

De ma chair et de mon sang tu te nourriras

Phase 1 : tension

Agresseur : a des éclats de colère, menace l'autre personne du regard et fait peser de lourds silences.

Victime : se sent inquiète, tente d'améliorer le climat et fait attention à ses faits et gestes.

- Maman ? C'est quand qu'on...
- RENTRE PAS TOUNE, J'TOUTE NUE !

La porte de la salle de bain se referme aussi violemment qu'elle s'est entrouverte quelques secondes plus tôt. La fillette a à peine le temps de voir le corps flambant nu de sa mère, que le contact avec l'imposante plaque noire posée sous les pieds de Jacynthe se fait.

- Maman ? T'es-tu correcte ?
- Ben oui, mon amour. Maman s'en vient là, laisse-moi m'habiller et on va y aller à ton cours, j'arrive.
- Je vais aller mettre mes bottes, j't'attends dans l'auto, ok ?

Acculée entre la plaque de verre et le tain des miroirs accrochés aux murs, j'observe les gamines qui balancent leurs jambes. Au rythme des coups d'archet, leur jupe de tulle virevolte. Quel génie de la musique, ce Tchaïkovski ! Je vois que ma présence dérange la professeure. Elle traverse les allées faites de barres métalliques et tire sur les jupettes, ordonne à certaines de maintenir leur dos droit et de rentrer leur estomac, sans quoi il me serait possible de remarquer les plis de ventre des fillettes. Au moment de la courte pause accordée aux jeunes danseuses pour boire de l'eau, la dame se tourne discrètement vers un des miroirs pour observer le galbe de ses fesses. Elle se retourne alors en ma direction, l'air inquiet, et je lui offre mon plus beau sourire. Le cours reprend et je me faufile dans l'isolation rosâtre des murs. Les traces de ma venue flottent encore dans la classe.

Aussitôt rentrée de son cours, Marianne se déchausse rapidement puis file en trombe vers sa chambre. Retrouver Dorothée, son idole de plastique, voilà ce qui l'animait. Blottie entre un pompon faisant office d'oreiller et d'un tissu de velours volé dans le local d'art dramatique de l'école, la poupée aux cheveux platine et aux seins rebondis se reposait, les yeux toujours ouverts. À peine plus large de taille que les doigts de l'enfant, la Barbie possédait pourtant tous les rôles dans son imaginaire : infirmière, mère, chanteuse à succès, ballerine et parfois

même première ministre du monde. Ravissante et délicate, la figurine sut rapidement imposer sa supériorité parmi les peluches aux formes rembourrées.

Phase 2 : agression

Agresseur : violente l'autre personne sur les plans verbal, psychologique, économique, physique ou sexuel.

Victime : se sent humiliée, triste, et a le sentiment que la situation est injuste.

Les faisceaux lumineux du sous-sol chez Brittany électrisent mes iris. Le verre en plastique rouge commence à fondre dans ma paume moite. L'alcool glisse sur mes cuisses et fait flotter mes manières. J'observe le troupeau de gars en furie autour de la table de baby-foot. Mon regard se perd dans le *boys' club*, mes yeux s'accrochent au brouhaha des corps qui s'animent. Lentement, je m'avance vers l'un deux. Lui tapote l'épaule du bout des doigts. L'invite du regard à me suivre dans la chambre d'à côté. Un large sourire fend son visage en deux.

- J'reviens, man ! Attendez-moé pour continuer 'à game !

Bientôt, nos langues se lient, je goûte les dégoulinades du mélange *punch* aux fruits-vodka sur le contour de ses lèvres, la chaleur monte, les effluves d'*Axe* me piquent les yeux, les pics de gel dans ses cheveux chatouillent mon front, mes oreilles chauffent. Il me pousse sur le lit, retire son chandail et me rejoint langoureusement. Sa main suit la courbe de mes hanches et s'aventure dans les contrées de ma peau. Il enlève mon chandail. Il poursuit son chemin dans la vallée de mon intimité. Brusquement, il retire sa main de mon jean. Il se relève.

