avec une vie sociale et professionnelle. Thomas précise que sa consommation d'hallucinogènes n'avait aucune répercussion sur sa vie quotidienne. Armand et Thierry expriment un besoin de contrôle et une peur de « *rester perché* » avec ces produits. Ce besoin de sécurité semble compenser une insécurité latente. Farid est le seul à considérer la possibilité de faire une expérience spirituelle sous l'emprise d'hallucinogènes.

2-2. Les simples usagers

Tous ont une préférence pour les hallucinogènes. La plupart du temps, ils les utilisent dans un but spirituel. En parlant de la *Savia divinorium*, Pascal dit que c'est la drogue qu'il « *respecte* ». Mélanie explique que, contrairement à la plupart de ses amis, elle n'en prend pas pour s'amuser, mais pour l'expérience spirituelle et celle-ci peut être très intense. Tatiana raconte que ces drogues lui permettent de voyager.

3- L'usage spirituel

3-1. Création, réflexion et réponses

Les produits psychédéliques permettent à nos simples usagers d'avoir des réponses et des visions qui modifient leurs perceptions de la vie quotidienne. Tous les trois les utilisent lorsqu'ils se sentent dans une impasse. Tatiana explique : « *j'ai l'impression d'être mieux connectée à mon âme véritable, ce que je désire apparaît clairement et après retour à la réalité, on l'adapte* ». Sous champignons hallucinogènes, Mélanie a compris la relativité. Lorsque Pascal consomme de la *Salvia divinorium*, une « *présence* » l'accompagne et rend les choses « *plus claires* ». Comme si ces substances activaient la partie créative et intuitive de leur personne, tout en favorisant leur introspection. Il est intéressant de s'interroger sur le processus à l'œuvre.

3-2. Initiation, apprentissage, découverte de soi : enrichissement

Nos simples usagers affirment que la consommation de ce type de produit contribue à modifier leur être, en leur apportant une plus grande ouverture sur les phénomènes invisibles

de l'existence. Dans un premier temps, les hallucinogènes leur ont permis de plonger au plus profond d'eux-mêmes. Dans ce sens, Pascal explique que certains usages de drogue peuvent « *aider à se développer, à progresser* ».

Au final, cette exploration leur a fait prendre conscience des relations qui se tissent entre l'intériorité et l'extériorité. Mélanie parle « *d'apprentissage de soi-même, pour l'ouverture d'esprit* ». Cette ouverture est liée au sentiment d'unité présent chez nos trois simples usagers. C'est une initiation aux « pouvoirs de l'esprit ». Mais une initiation peut-elle se faire en autodidacte ? Est-ce que le produit utilisé peut être considéré comme un guide ? Cela implique la présence de solides bases psychiques, précédant l'utilisation des hallucinogènes.

Hypothèse III : Une élaboration et une structuration de la vie spirituelle peuvent constituer un levier thérapeutique pour sortir de la dépendance. C'est pourquoi de nombreux centres de désintoxication et associations pour toxicomanes possèdent une orientation spirituelle. On s'attend donc à trouver une élaboration et une structuration de la vie spirituelle plus importante chez les anciens toxicomanes que chez les toxicomanes.

1- L'état actuel et les perspectives spirituelles de nos sujets toxicomanes

Nous allons maintenant analyser les discours de nos trois toxicomanes sous l'angle de valeurs spirituelles telles que la bonté, la beauté, l'amour et le sentiment d'unité.

1-1. Thierry ou l'attente d'un autre monde

Thierry vit dans un monde de violence, en réaction à l'environnement dans lequel il a grandi. Mais le poids de la culpabilité face à la mort de son ami est aujourd'hui un facteur important dans son désir de changement.

Lorsqu'il dit « *ici, c'est chacun sa merde, non ?* » La forme interrogative qu'il emploie, nous permet de penser qu'il espère qu'on lui propose autre chose, un monde meilleur. En effet, dans le cadre protecteur de l'institution, Thierry se sent mieux. Il aurait donc besoin d'intégrer un centre de rétablissement en postcure pour une durée lui permettant d'évoluer dans un environnement sécurisant. Une de ses difficultés réside dans son besoin de certitude et de contrôle. Le cadre apporté par l'institution pourrait l'inciter à un lâcher-prise.

Nous avons observé que Thierry a un désir de fusion. Derrière celui-ci peut également se cacher un désir de s'oublier, de perdre son identité afin de retrouver « l'unité originelle », pour se libérer enfin de l'angoisse. La spiritualité peut-elle lui permettre de se relier à cette unité tout en gardant son identité ?

Thierry dit qu'il se cherche et désire trouver le sens de sa vie. Cette quête est une note d'espoir. En plus d'une psychothérapie, il serait utile de lui proposer des groupes d'entraide tels que NA, afin de lui permettre de tisser un nouveau réseau relationnel basé sur la coopération. Mais à l'heure actuelle, Thierry rejette la spiritualité et n'imagine pas qu'une « puissance supérieure » puisse l'aider. Néanmoins, c'est le cas de nombreux toxicomanes en début de rétablissement. Et nous avons observé que, la plupart du temps, la pratique précède la croyance. Fournir des exemples de rétablissement à Thierry lui serait toujours bénéfique.

1-2. L'amour ou la pulsion de vie d'Armand

Armand a des difficultés à élaborer ses expériences internes. Lorsqu'il décrit les effets des hallucinogènes, il reste dans le factuel : « *on était à la rue, à l'air frais, on était devant tout le monde. C'était en plein marché, et on a beaucoup rigolé* ». Ainsi évite-t-il de répondre à la question : « qu'est-ce que ça t'as fait ? »

Il exprime une instabilité au niveau de ses croyances religieuses : « *quand je me sens pas bien, j'y crois pas et quand je me sens bien, j'y crois* ». Cette incohérence entre son intériorité et son extériorité ne lui permet pas de faire face aux difficultés de la vie. Cette incohérence est en rapport avec une forme d'égoïsme : « *je pense d'abord à moi, après le monde, c'est autre chose* ». Il décrit ainsi une dualité : moi et le monde.

