

MANGER POUR STIMULER OU SE STIMULER...

Se stimuler sur le plan général...

Certains aliments peuvent y contribuer :

Asthénie, ALUMINA est, comme CORALLIUM RUBRUM, curieusement tonifiée par les **aliments acides**.

Elle partage cette particularité avec FERRUM PHOS, FERRUM MUR et ARSENICUM ALBUM, tous trois fatigués... ; mais aussi avec, CALCAREA CARB et MAGNESIA CARB, CARBO VEGETABILIS, plus lents et asthéniques.

CISTUS CANADENSIS, frigorifié jusque dans son estomac et son abdomen, HEPAR SULFUR irritable et asthénie, BROMIUM décrit comme « tremblant et faible au réveil » sont logés à la même enseigne sur ce plan.

Se stimuler sur le plan digestif...

La prise d'aliment peut parfois, paradoxalement, jouer cette fonction :

NATRUM MUR et SEPIA n'en sont pas exempts. Si l'un va être enclin à se diriger vers des aliments farineux, salés et épicés ; l'autre va parfois chercher dans l'alcool ou le vinaigre, une alternative à la paresse de sa digestion.

ANTIMONIUM CRUDUM trouve dans le **goût acide** un palliatif possible aux désagréments des abus gloutons imposés par son mal-être.

NABALUS, PODOPHYLLUM, MYRICA en ont besoin ; la dernière notamment, pour pallier à la sensation de plénitude de son estomac...

Ils rejoignent ici ABIES NIGRA, avec cette « sensation d'œuf dur logé dans le cardia » qui pose la question de cette forme étrange de somatisation.

GRAPHITES a, comme CHELIDONIUM, besoin de réchauffer son estomac : c'est donc chaudes, qu'il va ingérer ces acidités.

La **moutarde**, comme la bière et les boissons froides, attire COCCULUS : elle le réveille de sa torpeur et stimule son appétit problématique, vu les nausées, les vomissements, les crampes d'estomac et le dégoût manifestés devant les odeurs de cuisine.

Le **désir d'alcool**, outre ce qui peut rappeler de l'ordre de la Luèse et de LUESINUM dans leurs excès et déviances, évoque les « congestifs » et les « épuisés »... : AURUM, LACHESIS, SULFUR et bien d'autres...

Si pour le premier, l'alcool efface quelque peu la tristesse de fond et, dans une forme de griserie, redonne la pseudo confiance en soi qui permettra d'imposer ses vues de manière un peu explosive et immédiatement regrettée ; le second y trouve une stimulation à son tonus. Son angoisse en est, dans un premier temps, totalement atténuée. Il ne faut oublier ici, ni la jalousie, ni l'insécurité de fond. Elles se voient d'autant plus accentuées, que les troubles du jugement s'exacerbent parallèlement à la difficulté à appréhender justement le réel.

SULFUR est davantage enclin à boire en compagnie, qu'à s'adonner seul à ce plaisir qui exalte ses idées et le conduit à concevoir des œuvres utopiques et des projets grandioses. Ne prend-il pas parfois « ses haillons pour de riches vêtements » ?

S'il n'y prend garde, il risque fort de se trouver guetté par SULFURIC ACID : l'alcool va alors le réchauffer tout en l'aggravant ...

PHOSPHORUS parfois tenté par cette stimulation qui fait oublier la dysharmonie du monde, supporte mal un quelconque excès alcoolisé.

LYCOPODIUM a, quant à lui, des lendemains assez peu pacifiques : l'entourage médusé, se verra abreuvé de qualificatifs aussi cyniques que méprisants, qui cachent un état dépressif souvent sous-jacent.

CONIUM frustré par son célibat un peu « forcé » supporte bien difficilement l'absorption de ce qui pourrait aggraver le sentiment de vertige de sa vie et de ses frustrations.

ASARUM a un goût pour les **liqueurs** qui ragaillardissent...

IODUM, ASTERIAS RUBENS et MEDORRHINUM, vont y puiser le même réconfort.

Peut-être n'ont-ils besoin de ce coup de pouce que momentanément, pour calmer leur angoisse et donner à leur quotidien un tour moins difficile.

