

ÉCRIVAINS/INTELLOS/ PENSEURS/SCIENTIFIQUES

Quelques échantillons
d'“agitateurs d'idées”



La saga de leurs relations avec les drogues du cerveau.

Des hauts et des bas : des paradis artificiels
aux descentes aux enfers

1600 - **CANNABIS** - William Shakespeare (ANG) : du THC dans les
pipes du Barde

❶ « Des chercheurs croient avoir trouvé l'une des sources possibles de l'inspiration de William Shakespeare : **le cannabis**. C'est par une étude de pipes utilisées par le dramaturge anglais qu'une équipe de chercheurs dirigée par le Dr Francis Thackeray, chef du département de paléontologie du musée du Transvaal de Pretoria (Afrique du sud) espère, selon le *Independent on Sunday*, pouvoir répondre à cette question.

Le Dr Thackeray relève, dans ce journal, que le recours fréquent dans les textes de Shakespeare à de sombres images et à de longues pérégrinations mentales peut correspondre à des descriptions de visions provoquées par la drogue. *"Une lecture minutieuse de ses sonnets et d'autres passages suggère qu'il peut avoir lui-même expérimenté"* ces images, écrit Francis Thackeray dans un essai rédigé pour la *Société Shakespeare* d'Afrique australe avec l'un de ses collègues, le professeur Nick van der Merwe.

Les pipes de Shakespeare, trouvées dans la maison de Stratford-upon-Avon dans le centre de l'Angleterre où il vécut jusqu'à sa mort en 1616, sont actuellement testées dans les laboratoires de la police de Pretoria, indique *l'Independent on Sunday*. Le cannabis, ou chanvre indien, fut cultivé en Angleterre à partir du cinquième siècle et était communément utilisé aux 16^e et 17^e siècles pour la fabrication de cordages et de toiles de navires. »

[Agence France-Presse, 05.11.2000]



William Shakespeare, dramaturge anglais

② Texte de la journaliste Sophie Vincelot : « William Shakespeare aurait fumé du cannabis. Des chercheurs sud-africains ont révélé, en analysant des pipes à tabac retrouvées dans le jardin du poète à Stratford-upon-Avon, la présence de cannabis en petite quantité. William Shakespeare, **fumeur de haschich**? C'est en tout cas ce que semblent penser des scientifiques sud-africains. En analysant ce qui se trouvait dans des pipes à tabac exhumées des terres du dramaturge anglais à Stratford-upon-Avon, ces experts ont révélé la présence de cannabis en petite quantité. L'information a été rapportée par le quotidien britannique *The Independent*, citant une revue scientifique sud-africaine. Les substances chimiques contenues dans les tuyaux et les fourneaux de ces pipes, qui datent de plus de quatre siècles, ont été analysées à Pretoria, selon une technique particulière appelée la «chromatographie en phase gazeuse couplée à la spectrométrie de masse». Ces deux procédés assemblés permettent à la fois de séparer les composés d'un échantillon, mais aussi de les identifier en fonction de leur rapport masse-charge. Comme le rappelle *The Independent*, l'Angleterre du XVII^e siècle abritait toutes sortes de substances plus ou moins licites. Plusieurs types de tabac, notamment de la Nicotinia d'Amérique du Nord et de la cocaïne obtenue à partir de la feuille de coca du Pérou, étaient présents dans les pipes de l'époque. Quatre pipes retrouvées dans le jardin de la maison de l'écrivain de Stratford-upon-Avon, ville dans le centre du Royaume-Uni où l'auteur de Roméo et Juliette est né, contenaient des résidus de cannabis.

Des allusions à une herbe dans un sonnet

C'est Francis Thackeray, directeur de l'institut de l'évolution humaine de Johannesburg, qui a mené des recherches à partir de 2000 et c'est lui qui a découvert les résidus de drogue. Étonné, l'anthropologiste s'est alors intéressé à l'œuvre de William Shakespeare, pour savoir s'il y avait des références à de telles substances dans ses écrits. Il a notamment repéré dans un sonnet (le sonnet 76), une mention à des «composés étranges» (« compounds strange», qui pourraient éventuellement évoquer des «drogues étranges»), Le poète évoque aussi une «invention venue d'une certaine herbe» (« And keep an invention in a noted weed »). Une herbe qui permettrait une écriture créative? Autant d'indices qui ont de quoi semer le doute. Surtout que Francis Tackeray pense que William Shakespeare aurait pu mourir d'une overdose. Seulement impossible de procéder à une exhumation du corps du dramaturge à l'église de la Sainte-Trinité à Stratford. L'épithaphe y est claire: «*Béni soit celui qui épargnera ces pierres et maudit soit celui violant mon ossuaire*».

[Le Figaro, 10.08.2015]

CANNABIS

Egalement connu sous les dénominations de marijuana et haschisch. On l'extrait du chanvre indien. Il s'utilise en pratique sous forme de gelée, de boisson ou on le fume mélangé au tabac. Il provoque une sorte d'euphorie accompagnée d'excitation motrice, voire même d'agressivité. Le haschisch n'entraîne pas de dépendance, sauf à en prendre d'énormes quantités, ce qui favorise des troubles du caractère de plus en plus graves. L'effet psychique est surtout désinhibant. A partir de ces constatations, certains spécialistes classent le "H" dans la catégorie des « drogues douces ».

