

Préface

Adolescente, j'affronte la séparation de mes parents. Je ressens une grande douleur, un immense vide et un chagrin profond. Trop vulnérable pour me confier, je compense en perdant et en prenant volontairement des kilos. Pour moi, ce drame familial est la cause de l'anorexie mentale et de la boulimie dont je suis la proie.

Souvent, je pense mourir tant mon esprit joue avec ma vie. Je porte en secret ce lourd fardeau pour continuer ma lutte infernale. Alors que tout espoir de guérison s'envole, le déclenchement soudain apparaît. Je réussis à trouver mon « chemin de vie », celui qui me mène vers la délivrance et la sérénité.

Je souhaite vivement que ce livre reconforte jeunes et moins jeunes qui doutent, qui se murent dans le silence pour ne plus laisser s'exprimer que les maux physiques. Je veux leur apporter confiance et soutien.

Écrire pour exister

Depuis quelques années, l'envie d'écrire cet ouvrage me tient à cœur, pourquoi attendre ? Sans doute me manque-t-il l'instant de certitude que l'on ressent à un moment bien précis. Elle se manifeste un jour, alors que j'attends patiemment mon tour chez le coiffeur. Machinalement, je feuillette un magazine et tombe sur le témoignage intéressant, émouvant et poignant d'une maman qui élève seule son jeune enfant en situation de handicap. Elle est pleine d'amour. Dévoiler son histoire aux yeux de tous la rend extrêmement forte aux miens. Je ressens sa libération en la lisant. Face à un monde indifférent et cruel, la souffrance des autres me touche. Je relève l'adresse de la revue. Je sais que c'est mon point de départ et tente, à mon tour, de faire publier mon histoire. Peut-être la chance est-elle là pour moi aussi.

Rentrée chez moi, je rédige quelques lignes succinctes sur mes années d'anorexie-boulimie. Seront-elles lues ? Aurai-je une réponse ? Je doute. Je pars du principe que pour faire évoluer les événements, je dois les provoquer tout de suite. Comme dans un pari fou, dès le lendemain, j'expédie ma lettre.

Les semaines passent. Je feins d'oublier cet envoi. Je considère que c'est peine perdue et que mes écrits ne retiennent l'attention de personne.

Deux mois s'écoulent. À ma grande surprise, je reçois une réponse. Une journaliste souhaite s'entretenir par téléphone avec moi. Éventuellement, elle pourrait se déplacer afin de faire ma connaissance, et peut-être rédiger un article qui paraîtrait dans une prochaine rubrique. Tout est hypothétique...

Valérie me téléphone effectivement et nous échangeons pendant plus d'une heure. Alors que je lui dévoile mon passé secret, elle m'offre une écoute d'une qualité rare. Personne ne m'a fait ce cadeau auparavant. Pourtant, il m'arrive d'être embarrassée et gênée d'aborder certaines scènes qui me rendent honteuse, mais, bien vite, elle me redonne le courage nécessaire à la poursuite de mon récit.

Quelque temps après, on se retrouve chez moi. Elle m'honore de sa présence pour la journée. C'est la première fois que je m'entretiens devant un magnétophone. Je suis très intimidée. Me confier à elle est une chance inouïe à saisir. Je raconte tout à cette inconnue devenue si proche. Pourtant, il m'est très difficile de mettre des mots sur ce qui est resté enfoui dans ma mémoire pendant si longtemps.

Cet échange me procure un bien immense ! Ce jour, quelqu'un connaît mon passé, un passé misérable, certes, mais un passé qui prend sens et, puisque je réussis à capter l'attention de cette journaliste, la balle est dans mon camp ! Je savoure cette première victoire sur moi-même, sur ma honte et ma peur d'avouer mes faiblesses physiques et morales.

Plus tard, Valérie me contacte et m'annonce qu'elle fait paraître son article, qu'un exemplaire va me parvenir et qu'il ne faut pas que je sois surprise de découvrir que les lieux et les personnages sont modifiés, respect de l'anonymat oblige. Je suis radieuse.

Maintenant, je dois prendre mon courage à deux mains pour réaliser mon souhait le plus profond : écrire mon livre. Cet objectif me paraît

possible à atteindre. Je dois aller plus loin. Je suis enfin prête à révéler mes secrets.

Cette force intérieure me pousse à révéler onze années de souffrances. Je désire me débarrasser de ce lourd fardeau et veux y mettre fin une bonne fois pour toutes.

