Céline Marcot

Les mots sur les os

Blaise Martineau

30 septembre, 2025

Les mots sur les os (Céline Marcot)

Chronique littéraire par Blaise Martineau

Les mots sur les os de Céline Marcot s'imposent comme une empreinte, une brûlure laissée sur le lecteur. On le lit comme on entrouvre une plaie : avec crainte, mais aussi avec la certitude que la vérité, parfois douloureuse, est nécessaire. Ce livre n'est pas un roman, ni un traité clinique, mais un témoignage incarné, écrit au scalpel, sur l'expérience intime de l'anorexie.

Céline Marcot ne décrit pas seulement une maladie, elle lui donne un visage, une voix, presque une personnalité. L'anorexie devient ici une interlocutrice perfide, amie toxique qui vampirise la vie tout en donnant l'illusion du contrôle. L'autrice réussit à transmettre l'ambivalence fondamentale : on hait ce démon intérieur, mais on s'y accroche parce qu'il sécurise, il structure, il rassure. Ce paradoxe, elle le déploie avec une sincérité désarmante, sans filtre et sans complaisance.

La force de l'ouvrage réside dans son écriture. On y trouve un rythme qui oscille entre fulgurances poétiques et sécheresse comptable. Les phrases se répètent, les obsessions se ressassent, comme un miroir du quotidien anorexique. Certains lecteurs pourront se sentir épuisés par cette spirale, mais cet épuisement est la preuve que le texte atteint son but : faire ressentir de l'intérieur la mécanique infernale de la maladie. Par moments, on lit avec un nœud dans la gorge ; à d'autres, une clarté inattendue nous bouleverse, tant l'autrice sait transformer sa fragilité en lucidité.

Le récit prend une profondeur particulière lorsqu'il s'ouvre à la dimension spirituelle. Loin de proposer une solution miracle, la foi devient un horizon, une lumière ténue mais constante dans la nuit. Là encore, Céline Marcot ne tombe pas dans l'angélisme : la douleur persiste, les rechutes sont là. Mais la foi, comme l'écriture, agit en soutien invisible, en respiration. Cela donne au texte une portée universelle : on n'y lit pas seulement un combat contre la maladie, mais une quête d'humanité et de sens.

Tout n'est pas parfait : la densité du propos, l'absence de structure narrative traditionnelle, les répétitions, peuvent parfois fatiguer. Mais ces « défauts » sont aussi la marque de l'authenticité du récit. Ils rappellent qu'on ne sort pas indemne d'une telle expérience, et qu'il serait artificiel de la lisser pour le confort du lecteur.

Au bout du compte, *Les mots sur les os* est un livre nécessaire. Parce qu'il lève le voile sur une souffrance encore mal comprise, parce qu'il refuse le silence et la honte, et surtout parce qu'il

montre qu'on peut écrire à partir de la faille. Ce texte n'est pas qu'un cri : c'est une main tendue, une preuve que la littérature peut suturer, qu'elle peut réchauffer même les os les plus nus.

À la fois dur et lumineux, brutal et tendre, le livre de Céline Marcot n'est pas une lecture facile. Mais il est de ces livres qu'on referme avec un sentiment de reconnaissance : celle d'avoir été convié à partager, l'espace d'un instant, le combat d'une vie.

Introduction

1. **Titre**: Les mots sur les os
2. **Auteur**: Céline Marcot
3. **Éditeur**: L'Écharpe d'Iris
4. **Illustrateur**: *Aucun illustrateur mentionné*
5. **Genre**: Autobiographie (Témoignage à dimension poétique)
6. **Pourquoi ai-je choisi ce livre**?

Tout d'abord, j'ai accepté de fournir un service de presse pour ce livre parce que le sujet me semblait digne d'intérêt. *Les mots sur les os* aborde l'anorexie mentale à l'âge adulte, une réalité encore trop méconnue et peu traitée en littérature. J'y ai vu l'occasion de découvrir une voix sensible, à la frontière du témoignage et de la poésie, et d'apporter un regard sur un récit qui cherche à transformer une fragilité en lumière.

