



UNE NUIT  
SANS LUNE

ANTOINE BROCHARD



JE VIENS DE RÉALISER L'UN DE MES RÊVES D'ENFANT.

J'AI TOUJOURS VOULU ÉCRIRE UN LIVRE.  
JE ME SOUVIENS D'UN SOIR ENTRER  
DANS LA CHAMBRE DE MES PARENTS  
EN EXPOSANT À MA MÈRE,  
UNE PREMIÈRE ET QUATRIÈME PAGE  
DE COUVERTURE QUE J'AVAIS IMAGINÉ.

JE SUIS CERTAIN QUE CELA NE L'A PAS MARQUÉ,  
MAIS MOI,  
J'AI CE SOUVENIR GRAVÉ DEPUIS TOUJOURS  
DANS MA TÊTE.

CE LIVRE S'INTITULAIT "UNE NUIT SANS LUNE"



CINQ ANNÉES D'ÉCRITURE

## CHAPITRE 1

# GRANDIR

Je n'ai pas grandi dans une famille où la créativité était mise en avant, alors je l'ai repoussé par moi-même.

J'écrivais en cachette, je faisais de la musique en cachette, comme une honte de se sentir différent, sensible.

Comme un refus de se confronter à un potentiel jugement.



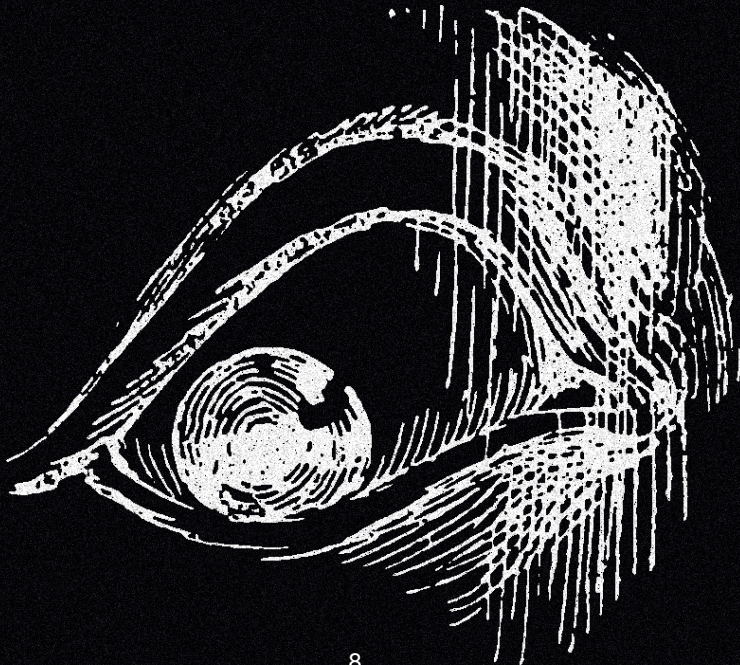
***STRANGER TO MYSELF***

J'aurais aimé être athlète  
Ou bien chanteur en vedette  
Joueur de clarinette  
Ou bien pro de claquette  
Voire même faire de la peinture  
Ou bien des sculptures  
Seulement, il en a été autrement  
Dans l'art je n'ai développé aucune connaissance  
Il est trop tard pour recommencer ma croissance  
Je suis devenu un enfant comme les autres  
Assis devant son écran à perdre son temps  
Tout ça c'est de ma faute  
Parcequ'en fait j'aurais pu  
J'aurais pu, si je l'avais voulu  
Désormais, je vais me lancer là-dedans  
La seule chose dans laquelle j'ai peut-être un peu de talent  
Et si vous écoutez mes petites histoires  
Avec patience et espoir  
Je ne peux que vous remercier  
D'être là et d'y croire  
Au bord du précipice  
J'espère que des ailes vont me pousser  
Pour qu'enfin, je ne sois pas triste  
Et que mon nouveau départ soit d'une extrême beauté

01/09/2018

Je ne suis pas bon pour parler  
En tout cas, pas avec les personnes que je connais  
C'est pour ça qu'il faut que j'extériorise  
Tant de choses que personne ne sait  
À si peu de personnes dévoilées  
Souvent j'y pense  
Mais je ne dirais jamais ce que je pense  
Dans ma tête, tout se chamboule  
Impossible de m'exprimer devant des foules  
Alors dans les textes, je me défoule  
Tellement de choses à leur dire  
Mais à chaque fois je continue de me taire  
Je me demande si l'on m'entendra un jour sur cette terre  
Oui j'ai essayé, mais personne n'a compris  
Toujours caché derrière l'humour  
Mes vrais paroles ne voient pas le jour  
Plus je grandis, plus se développe une certaine mélancolie

24/03/2019





Ce monde est bien trop compliqué  
Toutes ces personnes qui courent après l'amour  
Et toutes ces autres qui passent d'amour en amour  
Ces gens qui ne baisent que pour baiser  
Et puis moi  
Moi qui me perds

02/04/2019



Peut-être suis-je déjà mort  
Et tout ce qui se passe autour de moi  
N'est qu'une revue de ma vie  
Ou un rêve perpétuel  
Afin que je ne tombe pas dans l'oubli