Le **vin** va peu tenter MEZEREUM et CALCAREA SULF.

L'ulcère et la gastrite du premier en sont responsables ; pour le second, « le goût amer, de savon et acre [...] l'irritation de l'intérieur des lèvres et la langue molle ressemblant à une couche d'argile sèche » ne sont guère incitatifs.

L'eau de vie sera du goût de LAC CANINUM et de CARBO ANIMALIS :

Elle augmente pourtant chez le second, l'asthénie lourde qui prépare à des lendemains délabrés, préludes à l'apparition de CARBOLIC ACID.

STAPHYSAGRIA qui ne peut calmer son agressivité intérieure, va trouver dans la griserie qui y succède, l'oubli des vexations qui l'obsèdent jusqu'à l'épuisement. Il ne peut se laisser aller...

MOSCHUS tentée parfois par cette alternative, calme ainsi ses angoisses non verbalisables et les manifeste dans le « spectacle » de ses comportements.

Chez ACONIT, SPIGELLIA ou CACTUS, cette tentation alcoolisée risque fort de faire palpiter jusqu'à l'angoisse et serrer sa poitrine jusqu'à la douleur...

NUX VOMICA peut se voir attiré par une pinte de **bière**.

Outre les libations que lui imposent ses trop fréquents repas d'affaire, il y trouve, au gré des tractations réussies, un dérivatif propice à calmer l'angoisse de ne pas être aussi performant qu'il le devrait.

OPIUM ne va guère y trouver d'aide véritable ;

SELENIUM, dont le besoin d'alcool augmente avant les règles, non plus.

Son asthénie dépressive va, comme chez SEPIA ou COCA, « timide, irritable, manquant de confiance en lui », s'en trouver aggravée.

OLEANDER voit ici ses troubles digestifs s'accroître.

De fait, **la bière** attire souvent aussi, les fatigués :

CAUSTICUM y noie ses rêves de voyage et le chagrin, que la souffrance de ses frères de misère réveille chez lui...

GRAPHITES, fondamentalement ralenti, y trouve une illusoire stimulation.

PHOSPHORIC ACID dont les symptômes s'aggravent en présence de ce qui est aigre, s'y tourne peut-être tout simplement, à cause de son « appétit insatiable pour ce qui est juteux ». L'épuisement et le chagrin dans lequel il voit ses symptômes se développer, y trouvent certainement aussi, un certain apaisement.

Les boissons froides qui stimulent un état altéré par les veilles prolongées et atténuent le goût métallique qui est le sien, portent tout naturellement COCCULUS à se tourner vers la bière.

ZINCUM ne va pas en être amélioré. Il ne supporte pas plus « la moindre quantité de vin » : les mouvements de ses jambes témoignent de l'atteinte toxique de son système nerveux.

PETROLEUM, en proie à un « appétit féroce » est rendu asthénique par l'insuffisance des ses éliminations.

Comme TELLURIUM, en proie à ses aigreurs d'estomac, il montre ici son besoin de se donner davantage de tonus psychique et physique.

ALOE est classiquement le remède des vieux buveurs de bière : « Mécontent, en colère contre lui-même », il voit ses troubles alterner avec un lumbago.

Il ne supporte pas plus ce dérivé mousseux du houblon que KALI BICHROMICUM qui en a des nausées et des vomissements. S'il se voit attiré aussi, par des aliments acides, il est vite rappelé à l'ordre par les crispations de son estomac enflammé.

COLOCYNTHIS a la bouche amère et cuisante, comme si sa langue était « recouverte de sable ».

Il se plie en deux sur les douleurs de son estomac et de son tube digestif : vu la violence et l'étendue de ses névralgies, il voit son irritabilité en être davantage encore augmentée.

NATRUM PHOS se trouve, par contre, soulagé par une chope de bière.

Pourtant les « remontées acides, flatulences et éructations » sont son lot quotidien.

Il rentre déjà dans le paradoxe de ces profils pour lesquels l'on ne peut que s'interroger sur ce décalage, sinon cette discordance, entre le mal-être évident et leur choix d'aliments de prime abord, aussi désadaptés qu'aggravants.

