

CE FICHIER VOUS EST ENVOYE
POUR VALIDATION,
VOUS N'AVEZ PAS
L'AUTORISATION DE LE
TRANSMETTRE A UN TIERS

On dit cap ?

La Chanson de Maxence

On dit Cap ?

Anthologie de poésie

LES ÉDITIONS DU NET
126, rue du Landy 93400 St Ouen

Photographie de couverture : Libre de droit
Montage photo : Nathalie Debert

© Les Éditions du Net, 2019
ISBN : 978-2-312-06579-3

Merci à Maud Juillerat, Gaëlle Metens, Anne-France Badoui et Ôfée la Délicieuse pour votre regard et votre aide si précieuse qui a permis de mener à bien ce projet... Et bien entendu, une immense gratitude à tous les auteur(e)s qui ont généreusement confié un de leur texte...

Préface

Le handicap, tant que cela ne nous concerne pas, on n'y est pas forcément sensible, mais lorsque cela nous touche personnellement et que l'on côtoie ce monde et ces personnes pas si « différentes » finalement, on se rend compte de la richesse qu'elles ont à nous apporter. Finalement, tendre la main ou ne pas détourner le regard, c'est faire preuve d'humanité, chose qui n'est pas aisée dans ce monde où tout va à mille à l'heure et dans lequel l'individualisme et l'égo sont mis en avant.

J'ai donc demandé à ceux qui étaient intéressés de m'envoyer un poème reflétant leurs pensées, leurs maux, pour qu'ils nous parlent de leurs handicaps, qu'ils soient physiques, psychiques ou mentaux, génétiques ou accidentels...

J'ai commencé à recevoir des textes qui m'ont fait découvrir différents handicaps tel que le SPT (Stress post Traumatique) ou encore l'analphabétisme, vu comme une richesse dans le poème « Le sage », etc. Toutes ces formes de handicaps élargissent la vision simpliste que l'on peut s'en faire et permet de les faire découvrir à ceux qui en ignorent l'existence.

Alors je me suis posé des questions : qu'est-ce que le handicap finalement ? Qu'il soit visible ou invisible, est-ce une incapacité à effectuer certaines choses du quotidien ou une richesse qui nous différencie de la soi-disante « norme » ? Ne serait-ce pas les deux à la fois ? Tout dépend du handicap. De plus, nous ne sommes pas tous égaux face aux difficultés : certaines personnes qui partagent le même handicap arriveront à transformer leurs différences en positif ou non. Il n'y a pas de hiérarchie dans ce domaine.

Je ne vais pas vous faire une liste de tous les handicaps et il est délicat de vouloir en donner une définition car ce serait encore mettre dans des cases des personnes qui sont déjà catégorisées par leur différence. Cependant, pour une meilleure prise en charge des personnes handicapées, il a été nécessaire d'en établir une. Voici la définition du handicap selon l'OMS (Organisation Mondiale de la Santé) : « est handicapée toute personne dont l'intégrité physique ou mentale est passagèrement ou définitivement diminuée, soit congénitalement, soit sous l'effet de l'âge ou d'un accident, en sorte que son autonomie, son aptitude à fréquenter l'école ou à occuper un emploi s'en trouvent compromises. »

Le terme handicap désigne la limitation des possibilités d'interaction d'un individu avec son environnement, causée par une déficience provoquant une incapacité, permanente ou non. Il exprime une déficience vis-à-vis d'un environnement, que ce soit en termes d'accessibilité, d'expression, de compréhension ou d'appréhension. Il s'agit donc plus d'une notion sociale que d'une notion médicale.

Il existe plusieurs classifications, mais celle de l'OMS reste la plus reconnue. Elle a classifié le handicap en 5 catégories : le handicap moteur, le handicap sensoriel, le handicap psychique, le handicap mental, les maladies invalidantes.

Cette anthologie réunit des poèmes de formes libres de tous styles poétiques allant du poème slam écrit pour la scène au texte court en prose. Elle a pour but de sensibiliser le lecteur aux personnes « hors normes ». Des poète(sse)s des quatre coins de France, dont l'une réside à La Réunion mais aussi de Belgique et d'Autriche, vous livrent leurs visions du handicap par des cris du cœurs, des cris de l'âme, des coups de gueules, des appels à la compassion, à l'entraide et à l'acceptation de la différence. Exprimer tout cela par écrit, c'est se mettre à nu et il faut beaucoup de courage. C'est en partageant que nous faisons évoluer les choses. Je vous encourage à sortir de votre bulle pour explorer celles des autres.

Nous sommes au XXI^e siècle et avec tous les outils que nous avons aujourd'hui pour nous ouvrir au monde et aux autres, nous ne devrions plus avoir peur de la différence. Quelle personne souffrant d'un handicap invisible n'a jamais essuyé un « tu as deux bras, deux jambes, pourquoi tu te plains ? » Pour manifester de l'empathie, nous devons comprendre, être tolérants et ouverts d'esprit, afin d'éviter ces mots qui blessent inutilement et voir au-delà des apparences. Il y a encore des progrès à faire notamment en matière d'accessibilité dans les lieux publics pour celles et ceux qui ont des difficultés à se déplacer...

Les handicapés, ce sont un peu des héros de science-fiction qui évoluent dans un monde très dur qui n'est pas forcément fantastique mais qui nous ouvrent à d'autres réalités en nous montrant les champs du possible, l'infini des possibilités, et nous prouvent qu'il n'y a pas de limites...

Alors, on dit cap ou pas cap ?

Romain Boulmé « Suerte »

Les bénéfices de cette anthologie seront reversés à l'association « La chanson de Maxence » pour les enfants souffrant de troubles neuro-développementaux.

Abraka Madham

Traductrice de formation
Et de profession,
J'exerce aussi en tant
Qu'animatrice auprès d'enfants
Depuis fort longtemps.

Depuis fort longtemps,
Je participe à des soirées Slam ;
J'y écoute avec grand plaisir
Mes frères et sœurs de rimes,
Et je leur partage également
Mes vers de temps en temps.

Mes amis poètes remplissent
Mon âme de jolis vers,
Et chaque jour j'en remercie
Notre Terre-Mère.

abraka.madham@zoho.com

L'ÉTRANGÈRE

On est tous nés sur une planète bipolaire,
Terre d'asile pour nos vies interstellaires,
Elle tourne sur son axe depuis tant d'années,
Je prie pour qu'elle ne finisse pas par tourner carré.
Mon père et ma mère ont fait une fille Balance,
Ma Terre et ma Mer m'appellent à rentrer dans la danse,
À trouver mon équateur entre pôle Nord et pôle Sud,
À trouver mon équilibre entre l'euphorie et la chute.
Je ne suis pas autiste,
Je suis artiste,
Je ne suis pas bipolaire,
Je suis le yin et le yang en os et en chair.

Le souffle des vagues, murmure de la Terre-Mère,
Me susurre de ne pas perdre l'étoile polaire,
De garder le cap et de tenir bon la barre,
De croire en la victoire qui scintille au loin comme un phare.
Je me souviens que Charlotte Valendrey écrivait
« Pas de gravier dans mon soulier »,
Tout en me rappelant que L'Azraël clamait
« Ce caillou dans la chaussure était peut-être un cristal ! »
Mantras quasi vitaux pour mon cœur parfois bancal,
Paroles bienfaitrices pour mon âme en errance
Dans cette société d'apparat et d'apparence,
Je choisis les mots comme seules béquilles pour ma cavale.
Étrangère sur ma propre Terre, Étrangère même chez mes frères,
Victime du délit du mauvais habit, Coupable de refuser la monotonie.
Coupable de traîner seule au milieu des meutes,
Renarde solitaire toisée par des loups
Qui n'attendent que l'émeute
Ou la craignent du fond de leur trou.
Allez-y, toisez-moi,

Jugez-moi de l'œil de haut en bas,
Je travaille à garder mes émois,
Non pas pour les pions, mais pour les rois.
Combien sommes-nous à vivre en cavale sur notre propre Terre,
À lutter pour abolir toutes les frontières,
Celles des pays, celles des esprits,
Celles des genres, celles des apparences ?
Je migre, tu migres, il migre,
Nous migrons, vous migrez, ils migrent ;
Je mue, tu mues, il mue,
Nous muons, vous muez, ils muent.
Comme ils ont proclamé « Nous sommes Charlie »,
Je crie « Nous sommes migrants à vie ! ».
Je suis Charly, je lis l'hebdo,
Mais notre solidarité a bien mal au dos
Quand ils laissent couler des Noirs au fond de nos eaux.
« Quand dire c'est faire, et faire c'est faire taire »
Scandent les poètes à la Terre entière,
Hâtons-nous de dire, hâtons-nous de faire,
Car notre Terre à bout de souffle
Se sent chez nous comme une étrangère.

Thomas Alexis

« Thomas Riredelion »

Slameur de Saint-Nazaire, né en 1987, il a commencé à écrire en 2003 ; renfermé sur lui-même, l'écriture l'a sauvé. Le slam est entré dans sa vie en 2010. Avec son bégaiement, il pousse les frontières de l'oralité et de la scène. Il est davantage à l'aise à l'écrit et son bégaiement devient une force pour partager ses textes avec le public.

Ses thèmes sont la différence, la nature, la parole, l'humour, l'expression, le combat intérieur, l'amour, la vie... Ses textes sont teintés d'optimisme et de positif.

Il a travaillé avec plusieurs musiciens et recherche des nouvelles collaborations musicales pour que ses textes soient portés et mis en relief par la musique.

Thomas Riredelion anime maintenant des ateliers et des soirées slam sur Saint-Nazaire.

thomas.alexis01@gmail.com

BÉGALEMENT

Bé, bé, bégaiement, le mal dont je souffre
 Est un problème de respiration et de souffle
 Souffle de tempête incohérente, dans mon esprit
 Qui trime mais qui veut travailler à n'importe quel prix...
 Son émotivité donc ses sentiments et sa vie !
 Sa maîtrise des mots est dans l'écriture
 Mais dans sa parole, y sont présentes quelques ratures
 Alors notre niveau de fluence, hissons-le pour qu'il soit de nature !
 De ce comportement de bègue, notre niveau de relations, longtemps
 [immature
 Nous fait défaut, car trop de réflexions, nous fait foncer dans le mur !
 Mur du son ? Non ! Mais amélioration de sa voix et de sa structure.
 Nos amis bègues, Ésope, Marilyn Monroe et... Churchill
 Ont pu, et ont maîtrisé des discours, tel Bayrou, qui n'ont rien de futile !
 Qui dit futilité, dit fatalité pour nous les bègues
 Puisque nous nous instaurons un supplément de relationnelles règles !
 Relations, communication et imagination... du pire, nos gros problèmes
 Et résolutions : élaboration d'une chanson et sommation de la dire
 [sur une scène !
 Moqueries, exclusions et repli sur soi-même
 Sont synonymes d'un mal expiatoire que l'on sème
 Mais qui nous donne de la mémoire et la force du Golem.
 Nous avons des faiblesses dans la parole et la communication
 Nous ressentons plus de choses car les moteurs de relations
 Que sont cette confiance en soi et cette optimiste déraison
 Ne sont pas innées dans notre construction,
 Nous sommes des êtres de passions,
 Nous sommes des êtres de passions...

Anne-France Badoui

Toute vie me touche et chaque instant de ma vie est célébration du cadeau d'être en vie ; même dans les pires moments... ce qui est un véritable défi, bien sûr.

Trouvant inspiration et joie dans le collectif, j'anime des ateliers d'écriture créative dans les villes comme dans les bois ; et participe aussi à des anthologies de poésies et/ou textes tels *Les Poètes, l'Eau et le Feu* sous la direction de Marguerite Chamon et Jean-Pierre Béchu, ou encore celles de l'association du *Don des Mots*, pour le Téléthon.

Auteure-illustratrice de *Lettres & Symboles, un abécédaire pas comme les autres*, sous le nom d'Anne-France Badaoui-Yacoub (Éditions Ixcéa, 2010), j'ai aussi eu le bonheur de participer à l'ouvrage collectif *Loué Soit Je – Pratiques de l'Autolouange pour Tous*, sous la direction de Marie Milis (Éditions Le Grand Souffle, 2016).

Ici-même, pour mon poème, je me suis inspirée de cette pratique de l'autolouange : écrire en « Je » en amplifiant les images ; et en tentant de ressentir ce que je veux exprimer... Je dédie mon poème à tous les accidentés de la vie : qu'entre nous tous les vivants, nous puissions être pour toujours dans l'amour fraternel.

annefranceb@hotmail.com

REINE EN MOI-MÊME

En mon château détruit
Je suis reine des sables
Je ne suis pas voiture

Je crie
Ma parole est mon corps
Dans la chambre 17
Fibre brisée, je ne reçois plus de message
Yeux grands ouverts sur l'espace de mes esprits
Je traverse le mur
Pourquoi la lumière là-haut
Je ne sais pas
Je ne suis pas

Je me souviens du tout doux contre ma main pendue
J'entends le souffle du ciel
Ou bien l'amour à mon oreille

Sur le lit abattue
Je veux me lever
Je marche au bord de mes cils
Larme rare sur la dune de ma joue
J'avance au pas lent du chameau sur les crêtes de mes dévastations
Dans ma chute interminable sur les falaises de ma mémoire nue
Je crie la perte
Je ne sais plus
Je ne suis plus

Mais mon cœur bat
Là
Vivant

Je suis
Présente

Oui Je sens Là Aime M Ma Mon Âme Mon Amour
Je suis calme-toi
Câlin
Je m'affole
Là Là Calme-toi

Deux ans déjà
C'est quoi

Ici le tout doux contre ma main posée
Ma joue
Là
Je suis dans tes bras fraternels
Goûter les saveurs

Repos dans la cour de mon château de sable
Je respire fort
À plus jamais
Plus

Je me souviens d'avant Oui Je pense Non
Je me suis Non Oui Je suis
Entourée de bonté et de patience
Pour toujours
Avoir besoin de ta force pour vivre

Magali Bauer « Écrivurienne »

Magali Bauer, 38 ans, seine-et-marnaise, découvre très jeune le plaisir des mots, à travers les premières lectures de romans et la découverte de la poésie à l'école primaire. Durant ses années collège, l'écriture devient une passion. Elle noircit plusieurs « journaux intimes », écrit quelques nouvelles, quelques débuts de romans, puis se tourne vers l'écriture de chansons et de poésies.

En 2009, c'est la découverte de Grand Corps Malade, et du slam en même temps. Elle se met alors à « écrire à l'oral » et devient Écrivurienne. Elle est rapidement encouragée à découvrir les scènes slam où elle retrouve ce qu'elle a entendu dans la voix de Grand Corps Malade : liberté d'expression, simplicité, authenticité, partage. Timidement, elle a pu déclamer de nombreux textes, à travers petites ou plus grandes scènes, trouvant toujours une écoute attentive à sa sensibilité, ce qui l'amène peu à peu à prendre confiance sur une scène... un exercice qu'elle n'aurait pas pensé faire quelques années plus tôt ! Elle a participé à de nombreux ateliers d'écriture, ateliers qu'elle a animés ensuite elle-même dans son emploi d'animatrice pour enfants.

Formée cette année à l'art-thérapie, elle projette d'utiliser l'écriture, la poésie et le slam dans sa future pratique.

Régulièrement, elle est venue aux scènes slam de l'Astrocafé, et souhaite continuer à suivre dans de nouvelles aventures la jolie équipe qu'elle y a trouvée.

magbauer@msn.com

CAP POUR LA DIFFÉRENCE !

Quand le handicap est invisible
En parler devient impossible
Qui voudrait entendre ce qu'il ne voit pas
Qui pourrait comprendre ce qu'il n'imagine pas ?
Avoir l'air normal
Ça n'aide pas aux confidences
Avoir des soucis c'est banal
Ça n'explique pas la souffrance...

Il faudrait aborder tous les mots sous silence
Les cicatrices que rien ne panse
Le schéma défensif depuis la petite enfance
La douleur chronique, le cœur à vif face au manque de chance.
C'est d'abord une tentative de survie
Une lutte contre les coups de poignards, les cauchemars, les insomnies
Et petit à petit, une acceptation de soi
De cette boule d'angoisse qui ne nous quittera pas.
C'est un combat quotidien pour que ne s'émiette pas
Un esprit fragilisé par un trop-plein de sensibilité
C'est une ouverture d'esprit possible, de l'apprécier comme une
[qualité...
Le handicap psychique dit : « Cap pour la différence, pour une
[autre façon de penser ! »

Lilas Bertel Sardin

À quoi bon parler de soi ? Je dirais juste qu'à 56 ans, à un moment difficile de ma vie, ma route a croisé celle du slam.

Des textes déclamés en plein air lors d'une porte ouverte au Jardin Intérieur d'Évry, l'humanité du chef d'orchestre de l'association « Ouvrons les Guillemets », Camille Case, et la bienveillance de tous les slameurs m'ont remise sur pieds. Depuis 6 ans, j'ai trouvé là des amis chaleureux, des valeurs qui me correspondent, et un univers de mots à explorer et à partager.

Au départ de Camille Case, en 2017, nous avons eu un nouveau défi à relever, avec la création et le développement de la nouvelle association, « Encre Vous et Nous ».

Merci à tous ceux qui œuvrent à la rendre dynamique et vivante, de près ou de loin.

Le slam a une longue et belle route devant lui.

lilas.bertel@gmail.com / encrevousetnous@gmail.com

LE SAGE

La tête dans les nuages
Je vole avec les oiseaux
Ils m'emmènent en voyage
Et d'en haut tout est plus beau
Les hommes courent sur la terre
Comme si leur vie en dépendait
Ils jouent à se faire la guerre
C'est peut-être pour de vrai
La tête dans les étoiles
Moi, j'attrape les comètes
Et je secoue leurs longs voiles
Pour en faire tomber les miettes
Les hommes travaillent là-bas
Sourcils froncés, l'air sérieux
Ils ont des livres plein les bras
Et n'regardent pas dans les yeux
Moi, je me couche dans le gazon
Le nez dans les pâquerettes
C'est si doux et ça sent bon
J'me fous d'être analphabète
Je vois les hommes qui bétonnent
Ils détruisent toute la nature
Bientôt rivés à leur iPhone
Ils n'auront plus de nourriture
Moi, j'me promène sur la plage
Et je remplis mon seau
Je ramasse des coquillages
J'me construis pas d'château
Non je ne vais pas à l'école
Paraît qu'y en a pas pour moi
J'peux pas dire qu'ça me désole
Ça ne me manque pas, ma foi

Dans ma tête, ça n's'imprime pas
Mais j'reconnais les chants d'oiseaux
Je n'écris pas, je ne compte pas
Mais j'sais faire des ronds dans l'eau
Si c'est pour devenir comme vous
Esclave du temps et de l'argent
Je préfère de loin, je vous avoue
Être, comme vous dites, différent.

