Document généré le 12 oct. 2024 01:53

Jeu
Revue de théâtre

The Good, the Bad and the *Laide*

Coco Belliveau

Numéro 171 (2), 2019

#selfies

URI : https://id.erudit.org/iderudit/90839ac

Aller au sommaire du numéro

Éditeur(s)

Cahiers de théâtre Jeu inc.

ISSN

0382-0335 (imprimé)
1923-2578 (numérique)

Découvrir la revue

Citer cet article

Belliveau, C. (2019). The Good, the Bad and the *Laide*. *Jeu*, (171), 50–54.

Tous droits réservés © Cahiers de théâtre Jeu inc., 2019

Ce document est protégé par la loi sur le droit d'auteur. L'utilisation des services d'Érudit (y compris la reproduction) est assujettie à sa politique d'utilisation que vous pouvez consulter en ligne.

https://apropos.erudit.org/fr/usagers/politique-dutilisation/

Cet article est diffusé et préservé par Érudit.

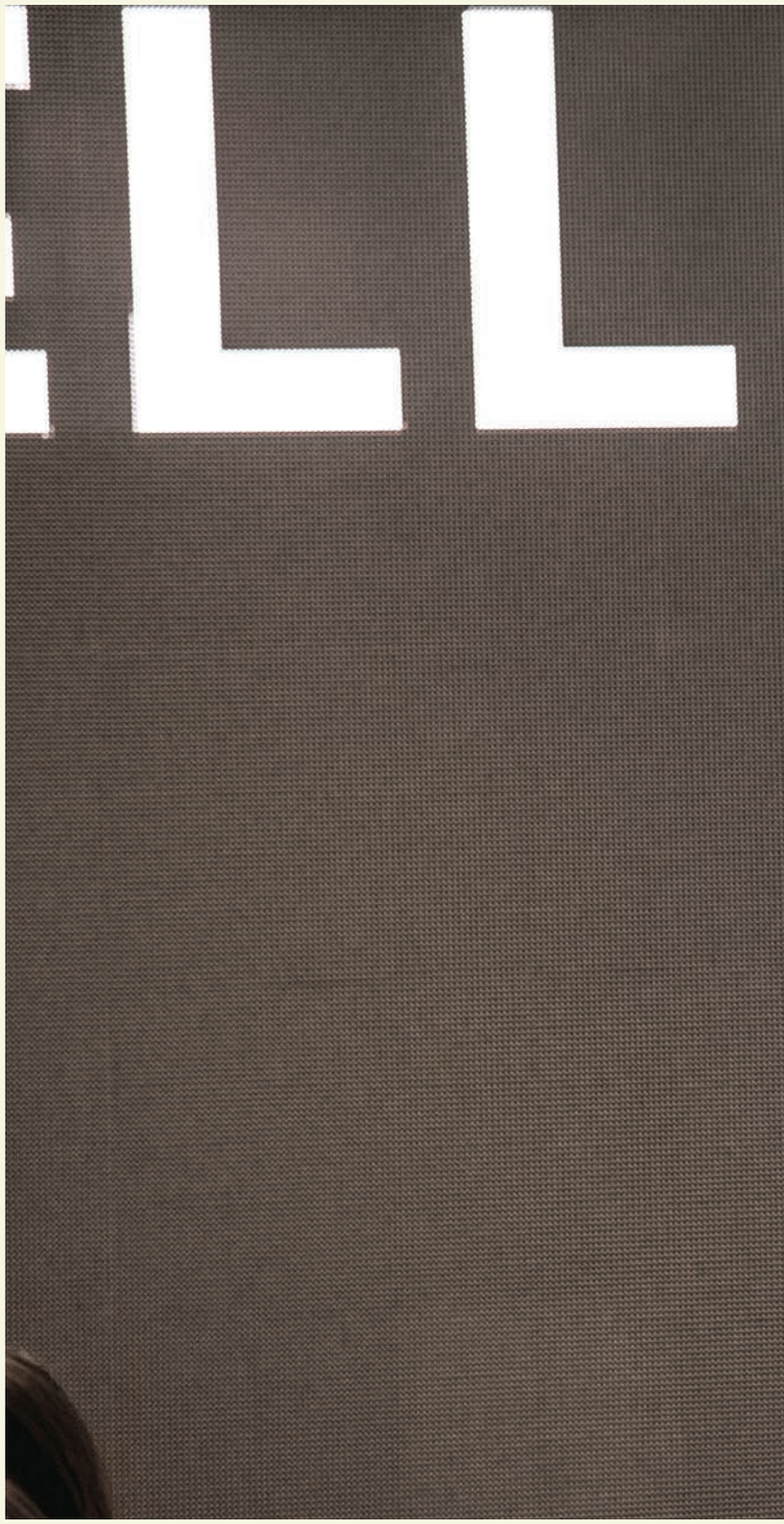
Érudit est un consortium interuniversitaire sans but lucratif composé de l'Université de Montréal, l'Université Laval et l'Université du Québec à Montréal. Il a pour mission la promotion et la valorisation de la recherche.