La communication était difficile au sein de sa famille. Armand regrette d'avoir avoué son usage de drogue. Il explique : « *je crois que je les ai tués là* ». Les échanges avec ses parents laissent donc place à une importante culpabilité.

Néanmoins, Armand fait l'expérience d'un bien-être interne, qu'il relie à sa vie spirituelle : « *c'est un sentiment de bien-être, de se nettoyer, de se confesser, enfin de vider tout ce qu'on garde en nous* ». Mais Armand ne met pas en acte cette spiritualité, qui reste de l'ordre du ressenti.

Armand, comme Thierry, exprime un désir de fusion avec sa partenaire. Néanmoins cette relation lui a permis de se poser des questions sur sa propre vie et d'amorcer un désir de changement.

Il aime créer. Cette création peut être reliée à sa spiritualité. Lui, la met en lien avec l'amour : « *on aime ce qu'on a fait* ». Avec l'usage d'héroïne, il a mis de côté sa créativité ; désormais c'est une voie à développer, dans laquelle il pourra exprimer sa singularité, grâce à une dynamique universelle : l'amour.

1-3. Le rêve de Farid

Il éprouve des difficultés à explorer son intériorité et souffre *d'une incapacité d'être seul*, selon le concept de Winnicott : il a « *peur du vide, de l'ennui* ». Néanmoins, Farid exprime le désir d'explorer son monde intérieur.

Il est attiré par la spiritualité asiatique (bouddhisme, zen...). La pratique de la méditation l'aidait à se retrouver seul avec lui-même, mais Farid n'arrive pas à s'investir dans la durée.

Il y a presque vingt ans qu'il essaie diverses méthodes pour sortir de sa toxicomanie, mais cela n'a jamais réellement abouti. A-t-il besoin de nouvelles techniques ? Une autre culture peut-elle l'aider ?

Depuis de nombreuses années, Farid a un désir constant : un « *voyage au Tibet* ». Certes, ce rêve se situe au niveau du fantasme, et le rendre plus concret risquerait de le diminuer, voire de l'anéantir, à cause du décalage entre le réel et l'imaginaire. Mais ce voyage peut aussi être une perspective nouvelle sous forme de voyage initiatique.

Farid s'est documenté sur les pratiques et la culture tibétaine, mais n'a pas élaboré d'objectifs précis – ainsi que les plans permettant de les accomplir – pour son voyage. Travailler sur ces points pourrait lui permettre de maintenir sa motivation et son implication dans un travail thérapeutique, en vue de ce voyage. Le psychologue qui assurera son suivi pourra l'aider à se renseigner sur les différentes institutions tibétaines et se mettre en lien avec celles, correspondant à la quête de Farid. Evidemment avec l'accord et la participation de ce dernier.

Cette démarche est hypothétique, mais permet de penser à l'ouverture et la mise en lien avec d'autres approches. Dans ce monde de plus en plus globalisant et interdépendant, l'approche interdisciplinaire et interculturelle semble de plus en plus pertinente. Elle souligne l'importance de développer un réseau professionnel, social et spirituel.

2- L'éveil spirituel

2-1. Le modèle Minnesota, expérimenté par nos anciens toxicomanes

Découverte de la spiritualité dans le programme de rétablissement

Paul a découvert la spiritualité avec son programme de rétablissement. Le fait d'aller en réunion, d'écouter les autres raconter leur histoire et de passer les 12 étapes, lui ont donné « un accès à l'extérieur de soi ». Avant, il vivait dans « la non-spiritualité absolue, c'est l'égoïsme absolu. Quand t'es dans la dépendance, t'es en totale autogestion. T'as ta dose de came, t'as besoin de rien d'autre, donc t'as pas besoin des autres. Ta truc, elle te satisfait émotionnellement ». Cette ouverture à l'autre lui a permis une découverte de lui-même.

Au début, Thomas assistait aux réunions avec scepticisme, mais une expérience dans sa vie personnelle a provoqué un « déclic » : la mort par overdose d'une personne de plus dans son entourage, un de ses « meilleurs copains ». Confronté une nouvelle fois à la mort (et par là, à une chose qui le dépasse), il accède à un « moment de clarté » et déclare qu'à partir de ce jour-là : « j'étais sobre, content de l'être et en ayant la certitude, qu'à partir de ce moment la sobriété allait être mon mode de vie jusqu'à la fin de mes jours. C'est un état de grâce. Ça fait s'interroger. ». Ce moment marque le début de son rétablissement, en même temps que l'éveil de sa spiritualité.

Durant l'enfance, Emeline était une enfant sensible, « douce, gentille, timide, plutôt créative et artistique », mais pendant sa vie de toxicomane, elle est devenue « une espèce de sans foi ni loi », capable de tout pour consommer sa drogue. Ce décalage, ajouté à ses échecs face aux différents produits (héroïne, cocaïne et alcool), l'amènent progressivement vers une prise de conscience. En commençant à pratiquer le programme de rétablissement spirituel, parce qu'il n'y avait plus d'autre alternative, Emeline se reconnecte progressivement avec sa part spirituelle. Ainsi, elle retrouve l'enfant en elle, qui regarde la nature, contemple sa beauté et dit : « c'est pas possible que ce soit juste nous qui ayons fait ça ! » Elle a ainsi reconnu une force supérieure et spirituelle qui pouvait aussi l'aider.