Savez-vous ce que je crois ?
Je crois que le sage, c'est moi.

Mattéo Bertel « Hercule »

Je m'appelle Mattéo Bertel et je suis né en 2009. J'ai découvert l'écriture en même temps que la mythologie grecque quand j'avais sept ans. J'ai choisi « Hercule » comme blase.

Maintenant, avec « Encre vous et nous », je fais du slam et j'adore ça.

matteo.bertel.91@gmail.com

L'AUTISTE

Je suis dans mon vieux garage
La tête collée au vitrage
Je me sens plein de rage
Il faut que je sorte
Je cherche la porte.
Oui, elle est là !
Non, elle est fermée
Où est passée la clef ?
Pas moyen de communiquer
Mais qui m'a handicapé ?
Moi l'autiste
Je n'ai plus de piste.
Je cherche la sortie,
Ou plutôt la route vers la vie ?

Romain Boulmé « Suerte »

Passionné par l'écriture et par l'histoire, il fréquente la médiathèque de Melun où il découvre le slam en 2007 sur la scène de l'Astrocafé. Il rejoint ensuite les poètes de l'association « Fonetick'slam » pour animer des scènes et des ateliers d'écriture dans les écoles, prisons et centres sociaux. Le 29 novembre 2008, jour de ses 27 ans, il est admis à la « Société des Poètes Français » au sein de laquelle il participe à beaucoup de manifestations et anime une conférence sur le slam au Sénat. Il participe en 2009 à son premier championnat de France de Slam et se classe dans le peloton de tête. Le printemps 2010 voit naître son premier recueil de poèmes *Rencontre universelle*. Mais sa plus belle « œuvre » est son fils Maxence, né en 2011. Dès 2014, il parcourt de nombreuses scènes slam en France, ainsi qu'en Belgique et en Suisse ; périple qui lui permet de rencontrer d'autres poètes et de voyager en s'enrichissant sur les plans humain, spirituel et artistique. Fin 2016, il écrit la narration d'un court métrage *Le combat d'une vie*, contre les violences faites aux femmes. En 2017, *Volatiles*, son deuxième recueil est édité aux éditions du Net et il crée l'association « La Smala Slam » avec un groupe d'amis. Au printemps 2018, sortent *L'obscur clarté d'un écorché vif*, son autobiographie aux éditions du Net et *Les poètes de l'Astrocafé*, une anthologie où il réunit 19 auteur(e)s venus déclamer leurs poèmes sur la scène melunaise. Depuis plus de dix ans, nombre de ses poèmes apparaissent dans une vingtaine d'anthologies et de revues en France mais aussi en Roumanie. Il prépare actuellement *Esperanza*, un recueil de sonnets illustré par Robin Guinin, un ami dessinateur.

romain.boulme@gmail.com

PINOCCHIO

Depuis petit je suis différent
On l'a bien fait sentir à mes parents
Mais papa et maman ben ils s'en doutaient
Et même qu'ils s'inquiétaient
Ça doit remonter à ma conception
Ça veut dire quoi conception ?
Mon papa avant il était à la maison
Et puis un jour il est parti
J'me souviens pas quand ils étaient ensemble
J'étais trop petit
J'aimerais bien moi qu'ils soient encore ensemble
D'ailleurs je m'amuse à les taquiner parfois
Papa pourquoi t'es plus avec maman ?
Avec un petit sourire malicieux
Ça veut dire quoi malicieux ?
Ils m'ont déjà dit qu'ils ne s'aimaient plus
Et que j'avais de la chance d'avoir deux maisons
La chance, La chance
Encore un truc d'adulte
Papa venait me chercher en voiture
Et toute la route je lui répétais « papa ature »
Papa ature, ature
Papa oto, oto
Ature, oto
Et mon papa il répondait
Oui mon chéri c'est des voitures
Et des motos
Moi je mangeais les syllabes
Ça veut dire quoi des syllabes ?
Il paraît que je suis dyslexique
Ça veut dire quoi dyslexique ?
Je m'énervais

Parce que quand je m'exprimais
Les mots ils s'embrouillaient
J'arrivais pas à les prononcer
Papa il essayait de comprendre
Mais moi ça s'embrouillait
Parfois il s'énervait
Alors on s'énervait ensemble

Moi je dis à papa et maman
50 fois que je les aime dans la journée
Parce que ça me rassure
Quand je suis dans ma chambre
Et qu'ils ne sont pas dans la même pièce que moi
Et s'ils ne me répondent pas ben je répète
Jusqu'à ce qu'ils répondent
Et ça me rassure
Quand je fais un dessin et que je dépasse
Je me mets en colère
Et parfois j'envoie tout valser
Je faisais pareil petit
Avec mes petites voitures
Je les mettais en ligne et si ça dépassait
J'envoyai tout en l'air
Et je me roulais par terre
Papa et maman essayaient de comprendre
Mais ils ne sont pas dans ma tête
J'ai entendu parler de perfectionnisme
Ça veut dire quoi perfectionnisme ?
Avec les autres enfants parfois c'est difficile Même conflictuel
Ça veut dire quoi conflictuel ?
Moi j'aimerais entrer dans leurs rondes
Mais si on ne fait pas attention à moi
Eh ben des fois je tape et je crie
J'ai même déjà mordu
Alors les autres ils comprennent pas

Et les adultes ben ils me punissent
Mais moi je veux juste me faire des amis
Mais je ne sais pas toujours comment faire
Et les adultes y comprend rien
Toi aussi papa tu comprends rien

Un jour papa il m'a demandé pourquoi
Je n'écoutais pas ou que je rigolais quand il me grondait ?
Tu sais papa c'est dans ma tête j'y arrive pas
C'est compliqué
J'arrive pas à me concentrer
Je sais que papa et maman ils font tout pour me comprendre,
mais c'est pas facile
Et puis les adultes des fois ils parlent tout bas
Ils croient que les enfants ils entendent pas
Un jour j'ai entendu parler d'autiste
C'est quoi un autiste ?
Un autre jour j'ai entendu TDAH
C'est quoi TDAH ?
Les adultes y comprend rien
Ils emploient des mots compliqués
Moi je suis DIFFÉRENT
Ça veut dire quoi différent ?
Et pourquoi ça dérange
Que je fonctionne différemment ?
Y comprend rien les adultes
Ils mettent tout dans des cases
Mais moi j'suis pas un jouet
J'rentre pas dans des cases
Les cases je les colorie
Ou j'écris dessus en essayant de suivre les lignes
Comme on m'apprend à l'école
Moi j'aime bien apprendre les mots
Et les chiffres
J'ai entendu que j'étais curieux, intelligent

Et que j'avais plein de capacités
Mais que j'arrivais pas à me concentrer
Comment on fait pour se concentrer ?
Depuis pas longtemps j'ai une dame qui vient m'aider dans ma classe
Ils ont dit une Auxiliaire de Vie Scolaire
C'est quoi une auxiliaire de vie scolaire ?
M'en fiche moi j'ai une amoureuse
Elle s'appelle Lucie
Et même que on s'aime
On aura même des enfants quand on sera adulte
Mais l'amour des adultes c'est beurk
Parce que les bisous ça met de la bave
Papa c'est quand que je serais adulte ?
Mon papa que j'aime d'amour
Mais toi tu seras vieux
Et tu seras mort ?
Papa on est où quand on est mort ?
Dans le ciel ?
Non mon papa je veux pas que tu sois vieux
Parce que quand on est vieux on va au ciel
Je t'aime mon papa d'amour

Moi j'aime bien les mappemondes
J'aimerais voyager
Je demande toute la journée à papa
Qu'il me dise c'est quel pays dessus ?
Moi j'aimerais aller au pôle nord
Pour voir le père Noël
Ou aller en Tatabibiche
C'est un pays que j'ai inventé avec ma mamie Sylvie
C'est sur une île en méditerranée
C'est quoi la méditerranée ?
Moi je l'aime ma mamie Sylvie
Elle et mon papy Francis
Depuis que je suis bébé

Ils ont toujours été là pour moi
Cet été papa m'emmène au Portugal
Pour le mariage de ma tata
C'est ma famille
J'ai aussi des cousins et des cousines
Mais j'ai pas de frères et sœurs
Je suis un enfant unique
C'est quoi un enfant unique ?
C'est un enfant différent ?

CatMat

Images et mots
Sont mes credo
Slam, multimédia et vidéo
Carrefour de mes passions
J'expose mes réflexions
Explore mes émotions.
Parcours de slameuse au long cours
Courant 2000
Je clame dans la ville
Première fois
À pleine voix
Depuis je n'arrête pas.
Cisèle mes écrits pour la scène ou
Improviser mon slam ; graphisme en spirale.
Rencontres : création collectif Slam ô Féminin en 2003
Échange et partage : spectacles, scènes ouvertes et ateliers.

cat.mat@orange.fr

AUTISME, ETC

La raison du plus faible est la plus forte
Endosser pour désosser les carapaces des faucons rapaces
Besoin de plus d'espaces pour explorer nos identités (enfin ?)
[déboussolées
Un éboulement de possibles dérive vers les chairs mutilées de
[l'existence programmée,
Déraillage accentué par la volonté de contrôleur rien
Limbes dénudés en ce printemps dérouillé, dépouillé de tôles
[froissées
Enrobage défectueux d'un ange engagé. Dégagez ça va péter !
Le même droit à l'existence,
D'un monologue avec présence affective
Claquement de soi, on est dans de beaux draps toi et moi
Le monde tourne et se détourne de nous, où allons-nous ?
Je tumulte pour devenir moi, je culbute pour être contre toi, tout contre
J'éboule la logorrhée bon marché des tourne-en-rond
pour libérer la sphère terre de leurs idées mortifères
Quand vous dormez, moi je rêve.

Véronique Chen

Ses premières lignes datent de septembre 2015 lors d'un atelier d'écriture au « Jardin intérieur » d'Évry dans l'Essonne.

Le même jour, elle se lance sur sa première scène slam et découvre le monde inconnu de la poésie et du partage de textes.

Sa passion est telle, qu'elle participe à d'autres ateliers d'écriture organisés par des médiathèques du département.

Et en septembre 2017, elle reprend avec d'autres amies les rênes de l'association initiale dissoute. Elles créent donc « Encre Vous et Nous » et depuis un an proposent des ateliers d'écriture et une scène slam un week-end par mois.

Parallèlement à cette activité, des échanges fructueux et chaleureux voient le jour avec « La Smala Slam » de Melun, une compagnie théâtrale de Vert le petit, et des soirées slam dans des restaurants.

En juin 2018, « Encre Vous et Nous » organise sa première « Nuit de l'écriture » et participe ce même jour à l'organisation nationale et francophone « Mots dits Mots lus ».

PETIT HOMME DE COTON

Petit homme de coton, tes membres ne répondent plus
Des bras remplis de mousse et des jambes en guimauve
Ta tête est toujours là mais ne commande plus
Malgré tous ces tourments, tu gardes la vie sauve
Que dois-tu donc penser dans ta tête encore pleine
Vois-tu donc nos regards pleins de compassion
Ressens-tu la tristesse et notre immense peine
Le souvenir dans les yeux de nos récréations ?
Tu perçois même enfouis tous nos plus gros soupirs
Tu comprends tous les mots même ceux qu'on ne dit pas
Tu entends la détresse derrière tous nos sourires
Tu te bats malgré tout en bon petit soldat
Que cette vie sur terre est parfois difficile
Pour bon nombre d'entre nous pas vraiment préparés
Accepter de souffrir et devenir dociles
Et espérer qu'un jour, tout sera effacé.

Claude Colson

Homme, né en France en 1949, dans le Cambrésis. Il y demeura longtemps et reste très attaché à cette région.

Issu d'un milieu modeste, il put faire des études (paralittéraires) qui le menèrent au professorat en lycée durant plus de vingt ans. Il poursuivit ensuite sa carrière comme syndicaliste enseignant à responsabilités nationales.

Il décrocha assez tard une agrégation d'allemand et vit actuellement en Essonne.

Vers 1990, de nombreux déplacements lui rendirent le goût de la lecture et c'est presque naturellement qu'un jour de 1995 il prit la plume pour exorciser un trop plein de vécu. Il ne l'a guère lâchée.

Ses genres de prédilection : le poème en vers libres, le fragment, le texte court, le journal, puis la fiction romanesque dans des novellas.

Ses thèmes favoris en poésie : la nature, l'humain, l'amour dans sa forme exacerbée qu'est la passion. Avec un souci de recherche de beauté, comme adéquation entre le fond et la forme. Inspiration beaucoup plus diverse dans ses romans courts, sentimentaux, historiques, parapoli-ciers... (4 parus, un autre est en cours).

Il a fait éditer une dizaine de livres à ce jour.

Beaucoup de ses écrits sont également diffusés, en lecture libre, sur le net.

monilet@wanadoo.fr

AUX AVEUGLES

Quand de mon train je vois
La lumière qui fait tout,
– La tristesse et la joie –
Qui à l’infini varie le même parcours,
Tantôt l’embrume en morne Opaque,
Tantôt le magnifie comme Amour
D’un lumineux éclat de foi,
Je ne puis qu’admirer tout en vrac
Tant du Mélancolique que du Radieux le Doux.
Brillante blancheur d’un immeuble sur bleu de ciel
Qui rétrécit la pupille
Ou brun d’un tronc, en ouate belle,
S’engouffrant sans mesure en iris jusqu’au tréfonds d’icelle.
Voilà ce qui ce jour me vrille,
Me rappelle sœurs et frères aux yeux morts
Forcés – bon gré, mal gré – de s’inventer autre décor.

Myriam Davelu « Myriade-de-Mots »

« Myriade-de-Mots », ex-enseignante, avait davantage l'habitude de faire étudier des textes que d'en écrire... jusqu'au jour où on lui annonce le diagnostic de la maladie de Parkinson qui l'affecte. Elle a d'abord éprouvé le besoin d'opérer une catharsis par les mots, avec son premier texte « Parkinson », puis de monter sur scène pour tenter de sensibiliser à sa maladie. Malgré ses 60 ans, elle fréquente assidûment les scènes ouvertes slam de Lyon :

« Slameuse sur le tard,
J'veux pas être une star
Juste changer vos regards ! »

Depuis, elle a contracté le virus du slam et continue d'écrire des textes sur d'autres thèmes, jouant avec les mots pour provoquer rire ou émotion. Elle participe volontiers aux événements organisés par des associations autour du handicap, comme celui du 2 avril (journée mondiale de l'autisme).

myriade.de.mots@gmail.com

LA VIE EN BLEU

C'est le plus beau jour de ma vie
Quand tu arriv' mon tout petit
Mon astr', mon soleil, ma merveille !
Mais suivent les nuits sans sommeil,
Où tu ne cesses de pleurer
Les jours où tu n'souris jamais.

Obligés de te mettre un casque
Pour te protéger, p'tit fantasque,
Car tu te cognes la tête, quelle poisse !
Après la fatigue, c'est l'angoisse :

« Dites-moi docteur, qu'est-ce qu'il a ? »
Mais je sais déjà, au fond de moi.
Souffrance quand tombe le diagnostic :
« Votre fils a des troubles autistiques. »

Alors, je me perds dans tes yeux
Qui regardent à travers moi...
Tu m'entraînes dans ton pays bleu,
Ce pays dont tu es le roi !

J'entends des mots durs pour une maman :
Troubl' Envahissant du Dév'lop'ment
Te v'là renommé TED, pourquoi ?
À caus' de tes tics, de tes tocs ?
Tic-tac... l'heure de l'école pour toi
Mais il n'y a pas de place en stock !

Pour le dossier MDPH
C'est le parcours du combattant
Envie de déterrer la hache,
Ma vie, un combat permanent !

On nous promet un « plan autisme »...
Mais où sont les places en ULIS ?
Ou en IME si c'est mieux ?
Où iras-tu quand on s'ra vieux ?
Qui viendra à ta rescousse ?
Les autistes ne sont pas tous
Asperger comm' Dustin Hoffman
Dans le célèbre film *Rainman*

Mais malgré tout' ces nuits blanches,
Où je ne ferme pas les yeux
Avec toi, c'est la vie en bleu
Chaque jour, même le dimanche !

Pour mon fils extra ordinaire
Mêm' quand je suis à bout de nerfs,
Complèt'ment lasse, je me dépasse
Il faut que je reste tenace !

Pour fuir le regard des autres
Qui, devant toi, jouent les caïds
Nous squattons le squar' une fois vide
Et là, il devient le nôtre !

Nous ne somm' mêm' plus invités
Par la famille et les amis
Nous devenons pestiférés
Emportés par un tsunami !

Mais mon fils n'est pas mal élevé
C'est votr' monde qui l'a effrayé
Ma p'tite fleur des champs, mon chardon
Accordez-lui votre pardon !

Il n'a pas la compréhension
De toutes vos expressions.
Dur, dur, la communication !
Il préfère passer à l'action.

Les petits TED se roulent en boul',
Pour imiter les hérissons
Ou battent des ailes dans la foul'
Affolés comm' des papillons.
Ils préfèrent tourner leur crayon
Entre leurs doigts, sans fin, sans fin...
Sans émotion, ils sont éteints.

Vous refusez leur différence ?
Vous les jugez sans bienveillance ?
C'est vous qui êtes handicapés
... du cœur !

Charline Dé

J'ai 52 ans, je suis une auteure compulsive, j'ai toujours écrit : un état, angoisse ou joie intense, une observation de l'extérieur, déclenchent les mots, les images, les paroles.

Je suis comédienne aussi, ma vie, chaotique, parsemée d'irréversibles verdicts. Doutes en vrac... textes sur le vif.

Nécessité de témoigner, de partager un parcours de vie.

Après une absence obligée... une scène slam... j'ai livré *Tristesse au supermarché*.