POST-IT - Cannabis, haschisch, marijuana : chercher la différence

« Dans les commentaires sur la consommation de drogues douces par des sportifs français, les termes cannabis, marijuana et haschisch étaient souvent utilisés indistinctement. Or, ce n'est pas la même chose. Le mot cannabis s'applique à une espèce végétale : le cannabis sativa, variété indica ou chanvre indien. **La marijuana**, elle, désigne le plus souvent les feuilles et les fleurs séchées de cette plante, tandis que le haschisch se rapporte à la résine séchée de cannabis façonnée en bâtonnets ou en plaquettes. Sa récolte implique d'ailleurs un certain savoir-faire. Au Moyen-Orient, on l'extrait au printemps en frottant les sommités fleuries de la plante sur une toile de jute. Puis on décolle la résine au rasoir. Au Népal, on frotte les feuilles dans ses mains et on se racle ensuite les paumes. Gluant et doré, le haschisch durcit avec le temps. Il est beaucoup plus euphorisant que la marijuana car il contient une plus forte concentration des principes actifs cannabinoïdes et, notamment, du delta-9-tétrahydrocannabinol (THC). Des recettes existent aussi pour extraire l'huile de cannabis, consommée ensuite sous forme de gelée. Car le chanvre, c'est un peu comme le cochon : tout est bon ! Ou du moins tout est utilisé. Les façons de l'accommoder varient à l'infini. Au Liban, on le mange sous forme de confiserie, le dawamesk, une préparation à base de dattes, cannelle et pistaches. En Egypte, on le boit en apéritif, le chastry, dilué dans un mélange de raki et d'aromates. Enfin, chez nous, on aurait plutôt tendance à le fumer, mélangé à du tabac. »

[de Mondenard J.-P. - Sur le front du dopage : chanvre en désordre. - *Sport et Vie*, 1998, n° 48, mai-juin, pp 26-29 (p 26)]

RÉGLEMENTATION SPORTIVE - Le cannabis et son métabolite principal, le tétrahydrocannabinol (THC), sont prohibés dans les compétitions sportives depuis 1985 (Fédération américaine de boxe), 1989 (CIO), 1991 (Fédération internationale de basketball), 1991 (arrête ministériel français). A partir de 1999, sont épinglés ceux qui dépassent le seuil de 15 ng/ml de THC. Dans les bilans des cas positifs annuels, la présence du THC en tête des substances détectées (les 2/3) a entraîné une réglementation beaucoup plus laxiste. **Le seuil a été multiplié par 10, soit 150 ng/ml. Résultat de la manip, les cas positifs au cannabis se sont évaporés.**

1860 - CANNABIS + OPIUM - Charles Baudelaire (FRA) (1821-1867) : le mythe des drogues efficaces sur la création poétique

Texte du journaliste et biographe Pierre Assouline qui fait un bref résumé sur la relation de Baudelaire avec « *Les paradis artificiels* qui sont consacrés essentiellement au haschisch et à l'opium où le poète met en garde ses pairs : *'Je veux prouver que les chercheurs de paradis font leur enfer, le préparent, le creusent avec un succès dont la prévision les épouvanterait peut-être'*. L'édition de poche Folio est préfacée par Claude Pichois et le texte de Baudelaire y est précédé d'articles de Théophile Gautier : *La pipe d'opium, Le hachich et Le club des Hachichins* ». [Lire, 1989, n° 161, février]

A propos de l'auteur des *Fleurs du mal* (1857), dans les textes biographiques qui lui sont consacrés, il n'est jamais fait mention de son **caractère visionnaire sur l'existence de drogues proches de l'opium sécrétées par le cerveau lui-même**. On trouve cette évocation prophétique dans « *Enivrez-vous* », un poème à la gloire de l'opium endogène paru dans *Le Figaro* du 07 février 1864 : *'Chaque homme porte en lui sa dose d'opium naturel, incessamment sécrétée et renouvelée'*.

Lui-même s'enivre des splendeurs du peintre Boucher, de la musique de Wagner, de la chevelure de Jeanne Duval, des baisers de Marie Daubrun, du souvenir lumineux de madame Apolline Sabatier, trois de ses maîtresses. *"Pour n'être pas les esclaves martyrisés du temps, enivrez-vous, enivrez-vous sans cesse ! De vin, de poésie ou de vertu, à votre guise."* [« *Enivrez-vous* » - *Figaro* du 07.02.1864]

Il a fallu attendre un peu plus d'un siècle (1973) pour que des scientifiques découvrent que le cerveau sécrète ses propres drogues – les endorphines, substances chimiquement très différentes

des dérivés de l'opium mais qui reconnaissent les mêmes récepteurs sur les cellules nerveuses et y produisent les mêmes effets.



