

Virginie Megglé

Face à l'anorexie

Le visible et l'invisible

© Groupe Eyrolles, 2006
ISBN : 2-7081-3688-7

EYROLLES



Chapitre

4

Genèse d'une anorexie : configuration personnelle

Mais de quoi souffre l'anorexique ?

Programme de survie afin de s'anesthésier contre des effets de douleur et contrôler les émotions quand elles font violence ? Expression d'un désir mis à mal ou d'un désarroi immense mal compris par ceux-là mêmes qui en pâtissent et qui souvent « refusent », car ils se sont sentis jadis refusés ? L'anorexie se caractérise par une conduite d'évitement de tout ce qui est susceptible de produire ou de réveiller une indicible souffrance, dont on peine à deviner la provenance.

Des causes profondes

Affectif ou social, l'isolement n'est pas un choix, mais le reflet d'un sentiment ou d'un isolement réels au cœur d'un couple, d'une famille,

FACE À L'ANOREXIE

d'une société. Il est lié à l'hypersensibilité qui rend acrobatiques les contacts avec le monde, ainsi qu'à la complexité même du tissage des relations familiales (et sociales) et des nœuds qui les parcourent.

Les causes de cette nécessité d'exercer à travers la restriction un contrôle sur soi sont multiples et entremêlées. Il n'est pas question ici de les définir (on ne peut d'ailleurs toutes les déceler ni les prévoir), mais de repérer, pour en ouvrir l'écoute, certains signes que l'on retrouve avec plus ou moins de constance d'une famille ou d'un milieu à l'autre, d'une personnalité à une autre. Il ne s'agit pas de les identifier en tant que manifestations d'un trouble de la personnalité, mais d'attirer l'attention de parents fragilisés par un enfant qui reflète, comme à son insu, leur difficulté à être parents ; de les inviter à mieux le devenir, et de les accompagner aussi bien que possible dans la tâche de la maternité, de la paternité et de la parentalité – tâche à laquelle on aspire avec ferveur, mais devant laquelle on se sent parfois bien impuissant.

Même si on a l'impression qu'elle surgit du néant, ou s'abat sur nous sans prévenir, une certaine logique mystérieuse, celle de l'inconscient et de l'entrelacement des inconscients, préside à l'anorexie.

Cela semble aller de soi, mais peut-être vaut-il mieux le répéter : il n'y a pas *une* anorexie, ni une seule cause à l'anorexie qui une fois découverte assurerait la guérison, mais divers degrés d'anorexie et autant de façons de l'appréhender que de personnes qui peinent à manger. C'est bien de l'être humain dans sa singularité qu'il est ici question.

S'il n'existe bien sûr ni virus ni microbe de l'anorexie, on peut cependant discerner des terrains familiaux et personnels qui y prédisposent plus que d'autres. Expression d'une souffrance latente, il en va alors pour la perte ou l'absence d'appétit, passagères ou persistantes, comme pour ces maladies dont on dit qu'elles ont couvé avant de se déclarer, en certaines circonstances. Multiples, les événements qui les conditionnent diffèrent, dans leur apparence et leur apparition, d'une famille à l'autre, mais leur

éclosion est souvent déterminée par un événement ou une série d'événements traumatiques – qui les induisent le plus souvent à cause d'un sentiment d'abandon ou de trahison préexistant qu'ils réactualisent.

Il faudrait discerner ici les causes profondes, (ce en quoi la maladie prend sa source) des éléments déclencheurs. Les facteurs sont complexes.

Du bienfait de la vigilance

Des événements font de la vie un terrain à risques plus ou moins grands ou redoutables. Et ce n'est qu'après coup que l'on se dit : « Avec lui, (avec elle) ça ne pouvait que survenir », ou au contraire, « À elle, (à lui) c'est sûr, jamais ça ne lui serait arrivé ! » On s'aperçoit alors que le premier est timide, souriant mais semble habité par on ne sait quelle tristesse, tandis que l'autre, bien armé pour la compétition, peu enclin aux états d'âme, n'hésite pas à affirmer son point de vue. Peu encombré de scrupules, il sait contenir ses émotions sans être ni engagé dans une épuisante quête de perfection, ni agité par une incessante crainte de mal faire ou faire du mal. Bien campé sur ses jambes, il ne doute pas de lui et ne se fait pas prier pour en parler !

Il ne s'agit pas de prédire, telle la Fée Carabosse lançant son mauvais sort : « Cet enfant sera anorexique », ni, parents, de se condamner en se fustigeant : « Nous sommes de mauvais parents, les pires, les plus exécrables, comment n'avons-nous rien vu venir ? » Mais, partant de l'expérience de ceux qui nous ont précédés, d'être présent, avec son cœur, afin que l'enfant puisse **prendre corps**. D'être attentif à la spécificité de celui, « un peu trop sensible », « un peu trop vulnérable », dont les réactions décontenançant, car elles nous renvoient à notre propre vulnérabilité, à nos failles, à notre impuissance, à nos erreurs peut-être...

