

Numéro 20/Septembre 2021

FOCUS: Les fondements de l'homéopathie

Chère lectrice, cher lecteur,

En principe, nous connaissons tous l'homéopathie, mais ACTUEL a souhaité l'approfondir un peu plus dans ce numéro. Nous revenons ainsi sur l'histoire des origines de l'homéopathie et de l'origine du répertoire homéopathique. En outre, chère lectrice, cher lecteur, vous apprendrez ce que le fondateur de l'homéopathie, Samuel Hahnemann, entendait par anamnèse.

Dans la deuxième partie de ce magazine, nous retournons dans le présent: nous avons demandé à un homéopathe comment il procède en tant que thérapeute lors d'une anamnèse. Nous avons également eu l'opportunité de parler à un expert du répertoire.

Enfin, nous consacrons un article au thème de la force vitale. Nous vous montrons ce que vous pouvez faire dans votre vie quotidienne pour renforcer et maintenir votre force vitale, afin de rester en aussi bonne santé que possible et d'éviter de devoir recourir à une thérapie.

Nous avons également rassemblé quelques informations concernant les événements de l'automne. L'un d'entre eux est le symposium SNE intitulé: « La vie intérieure – un miroir de l'environnement ? » qui se tiendra les 1<sup>er</sup> et 2 octobre 2021. L'auteur best-seller Rolf Dobelli et Brigitte Burkhalter (membre du comité d'Homéopathie Suisse) seront notamment présents. Le programme complet et les tarifs sont disponibles sous: [www.fondation-sne.ch/fr/symposium](http://www.fondation-sne.ch/fr/symposium)

Nous vous souhaitons une lecture instructive.

Avec nos cordiales salutations.

Eveline Fuchs et Fabienne Gigandet  
Co-présidentes d'Homéopathie Suisse



Source: istockphoto.com / Fat Camera

## Répertoire et anamnèse en homéopathie

Les fondements de l'homéopathie ont été posés au 18<sup>ème</sup> siècle, lorsque Samuel Hahnemann a tenté de trouver des alternatives à la doctrine dominante. Son objectif était de guérir les maladies de manière douce et sur le long terme.

Auteur: Celestina Heepen

À l'époque de Samuel Hahnemann, l'origine des maladies était considérée comme la conséquence d'un déséquilibre des quatre humeurs: sang, phlegme, bile noire et bile jaune. Afin de rétablir cet équilibre, des saignées, des purges ou des lavements étaient généralement prescrits. Les patients, dont certains étaient déjà affaiblis, mouraient souvent des suites de ces traitements.

Samuel Hahnemann n'était pas convaincu par ces méthodes. Il a cherché de nouvelles approches plus systématiques. Grâce à diverses expériences personnelles, il est arrivé à la conclusion que l'écorce de quinquina pouvait guérir la malaria. Cette dernière provoque en outre elle-même des symptômes semblables à ceux du paludisme chez les personnes en bonne santé. Cette expérience et d'autres menées sur des personnes en bonne santé ont donné naissance au principe « Similia similibus curentur » (le semblable guérit le semblable). Hahnemann a enregistré les résultats des tests dans la *Materia Medica*. Plus tard, il a dressé un répertoire de symptômes, base du répertoire actuel.

Hahnemann n'a pas seulement eu une influence sur l'enregistrement systématique des substances actives, il a également apporté de nouvelles approches à la médecine dans le domaine de la thérapie, telle que l'anamnèse homéopathique. Bien que le terme ne soit pas nouveau, Hahnemann a défini plus précisément la manière dont elle devait être réalisée. Il a mis l'accent sur une approche holistique tenant compte de l'individualité de chacun.

## L'anamnèse du point de vue du thérapeute

De nombreux patients qui reçoivent un traitement homéopathique ont déjà vécu une anamnèse. Mais nous ignorons généralement comment le thérapeute la réalise. ACTUEL a interviewé l'homéopathe Edmond Berrang pour jeter un coup d'œil dans les coulisses de l'anamnèse.