L'anorexie mentale et la boulimie qui me frappent en 1975 sont considérées, à mon sens, comme des maladies incurables et dégénérescentes. Je suis intimement convaincue qu'il m'est imposé de poursuivre ma route seule, inlassablement seule, en portant ma croix. Ne rien dire et ne déranger personne sont mes maîtres mots tant j'ai peur d'être incriminée. Je suis sottement châtiée par manque de communication : une parole aurait suffi !

Cette peur intense et injustifiée qui me colle à la peau m'a fait basculer dans un monde à part, un monde que je me suis créé et où je me perds, tête baissée, le regard tourné sur moi-même.

Aujourd'hui, le suivi d'un patient va bien au-delà de ce que j'avais espéré à l'époque de mes quinze printemps. Le succès est souvent au rendez-vous. La prise en charge de ce type de pathologies a progressé, je le reconnais et j'en suis heureuse. Les spécialistes et les familles entourent les malades de très près.

Pendant ma jeunesse, je me persuade que la folie s'empare de moi. Malgré mes pleurs et mes angoisses endurés dans la solitude, je réussis à comprendre qu'il me faut absolument écrire, quel qu'en soit le prix affectif. C'est devenu vital pour moi et cela s'impose comme une obsession. Comment affronter ces années morbides avec autant de hargne sans aboutir à ma revanche ? Je crois que tout le temps, dans mon périple douloureux, le Seigneur me suit et me soutient pas à pas. Quand je suis prête à tout abandonner, à m'ôter la vie, il est présent pour me redonner espoir et courage. Je suis certaine qu'il me faut témoigner avec la plus grande simplicité auprès des personnes

touchées par ce handicap dominateur. Je ressens leur calvaire, je vis leur souffrance, je me consume comme elles lorsque j'écoute leurs témoignages bouleversants. Mon vécu m'envahit à nouveau avec une intensité toujours plus vive.

La maladie a pris fin il y a trente-deux ans, c'est certain, mais mon émotivité reste très vive. À chaque émission télévisée, je ne peux m'empêcher de repenser à mes souffrances d'autrefois et, dans ce cas, je pleure mes années gâchées, mes ambitions professionnelles laissées en suspens, les sorties entre copines, les premiers émois, tous ces moments privilégiés importants à découvrir pendant l'adolescence. Quel gaspillage !

Autrefois, j'ai franchi toutes ces étapes trop vite. Pour me réinstaller dans un temps apaisé, je ne choisis pas l'écriture, c'est elle qui le fait pour moi. Je ne m'y destine pas, mais je m'aperçois que les phrases me viennent automatiquement, sans grand effort de concentration.

Un sentiment de bien-être intense se manifeste quand ma plume et ma feuille se rencontrent. Ces moments épistolaires sont privilégiés et pleins d'émotions. Forte de ma volonté d'aider les autres, je savoure la chance de me sentir utile, de donner un peu de mon temps. J'ai des souvenirs qui attendent impatiemment de sortir les uns après les autres de ma mémoire pour donner un sens à mon vécu.

Il me faut remonter bien des années en arrière.

À l'origine, papa ?

Lorsque nous arrivons à Évreux après maintes mutations, nous logeons dans un petit immeuble de quatre étages, entouré d'équipements sportifs. À peine plus loin, quelques arbres nous tendent leurs branches et nous appellent avec mes amis, pour jouer à Tarzan. Comme j'apprécie cet endroit ! Je suis heureuse, entourée de ma famille et de mes camarades ! C'est mon paradis, celui que j'imagine. Il m'arrive souvent d'implorer le Bon Dieu, je le supplie de ne plus nous faire déménager. Le besoin de me fixer ici définitivement est ma principale préoccupation. J'ai trouvé ma région, mon quartier, mes amis, mon « chez-moi ». Sitôt mes devoirs achevés, je pars jouer dehors. Bien des fois, je pense avoir une chance inouïe par rapport à d'autres enfants qui n'ont que leur balcon pour être à l'extérieur.

Je fais rapidement partie d'une équipe de basket. Je m'adonne à ce sport avec persévérance. Je suis devenue une bonne joueuse et suis même championne de Haute-Normandie. Le club est fier de mes performances. Il me réserve un week-end renforcé, destiné à faire percer les jeunes espoirs. Je suis très touchée de cette attention et intensifie mes efforts pour progresser encore plus vite.