Il s'agit donc de porter l'attention sur les signes avant-coureurs, et d'inviter tout « corps soignant » à bien assumer sa responsabilité de

parents, (ou d'éducateurs), et réciproquement tout parent à assumer sa responsabilité de « soignants ». Ils veilleront ainsi à accueillir le corps de l'enfant, non plus comme objet de tourments ou marque visible de manquements, mais comme un sujet en devenir que l'on autorise à se détacher de soi, afin qu'il tende vers son propre avenir. Plus que la culpabilité réveillée par les failles, les défauts et autres carences, ils lui transmettront alors le sens des responsabilités, pour l'aider à se **prendre en charge**¹, à accepter à son tour sa particularité, et à se réaliser à partir et en fonction de celle-ci ; en la prenant en compte, sans la vivre comme « un malheur » dont on ne songe qu'à se débarrasser².

Mieux vaut prévenir que guérir ! Ne pas se fermer les yeux devant la maladie, c'est en prévenir les méfaits. Elle a paradoxalement l'avantage de nous enseigner sur la santé ! Alors, puissent ceux qui en ont souffert se consoler et sortir de leur isolement en découvrant que leur souffrance loin d'être inutile aura permis à d'autres d'en être allégés grâce à l'enseignement que l'on aura su en tirer.

Les cauchemars de l'enfant disent des vérités difficiles à porter, pour lui, pour sa famille. Aussi mal vécus au réveil que durant le sommeil, ils alourdissent la journée, endolorissent et perturbent les relations. Ce n'est pas parce qu'ils sont considérés comme « normaux » chez l'enfant, qu'il faut les traiter par l'indifférence, sans une attention particulière pour l'aider à déceler ce qui en lui fait souffrance.

Comme tous les rêves, les cauchemars de l'enfant portent à la conscience ce que le quotidien ne permet de dévoiler³. Ils nous renseignent sur les

1. Le mot n'est pas trop fort !

2. Par le suicide ou par l'internement.

3. Pour l'interprétation des rêves : Sigmund Freud, *Sur le rêve*, Folio Essais, 1990. Voir aussi, moins connu mais très riche, Denise Derognat-Chaillet, *Le Lion couronné de Venise*, Éditions des Écrivains, 2003.

racines du mal, qui se situent toujours dans la petite enfance – celle de la personne qui les produit comme celle de ses parents et grands-parents dont elle est, en dehors de toute volonté, le porteur ou le légataire. Il en va de même pour certains « maux », dont l'anorexie, ou d'autres manifestations accidentelles, qui, à l'instar des cauchemars, nous font violence. Mais bien comprises et bien décryptées, ces sombres productions, plutôt que de participer au malheur d'une famille, peuvent participer au renouveau de sa santé.

Les événements (graves ou heureux) nous marquent, mais aussi les réactions des uns et des autres à ces événements et leurs conséquences. Les accidents de parcours, la façon dont on les dramatise ou les dissimule, les émotions qu'ils suscitent, la honte et la culpabilité qu'ils réveillent et *alimentent* – autant que celles qu'ils provoquent au premier degré – impressionnent tout autant. C'est là où celles-ci sont enfouies qu'il faut parvenir pour soigner l'enfant, l'apaiser, le « libérer de ses parents ». Aussi le regard porté sur la souffrance et les réactions que l'on manifeste sont-ils autant à prendre en considération, pour y échapper, que la souffrance elle-même. Rien de pire que sa négation !

De même, la cruauté liée au sentiment d'injustice que l'on ressent face à la maladie n'est pas tant le fait de ce qui apparaît comme une injustice (avoir plus ou moins mal que l'autre) que celui des réactions de déni, de mépris ou au contraire d'attention, que l'entourage proche exprime face à ce manque. Tout incident de parcours est ressenti avec d'autant plus de cruauté que les sensations douloureuses ou traumatisantes qu'il induit sont niées ; tandis que si elles sont reconnues, ce choc se laissera plus facilement oublier ; et, par la suite, *assimiler*, de façon relativement harmonieuse.

La réaction (de l'entourage) à l'injustice grave le sentiment d'injustice dans le cœur de celui qui la subit, plus que l'injustice en elle-même, dont on s'aperçoit vite qu'elle est le lot de chacun. On a tous plus ou moins que...

Histoire personnelle et signes avant-coureurs

Des signes révélateurs

Que l'anorexie soit une « réponse » à un problème complexe, enfoui dans l'inconscient personnel et familial, justifie l'impression qu'elle donne de surgir soudain et de nulle part. Pourtant, loin de sortir du néant, elle est le plus souvent annoncée dès l'enfance par des signes avant-coureurs : anxiété, hypersensibilité, susceptibilité, maux de ventre, difficultés respiratoires, propension à se blesser ou tendance à la dépression déguisée en héroïque sagesse ou charmante langueur. Plus ou moins tapis derrière une aspiration (elle aussi symptomatique) au bonheur et à la perfection, ces manifestations dérangent les parents, qui les minimisent, comme si elles risquaient de déterrer on ne sait quel drame ancestral qu'on s'appliquerait depuis plusieurs générations à refouler, tandis que le fantôme s'obstinerait à se rappeler à la conscience.

Or, un signe précurseur surgit pour prévenir que, là où il se présente, existe un terrain de fragilité, qui résiste mal à la contrariété, par exemple, aussi longtemps que l'identité n'a pas été renforcée. C'est ainsi qu'il faut l'entendre.

Voici ce qu'on peut lire sur Internet : « Quel est le profil de ces patientes ? Ce sont des jeunes filles qui réussissent très bien à l'école. La plupart n'ont jamais été un *poids* pour leurs parents. Ceux-ci ne comprennent donc pas ce qui se passe chez leur *enfant modèle*. Ils ressentent une "puissante impuissance" ». ¹

1. www.forum.umontreal.ca/numeros/1999-2000/Forum99-11-15/article02.html, forum du site de l'université de Montréal.

