

A photograph of a bedroom. In the foreground, a bed with white linens is partially visible. Behind it is a dark wood headboard with a geometric, stepped design. To the left, a white wall features a dark wood rectangular panel with a round white lampshade and a white switch. Below that is a grey power outlet with a black cord plugged in. The overall lighting is warm and soft.

L'homéopathie pour soigner la fatigue

D'un spectre à l'autre de son intensité, cette fuite d'énergie qu'est la fatigue nous ralentit, ou nous traîne par le bout du nez et nous réduit à l'état rampant. Du léger ralentissement des vapeurs au chemin de croix à travers des chemins escarpés, elle nous remémore, parfois brutalement, que l'on habite un corps qui, dépourvu d'énergie, n'est plus qu'une masse lourde qui demande un effort parfois colossal pour être soulevée.

PAR INGRID SCHUTT, HOMÉOPATHE UNICISTE



*L'homéopathie est tout
à fait capable de satisfaire
les demandes thérapeutiques
de notre époque...*

*– Charles Frederick Menninger, M.D.,
fondateur de la clinique Menninger*

La fatigue, perte de force vitale

Qu'elle accompagne un diagnostic plus ou moins grave, une fatigue répétitive ou une perte de santé importante, pour les homéopathes, la fatigue et l'état qu'elle accompagne annoncent avant tout le déséquilibre de la force vitale chez la personne qu'elle habite. Bonne nouvelle! Le remède homéopathique, comme une flèche file vers sa cible, est directement propulsé vers la force vitale afin de la stimuler et de déclencher dans le corps un processus d'auto-guérison.

Qu'est-ce que la force vitale?

Quelle est la différence entre un corps vivant et un corps mort? Chez le second, la force vitale a quitté la masse corporelle qu'elle animait. D'ailleurs, on ne parle plus

dorénavant de telle personne, mais plutôt du corps de telle personne. Cette force vitale qui anime ce corps, c'est le *chi* des acupuncteurs, le *prana* des hindous... C'est la force qui anime toute chose et qui nous met en mouvement dans ce monde.

D'abord renforcer la force vitale

Dans une forme de faiblesse physique ou émotionnelle, c'est à la porte de cette force vitale qu'il faut d'abord frapper, car elle est la première concernée dans toute forme de guérison profonde. Son déséquilibre affecte tout le reste. On aura beau l'oublier et camoufler la fatigue artificiellement, tant que l'on ne s'adressera pas directement à elle, elle fera bien ce qu'elle veut du corps.

L'homéopathie... guérit un plus grand nombre de cas que toute autre méthode de traitement, et elle est sans aucun doute plus sûre et plus économique, et la science médicale la plus complète.

– Mahatma Gandhi

Pourquoi la force vitale s'affaiblit-elle ?

Un corps peut combattre des milliers de bactéries et de virus, et même quelques cancers par jour. Pourquoi, à un moment précis, la vitalité s'affaiblit-elle et la fatigue physique ou psychique s'installe-t-elle ? D'un point de vue homéopathique, le hasard n'y est pour rien. Parmi les facteurs qui affaiblissent la force vitale, on retrouve notamment l'absence prolongée d'hygiène de vie, les effets secondaires aux médicaments, les changements et déséquilibres hormonaux, l'hérédité, les traumatismes physiques, le stress, et bien sûr, les chocs émotionnels.

Notre corps et nos émotions sont étroitement reliés et résonnent à certaines tensions auxquelles l'être qui les anime est sensible. En homéopathie uniciste clinique, on constate constamment combien un choc émotionnel, autant qu'un choc physique, peuvent faire chuter la force vitale et laisser place à une grande fatigue, ou à une maladie. À chacun sa sensibilité, son talon d'Achille.

Ma fatigue chez l'homéopathe

L'homéopathe uniciste pratique une médecine sur mesure, et recherche les expressions caractéristiques et intenses de *votre* corps et de *votre* esprit dans l'affaiblissement de *votre* vitalité. Pour le même diagnostic, vingt personnes peuvent bénéficier d'un remède homéopathique totalement différent, selon les manifestations globales que chacune présente.

À chaque fatigue son remède homéopathique

Dans quelles circonstances est apparue votre fatigue ? Quel est son cycle ? Quelles sensations, quels changements objectifs, subjectifs, physiologiques, intellectuels et émotionnels entraîne-t-elle ? De façon globale, comment êtes-vous affecté à ces différents niveaux : sommeil, appétit, soif, digestion, frilosité, chaleur du corps, peau, rêves, humeur... ? Le remède qui vous est *homéo-pathique* aura une action profonde sur votre force vitale, ce qui mettra en

marche un processus d'auto-guérison globale, tant physique, physiologique qu'émotionnelle.

Pas d'antidépresseurs pour Julie

Le mois dernier, j'ai reçu en consultation une jeune patiente dont je traite l'enfant. Elle ressentait un épuisement permanent, des chaleurs nocturnes accompagnées d'insomnie, des tremblements de tout le corps et une profonde angoisse qui l'empêchaient de mener une vie normale. En consultation, elle me dit que le jour précédant l'apparition des symptômes, elle avait été témoin d'un accident mortel sur la route. C'est elle qui a parlé au blessé, appelé l'ambulance. Le traumatisme émotionnel fut si important que sa vitalité et tout le reste du corps sont tombés dans un déséquilibre important. Le remède homéopathique correspondant à sa sensibilité et à ses symptômes spécifiques a vite remédié à la situation et lui a redonné son état normal de femme paisible qu'elle est vraiment. Si cette femme n'avait pas connu l'homéopathie, elle n'aurait possiblement même pas fait le lien entre l'apparition de ses symptômes et l'accident. Elle n'a finalement pas eu besoin des antidépresseurs prescrits. L'homéopathie lui a redonné force, vitalité et un profond bien-être.

L'épuisement total de la chimiothérapie

La chimiothérapie provoque souvent des nausées et des vomissements accompagnés d'une sensation d'épuisement. Saviez-vous que l'homéopathie se montre efficace pour soulager les effets secondaires d'un tel traitement? Dans les cas de chimiothérapie pour un cancer du sein, par exemple, une étude publiée dans le *Breast Cancer Research and Treatment* a démontré une réduction de 30% des nausées et vomissements lorsque, en plus de la chimiothérapie, les malades se voyaient prescrire un remède homéopathique spécifique (61,5% des cas ont eu des effets secondaires) plutôt qu'un placebo (87,5%).

La fatigue et la ménopause

En janvier dernier, le Homeopathy Research Institute (HRI, janvier 2009) a publié les résultats de différentes études réalisées auprès de femmes ménopausées présentant une foule de symptômes, incluant la fatigue. Les résultats furent très concluants, et les femmes ont vu leurs symptômes diminuer et leur qualité de



vie augmenter de façon significative grâce au traitement de fond en homéopathie. ●

Ingrid Schutt, homéopathe uniciste, est membre du Syndicat professionnel des homéopathes du Québec (SPHQ). On peut la joindre au 514 991-6316. Pour infos, conseils pratiques, ateliers sur les remèdes d'urgence: www.HOMEOPATHE.ca

Ressources:
Chiffres OMS • D. Genre

COLLECTIONNEZ LES ANCIENS NUMÉROS DE MIEUX·ETRE



www.MagazineMieuxEtre.com
Détails à la page 81