- Qu'est-ce qui a ? Ça va tu ?

Il remet son chandail qui trainait au sol.

- Wou-Hou ! J'te parle !

- Moi, les toutounes, ça m'excite pas. Pis en plus, t'es même pas rasée.

Il quitte la pièce en laissant dans ma bouche l'amer goût de la honte. Mes yeux se brouillent. Je me lève, prends le verre vide échappé plus tôt, me précipite hors de la chambre, traverse le corridor d'un pas déterminé, passe devant le rassemblement autour de la table de foot et, à bout de bras, lance mon verre sur le groupe.

- Criss de folle ! Y'a pas voulu coucher avec toé, assume-lé !

Les rires montent. La rage me sidère. Je remonte l'escalier en vitesse. Dans la foulée, je le vois. Lui. Une bière à la main, gueulant comme les autres gars, flottant au-dessus de leurs

têtes, teintant leurs paroles. Même. Il pointe alors son regard vers moi. Il m'envoie la main, ainsi que son plus lugubre sourire. Un frisson parcourt mon échine.

Phase 3 : justification

Agresseur : trouve des excuses pour justifier son comportement.

Victime : tente de comprendre les explications, d'aider l'agresseur à changer, doute de ses propres perceptions et se sent responsable de la situation.

Marianne erre entre les promos de la St-Valentin et les strings rose fluo chez La Senza. Sirotant son Coca-Cola, elle se dit qu'elle aurait dû opter pour la version *Diet*. Les *madames* sur les affiches publicitaires la toisent. Leurs longues jambes luisantes, juchées sur des talons aiguilles, leurs clavicules creuses, leurs abdominaux apparents. Je m'incruste dans le décor photo et remonte les bretelles du soutien-gorge orné de petits cœurs de l'une et ajuste le porte-jarretelle de l'autre. Je vole le ruban à mesurer de la vendeuse et m'amuse à prendre les mensurations des mannequins. Marianne me regarde faire. Mon spectacle interpelle une dame effectuant une transaction plus loin.

- Avec ça, je vais avoir l'air d'une danseuse, mon mari ne pourra pas se plaindre, hein !

Le ventre de Marianne se met à gargouiller. Elle me regarde toujours. Au loin, je lui susurre les mots du garçon de l'autre soir.

La cloche annonçant l'heure du dîner fait sursauter Marianne qui s'était assoupie sur son bureau. Elle prend son sac et sort de la classe en suivant les autres. Tous passent dans le corridor des locaux de mathématiques et tournent à droite pour emprunter les escaliers menant au sous-sol des casiers pour aller récupérer leur lunch. Bifurquant à gauche, Marianne se rend aux toilettes. Elle empoigne son dîner, un sandwich fidèlement préparé par sa mère la veille. Une affiche de plastique amochée par le temps est collée sur la porte de la cabine. « Prière de ne jeter aucun aliment dans la toilette, merci. -La direction ». Marianne prend les tranches de pain blanc, se les fourre dans la bouche, mastique longuement, puis recrache le tout dans la cuvette. Elle poursuit le rituel pour l'ensemble de son repas.

Phase 4 : réconciliation

Agresseur : demande pardon et parle de thérapie ou de suicide.

Victime : donne une chance à l'agresseur, lui apporte son aide, constate ses efforts et change ses propres habitudes.

Tenant fermement Marianne par la taille d'une main, je laisse l'autre se perdre dans sa chevelure. Je flatte son ventre et m'imisce dans ses cheveux pour en humer l'odeur. Ces nuits où je suis blotti contre elle, la jeune fille n'arrive pas à trouver le sommeil. Quand elle réussit à s'endormir, j'enfonce mes dents dans sa peau et la gruge jusqu'à en traverser ses organes. La faim la tient debout. Quelques fois, elle se lève pour aller prendre un verre de lait, mais aussitôt je l'agrippe fermement. Elle se retourne, et la gardant coincée contre moi, je force sa tête à se coucher dans mes idéaux. Je continue à lui flatter les cheveux, de froides larmes glissent le long de mon bras. Oui, tu es belle, non, pas encore assez, c'est vrai, mais tu es sur la bonne voie, je te le promets, c'est normal de pas se sentir bien, mais c'est bientôt fini, je te jure, tu seras jolie pour l'éternité mon amour, fais-moi confiance.

