

Le domaine de la Santé publique et de l'éducation hygiénique devrait absolument être pris en considération à l'université en créant (comme cela est déjà le cas dans les pays anglo-saxons) des cours pour former des cadres capables d'enseigner par la suite l'hygiène publique.

Il ne faut pas se faire des illusions quant à la grandeur et à la difficulté d'une telle tâche, mais il ne faut pas oublier non plus son urgence.

L'auteur de l'article ne partage pas entièrement le point de vue quelque peu pessimiste du Dr *Asperger* pour lequel la somme des maux est constante et difficile à modifier, mais il croit par contre qu'une éducation en matière d'hygiène bien organisée contribuera fortement à améliorer les conditions d'hygiène et de vie.

## **La course à l'abîme ou les toxicomanies**

par *A. Starobinski*<sup>1</sup>

### **1. De la nature de l'homme**

La structure physique et psychique de l'homme est infiniment complexe et merveilleuse.

En raison même de cette complexité, l'homme est un être instable et souvent déséquilibré.

D'autre part, tout dans l'homme est liberté à cause même de sa complexité extraordinaire.

L'homme doit constamment choisir le chemin à suivre dans la vie. C'est un être qui se sent souvent isolé, incompris et, à la suite des échecs et des épreuves subis, mécontent et malheureux.

L'homme est le jouet de ses passions, de ses impulsions, qui sont en opposition à ses aspirations supérieures et aux exigences de la vie sociale civilisée.

L'homme peut être comparé à une flamme vacillante, alimentée par les sources infinies et inépuisables de la vie, ou à une mer agitée par les vents et les tempêtes de l'existence.

### **2. Conception générale des toxicomanies**

Comment trouver la joie de vivre, le bonheur, l'équilibre, la stabilité nerveuse et psychique? Comment calmer la « conscience malheureuse » inhérente à la nature même de l'homme?

Deux voies se présentent, radicalement opposées l'une à l'autre.

La première est celle de la construction de la personnalité, la voie difficile de la sagesse et de l'harmonie par l'obéissance aux lois morales et spirituelles;

<sup>1</sup> Adresse de l'auteur: Dr *A. Starobinski*, Rue St-Léger 8, Genève

elle a été enseignée par les grandes religions de l'humanité, par les moralistes et certains philosophes de l'antiquité et des temps modernes. Elle permet à l'homme de réaliser sa destinée en pratiquant le bien, en respectant son prochain et en venant à son secours. Par l'instruction, par l'étude des acquisitions de la science, de la technique, de la philosophie, de la morale et de la religion, l'homme perfectionne son système nerveux, l'équilibre, le contrôle et lui donne une souplesse toujours plus grande.

L'exercice de la pensée juste est la meilleure source d'harmonie et de bonheur.

L'homme juste ne craint ni la maladie, ni la vieillesse, ni la mort.

Il trouve dans son existence la joie de vivre et dans l'exercice du bien le vrai sens de la vie.

Cette voie est difficile à suivre, mais elle est le vrai chemin, qui permet la réalisation de l'équilibre et du bonheur.

Elle devient facile, lorsqu'on obtient par un exercice persévérant l'équilibre supérieur, par le perfectionnement et la purification de l'âme.

L'homme parvient ainsi à l'existence créatrice, à l'équilibre par la communion avec les forces supérieures.

La seconde voie est celle de l'équilibre artificiel, obtenu par les corps toxiques, qui aboutit à la destruction de l'organisme et de la personnalité.

En effet, les corps toxiques agissent principalement sur le système nerveux, atténuent sa sensibilité, anesthésient la douleur morale, anéantissent sa volonté, diminuent ses capacités morales et spirituelles. L'homme obtient ainsi un équilibre et le bonheur fugace et passager, mais au prix de la perte de la liberté, de sa santé physique, de sa dignité et de sa valeur morale.

Les substances toxiques telles que l'opium, la morphine, la cocaïne, l'alcool sous toutes ses formes (vin, apéritifs, liqueurs, boissons alcooliques proprement dites) ainsi que le tabac donnent cet *équilibre inférieur*.

Tous ceux qui se sont habitués à ces substances deviennent des toxicomanes, car ils finissent par être atteints d'un état de besoin impérieux et ne peuvent plus se passer de la substance toxique.