Insertion dans un nouveau groupe relationnel

Aller aux réunions permet de tisser un nouveau réseau relationnel, fondé sur le soutien, la coopération et le partage.

Certains diront qu'après avoir été dépendants des drogues, ils deviennent dépendants du groupe, et que même si l'étiquette de *toxicomane* leur est enlevée, la plupart conserve celle

de *dépendant* tout au long de leur vie. Cette conception est pertinente. Néanmoins, loin de vouloir définir l'unique voie pour accéder à la guérison de l'addiction, nous souhaitons simplement évoquer un des chemins qui permet d'y arriver.

De plus, la dépendance à un groupe tel qu'AA n'engendre que rarement une réelle problématique d'addiction. Cela peut être le cas lorsque cette méthode ne correspond pas à la personne concernée. Ces groupes sont ouverts sur la société et offrent aux sujets toxicomanes une méthode pour arrêter et, en même temps, un (ré)apprentissage social et relationnel jusqu'à escamoté par l'addiction. Le but est qu'ils soient des sujets actifs, productifs et responsables de la société (Narcotiques Anonymes, 2008), et non les membres d'un groupe reclus à visée sectaire.

Ce nouveau groupe relationnel est cimenté par « des principes spirituels : l'honnêteté, la bonne volonté et l'ouverture d'esprit » et par des valeurs : la tolérance, le respect, la gratitude et l'Amour, le tout dans une visée spirituelle, c'est-à-dire cherchant à réfléchir sur la place de l'Homme, dans le respect de celui-ci et de ce qui l'entoure (*ibid.*).

La pratique avant la croyance

Tous les anciens toxicomanes expliquent qu'il leur est arrivé de pratiquer sans y croire.

Au début, Emeline trouvait « *ça tellement débile* » de prier une puissance supérieure pour qu'elle lui vienne en aide. Paul ne comprenait pas réellement ce que signifiaient les mots « *prière, méditation et spirituel* ». C'était pour lui l'inconnu, mais à force de pratiquer, Paul a expérimenté ces notions par lui-même et ainsi pu comprendre qu'elles sont « *le résultat d'un travail* ». Emeline et Paul possédaient « *l'énergie du désespoir* », et cette expérience était la dernière opportunité qui leur restait.

Thomas, lui, a d'abord vécu « *une révélation* », qu'il se représente comme « *un don* » et pour lequel il exprime un sentiment de gratitude. C'est cette expérience qui l'a amené à pratiquer. Néanmoins, Thomas explique que sa pratique spirituelle « *passé aussi par faire comme si. Prier comme si je croyais, poser les actes* ». Ainsi, il exprime lui aussi le besoin de pratiquer pour croire.

La pratique provoque chez eux une expérience émotionnelle qui a des effets concrets sur leur représentation du monde et donc, sur leur évolution personnelle. Ils élaborent une cohérence entre leurs représentations internes et externes.

Identification, identité et relation d'aide

La confrontation avec des personnes qui ont elles aussi connu des problèmes d'addiction facilite l'identification. Lorsque celle-ci se fait envers des personnes présentant un exemple de réussite, cette identification peut être considérée comme positive.

L'insertion dans ce nouveau groupe modifie la représentation identitaire des sujets. En effet, ils arrivent aux premières réunions en tant que toxicomanes, se sentant « *impuissants* ». Thomas dit même qu'il était devenu « *une épave absolue* ». Désormais, ils acceptent l'étiquette *d'anciens toxicomanes*, en ayant intégré l'idée qu'ils sont dépendants. Néanmoins, cela leur permet de vivre en respectant leurs limites. Tous les anciens toxicomanes reconnaissent que l'usage de drogue peut avoir des effets positifs, mais que cela ne correspond pas à leur personnalité et à leur physiologie car, contrairement à d'autres, ils ne savent pas se limiter. Thomas explique : « *je ne suis pas câblé comme quelqu'un de normal* ». Leur consommation amène donc plus de dégâts que de bénéfices. Le programme leur a fourni de nouvelles conceptions d'eux-mêmes qui les rendent conscients de leurs faiblesses et donc les protègent.

Ce programme facilite la construction de nouvelles relations basées sur l'entraide grâce, notamment, au système de parrainage. Thomas explique : « *quand je m'occupe de quelqu'un, je l'aide entre guillemets, je m'aide moi-même* ». Cela révèle un paradoxe : parfois le meilleur moyen de s'aider peut être de ne pas s'occuper de soi. En effet, par un moyen détourné (s'occuper d'autres personnes), ils augmentent leur estime de soi, se sentant utile, et en même temps, ils apprennent sur eux.

Désormais, lorsqu'ils ont besoin de soutien, ils ont plusieurs personnes sur qui ils peuvent compter et ne restent plus isolés.

Les réunions

Tous nos anciens toxicomanes ont participé aux réunions tel un rituel. Au début la fréquence est quotidienne, puis elle s'assouplit. Mais tous nos anciens toxicomanes continuent de participer à des réunions NA ou AA. Ils restent dans ce système pour partager leurs expériences dans une dynamique d'entraide.

Les réunions leur ont permis un apprentissage de la frustration. Thomas dit : « *je reste assis sur ma chaise pendant une heure, dans une pièce où il y a quelque chose qui est supérieur à moi-même qui est en train de se produire* ». Il qualifie ces réunions de « *spirituelles* ». En écoutant les autres quotidiennement pendant une heure, ils apprennent à résister à la frustration et développent ainsi des capacités de projection.