Phase 1 : tension

Agresseur : a des éclats de colère, menace l'autre personne du regard et fait peser de lourds silences.

Victime : se sent inquiète, tente d'améliorer le climat et fait attention à ses faits et gestes.

- Marianne ! Maaaarianne! Marianne, câliss, tu vas-tu finir par te réveiller, cibouère !
- Oui, oui, j'me lève, c'est bon.
- Pis viens pas chialer si je reçois des courriels de tes profs que t'arrives en retard à l'école, ma bonne fille !

Jacynthe arrache la couette de sa fille. L'instant d'une seconde, celle-ci a repris l'âge de sept ans. Dans son pyjama troué à l'effigie de Mickey Mouse, Marianne est recroquevillée sur elle-même, ses frêles membres accrochés les uns aux autres.

- Cocotte, je veux pas avoir à te le répéter 100 fois, faut que tu te lèves là, mon amour, tu vas manquer ton bus.

Son crachat de dentifrice est teinté de rouge. Marianne relève la tête, sourit. Ses gencives s'égrènent. Des résidus répulsés de nourriture sont encore emmêlés avec la pâte à dent croûtée qui s'accumule sur les rebords du lavabo. Des stries de bave ont séché sur les poignées du robinet. Flottent dans la toilette les restes de la crise d'hier soir. Un pesant mal de tête assomme la jeune fille qui, de peine et de misère, se dirige vers sa penderie et attrape son jean préféré. Celui taille basse, qui lui fait un maudit beau cul. Tels ont été les mots employés par un gars avec qui elle a l'habitude de traîner parfois. Celui qui met en valeur son ventre plat-mais-pas-encore-assez-mais-plat-quand-même-des-fois. Marianne enfile

rapidement une large veste, se maquille légèrement les yeux, tente de cacher ses flagrants cernes violacés, puis quitte la maison en prenant soin d'oublier son lunch dans le frigo.

Phase 2 : agression

Agresseur : violente l'autre personne sur les plans verbal, psychologique, économique, physique ou sexuel.

Victime : se sent humiliée, triste, et a le sentiment que la situation est injuste.

Un chapeau pointu agrémenté du nombre 15 est posé sur sa tête. La cordelette élastique lacère son menton. Traînent encore sur le sol les confettis décédés à la suite de l'explosion surprise. Les amies invitées ont déjà quitté la fête. Les banderoles ne colleront bientôt plus aux murs. Elle fixe ardemment les restes du gâteau d'anniversaire enveloppés de cellophane. Je la regarde fantasmer sur la chair chocolatée. Rapidement, je lui chuchote le nombre de calories qui se trouvent dans sa proie, lui rappelle que le sucre et le gras font considérablement grossir. Je poursuis ma route dans son canal auditif, puis traverse son tympan. Le bruit de mes pas résonne dans sa tête, imitant celui du compte à rebours. Le silence complet de la maisonnée me permet de hausser le ton. J'évoque la pointe de gâteau qu'elle a refusée tout à l'heure, la félicite, puis la traite de truie. Soudain, elle ramène ses jambes à sa poitrine. Elle monte sur la table. Je lui crie dans la tête la laideur du bourrelet qui se forme lorsqu'elle enfile une brassière et de ceux qui se multiplient quand elle se penche pour ramasser un objet tombé au sol. Désormais à quatre pattes sur la table, elle avance lentement vers l'interdit. Les effluves lui prennent à la gorge. Je tente de la raisonner en lui hurlant qu'elle a déjà assez mangé aujourd'hui. Elle se rue alors tête première dans le corps de la bête, arrache violemment sa protection de plastique, puis, à grands coups de gueule, le dévore tout entier. Ses déglutitions sont calmantes, mais ô combien douloureuses. Je m'accapare alors de ses pensées, reprend le contrôle. Des flashes vertigineux se bousculent dans sa tête. Des jeunes filles aux membres squelettiques, leurs joues creuses, le dos cambré de l'actrice porno, les vêtements qui moulent à la perfection son corps affamé, beau, séduisant. Marianne se lève. Elle se dirige aux toilettes, soulève son majeur et son annulaire, se les enfonce dans la gorge et déverse une marre de regret. Je lui tiens les cheveux, lui flatte le dos. Elle pleure. Son œsophage brûle. Je lui rappelle que c'est le prix à payer. Qu'elle fait bien ça.

