

# « Je suis née à 30 ans. Avant, avec l'anorexie, ce n'était pas moi »

**ELLE SE FAIT APPELER PATTY SWEET** et a 33 ans. Entre 17 et 21 ans, elle a traversé quatre longues années d'anorexie. Le déclencheur : une tentative de viol. Aujourd'hui, elle s'estime quasi guérie et revient sur ce qui lui est arrivé, avec un livre, écrit seule : « 30 ans, l'âge de ma naissance ». Mariée aujourd'hui, elle a accepté de nous en parler.



## La maladie « Tu mens tout le temps, et plus tu maigris, plus tu es ravie »

**Comment êtes-vous devenue anorexique ?**  
Je ne sais pas encore bien aujourd'hui. Je continue à me renseigner, à rencontrer des experts. Le plus récent m'a donné une hypothèse : j'aurais déjà frôlé la mort dans le ventre de ma mère. Je ne sais pas si c'est dû à ça. Mais c'est comme si il y avait eu un deuxième traumatisme lors de la tentative de viol, quand j'avais 17 ans, j'aurais revécu la mort à ce moment-là. Et l'anorexie serait un retour, un refus de grandir, de la féminité, l'envie de retourner au stade de bébé, vers la protection. Il y a toujours une cause à l'anorexie, c'est vrai que elle vient souvent du viol. Mais... je ne sais pas. J'aimerais bien moi-même savoir pourquoi. Pourquoi c'est tombé sur moi. Je n'étais pas grosse, même si, des trois filles, j'étais la plus « forte ». Après la tentative de viol, j'ai eu un blocage au foie, je n'arrivais plus à manger et les symptômes psy-

« On dit que 17-21 ans, ce sont tes plus belles années. Moi, je les ai passées dans mon lit. »

chologiques ce sont mis en place petit à petit : je suis devenue anorexique à ce moment-là. C'est vraiment insidieux comme maladie, c'est un cercle vicieux, c'est horrible. On ne décide pas un jour d'arrêter de manger ?  
Pas moi. C'était plus une réaction à une agression. C'est totalement inconscient. Un peu comme si tu étais dépressif, tu n'as plus faim, tu ne manges plus, ton estomac rétrécit et tu as de moins en moins faim. Je ne me rendais pas compte que ça allait aller aussi loin ! Après tu as les symptômes de la maladie : tu mens tout le temps, tu te pèses tous les jours, et plus tu perds du poids, plus tu es contente... J'ai l'impression qu'à partir du moment où tu as du plaisir à perdre du poids, tu as les symptômes de l'anorexie. La tentative de viol, est-ce vraiment la cause de votre anorexie ?  
Là, je dirais que le viol a peut-être déclenché quelque chose de latent. Mais il y a deux ans, j'aurais dis

que c'était ça la cause. C'est compliqué. Je ne sais pas si je saurai un jour. Ça aide d'avoir des réponses claires, mais je suis pas sûre d'en obtenir. Maintenant, je suis un peu fataliste. Je me dis que si je l'ai vécu, c'est que je devais le vivre. **Votre caractère a-t-il changé ?**  
Beaucoup. J'avais des idées de suicide et tout ça. Avant mes 17 ans, cela ne m'était jamais arrivé ! J'adorais la vie, je pétillais, je faisais rire tout le monde. Mais traverser cette maladie m'a appris à être plus forte. Maintenant, j'essaye d'être plus positive même si je suis un peu plus sombre. Je redeviens un peu comme avant, hein ! Mais doucement. J'ai encore l'impression d'avoir un poids à porter. Mais il s'évacue au fil des années, petit à petit. Aussi parce que je fais un travail sur moi. Alors, je me dis, dans deux ans ça va être le top ! Pourtant, c'est maintenant que je sens que je vis vraiment. De 17 à 21 ans, on te dit que ce sont