10/04/2019

Je viens de regarder nos films de famille sur cassette  
Je revois toutes ces personnes qui ne sont plus présentes  
Par choix ou pas, certains sont partis pour toujours  
D'autres, on les recroisera peut-être un jour  
C'est à ce moment que je pense à mes parents  
Dis-moi, pourquoi je les vois comme immortels ?  
Je me dis qu'il est impossible qu'un jour on les enterre  
J'ai tellement de choses à leur montrer encore  
Ma femme, mes enfants, mes petits-enfants  
Un sentiment d'impuissance  
Je les côtoie depuis ma naissance  
Comment pourraient-ils disparaître comme ça ?  
Et ne devenir plus que des images comme sur ces cassettes  
Quand j'y pense, c'est comme un casse-tête  
Je me rends compte des choses insignifiantes,  
De tous ces éclats, disputes, ces moments gâchés  
Oui, le sablier continue de couler  
Et nous avec, de sombrer...

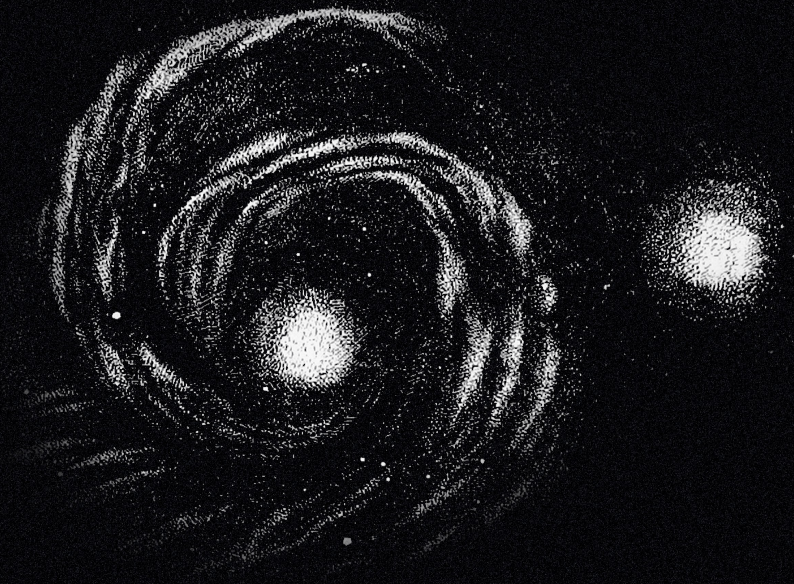
13/10/2019

Je suis un enfant de cette génération  
Celle qui n'a connu que tension  
Attentats, viols, manifestations  
Et pleins d'autres choses comme telles  
Apparaissent sur nos tels  
On a tellement grandi là-dedans  
Que l'on oublie qu'il y a des vies qui en dépendent  
Chaque nombre est une vie que l'on a ôté de la terre  
Pour n'y laisser que son ombre...

07/11/2020

Ma sur-interprétation des sentiments  
Mon soucis à ne pas ressentir  
Mon envie toujours de flirter  
Mon rapport a l'autre  
Plutôt désintéressé  
Et l'impression que lorsque l'on s'intéresse à moi  
C'est parce que l'on attend quelque chose de moi

24/04/2021



J'ai du mal à comprendre le monde dans lequel je vis  
C'est pourquoi, je suis en pleine thérapie  
Les immondices entourent mon cœur  
J'observe le monde, ses vices et ses rancœurs  
Je trouve le principe de la vie tellement jolie  
Pourtant il ne s'y passe que des anomalies  
Les Hommes trahissent les leurs  
Dans tant de foyers, il y a des pleurs  
Assis sur le divan  
Je pensais retrouver mon âme de vivant  
Mais ces périodes reviennent bien trop souvent  
Le temps passe et passe et peu de choses ont changé  
Et si seulement je pouvais avoir des projets  
Et si seulement je savais vers où j'avançais

08/05/2021

Cinq février deux-mille-un aux alentours de midi  
Petit frère, attendu comme le messie  
Première rencontre avec ma fratrie  
J'ai piqué à mon frère la place du petit  
Beaucoup d'écart  
Petit frère est arrivé tard  
Moi, je suis resté droit dans mes bottes  
Droit comme le petit frère entre un punk et une flic  
La Suisse dans tous les conflits  
Le médiateur qui déteste quand il entend des cris  
Celui qui fait des sons pendant que l'orage gronde  
dans le salon  
À cinq autour de la table de la cuisine  
Je ne parlais pas beaucoup mais j'écoutais tout  
En y repensant c'était des moments sublimes  
Une routine que l'on prenait comme une broutille  
Ma sœur qui me récupère à la sortie des cours  
Des nuits passées à écouter ses histoires d'amour  
J'ai compris que je ne pouvais pas être un connard  
avec les femmes  
Que l'amour, c'était une flamme  
Si je suis capable de faire souffrir l'une d'elles  
Alors, on peut faire souffrir ma sœur  
A.K.A ma deuxième mère  
Elle qui, aujourd'hui est devenue mère  
Donc mon neveu, est comme mon petit frère  
Petit frère a-t-il trouvé un petit frère ?

