

## Un fibrome de plus en plus gros

**P**our comprendre qui je suis maintenant, il faut que vous sachiez qui j'étais avant et comment je suis arrivée au milieu de ce monde qui est le mien.

Je m'appelle Ingrid, j'ai 44 ans, je suis professeur. Je suis mariée, j'ai deux enfants et un chien. Vous voyez le tableau classique et banal de la famille française lambda. Je suis née dans une famille immigrée d'Afrique du Nord. Mes parents m'ont eue tardivement, ils avaient presque 40 et 50 ans. J'ai trois sœurs, dont une est lourdement handicapée depuis sa naissance. Je n'ai jamais vécu cela comme une épreuve. Je suis née avec le handicap présent dès les premières minutes de ma vie.

À ma naissance, ma mère avait précisément 39 ans et mon père, 49 ans. Avant moi, mes parents ont eu ma sœur Isabelle, mon aînée de quatorze ans. Elle a très vite souffert d'un handicap mental et moteur important. Elle avait des difficultés à marcher, à parler, des

tremblements incontrôlables à longueur de journée. Dans mes souvenirs d'enfant, je la revois avec la bouche perpétuellement ouverte et tremblante. Tout son corps était en permanence animé de mouvements saccadés et involontaires. Dans mes souvenirs, déformés sûrement, je ne la vois pas malade, juste pas comme tout le monde, mais avec une richesse intérieure que beaucoup de personnes n'atteindront jamais. Ma sœur est douce, aimante, sensible... Elle regarde la vie avec les yeux d'un enfant. Alors, vous vous doutez bien qu'après un enfant avec un si lourd handicap, on n'a pas envie de remettre le couvert.

Je vais vous livrer l'histoire telle qu'elle m'a été contée.

Alors que ma sœur avait 12 ans, son état était plus que critique. Elle ne marchait presque plus, elle ne mangeait presque plus. Elle était suivie par un professeur en médecine dans un grand hôpital. Il avait alerté mes parents sur l'éventualité d'un décès dans l'année car son état général se dégradait. Depuis la naissance d'Isabelle, ma mère avait mis toute son énergie pour sauver son enfant. Elle la faisait marcher jour après jour, elle lui avait appris à lire quand l'école n'avait plus voulu la scolariser, elle avait essayé de lui apprendre à compter mais sans succès, elle lui concoctait des repas adaptés pour qu'elle puisse se nourrir, et bien d'autres choses qui montrent l'étendue de son amour pour son enfant. Cela reste encore un sujet tabou dans ma famille, mais je pense que ma mère a dû être anéantie de l'intérieur à la perspective que cette enfant portée à bout de bras pendant treize longues années puisse mourir. Mais elle

n'a jamais rien dit, ni posé un mot sur ses sentiments sûrement douloureux à cette période de sa vie.

Puis un jour, l'hôpital appela mes parents pour qu'Isabelle soit incluse dans un protocole d'essai pour tester un nouveau médicament venu des États-Unis. Ce traitement, elle le prend encore aujourd'hui. Alors, d'accord, on n'a pas assisté à un miracle, mais son état s'est amélioré et elle n'était plus en urgence vitale.

Au même moment, ma mère n'a plus eu ses règles. Elle s'est rendue chez son gynécologue qui pensait avoir diagnostiqué un fibrome et elle devait passer un examen les jours suivants. C'est encore une blague entre nous aujourd'hui : j'ai bien grossi et bien grandi, pour un fibrome ! Son généraliste lui a quand même prescrit une prise de sang pour vérifier qu'il ne s'agissait pas d'une grossesse. Quelle surprise quand le test est revenu, positif ! Mon père, probablement affolé et bien âgé déjà, ne voulait pas de cet enfant, du moins de ce fibrome. Mais on est en février 1974 et en France, on ne pouvait pas avorter à cette date-là. Mon père a alors émis l'éventualité d'aller en Suisse pour interrompre cette grossesse, mais ma mère s'y est fortement opposée. Je pense que si je suis née, c'est que seul un nouvel enfant pouvait remplacer un enfant mort dans la pensée de ma mère.