tes plus belles années, et moi je les ai passées dans mon lit, parce que j'étais trop faible pour me lever. Je n'ai pas l'impression d'avoir vraiment « vécu ». J'étais... une autre. Ce n'était pas moi. **Avez-vous rencontré d'autres anorexiques ?**  
Jamais. Je n'en connais pas d'autres. Et c'est mieux comme ça. Pendant la maladie, ça ne m'est jamais venu à l'esprit d'en rencontrer parce que tu te fermes, tu ne parles pas beaucoup aux autres. Il n'y a pas longtemps, j'ai voulu faire un reportage photo dans un centre pour anorexiques, ça ne m'a pas réussi. Trop dur. Je voyais les parents en larmes... J'avais l'impression de revivre ce que j'avais vécu. J'ai arrêté. C'était trop tôt, je crois. **C'est une maladie qui se vit seule ?**  
Très. Parce qu'il y a beaucoup de mensonges. Le médecin me donnait des boissons protéinées à boire : je disais que je les buvais mais c'était faux. Les seules visites que j'avais à

**ENTRETIEN**  
L'anorexie n'est pas un sujet facile. Et quand on va rencontrer une personne qui a vécu cette maladie, on se pose mille questions. Comment lui parler ? Va-t-elle être à l'aise ou, au contraire, peu loquace ? Et c'est finalement une femme souriante et en pleine santé qui s'est présentée. Un peu inquiète au début, puis très vite détendue. Prête à revenir sur des moments douloureux, avec une franchise déconcertante. Durant l'entretien, elle raconte la maladie, le lent chemin vers la guérison. Elle réfléchit, sourit parfois, elle est émue, mais sa voix ne tremble pas.

**Pourquoi ce livre ?**  
Il y a eu le premier choc, à 17 ans, puis la maladie pendant quatre ans, donc c'est très long, j'ai l'impression de ne m'en être jamais remise et que c'est seulement maintenant que j'arrive à travailler sur moi-même et à en parler. C'est comme si je n'avais pas respiré pendant une dizaine d'années. Je sais pas comment ni pourquoi c'est arrivé, j'avais besoin de tourner la page, d'évacuer je crois. Un jour j'étais devant une feuille de papier et j'ai commencé à écrire. Seule. J'avais 30 ans. Aujourd'hui j'en ai 33, donc ce livre m'a pris trois ans quand même. Quand j'étais toute seu-

le face à ma maladie - j'ai toujours été toute seule -, tomber sur un bouquin sur le sujet m'aurait peut-être aidé à comprendre pas mal de choses. Mes parents se sont sentis très seuls, donc eux aussi en auraient eu besoin. C'est d'abord pour moi que j'ai écrit ce livre, mais maintenant je dirais plus que c'est pour les jeunes filles anorexiques et leurs familles. **C'est vous, sur la couverture du livre ?**  
Oui. Mais je ne me reconnais pas, j'ai l'impression que c'est quelqu'un d'autre, que j'étais quelqu'un d'autre, que c'était une autre vie. Là, j'étais à 27 kilos et je me trouvais encore grosse. **Pourquoi un livre d'à peine une centaine de pages ?**  
Parce que je n'ai plus beaucoup de souvenirs de cette période de ma vie. Ça fait dix ans. Les souvenirs que j'évoque sont les seuls qui me restent ! Comme si mon cerveau avait enfoui des choses. Mais les témoignages de mes proches, à la fin du livre, je trouve que c'est une très bonne idée. Bon, je m'en suis pris plein la gueule. Je m'en doutais un peu parce que je sais que mes sœurs ont beaucoup souffert. C'est normal, j'étais impossible à vivre. Je pense que ça leur a fait du bien de témoigner dans mon livre, et à mes parents de le lire.