Petit frère  
26/10/2022

Un frère et une sœur aux antipodes dans leurs idéaux  
J'ai grandi entre deux opposés  
Tu ne peux pas dire que je ne suis pas nuancé

03/10/2023



Je sais que je passe de moins en moins de temps  
avec mes proches  
Sur mes parents, je suis en train de faire une croix  
Être enfant, c'est égoïste  
On te donne tellement  
Un beau jour, je sais bien que je leur revaudrai ça  
Mais aujourd'hui de ma vie, je dois être mon propre Roi

12/10/2023

Je te demande de remettre les choses dans leur contexte  
Chaque soir pendant que tu baisses  
Des centaines d'êtres humains se noient près  
des côtes méditerranéenne  
Et d'autres se font bombarder par Israël  
Je te demande de profiter de la chance  
que les autres n'ont pas  
Certains passent leur vie à essayer de survivre  
Pendant que t'as le temps de sortir et de rentrer ivre

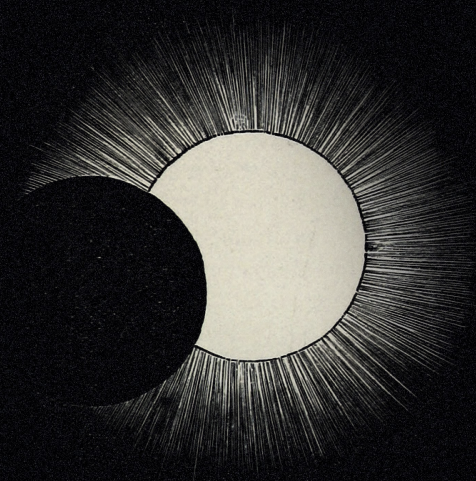
24/10/2023

On naît, on meurt  
Entre les deux  
Il faudrait penser à vivre  
Mais ce n'est pas toujours facile  
Les politiques parlent de paix  
Bientôt 23 ans que je suis sur cette terre  
Je n'ai jamais vu une période sans guerre  
Ils ont peur dès qu'un muslim fait une prière  
Pour eux, c'est possiblement un terroriste  
En revanche un blanc qui fait une tuerie  
C'est juste un malade dépressif  
Si tu commences tes phrases par «Je suis pas raciste mais»  
Au fond c'est que tu l'es un peu  
Je connais ça  
J'en ai même dans mon entourage  
«C'est pas raciste, c'est des statistiques»  
Ils s'offusquent pour une Ariel noire  
À croire que leur vie dépend de la couleur de peau  
d'une sirène fictive  
Elle peut être blanche, noir, jaune, même verte  
Qu'est-ce que ça peut me faire ?  
Profite de l'animation et de l'histoire plutôt que d'en faire  
un débat sans queue ni tête

04/11/2023

Il y a une sorte de dualité en moi  
L'écriture fait partie de ma vie  
J'écris tout ce qui la compose au quotidien  
Et pourtant  
Je ne parle jamais du fait que j'écris  
Je ne veux pas que cela me définisse  
C'est la chose qui m'apaise  
Mais je ne pense pas que ce soit la chose qui me guide  
C'est comme si tout ce qu'il y avait au plus profond de moi  
S'exprimait dans chacun de mes textes  
Mais  
Quel est le véritable moi ?  
Qui est le véritable nous ?  
Celui que nous allons chercher au plus profond ?  
Ou celui qui s'exprime tous les jours ?  
Je ne sais pas lequel des deux est le plus réel ?

06/11/2023



## CHAPITRE 2

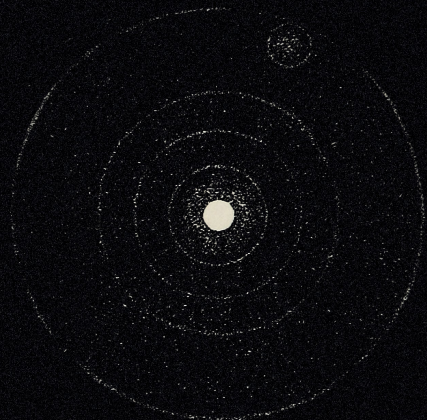
# SOUFFRIR

La dépression ce n'est pas être fou  
Non, c'est perdre sa route  
Suivre un chemin sans savoir vers où  
Mais face à l'autre, il ne faut pas perdre la face  
Alors il faut sourire et surtout utiliser des mots durs  
Pétasse



Je suis dans un mauvais mood  
Le moral à plat, pas de pression  
Ça arrive comme ça, semi-dépression  
Pourtant il y a quelques jours, j'étais festif  
Je perds la raison, mes sentiments dans une esquif  
Si tu m'appelles, je t'esquive  
À moins que tu ne sois... ma libératrice  
Je ne peux rien t'offrir  
À part moi, mes défauts et certaines de mes qualités  
Si tu veux la lune, l'univers ou quelque chose d'autre  
Oublie vite, je suis un homme comme tant d'autres  
Aucun ne pourra t'apporter tout cela  
Mais j'espérais être différent pour toi  
Faire des choses que d'autres ne feraient pas  
Agir de n'importe quelle manière, rien que pour te plaire  
Je ne veux pas te vendre de rêves bien trop beaux  
Qui se consumeront ou finiront en lambeaux  
À la limite, je pourrais t'écrire des textes  
Mais mon empire se détériore de pire en pire  
Mon royaume est instable puisque seul je le dirige  
Aucune reine sous ma gouverne  
Et je fonce droit dans le mur  
Je m'en rapproche au fur et à mesure  
Que quelqu'un m'arrête, me freine, me rattrape  
Avant que je ne dérape