Le cadre

Le cadre du livre *Les mots sur les os* de Céline Marcot peut se définir ainsi :

Il s'agit d'un récit autobiographique intime, écrit à la première personne, qui s'ancre dans le vécu de l'autrice face à l'anorexie mentale. Le texte ne suit pas une intrigue romanesque classique, mais se déploie sous la forme de fragments, réflexions et poèmes en prose, où chaque passage cherche à dire une vérité du moment : la lutte quotidienne, les rituels obsessionnels, la douleur, mais aussi les élans de vie, l'amour des proches et la foi naissante.

Le cadre est donc à la fois :

- **Psychologique et corporel** : l'espace principal est celui du corps malade, ressenti comme prison, champ de bataille et outil de reconstruction.
- **Intime et familial** : la vie quotidienne, la relation avec le mari et les enfants, les interactions avec le corps médical et les proches.
- **Spirituel** : une dimension de foi, de quête de sens et de lumière, qui traverse le témoignage et lui donne une portée universelle.
- **Littéraire** : l'écriture elle-même devient un lieu, un refuge et un outil de résilience.

En somme, le cadre de ce livre n'est pas un décor extérieur (pas une ville, pas un lieu géographique), mais l'intériorité même de l'autrice, ses émotions, ses combats, et le va-et-vient constant entre l'ombre et la lumière.

Les personnages

Les mots sur les os n'a pas de galerie de personnages fictifs. Il propose plutôt une constellation de figures réelles et symboliques. Toutes ces présences dialoguent pour mettre en scène le combat entre enfermement et libération.

La narratrice / Céline

C'est la voix principale, l'autrice elle-même, qui se met à nu. Elle se présente à la fois comme protagoniste et observatrice d'elle-même. Elle se décrit dans ses paradoxes : fragile mais tenace, enfermée dans la maladie mais avide de vie, traversée de doutes mais en quête de sens. Sa subjectivité constitue le cœur battant du livre.

L'anorexie

Elle apparaît comme un personnage à part entière, personnifié à de nombreuses reprises. L'anorexie est tour à tour ennemie, compagne, bourreau et alliée. Elle prend des allures de démon, de geôlier, d'ogre, de voix intérieure perfide. Cette personnification donne au texte sa force dramatique, en rendant la maladie tangible et presque dialogique.

Les proches

- **Le mari** : figure de soutien discret mais constant, parfois témoin impuissant, parfois encourageant. Il incarne l'amour inconditionnel et la patience.
- **Les filles** : deux jeunes femmes décrites comme une fierté et une source de force. Leur présence rappelle à la narratrice qu'elle reste une mère, malgré la maladie.

Les soignants

On croise des **infirmières, médecins, aumônières**. Certains sont bienveillants et marquent positivement la narratrice, d'autres, au contraire, apparaissent maladroits ou froids, incarnant le manque d'humanité parfois ressenti dans le milieu médical.

Le Seigneur (la foi)

Au fil du récit, Dieu prend la place d'un personnage invisible mais central, une présence intérieure qui devient ressource, appui et horizon. C'est une figure à la fois intime et transcendante, qui aide l'autrice à trouver un chemin vers la lumière et la résilience.

L’intrigue

L’intrigue de *Les mots sur les os* n’obéit pas aux codes traditionnels du roman : pas de fil narratif linéaire, pas de progression dramatique classique. Elle s’organise plutôt comme une spirale intérieure, une succession de fragments où l’on assiste à l’affrontement constant entre une femme et la maladie qui l’habite.

Le « moteur » du récit est cette tension : résister à l’anorexie sans parvenir à s’en détacher complètement. Chaque chapitre est une variation sur le même combat : compter, contrôler, mentir, rechuter, puis espérer, s’ouvrir, prier, écrire. C’est une alternance d’élans et de chutes, de petites victoires suivies de grands retours en arrière. L’intrigue avance ainsi par oscillations, reflétant fidèlement la réalité d’une maladie chronique.