Dans sa chambre, Marianne danse avec l'ivresse du jeûne. Elle prend un CD dans sa bibliothèque, le pose sur le lecteur et appuie sur *Play*. Les premières notes de « Une sorcière

comme les autres » emplissent alors la pièce. Je suis caché à sa fenêtre. Je la regarde tourner, s'enfarger dans le tapis au pied de son lit, éviter la chute au sol en s'accrochant aux barreaux de sa chaise de bureau.

« ...S'il vous plait, soyez comme le duvet, soyez comme la plume d'oie, des oreillers d'autrefois »

Habillée de sous-vêtements aux bordures en dentelles blanches et d'une robe de chambre en soie rose, Marianne se perd dans les limbes de son enfer. Ses jambes peinent à la tenir debout.

« ...Je vous ai porté vivant, je vous ai porté enfant, Dieu comme vous étiez lourd, pesant votre poids d'amour »

Elle prend les extrémités de son déshabillé et fait la révérence aux affiches qui ornent ses murs, à sa commode où s'empilent ses vêtements, à son lit défait dont les draps ont conservé la forme de son corps. Elle croise le regard de Dorothée, écrasée dans sa garde-robe contre de vieux livres d'écoles et des albums photos.

« ...S'il vous plait, regardez-moi je suis vraie, je vous prie ne m'inventez pas, vous l'avez tant fait déjà »

Son cœur bat vite. Imitant toujours la prestance d'une princesse, elle se met à tourner sur elle-même, me fixant du regard au passage. Je m'allume une cigarette et l'observe, un sourire en coin. Valsant avec un fantôme, Marianne fait de larges pas en traversant la pièce. Elle lève les bras, ses mouvements dictés par les réminiscences de ses jours de ballerine.

« ...Vous me refusiez votre aide, quand je ne vous servais plus, quand j'étais belle et soumise, vous m'adoriez à genoux »

Étourdie, la jeune femme s'écroule sur son lit. Elle soulève ses jambes, faisant retomber son peignoir, laissant entrevoir sa culotte. Je l'observe toujours. Ses cuisses sont frêles, il m'est possible de discerner les creux marqués par la chair collée à ses os.

« ...Celle des monuments aux morts, celle qui danse et qui en meurt, fille bitume ou fille fleur »

Elle se retourne vers moi. Pointe ses bras en ma direction, telle une morte-vivante.

« ...La mer à son tour divague, de violence inemployée, me voilà comme une vague, vous ne serez pas noyé »

Elle ferme ses yeux et laisse couler ses larmes. Sa main se pose sur sa tête. Doucement, elle se flatte les cheveux.

« Et c'est l'ancêtre ou c'est l'enfant, celle qui cède ou se défend, c'est Gabrielle ou bien Eva, fille d'amour ou de combat »

Marianne se relève alors, me regarde d'un œil dur. Elle me fixe longuement avant de se prendre dans ses bras. Elle s'étreint le corps, ancre pour de bon son regard dans le mien, essuie ses larmes, puis quitte la chambre.

Phase 3 : justification

Agresseur : trouve des excuses pour justifier son comportement.

Victime : tente de comprendre les explications, d'aider l'agresseur à changer, doute de ses propres perceptions et se sent responsable de la situation.

