

Introduction

J'ai toujours été parfaite. D'aussi loin que je m'en souviens, j'ai toujours été considérée comme l'enfant parfaite de la famille. J'étais bonne à l'école, j'étais sage à la maison et je ne posais pas de problèmes. J'étais altruiste et bienveillante, souriante et optimiste. En apparence, j'ai toujours tout fait pour qu'il n'y ait rien à me reprocher. Écouter mes parents, respecter les règles, suivre les consignes données par les enseignants, être là pour mes amis. Je me suis toujours occupée des autres. J'ai toujours été très attentive au regard que l'on pouvait porter sur moi. Peut-être parce qu'au fond, je souffrais d'un déficit de confiance. Ce regard que les autres pouvaient porter sur ma personne m'importait parce qu'il me donnait le sentiment d'exister. Car sans eux, je n'existais pas. Sans eux, je ne pouvais pas me concevoir en tant qu'être. Avec le temps, ces

autres, je les ai autant aimés d'un amour absolu que parfois haïs d'une haine sans limites.

Ceci est mon histoire : celle d'une jeune fille qui, à force de perfection, a fini par contrôler sa vie pour qu'elle soit sans faille de l'extérieur, alors que le reste de son existence s'écroulait de l'intérieur. J'ai voulu faire de ma vie un espace dans lequel je me sentais en sécurité parce que tout était prévu et programmé. Contrôler et tout maîtriser, voilà ce qui m'importait. Je voulais planifier et tout organiser afin de tout maîtriser. J'ai régenté ma vie – mon argent, mon alimentation, mon environnement – afin de remplir et de combler mon immense vide intérieur. Je me suis construit une bulle sécuritaire dans laquelle le hasard et l'imprévu n'avaient pas leur place. J'ai voulu maîtriser l'extérieur pour faire croire aux autres que tout allait bien à l'intérieur. Jusqu'au jour où tout cela a explosé...

L'enfance

Je suis née en décembre 1994 à Marseille, deux années avant la naissance de ma petite sœur. Mes parents se sont mariés quelques mois après. J'ai très peu de souvenirs de la période où mes parents étaient ensemble car ils ont divorcé lorsque j'avais quatre ans. Ma sœur et moi avons toujours vécu avec notre mère et on voyait notre père un week-end sur deux et la moitié des vacances scolaires. À l'époque, il vivait à Lyon mais il effectuait régulièrement des allers-retours entre chez nous et chez lui pour que nous puissions nous voir. Il n'y a jamais eu de rupture entre mon père, ma sœur et moi, et nous avons toujours eu la chance de nous voir et de nous appeler, malgré la distance.

D'une certaine façon, le divorce de mes parents était très réussi. Même s'il y avait parfois quelques animosités et des différends, ma sœur et moi n'en souffrions

pas. Un jour (j'étais plus grande), ma mère m'a dit que je lui avais reproché d'être restée alors que mon père était parti, mais je n'en garde aucun souvenir. L'époque où nous étions tous les quatre m'a toujours semblé appartenir à une autre réalité. J'ai très rarement eu l'occasion de dire papa et maman à mes deux parents en même temps. Ma vie a toujours été séparée entre l'un ou l'autre.

Mes parents se sont tout de suite remis en couple avec quelqu'un. Pour la petite histoire rigolote, mon père a épousé ma belle-mère le même jour que celui où ma mère et mon beau-père se sont mariés. Malheureusement, comme nous n'avions pas la faculté de nous dédoubler avec ma sœur, nous n'avons pu assister qu'à un seul des deux mariages, qui est d'ailleurs celui qui a pris fin seize années plus tard. Comme quoi, la vie est parfois drôlement faite.

J'étais une petite fille très gaie, sage et souriante. J'adorais jouer avec ma sœur et me projeter dans des histoires à travers des récits que j'inventais. J'affectionnais tout particulièrement les poupées, mais ce n'était pas pour jouer à la maman ou pour m'en occuper. Ce que j'aimais, moi, c'était leur faire vivre des aventures. Avec ma sœur, nous les emportions dans le jardin et nous nous amusions à les envoyer voler dans les arbres, à les baigner dans la piscine et à leur faire escalader les rochers. Nos poupées devenaient les héros de nos inventions imaginaires. J'avais sept ans

quand le film *Harry Potter* est sorti au cinéma. Il a été une véritable révélation pour moi et un puits d'inspiration constant pour étoffer mes récits d'aventures dans notre jardin des merveilles. Nous refaisions des personnages des films et nous créions d'autres histoires à partir de héros fictifs.