Mes textes ont été ma survie. Le slam m'a permis de me retrouver au cœur de la scène, de mon écriture, et forte de toutes mes *différences*.

geraldine.demange@neuf.fr

LE TEMPS D'APRÈS

Après
C'est plus jamais pareil
Après tu évites le miroir
La nudité face au miroir
Ce réflecteur de ton image
Après
Quand tu n'as plus ce bout de toi,
Ce bout de femme
Cet atout
Ce que les photographes et les peintres
Bouffaient de toi
Cet atout que tes amants dévoraient
À pleines dents
Gloutons
Et que tu aimais ça
Tellement tellement
Jusqu'à jouir
Après
Quand il te manque
Cet atout
Que ton premier amour t'a fait
Si pleinement découvrir
À t'arracher les cris au ciel
À t'en faire crever de désir
À te faire hurler de plaisir
Après
Quand il te manque le vrai
Le vrai
Que tu as un faux :
C'est un faux !!
Après t'évites de regarder
Faudrait lui dire je t'aime je t'apprivoise tu es beau

Faudrait putain de merde que tu lui dises !
Pfff
T'y arrives pas
Après
Même si les hommes te désirent et te bouffent du regard
Ça te fiche une putain de trouille
... Même si tu réalises...
Que finalement les hommes
Euh...
Enfin bon rien !
Restons soft ! restons soft pour une fois

Après
Quant à la visite
Où tu te dépoiles et où on te tâte
À tâtons
Pour chercher une éventuelle nouvelle faille
Toi tu trembles à l'idée
À l'idée
À l'idée
Euh
Non
J'en ai aucune idée justement
Et j'en pleurerais de tout ce que je n'ai jamais pleuré
Jamais eu le temps de pleurer
Parce que je voulais vivre
Vivre
Parce que j'avais pas le temps
Putain de merde
de pleurer !
J'ai pas pleuré
Juste j'ai été sur Internet pour voir
Parce que à Curie
On m'a dit

Il y a un site
Pour se reconstruire !

Se reconstruire
Se reconstruire
Se reconstruire

Après
Quand à la visite
Où celui qui scrute de son regard expert
Tes... Tes... Tes... Tes...
Tes « Quoi » déjà ?
Tes seins !
Ah oui tes seins c'est ça
Tes nichons
Tes lolos
Tes roberts
Enfin
Il scrute
Ton sein et ton...
Ta prothèse
Le
« Nouveau venu »
Celui que tu apprivoises
Seule
Le regard des autres t'effraie
Ou plutôt
Ton propre regard
Te fuit
Après donc après je disais donc après,
Quand, à cette fameuse visite à peine 10 mois après
La deuxième reconstruction
Le chirurgien te dit :
« La prothèse s'est retournée vous devez, vu votre dynamisme être
[une femme active et vous bougez »

« Oui docteur je bouge effectivement je bouge mais pas tant que ça tout juste si je baise » lol Je l'ai pensé je l'ai pas dit euh non quand même un peu de tenue !

Enfin bref

Après

Tu réalises que tu ne t'en étais même pas aperçue

Que la prothèse avait tourné

Parce que

Ton regard fuit ton regard fuit

Ton regard fuit comme que tu es !!

Comme ! et lâches que sont tes proches amies à qui tu tentes de
[faire comprendre

« Tu voudrais pas me dire ce que t'en penses de cette nouvelle
[maison ? »

Non ça fait même peur à tes amies !!!

La cicatrice ! le bâti ! les nouvelles fondations : ça fait peur !

C'est : TABOU

Après

Après

Finalement tu te dis que

Tu es en vie

Que tu aimes la vie

Que tu la bouffes cette putain de vie

Et que putain

On va pas chipoter hein !!!

Nathalie Debert « Fée des mots »

Nathalie, 50 ans, ancienne sportive, Infirmière anesthésiste en bloc opératoire avec un DU douleur et une pratique de l'hypnose et de thérapies non médicamenteuses.

Malgré un diabète insulino-dépendant à l'âge de 20 ans, je n'ai jamais lâché et malgré les complications de ce dernier, je me suis battue et suis devenue celle que je suis, diplômée.

Aujourd'hui, greffée d'un rein et d'un pancréas depuis 6 ans, je continue de me battre contre des handicaps non visibles aux yeux de tous... mais existants. Et avec des mots qui s'alignent au gré de mes émotions. J'ai choisi pour pseudo « Fée des mots ».

nathalied39@gmail.com

CHOIX DE VOIE

On dit cap
 Ou handicap.
 Maladie, malformation, accident...
 Rapt de vie donc handicap
 Alors changeons la destinée et créons une nouvelle destination.
 Cap d'affronter la difficile vie
 Ou pas cap et rester poisson rouge de béatitudes bêtises
 Cap de franchir la ligne d'arrivée ?
 Cap de relever le défi.
 Ou pas cap et rester dans son lit.

Maux d'hiver ou mots divers ?
 Modifier sa généalogie aptitude
 Hiberner, esseulée, se recroqueviller
 Ne pas se laver, se déshabiller, ne pas manger...
 Ou diversion, relaxation, récupération, se remotiver, se déhancher,
 [se relever...]

Cap de relever le défi et d'oublier son anti Cap
 Cap de prendre le large
 De décider, de le vouloir, d'oublier ce mouvoir
 Cap de revoir ses amis, de sortir du noir
 Cap de demander de l'aide
 Et de la capturer
 Cap d'ouvrir les yeux... mais pas toujours Cap d'Ivoire
 Mais pas cap d'affronter la pitié
 Le regard des résignés
 La compassion sans raisons
 La méchanceté des étrangers
 Pas cap d'être sans amis, sans passion, sans jugement
 Pas cap de me bouger si j'ai perdu mes illusions
 pas cap si j'ai perdu ma raison !
 Pas cap d'y arriver seule sans votre aide à la maison.

Alors on dit Cap pour cette nouvelle délégation ?... Formation
Handicap oublié et voie de guérison
On dit tous que nos différences font nos missions... Abnégation
Cap sans se dire en came prisonnier.
Ôtons la capture de devanture qui de nos maux fait les mots d'émotions
Et que le handicap n'est pas un anti Cap par voix d'amour et de raison
Par voie d'écueils et d'orgueil.
Avec vous tous, nous y arriverons
Ensemble, tous, nous vivrons
Ensemble, tous, nous rêverons.
On dit Cap malgré les handicaps
Oublier le regard et l'expulsion
Oublier la révulsion
Mettre en œuvre des solutions
Et enfin prendre les décisions
Accompagner, c'est Aimer
Accompagner, c'est Comprendre sans Juger
Accompagner, c'est Redonner la Force et l'Espoir
Accompagner, c'est Illuminer la voie des voix pas de ce Cap.
Mais Handicap Je T'AIME car toi t'es Cap de me donner Ma
[Nouvelle Voie avec ta Voix et grands renforts de Joies.

Frédéric Fort

Frédéric Fort est né le 22 mars 1975 à Nancy. Papa de trois enfants, il a vécu au pied des plateaux lorrains, au cœur des Landes, au Pays Basque ainsi que le long des rives du Golfe du Morbihan. Auteur d'une quinzaine de livres entre poésies, contes et romans, il vit actuellement dans le Vexin français à l'ouest de Paris. Il a obtenu en 1994 le prix Jeune Talent du cercle littéraire de Graffigny en Meurthe-et-Moselle.

betagarri@outlook.fr

ANTALGIE

Du mal,
Des maux
Qui passent
Par les mots.

Moi si peu banal,
Nous tous un peu bancals,
Mama l'a dit,
Une maladie,
Ça se ressasse,
Ça se vit bien,
Ou mal.

Et ça se combat,
Surtout ne baisse pas les bras,
Tumeur, cancer,
Autiste qui marche de travers,
Détriment orphelin,
D'une maladie orpheline,
Mama l'a dit,
Ô bonté divine,
Ma maladie
S'échine
À nous lancer des noises,
Nous le cœur sur la main,
Douleurs sur fonds d'ardoises.

On dit parfois de nous,
Hélas,
Épouvantails,
Épouvantables,
À réclamer le sou,

Et la reconnaissance
Ne pouvant
Être que malléables
Face à la vie,
Mais empreints d'espérance,
D'un jour guérir,
D'un jour nous en sortir.

Des mots,
Du mal
Qui passent par l'émaux,
De la force de vaincre nos maux.
Non, le handicap
N'est pas une raison de vivre,
C'est de franchir le cap,
D'être différents,
Pour faire fléchir
Les mal pensants,
Et se panser de nos plus grands sentiments.

Mal dedans,
Blessures à l'intérieur,
Étranges vues de l'extérieur,
Fais-moi une place
Dans ton cœur...

Gaël « Psyké d’Ethnik »

Je fais du slam depuis 3 ans, j’apprécie beaucoup le slam comme pratique artistique populaire, ne demandant aucun budget, ne demandant aucun pré-requis et offrant une large liberté d’expression. J’écris des textes avec un langage populaire et simple, je me sens plus proche de Coluche ou Saez que des grands auteurs. Le slam est la voix du Peuple.

Je travaille comme animateur socio-culturel sur la thématique de la réduction de déchets : détournement de palettes, compostage, jardinage naturel, ateliers récup’. Rencontrer toutes sortes de publics pour dénoncer notre société de consommation et proposer des alternatives.

Je suis également artiste plasticien, je crée des masques, sculptures et autres réalisations à partir d’objets détournés, de récup’ et de bois flotté, habitant entre les bords de Seine et la Manche.

psykedethnik@hotmail.fr

CAMISOLE

Camisole, tu la rends folle, cette jeune fille si normale,
 Camisole, tu la rends molle, avec tous tes cachets de penthotal...
 Cette came l'isole, l'asile rigole... derrière ses barreaux, la ville
 [semble... hachurée...

Sa vie s'étirole, sa raison s'envole...
 Et les yeux vides, elle retourne dans la salle télé,
 La tête vide, elle se rassoit dans le canapé...
 Un deuil, un viol, en tout cas, rien de frivole,
 Ne peut expliquer qu'elle soit ainsi devenue folle...
 Elle dérobe un entonnoir, pour assumer sa condition,
 Plusieurs couleurs en option, pour vraie fêlée sans plus d'espoir...
 Ses voisins, fous à lier, la désolent : peindre avec leur merde...
 Ils veulent fêter ça au formol, et puis aussi, se ronger les nerfs...
 Valse à 1000 temps, sur les espaces verts, Glace au Toukan, pour
 [cet anniversaire ;

Golf sur le balcon, jouer la déraison,
 Et puis revenir petite, dans le placard, en bas de la maison...
 Ce soir, il y a une éclipse de Lune : elle crie sa peur de finir louve-garou,
 Tandis que ses voisins d'infortune essaient de faire... sauter leur verrou.
 Alice au pays des Merveilles raisonne en elle, c'est « normal »,
 Mais elle survivra là, jusque vieille, bourrée de cachets de Penthotal...
 Napoléon et Toutankhamon, à c'qu'ils prétendent être,
 Tout au fond là-bas, à hurler,
 À essayer de nous convaincre,
 Qu'ils sont les vrais, et qu'ils ne sont pas blonds...
 Il y a un ancien boulanger, dans le vide, qui enfourne...
 Avec les yeux qui tournent, avec les yeux qui tournent,
 Et aussi sur le divan, il y a une ancienne hardeuse,
 À la démarche hasardeuse, à la démarche hasardeuse...
 Des classeurs, des clés, ma Baby doll, des lits, des draps, des cages,
 Des ceintures, des cris, des fioles, des portes, des grilles, DÉGAGE !!!!

Camisole, vois comme leur normalité, trop souvent les plombs
[nous font... péter,

Camisole, tu le vois bien ! Tu la rends folle...

Il faudrait qu’un jour, les asiles, sans raison... s’envolent !!!

GEM

Le Groupe d'Entraide Mutuelle de Melun est une association qui a pour nom « Oxy'Gem ». Gérée par les adhérents, accompagnés par des animatrices, le GEM est un lieu d'accueil de jour non médicalisé pour des personnes qui souffrent de troubles psychiques. L'association a pour objectif de lutter contre l'isolement et l'exclusion sociale, de favoriser la confiance en soi et l'autonomie permettant de se projeter dans l'avenir au-delà du handicap : à travers l'accueil bienveillant et respectueux, la relation d'entraide, la valorisation des compétences de chacun, la gestion et les responsabilités du quotidien dans l'association, et à travers les ateliers d'expressions artistiques, la poésie et le slam notamment, et les sorties culturelles.

loasisdelamitie@orange.fr

UN GROUPE D'ENTRAIDE MUTUELLE

On est de traviole
On n'a pas eu de bol
On a des idées folles
Et alors ?

On est au naturel
On souffre de ce qu'on est
Puis on essaie de s'accepter
Les autres et soi-même

De s'adapter au monde extérieur
Et de vaincre nos peurs
En s'entourant de bonnes personnes
Comme nous sommes
Celles qui savent donner sans reprendre
Aimer sans rien attendre
Aimer.

Béatrice Haezaert

Enseignante en arts appliqués et plasticienne, je vis et travaille à Troyes. Ma pratique artistique et l'écriture poétique sont intimement liées et m'ont amenée à exposer et participer à des ateliers d'écriture, de lecture de poésie. Mon approche s'inscrit dans un processus de création qui allie l'intime à la perception du monde et du Cosmos. Mon travail s'articule et se forme par nécessité, appréhendant la matière par improvisation plus que par projet. J'aime être séduite par la matière et je convie le spectateur, le regardeur à la découverte d'une gestuelle énergique contrebalancée d'une invitation à la contemplation. Il m'importe de proposer un moment, une atmosphère, des sensations, un univers chromatique et texturé qui transparaît dans mes écrits. J'allie le geste à la matière pour ouvrir au mystère de l'ombre et du silence, de la lumière, des horizons vers des paysages d'émotions afin d'évoquer, de suggérer, de refaire, de reprendre, de transformer ma mémoire d'un monde.

– **Le Don des mots** : édition 2017 « La clef » et 2018 « La suite » (poème).

– Participation à l'anthologie de poésie 2015 *Les poètes et le cosmique* et 2017, *les poètes, l'eau et le feu*, écriture de poèmes.

– Exposition récente : « L'âme allant vers » septembre-octobre 2018, Musée de la Malterie (10).

haezaertbea@gmail.com

LA MAIN DANS LE CHAPEAU

Prisonniers de leur corps, de leur esprit, de leurs sens,
Privés de gestualité, de liberté d'action, d'insouciance,
De lumière, de sonorités,
Vulnérables ou fragiles, à nos vies ils font sens.
Dans la froideur de nos individualismes,
Voici qu'ils nous interpellent et nous appellent à plus d'humanisme.
Ne pas juger ni condamner !
Tenter d'observer, de questionner,
De comprendre, d'entendre... même les silences
Et accepter la différence.
Dans nos dialogues de sourds,
Changeons de point de vue !
Ouvrons notre esprit avec empathie !
Faisons à l'autre une place
Dans cet espace
En nous abandonnant à l'amour
Chaque jour,
En donnant un supplément de saveur, de sens
À la vie, à l'existence.
Simplement respirer...
Le souffle coupé !
Laisser la vie circuler,
Ne pas rester figé face aux difficultés !
Grandir en humanité
Et réaliser que nous connecter à l'autre,
Voir le beau en l'autre,
Créer de l'espace pour l'autre,
Nous enrichit, nous épanouit, nous réunit.
Pour pétiller d'énergie,
Choisir d'ajouter de la profondeur
Avec ferveur et bonheur

Et dire oui à la vie.

Car il n'est de handicap que l'absence de cœur !

Rebecca Heinrich

Rebecca Heinrich, née en 1995, est auteure, poétesse, slameuse et actrice franco-autrichienne. Études de pédagogie, de philologie romane et de philologie allemande aux universités d'Innsbruck et d'Aix-Marseille. Début littéraire en 2013, puis de nombreuses interventions artistiques en Autriche, Allemagne, Italie, France et au Luxembourg. Ateliers d'écriture et de slam en Autriche ainsi qu'en France. Elle est membre fondateur de la scène littéraire « FHK5K » à Innsbruck, du collectif artistique « dreiundzwanzigminuseins », de l'équipe slam « Keine halbe Beschreibung » et en 2016 du collectif slam « C. Truqué ». Participation à un grand nombre de championnats de slam internationaux, dont le « Slam So What » à Paris en 2016 avec l'équipe de Marseille. 2014 et 2016, nominée pour le prix de poésie de l'union artistique du Tyrol du Sud ; 2018, lauréate du prix de prose de « Schwazer Silbersommer ». La même année, elle joue dans la pièce monologue « Nachvergangenheit ». Publications dans diverses anthologies, revues littéraires et en 2018 parution de son premier recueil de poèmes et de textes de slam « aus gegebenem anlass » (édition BAES).

site web : <http://www.rebecca-heinrich.com/>

contact : auskunft@rebecca-heinrich.com

L'ANTITHÈSE

Mon handicap est
L'antithèse de la vie.
Il est une femme,
À pieds nus et pâle.

Il est une femme,
Dans une cage invisible,
Clairement visible,
Placée devant vos yeux.

Mais les miens,
Ils ne voient que
Le miroir
D'un enfant qui donne des soucis.
Mon handicap est
Une antithèse de la vie.
Mon handicap est
L'oiseau dans la nuit.
Noir, à peine visible
Et à peine audible.
Parfois on le voit à l'heure bleue,
Souvent cela reste un regard.
Dans les venelles étroites
Je fuis les nuits blanches,
Je me couvre de crasse et
Je me couche sous ces oiseaux de lit.

Si tu me croises, ne me réveille pas.
Tu me vois portant mon visage
Entre mes mains cicatrisées,
Car je porte le rire d'une autre.

Mon handicap était
L'antithèse de la vie.
Avant tout,
Avant tout ce qui s'est passé,
Il était le passé
Non passé
Des images du temps perdu.
Mon handicap est, était,
A été, aurait été,
Avait été, ayant été
Un pronom personnel.
Le pronom personnel
D'un enfant
Perdant le rire d'une autre.

Comme tous les enfants,
Je n'avais pas d'âge,
Je n'avais pas de sexe,
Sauf le sexe de moi-même.
Le corbillat veut voler
Avec les corneilles
(À qui donc la faute ?).

Comme tous les enfants je fais la sourde oreille,
Même si j'écoute ce qu'on me donne.
On me donne et donnait à manger
Et je mâchais ce qu'on me donnait
Et je mâche ce qu'on me donne
Et je mâcherai ce qu'on me donnera.
Des flocons de neige
À ma table de dissection :
Citalopram, Fluoxetin,
Paroxetin, Sertralin,
Par exemple :

Cipramil, Fluctin,
Seroxat, Zoloft.

Avant tout, c'était Testoviron,
250 mg pour le début,
La quinzaine les contractures
Chantaient une cacophonie.
Decapeptyl pour la prosodie,
S'il le fallait avec Vibramycin
Et il y avait l'alternative Nebido.

Une symphonie clitoridienne,
Un oratoire poil de barbe,
Une soumission mélancolique
D'un enfant qui donne des soucis.
D'une quelqu'une qui pourtant
Ne voulait être soumise
À la mélancolie protectrice
Et qui choisissait la liberté triste.

Comme tous les enfants,
Je n'arrive pas à dormir.
Comme pour tous les enfants,
Le manque de sommeil
Guide la perte de soleil.
Mais comme tous les enfants,
Je sais aspirer, respirer,
Inspirer, expirer l'air
De mes poumons, de mes lèvres,
De ma bouche, de mes yeux,
De mon corps, de tout le corps
Qu'on ne m'avait pas donné.

