

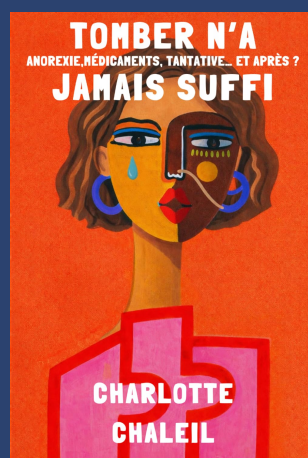
CONTROL ALT

Au même moment... # 69

Chronique d'une culture dopaminée

A l'occasion de la parution
du récit de Charlotte Chaleil
[Tomber n'a jamais suffi](#)





Tomber n'a jamais suffi

Un récit de Charlotte Chaleil
Auto-Edition, avril 2026
512 pages

« On est là pour guérir. Mais une partie de nous ne veut pas. Parce que la maladie, ce n'est pas juste une souffrance. C'est aussi une identité. La seule qui reste, parfois. Etre la fille anorexique. Celle qui contrôle. Celle qui tient. Celle qui existe à travers ça.

Et guérir, ça veut dire perdre ça. Perdre ce repère. Perdre cette définition. Et ça fait peur. Enormément. Alors on reste entre deux. Entre l'envie d'aller mieux. Et la peur de ne plus savoir qui on est sans la maladie. »

P. 477

Au même moment... Rien ne semblait prédisposer cette jeune femme d'une vingtaine d'années à des troubles alimentaires et usages addictifs de benzodiazépines, et ce, pour la simple raison qu'il est compliqué de les voir venir et de dresser une liste, même non exhaustive, de facteurs de risques. Même si Charlotte Chaleil est étudiante en médecine et promise à un futur prometteur, elle traversera des étapes de vie qui ressemblent à un sport de combat où le KO n'est jamais très loin. Dix-huit parties et deux cent quinze chapitres composent ce récit qui prend le temps de tout raconter, dans les moindres détails, de ce qui se vit, se ressent, se dissimule, se contrôle, s'évacue, s'adapte, se désespère, se reconforte, s'enrichit et s'appauvrit dans un parcours en montagnes russes que les mots accompagnent avec le recul nécessaire pour y voir plus clair sur les tenants et les aboutissants. Si le récit de Charlotte prend son temps, c'est qu'il est sûrement nécessaire. Il ressasse et tourne en rond parfois, se répète aussi comme si l'on voulait être sûr d'avoir tout dit, de ne pas être passé à côté de chaque micro-étape, chaque micro-avancée ou chaque micro-recul, chaque bascule, et surtout être sûr d'avoir été entendu. Il est beaucoup question de désir et de quête de contrôle : de sa nourriture, de son environnement, de son travail, de sa vie en somme. Il est aussi question de s'anesthésier, de chuter, se relever, rechuter, avancer à la force du poignet, de se cacher, d'aller mieux, de guérir, de faire semblant, de tenir, de s'effondrer. Il est question enfin de rétablissement, ou du moins de tentatives de rétablissement, tentatives au pluriel, car il y en aura un certain nombre, chacune charriant son lot de satisfactions, mais aussi son lot de déceptions, de résistances, d'adaptations et de dissimulations actives... Non, un parcours comme celui-ci ne peut pas se raconter en deux temps trois mouvements. Il faut aller au cœur des choses, s'appuyer sur chaque étape, chaque comportement, chaque sentiment, émotion, sensation pour que le fil se déroule progressivement et qu'on y trouve sa place en tant que lecteur, non pas celle d'un voyeur qui profite qu'une narratrice lui dévoile ses affres et son âme, mais celle d'un accompagnant à distance qui aurait la curiosité d'en savoir toujours plus pour mieux appréhender ces questions-là... Ce récit n'est que le préambule d'un prochain qui racontera avec sûrement autant de sincérité, comment Charlotte a voulu remplir un vide, nous dit-elle, en basculant d'une addiction aux benzodiazépines à une addiction à la cocaïne...