J'aimais beaucoup grimper dans les arbres et courir sur les falaises. Tous les mercredis, nous allions manger chez nos grands-parents et mon grand-père nous emmenait crapahuter sur les rochers avec des cordes. Je m'amusais à refaire le film *Vertical Limit* et je rêvais de devenir alpiniste. À cette époque, j'hésitais entre être chevalier ou passer l'essentiel de ma vie à escalader les montagnes. Les deux me semblaient d'ailleurs parfaitement compatibles.

À l'école maternelle puis primaire, j'étais une petite fille tranquille et travailleuse mais une élève plutôt moyenne. J'ai eu du mal à lire jusqu'à ce que je découvre l'ouvrage de J. K. Rowling qui a déclenché ma passion littéraire. Ma mère et moi le lisions le soir, avant que j'aie me coucher pour que j'apprenne à prononcer les sons et à lire les lettres. Je n'étais pas bonne dans les matières scientifiques et ma mère s'arrachait les cheveux pour me faire comprendre les énoncés des problèmes. Je ne comprendrai d'ailleurs jamais pourquoi on s'obstine à faire résoudre des problèmes aux enfants. C'est comme si on leur envoyait un message qui leur dirait : « La vie est un immense problème à résoudre. » Autant je comprenais

bien l'utilité des mots, autant j'avais du mal avec les chiffres. On me parlait de logique et je ne voyais face à moi qu'un langage dénué de tout sens.

J'ai pratiqué de nombreux sports et activités. J'ai fait trois mois de danse classique mais je manquais cruellement de grâce et de souplesse et j'ai très vite arrêté. J'ai fait deux années à l'école du cirque où je faisais tourner des assiettes sur un bâton en bois puis je me suis lassée. J'ai tenté le tennis mais les balles couraient plus vite que moi. J'ai fait une année de judo sans dépasser la ceinture blanche et une année de modern jazz. On ne peut pas dire que je brillais par mes performances. Je faisais cela uniquement parce qu'on me disait qu'il fallait que je fasse du sport et que j'ai toujours suivi le mouvement.

Finalement, j'ai fini par faire du basket parce que ma mère et ma sœur en faisaient et j'ai continué à jouer durant six ans. En toute honnêteté, je n'étais pas douée dans ce sport, ni dans aucun autre d'ailleurs. Je ne savais jamais où me placer sur le terrain et je courais d'un bout à l'autre en espérant que personne ne me passerait la balle. Mon désir, c'était de rester le plus de temps possible sur le banc de touche. J'aimais mieux suivre les matchs de ma mère, auxquels j'assistais avec un ami, et noter les points sur les fiches d'arbitrage et de décompte, que de devoir courir. Mais j'aimais l'équipe avec laquelle je jouais et je crois que c'était ça qui me faisait rester. J'aimais les retrouver pour les entraînements deux fois par semaine, partir le week-end avec elles pour faire des

matchs et parfois les retrouver en haut du village, juste pour discuter. J'aimais le fait d'appartenir à un groupe et que nous soyons soudées. Heureusement que nous l'étions d'ailleurs, parce que ce n'était pas nos résultats qui auraient pu y contribuer. Je ne crois pas avoir jamais été dans une seule promotion qui ait remporté le championnat. Nous avons toujours été dernière ou avant-dernière, mais ça n'avait absolument aucune importance pour moi. Je ne voulais pas gagner, je voulais seulement partager quelque chose avec d'autres et faire partie d'un tout. Avec elles, j'étais à ma place.