Même si je n'avais pas été prévue, j'étais désirée. Mes parents ont toujours été aimants, attentionnés, bienveillants, attentifs à mon évolution. Peut-être trop attentifs à mon bien-être. Avec une obsession perpétuelle pour ma mère et ma grand-mère : il fallait que je mange, à l'inverse de ma sœur Isabelle, car si on ne mange pas, c'est signe de mort. Alors, j'ai mangé et mangé et mangé... On ne m'a jamais montré

où étaient les limites. Ma famille s'est pliée à tous mes désirs culinaires : des plats de remplacement quand je n'aimais pas certains aliments, des assiettes un peu plus copieuses que celles d'un enfant de mon âge... Je pense que les contradictions autour de mon poids ont favorisé mon obésité. D'un côté, une mère et une grand-mère qui surveillaient tous mes repas pour que je ne sois pas malade comme ma sœur, de l'autre côté, des gens qui me répétaient que j'étais grosse et que je mangeais trop. C'est tout le paradoxe de ma vie : il faut manger pour ne pas être malade, mais manger rend malade, de cette maladie qu'on appelle l'obésité. Cette maladie honteuse qui vous fait baisser la tête car on prend de la place, trop de place.

J'ai eu une enfance et une adolescence des plus classiques, entourée d'une famille aimante et formidable. Comme tous les ados, j'ai vécu les tracasseries de cette période : les doutes sur l'avenir ; les disputes avec les copines, qui vous apparaissent comme la fin du monde, du moins de votre monde ; les amours de jeunesse ; les obligations des relations sociales... Mais moi, j'ai rajouté un problème : le poids, le problème de ma vie.

Actuellement je pèse 133 kilos pour 1 mètre 60, un cube en somme, une masse énorme comme le poids d'un bébé éléphant. Je ne suis pas née à 133 kilos bien sûr, c'est une progression lente et insidieuse que je vais essayer de raconter.

À ma naissance, je pesais moins de 3 kilos, un poids normal pour un bébé. Ironie de l'histoire, j'avais une intolérance au lactose, je vomissais tous mes biberons et je perdais du poids. Le généraliste m'a même prescrit des piqûres afin de grossir. Mais qu'est-ce que j'aimerais

qu'il y ait de nos jours des piqûres qui fassent maigrir ! Vous vous rendez compte, on mange, on se pique, et hop plus un gramme de pris. Ce serait le rêve, non ? Messieurs les chercheurs penchez-vous sur la question, je pense qu'il y a un filon intéressant ! Trêve de plaisanterie, l'évolution de mon poids a été normale jusqu'à l'âge de 11 ans. J'étais une petite fille ni grosse ni obèse, mais juste avec des formes, les formes de l'enfance, celles qui s'envolent à l'adolescence. Pourtant, malgré cette corpulence normale, je vais vous relater un épisode très marquant de cette époque.

J'avais un pédiatre qu'on appellera docteur Régis. Il me reste quelques souvenirs du physique de ce monsieur : il était plutôt grand, les cheveux très bruns et frisés, une corpulence assez imposante et, dans ma mémoire, je le vois comme une personne forte. Il lui arrivait en consultation de manger devant nous soit un yaourt, soit des bananes. Il se justifiait en prétextant qu'il était au régime et que c'était son encas. Ce détail est très important, car avec le recul et mon regard d'adulte, je pense qu'il avait des problèmes de poids, les mêmes que ceux que j'ai maintenant. Il devait sûrement lutter contre eux tous les jours comme je le fais depuis de très nombreuses années. Sans vouloir jouer au psychiatre, je pense qu'il ne supportait pas cette image de personne forte. Alors, toutes les visites chez mon pédiatre ont favorisé le fait que je me sente obèse dès ma plus tendre enfance, alors que je ne l'étais pas.

Lorsqu'on y allait, il n'arrêtait pas de dire à ma mère : « Votre fille est grosse, il faut qu'elle perde du poids. » Peut-être le disait-il dans mon intérêt, pour que je n'aie pas à souffrir du surpoids, tout comme lui.