Peu à peu, une forme de mouvement se dessine malgré tout : la narratrice ne se contente pas de décrire son enfermement, elle cherche à tisser un chemin vers la vie. L’apparition de la foi, le soutien de ses proches, l’acte même d’écrire donnent au récit une direction : non pas la guérison définitive, mais une quête de sens et de lumière.

En somme, l’intrigue de ce livre n’est pas tant celle d’une transformation spectaculaire que celle d’une survie obstinée : comment continuer à vivre avec une maladie qui dévore, comment réinventer un rapport au corps, au temps et au monde. C’est une intrigue intime, mais portée par une intensité dramatique que seul un témoignage vécu peut atteindre.

Analyse approfondie

Les mots sur les os

Note : Cette analyse approfondie a été réalisée à partir d'un fichier EPUB fourni par l'autrice dans le cadre d'un service de presse. La numérotation des pages peut donc varier selon le format de lecture du manuscrit.

Introduction : Une Voix Puissante et Nécessaire

Dès les premières pages, *Les mots sur les os* s'impose comme un texte d'une force et d'une honnêteté rares. Il faut d'emblée saluer le courage artistique qui sous-tend ce récit. La voix narrative, à la fois poétique et chirurgicale, plonge le lecteur au cœur d'une expérience indicible avec une authenticité qui force l'admiration. L'ouverture, incantatoire et directe — « L'ANOREXIE EST UNE VOLEUSE. Elle m'a volé mon identité… Ma beauté, ma dignité » — ne se contente pas de poser un thème ; elle revendique le droit à la parole et engage un acte de reconquête par l'écriture. Ce rapport n'est donc pas un jugement, mais une exploration partagée, une conversation visant à accompagner et à amplifier les forces remarquables d'une œuvre déjà puissante et profondément nécessaire. Le manuscrit s'inscrit dans la lignée des récits qui, par la mise en mots de la maladie, deviennent eux-mêmes des outils de compréhension et de guérison, une démarche au cœur de la médecine narrative.

L'architecture du récit

L'une des caractéristiques les plus marquantes du manuscrit est sa structure fragmentée. Loin d'être une faiblesse, cette forme constitue une stratégie narrative sophistiquée et délibérée, qui reflète avec une acuité saisissante la réalité psychologique du traumatisme et du chemin de guérison.

La forme fragmentée comme mimesis de l'expérience

Le récit se compose de courts fragments, semblables à des poèmes en prose ou des aphorismes, qui explorent la souffrance de manière non linéaire. Cette approche évoque des œuvres littéraires contemporaines exigeantes, comme Bluets de Maggie Nelson, qui utilise une structure similaire pour sonder les thèmes de la perte, de la douleur et de l'obsession.

L'architecture de *Les mots sur les os* peut être comprise non comme une histoire linéaire, mais comme une « mosaïque nomade ». Le texte résiste délibérément à une intrigue téléologique traditionnelle au profit d'une exploration associative et spirale de thèmes récurrents : le corps, le

contrôle, la mémoire, la foi. Ce choix formel est un puissant acte de mimétisme. Il reproduit la conscience fragmentée et les schémas de pensée en boucle qui caractérisent à la fois l'expérience traumatique et la nature obsessionnelle de l'anorexie. Plutôt que de suivre une chronologie d'événements, le récit construit son sens par la résonance et la répétition, à la manière d'une composition musicale. Cette structure invite à une lecture épisodique où l'impact émotionnel est cumulatif plutôt que séquentiel, une approche qui respecte la complexité de l'expérience sans la simplifier.