Petites filles, ma sœur et moi partions régulièrement voir notre père. Un week-end sur deux, nous faisons nos bagages et il venait nous chercher. Nous nous sommes tout de suite très bien entendues avec sa nouvelle compagne avec laquelle il a eu un bébé. Au début, je voulais une autre petite sœur, mais je suis finalement tombée amoureuse de ce petit garçon. J'avais l'impression de tenir une petite chose précieuse entre les mains et j'adorais le voir grandir. Encore aujourd'hui, malgré les neuf années qui nous séparent, nous adorons toujours autant nous voir, nous appeler au téléphone et rire ensemble. C'est un garçon que je trouve très mature pour son âge et extrêmement bienveillant avec les autres.

J'ai toujours aimé être en famille. J'aimais cette atmosphère réconfortante et sécurisante. Que ce soit

chez mon père ou chez ma mère, je me sentais pleinement intégrée et j'aimais cette existence qui s'éternisait au milieu d'un cocon d'amour sans fin. J'adorais nos éclats de rire, nos échanges, et me sentir pleinement à ma place. Avec mon petit frère ou ma petite sœur, j'aimais beaucoup cette place d'aînée. Peut-être parce que j'ai toujours aimé commander au fond.

Déjà enfant, j'étais sérieuse et organisée. J'ai toujours aimé gérer les choses et c'est l'un de mes traits de caractère principaux. On m'a toujours dit que j'étais autoritaire, que j'aimais que les choses soient carrées et qu'elles se passent comme je le désirais. Je n'ai jamais apprécié les imprévus et j'ai toujours été stressée à l'idée de me retrouver face à quelque chose que je ne maîtrise pas.

À l'inverse, ma sœur était bordélique et tête en l'air. Aussi, lorsque nous partions chez notre père, je prenais soin de lui faire sa valise et de vérifier qu'elle n'oubliait pas ses affaires, ni chez notre mère, ni chez notre père. Chaque fois que nous partions en vacances, je m'occupais de tout pour elle et je portais mentalement la charge de la logistique. L'intendance, c'était moi qui la gérais. Je me souviens d'une fois où notre père nous avait mises dans le train, après un Noël dans la famille de ma belle-mère, à Paris. Ma sœur et moi marchions vers le wagon et elle en avait soudain eu assez de porter ses valises. Du coup, elle avait tout lâché au milieu du quai et elle était partie. Je m'étais occupée de tout ramasser et de rapporter

l'ensemble dans le TGV avant d'aller la retrouver pour la calmer.

À la maison, c'était pareil, j'aimais que tout soit bien organisé. Ma chambre a toujours été rangée, même si elle a parfois été un peu trop surchargée d'objets. J'ai toujours aimé que les choses soient bien à leur place et qu'elles soient classées. Ranger l'extérieur me paraissait être une excellente façon de faire face aux désordres intérieurs.

À l'école, je n'ai jamais eu beaucoup d'amis. Je n'étais pas le genre de personne à aimer collectionner les copines. Je me suis toujours étonnée de voir que ma sœur, à l'inverse, était entourée de beaucoup de personnes sans avoir d'amitié forte et véritable. Moi, il me suffisait d'avoir une personne pour me sentir bien. Je crois que déjà à l'époque, j'avais besoin d'être deux pour me sentir pleine. Je me sentais rassurée lorsque je trouvais un autre avec qui je pouvais partager ma vie, au risque de fusionner.

À la maternelle, je restais avec une petite fille et un garçon que je considérais comme mes meilleurs amis. Lui est parti lorsque nous sommes rentrés en primaire mais elle est restée avec moi jusqu'au CE1. Ensuite, je me suis retrouvée seule dans ma classe de CE2. C'était la première fois que nous étions séparées, elle et moi, et je me sentais très seule dans cette classe. Je n'avais finalement pas d'autre choix que de travailler

pour espérer combler son absence durant les cours, avant de la retrouver durant les récréations.

L'année du CE2, ma mère et mon beau-père ont fait construire notre maison, dans un village qui se trouvait à quinze minutes de mon école. Je savais donc qu'à la fin de l'année, je serais obligée de quitter mes copines et l'environnement que j'avais toujours connu. Je nous revois encore avec mon amie d'enfance pleurant dans les bras l'une de l'autre, comme si on nous arrachait un bout de notre cœur. Quand on est petit, tout changement ressemble à un drame pour la vie.