Mon handicap n'est pas
L'antithèse d'une vie,

Mais de la vie prédestinée,
Prédéterminée, préoccupée.
Le miroir est l'antithèse
À quelqu'un avec le rire
D'une autre,
Avec le pronom personnel
D'une autre.
Toutefois c'est mon visage,
C'est mon image,
C'est mon gris-bleu d'identité.

Un jour
Il n'y aura plus de nicotine
À me déprimer,
Il n'y aura plus d'alcool
À me déprimer,
Il n'y aura plus de caféine
À me déprimer,
Il n'y aura plus de pièce d'identité
À me déprimer.
Plus de pâleur,
Plus de perte,
Du soleil.

Rémi Heslouin

J'ai peu séjourné sur les bancs de l'école, je n'ai pas connu le collège, le « bahut », la fac... Apprendre ne me passionnait pas, mon esprit était ailleurs, retenu dans le monde de l'enfance.

À l'école primaire, je me suis maintenu, vaille que vaille, jusqu'à l'âge de 14 ans. C'est dire que j'ai peu lu et écrit toutes ces années. J'ai quand même gardé le goût des mots mais ce n'est que très tardivement que je me suis mis à écrire, il y a tout juste deux ans. La vie m'aura fait ce merveilleux cadeau, l'année de mes 70 ans.

Alors que je vieillis, le fait d'écrire me maintient dans une démarche d'apprentissages de choses nouvelles, une démarche de créativité et de partage.

J'écris pour le plaisir de jouer avec les mots, pour les images, émotions et sensations qu'ils me procurent. Écrire, c'est devenu un besoin, un travail thérapeutique, une attention à soi-même. La possibilité de m'exprimer sur des sujets qui me préoccupent, de dénoncer des faits de société, de témoigner des choses de la vie...

remi.heslouin@laposte.net

APPRENDRE À DIRE OUI

Au détour d'une phrase, elle fait ce constat :

« C'est difficile à admettre ».

Oui, elle parle d'accepter

L'innommable chose qui l'accable.

Accepter

De ne plus pouvoir faire, rien faire,

Même pas

Mettre un pied devant l'autre.

Depuis 15 ans, jour après jour,

Tout se ralentit puis s'arrête

Inexorablement.

« Ah ! J'n'en gagne pas, qu'elle dit,

Je n'peux plus lever ce pied. »

Oui, son pied ne veut plus avancer

Et l'autre reste à la traîne.

Pourtant, sans cesse, elle s'entraîne

À les lever quand même,

À lever celui-ci, puis celui-là.

Mais ça ne veut plus, ça ne veut pas,

Tout son corps est dans le refus

Et elle, elle dit : « C'est pas rien que de n'plus pouvoir se tenir debout. »

Comme si ça ne suffisait pas

Voilà qu'à son tour, un bras

N'veut plus s'lever,

Sa main ne plus appréhender,

Ses doigts ne plus serrer,

Ne plus tenir

Et finir par tout lâcher.

Instant après instant,

Tout se ralentit puis s'arrête inexorablement.

L'autre épaule et puis le bras
L'avant-bras et bientôt la main,
Enfin les doigts
Plus rien ne tient
Et tout tombe de ses mains,
« Tout lâche » comme elle dit.

Mais elle, elle lâche rien.
Son étonnante force intérieure
L'entraîne toujours et toujours
À les relancer quand même,
Ce bras et puis ce doigt,
Mais le corps dit non.
Et elle, elle dit : « Ah ! J'en perds. »
Et d'ajouter :
« C'est difficile à admettre. »
Ça fait déjà 15 ans
Jour après jour, instant après instant,
15 ans qu'elle apprend,
Qu'elle apprend à accepter l'innommable chose
Qui n'en finit pas de dire son nom.
Qui n'en finit pas
D'envahir son corps.
C'est là, la dure école de la vie
Qui va, qui vient
Et qui s'en va.

Y a pas de bons élèves
Sur les bancs de cette école-là,
Rien que des récalcitrants.
On veut pas apprendre,
D'emblée tout en nous dit non.
À peine on tousse
On dit non. On veut pas.

On n'a pas l'temps.
S'arrêter, t'y penses pas !

Mais elle, elle dit oui.
Elle dit oui, après avoir
Tant et tant de fois dit non,
Tant de fois refusé.
À présent elle le dit :
« On est fait pour ça,
Pour apprendre à accepter,
Dire oui à ce qui est. »

Mais de temps à autre, elle se rebelle
Contre cette chose si cruelle.
Elle craque, elle en chiale,
Hurle son désespoir.
Elle en peut plus, espère un miracle,
Ira jusqu'à Lourdes
Parce qu'elle y croit,
Parce qu'elle ne sait plus,
Ne sait plus que faire.

Oui, elle ira s'en remettre au ciel
Parce que peut-être, on n'sait jamais.
Mérite-t-elle
Une si grande injustice ?
Pourquoi moi, se dit-elle ?
Qu'ai-je donc fait pour mériter ça ?
N'ai-je pas assez aimé ?
De moi, assez donné ?

Épuisée
Elle cesse de se heurter à elle-même,
Cesse d'aviver cette souffrance,
Cesse d'alimenter ces sentiments obscurs qui déchirent l'âme.

Elle s'en remet à Dieu
Parce qu'elle croit.
Alors, elle prie, médite, s'apaise,
À nouveau sourit
Et dit oui, oui à la vie.
Elle dit aussi : « Même quand tu ne peux plus rien faire, tu peux
[toujours continuer de vivre. »
Quand bien même
Ce soit si « difficile à admettre »
Marie, ma sœur,
Elle le dit, elle le vit :
« On est fait pour ça, pour apprendre
À accepter, apprendre à dire oui. »
Marie, ma sœur,
Elle dit oui à la vie,
Qui va, qui vient
Et qui s'en va.

Benoît Houssier

Le handicap tel qu'on l'imagine dans ses extrémités physiques ou psychiques ne fait pas vraiment partie de mon quotidien. Alors je ne me sens pas particulièrement légitime pour en parler. Mais comme je l'ai côtoyé souvent, je réalise qu'on a peut-être tous quelque chose à en dire. Par exemple, lorsque j'étais enfant, je connaissais une jeune femme trisomique. Elle n'était pas que trisomique, elle aimait aussi la musique, elle était pleine de vie, d'affection et sa force m'impressionnait. Adolescent, j'ai appris la tolérance à mes dépends, grâce à des êtres intelligents qui m'ont permis de comprendre combien pouvait être violente l'indifférence. Depuis, de nombreuses situations ont été l'occasion de rencontrer la différence, le handicap et d'en saisir la richesse. À présent, j'ai la conviction que souvent, le plus handicapé n'est pas celui qu'on croit. Je plains ceux qui vivent dans la peur de l'adversité et je remercie les autres, ceux qui offrent au monde leur diversité.

benoit.houssier@gmail.com

DIFFÉRENTS, HEUREUX ET BEAUX

Tu le vois celui-ci avec son air d'ailleurs
Tu l'entends cette langue que tu ne comprends pas
Tu la sens cette présence qui t'échappe
Regarde-le mais oublie tes yeux
Écoute-la cette musique
Portée par cette voix dans tous les sens
Caresse enfin sa main
Entends ce cœur qui bat comme le tien
Goûte ces bras qui te serrent sans barrière
Ne te prive pas de cette chance de rencontrer un nouvel ami
Et s'il te répète je t'aime je t'aime je t'aime
Toute la journée
Profite de ce cadeau qu'il t'offre
Qu'importent son regard en demi-lune
Ses humeurs changeantes
Ses rires aux éclats
Ses larmes de crocodiles
Et s'il avait quatre jambes et trois bras
Ça changerait quoi ?
Tu t'es bien regardé toi ?
T'as pas l'impression d'être handicapé parfois ?
T'en connais beaucoup des gens capables de donner autant
[d'amour gratuitement ?
Vive les imbéciles heureux ! Les fous de tous poils, ceux qui
avancent sur des roulettes, ceux qui marchent sur la tête, ceux qui
blblblblbl ou wouawouwoua à longueur de journée !
Je connais des handicapés du téléphone
D'autres qui ont du mal avec les trombones
Certains qui ne savent pas utiliser un tournevis
Et je ne vous parle pas des bipos et des dys
J'ai même des amis qui ont un problème de bibine
Pourtant j'aime leurs trombines

Et moi me direz-vous ?
Peut-être que ma différence est de croire que je suis comme vous
Oscillant entre talents et complexes
Fruit d'un hasard perplexe
Destiné à passer ma vie tranquille auprès de mes semblables
Heureux d'être différents
Tant que les mêmes globules palpiteront dans nos vaisseaux
Et que nous danserons sous la même lune
Je continuerai d'apprécier que nous soyons différents, heureux et beaux

Ronin Janvier

Une pincée de musique, deux doses d'art plastique et quatre cent grammes de poésie... de l'animation radio, de la photo, de la vidéo... « J'attends pas qu'on m'approuve, je suis un grand de ce monde. Compose avec la lumière en tant qu'homme de l'ombre. »

Parcourir la Francophonie pour partager, s'enrichir et vivre. Un brin bohème, se laisser porter par les rencontres (en matelot breton de cœur)... de l'amour et de la liberté.

Je me fais surnommer « le Slaammoureuheureux » pour slameur, amoureux des mots, de l'éloquence, de la scène, et parce que clamer des textes rend heureux.

Retrouvez des tranches de mes activités à chaque fois que vous ouvrirez un de mes projets, au hasard d'une rue, d'une scène ou d'un zinc, mais également sur les réseaux sociaux où je me balade sous l'identité de Ronin Janvier : youtube, soundcloud, bandcamp, facebook, etc.

À bientôt, dans le réel ou encore le virtuel. Bonne lecture. Kenavo.

HANDICAPABLES

Si on jouait au « t'es cap ou pas cap » ??
Qui est capable de me définir,
Avec ses mots, ce qu'est le handicap ??
Vous le pouvez, cela va sans dire.
Vous ne connaissez pas le handicap ?
C'est le fait de ne pas pouvoir
Choisir ses potes et ses sapes.
C'est le fait d'avoir personne à voir
Ou à embêter car notre anormalité
Fait qu'on est constamment alité.
Impossible de suivre une scolarité
Banale quand depuis la maternité
On est plus souvent dans les vap'
Qu'à jouer, sortir ou profiter du canap'.
Les amitiés se font au travail ou à l'école
Et souvent des malades on s'isole.
Vous ne connaissez pas le handicap ?
C'est d'être timide et célibataire.
Ne pas avoir de mots qui s'échappent
Quand on veut faire un commentaire
Ou un compliment qui va séduire.
C'est devoir taire ses ressentiments.
C'est la hantise de s'autodétruire.
C'est pourrir et mourir intérieurement.
Vous ne connaissez pas le handicap ?
C'est de grandir avec un demi-frère.
Le provoquer à « t'es cap ou pas cap »
Sur les pistes des vacances d'hiver.
Qu'après des incertitudes et un coma
Il perde l'usage d'une jambe et d'un bras.
Ne skiant plus qu'en tant qu'observateur.
Ne sondant plus le poids de l'apesanteur,

Ni les panoramas, ni l'air des hauteurs.
Il serait vivant mais n'aurait plus de loisirs,
N'acquerrait peut-être plus jamais de plaisirs
Car il ne s'imaginait pas handicapé moteur.
Vous ne connaissez pas le handicap ?
Dites-vous que c'est être hors normes.
Sans pouvoirs, sans masque et sans cape.
C'est une situation qui vêt plusieurs formes.
Pour l'exemple, la vie est chose facile
Mais nous sommes plusieurs imbéciles.
Les personnes idiotes comme éduquées
Passent du temps à se la compliquer
Plutôt que suer à se la rendre docile.
Ainsi, on s'handicape de façon vulgaire
Jusqu'à pleurer des larmes de crocodiles
Ou se désigner des boucs émissaires.
Moi, j'ai de la chance d'être né noir.
En Afrique j'ai plein de pouvoirs
Comme vivre parmi la faune et les fauves.
C'est la force grégaire qui nous sauve.
Il n'y a pas de solitude au sein d'une tribu.
Dans la gaîté, c'est chacun qui contribue
À ce que malades et mal portants,
Nourrissons, anciens ou le plus important,
Soient tous logés à la même enseigne.
Voilà ce qu'une certaine littérature enseigne
Et je crois que c'est cela mon handicap.

Aurore Jesset « Tercièle »

Dans mon enfance, j'entendais les mots chanter, sauter, crier, courir, jouer, pleurer, rire. Dire et écrire étaient d'usage familial, solitaire, partagé ou retenu. J'aime les mots, leur dualité. Ils nous trompent autant qu'ils nous servent, ils nous portent autant qu'ils nous perdent. Ils courent, ils courent comme le furet. Et dans leur course, les mots sursautent d'une vérité à l'autre, parfois anges, quelquefois démons, toujours libres comme la plume dans les airs. Si mon écriture se décline par différentes voies littéraires (poésie, littérature jeunesse, arts, psychanalyse), elles sont toutes porteuses de mon intérêt existentiel et philosophique et de mon désir de partager. Lorsque j'écris, les mots surgissent comme une nécessité, témoins d'une émotion profonde qui me relie au monde.

aurore.jesset@free.fr

DERRIÈRE L'ÉCORCE, LA SÈVE...

D'un pas mécanique, des dizaines de femmes et d'hommes avançaient dans les longueurs souterraines du RER. Couloirs Interminables. Froideur tubulaire. Dehors, c'était la nuit. À l'intérieur, l'exagération d'une lumière blanchâtre rendait presque mystérieux cet espace impersonnel pourtant si familier. J'étais pressée. Je cherchais ma direction pour rejoindre les Halles, lorsque d'un coup, j'entends derrière moi, un bruit métallique s'écraser sur le sol, suivi par un autre plus sourd avant de céder brutalement au silence. Un silence plein du ronron sonore habituel des lieux publics. Ronron que l'on n'entend plus. Ma course s'arrête.

Je me retourne. Un individu est étalé de tout son long sur le gris sombre du bitume. Je mets un instant à réaliser ce qu'il se passe. J'aperçois des béquilles, puis une épaisse chevelure noire recouvrant un visage d'un âge encore fragile, coincé sur son profil. Je vois, dans ses grands yeux noirs qui m'appellent d'en bas, la peur. Il a juste eu le temps de tourner la face pour ne pas s'éclater le nez et les dents contre terre.

Autour de moi, la hâte collective reste imperturbable. Les regards se détournent à peine. L'événement n'est pas au programme. Je vois des robots en chair et en os guidés par un horizon qui m'échappe.

Un homme plus rapide que moi s'approche de lui pour le relever. Je ramasse les béquilles. Son corps est contorsionné comme un arbre au tronc vrillé. Une fois debout, l'impossible équilibre montre un corps ligoté par le handicap. Urgence, ses fidèles tuteurs. Je les lui tends. D'un rictus gêné, il nous remercie. Il nous rassure. Le jeune homme nous montre dans le sol, là où sa béquille s'est engouffrée avant de le faire chuter. Il veut comprendre.

L'homme attendu par sa femme disparaît avant même que je l'ai vraiment vu. Tout va si vite.

J'allais reprendre moi-même ma course. STOP ! Me voilà saisie par l'absurdité de la situation : lui au ralenti, moi en accéléré ! Et devant nous, des monticules d'escaliers. Des blocs à gravir et des angles sans état d'âme.

Je lui propose de l'aide pour franchir le parcours d'obstacles qui s'annonce. Il accepte en espérant que je ne suis pas pressée. Comment aurais-je pu braver les limites du temps face à sa jeunesse freinée ? Les rythmes de la modernité ne font pas de concession.

Il me donne une béquille, il peut ainsi d'une main s'appuyer sur la rampe de l'escalier, et de l'autre main porter son poids sur l'autre béquille. Il vient de la Défense, il va chez un copain. Son retour se fera par le dernier métro. Il fera comme les autres.

Il me revient des vieux souvenirs de virées sur Paris au même âge... L'instant nous rend complices d'un partage. Arrivés sur le quai, le jeune homme apaisé se prépare à vivre les festivités de son âge.

Je reprends ma direction avec émotion.

Heureuse de cet instant d'humanité dans le froid urbain souterrain, j'en ai oublié mon retard. L'essentiel rend les choses intemporelles car l'authenticité se présente toujours à la bonne heure.

Savourant cette pause que le jeune homme à son insu m'a offerte, je le vois revenir vers moi. Nos sourires se reconnaissent, il a quelque chose à me dire :

« Je me suis trompé de quai... »

Kamiy Lyonne

Poète spontanée, Kamiy Lyonne est une exploratrice de la vie et de l'humain dans toute sa complexité. Elle attache une importance fondamentale à la liberté, et à son expression. Elle aime la musicalité et la magie des mots, et c'est intuitivement qu'elle écrit pour faire découvrir son univers et chercher échos dans le cœur de son prochain.

C'est au détour d'un atelier de slam que soudainement les rimes s'invitent dans ses écrits et prennent formes et rythmes dans ses curieuses observations, ses courtes et longues interrogations, ses apaisements et ses coups de gueule. Ses textes sont comme des photographies d'émotions, des pauses sur le film insaisissable de la vie, des jeux d'ombre et de lumière sur les incompréhensions du monde, l'aveu de ses étonnements sur l'ordinaire ou l'extraordinaire... Écrire les choses simples mais qu'on ne pense pas dire, écrire les espaces dont on parle si peu alors qu'ils sont essentiels à l'être humain... Elle se rêve peintre d'idées, danseuse des sons, comédienne des invisibles liens et chanteuse d'espoir...

Fb : @kamiylyonne

FERME LES YEUX

Toi, celui qui voit le monde avec tes yeux
Ferme les yeux, pour découvrir mon monde
Toi, voyant,
Ferme les yeux un instant
Et écoute le monde
Écoute le temps...

Lorsqu'une musique m'envoûte
M'envole, me décolle
Je ferme les yeux
Je m'envole note après note...

Et toi, comment ressens-tu la musique ?
Toi, celui qui entend
Et qui ne voit pas
Toi, comment ressens-tu ma présence ?
À côté de moi
Comment entends-tu ma voix ?

Alors je ferme les yeux,
Car j'ai besoin de ça

J'ai la chance de pouvoir
Rejoindre ton monde en fermant les yeux,
Alors que toi tu ne peux pas rejoindre le mien
En fermant les tiens
Quand je danse,
Je ferme les yeux
Quand je chante,
Je ferme les yeux
Quand j'écoute,
Je ferme les yeux

Mais toi, toi qui n'as pas choisi d'avoir à chacun de tes pas
Les sons qui t'envahissent
Les ombres qui t'envahissent
Les bousculades qui te rapetissent
Toi qui n'as pas choisi
De fermer les yeux pour toute la vie
Dis-moi ce que tu ressens

« Regarde-moi » avec ton cœur
Et dis-moi ce que tu ressens

As-tu aussi ressenti le bonheur
Lorsque la musique est entrée dans nos cœurs
As-tu ressenti plus intensément ce doux vent
Cette harmonie
Ce plein de vie
Lorsque le balancement de tes hanches a suivi
Le rythme du rouleur
S'accordant avec nos cœurs...