https://www.erudit.org/fr/

The Good, the Bad

Coco Belliveau

Cette année, l'artiste a décidé de perdre 100 livres pour écrire un spectacle, intitulé *Laide,* sur la grossophobie. Pour décortiquer le sens profond de cet énoncé, il faut prendre du recul. Voici donc son histoire.



J'étais grosse même quand j'étais petite. Un oxymore, je sais, une figure de style pour décrire une figure sans style. Nous vivons à une époque extrêmement paradoxale en matière de beauté. D'un côté, il faut s'aimer comme on est et accepter son poids. De l'autre, il ne faut pas non plus encourager le surpoids et l'inactivité quand c'est au détriment de la santé. Un vrai dilemme. La poule ou l'œuf, lequel manger ?

Ma mère m'a mise au régime quand j'avais 15 ans. Après avoir lu une des nombreuses études qui montrent que les personnes belles ont plus de facilité à décrocher un emploi, elle a commencé à s'inquiéter que je sois toujours grosse et que ça m'apporte des difficultés dans la vie. Je devais me peser devant elle et une nutritionniste, chaque mercredi, après l'école. J'ai perdu environ 50 livres de cette façon. J'ai repris ce poids quand je suis entrée à l'université, sûrement parce que j'avais (et que j'ai encore) de la difficulté à concevoir une vie où je dois constamment faire des efforts pour être considérée comme *normale*.

Les gens me demandaient souvent comment j'ai pu me *laisser aller* ainsi. Je ne me suis jamais valorisée par mon apparence ou par mon physique. Je n'aurais pas pu, n'étant pas considérée comme belle quand j'étais plus jeune. La beauté qu'on voit aujourd'hui, je l'ai cultivée à coup d'enthousiasme et de charme. Toute ma vie, j'ai dû me battre pour

and the *Laide*

Coco Bélliveau participait à « L'*Open Mic* de...Guillaume Wagner » dans le cadre de l'émission *Open Mic* (V-Télé), diffusée dans la semaine du 17 février 2019. © Sacha Bourque

Coco Belliveau participait à « L'*Open Mic* de…Guillaume Wagner » dans le cadre de l'émission *Open Mic* (V-Télé), diffusée dans la semaine du 17 février 2019. © Sacha Bourque

me faire entendre. Je pensais que c'était un combat que tout le monde devait mener, j'ai donc travaillé fort pour que les gens veuillent m'écouter. En réalité, je ne savais pas que je prenais du poids.

Quand une personne anorexique se regarde dans le miroir et se voit grosse, malgré le fait que ce qu'elle voit, ce n'est que la peau sur les os, on appelle ça de la dysmorphie corporelle. C'est pareil pour moi, sauf qu'au lieu de me voir grosse, je me suis toujours vue mince. C'est une condition que je surnomme affectueusement la *fatorexie* (bienvenue, la communauté scientifique !).

