

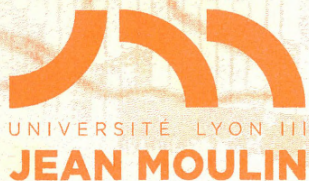


**Des textes de
Maxime
Yasmine
Anonyme
Aeliya
Marion
Arankan
et Lyna**

**Imprimé à Toner Toner
en avril 2026.**

**Merci à Elise Bonnard
et Mickaël Froppier-Jacquet.**

**Textes assemblés et mis en page
par Marguerin Le Louvier.**



Comment expliquer le soleil sur ta peau?

Poèmes des étudiantes de l'atelier d'écriture et de performance
de l'université Lyon 3 Jean Moulin.
Avril 2026

Au début, il n'y avait rien.
Pas de bruit.
Pas de lumière.
Pas même du silence.
Rien.
Et puis un mot.
Un seul.
Je ne sais pas d'où il vient.

Je suis cette encre séchée sur le papier depuis 5 minutes.
Je suis un livre presque neuf.
Je suis un dragon de l'ancien temps.
Je suis une cannette d'Orangina de 4 mois et demi.
Je suis une fissure de 17 ans.
Je suis cette beauté qui nourrit l'Art depuis des millénaires.
Je suis un nuage sans âge.
Je manque de confiance en moi.

Quelque chose respirait.
Un mouvement.
Un rythme.
Un battement.
Les mots ne tenaient plus en place.
Ils voulaient plus.
Toujours plus.
Alors je les ai laissés faire.

Ils se sont empilés.
Mélangés.
Heurtés.
Certains sont tombés.
D'autres ont pris leur place.
Et au milieu de ce désordre...
une forme.
Floue.
Instable.

Je m'imagine une vie dans toutes les fenêtres d'immeuble.
Si le temps pouvait s'arrêter,
si je pouvais ne jamais redescendre.

Je me souviendrai toute ma vie du jour
où tu as prononcé mon nom.
C'était après t'avoir acheté un milk-shake goût fraise supplément
chantilly sans cacahuètes.
Le printemps, les belles fleurs, le pollen, le ciel
Comment expliquer ce que procure ce soleil sur ma peau ?
Il fait ressortir le meilleur en moi comme une chaleur d'été.
Premier soleil sur nos corps en manque.
Premier ticket direction l'ancre de l'enfer.

Comment expliquer ce que te procure le soleil sur ta peau
quand tu ressors la tête de l'eau où tu avais plongé,
quand tu marches l'été, plus que quelques pas, et tu seras enfin rentré ?
Comment expliquer ce que te procure le soleil sur ta peau
quand il illuminait le lit de ta chambre d'enfant
les jours où dans ton esprit le soleil avait déserté ?

L'air change.
Plus léger,
plus vivant.
Les oiseaux chantent,
et le monde enchante.
Tout semble déplacé.
Comme si le monde,
comme si l'air,
comme si la terre,
semblait avoir changé.

Tout devient brûlant, exposé, attrayant.
Premier soleil sur nos corps en manque.
On cherche dans le ciel la trace de ce qui nous a fait vibrer.
Chaque seconde nous rapproche déjà de la rentrée.
Le milk-shake est terminé.
L'été ne revient jamais seul.

J'ai 23 ans, bientôt 24, et je ne réalise pas à quelle vitesse le temps court.
J'aurai un an de plus dès que commencera le solstice d'été :
Quand les basses résonnent dans la ville entière
Et que tout le monde s'est déjà rassemblé pour célébrer la musique,
Je sens mon cœur palpiter au rythme des percussions
comme une preuve que je suis enfin en vie.
21 juin, un été de plus commence, et peu importe si c'était difficile,
si c'était à refaire, je ne changerai rien, pas la moindre seconde, pas le moindre jour.

