

La Fraternité

Pour rassembler les êtres humains libres et bienveillants

Au sommaire

N°2

Septembre 2025

48 pages

(Extraits)

**Le dossier :
"Fraternité et Addiction"**

**Margarita Rojas Blanco:
Femme, Franc-Maçonne, en-
gagée pour promouvoir la
Fraternité
Une interview exclusive**

**La Paix, un droit pour la
Fraternité
par Milton Arrieta López**

**Les notes de lectura de
Yonnel Ghernaouti**

**Fraternité et Confraterni-
té dans la société grecque
contemporaine par Giorgos
Bousoutas Thanasoulas**

**Le choix des géants de
l'agro-alimentaire
par Leo Goeyens**

**Une Gravitation universelle
par Patrick Chambard**



Humour et Fraternité

NDLR : Le dessinateur YaKaYaKa nous fait l'honneur de collaborer à notre revue !
[Découvrez d'autres facettes de son talent sur son site !](#)



**Les notes de lecture de
Yonnel Ghernaouti**



A lire en page 18

Margarita Rojas Blanco

Femme, Franc-maçonne, engagée pour promouvoir la Fraternité

Une interview exclusive

Question : Vous vivez actuellement à Bogotá, Colombie : quelles sont vos principales préoccupations en tant qu'être humain ?

Margarita Rojas Blanco

Je suis profondément préoccupée par l'habitude que nous prenons face à la cruauté, par cette indifférence devenue réflexe de défense, et par l'acceptation docile des discours de haine comme s'ils étaient des vérités inéluctables.

Je pense souvent aux mots de Viktor Frankl lorsqu'il disait qu'on peut tout enlever à un homme sauf la liberté de choisir son attitude face aux circonstances.

J'ai peur que cette liberté intime nous soit peu à peu volée, sans que nous nous en rendions compte — et que nos filles grandissent en croyant que naître femme, c'est être en danger.

Je m'inquiète aussi de l'avenir de la parole, dans un monde saturé de bruit.

Mais malgré tout cela, je garde confiance en les alliances humaines, et en ces petites rébellions quotidiennes qui rendent la dignité.

Bogotá me rappelle que la résistance existe dans les librairies de livres d'occasion de la carrera Séptima, dans la main tendue dans le Transmilenio, et dans les loges qui œuvrent sans poser de questions excluantes.



Question : L'objectif principal de notre revue est d'informer nos lecteurs sur la dynamique de la fraternité. Est-ce également l'une de vos préoccupations ?

Margarita Rojas Blanco

Évidemment. Mais je parlerais plutôt de **fraternités**, au pluriel, car il n'existe pas une seule manière de vivre le lien fraternel.

Ce qui m'intéresse profondément, c'est de montrer que la fraternité n'est pas seulement un lien émotionnel ou symbolique, mais une **forme éthique d'être au monde**.

Il s'agit de se reconnaître dans la vulnérabilité de l'autre, de tisser des réseaux de soutien, de rompre avec la logique de com-

(Suite page 4)

(Suite de la page 3)

pétition pour celle du soin mutuel. Je l'ai vue dans des colonnes qui se mobilisent pour soutenir un frère au chômage ou une sœur malade — sans discours ni photo.

Mais je m'inquiète quand on utilise la fraternité comme alibi pour dissimuler des privilèges ou faire taire les dissidences.

Question : Parlez-nous de ce qui a forgé votre personnalité durant votre enfance et vos études universitaires.

Margarita Rojas Blanco

Mon enfance fut un carrefour entre les paroles pratiques de ma mère et de ma grand-mère — deux femmes travailleuses et sages — et les silences d'une société que j'ai appris à écouter.

J'ai grandi dans une société blessée, au cœur d'un conflit armé de cinquante ans, mais fertile en petites espérances, de celles qui germent à l'ombre.

Puis, sur les bancs d'école, j'ai découvert que la philosophie n'était pas qu'une affaire de Grecs barbus, mais une manière d'ouvrir des questions dans le quotidien. C'est là que je suis devenue libre, non pas parce qu'on m'a libérée, mais parce que j'ai cessé de croire à la légitimité naturelle des chaînes.

Question : Que pensez-vous des multiples agressions subies par les femmes dans de nombreuses régions du monde ?

Margarita Rojas Blanco

Ce ne sont pas des faits isolés, ni des exagérations, ni des « problèmes culturels », mais les symptômes d'un système patriarcal de domination qui traverse les siècles et les géographies.



Les agressions envers les femmes ne sont pas seulement physiques : elles s'expriment aussi dans l'exclusion symbolique, dans l'infantilisation de nos voix, dans la parole qu'on nous interrompt, même dans les espaces qui se disent éclairés.

Cela me blesse, et m'engage. Chaque mot que j'écris est une forme de résistance et de tendresse combative. Chaque Tenue mixte ou féminine est aussi un acte de réparation historique.

Question : Comment percevez-vous les évolutions sociologiques possibles en Amérique du Sud dans les cinquante prochaines années ?

Margarita Rojas Blanco

C'est difficile à prévoir, mais certaines tendances se dessinent.

Je crois que nous vivons une tension entre une force conservatrice qui souhaite nous ramener au XIXe siècle, et une autre qui pousse vers des formes de vie plus horizontales, plurielles et écologiques.

[Lire la suite](#)

La Fraternité, un mythe que l'on voudrait voir se réaliser

Dans ce monde en folie, nous avons besoin de rêver dans une espérance. C'est le rôle des mythes. La Fraternité en est un.

Toutes les définitions et approches de la Fraternité renvoient aux deux axes fondamentaux :

- la fraternité horizontale de proximité,
- La fraternité verticale fondée sur le Bien commun.

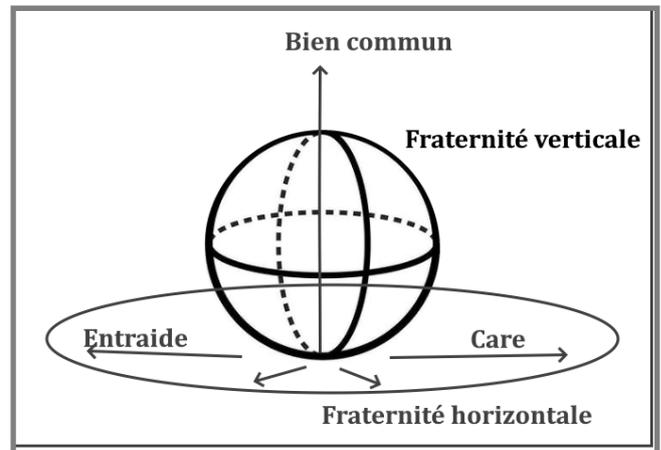
L'une concerne essentiellement les relations de voisinage à partir du noyau familial et l'autre renvoie au Bien commun (Dieu pour les croyants) qui permet le dépassement individuel !

Même si une certaine « fraternité » peut se manifester dans certaines circonstances, la Fraternité, dans toute sa grandeur, est naturellement un mythe. La Fraternité fait rêver et pour peu qu'on ait un peu d'humanité, on se dit qu'en se donnant de la peine, on pourrait y arriver !

Les contributeurs de cette revue sont des exploreurs de la fraternité ! Comme d'habitude, dès qu'on s'intéresse à un sujet on s'aperçoit que la complexité est au rendez-vous !

Avec ce numéro, vous trouverez, en plus des rubriques habituelles, un dossier consacré à un sujet de société préoccupant : le recours aux addictions pathogènes.

Le boom du phénomène addictif pathogène est un phénomène social nouveau lié à la mondialisation des échanges et aussi aux découvertes scientifiques qui favorisent la production de substances chimiques de synthèse. Pour des raisons que nous abordons dans ce dossier, le phénomène par son ampleur crée de multiples problèmes et complique encore l'instauration d'une vraie fraternité !



La science, la politique, l'économie et aussi les religions se trouvent contaminées par le phénomène addictif pathogène. Les règles des sociétés sont contournées au point qu'un monde parallèle réussit à imposer sa loi !

Aujourd'hui, tout se passe comme s'il y avait une tolérance envers ce phénomène d'addiction pathogène. Les consommateurs présents dans tous les milieux sociaux, y compris à l'assemblée nationale, semblent impunis.

Comprendre pour proposer est aussi une de nos préoccupations car ce serait trop facile de s'en remettre à des « Ya ka, Faut qu'on ».

Comme le visualise notre dessinateur YaKaYaka, ce serait bien d'être addict à une Fraternité qui ne serait pas qu'une poudre !

Dr Alain Bréant
Rédacteur en chef



Glossaire

- **Achats addictifs ou compulsifs** : addiction sans drogue, caractérisée par un besoin d'acheter de manière compulsive des objets variés sans en avoir l'utilité, ni souvent les moyens financiers.
- **Acide** : expression populaire pour désigner le LSD.
- **ACT (Thérapie d'Acceptation et d'Engagement)** : fait partie des TCC (thérapie cognitivo-comportementale) les plus récentes. Le postulat de départ en thérapie ACT est que la souffrance n'est pas signe de pathologie, mais une partie intégrante de l'expérience humaine.
- **Addiction** : l'addiction se caractérise par l'impossibilité répétée de contrôler un comportement ou une consommation en dépit de ses conséquences négatives (physiques, psychiques, familiales, professionnelles, sociales et autres).
- **Addictogène** : se dit d'un produit dont la consommation peut conduire à l'addiction.
- **Agent psychoactif** : toute substance chimique qui influence l'activité cérébrale (ex: alcool, cannabis, héroïne, cocaïne, médicaments, ...).
- **Alcoolémie** : taux d'alcool dans le sang. L'alcoolémie est proportionnelle à la quantité d'alcool ingérée.
- **Alcoolisme fœtal (syndrome d')** : le SAF, parfois désigné par le terme embryofetopathie alcoolique, est une intoxication alcoolique de l'embryon ou du fœtus.
- **Alcoolodépendance** : l'alcoolisme ou « trouble de l'usage d'alcool » se caractérise par la perte de liberté de s'abstenir de consommer de l'alcool, et le fait de poursuivre la consommation, tout en étant conscient des conséquences négatives.
- **Amotivationnel (syndrome)** : ensemble de manifestations psychiques, caractérisées par un désinvestissement existentiel, et souvent décrites chez l'utilisateur de cannabis.
- **Amphétamines (ou Speed)** : excitants synthétiques atténuant les sensations de faim et de fatigue, et permettant des efforts et une concentration prolongés.
- **Analytique (accompagnement de type)** : a pour but la compréhension de l'origine du symptôme et s'intéresse aux conflits inconscients.
- **Anorexie** : l'anorexie est un trouble des conduites alimentaires. Elle se caractérise par une restriction des apports énergétiques par rapport aux besoins (conduisant à un poids significativement bas), une peur intense de prendre du poids et de devenir gros, une altération de la perception du poids ou de la forme de son propre corps (dysmorphophobie), une faible estime de soi et un manque de reconnaissance de la gravité de la maigreur actuelle.
- **Autoaddiction** : concept élaboré par Yasmine Lienard pour évoquer l'addiction à des substances endogènes ; on a également inclus dans ce groupe l'addiction aux voitures et l'anorexie.
- **Base (free base)** : dérivé de la cocaïne. La base est obtenue en mélangeant la cocaïne avec de l'ammoniaque (crack). Ce mélange est ensuite chauffé, ce qui produit un « caillou » rincé puis cassé en morceaux pour être fumé.
- **Benzodiazépine (benzo)** : molécule ayant un effet anxiolytique et hypnotique (selon la dose). Les benzodiazépines sont des médicaments fréquemment consommés en automédication dans l'ensemble de la population.
- **Boulimie** : la boulimie se caractérise par des "crises" où une grande quantité de nourriture est ingérée dans un temps restreint, avec un sentiment de perte de contrôle (au moins 2 x/semaine pendant 3 mois).
- **Buprénorphine ou Subutex** : la Buprénorphine Haut Dosage* (Subutex® et ses génériques) est un opiacé de synthèse utilisé dans le traitement de la dépendance à l'héroïne ou à d'autres opiacés.
- **Cannabis** : Le cannabis est une plante composée de diverses molécules.
- **Cannabis de synthèse (ou Spice, K2, K3)** : il est entièrement créé en laboratoire, et n'a de commun avec le cannabis naturel que les effets du THC. Il est bien plus puissant et dangereux, avec des risques de surdosage et de déclenchement d'une pathologie psychiatrique élevés.
- **CBD (Cannabidiol)** : c'est un principe actif du cannabis. Il est le plus souvent utilisé de façon thérapeutique, pour son effet anxiolytique et relaxant.
- **Champignon hallucinogène** : diverses espèces de champignons peuvent induire, après ingestion, des modifications sensorielles ou des hallucinations. Les plus communs et les plus connus dans nos régions appartiennent

[Lire la suite](#)

Addiction pathogène

Déficit en Fraternité

Notre dossier

L'addiction pathogène,
Cause ou Conséquence
du Déficit en Fraternité

La Fraternité est un concept transversal qu'il n'est pas facile de quantifier. Selon que l'on évoque la fraternité horizontale qui concerne les relations de proximité ou la Fraternité verticale qui se réfère à l'attachement au Bien commun, les indices économiques ne seront pas les mêmes.

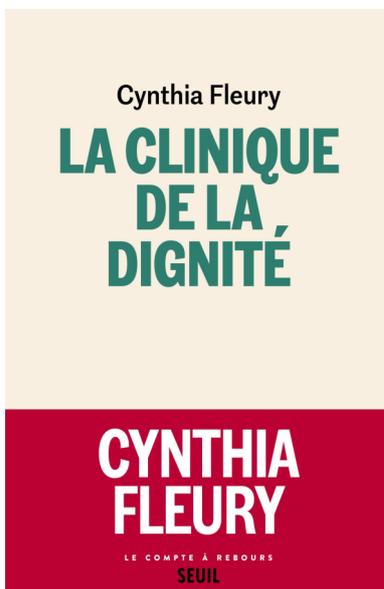
Certains indicateurs permettent d'approcher l'existence d'une fraternité dans un groupe humain ; en voici quelques uns :

- Le taux de suicide
- La prévalence de la solitude (taux de mal-être social ressenti)
- L'usage d'antidépresseurs ou anxiolytiques
- L'absentéisme au travail et en milieu scolaire
- Le chômage de longue durée
- Le taux de précarité
- Le taux de développement humain
- Le Global Peace Index
- Le Social Cohesion Index
- Le Freedom House Index.

L'appréciation du taux d'isolement social nous semble le critère le mieux à même de rendre compte de la réalité d'un déficit de la fraternité horizontale.

Pour l'approche de la fraternité verticale, on pourra se baser sur d'autres critères comme par exemple :

- L'égoïsme des classes dirigeantes,
- Une justice de classe,
- Les incivilités
- Les privilèges,
- le nombre des guerres régionales
- La militarisation de la société



- La montée des nationalismes
- Les conflits interethniques.
- La tolérance inter-religieuse.

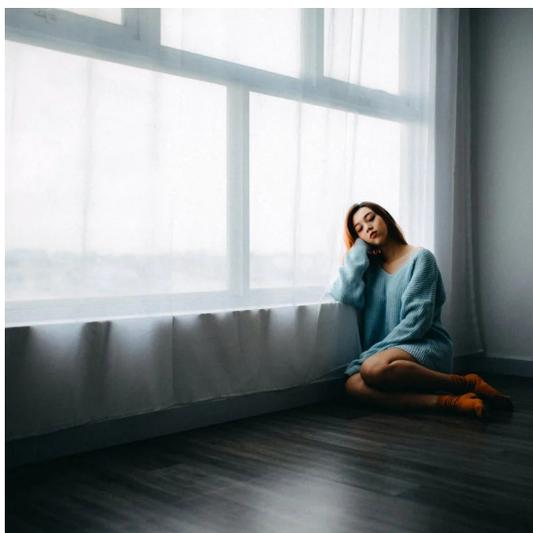
Des enquêtes plus fines peuvent aussi apporter des informations précieuses.

Globalement, la mise en œuvre de la fraternité suppose une volonté politique dans le cadre d'un consensus social.

Un environnement favorable peut faciliter la réalisation d'avancées. Parmi les facteurs favorisant on pourrait citer :

- des états disposant d'administrations publiques efficaces avec des budgets sociaux suffisants,
- Des organisations de la société civile dynamiques et bien implantées,
- Un arsenal juridique permettant le respect des minorités, de la liberté de conscience.

Globalement, il est clair que la Fraternité se retrouve de façon très variable dans les différentes parties du Monde. Ce n'est pas toujours une priorité des gouvernants.



Plusieurs auteurs se sont intéressés au concept de déficit en fraternité ; citons en particulier Cynthia Fleury – philosophe et psychanalyste française ("Les irremplaçables", "La clinique de la dignité") .

« Parler de dignité humaine, c'est immanquablement évoquer la singularité des vies, le caractère ir-

(Suite page 8)

(Suite de la page 7)

réductible de la dignité de chaque vie. Aucune réalité matérielle, ni nos stigmates, ni notre pauvreté, ne peut symboliquement remettre en cause notre dignité. » (Sources : carenews.com)

Ce déficit en fraternité est-il une cause possible du recours aux addictions pathogènes ?

Si on admet que ce comportement addictif survient principalement chez des sujets perturbés psychologiquement, on peut penser que le déficit en fraternité, par la solitude et l'isolement affectif, n'est peut-être pas anodin.

Le besoin d'addiction

L'addiction répond souvent à un besoin psychologique, neurobiologique ou existentiel fondamental.

Notre cerveau cherche naturellement des récompenses (via le circuit dopaminergique), des habitudes stables (pour économiser l'énergie cognitive), des ancrages émotionnels (sécurité, réconfort, reconnaissance).

Dans ses travaux sur la résilience, Boris Cyrulnik explique que l'attachement est vital. Si l'environnement est insécurisant, l'individu peut se replier vers des objets de dépendance pour survivre psychiquement.

Jean Bergeret (psychiatre) différencie les addictions "positives" (créativité, foi, engagement amoureux...) des addictions pathologiques. Il parle d'un besoin d'ancrage affectif ou identitaire.

Marc Valleur et Claude Olivenstein, dans leurs approches des toxicomanies, affirment que l'addiction comble un vide ou une souffrance existentielle. Elle fonctionne souvent comme une béquille psychique dans des sociétés déstructurées.