GENÈSE D'UNE ANOREXIE : CONFIGURATION PERSONNELLE

On ne peut s'empêcher de souligner ici d'une part ce *poids* qui laisse entrevoir ce que certains parents demandent à l'enfant *de ne pas être* afin de ne pas (trop) *peser* sur la vie familiale et d'autre part, le caractère *extra-ordinaire* d'un modèle, auquel on identifie l'enfant et auquel il a sans doute été appelé à correspondre. L'anorexie est ici le révélateur d'un manque (d'on ne sait quoi) que l'on aspire à combler « en apparence ».

« Profondeur, hautes aspirations, souci d'exigence, intelligence exceptionnelle, merveilleuse sensibilité... ». Ainsi chante-t-on les louanges d'une jeune fille dont l'amaigrissement annonce la disparition. « Tout allait si bien jusque-là ; c'était une enfant si délicieuse, si facile, on n'a pas compris, ça nous est tombé dessus, comme ça... »

Et pourtant...

« En songeant à cet aride printemps de 1983, je pense que le monde tournait peut-être à l'envers, pour elle depuis longtemps. Mais de façon imperceptible. Nous ne nous en apercevions pas » a le courage d'avancer cette maman¹, qui poursuit, parlant de sa fille : « Elle ne mentait jamais. Je m'en extasiais. (...) Naturellement raisonnable. Effacée et brillante à la fois. Travailleuse, sérieuse, jolie, un conte de fée. (...) Nous la félicitons d'être ce qu'elle n'était pas tout à fait. Nous lui fîmes obligation de l'être toujours, de dormir dans son costume de scène. »

Aveu aussi rare qu'émouvant... Obligation, le mot est osé et laisse entrevoir la pression que peuvent exercer des parents pour que l'enfant s'applique à correspondre à leurs souhaits inconscients.

1. Janine Teisson, *op. cit.*

Enfant modèle ?

« Enfant modèle », c'est ce qui se dit la plupart du temps pour désigner l'anorexique avant que son mal ne se déclare... C'est ce que l'on veut bien voir et croire. C'est la face visible, celle que l'on offre au regard extérieur. Mais l'approche du « modèle » dément ce portrait d'enfant idéal qui n'aurait jamais été un *poids* pour les parents, et révèle les efforts auxquels il se soumet pour ne pas être ce *poids*, quand chacun de ses gestes ou sa seule présence laissent entendre qu'il est bien *celui qu'on lui enjoint de ne plus être*, tant il trouble, perturbe, encombre, menace, inquiète bien malgré lui.

« Vous n'allez pas me croire, mais c'est vrai pourtant, quand j'étais petite, dans le jardin de ma grand-mère, pendant les vacances, je cultivais les soucis. Enfin, je leur accordais plus qu'aux autres fleurs un soin particulier. J'aimais leur tête épaisse et chaleureuse, jaune, orange, on aurait dit des soleils tendres. C'était comme si ma vie en cet instant dépendait de la qualité de chaque fleur. C'est bien plus tard que j'ai compris que c'était une façon de dire que j'avais l'impression d'en être un, moi, de souci pour maman ! Mais je n'avais pas fait le lien jusque-là. Je comprends mieux maintenant. C'est pour ça, dès qu'elle arrivait de Paris, je courais vers elle avec un bouquet... Elle était toujours fatiguée. Elle le déposait sans un regard, ni pour les fleurs ni pour moi. Deux jours après ils restaient là, fanés sur l'accoudoir d'un fauteuil ou au bord d'un meuble. Morts de soif. Ça me faisait mal, mais je ne désespérais pas. Souci ? Un nom curieux. Comme c'était des fleurs, je n'y pensais pas ! Je ne comprenais pas qu'elle les laisse mourir de soif sans les nourrir. J'arrivais pas à lui en vouloir, je préférais m'en vouloir à moi. C'était ma faute. Je m'imaginais que le bouquet n'était pas assez beau pour elle. Alors la fois suivante, je m'appliquais à le faire encore plus beau. Avec des soucis toujours mieux soignés... Ça me fait sourire aujourd'hui, une telle naïveté. Ça a duré des années. Moi j'avais juste envie de la rendre heureuse pour me sentir mieux. En fait, je me dis que je me vivais sans le savoir comme un souci. J'aurais pourtant voulu qu'on me dise que je n'en étais pas un et

GENÈSE D'UNE ANOREXIE : CONFIGURATION PERSONNELLE

que mes fleurs étaient belles. Mais maman soupirait : les enfants la fatiguaient. C'était ma faute, alors je rêvais de me racheter, parce que je sentais bien que je n'avais rien d'autre à lui offrir... »

Difficultés à s'endormir, petites nuits, cauchemars, aérophagie, spasmophilie¹, tachycardie, troubles gastriques, sensibilité à fleur de peau, extrême émotivité et autres signes d'hyperanxiété conditionnent fréquemment l'anorexie. Un enfant inquiet tente souvent de toutes ses forces d'entretenir une image rassurante, pour sa mère ou pour son père ensemble ou séparément, mais aussi pour mériter d'exister, alors qu'il a parfois, en leur présence, l'impression de ne pas en avoir le droit.