L'expérience à profit

Le programme de rétablissement les aide à mettre à profit leur expérience en la partageant, afin de servir d'exemple et de permettre des identifications. Certains toxicomanes, comme Armand, considèrent leur parcours comme une perte de temps. Pour les anciens toxicomanes, le chemin du rétablissement a provoqué un profond changement dans leur être. Paul explique : « *le cadeau de toutes ces années de mort, c'est un peu l'éveil de la spiritualité* ». Ils peuvent désormais indiquer cette voie à d'autres. Ils ont acquis de l'expérience, une meilleure connaissance de soi et de nouvelles conceptions du monde, les deux entretenant un rapport harmonieux.

2-2. Aspects communs avec les simples usagers

Contact avec la nature et sentiment d'unité

Tous nos simples usagers et deux anciens toxicomanes (Thomas et Emeline) parlent de leur lien avec la nature comme un lieu de ressourcement, qui implique une force, une énergie ou une puissance supérieure. Ghasarian (2010, p.289) évoque une « re-sacralisation de la nature » qui serait liée à une « conscience accrue de la fragilité écologique ».

Emeline explique : « *quand tu regardes les animaux, la nature, le soleil, les montagnes, il y a forcément quelque chose qui fait que les choses soient si belles* ». De même, Tatiana s'est déjà sentie « *éblouie par la beauté* » en regardant la nature. Ce sentiment de beauté n'est pas lié à des qualités esthétiques, mais à un respect de ce qui est, de la création, qui fait ressentir ce que nous pouvons nommer : *une transcendance dans l'immanence*. Thomas explique : « *je sais que je suis attiré par quelque chose de plus grand que moi. La nature, qui est quand même ma mère* ».

Cela fait naître un sentiment d'unité, car nous faisons aussi partie de la création. Pascal raconte qu'il se sent « *en symbiose avec l'univers. C'est comme une espèce de toile qui réunit toutes choses* ». De la même manière, Tatiana considère « *faire partie d'un tout. J'ai l'impression d'être reliée aux choses. C'est un sentiment d'unité* ».

Le sentiment de gratitude

Dans les prières de Tatiana et de tous les anciens toxicomanes s'exprime un sentiment de gratitude. Cela représente « *des pensées positives* » qui permettent de voir le verre à moitié plein, plutôt qu'à moitié vide. C'est une aide qui leur permet d'être davantage conscients de leurs possibilités afin de mieux les exploiter.

La foi

On observe une évolution dans les croyances d'Emeline, de Tatiana et de Thomas

Lorsqu'Emeline était toxicomane, elle exprimait des sentiments de colère et de revendication : « *j'en voulais à Dieu de m'avoir faite ainsi* ». Désormais, elle accepte les choses telles qu'elles sont et n'a plus besoin de questionner sa spiritualité.

Au début de sa consommation, Tatiana croyait en Dieu si elle allait bien, puis lorsque ça n'allait pas, elle n'y croyait pas. Nous remarquons le même processus chez Armand. Lorsqu'elle priait, elle demandait des choses « *comme si quelqu'un allait exaucer mes vœux. Au contraire, aujourd'hui, je peux demander d'avoir plus de force afin d'agir mieux, faire face aux épreuves de la vie. Je remercie aussi, j'essaye de penser à ce que j'ai. C'est des pensées positives* ». Désormais, ses croyances se sont stabilisées : « *c'est plus une question de croire ou pas, c'est une question d'avoir la foi et de ressentir les choses. Ça fluctue pas comme avant. Si ça va pas, je me remet en question sans perdre la foi* ».

Lorsque Thomas était petit, il priait toutes les nuits, de manière obsessionnelle, en formulant des vœux irréalistes à propos de situations angoissantes : « *faire revenir mes grands-parents, que mes parents ne meurent jamais* ». Désormais, au contraire il considère chaque épreuve comme un moyen de devenir « *meilleur et plus fort* ».

Au cours de leur parcours individuel, ils ont donc tous vécu une transformation au niveau de leurs croyances. Celles-ci sont devenues plus cohérentes avec le monde environnant. Ainsi, constituent-elles réellement une force face aux épreuves de la vie, en y apportant du sens.

La capacité de supporter la frustration au nom de valeurs

En assistant aux réunions, pour offrir leur écoute et leur expérience, les anciens toxicomanes visent les valeurs d'entraide, de respect et d'amour.

Pascal vise l'amour au sein de ses relations intimes (avec sa famille et ses amis proches), il se rend alors disponible et agréable afin de leur donner de sa personne.

Mélanie donne de l'énergie pour aider les autres dans une optique d'amour universel.

Tatiana souhaite « *vivre en harmonie avec les autres* », dans le respect.

L'estime de soi et l'Amour

Les bénéfices de leur « *travail* » dans l'application du programme a permis une hausse de l'estime de soi, en même temps qu'un éveil spirituel chez tous les anciens toxicomanes.

L'amélioration de l'estime personnelle va de pair avec la reconnaissance et le respect de l'Autre. En effet, Paul explique : « *comme moi je m'accepte, j'accepte l'autre* ». De la même

manière, Tatiana dit : « *je m'aime comme j'aime le monde. Je me respecte comme je respecte et aime la vie* ». Ainsi, cela nous emmène vers la notion d'Amour universelle.

Mélanie est celle qui en parle le plus. C'est son objectif premier que de chasser les idées négatives pour les remplacer par l'Amour, et donc, le détachement. Elle l'appelle parfois « *amour inconditionnel* », « *amour absolu* » ou « *amour universel* ». Ses conceptions font écho à ce que certains nomment les « mystiques transcendants », présents dans chaque religion ou domaine spirituel. Pour ces derniers, « Dieu ne vit pas dans un texte sacré dogmatique ni ne siège sur un lointain trône céleste, mais demeure au contraire tout près de nous [...], respirant dans notre propre cœur [...]. Dieu est *une expérience de l'amour suprême* » (Gilbert, 2006, p. 28)

D'après Mélanie, l'amour « *c'est l'énergie* ». Pour Tatiana, « *la vie, l'amour, la spiritualité* » sont très fortement liés, voire représentent la même chose.