Charles Baudelaire (1821-1867)

1885 - **ETHER** - Guy de Maupassant (FRA) (1850-1893) : « Donne une intelligence invincible »

Ses migraines sont si violentes que, pour les combattre, il a recours à l'**éther**. Cette drogue endort sa douleur et aiguise son esprit. Il en célébrera les vertus dans la nouvelle « Rêves » : « *Bientôt l'étrange et charmante sensation de vide que j'avais dans la poitrine s'étendit, gagna les membres qui devinrent à leur tour légers, légers comme si la chair et les os se fussent fondus et que la peau seule fût restée, la peau nécessaire pour me faire percevoir la douceur de vivre, d'être couché dans ce bien-être. Je m'aperçus alors que je ne souffrais plus... Ma tête était devenue le champ de lutte des idées. J'étais un être supérieur, armé d'une intelligence invincible, et je goûtais une jouissance prodigieuse à la constatation de ma puissance.* »

[Henri Troyat .- Maupassant.- éd. Flammarion, 1989 .- (p 88)]

ÉTHÉR

Chimiquement, c'est le résultat de l'oxydation de l'alcool par un acide. L'oxyde d'éthyle ou éther, est l'association la plus connue. A part ses propriétés anesthésiantes et antiseptiques, l'éther en injection hypodermique est un stimulant énergétique. Aujourd'hui, il fait partie des dopants historiques passés de mode.

RÉGLEMENTATION SPORTIVE - L'éther n'a été prohibé dans les compétitions sportives qu'en 1966 et 1967. Ensuite, jusqu'en 1971, il était autorisé sous prescription médicale. A partir de 1972, l'éther ne figure plus sur aucune liste de référence internationale.

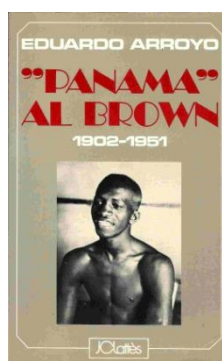
1938 - **OPIUM** - Jean Cocteau (FRA) (1889-1963) : 60 pipes quotidiennes

« Jean Marais était entré de force dans la vie de l'écrivain. Il ne songeait qu'à éloigner Cocteau de ses amis fêtards, comme Marcel Khil, son compagnon du Tour du monde, comme Roland Toutain, premier cascadeur du cinéma français, comme Alfonso Brown, champion du monde de boxe poids coqs. Et, par la même occasion, à lui faire diminuer la dose de **60 pipes d'opium** que le poète se mettait entre dos et poitrine quotidiennement. »

[Eduardo Arroyo.- Panama Al Brown. 1902-1951. – éd. J.C. Lattes, 1982. – 250 p (p 222)]



Jean Cocteau, poète,
dramaturge, dessinateur français



Eduardo Arroyo.- *Panama Al Brown. 1902-1951*,
éd. J.C. Lattes, 1982

OPIUM

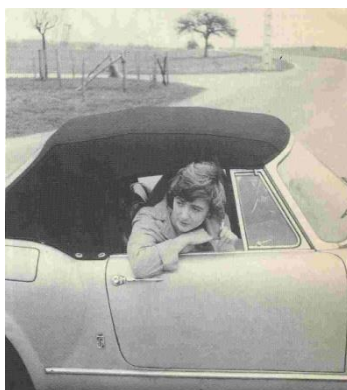
Suc de la capsule du pavot, contenant de nombreux alcaloïdes : morphine, codéine ...l'opium est historiquement l'une des plus importantes drogues (il demeure encore très largement consommé en Asie) et il connut un grand succès en tant qu'analgésique. De nos jours, il n'est plus guère utilisé, ni en médecine ni en tant que drogue dans les pays occidentaux : la morphine et l'héroïne, produits plus actifs, lui ont été substitués avec des risques accrus.

RÉGLEMENTATION SPORTIVE – Il est interdit depuis le 10 juin 1966 par le décret d'application de la loi française du 1^{er} juin 1965.

En 2020, il fait toujours partie des substances illicites. Il est référencé dans la nomenclature du Code mondial antidopage à la classe 7 : narcotiques. Il est prohibé seulement en compétition.

1957 - **PALFIUM®** - Françoise Sagan (FRA) : à la suite d'un accident de la route

La célèbre femme de lettre tombe dans le piège du dextromoramide (Palfium®) à la suite d'un accident de la circulation. Jean-Louis Brau, l'auteur de « L'histoire de la drogue » rappelle la mésaventure douloureuse survenue à l'auteure de *Bonjour tristesse* : « L'accoutumance est rapide ; le sevrage, difficile, entraîne une très grande asthénie. Françoise Sagan l'apprit à ses dépens. Traitée au **Palfium®** à la suite d'un grave accident d'auto, elle dut pendant l'été 1957, subir une cure de désintoxication de trois mois. Elle fit le récit de sa lutte dans *Toxiques* et conclut avec un certain rictus : '*Paradis artificiels de la non-souffrance, je ne vous connaîtrai plus.*' » [Jean-Louis Brau. – L'histoire de la drogue. – Paris, éd. Tchou, 1968. – 310 p (pp 87-88)]



François Sagan du temps où pour appuyer à fond sur le champignon, les euphorisants et autres désinhibants n'étaient pas réglementés au volant...
et les accidents mortels nombreux.

PALFIUM® (dextromoramide)

« Pédaler sans souffrir ou ne pas sentir les coups »

Le Palfium® est un antalgique qui, comme tous les médicaments de sa classe, a le pouvoir d'atténuer la douleur mais malheureusement aussi d'entraîner une toxicomanie.