Et lorsque la fête est finie
Lorsque la musique s'arrête
Tu retournes seul dans ta tête
Et je me reconnecte au monde
D'une « ouverture d'yeux »
Je te regarde
Et tu restes seul dans le noir

À ce moment-là,
Quand la musique s'arrête,
À ce moment-là, dis-moi
Dis-moi ce que tu ressens
Es-tu triste, mélancolique ?
Ou encore dedans ?

Dedans la musique parabolique
Dis-moi ce que tu ressens

J'ai encore envie de fermer les yeux
Et te rejoindre

Ktel

Depuis mon Havre de paix où j'ai fait mes premières armes,
Avec mes mots je jongle, et mes maux je désarme.
C'est en promenant mes rimes
Dans quelques villes et autres villages,
Que je découvre en prime
La magie du slam, le plaisir du partage.
Venant d'ici ou d'ailleurs,
Tels des pistolets mitrailleurs,
Les poètes déclament leurs vers,
Nous transportant dans leur univers.
Écoute bienveillante, transmission et compétition amicale,
Le vivre ensemble par les mots n'est pas un concept bancal.
Captivants par la force de leur foi salutare,
Poètes et poétesses nous attirent dans leur repaire.
Et faisant d'une idée folle un acte exemplaire,
Gageons comme eux que la poésie sauvera ce millénaire.

lolita1999@live.fr

« SPT » (STRESS POST TRAUMATIQUE)

Relents de pourriture de mon esprit tracassé,
Le moral se fissure, la noirceur envahit mes pensées,
C'est comme des salissures qu'on ne peut jamais effacer,
Et avec ces meurtrissures, comment faire pour avancer ?
L'équilibre, ça ne tient rien qu'à un fil,
C'est souvent quand il vibre qu'il est le plus fragile,
Un moment, on se croit libre et un souvenir tape dans le mille,
Pas besoin de gros calibre, non, rien de plus facile.
L'entourage n'imagine pas le montant des dégâts.
Le lever, l'habillage... On tente d'assurer à minima.
On rampe après le courage, mais ça, on ne le montre pas.
Et quant aux dérapages, on les garde bien au fond de soi.
Alors oui, c'est la vie ! et son lot de vicissitudes,
Un instant elle te sourit et puis ébranle tes certitudes.
C'est avec une force inouïe qu'elle sait nous rappeler nos manques,
Ça aussi, ça détruit à la manière d'un tank.
Lettre ouverte à une misère, à ce putain de vague à l'âme,
On connaît tous cet arrière-goût qui nous saisit et nous désarme.
Résidu anxiogène, source de bien des poèmes,
À transcender pour transformer la haine en j'aime.

La Ef / La Fée

Fervente adepte du Hip Hop et des scènes slam depuis près d'une quinzaine d'années, la Fée a toujours aimé écrire. C'est en 2000 qu'elle enregistre ses premiers morceaux de rap et en 2002 qu'elle participe à sa première slam session. Consciente que sa passion est avant tout un vecteur d'énergie et d'échanges, son implication reste essentiellement amatrice, par choix. Qualifiée très jeune de slameuse engagée, c'est avec conviction qu'elle multiplie ses participations à de nombreuses scènes et tournois en France. La Fée conçoit l'écriture et la musique comme un art de vivre/survivre et un savoir être lorsque son existence peine à trouver du sens... En proie à un certain « mal être » parfois, elle n'aura de cesse de puiser, au cœur d'elle-même et de la diversité de ses rencontres, une réelle richesse humaine. Elle reste aujourd'hui persuadée que l'art permet de mettre des mots sur une réflexion, des émotions, dans un réel partage de vie. Passionnée d'humanité et d'humilité, la Fée reste en apprentissage constant. Sa poésie se veut violente tout en douceur, comme un murmure qui laisse des traces.

menguehelene59@yahoo.fr

QUOI QU'T'HANDISES

Handicapée ! Et c'est tombé comme une sentence ! Handicapée ! L'appellation est lourde de sens. Ai-je une tare, un défaut ou serais-je simplement différente ? Fous-moi la paix ! Même si je dérange, je ne reflète pas toutes vos souffrances, quoi qu't'handises !

Comme un écho de la sous-France, victime d'une étiquette. Reconnaissance, triste joker n'est pas un atout donc je le jette ! Personne n'en veut, personne l'achète, c'est comme le pain : quand reste les miettes, on nous broie, nous mâche, nous recrache et les pépins restent dans l'assiette !

Handicapée ! Moi je dirais plutôt handi-capable, handi-coupable aux yeux des autres quoi qu't'handises ! Mais qui sont les vrais responsables ? Nos différences ou nos différends ? Mes semblables ou nos dirigeants ? Vos références me glacent le sang, quoi qu't'handises !

Handicapée ! Et le statut reste implacable. Handicapée ! Pourtant l'allure est impeccable. Handicapée, anti tarpés, anti tarpés, anti tapin ! Cette société m'a frappée ! Effectivement ça sent l'sapin !

Et nos faiblesses d'aujourd'hui seront nos forces de demain. Handicapée, TÉLÉTHON choix ? Ça stigmatise à tout va, à coup de bonne conscience. La vérité : je ne suis pas une minorité, nous sommes nombreux sur cette terre stigmatisés et bien cachés dans un monde qui préfère ignorer toute forme de misère, quoi qu't'handises !

Le médecin diagnostique et prescrit, lui il s'en fout de mon combat, quoi qu't'handises... Il finance sa piscine et ses p'tites vacances à Cuba. À croire que nous ne sommes que des chiffres et ceux qui « creusent la sécu », mais les plus indécis du groupe Handicapés ! Nous faisons vivre les lobbies, les pharmacies, les politiques et toute la troupe...

Handicapée ! Je n'ai pas choisi ma vie en dents de scie, la maladie, sa frénésie, ni mes 800 euros par mois ! Quoi qu't'handises, j'vis entre le smic et le RSA, sous l'épée de la réinsertion, de ses limites et du non droit ! On nous maintient dans un coffre, confort relatif et subtil, quoi qu't'handises ! Mais faudrait pas non plus qu'on s'en sorte, on est « fragiles » mais pas débiles !

Handicapés on reste coupés entre les on-dit et les non-dits. Quoi qu't'handises, la maladie, j'en ai pâti, donc merci pour votre empathie. L'espoir me dit toujours : « bats-toi » vu que notre vie on la bâtit. Quoi qu't'handises, on restera nous-mêmes donc tais-toi ! Nous refusons d'être maudits !

Didier Lemoine « Dilem »

J'ai 58 ans, d'abord auteur compositeur de chansons rock, vers 18 ans, l'écriture devient très vite une drogue. Des articles sur les journaux locaux. Des chansons évidemment. Des histoires courtes genre nouvelles. Et puis, vers la cinquantaine, je me lance dans les romans, pour le plaisir d'allonger mes folies intérieures. Après *Des noctambules presque ordinaires* en 2015, *Les secrets d'Hélène* en 2016, *Sacha* un recueil de 100 histoires courtes, et *Pistaches* mon 3^e roman, sortiront parallèlement courant 2019. Mon avenir ne pourra que se remplir de mots, rien que pour le bonheur que cela me procure.

dilemplume@outlook.fr

LES OMBRES D'ANAÏS

Aux aurores fraîches, je me pose devant elle, Anaïs, la jolie gosse du bâtiment d'en face.

Chaque matin, elle va à l'école à 200 mètres d'ici. Elle est professeur de français, et je viens à sa rencontre pour lui faire simplement traverser la route. Elle ne fait que sentir le danger, et parfois ça ne suffit pas.

Voir serait un exploit dont elle se sait incapable.

Je la fixe, c'est mon test journalier. Elle me sourit, c'est sa réponse familière.

Je lui parle doucement au creux de l'oreille :

« L'ombre que je crée, est-ce que tu l'imagines ? »

En lui posant la question, je remue mes mains devant ses yeux morts.

Elle ne répond jamais à cette question qui me hante.

Je la contemple.

C'est si beau une jeune femme qui ne se sait pas belle !

Il est probable que les ombres d'Anaïs se rejoignent pour assembler une immense tâche noirâtre dans son esprit fertile. Je n'en sais rien. Le monde du silence est peut-être parallèle à celui de cet ange aux ombres perpétuelles.

Nul ne sait ce que représente l'insouciance de sa cécité de naissance. Je ne suis moi-même qu'un heureux spectateur.

Elle marche avec beaucoup d'assurance, un peu comme si ses pas avaient des yeux.

Je la suis de mes orbites précieuses, à défaut de l'accompagner de mes longues enjambées.

Il ne me reste alors que quelques secondes de bonheur.

Et pour mon ultime plaisir, jusqu'au bout de son chemin menant à la porte d'entrée, de mon regard lointain, je me délecte encore des ombres d'Anaïs.

Lolita Levêque

Quand on me demande de m'autobiographier, je vous l'avoue, je ne sais jamais vraiment quoi écrire. Mais, me voici !

Lolita Levêque, 19 ans, Belge et Carolo de source, nomade dans l'âme.

Si je fais du slam à l'heure actuelle, c'est avant tout grâce à ma professeure, Madame Duma, qui m'a fait comprendre que mes textes pouvaient être partagés. Mais c'est aussi et surtout grâce aux collectifs de l'Atelier M, So Slam, et de l'Éden, Goslam City, qui m'ont offert, à moi comme à d'autres, la possibilité de monter sur scène, de déclamer, de m'améliorer, de voyager, de découvrir d'autres cultures et des gens fabuleux, et bien plus encore !

Je finirai en disant que ce texte, je le dédie à l'association HORIZON 2000, simplement car ils sont incroyables envers toutes les personnes extraordinaires et que je leur souhaite le meilleur dans leurs projets à venir.

lolita1999@live.fr

POUR TOUTES LES PERSONNES EXTRAORDINAIRES ET LEUR
FAMILLE

Je connais un petit garçon
Qui a la plus belle des imaginations.
Pour lui, un élastique
Est comparable à un papillon,
Et un bout de plastique
Peut devenir un accordéon.

Je connais un petit bonhomme
Qui a une joie de vivre hors norme !
Il est tout le temps joyeux
Car le mal n'existe pas à ses yeux.
Ce petit garçon que je connais
Est curieux comme jamais !

Pour lui, tout n'est que découverte
Constante et permanente,
Je voudrais que la porte de son esprit soit ouverte
Pour pouvoir enfin visiter son antre.
Certes, c'est un monde d'incompréhension...
Mais sans une once de violence.
Un univers aux mille créations,
À l'imagination si dense...

Alors oui ce petit bonhomme-là
A les yeux qui louchent parfois.
Et c'est vrai aussi
Qu'il lui arrive d'avoir des crises d'hystérie...

Oui, ce petit garçon
A aussi des problèmes de concentration ;
Mais est-ce une raison
Pour le rejeter pour de bon ?

Vous savez, ce petit n'a pas besoin de jugement
Parce qu'il voit le monde autrement.
Il n'a pas besoin d'avoir des critiques
Sur ses capacités mentales et physiques.
Car ce garçon qui est handicapé
A juste besoin d'être aimé.

Véronique Lévy Scheimann

Je suis née en 1966. Après une formation en économie (économétrie) et en marketing, j'ai travaillé pendant près de vingt ans en institut d'études marketing et chez un opérateur télécoms en tant que Responsable projet. J'ai poursuivi dans le domaine d'Internet en étant à l'origine d'un site de comparaison de prix pour des médicaments, en m'investissant dans la rédaction et l'animation de sites et blogs.

Actuellement, je participe à l'aventure du blog Versaillais Instant V : rencontre de personnalités, organisation et promotion d'événements (salon du livre, exposition...).

Avec un fort appétit de créativité et de partage, j'expérimente le chant, la peinture, le théâtre, le violoncelle...

J'exprime ma sensibilité à travers l'écriture et l'illustration de textes poétiques.

Bibliographie :

2016 : *Poésies d'un autre temps*, Éditions Thierry Saja, dédié à mon père mort brutalement en 1973.

2017 : *Au-delà de la porte*, auto édition.

2018 : *Entre les rives*, Éditions Abordables.

Membre de la Société des Poètes Français.

levyveronique@laposte.net

REGARD SUR LE HANDICAP

Quand mon regard
Se pose vers vous
Je me sens troublée
Confuse
Une inquiétude surgit
Peur sourde blottie dans les tripes
Agitation, affolement
De mes pensées
Je fuis ces différences
Vos mouvements souvent désordonnés
Vos paroles tristement inaudibles
M'atteignent
Me touchent violemment
Impuissante à dépasser,
Escalader, m'affranchir
De ce cadre
Norme, normalité
Honteuse de me dérober
Par manque de compassion
Égoïsme enfantin
Non
Juste la peur plus profonde
Celle de non maîtriser
L'autre, l'humain.

Lilie Poussière d'étoile

Enfant, elle dessine des BD et veut être écrivain ; adolescente romantique, elle gribouille des poèmes passionnés. Adulte, elle découvre le slam et se prend d'amour pour cet art jubilatoire qui ne la quittera plus. Poussière d'étoile est une grande rêveuse qui aime voyager par l'esprit.

Elle se plaît à explorer des contrées inconnues, sortir de son petit confort en se lançant dans de nouvelles expériences. Sensible à la poésie, et plus généralement, à la culture, elle l'est aussi au handicap. L'égalité des droits et des chances étant son principal crédo, elle devient accompagnatrice d'enfants en situation de handicap après un Master en psychologie et un diplôme de monitrice éducatrice. Sélectionnée en 2018 pour le recueil *Dis-moi 10 mots sur tous les tons*, c'est tout naturellement qu'elle nous propose aujourd'hui un texte sur le thème de cette année *Dis-moi dix mots sous toutes les formes*, avec pour sujet le handicap auditif.

Retrouvez-la sur son SoundCloud sous le nom de Lilie Poussière d'étoile.

CHARMEUSE DE MOTS

Je suis une amoureuse des mots,
Malheureusement, les mots n'ont pas ce même rapport avec moi,
Tout simplement parce que je ne peux pas les crier tout haut,
Tout simplement parce que je ne les entends pas.
Si tu réalises en ouvrant la discussion que je suis muette, ne crie
[pas au drame.
Pour que l'on apprenne à se découvrir, je te raconterai des histoires
[en logogramme,
De mon petit doigt, j'exécuterai de jolis tracés dans le ciel,
Et pour me comprendre, l'imagination sera l'ingrédient essentiel.
Car, c'est bien de mon corps que naissent les mots.
De son mouvement, ils prennent forme et se lient les uns aux autres,
Chorégraphie poétique qui donne sens à ce monde SMS en plein chaos.
Nul besoin de cahier pour les accueillir, l'air libre est leur unique hôte.
Je suis une chef d'orchestre du vocabulaire,
Je signe les mots telle une hôtesse de l'air,
Les expressions de mon visage en précisent leurs valeurs,
Les émotions, sentiments, degrés, leur chaleur.
Si tu aimes les légendes, je peux t'en raconter
Des aventures, des biographies, de la poésie.
Mon parlé est le phylactère de la communication,
L'onomatopée règne en maîtresse énonciation,
Lorsque je signe, de petites bulles éclatent dans ton esprit,
L'illuminant et révélant ainsi tous mes non-dits.
Toi le serpent prêt à filer, je te charmerai par ma danse des mots.
Hypnotisé, interloqué, tu me questionneras de tes yeux de petit
[marmot...
Rien n'est acquis, je sais, il faut de la volonté
Pour déchiffrer un jeu, des énigmes, un croquis effronté...
Enfermée dans mon silence, je suis sensible aux vibrations de ton cœur,
Je sais lire sur ton visage le moindre signe de faiblesse ou de peur.

Alors rassure-toi nous trouverons mille et une façon d'échanger
des mots quelles qu'en soient leurs formes,
Pour se comprendre, s'apprendre et vibrer à l'unisson sans se
préoccuper de quelconques normes.
Pour dissiper ton appréhension, nous pourrons nous détendre en
inventant des rébus,
Même les gribouillis les plus élémentaires ont une signification,
inutile de me jeter au rebut.
Nos jeux d'enfants mimés te feront peut-être sortir de ta coquille
Et les rires échangés évoqueront le fait que nos mots appartiennent
à une même famille.
Regarde-moi, et prends donc mes gestes comme une manifestation
de mon désir enflammé de composer avec le monde,
De chanter la joie, qu'importe le moyen, pourvu que nous soyons
sur la même longueur d'onde.
Si malgré tout, mon phrasé te reste énigmatique,
Nous pourrons échanger avec ce moyen universel et plus
pragmatique,
À base de cursif et d'arabesque nul besoin non plus de voix de crécelle,
Pour libérer la parole et créer entre nous une belle étincelle...

Sébastien Mainguy « Mmagweno »

Je m'appelle Sébastien aka Mmagweno, j'écris depuis quelques années. De temps à autre, il m'arrive de slamer mes textes sur des scènes slam pour le plaisir du partage et de l'écoute.

Marié et papa de 4 enfants dont 2 ont des spécificités, nous nous battons pour leur épanouissement dans ce monde de neurotypiques, l'un est autiste asperger, TDA-H et multi-dys, âgé de 15 ans et diagnostiqué depuis 7 ans, actuellement dans un lycée public des métiers d'arts ; alors que personne d'un point de vue scolaire ne croyait en lui, il a réussi à intégrer cette école où il y a peu de place : tout est possible. L'autre, âgée de 9 ans, est TDA-H et le même combat recommence avec les institutions.

mainguy.seb@gmail.com

UN ENFANT D'ASPERGER

J'ai toujours voulu cultiver la différence
Jamais voulu rentrer dans un moule
En pensant qu'être autrement est une chance
De ne pas être un mouton perdu dans la foule
Je n'ai jamais voulu être comme tous mes semblables
Un être superficiel, à l'apparence d'un humain stable
Avec le temps, j'ai fini par rentrer dans les rangs
J'étais devenu cet homme si indifférent
Puis un beau jour, est venu au monde un p'tit bonhomme
Une bouille d'ange qui débordait toujours d'énergie
Et qui, bientôt deviendra un homme
Je parle de mon fils, qui, à jamais, a changé le cours de ma vie
Il est différent, mais semblable à tous les autres enfants
Curieux de tout, hyper sensible et intelligent
Mais il ne connaît pas les codes sociaux et n'a pas d'empathie
Il a un TDA, une de ses différences à lui
C'est mon enfant différent qui pourraient être le vôtre
Qui reproduit nos codes sociaux pour faire partie des nôtres
Qui fait tous les jours avec son handicap invisible
Et qui combat tout le temps ce qui pour vous n'est pas visible
Alors vous pouvez toujours nous juger et lui aussi
Dire qu'on ne sait pas l'éduquer, qu'il y a un soucis
Vous n'avez pas conscience du combat au quotidien
D'enfant dans la différence, des embûches sur son chemin
Il faut du courage de la patience pour l'accompagner
Quand nos cœurs par tant de souffrances se mettent à saigner
Verser beaucoup de larmes pour récolter quelques sourires
Se battre sans armes contre ce qui le fait souffrir
C'est un p'tit gars bien, perché entre deux univers
C'est not' gamin, un enfant d'Asperger...
Un enfant comme les autres avec ses différences
Dans ce monde qui est le vôtre, sans les mêmes références

Il rit, il joue, il marche, il court
Mais il est souvent seul dans la cour
Alors des fois, il pense quand il est incompris
C'est triste la différence et il en paye le prix
Au milieu des moqueries, il grandit
Et nous avec lui
À son rythme il s'érudit
Sur le chemin de la vie
C'est un guerrier pacifique qui mène ses combats
Un enfant tellement unique avec son TDA
C'est un p'tit gars bien, perché entre deux univers
C'est not' gamin, un enfant d'Asperger...