Allergies, asthme, épisodes dépressifs, crises de larmes insolites, cauchemars, propension à la rêverie ne sont pas inconnus à ces enfants qui s'appliquent à les réprimer tant ils craignent de déranger. Ils sont extrêmement sensibilisés à tout ce qui est susceptible de blesser, d'écraser, comme ils le sont eux-mêmes sous ce poids que, la plupart du temps, ils symbolisent à leur corps défendant.

L'hypersensibilité produit un effet de **loupe émotionnelle**. Ce qu'ils voient, ce qu'ils sentent, ce qui les touche, leur va droit au cœur et transmet à leur cerveau, à leur système nerveux, une somme d'informations disproportionnée (en regard de ce qu'un autre perçoit, comme de l'objet perçu). Ainsi, la moindre remarque les blesse, alors que d'autres n'y verraient que l'occasion d'un jeu.

1. Et ses troubles connexes : fatigue, sommeil difficile, maux de tête, peur de sortir, flou visuel, paupière qui saute, boule dans la gorge, manque d'air, douleurs du cou ou du dos, palpitations, oppression, pincements, points au cœur, aérophagie, brûlures d'estomac, spasmes douloureux des intestins, diarrhée ou constipation, douleur du bas ventre, fourmillements, tremblements, contractures... pour une liste encore plus détaillée, consulter : www.spasmophilie.com.

FACE À L'ANOREXIE

« Je n'étais pas une grosse mangeuse. Toute petite, je faisais semblant de tout aimer, mais en fait j'évitais plein de choses, par réaction à l'indifférence de mes parents. Je rentrais à l'heure que je voulais. Dès cinq ou six ans. Ça ne vous semble pas croyable ? Et bien si, je vous le jure. On me faisait même des compliments sur mon indépendance. Mais en fait, je n'avais pas le droit de parler ou quand je l'avais, je voyais bien qu'ils étaient ailleurs : ils ne m'entendaient pas... Alors, ma façon de sélectionner, c'était un peu une manière de faire comprendre que je n'étais pas seulement un tube digestif, mais aussi une personne ! Pour eux j'étais jolie, intelligente, je ne leur posais aucun problème. Tout le monde disait même que j'avais une bonne fourchette. En vérité c'était surtout les fruits, le fromage, les légumes. Le reste, c'était pour plaire à maman, quand elle me regardait. De toute façon je n'ai jamais eu une bonne digestion. J'avais tout le temps des renvois. Elle me grondait. Quand elle mangeait avec moi, il fallait que je me retienne et que je ravale. »

Dans le même esprit, Mélanie raconte.

« Moi, longtemps, j'ai toujours tout mangé parce que j'avais peur de mon père. Je me dis maintenant que c'était pour me faire aimer de lui. De toute façon je devais avaler, alors je me forçais. On disait que j'avais un appétit d'ogresse. Mais ça me faisait peur. J'avalais sans rien dire, même ce qui me dégoûtait, pour ne pas faire de vagues. Ça me donnait envie de vomir, je gardais le sourire pour pas que ça se voie (...). J'étais la petite fille gentille, mignonne, toujours en bonne santé qui se tait, pour ne pas déranger les autres. Quand on se tait, on ferme sa bouche ; pour ne pas manger, on fait la même chose. »

Pour faire plaisir, pour se faire aimer, on apprend à simuler, si bien que nul ne le devine ; mais un jour, n'en pouvant plus, on transgresse l'interdit implicite pour tenter d'exprimer son désir ; et à défaut d'y arriver, on

GENÈSE D'UNE ANOREXIE : CONFIGURATION PERSONNELLE

s'oppose à qui s'oppose à ce désir qui répond à un besoin essentiel de libération : le plus souvent la mère, mais pas toujours... On tente de cesser d'agir d'abord pour faire plaisir...

« Ah qu'elle était jolie la petite chèvre de Monsieur Seguin ; douce, caressante, serviable, se laissant traire sans bouger. Et un beau matin... J'avais sans cesse cette histoire de Monsieur Seguin qui me trottait dans la tête. Et un beau matin, un beau matin... J'ai l'impression que j'ai fait comme la biquette, comme si j'avais dit à ma mère : "Je veux aller sur la montagne, pas pour te faire de la peine, mais j'en peux plus de me forcer." »

L'amaigrissement, dans la plupart des cas, rend évident le processus d'effacement qui lui préside. Le refus de s'alimenter signe alors l'opposition et la tentative de ne plus se soumettre, de ne plus simuler.

Qu'est-ce qui peut inviter à l'effacement ?

Peur de blesser ou d'occuper trop d'espace, sentiment de ne pas être aimé, peur d'avoir mal... Le verbe effacer est celui qui me vient le plus spontanément à l'esprit, anorexie ou pas, pour exprimer une certaine difficulté à (se) vivre, un sentiment de dissolution, une envie soudaine de se retirer ou l'impression de ne pas être désiré.

Prisonniers de la perfection

« Cette *petite* est très effacée » peut-on encore entendre à propos d'une jeune femme de trente ans qui ne sait répondre à des questions qui l'importunent ! Ou encore, « Elle s'est effacée devant lui comme si de rien n'était, poliment... » On s'efface par humilité, politesse, timidité,

FACE À L'ANOREXIE

entêtement ; par peur aussi, pour éviter les coups du destin, du hasard ou du sort, pour répondre à une injonction plus ou moins explicite, plus ou moins affichée ou sournoise ; ou pour se soustraire à un regard, à une pression, à une gêne. À l'inverse, on résiste, on s'impose, on s'affirme ; on reste, on se montre, on renaît...

