

PEINES DE COEUR...MAUX DE COEUR...

« J'en ai eu le cœur brisé...J'en ai eu mal au cœur...J'ai cru que mon cœur allait lâcher. J'avais le cœur comme une pierre. Mon cœur battait la chamade »...Le cœur est au centre de bien des expressions du vocabulaire amoureux et affectif...

Pourtant chaque être humain ne va pas exprimer son émotion avec la même force, de la même façon, ni réagir aux peines de cœur de la même manière.

Il est important de souligner qu'en matière de manifestations d'ordre cardiaque ou cardiovasculaire, ce qui est mis à la vue et semble bruyant et spectaculaire, n'est pas forcément ce qui est symbole de gravité.

Ignatia soupire et se tait, tout en manifestant. Ses symptômes apparents sont bien plus forts dans leur expression, qu'ils ne le sont en réalité. Elle a très peu de signes cardiovasculaires alors que l'émotion intériorisée, les soupirs, les sanglots plus ou moins retenus, les spasmes, le « coup de poing moral » font partie de ses troubles les courants, tout comme sa difficulté à assumer, tristesse et chocs de la vie. Si elle a des « peines de cœur », son paradoxe est de finalement peu s'exprimer, par le biais de « son cœur ».

Peut-être est-ce là, à prendre au sens propre et au sens figuré. Mais n'est-elle pas aussi, la reine du paradoxe ?

Sulfur, comme toujours considéré comme « égoïste » et adaptatif, ne reste pas longtemps dans la peine et les désordres de cœur. S'il ne cherche pas très vite, à « reprendre le dessus » et les rênes de sa vie, en se consolant auprès d'une autre « âme sœur » moins problématique, il trouve souvent un intérêt à sa solitude libératrice. Il va alors la combler en allant voir ses copains, et en réduisant les tâches ménagères au minimum. Il montre là sa syntonie et ses capacités adaptatives, négligeant en quelque sorte l'émotion qui donne à son cœur une potentialité à être parfois tumultueux, et à réagir assez mal aux excès en tous genres qui vont être son quotidien, dès lors qu'il est dans le chagrin.

Les propos d'un patient de ce type affecté, mais finalement vite consolé après le départ de son épouse, gênée par ses sorties et ses libations trop abondantes, en témoigne : « Finalement, Docteur, c'est pas mal, je me paie le luxe de manger mes raviolis froids dans leur boîte de conserve ; comme cela ni vaisselle, ni ménage ! ». Peut-être a-t-il été soulagé de ce départ inconsciemment provoqué, puis que ses tendances aux excès alcoolisés, ont bien diminué depuis son divorce...Il revoit son ex-femme régulièrement, vit dans son désordre avec ses chevaux et la relation est au beau fixe, depuis que « chacun chez soi ! ».

Natrum mur ou **Aurum** vont chacun, avec plus ou moins de force et d'expression apparente, manifester leurs excès émotionnels, leurs capacités de repli, l'intériorisation de leurs émotions et surtout leur incapacité à « dire ».

L'un se tait et se montre irritable, traduisant ici une dépression profonde et une difficulté à supporter frustration et remise en cause ; l'autre alterne entre des phases de colère explosive et des phases d'abattement marqué.

Plus marquées chez Aurum les manifestations vasculaires, constituent ici un espace parmi d'autres, pour exprimer désarroi et mal-être.

Si **Natrum mur** va définitivement garder en lui la trace de ce qu'il a vécu, en parler le minimum, sinon au travers d'une irritabilité tenace, témoin de sa dépression de fond, il tend à ruminer son chagrin tout seul : il révèle là cette particularité de sa psychologie qui consiste à s'isoler pour « penser à ses maux », à être aggravé par la consolation et à penser que personne ne peut le comprendre. Il souhaite pourtant bien paradoxalement, que l'on se préoccupe de lui.

