

Nathalie Dumet

L'inconscient dans l'assiette

12 petites histoires pour se libérer
des tyrannies alimentaires

DUNOD

Le pictogramme qui figure ci-contre mérite une explication. Son objet est d'alerter le lecteur sur la menace que représente pour l'avenir de l'écrit, particulièrement dans le domaine de l'édition technique et universitaire, le développement massif du photocopillage.

Le Code de la propriété intellectuelle du 1^{er} juillet 1992 interdit en effet expressément la photocopie à usage collectif sans autorisation des ayants droit. Or, cette pratique s'est généralisée dans les établissements

d'enseignement supérieur, provoquant une baisse brutale des achats de livres et de revues, au point que la possibilité même pour

les auteurs de créer des œuvres nouvelles et de les faire éditer correctement est aujourd'hui menacée. Nous rappelons donc que toute reproduction, partielle ou totale, de la présente publication est interdite sans autorisation de l'auteur, de son éditeur ou du

Centre français d'exploitation du droit de copie (CFC, 20, rue des Grands-Augustins, 75006 Paris).



© Dunod, 2017

11, rue Paul Bert, 92240 Malakoff

www.dunod.com

ISBN 978-2-10-076204-0

Le Code de la propriété intellectuelle n'autorisant, aux termes de l'article L. 122-5, 2° et 3° a), d'une part, que les « copies ou reproductions strictement réservées à l'usage privé du copiste et non destinées à une utilisation collective » et, d'autre part, que les analyses et les courtes citations dans un but d'exemple et d'illustration, « toute représentation ou reproduction intégrale ou partielle faite sans le consentement de l'auteur ou de ses ayants droit ou ayants cause est illicite » (art. L. 122-4).

Cette représentation ou reproduction, par quelque procédé que ce soit, constituerait donc une contrefaçon sanctionnée par les articles L. 335-2 et suivants du Code de la propriété intellectuelle.

■ REMERCIEMENTS ET DEDICACES

*À tou(te)s les patient(e)s rencontré(e)s, écouté(e)s, accompagné(e)s,
pour leur confiance et leurs enseignements constants.*

*À mes étudiant(te)s,
sel de la vie universitaire.*

*À Loup,
pour sa gastronomie au quotidien et autres saveurs de la vie partagée.*

■ SOMMAIRE

Remerciements et Dédicaces	III
Introduction	1

PREMIÈRE PARTIE

MISES EN BOUCHE

1. Emma et son irrésistible envie de tablettes de chocolat	21
2. L'aversion de viande rouge ou l'appel de la chair chez Loubna	27
3. Une intolérance au jambon ou l'ambivalence d'Amalia face aux « gens bons »	41

DEUXIÈME PARTIE

ENTRÉES PLUTÔT SALÉES

- 4. **Les vomissements de Nina, le destin
d'une colère ravalée** 61
- 5. **Les fringales nocturnes de Gros Jean :
les affres de la séparation** 79
- 6. **Madame Auroy, faire le poids face à l'Autre** 95

TROISIÈME PARTIE

PLATS DE RÉSISTANCE

- 7. **Le refus de manger de Julien et la résurgence
du trauma sexuel chez sa mère** 111
- 8. **Gracia, grossir pour guérir ou comment
se restaurer après la maladie cancéreuse** 129
- 9. **Mme O. : sous la couche de graisse,
la couche létale du père** 147

QUATRIÈME PARTIE

ENTREMETS ET MIGNARDISES

10. Le café perso et l'alimentation bio de Christophe : la quête d'un père fiable	165
11. Des pommes, des poires, et... des queues ou l'anorexie de Camille	187
12. Élisabeth, l'amour qui nourrit et fait... maigrir	199
En guise d'épilogue	215
Bibliographie	221