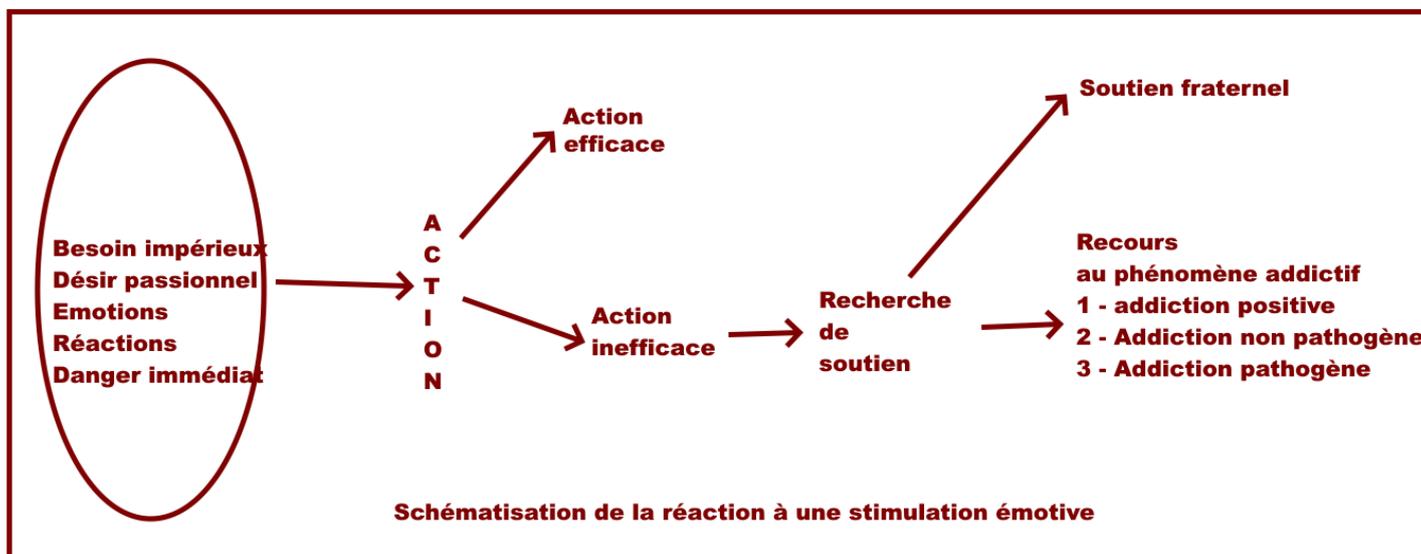
Le cerveau humain recherche le plaisir et l'évitement de la souffrance.

Les circuits de la dopamine sont conçus pour récompenser les comportements qui favorisent la survie (manger, boire, lien social, sexualité).

Mais ces circuits peuvent être hijackés (piratés) par des substances ou comportements qui donnent une surcharge de plaisir → le besoin devient dépendance.

Certaines formes d'addiction répondent à un manque de sens, une anxiété existentielle, un besoin de contrôle, de rituel ou de consolation. En ce sens, l'addiction peut être vue comme une tentative de réponse mal orientée à un besoin humain réel.

(Suite page 9)



Mais à quoi correspond cette utilisation addictive pathogène ?

Voici les estimations disponibles pour la France quant au nombre de personnes concernées . L (Sources OFDT ou Santé Publique France.)

Estimations par type de comportement addictif

Alcoolisme:

Environ 8 % des adultes en France sont concernés (~4 millions de personnes)

Tabagisme (addiction régulière) :

27 % de la population adulte (en 2019) soit près de 12 millions de personnes In-
serm.

Usage du Cannabis (usage régulier 15-64 ans) :

2,2 %, soit plusieurs centaines de milliers de personnes

Usage de drogues (opiacés, cocaïne, amphétamines, etc.)

entre 220 000 et 340 000 personnes (7,5 usagers pour 1 000 habitants de 15-64 ans)

Estimations pour les comportements addictifs non pharmacologiques

Jeux en ligne (hasard / argent) :

10 % présentent une pratique à risque modéré ou excessive (E-Games, France 2017) In-
serm.

Achats compulsifs (shopping addiction) :

entre 2 % et 5 % de la population adulte souffrent d'un trouble cliniquement détectable ; jusqu'à 33 % présentent des difficultés de contrôle modéré à sévère .

Autres addictions comportementales (écrans, jeux vidéo, réseaux sociaux...) :

environ 5 % (1 à 10 %) de la population

Notre dossier

L'addiction pathogène, Cause ou Conséquence du Déficit en Fraternité

Troubles addictifs alimentaires :(hyperphagies) boulimiques)

entre 3 % et 5 %

Au total, et sachant que de nombreux individus cumulent plusieurs addictions, on pourrait estimer le recours régulier à un comportement addictif pathogène à près de 30% de la population française.

Le coût total des addictions pour la société française est colossal — équivalent à plusieurs dizaines de milliards d'euros par an — mais les dépenses publiques consacrées à la lutte contre les addictions restent, en comparaison, relativement modestes.

Pour s'en rendre compte, il suffit de rappeler qu'en 2019, rien que pour le tabac et l'alcool, **le coût social est respectivement de 156 et 102 milliards d'euros. Pour les drogues illicites, on arrive à 7,7 milliards d'euros.**

Rajoutons qu'économiquement les addictions pathogènes alimentent une économie parallèle difficilement évaluable mais qui est capable de mettre les états en défaut de responsabilité.

Qu'un état moderne soit capable de tolérer cette économie parallèle, contrôlée en majeure partie par les gangs mafieux, ne semble affoler personne ! Pas de problème, circulez !

Cela va de pair avec l'irresponsabilité des consommateurs qui eux n'ont aucune conscience du BIEN commun !



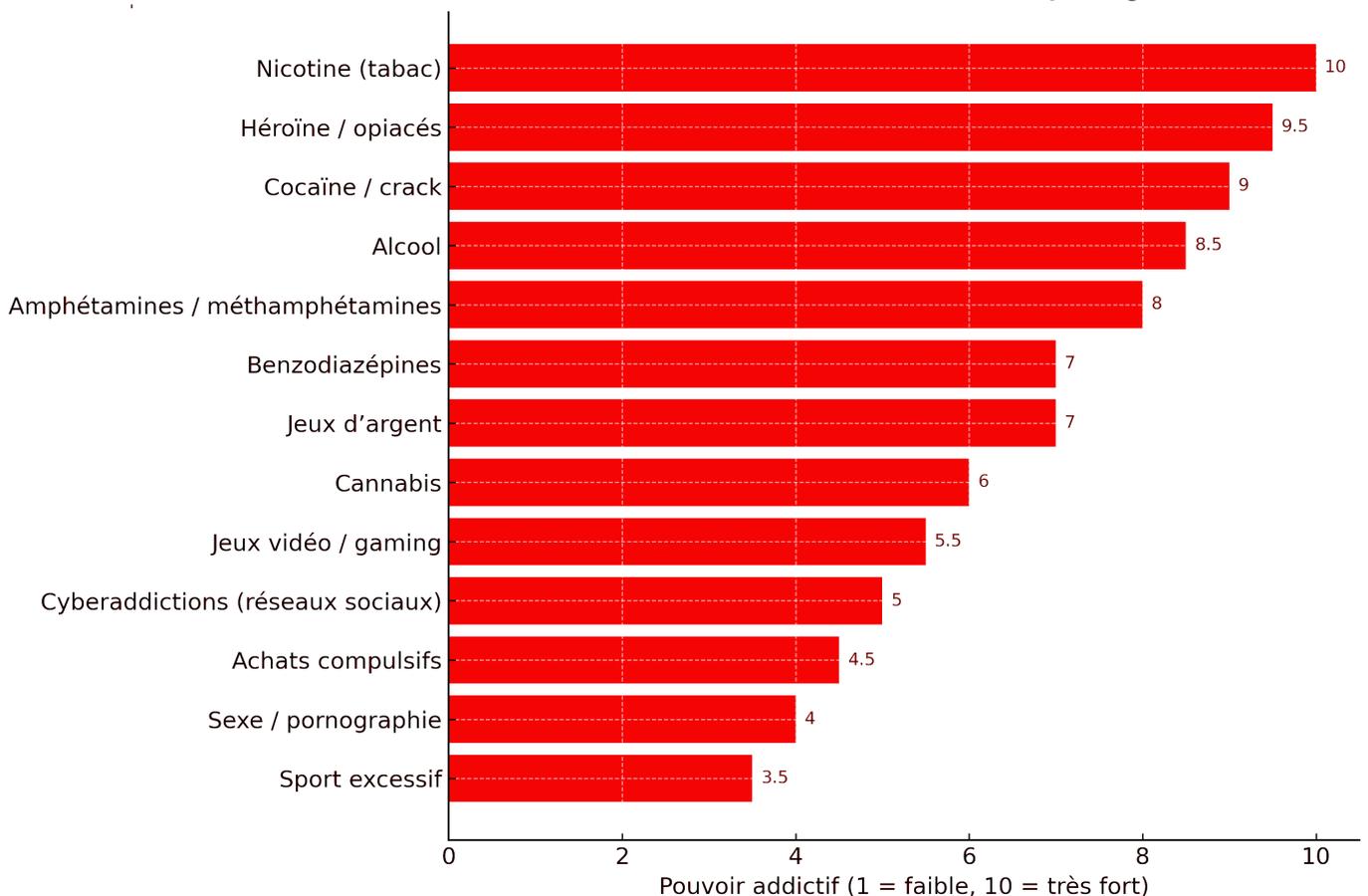
Tu n'arrives plus à t'en passer car tu en as besoin pour te sentir bien.



Toutes les substances n'ont pas le même pouvoir addictogène

Depuis plusieurs décennies, psychiatres, neurobiologistes et sociologues ont tenté de hiérarchiser les substances et comportements addictifs selon leur pouvoir addictogène. Ce classement se fonde sur plusieurs critères :

Classement comparatif des substances et comportements addictifs pathogènes



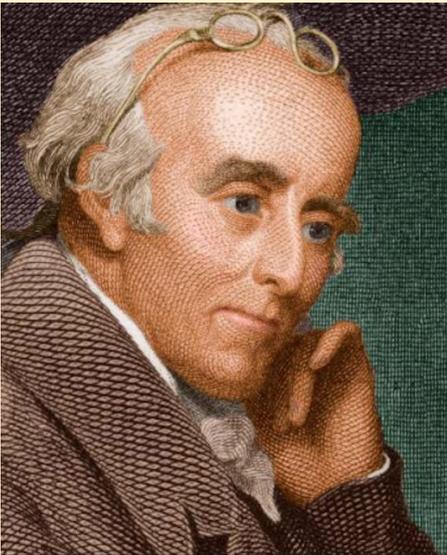
- **La rapidité** avec laquelle la dépendance peut s'installer.
- **L'intensité du craving** (envie irrésistible).
- **La sévérité du syndrome de sevrage**.
- **Les modifications neurobiologiques** (dopamine, circuits de récompense).
- **L'impact psychosocial** (désocialisation, isolement, criminalité)..

Comme le tableau le montre, la nicotine reste la substance la plus addictogène.

La pratique addictive

Un comportement mal compris

Le concept d'addiction en matière de santé publique, une idée du Dr Benjamin Rush (1746-1813)



Benjamin Rush 1745-1813

Si *Addictus* pour les Romains renvoie à un individu livré à un créancier (servitude légale), si au Moyen-âge il s'agit de la dévotion religieuse ou de la dépendance morale, Le Dr Benjamin Rush, célèbre médecin américain et aussi un des cinquante pères de la nation américaine, emploie le mot pour désigner la dépendance aux boissons alcoolisées qu'il considère comme une maladie alors qu'à cette époque on la comprenait comme une faute morale.

Aujourd'hui, certains milieux médicaux considèrent l'addiction comme un comportement pathologique, alors que pour d'autres il convient de faire une distinction entre les comportements addictifs non pathogènes et ceux qui peuvent avoir une conséquence sur l'état de santé des utilisateurs.

L'observation du comportement des êtres humains permet de se rendre compte que tout être humain sous l'influence d'une sensation de mal être est amené à utiliser un comportement adapté.

Cette gestuelle lui permet d'assumer ce mal être passager. Ne parle-t-on pas de « nervosité » lorsqu'un enfant s'agite dans une situation d'inquiétude ?

Que cela soit se ronger les ongles, se passer la main dans les cheveux, se regarder cent fois dans un miroir, il y a mille manières d'adopter un comportement concomitant à une sensation de mal être.

L'addiction naît lorsque la personne s'aperçoit que le comportement apporte un réel soulagement. A un degré de plus on parlera de troubles obsessionnels compulsifs (TOC).

Et puis il y a aussi le constat que le comportement peut être associé à un produit ; ainsi en est-il de l'alimentation, ou de la cigarette que l'on associe au geste.

Au-delà du mal être il y a aussi l'évidence que le comportement seul ou associé à une substance rend l'individu plus sûr de lui, plus efficace, parfois plus séducteur grâce à une éloquence soudain étonnante.

Et puis il y a aussi une jouissance plus intense, comme si on pouvait devenir différent !

L'article de Sylvie Moy à propos de Berlioz montre bien que la drogue utilisée donne le sentiment que l'utilisateur a l'impression de voir ses capacités décupler !

C'est ainsi que le comportement addictif qui au départ n'était qu'épisodique et circonstanciel peut s'imposer comme un besoin existentiel qui impose sa propre logique et brise tout sur son passage !

La création favorisée par l'addiction : Berlioz et la symphonie fantastique

par Sylvie Moy

A 25 ans Hector Berlioz fut saisi d'exaltations fiévreuse, d'insomnies, de fatigue, de dépression. Un besoin de composer le tourmentait, l'entraînant dans des périodes de créativité denses, puis de passages à vide.

Il écrit à un ami :

"Tant d'idées musicales se sont emparées de moi. Mon destin se doit-il d'être submergé par cette débordante passion ? Ce monde imaginaire est devenu une véritable maladie."

Mais ce que Hector Berlioz ressentait, restait impossible à retranscrire. Soudain en Mars 1830, il fut gagné par d'importantes poussées de fièvre. Pendant les six semaines qui suivirent, il composa l'intégralité de la Symphonie Fantastique. Certains mouvements sont même composés en une seule nuit. Le 16 avril, il envoya à Humbert Ferrand son librettiste et ami, la première ébauche de sa symphonie.

Pour comprendre ce qui s'était passé il faut rappeler que la Symphonie Fantastique est une œuvre autobiographique. En 1827, alors que Berlioz assiste à une représentation d'Hamlet de Shakespeare, il ressent un coup de foudre pour l'interprète d'Ophélie, Harriet Smithson.

Berlioz va tenter par tous les moyens d'entrer en contact avec elle. Rien n'y fait Harriet reste insensible. C'est la cruauté de cette passion non partagée qui est au cœur de la Symphonie Fantastique.

Composée de cinq mouvements, l'œuvre brosse le portrait d'un jeune artiste fou amoureux



d'une femme qui réunit tous les charmes de l'être idéal. C'est l'idée fixe qui hante Hector Berlioz. L'idée fixe est un thème conducteur représentant la femme aimée. C'est un leitmotiv mélodique sur lequel se fonde la Symphonie Fantastique qui incarne l'amour obsessionnel du compositeur pour l'actrice Harriet Smithson qu'il représente de manière fantasmé et autobiographique dans son œuvre.

Le quatrième mouvement est une marche au supplice, le style change soudainement. Accablé de douleur l'artiste prend une forte dose d'opium qui l'entraîne dans de sombres cauchemars. Il rêve qu'il a tué sa bien-aimée et qu'il est condamné à l'échafaud.

Le cinquième mouvement, songe d'une nuit de sabbat où pour ses propres funérailles, l'artiste est entouré de monstres en tous genres. C'est le moment le plus démoniaque de la symphonie. Ces quatrième et cinquième mouvements représentent des scènes oniriques, seulement possibles après l'absorption d'une grande dose d'opium.

La composition de la Symphonie se déroula lors d'une année de délires et d'extrêmes fatigues. L'origine de son tourment était ce qu'Hector Berlioz appelait l'idée fixe, une étrange obses-

(Suite page 13)

(Suite de la page 12)

sion presque surnaturelle. Dans ce contexte, il y a aussi une forte consommation d'opium.

Dans la dernière lettre à son père avant la composition de la symphonie, il lui écrivait:

" Je me vois dans un miroir . Je fais régulièrement l'expérience de choses extraordinaires, dont j'aurai la plus grande difficulté à rendre compte...autre que d'en rapprocher l'effet à celui de l'opium."

Pour Berlioz quand ses nerfs étaient tirillés, la seule solution était de prendre " dix gouttes de laudanum, puis de tout oublier jusqu'au lendemain."

Le laudanum , une teinture d'opium diluée dans de l'alcool était un remède très usité à l'époque, prescrite par les médecins. C'était un antalgique également efficace contre des tourments de l'esprit.

Pour Berlioz la prise de laudanum le calmait de ses douleurs physiques, et le libérait de l'emprise de son idée fixe en lui offrant un répit et une zone de confort émotionnel. Son travail d'écriture et de composition pouvait alors s'épanouir. L'opium ne fut plus seulement thérapeutique, il devint un puissant adjuvant créatif, alimenté par la source de son inspiration.

Sylvie Moy

Professeure de musique



Notre dossier

L'addiction pathogène, Cause ou Conséquence du Déficit en Fraternité

Le comportement addictif fait-il partie du domaine réservé ?

C'est un sujet difficile car on peut comprendre que chacun d'entre nous a le droit de se faire du mal voire de provoquer sa propre mort !

Dans l'addiction à des produits pathogènes, le choix n'existe plus. Le besoin est si fort que l'augmentation des doses provoquera la mort !

La fraternité n'impose-t-elle pas de se préoccuper d'une détresse qui a annihilé toute réflexion ?

Nous touchons là à la difficulté à convaincre notre voisin de l'impasse dans lequel il se trouve et de la possibilité de retrouver toute sa liberté en suivant une autre voie !

La philosophe Martha Nussbaum aborde cette question dans sa réflexion sur les « capacités ».