Mais la forme n'y était pas. La phrase qu'il prononçait aurait pu n'avoir aucun impact sur moi, mais la phrase plus le geste m'ont laissé des souvenirs amers et encore douloureux aujourd'hui. En plus des mots, le docteur Régis me pinçait fortement la cuisse ou les bourrelets d'enfant qu'on a autour du ventre, pour en faire sortir un petit amas de graisse censé justifier ces propos. Oui, j'étais obèse, du moins c'est ce que j'ai pensé à chacune des visites chez le pédiatre. Il faisait ressortir de mon corps des boules de gras qui me paraissaient si moches et surtout si honteuses ! J'étais dans ses mains un animal qu'on tripote, qu'on malaxe, qu'on humilie, sans aucune considération ni respect. Il fut le premier médecin à me considérer non pas comme une personne, mais juste comme une chose minable, comme une vulgaire boule de pâte à modeler qu'on triture car elle n'a pas d'esprit, elle ne pense pas, elle ne ressent rien.

Ma mère aurait dû lui dire : « Vous savez, c'est ma fille, c'est une personne et non une chose qu'on expose. Elle est belle et je l'aime. » Mais elle ne l'a jamais fait. Non pas qu'elle ne le pensât pas, mais elle avait trop de respect pour les médecins et trop de retenue pour dire ce genre de choses-là à ces personnes si importantes et si intelligentes. J'ai compris aujourd'hui qu'il s'agissait de pudeur, de crainte et sûrement d'un sentiment d'infériorité de la part de ma mère. Je ne lui en veux pas, elle m'a élevée avec beaucoup d'amour, même si je n'étais pas prévue à son « programme ».

Un épisode, chez mon pédiatre, m'a pétrifiée de peur et d'inquiétude. Un jour – il s'agit de la cent vingt-cinquième visite où l'on parle encore et toujours de mon poids –, le médecin a voulu tester une nouvelle

méthode sur ma mère. Il souhaitait sûrement lui faire comprendre l'importance de ne pas me laisser grossir. Je pense aussi qu'on ne lui a jamais donné de cours de psychologie, de tact ou de savoir-vivre, à ce monsieur. Quant à la façon qu'ont les médecins de s'adresser aux patients, j'y reviendrai plus tard.

Ce jour sinistre, une fois de plus, il me pinça fortement mes petits bourrelets, puis il se tourna vers ma mère et lui dit de façon très violente et très agressive :

— Vous voyez, si vous la laissez grossir, elle ne se mariera jamais. Seul un émir du pétrole voudra d'elle !

Quoi, un émir du pétrole ! Non, ça, ce n'est pas possible et c'est dangereux. Je vais devoir vivre dans un harem avec d'autres femmes... Je vais être voilée et prisonnière... Je vais aller dans un pays lointain, très loin de ma famille et des gens que j'aime... Je ne serai plus libre mais l'esclave sexuelle d'un homme barbu, gros et bedonnant... Je vais sûrement devoir apprendre la danse du ventre dans un sarouel transparent...

C'est l'image que j'ai eue, là, assise et terrifiée sur la table d'auscultation. Oui, ma seule représentation à l'époque était celle d'*Angélique, marquise des Anges* qui attend que Joffrey, le comte de Peyrac, vienne la délivrer du harem de l'horrible sultan de Mikenez.

Vous imaginez l'effroi, l'horreur et la peur dans laquelle se trouve cette petite fille de 8 ans que je suis, en train de s'imaginer un destin si horrible...

On ne peut pas et on ne doit pas dire ce genre de mots devant des enfants si petits, ils ne sont pas capables d'avoir une représentation sensée, et ils ne sont pas en mesure de comprendre l'image abstraite qu'on veut leur montrer.

Alors, vous comprendrez maintenant que toute mon enfance, jusqu'à mes 11 ans, a été rythmée par la peur du poids, du moins la peur de prendre du poids, car si on devient obèse, il ne peut vous arriver que des choses horribles et terribles.

Malheureusement, j'ai essayé de lutter contre le poids trop tôt, trop jeune. Aucun être humain ne peut combattre toute sa vie un monstre invisible sans des moments de fatigue, sans des moments de relâchement, sans des moments d'épuisement. Dans le cas de l'obésité, tous ces moments où l'on ne se sent plus capable de faire face sont fatals. Ils vous plongent un peu plus dans ce gouffre rempli de graisse. On essaye de rejoindre la surface jour après jour mais on n'y arrive pas. La graisse collée sur les parois vous fait glisser un peu plus bas. On essaye, encore et encore, d'atteindre la lumière en haut du gouffre, on essaye de grimper en s'accrochant aux parois mais on glisse, encore et encore, pour un jour, atteindre le fond.