Enfin, Emeline parle aussi de l'Amour comme d'une notion large : « *j'ai un sentiment d'amour pour la nature, j'ai un sentiment d'amour pour mon chien. Pour moi, l'amour peut-être lié à la gratitude aussi. J'adore aimer, mais aimer autant les choses autour de moi, les gens, les animaux, je peux aimer ma paire de chaussure. Je vis de l'amour dans plein de choses différentes. Je vis de l'amour dans le partage.* ».

Nous remarquons que toutes ces perceptions ont un socle commun : le désir d'ouverture, et par désir, nous entendons énergie. Celle-ci est orientée positivement par une dynamique spirituelle que nous pouvons appeler l'Amour.

CHAPITRE IV

LES LIMITES DE NOTRE RECHERCHE

La spiritualité n'est pas un remède qu'il est possible de prescrire au même titre qu'un médicament. C'est une dynamique inhérente, plus ou moins présente dans chaque conscience humaine. Cependant, elle reste un domaine à explorer :

- Elle peut nous renseigner sur la personnalité de nos patients en fournissant des informations pertinentes, au niveau de la cohérence, du sens et du principe évolutif, qui sont utiles pour le travail thérapeutique
- Elle peut constituer un levier thérapeutique.

Cette dynamique dépasse le domaine de la psychologie. Néanmoins, la dimension spirituelle fournit, dans certains cas, une indication pour nous, psychologues. C'est une dimension de l'être humain qui mérite d'être reconnue et explorée, au même titre que les dimensions cognitive, sociale, relationnelle ou physiologique, dans une perspective de travail interdisciplinaire.

Dans cette recherche nous nous sommes fixés sur les aspects positifs de la spiritualité, mais c'est une dimension face à laquelle il faut être prudent. En effet, dans sa thèse *Du meurtre au sacrifice*, Véronique Donard (2008) explique qu'une même dynamique spirituelle peut aussi bien animer un tueur en série qu'une sainte tel Sainte Thérèse De Lisieux. Nous insistons donc sur la nécessité d'un travail personnel pour le psychologue qui souhaite aborder la spiritualité. Afin d'être conscient de son positionnement tout en reconnaissant la multitude de croyances possibles et éviter toute forme de prosélytisme.

La taille de notre échantillon, qui est de 9 participants, soit 3 par groupes, ne nous permet pas de conclure à des dispositions générales au sujet des toxicomanes, des simples usagers ou des anciens toxicomanes. Cependant, elle fournit des pistes de réflexion

Nous avons exploré une seule technique de soins dédiée aux addictions : le modèle Minnesota (nettement orienté vers la spiritualité) qui vise l'abstinence, ce qui influence la validation de notre troisième hypothèse.

CONCLUSION

Cette recherche confirme l'intérêt, pour le psychologue, de questionner la spiritualité d'un patient qui y est intéressé, dans le but de recueillir des informations complémentaires sur son fonctionnement, en particulier ses capacités d'élaboration et de gestion de l'angoisse. Ces éléments peuvent ouvrir des pistes en vue d'une psychothérapie.

L'élaboration de concepts spirituels exprime une dynamique interne en accord avec l'extériorité et reflète des capacités de lutte contre l'angoisse, mais aussi d'abstraction et de communication. Le toxicomane souffre d'un décalage entre les valeurs qu'il porte en lui et ses actes de la vie quotidienne. Face à ce clivage, la spiritualité est susceptible de représenter un chemin vers la cohérence.

L'éveil spirituel lié au programme de rétablissement du modèle Minnesota peut être considéré comme un levier thérapeutique qui donne des moyens de sortir de la toxicomanie. En effet la spiritualité, en donnant aux sujets un accès à l'extérieur d'eux-mêmes, les relie aux autres et les guérit de ce que Sibony (1987) appelle « la maladie du lien ». Tous les anciens toxicomanes de notre étude ont décrit leur parcours comme un trajet spirituel qui les a conduits de l'enfermement à l'ouverture, de l'égoïsme à l'entraide et de la culpabilité à la compassion. Tous pensent qu'il est possible, pour d'autres personnes, de retirer des bénéfices de l'utilisation de drogues, mais expliquent que pour eux ces plaisirs ne sont pas (ou plus) envisageables, dans la mesure où ils ne sont pas capables de se limiter dans leur consommation. Ils ont chacun, à leur manière, montré de beaux exemples de rétablissement.

Même si certaines substances sont propices à l'expérience spirituelle, tandis que d'autres facilitent l'arrêt de cette dynamique, le produit n'est pas le seul responsable de l'addiction. Celle-ci dépend pour beaucoup de l'usage qu'en fait la personne par rapport à son histoire personnelle et le contexte associé. De la même manière, ce n'est pas le produit qui, à lui seul, provoque l'éveil spirituel. Il faut prendre en compte les motivations de la personne, l'usage qu'elle en fait, le contexte qui lui est associé et les conséquences dans sa vie quotidienne.

Notre travail ouvre la voie à des recherches futures :

- Explorer la dimension spirituelle d'anciens toxicomanes qui n'ont pas participé à un programme de rétablissement qui intègre la spiritualité.

- Analyser les discours et les répercussions dans leur vie quotidienne des simples usagers de drogues qui consomment dans un but spirituel.
- Étudier les expériences de sensation d'unité ou d'amour universel sans utilisation de substances et/ou avec, ainsi que leurs conséquences dans la vie quotidienne.
- Évaluer les approches soignantes des toxicomanies qui intègrent la spiritualité.