« Il ne s'agit donc pas simplement des capacités dont une personne est dotée, mais des libertés ou des possibilités créées par une combinaison de capacités personnelles et d'un environnement politique, social et économique. »



**« la connaissance n'est pas la garantie
d'un bon comportement, mais l'ignorance
est la garantie presque certaine d'un
mauvais comportement »**

Martha Nussbaum

ADDICTOLOGIE

Les 11 critères diagnostics du DSM V de l'American Psychiatric Association

- Besoin impérieux et irrésistible de consommer la substance ou de jouer (craving)
- Perte de contrôle sur la quantité et le temps dédié à la prise de substance ou au jeu
- Beaucoup de temps consacré à la recherche de substances ou au jeu
- Augmentation de la tolérance au produit addictif
- Présence d'un syndrome de sevrage, c'est-à-dire de l'ensemble des symptômes provoqués par l'arrêt brutal de la consommation ou du jeu
- Incapacité de remplir des obligations importantes
- Usage même lorsqu'il y a un risque physique
- Problèmes personnels ou sociaux
- Désir ou efforts persistants pour diminuer les doses ou l'activité
- Activités réduites au profit de la consommation ou du jeu
- Poursuite de la consommation malgré les dégâts physiques ou psychologiques

Ces critères permettent de caractériser le degré de sévérité de l'addiction :

- Présence de 2 à 3 critères : addiction faible
- Présence de 4 à 5 critères : addiction modérée
- Présence de 6 critères ou plus : addiction sévère

Sources : Drogues et addictions : 20 ans d'évolutions en France (2000-2020) - Ivana Obradovic

Tableau 1. Quantités moyennes annuelles saisies par décennie

	1991- 2000	2001- 2010	Évolution décennie 2000	2011- 2019	Évolution décennie 2010
Cocaïne (kg)	1 841	5 387	+192 %	10 883	+102 %
Héroïne (kg)	446	738	+65 %	876	+19 %
Ecstasy (comprimés)	657 220	1 254 725	+91 %	1 202 812	-4 %
Cannabis (herbe + résine) (kg)	49 175	69 594	+42 %	77 084	+11 %
Résine de cannabis (kg)	46 465	65 657	+41 %	61 686	-6 %
Herbe de cannabis (kg)	2 710	3 936	+45 %	15 398	+291 %
Cannabis (nombre de plants)**	nd	53 583	nd	139 304	+160 %
Amphétamines, incluant les méthamphétamines (kg)*	233	197	-15 %	483	+145 %

Le circuit de la récompense, de la biologie à la sociologie en passant par l'addictologie : 6 étapes

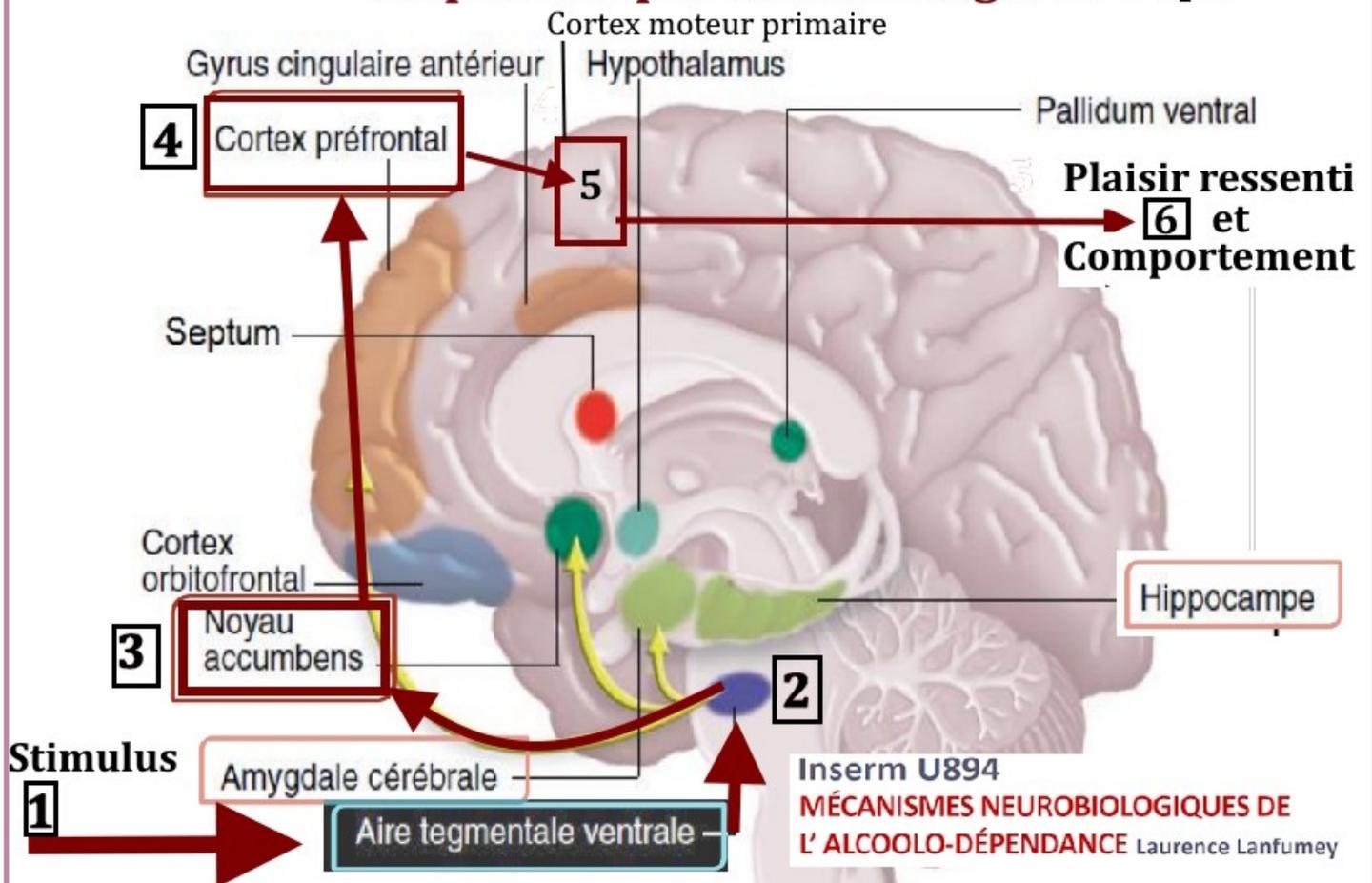


Schéma simplifié du circuit de la récompense

Au départ il y a un stimulus (prise de nourriture, injection de drogues, etc.) et à l'arrivée, c'est le comportement du sujet qui l'incite à renouveler le stimulus

Dans la rubrique « Connais-toi toi-même ! » on ne peut comprendre les modes de fonctionnement des êtres humains sans faire appel aux connaissances scientifiques.

La philosophie n'a de sens que si elle est capable de les intégrer. C'est pour cette raison, que la pensée traditionnelle a des limites.

C'est en 1954 que deux chercheurs américains, **James Olds et Peter Milner**, ont mis en évidence chez des rats qu'ils étaient capables de s'auto-stimuler certaines zones du cerveau pour se créer du plaisir au point d'en mourir car ils n'éprouvaient plus le besoin de se nourrir !

Les différentes relations neuroniques qui aboutissent à ce résultat ont été rassemblées sous le titre du « circuit de la récompense ».

Si ce schéma permet de comprendre l'originalité du comportement addictif qui recherche le renouvellement du stimulus capable de susciter le plaisir, on pourrait aussi l'appliquer à ce cancer que constitue la recherche du plaisir « Argent » qui a contaminé toutes les relations sociales et économiques au point de fouler toutes les valeurs éthiques et aussi le bon sens quand on voit le risque d'arrêt de la vie sur notre planète !



Les addictions non pathogènes

Notre dossier
L'addiction pathogène,
Cause ou Conséquence
du Déficit en Fraternité

On les appelle aussi « les addictions positives » et on les associe à l'acronyme PPRE pour Passion, Plaisir, Récompense, Emotion. Le psychiatre américain William Glasser, y fait référence en 1976 dans son livre « Positive Addiction ».

Il y défend l'idée que dans quatre conditions, certaines activités répétées peuvent renforcer la santé physique et mentale au lieu de la détériorer :

- Choisies librement.
- Ne causent pas de dommages physiques ou sociaux.
- Pour l'estime de soi et l'autonomie.
- Intégrées à la vie quotidienne.

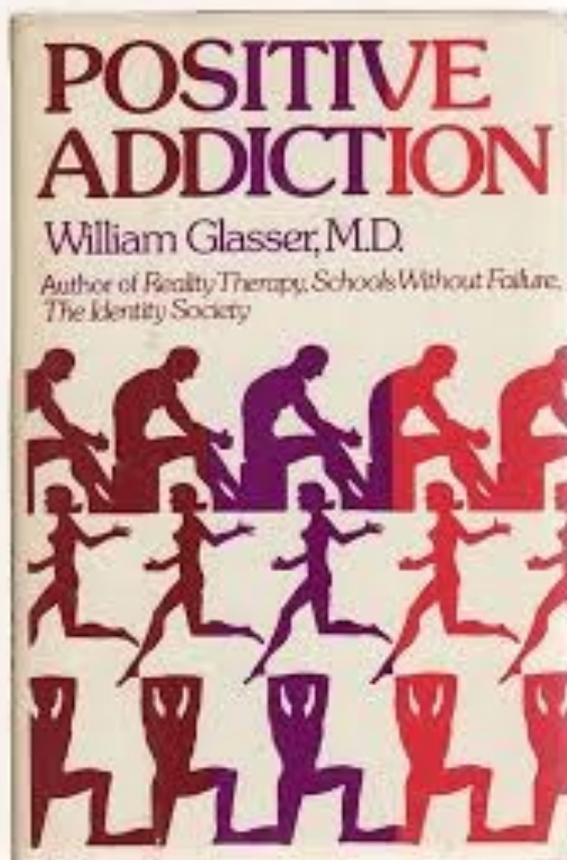
Quelques exemples d'activités pouvant créer une addiction positive :

- Une activité physique régulière.
- La Méditation ou la prière.
- Les rituels
- La Pratique artistique
- La Lecture quotidienne.
- L'Engagement social ou bénévolat.

Le concept d'addiction positive a un autre intérêt. il permet d'offrir, aux addicts pathogènes désireux de se sevrer, une alternative.

Aujourd'hui dans nombre de prises en charge thérapeutique tout est orienté vers la suppression de l'addiction au produit principal pathogène. Le sujet est ainsi confronté à une double peine :

- la suppression du comportement addictif
- Le sevrage du produit pathogène.



L'utilisation des drogues légales que sont les neuroleptiques et autres psycholeptiques est censée leur permettre de supporter l'arrêt de l'addiction.

Grâce au concept d'addiction positive, l'addiction est conservée pour des produits ou comportements non pathogènes.

Bien sûr l'accompagnement psychothérapeutique est indispensable mais le choc s'avère beaucoup mieux supporté.

Au commencement, était ... le mal être !

par Alain Bréant

Cette réflexion sur l'expansion du processus addictif pathogène, dans nos sociétés pour le moins peu fraternelles, met en lumière la relation entre cette consommation et l'existence d'un mal être ressenti.

Il est classique d'affirmer que le nouvel être humain se trouve principalement formaté par tout ce qui arrive dans ses premières années de vie. Toute la difficulté proviendra de sa capacité à satisfaire ses besoins fondamentaux (citons les quatre principaux : se protéger, se nourrir, se sociabiliser, copuler)

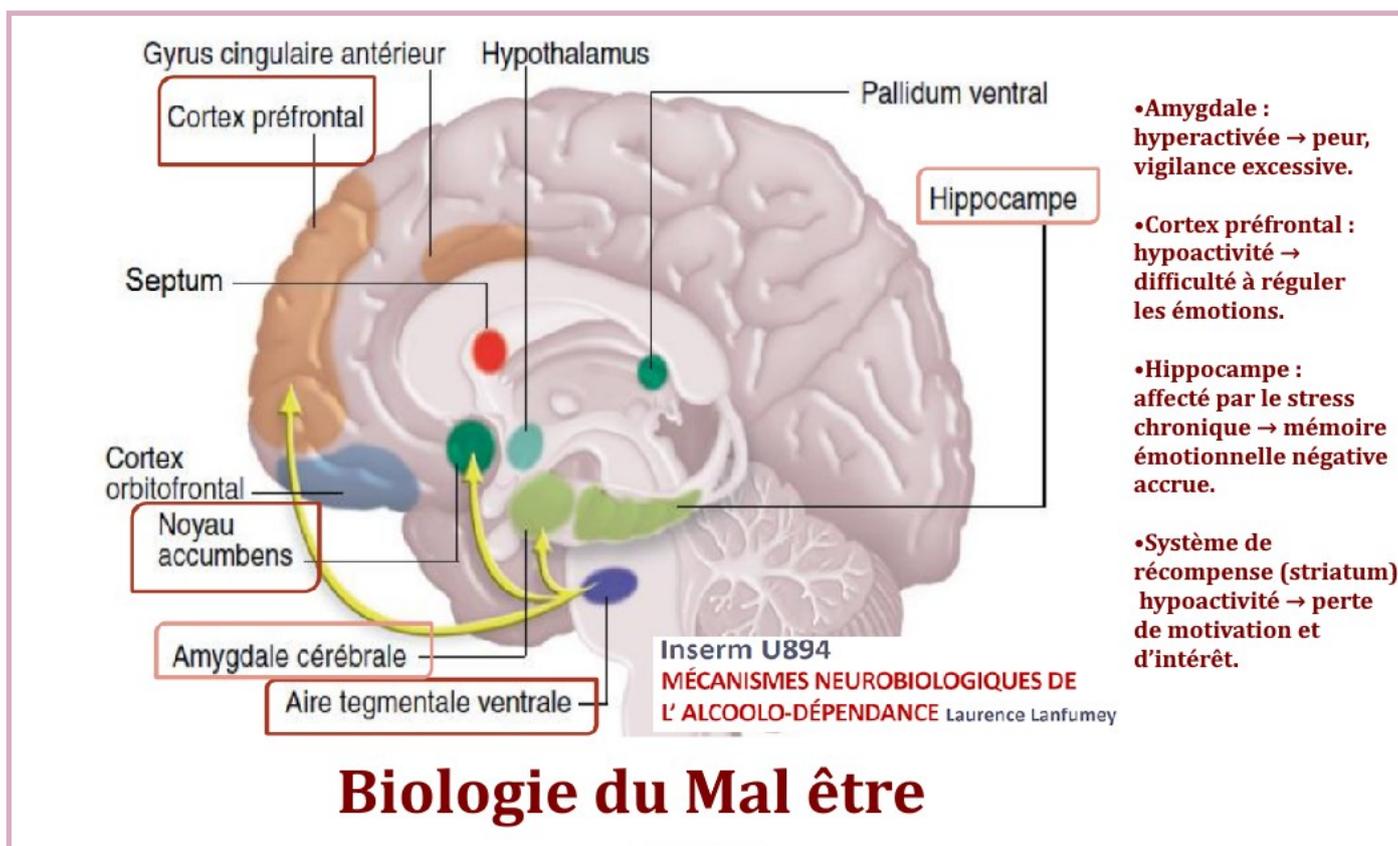
De cette enfance et de sa propre auto-formation, découlera un espace de sécurité et un autre accessible au mal-être.

Sur le plan biologique, le mal-être peut se définir comme un état d'activation physiologique et neurochimique anormale. C'est une réponse



corporelle intégrée, impliquant le système nerveux central, le système neuroendocrinien et le système immunitaire, face à une situation per-

(Suite page 18)





Notre dossier

L'addiction pathogène, Cause ou Conséquence du Déficit en Fraternité

(Suite de la page 17)

que comme menaçante, insatisfaisante ou douloureuse — réelle ou anticipée.

Quatre préoccupations sont capables de susciter un mal être :

- le risque (ou la sensation) de mort possible,
- la solitude,
- l'absence de sens à la vie vécue,
- la pression autoritaire de l'environnement.

Dans de telles situations de mal être, l'aide peut provenir (l'ordre n'est pas forcément toujours retrouvé) ;

- **dans un premier recours**, de l'environnement fraternel potentiellement accessible.
- Dans un **deuxième recours**, ce peut être un usage addictif positif !
- Et dans un **troisième recours**, ce sera l'utilisation d'un addictif pathogène !

La pudeur, le silence , un accompagnement qui retarde l'aide possible

Dans un contexte de mal être, il est clair que la pudeur de se confier entraîne le silence sur le ressenti de la personne addict.

Deux mondes s'installent progressivement !

On essaye de cacher, de faire bonne figure dans des relations de façade.

On boit et on pleure en silence !

On repousse à demain !

Et puis un jour la vérité éclate ! Ce sera une intervention de la justice ou une urgence médicale ou mille autres possibilités de voir la lumière exposer une détresse !