Bien au sport, bien avec mes amis, je souffre tout de même d'un manque d'informations, d'un changement dont mes parents ne me parlent pas. Je deviens adolescente et différente. De ce fait, il me faut être autonome pour grandir également dans ma tête. Je rougis pour un

rien. Les garçons de mon âge me mettent mal à l'aise. Quand ils posent leur regard sur moi, je suis embarrassée. Au fil des saisons, je grandis. Mon aspect extérieur change, aussi, je dois comprendre, seule, la métamorphose de cette chrysalide en papillon. En revanche, la gestion de mon corps en mouvement sur un terrain ne pose pas de problème, aussi je m'améliore, malgré ma petite taille. Mes coéquipières et moi formons une équipe soudée. L'amitié se crée. C'est en partie ce qui nous vaut tant de victoires.

Les vacances d'été approchent à grands pas. Mon père officie comme cuisinier pour les centres de vacances. Je pars donc en colonie et savoure déjà ces moments privilégiés, les activités en collectivité, les soirées à préparer des pièces de théâtre ou encore les batailles de polochon. Que de bons souvenirs ! Il investit dans un camion aménagé installé près d'un camping au bord de la mer, à quelques kilomètres de la colonie. Il y prépare couscous, paëlla, pizzas et saucisses frites. Ma mère l'aide à la plonge et aux menus travaux. Avec les moniteurs, nous ne manquons jamais de faire un détour par leur camion avant d'aller nous baigner. Ma mère nous régale de frites chaudes et croustillantes. Leur générosité me rend fière vis-à-vis de toutes mes copines. Je leur vole en hâte un baiser, leur promets de repasser le plus vite possible.

Mon père engage une femme pour le seconder en cuisine. Je la trouve gentille, plutôt charmante. Il m'arrive de lui rendre visite dans sa chambre. Nous parlons, assises sur son lit. Elle coiffe mes longs cheveux et me parfume d'eau de toilette. Un jour, elle m'offre une peluche, un petit lion que je prénomme Titus. Il lui arrive d'aider mes parents au camping, ce qui me semble logique et fort généreux de sa part. À eux trois, ils forment une équipe de choc.

Les semaines passent, la colonie prend fin et je regrette déjà les bonnes copines que je laisse derrière moi. Nous retournons à l'appartement où je retrouve mes amies. Nous avons des tas de choses à nous raconter, des confidences, des secrets à dévoiler.

Puis, des tensions inhabituelles voient le jour entre mes parents. Elles empirent au fil des mois. Mon père s'absente de longues heures et, lorsqu'il rentre, il paraît détendu, presque jovial. Un des membres de l'équipe de choc des vacances a rompu l'unité. Il m'est insupportable d'assister à leurs querelles. Je me sens d'autant plus mal que je ne peux m'empêcher de penser que j'en suis la cause. Plus d'une fois, je leur crie de cesser leurs disputes, je sanglote en me bouchant les oreilles pour atténuer le bruit de leurs hurlements. Je cherche refuge auprès de mes copines et reste secrète sur l'atmosphère pesante qui règne chez moi, bien que les altercations répétitives ont dû leur mettre « la puce à l'oreille ». Je préfère souffrir de cette ambiance en silence plutôt que de m'en ouvrir à qui que ce soit. Ces épreuves sont très douloureuses à vivre. Je souffre du manque de présence de mon père pour qui j'éprouve une douce tendresse. Pourtant, il me délaisse. Même si nos contacts ne sont que superficiels, il reste le père que j'aime énormément.

Mon ballon de basket est mon allié. Je m'entraîne intensivement, expulsant par ce biais l'agressivité accumulée qui bout en moi. Je cours jusqu'à perdre mon souffle pour oublier, l'espace d'un instant, le climat tendu à la maison. Ensuite, exténuée, je m'allonge, le corps inerte, et ferme les yeux un long moment. C'est ma façon de reprendre des forces afin de me ressourcer.

Mon mal-être me préoccupe beaucoup. Pourtant, je tombe sous le charme d'un de mes voisins. Il habite dans mon immeuble. Je l'épie derrière les rideaux du salon. Il fait partie d'une équipe de football et s'entraîne sur le mur du gymnase à lancer son ballon avec une telle force que je l'imagine très musclé. Je suis âgée de quinze ans et je vis mes premiers émois. Il m'est difficile de les exprimer et ils me rendent « bizarre ». Je le trouve très sexy avec son caleçon moulant ! Dès qu'il tourne la tête, je lâche prestement le rideau de peur qu'il ne m'aperçoive. J'éprouve un sentiment mêlé de peur et de honte à l'aborder. Cette timidité qui me colle à la peau m'empêche de lui

parler. Je préfère rester en retrait et apprécier ses gestes sportifs de loin.