L'odeur aseptisée des corridors la suit comme une malédiction. Les affiches de maladies cardiaques et de troubles gastro-intestinaux la fixent d'un œil inquiétant. Elle continue son chemin en baissant son regard vers le sol. Elle arrive dans la chambre de sa grand-mère. Elle s'assoit sur le sol, pose sa tête près du bras tacheté par la vieillesse et la maladie de Diane et sa lente respiration la calme. Marianne ferme les yeux.

- Grand-maman ? Tu te souviens-tu d'avoir détesté ton corps toi aussi ? T'avais-tu peur de ton reflet dans le miroir dans la vingtaine ? Maudissais-tu les hommes ?

Un geste spasmodique agite la main de Diane. Ses paupières demeurent lasses. Marianne poursuit, un trémolo dans la voix.

- Tu te sentais-tu observée quand les mini-jupes sont devenues à la mode ? T'as fait quoi quand t'as réalisé que tu pouvais être autre chose qu'une femme au foyer ? T'avais-tu l'impression de faire l'amour à ton mari par devoir ? T'as vécu comment avec ton corps qui changeait à cause de la maternité ? Avec la vieillesse ? As-tu déjà eu peur de grossir, toi aussi ? J'me sens pas bien grand-maman.

Marianne éclate en sanglots.

- C'est partout, grand-maman, c'est partout où je vais, il y a ces rappels que j'suis pas assez belle, que je dois être plus mince. J'ai toujours des voix dans ma tête qui me disent de maigrir, plus, plus, plus, plus. J'ai l'impression de me faire espionner et suivre tout le temps par un bonhomme dans ma tête qui veut que je perde du poids, mais je sais pu si c'est moi qui parle ou non. Je suis fatiguée grand-maman, je suis tellement fatiguée. Veux-tu venir me chercher à l'école demain et qu'on aille à l'épicerie, et que tu m'achètes toutes les boîtes de *Joe Louis*, pis qu'on les mange dans l'auto ? Tsé comme on faisait quand j'tais jeune. Je les comptais pas les calories dans c'te temps-là. Toi, les comptais-tu ?

Il n'y a que l'incessant tic-tac de l'horloge qui répond alors à Marianne.

Phase 4 : réconciliation

Agresseur : demande pardon et parle de thérapie ou de suicide.

Victime : donne une chance à l'agresseur, lui apporte son aide, constate ses efforts et change ses propres habitudes.

- Marianne ? As-tu...

Jacynthe ouvre la porte sur sa fille à moitié nue sur la balance. Ses sous-vêtements flottent sur son squelette, un flacon de laxatifs traîne sur le comptoir de la salle de bain, la toilette est tachetée de pulsions colorées. Marianne se retourne. Les deux se regardent, leurs bouches restées closes, immobilisées par l'effroi. Marianne s'empresse de renfiler sa veste laissée au sol, mais sa mère a déjà eu le temps de le voir, hélas. Le corps ravagé par la faim, elle sait trop bien le reconnaître. Jacynthe avance vers sa fille, leurs visages se rapprochent. Brûlés sont les contours de la bouche de Marianne, meurtris sont ses yeux, boursoufflés sont ses joues, creux est son menton, asséchées sont ses lèvres, livide est son teint, fins et cassants sont ses cheveux. Elles s'enlacent, puis s'effondrent par terre, dans un torrent de larmes. Les sanglots se cassent dans une brutalité effrayante. Marianne est toujours logée dans les bras de sa mère qui, elle, empoigne le flacon de laxatif, enlève le bouchon avec ses dents, vide le contenu dans les toilettes, puis tire la chasse. Jacynthe rhabille doucement son enfant qui crache encore sur elle ses larmes intarissables. Assise sur le carrelage froid, elle tente de saisir du bout des doigts la balance, réussit à la rapprocher, dévisse à l'aide de sa boucle d'oreille le boîtier des piles, les retire et les glisse dans sa poche.

Plusieurs mois plus tard...

