

# On ne m'avait pas prévenue que perdre 50 kg allait bouleverser ma vie

Par Manuela Estel Cosmopolitan  
Publié le 04/09/2018 à 10:43

**A l'occasion de la sortie de sa BD "Moi en double" le 19 septembre 2018 aux éditions Delcourt, l'auteure et scénariste Navie s'est confiée sur sa perte de poids, en particulier sur les changements inattendus et bouleversants qui surviennent après la perte de poids.**

« La perte de poids, c'est comme dans un conte : "Ils vécurent heureux et eurent beaucoup d'enfants." On ne te raconte pas ce qu'il se passe quand ils se réveillent le lendemain matin », remarque Navie, auteure de la bande dessinée *Moi en double* aux côtés de la dessinatrice Audrey Lainé (éd. Delcourt).

« Le plus dur, ce n'est pas de perdre du poids », avertit l'auteure. « Si j'avais su que ça allait remettre en question toute ma vie personnelle, que j'allais être confrontée au célibat, que j'allais perdre ma meilleure amie... »

« J'ai écrit *Moi en double* pour prévenir les gens. Mais aussi pour **me demander pardon** : j'ai passé tellement de temps à me faire du mal que je n'ai plus qu'un seul objectif, c'est de me faire du bien et d'accompagner les personnes qui se font encore trop de mal. »

## **L'après perte de poids : une quête identitaire**

« J'ai perdu 50 kg, et ce qui a complètement bouleversé ma vie, c'est que je ne me reconnaissais plus », confie Navie. « J'avais construit toute ma personnalité sur le fait que j'étais une **personne grosse** (...) Et en perdant du poids, je ne savais plus qui j'étais. »

Dans la rue, le regard des hommes a changé. Navie raconte avoir été confrontée pour la première fois – et non sans plaisir, au début – au **harcèlement de rue**. Mais passée l'euphorie, elle qui avait toujours porté de beaux décolletés et des vêtements courts s'est mise à davantage se couvrir.

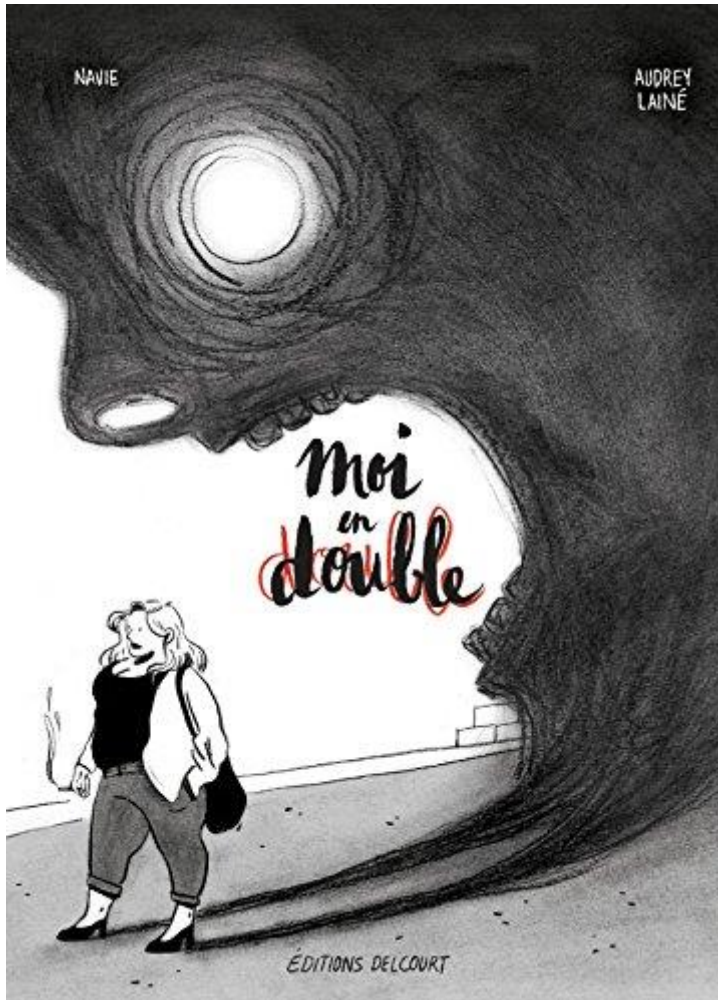
Sa manière de **parler de sexe** aussi – que tout le monde trouvait très drôle quand elle était grosse – a été plus critiquée quand elle a perdu du poids. « 50 kg plus tard, j'avais le même discours, le même humour, le même décolleté, mais on m'accusait soit de minauder, soit d'être une allumeuse », évoque-t-elle.

Ainsi, si à l'extérieur, Navie « rayonnait », à l'intérieur, elle était « complètement paumée ». Au point de regretter ce « double » qu'elle avait porté si longtemps sur ses épaules au péril de

sa santé et qui constituait sa zone de confort, aussi difficile cela soit-il d'être grosse dans une société encore très grossophobe.

« Vient le moment de savoir qui tu es », annonce-t-elle. « Mais on ne m'avait pas prévenue que j'allais me sentir très, très seule. »

"Moi en double", de Navie et Audrey Lainé aux éditions Delcourt - 15,50 € sur Amazon



## Difficile de garder la même vie quand on change de corps

L'auteure raconte avoir été très en colère pendant les deux ans qui ont suivi sa perte de poids. « Quand j'étais obèse, je ressentais une **nécessité d'être aimée**, quitte à tout accepter. En maigrissant et en voyant que j'étais capable de me battre, je me suis rendue compte que j'avais du caractère, et j'ai commencé à me rebeller, à dire non. »

Un changement d'attitude qui a provoqué des chamboulements dans sa vie sociale et amoureuse.

« J'ai eu soif de rencontrer des gens qui ne m'ont jamais connue grosse. Car notre entourage peut nous enfermer dans la personne qu'on était avant. Quand je rencontre des nouvelles personnes, je peux être qui je suis là, tout de suite. »

« La séparation d'avec mon mari, je ne la pensais pas du tout liée à ma perte de poids, mais j'étais avec lui depuis 8 ans et on s'est quittés 3 mois après l'opération, ce n'est pas anodin. »

« Cette rébellion a été prise par mes proches comme de l'arrogance, du "t'as changé", alors que c'était juste que j'avais pris de mauvaises habitudes et que j'avais besoin qu'on rééquilibre nos relations. »

« Mais je ne leur en veux pas, car je ne leur ai pas donné la vraie personne, j'ai joué un rôle pendant des années. Quand on change de corps, c'est très compliqué de garder la même vie. »

« Aujourd'hui, avec la thérapie, les discussions et le recul, j'arrive à mieux voir qui je suis. J'ai de l'empathie pour moi et j'ai envie de faire de cette expérience quelque chose à transmettre. »

>> *Moi en double* paraît le 19 septembre 2018 aux éditions Delcourt