Interview mené par Celestina Heepen  
L'interview a été réalisée en ligne.

Quelle est la procédure pour réaliser une anamnèse en cabinet ?

*Edmond Berrang* : Quand le patient ou la patiente arrive, la première chose que je lui demande est comment il ou elle va. J'écoute attentivement sa réponse. Je ne pose des questions que pour guider la personne. Souvent, pour la première fois depuis de nombreuses années, elle a l'occasion de ne parler que d'elle-même pendant une heure et demie ou deux heures. L'anamnèse aide la personne concernée à mettre de l'ordre dans sa tête et dans sa vie. La première partie de l'anamnèse m'aide à saisir la situation, puis j'essaie de trouver le type constitutionnel du patient, c'est-à-dire son individualité. Souvent, les problèmes des patients résident dans le fait qu'ils répriment quelque chose – c'est ce qu'on appelle la cause. C'est ma tâche de trouver dans l'anamnèse ce qui est réprimé. L'apparition des symptômes peut généralement donner une bonne indication de la cause.

Travaillez-vous avec un questionnaire ? Si oui, pouvez-vous expliquer plus en détail comment vous utilisez cet outil ?  
Je travaille principalement sur le cours de la conversation. Cela signifie que je laisse les patients raconter leur histoire. Grâce à ma conduite de l'entretien, la personne devrait réussir à transmettre les informations et les souvenirs importants. Pour ne rien oublier, j'ai élaboré un questionnaire avec des questions à réponse positive ou négative où je peux cocher la réponse correspondante. Pour moi, le contact visuel est très important dans une conversation. Le patient doit sentir que je l'écoute et que je prends des notes. Les notes permettent également de relever ce qui est pertinent et doit être conservé.

Une fois que vous avez rassemblé les informations pertinentes sur la situation et le type constitutionnel, quelle est la prochaine étape ?

Si la conversation s'est déroulée correctement, le patient ou la patiente quitte le cabinet souriant et soulagé. Il est essentiel de poursuivre cet élan dans la suite de la thérapie. Je ne regarde pas seulement les médicaments que je peux donner, mais aussi les circonstances et les habitudes de vie, car elles font partie de la solution. Si une personne boit



### Portrait :

Né en 1955 ; marié ; curieux, philanthrope, aimant vivre intensément.

A commencé sa carrière comme ingénieur en mécanique et exerce depuis 15 ans le métier d'homéopathe, qui le comble.

20 tasses de café par jour et souffre d'hypertension artérielle, les granules ne peuvent fonctionner que si cette personne réduit également fortement sa consommation de café. Ma thérapie consiste donc, en plus des granules, en un conseil nutritionnel, un conseil psychologique et une hygiène mentale.

Comment identifiez-vous le bon remède ?

Lorsque je regarde mes patients, j'ai déjà une idée des substances qui pourraient être prescrites. Pendant l'anamnèse, j'exclus ensuite de plus en plus de produits. Au final, il en reste deux ou trois. Avec l'aide d'un diagnostic différentiel, je peux enfin déterminer quel remède pourrait être le bon. Je suis mon instinct et j'utilise mon expérience. S'il reste encore plusieurs substances, je commence par celle qui me parle le plus. Mais je garde les autres en tête au cas où la première n'aurait pas l'effet escompté. Après quelques jours, je vérifie avec le patient si cela fonctionne. Si ce n'est pas le cas, j'essaie l'un des autres médicaments que j'avais en option. Mais il ne faut pas non plus changer de substance trop tôt, car elle a besoin de temps pour agir.

Pour conclure l'interview, ACTUEL aimerait vous demander ce que cela représente pour vous d'être homéopathe ? C'est comme d'être Sherlock Holmes. Quand les patients arrivent, je ne sais pas à quoi m'attendre. Pendant l'anamnèse, j'essaie de construire une relation, de les sentir et d'en savoir plus sur eux. Il faut aimer les gens, sinon on ne devient pas homéopathe.

