

## **Peur de soi, peur de l'autre<sup>1</sup>...** *Au risque du réel...*

### **La peur d'un réel choquant.**

Si elle fait partie de l'apanage de chacun, dès lors qu'il se sent fragilisé, la peur du réel est bien plus prégnante et problématique chez certains sujets altérés par les aléas de leur histoire, de leur terrain ou de leur hérédité.

La crainte est au rendez vous. Plus ou moins consciente, elle est inhérente au mécanisme fondamental de protection et aux particularités de chacun des profils homéopathiques en cause... Dès lors qu'un choc massif ou un stress prolongé a amoindri les capacités défensives et les potentialités adaptatives ou ; parfois à l'inverse de la nature profonde du sujet, renforcé les attitudes réactionnelles nécessitées par la situation, elle rend le monde inquiétant et le contact avec l'autre problématique.

Parmi les sujets inquiets d'affronter le réel, se retrouvent :

**Opium** : la peur survient chez lui souvent à la suite d'une expérience de noyade<sup>2</sup>. Elle provoque une sidération et la persistance de l'impression d'effroi. Après une phase aiguë d'« excitation avec suractivité cérébrale et sensorielle, hyperacousie, insomnie, tremblements, convulsions cloniques et toniques, troubles psychiques variés avec hallucinations, sueurs sur un visage rouge sombre et congestif », survient une phase de torpeur. L'habituel myosis s'accompagne alors d'une baisse de sensibilité affective et morale, d'engourdissement et de ralentissement des excrétiions et des sécrétions. Les deux formes d'expression de la peur ; à savoir celle de l'excitation avec hyperesthésie, ou celle de la vagotonie indifférente et indolente, peuvent se succéder.

**Arnica** : remède du choc moral et physique, il en atténue les effets nocifs, non sans provoquer bien souvent, une remontée du souvenir ou de l'impact mémorisé à la peau. Il nécessite couramment une prescription en première instance. Le contact avec l'extérieur est ressenti comme douloureux. La survenue de bleus sur des points de choc, même anciens, la sensation de contusion générale ou sur certains points d'impact, sont alors courants. Ils s'atténuent peu à peu et laissent, à mesure de l'effet curateur de la dilution, une sorte d'hyperesthésie sur les zones primitivement agressées. Arnica en 9 CH, 12CH, 15CH, 30CH, en échelle ou, si le choc est ancien ou profond, en XMK, génère des effets appréciables. Il permet bien souvent un effacement des lésions physiques et une disparition des effets pervers de l'évènement traumatique revenu à la mémoire.

### **La peur du réel contraignant.**

Source de contraintes, symbole d'agitation, de bruit, d'obligations parfois lourdes et étouffantes, d'une nécessité d'être performant et productif, le monde moderne est source de peur et de nuisances au quotidien. La colère impossible à dire côtoie l'angoisse du lendemain. Elle crispe l'être tout entier dans un refoulement des pulsions premières. D'où l'apparition de pathologies qui appellent l'utilisation de remèdes évoquant une société où le matérialisme envahissant, les intoxications de tous ordres et la perte de ce qui conditionne un échange vrai, mènent inéluctablement vers la Luèse...

---

<sup>1</sup> Ce texte est le cinquième volet remanié, d'une série de textes publiés dans les numéros 222, 223, 224, 225 des Cahiers de Biothérapie.

<sup>2</sup> Dont souvent la prise du médicament fait émerger le souvenir...

Parmi les peureux, fragilisés, angoissés par le mode extérieur, se repèrent bien des profils illustrant diverses personnalités :

### **Ambra grisea et Gelsemium :**

Les signes donnés à voir ici sont à cheval entre la peur et l'émotivité.

Ils ont tous deux une polarité circulatoire et une phase d'excitation. Repérable chez chacun d'entre eux, cette dernière se conjugue à une hypersensibilité, à un état de confusion et de demi-rêve. Cet état émaillé d'images grimaçantes chez Ambra Grisea, est accompagné de tremblements, de diarrhée, de bradycardie et d'hypotension, chez Gelsemium. Il est toujours suivi d'une phase de dépression.