« Aussi longtemps que je me souviens, j'ai toujours essayé de me faire discrète, de ne pas faire de remous, j'avais même appris à rire, à boire, à marcher sans bruit, comme par jeu, je me lançais des défis, parce qu'à la maison maman détestait le bruit. Pour les photos, c'est pareil, je ne voulais jamais paraître dessus, ça me rendait malade.¹ À l'école il fallait me forcer. Même quand on me disait que j'étais jolie, je ne regardais que les autres... ! »

L'allergie aux photographies ne condamne pas à l'anorexie, mais qui en a fait l'expérience préfère souvent être derrière que devant l'objectif. Aussi lumineuse semble-t-elle, une jeune fille peut choisir de s'échapper du cliché plutôt que d'y figurer, lorsque se prêtant au jeu de l'objectif que parfois elle transfigure, ce qu'elle voit alors ne lui ressemble pas...

L'effet de légèreté délicieusement émouvante que confère l'évanescence d'un regard clair, la grâce d'un corps que n'alourdit aucune chair, ou tout autre trait physique dont on fait un éloge emphatique, sont souvent la marque de l'enfant à qui l'on enjoint la transparence pour supporter l'ombre d'un ancêtre ou d'un frère aîné et dont on se flatte, pour des raisons longtemps imperceptibles, qu'il est un ange au point de lui demander de le devenir.

1. Dans le même sens, voir le témoignage de Véronique Poivre d'Arvor racontant que sa fille a fait une crise le jour de la photographie : Véronique Poivre d'Arvor, *À Solemn*, Albin Michel, 2005.

GENÈSE D'UNE ANOREXIE : CONFIGURATION PERSONNELLE

Mylène a conscience que l'anorexie dans laquelle elle se sent piégée depuis deux ans ne lui est pas « tombée un jour comme ça par hasard sur la tête ». Enfant gâtée, choyée, n'ayant jamais manqué de rien, elle devrait aller bien... Sports d'hiver, sports d'été, équitation tout au long de l'année, voyages d'études et d'agrément, cours particuliers, petite moto, bijoux raffinés... De quoi se plaindrait-elle ? Et pourtant...

Idéalisation maternelle et exigence parentale de perfection projetées sur l'enfant peuvent être perçues par lui comme un piège. Figé dans une image, comme sur du papier glacé et glaçant, prisonnier du désir de correspondre à l'attente flatteuse qu'il inspire, n'osant s'en échapper, il s'épuisera dans un premier temps à ne pas décevoir.

Mais comme il ne retire aucune satisfaction personnelle de cette quête d'assentiment, son insécurité s'accroît et devient invivable. Humour, insolence, drogues douces... tiendront lieu d'esquive ou de chemin de traverse. Et si la pression sur lui n'est pas allégée, si nul n'intervient pour l'aider, la **grève de la faim** servira d'échappatoire à ce regard extérieur vécu comme un juge sévère et non comme un soutien porteur...

L'enfant peut être animé par une volonté partielle de disparition pour détromper une image de perfection encombrante, qui lui fait douter de sa valeur, quand l'admiration qu'il suscite, loin d'apporter du réconfort, l'exclut de la communauté en attisant les jalousies : celle des frères et sœurs, celle de la famille élargie, celle de camarades de classe qui se vengent en douce par des comportements vexatoires pour faire mentir les compliments. Voire celle d'une mère.

« Les compliments me gênaient, surtout ceux que ma mère faisait en public », raconte Noémie. « J'avais l'impression de ne pas m'appartenir, d'être enfermée dedans, d'être obligée d'y correspondre. C'était pour elle qu'elle les

FACE À L'ANOREXIE

faisait... Vous ne pouvez pas savoir l'impression que ça fait. Des frissons, de la crainte, du dégoût ; l'envie de ne plus être vue, de s'enfoncer dans la terre. Les éloges, ça m'a toujours décontenancée. Ce n'était pas de moi qu'elle parlait. D'ailleurs, je n'étais pas si brillante ! Ça me faisait violence, j'avais l'impression d'être un objet. Ça m'empêchait d'exister, comme si je n'étais là que pour la flatter... Alors je n'avais plus qu'à me taire, à m'immobiliser. Au fond de moi, ça ne brillait pas... »

De même que la pudeur accentue le silence, la fragilité émotionnelle accentue la difficulté à passer outre ce qui tourmente, en le sublimant dans l'action.

Ainsi l'anorexique, bien qu'animé d'un fort désir de participer, a souvent développé, dès l'enfance, comme Plume, l'art ne pas déranger !

Ainsi aussi se trame le désarroi derrière les apparences que l'on n'ose contredire.

Une jalousie familiale

Une rivalité non tempérée peut s'avérer mortifère. Se déployant sournoisement et de façon exponentielle, elle se charge vite des ressentiments d'une lignée¹ transmis à travers les générations.

Par ailleurs, toute expression de jalousie, aussi normale soit-elle, devient excessive si on ne la modère pas. Ainsi en est-il de celle de l'aîné, qui souhaite secrètement **la disparition** du nouveau-né, quand il a l'impression (fugitive mais angoissante) que la présence de celui-ci signifie sa propre disparition...

1. Et plus précisément des deux lignées parentales.

Lorsque la mère laisse s'exprimer sans intervenir la jalousie d'un aîné, (que celle-ci soit éprouvée directement ou indirectement) pour assouvir ses propres rancœurs, elle accable celui qui en devient l'objet, tel le bouc émissaire, d'une agressivité qui *a priori* ne lui était pas destinée.