## Lourdissime

Jusqu'à mes 11 ans, j'étais parvenue à maîtriser ce monstre nommé Obésité, mais un événement a réussi à lui faire gagner du terrain.

À cet âge-là, je devais peser un peu moins de 60 kilos pour 1 mètre 55, rien d'alarmant. Je vivais dans une résidence populaire, il y avait plein de copains et de copines avec qui jouer tous les jours. Quand on s'amuse avec ses amis, on court, on saute, on marche... donc on se dépense sans s'en rendre compte. Et surtout, on a une vie sociale.

Mais mes parents ont décidé de déménager. Ils avaient acheté une villa dans un quartier pavillonnaire. Dans ce quartier, il n'y avait que des vieux, des vieux à perte de vue.

Je n'ai jamais aimé cette maison. Il faut croire qu'elle non plus ne m'aimait pas. Notre première rencontre fut d'ailleurs épique : mes parents m'avaient amenée la visiter. Aujourd'hui encore, je la vois comme la maison dans *Amytville, la maison du diable*. Je me promenais

dans le jardin, mes parents étaient à l'étage pour prendre des mesures. J'ai aperçu une fontaine surmontée d'un chérubin. Je me suis appuyée contre la fontaine pour voir à l'intérieur, et là l'énorme coupelle en pierre surmontée du chérubin a basculé sur moi. Je ne sais pas comment, mais j'ai réussi à la retenir grâce à mes bras et mes cuisses. J'ai appelé mon père en hurlant, il a accouru et il est parvenu à faire basculer la coupe en pierre. Je me rappelle avoir conservé pendant plus de trois semaines d'énormes bleus sur le corps, tout ça pour un chérubin qui voulait sûrement m'embrasser pour me souhaiter la bienvenue. Vous voyez, cette maison et moi, on ne s'aimait pas.

Mis à part cette anecdote, j'ai vécu dans cette villa jusqu'à ce que je parte de chez mes parents. Je n'avais pas d'amis dans le quartier et comme je n'étais pas scolarisée dans le collège de secteur, les copains et les copines de l'école ne vivaient pas aux alentours. Pour rajouter à mon malheur, il y avait un kiosque à journaux, au bout de l'impasse, avec à l'intérieur des journaux, bien sûr, mais surtout des kilos de bonbons et de glaces. Et quand on a 11 ans et qu'on s'ennuie, eh bien on mange des kilos de bonbons et de glaces, seule dans sa chambre devant la télévision.

En l'espace de deux ans, je suis passée de 60 kilos à 83 kilos. C'est à ce moment précis que je suis devenue obèse. En repensant à cette époque, je n'ai pas le souvenir de m'être sentie obèse. Quand j'y réfléchis, je vois deux explications : soit la tête se déconnecte du corps car la vérité serait trop dure, soit on ne s'en rend pas vraiment compte car le processus est long. J'ai opté pour la deuxième solution. L'obésité, c'est une maladie qui

évolue lentement. On mange un peu trop un jour, mais on ne prend pas de poids le lendemain. Alors, on croit qu'on peut manger sans grossir. Puis quelques jours plus tard on prend 200 grammes, et on se dit à soi-même : « Mais ce n'est rien, 200 grammes, c'est deux steaks hachés, il suffira de manger deux steaks hachés de moins le lendemain. » Mais malheureusement, ça ne fonctionne pas ainsi. Petit à petit des kilos, des dizaines de kilos, s'installent sans qu'on s'en rende vraiment compte. Quand on s'en aperçoit, il est déjà trop tard, il y a déjà trop de kilos, des centaines et des centaines de steaks hachés se sont incrustés dans toutes les parties de votre corps.