BIBLIOGRAPHIE

- Alberoni, F. (1992). *Genesis. Mouvements et institutions*. Paris : Ramsay.
- Aldridge, D., Fachner, J. (2006). *Music and altered states: Consciousness, Transcendance, Therapy and Addiction*. Londres : Jessica Kingsley
- Allouch, J. (2007). *La psychanalyse est-elle un exercice spirituel ? Réponse à Michel Foucault*. Paris : Epel.
- Ameisen, J.-C. (1998). Dans l'oubli de nos métamorphoses : la mort et la sculpture du vivant. In : Brun, D., Zittoun, R. et al. *Psychanalyse et fins de vie*. Paris : Etude Freudiennes.
- Bachmann, C., Coppel, A. (1989). *Le dragon domestique*. Paris : Albin Michel.
- Baud, S., Ghasarian, C. (2010). *Des plantes psychotropes. Initiations, thérapies et quête de soi*. Paris : Imago
- Bautzmann, A., Clairet, S. (2010). Géopolitique mondiale de la drogue. *Diplomatie*. Hors-série, 11.
- Becker, H. S. (1963). *Outsiders. Etudes sociologique de la déviance*. Paris : Métailié, 1985.
- Besson, J. (2008). Quelle relation entre spiritualité et addiction ? *Dépendance*, 34, 3-4.
- Bourguignon, O. (2003). *Questions éthiques en psychologie*. Bruxelles : Mardaga.
- Capra, F. (1975). *Le Tao de la physique*. Paris : Sand, 1985.
- Chambon, O. (2007). *La médecine psychédélique*. Paris : Les Arènes.
- Chambon, O., Huguelit, L. (2010). *Le chamane et le psy*. Paris : Mama.
- Chambon, O., Marie-Cardine, M. (1999). *Les bases de la psychothérapie*, Paris : Dunod, 2010.
- Castel, R. (1998). *Les sorties de la toxicomanie*. Fribourg : Editions Universitaires Fribourg.
- Chazaud, J. (2004). *La spiritualité en perspectives, Rencontres interdisciplinaires*. Paris : L'Harmattan.
- Cohen, A. B., Gruber, J., Keltner, D. (2010). Comparing spiritual transformations and experiences of profound beauty. *Psychology of Religion and Spirituality* 2, 3: 127-135.
- Colbeaux, C., Rosenzweig, M., Marchal, E., Laval-Jeantet, M., Rauzy, D., Gonnet, R., Allouch, E., Lecompte, D., Dufour, D.-R., Melman, C. (2008). *Addiction et Religion*, actes des 9èmes rencontres de l'U.S.I.D. Douai : URFDEditions.
- Comte-Sponville, A. (1995). *Petit traité des grandes vertus*. Paris : PUF.
- Comte-Sponville, A. (2006). *L'esprit de l'athéisme. Introduction à une spiritualité sans Dieu*. Paris : Albin Michel.

- Didier, B. (2004). Le centre APTE : vers une prise en charge globale des addictions. *Psychotropes* 10 : 113-123.
- Donard, V. (2008). *Du meurtre au sacrifice. Jalons d'une métapsychologie de la dynamique spirituelle*. Thèse de Doctorat Université Paris 7, Denis Diderot.
- Eliade, M. (1951). *Le chamanisme et les techniques archaïques de l'extase*. Paris : Payot, 1992.
- Farris, J. R. (1994). Addiction and Dualistic Spirituality: Shared Visions of God, Self and Creation. *The Haworth Press* 1 : 5-31.
- Foucault, M. (2001). *L'herméneutique du sujet. Cours au Collège de France, 1981-1982*. Paris : Gallimard-Seuil.
- Freud, S. (1927). *L'avenir d'une illusion*. Paris : Hatier, 2010.
- Freud, S. (1930). *Malaise dans la culture*. Paris : PUF, 2004.
- Freud, S. (1969). *La vie sexuelle*. Paris : PUF, 2002.
- Frick, E. (2006). Peut-on quantifier la spiritualité ? *Revue francophone de Psycho-Oncologie* 3 : 160-164.
- Galanter, M. (2006). Spirituality and Addiction: A Research and Clinical Perspective. *The American Journal on Addictions* 15 : 286-292.
- Gauchet, M. (1985). *Le désenchantement du monde*. Paris : Gallimard.
- Geadah, R.-R. (2001). Le sens des valeurs. In : *Les Valeurs : Quels enjeux pour le 3^{ème} millénaire ?* Beyrouth : Filles de Charité-Beyrouth : 187-193.
- Gilbert, E. (2006). *Mange, prie, aime*. Paris : Le Livre de Poche, 2008.
- Gnoli, A., Volpi, F. (2003). *Le LSD et les années psychédéliques. Entretiens avec Albert Hofmann*. Paris : Payot & Rivages, 2006.
- Hautefeuille, M. (2002). *Drogues à la carte*. Paris : Payot.
- Hulin, M. (1993). *La mystique sauvage*. Paris : PUF, 2008.
- Jacquet, P., Spring, G., Mathys, P. (2009). Place de la spiritualité dans les programmes thérapeutiques des Oliviers. *Dépendances* 34 : 9-12.
- Jung, C., G. (1916). *Les sept sermons aux morts*. Paris : L'Herne, 2006.
- Jung, C., G. (1961). *Ma vie*. Paris : Gallimard, 1973.
- Jünger, E. (1973). *Approches, drogues et ivresse*, Paris : Folio essais.
- Kapuscinski, A. N., Masters, K. S. (2010). The current status of measures of spirituality: A critical review of scale development. *Psychology of Religion and Spirituality* 2, 4 : 191-205.
- Kavciyan, A. (1998). *Contribution à l'étude des rapports entre toxicomanie et spiritualité*. Thèse de médecine, Faculté de médecine St-Antoine, Paris.