■ INTRODUCTION

MANGER, UN PEU, beaucoup, passionnément, à la folie, pas du tout... Chacun d'entre nous présente un rapport à l'alimentation qui lui est propre. Certains ont un appétit de moineau, d'autres ont toujours la faim au ventre, d'autres encore l'estomac noué et l'appétit coupé ou, inversement, décuplé, dès qu'une situation inhabituelle, éprouvante, stressante par exemple (examen, attente d'un résultat...) ou momentanément difficile ou douloureuse¹ (maladie, séparation, deuil...) se présente. Bref, des gourmets aux gourmands en passant par ceux et celles qui, aficionados de la mode et de leur image, surveillent et restreignent quotidiennement leur alimentation (B. Brusset, 1977) sans compter – ou plutôt : en comptant justement scrupuleusement toutes calories ingurgitées ! – il existe toute une variété dans les

1. Les situations heureuses, l'amour par exemple, mettent rarement en appétit... Nous donnerons justement plus loin l'exemple, banal, d'une situation amoureuse totalement restauratrice et alors synonyme d'amaigrissement.

comportements alimentaires humains et dans les fonctionnements et mobiles psychiques qui les sous-tendent, des plus aux moins pathologiques, il faut bien le reconnaître. Mais à chacun/chacune sa personnalité, « sa folie », sa part d'ombre plutôt, ses désirs secrets, des plus refoulés aux plus inavouables voire impensables, mais aussi son chagrin, sa peine, son désarroi, sa douleur morale même parfois, susceptible(s) de venir se loger là où peut-être, de prime abord, on s'y attendrait le moins (car manger est d'abord une nécessité vitale), à savoir la table ou l'assiette, et susceptible(s) en conséquence de venir troubler, plus ou moins, plus ou moins fortement et durablement, le cours de sa vie, le cours de sa vie alimentaire.

À vrai dire, il existe un grand écart entre ce type de manifestations et les véritables psychopathologies alimentaires – enfin, ce que l'on peut nommer ainsi dans le champ spécialisé –, telles l'anorexie mentale et la boulimie nerveuse, pour en donner deux exemples bien connus même si ce ne sont pas forcément les plus répandues de ces pathologies ; en effet, hyperphagie, compulsions alimentaires¹ sont tout autant fréquentes parmi les perturbations des conduites alimentaires. Celles-ci témoignent de la présence et surtout de la prégnance de conflits, d'angoisses et de préoccupations psychiques ayant totalement envahi la sphère alimentaire et perturbé, perverti

1. Et engendrent nombre de problématiques de santé, telles que l'obésité, le diabète, l'hypercholestérolémie, etc.

même, le rapport à l'alimentation du sujet qui ne peut plus se nourrir autrement que sur ce mode symptomatique.

Là où certains dépriment/tombent en dépression, d'autres « s'anorexient »/tombent dans l'anorexie, d'autres encore avalent compulsivement tout ce qui leur tombe sous la main ou plutôt sous la dent. Là où certains individus disposent en effet de la potentialité d'utiliser le registre psychique, même dépressif comme évoqué à l'instant, pour traduire leurs souffrances, les extérioriser, sans parvenir pour autant à identifier et comprendre précisément ce qui leur arrive, leurs tourments (pourquoi cet abattement, cette tristesse sans fin... ?), d'autres individus en revanche sont privés de cette voie psychique, *a fortiori* verbale. C'est alors le corps, dans ses fonctions les plus élémentaires – comme c'est le cas ici avec l'acte nutritionnel – qui va être touché, qui va prendre le relais en quelque sorte, d'une activité psychique en panne, insuffisante, momentanément ou plus structurellement, et qui va alors surtout servir de véhicule pour l'expression des pensées, émotions ou affects indicibles, voire de la détresse de la personne.

Pour préciser encore cette association entre anorexie et dépression, évoquons ce que savent bien tous les spécialistes de l'anorexie, à savoir qu'un passage inéluctable de la psychothérapie du patient anorexique consistera justement chez lui en une émergence dépressive. Douleuruse, certes, parfois même facteur de risque suicidaire – d'où l'importance d'une attention soutenue de l'entourage, soignant notamment, dans