« Suite de gros soucis ou de malheurs domestiques » chez Ambra grisea, l'émotivité est considérée comme « suite de peur » chez Gelsemium.

Indifférence et pleurs ou alternance entre les deux, chez Ambra grisea ; sensation de crainte - de la mort, des espaces, de la foule - puis sidération émotionnelle et physique, lassitude avec assoupissement et sensation d'arrêt du cœur chez Gelsemium, dominant le tableau. Ils montrent toute la fragilité de la personnalité, face au réel stressant.

Ambra grisea est affolée et apeurée devant la vie. Gelsemium est retrouvé sidéré de manière massive, avec phobie de la chute, de la mort et des espaces. Ils manifestent tous deux une mise à mal de leurs pulsions « d'autorité », d'agressivité et de « séduction » de l'autre qui fait peur lorsqu'ils sont confrontés au monde extérieur.

### **La peur d'affronter le réel.**

**Colibacillinum** hésitant, timide, stressé par sa fatigue et ses troubles de mémoire manifeste ici sa sycose sous jacente et la perte de ses capacités à se défendre, même sur le plan immunitaire.

**Phosphorus, Natrum mur, Calcarea phosphorica** sont fragiles, mal structurés ou encore insuffisamment structurés. Comme bien des personnalités impressionnables et inquiètes, ils témoignent de ces « traumatismes » anciens connus ou non connus, issus des générations précédentes, qui continuent à jouer leur rôle pathogène, et constituent une forme de sensibilisation à toute forme d'agression, hors de la conscience du sujet lui-même.

**Phosphorus** est gêné par sa fragilité et sa sensibilité aigüe à tout ce qu'il repère et ressent bien malgré lui concernant l'inconscient de ceux qui l'entourent. Il est tout autant perturbé par son imaginaire qui déborde et l'amène, tout comme Lycopodium, à se montrer quelque peu visionnaire et prophétique. Enfant, sa sensibilité extrême à la moindre des dysharmonies le prédispose à l'autisme. Comme le disait Françoise Dolto, il fait partie de ceux de ces enfants qui sont tellement en prise directe avec l'inconscient de ceux qui l'entourent et ce que, vu leur sensibilité, ils en ressentent d'agressivité, qu'ils en ont la parole inhibée.

Adulte, il n'en est pas plus protégé. Ses antennes ouvertes sur le monde dont il ressent avec acuité tous les frémissements, ne peuvent qu'augmenter sa vulnérabilité. Sa peur des autres est de ce fait bien compréhensible... Elle le prédispose à la fuite dans le délire expansif, un imaginaire créatif souvent « décollé du réel », ou encore dans la « dilution de lui-même ». Que celle-ci se fasse au cœur de son psychisme au travers d'une recherche mystique, qui donnera d'autres perspectives à sa vie ; ou encore dans une somatisation hémorragique, pulmonaire ou hépatique, elle constitue l'équivalent d'une échappée à un réel, ressenti comme trop violent.

**Natrum mur** a peur des autres comme de lui-même. Stressé par son hypersensibilité physique et psychique, sa réactivité, sa difficulté de contact avec l'autre, souvent vécu comme porteur d'agressivité ; tourmenté par son image et par un corps qu'il vit comme laid, sans attrait et bien souvent dysmorphique, il se sent peu à l'aise et d'autant moins tranquille, qu'il a du mal à verbaliser ce qu'il ressent.

Tracassé par son identité qu'il vit comme problématique, il est gêné par cette difficulté toujours présente à exprimer ses besoins, fussent-ils les plus simples : il en veut dès lors aux autres de ne pas le deviner et de ne pas aller le chercher. Cela ne peut que favoriser son sentiment d'isolement et son repli. Narcissiquement touché par sa faiblesse, il s'isole pour ruminer ses malheurs, et vit d'autant plus mal sa difficulté à vivre et à être. Son insertion dans le réel, ne peut dès lors, qu'être problématique.

**Calc Phos** est en général fragile physiquement et psychologiquement. Tout comme Kali phos, il est stressé par son assise physique et psychologique insuffisante, par le bruit, l'évocation de ses maux, et par l'effort. Il nécessite d'être certes compris ; mais pas seulement. Même s'il ne manifeste rien de ses besoins et qu'il a tendance à fuir hors du réel, ses besoins affectifs sont aussi importants que ceux d'une Pulsatilla. Son appétit irrégulier, ses résultats variables, ses troubles physiques variés, montrent à quel point sa grande fragilité touche à la fois son physique et sa psyché.