12/01/2020



Je suis là dans mon lit  
Alors que j'aurais des tas d'autres choses à faire  
Mais je n'ai pas la force  
Ni de me lancer  
Ni de parler aux proches qui m'entourent  
Qu'est-ce que c'est difficile  
J'ai à la fois envie de partir loin  
Mais aussi de rester proche  
J'ai besoin de voir quelqu'un qui m'apprenne à m'exprimer  
À parler aux autres  
J'ai mal mais je le garde pour moi  
Je me lève tard  
Je me couche tôt  
Je suis fatigué de ne rien faire  
Et fatigué d'essayer de faire  
J'attends juste que le temps passe  
Petit à petit...  
Je ne sais pas si je suis dépressif ou trop expressif  
Mais ce dont je suis certain  
C'est que j'ai un souci  
Je sais que ce n'est pas un défaut d'être à fleur de peau  
J'en suis même fier  
Fier d'être un écorché vif  
Fier des textes que j'écris  
Mais ce n'est pas facile tous les jours  
Et aujourd'hui c'est difficile  
En aucun cas si un jour il m'arrivait quelque chose  
Je voudrais que mes proches pensent que je sois parti  
en étant mal  
Nous avons chacun nos secrets  
Et pour le moment  
Je fais tout pour que vous ne sachiez pas ce que je ressens

10/03/2020



Je suis un écorché vif  
Je me suis surpris à pleurer dans mon lit  
J'ai peur de passer à côté de ma vie  
Tout ça parce que tout ce que je pense  
Je n'ose pas le dire  
J'ai besoin de partir d'ici  
Tout redémarrer  
Voir de la musique  
Écouter un psy  
C'est tout choisi  
Je ne pourrais une année de plus ici

29/03/2020

C'est si dur d'être un être humain  
Alors j'en suis un instable  
Tous les jours je prône la bonne humeur  
Toujours l'humeur stable  
Alors toutes les nuits dans mes écrits  
Je prône la tristesse  
Un mal être interminable  
J'ai besoin de partir de là  
J'ai besoin de changer d'endroit  
Je dois renouveler mon air  
En ce moment j'erre  
Je suis à la fois sauvé et bloqué par mon rythme saccadé  
Il est tellement dense qu'il m'empêche de penser  
Alors je ne souffre pas  
Mais je n'ai pas de temps pour moi  
Je ne m'améliore pas...

30/03/2020

Parce que cela fait 19 ans que je suis sur terre  
19 ans que je me terre  
Je n'ai jamais avoué vraiment ce qui me plaisait tant  
Je me suis toujours caché sans voir la réalité  
J'ai trop été embarqué dans ma timidité  
Au point que je ne me suis jamais dit mes quatre vérités  
Si plus tôt j'avais osé  
Si plus tôt je m'étais assumé  
L'écriture restera mon moyen d'expression le plus sincère  
Je ne peux pas dire à l'oral ce que j'écris sans cesse  
Parler m'est plus difficile que d'écrire  
Parler c'est se dévoiler aux autres  
Écrire c'est déclamer sans personne  
Une fois que je me serai accepté  
Je pourrais peut-être m'exprimer devant cents personnes  
Je suis un être humain si instable  
Pourtant je parais si bien sur mon insta  
Entouré en soirée je ne fais que de rigoler  
Juste avant de me coucher et de m'écrouler  
Pourquoi ai-je fais ça encore ?  
Je ne me suis pas contrôlé, en tort  
Combien de fois ai-je pensé à voir un psychologue ?  
Une personne à même de m'écouter afin de me panser  
C'est sûrement ce que je recherche dans l'amour  
Un moyen de m'échapper ou peut-être de m'exprimer ?

30/03/2020

La divine colombe s'est évadée  
Ses ailes se sont enfin déployées  
Lorsque je l'avais récupérée  
Elle était tout abîmée  
J'ai tout fait pour la réparer  
Mais sa confiance regagnée  
Elle s'est envolée  
Je ne fus qu'un pauvre oiseau  
Lui permettant d'atteindre les aigles royaux

02/05/2020



Mon cœur saignant devient de plus en plus noir  
Et mes yeux verts saillants de plus en plus rouges  
Certains soirs je broie et vois du noir  
Vidant mon verre de moins en moins rouge  
J'ai le cœur fauve et l'esprit d'un homme pâle vide  
Mon organe sentimentale toujours avide  
Je suis le jour et la nuit comme une putain d'éclipse  
19 années de ma vie que je ne vis que dans les prémices  
Je suis froid et c'est plus fort que moi  
Les paroles me tuent de l'intérieur  
Je me reproche de ne pas avancer  
Et de vivre dans la monotonie  
Mais je continue de passer jour et nuit sur Dofus  
Et je n'aurai jamais la renommée de Confucius  
Peu importe qui l'on est  
On aura toujours un million de regrets  
C'est si difficile d'être un être humain  
Chaque jour j'essaye de m'améliorer pour le lendemain  
Je m'entête et m'enfonce comme le marteau sur le pas de vis  
Torturé par mes textes je n'arrive pas à partir  
Les mots me viennent pendant que la lune veille  
J'ai beau fermer les deux yeux  
Mes pensées ont ouvert le troisième œil  
Le monde physique s'écroule  
Tandis que mon âme est en peine  
Pendant que tu dors  
Mes mots s'éveillent