**Et j'ai l'impression maintenant que les choses sont à plat. Il y a eu beaucoup de non-dits, donc grâce à ça, tous ont pu s'exprimer. Mais, le plus bizarre, c'est qu'on n'en a pas reparlé ! Ils m'ont envoyé leur texte, mais on ne s'est pas retrouvé pour en discuter. Mais d'un côté, je crois que tout le monde a envie de tourner la page. Mes parents, je n'ai jamais vraiment su ce qu'ils avaient enduré pendant ma maladie. Je l'ai appris en lisant leur témoignage : je ne savais pas qu'ils avaient hésité à m'hospitaliser, par exemple.**  
**Pourquoi un pseudo, et celui-là ?**  
Ma meilleure amie m'appelle Pat, donc j'ai cherché quelque chose de proche. Puis Sweet, parce que c'est doux, sucré. Je n'avais pas envie d'un truc dur. Je trouvais que Patty Sweet sonnait bien. En fait, c'est une maladie très taboue, il y a beaucoup de préjugés et je n'ai pas envie d'être reconnue, d'avoir une étiquette « ancienne anorexique » collée sur le front. Il y en a qui s'en sortent, d'autres pas. Moi j'ai eu la chance de m'en sortir, à 80 % du moins. J'ai des amis qui ne savent même pas que j'ai été malade pas, le pseudo, c'est pour me protéger. ■

Propos recueillis par JESSICA MATTHYS (et.)

30 ans, l'âge de ma naissance - Ma victoire sur l'anorexie, Patty Sweet, éditions Marcel Broquet, 103 p., 22,50 euros.

## Aujourd'hui « J'en suis guérie à 80 % »

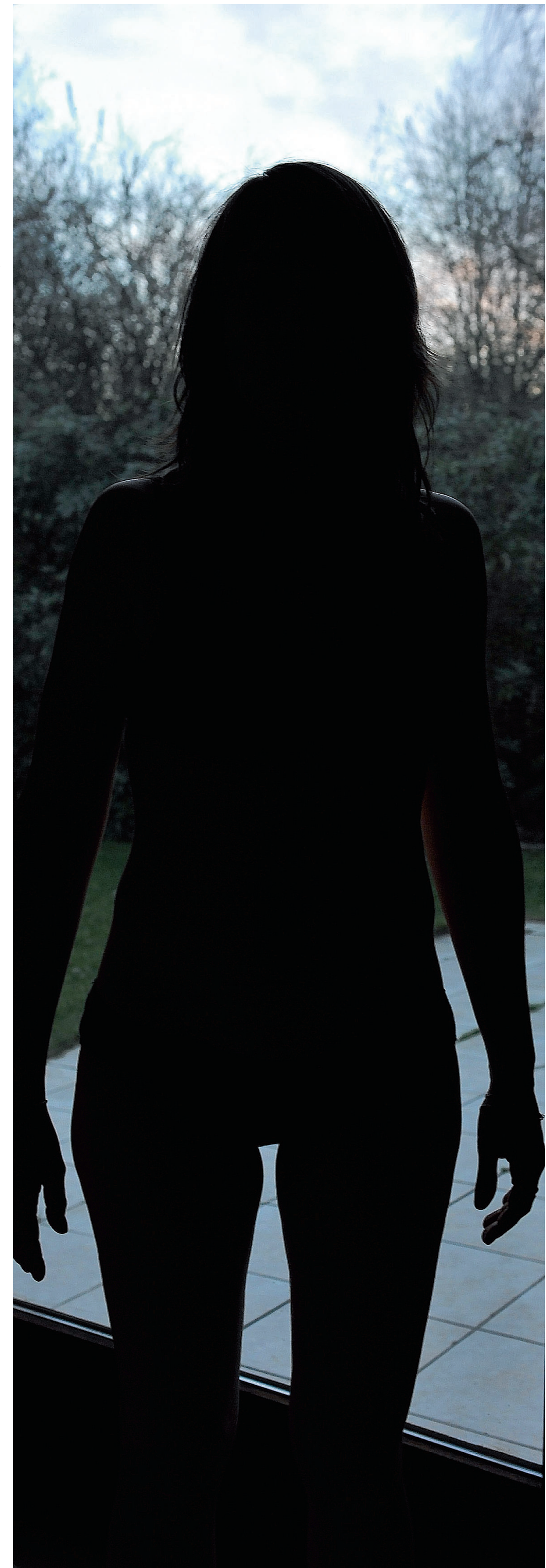
**À quel moment vous êtes-vous dit qu'il vous fallait de l'aide ?**  
J'allais vraiment trop loin, je crois. Le rythme de mon cœur diminuait, et voilà... À un moment, j'ai failli y rester. J'étais entre la vie et la mort, et j'ai dû avoir un sursaut, le sursaut où tu te dis : « Mais qu'est-ce que tu fais ? » Ce sont des souvenirs dont je n'ai pas beaucoup de détails. **Vous estimez-vous guérie ?**  
À 80 %, je dirais. Je ne sais pas si on peut en guérir complètement un jour. Je ne pense pas. J'aurai toujours des fragilités. Je mange normalement mais je suis végétarienne,