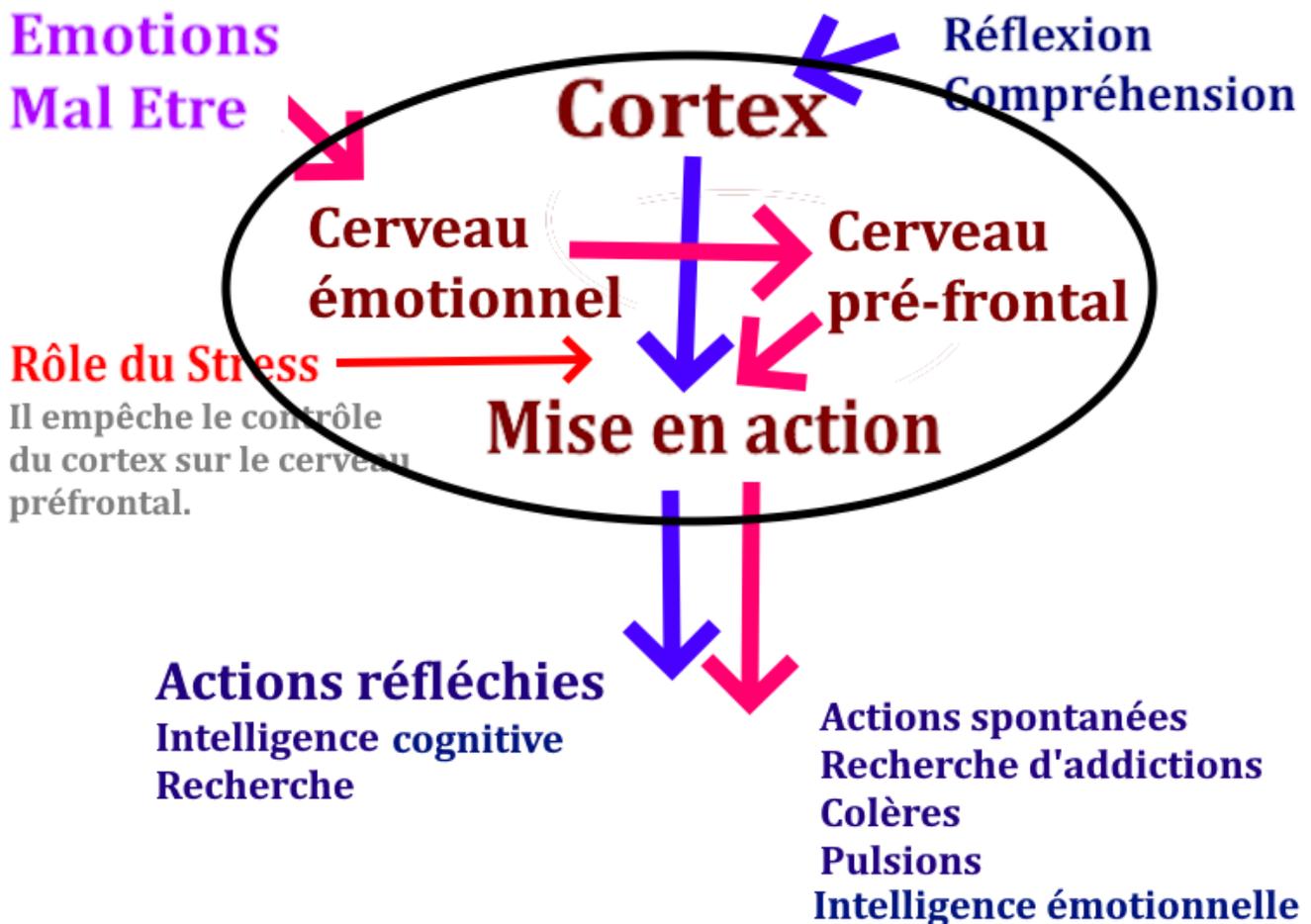
Le mal être, mal de société

Plusieurs éléments de la société moderne accentuent le recours aux addictions pathogènes :

- L'hyperstimulation (numérique, consommation, performance)
- Le manque de repères collectifs (rites, relations durables)
- L'individualisme et l'isolement : des relations sociales artificielles, sous les contraintes du mythe machiste,
- La culture de la récompense immédiate au détriment de la patience et de la construction.
- Les tentations de la société informelle.
- La loi du plus fort.
- L'irresponsabilité de celles et ceux qui de par leur fonction pourraient intervenir mais préfère laisser faire !



La difficile cohabitation de nos deux intelligences



La biologie cérébrale explique la difficulté que nous éprouvons à gérer nos émotions et surtout à éviter que le ressenti émotionnel perturbe notre intelligence cognitive !

Le même individu, selon les circonstances, peut être capable d'avoir un comportement posé, réfléchi et responsable ou un comportement complètement délirant, complotiste, paranoïaque et violent !

Cela explique les mouvements de foule, les dérives des baptêmes de nouveaux entrants dans les promotions ou les coups de folie à base de jalousie !

Tout est possible !

On sait que les ambiances de stress sont celles qui favorisent le plus l'absence de contrôle cortical. Dans des structures collectives, le stress mériterait une approche spécifique pour le prévenir !

Emotions, Stress et Addictions peuvent former un redoutable « cocktail » pour déclencher un passage à l'acte dans la recherche du décuplement des possibilités, en particulier dans le domaine sexuel comme on le voit dans le chemsex !

Il n'y a pas de super Sage à l'abri de tout ! Tout le monde peut succomber !

Raison de plus d'être prudent, de se protéger et de pratiquer l'humilité !

Vers la lumière ...

par Françoise Renaud-Gurtner

Tu pensais que pour vivre et mener son destin, il fallait tout combattre, et dès le grand matin s'armer contre les autres pour faire son chemin, écarter sans férir les obstacles têtus.

Afin de réussir, à être toujours vêtus, à être toujours pourvu de tout le nécessaire, grimper toujours plus haut, s'agiter dans le faire, chercher dans l'apparence de quoi se satisfaire et regarder de haut les autres se défaire.

Et puis un jour, hasard, regarder le miroir d'un regard pénétrant; un jour enfin se voir chargé d'obscurités, cherchant pourquoi ce pas! Vers un chemin nouveau pourtant vide d'appâts, perdu dans ce grand vide creusé par nous-même, nous voilà sans repère, étonné, Presque blême d'avoir perdu ce temps, oublieux, gaspilleur, d'avoir charcvhé le rien conduisant au Malheur. Possédant, possédé, vivant dans la surface, accordant attention à ce semblant d'espace.

Et puis ce long silence comme une traverse, et puis ce bel envol, véritable percée trouant la nuit stérile d'une vie enfermée, cette porte entr'ouverte à nos pas malhabiles, alourdis des métaux et de pensées fragiles. Etourdi d'être neuf, un instant recréé,

Un nouvel univers dont on sent la montée, donne à la pensée une nouvelle piste au centre de laquelle en véritable artiste, nous devons travailler, prudemment, ardemment, à nous construire nous-même cherchant précisément l'outil le plus propice à cette oeuvre incessante.

Nous ne sommes plus seul pour cette tâche urgente, une main prend la nôtre et dans nous, ce qui pense, se tourne vers l'autre, dont le regard s'anime sur le même chemin. Sur ce chemin d'estime qui s'éclaire lentement au prix des espérances. Dans le jour déclaré d'un Orient immense, la lumière nous espère, nous espérons en elle. La rejoindre est le but, en y restant fidèle, nos infidèles yeux sont enfin décillés, mais il faut prendre garde à ne pas oublier qu'à chaque instant qui passe, notre âme sera la traîtresse à l'affût des instincts, de nos viles faiblesses.

Sous le ciel étoilé, quelque chose palpaté!

Quelque chose de grand, qu'il faut méditer. Linfini s'ouvre enfin à notre Espoir fidèle, attacher à créer en nos coeurs un modèle écartant de nos voies les raides certitudes, éloignant de nos pas les vaines habitudes, la tête enfin dressée vers le tout, ciel immense, nous devinons derrière les nuées qui s'avancent, une raison de plus de poursuivre nos pas, de penser que l'avoir ne nous regarde pas, que c'est l'être qui compte et qui doit tout donner pour qu'il puisse renaître sans tout abandonner.

L'autre me reconnaît, c'est par lui que j'existe, le moi est haïssable si longtemps il persiste.

Mon frère, regardons nous en paix. Et en confiance, faisons des trois lumières une intime alliance qu'en nos coeurs apaisés, éclairés sans défiance, naisse un lieu où la paix, la Sagesse se fiancent, que l'amour fraternel enfin couronne cet édifice, que l'amour fraternal ne soit jamais un vain artifice, qu'il rayonne en nous, de nous, quelles que soient nos douleurs et qu'avec tous nos Frères, nous soyons coeur à coeur.

Françoise Renaud-Gurtner

Source: <http://reea.kazeo.com>

Parution dans Gadlu.info le 25 août 2022



Comment aider un utilisateur occasionnel d'addictions pathogènes à se sevrer

Aider un utilisateur occasionnel d'addictions pathogènes (alcool, tabac, cannabis, psychotropes, jeux, etc.) est une démarche de prévention secondaire : il ne s'agit pas encore d'une dépendance installée, mais d'un usage qui peut dériver.

Une intervention d'un professionnel de l'aide à l'arrêt des addictions est indispensable : l'idéal est celui ou celle qui exerce dans le cadre d'un cabinet médical ou para-médical spécialisé dans cette assistance et possédant plusieurs sous spécialités.

L'objectif, c'est naturellement d'accueillir le ressenti, d'orienter et de donner confiance.

Trois problèmes principaux doivent être

pris en compte :

- distinguer le besoin d'addiction et le recours aux substances ou à un comportement addictif pathogène..
- Aider au sevrage
- Permettre un solutionnement d'une fragilité existante et refoulée.

Le rôle des proches est fondamental car ce sont eux qui peuvent accueillir les ressentis et les entendre. Il n'est pas question pour eux de vouloir donner des conseils. L'aide la plus importante c'est la disponibilité pour écouter.

Les proches doivent être des aidants :

- suppression de l'utilisation des produits

(Suite page 22)

5 TYPES OF MEDITATION FOR ADDICTION RECOVERY

MINDFULNESS MEDITATION



- Enhances awareness
- Reduces impulsivity

Focus on the present moment

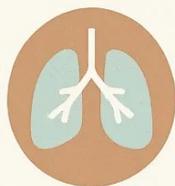
MANTRA MEDITATION



- Improves concentration
- Replaces negative thoughts

Repeat a calming word or phrase

BREATHING MEDITATION



- Helps manage stress
- Calms the nervous system

Focus on deep, slow breaths

Focus on deep slow breaths

GUIDED MEDITATION



- Provides structure
- Visualizes sobriety goals

Listen to a meditation recording

MOVEMENT MEDITATION



- Reduces cravings
- Supports physical health

Engage in yoga, walking, etc.

Sources : <https://stillwaterwellness.com/blog/meditation-for-addiction-recovery/>

pathogènes ; par exemple pour la cigarette, ne pas tenter celle ou celui qui souhaite arrêter.

- Accepter une certaine irritabilité.
- Donner confiance.

Le besoin d'addiction est respectable ; pour le satisfaire il s'agit en premier lieu d'adopter une addiction non pathogène. En pratiquant une nouvelle addiction non pathogène, l'intéressé stimulera son circuit de la récompense de façon naturelle. Généralement plusieurs addictions non pathogènes peuvent être pratiquées :

- une activité physique quotidienne,
- La pratique d'une activité artistique qui permettra d'exprimer les émotions : par exemple peinture, sculpture, musique,
- La méditation (30 mn chaque jour) est une valeur sûre.
- Une gestuelle rituelle à partir d'un objet personnel qui accompagne et peut être mobilisé facilement.

Une aide accessible pour tous : la méditation

La méditation a un mode d'action original. Ce n'est pas une relaxation même si la pratique apporte une certaine détente : C'est reconnu comme étant un mode de stimulation cérébrale qui permet au cerveau de retrouver son équilibre !

A condition de pratiquer tous les jours environ 30 mn, l'effet est ressenti au bout de 8 semaines . C'est une aide gratuite et efficace ! Basée sur deux principes intangibles, la

respiration abdominale et la fixation de l'attention,, la méditation a besoin d'être enseignée au début afin de faciliter l'usage.

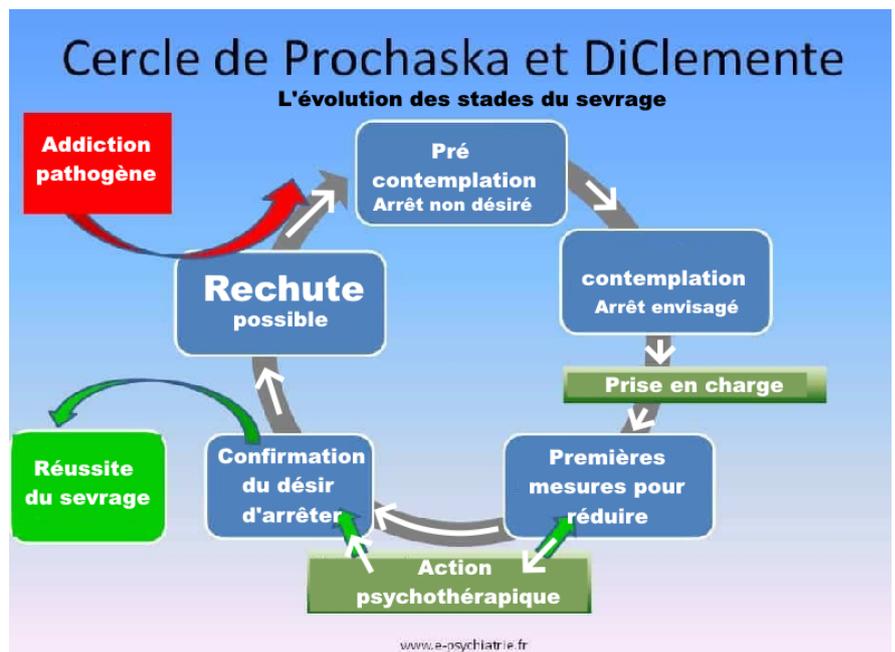
Encourager la libération !

On ne dira jamais assez que l'utilisation d'une addiction pathogène est un esclavage et son sevrage une vraie libération qui permettra à l'intéressé-e de retrouver sa dignité.

Les différentes étapes du sevrage.

Les professeurs de psychologie James O. Prochaska (1942-2023) et Carlo C. DiClemente ont schématisé les différents stades qui aboutissent au sevrage de produits addictifs pathogènes. Il faut savoir être patient. Une rechute est possible. L'important c'est de bénéficier d'un accompagnement. -(voir le schéma).

M. S.



Addictions et franc-maçonnerie ou addictions en franc-maçonnerie

par Eduardo Montenegro

Une addiction affecte profondément la croissance morale d'une personne, perturbant non seulement son développement individuel, mais aussi son environnement maçonnique et la société dans son ensemble.

Ce phénomène social complexe, lié à la famille et à l'éducation, génère une crise de valeurs, favorise l'évasion et érode l'honnêteté et la confiance.

Dans le contexte maçonnique, où les principes d'honneur, de probité et d'auto-perfectionnement sont fondamentaux, la présence d'une addiction contredit les postulats éthiques de l'Ordre et peut nuire à son prestige ainsi qu'à sa mission d'orientation dans la société.

L'usage indiscriminé de substances psychoactives, y compris les analgésiques, constitue une addiction qui mine les valeurs personnelles et maçonniques. La présence d'addictions chez les membres compromet la cohérence éthique de l'Ordre, érode la confiance interne et affaiblit sa capacité à influencer positivement la société. La franc-maçonnerie, par des mécanismes de prévention et de soutien, cherche à préserver son intégrité et à remplir sa mission de perfectionnement moral et de service à l'humanité.

L'alcool et le tabac sont les substances addictives les plus répandues et les plus socialement tolérées. Leur consommation problématique est souvent minimisée, en particulier dans certains groupes démographiques ou cercles sociaux. Les médicaments psychoactifs sans prescription, enveloppés dans une apparente légalité, représentent une addiction particulièrement dissimulée et dangereuse.

L'ignorance de la complexité du processus addictif conduit à des jugements superficiels et à des reproches, ce qui complique la récupération et mine la confiance.



Perturbation de la croissance morale

L'addiction engendre une crise de valeurs dans un monde où l'ancien et le nouveau coexistent dans une tension perpétuelle. Cette confusion entraîne la perplexité sur ce qui est essentiel ou superflu.

Ceux qui ne trouvent pas de solutions immédiates à leurs problèmes recourent souvent aux drogues comme échappatoire, approfondissant ainsi leur aliénation.

Les personnes addictes manquent d'un sens clair à leur vie, ce qui les pousse à chercher leur satisfaction dans les substances, rendant difficile leur intégration sociale, professionnelle et familiale. Cette absence d'idéaux les rend plus vulnérables face aux contrariétés et plus instables psychiquement.

Le mensonge devient un outil habituel pour l'addict, qui falsifie ses dépenses, ses absences ou ses promesses.

Ce comportement malhonnête exige un effort monumental pour retrouver la fidélité à des valeurs perdues et assumer ses responsabilités, en contraste radical avec l'obligation maçonnique d'être des hommes d'honneur et de probité. Les échecs répétés dans la lutte contre l'addiction alimentent la méfiance dans l'entourage

(Suite page 24)

(Suite de la page 23)

proche, érodant les relations et pervertissant la saine morale et les bonnes coutumes.

Préjudice pour la loge maçonnique

La franc-maçonnerie, en tant qu'école de formation initiatique, cherche le perfectionnement moral et culturel de ses membres. Un franc-maçon en situation d'addiction contredit des principes fondamentaux tels que la pureté de l'âme, l'écoute de la conscience et la loyauté fraternelle.

Sa conduite, marquée par un manque d'intégrité, dénature des postulats essentiels du code moral maçonnique.

La cohérence éthique est un impératif pour tout franc-maçon, qui doit harmoniser pensée, parole et action. Une addiction rompt cette cohérence, démontrant une absence d'assimilation des enseignements reçus en loge.

L'humilité, vertu transcendante de la franc-maçonnerie, se trouve sapée par l'orgueil qui accompagne souvent l'addiction, bloquant le développement personnel et la capacité de service.

Bien que la franc-maçonnerie ne contrôle pas coercitivement la conduite de ses membres, la déviation d'un frère ne lui est pas indifférente. L'Ordre dispose d'une autorité morale pour juger ces comportements et agir face au manquement aux devoirs maçonniques. Les actions de mauvais maçons peuvent générer un reproche moral et affecter le prestige de l'institution, l'exposant à des critiques injustes mais inévitables.

Atteinte à la société

L'addiction affaiblit le tissu social, surtout chez les jeunes, à une étape cruciale de leur développement.

L'abandon de valeurs humanistes comme la justice, la vérité et la solidarité au profit du consumérisme et de l'agressivité laisse un vide comblé par les addictions et la violence. La franc-maçonnerie projette une action bienfaitrice fondée sur la fraternité, l'équité et la paix, de sorte que la conduite indigne de ses membres



ternit son image et complique sa mission d'orientation.

L'échec du perfectionnement d'un franc-maçon addict compromet le magistère qu'une obéissance ou une institution doit exercer dans la société profane.

De plus, une conduite déviante alimente les stéréotypes et les théories complotistes historiquement associées à l'Ordre, renforçant les perceptions négatives et la méfiance.

Prévention et mécanismes de soutien

Le processus d'admission maçonnique est rigoureux et vise à garantir que les candidats respectent les principes de l'Ordre.

Les certificats d'honorabilité, les formulaires de candidature et les rapports des enquêteurs examinent plus ou moins en profondeur la vie du profane, y compris ses valeurs, ses règles de vie et son comportement familial.

L'évaluation de qualités comme la solidarité, la tolérance et la fraternité permet de détecter de possibles conflits avec des conduites addictives.

[Lire la suite](#)



Eduardo Montenegro

Pour aller plus loin !

Il suffit de cliquer sur l'encadré pour accéder à l'article ou au site

MONALISA : la force du collectif pour vaincre la solitude



Notre association Monalisa rassemble depuis 2014 toutes celles et ceux engagés contre l'isolement social des personnes âgées. Un partenariat inédit a été mis en place entre la société civile et la puissance publique :

- associations,
- fondations,
- collectivités territoriales,
- établissements publics,
- bailleurs sociaux,
- caisses de retraite
- entreprises solidaires d'utilité sociale.

