Les tréfonds de l'âme - 1/1

L'anorexie et la boulimie. Deux maladies dont on parle beaucoup. Mais que sait-on vraiment à leur sujet ? Malheureusement, pas grand chose...

Avant toute chose, distinguons ces deux maladies. L'anorexie est un trouble alimentaire grave; l'anorexie se voit énorme alors qu'elle est squelettique. Elle arrête de manger ou se nourrir de trois feuilles de salade. Elle exerce un trop grand contrôle sur soi. A contrario, la boulimie est une perte de contrôle de soi. La boulimique aura une soudaine envie de salé, de sucré... Et va alors se jeter sur tout et n'importe quoi. Elle n'aura alors qu'un but : ingurgiter une quantité gigantesque de nourriture. Quand elle aura fini, culpabilisant, elle ira se faire vomir et/ou avalera des laxatifs. Mais elle n'est pas forcément grosse ou ronde, la boulimie allant souvent de paire avec l'anorexie.

Seule dans la salle de bain, anxieuse debout sur la balance, le miroir en face de moi, à attendre le verdict... 43kg. Un regard dans le miroir... Un mot à l'esprit : monstrueuse. Je pensais que passer la barre des 45, mon corps serait enfin acceptable. Mais non... Il s'agit toujours du même corps qu'à l'époque de mes 63kg. Des cuisses de chaval, des fesses d'hippopotame et tout le reste. A la différence près qu'à cette époque j'étais heureuse... Je chasse cette idée de ma tête. Je le serai de nouveau quand je serai belle et mince. Le tout c'est de persévérer, de supprimer de nouveaux aliments. Une partie de moi proteste mais elle est vite étouffée par l'idée dominante depuis quatre mois : MAIGRIR.
Une semaine après, je craque... Chacolat, beurre de cacahouète, gâteaux et tout ce qui me tombe sous la main. Tout y passe. Je me retrouve de nouveau dans cette salle de bain, à jeter un coup d'oeil dans le miroir avant d'aller me purger. Arrêt sur image. Je regarde cette figure, dont les yeux pleurent de culpabilité, de honte, d'un trop plein de frustration et à cause de cette âme qui se torture, qui se sent écartelé par deux entités... Un dégoût profond jaillit alors, je détourne le regard et accomplit ce que j'ai à accomplir, pour être nefin belle et mince, pendant plus d'une demi heure. Quand il n'y a plus rien dans l'estomac, je me rends compte que l'âme aussi est vide... Le néant... Une âme où une seule pensée surgi : se punir. Punition au nombre de deux : ne plus rien manger pendant trois jours avant de retourner à la salade. La deuxième : des entailles qui vont rejoindre les anciennes et les moins anciennes sur les bras... Le cycle infernal continu... Mon âme sombre de plus en plus...

Maintenant, je me dis que j'ai eu de la chance, j'ai évité l'hospitalisation de justesse. Mais après quatre mois de souffrance, j'ai fini par me rendre compte d'une chose : j'étais beaucoup plus heureuse quand je pesais 63kg. Cette pensée unique qu'est "maigrir" c'est transformé en un cauchemard où mon âme a plongé au plus bas. Je ne peux pas dire que je sois guérie - et je ne le serais jamais totalement - mais je mange, je sors, je respire, en un mot, je revis ! L'ombre du miroir plâne toujours autour de moi, mais je l'évite, je le fuis, je me le cache à moi-même. Et quand la tentation est trop forte, je parle ou j'écris. C'est ça la solution : la parole. Et aussi apprendre à se regarder avec les yeus d'une autre personne plutôt qu'avec les siens, déformés par sa propre réalité...