

Le poids de la volonté

Je commence par enlever ma montre. Comme lorsque l'on part se battre sur un ring. Parce que c'est ce que je vais commencer à faire, en écrivant. Me battre sur mon ring pour mettre l'anorexie KO. Je n'ai pas encore écrit de vrai livre, de livre que j'ai envie de publier. Parce que je ne suis pas encore guérie, tout simplement.

En m'attaquant à ce témoignage, c'est à mon histoire que je m'attaque, c'est dans mon passé que je vais fouiller, telle une archéologue, à la quête de la moindre information susceptible de me tendre une perche. Mais je vais aussi parler au présent, parce que vivre dans le passé, ce n'est pas vivre.

Un air de printemps est entré dans ma chambre, dès que j'ai entrouvert la fenêtre, tôt ce matin. Le chant des oiseaux brisait le silence de la nuit, douce et reposante. Le jour se lève. Moi aussi. Mon arbre, celui planté à ma naissance, est en fleurs. Il irradie de rose pâle, toutes ces fleurs qui sont là pour moi me font du bien et en même temps... c'est trop d'honneur. Je ne suis pas une fille compliquée. J'ai juste un cerveau tout anorexifié. J'ai 17 ans, un corps d'enfant mais ce n'est que pour l'instant, et toutes mes dents ! Malgré les années de dénutrition, mon corps a résisté et je suis toujours là. Tant mieux, j'en ai envie. Je ne suis ni petite ni grande, j'ai les yeux marron et les cheveux arabica. J'adore ce mot, et cette couleur. Arabica. Ma tête est pleine d'idées que je ne peux concrétiser, alors en attendant, j'écris.

Nous sommes le 20 avril 2018. Je trouve que dater les moments est très important. Comme ça, des années après, on peut se replonger dans son passé, gravé sur le papier. Fille de papier, je ne suis que ça. Fille de pensées, fille à panser. Je fais la poète. Ma porte est fermée, mais ma fenêtre grande ouverte. Il fait bon dehors, pourquoi se priver ? Je vais aller fouiner dans les méandres de ma mémoire, pour voir s'il m'en reste quelques bribes. Je vais tout vous expliquer.

En sixième, et jusqu'à la quatrième, j'ai connu le système pervers des calories, de l'attention extrême des collégiens sur l'apparence, et le régime. Un en sixième. Je voulais devenir danseuse classique. Et pour être acceptée à l'école de danse de Paris, rêve que je juge maintenant tellement utopique, eux qui ne recrutent que les élites, pourquoi moi, qui n'avais jamais mis un chausson ? Je ne sais pas. Toujours est-il que j'ai vu qu'il fallait peser 40 kilos pour ma taille et mon âge. Je file à la balance. 41. Juste un kilo à perdre, ça va être facile. J'ai fait le fameux régime légumes et fruits, et plus le poids descendait, plus je me sentais bien dans moi. Je n'ai perdu que 3 kilos avant que mes parents ne me menacent d'aller voir le médecin. Hors de question. Durant l'été, j'ai repris mes trois kilos. J'avais peur de mes grands-parents aussi, qui se fient beaucoup à l'apparence physique, et je savais que j'aurais droit aux remarques si je ne reprenais pas. Alors j'ai repris. Et j'ai continué ma vie comme ça. À faire attention. Je pouvais manger de tout, mais pas de gras. Pas de trop gras. Je n'ai donc pas mangé de churros, de hamburger (ce qui n'est même pas gras quand j'y pense), de tacos de toute ma vie, et les beignets se comptent sur les doigts d'une main. Mais je mangeais du sucré, beaucoup de céréales fourrées, ce qui maintenait mon poids à... 41 kilos. Je grandissais un peu plus lentement, mais je grandissais. Et puis un jour, tout s'est écroulé, mon équilibre instable ne tenait plus debout, je me suis effondrée.

J'allais partir seule en Allemagne pendant trois mois. Je devais préparer mon oral blanc d'histoire des arts, et je me retrouvais ensevelie sous une montagne de travail, moi qui étais perfectionniste. Je n'ai jamais autant travaillé de toute ma vie, durant la période

précédant mon départ. Je sentais que quelque chose n'allait plus dans mon alimentation, je le sentais mais je ne le disais pas. Je gardais au chaud mes 41 kilos. J'ai travaillé pour oublier, mais peine perdue. Mon cerveau tourne, j'ai peur, je pense trop, je perds pied. Je n'ai pas énormément de souvenirs de cette période, je me coupais de ma famille pour aller travailler, mon équilibre devenait de plus en plus fragile, mais je tenais bon. J'essayais.