Leur point commun ? La poursuite de l'intérêt général !

L'isolement et la solitude : un enjeu mondial

Par Boris CALLEN, Chargé de mission national Monalisa et coordinateur de Monalisa Gironde

Les êtres humains sont des animaux fondamentalement sociaux. Pour survivre pendant des millénaires en tant que chasseurs-cueilleurs dans des environnements souvent hostiles, les individus ont dépendu pour leur vie de liens solides avec un groupe social très uni.

Les émotions dans la mécanique des addictions

Notre dossier

L'addiction pathogène,
Cause ou Conséquence
du Déficit en Fraternité

 **Université
Paris Nanterre**

200 av. de la République
92001 Nanterre Cedex
www.parisnanterre.fr

Membre de l'université Paris Lumières

École doctorale 139 :
Connaissance, langage,
modélisation
IRePh
Institut de recherches
philosophiques

Anthony Ferreira

Le spectre de l'addiction

*Approche dimensionnelle, analyse conceptuelle et
implications éthiques*

REVIEW ARTICLE OPEN

Addiction as a brain disease revised: why it still matters, and the need for consilience

Markus Heilig¹, James MacKillop^{2,3}, Diana Martinez⁴, Jürgen Rehm^{5,6,7,8}, Lorenzo Leggio⁹ and Louk J. M. J. Vanderschuren¹⁰

The view that substance addiction is a brain disease, although widely accepted in the neuroscience community, has become subject to acerbic criticism in recent years. These criticisms state that the brain disease view is deterministic, fails to account for heterogeneity in remission and recovery, places too much emphasis on a compulsive dimension of addiction, and that a specific neural signature of addiction has not been identified. We acknowledge that some of these criticisms have merit, but assert that the foundational premise that addiction has a neurobiological basis is fundamentally sound. We also emphasize that denying that addiction is a brain disease is a harmful standpoint since it contributes to reducing access to healthcare and treatment, the consequences of which are catastrophic. Here, we therefore address these criticisms, and in doing so provide a contemporary update of the brain disease view of addiction. We provide arguments to support this view, discuss why apparently spontaneous remission does not negate it, and how seemingly compulsive behaviors can co-exist with the sensitivity to alternative reinforcement in addiction. Most importantly, we argue that the brain is the biological substrate from which both addiction and the capacity for behavior change arise, arguing for an intensified neuroscientific study of recovery. More broadly, we propose that these disagreements reveal the need for multidisciplinary research that integrates neuroscientific, behavioral, clinical, and sociocultural perspectives.

Neuropsychopharmacology (2021) 46:1715–1723; <https://doi.org/10.1038/s41386-020-00950-y>

Aide en ligne pour la France :

- Addict'aide : <https://www.addictaide.fr>
- Tabac info service : <https://www.tabac-info-service.fr>,
ou par téléphone : 3989
- Alcool info service : <https://www.alcool-info-service.fr>,
ou par téléphone : 0 980 980 930

La paix : le droit le plus important à la fraternité

par Milton Arrieta-López



La triade moderne liberté, égalité, fraternité a contribué à fonder le constitutionnalisme et à orienter le Droit international public (DIP) vers l'idéal de la « paix par le droit ».

Cependant, la fraternité, en tant que principe opératoire de solidarité, a été reléguée au second plan par rapport aux instruments juridiques et politiques de la liberté et de l'égalité. Après l'échec de la Société des Nations à prévenir la Seconde Guerre mondiale, la Charte des Nations Unies a replacé la paix au cœur de l'ordre international, comme engagement juridique et politique à portée universelle.

Malgré ce tournant, la paix en tant que droit humain demeure sans codification solide. En 2016, l'Assemblée générale a reconnu que tous les individus devraient en jouir, mais l'a encadrée comme un idéal lié à la promotion d'autres droits, sans l'élever au rang de droit pleinement justiciable.

Cette reconnaissance reste insuffisante face aux conflits armés et aux violences structurelles et culturelles persistantes.

Cet article soutient que la paix constitue le droit le plus important issu de la fraternité – ou, dans le vocabulaire du DIP, de la solidarité –, car elle permet la justiciabilité de tous les autres droits.

Il propose sa codification au sein d'un instrument contraignant relatif aux droits de solidarité, de préférence un Troisième Pacte, solution plus appropriée qu'un protocole additionnel ou qu'une simple déclaration programmatique.

Droit et Fraternité



Vers une paix profonde

Que faut-il entendre par droits de la fraternité ? Dans la dogmatique internationale, ils sont connus sous le nom de droits de solidarité ou de « troisième génération ».

Ils sont nés des processus de décolonisation, de la mondialisation et de problématiques communes – environnementales, technologiques, humanitaires – qui dépassent les capacités étatiques et requièrent des réponses coordonnées.

Leur fondement axiologique apparaît à l'article 1er de la Déclaration universelle de 1948 : les êtres humains, « doués de raison et de conscience, doivent agir les uns envers les autres dans un esprit de fraternité ». La fraternité y est conçue comme un devoir de solidarité face aux défis collectifs.

Ces droits se distinguent de ceux de liberté et d'égalité en ce qu'ils sont des droits-synthèse :

(Suite page 28)

(Suite de la page 27)

ils ne peuvent se concrétiser que si libertés et égalités sont effectivement garanties. Leur effectivité suppose donc la mise en œuvre préalable des droits de première et de deuxième génération.

Dans le DIP, les droits de liberté ont été consacrés dans le Pacte international relatif aux droits civils et politiques (PIDCP) : droit à la vie, intégrité, procès équitable, liberté de conscience, etc., avec plus de 170 États parties.

Les droits d'égalité – économiques, sociaux et culturels – ont répondu aux asymétries engendrées par l'industrialisation et ont été formulés dans le Pacte international relatif aux droits économiques, sociaux et culturels (PIDESC). Ils imposent des obligations de prestation et de non-discrimination, complétant ainsi l'architecture des droits universels.

Les droits de solidarité comprennent notamment la paix, le développement et l'environnement. Leur progrès le plus récent réside dans la reconnaissance du droit à un environnement

propre, sain et durable, par le Conseil des droits de l'homme (2021) et l'Assemblée générale (2022), ce qui ouvre une fenêtre d'opportunité pour institutionnaliser l'ensemble des droits de troisième génération.

À la différence des droits de liberté et d'égalité, les droits de solidarité possèdent une titularité duale : ils appartiennent à la fois aux individus et aux collectivités (peuples, minorités). Cette double titularité autorise des recours aussi bien individuels que collectifs en cas de violation.

Leur noyau opérationnel est la coopération. De nombreuses menaces – guerres par procuration, déplacements massifs, pandémies, crise climatique – ne peuvent être surmontées que par des solutions coopératives et solidaires entre États et sociétés. Sans coopération, la protection est impossible ou trop tardive.

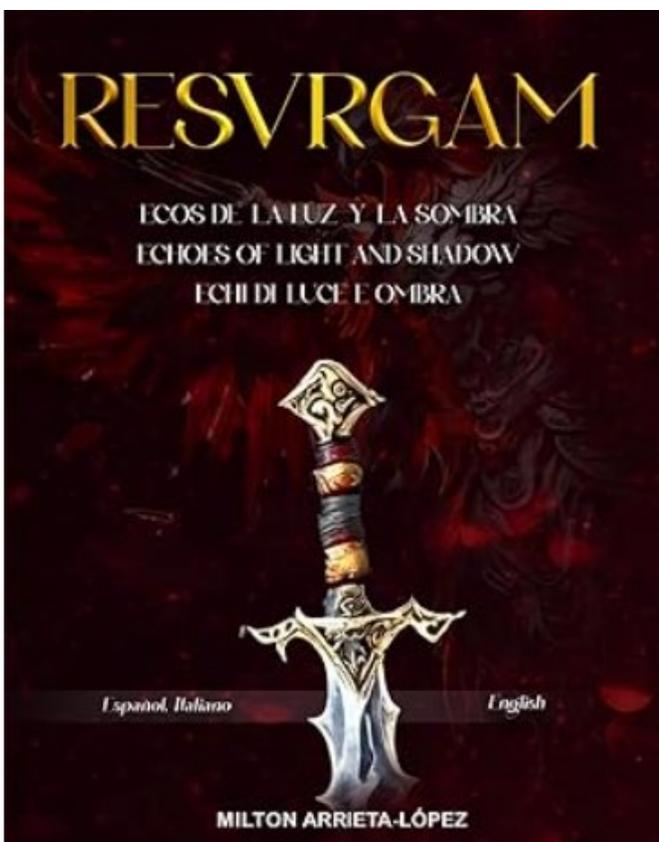
Cette dynamique s'est déjà concrétisée à l'échelle régionale. L'intégration européenne a habitué les peuples à une paix institutionnalisée et à des pratiques de fraternité politique, bien que cela ne suffise pas à garantir la stabilité sans un horizon solidaire plus large.

Conceptuellement, la paix comporte une dimension négative (absence de violence directe) et une dimension positive (transformation des conditions génératrices de violence). La Déclaration de Santiago, processus impulsé par la société civile, a largement diffusé cette conception intégrale.

La paix positive exige la satisfaction des besoins fondamentaux, l'éradication des violences structurelles et culturelles, ainsi que la garantie effective des droits humains. Elle suppose également une réorientation du modèle économique vers la durabilité et la justice sociale.

[Lire la suite](#)

Milton Arroeta-Lopez



[Plus d'infos](#)

Savoir et Connaître

par Gérard Baudou Platon

Une des bases de la fraternité entre les hommes passe par ces deux mots ... j'allais écrire ces « maux » ...

En effet l'un comme l'autre sont claviculaires s'il l'on veut pratiquer le respect, donner de l'attention, suggérer de l'amour et plus généralement créer les conditions d'échanges harmoniques entre les hommes ? ... précisons : « entre le vivant » ...

Dans le langage des oiseaux « Savoir » et « Connaître » se transforment en « Voir ça » et « Naître avec » ...

Revenons quelques instants sur la création du langage. Nous le savons, les mots que nous utilisons sont le fruit d'une longue histoire que les linguistes découvrent (Langage des dieux, le « croissant fertile » et ses tablettes sumériennes, les langues sémites et notamment celle de l'ancienne Égypte et la langue hébraïque, le sanskrit sans oublier le foisonnement des langues indo-européennes d'où nous sommes issus ...)

En tous les cas, au « début était le verbe » comme l'explique certaines sources initiatiques voire religieuses. Le verbe était vibration ... la vibration crée toute réalité, qu'elle soit physique, tangible, mesurable mais aussi, le sentiment, l'état d'être et même, dit-on, serait-il porteur d'un souvenir que notre (nos) conscience (s) ne perçoivent plus depuis l'arrivée de la civilisation dite « moderne », celle où le « bit » devient roi et où l'intelligence de référence pourrait devenir « artificielle ».

Lacan nous propose une belle piste de compréhension de l'humain lorsqu'il écrit que l'homme est articulé en « Réel », en « Symbolique » et ... en « Imaginaire ».



Ainsi le sujet de notre épisode devient complexe ! Et, du coup l'exercice de la fraternité aussi.

En effet comment être fraternel si l'on ne sait pas ... si l'on ne connaît pas ?

Les liens qui relient les hommes sont subtils et ceux d'où surgit la compassion nécessitent d'être forgés de façon consciente et volontaire ... Alors examinons les mots « Savoir » et « Connaître » tel que nous le rapporte les historiens du verbe.

(Suite page 30)

« Savoir »

Il viendrait d'une altération du latin classique « sapere » qui désignait le fait « d'avoir du goût » ou « d'exhaler une odeur ». Plus généralement « sentir par le sens du goût ». Ainsi, par transposition allégorique, « avoir une intelligence des choses, avoir du jugement, être sage ». Ce terme « savoir » aurait un équivalent germanique « afsebbian » qui désignerait des fonctions « d'apercevoir » ou de « remarquer ».

Le latin classique fait référence au terme « scire » dont le participe passé donne « Sciens » ... Aujourd'hui, la définition générale retenue est : « avoir connaissance de quelque chose », « avoir la possibilité de faire » (apprentissage), « avoir été informé », « être capable de » ...

« à savoir » est une locution conjonctive de coordination inspirée du mot « sçavoir » utilisé en 1658.

Comme le lecteur de ce billet pourra le constater ... nous frisons la confusion entre « savoir » et « connaissance » !

Que dirons-nous, alors, du mot « connaissance » ?

Ce mot vient de « conoistre » (1050), issu du latin « cognoscere » formé du mot « noscere » (Gnose) préfixé par « cum » qui est une valeur « Inchoative ». Le terme « Inchoative », désigne une forme verbale qui indique que l'action (qui lui est attachée) est envisagée soit dans son commencement soit dans sa progression.



Simorgh



Gamayun



Phenix

« Connaissance », un mot magnifique que l'on retrouve sous une forme Grecque sur le fronton du temple de Delphes « Gnôthi seauton » (*nosce te ipsum*) ... la grande fortune philosophique du « Connais-toi Toi même ».

Sa version plus complète devait être « Connais-toi toi-même et tu connaîtras l'univers » et les dieux ? Platon présente cette assertion venant de Socrate. Ce dernier pratiquait une méthode d'interrogations et de dialogues propre à faire surgir une conscience personnelle et individuelle aux interlocuteurs. Aujourd'hui nous désignerions cette méthode par « la maïeutique ».

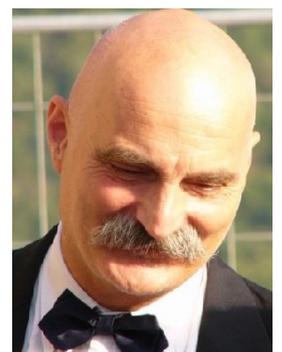
Le français actuel, constatant une confusion fréquente entre savoir et connaissance lui substitue le terme « reconnaître » (reconnaître la valeur d'un savoir, d'une pratique, ...)

Au 12ème siècle le terme « connaître » exprimait même l'idée « de désigner une relation charnelle avec un être ». Acception encore utilisé aujourd'hui dans le monde du droit.

Après la lecture de ces quelques lignes il est encore bien difficile de distinguer les forces opératives et distinctives de chacun de ces « mots ».

[Lire la suite](#)

Gérard Baudou-Platon



Fraternité et Confraternité dans la société grecque contemporaine

par Giorgos Bousoutas Thanasoulas

En grec, chaque mot possède une signification particulière et définit, avec de subtiles nuances, quelque chose de différent d'un autre mot que l'on pourrait considérer ou supposer avoir le même sens. Je crois que ce phénomène se retrouve dans de nombreuses langues. C'est pourquoi, avant toute chose, ce texte clarifiera la distinction entre les termes « Confraternité » (*Adelfótita*) et « Fraternité » (*Adelfosiní*). Le premier a un contexte historique et social spécifique et renvoie à des groupes sociaux organisés ou des associations. Le second est un terme lié aux liens fraternels et aux valeurs partagées.

En Grèce, la notion de « Fraternité » est plus profondément ancrée dans la culture populaire que celle de « Confraternité ». Elle plonge ses racines dans la civilisation grecque ancienne à travers la notion d'amitié et de participation civique, dans la tradition ecclésiastique de l'orthodoxie chrétienne orientale, où l'amour et le souci de l'Autre sont valorisés, et dans l'histoire, où elle émerge comme un facteur d'unité en temps de crise.

Dans la vie quotidienne des Grecs, la « Fraternité » se manifeste par l'hospitalité — une pratique traditionnelle — exprimée par une attitude chaleureuse et généreuse envers ceux qui sont dans le besoin, par les liens familiaux solides qui offrent un soutien aux membres de la famille, et par les relations nouées entre personnes vivant dans la même communauté ou quartier. Aujourd'hui encore, les célébrations collectives, la garde d'un enfant du voisin, ou le partage d'un plat ou d'un dessert d'un foyer à un autre en sont des exemples.

Une expression plus contemporaine de la « Fraternité » se retrouve dans le soutien et la participation des individus à des initiatives collectives locales concernant des questions touchant la communauté. En Grèce, notamment après la crise économique et les flux migratoires, des organisations locales ou communautaires et des groupes



citoyens ont créé des dispensaires, des soupes populaires et des structures de solidarité qui ont soutenu les personnes en situation de précarité. Dans ce contexte, la « Fraternité » s'est étendue aux migrants, réfugiés et minorités.

Les jeunes, en particulier, aspirent à une forme de « Fraternité » plus humaine et universelle, fondée sur l'égalité et les droits humains. Ayant été largement confrontés à des conditions de travail et de vie difficiles durant la récente crise économique et les bouleversements du monde du travail, ils ont renforcé cette « Fraternité » par la création de réseaux informels et de mouvements activistes fondés sur l'amitié, le soutien mutuel et la coopération.

Une expression significative de ces liens fraternels est la participation des membres de la communauté à divers événements : fêtes locales ou villageoises, visites aux foyers pour des naissances ou fêtes onomastiques, célébrations d'anniversaires, soutien émotionnel en cas de deuil ou d'épreuve, ou participation à des commémorations nationales. Ces pratiques renforcent le sentiment de communauté et d'unité.

L'unité des communautés grecques s'exprime également à l'international à travers les communautés de la diaspora dans les pays où résident

(Suite page 32)

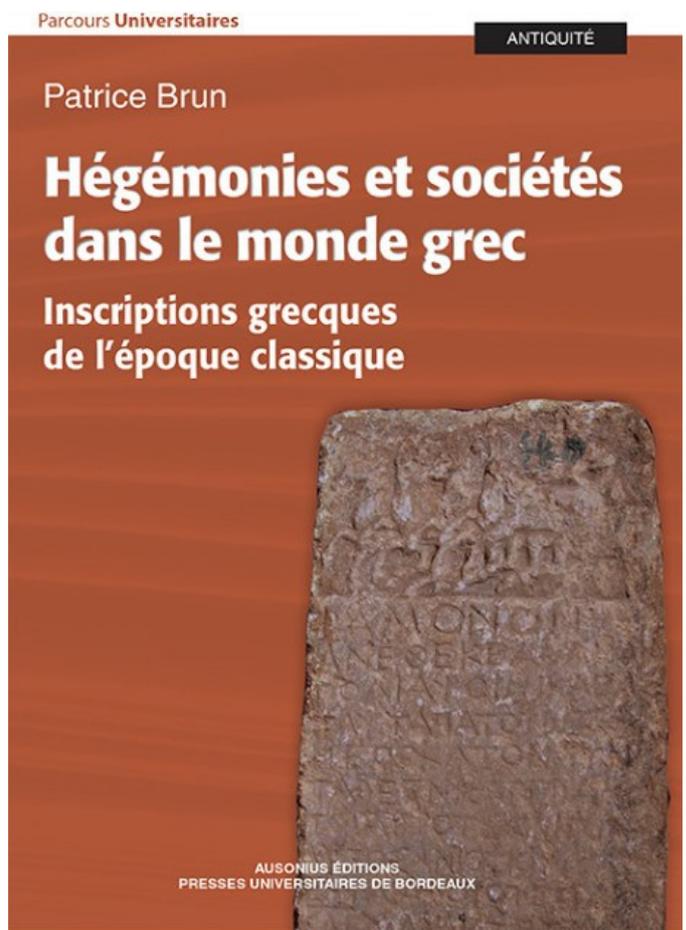
(Suite de la page 31)

des personnes d'origine grecque. Ainsi, un lien fort avec la Grèce est maintenu, renforçant les liens de « Fraternité », parfois plus fortement exprimés qu'en Grèce même. Ces communautés fonctionnent comme des familles, préservant l'identité culturelle et démontrant que la « Fraternité » possède également une dimension cosmopolite.