Les peines de cœur sont chez lui, longues à cicatriser, si tant est qu'elles le soient un jour et qu'elles ne marquent pas, à jamais, la vie amoureuse et l'avenir. L'on pourrait presque dire comme à titre de boutade : Le sel conserve, même les maux (mots) » : figé dans le temps de sa vie affective, Natrum mur a du mal à « oublier » et à ne pas projeter sur une situation du présent, le vécu d'un passé dont le souvenir reste, non seulement vivace, mais toujours actuel. Pour **Aurum** dont Natrum mur est parfois l'arrière plan secret, l'émotionnel est sollicité d'une façon tout aussi violente ; mais si Natrum mur « implose » et ne s'exprime que de manière voilée ou, vu sa faiblesse, uniquement lorsque la pression est trop forte, Aurum dont le système vasculaire marqué par la Psore et la Luèse, est plus congestif, réagit plus fort, plus vite, et de manière plus spectaculaire.

Aurum se tait... mais pourtant, « il dit »...S'il exprime sa peine dans le bouillonnement et le tumulte de son cœur pris dans le remous des extrasystoles, des palpitations, des poussées tensionnelles et de crises de colères vite regrettées, il se tait sur l'essentiel : la détresse d'avoir été quitté, trahi... Son narcissisme blessé, l'atteinte à sa toute puissance perpétuellement recherchée, sont tout aussi vivaces que sa culpabilité face à son sentiment d'incapacité, d'écrasement et de « nullité »...Il ne faut pas oublier ici le **Natrum Mur** sous jacent et ses paradoxes...

La potentialité d'Aurum à s'échapper dans un acte désespéré, sous la forme d'une colère terrible retournée contre soi avec passage à l'acte auto-agressif, ou encore ; ce qui est bien plus subtil, sous la forme masquée d'une atteinte cardiaque ou d'une tumeur envahissante, doit rester en mémoire.

Aurum, pas plus que Sepia ou Pulsatilla, ne supporte ce qui symbolise la « séparation première »- la castration première- ; mais pour lui, le problème se trouve être plus complexe. Elle constitue comme pour Natrum mur, Platina ou Lycopodium, la racine de sa dépression : tous sont renvoyés ici à cette blessure fondamentale, symbole de cette non puissance absolue si mal supportée ; blessure prête à s'ouvrir, dès lors que le désir d'amour, de reconnaissance et de soutien, pourtant si mal verbalisés, sont contrariés...Par nature peu parleurs sur leur problème réel qui leur reste souvent inconscient, ils manifestent autrement leur peine et leurs refus : leur cœur, leurs vaisseaux parlent chacun à leur manière et de façon plus ou moins marquée ; mais c'est là le moindre mal : cela semble constituer ici une forme de soupape à ces maux plus profonds, que leur corps manifeste de manière plus secrète, mais souvent plus problématique.

Pulsatilla, pleure, se rattrape sur les sucreries, a des palpitations...Ses troubles s'améliorent dès qu'elle est rassurée, consolée et qu'elle trouve la compensation affective qui lui permet de dépasser sa peine et son angoisse face à la solitude et au sentiment d'abandon qui l'assaillent, dès que pointe la menace d'une séparation.

Prescrite en haute dilution, elle nécessite lorsqu'elle manifeste son mal-être, qu'une basse dilution lui soit donnée dans le même temps, pour éviter qu'une sorte de confusion mêlée de larmes, ne signe cette aggravation momentanée, témoin de son chaos intérieur :

Il a failli amener Clotilde aux portes de la psychiatrie...Traitée avec justesse par une dose de Pulsatilla 30CH administrée par un confrère, pour un état dépressif, consécutif au départ d'un frère unique en maison de retraite, elle a développé un état confusionnel apparent, qui a très vite cédé bien heureusement, à l'administration de Pulsatilla 4CH 5 gr plusieurs fois par jour.

Platina « crâne »...Elle reste bien silencieuse sur son ressenti véritable et sur la blessure d'amour propre infligée dès lors que la situation lui a échappé, au point d'en arriver à vivre une rupture. Même si c'est elle qui l'a décidée et, à moins qu'elle ne soit valorisée par une situation plus honorifique, elle ne supporte pas d'être « laissée » et encore moins « préférée »...