**Tuberculinum**, est agité. Fragile autant physiquement que psychologiquement, il prend froid facilement et montre ainsi son peu de résistance au stress qui émane du réel et ce qui, héréditairement transmis par ses ancêtres, a amoindri ses capacités défensives.

**Actea racemosa** : l'alternance entre révolte et soumission, les douleurs, les contractures et les maux de tête qui en sont les témoins, manifestent chez elle le stress permanent et l'insécurité. La fragilité de sa structure psychologique et la crainte de ne pas pouvoir assumer ses obligations liées à sa faiblesse tuberculique les lui rend lourdes à assumer. Ses obsessions sycotiques la paralysent certes dans la crainte, mais la Luèse qui en constitue la toile de fond, lui donne le désir de s'en échapper. Elle ne peut alors que se stresser de ses drôles de pensées, de son esprit confus, et de ses tensions musculaires et intérieures.

**Calcarea fluor** perturbé par son sentiment de fragilité et son insécurité fondamentale inhérents à son instabilité physique et psychologique, nécessite une ligne directrice, susceptible de pallier à son manque de règle et de structure intérieure. Il ne peut, de ce fait, que craindre l'extérieur qui le contraint, lui met des limites et le renvoie à sa peur de manquer d'argent ou d'être ruiné.

**Psorinum, et Petroleum**, fragiles par manque de moyens et sensation de faiblesse physique prévalente, sont tous deux stressés par le manque de vitalité et la peur de la déchéance ; le premier en arrive à ne plus vouloir se soigner, le second à ulcérer ses mains faute de ne pouvoir manifester autrement sa colère et son impossibilité à agir.

**Silicea** : états infectieux et dépression lors des phases d'asthénie, témoignent de la difficulté à se défendre et du stress qui en découle. Obsessionnel, en proie à la crainte de mal faire, gêné par une vive sensation d'impossibilité, il craint de ne pouvoir faire face à l'extérieur. Ce dernier le stresse au point de favoriser chez lui, infections de tous types et déminéralisation.

**China** : pertes liquidiennes en tous genres et hémorragies, ne sont pas ici pour améliorer le rapport au monde de ce profil, aussi asthénique, que congestif et algique. La fatigue est au rendez vous. Elle entraîne un sentiment de faiblesse qui persiste bien longtemps après et teinte le rapport au monde d'un vécu de fragilité et d'irritabilité. Celui-ci est d'autant moins bien vécu que, le tuberculisme de fond est générateur d'une sensibilité souvent persistante et bien peu comprise.

### **Peur d'un réel qui amène à douter...**

Il envahit parfois jusqu'à la fixité idéique et les obsessions :

Chez **Thuja**, tout est tû. Les pensées répétitives et envahissantes viennent à la place de ce qui ne peut être dit, choisissant la voie de la tumeur ou de la somatisation, pour libérer l'esprit du doute paralysant.

La peur est au rendez vous ; de ne pas être conforme, de penser autrement que comme ils se doit... du cancer...Elle montre cette difficulté à se laisser à être, sans se trouver aux prises avec l'insécurité qui a marqué le monde de l'enfance ou encore avec les pulsions agressives, qui se retournent contre soi, faute de pouvoir trouver une voie d'expression dans la verbalisation.

**Causticum** est stressé par sa faiblesse neurologique, sa peur du crépuscule et sa crainte obscure d'être assassiné.

Il supporte mal l'idée que l'autre se tienne avachi devant lui, alors qu'il se voit lui-même condamné à la raideur psychique et physique, et qu'il lui est alors impossible d'aller à l'aventure, pour affronter un monde dans lequel il rêverait tant de pouvoir voyager.

**Medorrhinum** : il essaie de se soustraire à sa peur, mais la sensation que « quelqu'un, derrière lui » est là, donne bien souvent à son existence l'allure d'un « véritable cauchemar ».