Bien sûr ces « mécanismes » enfouis dans l'histoire sont bien souvent ignorés des parents. Mais comment pourrait-il en aller autrement ? On ne saurait leur en vouloir de ne pas savoir accorder leur attention, aussi longtemps qu'ils n'ont pas été entraînés à le faire. Ils furent en effet eux-mêmes contraints à l'indifférence, après avoir souffert – à la faveur de guerres et d'éducatrices dirigistes – de traitements tout aussi blessants. Et ils restent pris aux affres de leurs propres tourments.

Ainsi l'anorexie s'inscrit-elle dans la répétition aveugle de certains schémas parentaux.

Une place mal définie dans un corps mal investi

Il n'est pas simple de renoncer à la vie... La volonté de s'effacer, loin de contredire le besoin de s'affirmer, l'amplifie parfois jusqu'à ce qu'il s'exprime – de façon tragique – à travers la mort¹. Hypersensibilité ? Narcissisme ? Oui. Mais l'extrême pudeur de « l'animal blessé » est sincère lorsqu'elle dicte le besoin de se cacher, en attendant que douleur se passe. Elle invite celui qui se sent atteint en son intimité à se rétracter, à s'amoindrir, à se volatiliser pour n'être plus rien, pour que rien ne blesse. Cela arrive quand le corps, troublé par le regard porté sur lui, ne peut se dire sinon par cette menace de disparition.

1. Valérie Valère, Solenn Poivre d'Arvor, Antigone, mais aussi tant d'autres beaucoup moins célèbres.

Tenir en place

« Tiens-toi en place ! Retourne à ta place ! Reste à ta place ! »

Qu'elle est cette place à partir de laquelle on peut s'exprimer, devenir soi-même, s'épanouir, se sentir **vibrer** positivement, autrement dit se sentir **vivre** ?

Aîné ou petit dernier, benjamin ou cadet, certains enfants se situent plutôt bien dans la fratrie et se définissent progressivement, en fonction de leurs perceptions, de leurs souhaits, et selon ce que l'on attend d'eux dans la mesure de leurs capacités. La place de l'enfant se définit alors entre ses deux parents, adultes, qui lui accordent le droit à l'erreur et au tâtonnement ; aux câlins et à l'éloignement, ainsi qu'au désir de s'opposer quitte un jour, avec le temps, à mieux leur ressembler.

Mais parfois l'enfant ne tient pas en place, se tortille, gigote, gesticule, fait de l'acrobatie, des grimaces, bouge à droite, à gauche, entre, sort, fugue, comme s'il était, faute de place, obligé d'être en perpétuel mouvement, pour se sauver !

Comment signaler le malaise ressenti à la place qui lui est assignée ? Comment échapper à une difficulté rendue intolérable faute de vraie place pour se (re)poser ? Un enfant qui sent intuitivement que la place qu'on lui désigne (ou assigne) n'est pas celle qui lui revient « ne tient pas en place ». On lui reproche de se disperser, de se dilapider, de « n'être jamais là »...

Toute place est mouvante et contient sa part d'incertitude. Même si elle ne doit pas être reconquise chaque jour, elle est à protéger, à entretenir. Encore faut-il être persuadé qu'il y en a bien une qui nous a été accordée.

Quelle que soit sa place apparente, aîné ou cadet, un enfant peut se sentir mal dans sa peau et craindre de ne plus exister, au point de se

GENÈSE D'UNE ANOREXIE : CONFIGURATION PERSONNELLE

sentir « comme mort », sitôt qu'il s'immobilise, ou « comme muet » sitôt qu'il se tait. Pâle et transparent, il peut sembler aussi réellement fantomatique, tant il peine à se définir, à partir d'une place impossible à trouver. Un autre pourra craindre de disparaître sitôt qu'il quitte la maison familiale.

La place ici prend sa réalité moins dans l'univers concret matériel que dans l'affectif relationnel.

Rémi dit qu'il est l'aîné. On le lui a dit, redit. Une de ses grands-mères s'en enorgueillit. « Mon premier petit-fils. Le fils de mon fils. » Mécaniquement il le répète, mais ne croit pas à ce qu'il dit. Il sent qu'à travers lui c'est un autre que l'on voit, un autre, absent, à qui l'on s'adresse.

Premier enfant du couple parental, il est en fait le second de son père qui a eu, hors mariage, un premier fils. Ce fruit d'un premier amour est caché pour Rémi, mais non pour sa mère ; celle-ci supporte mal l'existence de ce premier enfant auquel son mari accorde une pension alimentaire bien *trop substantielle* à son goût. Elle-même par ailleurs, bien qu'elle s'en défende, éprouve un fort ressentiment pour un demi-frère aîné dont elle a toujours été persuadée qu'il était resté le préféré « l'unique véritable enfant de son père ».

Rémi sent ainsi, par les voies de l'inconscient, qu'il est vécu (tout aussi inconsciemment) comme le frère rival de la mère. Il a, par ailleurs, l'impression que son père ne l'aime pas : celui-ci le couvre de cadeaux pour lui prouver l'importance de la place qu'il occupe en son cœur, mais il se garde bien de lui parler de celle qu'il réserve à ce premier fils, et se montre de fait plein de retenue et de méfiance.

