

DE L'ANOREXIE MENTALE

Pourquoi l'anorexie ?

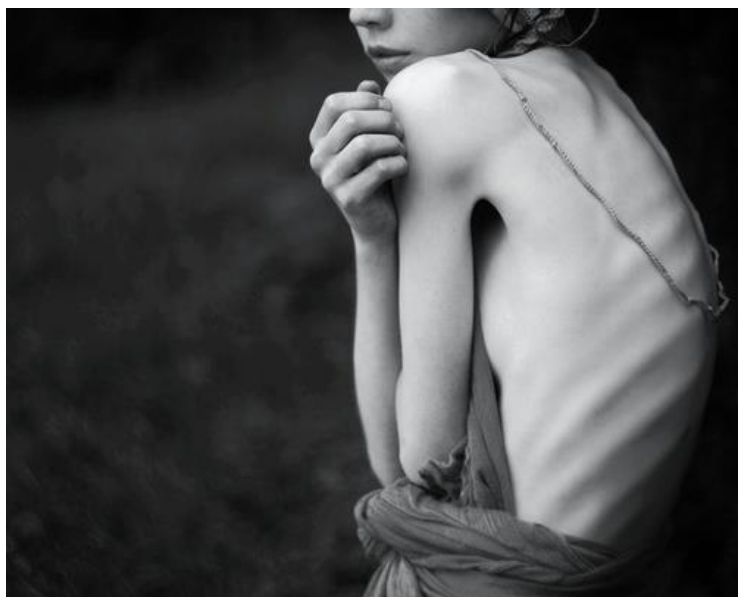
Les médecins disent que je souffre de troubles du comportement alimentaire. Ils disent que je suis atteinte d'anorexie mentale.

Les autres pensent que les filles souffrant d'anorexie veulent perdre du poids ; ils ne comprennent pas qu'une fille mince puisse en être atteinte. Ils restent perplexes devant l'absurdité des choses que ces filles, déjà minces et parfois jolies, se forcent à faire pour maigrir.

On ne souffre pas d'anorexie mentale parce qu'on est grosse, mais parce qu'on se trouve grosse. On ne se trouve pas forcément grosse parce qu'on l'est : la beauté n'est qu'une façon de voir les choses qui varie d'un point de vue à un autre. En se dévalorisant, les anorexiques parviennent à se haïr, et cette haine qu'elles ont envers elles-mêmes se répercute sur leur corps, alors il leur devient impossible de se regarder dans un miroir. Cette antipathie qu'elles ont pour elles-mêmes, ce sont elles qui la construisent, aidées par la société. Les remarques, les critiques, les moqueries des autres entraînent une remise en question sur soi-même. Des mots, prononcés tous les jours sans réflexion ni arrière-pensée, de tous petits mots qu'on n'imaginerait même pas capables de causer quelque malaise chez la personne qui les supporte, sont le début de cet engrenage. Alors, sans y réfléchir, on se moque de cette fille-là parce qu'elle est trop grosse, de ce garçon parce qu'il prend trop soin de lui, de celui-là parce qu'il a trop boutons, ou de cette adolescente parce que ses seins sont trop petits. On se crée une idée de la perfection, imaginant que c'est la seule chose qui mérite d'être admirée. Tout ce qui n'est pas parfait ne mérite pas sa place sur terre ni quelconque respect. C'est ainsi que tout commence : des moqueries qui restent enfermées dans notre mémoire, une idée de la perfection, celle d'un but à atteindre, et le désir d'être accepté.



Alors apparaît Ana. Les autres ne connaissent pas ce nom ; et si on leur présentait Ana, ils nous prendraient pour folles, possédées par le démon et bonnes pour l'asile. Ana est une personnalité inventée par les pro-anas, des filles qui vivent sous ses règles. Ses commandements se résument à ceci : manger, c'est être faible. C'est prendre du poids, c'est-à-dire perdre le contrôle de sa vie. Mais s'affamer, vomir, c'est être forte, belle, mince, et aimée des autres. Cette pseudo-thérapie apparaît comme un miracle pour ces adolescentes perdues, mal dans leur peau et avec tous les gens autour. Aucune étude n'a démontré qu'avoir la peau sur les os rendait plus jolie. Mais les mannequins sont les plus beaux, et les mannequins sont maigres. Le monde qui nous entoure, internet, la télévision, la publicité, les magazines, nous montrent au quotidien des filles squelettiques, et en faisant ceci, les médias maquillent la vérité, et altèrent complètement l'image du monde dans lequel on vit, créant pour ces filles un univers imaginaire où la perfection existerait et serait possible à atteindre.



L'anorexie, en plus d'être le reflet du mal-être qui hante ces filles, est une sorte de remède à la douleur. S'infliger au quotidien une faim atroce, se faire vomir, permet de ne se concentrer que sur la nourriture. Obsédée par leur alimentation, il leur devient impossible de penser à quelque chose d'autre. Les problèmes disparaissent. Seulement leurs amis, leur famille, le véritable bonheur de la vie, qui se cache dans les choses simples, tout cela risque de disparaître aussi. Les pro-anas se défont de leur entourage petit à petit, mentant à leurs amis, à leur famille, et maquillant la vérité. Les mensonges se multiplient, toutes les excuses sont bonnes pour éviter de manger. Sauter un repas est une victoire, perdre deux kilos un miracle.