18/05/2020

Tu sais avec moi c'est face ou pile  
Si mon cœur est Bill  
T'es bien l'héroïne du film  
Tu n'as rien laissé  
À part des morceaux scalpés par ton katana sentimental  
Sur mon cœur prise de Dim Mak  
Tu as trouvé le point central  
Si j'avais connu le scénario  
J'aurais tout fait pour empêcher Tarantino de l'écrire  
C'est sûrement ma faute et tu as obtenu justice  
Mais dans mes textes je ne cesse de te décrire

Kill Bill...

30/05/2020



Tu es arrivée dans ma vie comme une comète sur terre  
Tu as laissé dans mon cœur un énorme cratère  
Le temps recouvrira le vide sans jamais le combler  
J'ai tenté en flirtant avec d'autres  
Malheureusement je n'ai jamais récupéré mes sentiments  
Ils sont encore enfouis dans ton visage  
Ma fossette en est la cicatrice visible  
Je ne compte même plus les internes  
Ça en devient risible

05/08/2020

Entre nous ça a commencé doucement  
On se voyait de temps en temps  
J'ai commencé à t'apprécier  
Souvent en soirée  
Parfum suave  
Je sais quand tu es passée par là  
Puis la fréquence a augmenté  
Capable de se côtoyer tous les soirs  
Grace à toi mes nuits blanches  
Sont redevenues des nuits noires

Cannabis  
25/09/2020





Bien trop seul

J'espère ne pas l'être jusqu'au linceul

Un jour j'ai l'impression de vivre au paradis sans en profiter

Le lendemain je me sens au centre des tourments de l'enfer

10/01/2021

Les larmes intérieures ont déjà coulé  
Hier le vase en a plus que débordé  
Affolé par un torrent de vagues  
Mon âme divague  
J'ai attrapé une main tendrement tendue  
La première personne qu'à la naissance j'ai vu  
Mon soleil aura du mal à se lever  
Plus d'une année que j'essaye de garder le volet entrebâillé  
Mais cette connasse vient de le condamner  
Ne t'étonne pas si je deviens un con damné  
L'Homme ne se respecte même plus  
Comment être un être bon quand il n'y en a plus ?  
Les joints et les somnifères sont-ils les seules solutions ?  
Toute une rage libérée par cette commotion  
Sans aucun plaisir...  
Est-il toujours possible de vivre avec des émotions ?  
Je sais qu'un jour Antoine retrouvera la joie  
Dans le fruit de la vie à pleine dent on croquera  
La vraie question est...

Quand ça ?

06/02/2021

J'ai toujours cru en l'amour  
C'est un bien grand mot  
Qui peut soulager n'importe quels maux  
Un antidote à la dépression  
Que l'on représente souvent par un cœur rouge  
Mais c'est aussi un poison qui chaque jour me ronge  
J'ai toujours cru en l'amour  
Mais de jour en jour  
Je me dis que ce n'est pas pour moi  
À chaque fois c'est lassant  
Je n'ai jamais su faire avec  
Alors il faudra faire sans

09/02/2021

Le monde ne fait que perdre de sa gaïté  
Et les tréfonds ne font que m'appeler  
Donc je me cherche pour me raccrocher  
Je vis tellement dans le noir que j'y suis habitué  
Même le soir je n'arrive plus à me coucher  
Alors je consulte une psy et j'avale des cachets  
Si j'écris ce n'est pas pour me faire un cachet  
Non  
C'est pour panser mes plaies  
Pour atteindre l'ataraxie  
Obligé de prendre de l'atarax  
La vie devient fade  
J'ai cessé de vouloir sourire  
C'est un fact  
Donc même si tu m'esquisse un rire  
Ne la cherche plus  
La fossette est cachée sous le masque

21/03/2021

Je n'en peux plus d'être seul  
Je ne peux plus me regarder dans le miroir  
Quand ce qui me guide c'est mon instinct  
Mon regard se perd dans la paume de main  
Et je me demande  
Qu'est-ce que j'ai fait pour mériter ça ?  
Je sais que tu es de ceux  
Qui dans le métro cherchent le regard des autres  
Parce que tu as besoin de l'humain  
Pas de tous ces corps vacants  
Mortifiés par la routine et l'attente des vacances  
Je sais que tu es de ceux  
Qui s'imaginent des tas d'histoires  
Avec ces inconnus qui marchent devant toi matin et soir  
Tu te dis que la vie c'est drôle  
Mais ce n'est pas un film ou un jeu de rôle  
Quoique... chacun joue un rôle  
Je sais que parfois tu lèves la tête  
Et dans le reflet, tu ne te reconnais pas  
Comme extérieur à ton propre corps  
Comme si le vrai toi prenait le contrôle  
Tu te demandes comment tu as pu faire tout ça ?  
Ton seul refuge, c'est le fond de tes draps