Rémi pâtit d'un manque de véritable place : dans le cœur de sa mère, il entre en conflit avec celle déjà occupée par un frère ; et dans celui de son père, la place de l'aîné est déjà prise par un autre. On comprend qu'il soit troublé par les sentiments qu'il suscite...

FACE À L'ANOREXIE

Nombreuses sont les situations où l'enfant pressent, sans avoir les moyens ni le droit de le révéler, ce qui lui est caché « pour son bien » dit-on, mais en fait par crainte du « qu'en dira-t-on ».

Une première fille peut ainsi percevoir qu'une autre, jamais mentionnée parce qu'abandonnée, la précède dans le cœur de son père ou de sa mère. Aussi la jeune fille, qui n'a pas le droit de parler de ce qu'elle pressent, se sentira-t-elle abandonnée (ou menacée d'abandon) à la place de celle qui l'a précédée. Obligée de dissimuler, elle s'identifie à celle dont on dissimule l'existence. « Si l'autre est niée, pourquoi ne le serais-je pas ? »

Quand le silence dénie le droit à l'existence, ce qui s'y trame se fait entendre autrement.

Difficile de prendre ses parents en défaut et de découvrir ce que l'on n'a pas le droit de savoir ! L'enfant supporte mal ce qui lui parvient comme un mensonge, ne serait-ce que par omission. Que l'on doute de ses capacités à supporter la vérité le déstabilise ; que ses parents, qu'il met au-dessus de tout et sur lesquels il doit prendre appui, s'avèrent faibles, capables de tricheries et passibles de punitions, remet sa légitimité en question, car, paradoxalement, on lui demande toujours d'incarner la vérité sans tolérer de sa part la moindre erreur, le moindre écart !

Ce sentiment de « connaître la vérité » renforce celui de ne pas être à sa place : on finit par se sentir plus fort que des parents que l'on protège en ne découvrant pas leur mensonge, mais aussi en le recouvrant de son silence. Que faire face à ses parents pris en flagrant délit de faiblesse déconcertante et prêts à le nier ?

Entre sensation de déséquilibre et crainte de l'effondrement, il est inconfortable, pour se développer, de ne pas se sentir soutenu ou d'être pris pour celui ou celle que l'on n'est pas !

La place des autres

En termes de place, la vie ne se limite pas à la génération actuelle. Les fantômes et les anges se faufilent de l'un à l'autre, à travers les générations, aussi longtemps que n'a pas été pris en compte ce qu'ils représentent.

Ainsi, une enfant aura-t-elle l'impression de ne pas être à sa place à cause d'une forte ressemblance avec une sœur de son père que sa mère déteste, si celle-ci, l'identifiant à cette tante, prend sa fille progressivement en grippe. « Maltraitée » non pour ce qu'elle est, mais à la place d'une autre, pour ce qu'elle **re-présente**¹, la petite fille est animée d'un fort sentiment d'injustice et marquée par l'impression d'avoir été injustement abandonnée par sa mère.

Le rival qui gêne, la sœur que l'on jalouse, le cousin que l'on envie... Selon sa position dans une fratrie, on occupe la place de ceux qui nous ont précédés. Et même s'ils ont laissé un bon souvenir, être à la place de l'autre – ou, pire, de plusieurs autres – empêche de creuser et d'affirmer la sienne, pour bien s'enraciner et croître vers la lumière. Encombré d'une mémoire de haine ou d'une auréole de pureté qui « sans raison » nous ont été transmises, il arrive que l'on se sente comme un imposteur, comme si quelqu'un d'autre, à notre insu, transparissait dans nos actes.

L'enfant peut être ainsi ballotté d'une place à l'autre selon celle que père ou mère lui assigne au gré de ses humeurs, de ses inquiétudes et de ses émotions. Parents ou non, nous sommes tous plus ou moins prisonniers d'une histoire familiale, avec son lot de refoulements, amertumes et

1. Ici, la composition étymologique du mot est soulignée pour bien signifier qu'est présente en effet à nouveau – bien qu'à son insu – cette autre personne qu'elle n'est pas, mais dont elle occupe la place, dans l'esprit de ceux qui, par la même opération, nient la sienne. Autrement dit celle à laquelle elle pourrait prétendre pour... prendre corps !

FACE À L'ANOREXIE

autres aigreurs, qui se réveillent, par le biais de l'émotion, à l'occasion d'un événement ou d'un incident inattendu.

L'histoire, plus d'une fois, semble se répéter pour signifier cette difficulté à « prendre place » ; ainsi que **la nécessité d'accorder une place à chaque enfant, afin qu'il puisse s'investir lui-même dans son développement et accepter son corps**, sans se sentir « habité » par quelqu'un qui serait prêt à l'en déloger !

Parfois, des configurations familiales préfigurent ce manque de place. D'autres fois, rien apparemment ne saurait le justifier. Pourtant, le sentiment de l'enfant est réel : il n'y a pas de place pour lui à la maison, dans la famille ou dans la fratrie.

Au milieu de disputes parentales incessantes (souvent autour de sa naissance) il se sent « en trop », mal à l'aise à l'intérieur de son corps, tout comme à l'intérieur de la maison. Soulignons-le à nouveau, *l'espace vital* ne se réduit pas au seul *espace matériel*...