Son usage sportif est au deuxième degré par rapport aux stimulants. C'est ainsi que le dextromoramide, un analgésique puissant sur les grands syndromes algiques, a été apprécié par les boxeurs qui souhaitaient « ne pas sentir les coups » et par les cyclistes désireux de prévenir leurs douleurs musculaires lombaires et des jambes lors des moments difficiles de la course : contre-la-montre, montagne, fins d'étape.

Le dextromoramide faisait partie de la liste des stupéfiants (ex-tableau B) et, à ce titre, ne pouvait être prescrit que par des ordonnances spéciales et pour une durée de sept jours. Le Pr Jacques-Robert Boissier déclarait à propos de ce médicament : « *Il serait fortement intéressant qu'une enquête puisse établir une liste d'athlètes qui ont pris du dextromoramide, la manière dont il a été administré et les performances qui en ont résulté... Je parierais fort que la plupart de ces sportifs finiront comme déchets à tout point de vue...* »

Roger Rivière, à l'aube d'une carrière exceptionnelle, manqua un virage dans la descente d'un col du Tour de France et fut relevé avec une fracture de la colonne vertébrale qui brisa du même coup sa vie de coureur. Il avait utilisé un antidouleur atténuant les réflexes. Par la suite, il continua à utiliser ce produit le conduisant à la toxicomanie pour tenter de supporter les séquelles de sa chute. Il lui arrivait **d'en absorber cinquante-deux comprimés en une seule journée**, alors que la dose létale est de dix.

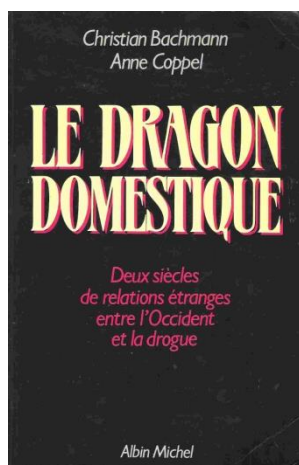
RÉGLEMENTATION SPORTIVE – Le Palfium® a été retiré des pharmacies depuis 1999 ; on ne le trouve guère aujourd'hui que dans le pot belge. Il figure sur la liste des substances prohibées depuis 1966. En 2020, il fait partie de la classe S7 : narcotiques interdits seulement en compétition.

Mis sur le marché en 1957-1958, retiré en 1999.

1960 - AMPHÉTAMINES - Jean-Paul Sartre (FRA) (1905-1980) : les petits comprimés magiques du laboratoire Delagrangé

❶ « Jean-Paul Sartre, pour écrire « *La Critique de la Raison Didactique* », croque toute la journée les petits comprimés magiques du laboratoire Delagrangé. Un tube par jour, parfois. Avec, en prime, les cigarettes, les alcools et les cafés. Une course insensée dont on relève les traces sur ses manuscrits, l'écriture parfois régulière et reposée, parfois affolée et torturée par les **excitants**. Dix ans plus tard, le **Corydrane®** n'était plus en vente libre et Sartre payait durement cette randonnée au bord des abysses. Prématurément vieilli, presque aveugle, usé, harassé. »

[Christian Bachmann et Anne Coppel. – Le dragon domestique. – Paris, éd. Albin Michel, 1989. – 564 p (p 445) et Annie Cohen-Solal. – Sartre 1905-1980. – éd. Gallimard, 1985]



Christian Bachmann et Anne Coppel –
Le dragon domestique – éd. Albin Michel, 1989



Jean-Paul Sartre, écrivain et
 philosophe français

② Commentaire de Pierre Langlume, lecteur du quotidien *Le Figaro* : « Je m'interrogeais sur le « silence » de la fin de la vie de Jean-Paul Sartre et je me demandais si cette « mort littéraire » était un aveu implicite d'échec de la part de celui qui avait écrit : « *Toute vie est le récit d'un échec.* »



Laboratoires Delagrangé, 1962

Aujourd'hui nous apprenons, à travers les propos de Françoise Sagan publiés par *Le Figaro* du 21.07.1989, que Jean-Paul Sartre avait pris pendant trente ans vingt pilules de **Corydrane**® par jour. Ainsi, celui qui avait prôné la grandeur de l'engagement s'était abandonné à la drogue et avait gâché des dons éclatants. Et, contrairement à Françoise Sagan, je pense que cela est tragique. »

[Pierre Langlume, 92200 Neuilly-sur-Seine]

[*Le Figaro*, 03.08.1989]



Corydrane (aspirine + amphétamine)
 Sur le marché des pharmacies de 1967 à 1971

③ COMMENTAIRE du Dr JPDM -

« L'écrivain Jean-Paul Sartre, lorsqu'il rédigeait ses manuscrits, consommait quotidiennement pour se stimuler l'esprit 20 comprimés de Corydrane® (une amphétamine) avec pour seule épreuve physique : s'asseoir et se lever de la chaise de son bureau ! Dans son cas, le principal risque était de développer une pathologie chronique. Mais si un athlète d'endurance absorbe la même chose pour effectuer une compétition, notamment sous la chaleur, il est probable sinon certain qu'il se retrouvera au mieux en réanimation et, au pire, à la morgue. »