Un jour, mes sœurs et moi faisons le tour du stade. La journée est belle et Laurent s'entraîne au tir à l'arc. Elles l'abordent gentiment et se mettent à discuter avec lui. Je reste à l'écart et sens mes joues devenir écarlates jusqu'à ce qu'il me propose de me faire essayer son arc. M'a-t-il remarquée ? Que dois-je faire ? Je m'approche pendant que mes sœurs s'éloignent. Elles se retournent de temps en temps, un sourire aux lèvres. Elles comprennent mon attirance pour ce garçon. Laurent me tend l'arc, ajuste mes mains à son niveau, les siennes autour des miennes. Nos deux corps sont au contact l'un de l'autre. Je ressens comme une brûlure au cœur. Je suis sereine, heureuse d'être enlacée. Mes jambes sont en coton. « *C'est donc ça l'amour* », pensai-je. Ce jour-là, il ne se passe rien de compromettant entre nous, juste le doux regard de ses yeux clairs sur moi.

Il se destine à être instituteur. Quant à moi, je souhaite devenir coiffeuse. Nous sommes en fin d'année. Il faut trouver une école susceptible de m'accepter. Maman, très abattue, ne se soucie pas de mon inscription. Par chance, une voisine qui se rend régulièrement chez le coiffeur évoque devant le patron mon goût pour son activité. Il accepte de me prendre en apprentissage. Je vais donc pouvoir exercer dans un établissement dès la rentrée suivante.

Un matin, mon père nous rend visite. Il nous apprend qu'il démissionne du lycée pour se consacrer entièrement au restaurant qu'il ouvre bientôt. Notre déménagement est imminent : les nouveaux locataires doivent emménager rapidement. Toute la famille ressent la même chose : le monde s'écroule autour de nous, générant un sentiment de tristesse, de désespoir et d'abandon.

Nous nous retrouvons au septième étage d'un immeuble sinistre dans une cité qui « grouille » de monde. Où est passé mon petit coin de paradis ? Qu'en est-il de mes repères ? Décidément, rien ne va plus

en moi. J'ai du mal à accepter ce chamboulement : je laisse derrière moi des années de bonheur et de réelles amitiés avec mes copines. Je comprends que dorénavant, ça ne sera plus jamais comme avant et qu'il me faut faire front avec beaucoup de courage. Je vis mal la séparation de mes parents et la perte évidente d'un père qu'il me faut partager. Je me bats contre une culpabilité incompréhensible : je crois que j'intègre en moi des fautes qui, en réalité, ne m'incombent pas.

Je suis malheureuse et personne ne s'en soucie. Ma sensibilité et mon émotivité sont « à fleur de peau ». Elles me laissent dans un désarroi indescriptible. Je dois y faire face seule ou presque, car Laurent vient me rendre visite.

Nous sommes intimidés à chaque moment de nos retrouvailles. Nous ne savons ni que dire ni que faire pour entamer une conversation cohérente. Au fond de nous, notre seule envie est de nous embrasser, d'échanger un de ces baisers qui enflamment et transportent un long moment. Je suis inexpérimentée pour évoquer cette volonté si forte qui envahit tout mon corps. Pourtant, un jour, je l'invite à s'asseoir. De nouveau, nos regards restent figés, mais il prend l'initiative de m'attirer vers lui. C'est la première fois qu'un garçon m'embrasse. Nos bouches se rapprochent et, dans ses bras, je perds toute notion de temps et de tristesse. À cet instant magique, mes angoisses s'envolent.

Le syndrome de la « grosse bonne femme »

Je commence à travailler comme apprentie coiffeuse. Au centre d'apprentissage, les cours sont intéressants et les professeurs dynamiques. Je trouve de quoi travailler dans de bonnes conditions. Au salon, c'est un peu différent. Les premiers jours sont éprouvants. Je suis testée : on me détaille de la tête aux pieds. Qu'est-ce que je peux valoir ? Je suis vulnérable, les ennuis familiaux altèrent mon état de santé, mais je m'efforce de bien travailler...

La vie que je subis – plus que je ne la vis – m'obsède : vais-je plonger dans la dépression ou la consommation d'une quelconque drogue ? Laurent a beau être très présent, je garde en secret cette souffrance qui me consume à petit feu. Dans la famille, on ne se plaint jamais. Par conséquent, je ne me plains pas non plus.

