

→ Tout a commencé lorsque cette fille m'a abordée dans la salle de bain de l'école.

- T'es grosse. Non mais vraiment grosse. J'me demande vraiment comment quelqu'un va vouloir de toi. Vaudrait mieux ne pas sortir de chez toi. T'as l'air d'un éléphant, peu importe ce que tu portes. Non, sérieux, t'es laide. T'es vraiment laide.

- Hey, attends une minute là! Qu'est-ce qui te prend de me parler comme ça? Ça ne se fait pas!

- Pourtant, toi, tu n'hésites pas à me le dire. Chaque fois que tu me vois, tu me traites de tous ces noms, tu me fais mal. Je n'arrive pas à croire que tu agis comme ça avec une amie qui est toujours là pour toi.

- Ben voyons donc! Je ne dirais même pas ça à ma pire ennemie, je ne PENSERAI même pas ça de ma pire ennemie! J'suis la première à dire que si une personne est assez méchante pour dire ça, on ne devrait même pas prendre en considération son opinion.

- T'as beau dire ça, quand tu me parles, tes insultes tu les prends bien au sérieux. Tu n'hésites pas à me dire tout ce que tu penses, car tu vois bien qu'il n'y a personne pour me défendre. Et pourtant quand moi j'te dis ça, tu vois, ça te fait réagir.

- J'ai jamais agi comme ça, j'suis pas méchante à ce point! Voyons donc, t'es qui pour me dire ça? On se connaît au moins?

- Oui, on se connaît, j'ai même été là depuis toujours pour toi, mais ça fait quelques années que tu agis comme ça avec moi.

- Quoi?

- Je suis la fille que tu vois chaque jour. Celle que tu vois dans ton miroir quand tu te regardes le matin ou même à n'importe quel moment de la journée. Je suis la personne, la SEULE personne que tu oses autant juger, comparer, critiquer chaque jour... Sais-tu à quel point ça me blesse? S'il y a bien une personne qui peut t'aimer autant que tu l'aimes, c'est bien moi. Alors ne fais pas de moi celle que tu méprises chaque jour, fais de moi celle que tu aimes, celle que tu défendras. Et je te promets qu'en échange je m'assurerai de te faire sourire chaque fois que tu me verras, simplement pour te rendre encore plus belle aux yeux des autres.

**On a beau faire de son mieux pour ne pas juger les autres, il y a toujours cette personne qu'on oublie : soi-même. Cette personne qu'on insulte sans hésitation, qu'on compare constamment aux autres et qu'on oublie trop souvent de défendre. On ne laisserait jamais quelqu'un dire cela à notre meilleure amie, alors pourquoi se permettre de se le dire à soi-même? La première personne que tu ne dois jamais oublier d'aimer, c'est toi. Et alors, les gens te verront sous un autre œil et sauront eux aussi t'aimer davantage.**

**À toi, mon reflet dans le miroir. Au plaisir de te revoir encore plus resplendissant.**

CHARLOTTE POITRAS

Kilos en moins, ventre plat, cheveux soyeux... Les logiciels transforment la réalité pour nous présenter leur version de la perfection.

Fais le jeu « Retouche-moi pas! » de la section *On s'la joue* du site [www.derrierelemiroir.ca](http://www.derrierelemiroir.ca). Brise les clichés et trouve toi-même les six retouches qui ont été faites au mannequin.

Le résultat est surprenant!



それ