Sandrine, ma mère

Je sentais que quelque chose n'allait pas moi aussi. Je devais te demander d'arrêter de travailler, te disant que pour un oral de 10 minutes que tu maîtrisais à la perfection, tu n'avais pas besoin de travailler autant, que tu étais déjà prête. Je savais que je n'allais plus te voir pendant 3 mois et j'étais triste que tu t'enfermes dans ta chambre et que je te voie si peu. En même temps, j'étais malheureusement fière d'avoir une fille bosseuse alors que je travaillais avec des élèves bien souvent paresseux.

J'avais bien compris que tu nous faisais payer le fait de t'envoyer en Allemagne en restant dans ta chambre mais j'étais tellement persuadée que tu nous remercieras par la suite de cette aventure inoubliable que je me disais que ce n'était pas cher payé.

Côté alimentation, honnêtement, je ne m'étais rendu compte de rien.

Ma sœur et moi avons toujours été très proches, mais par souci de confidentialité et de respect de son souhait, je ne la nommerai pas. Elle était là, toujours, sans changer. Sans que je ne remarque son évolution du moins. Parce qu'elle a changé ma sœur, beaucoup changé durant ces semaines qui ont précédé le départ. Moi, rongée par la peur et l'appréhension ; elle, par le manque et l'abandon. Je travaillais. C'est tout. Je me baladais jusqu'à l'église du village, je priais la Vierge Marie, petite statue en plâtre. Je serrais ses mains froides, je regardais son visage inexpressif, et je priais. Je ne sais plus pourquoi, mais je priais. Et je retournais dans mon antre, je retrouvais mes feuilles, mes stylos, mes exercices et mes leçons.

Je me souviens d'un cours de maths, j'étais assise devant, à côté d'un garçon, en quatrième, peu avant de partir. J'écrivais et il m'a dit : « *T'as vu comme ils sortent les os de main. C'est chelou !* » J'ai regardé ma main. Non, ils ne sortaient pas tant que ça, ça allait. Ils auraient pu saillir plus. Être plus voyants. Mais non, ils étaient juste *chelous*. J'allais m'en contenter.

Et puis vint le jour du départ. Jour redouté, retardé, jour qui m'a hantée pendant des soirées agitées, jour qui m'a souvent fait pleurer. Le 17 avril 2015, je fais mes valises pour partir. Un énorme sac à roulettes noir, rempli à craquer. Mes yeux aussi étaient remplis de larmes, prêts à craquer. Mais j'ai tenu bon jusqu'aux adieux. Là, c'était trop pour moi. Le matin, je suis allée chez la coiffeuse. J'ai coupé au carré. Moi qui aimais tant mes cheveux, j'ai raccourci d'une vingtaine de centimètres. Qu'est-ce que j'avais à perdre, il y avait bien pire de toute façon. La coiffeuse m'a dit que mes cheveux étaient secs. Ma mère a insisté pour m'offrir ce produit miraculeux qui promettait de superbes cheveux forts et puissants. Je n'ai pas pu l'empêcher d'acheter ce produit. Je l'ai mis dans ma valise et utilisé qu'une fois ou deux, là-bas. Je ne pouvais m'y résoudre. Nous sommes rentrées à la maison, avons mangé. Et puis, il a fallu partir. Mon sac était prêt, j'avais pris ma liseuse, mes doudous, beaucoup de gris-gris et des stylos. Des timbres, du papier, des vêtements, des cahiers. Et le plus lourd, ma peur, ma hantise, ma peine, mon manque, mon déchirement. J'ai porté tout ça bien plus longtemps que mes valises. J'ai gardé ma peur au fond de mon ventre.

Le trajet en voiture était beaucoup trop court. En arrivant, je trouve un emballage de sucette goût banane, et je ne peux m'empêcher de penser que je ne l'ai pas, celle-ci, dans ma collection. Oui, je collectionnais les Chuppa Chups. La valise ne pesait rien, c'est mon père qui la traînait. Moi, j'avais mon sac noir Eastpack, conçu pour résister aux voyages et aux lourds transports. Il a résisté, pas moi. Il est en ce moment à côté de moi. Vide, béant. L'heure du départ arrive trop rapidement, je ne veux pas faire les adieux. Mon père m'a acheté une tablette de chocolat Rittersport au praliné, avec un bel emballage bleu