« Le dédic, c'est quand ce chaman m'a demandé : "Tu choisis la vie ou la mort ?" »

comme la plupart des ex-anorexiques. On garde des séquelles physiques, principalement. J'ai beaucoup de problème de digestion. Je ne peux pas manger n'importe quoi. Parce que j'ai maltraité mon corps pendant quatre ans. J'ai 33 ans et j'ai l'impression d'avoir un corps de quelqu'un de 50 tellement je suis fatiguée et usée. Je dois me préserver, un peu. **À quel moment avez-vous eu ce dédic, ce « mais qu'est-ce que tu fais » ?**  
Au moment de la fameuse rencontre, comme je le raconte dans le livre, avec une sorte de chaman. Il y a eu un dédic quand il m'a demandé : « Tu choisis la vie ou la mort ? » C'était différent, parce que le médecin, il vient, il prend ta tension, il te dit que tu dois manger. Ce chaman m'a posé une simple question, essentielle. Mais à partir de là, il y a tout le travail à faire : il faut recommencer à manger, c'est dur. De passer de 29 à 65 kilos, c'est horrible. De se voir se transformer comme ça. Là, je me suis stabilisée à 55, donc ça va. **Peur de « rechuter » ?**  
Je ne retomberai plus là-dedans, parce que je sais ce que c'est. Même si tout le travail que je fais, maintenant, c'est plus difficile que la période d'anorexie en tant que telle : je suis vraiment consciente de ce que j'ai vécu et j'en bave encore plus. C'est dur de se confronter à la réalité,

d'avoir une vie active alors que je suis tout le temps crevée. **Maintenant, vos proches, quel regard ont-ils sur ce qui s'est passé ?**  
On n'en a plus parlé depuis qu'ils m'ont envoyé leurs témoignages. Mais je ne sais pas s'ils me voient encore comme l'ancienne anorexique ou comme « moi », telle que je suis vraiment. **Les relations familiales se sont-elles fort dégradées pendant votre maladie ?**  
Oui, en fait, les parents ont tendance à se concentrer sur l'enfant qui a besoin d'aide et les autres se sentent dé-

laissés... donc il y a eu des conflits entre mes parents et mes sœurs. Inconsciemment, mes sœurs m'en voulaient. Il y a eu beaucoup de reproches... Avec mes parents, ça va mieux, on en a beaucoup discuté, et j'étais fort proche d'eux. Mes sœurs ont plus souffert en silence. **Comment tes parents ont-ils vécu la situation ?**  
Ma mère en parle dans le livre : ils se sentaient très seuls. Leurs propres frères et sœurs ne comprenaient pas, ils se sentaient jugés pour le fait d'avoir une fille anorexique. Moi je suis persuadée que ce n'est pas du tout leur faute. Heureusement qu'ils étaient là, parce qu'ils m'ont aidée et qu'ils souffraient avec moi. **Accepter l'aide, c'est déjà faire un grand pas en avant... Consciemment, je ne voulais pas d'aide, mais inconsciemment sans doute que oui. Ils ne m'ont pas hospitalisée parce que j'avais la phobie des hôpitaux et si j'y allais, j'allais me laisser mourir.**  
**Que diriez-vous à ceux qui souffrent d'anorexie ?**  
Qu'elles ne sont pas toutes seules. Que certaines s'en sortent. Que les familles ne sont pas seules et peuvent être aidées. Il n'y a pas de remède miracle, chacun trouve ses propres ressources. Moi, la médecine classique ne m'a pas aidé, j'ai dû me tourner vers d'autres méthodes. Mais ça dépend de chacun. ■