Vers mes 15 ans, avant l'entrée au lycée, j'ai voulu perdre du poids. C'est l'âge où l'on veut plaire aux autres, surtout aux garçons, où l'on veut s'habiller avec des fringues à la mode, où l'on veut se sentir jolie. Notre médecin de famille nous avait parlé d'un centre d'amaigrissement à quelques dizaines de kilomètres de la maison. Nous avons fait une demande au centre et à la Sécurité sociale. Puis une fois l'accord obtenu, j'y suis allée faire un séjour de cinq mois et j'ai perdu près de vingt kilos. Je pesais en sortant 62 kilos et je m'habillais en 38. Je me sentais enfin dans un corps léger et beau, je pouvais m'habiller comme je le souhaitais, je me trouvais même jolie.

On est tenté de penser : *C'est formidable, ça marche, les maisons d'amaigrissement.* Eh bien non, ça ne marche pas. Ce n'est pas le programme qu'on vous propose qui fonctionne, mais ce sont les autres patients, comme vous, qui vous font perdre du poids.

J'avais enfin retrouvé une vie sociale. Dans ce centre, il n'y avait que des ados avec qui je pouvais partager

toutes les minutes de ma journée. C'est un peu comme dans les séries à l'américaine de cette époque, j'étais Brenda dans *Beverly Hills 90210*. Je ne m'ennuyais plus, je vivais de nouveau. Je discutais, de ces grandes discussions hautement philosophiques qu'on a à l'adolescence. Je m'amusais. Je partageais mes joies et mes peines. Je racontais mes problèmes et j'écoutais ceux des autres. Je mangeais à table avec des amis. Alors, vous savez, ce qu'on a dans l'assiette à ce moment-là, on s'en fout, car on se nourrit des autres et de tout ce qu'ils vous apportent.

Je serais incapable de dire si ce que j'ai mangé était bon ou mauvais, mais comme par miracle, au centre d'amaigrissement, je n'ai jamais eu faim. Le meilleur coupe-faim au monde, c'est l'amour ou l'amitié des autres, c'est la compagnie des autres, c'est l'intérêt des autres envers vous... La solitude et l'isolement sont à l'inverse les meilleurs alliés de l'obésité, surtout chez les enfants et les adolescents. Les autres vous nourrissent d'amour, de joie, de peine, de fous rires, de plaisir... et tout ça sans aucune calorie.

Puis un jour, cette « série télévisée » s'est arrêtée, et je suis partie du centre. Je suis revenue à mon monde terne, sans paillettes, sans strass, sans projecteur et sans caméra. Ce monstre nommé Obésité a repris son travail, toujours de façon sournoise. Petit à petit, j'ai repris 100 grammes, 200 grammes, 500 grammes, 1 kilo... pour arriver à peser près de 88 kilos à peine un an plus tard.

C'est aussi ça, le processus sournois de l'obésité, car on ne reprend pas que le poids perdu : on reprend plus. J'étais revenue au point de départ mais avec 5 kilos de

plus. C'est comme si le corps se vengeait, il vous dit : « Ah oui, tu as voulu m'affamer, alors tu vas voir maintenant que j'ai repris des forces, eh bien ça va être bien pire pour toi. » Et il gagne à chaque fois, ce qui fait qu'après chaque régime, on reprend tout et surtout un bonus comme à la fête foraine, et à force de bonus, eh bien un jour, on gagne le gros lot.

J'ai maintenu ce poids jusqu'à mes 22 ans, un miracle. Je me souviens des années de lycée et de fac comme d'une période ni heureuse ni malheureuse.

Ni heureuse, essentiellement pour une seule raison, car quand on est obèse, on ne plaît pas ou peu aux garçons. Alors on est privé de cette partie de l'adolescence, celle des premiers amours. Pourtant, les garçons vous font perdre du poids, oui ils vous font perdre du poids, car vous voulez continuer à plaire à votre amoureux, alors vous faites des efforts tous les jours pour rester jolie. C'est tout le paradoxe et la complexité de l'obésité : on ne plaît pas car on est grosse, et comme on ne plaît pas, on reste grosse par manque d'amour physique.