Dans les cas de graves intoxications par les dérivés de l'opium, de la cocaïne et par l'alcool, ceux-ci provoquent finalement la destruction de l'organisme, de ses tissus nobles et surtout du système nerveux central.

D'autre part, l'état de besoin est une forme d'esclavage, une perte de la liberté qui constitue la valeur la plus précieuse pour l'homme.

Devenir esclave d'une drogue, d'une boisson alcoolique ou du tabac est la forme la plus tangible de la dégradation de la personne humaine.

### **3. Les effets toxiques de l'alcool et du tabac**

L'alcool est un corps chimique dont la structure est simple et qui se répand rapidement dans tous les tissus de l'organisme.

Consommé à forte dose il peut provoquer la mort ou un état d'aliénation mentale aiguë.

L'intoxication chronique a un effet destructeur sur les centres nerveux (écorce cérébrale, corps calleux, cervelet, nerfs périphériques), le foie (cirrhose), le pancréas (pancréatites chroniques), les artères, les glandes à sécrétion interne.

Les alcooliques constituent un pourcentage important des malades dans les hôpitaux et les asiles d'aliénés (délirium tremens, diverses formes de démence).

Quant au tabac, certains savants le considèrent comme un violent poison pour les artères. Ils affirment qu'une seule cigarette peut quelquefois provoquer une crise d'angine de poitrine.

Le tabac provoque l'irritation des voies respiratoires (pharyngite, bronchite), de la muqueuse gastrique (gastrite tabagique), il agit défavorablement sur les yeux et le nerf optique.

On attribue aussi au tabac la fréquence grandissante des cancers du poumon, de la langue, de l'œsophage.

La toxicité de la nicotine, substance active du tabac, est égale à celle de l'acide cyanhydrique. Deux centièmes de gramme de nicotine en solution injectés sous la peau peuvent tuer rapidement un homme.

#### **4. Les conséquences familiales et sociales des toxicomanies**

Les substances toxiques détruisent à la fois la santé physique, psychique et morale de l'individu et ont en même temps un effet néfaste sur sa vie familiale et sociale.

De nombreuses familles sont détruites par l'alcoolisme du père, qui plonge dans la misère et le malheur sa femme et ses enfants.

Or, le rôle du père est d'être le pilier de la vie familiale, de diriger et d'orienter l'éducation et l'instruction des enfants.

D'autre part, l'alcoolisme joue un rôle considérable dans la criminalité en général et dans la criminalité juvénile en particulier. On a prouvé que 60% des crimes sont commis sous l'effet de l'alcool. Les corps toxiques anesthésient et détruisent les fonctions morales et spirituelles de l'homme et lui permettent ainsi d'accomplir jusqu'aux pires forfaits.

Agissant sur le système nerveux fragile des adolescents, il joue un rôle important dans la formation des « bandes de blousons noirs » ou de « blousons dorés », qui présentent un danger pour la société et la civilisation.

L'ivresse au volant résultant même de petites doses d'alcool est la cause de nombreux accidents d'automobiles, dont le nombre de victimes (morts, blessés et estropiés) ne cesse de s'accroître.

Combattre ces fléaux sociaux sans combattre efficacement l'alcoolisme est une illusion dangereuse.

On peut donc affirmer que les toxicomanies sont une menace directe pour la civilisation et l'avenir de l'humanité.

C'est la course à l'abîme et le danger des toxicomanies est aussi grave que celui de la bombe atomique.

## **5. Des causes qui favorisent les toxicomanies**

L'homme subit l'influence de son entourage.

Tout le monde fume, tout le monde boit. Il semble qu'ils s'agit d'un phénomène général et naturel.

L'adolescent imite l'exemple des parents, des amis et des camarades.

L'« opinion » veut qu'on ne puisse s'affirmer, être quelqu'un, devenir une personnalité, qu'à condition de boire des boissons alcooliques et de fumer.

Il existe une suggestion collective qui agit surtout sur les adolescents et qui est renforcée par la publicité croissante en faveur des corps toxiques.

Partout s'étalent sur les panneaux publicitaires, dans les journaux, les revues hebdomadaires, des réclames suggestives en faveur des substances toxiques.

Dans certains pays, la radio fait une publicité très habile pour stimuler la consommation de l'alcool et du tabac.

Les toxicomanies sont aussi favorisées par l'idée que les hommes se font de l'existence.

Chacun répète qu'il faut vivre, qu'il faut chercher partout du plaisir, qu'il faut jouir de la vie. L'alcool et le tabac procurent un plaisir; il faut donc boire et fumer.