### CE QU'ILS EN DISENT Sa maman

« Autour de nous, tout le monde nous posait des questions et on nous regardait avec un air entendu et condescendant qui me culpabilisait. L'anorexie serait due à un problème relationnel avec la mère. Qu'avais-je donc fait, ou pas fait, où et quand avais-je mal agi, trop protégé, pas assez protégé... ? Depuis, j'ai compris que chaque anorexie est unique. Les motifs de cette maladie sont complexes et multiples. Pat mangeait de moins en moins (...) continuait à maigrir. Elle nous demandait en pleurant de l'aider à en sortir. Elle ne comprenait pas ce qui lui arrivait. La maladie la dépassait. (...) Je me rend compte maintenant que jamais un proche, un ami, un membre de la famille, un thérapeute ne nous a proposé d'aide, ne nous a fait prendre conscience que nous vivions une situation extrêmement difficile. Il est primordial de se faire aider psychologiquement, pour soi, pour la famille et la personne malade ensuite. »

### Son papa

« Comment l'accompagner, lui manifester notre soutien tout en ne cédant pas à ce qui me semblait pas moments des caprices d'enfant gâté ? Comment ne pas être ému par le souvenir de Pat, pleurant sur mon épaule, me confiant son désarroi face à ce qui lui arrivait et qu'elle ne comprenait pas ? Comment maintenir l'entente familiale (...) ? Pourquoi notre fille était-elle dépassée par cette épreuve ? Etions nous des parents inconscients des conséquences de notre choix de ne pas l'hospitaliser ? [Pat refusait d'y aller]

L'acte inexcusable de Thomas [tentative de viol], avait-il été davantage qu'un déclencheur, c'est-à-dire révélateur d'une fragilité latente de notre fille ? (...) Les réponses à ces questions ne paraissent pas plus évidentes aujourd'hui qu'à l'époque de la maladie de Pat. (...) Peut-être n'y a-t-il tout simplement pas de solution autre que celle d'une condition humaine à vivre, pour le meilleur et pour le pire. (...) Simplement faire face, courageusement aux inquiétudes (...) Se battre en couple aux côtés de votre enfant. »

### Joséphine, sa sœur

« L'anorexie, c'est un huis clos familial. C'est une pièce de théâtre dont l'épilogue n'est pas encore écrit. Chacun se retrouve face à lui-même, avec ses joies mais aussi ses côtés sombres (ceux-là même qu'on préférerait taire), ses exigences, son vécu. Il s'agit de composer une œuvre qui, on l'espère, passera à la postérité. (...) J'ai râlé, pesté, pleuré, souffert... mais je sors grandie de ces moments. Merci de m'avoir obligé à travailler mes fragilités à travers tes souffrances. »

### Joy, sa meilleure amie

« ... Je n'ai rien vu venir. Je m'en suis voulue. Moi, qui voulais "sauver" les autres, je n'ai pas pu te sauver. Je t'ai retrouvée à l'hôpital pour une opération des genoux, comme un fantôme. De la peau sur un tas d'os. Surtout, ne pas montrer ma stupéfaction. Il a fallu que tu aies 30 kilos pour que je prenne une giflette dans la figure. (...) J'avais l'impression que jamais tu ne sortirais de cet engrenage. En sort-on un jour ? En es-tu, vraiment, sortie ? Peut-on dire qu'un jour, la page est tournée ? (...) Tu m'as appris qu'il fallait d'abord accepter ses faiblesses avant de vouloir y faire face. Quel long chemin tu as réussi à traverser. »