Ce n'est pas tant la séparation qu'elle vit mal, hormis si celle-ci la dérange dans son confort et sa sécurité financière ; c'est plutôt la perte de pouvoir, surtout si elle vit cela comme un échec et qu'une rivale potentielle à ses yeux, médiocre, plus jeune ou plus ambitieuse, la supplante dans le cœur de son compagnon de vie.

Elle somatise alors souvent, a des douleurs oppressantes, des migraines et des palpitations signes du côté hystérique de sa personnalité. Le Natrum mur souvent sous jacent ici aussi, empêche bien souvent de savoir, ce qui est réellement blessant pour elle...

Christine, 50 ans, élégante on ne peut plus ; véritable gravure de mode, portant bien la toilette et les tenues froufrouantes, même dans des circonstances banales du quotidien, en témoigne de façon évidente : à ses yeux mal mariée à un propriétaire terrien, elle vivait très mal cette relation. Elle a fini par avouer la vraie raison de son choix après presque 4 ans de psychothérapie de soutien, accompagnée de doses de Natrum mur ou de Platina, selon les périodes : un jeune soupirant se sentant sans doute « éconduit » ou peu remarqué – Lycopodium ?- lui avait dit un jour, alors que, âgée de quinze ans, elle était l'objet de tous les soins d'une foule de soupirants, que « finalement, elle pouvait bien se croire la plus belle ; cela n'empêchait qu'elle avait un nez un peu fort »...

Réflexion exacte, même si son attribut nasal participait de toute évidence à donner du caractère et du charme à un visage envahi par d'immenses yeux bleus foncé. Cela a suffi pour casser sa confiance en elle... « Depuis, dit-elle, j'ai été véritablement obsédée par ce problème »- Natrum mur et sa dysmorphophobie-« Alors, dit-elle, je me suis mariée avec le « premier venu » qui s'est présenté pour m'épouser –« Premier venu », cependant gros propriétaire terrien, et estimé dans son village... : Platina et son sentiment de voir les autres plus petits qu'elle. « Premier venu » qu'elle trouvait « ordinaire » malgré son niveau financier et intellectuel, sa gentillesse, sa patience à son égard alors qu'elle le rejetait ouvertement, et le fait qu'il la couvrait de cadeaux, bijoux, toilettes en tous genres, qui lui donnaient le statut de « figure de proue » de la société locale dans laquelle elle régnait en princesse...

La peine de cœur était profonde et le jeune « éconduit » ou plutôt « non considéré » y a, sans le savoir joué un rôle bien plus important, que toutes les déceptions qui s'en sont suivies.

Nux vomica actif, réactif, stressé ne se fige pas dans ses peines de cœur. S'il crie, tempête, tente de tourner la situation à son avantage et fait parfois montre d'une jalousie coléreuse, sinon vengeresse ; il est peu enclin à rester dans la stagnation.

Homme ou femme d'action, il réagit vite et se console tout aussi vite, même si, malgré son côté apparemment un peu « instable », il est toujours enclin à garder des points de repères sécurisants, témoins d'une forme de dépendance cachées à une image maternelle rassurante. Les états dépressifs, s'ils sont larvés, sont ici de courte durée, plutôt remplacés par des troubles d'ordre somatique qui touchent la sphère de l'estomac ou celles, algues du dos.

Lachesis pétri(e) par la jalousie, suscite la rupture qu'il(elle) craint le plus, après l'avoir provoquée par sa vindicte jalouse et son désir autant d'être aimé(e), que de garder la maîtrise sur tout ce qui pourrait lui échapper et qu'il(elle) considère comme « lui appartenant ».

