**Eat, and love yourself est un one-shot sorti le 5 février 2021 chez Ankama éditions. Ce roman graphique réalisé par la talentueuse Sweeney Boo raconte l'histoire de Mindy. Cette jeune femme mal dans sa peau vit la douloureuse expérience des troubles alimentaires. Elle verra, dans une tablette de chocolat, la chance de revivre son passé pour comprendre d'où lui vient ce mal-être.**

### Mindy, l'héroïne ne se sent pas bien dans son corps

Grâce à des dessins colorés et punchy et une écriture simple, Sweeney Boo réussit le pari de faire comprendre à son lecteur la douleur et le cercle infernal que vit la victime des troubles alimentaires. Pourtant, le roman graphique est très doux et bienveillant. Les personnes ayant vécu ce mal-être peuvent aisément se reconnaître dans le personnage, et ceux qui ne l'ont jamais connu peuvent comprendre.

### Un sujet tabou traité avec douceur et bienveillance

**Mon avis :** J'ai beaucoup aimé la façon dont le personnage de Mindy provoquait l'empathie chez le lecteur. On ressent sa douleur et le symbole de la barre de chocolat comme portail vers le passé est intelligent. Les couleurs pastelles douces permettent de créer un cocon de confort qui fait que la lecture n'est pas difficile du tout. **On apprend avec Mindy à l'accepter, à accepter ses couleurs, ses rondeurs, son passé**. Cette douceur et cette bienveillance appellent à l'amour de soi, y compris chez le lecteur. Nous avons besoin de ce genre de lecture pour parler de ces sujets tabous avec autant de sensibilité et de bienveillance.

**Nora LAKE.**

**Note : ♥♥♥♥♥**

## Partager :

- Cliquez pour partager sur Twitter(ouvre dans une nouvelle fenêtre)
- Cliquez pour partager sur Facebook(ouvre dans une nouvelle fenêtre)
- Cliquez pour partager sur Google+(ouvre dans une nouvelle fenêtre)