Je suis entrée en CM1 dans l'école de mon nouveau village. Je ne m'y suis sentie ni mal ni bien. C'était simplement une école mais ce n'était plus *mon* école. J'ai rencontré une amie mais ce n'était pas aussi fort qu'avec mon amie d'enfance. Ça ne m'a pas empêchée de vivre, mais je ressentais un manque à combler au fond de mon cœur.

C'est à la fin de l'année de CM2 que j'ai commencé à percevoir des changements sur mon corps qui m'ont troublée. D'abord, il y a eu l'apparition des premiers poils qui m'ont laissée perplexe. Je souligne cette événement parce que je me revois encore lever les bras durant la récréation alors que nous jouions à l'élastique avec mes copines. Un garçon était passé en ricanant et en me faisant remarquer que j'avais des poils sous les bras, comme si c'était une tare pour une fille d'avoir de la pilosité.

Quelques jours avant la fin de l'école, j'ai aussi eu la surprise de découvrir du sang qui tachait mes sous-vêtements. Au début, je n'ai pas vraiment compris ce qu'il m'arrivait. Le tissu était rouge et je croyais avoir fait une bêtise ou être tombée malade. J'en ai parlé à ma mère qui a été très émue et très contente en apprenant ça. Personnellement, je ne voyais pas bien en quoi cette nouvelle était réjouissante. J'ai été obligée de me cacher durant les derniers jours du CM2 pour aller me changer plusieurs fois dans les toilettes afin de faire face à cette arrivée de sang massive et brutale à laquelle je n'étais pas préparée.

On m'a félicitée d'avoir eu mes règles si tôt. Ma mère a presque appelé toute la famille pour leur annoncer la « bonne nouvelle ». Le fait de perdre du sang ne me gênait pas en soi. Ce qui me perturbait, c'était d'être en décalage avec les autres enfants. Eux, ils étaient encore petits et ils n'avaient pas des corps en train de changer et d'évoluer brusquement vers celui de l'adulte. J'avais dix ans et je me sentais encore comme une petite fille. Et surtout, on n'avait pas eu le temps de m'expliquer ce que cela signifiait.

L'arrivée de mes règles a bien sûr signifié l'entrée dans la puberté et toutes les transformations qui vont avec : les premiers poils, la poitrine qui se développe, la morphologie qui se modifie. En l'espace de quelques mois, j'ai commencé à prendre du poids. Mon bassin s'est élargi et mon corps d'enfant a laissé

sa place à celui de l'adolescente. D'un seul coup, je ne pouvais plus rentrer dans mes vêtements. Ma mère et ma grand-mère nous emmenaient régulièrement faire les magasins, ma sœur et moi, et je me rappelle avoir versé d'énormes quantités de larmes parce que je ne parvenais plus à trouver de quoi m'habiller. Des vêtements, il en existait des centaines, mais ce n'était plus ceux sur lesquels il y avait des papillons colorés et des dessins enfantins. Il fallait que j'accepte de quitter l'enfance pour entrer dans l'adolescence et que je laisse derrière moi cette vie d'insouciance et d'absolue liberté.

En entrant au collège, j'ai dû donner à ma sœur des vêtements que je portais à l'école et je l'ai très mal vécu. J'aimais ces vêtements. Devoir les donner ou les jeter, c'était comme devoir quitter l'enfance dans laquelle je me sentais en sécurité alors que j'aimais l'idée de rester éternellement une petite fille. Je n'avais aucune envie de m'en séparer et je ne voyais aucun plaisir dans le fait de pouvoir en acheter de nouveaux. Je me retrouvais à trier mes vieux vêtements un à un et à pleurer des heures durant devant mon miroir parce que je ne pouvais plus rentrer dedans.

J'ai quitté l'école primaire en juin 2005 pour entrer au collège. Encore une fois, j'avais l'impression de partir seule dans un nouvel endroit. Même si la plupart des enfants allaient aussi dans cet établissement, c'était quand même un sacré changement parce que

le collège se situait à plus de trente minutes en bus de chez moi. Je devais donc me lever tôt, prendre l'auto-bus et me rendre là-bas en attendant qu'ils terminent de construire un nouvel établissement plus près, et promis depuis des années.