foncé. Trois mois plus tard, il était intact. Normal, c'était un des dizaines de porte-bonheurs que je gardais près de mon lit. Sur la barre en bois qui séparait mon lit du lit voisin, collé au mien mais inoccupé. Nous avons tourné dans l'aéroport, mon père nous a acheté une salade de fruits, à ma sœur et à moi. Un écran géant diffusait une musique dont je me souviens encore. C'était une jolie voix de femme qui chantait, avec une note de désespoir, que je ne percevais peut-être que grâce à ma peine. « *Je ne tiens pas debout, le ciel coule sous mes pas, je ne tiens pas debout, sous mes pieds, le ciel revient...* » Je ne pense pas que ce soient les paroles exactes de la mélodie, ce sont celles que j'ai retenues et que je tape trois ans après. Je ne veux pas raconter le départ, pas ce moment, pas ce soir. Je vais aller me doucher, et essayer de prendre un maximum d'air pur et printanier dans mes poumons. Parce que c'est bon. Je me souviendrai de ça plus tard. Après manger peut-être, ou alors demain. Je ne me souviendrai que si je veux me souvenir exactement. Et je ne veux pas bâcler ce travail. Non, je vais raconter avec une précision exquise, délicate, sournoise. Je vais faire venir l'anorexie comme elle est venue, lentement, mesquinement, avec fourberie et leurres. Vous verrez comme elle sait bien y faire.

L'avion est arrivé, prêt à ce que les passagers embarquent. C'est un petit avion, une vingtaine de places, à peine. Les au revoir sont déchirants. Je ne peux retenir mes larmes, larmes de rage et de désespoir, larmes de peur et d'appréhension, larmes de peine et d'abandon. Les étreintes durent, les regards s'accrochent jusqu'au dernier moment, les mots d'amour pleuvent. Mais c'est dans mon cœur qu'il pleut. Il y fait sombre, noir, de gros nuages noirs d'orages s'amoncellent vers mon cœur. Je passe les bornes de contrôle. Je ne sonne pas. Je reprends mon sac, ma ceinture. Et j'essaie d'apercevoir une dernière fois le visage maternel, ça marche. Je ne suis pas le flot de passagers, je regarde, encore et encore.

Sandrine

Je ne me souviens pas du trajet en voiture entre la maison et l'aéroport de Lyon.

À l'aéroport, j'ai été étonnement surprise par l'entrain que tu montrais. Je me disais que finalement, tu étais un peu contente de partir. Puis finalement, au passage des portiques, tu t'es mise à pleurer et moi aussi. Ensuite, on a essayé de te voir de l'autre côté de la douane, sans succès. Nous sommes restées sur le parking longtemps, jusqu'à ce que ton avion décolle et s'en aille pour de bon. Je me sentais vide.

Une femme qui part à Francfort me demande si tout va bien, où je vais. Oui, tout va bien. Je vais à Backnang, dans le cadre d'un échange linguistique. Mes parents et ma sœur vont me manquer, c'est pour cela que je pleure, mais ne vous en faites pas, ça va aller. Bon voyage à vous. Je m'adosse au mur une minute pour reprendre mes esprits. Peine perdue. C'est toujours le visage inondé de larmes que je me dirige vers la dernière porte d'embarquement, où quelques personnes attendent sur les sièges que l'on nous autorise à monter. Beaucoup plus d'hommes en costume que de femmes. Voyage business. Un jeune, une vingtaine d'années sans doute, aux yeux bleu clair, attire mon attention. Il ressemble au portrait mental que je me fais du personnage principal de la série que j'étais en train de lire. *L'étalon noir*, ça s'appelle. Et lui, on dirait exactement Alec Ramsay. La ressemblance me frappe, et comme je suis désormais seule sur mon siège, à serrer les accoudoirs au lieu des mains de ma mère et de ma sœur au décollage, je le regarde. Et j'imagine qu'il va m'accompagner par la pensée dans ce voyage, j'imagine que c'est mon grand frère protecteur, j'espère que je ne suis pas seule, pas totalement. Le vol dure à peine une heure. Les bagages défilent, je ne réfléchis pas, je prends ma valise, et, après avoir vérifié que j'avais tout, je marche vers ma famille d'accueil. Je marche avec automatisme. Je réponds avec automatisme à ce que je comprends. Mais souvent, *ich verstehe nicht*. Non, je ne comprends pas ce trou dans ma poitrine. Je ne comprends pas cette sensation d'être véritablement à cœur ouvert. Je

ne comprends pas pourquoi je souffre autant alors que je n'ai aucune plaie visible. Ma plaie est intérieure, ma plaie est profonde, ma plaie est immense. Ensemble, enfin, eux et moi, car mon esprit est loin, très loin, nous rentrons chez eux. Je découvre le TER allemand, appelé *S-Bahn*, que je prendrai tous les matins pour aller au collège. Que je prendrai tous les matins après deux kilomètres de vélo qui, au fur et à mesure, me paraîtront toujours plus durs et plus longs, si bien qu'à la fin du séjour, c'est souvent avec des larmes d'épuisement aux yeux que je les finissais, ces deux kilomètres. Puis, nous arrivons à la maison.