- Kounen, J., Narby, J., Ravalec, V. (2008). *Plantes et chamanisme*. Paris : Mama.
- La barre, W. (1992). *Les plantes psychédéliques et les origines chamaniques de la religion*. Paris : L'esprit frappeur, 2000.
- Lacan, J. (1959-1960). *Le séminaire. Livre VII. L'éthique de la psychanalyse*. Paris : Seuil.
- Laplanche, J., Pontalis, J.-B. (1967). *Vocabulaire de la psychanalyse*. Paris : PUF, 2002.
- Laure, P. (2000). *Dopage et société*. Paris : Ellipses.
- Le Breton, D. (2002). *Conduites à risque*. Paris : PUF, 2007.
- Lecompte, D., Chaudet, B. (2008). *Nouvelles croyances, thérapies alternatives : des dérives possibles*. Paris : Jubilé.
- Lemoine, P. (1996). *Le mystère du placebo*, Paris : Odile Jacob.
- Lizot, J. (1989). L'espace-temps des usages. *Autrement* 106 : 23-27.
- Luca, N. (2004). *Les sectes*. Paris : PUF.
- Marhic, R., Besnier, E. (1999). *Le New Age*. Bordeaux : Le Castor Astral.
- Michel, J.-D. (2008). L'importance de la croyance dans le processus thérapeutique. *Dépendances* 34 : 19-22.
- Mijolla-Mellor, S. (2004). *Le besoin de croire. Métapsychologie du fait religieux*, Paris : Dunod.
- Miller, W. R. (1998). Researching the spiritual dimensions of alcohol and other drug problems. *Addictions* 93, 7 : 979-990.
- Narby, J. (1995). *Le serpent cosmique, l'ADN et les origines du savoir*. Genève : Georg
- Narby, J., Huxley, F. (2009). *Anthologie du chamanisme*. Paris : Albin Michel.
- Narcotiques Anonymes (2008). L'expérience des Narcotiques Anonymes. *Dépendances* 34 : 5-7.
- Olievenstein, C. (1983). *Le destin du toxicomane*. Paris : Fayard
- Olievenstein, C. (1987). Place et objet des thérapies transitionnelles dans le traitement des grands toxicomanes. In *La clinique du toxicomane*. Paris : les Editions Universitaires : 129-137.
- Petiau, A., Pourtau, L., Galand, C. (2009). De la découverte des substances psychoactives en milieu festif techno à l'usage maîtrisé. *Drogues, santé et société* 8, 1 : 165-199.
- Rae Davis, D., Jansen, G. (1998). Making Meaning of Alcoholic Anonymous for Social Workers : Myths, Metaphor, and Realities. *Social work* 42, 2.
- Rees, M. (1998). *Before the Beginning, Our Universe and Others*. Londres : Perseus Books
- Reynaud-Maurupt, C., Verchère, C., Toufik, A., Bello, P. Y. (2002). Les usages d'héroïne en France chez les consommateurs initiés depuis 1996. *Psychotropes* 9, 3-4 : 57-77.

- Richard, D., Senon, J.-L., Valleur, M. (1999). *Dictionnaire des drogues et des dépendances*. Paris : Larousse, 2009.
- Richard, R. (1992). *Psychologie et spiritualité, à la recherche d'une interface*. Laval : Les Presses de l'Université Laval.
- Rimbaut, G. (2006). *Soutenir une démarche spirituelle en milieu hospitalier*, Bruxelles : Lumen vitae.
- Rossi, I., Kaech, F. (2008). Psychotropes et quêtes existentielles : logiques d'ailleurs et d'ici. *Dépendances* 34 : 16-18.
- Samitca, S., Arnaud, S., Zobel, F., & Dubois-Arber, F. (2005). Usage de drogues de synthèse et de cocaïne en milieu festif. *Raison de santé* 108 : 1-71.
- Seca, J.-M. (2001). *Les musiciens underground*. Paris : PUF.
- Sibony, D. (1987). *Perversions. Dialogues sur des folies « actuelles »*. Paris : Seuil, 2000.
- Singäiny, E. J.-D. (2004). Le toxicomane a-t-il perdu la dimension du sacré ? *Psychotropes* 10, 3-4 : 115-127.
- Sueur, C., Benezech, A., Deniau, D., Lebeau, B., Ziskind, C. (1999). Les substances hallucinogènes et leurs usages thérapeutiques. Revue de littérature. Partie 1. *Revue documentaire Toxibase* 4 : 1-28.
- Sueur, C., Benezech, A., Deniau, D., Lebeau, B., Ziskind, C. (2000). Les substances hallucinogènes et leurs usages thérapeutiques. Revue de littérature. Partie 2. *Revue documentaire Toxibase* 1 : 1-36.

Sites internet

- Blog de Colbeaux, C. : <http://colblog.blog.lemonde.fr/2011/01/19/au-commencement-etait-le-verbe-malaise-3/>
- CAMH://www.camh.net/fr/about_addiction_mental_health/drug_and_addiction_information/addiction_information_guide/addiction_causes_fr.html
- Centre Takiwasi du Dr Mabit : <http://www.takiwasi.com/fra/doc02.php>
- New Age : <http://www.info-sectes.org/newage/newage.htm>
- Trouslard, J. : http://www.psyvig.com/default_page.php?menu=40&page=106

ANNEXES

FEUILLE DE CONSENTEMENT

Vous acceptez de participer au mémoire de recherche dont le titre est :
« Etude des rapports entre usages de drogues, spiritualité et dépendance ».

Cette feuille vous informe des conséquences et de vos droits.

Cette recherche a pour but l'amélioration des prises en charges thérapeutiques. Il représente aussi un travail de fin d'études qui permet l'obtention du diplôme de psychologue.