Mal dans sa peau, mal accepté, « pas à sa place », l'enfant multiplie, sans le vouloir, les accidents (scolaires, physiques...) pour se signaler ou signaler **son corps** mis en danger faute de place. Son seul langage est, en effet, celui de ce corps, dans lequel il se sent tantôt étranger, tantôt « infirme », tantôt « monstre »... Qu'on le prenne « pour un autre » ou qu'on attende de lui qu'il se conduise, par son comportement précoce, comme un adulte pour apaiser les tensions que sa présence suscite, bien sûr le déstabilise. Ces tensions réveillent, en effet, des sentiments négatifs¹ qui ne dépendent pas directement de lui mais dont, en revanche, sa croissance physique et son développement psychique dépendent...

Parce qu'il se sent responsable des disputes, et faute de pouvoir apaiser le désespoir de son père ou sa mère, l'enfant s'imagine qu'il ne peut

1. De crainte, d'angoisse, de peur, de haine, de honte, de jalousie...

qu'être un monstre. Il se sent devenir encore plus monstrueux, si ses parents « l'oublie », lorsqu'ils se réconcilient ou retrouvent l'énergie de vivre, en le laissant à la maison, seul « comme un grand », qu'il est loin de se sentir être, car il est fragilisé par la pression des difficultés parentales. Il peut aussi se sentir comme une « chose » que l'on veut oublier, car elle aurait provoqué le malheur et n'aurait pas le droit de partager les moments de bonheur.

Ainsi, l'enfant a l'impression de ne pas avoir la *bonne* place, ou de ne pas être à la sienne, dans de multiples circonstances qui lui font ressentir que ses parents voient dans sa naissance une source de peine, de souffrance, de résignation, et parfois aussi de haine. Autrement dit, il est pour eux **un point de douleur** qui n'a droit ni à l'insouciance ni au plaisir, si essentiels à l'enfance et moteur pour grandir.

Disputes ou tensions, inquiétudes et dépressions autour d'une naissance la rendent encore plus problématique. Et l'enfant qui s'en ressent mal accepté ou culpabilisé peinera à « investir » son corps, à s'y sentir bien. Son énergie sera consacrée *plus à lutter* contre le sentiment de culpabilité ainsi communiqué ou à se faire accepter pour gagner ou mériter une *place, qu'à sereinement se développer*.

L'image qu'incarne l'anorexique est à la fois le reflet de la place qui lui est assignée et l'illustration de la torture infligée pour à la fois correspondre à cette place et tout faire pour s'en échapper, en attendant de trouver la bonne.

La place du doute

« Ai-je le droit de sortir ? Va-t-on m'attendre ? Que va-t-il m'arriver ? Que va-t-on penser de moi si... ? Est-ce que je ne me suis pas trompée d'heure ? Est-ce bien moi qu'il aime ? »

FACE À L'ANOREXIE

Mélodie doute d'elle, au point de douter qu'elle doute d'elle ! Et le moindre événement est pour elle source de désespoir :

« Chaque fois que j'ai un rendez-vous, je crains que ce ne soit pas moi qu'on attendait. Je me demande pourquoi on accepte de me recevoir, même si j'ai tout mis en œuvre pour obtenir ce rendez-vous. Il y a bien quelque chose en moi qui l'a voulu mais je ne suis plus sûre que ce soit moi... »

Toute réalité est ainsi susceptible de l'annihiler en réveillant ce doute à la torture duquel elle n'échappe qu'en se persuadant du pire.

« Au moins, je m'en rends compte maintenant, je suis sûre de ne pas être déçue ! Et quand je doute, je me sens exister ! »

Quand, au contact du monde, l'affirmation de la présence des autres affirme la faiblesse de la sienne, l'adolescent se sent comme menacé d'invisibilité. Ne se sentant pas à sa **juste place**, il peine à **prendre corps**. Sous l'emprise d'un sentiment d'imposture¹, il doute de sa légitimité à le faire. Là où d'autres sont habilités à s'affirmer à travers l'assurance qu'ils ont reçue d'être eux-mêmes, d'être « à la bonne place », il est habité par la crainte de se faire passer pour qui il n'est pas ; et cette crainte le dispute au désir de se **sentir aimé**, c'est-à-dire confirmé dans son désir d'existence (dans laquelle il doute !).

Comme une douleur somnolente qui, lorsque la vie n'en a pas permis une dissolution plus aimable, se ravive au moindre choc émotionnel, l'accident, la maladie, le drame, lors de la naissance ou au cours des premières années, inscrivent et réinscrivent le doute quant à la légitimité même de cette existence. Celui qui perd l'appétit s'est souvent senti ébranlé dans

1. Voir le roman de Jean Cocteau (cet artiste aux dessins filiformes, à son image), *Thomas L'imposteur* (Gallimard, 1996) : pendant la guerre 14-18, le jeune Thomas est pris pour le neveu d'un général bien connu. Se servant de cette méprise, l'adolescent rêveur et fantaisiste aimera, se battra et mourra dans l'imposture.

GENÈSE D'UNE ANOREXIE : CONFIGURATION PERSONNELLE

ses racines en dépit d'efforts pour le dissimuler... Ce qui pourrait se formuler ainsi : « anorexique, on l'est avant de le devenir » !

On pourrait dire que l'enfant doute de lui lorsqu'il ne se sent pas accepté. Et se demander ce qui fait que l'on se sent ou ne se sent pas accepté au point d'en arriver à douter de soi. C'est souvent dans les trajectoires familiales des parents que s'inscrit ce doute qui *alimente* les causes personnelles de l'anorexie.