Tout cela se manifeste dans le langage courant. On exprime la « Fraternité » en disant : « Nous sommes comme une famille » ou « nous nous soutenons les uns les autres ». Ces éléments montrent que les Grecs d'aujourd'hui se soucient profondément de l'Autre et honorent le passé commun qui les unit, en s'adaptant aux réalités du XXI^e siècle. À une époque où l'individualisme domine, la « Fraternité » en Grèce maintient un lien collectif souvent puissant, qui fait contrepoids à l'individualisme. Elle conserve ainsi un visage social humain, nous rappelant que la Vie ne se construit pas par le « Moi », mais essentiellement par le « Nous ».

Malgré ces expressions de la « Fraternité » en Grèce, il serait incomplet de ne pas mentionner un phénomène paradoxal observé dans la société grecque. Bien que la « Fraternité » soit une valeur importante, la société grecque est souvent divisée sur des questions politiques ou sociales. Dans la plupart des cas, cette division s'exprime de manière intense et violente. Des comportements similaires, éloignés de l'esprit de « Fraternité », sont observés dans le traitement réservé à certains groupes marginalisés comme les Roms, les réfugiés ou la communauté LGBTQ+. Cela montre que la « Fraternité » n'est pas toujours appliquée de manière universelle ni horizontale.

En abordant la notion de « Fraternité » dans la société grecque, nous l'approchons également d'un point de vue philosophique. Pour les Grecs, la « Fraternité » n'est pas qu'une valeur sociale, elle possède une dimension existentielle. Elle exprime le besoin humain de communication, de lien avec l'Autre, de partage des joies et des épreuves de la vie. Elle nous rappelle l'adage : « L'homme n'est pas heureux, même au Paradis, s'il est seul », et que le bonheur ne peut être



complet que s'il est partagé. Grâce à la « Fraternité », l'être humain trouve un sens et un accomplissement spirituel dans sa vie.

En revenant au concept de « Confraternité », il faut rappeler qu'il implique un caractère plus organisé, avec des éléments rituels. Dans l'Antiquité, par exemple, les confréries exprimaient des groupes religieux ou mystiques.

[Lire la suite](#)

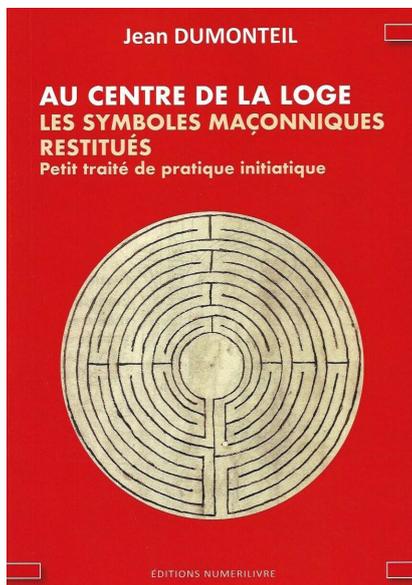
Giorgos Bousoutas Thanasoulas





Notes de lecture

par Yonel Ghernaoui

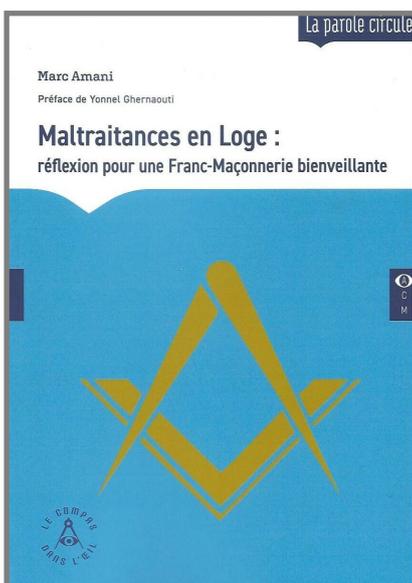


Au Centre de la Loge
Les symboles maçonniques restitués
Petit traité de pratique initiatique
Jean Dumonteil
Éditions Numénilivre, 2025,
166 pages, 22 €

Il est des ouvrages qui ne s'offrent pas à la lecture comme un discours s'adresse à l'intellect, mais qui invitent plutôt à une lente pénétration dans un monde intérieur, à une marche rituelle où les mots deviennent symboles, et les symboles deviennent présence. Le livre de Jean Dumonteil appartient à cette belle catégorie de textes qui ne parlent pas uniquement du sacré, mais qui en sont traversés. Il ne s'agit pas ici de dissertar sur la Franc-Maçonnerie, mais de l'habiter pleinement, de faire de chaque page un pas vers le centre, de chaque paragraphe un éclairage sur le mystère contenu dans la pierre taillée et dans le silence des colonnes.

Dès les premières lignes, le ton est posé avec justesse. Le lecteur est convié non à comprendre, mais à se tourner. Il s'agit de se tourner vers le centre, comme le font les Frères au début de la Tenue, non par mimétisme ou habitude, mais par un acte volontaire de recentrage. Le centre de la Loge n'est plus un lieu géographique à situer, mais devient un espace intérieur à rejoindre. Il devient le miroir de ce que nous avons oublié, le lieu vivant où le visible se charge de l'invisible, où les outils, les gestes et les mots reprennent leur voix secrète.

[Lire la suite](#)



Maltraitements en Loge - Réflexion
pour une Franc-Maçonnerie
bienveillante
Marc Amani
Le compas dans l'œil, coll. la parole
circule, 2025, 220 pages, 20 €

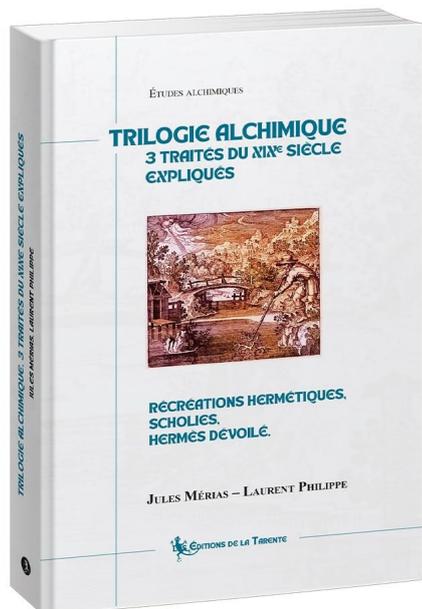
Sous la plume pudique et engagée de Marc Amani, pseudonyme choisi pour protéger autant que pour interpeller, *Maltraitements en Loge - Réflexion pour une Franc-Maçonnerie bienveillante* ne se donne pas pour but de dénoncer, mais d'initier. Il ne s'agit pas de pointer du doigt, mais de tendre le miroir, de ces miroirs obscurs qui parfois révèlent plus qu'ils ne reflètent. À travers ce livre, nous ne sommes pas simplement conviés à une

enquête - nous sommes appelés à une introspection collective, douloureuse, salvatrice, nécessaire. Il ne clôt pas, il ouvre. Il ne veut pas expliquer, il veut dévoiler.

Ce texte n'est ni un réquisitoire ni un pamphlet. Il est un rite de passage. Dans le silence des colonnes, sous les voûtes du Temple, résonne parfois une dissonance glaçante : celle de la violence insidieuse, du mot blessant, du pouvoir dévoyé, de l'égo triomphant sous les oripeaux de l'humilité. Ce que Marc Amani déplie ici, c'est une topographie du non-dit, une cartographie du refoulé maçonnique. Cinquante voix anonymes, déposées avec pudeur, constituent la trame vibrante de cet ouvrage. Non pas pour scandaliser, mais pour transmuter. Car la parole, une fois libérée, devient matière première d'une reconstruction possible - celle de soi, celle de l'Ordre.

[Lire la suite](#)



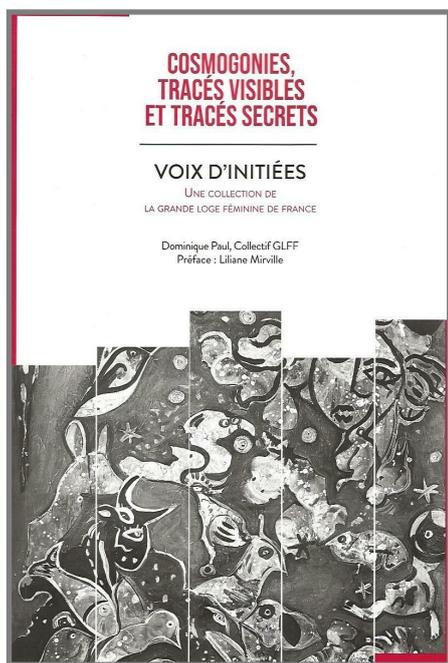


Trilogie alchimique
3 traités du XIX^e siècle expliqués
Récréations hermétiques, scolies, Hermès dévoilés
Jules Mérias - Laurent Philippe
Les Éditions de la Tarente, coll. La Table d'émeraude. 328 pages, 27 €

Nous voici conviés à une traversée intérieure, un voyage au long cours dans les arcanes d'un savoir ancien, qui ne s'offre qu'à celui qui, humble et persévérant, consent à se dépouiller de ses certitudes pour laisser émerger la part d'invisible que chaque opération éclaire. L'ouvrage *Trilogie alchimique* de Jules Mérias et Laurent Philippe ne se contente pas de présenter trois traités d'alchimie du XIX^e siècle. Il les ravive, les traduit sans les trahir, les commente sans les figer, les éclaire sans jamais en dissiper la part de nuit. La lecture ne saurait s'y accomplir dans la rapidité ; elle requiert lenteur, silence et méditation, car elle invite moins à comprendre qu'à transmuter.

Ce livre, d'une rare cohérence, épouse la triple voie : *Récréations hermétiques, Scolies, Hermès Dévoilé*. Trois émanations d'une même source, trois mouvements d'un même souffle. À travers ces textes, c'est le Grand Œuvre qui se donne à pressentir – jamais à posséder. L'auteur anonyme des manuscrits, conservés au Muséum d'Histoire Naturelle, transmet une voie humide, douce et patiente, adaptée aux rythmes discrets de la Nature et aux états intérieurs d'un opérateur enraciné dans l'humilité. C'est là l'une des beautés de cette trilogie : elle ne promet pas l'instantané. Elle appelle à l'épure, à l'alignement, à l'union des contraires.

[Lire la suite](#)



Voix d'initiées
Cosmogonies, tracés visibles et tracés secrets
Une collection de la Grande Loge Féminine de France
Dominique Paul - Collectif GLFF - Liliane Mirville (Préface)
Conform édition, N°26, 2025, 112 pages, 13 €

Il ne suffit pas de l'ouvrir. Il faut s'y laisser appeler. Ce livre ne se présente pas comme un simple objet de lecture, mais comme une porte intérieure. Il invite à franchir un passage entre les âges, les traditions, les rites et les mystères. Il ne rassemble pas seulement des textes. Il compose une constellation. Par ses récits multiples, ses regards pluriels, ses filiations révélées, « Cosmogonies, tracés visibles et tracés secrets » explore la vibration première du Verbe créateur, celui qui engendre l'univers et façonne, en silence, l'architecture du Temple intérieur.

Au seuil de cette traversée, Liliane Mirville, Grande Maîtresse de la Grande Loge Féminine de France, trace un sillon profond. Sa préface, à la fois lyrique, dense et inspirée, ne précède pas le texte, elle l'élève. Elle nous invite à relire les mythes fondateurs non comme des souvenirs figés, mais comme les pulsations vivantes d'une conscience universelle en devenir. Sa parole relie les grandes figures sacrées aux luttes de notre présent, l'œuf primordial à l'arbre du monde, la course du soleil au chaos fécond. Tout y devient geste de mémoire et d'élévation. Elle ne commente pas. Elle consacre.

Au fil des pages, les peuples de la Terre se présentent dans leur part la plus secrète. Chaque cosmogonie devient une lampe suspendue au-dessus du vide, une parole murmurée dans l'obscur, une semence d'étoile enfouie dans la glaise.

[Lire la suite](#)

Le choix des géants de l'agro-alimentaire

par Léo Goeyens

Les géants de l'agroalimentaire ont-ils réussi à dominer nos papilles gustatives et notre pensée au détriment de notre santé ?

Un article récent paru dans *Nature Medicine* a suscité des réactions surprises : *il est maintenant temps de reconnaître la dépendance aux aliments ultratransformés.*

Sommes-nous devenus accros des aliments ultratransformés, comme les sucreries, les gâteaux ou les croustilles ?

Selon une nouvelle recherche menée à l'Université du Michigan, les aliments ultratransformés ne séduisent pas seulement nos palais ; ils peuvent devenir addictifs.

L'article se réfère à près de 300 études menées dans 36 pays, démontrant que ces aliments peuvent détourner le système de récompense du cerveau, ce qui déclenche des envies, une perte de contrôle et une consommation persistante malgré les conséquences caractéristiques de la dépendance.

De nombreuses études d'imagerie cérébrale révèlent que les individus qui consomment compulsivement des aliments ultratransformés présentent des altérations du système neuronal semblables à celles observées chez les personnes dépendantes de l'alcool ou de la cocaïne.

De plus, on a découvert que les traitements qui diminuent l'appétit pour ces aliments spécifiques peuvent également réduire la consommation excessive d'alcool ou de cocaïne, ce qui met en évidence des processus neuronaux similaires.

Tout cela n'est pas sans conséquence. De plus en plus de preuves suggèrent qu'une consomma-



tion élevée d'aliments ultratransformés est associée à une augmentation des maladies non transmissibles, du surpoids et de l'obésité. Cependant, il faut souligner qu'il n'est pas rare que les causes de ces troubles soient multiples.

Par conséquent, la certitude quant au lien entre la consommation d'aliments ultratransformés et ces problèmes est généralement limitée. Comme on a découvert qu'elle entraîne une accoutumance, il est clairement approprié de se montrer vigilant à son sujet et de réduire sa consommation au plus vite.

Outre les préoccupations concernant la santé publique, il est crucial de prendre en compte l'impact des aliments ultratransformés sur l'environnement. Par exemple, plusieurs de ces produits contiennent des huiles de palme et de soja ; l'impact néfaste sur l'environnement de ces cultures est très bien connu.

(Suite page 36)

L'analyse du cycle de vie est la méthode d'évaluation la plus répandue pour évaluer l'empreinte écologique de l'alimentation. Et c'est justement sur ce point que le problème se pose. Prend-on en considération tous les aspects liés à la production industrielle, y compris l'ajout d'additifs synthétiques massivement utilisés dans l'industrie ainsi que les emballages bourrés de substances chimiques ?

Consommer de la drogue, que ce soit l'aliment ultratransformé, l'alcool ou la cocaïne, ne résout en rien les problèmes et peut même les aggraver. Mais, la drogue altère la perception, anesthésiant les sens et conférant une audace trompeuse.

Il pourrait nous sembler juste que les personnes qui consomment beaucoup d'aliments ultratransformés soient entièrement responsables de leur propre santé.

Toutefois, n'oublions pas que cette dépendance a également un impact négatif sur l'environnement

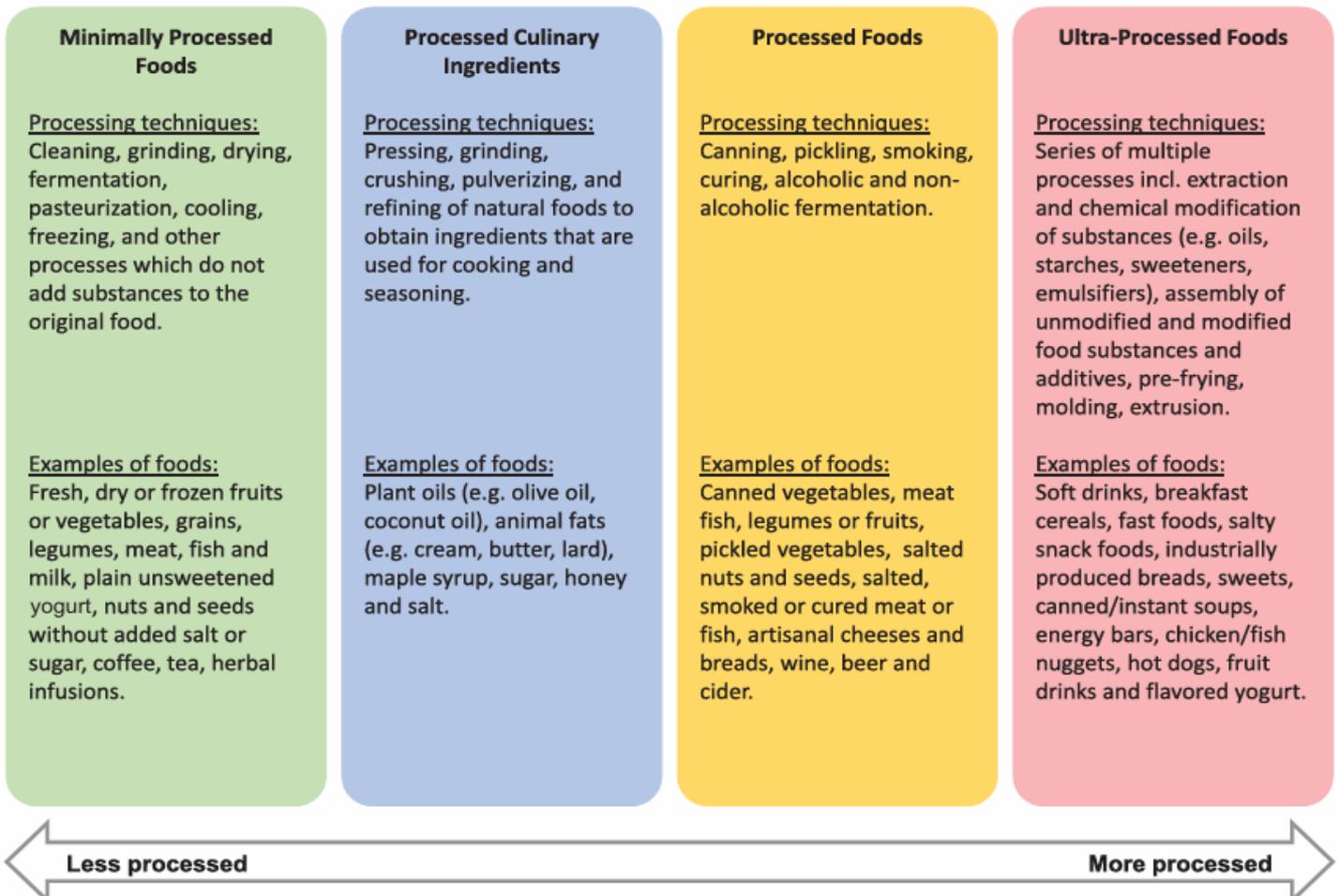
et les problèmes sociaux et sociétaux connexes.