Les informations que vous allez fournir sont anonymes et ne pourront pas être utilisées à d'autres fins que cette recherche. Vous pouvez à tout moment revenir sur vos propos ou même cesser de participer à cette recherche (évidemment, avant que mon mémoire de recherche soit rendu). Vous n'êtes pas obligé de répondre aux questions qui vous sont posées et vous pouvez interrompre l'entretien à tout moment.

Si, à la suite de cet entretien, vous avez d'autres questions ou ressentis que vous souhaitez me transmettre, je serai à votre disposition.

Vous pourrez également, si vous le souhaitez, avoir accès à une restitution des résultats de cette recherche.

Signature :

QUESTIONNAIRE

Cochez la case lorsque la phrase correspond à votre comportement durant le mois précédent. Si vous souhaitez faire un commentaire, utilisez l'espace entre les deux questions. Merci.

Je suis incapable de résister aux impulsions à consommer le(s) produit(s) (la drogue).

Ma tension monte de manière croissante juste avant de consommer le(s) produit(s).

Je ressens du plaisir ou du soulagement pendant son/ses effet(s).

J'ai une sensation de perte de contrôle sous l'effet du/des produit(s).

Je pense au(x) produit(s) et au moyen de s'en procurer :

Plusieurs fois par semaine Environ une fois par semaine

Plusieurs fois par mois Moins d'une fois par mois

La plupart du temps, j'utilise davantage de drogue(s) et sur une durée plus longue que je le souhaitais au départ.

J'ai essayé plusieurs fois de réduire, de contrôler ou d'arrêter ma consommation de drogue.

Le temps destiné à me procurer de la drogue, à la consommer et à se remettre de ses effets, me paraît :

Minimale Moyen Important

Il m'arrive de consommer de la drogue lorsque je dois accomplir des obligations professionnelles, scolaires ou universitaires, familiales ou sociales :

Jamais Rarement De temps en temps Souvent Toujours

J'abandonne des activités sociales ou professionnelles au profit de l'usage de drogue.

Je continue à me droguer malgré le fait que cela cause ou aggrave un problème social, financier, psychologique ou physique.

J'ai besoin d'augmenter les doses pour atteindre l'effet recherché.

Je me sens agité(e) ou irritable si je n'arrive pas à me procurer de drogue.

Les éléments cochés précédemment durent depuis plus d'un mois.

Il m'est difficile de faire la fête sans drogue.

Il m'est difficile de réaliser d'autre(s) activité(s) sans drogue.

Si oui précisez laquelle/lesquelles :

GUIDE D'ENTRETIEN

- Usage de drogues :
 - Le début : son contexte, but(s) recherché(s), produit(s) utilisé(s), effets.
 - Evolution : dépendance ? Produits, effets, problèmes rencontrés
 - Etat actuel : consommation ? Pourquoi ?
 - Rapport général à la drogue (et à la législation), à la prise de risque.
 - Usage d'hallucinogènes ? Comment est perçue cette expérience ?
 - Vie familiale :
 - Pendant l'enfance
 - Evénement(s) important(s) (crises, ruptures, décès...)
 - Situation actuelle (rapport avec la famille, concubin ? Enfant ?)
 - Conséquences de l'usage de drogue sur la famille
 - Vie affective :
 - Rapport à soi, image de soi, estime de soi
 - Relation avec les autres
 - Possibilité de soutien (parents ? famille ? amis ?)
- Mise en rapport de ces deux derniers points avec l'usage de drogue.
- Lien avec la vie spirituelle, la recherche de sens
- Vie spirituelle :
 - Religion, pratique, religion transmise par les parents ? Croyance en une puissance supérieure ?
 - Autres activités spirituelles ?
 - Questionnement métaphysique à l'adolescence ? Au début de la prise de drogue? Maintenant ?
 - Vie imaginaire, fantasmatique : rêves, visions, créations ?
 - Expérience mystique ?
 - Représentation de la mort
 - Sens de la vie ? Fil directeur ? Signes ?
 - Quelle vision de l'amour ?
- Vision duelle ou d'unité ?
- Mise en rapport de ces aspects avec l'usage de drogues

Résumé

Cette recherche vise à contribuer à l'étude des rapports entre les usages de drogues et la spiritualité. Elle se situe dans le prolongement de la thèse d'Aram Kavciyan (1998), *Contribution à l'étude des rapports entre toxicomanie et spiritualité*. Notre spécificité est la prise en compte du discours d'usagers de drogues non toxicomanes. Nous avons essayé d'élucider le paradoxe qui divise l'opinion et, donc, l'offre de soins au sujet de la spiritualité chez les consommateurs de drogues. En effet, certaines références, tel le modèle Minnesota, associent la spiritualité à une abstinence vis-à-vis des produits psychotropes. Or, dans d'autres circonstances, des drogues sont précisément consommées dans un but spirituel. La population de notre étude comporte trois groupes : des toxicomanes, d'anciens toxicomanes et des consommateurs non toxicomanes. La spiritualité est un vécu subjectif qui peut être verbalisé et qui vise à comprendre le monde afin d'y trouver sa place. Nous avons choisi de réaliser une analyse qualitative du discours des sujets, technique destinée à permettre la libre expression des participants.

Les résultats montrent qu'explorer la dimension spirituelle fournit de riches informations sur l'élaboration des expériences internes du sujet, sa lutte contre l'angoisse et la cohérence entre ses représentations internes et ses actes de la vie quotidienne. De plus, la spiritualité constitue parfois un levier thérapeutique pour sortir de la dépendance. Enfin, cette recherche met l'accent sur les phénomènes « visionnaires », qui favorisent l'introspection et le sentiment d'unité, que vivent certaines personnes qui consomment des drogues de façon non addictive.

Mots-clés

Institution de soins aux toxicomanes - Spiritualité – Usages de drogues