22/03/2021



Je me sens perpétuellement jugé  
À chaque acte, j'ai peur des répercussions  
Et ça me bloque dans tout ce que je veux faire  
Je n'ai pas de projets  
Parce qu'ils sont trop «en dehors» de ce que je devrais faire  
Les gens vivent leur vie sans se soucier de la mienne  
Moi...  
Je vis ma vie en me souciant de la leur

27/03/2021

J'ai changé de vision sur moi  
Ça m'a apaisé pendant un temps  
Mais j'ai toujours la même vision du monde extérieur  
Et ça me fait rechuter  
Je dois être trop sensible  
J'imagine le bonheur et des personnes saines  
Alors que je suis confronté tous les jours à l'inverse

J'espère quelque chose qui n'existe pas...  
26/05/2021

Je me souviens de ces filles qui vivaient dans mes yeux  
Et de cette pétasse qui m'a brisé en morceaux  
De ma mère qui m'a ramassé à la petite pelle  
Pour me permettre de me reconstruire  
Et de ne plus me faire détruire par des \*\*\*\*\* pareilles

13/08/2021



Bien sûr que j'ai peur du futur  
Aujourd'hui celui qui vaincra  
N'est pas celui qui se sent le mieux  
Mais celui qui se sentira le moins mal  
Guidé par l'instinct  
Mon regard se perd dans la paume de ma main  
C'est dur de regarder dans le miroir  
Quand on a peur de ce que l'on peut voir  
Non pas physiquement  
Mais bien dans le fond des yeux  
Quand ce qui nous guide  
N'est plus que la haine  
La tristesse  
Et un fond d'espoir baveux

13/10/2021

Tous les ans

Je redoute l'arrivée de février

Tous les ans

Je redoute le jour où je suis né

Une éternelle remise en question

Utilisons-nous correctement la vie dont on nous a fait don ?

19/10/2021

Que la faucheuse m'emmène  
Ma plus grande déception  
Sera de ne pas avoir rencontré ma fille  
Mon olympienne  
J'ai le cœur qui saigne  
Le temps le fera sécher jusqu'à la prochaine fois  
Mon cœur est froid  
J'approche de la gangrène  
Mais la flamme de l'amour n'est pas loin  
Alors je veille  
C'est fou que dans le noir le plus profond  
J'arrive toujours à trouver de l'espoir  
C'est ma plus grande faiblesse  
De toujours y croire

27/12/2021

Est-ce que tu sais ce que ça fait  
De faire écouter une musique à son père  
Et de le voir pleurer ?

02/12/2022

J'ai pleuré toutes les larmes de mon corps  
Pour t'en faire sortir  
Il est trop tard pour revenir  
Tu sais, il n'y a qu'un pas entre l'amour et la haine  
Tu n'es dans aucun des deux  
J'ai préféré te mettre dans l'indifférence  
Il est trop tard pour te rendre compte que j'étais « parfait »  
Les mêmes erreurs je ne veux pas les refaire  
Tu me le dis à chaque fois qu'on se quitte  
Mais jamais lorsque l'on se kiss

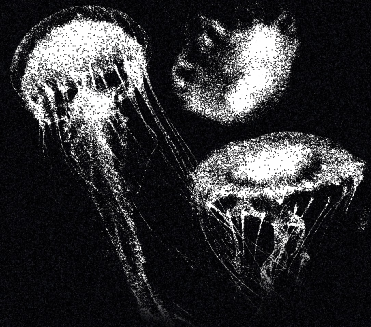
Manipulatrice  
13/12/2022



Être perdue c'est une excuse  
Tu sais très bien quand t'es en train de merder  
Mais tu te caches derrière comme une crédule  
Ne m'emporte pas dans tes projets  
T'es mignonne mais mortelle, t'es une méduse  
On est différent, je suis mature  
La faute à qui ? Toutes ces putes  
T'es pas si différente, je te demandais juste d'être honnête  
J'apprends que tu me vois et derrière que tu baisses  
Ne me dis pas que t'es chez ta meilleure pote  
Quand tu es en train de remplir des capotes  
Apparemment j'étais le seul que tu voyais  
Tu m'en as même fait la promesse  
Ne crois pas que tu m'as blessé, je suis habitué  
Tu n'es pas la première, tu ne seras pas la dernière  
Je pensais juste que t'étais une exception  
Finalement, tu es l'archétype des femmes de ma génération  
On avait plein de points en commun  
Visiblement l'honnêteté n'en était pas un  
Tant mieux si tu peux te regarder dans un miroir  
Je me demande juste ce que ton père penserait de toi  
Je n'ai jamais été violent ni méchant  
Je me serai écrasé, mais ça c'était avant  
Tu disais que tu cherchais quelqu'un qui te comprend  
T'as raison, jamais je ne te comprendrai  
Tu jouais la fille blessée et brisée  
Maintenant je sais ce que tu te fais briser