Mais cette période n'était pas tout à fait malheureuse, car la grosse, c'est la bonne copine pour les filles comme pour les garçons. Les filles, avec vous, elles n'ont pas peur de la concurrence et vous pouvez servir de mesure étalon. Je m'explique. J'avais certaines copines qui sortaient en ma compagnie car elles étaient bien plus jolies que moi, et donc les garçons allaient les préférer, les regarder avant moi. Ça peut paraître horrible, mais on y va quand même, on sort quand même, car on vit tout de même. Et les garçons, ils vous aiment bien, car vous êtes un confident au féminin qui peut leur donner toutes les réponses aux interrogations qu'ils ont sur les

filles. J'étais une sorte de copain, le copain avec qui on rigole, le copain avec qui on boit un coup, le copain avec qui on se balade en cyclomoteur, mais à un détail près : j'avais des seins.

Mon adolescence et mon début de vie d'adulte sont passés un peu comme un encéphalogramme plat. Puis un jour, à l'aube de mes 23 ans, le tracé sur l'écran a repris, je suis revenue à la vie, j'ai rencontré l'amour de ma vie qui est encore mon mari aujourd'hui. Je ne remercierai jamais assez le ciel, Dieu, Bouddha, Krishna ou Nostradamus, pour avoir mis sur ma route cette personne si belle, si honnête, si aimante et si généreuse. Et, victoire, il n'était pas obèse...

*Mais quelle importance ?* Pour moi, c'était super important, car cela signifiait qu'il existait dans ce monde une personne de corpulence normale qui pouvait m'aimer. Je me suis toujours sentie, avec mon obésité, en dehors de la norme. Je pense, peut-être à tort, que beaucoup d'obèses ressentent la même chose que moi. On ne voit pas ou peu de poupées Barbie obèses, de mannequins obèses, d'actrices obèses, de chanteuses obèses... Vous voyez, ce n'est pas la normalité aux yeux de la société, même si on essaye aujourd'hui de faire évoluer les choses, cela va lentement, très lentement. Alors, si une personne sans problème de poids peut m'aimer, moi l'obèse, c'est que quelque part je suis un peu normale. Moi qui ai toujours rêvé d'une seule chose : être dans la norme et me fondre dans la foule sans qu'on puisse me voir, être transparente en somme. Cette envie de disparaître et de passer inaperçue vient sûrement de mes balades de l'enfance. Ma sœur Isabelle a un handicap qui saute aux yeux. Alors, dans la rue, les adultes et

les enfants la regardent souvent avec insistance, stupéfaction et parfois dégoût. Mais moi, je ne l'ai jamais vue ainsi, alors depuis petite je jette des regards noirs à ces imbéciles qui n'arrivent pas à voir ou à comprendre qu'ils viennent de croiser une personne extraordinaire.

Comme par miracle, avec la nourriture de l'amour, j'ai perdu 10 kilos. C'est super, non ? Eh bien ce n'est pas si super tout compte fait, car il a fallu faire face à un nouveau problème : aux yeux de beaucoup de personnes, on n'était pas un couple normal.

Comment un gars aussi beau peut-il aimer une fille aussi moche ? C'est ce que beaucoup de gens ont pensé. Mon mari a entendu un tas de remarques : « Tiens tu aimes les grosses ? Je ne savais pas. » « Mais pourquoi tu restes avec elle ? Tu ne veux pas qu'on te présente quelqu'un d'autre ? » Ce ne serait pas intéressant de vous relater toutes les réflexions qu'on a entendues. Aujourd'hui, la situation est apaisée, certains ont appris à me connaître au-delà de ce physique et tout se passe bien. L'important, c'est de comprendre que certaines personnes m'ont anéantie par leurs paroles et leurs regards. Je me suis sentie bien plus laide et bien plus moche qu'avant. J'ai perdu confiance en moi. J'ai ressenti le besoin de réaliser des tas de choses pour montrer que j'étais quelqu'un de bien. Toutes ces images qu'on vous renvoie vous enfoncent un peu plus dans l'obésité. Après cinq ans de vie commune avec mon mari, je pesais 110 kilos : j'avais pris 30 kilos. Trente kilos de haine, de dégoût, de mésestime de moi, de peine, de colère, mais il est resté. Il m'aimait et m'aime encore aujourd'hui.