Ne devrions-nous pas favoriser la fraternité et la solidarité envers ceux qui en ont besoin, plutôt que de nous concentrer uniquement sur nos propres intérêts personnels ?

Ne devrions-nous pas renoncer à notre avidité matérialiste et à notre soif de pouvoir et de gains financiers débridés ?

Une addiction peut être répugnante ; notre indifférence l'est tout autant.

Léo Goeyens



Quand le silence s'impose ...

Il y a des mots qu'on n'échange pas,
Des regards qu'on évite !
Pour certains,
Les paroles s'épuisent !

Alors on choisit le calme.
Pas l'oubli.
Un recul nécessaire
Pour éviter le feu.

La paix, parfois,
C'est se taire à temps.
Ne pas répondre à l'absurde,
Préférer le silence au déchirement.

Fraternité ? Peut-être.
Mais fraternité froide,
Faites de limites dessinées
Pour préserver la Paix..

Mohamed Diop



VIVRE EN FRATERNITE SUR TERRE

par Michel Renault

Rechercher le point sensible
En équilibre

Sur le trottoir
Croiser ton regard

Voir tes yeux
Entendre ta voix
Ce que je ne sais quoi

Voir vos yeux
Entendre vos voix
Ce que je ne sais quoi

Voir, écouter le monde
Etre dans la ronde

Rencontrer
Partager
Aider
Aimer

Un livre pour comprendre
Ce que je me demande

Un jardin public
Pour partager une vie poétique

Un endroit de baignade
Que je trouve formidable

Un petit cinéma
Quand j'arrête de faire mon cinéma

La vraie vie quoi !
Quand je vous vois

Etre dans la fraternité attitude
Là est toute ma béatitude

Michel Renault

**La Fraternité—Revue numérique trimestrielle gratuite
destinée à exposer des réflexions sur tout ce qui touche à la Fraternité !**

Possibilité de contribuer en participant au comité de rédaction

Rédacteur en chef - Mise en page : Alain Bréant

Pour tout contact : revue.fraternite@gmail.com

Une gravitation fraternelle

par Patrick Chambard

Nous savons tous, sans avoir besoin de formules savantes, que tout ce qui est en hauteur finit par descendre.

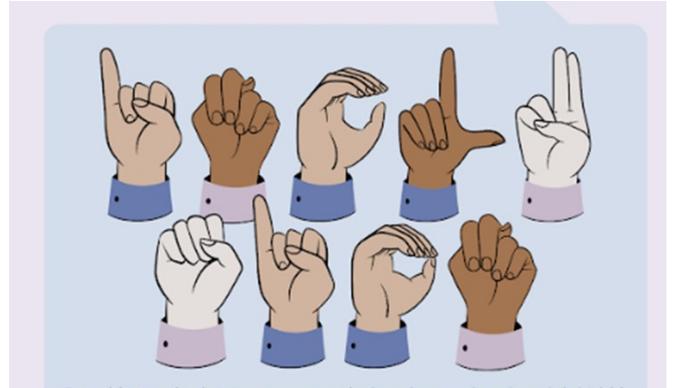
Les objets tombent, les corps chutent, la gravité attire. Mais l'être humain, lui, ne se contente pas de subir. Il se relève, il s'élève, il tend vers ce qui rassemble. Il existe en nous une autre force, plus discrète mais plus puissante : l'élan fraternel.

Cette gravitation morale nous pousse à quitter l'isolement pour entrer dans l'humanité partagée. J'ai ressenti cet appel comme un besoin vital : celui de trouver ma place, non au sommet, mais parmi. Ni au-dessus, ni en marge. Ma trajectoire n'est pas celle d'un solitaire. Elle s'est dessinée dans le tissu d'une communauté d'égaux, un peuple debout, sans dogme ni hiérarchie, mais avec une exigence : être là, ensemble, responsables les uns des autres.

On naît d'un corps, mais on est mis au monde par une société. Je suis né d'une femme, mais c'est une communauté d'êtres libres et égaux qui m'a véritablement mis au monde. Cette mise au monde, ce n'est pas un événement biologique : c'est une construction lente, tissée de regards, d'exigences, d'exemples.

J'ai reçu un legs invisible : la rigueur d'une éthique, la chaleur d'une solidarité, la joie d'une égalité vécue. À ceux qui m'ont transmis sans imposer, guidé sans dominer, éveillé sans convertir, je dois une dette fraternelle que je rends par mon engagement.

Sur mon chemin, j'ai croisé des figures debout. Pas des héros. Des personnes engagées, cohérentes, humaines. Leur force venait de leur



constance. De leur façon de servir sans bruit, d'agir sans s'exhiber. C'est en les observant que j'ai compris : la vérité ne s'enseigne pas, elle se vit.

Et c'est dans la pluralité, dans le conflit parfois, dans la construction collective, qu'elle s'affine. Je ne voulais pas de pouvoir. Je cherchais le silence. Mais on est venu me chercher pour écouter, soutenir, arbitrer. Et j'ai dit oui. Parce que le vrai pouvoir est celui de rendre les autres plus libres.

J'ai quitté le confort de la pensée pour la charge du réel. Et dans cette charge, j'ai trouvé ma juste place. Quand le péril est venu, certains ont fui. J'ai choisi de rester. On ne quitte pas une maison commune quand elle tremble.

Ce n'est pas du courage. C'est de la fidélité. Fidélité à l'idée qu'une société fraternelle ne tient debout que si chacun reste à son poste. Je n'avais ni fortune, ni empire, ni héritage à transmettre.

Mais j'ai laissé ce que j'avais de plus précieux : mes mots, mes actes, mes engagements. J'ai

(Suite page 40)

(Suite de la page 39)

laissé des lieux d'échange, des dynamiques de coopération, des gestes qui, je l'espère, feront germer d'autres engagements. Ce que je crois, profondément, c'est que la Fraternité — la vraie, la laïque, l'universelle — est une discipline.

Elle ne dépend pas des circonstances, elle se choisit. Elle oblige, elle structure, elle lie. J'ai choisi de la vivre non comme une utopie, mais comme une pratique quotidienne, modeste, mais intransigeante. Et si je devais résumer ma vie d'un mot, ce serait celui-ci : présence.

Présence aux autres, à leurs douleurs, à leurs luttes, à leurs espérances. Ce n'est pas spectaculaire. C'est ce qui me rend humain.

Patrick Chambard.

Président de l'association Fraternité Internationale Laïque
<https://patrickchambard.fr/>



"Tâchez de ne pas devenir votre propre excuse pour abandonner."

Personne ne peut vous dissuader de la réussite si ce n'est vous-même".



Gilles Théron

11 juin • 7 min de lecture



Se parler, une
nécessité pour être
fraternel !



Sylvie Moy

9 juin • 5 min de lecture



Un engagement en
faveur d'un orphelinat
à Madagascar

La Fraternité Internationale Laïque est une organisation qui promeut les valeurs de la laïcité à l'échelle mondiale. Elle vise à renforcer le dialogue interculturel et interreligieux tout en défendant le principe de la séparation entre les institutions religieuses et l'État. Cette fraternité cherche à encourager un espace de coexistence pacifique où toutes les croyances sont respectées, mais où les décisions politiques et sociales sont prises indépendamment des influences religieuses. En organisant des conférences, des ateliers et des campagnes de sensibilisation, la Fraternité Internationale Laïque aspire à construire un monde plus équitable et tolérant, où la diversité est considérée comme une richesse plutôt qu'un obstacle.

Le Trois

par Gérard Baudou-Platon

En guise d'introduction : St Jean

Au commencement (à l'origine de tout devenir)

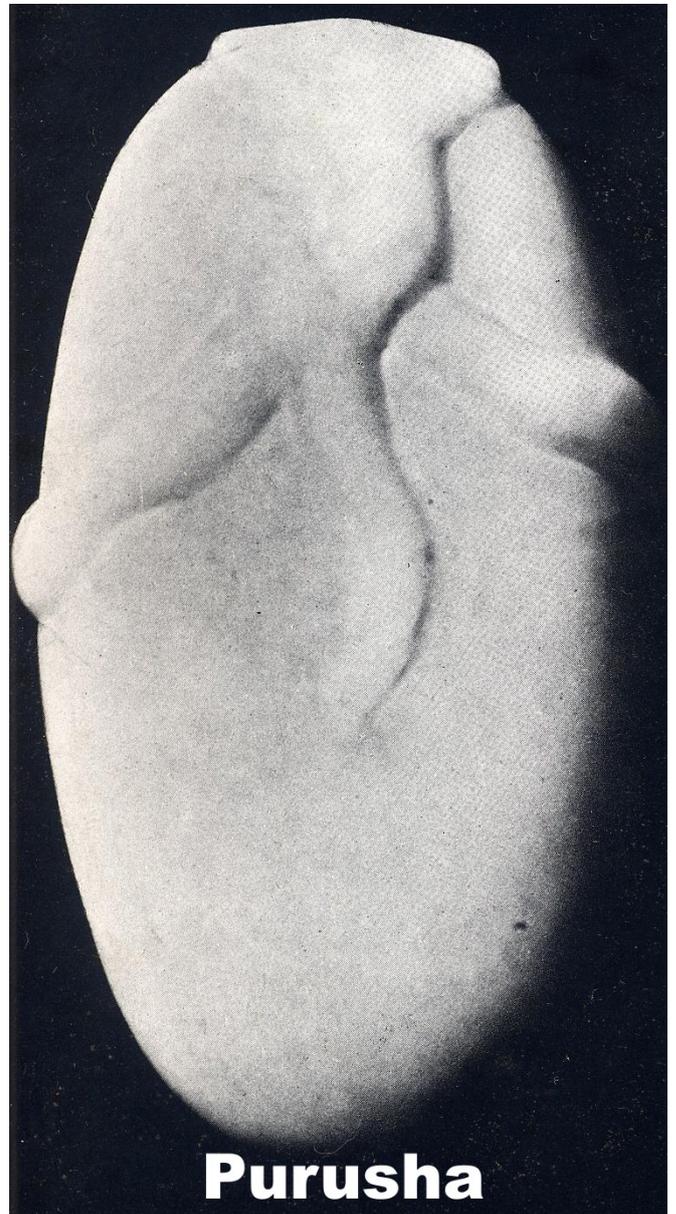
Il y a le verbe (Logos, énergie, substance)

Et le verbe est près de dieu (L'Unique, la Cause, L'Etat-Cause)

Et Dieu est le verbe (L'état-cause absorbé est l'Energie-substance en s'incarnant)

Pour ce faire : un objet de méditation un œuf opaque chapeauté par un serpent (représenté par une forme de pieuvre dont les tentacules enveloppent l'œuf)

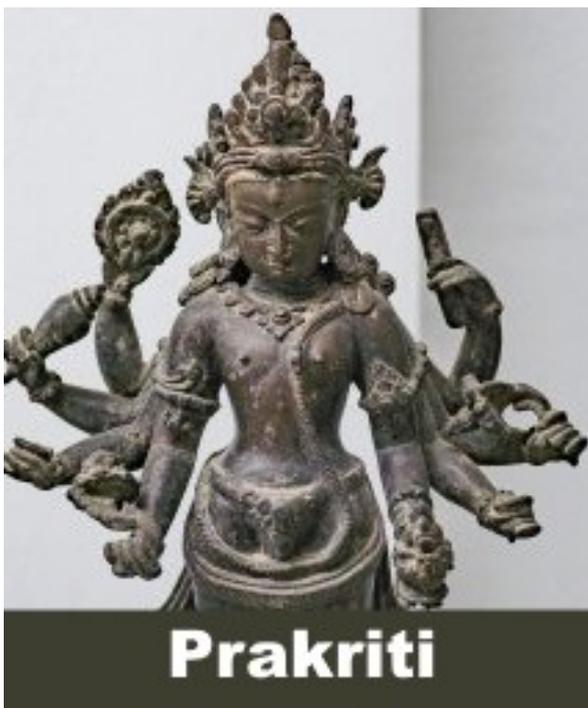
Le « **Purusha** » de forme ovoïde (ci-contre) symbolisant la conscience pure et la « **Prakriti** » sous forme de serpent représentant la puissance féminine.



Purusha

L'union de celui-ci qui perçoit et du perçu comme **un équilibre de forme et d'énergie**, à la fois **personnel et cosmique**. Dans l'intensité totale de cette étreinte, les deux deviennent, semble-t-il, un principe unique, expérimenté comme la transcendance de la dualité ... la complexité infinie dans l'unité totale.

(Suite page 42)



Prakriti

Le trois est un nombre fondamental dans toutes les traditions. Il possède un décodage quasi universel. Il est multidimensionnel car il exprime un ordre intellectuel et spirituel en trois plans : en « Dieu ou Grand Architecte », dans le « Cosmos » et dans « l'Homme » ...

Il synthétise, souvent, la Tri-Unité de l'être vivant,

Il résulte de l'œuvre mis en mouvement par l'alchimie du « 0 », du « 1 » et du « 2 »

Il est l'union du ciel et de la Terre

Le **Tao** produit « 1 » ... puis « 1 » produit « 2 » ... « 2 » produit « 3 » ...

Trois est le « premier nombre impair » (nous laissons le 1 de côté puisque qu'il exprime le Tout). Il sera, alors, considéré comme le nombre du Ciel, le « 2 » « premier nombre pair » sera le nombre de la « Terre ». Naturellement, nous pouvons en conclure que le chiffre de l'Homme (avec un grand « H ») sera le « 5 » (3 + 2).

L'Homme est le lien inconditionnel et statutaire entre « le Ciel et la Terre ».

Quant à « 1 », appartenant, nous l'avons déjà exprimé, au monde non polarisé et bien qu'étant déjà dans le monde manifesté, il représente l'état primordial, origine de toute chose.

« 3 » disent les chinois est un nombre parfait (Tch'eng), l'expression de la totalité, de l'achèvement ... rien ne peut lui être ajouté ... c'est

l'achèvement de toute manifestation ... l'Homme fils du Ciel et de la Terre, complète la grande triade

Il en sera de même pour les Chrétiens qui considèrent le « 3 » comme l'achèvement de l'unité Divine ... « Dieu est Un en Trois personnes ».

Le Bouddhisme possède une expression achevée de cela dans le « Triple Joyaux » ou « Triratna » (Bouddha, Dharma, Sangha) dans la voie du « Grand Véhicule ».

Les Taoïstes traduisent cela en « Tao, Livres, Sangha » :

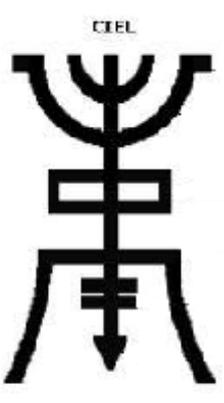
Le temps est triple « Trikâla » : passé, présent, avenir,

Le monde est triple « Tribhuvana » : Bhu, Bhuv, Swar (Terre, Atmosphère, Ciel),

...

Le Tao, littéralement « Voie », mais aussi doctrine à l'origine. Puis, il fut assimilé à « la voie de l'homme ». dans le Confucianisme, il s'agira, alors, du comportement humain. Dans le Tao-te ching de Lao-Tzu, le notion de Tao prend un sens beaucoup plus métaphysique et devient le principe premier qui enveloppe toute chose animée ou non y compris la génération des phénomènes que produit le monde (Manifesté ou non) dans son évolution.

[Lire la suite](#)

	<p>Qian</p>  <p>Le Ciel, le Créateur, Pur Yang</p>	<p>Haut Père Cercle Invisible Infini</p>
	<p>Ren</p>  <p>La Terre, le Réceptif, Pur Yin</p>	<p>Bas Mère Carré Visible Fini</p>
	<p>être humain</p> <p>Conscience en la perpétuité du changement Foi dans l'avenir Point de jonction Ciel - Terre</p>	

POLEMIQUE UNIVERSITAIRE Samedi, 23 Août 2025 BRUXELLES TODAY

La promo de droit de l'ULB portera bien le nom de Rima Hassan selon le vote des étudiants

Les étudiants en droit de l'ULB ont voté, et malgré une vive polémique, la promotion 2025 portera le nom de Rima Hassan, eurodéputée de la France Insoumise, connue pour son engagement envers la Palestine. Le choix doit encore être soumis au Conseil facultaire.



Patrick Chambard
il y a 2 jours · 2 min de lecture

Actualités

Tribune libre : La ligne rouge franchie par l'ULB...