Stéphanie Marie

Aujourd'hui, j'ai écrit un livre *La Petite Fille Aux Yeux Bleus* pour m'aider à soulager mon mal de vivre et en même temps laisser un message d'espoir à toutes les personnes qui comme moi souffrent de différents maux.

Un grave accident survenu en 1978 m'a fait connaître le monde des handicapés avec lesquels j'ai partagé mes angoisses, mon mal de vivre et c'est eux et la chanson qui m'ont aidée à surmonter mon handicap. À mes heures perdues, je peins des tableaux en acrylique.

Je réalise des pendules en bois. Je suis aussi auteur de trois livres.

J'ai toujours le cerveau en éveil de créations, d'écritures et de découvertes.

Toutes ces passions m'ont permis de rester dans la lumière de la vie.

odette.marie900@orange.fr

LA FORCE EN NOUS

Le handicap est une épreuve
Chaque jour qui passe
Il faut y faire face
Le regard des autres ne nous aide pas tellement
Il faut trouver la force en nous pour se reconstruire
Tellement de désir et d'espoir
Qu'à force de volonté on arrive à se relever

Même si la vie nous a basculés
Dans ce nouveau monde
On arrive à surmonter nos difficultés
En restant dans la lumière de la vie
En gardant la tête haute, en gardant le sourire
Il n'y a aucune différence avec les autres

Nous sommes tous des humains
Nous avons tous des défauts
Qu'ils soient physiques ou mentaux
Nous vous invitons à venir vers nous
Vous apprendrez à nous connaître
Nous avons un cœur rempli d'amour

Ensemble nous réussirons à gommer nos différences
Ensemble nous connaissons nos vraies valeurs
Ensemble nous apprendrons à nous aimer
Car nous vivons tous dans la lumière de la vie.

Mathéo Martin

Je m'appelle Mathéo MARTIN, né le 29 Août 1998 à Hyères-les-Palmiers (83), prématurément à 7 mois et demi de grossesse. Mes parents étaient en vacances.

J'ai été déclaré IMC (Infirme Moteur Cérébral) à l'âge de 4 ans. Mes plus grandes souffrances ont été une quinzaine d'opérations, certaines très lourde et très douloureuses. Titulaire d'un bac littéraire, je suis actuellement en 1^{er} année de Droit Anglais International à la faculté de Nanterre.

J'écris depuis très jeune. Lecture de mes poèmes à la bibliothèque du château de Versailles par un comédien de la Comédie Française.

Mes textes ont été mis en scènes par ma mère comédienne, metteur en scène et joués pour le Festival Molière à Versailles en 2017.

Trois ans de théâtre. Participation à des écrits dans le journal de mon lycée. Aujourd'hui, j'ai 20 ans et je suis en fauteuil.

martin.net@gmail.com

SANS TITRE

Laissez-moi être un étranger dans la nuit, jouer avec les étoiles. Laissez-moi courir les jupons soulevés par le vent et doucement revenir vers vous, me noyer dans vos yeux. Oui, les handicapés sont des parasites et dans mon enveloppe de parasite mon cerveau saigne. Et après maintes réflexions, il ne me semble pas que dans vos pauvres vies étriquées je vienne vous voir en prenant pitié, alors faites de même pour moi si ça ne vous dérange pas, ce ne sera là qu'un simple geste d'humanité, car au fond c'est moi qui vous prends en pitié. Car à trop vouloir vous occuper des autres, vous ne finirez jamais vos petites vies inachevées, et si courir les jupons et jouer avec les étoiles était ma seule occupation, c'est mon droit. Mais quand on passe le balai plusieurs fois au même endroit, on ferait mieux de s'occuper de soi. Vous me trouvez égoïste, et alors ? Cherchez la définition de parasite dans le dictionnaire et vous verrez que c'est ça l'égoïsme à l'état pur, mais bon, je suis heureux comme ça alors, oubliez-moi.

Signé le parasite sans foi ni loi.

Cathy Masias « Ndrix »

Professeur des écoles, Ndrix découvre le slam sur le net en devenant membre du groupe Slam Sans Frontière. Parcours atypique pour une slameuse, elle se qualifie pour son premier tournoi au Mans sur une scène virtuelle.

Elle devient alors poète assidue des scènes ouvertes lilloises, assume le rôle de secrétaire de l'association « pArtages » et prend à cœur son rôle de slamaster lillois organisant des sélections pour les plus grands tournois nationaux.

Elle participe au GSN à Paris, à la Coupe de la ligue à Rennes, au tournoi francophone du Mans, au SlaMons'friends en Belgique.

Elle est sélectionnée deux années de suite pour être publiée dans le recueil des 10 mots édité par les éditions Universlam.

Elle s'essaye aussi au Spoken Word en étant finaliste au tremplin Spoken du Mans en 2016 avec son duo Metndrix et en proposant un premier CD de 8 titres *Le petit conte effarant*.

Mais son plus grand plaisir reste d'organiser chaque mois des scènes dans un petit bar de Lille pour que claquent les mots et résonnent les oreilles des poètes !!

ed-sa@hotmail.fr

L' AIR DU DYS

Dans l'air du temps
Difficile pour lui
D'avoir l'air de...
Il est dys
Pas joueur de foot
Ni dyslexique
Non lui...
Il est dysphasique

Il connaît la musique
Des mots qui s'entrechoquent
Abdel
Il a les yeux qui piquent
Quand ses idées s'emmêlent

Vite perdu
Quand il veut raconter
Capable de vendre la peau de l'ours avant les bœufs
Pressé de mettre la charrue avant de l'avoir tué

Il tourne en eau trouble
Comme nagerait un lion en cage
Ses idées se bousculent
Au bord de ses lèvres
Muet comme un poisson dans l'eau
Pas si à l'aise que ça, la carpe !

Il broie son pain blanc
En attendant de manger le noir
Un éléphant dans un trou de souris
À se cacher dans un magasin de porcelaine

Et ça vole partout en miette
Ça réduit en éclat
Le moindre de ses efforts
Méli-mélo de phrases
À mettre sur l'envers du décor

Mais qui aime bien peut le plus
Qui peut le moins châtie bien
Alors il persiste
Et signe
Fonce droit devant
Sur ses chemins de travers

Il connaît la musique
Des phrases qui se mêlent
Abdel
Il ignore ceux qui tiquent
Prisonnier de son esprit rebelle

Il se dit que tout vient à point qui finit bien
Pour lui tout est bien à qui sait attendre
Alors il prend sa langue au chat
Et se donne du bon temps

Il décide de profiter d'un rien
De vivre sa vie fissurée à fond
Foutues phrases qui fracassent
Son pauvre front

Mieux vaut le flacon pourvu qu'il y ait l'ivresse
Qu'importe de tenir, s'il faut courir
Aller tout de guingois
Pour marcher droit au but

Il y arrivera
Abdel
À force de courage
Et si les phrases tout faites
Se refusent à sa bouche
Il en inventera d'autres

Et telle la goutte d'eau qui met le feu aux poudres
Il sera l'étincelle qui fera déborder le vase...

Radouane Nasri

« Grand Cormoran »

Radouane Nasri, né en Algérie en 1974, débarque en France en 1978 !

Il rentre en écriture très tôt en CE2. C'est le début de l'aventure des mots posés, à 15 ans à la suite d'un atelier d'écriture et de danse hip-hop avec le fameux Sydney (Hip-hop), il se met au rap, avec « Prod souteraine » et les Soldats de Plomb. Les morceaux enregistrés sont consultables sur « Soundcloud » « Radouane Nasri ». En 2009, par le truchement de l'association « Slam Connexion », il participe à son premier Grand Slam National. Il se prend au jeu et revient à Saint-Brieuc avec la ferme intention de proposer la création d'une scène Slam locale. Mission accomplie puisque en 2014, une équipière de la « team » Clotilde de Brito remporte le grand slam national et elle rafle le titre mondial en 2015. Slameur et coach de plusieurs équipes briochines, animateur radio sur le 101.9 de 2009 à 2017 dans l'émission « Slam horizon », une émission dédiée au slam et à l'écriture sous toutes ses formes, il participe à beaucoup de « bœufs musicaux » en donnant de la voix et continue à donner des ateliers d'écritures.

Nasri.radouane@gmail.com

TRAÎNER LA PATTE

Des pages des cahiers aux cages d'escalier,
Ma langue se délie sans plus de délais,
Comme l'eau dilue l'encre sur le papier.
Quand je suis submergé, quand je perds pied,
Je me raccroche à mon stylo, sans trêve,
Contre l'arbitraire mon stylo c'est mon glaive.
Je me prends pour un super héros
Prisonnier de ma chair, la patte comme un boulet,
Un lourd passé, je traîne, un sac de peine physique
Et psychologique, en un mot, je porte un fardeau.
Ma peau liée à mes os,
Ma polio ne m'a pas tué, c'est la mienne.
Comme Hurricane Carter,
Mon incarcération m'a rendu plus fort,
Plus fier, et peut-être même plus orgueilleux !
Là est bien mon problème. Plus rien ne me freine,
Je suis dans la peau d'un évadé,
Je suis Andy Dufresne, enfermé,
Innocent derrière de solides barreaux,
Dans l'impossibilité d'accomplir les prouesses d'un valide.
J'ai appelé le SAV, ils valident.
À l'allure d'un bolide, dans ma tête
Pourtant je file, volatile,
Rapide et solide dans la faune interlope, Intrépide.
Ma poésie, ma peau hésite à se confier,
Con, fier, carrément méchant parfois,
Peut-être une question de Karma ?
Tout chakras ouverts,
J'avance à découvert et imagine que j'aurais pu être une femme,
Toute feu, toute flamme,
Et enfanter les plus beaux slams,
De ces textes qui vous prennent les tripes et vous retournent l'âme.

J'aurais pu être ma mère et m'abandonner parce que je suis handicapé.
Je traîne la patte, pourtant dans ma tête
Je me prends pour Mohamed Ali, bomaye,
Sur le ring, je suis Rocky Balboa à peu près, une fausse patte,
Je suis jaloux et envieux, de tirer mon épingle du jeu,
D'exprimer mon véritable « Je ».
Je ne suis pas du genre à me pendre ou à prendre un flingue,
Mais il faut se faire une place dans ce monde d'apparences,
Où l'on te juge sur la marque de tes fringues,
Lourds et sourds sont les regards portés sur l'enfant qui traîne la patte.
Avec deux bras, deux jambes, deux yeux pour voir,
Un cerveau en état de fonctionner et pourtant sur cette terre
Nombre d'entre nous ne cessent d'errer inconsiderés.
Faisant de moi un con sidéré car les handicaps les plus lourds
Ne sont pas forcément les plus visibles.
J'en veux pour preuve tous les imbéciles impotents
Du sentiment, qui regardent les autres de biais,
Parce qu'ils sont différents.
Je traîne la patte, ma peau hésite,
Ma peau hésite à se confier, ma poésie,
Ma plume claudicante, chancelante,
Est imprégnée de mon enfance, ponctuée de moqueries,
De noms d'oiseaux.
C'est certainement un signe,
Je suis le Vilain petit canard, le boiteux, tic-tac,
L'individu à la démarche inquiétante, jambe de bois, Robot Cop.
Je traîne la patte, pourtant dans ma tête j'étais Steve Austin
Animé par la volonté de valoir 3 milliards.
Tous ces sobriquets, tous ces noms et surnoms exacerbant
Mon moi, mon sur-moi, mon égo démesuré dans ce corps limité.
Allant jusqu'à me donner des ailes
Développant dans un micro ma capacité à pousser des décibels
Et transcender la simple condition d'être humain.
En me réincarnant en oiseau, j'imagine que peut-être,
Dans son insoutenable légèreté,

Mon être ne veut pas le reconnaître,
Mais je suis et resterai captif.
Traîner la patte, mais ne pas se laisser entraîner,
Sur un parchemin, la laisser inscrire ses motifs.
Si j'avais une devise, je dirais :
« Je ne boîte pas quand je marche,
Je danse, c'est pas pareil. »

Laetitia Pata « Mini Slameuse »

J'ai toujours aimé écrire. Dès mon adolescence, j'ai compris que le stylo pouvait me libérer. Alors j'ai écrit des poèmes.

Après une longue coupure, 20 ans, j'ai rencontré un slameur qui m'a redonné cette envie. Aujourd'hui, j'ai repris l'écriture, c'est mon exutoire. J'aime jouer avec les mots et exprimer mes sentiments, ma douleur, ma tristesse, ma joie par ce procédé à la portée de tous. J'ai même osé monter sur une scène slam pour les lire devant un public, en faire profiter les autres. C'est une autre façon de s'exprimer, déclamer ses écrits pour leur donner vie et un sens plus profond et personnel.

Cet appel à textes a fait écho chez moi car mon fils est lui aussi en difficulté devant ce système scolaire trop rigide et cadré. J'ai écrit mon « coup de gueule » dans ce sens, avec un style moins poétique et plus mordant. Merci de nous permettre de nous exprimer dans cette anthologie.

laeti1272@gmail.com

COUP DE GUEULE

« Nous vivons dans une société cadrée Sortir du cadre est impardonnable » Mais qui es-tu pour donner ces injonctions ? Sans doute au moins la moitié d'un con.

Regarde autour de toi
Lui est trop grand
Cet autre trop petit
Mais ce n'est pas un handicap
Dans cette putain de vie

Lui est dyslexique
Elle est aphasique
Et ils ont réussi
En contournant le système
Avec leur putain de haine

Le système scolaire les a exclus
Pourtant leurs proches y ont cru
Et leur force, c'est l'amour des leurs
Pour réussir là où on ne les attendait pas
Pour atteindre leur Graal pas à pas

Rien n'est fait pour des gens différents
Pourtant nous le sommes tous à un moment
Devant la maladie et la mort
Chacun le vit à sa façon et qui a tort ?
Personne n'a le droit de juger !
Dans l'adversité ou dans la misère
Qui peut dire comment réagir sur cette terre ?
Personne ne le peut tant qu'il n'est pas devant
Ou encore dedans...
Car c'est comme ça qu'on apprend
Arrêtez de mettre les gens dans des cases

Et posez plutôt vos mots dans des phrases
Pour voir toute la différence en ce monde
Il suffit d'ouvrir les yeux
On est différent, autant qu'on est nombreux
Alors celui qui pense encore qu'on est tous pareils
Celui qui croit qu'on a tous le même sommeil
Celui qui ne veut pas voir la beauté de nos différences
Est bien plus que la moitié d'un con
Et c'est lui qui devrait prendre des leçons.

Grégoire Pellequer

Peintre et poète français. Il se forme aux arts plastiques aux Beaux-Arts de Lyon et à la comédie au cours Florent à Paris. Ses couleurs et ses mots sont intimement liés.

Grégoire récite d'abord ses textes dans les rues de Lyon, puis sur la scène du théâtre du Rond-Point à Paris au côté d'Edouard Baer et François Rollin, et surtout sur les nombreuses scènes Slam françaises et internationales.

Il a joué dans deux compagnies, La troupe Nature et Sweetselling, collaboré avec les slameurs Ecce, Caroline Carl et Djoé pour des spectacles poétiques.

Ses textes sont publiés dans des recueils de Slam : *Slam poésie urbaine*, aux éditions Mango, *Blah !* aux éditions Spoke et Florent Masso ; et individuellement *Rue des terres au curé*, aux éditions des Xéroglyphes, *Alors chuis arrivé dans une ville et puis j'ai pas trouvé l'camping*, récit de voyage à vélo, aux éditions Les artisans voyageurs, et *Des filles, le vent, un sac de couchage et des valises*, aux éditions Universlam.

greg.pellequer@gmail.com

IL FALLAIT QUE CE SOIT DIT

Ma différence, ben j'vais vous
La cracher ma putain de
Différence !
Si vous voulez tant en
Parler ben j'vais vous
En parler. Vous savez
Quoi j'en ai rien à
Foutre ce que vous
Pensez de moi, que
Je sois bizarre ou je
Ne sais quoi !
Ben ouais, votre
Regard sur moi
C'est que vous me
Trouvez Handicapé
Parce que j'ai (soi-disant) une voix
Bizarre ou je n'
Sais quoi, vous pensez (alors)
Que je suis handicapé
Mental ou je n'sais
Quoi.
Quand j'étais en sixième
Vous vous moquiez
De moi
Vous m'avez détruit
Pour qu'au final
Je me taise
Vous me voyiez
Vivre et rigoler
C'était une insulte
Pour vous.
Un handicapé ça

Doit fermer sa
Gueule et être
La risée de toute
La société.
Eh ben vous
Savez quoi ? C'est
Vous qui vous
Trompiez.
Je ne demandais pas
À être plus
Intelligent que
Vous mais à
Jouer et travailler
Avec vous.
Vous ne voulez
Pas coucher avec
Moi
Vous êtes hypocrite
Avec moi,
Je dois me cacher
C'est ça ?
J'ai interdiction
De rentrer dans
Vos bars et vos boîtes
Parce que vous
Pensez que j'ai
Bu, même un
Flic, qui n'a jamais
Appris à réfléchir
Dans son école de
Police me prend
Pour un triso.
Vous ne m'aimez
Pas, et ben sachez
Que moi vous

M'emmerdez
Aussi, à me
Prendre pour ce
Que je ne suis
Pas et ce que je
N'ai jamais été.
C'est vous qui me
Dites « tu es handicapé »
Par votre regard
Vous m'avez
Rendu handicapé.
Pour moi je ne
L'ai jamais été
Et vous savez pourquoi ?
(Vous voulez tout savoir bande de voyeurs !)
Je suis
Né comme ça, c'est
À dire que pour moi
C'est naturel d'être
Comme ça.
Est-ce que quelqu'un
Qui naît aveugle va
Se sentir handicapé ?
Non, c'est la société qui
Le désigne comme
Ça. Lui il est
Bien comme il est.
Eh bien moi je
Suis bien avec
Ce que je suis.
C'est votre ignorance
Et votre esprit fermé
Qui me ferment
Des portes encore
Aujourd'hui

Nous sommes en 2018
Mais pour accepter
Les autres tels qu'ils
Sont, nous en sommes (encore) à
L'âge de pierre.