L'escalade du poids ne s'est pas arrêtée là. Un jour, on a voulu avoir un enfant. Et une fois encore, il y avait

des obstacles devant nous. L'obésité ne se limite pas à l'apparence physique, elle entraîne avec elle un tas de problèmes de santé. J'avais fait une fausse couche et je n'arrivais pas à tomber enceinte. Je suis allée consulter un grand professeur de gynécologie. À cause de l'obésité, j'avais développé le syndrome des ovaires polymicrokystiques. J'ai eu une stimulation ovarienne. Grâce à ce traitement et après une grossesse extrêmement difficile, j'ai eu ma fille, mais aussi un petit bonus : 25 kilos en plus.

Puis, deux ans après, on a voulu un autre enfant. J'ai eu de nouveau une stimulation ovarienne, et j'ai eu mon fils. Les 25 kilos sont restés, mon gynécologue m'avait mise en garde pourtant. C'est sûrement le poids du bonheur qui m'a amenée à peser plus de 130 kilos.

À mes 32 ans, j'avais presque la petite vie dont j'avais toujours rêvé, celle des contes de fées qu'on me lisait quand j'étais petite : « Ils vécurent heureux et eurent beaucoup d'enfants » ; ou bien celle des films romantiques que j'aime tant, où la gentille héroïne rencontre le prince charmant, et malgré toutes les embûches sur son chemin, elle l'épouse et ils vivent heureux dans une maison avec leurs deux enfants et leur chien, bien sûr.

Mais avec 130 kilos, deux enfants, un mari, un chien et un travail à temps plein, la vie est lourde. Tout devient difficile : se déplacer, sortir les petits de la voiture, porter les courses, faire le ménage, monter et descendre les escaliers, rester debout pour faire à manger, vivre, en somme ! Tous les gestes du quotidien vous épuisent. Un jour, j'ai vu le film *Mince alors !*, avec Victoria Abril. Dans une des scènes, on voit le médecin expliquer qu'une personne avec 10 kilos en trop portait, à longueur



de journée avec elle, un pack de 6 bouteilles d'eau. Vous imaginez, tous les jours, je dois me déplacer avec plus de 70 kilos en trop, l'équivalent de 50 bouteilles d'eau collées à mes bras, à mes jambes, à mon dos, à mon ventre... C'est un peu dur, non ? Avec tous les obèses en France, on pourrait faire concurrence à Évian ou à Perrier si on mettait tout ce poids en bouteilles.

Ça peut paraître drôle, mais c'est la vérité, on porte littéralement son poids. Un jour, j'ai dit à ma psychologue que j'étais épuisée de soulever mon poids. Oui, il est lourd ce poids, il est lourd sur les articulations, il est lourd sur les gestes, il est lourd sur le moral, il est lourd dans le regard des autres, il est lourd de conséquences sur son entourage ; il est lourdissime.

Il est dans votre tête à chaque moment de la journée. Vous voyez, c'est comme dans la chanson des Pet Shop Boys, *Always on My Mind* :

*Maybe I didn't treat you  
Quite as good as I should  
Maybe I didn't love you  
Quite as often as I could  
Little things I should have said and done  
I never took the time  
You were always on my mind*

Oui, l'obésité est dans l'esprit à longueur de journée. Je ne l'ai pas traitée alors que j'aurais dû, je ne me suis pas aimée alors que j'aurais dû. J'aurais dû prendre les choses en main pour me soigner, je ne l'ai pas fait. Et elle est restée là, présente dans mon esprit, jour après jour.

Puis un jour, on se lève fatiguée, si fatiguée qu'on ne sait même pas comment surmonter cette journée, pourtant si banale, qui arrive. On va devoir encore porter ces packs d'eau qui deviennent de plus en plus lourds. On va devoir se lever, on va devoir s'habiller, on va devoir faire ses lacets, on va devoir marcher, on va devoir affronter le regard des gens. Puis le soir on va devoir rentrer et recommencer, encore et encore, ce marathon journalier qui épuise, qui vous vide des dernières forces qu'il vous reste.

Alors, il vous faut trouver un moyen de déverser toute cette eau contenue dans ces bouteilles. Mais où : dans l'évier ? dans le tout-à-l'égout ? dans les toilettes ?

N'importe où, mais il fallait que je trouve une solution.