Méduse

31/07/2023



J'aime quand tu rentres dans ma tête  
Mais je déteste quand tu la détruis  
T'étais dans mes rêves  
Maintenant t'es dans mes cauchemars toutes les nuits  
Est-ce que ça va être ça toute ma vie ?  
Composer avec ma famille, mes déceptions et mes amis ?  
Petites princesses, petites pestes  
Quand est-ce que je rencontre une femme ?  
Une véritable reine ?  
Ça te fait ni chaud ni froid d'avoir été une connasse  
Mais tu t'en rappelleras le jour où ils te diront : «karma»  
Vas-y dis leur à tous que je suis fucked-up  
Je suis habitué aux coups de salope  
T'es qu'une de plus de qui je rêvais  
T'es qu'une de plus qui me motive à ne jamais abandonner  
Je suis habitué, c'est même plus la mer à boire  
Je collectionne les faux espoirs  
Je collectionne les meufs avec plusieurs vies  
Je collectionne les «Antoine je sais pas trop où j'en suis»  
Je n'ai pas eu une seule relation normale  
Et on se demande encore  
Pourquoi je n'ai plus confiance en la femme ?  
Qu'est-ce que tu ressentais quand on se voyait le soir ?  
Quand on s'appelait jusqu'à trois heures du soir ?  
Qu'est-ce tu ressens en le voyant ?  
Est-ce que t'as pensé à moi en le baisant ?  
Tu peux me le dire, j'ai tellement été brisé  
Je ne suis même plus étonné  
C'est la routine ce n'est même plus dur à vivre  
Tu m'appelais le soir pour parler de mes anciennes histoires  
Que je te raconte quand je voyais une fille  
Et qu'elle se faisait baiser par un autre type  
Est-ce que tu savais déjà que t'allais faire la même ?  
Maintenant, comment je ne peux pas dire ?  
Que vous êtes toutes les mêmes...

01/08/2023

Tu me disais que je ne parlais pas assez à mes parents  
T'as raison, cette fois-ci j'ai tout raconté à ma mère  
Combien je comptais sur toi  
Combien j'en ai souffert  
T'as osé me mentir en me regardant droit dans les yeux  
Et maintenant tu dis aux autres que c'est de ma faute ?  
En fait, t'es pas une grande perte  
Rien ne sert que je me prenne la tête  
Tu t'endormais sur le son de ma voix  
Mais tu baisses avec un autre que moi  
Tout semblait parfait, je me suis encore fait avoir  
Traïtresse, sorcière, démons  
Femme complexe comme anémone  
Frérot, elles n'en n'ont rien à battre  
Dans leur dm y'a cinq autres clébards  
Si ce n'est pas toi, ce sera l'un d'eux  
Faut arrêter de voir sa vie à deux  
Vrai homme cherche femme pour le restant de ses jours  
Mais ces petites princesses ne sont pas prêtes  
Tout ce qu'elles veulent, c'est se faire prendre en ...  
Pourquoi ma génération se perd-elle dans le sexe ?  
Le plaisir est spontané, qu'est-ce que ça va t'apporter ?  
Je n'ai plus besoin de petites prétentieuses  
Je trouverai une pierre précieuse

01/08/2023





T'es coincée dans ma tête  
Et je ne veux pas t'en sortir  
En ce moment, il n'y a que toi qui m'inspire  
Deux heures que j'essaye de dormir  
Mais dans mon cerveau c'est le bordel  
Pourquoi y'a t-il quelqu'un d'autre chez toi  
Qu'a t-il de plus que moi ?  
S'il te plaît, dis-le moi  
Je t'insulte dans certains de mes textes  
Pour te faire partir, il faut que je te déteste  
Mais ça ne marche pas  
T'es toujours, toujours là  
J'arrive même à me persuader que le mauvais c'est moi

09/08/2023

Ma haine est pour ma génération  
Je connais les connards qui ne respectent pas les femmes  
Je connais aussi les connasses qui ne m'ont pas respecté  
Chacun se brise avec l'excuse de vouloir profiter  
Je vous souhaite de vous marier et de vous faire tromper  
Que la personne que vous aimez  
Vous dise qu'elle a besoin de s'amuser  
Ne parlez pas d'amour avec moi  
Si vous ne savez pas ce que c'est  
Vous ne vous êtes jamais donné totalement à une personne  
Pour finir par vous faire jeter  
On me dit : tu n'es pas capable de te remettre en question  
Je l'ai fait pendant vingt ans de ma vie  
Ça m'a amené sur le divan d'une psy

05/10/2023

Elle est rentrée dans ma vie sans que je le lui demande  
Elle m'a charmé sans que je le lui demande  
Puis elle est partie, sans que je le lui demande

06/11/2023

J'ai retrouvé le sourire pendant une semaine  
Je l'ai reperdu aussi vite avec une boule dans l'abdomen  
Elle m'a dit :  
«J'ai des choses à régler, ne m'attends pas»  
Comment faire ?  
Je lui suis déjà fidèle  
Mes gars me disent :  
«Mec t'as que des galères»  
«Tu n'as vraiment pas de chance»  
C'est ce que m'a dit ma mère

*Pourquoi retournent-ils toujours vers ceux  
qui les ont fait souffrir ?*

15/01/2024

## CHAPITRE 3

# RENAÎTRE

L'écriture est mon exutoire  
En écrivant je capture l'essence même de mes sentiments  
Je suis capable de mettre des mots dessus  
Sans artifices supplémentaires  
Ce sont mes pensées et ressentis bruts  
C'est la matière qui me compose