Josée Planchon « Oz »

Josée, 65 ans. J'ai découvert le slam il y a quelques années, j'ai toujours écrit, j'ai fait du théâtre, j'ai tout de suite été enthousiaste. À 18 ans, je voulais sauver le monde, être juge pour enfants. J'ai détesté les études de droit. J'ai voulu être artiste peintre : mes parents épouvantés m'ont emmenée chez le psychiatre. J'ai fait des études de psychologie et travaillé dans la formation. J'ai fait des bilans de compétences, aidé des personnes à se réorienter et à trouver un emploi. Petit à petit, je me suis moi-même réorientée vers l'art. Aujourd'hui, je suis artiste plasticienne, j'anime des ateliers d'écriture et des ateliers d'arts plastiques notamment en prison. Je suis travailleuse indépendante, je fais partie des travailleurs pauvres, mais je m'éclate parce que je sauve le monde à ma manière, en transmettant l'envie et les moyens de s'exprimer.

josee.planchon@sfr.fr

OUFS

Djamila, ris moins fort s'il te plaît
C'est la scène slam, faut écouter
Tu ris plus fort que moi
Tu ris plus fort que n'importe qui
Bien sûr que tu as le droit
De rire autant que tu en as envie
Mais pas maintenant, pas là
D'accord Djamila ?
Tu riras tout à l'heure
Tu riras pour tous ceux qui ne rient pas
Tu riras pour toutes les fois
Où tu pleures à l'intérieur
Ris, ris Djamila
Je veux rire avec toi
Ris à t'en déboutonner le cœur
Ris parce que tu as le droit au bonheur
C'est quoi le bonheur quand on est schizophrène ?
Déjà, pour moi, j'ai de la peine
À savoir, alors pour toi
Je ne sais pas
C'est peut-être qu'on rit avec toi
Qu'on ne s'arrête pas aux barrières de nos rationalités
Qu'on sorte des sentiers étriqués de la conformité
Qu'on s'arrache de la tête les machines à juger
Qu'on commence à vous aimer
Tu sais, aimer
Juste être là et partager
Vous aimer, vous les dingos, les perchés, les foutraques
Les fêlés de la tête, les barges, les braques
Ceux qui ont pété un plomb
Qui ont une bestiole au plafond
Ceux qui yoyottent de la touffe

Y en a des noms pour parler des oufs
On n'est pas des gentils gentils
Nous les normaux, les sains d'esprit
On parle de vous avec humour
Pour effacer le désamour
On vous dit dangereux, capables de tous les crimes
Quand vous êtes le plus souvent nos victimes
On vous cache, on vous isole
On vous lobotomise, on vous camisole
On vous grille le cerveau
J'ai honte de tous les maux
Qu'on vous a infligés
Au prétexte de vous soigner
C'est vous qui nous protégez
De la déraison du raisonnable
C'est vous qui criez nos douleurs innommables
Nous avons besoin de vous, de votre grâce, de votre poésie
J'ai besoin de toi
Djamila
J'ai besoin que tu ries
Je vous aime
J'aime vos histoires qui ne tiennent pas
Et qui vous tiennent droits
Je vous aime
Je veux qu'on vous entende, je veux qu'on vous voie
Je veux que nos regards ne se détournent pas
Vous êtes l'aveu de nos fragilités
Vous êtes notre rempart contre la barbarie et l'inhumanité

David Querrien « Madatao »

Né en 1976, David Querrien alias Madatao est un slameur, freestyle et l'animateur d'une des plus importantes scènes ouvertes slam de Paris, au Babel Café, tous les lundis soir, depuis maintenant 10 ans. Dès 13 ans, il écrit, improvise, pose sa voix sur des faces B. À 17 ans, il crée le groupe de rap Integr'all. En 2006, il sort son premier recueil de poèmes *Madatao* (« bon à jamais » en breton). En 2008, il monte sa 1^{er} scène slam, à la Taverne de Guingamp, à Montparnasse, avec Yann Thomas. Parallèlement, il sort son deuxième recueil *Souffleurs de Vers*. En 2010, il lance une scène ouverte de slam hebdomadaire au Down Town Café, Rue Jean-Pierre Timbaud, Paris XII^e. En 2011, toujours en auto-édition, *Plaies Mobiles*, son nouveau recueil voit le jour. En 2012, il réalise une street-tape, *Partage Rebelle*, avec le rappeur Irokaï. En 2014, il sort son premier album, *Enfants intercalaires*.

En 2015, il forme le collectif « Kidikwa », avec lequel il anime et produit différents événements. En 2017, il anime mensuellement avec Néobled la soirée slam « Quand dire c'est faire » à Montreuil. En 2018, il déménage la scène slam du Downtown café, co-animée avec L'Azraël, au Babel Café, Boulevard de Ménilmontant.

david.querrien@wanadoo.fr

HP

Sanglé au lit, étranglé par l'ennui,
L'espoir en poussière, je dois déballer ma vie.
J'ai avalé l'automne, pourquoi le cache-t-on ?
Pose mes maux d'hier sur des cahiers divers.
La peine me domine, mauvaise pioche,
Mon crayon a mauvaise mine.
Ça fait sept ans que je me noie dans cet enclos,
Sans clé, petite santé, trop de sanglots.
Mes mots fanent, tombent sur des feuilles en cellophane,
Stylo aphone, dans une file de cœurs en panne.
La tête dans les creux, j'ai faim,
Creuse mes bonheurs défunts,
Ma voix dérive pleine de vagues sans fin.
Je divague et pense à t'appeler,
Ici, tu sais, personne ne panse mes plaies.
Y a plein de gens d'art éteints par l'argent,
Des gens en or, hors-jeu qui marchent en pyjama bleu.
Je suis alité au Téralithe pour rallier la terre,
L'élite m'enterre, je suis sous tutelle alimentaire.
Devant moi cent figures sans savoir ce qui s'envisage,
Sans fée, sang-froid, amer sans rivage.
Je ne veux pas que tu voies ma cage, cette grande volière.
Tu liras mes belles proses, pas mes mots lierres.
Même si la vie s'amuse à me mettre une muselière,
Tu restes ma muse.
Depuis que j'ai mué, le monde est sourd.
Je suis entré dans mon cerveau par la folie de secours.
Les années passent et rien ne change au fond de ma prison,
J'écris des mots en vain pour vaincre les raisons.
Fermement agrippé à mon stylo,
Je distille au fil d'une philo ma condition d'exilé.
Ici, les cœurs font de l'eczéma,

Les murs me matent et ma tête tourne,
Comme si j'étais dans le coma.
Comme un pantin, je plante un regard sur mon passé.
Combien de rêves cassés, combien de bonheurs dépassés ?
Né dans la poudrière, je m'éclaire à la foudre.
Personne ne peut m'aider à coudre hier.
Ma maladie est à vie, Maman l'a dit.
Mon avis m'a mis là l'ami.
Sans liberté, mes mots filent,
Les saisons me gardent prisonnier de l'asile.

Aline Recoura « Lalinéa »

Différence invisible et année 80, très jeune je suis confrontée à des interrogations, interrogations qui sont apparues dès le début de la scolarité. Grande sœur spectatrice d'un frère manifestement au regard sur le monde différent. Système scolaire démunie devant sa résistance passive, parents vus comme des marginaux. Moi, je suis une fille alors tant bien que mal je cherche à m'intégrer à tout prix, puis me réfugie assez rapidement dans les livres tout en étant scolairement en difficulté jusqu'au lycée. Le livre me protège et me permet de passer inaperçue de façon positive, lire c'est bien vu dans la société. Je me réfugie dans la poésie et j'écris déjà dans des carnets et cahiers.

Lettres modernes, puis libraire, je ne supporte pas de chef ; encouragée, je décide de conjurer le sort et de devenir professeur des écoles à l'âge de 30 ans.

Je prends conscience que mes poèmes ne sont pas « à côté » secrets et illégitimes, je me décide en 2010 seulement à monter sur une scène pour slamer.

Depuis, je reconnais et assume qu'écrire est viscéral ; C'est mon espace de liberté indispensable.

alrecoura@yahoo.fr

MÉDUSE-VOILÉE

Inadaptée marginale psychose Drôles de mots drôles d'oiseaux ?
Ciel sous les étoiles de la métamorphose
Destins musqués de douleur et de beaux
Hyperactif violent psychotique
Que des mots prisons catégoriques
Médicaments CMP IME angoisse
Y'en a qui trouvent que ça porte la poisse
Diagnostics recherches invectives
Parents trompés menés méprisés
Incompréhension équipes éducatives
T'auras une AVS tu seras aidé
Crise rupture mutisme où aller ?
Jugée sans concession pas d'effort de compréhension
Racines aux mille feuilles arrachées
Tortillent la terre de ses trouvailles d'évasion
Des mots dorés et trop d'idées
Cerveau carbure surréaliste
Poète du lien autocentré
Sensible de l'autre cocotte-minute et trapéziste

Coups de poing avalent les mots
Les maux crispent la page noircie
Coussin câlin parlera à des moments choisis
La pensée perce à la vitesse du chalumeau
Affect privilégié ou bouc émissaire
Des amitiés viscérales aux adversaires
Ange gardien et noble bouclier
Pacifiste dans l'âme des combats entiers
J'imite mais en vrai rien ne me convient
J'ai appris mais mon monde n'est pas le tien
Naïve car je me laisse faire
Je ne suis pas linéaire

Pourquoi c'est moi ?
Pourquoi c'est moi ?
Qui toujours dois
M'adapter ?
M'adapter à quoi ?
À toi ? Pourquoi ?
Pourquoi tes principes ?
Pourquoi ton esprit
Serait-il plus cohérent que le mien ?

Pourquoi dis-moi ?
Tous les efforts doivent-ils venir de moi ?
Arborescente sans cesse je me perds
Et me retrouve
Aquatique je flotte
Je suis à la ligne
À la digue et tous ses points
De suspensions
Constellations et sens
Mon imagination transcende le réel

Dans mon monde
Dans mon monde
C'est pas si loin
Un pied ici et un pied là
Bien sûr que je te vois

Moi, fille je fais des efforts
Écholalie ou logorrhée
Ma langue habitée crie liberté
Je fais des efforts pour vivre à toi
Doutes et migraines
De livres en livres
Je cherche réponse je reproduis je passe inaperçue
Trop de questions trop emballées

Toujours cachée la vie résiste
L'envie persiste

La vie comme métier
L'enfant méduse-voilée
Devient adulte aux forces décuplées

Corinne Richard « Cocodaï »

Corinne Richard, 53 ans. J'ai commencé à écrire à l'âge de 12 ans. J'ai découvert le slam en 2012, grâce à une amie, lors d'une scène dans laquelle j'avais lu un texte datant de 20 ans. Cela m'a redonné l'envie d'écrire, chose que je ne faisais plus depuis plusieurs années. J'ai trouvé un atelier d'écriture hebdomadaire à la MJC de Corbeil-Essonnes puis un autre mensuel au Jardin Intérieur d'Évry. Le partage de nos univers si différents m'a appris que chaque personne a ses propres fêlures. Au début, tremblante de monter sur scène et de dire mes textes, slamer est devenu comme une drogue. Je participais aux scènes de la MJC et du Jardin Intérieur. Puis la MJC a diminué puis arrêté les soirées, j'ai donc trouvé des scènes slam à Paris, d'abord dans le XVIII^e puis dans le XIV^e et depuis 2018 dans le I^{er} et à Melun. Chaque fois, c'est un plaisir de retrouver les amis slameurs, de capter leurs émotions, de partager les miennes. Le slam et l'écriture sont libérateurs de nos maux intérieurs, de nos colères et de nos joies.

corinerichard@sfr.fr

TOUS DIFFÉRENTS

Tous différents, tous indifférents
Différents des autres, indifférents aux autres
Tous boiteux du ciboulot, handicapés du cerveau
Avec ou sans béquilles, comme dans un jeu de quilles
Tous fous et folles, bons pour la camisole
Bourrés d'électrochocs, décérébrés aux médocs
Pour être diagnostiqués, on nous psychanalyse
On peut passer des années, en état de crise
À voguer entre joie et désespoir, euphorie et dépression
Envie d'arrêter son histoire, le suicide comme seule potion
Tous différents, chacun son handicap
Tous autrement, blessures sous cape
Parqués comme des bêtes, anesthésiés d'la tête
Mêlés avec les alcoolos, les anorexiques, les toxicos
Tous mélangés, dans le même panier
Des barreaux aux fenêtres où seul le ciel pénètre
Le soleil est si loin qu'il se meurt dans un coin
Une drôle de prison pour retrouver la raison
C'est comme un fauteuil roulant, un appareil auditif
Faut pas être différent, pas être maladif
Si on n'est pas comme tout le monde
Qu'on n'entre pas dans la ronde
On garde nos différends, parce qu'on est différent
On cultive nos peines, on ravale nos pleurs
On refoule nos haines, on garde nos peurs
On s'sent tellement différent qu'on devient indifférent
Indifférents aux autres, différents des autres
Handicapés d'la tête ou corps en miettes
On est traité autrement parce qu'on est différent
Handicapés à vie ou à temps partiel
C'est le même cri qui hurle dans nos oreilles
Mal entendant ou mal voyant

Même appel au secours, même besoin d'amour
Maladie génétique ou maladie physique
Tous différents, tous indifférents
La même vie qui dérape, le même handicap

Virginie Séba

Virginie Séba, 56 ans, a grandi en banlieue parisienne. À 18 ans, monte à la capitale pour devenir comédienne. À 22 ans, décide de tout arrêter et de reprendre des études, projet qui se réalise quelques années plus tard. Elle quitte Paris pour Pau et se marie. À 26 ans, opte pour des études d'anglais. À 27 ans, naît son premier enfant, suivi de trois autres. À 30 ans, revient à Paris et est engagée comme professeur-documentaliste au lycée St Michel de Picpus dans le XII^e. Pendant 10 ans, monte de nombreux échanges linguistiques en GB, aux USA et en Australie. En 2010, change d'établissement scolaire et intègre une école internationale (EIB, Paris XVII^e). En 2013, quitte le domicile conjugal et divorce. En 2014, après un an de stand-up, dit son premier slam au Moulin à café. Elle a 52 ans. Depuis, explore les différentes scènes parisiennes ou autres. En 2015, fait la connaissance de Catmat et rejoint son collectif Slam Ô Féminin. En juillet 2016, au théâtre de l'Alibi à Avignon, le collectif présente deux spectacles, *La Vénus empêchée* et *Langue de bois et belles paroles*. En parallèle, monte un spectacle de slam sur l'amour avec une autre slameuse, Nathalie. À présent en congé formation, est inscrite en Master 1 Scènes du monde, Origine et Création à l'université de St Denis. Son sujet de mémoire porte sur le slam.

vseba_2@hotmail.com

À MON FILS DE 16 ANS

Xavier t'es pas triso tête en plus gros
Seulement le cœur un peu plus gros
T'es pas triso tête en plus gros
Juste de la famille, d'la grande famille
Le club des dys, le club des hics
Pas dyslexique juste dyspraxique
Bien sûr en noir et blanc sur une photo
Ça se voit pas, ça s'entend pas
Handicap invisible qu'ils disent
Mon œil ! On voit que ça
Et quand je pense qu'on doit croire ça
Mais j'vous dis pas au quotidien
C'est la galère tous les matins
Sait pas s'habiller ni s'boutonner
Sais pas faire son cartable ni ses lacets
Destroy tous ses cahiers, toutes ses affaires
Mais bon on continue à toujours faire semblant
T'as un cartable, des tas de profs,
Des carnets de notes, des heures de colles
Un écolier comme les autres
On te fait écrire, coller des feuilles
Mon Dieu à quoi ça sert
Même l'AVS y comprend rien
On ferait mieux de lui apprendre
D'être cap à faire des trucs
Même si c'est pas son truc
À quoi ça sert de faire comme si
Juste pour faire croire à nous parents
Aux bonnes gens et aux enfants
Qu'un handicap n'a pas de tache
Mon œil ! On voit que ça !
Au cinéma sans la bande son

Pour sûr ça peut passer !
Et puis c'est sûr dans le futur
Y aura toujours la photo de classe
Pour témoigner de toi sourire heureux
Parce qu'à l'école, oui, t'y seras allé
En classe comme les autres
Juste deux ou trois un peu comme toi
Fondus gentils dans le décor
Mais dans le quotidien, je vous dis pas
Doigts maladroits, gestes de guingois
Et dans un an il fera quoi
Mon dyspraxique à moi ?
Larguée je vous dis pas
Bientôt s'ra plus un gosse
Aux yeux de la société
Aux yeux des procédures
Ultime paria bien de chez nous
Même à l'armée on n'en veut pas !
Alors dans un an il va faire quoi
Mon dyspraxique à moi ?
Je vous dis pas, je sais pas quoi !!
Je me trouve bien seule
La seule qui sait
Que tu vaux d'l'or, des kilos d'or
Ne leur dis pas, ils verront bien !
Y'a pas photo
Des choses t'en feras plein !
Avec un cœur en gros
Tu y arriveras
Parce que là moi
Je peux le dire
Y'a pas d'école pour ça !

Treize accordée

Je porte des superbes casquettes de fille, de sœur, d'amie, d'amoureuse. J'aime revêtir ma coiffe de passionnée de textes et de calculs. J'adore aussi mon chap-oral. J'ai mon bonnet de bain de 34 années en permanence sur moi, même s'il ne se voit pas toujours. J'arbore par intermittence mon béret de professionnelle de la fonction publique hospitalière. Je planque souvent mes mouvements sous mon casque de guerrière grâce à l'enseignement des arts martiaux. Je sors dès que je peux ma cagoule de baroudeuse pour m'aventurer dans des chemins inconnus. Dans l'armoire, j'ai aussi une toque d'handicapée. Pour mes notes toquées. Je n'aime pas toujours la mettre, elle m'accompagne souvent malgré moi, parfois elle m'est utile.

Sinon, comme pour tout le monde, sous mon couvre-cheffe, il y a moi.

florence.chp@outlook.fr

COULEURS D'HANDI-MONDE

Ce matin-là, j'avais les yeux agressés : j'ai pris plein dans la gueule les couleurs arc-en-ciel des encadrés dédiés aux handicapés.