L'arc narratif émotionnel et thématique

Malgré sa fragmentation formelle, un arc émotionnel et thématique d'une grande clarté se dessine. Les premières sections sont dominées par la description brute de la puissance destructrice de la maladie (« JE SUIS UN BOUT DE BOIS. Sec. Dur. Raide. »). Un basculement fondamental s'opère ensuite avec l'introduction de la foi, incarnée par le témoignage lu à la messe. Les dernières parties du récit s'orientent vers une reconstruction, fragile mais déterminée (« Je ne vais pas regrossir mais me reconstruire, me refaçonner, façon béton. »).

Bien que formellement non conventionnel, le manuscrit adhère ainsi, sur le plan émotionnel, à la structure canonique du récit telle qu'analysée par les théoriciens de la narration. L'état initial de souffrance constitue la complication ; l'éveil spirituel agit comme le point culminant ou le tournant décisif ; et le parcours de reconstruction qui s'ensuit représente la résolution. L'autrice a intuitivement intégré une histoire universelle et puissante de transformation au sein d'une forme postmoderne. La cohérence n'est pas créée par une séquence d'événements, mais par une succession d'états d'être, ce qui témoigne d'un instinct narratif remarquable et d'une grande maîtrise.

Le récit est majoritairement introspectif, une plongée dans le monde intérieur de la narratrice. Il est cependant ponctué de rares mais saisissantes scènes concrètes qui l'ancrent dans le monde physique : le rituel matinal obsessionnel, la remarque du mari félicitant une victoire alimentaire, ou encore les souvenirs traumatisants de l'hôpital. Ces moments sont cruciaux. Ils servent de points d'ancrage pour le lecteur au milieu de l'intense voyage intérieur et empêchent le texte de devenir abstrait. Une réflexion pourrait être menée sur la cadence et le positionnement de ces scènes. Amplifier ces « îlots d'extériorité » ou en ajouter stratégiquement un ou deux autres pourrait-il créer un rythme encore plus puissant, une modulation dans la texture de la prose qui renforcerait son impact global?

La voix et le style

Cette section propose une analyse stylistique fine de la prose, célébrant son intensité poétique tout en offrant des pistes nuancées pour en maximiser l'effet par la variation.

La voix narrative

La narration est principalement menée à la première personne (« je »). Cependant, l'autrice passe fréquemment à la deuxième personne, s'adressant à elle-même (« tu »), ce qui crée un dialogue intérieur d'une force saisissante. Des exemples comme « Mais Céline, la guérison, c'est justement réussir à te poser... » ou « Ma pauvre Céline, tu es trempée! » illustrent cette dynamique.

Cet usage constant du « tu » n'est pas un simple artifice stylistique ; il est la manifestation grammaticale de la schizophrénie au cœur de l'expérience anorexique. Le « je » est le soi souffrant et observateur, tandis que le « tu » incarne la voix de la maladie, le critique intérieur ou le soi que l'on admoneste. Cette technique externalise brillamment la bataille intérieure, permettant au lecteur d'être le témoin direct de la lutte de la narratrice contre une part d'elle-même devenue étrangère. C'est une démonstration sophistiquée et intuitive de la manière dont le langage peut incarner des états psychologiques complexes, une marque de maturité littéraire.

Le langage poétique et métaphorique

Le texte est d'une grande richesse métaphorique, ce qui constitue sa signature et sa plus grande force. Les métaphores récurrentes rendent tangible et viscérale une lutte interne et abstraite. L'anorexie est personnifiée en une entité active et malveillante (voleuse, tueuse, monstre, diable glouton). Le corps est réduit à un objet inanimé (bout de bois, pantin, puzzle dépiécé). La vie et la nourriture deviennent des forces qui dévorent (« La bouffe est partout, elle me bouffe la vie »). Cette personnification de la maladie, en particulier, rejoint les concepts de la thérapie narrative, où le fait d'externaliser un problème est considéré comme la première étape pour pouvoir l'affronter.