J'ai 21 ans et je dors encore avec des doudous.
Parfois je pleure en pensant à ce que je ferais si mes parents mourraient.
J'ai 21 ans et j'ai trop d'objectifs, trop de passions :
je sais que je ne pourrais jamais tout accomplir et ça m'angoisse.
J'ai 21 ans et malgré tout ça, j'aime vivre.
J'aime sortir avec mes amis, j'aime me balader en forêt.
J'aime être toujours persuadée que l'humain peut changer en mieux.
Du haut de mes 21 ans j'aime qui m'entoure et qui je suis grâce à eux.

J'ai 21 ans et j'ai déjà aimé comme si ma vie en dépendait.
Comme si chaque regard pouvait être le dernier.
Comme si chaque battement de cœur était le reflet d'une promesse fragile.
J'ai 21 ans et je porte en moi des souvenirs plus lourds que les années.
Des absences qui ne vieillissent pas.
Des prénoms qui font mal quand on y pense.
J'ai 21 ans et j'ai appris que certaines personnes ne restent pas.
Qu'elles passent,
qu'elles bouleversent,
puis disparaissent.
En laissant un silence impossible à combler.

J'ai 22 ans, toutes mes dents mais quelques cheveux blancs.
Hier encore j'en avais vingt, et avant-hier dix-huit.
À bord d'une formule un, je fonce sur le circuit cyclique du temps qui
roule, comme cette boule de billard frappée à Strasbourg alors que je
sentais mon cerveau envahi par la nicotine, toujours à naviguer en pensée
troublée par ce cerveau qui tourne et roule et tourne et fait un bruit pas
possible, comme le moteur de la vieille mini de mon grand-père que j'ai
conduit ce week-end.

J'ai 22 ans et j'ai tout perdu.
J'ai tout perdu ce soir fatidique où je me suis mis à nu.
Où je t'ai avouer combien je t'aimais.
Tu m'as regardé comme si j'étais fou.
Fou ? Je l'étais : fou d'amour, fou de toi, fou d'un futur à tes côtés.
Tu étais la seule famille que je connaissais.
J'ai 22 ans et j'ai tout perdu.
Je ne trouve plus de sens à ma vie.
J'ai mal, peur, je me sens si seul.
Tu étais l'amour de ma vie.
J'ai 22 ans et j'ai tout perdu.
La vie sans toi ne vaut pas la peine d'être vécue.

J'ai 23 ans et il n'y a plus de lecteurs CD dans les voitures.
J'ai 23 ans et pas d'enfants et chaque jour j'y pense, chaque jour je le veux,
chaque jour je me dis « ce n'est pas le moment »,
et chaque jour ça me brise le cœur.

J'ai 23 ans et je n'ai pas vu mes parents depuis des années.
J'ai 23 ans et maintenant, à la Croix-Rousse, on fait du matcha.
J'ai 23 ans et je suis toujours à l'école.
J'ai 23 ans et je n'ai toujours pas joué à la cinquième génération de Pokémon.

J'ai 23 ans et j'ai encore une phobie de l'école.
J'ai 23 ans et je n'ai toujours pas de chambre.
J'ai 23 ans et quand je pense à toi, je t'aime toujours.
J'ai 23 ans et j'ai encore peur de l'argent.
J'ai 23 ans et je ne suis toujours pas devenu bipolaire comme mon père.
J'ai 23 ans et j'ai l'impression d'être encore un enfant.

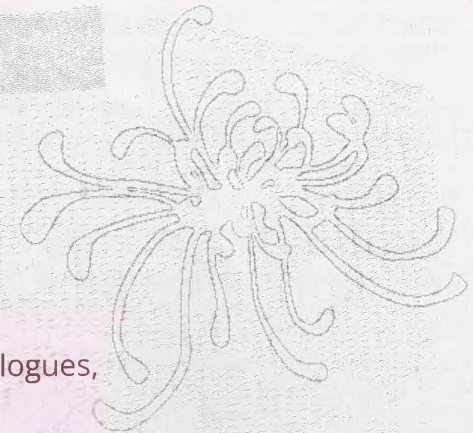
*J'ai 19 ans et j'emmerde déjà la vie.
J'emmerde le temps, le président et les avis.
J'ai 19 ans et je n'ai pas fini de vivre.
Je n'ai que 19 ans vous savez.
Alors pourquoi je me sens si vieille par moment ?
Pourquoi est-ce que les enfants de 6 ans de moins que moi m'appelle
"madame" de temps en temps ?
Pourquoi j'ai l'impression que dans 3 jours j'aurai 30 ans ?
Peut-être parce que :
J'ai 30 ans aujourd'hui.
Je suis marié et enceinte.
Cela fait bien longtemps que ma jeunesse s'est dissipée.
Étant heureuse et comblée,
J'attends mon quatrième enfant aujourd'hui.*