Colorimétrie peu subtile redoutable de vacuité, machine à insinuer qu'il y a des sous-humains de seconde main. Moi, j'apprends à pas baisser ma garde et leurs couleurs en carton ils peuvent se les garder, je déchiffre les étiquettes au dos des emballages, et je connais le principe abject de ces sophistiqués rouages.

Je te souhaite la bienvenue dans mon immonde handi-monde.

Déjà, pour accéder aux aides artificielles faut valider le mot handicap, et vu la couche de préjugés qui y est collée ça me prend des plombs à décrasser.

Après, faut apprendre à jongler comme une clown habile : s'habituer à parler de soi avec un champ lexical à deux balles : invalidité, mécanismes de compensation, évaluations de déficiences sur barèmes de sévérité, taux d'incapacité...

Dans cet infect menu, tu choisirais quoi toi ? Je ne sais même pas si tu réduirais tout un objet à ces seules caractéristiques-là.

Depuis l'handi-monde, je vois des couleurs qui font semblant, en fait ce ne sont pas des couleurs, ça n'est que du noir et blanc. Comme pour créer une ligne séparant deux espaces hermétiquement différents. Une frontière absurde, dessinée au scalpel, qui fait souffrir des bouts d'humanité.

Cet après-midi-là, j'avais les yeux émerveillés : j'ai pris plein dans la gueule les couleurs arc-en-ciel des tags d'Aubervilliers.

Colorimétrie subtile redoutable de créativité, machine à rappeler qu'il y a des humains qui fleurissent dans tous les quartiers. Moi, j'apprends à baisser ma garde et leurs couleurs pleines de vie, je les ai bouffées du regard, je n'ai rien eu à déchiffrer au dos de

quoi que ce soit, et je me suis servie les deux mains dans les des-sins.

Je te souhaite la bienvenue dans mes jolies ondes handi-monde.

Déjà, pour accéder aux lieux, faut défricher les voies, y a des questions d'accessibilité et une bonne couche d'inventivité qui y est collée, ça me prend des plombs à fabriquer.

Après, faut apprendre à jongler comme une clown habile : savoir se bricoler des rêves avec des bouts de ficelles, se tricoter des couvertures avec des sourires pour réchauffer les inquiétudes, dire oui à la vie sans arrière-pensée même quand la mort rôde à côté, kiffer tous les petits bonheurs sans jamais risquer d'être blasée... Dans cet appétissant menu, tu choisirais quoi, toi ? Je ne sais même pas si tu soupçonnerais que je savais faire tout ça...

Depuis l'handi-monde, je vois des couleurs qui ne font pas semblant, elles sont pleines de reflets pour créer des ponts là où on croit qu'on peut pas aller. Elles sont comme des liens, tissés en cœur, qui font briller des bouts d'humanité.

Cette nuit-là, j'avais les yeux fermés : j'ai pris plein dans la gueule les couleurs arc-en-ciel de mes rêves éveillés.

Odile Villois

Odile Villois, la Niña, comme aimaient à la prénommer les siens, a construit sa vie et a façonné son caractère entre le sport, d'une part, notamment avec le basket qu'elle a pratiqué durant une décennie et la course à pieds qu'elle a découverte à l'aube de ses trente ans et qu'elle pratique encore aujourd'hui, deux passions partagées avec son mari, son Yin dont elle est le Yang depuis toujours, et d'autre part, avec le monde médical dont elle a tiré bien des enseignements et des principes devenus siens aujourd'hui et qu'elle défend envers et contre tout.

Après avoir jonglé avec les maux, à ce jour, elle a décidé de jongler avec les mots. Écrire a toujours été pour elle un moyen de s'exprimer pour passer outre sa timidité, pour canaliser son esprit rebelle et impulsif, et est devenu au fil du temps un exutoire face aux épreuves qu'elle a rencontrées tout au long de son chemin. Elle avait un rêve vieux de vingt ans qu'elle a enfin réalisé en écrivant un premier roman policier et nul doute qu'elle a su le poursuivre avec détermination, définie comme l'une de ses qualités premières, avec à ce jour, pas moins de dix ouvrages publiés depuis novembre 2013.

odile.villois@orange.fr

POUR QUE DEMAIN SOIT UN AUTRE JOUR...

Le diagnostic est tombé... C'est SLA qu'ils l'ont appelée... Sclérose Latérale Amyotrophique... Et c'est ma mère qui en est frappée... Maladie orpheline diront les uns... Maladie de merde, diront les siens... Ne pas croire à la fatalité... Un traitement est donné... Et aussi beaucoup d'amour... Pour que demain soit un autre jour...

Ma mère nous a quittés... La vie a repris son cours, mais avec beaucoup moins d'envie... Mon père s'est égaré... Plusieurs fois, le chemin, nous lui avons remontré, mais bien que nous soyons à ses côtés, seul sur cette route, il a erré... Pour se perdre à tout jamais... À nos douleurs, nous sommes devenus sourds... Pour que demain soit un autre jour...

Un mariage, une naissance, un fils aimé... De grands-parents, nous voici baptisés ! Mais c'était sans compter sur les méfaits du passé... Notre fils nous a mis de côté, et de nos petits-enfants, privés... Qu'à cela ne tienne, cette décision reste la sienne... Et nous ferons tout, même si notre passage sur terre est bien court... Pour que demain soit un autre jour...

Plus de dix ans se sont écoulés, sans que rien ne se soit arrangé... On fait semblant, on avance, on profite d'un avenir incertain et on force le destin... Chacun de nous se terre dans la déception et la colère... Réagis, bon sang, on est vivant... Et bon an, mal an, on recommence à sourire, on se surprend même à rire... Pour que demain soit un autre jour...

Et comme cela ne va pas trop mal chez nous, on va voir chez les autres... Tu rencontres deux petits garçons meurtris dans leurs chairs, et leurs parents meurtris dans leurs cœurs, que tu aimes tout naturellement... Tu ouvres le journal... Un avion s'est écrasé... Sur un trottoir, trois enfants renversés par un chauffeur ivre... Deux jeunes poignardés pour avoir simplement pensé... Un enfant séquestré par son propre père déprimé... Une fillette enlevée pour satisfaire les fantasmes ou pas, d'un violeur qui habite l'immeuble,

tout à côté... Tu refermes le journal en te disant que le Tout-Puissant avait probablement d'autres chats à fouetter... Et la Foi qui t'habitait, s'effrite encore un peu plus... Mais force est d'y croire... Pour que demain soit un autre jour...

Bien calé dans ton canapé, après une semaine de boulot acharné, un repas vite avalé, tu allumes la télé... Au Stade de France, des footballeurs vont jouer et t'apporter un peu de bien-être... Un stade bondé, tous sangs mêlés pour une même passion, celle du ballon rond...

21 heures 20... Des kamikazes se font exploser... Des kalachnikovs, sans fin, vont cracher... Et la mort va s'installer... Au Bataclan, aux terrasses des cafés... Dans les rues d'une capitale, Paris, terrifiée... Un Paris ensanglanté pour toi, pour nous, un pari tenu pour eux... Pour que demain soit un autre jour...

Des dizaines de morts et de blessés... Des familles entières dépitées... Des médecins et des équipes de soignants pour des vies, essayer de sauver... Des handicaps psychologiques et physiques qu'il leur faudra surmonter, tenter d'effacer sans jamais y arriver, car ils sont bien là, incrustés, dans leurs chairs, dans leurs têtes, dans leurs cœurs... Des parisiens qui n'osent plus bouger... Des forces de police déployées... Un pays entier atterré... Des témoignages par millier de personnes rescapées, de voisins déconcertés... Des images insoutenables... Et toi, devant ta télé... Et toi qui pleures des larmes de sang... Et tu pries, toi l'athée... Pour que demain soit un autre jour...

Tout pourrait s'arrêter là... Mais cela voudrait dire que la maladie, le choix désespéré du suicide, la déception d'un père et d'une mère face à un fils égaré, la fatalité qu'on ne peut qu'accepter, et enfin l'indifférence pour se protéger, auraient gagné... Alors, de toutes tes forces, tu te relèves, tu cries, tu serres les dents, les poings et tu marches contre tout cela, déterminé, contre tout ce qui a pourri ton existence, ta chair, ton cœur, de près ou de loin. Regarde autour de toi, nombreux et nombreuses sont ceux qui t'aiment, te soutiennent et font ce que tu es aujourd'hui et te font avancer et aimer comme jamais... Ensemble, nous allons lutter de toutes nos forces,

nous allons aimer de toutes nos forces, pour que ce qui a handicapé nos chairs, nos cœurs, nos vies, soit terrassé... Liberté, Égalité, Fraternité... Trois valeurs qu'il te faut défendre à tout prix, même au prix d'une vie, toute cassée soit-elle... Fais-le pour tous ceux et celles qui sont morts, dans leurs têtes, dans leurs cœurs, dans leurs chairs, pour que leur existence soit meilleure... Pour que demain soit un autre jour, celui d'un avenir qu'il te faut construire ou reconstruire avec deux mots... AMOUR et ESPOIR...

Viviane

Viviane est une auteure installée en Sologne. Depuis toujours attirée par les arts, elle s'initie à la peinture, façonne du papier mâché et sculpte du bois flotté. Cependant, l'écriture restera son domaine de prédilection. Elle commence à écrire des poèmes à 18 ans. Le besoin de raconter l'épisode douloureux de l'AVC a déclenché une envie impérieuse d'écrire, d'inventer des histoires, encore et toujours. Aujourd'hui, elle se consacre entièrement à la littérature jeunesse afin d'y exprimer toute son imagination. Elle écrit des livres où animaux et objets ont la parole. Elle souhaite partager avec les lecteurs les aventures fabuleuses et magiques de ses personnages. *Une plume sur l'épaule*, *À la recherche de Nathan et de son papa* et *Agathe ne veut plus manger* sont ses trois premiers romans pour la jeunesse.

clara.ambrosine@hotmail.fr

DES MOTS POUR DES MAUX

Dépression
Affliction
Envahissement sournois
Je suis aux abois
Début de la folie
Quel est mon ressenti ?
Dépression météorologique
Dépression dévastatrice
Je suis mélancolique
Fourbue de cicatrices
Des bleus à l'âme
Rament
À fleur de peau
Sur mes mots
Il était une fois
Moi
Au fond de mon lit
Je gémis
Pompier
Je perds pied
Urgence
Ambulance
Couloir froid
Mais j'y crois
Tic-tac
Cul de sac
Hélicoptère
Baptême de l'air
Pas la forme
Sur ma plate-forme
Je me disloque
Je suffoque

Détendez-vous
Je pique
Que ressentez-vous ?
Pic et pic
Et colégram
Et moi je suis ratatam
Épreuve écrite ou orale
Prenez un doliprane
Pour calmer votre crâne
C'est bon pour le moral
AVC vous avez
Nan !
Mais vous survivrez
Parcours du combattant
On soigne mes maux par des mots
J'erre dans les hôpitaux
Admission
Incompréhension
Je suis en colère
Mais vous êtes folle ma chère !
Je préfère leur claquer
La porte au nez
Eux et leurs sermons
À la noix, à la con
Je retourne chez moi
Épreuves, j'ai surmontées
Page, j'ai tournée
Mais j'ai pas oublié
J'écris maintenant pour les enfants
Pour les petits et les grands.

YSA

Née en 1983, originaire de l’Ile de La Réunion, fan de cuisine et de lecture, notamment de poésie urbaine, Ysa fait ses premiers pas dans le slam en 1998 grâce à Gérard Mendy (Collectif « 8° sens »). En 2007, elle anime bénévolement des ateliers d’écriture dans sa ville, ce qui l’amène à faire sa première scène slam à l’Astrocafé de Melun et à rentrer dans l’association « Fonetick’slam ». Depuis, elle anime des scènes et des ateliers et a intégré l’association La Smala Slam qui reprend le chemin et son envie de semer des graines de poésie un peu partout. Spontanée et énergique, Ysa nous fait vibrer au rythme de ses poèmes, récits de vie à la fois touchants et proches de nous.

ysabel.chevreuil@laposte.net

ÉTRANGE SILENCE...

Plongée dans mon silence, je suis perdue sans mes cinq sens,
Même si, en apparence, on ne voit pas ma différence...
Que c'est étrange, le silence, comme un mélange de substances,
Parfois, il change, il est immense, parfait échange de résonnances...
Posés au même endroit, je suis là, et tu me suis...
Tu me vois, me parles, mais je t'entends pas !
Si je t'entends pas, je ne comprends pas,
Comme je comprends pas, je t'intéresse pas,
Alors, dis-moi, dans tout ça, je deviens quoi ?
Véritable supplice dans lequel je glisse,
Comme une injustice, séquelles puissance 10 !!!
Que je suis implantée ou appareillée,
Cessez de me regarder, comme si un jour...
J'entendrais... Pour de vrai...
Qu'on se comprenne bien, aux autres je n'envie rien,
Je veux juste tisser des liens, juste me sentir bien !
Hey ! Vous, les copains, montrez-moi le chemin,
Vous avez juste à faire, un geste de la main...
On en compte bien, des bruits dans le silence,
Qui en devient... assourdissant... de résonnance
On en compte bien, aussi des nuitées blanches,
Dans un écrin... Retentissant... De plein d'absences !!
Y'a le silence qui fait du bruit, celui qui m'ennuie, celui qui me nuit,
Le silence que je fuis, étourdie par mes amis,
Ce silence qui m'opprime face à la détresse des gestes,
Ce silence qui me blesse quand je vois ce qu'il me reste...
Poursuivre la cadence du fil de mon existence,
Poussée par l'évidence de n'avoir que quatre sens !
Est-ce une chance le silence ?
Ou bien plutôt une forme d'errance ?
Une manigance ? Une compétence ?
Ou une mauvaise expérience ?

Plusieurs façons de communiquer, quand on est sourd et pas muet :
Lire sur les lèvres, la LSF,
Le codage et la LPC,
À travers ça, on se reconnaît,
On appelle ça l'identité !

Palper l'atmosphère de particules imaginaires,
S'absorber dans la vision, au-delà des horizons,
Goûter cet univers désintégré de ses matières,
Au travers de sensations, de trahisons,
Que d'émotions !!!
Parlons d'un autre mystère, la force de mon caractère !
Je manque d'air, quand je vois qu'autour de moi tout est désert,
J'ai les nerfs, quand je vois que l'on me parle, de derrière,
J'voudrais pouvoir me délester de ces barrières,
Et si je tombe par terre, je me relève en mode déter !!!
Qu'on se le dise bien, il me faut deux fois plus de force et de
moyens,
Détermination et ambition,
Écoute les liens, ce que je dis avec mes mains,
J'veux juste un peu d'attention, un petit bout d'explication,
Pas besoin de hurler, pour avoir à s'expliquer,
Nul besoin de crier, pour essayer de m'apprivoiser,
Nul besoin de crier, pour essayer de m'apprivoiser,
Et si...
Le secret...
Était juste Chu-Cho-Ter ????

Table des matières

| | |
|--|----|
| Préface..... | 9 |
| Abraka Madham..... | 13 |
| L'Étrangère | |
| Thomas Alexis « Thomas Riredelion »..... | 17 |
| Bégaiement | |
| Anne-France Badoui | 19 |
| Reine en moi-même | |
| Magali Bauer « Écriturienne » | 23 |
| Cap pour la différence ! | |
| Lilas Bertel Sardin | 25 |
| Le Sage | |
| Mattéo Bertel « Hercule » | 29 |
| L'Autiste | |
| Romain Boulmé « Suerte » | 31 |
| Pinocchio | |
| CatMat..... | 37 |
| Autisme, etc | |
| Véronique Chen | 39 |
| Petit homme de coton | |

| | |
|--|----|
| Claude Colson..... | 41 |
| Aux aveugles | |
| Myriam Davelu « Myriade-de-Mots »..... | 43 |
| La vie en bleu | |
| Charline Dé..... | 47 |
| Le temps d'après | |
| Nathalie Debert « Fée des mots » | 53 |
| Choix de voie | |
| Frédéric Fort | 57 |
| Antalgie | |
| Gaël « Psyké d'Ethnik » | 61 |
| Camisole | |
| GEM..... | 65 |
| Un Groupe d'Entraide Mutuelle | |
| Béatrice Haezaert..... | 67 |
| La main dans le chapeau | |
| Rebecca Heinrich..... | 71 |
| L'Antithèse | |
| Rémi Heslouin | 77 |
| Apprendre à dire oui | |
| Benoît Houssier | 83 |
| Différents, heureux et beaux | |
| Ronin Janvier | 87 |
| Handicapables | |
| Aurore Jesset « Terciële »..... | 91 |
| Derrière l'écorce, la sève... | |

| | |
|---|-----|
| Kamiy Lyonne | 95 |
| Ferme les yeux | |
| Ktel..... | 99 |
| « spt » (Stress Post Traumatique) | |
| La Ef / La Fée | 101 |
| Quoi qu't'handises | |
| Didier Lemoine « Dilem » | 105 |
| Les Ombres d'Anaïs | |
| Lolita Levêque | 109 |
| Pour toutes les personnes extraordinaires et leur famille | |
| Véronique Lévy Scheimann..... | 113 |
| Regard sur le handicap | |
| Lilie Poussière d'étoile..... | 115 |
| Charmeuse de mots | |
| Sébastien Mainguy « Mmagweno »..... | 119 |
| Un enfant d'Asperger | |
| Stéphanie Marie | 123 |
| La force en nous | |
| Mathéo Martin..... | 125 |
| Sans Titre | |
| Cathy Masias « Ndrix » | 127 |
| L'air du Dys | |
| Radouane Nasri « Grand Cormoran »..... | 131 |
| Traîner la patte | |
| Laetitia Pata « Mini Slameuse » | 135 |
| Coup de gueule | |

| | |
|---------------------------------------|-----|
| Grégoire Pellequer | 139 |
| Il fallait que ce soit dit | |
| Josée Planchon « Oz » | 145 |
| Oufs | |
| David Querrien « Madatao » | 149 |
| HP | |
| Aline Recoura « Lalinéa » | 153 |
| Méduse-voilée | |
| Corinne Richard « Cocodaï » | 157 |
| Tous différents | |
| Virginie Séba | 161 |
| À mon fils de 16 ans | |
| Treize accordée | 165 |
| Couleurs d’handi-monde | |
| Odile Villois | 169 |
| Pour que demain soit un autre jour... | |
| Viviane | 173 |
| Des mots pour des maux | |
| YSA | 177 |
| Étrange silence... | |

Mise en page LEN

Achevé d'imprimer en avril 2019 par LEN S.A.S. – 93400 St Ouen

Dépôt légal : avril 2019

Imprimé en France