Au bout d'une semaine, le patron ordonne que l'on me coupe les cheveux que je porte mi-longs. Ils sont d'un noir corbeau, soyeux et vigoureux. Élodie se fait un plaisir de m'ôter cinq centimètres et Carine, l'autre apprentie, s'applique à me les sécher en brushing. Jamais auparavant je ne suis entrée dans un salon de coiffure. Mes sœurs, avec des ciseaux de fortune, coupaient les pointes disgracieuses et les mèches rebelles, mais je dois avouer que les soins capillaires dont je bénéficie pour la première fois sont fort plaisants. Être « bichonnée », sentir des mains me masser le cuir chevelu, la douce chaleur du séchoir dans la nuque me donnent l'impression d'exister.

Le soir, lorsque le temps le lui permet, Laurent m'attend à la sortie du salon. Nous passons de longs moments, seuls, main dans la main. Puis il me raccompagne sur sa moto. Près de l'immeuble, nous nous séparons avec un dernier baiser. Plus tard, il s'achète une voiture d'occasion. C'est une R5 rouge-orangé. Le week-end, nous allons en forêt. Il m'apprend à conduire, c'est folklorique ! Je cale tant de fois que nous finissons par laisser la voiture sur le bas-côté et par marcher. Nos grandes balades sont interrompues par de tendres baisers. Je suis heureuse d'être avec lui. Sa présence, sa douceur et sa patience m'apportent beaucoup. Pourtant, je l'éconduis vivement plus d'une fois sans aucune explication, puis je regrette mon geste impulsif et non fondé.

Bien que bouc émissaire quand mes idées noires surgissent, il a le don de me redonner le sourire. C'est un amour de garçon. Je sens monter le désir en lui, mais jamais il ne me force. Il attend sagement que je sois toute à lui. Notre amour est sincère, il n'y a pas d'étape à brûler avant le grand frisson qui doit être pur et franc. Nous le comprenons tous les deux. Pourtant, les jours que nous passons ensemble n'ont pas toujours la même saveur. Certains d'entre eux sont froids comme de la glace. Les autres merveilleux : je me blottis contre lui, en quête de baisers et de câlins. Avec toute la tendresse du monde, il répond à ma soif de douceur avec la plus noble des décences. Chacun de mes actes est égoïste. Je cherche une réelle identité. Je suis encore très jeune, ignorante de l'amour. J'ai peur de l'attachement, sans doute, et de l'abandon qui peut suivre. Laurent l'a-t-il compris avant moi ?

Je commence à me débrouiller dans le domaine de la coiffure. Carine et moi sommes complices. L'équipe m'adopte.

Le vendredi et le samedi, le salon est ouvert sans interruption. Aussi, pour rendre service aux coiffeuses et à la manucure, je prends l'habitude d'aller chercher des sandwiches au café le plus proche où

la serveuse me prépare, en hâte, le menu de chacune. À cette époque, j'ai bon appétit. Au fil des semaines, des remarques désobligeantes de la coloriste me tourmentent. Elle me prédestine à devenir « *une grosse bonne femme* » tant je mange. Ces phrases résonnent dans ma tête jusqu'à en devenir obsessionnelles. Je n'arrive pas à m'en défaire. Je dois réagir... et limiter mon alimentation.

Progressivement, je supprime tout ce qui peut me faire grossir pour ne plus manger que des « rations de survie ».

Au secours !

Je salive à la vue d'une pâtisserie ou d'une tablette de chocolat, mais je décide de bannir à jamais ces douceurs de mon alimentation. C'est le prix à payer pour ne pas prendre de poids. Grossir devient une obsession, alors que mes 43 petits kilos me rendent sans doute laide à faire peur. Je suis inconsciente de l'impact de ces privations sur ma santé. En revanche, mon corps échappe à ma volonté et me pousse à réagir.

Un soir, affalée sur mon lit et prise d'une insatiable envie de manger, je fonce dans la cuisine, ouvre le réfrigérateur et dévore goulûment trois tranches de jambon, du pain et du beurre. Je sors une poêle à la va-vite, me cuisine des œufs dans du beurre et sauce son contenu avec une vitesse inimaginable. Le temps d'une courte pause, je reprends mon souffle. Rien de cela n'est prémédité. Mon corps réclame ce qui lui est dû. En prenant conscience de l'énormité de ma bêtise, je reprends mon opération d'engloutissement. Il n'est plus question de faire marche arrière tant ces aliments consistants sont savoureux. Que m'arrive-t-il ? Comment se fait-il que cette nourriture ne parvienne pas à me rassasier ? Pourquoi me faut-il me remplir jusqu'à l'écoeurement ? Je m'empiffre tant que mes rots ont une odeur nauséabonde. Aussitôt, je culpabilise, mais il est un peu tard.