Je vois la rivière, et je me vois dedans.
Je vois les bras qui m'ont enlacés, j'entends les mots tendres qui m'ont été donnés.
Je ne vois plus de Zara, de H&M, de magasins ignobles.
Je vois des gens qui ont tout oublié des souffrances passées.
Je vois un monde où ceux à qui on a fait du mal ne se sentent plus coupables du mal qu'on leur a fait.

*Je vois des villes trop lisses.
Des visages éclairés par autre chose que le soleil.
Je vois des gens qui parlent sans voix.
Des silences pleins.
Mais pas apaisés.*

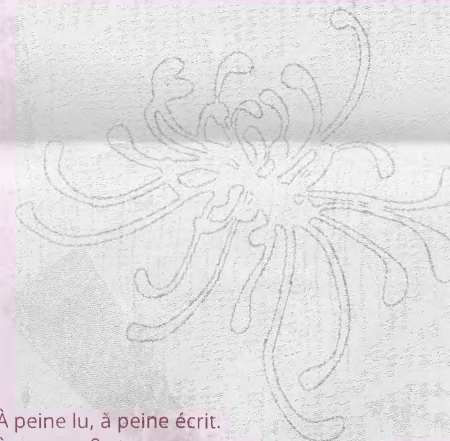
*Je vois des mains qui ne touchent plus vraiment.
Des regards qui traversent.
Je vois encore des lumières.
Quelques-unes.
Qui résistent.
Je vois des gens qui écrivent encore.
Pour ne pas disparaître.
J'espère qu'on m'a aimé autant que j'ai aimé.*

Je vois des jeunes qui tremblent.
Comme nous avant.
Je vois leurs yeux pleins.
De peur.
De choses belles aussi.
Alors j'écris encore.
Pas pour changer le monde.
Plus pour ça.
Juste pour laisser une trace.
Une preuve que j'ai été là.
Que j'ai vu.



Je n'écirai plus dans la langue des psychologues,
de Télérarna, de l'administratif.

J'écirai dans la langue des enfants, dans la langue des poètes,
dans la langue des chats.



*Un peuple.
Mon peuple.
Ou peut-être pas.*

*Ils ont commencé à changer les mots.
À les tordre.
À les utiliser autrement.
Ils ont donné un autre sens.
Une autre forme.*

*Tu n'es que blanc, néant, limbes, cuivre.
Pourquoi ce blocage ? Qu'est ce qui t'empêche de vivre ?
Pourquoi l'as-tu à peine lue, à peine écrit ?*

*Je suis fait d'écailles, de terre, de feu et de sagesse.
Je suis le vent et la marée ; la brise et la tempête.
Je suis vous. Vous tous êtes Un. Et ce Un c'est moi.
Chaque chose a son contraire.*

À peine lu, à peine écrit.
À peine vu, à peine choisi.
L'entre nu, deux corps qui sourient.
Le temps, le vent, les champs, la grève.

Nous n'existons nulle part ;
Nous ne sommes pas enchaînés.
Nous nous réveillons tard,
Mais enfin nous sommes libérées.

Peuples, langues, imaginaires : tous se nourrissent de ma force.
Je suis le vent, les fleuves et tout ce qui fait corps.
Je suis la vie, pionnière de toutes les morts.

Nous ne sommes pas de tel ou tel endroit ;
Nous ne sommes pas de tel ou tel entre-sois.
Nous sommes,
Et cela suffit comme ça.