[in "Dopage, l'imposture des performances". – Paris, éd. Chiron, 2000. – 287 p (p 238) ; Blog JPDM in "Le dangereux mirage de vouloir légaliser le dopage" – publié le 20 octobre 2016]

AMPHÉTAMINES (Alpha-méthyl-phényléthyl-amine)

Ce sont des substances synthétiques agissant essentiellement comme stimulant du système nerveux central. Elles réveillent l'esprit (c'est pour cela qu'on s'en sert pour lutter contre la somnolence et le sommeil) et provoquent une exaltation des activités motrice et psychique, ce qui a pour effet de faciliter le travail physique et intellectuel. Après l'absorption de ces produits, le sujet se sent euphorique, plus sûr de lui, plus décidé, plus efficace; la fatigue et l'apathie diminuent considérablement, la faim se fait moins sentir. C'est pour cet effet tonique, " stimulant ", que les dérivés amphétaminiques sont largement utilisés par les personnes qui cherchent à accroître leur rendement physique ou intellectuel (écrivains, intellos, étudiants, journalistes, cadres... et sportifs).

Deux slogans ont facilité sa diffusion auprès du public: " donne du nerf aux gens fatigués " et " deux pilules valent mieux qu'un mois de vacances".

RÉGLEMENTATION SPORTIVE – Les amphets Corydrane®, Maxiton®, Tonedron® etc. font partie de la première liste française publiée dans le décret d'application du 10 juin 1966 de la loi du 01 juin 1965. En 1967, c'est l'UCI qui l'inclue dans sa nomenclature et un an plus tard le CIO. C'est l'un des produits phares de la médicalisation de la performance.

Les amphétamines sont prohibées seulement en compétition. On ne sait toujours pas pourquoi elles sont autorisées à l'entraînement !

1965 - **ASPIRINE** - Louis Pasteur Vallery-Radot (FRA) (1886-1970) : 40 comprimés quotidiens pour l'académicien

« Dans les dernières années de sa vie, P. V.-R. avait cessé d'être un personnage officiel, mais il était devenu – situation beaucoup plus enviable – une autorité morale. On ne pouvait lui reprocher qu'un seul petit vice, assez peu répandu au demeurant : le professeur agrégé de médecine, Louis Pasteur Vallery-Radot était aspirinomane. Depuis des années, il absorbait chaque jour afin de se maintenir en forme, et le résultat n'était pas contestable, une quarantaine de comprimés **d'aspirine**. Lorsqu'il partait pour un lointain voyage, il avait si peur de manquer de sa « drogue » favorite qu'il n'hésitait pas à emporter un millier de cachets. »

[Philippe Bouvard.- Un oursin dans le caviar. – éd. Stock, 1973. - 362 p (p 188)]

1988 - **AMPHÉTAMINES** - Françoise Sagan (FRA) : **la coke** moins bien que le Corydrane®

Commentaires et interview par le journaliste Jean-Claude Lamy, son biographe aux éditions Mercure de France : « Depuis qu'on a supprimé la vente de tous les psychotropes, c'est-à-dire tous les médicaments qui donnent un tonus au moral (Sartre prenait jusqu'à 20 cachets de Corydrane® par jour), beaucoup d'écrivains se débrouillent autrement. Chacun a son petit remède. Il y en a même qui utilisent des médicaments pour les femmes enceintes, ce qui, paraît-il, a un effet foudroyant. Interrogée sur son habitude de la **cocaïne**, Françoise Sagan répond : « *Quand on est claqué, on peut travailler tard dans la nuit. Ça m'empêche de m'endormir mais ça n'apporte pas l'inspiration. Surtout que l'on ne s'imagine pas qu'en sniffant de la coke on devient génial. L'année dernière, j'ai écrit un roman, une pièce de théâtre et la biographie de Sarah Bernhardt,*

plus des articles. J'avais besoin d'un coup de fouet pour tenir le rythme et comme je ne bois plus d'alcool... Mais je peux vous dire que c'est moins bien que le **Corydrane®** qui était beaucoup moins cher... »

[Jean-Claude Lamy.- Interview de Françoise Sagan. – Le Journal du Dimanche, 20.03.1988]



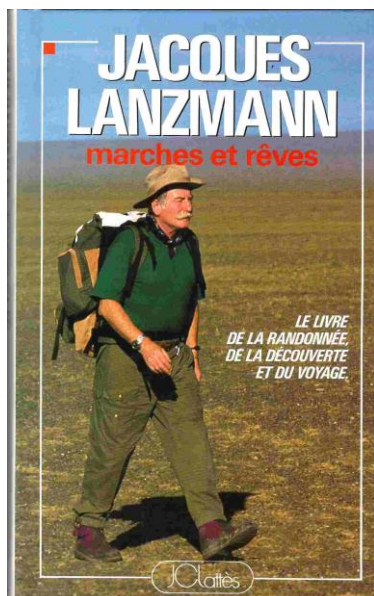
Françoise Sagan, romancière française

1988 - **AMPHÉTAMINES** - Jacques Lanzmann (FRA) : marche au **Maxiton®**

« Jacques Lanzmann, l'auteur du Lama Bleu, vient de publier un nouveau livre sur sa passion : Marches et rêves (éd. J.C. Lattès). Un guide sur sa meilleure façon de marcher, où il a « tout remis à plat » afin de faire profiter les lecteurs de ses conseils techniques et pratiques. Lanzmann avoue également dans son bouquin qu'il a parfois recours à certains produits dopants !