Toute rupture est vécue comme dramatique et exacerbe l'excitation cérébrale et cette logorrhée, qui cache mal la dépression de fond. Le système vasculaire en témoigne avec des hausses tensionnelles, des bouffées de chaleur et des palpitations, souvent concomitantes aux aspects dysthymiques de l'humeur. Crises de colères aussi agressives que destructrices sont fréquentes ici, rendant la rupture difficile et douloureuse ; tant est mal vécue l'atteinte narcissique et la faiblesse des moyens, pour faire face à une angoisse d'abandon cachée, mais non moins présente. Il est à noter ici, comme pour **Apis**, qui éprouve aussi bien des difficultés à vivre les situations de rupture du fait de sa jalousie, qu'une situation de ce type peut amener à présenter des signes de type Apis ou Lachesis.

Mercurius solubilis est partagé ici entre une colère impuissante et implosive devant ce qu'il vit dans un sentiment de révolte, vu les efforts qu'il a eu la sensation de déployer pour assumer à la fois sa place et ses charges, et la culpabilité de son « échec ».

Il le ressent d'autant plus mal, qu'il sait tout au fond de lui qu'il en est un peu responsable, vu sa difficulté toute psorique à se mettre des limites ; et celle, luétique, à garder le sens des proportions et du réel. Il en arrive à se tourmenter la nuit ; ce qui témoigne aussi de sa sycose sous-jacente.

Face aux reproches qui vont bon train, il s'énerve, somatise, se révolte mais baisse vite les bras, vu sa vitalité défaillante et le sentiment dépressif qui accompagne sa faible estime de lui-même. Toute séparation affective est vécue chez lui comme un échec, mais ne se traduit pas toujours, malheureusement, par la prise de conscience de ce qui a pu entrer en ligne de compte pour le mettre en place.

Lycopodium n'aime ni les « ruptures », ni les reproches qu'il cherche de manière aussi implicite qu'inconsciente, à provoquer...S'il pousse au conflit, « cherche la limite » ou plutôt teste celles de sa compagne ou de son compagnon de vie, il reste perplexe et étonné de les voir se profiler.

Il en garde une rancune tenace et rend l'autre responsable de la **totalité** de la situation ; fût-il dans une phase d'équilibre, il va utiliser toutes les ressources de son intelligence et de sa séduction pour retourner la situation à son avantage. Il accepte alors dans l'apparence certains griefs, mais va les justifier à sa manière, et finit presque par faire penser à l'autre que, lui, n'a fait que réagir à des comportements mal venus, et que le véritable coupable n'est pas celui que l'on croit !

Sa difficulté profonde à se remettre en question, malgré son sens du juste, reste majeure. Même s'il sait qu'il a tort, il a du mal à le reconnaître... « Oui, mais !... ». Il trouve toujours réponse à tout et sait se couler dans les situations pour les gérer à son avantage, attendant le moindre signe de faiblesse de l'autre, pour reprendre le pouvoir ; se trompant souvent de cible dans sa vindicte, et mélangeant situations du passé avec le présent.

Le manque de confiance en lui, caché par une surestimation apparente souvent mal gérée, resurgit ici sous une forme voilée : l'agressivité, la raideur et le côté intransigeant des réactions sont alors d'autant plus marqués, que la dépression sous-jacente, souvent alcoolisée-même peu- l'a amené à bien souvent mépriser celle ou celui qui a eu le mauvais goût, sinon la mauvaise idée de l'aimer : l'accepter constituerait une manière de remettre en question le ressenti du lien parental.

Malgré la survalorisation renvoyée par le regard maternel, de la puissance de celui-ci et du vécu d'une insuffisance dans la prise en compte de ses besoins profonds, l'absence de limites posées par le père, ses réactions souvent désadaptées dans leur violence amènent Lycopodium à se sentir bien peu compris et « entendu »...

Au-delà de l'apparence, il se sent donc, dans son exigence, indigne d'être aimé. Il ne peut alors que mépriser, tout en étant affectivement dépendant de celle (ou celui) qu'il aime et hait à la fois.