« *Ton corps, ton choix !* »

« *Besoin d'aide ? On est là pour toi !* »

« Te sens-tu contrôlé(e) par la nourriture ? Tu n'es pas seul(e) ! Parles-en ! »

« Les standards de beauté sont irréalistes, apprends à aimer ton corps comme il est ! »

- On est prêt à commencer tout le monde ? Parfait, donc comme chaque semaine, à tour de rôle, on va se nommer, puis lire notre devoir qui était à faire. Qui aimerait débiter ?

Les regards se tournent unanimement vers la nouvelle venue. Marianne est rapidement extirpée de sa torpeur, elle qui était obnubilée par les affiches aux slogans colorés.

- Euh, oui. Allo, je m'appelle Marianne et j'ai des, hum, des troubles. Alimentaires. Sylvie m'a dit dans son courriel qu'il fallait que j'écrive de quoi à partager. Ça adonnait bien, parce que je suis pas ben bonne pour parler.

Assis en rond sur des vieilles chaises de plastique orange fluo, tous regardent la jeune femme, qui se ronge les ongles au sang, et dont les mains font trembler sa feuille mobile mouillée de nervosité.

- De mère en fille, la haine se lègue. De mère en fille, on s'haït le corps, mais cette rage ne vient pas de nous, on nous l'impose. Aucune issue possible, faut s'haïr pour survivre dans un monde où sont prônés des fantasmes malsains. Où la violence est légitimisée. C'est tordu, ce qu'on nous force à être. On est soumises. On nous aime comme ça, car en ne mangeant plus, on perd la force pour se défendre. On perd la force d'être femme, alors un autre la prend à notre place et nous invente des identités qui attirent, aussi perverses soient-elles. Depuis que je suis jeune, je me sens épiée. Par cet autre qui a pris ma place. J'étais toujours suivie par un regard délétère, qui me disait quoi faire pour me garder agenouillée, faible. Il me suivait partout, comme un voyeur. J'étais constamment observée, même dans ma plus profonde intimité. Un jour, mon cœur a failli lâcher. C'est là que j'ai réalisé que j'étais contrôlée par ce que la société voulait de moi. La société qui fantasme sur la violence, sur l'autodestruction et la haine. Je croyais que je serais sauvée de cette haine en me conformant à ses idéaux. C'est ce qu'elle m'avait promis. Un corps « parfait », comme elle aime le nommer, est maître d'un pouvoir infini. La beauté est un privilège qui s'acquiert et lorsqu'on y parvient, tout nous devient alors possible. Laissez-moi vous dire que rien n'est plus laid qu'un corps violenté par les troubles alimentaires. Rien n'est plus laid qu'un corps qui se restreint ou qui se fait sans cesse vomir. La réelle beauté est ailleurs. Aujourd'hui, j'ai 20 ans et je ne me suis jamais autant sentie femme qu'avec mes règles qui sont réapparues, qu'avec ma peau et ma graisse qui sert à protéger mes organes vitaux, qu'avec mon système qui s'est remis à fonctionner et qui illumine ma peau et mes cheveux, qu'avec mes seins qui ont repris leur

croissance, qu'avec mes cuisses qui se touchent et se frottent quand je marche, qu'avec mes bras qui sont redevenus forts et qu'avec mes hanches qui peuvent enfin accueillir un bébé. Parfois, la voix revient. C'est confrontant. C'est un cycle qui se répète toujours. J'ai sans cesse peur de retomber dedans, même si aujourd'hui j'ai la force de le rompre, ce cycle. Je suis quand même ici pour guérir. C'est un lourd combat, c'est long et l'ennemi est trop grand, trop partout. C'est dur d'éviter son regard. Néanmoins, je sais une chose. S'émanciper de sa violence, voilà ce qu'il faut pour renaître.

Un texte de Gabrielle Gervais

¹ Les descriptions des phases du cycle de la violence proviennent toutes du site officiel du gouvernement du Québec. [cycle_violence_complet.pdf](#)