« C'est vrai, admet-il, je marche surtout à la vitamine C, aux tablettes de sel de sodium et aux barres de céréales. Mais j'avoue que de temps à autre, je prends un **Maxiton®** pour mieux supporter la fatigue, notamment la nuit, quand je fais Paris-Mantes en février, par moins 10° ou moins 15°. Lors d'un voyage au Pérou, j'avais goûté aux feuilles de coca. J'en avais ramené deux kilos qui m'ont permis de tenir un an : en ajoutant du sel et quelques morceaux de sucre, je me faisais une décoction qui était un véritable explosif ! Mais j'ai épuisé mon stock... »

[L'Équipe, 17.11.1988]



Jacques Lanzmann, *Marches et rêves*, éd J.C. Lattès, 1988



L'Équipe, 17.11.1988

1990 - **ALCOOL** - Yann Queffélec (FRA) : deux vodkas pour la dernière d'**Apostrophes**

Yann Queffélec * : « Deux vodkas et un grand trac ! »

« Vendredi 1^{er} juin. Je suis dans mes petits souliers. A sept heures et demie, je rejoins mon éditeur au bar du Grillon pour un dernier cordial avant de nous rendre aux studios d'«Apostrophes», deux vodkas ne suffisent pas à noyer mon trac. La veille au soir je n'ai pas pu m'endormir sans imaginer l'émission, la rêver, sans répondre à des questions concernant mon dernier livre. Là-bas, au maquillage, je retrouve le romancier Jean-Marc Roberts, également directeur littéraire au Seuil. Il ne cache pas son émotion. Nous voici sur le plateau.

Je suis entre Jean-Marc et Bernard Clavel. «*Les sans-cravate sont côte à côte*», dit avec humour Bernard Pivot, considérant nos voisins de face, André Brincourt, Jacques

Attali et Jérôme Dumoulin.

Les photographes se retirent, l'émission commence... Aussitôt je me sens mieux dans ma peau. L'atmosphère est bonne, Dominique Rolin rit aux éclats, les regards de Bernard Pivot sont chaleureux et précis. D'un signe imperceptible il sait donner à ses invités l'envie de parler. Quelques minutes plus tôt, ma voix me faisait l'effet d'un caramel pris entre langue et palais. Les dialogues filent bien, avec un vrai naturel. Je suis heureux de pouvoir signaler à Jérôme Dumoulin que son premier roman — *le Phare de baleine* — m'a charmé. Lorsque l'émission prend fin, j'ai le sentiment qu'elle vient à peine de commencer. »

** Il présentait le Maître des chimères (Julliard).*

Y.Q.

L'Évènement du Jeudi, 21.06.1990



**Yann Queffélec, romancier français.
Prix Goncourt 1985 pour *Les Noces Barbares***

ALCOOL

« Boire un grand coup... c'est trop »

L'alcool bénéficie d'une légende tenace de remontant aux effets miraculeux... Certains travailleurs - de force ou pas - ne s'en privent guère et des sportifs sont parfois tentés d'y puiser d'hypothétiques ressources. De nombreux mythes encouragent la consommation de ceux qui recherchent un coup de pouce afin d'améliorer leurs prestations athlétiques : *"L'alcool donne des forces", "Il réchauffe", "Il étanche la soif", "Il combat le froid"*.

La pharmacologie et la physiologie de cette "boisson" universelle nous apprennent que l'alcool ne présente que de très rares avantages (à dose homéopathique dans le tir) alors qu'il occasionne toute une série de pépins, notamment dans le domaine de l'effort avec dépense énergétique maximale.

RÉGLEMENTATION SPORTIVE – L'alcool n'est pas listé sur la nomenclature du décret d'application de la loi antistimulant du 10 juin 1966. L'Union cycliste internationale (UCI) prohibe l'alcool seulement pendant l'année 1967. Un an plus tard, en octobre 1968, lors des Jeux de Mexico, à la demande expresse du président de la Fédération internationale de pentathlon moderne, il a été effectué un contrôle d'alcoolémie sur tous les pentathlètes présents. Cette mesure faisant partie du règlement particulier de ladite fédération. À cette occasion, un seul cas s'est avéré positif : celui du suédois Hans-Gunnar Liljenvall qui avait bu quelques bières pour calmer ses nerfs. Son équipe fut déclassée au profit de la France qui a ainsi récupéré la médaille

de bronze.

De 1987 à 2018, l'alcool faisait partie d'un groupe particulier : III - Classes de substances *soumises à certaines restrictions* - A) Alcool. L'alcool n'est pas interdit. Toutefois, le taux d'alcool dans l'haleine ou le sang peut être contrôlé sur demande d'une fédération internationale. A compter du 1^{er} janvier 2018, l'alcool est exclu de la liste des interdictions et, par conséquent, les directives pour son dépistage dans l'air expiré ne sont plus en vigueur. Au final, pas de chance pour le pentathlète Liljenvall qui est né beaucoup trop tôt.