L'image qu'il se renvoie de lui-même ne lui est pas plus supportable, que le fait d'avoir à se confronter à l'autre, source de souffrance, dès lors qu'il lui impose contraintes et obligations.

Medorrhinum ne supporte pas plus d'avoir à gérer son espace, que d'avoir à structurer son temps. Il voudrait être de partout en même temps, d'où son côté brouillon et désordonné. Enfant, il traîne pour faire ses devoirs qu'il fait toujours la veille pour le lendemain, même si il sait à l'avance qu'il a à les rendre ; peu soigneux, il est sujet aux fautes d'étourderie, mais le problème est qu'il s'en culpabilise.

Adulte, il diffère, règle tout en urgence, part à la dernière minute, arrive en retard, ce qui ne fait qu'augmenter son stress et ses remords. Il ne tolère alors ni la mauvaise image qu'il se renvoie de lui-même, ni d'avoir à se plier à une règle...C'est à la douceur de liqueurs stimulantes et apaisantes qu'il demande parfois de l'aide, pour échapper à la force de son angoisse. Son agitation inefficace et la difficulté qu'il éprouve à se confronter à l'autre et à lui-même n'en sont, que plus aggravées.

Medorrhinum refuse le temps qui l'oblige. Ce temps, qu'il gaspille tellement à force d'atermoiements et de remise au lendemain de ce qu'il a à faire, le hante.

L'espace qui le contient, le révolte tout autant...Dans son désir inconscient d'échapper à ce qui lui impose une limite et une règle, il se précipite, va dans tous les sens, se disperse, et tente de fuir ses obligations qui le poursuivent mentalement jusqu'à l'obsession. C'est là que se trouve son véritable cauchemar... Rongé par une tenace et non moins obsédante sensation confuse d'être « partout et nulle part », il se le reproche sans cesse.

**Argentum nitricum** stressé par le temps, manifeste dans son comportement sa difficulté à affronter son vide intérieur, avec ce qu'il représente d'insécurité et de manque de repères structurants. S'il court par peur de ne pas avoir la force d'accomplir sa tâche, il n'en est pas moins angoissé par le vide qui le renvoie à une sorte de néant insupportable et de déstructuration – sinon de non structuration.

Stressé jusqu'à l'obsession par le temps et l'espace inoccupés, talonné par le « Il faut que... et vite » de son Surmoi oppressant, il remplit son temps, faute de pouvoir remplir son espace. Son anxiété augmente avec sa fatigue, et son impossibilité à pouvoir maîtriser la situation. L'autre, confondu avec « celui qui l'opprime et l'accable de ses exigences », devient son persécuteur inconscient. Il le ressent d'autant plus mal, que les contraintes auxquelles il le soumet, se surajoutent à celles qu'il s'impose déjà spontanément pour palier à l'image dévalorisée qu'il se renvoie de lui-même.

**Calcarea carb** est stressé par son besoin de repères et d'ordre et par ce qui, trop rapide ou inconnu, l'oblige à une adaptation qui dépasse ses capacités habituelles. Face à ce qui le dérange, il a tendance à ralentir et à, quelque peu se « replier en boule ». De fait, il fuit...

Enfant, il craint l'adulte et colmate son angoisse en calmant son oralité régressive. Lorsqu'il se sent trop accablé, il devient plus lent. Il donne alors l'impression d'être paresseux, évoluant à l'âge adulte sur le même mode. Peu loquace et inquiet, il se montre angoissé, face au risque de ne pas être conforme avec ce qu'il pense être attendu de lui.

**Cyclamen** : tout comme Sepia, elle dit dans ses migraines et son mal de dos, sa crainte obsessionnelle de n'avoir su faire « ce qu'il fallait » ; mais n'est-ce pas là l'expression secrète de sa peur face à l'autre, et face à un réel qui la confronte à la force de ses pulsions et à celle de ses désirs interdits?

Docteur Geneviève Ziegel.

#### Bibliographie

Matière médicale homéopathique psychiatrique. Pr S.H.Talcott. Docteur Jean Pierre Gallavardin. Traduction Docteur Robert Séror. Collection Résurgence. Marco Pietteur Editeur.

Répertoire homéopathique de Kent. Traduction A. Horvilleur. Mimi éditions.2001.