## Réalisation et utilisation d'un répertoire

Les répertoires sont des outils indispensables en homéopathie. Ils aident à trouver le bon remède homéopathique. ACTUEL a découvert comment les répertoires sont structurés et utilisés lors d'un entretien avec l'homéopathe Rémy Schnell.

Auteur: Homéopathie Suisse  
L'interview a été réalisée en ligne.

Nous avons débuté notre entretien en parlant des répertoires en général. Rémy Schnell nous a expliqué qu'il s'agit d'ouvrages de référence pour les remèdes homéopathiques qui doivent permettre de trouver plus facilement les médicaments adaptés. Pour ce faire, les auteurs utilisent des informations provenant de tests de substances et les ordonnent de manière à ce qu'elles puissent être consignées de manière structurée dans un livre. Dans de nombreux ouvrages, les informations remontent jusqu'à l'homéopathe J. T. Kent.

Pour faciliter la compréhension du répertoire, Rémy Schnell nous a présenté un exemple fictif de l'utilisation qu'il en ferait en tant qu'homéopathe. Après une anamnèse détaillée, Rémy Schnell constate que sa patiente a un mal de tête lancinant le matin et que cela s'améliore lorsqu'elle boit quelque chose de froid. C'est le symptôme global qu'il veut traiter. Pour trouver ces informations dans un répertoire, le thérapeute doit les décomposer en plusieurs parties. Le mal de tête lancinant pourrait être une première composante et la douleur atténuée par les boissons froides une deuxième. Lorsqu'il recherche les symptômes individuels, plusieurs remèdes se distinguent. Pour limiter ce nombre, il se concentre uniquement sur les médicaments qui englobent autant que possible tous les symptômes. Dans notre cas, le tableau du remède doit contenir à la fois un mal de tête lancinant le matin et son atténuation par une boisson froide. Les homéopathes peuvent trouver ces informations dans la collection d'images de médicaments connus et décrits dans la *Materia Medica*. Étant donné que, même après ce processus de sélection, il reste plusieurs options, Rémy Schnell examine maintenant de plus près la personne en tant qu'individu. Une personne qui a une aversion pour le lait peut avoir besoin d'un remède différent de celui d'une personne qui a la particularité d'aimer le lait par-dessus tout. Au final, les symptômes pris à part et les caractéristiques d'une personne sont reconstitués pour donner une image globale. Celle-ci doit correspondre le mieux possible à l'image du remède homéopathique.

L'homéopathe a souligné lors de notre entretien que le répertoire est un bon outil, mais qu'il ne remplace pas

l'apprentissage de la théorie et du métier. Si le thérapeute maîtrise bien son métier, il peut remplacer son répertoire par un livre de physique ou d'informatique.

Si le répertoire vous intéresse, vous le trouverez dans l'assortiment d'Homéopathie Suisse. Il s'agit d'un supplément au manuel qui contient les mêmes 28 médicaments. Le répertoire est particulièrement adapté aux non-initiés, car il est rédigé dans un langage facile à comprendre et son champ d'application est limité. Les brèves instructions sur la manière d'utiliser l'ouvrage de référence facilitent également son utilisation.

Vous pouvez commander le répertoire directement auprès d'Homéopathie Suisse : [www.homöopathie-schweiz.org/fr/offres/publications](http://www.homöopathie-schweiz.org/fr/offres/publications) ou par courriel à [info@homoeopathie-schweiz.org](mailto:info@homoeopathie-schweiz.org) (merci de préciser le nombre d'exemplaires et l'adresse postale).



### Portrait :

Rémy Schnell est naturopathe et titulaire d'un diplôme fédéral d'homéopathe. Il travaille dans son propre cabinet à Zurich depuis 2009. Il propose aussi régulièrement des cours pour les professionnels sur les répertoires en ligne. Vous trouverez de plus amples informations sur lui et ses activités sur son site internet [www.praklahom.ch](http://www.praklahom.ch).