Les ruptures ne peuvent donc qu'être narcissiquement douloureuses...Elles sont d'autant plus mal vécues, que les attachements de Lycopodium sont fidèles, fiables et sans compromis ; tout au moins tant qu'il est en phase d'équilibre. L'alcool, souvent caché ou peu évoqué parce que mal toléré même en faible quantité, joue son rôle. Il augmente les réactions cyniques, les propos désobligeants, cruels et méprisants qui sont la mesure du dépit et de la souffrance cachée.

Mancinella souffre « de ne pas être mariée »...La peine du cœur est tenace, même si l'apparente manière de vivre cette situation, n'a pas maintenant, les mêmes aspects qu'autrefois et si la frustration se voit ici exprimée sur un autre mode.

L'instabilité des relations n'a alors d'égale que la vie imaginaire et la déception dès que l'objet du désir secret ou avoué, montre peu d'intérêt ou tourne ses choix dans une autre direction, annihilant les rêves pour donner à l'histoire secrète, le poids d'une passion vécue dans la réalité concrète.

Moschus montre parfois son désarroi, dans une absence de désarroi...Elle se soustrait et donne à ses réactions spectaculaires, la valeur d'une émotion déconnectée de son ressenti ; là où Ignatia se spasme, se bloque et en arrive à ne plus pouvoir « dire un mot » ou à manifester de manière paradoxale les émotions qui la submergent ; Moschus s'échappe et se soustrait...

Staphysagria rumine sa vexation, sa rancœur et somatise de la manière la plus radicale ; dents cassées, eczéma, douleurs diversement situées, maux de tête, accompagnent une rumination aussi obsessionnelle, que difficilement formulable dans les mots...

Colocynthis se manifeste de manière parfois surprenante et avec des résultats non moins surprenants :

Colette 38 ans souffre d'une sciatalgie problématique qui ne cède à aucun antalgique jusqu'au moment où la banale question du « Depuis que » fait émerger la raison profonde du « coup de pied retenu »...Sa colère est restée rentrée depuis le jour où, revenant inopinément chez elle, elle a trouvé son mari en situation peu équivoque avec sa meilleure amie... « Je suis partie » dit-elle, « Je l'ai quitté sur le champ », sauf que, depuis, une douleur sciatique ne la quitte plus.

La prise de Colocynthis 15CH, suivie quelques jours après d'une dose de Staphysagria 30CH et, sans nul doute, la prise de conscience du lien entre émotion rentrée et langage du corps, ont eu raison de sa sciatalgie.

Cyclamen se fait des reproches, s'en veut de son peu de disponibilité lorsque les migraines la clouaient au lit et la gênaient dans les situations où elle aurait pu partager du plaisir avec les siens ou avec son compagnon de vie.

Les peines de cœur sont d'autant plus mal vécues, qu'elles génèrent une forte culpabilité, quant au fait de n'avoir pas « fait ce qu'il aurait fallu ».Elles augmentent de ce fait repli, déprime et céphalées.

Thuya semble souvent davantage prise par la rumination de ce qui a pu être dit ou lui être reproché, que par une véritable remise en question d'elle (de lui-même) : celle-ci soulèverait trop de culpabilité quant au fait de « n'avoir pas fait ce qu'elle (ou il) aurait dû » et la sensation confuse de n'avoir pas su quoi faire, tant la difficulté à choisir et à se situer est difficile.

De ce fait, Thuya tourne intérieurement « en rond ». Le fond dépressif qui la caractérise, joint à la difficulté à verbaliser ses affects, donne à ses peines de cœur une expression difficile à mesurer véritablement.

Les somatisations ne sont de ce fait pas rares, et sont aussi secrètes qu'envahissantes : la psyché se voit libérée dès lors que le corps parle, signant une forme de déplacement du symptôme, et de l'intérêt vers un pôle plus concret.

Bien d'autres profils pourraient être cités ici, à la mesure de tant de peines de cœur ; mais peut-être faut-il garder le mystère de la découverte de ce qu'au-delà du profil qui peut en

dessiner les modes de réaction essentiels, chacun d'entre eux met alors en lumière de son individualité et de sa manière d'être.

Docteur Geneviève Ziegel

Aout 2013