L'anorexie n'est pas quelque chose que l'on décide. On ne choisit pas, du jour au lendemain, de maigrir parce que l'on en ressent le besoin. Cette maladie se construit petit à petit, et s'installe dans notre cerveau sans que l'on

s'en rende compte. Puis un jour, on se retourne pour regarder en arrière, on se voit tel qu'on est aujourd'hui, et on réalise qu'on est atteint. On réalise le but de nos actions, les erreurs que l'on a faites. On réalise la folie dans laquelle on est tombé, le cercle vicieux qui entoure notre existence. Mais surtout, on réalise qu'il est impossible de s'en défaire. Aussi intelligentes soient-elles, les pro-ana ne peuvent se résoudre à manger. Quand on a vécu, pendant un certain temps, avec une hantise absolue pour la nourriture et un dégoût envers la graisse, on n'y renonce pas. Manger, c'est hors de question, car ça réduirait à néant les maints efforts que l'on a fourni, ça ferait prendre du poids. Manger c'est renoncer, baisser les bras, abandonner. Manger, c'est perdre le contrôle de toute une vie.

On réalise que la société nous a détruits, malmenés, réduits au point de s'infliger des souffrances physiques dans le but de se sentir mieux. C'est une théorie absolument absurde et contradictoire, pourtant plusieurs milliers de filles sur terre y croient. Parce que lorsqu'on ne se sent pas bien dans sa peau et avec les gens, il n'y a aucun moyen d'accepter le monstre qu'on est. Il nous est impossible de se résoudre à être simplement comme nous sommes, et on ferait n'importe quoi pour aller mieux, pour être « mieux ». Ana apparaît comme un miracle, une amie qui nous tend la main pour nous sortir de la pénombre, alors qu'en réalité elle nous y tire. La thérapie de l'anorexie, est quelque chose d'horrible, d'absurde et une totale infamie, presque autant que l'idée d'atteindre la perfection. Le mot « parfait » désigne quelque chose d'infini, d'imagé. Rien n'est jamais assez beau, personne n'est jamais assez maigre.

Ce que l'on ne comprend pas, c'est que la plus minime des remarques peut pousser quelqu'un à bout. Les personnes se moquant des anorexiques créent leur souffrance et ce sont elles qui les brûlent à petit feu. C'est triste de se dire que des âmes se torturent pour plaire à des personnes à qui tout cela est bien égal, mais qui se sentaient, un jour, de faire une mauvaise blague. C'est triste de se dire qu'il y a sur terre des âmes qui se sentent tellement seules qu'elles n'ont pour amie que cette petite voix qui leur crie de s'infliger les pires tortures. Et c'est triste de se dire que le monde dans lequel on vit n'a pas encore réalisé l'importance des mots et les répercussions qu'ils peuvent avoir sur quelqu'un de fragile et malléable. C'est triste de se dire que la société a créé une image toute faite de la perfection, détruisant la véritable beauté du monde.

« J'y pense au petit matin, en me réveillant. J'y pense quand le soleil se couche et que la nuit se fait noire. J'en rêve dans les pires de mes cauchemars. Ce démon s'était glissé en moi sans que je m'en rende compte, il s'était créé comme un foyer, quelque part dans mon âme, où il vivait bien au chaud, et ne comptait maintenant plus me laisser vivre tranquille. Mais cette insoutenable douleur, cette faiblesse qui me déchirait le corps et endormait mon être dans des abysses sombres, cette souffrance était devenue une drogue. Elle avait un certain goût de victoire, et c'était la seule chose qui me donnait de l'espoir quand je ne croyais plus être capable d'en avoir. Le faible espoir de me sentir vivante, de pouvoir être aimée. Le faible espoir de sentir la peau sur mes os. C'était une folie, oh oui ! Je n'y croyais même pas ! Je n'y croyais pas, et pourtant j'en avais tellement envie, tellement besoin. Mon corps luttait contre ma raison dans un but incertain, que j'espérais ne jamais atteindre, mais souhaitait plus que tout voir se réaliser. C'était bête. Ça parlait d'être mince et jolie. J'entendais mon ventre gronder, gémir, rugir pareil à une bête morte de faim. Et cette famine me tirillait tant, je ressentais l'impression d'être accrochée aux chevilles et aux poignets, clouée quelque part où je ne voulais pas être, enserrée de la tête aux pieds, sans pouvoir bouger. Manger, c'était mourir. Etre mince, c'était la vie, la lumière, l'issue de tous mes soucis, une porte ouverte vers une vie bien plus belle que ce que je n'aurais jamais pu oser imaginer. Je savais pertinemment qu'être mince ne pourrait me sauver, mais si je ne pouvais pas soigner mon malheur, et bien je me soignerais avec l'anorexie. Je serais mince, et jolie comme un bouton de rose. Quand on est mince le monde est à nous n'est-ce pas ? Alors, affame-toi, criait cette voix dans ma tête. Affame-toi jusqu'à n'en plus pouvoir, jusqu'à sentir tes jambes lâcher et ton cœur s'arrêter de battre. Crève la faim jusqu'à que le sol se dérobe sous tes pieds, que ta tête tourne à en mourir. Jusqu'à ce que tu en meures. J'étais saoule de cette faim. C'était une addiction, de la drogue dure, mieux que la clope, le shit, l'héroïne, mieux que le suicide. Jour après jour, cette voix se faisait de plus en plus forte. Et lorsqu'elle me parlait,

qu'elle crachait ces mots dans mon crâne, il n'y avait plus rien à faire. Je n'avais qu'à l'écouter et me laisser brûler à petit feu. J'étais tombée au fond du gouffre et la lumière du jour s'y trouvait tellement loin... Pourquoi courir après le bonheur ? Moi j'ai mes idées noires et la peau sur les os, j'ai Ana, cette petite voix, il n'y a personne d'autre. C'était mange ou crève, j'ai voulu maigrir, voilà que j'suis morte. »

