

La fatigue

« Écoute dans ta fatigue,
calme toi et laisse couler les mots »

Wilfried N'Sondé



Mot banal et mot-valise dans la pratique médicale courante, le mot fatigue entre en cousinage avec les autres mots-valise. Douleur, angoisse, malaise... fatigue. Comme en peu de mots, on exprime beaucoup, dans le flou, dans l'éprouvé difficile à préciser et à objectiver.

Lui consacrer un numéro spécial de nos Cahiers est tout aussi légitime que si nous l'avions fait pour la douleur ou pour l'angoisse. La fatigue est un mot qui ne veut rien dire car il a trop à dire. D'une étymologie incertaine, on retrouve la notion de pousser et de lasser. Les traductions de

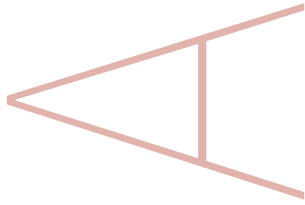
nos langues cousines nous apportent un peu plus. *Tiredness*, *stanchezza*, *fatiga*, tout cela évoque l'image de la charge et de sa lourdeur, l'idée de porter, de pousser, au-delà ou aux frontières de ses capacités.

Mais l'esprit humain est tellement porté à conceptualiser, à repousser dans le mental trompeur, tout ce qui le relie à ce qu'il éprouve ; aussi la fatigue est souvent évoquée dans son sens figuré, dans son sens lié plus aux représentations mentales qu'aux capacités du corps.

La fatigue physique, la fatigue musculaire est d'une apparente facilité d'appréhension. Le sportif connaît cela, le sportif amateur, le vrai, celui qui se fatigue vraiment ! Maine de Biran voyait dans la fatigue physique musculaire la preuve de l'existence de notre liberté et notre vie immanente absolue. Selon ce phénoménologue avant l'heure, c'est lorsque nos muscles semblent ne plus vouloir répondre et que nous poursuivons tout de même, comme chacun peut le faire sur un appareil de cardio-training ou de musculation, que nous montrons que nous sommes !



Cela pourrait aisément donner de l'urticaire à Descartes. Du « *je pense donc je suis* », nous voilà passés au « *je dépasse ma fatigue donc je suis* ».



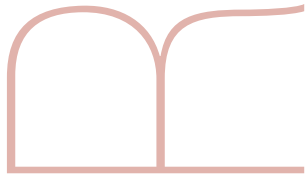
La fatigue ne serait-elle donc qu'une sensation, une perception de la limite que la nature aurait prévue afin de ne pas abîmer le corps ? Cela est probablement vrai, mais cela ne s'applique pas qu'au corps.

Qu'est-ce donc que cette fatigue psychologique sinon une perception de limite dans la possibilité de bouger, de pousser, de porter, dans une autre logique que musculaire.



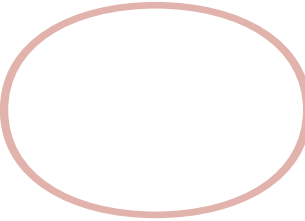
Y aurait-il un corps psychologique avec ses muscles et ses capacités de mouvement... psychologique ? Y aurait-il un corps de vie immanente qui se fatiguerait selon un processus assez proche finalement de la fatigue musculaire ?

En allant plus loin, la fatigue morale si voisine de la dépression n'est-elle pas de même nature d'un corps moral épuisé, d'une incapacité à se bouger davantage dans ses sentiments, son énergie à aimer et à vivre ?



Cela explique cette sémantique commune de choses qui n'ont rien à voir entre elles lorsque le patient nous dit qu'il est fatigué.

Le plus souvent d'ailleurs, le patient est capable de soigner tout seul une simple fatigue physique, par le repos tout simplement. Lorsqu'il consulte, cela peut être pour une fatigue trop tenace et trop prégnante, non améliorée par le repos. Les maladies somatiques doivent alors soigneusement être recherchées. Hormis la maladie d'Addison et la myasthénie heureusement peu fréquentes, la fatigue physique répétée peut être le révélateur d'une néoplasie, d'une hypothyroïdie.



Et puis il y a les autres fatigues, si nombreuses dans le discours confus du patient. Dépression, anxiété trop fortes, colères rentrées peuvent être exprimées en premier lieu par le mot fatigue.

Tout bon médecin sait cela, mais la démarche homéopathique nous amène un élément de plus. On ne triche pas avec l'interrogatoire homéopathique et on ne se cache pas derrière les mots. La recherche du vrai symptôme, avec ses modalités précises, sait déjouer les pièges du mental.

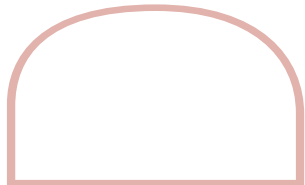
De plus nous avons les médicaments pour chacune de ces situations dans lesquelles plusieurs formes de fatigue coexistent et se renvoient la balle.



Staphysagria peut être fatigué au même titre que **Lycopodium** ou **Natrum muraticum**, mais pas pour les mêmes raisons. Qu'est ce qui rend tout lourd à porter chez **Sepia** ? Son bas ventre pèse-t-il autant que tout ce qu'il s'oblige à faire ? Et, est-il fatigué davantage dans sa tête ou dans ses muscles ?



La fatigue est un beau et vrai sujet pour comprendre la globalité, l'unicité de l'être, la logique du tout qui n'est pas une addition de parties. C'est un beau sujet aussi pour comprendre la spécificité et le caractère unique de celui qui vient chercher de l'aide auprès de nous. C'est dans cette recherche qu'infatigablement nous œuvrons pour chacun de nos patients.



Bonne lecture.

Dr Daniel Scimeca