2008 - **COCAÏNE** - Frédéric Beigbeder (FRA) : se faire une ligne pour écrire des lignes

« La séquence aurait mérité de figurer dans l'adaptation cinématographique du best-seller de Beigbeder "99 F" : à 3 heures du matin, dans une rue très chic du VII^e arrondissement de Paris, deux hommes se penchent bizarrement pour renifler le capot d'une voiture. Leur attitude intrigue une patrouille de police qui passe par là. Le duo prend la fuite à l'approche des fonctionnaires qui constatent que les deux individus étaient en train de **sniffer de la cocaïne** sur l'avant du véhicule... Une courte course-poursuite s'engage. En quelques secondes, les fuyards sont rattrapés et interpellés. Mais, aussi surréaliste que la scène puisse paraître, elle n'est pas tirée d'un film. Et le personnage central bien réel n'est autre que Frédéric Beigbeder lui-même. L'auteur à succès a fini la nuit de mardi dans les locaux du service d'investigation de la police urbaine de sécurité du VII^e arrondissement. Les enquêteurs ont découvert deux sachets de cocaïne sur l'écrivain qui a été déféré mercredi devant un magistrat du parquet de Paris. Considéré par la justice comme un simple consommateur, Beigbeder ne fera pas l'objet de poursuites devant un tribunal mais s'est vu prescrire une « injonction thérapeutique ». En clair, il devra suivre un traitement pour se défaire de son addiction. Cette triste péripétie vécue par l'ex-chroniqueur de *Canal+* rappelle les mésaventures d'Octave, le héros de son roman « 99 F » porté à l'écran par le réalisateur Jan Kounen et interprété par Jean Dujardin. L'histoire, inspirée de la propre expérience de Frédéric Beigbeder dans le monde de la publicité, relatait la vie tumultueuse d'un jeune créateur d'une grosse agence, **couvert d'argent, de filles et de cocaïne**. »

[Le Parisien, 02.02.2008]



Frédéric Beigbeder, romancier français – 99 F, éd. Grasset-Fasquelle, 2007

COCAÏNE (benzoylecgonine)

Alcaloïde d'Erythroxyton coca, autrefois utilisé comme anesthésique local, c'est un sympathomimétique indirect. Prisée, absorbée par voie buccale ou administrée par voie sous-cutanée, elle peut donner lieu au développement d'une toxicomanie (stupéfiant).

POST-IT - L'important c'est la voie d'administration

Commentaires de Mona Shangold, directrice du centre de gynécologie sportive à l'hôpital universitaire de Georgetown : « *Après avoir sniffé de la cocaïne, vous êtes stimulé pour 20 à 40 minutes. Cela signifie que vous devez en renifler plusieurs fois pendant une compétition pour être stimulé pendant toute l'épreuve. En revanche si vous la prenez par la bouche, l'effet stimulant se prolonge quelques heures. Mais la plus grande partie de la cocaïne ingérée est détruite par votre foie avant de pénétrer dans la circulation, c'est pourquoi la voie orale nécessite de si grandes quantités pour obtenir un résultat identique à celui de la voie nasale. Après une injection vous êtes stimulé pendant 10 à 15 minutes mais cela provoque des effets si explosifs qu'on ne peut concevoir que des athlètes se shootent à la cocaïne avant une compétition.* »

[Shangold M. et Mirkin G. - [Le livre de la médecine du sport des femmes] (en anglais) - New York (USA), éd. Simon et Schuster, 1985. - 223 p (p 58)]

RÉGLEMENTATION SPORTIVE - La cocaïne est prohibée dans les compétitions sportives depuis 1966 (décret de la loi française), 1967 (Fédération internationale de cyclisme – UCI), 1971 (CIO). A partir de 2000, elle est interdite seulement en compétition.

2008 - BÊTABLOQUANTS, MODODIAL[®], RITALINE[®] - Le trio des adjuvants prisés par les mous du cerveau

« Regarde qui se dope » : un article de « Nature » (10 avril) feint de s'étonner des résultats d'une enquête menée en ligne auprès de ses lecteurs (1400 personnes de 60 pays y ont répondu). Vingt pour cent des chercheurs avouent utiliser des dopants cérébraux, notamment pour améliorer leur concentration, et, parmi eux, **60 % le font chaque jour ou au moins une fois par semaine**. Interrogés plus spécifiquement sur trois produits, 62 % des « dopés » recourent au méthylphénidate (**Ritaline[®]**), prescrit pour le trouble déficitaire de l'attention avec hyperactivité chez l'enfant de plus de 6 ans), 44 % au **modafinil** (indiqué pour la narcolepsie et l'hypersomnie) et 15 % des **bêtabloquants**. Les scientifiques s'approvisionnent sur Internet dans un tiers des cas, sinon dans les pharmacies ou sur prescription, sans que l'on sache s'il s'agit d'ordonnances les concernant directement. Même à ceux qui ne recourent pas à cette forme de dopage, il paraît souvent justifiable: **80 % des répondants à l'enquête pensent que des adultes en bonne santé doivent pouvoir prendre des produits s'ils le souhaitent, et 69 % seraient prêts à risquer de légers effets secondaires en y recourant eux-mêmes. Mais, bien sûr, disent-ils à 86 %, il faut interdire de tels produits aux moins de 16 ans.** »