Mais est-ce réellement un plaisir que de détruire l'organisme et anesthésier le système nerveux par des corps toxiques ?

Le vrai plaisir, on le trouve dans l'exercice de son métier ou de sa profession, dans l'accomplissement du devoir moral et social.

Le progrès technique favorise aussi les toxicomanies. La production des substances toxiques (alcool et tabac) se fait à un rythme accéléré. Les moyens de communication rapides permettent le transport de ces produits à de grandes distances.

Cette énorme production exerce une pression grandissante sur la masse des consommateurs.

Il est impossible de prévoir où s'arrêtera ce processus.

Des femmes et des adolescents se livrent de plus en plus à la toxicomanie. Ce phénomène présente un danger très grave pour la société et l'espèce humaine.

## **6. Comment combattre les toxicomanies ?**

L'Organisation des Nations Unies peut intervenir auprès des Etats pour diminuer la production et la publicité en faveur des corps toxiques.

L'Etat est le rempart de la justice. Son devoir est de protéger la santé physique et morale des citoyens par des moyens appropriés.

Au point de vue individuel, les moyens de combattre les toxicomanies résident dans l'éducation de la volonté et de la personnalité, dans la prise de conscience de chacun du devoir social et moral, dans la formation du caractère stoïque et courageux en face de l'existence.

La compréhension exacte et lucide du mécanisme des toxicomanies, le choix de la voie de la sagesse et de la raison, la recherche de l'équilibre psychique par l'obéissance aux lois spirituelles sont à la base de la lutte contre les substances toxiques.

Mais pour mener à bien cette lutte, il faut avoir une foi vivante dans les forces supérieures qui dirigent l'homme et l'humanité vers leurs véritables destinées.

Il faut que l'homme retrouve cette foi et cette espérance qui lui permettront de réaliser dans le monde la justice, le bien et l'amour du prochain.

Il pourra alors combattre les toxicomanies qui sont un danger pour la civilisation et une cause de misère, de souffrance et de déchéance pour l'individu.

#### *Zusammenfassung*

Infolge seiner Komplexheit ist der Mensch ein unstabiles Wesen. Bei Existenzschwierigkeiten, Mißerfolgen und Prüfungen fühlt er sich isoliert, unverstanden, unzufrieden und unglücklich.

Um das Gleichgewicht zu finden, steht einerseits der Weg der Vernunft und des Ausbaus der Persönlichkeit zur Verfügung, wie es die großen Religionen und Philosophien lehren. Andererseits kann der Mensch ein niedriges vergängliches Gleichgewicht finden, indem er die nervösen psychischen Funktionen durch giftige Substanzen schwächt und betäubt (Opium und seine Abkömmlinge, Kokain, Haschisch, Alkohol, Tabak). Diese Stoffe erzeugen aber Sucht und zerstören Gewebe und Organe sowie geistige und moralische Funktionen.

Der Autor zählt dann die toxischen Wirkungen des Alkohols und des Tabaks auf. Er untersucht die Hintergründe der Süchtigkeiten und schließt mit einigen Hinweisen auf die Mittel der Bekämpfung: Das Eingreifen des Staates ist ebenso notwendig wie die Erziehung des Willens der Einzelpersönlichkeit.

#### *Résumé*

Par sa complexité extraordinaire l'homme est un être instable. A la suite des difficultés de l'existence il se sent isolé, incompris et à cause des échecs et des épreuves subis, mécontent et malheureux.

Pour trouver l'équilibre, il y a, d'une part, la voie de la sagesse et de la construction de la personnalité, enseignée par les grandes religions ou les philosophies de l'humanité.

D'autre part, en atténuant, en anesthésiant les fonctions nerveuses et psychiques supérieures par les substances toxiques (opium et ses dérivés, cocaïne, haschisch, boissons alcooliques, tabac), l'homme obtient un *équilibre inférieur*, passager, qui crée l'état de besoin et d'esclavage et produit la destruction des tissus et des organes, ainsi que des fonctions morales et spirituelles.

L'auteur passe en revue les effets toxiques de l'alcool et du tabac. Il étudie les causes qui favorisent ces toxicomanies et il conclut par quelques remarques sur les moyens de les combattre. Une intervention de l'Etat est aussi nécessaire comme l'éducation de la volonté de l'individu.