Le réfrigérateur est quasiment vide. Que dire à ma mère ? Quel stratagème employer pour qu'elle ne se rende compte de rien et

surtout pour ne pas avoir à en parler ? Je prends un peu d'argent dans mon sac (mon apprentissage me rapporte 300 francs par mois et ma mère ne me demande pas de participation aux frais de la maison) et profite de l'heure qui me reste avant son retour pour masquer mes méfaits alimentaires. Je viens de m'installer dans le mensonge et le désespoir de ne jamais être heureuse de vivre, en bonne santé et équilibrée comme avant.

Je n'ai jamais fait attention à mon apparence ni à mon poids et, subitement, je ne sais plus me fixer de limite : je passe d'une diète sévère à un excès de nourriture. Qu'est-ce qui peut m'inciter à me comporter de la sorte ? Est-ce ma façon de crier au secours ?

Tantôt je jeûne, tantôt je me goinfre. Tantôt je suis anorexique, tantôt je suis boulimique... Les crises de boulimie peuvent durer plus d'une semaine. Je ne veux voir personne tant je suis bouffie : j'ai des bourrelets au ventre, mes cuisses sont gonflées de cellulite et je ne parviens pas à fermer mes pantalons. Je rejette l'image que le miroir me renvoie. J'entame alors la phase d'anorexie pour retrouver le poids qui me semble idéal (43 kilos pour 1 mètre 64). À la pauvreté de mes repas, j'ajoute une consommation abusive de suppositoires laxatifs pour éliminer les graisses.

Au basket, je prétexte une maladie ou un empêchement quelconque pour justifier mes absences. De ce fait, personne ne s'aperçoit de quoi que ce soit.

La coiffure me motive de moins en moins.

Notre idylle avec Laurent se dégrade, elle aussi. Je sais être à l'origine de nos différends. Je l'agresse verbalement même quand il se montre tendre à mon égard et je garde en moi le secret de mes angoisses. J'ai peur de lui parler de ce que je vis. Me comprendrait-il ? J'en doute. Pourtant, nous sommes proches l'un de l'autre et peut-être saurait-il

me venir en aide. Je ne veux pas lui faire confiance, tout simplement. Il me couvre de compliments, mais ils n'ont plus aucun sens pour moi. Lâche, je préfère rompre et le fuir sans lui fournir la moindre explication.

Je garde des souvenirs merveilleux de lui. J'aime ce garçon, mais je crains qu'il ne me quitte le premier après que je lui révèle mes soucis et ma peur de vivre. Partant la première, je suis triomphante : enfin, je prends une initiative, chose qui ne m'est plus arrivée depuis que la maladie a fait de moi son esclave.

Mes relations amicales répètent le même schéma : en phase anorexique, j'accepte de sortir en soirée pour danser et bavarder. En phase boulimique, je refuse systématiquement toute invitation. Impuissante face à moi-même, j'assiste à ma séparation d'avec mes copines et nos nombreuses années de complicité n'y changent rien.

Ma vie se dégrade. Mes peines, angoisses et peur de la mort supplantent le bonheur d'antan. J'aime me contraindre à dévoiler à mes amies mes rondeurs inhabituelles, mais que pensent-elles de moi ? Me montrer du doigt ou me laisser dans mon coin en guise de punition ? J'ai honte d'être différente. Cette crainte permanente d'être prise « pour une malade mentale » m'empêche d'appeler à l'aide. En tout état de cause, l'issue incertaine de cette confiance est trop pénible pour que je choisisse de m'y risquer. Alors, je me replie encore sur moi-même, attends que le temps passe. Que me réserve l'avenir ? Je l'ignore, mais je laisse se dérouler des journées toujours semblables et une nourriture fade, dépourvue de la moindre saveur.

Je vis parce que mon cœur bat, parce que mon corps fonctionne, parce que mon organisme vit, mais mon esprit est envahi de vilaines pensées. Faut-il que je me tape la tête contre le mur pour les ôter et reprendre une vie normale ? Que dois-je faire pour que quelqu'un me comprenne, sans que j'exprime mon mal-être ?