[Nature / Le Quotidien du Médecin, 21.04.2008]

BÊTABLOQUANTS

Les bêtabloquants sont des produits de synthèse qui, comme leur nom le suggère, provoquent un blocage de la fonction bêta du système nerveux sympathique (*). Sans entrer dans le détail complexe de cette action, on peut se contenter de dire que les bêtabloquants modifient le comportement de certaines cellules nerveuses et de certains tissus réceptifs à leur action. La médecine utilise ces produits dans les cas d'hypertension artérielle essentielle (c'est-à-dire dont on ignore en fait la cause), pour l'angine de poitrine, les troubles du rythme, les tremblements et les algies de la face. L'action recherchée est antistress et entraîne le ralentissement du cœur. Certains acteurs sujets au trac sont ainsi des familiers des bêtabloquants dont ils prennent un comprimé avant d'entrer en scène. En sport, les bêtabloquants peuvent avoir un effet intéressant en réduisant les tachycardies émotionnelles et les tremblements qui les accompagnent, éléments nuisant considérablement à la réussite dans les sports d'adresse comme le tennis de table, le tir à l'arc, le tir sur cible, le golf, le basket... ou dans les sports à risques comme la course automobile ou motocycliste, la descente et le saut à skis, le parachutisme.

RÈGLEMENTATION SPORTIVE – En 1985, les bêtabloquants (BB) sont apparus sur la liste rouge des interdictions en compétition sportive. En 2003, les BB appartenait au paragraphe E. des classes de substances soumises à certaines restrictions ou interdites dans certains sports. Lorsque le règlement d'une fédération internationale de sport ou d'une autorité responsable le prévoit, des tests de détection urinaire sont effectués. Les fédérations internationales de tir et de tir à l'arc les prohibent en compétition alors que l'UCI et l'IAAF ne les recherchent pas. En 2020, les BB font partie des substances interdites dans certains sports.

P1 BÊTABLOQUANTS

Les bêtabloquants sont interdits en compétition seulement, dans les sports suivants et aussi interdits *hors-compétition* si indiqué.

- Automobile (FIA)
- Billard (toutes les disciplines) (WCBS)
- Fléchettes (WDF)
- Golf (IGF)
- Ski (FIS) pour le saut à skis, le saut *freestyle/halfpipe* et le *snowboard halfpipe/big air*
- Sports subaquatiques (CMAS) pour l'apnée dynamique avec ou sans palmes, l'apnée en immersion libre, l'apnée en poids constant avec ou sans palmes, l'apnée en poids variable, l'apnée Jump Blue, l'apnée statique, la chasse sous-marine et le tir sur cible.
- Tir (ISSF, IPC)*
- Tir à l'arc (WA)*

**Agence mondiale antidopage (AMA) :
liste des interdictions, 1^{er} janvier 2020**

MODAFINIL (Modiodal®)

« Stimule et prolonge la vigilance sans baisse de performance »

Le modafinil (Modiodal®) est un activateur des synapses α noradrénergiques intégrées dans les circuits capables de stimuler la vigilance. Sa cible probable est représentée par les récepteurs post-synaptiques. Le modafinil, non seulement diminue la somnolence, mais améliore les performances psychomotrices impliquant les capacités d'attention.

Tous les sportifs confrontés à des problèmes de vigilance (courses à la voile, en solitaire, rallyes-raids, mais aussi les épreuves de vitesse où il faut être concentré à deux cents pour cent dès la chambre d'appel, etc...) peuvent être attirés par cette molécule innovante. Seul handicap rédhibitoire pour sa diffusion dans les pharmacies sportives, ses métabolites urinaires sont facilement décelables si, bien sûr, on se donne la peine de les rechercher.

RÈGLEMENTATION SPORTIVE – Le modafinil, dans le Code mondial antidopage 2020, fait partie de la classe des stimulants non spécifiés S6. En France, il est prohibé dès 1993 alors qu'au plan international, il ne le sera qu'en 2004. Son interdiction ne concerne que la compétition.

RITALINE® (groupe des pipéridines)

Le groupe des pipéridines, produits psychostimulants apparentés aux amphétamines, a eu chez les cyclistes son heure de gloire de 1966 à 1974. Ayant constaté de façon empirique que le contrôle était incapable de démasquer le trio: Lidépran®, Mérastran®, Ritaline®, les stars comme les anonymes - autrement dit une grande partie du peloton - carburaient aux pipéridines. Cette "habitude" a été stoppée nette en 1974, lorsqu'un laboratoire belge a réussi à maîtriser la

détection des pipéridines.

RÉGLEMENTATION SPORTIVE – Aujourd’hui, la fabrication et donc la commercialisation licite de ces différents médicaments a été arrêtée, sauf pour la Ritaline® qui est soumise à des règles strictes : prescription médicale hospitalière annuelle, réservée aux spécialistes en neurologie, psychiatrie, pédiatrie et aux centres du sommeil. En 2020, le méthylphénidate est listé dans la nomenclature du Code mondial antidopage à **la classe S6 des stimulants spécifiés**. Son interdiction n’est actée qu’en compétition.