Au-delà du symptôme

Ce manuscrit transcende la catégorie du simple témoignage sur la maladie pour devenir une méditation profonde sur l'identité, le traumatisme et la possibilité d'une renaissance spirituelle.

La dialectique du contrôle et de la soumission

La narratrice décrit la maladie à la fois comme une source d'« illusion de toute-puissance » et comme une force qui la laisse « aliénée, la mise en cage, la contrôlée ». Elle est simultanément « dominante et dominée ». Le manuscrit offre une dissection magistrale de ce paradoxe central de l'anorexie. Il ne s'agit pas seulement d'un désir de minceur, mais d'une tentative désespérée d'imposer un ordre à un chaos intérieur écrasant (« TROP. IL Y A TROP DE CHOSES DANS MA

TÊTE »). Le texte montre avec une lucidité remarquable comment ce mécanisme de défense devient une prison, un récit « pathogène » dans lequel le soi se retrouve piégé.

Le corps et l'esprit

La narratrice se sent « Désincarnée » et décrit une déconnexion profonde avec son corps, qu'elle traite comme un objet à discipliner. L'objectif de la guérison est explicitement formulé comme le besoin de « recoudre corps et esprit » et de reconnaître que le corps est une « maison », un « refuge ». Le récit retrace ce douloureux voyage du démembrement — une réponse fréquente au traumatisme — vers une réconciliation fragile. L'acte même d'écrire, de poser « *les mots sur les os* », peut être lu comme l'outil principal de ce processus de « suture ». Le livre n'est pas seulement sur ce voyage ; le livre est ce voyage.

La foi comme levier de guérison

Le chapitre intitulé « Mon témoignage lu aux paroissiens » marque un changement radical de ton et de perspective. Il introduit une source extérieure de grâce et de sens, un moment où la narratrice se sent entendue et comprise. Des phrases clés comme « Tu es aimée et déjà pardonnée », « La vie est un cadeau » et la prise de conscience qu'elle n'est « pas seule » ne viennent pas effacer la souffrance, mais la recadrer, lui offrant un « soutien ô combien précieux ».

Dans le cadre de la médecine narrative développé par Rita Charon, le processus de guérison comporte trois étapes : l'Attention (être écouté), la Représentation (raconter son histoire) et l'Affiliation (connecter cette histoire à une communauté ou à un système de sens plus large). La majeure partie du manuscrit est un puissant acte de Représentation. Le chapitre du témoignage est le moment crucial de l'Affiliation. En partageant son histoire au sein d'une communauté de foi et en reliant sa lutte personnelle à un récit divin d'amour et de pardon, la narratrice modifie fondamentalement sa propre histoire. Elle passe du statut d'auteure unique d'un récit d'autodestruction à celui de co-auteure d'un récit de grâce et de reconstruction, une « coopération divino-humaine ». Ce moment lui fournit un nouveau langage et une nouvelle perspective pour se voir elle-même et voir sa maladie, permettant le passage d'un récit où elle est piégée à un récit où elle est en chemin. Il serait intéressant d'analyser les changements subtils dans la voix narrative après ce chapitre. Le « tu » autocritique apparaît-il moins fréquemment? Le « je » parle-t-il avec plus d'assurance et d'espoir? Mettre consciemment en évidence cette transformation pourrait encore renforcer le puissant arc de guérison du livre.

Conclusion

En conclusion, *Les mots sur les os* est une œuvre d'une grande valeur littéraire et humaine. Ses forces résident dans sa structure audacieuse et signifiante, sa voix poétique d'une honnêteté

brutale, et sa profondeur thématique, notamment son exploration courageuse de la foi comme chemin de guérison.

Ce manuscrit est un accomplissement remarquable. Il possède la capacité rare de transformer une expérience de douleur extrême en une œuvre d'art qui non seulement témoigne, mais aussi illumine. C'est un texte important, porté par un talent indéniable.

Céline Marcot

Les mots sur les os

Récit

L'Écharpe d'Iris