J'ai mis du temps à savoir que je faisais de la dysmorphie corporelle. Je me trouvais belle, pourquoi en aurais-je douté ? Je croyais que les minces se voyaient grosses et que, quand on était grosse, on le savait. Grâce à ça, ma confiance en moi s'est développée sans embûche : il ne faut jamais sous-estimer le pouvoir du déni. J'avais l'impression d'être le personnage principal dans *What Makes You Beautiful* de One Direction, ou genre *Mappemonde* des sœurs Boulay, pas une figurante dans *Les Grosses Torches acadiennes* de mononc' Serge.

SE VOIR ET ÊTRE VUE

Après consultation, je suis maintenant capable de voir mon corps comme il est, et je m'aime, profondément. Alors, pourquoi suis-je encore ignorée ? Pourquoi me traite-t-on de lâche ? Pourquoi est-ce que ce gars-là parle avec mon amie, mais m'ignore complètement ? Pourquoi est-ce qu'on me crie que je suis dégoûtante par la fenêtre d'une automobile ? (Un phénomène que j'appelle le *dog-calling*.) Mais, surtout, pourquoi les gens n'aiment-ils pas que je m'aime ? Quand on s'aime et qu'on se respecte, les gens sont supposés nous aimer et nous respecter aussi, non ?

Je me suis donc demandé si mes proches s'en rendaient compte. J'ai décidé de me lancer dans l'arène et de parler de la discrimination que j'ai l'impression de vivre avec des gens de mon entourage :

— *Ben voyons, Coco, c'est pas vrai qu'être mince, c'est mieux.*
— C'est pas ça que j'ai dit, je dis juste que…

— *Ben voyons, Coco, tu te trouves pas belle… ?*
— Non, au contraire, c'est que…

— *Ben voyons, Coco, t'es pas grosse, t'as juste des gros os…*

Celle-là, je suis tannée de l'entendre. Elle n'a aucun sens. Je suis grande, oui, mais avoir des gros os… comme si mes os étaient des *baloneys*, comme si mes fémurs avaient des bourrelets... C'est ridicule.

Je me suis rendu compte que personne ne m'écoutait. Ça ne se fait plus, parler de poids. Il n'y a pas de façon facile d'en parler, donc on ne le fait tout simplement plus. Mon corps n'existe pas.

C'est là que la phrase de trop est arrivée. La goutte qui fait déborder le vase. Pas une goutte, en fait, une vague qui inonde mon sous-sol et me laisse complètement trempée.

— *Ben voyons, Coco, personne te traite différemment ! Pis de toute façon, comment tu sais qu'être mince, c'est différent ? T'as jamais été mince.*

Tout à coup, dans ma tête, il y a eu un déclic. Elle avait techniquement raison, je ne connaissais pas sa réalité. Est-ce que c'est différent ? Est-ce que c'est dans ma tête ou est-ce qu'il se passe quelque chose de néfaste dans l'inconscient collectif ? Si je voulais comprendre, je devais marcher un mille dans ses souliers. La méthode empirique. Telle Alice, je devais traverser de l'autre côté du miroir…

C'est là que ç'a commencé, cette idée de perdre du poids. Pas parce que je ne me sentais pas bien dans ma peau, mais parce que je ne me sentais pas bien dans ma société.

UN OUTIL DE GUÉRISON

Pour maximiser l'efficacité de ma recherche, j'ai décidé de montrer les changements en les partageant à un endroit complètement centré sur l'apparence et la gratification instantanée : Instagram. Comme ça, j'allais m'ouvrir à tous les commentaires et à toutes les questions, pousser la réflexion en dehors de ma tête et la propulser dans la réalité.