De fait :

Le **café** ne fait pas bon ménage avec ARSENICUM ALBUM dont il accentue l'acidité générale ; pourtant il en éprouve « un désir impérieux ».

CARBO VEG ne supporte ni le café, ni le lait. Toutes les matières grasses, même celles de la viande, génèrent chez lui douleurs et sensibilité de la région épigastrique. Pourtant il en désire !

CHAMOMILLA en voit de plus ses troubles du caractère s'aggraver en même temps que ses nausées, ses renvois acides et ses maux d'estomac, « comme par le poids d'une pierre ».

NUX VOMICA ne supporte pas le café très fort.

Il ne le digère pas, mais ses repas d'affaire ne lui permettent pas d'en tenir compte. Il tente donc par ce biais de se donner le coup de fouet que sa somnolence post prandiale lui impose, mais vu la surcharge de son foie qui en résulte, cela ne fait que l'aggraver et entretenir une forme de cercle vicieux...

Les épices « stimulantes »

ASTERIAS RUBENS voit en elles une aide à sa sycose.

Elles risquent pourtant d'accentuer ses boutons et cette « sensation de chaleur dans la tête, comme si elle était enveloppée d'air chaud ».

CAPSICUM en éprouve un « besoin incoercible », même si la soif est importante et si le fait de boire, provoque des frissons.

CHINA, prise entre une hyper et une hypo acidité gastrique, espère y trouver un palliatif à son manque d'appétit.

CISTUS qui éprouve une « sensation de fraîcheur dans tout l'abdomen », s'en voit réchauffé.

HEPAR SULFUR a envie d'« aliments aigres, de vin, de nourriture au goût prononcé » : est-ce pour lui le seul moyen de passer au-delà de cette souffrance lancinante et constante qui, en même temps qu'elle génère un désagrément, ôte tout plaisir et sens du calme et de la paix?

LAC CANINUM cache peut-être par ce biais, le goût putride qui l'habite...Mais en améliore-t-il pour autant, sa sensation de gorge douloureuse et « comme brûlée à vif » ?

NATRUM MUR a souvent une « perte de goût ». Cela explique peut être sa tentation de se tourner vers ce qui le stimule, malgré ses brûlures d'estomac et ses douleurs abdominales.

NATRUM PHOS, s'il peut voir en être améliorée l'acidité de ses troubles digestifs, ne risque certainement pas de changer sa dysphagie et ses « éructations sûres ».

NUX VOMICA, irritable, « en proie à une faim dévorante la veille d'une crise de dyspepsie » a un intense désir de stimulants. Ils accompagnent souvent les aliments gras qu'il digère sans trop de mal, alors même que le café l'aggrave.

PHOSPHORUS atténue peut-être par ce biais le goût amer qui le dérange.

SANGUINARIA a besoin d'« aliments piquants », alors même qu'elle a soif, et que son estomac brûle, au point de la faire vomir.

SEPIA trouve tout trop salé et a un goût marqué pour ce qui est acide. Elle a horreur du gras et du lait bouilli. Les épices lui permettent peut-être de trouver du plaisir à une nourriture, dont la simple vue lui donne la nausée.

Surchargé, SULFUR a parfois besoin de stimuler son appétit...

Ainsi, d'aliment en aliment ; d'habitude transmise, en habitude transmise ; de rejets en changements successifs au rythme des phases du monde et de la vie, l'histoire et la pathologie de chacun s'inscrivent peu à peu ...

Au fil des aléas évolutifs, elles construisent l'être aux prises avec ce qui, quotidiennement, le forme, l'informe, le nourrit, le soigne (ou) et parfois le perturbe...

« Dis moi ce que tu manges, je te dirai ce que tu es ! » prend dès lors son sens véritable, que l'homéopathie peut appréhender avec justesse et dans la réalité de ce qui s'y manifeste.

Docteur Genevieve Ziegel. Montpellier.

Boericke William. Matière médicale 9^{ème} édition. Edition Similia.1996.

Voisin Henri. Thérapeutique et répertoire homéopathique du praticien.1978. Maloine 2^{ème} édition.