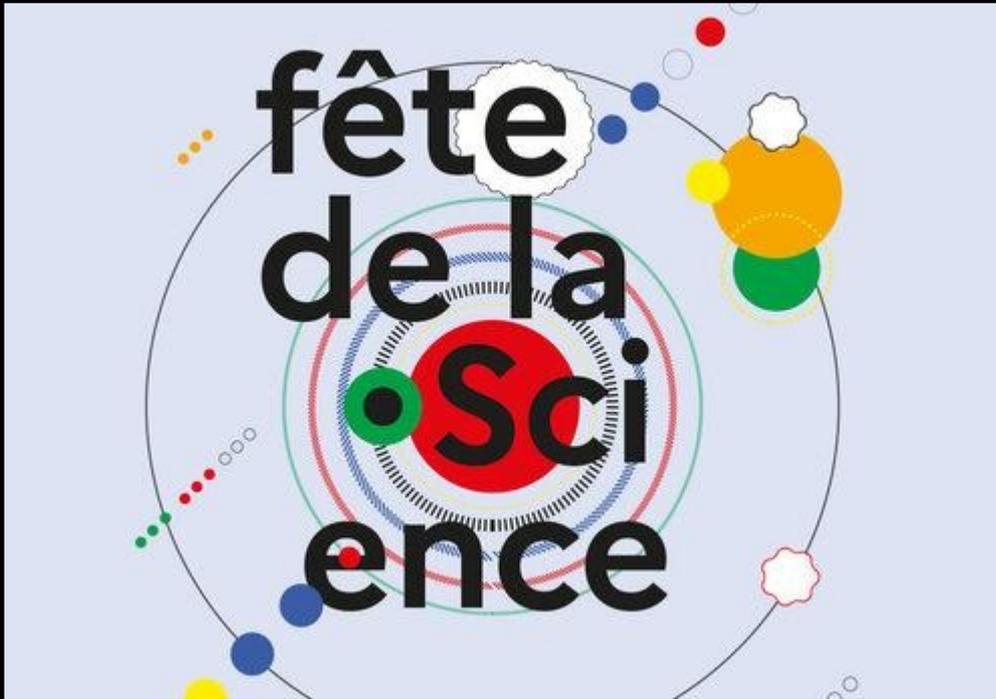
De quelques articles du site



Gérard Baudou-Platon
9 mars · 62 min de lecture

Méditation sur la notion d'espace

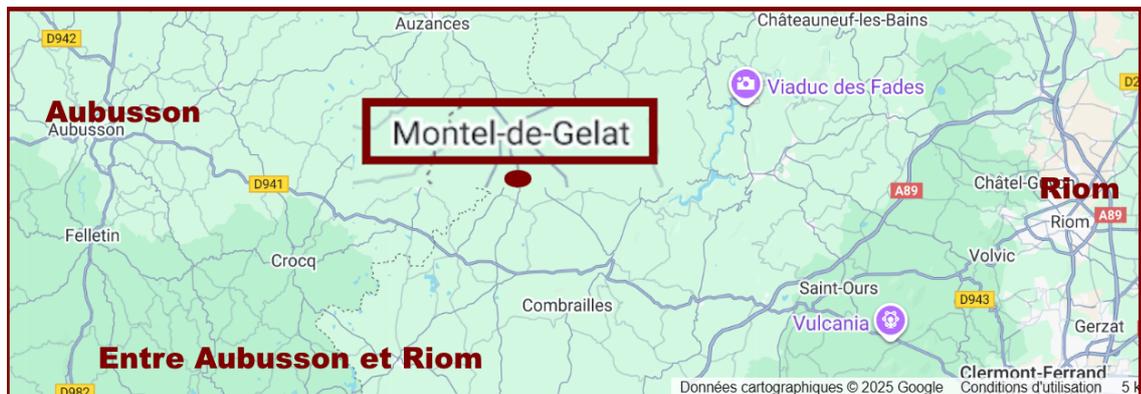
Il vous suffit de cliquer sur l'image pour accéder à l'article



Du 3 au 13 octobre 2025 en France métropolitaine, en Outre-mer et à l'international

La Fête de la science 2025 explore les intelligence(s)

**Vos réactions, bonnes ou mauvaises, nous importent !
Et nous les publierons dans le prochain numéro ! Merci
de les adresser à revue.fraternite@gmail.com !**



L'association **Livres en Combrailles** & **Le cercle Pierre Mendès-France**



vous proposent de participer à
la *Controverse du Montel*

« **Peut-on encore avoir
la paix dans le monde ?** »

AVEC L'INTERMEDIATION DE

2 débatteurs incarnant les 2 positions :

Favorable : Odile Robert Défavorable : Robert Farejeaux

et la participation de spécialistes

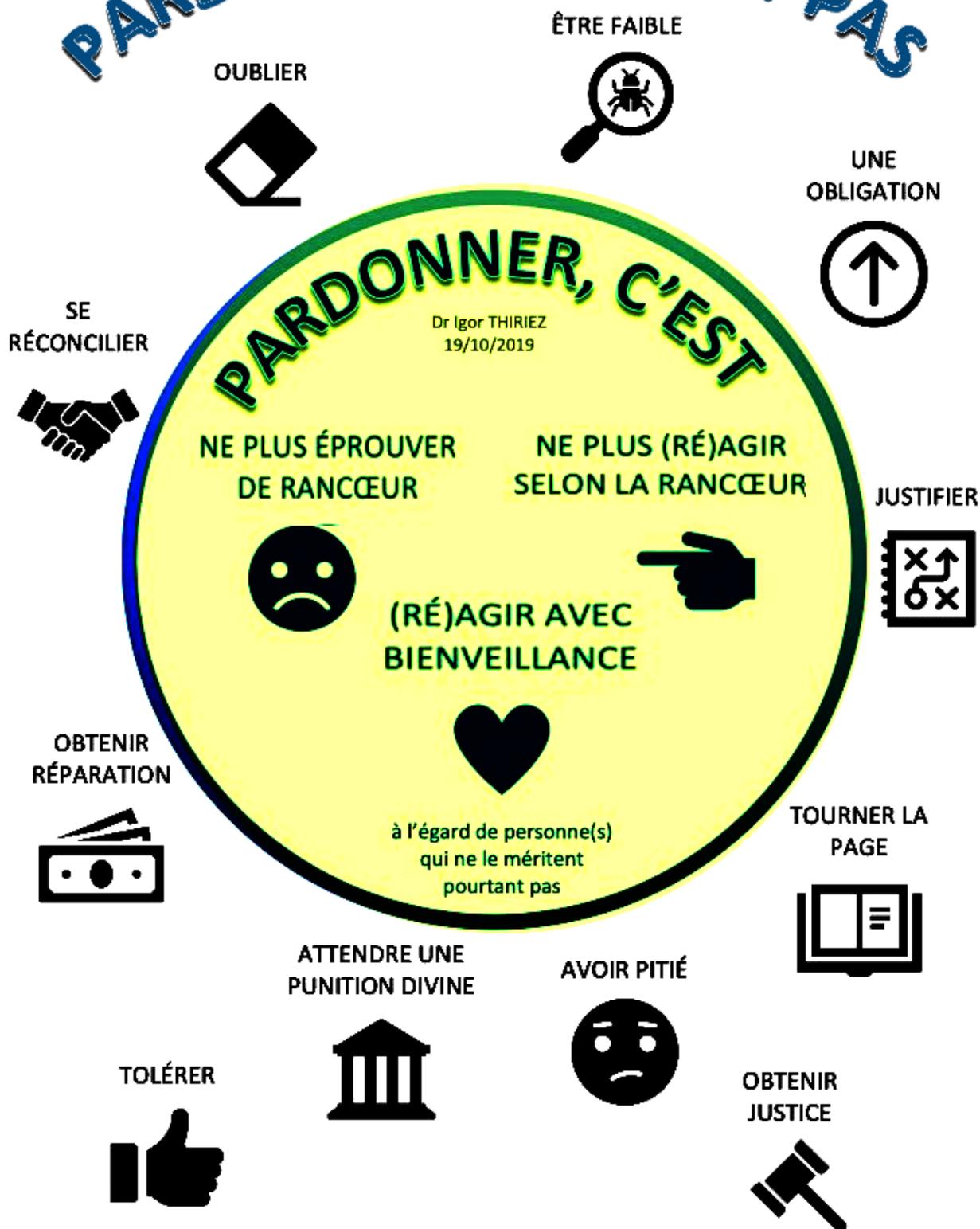


Dimanche 21 septembre 2025 - 10 h

Salle des fêtes du Montel de Gelat

Ouvert à tous - participation libre

PARDONNER, CE N'EST PAS



Sources : <https://psycho-therapie-toulouse.fr/la-pratique-du-pardon/>

Il ne peut y avoir de Fraternité sans la capacité de pardonner ! On pardonne aux autres d'avoir été malveillant, on se pardonne à soi-même d'avoir été maladroit ou injuste !

Programmation

10h — 22h30

Samedi 4 octobre 2025

rcmi

16^e édition

Rencontres
Culturelles
Maçonnes
Lyonnaises

2025

GRATUIT ET
OUVERT À TOUS

▾ CONFÉRENCE

10H15

« Penser la paix pour contenir la guerre. »

▾ TABLE RONDE

17H00

Le sens de l'initiation et l'engagement au XXI^e siècle

▾ TABLE RONDE

11H15

Héritage contemporain de l'histoire de la franc-maçonnerie

▾ TABLE RONDE

18H15

La loi de 1905 et la liberté absolue de conscience

▾ TABLE RONDE

12H30

Récits symboliques : la lumière

▾ APÉRITIF MÂCHON

19H30 - 22H30

Le goût du partage

Profitez d'un moment chaleureux autour d'un mâchon typiquement lyonnais : charcuteries, fromages et bonne humeur au menu !

Pour vous inscrire : www.bit.ly/rcmi2025-machon

▾ CONFÉRENCE

13H45

« Et si vous souhaitiez frapper à la porte ? »

Animée par la présidente et le commissaire, cette rencontre propose des témoignages filmés et ouvre un espace d'échange avec les visiteurs.

▾ EXPOSITION

TOUTE LA JOURNÉE

Symboles en lumière

Plongez dans l'univers symbolique à travers ses décors, bijoux, ouvrages maçonniques et pièces créées par des artisans d'art, reflets de l'élévation spirituelle et de la richesse initiatique.

▾ TABLE RONDE

14H45

Franc-maçonnerie et médias : De la légende noire aux fake news

▾ TABLE RONDE

15H45

Quel est le message Maçonnes donné à travers nos œuvres ?



Au CCVA de Villeurbanne — 234 cours Émile Zola — M A Flachet

rencontres-culturelles-maconnes-lyonnaises.net

f in y o i



Trois réactions à notre dernière newsletter

NEWSLETTER D'AOÛT 2025



6 pages

Pas belle la vie ?

En ce mois d'août 2025, la canicule, les incendies gigantesques, les tornades jamais vues, et tout le reste nous annoncent une fin de vie sur Terre pour le moins dramatique et pendant ce temps là nos dirigeants hésitent à prendre partie pour les démocrates pour ménager les tyrans !

Dans un murmure de désapprobation, les héritiers de la Shoah massacrent sans mollir des centaines de pauvres gens sous prétexte qu'il y a un terroriste au milieu d'eux.

Les mafieux n'ont plus peur de rien, au point d'imposer leur loi aux états et l'extrême droite devient le recours !

Les philosophes sont aux abonnés absents et les intellos manifestent pour passer à la télé !

Et pendant ce temps là, les minables se veulent donneurs de leçons, les petits chefs continuent de se neutraliser tout en se préoccupant surtout de garder les colifichets qu'ils adorent arborer !



Bref, tout va bien Madame la Marquise et pourvu qu'on continue à toucher la retraite, il n'y a pas de raison de s'en faire !

Mais cela ne nous empêche pas de penser que la Fraternité est possible et qu'elle seule pourra apporter l'ordre si nécessaire !

Bien sûr, il faudra un peu de temps, beaucoup d'intelligence et surtout du courage !

Face aux échecs des générations passées qui ont tout sacrifié à leur confort personnel, c'est de notre jeunesse que viendra l'espérance !

J'en suis convaincu !

Matéo Simoita

Je vous partage un extrait du courrier d'un lecteur du journal LA LIBERTE dans lequel il réagissait au comportement de Donald Trump.

"Face aux injustices, une seule arme: la solidarité, la fraternité. Refuser l'arrogance du plus fort. Refuser de détourner le regard. La justice n'est pas une idée abstraite, elle est la condition d'une société digne. Mais nous pouvons refuser de les reproduire en nous. LA SOLIDARITE, LA FRATERNITE ets notre ultime pouvoir, Celui de dire qu'aucune nation, qu'aucun individu ne doit affronter l'injustice seul. Une société qui oublie la solidarité, la fraternité deviant complice des injustices qu'elle tolère. À nous de refuser ce modèle. Par dignité. Par humanité. Par fraternité."

J'ai ajouté le mot fraternité aux propos de ce lecteur.

Françoise RG

Merci ! J' ai lu cette newsletter avec beaucoup d'intérêt. C' est clair, percutant et accablant. Puis je la partager avec des profanes?

Salutations fraternelles

Jeannine H.

Cher Mateo,

Leo Geudens a raison dans ses propos au sujet de la guerre ; il conviendrait d'ajouter que la guerre nourrit la guerre ainsi que tous les riches profiteurs qui détiennent des actions dans toutes les productions utiles à la guerre.

La classe moyenne et pauvre meure, s'estropie et s'appauvrit par les conflits, alors que les riches décident et s'engraissent. Les dictateurs s'enferment dans la guerre et les terroristes l'utilisent comme fond de commerce.

Le capitalisme militaro-industriel est à la recherche constante de déstabilisations et de conflits car les tensions et la peur engendrent des dépenses ainsi que l'utilisation d'armements. Par contre Mateo lorsque tu parles, en général, de ceux qui sont simplement heureux de toucher leur retraite, tu fustiges les retraités. Tu pourrais parler de ceux et celles que l'on aperçoit à la télé, qui brassent beaucoup d'air et dont certains se permettent d'acheter pour 15.000 € de drogues par mois.

Ceux-là même, dans leurs logorrhées permanentes, comparent les bas salaires de certains jeunes avec les retraites moyennes et basses. S'il existe des salaires insuffisants, c'est bien du fait du patronat qui touche des subsides et se fait aider dans le cadre du "quoi qu'il en coûte" et ce grâce à des décideurs politiques issus de la haute finance. Il me serait agréable de donner des conférences sur le sujet afin d'éclairer les moins informés. Amitiés fraternelles.

John Hawk.

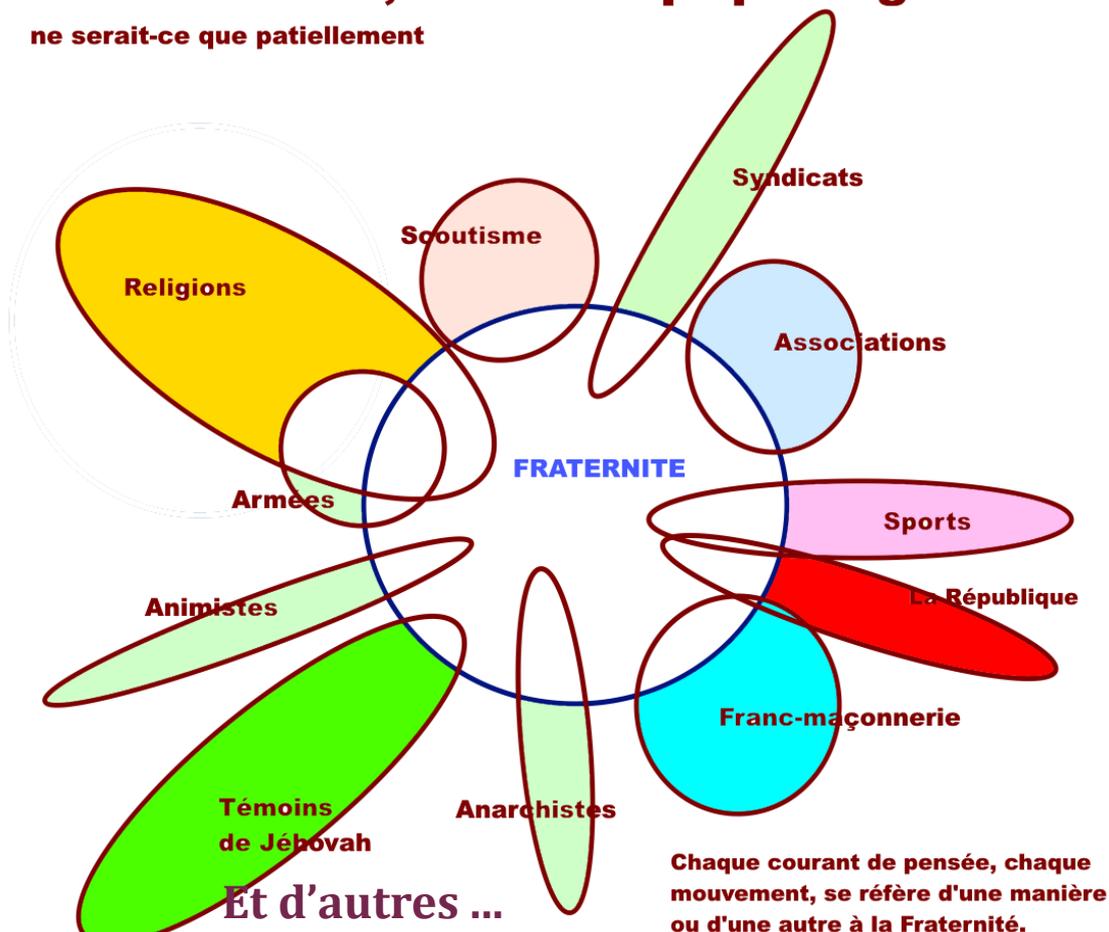
En réponse :

Merci pour ces contributions ! Bien sûr nos publications peuvent être partagées largement. J'ai répondu personnellement à notre ami John en l'invitant à nous apporter des contributions !

NDLR

La Fraternité, un concept partagé

ne serait-ce que patiellement



Une démarche originale

Sortir de la loge pour tendre une main fraternelle

Cette revue numérique a un projet éditorial qui consiste à publier des réflexions à propos du thème de la fraternité universelle.

Si l'équipe initiale est composée d'une majorité de francs-maçons, nous sommes conscients que la franc-maçonnerie n'a pas l'exclusivité de la préoccupation d'une fraternité universelle. Dans un esprit de respect de la liberté de conscience, nous acceptons les

contributions d'horizons différents, dans ce même esprit de tolérance.

Bien sûr nous sommes capables d'afficher l'argumentaire qui nous permet de promouvoir la Fraternité Universelle.

L'important n'est-il pas de rassembler ce qui est éparé ?

Matéo Simoita
Rédacteur en chef

Le prochain numéro 3 de « La Fraternité » est prévu pour janvier 2026. Le dossier sera consacré au thème « Musiques et Fraternité » Merci d'avance pour vos contributions à adresser à revue.fraternite@gmail.com