C'est l'endroit parfait pour avoir la vraie opinion des gens. Ils se sentent confiants, assis derrière leurs écrans, une lueur de téléphone éclairant leur menton. Les opinions sortent. Elles sortent en gang, toutes ensemble en train de crier bruyamment dans la rue, avec leurs fautes de frappe et leurs monologues moralisateurs.

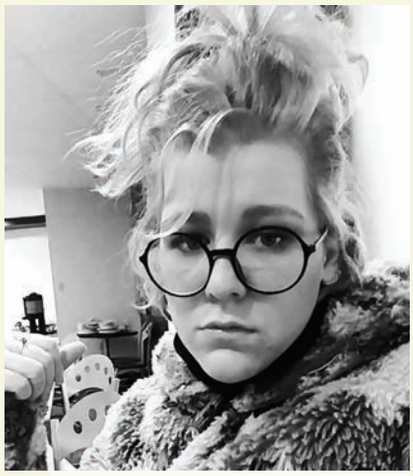
La phrase qui me décourage le plus, c'est : « Tu es une inspiration. » Une inspiration, comme si aller au gym c'était noble, comme si on était toutes sur des petits vélos en train de pédaler pour produire de l'électricité pour un orphelinat. En réalité, on va juste dans une pièce et on essaye d'avoir chaud. Je sais très bien que l'intention c'est de dire « bravo pour ton acharnement », mais tout ce que j'entends, c'est : « Bravo de ne plus être qui tu es, bravo de viser mieux, de viser l'élite corporelle. » C'est souvent les commentaires qui semblent les plus inoffensifs qui font le plus réfléchir.

C'est frustrant, maigrir. Je remarque un changement dans la façon dont les gens m'abordent. Plusieurs personnes osent prétendre que, si elles me parlent maintenant alors qu'elles m'ont ignorée par le passé, c'est parce que je suis plus confiante. C'est dur de déterminer si je suis plus confiante parce que les gens me traitent mieux ou si les gens me traitent mieux parce que je suis plus confiante… Je commence à m'ennuyer de mon autre corps, mon corps qui agissait comme un moustiquaire, qui laissait entrer l'air frais mais pas les mouches superficielles.

Après tout ça, pourquoi écrire un spectacle d'humour ? J'haïs ça, dire que je fais de l'humour, j'aime mieux simplement faire

rire. L'humour donne trop d'importance au résultat, c'est la même chose avec la perte de poids. On croit souvent que le produit final va faire notre bonheur et on se met tellement de pression à arriver à des résultats qu'on n'arrête pas un instant pour se demander pourquoi on fait ça.

Pour moi, l'humour est un outil de guérison. Quand le rire est bien utilisé, c'est un baume. Je profite de cette expérience pour faire une exploration de toutes les blessures émotionnelles entourant mon poids, pour dénoncer, pour être la cuillère de sucre qui fait passer plus facilement la médecine, mais surtout pour que les autres comme moi se sentent moins seules, sentent que leurs émotions sont validées, trouvent une alliée. Le but de *Laide* n'est pas de rire de qui que ce soit, c'est de faire une distinction entre deux réalités corporelles, c'est d'essayer de trouver ma vérité, c'est de comprendre ce profond sentiment de ne jamais être assez, ou même d'être trop. •



Coco Belliveau est une artiste multidisciplinaire du Nouveau-Brunswick, qui a 79 865 $ de dettes étudiantes. Après avoir fait du théâtre en Roumanie et en Belgique, elle est venue s'installer au Québec et écrit du *stand-up*. *Laide* est son deuxième spectacle solo. Vous pouvez suivre le cheminement humoristique de Coco sur Instagram et Facebook : @cocobelliveau.

Coco Belliveau participait à « L'*Open Mic* de…Guillaume Wagner » dans le cadre de l'émission *Open Mic* (V-Télé), diffusée dans la semaine du 17 février 2019.
© Sacha Bourque