## Renforcer sa vitalité

En homéopathie, la force vitale joue un rôle central dans la guérison. Samuel Hahnemann a découvert comment elle peut être renforcée ou au contraire affaiblie.

Auteur: Homéopathie Suisse



Selon les principes de l'homéopathie, la différence entre une personne morte et une personne vivante réside dans la force vitale immatérielle inhérente à chaque être humain. Lorsque la force vitale est affaiblie, la personne tombe malade. Les symptômes de cette faiblesse sont individuels et sont influencés par l'environnement, c'est pourquoi un traitement individuel est également nécessaire. Cependant, la force vitale peut être renforcée par les traitements homéopathiques qui favorisent l'auto-guérison. Samuel Hahnemann a découvert que non seulement un médicament homéopathique adapté peut renforcer l'auto-guérison, mais également un bon mode de vie.

Selon l'organon de l'art de guérir de Hahnemann, « l'élimination des obstacles à la guérison » favorise le processus de guérison : il peut s'agir de certains aliments, d'un air vicié ou de contrariétés. Il existe également des facteurs qui ont un effet positif sur la force vitale.

Selon Samuel Hahnemann, certains facteurs sont considérés comme favorisant la guérison, notamment ceux qui « renforcent l'âme et l'esprit », l'exercice actif en plein air et « une nourriture et des boissons appropriées, nutritives et non médicamenteuses ». Enfin, l'hygiène du sommeil, c'est-à-dire la qualité et la quantité de sommeil, a également une influence sur notre résistance.

## Homéopathie Suisse

Case postale 817, 3000 Berne 8  
Téléphone: 031 306 20 20  
www.homeopathie-suisse.org  
info@homoeopathie-schweiz.org  
IBAN CH75 0900 0000 3002 4221 7

Homéopathie Suisse est une organisation de patients pour l'homéopathie en Suisse. Elle informe de manière globale, transparente et avec qualité sur la médecine douce qu'est l'homéopathie – méthode éprouvée depuis plus de 200 ans. Homéopathie Suisse défend les intérêts de ses membres dans le domaine public et politique.

## Webinaires d'Homéopathie Suisse

19 octobre 2021, 19h30

### Homéopathie?! Homéopathie!

Vous avez toujours voulu savoir ce qui se cache derrière les granules blanches? Alors participez à notre webinaire, au cours duquel les informations essentielles sur l'homéopathie et la thérapie dans la pratique homéopathique vous seront transmises de manière divertissante et compréhensible. Des exemples de la vie quotidienne d'un homéopathe complèteront notre webinaire.

Intervenante : Fabienne Gigandet

Langage : allemand. Le webinaire est gratuit. De plus amples informations sont disponibles sur le site [www.homöopathie-schweiz.org](http://www.homöopathie-schweiz.org)

11 novembre 2021, 19h30

### L'homéopathie pour contrer les infections grippales

Vous apprendrez quels médicaments de votre armoire à pharmacie homéopathique peuvent être utilisés pour traiter en automédication quels symptômes d'infections grippales. Les informations sont illustrées d'exemples de la vie quotidienne et complétées par des trucs et astuces tirés de la boîte à trésors de grand-mère.

Intervenante : Fabienne Gigandet

Langage : allemand. Le webinaire est gratuit. De plus amples informations sont disponibles sur le site [www.homöopathie-schweiz.org](http://www.homöopathie-schweiz.org)

ACTUEL – Numéro 20/Septembre 2021  
Brochure destinée aux membres d'Homéopathie Suisse. Paraît semestriellement (en allemand et en français). Tirage global : 2900 exemplaires. Rédaction: Homéopathie Suisse  
Impression: Mastra Druck AG, Urtenen-Schönbühl