— Tu es ici chez toi !

— Merci beaucoup.

Je traduis en français, car les paroles ont été prononcées en allemand. Au début, je ne comprenais pas grand-chose, puis avec le temps, c'est venu tout seul. Surtout le *Ich habe kein Hunger mehr*, qui veut dire que je n'ai plus faim, merci. Même après une demi-saucisse au fromage et une tomate. Non, vraiment, je n'ai pas faim. La première semaine a été extrêmement dure. J'avais une telle peine, un tel manque, une telle douleur que la boule dans ma gorge ne désenflait pas, j'avais toujours ce creux en moi, un creux sans fond. Je pleurais, pleurais, pleurais. Et puis, après beaucoup de messages, j'ai fini par comprendre que personne ne viendrait me chercher, que ces trois mois, je devais les passer. Seule. Alors j'ai tracé un calendrier qui me séparait du jour béni où ma famille viendrait me chercher. J'ai imaginé mille fois les retrouvailles, par la fenêtre. Une grande fenêtre modèle du nord, sans volet et inclinée. Je m'y installais au début, quand m'asseoir sur le bois ne me faisait pas trop mal. Puis je prenais le fauteuil, et je lisais en français des heures durant. Les Marc Levy et beaucoup de Guillaume Musso sont passés sous mes yeux vides. Le premier week-end, nous sommes allées dormir chez une amie de ma correspondante. J'avais eu beaucoup de mal à m'adapter à ma nouvelle chambre, en changer encore me semblait insurmontable. Mais quand on est une correspondante sympa, on ferme sa bouche et on suit. J'ai pris mes porte-bonheur les plus précieux : une photo de mes parents, et un doudou canari jaune, et j'ai découvert une autre

maison. Un appartement, beaucoup plus petit. L'amie était très gentille, elle avait fait du pop-corn, de la pizza et il y avait même des biscuits apéritifs. Moi, ce que j'avais repéré, c'était les pommes toutes luisantes sur le buffet. Une petite part de pizza au maïs et une pomme. Et *James Bond*, mais en allemand et la première semaine, je n'ai rien compris. J'ai dormi avec elles, sur le canapé king size de ses parents.

Le lendemain, c'était la confirmation de la meilleure amie de ma correspondante. Là encore, j'y suis allée, j'ai regardé les gâteaux gigantesques qui s'entassaient derrière les convives, j'ai décliné des offres de pains, de plats, de bavardages. Ils ont ri, fait des photos, mangé et bu, puis dansé et chanté. Un mois plus tard, c'était au tour de ma correspondante de faire sa confirmation. J'étais déjà fatiguée. J'avais déjà lu une dizaine de livres sur ma liseuse, je parlais déjà mieux allemand et j'avais mes marques dans la maison. J'ai aidé à la confection des petits sablés en forme de fleur et tartinés de Nutella. J'en ai tartiné pas mal, de ces sablés. J'en ai aussi chapardé trois pour les montrer à ma famille quand elle viendrait. Le repas était grandiose, les invités, tous très bien habillés. Deux femmes étaient même en costume traditionnel. Tous ces gens réunis, cela devait être beau, mais je ne me souviens pas avoir éprouvé quelque chose. A part une vague de culpabilité quand je mangeais mon fondant au chocolat. Je ne me souviens pas l'avoir terminé. Une fois l'euphorie festive et post-festive passée, la vie a repris son cours. Les cours commençaient à 7 heures 45, nous partions à 7 heures 10 de la maison, je crois. Ma corres' mettait tout le temps la musique au petit déjeuner. J'étais irritable à ce moment-là, et je ne voulais pas de sa musique. Mais qui étais-je pour demander d'éteindre le poste ? Et qu'aurais-je eu de mieux à dire ? Rien. Alors je fermais ma bouche et je me concentrais sur ce que j'avalais. Deux petits pains au Nutella. Puis un seul à la confiture. Puis du muesli, après le voyage en Croatie, sur lequel je reviendrai plus tard. Puis deux tranches de pain avec une pointe de confiture. À 120 calories. Parfait. Le dernier cours prenait fin à 12 heures 55. Parfois, nous avions cours l'après-midi, parfois non. Je détestais avoir cours l'après-midi, nous finissions tard et j'étais