Papa, Maman  
Cela va faire plus d'un an que je vous mens  
Rien de bien important  
Mais c'est un secret pesant  
Depuis mes 15 ans  
J'écris des textes  
Tout sort de ma tête et je m'entête  
Certains soirs j'ai du mal à dormir  
J'ai besoin d'écrire  
Je vous dévoile ça aujourd'hui  
Puisque l'autre soir j'ai eu une fraction de réflexion  
J'ai pensé à Marion  
La vie qu'elle portait  
Un tout petit embryon  
Je vais bientôt être tonton  
Je me rends compte que la vie compte bien plus que tout  
Et que quoi qu'il arrive je voulais que vous sachiez tout  
Je me libère d'un poids et vous n'aimerez peut-être pas  
Je ne sais pas pourquoi j'ai cette sensibilité avec l'écriture  
Mais j'ai besoin de faire ça pour extérioriser  
Je ne parle pas assez et ça me permet de me libérer  
Je brise la glace, le mur, le rempart  
Je me retrouve sans défense face à la crevasse

Je ne leur ai rien dit...

16/01/2020



Penses-tu y croire que...  
Tous les jours je suis un zombie devant mon ordi  
Paradoxalement  
De rien d'autre je n'ai envie  
Vingt ans  
Le temps de l'amour selon Françoise Hardy  
Loin d'être les rois du monde  
Même pas du mien paradis  
On est libre de ses choix  
Mais je ne suis pas sûr qu'on soit libre de sa joie  
La vie c'est comme château de sable  
Ça tient à rien comme château de cartes  
Il y aura toujours un connard pour tout foutre en l'air  
Il y aura toujours une connasse pour te briser les nerfs  
Oblatif alors qu'entouré d'égoïstes  
Dépressif dans une génération au bord du précipice  
Pourtant  
Du changement on se doit d'être les prémices

Penses-tu y croire que...  
J'écris par passion  
Malheureusement aussi par déception  
Que je n'ai pas de direction  
Guidé par un mal-être profond  
Dont même moi je ne connais pas le fond  
Ils cherchent l'argent débordant d'une mallette  
Ou tout simplement une bonne levrette  
J'aspire à avoir d'autres objectifs  
J'aspire à ne plus voir le côté nocif  
Mais deux ans que la vie est monotone  
Deux ans que je me questionne  
Et je veux que mon cœur brûle enfin  
Et je veux qu'il en soit de même pour le sien  
Depuis que je suis petit  
On me dit que j'ai des facilités  
Que je peux en profiter pour faire ce que je veux  
Mais avant ça, il faudrait savoir ce que je veux



Déjà vingt ans et je suis personne  
Déjà vingt ans et j'ai personne  
Dis-moi pour qui je compte ?  
En attendant, le temps se décompte  
Est-ce que je suis vraiment essentiel ?  
Si ce n'est pour remplir les poches de mon patron  
Qui se barre aux Seychelles  
Peut-être suis-je voué à errer ?  
Peut-être suis-je voué à n'être pas bon pour parler ?  
C'est par Damien Saez et Fauve que j'ai été élevé  
Leurs textes restent les seules choses  
Dans lesquels je continue de m'identifier  
Malheureusement, ils ont donné leur révérence  
Alors, orphelin de musique, j'écris pour trouver un sens  
Je ne sais même plus si j'aime ou si je déteste cette France  
Je ne sais même plus si j'ai encore des souvenirs d'enfance

Penses-tu y croire que...

J'ai été jaloux que mon père ait été diagnostiqué dépressif  
Ça fait bien plus de deux ans que j'attends qu'on me le dise  
Mais impossible à discerner  
Puisque tous les matins, un sourire j'esquisse  
Mal-être profond qui ne se traduit pas dans ma bise  
Distant avec mes proches  
Ne m'en voulez pas  
Je ne sais pas vider mes poches

Penses-tu y croire que...

Aujourd'hui j'en ai parlé  
On m'a dit «bravo ça va t'aider»  
Mais mis à part me refiler des cachets  
Qui n'ont pas l'air d'agir  
Rien n'a changé  
J'écoute toujours avec tristesse Noir Désir  
Il est trois du matin et je suis toujours en train d'écrire  
Je suis en bas de la pente  
Ce que je veux, c'est la gravir

Mais je n'ai aucune solution, pour enfin revoir l'horizon  
J'ai beau chercher dans la musique  
Les poèmes et des livres  
Rien ne me délivre  
Alors j'attends impatiemment la prochaine consultation  
À ce qu'il parait la psychologie ça a du bon  
Heureusement j'ai de l'entourage  
Simple présence étouffe ma rage  
Mauvais soirs mais matins gorgés d'espoir  
Mon neveu est comme un petit frère  
T'inquiète Marion  
Sur moi ton fils pourra toujours compter  
Et si tu veux  
Je lui apprendrais même à compter, écrire et chanter

20/03/2021

Je ne suis pas celui que vous aimez  
Je ne suis pas celui que vous côtoyez  
Je ne suis pas  
Je ne suis personne  
Personne  
Personne  
Je ne suis que l'ombre de moi-même  
Que l'ombre de celui que l'on a décidé que j'étais  
Je ne suis que le Antoine que l'on a étiqueté  
Le petit dernier  
Modéré  
Je ne suis ni Marion  
Ni Valentin  
Je ne suis ni flic  
Ni punk à chien  
Je ne suis pas le juste milieu  
Je ne suis pas celui qui se sent le mieux

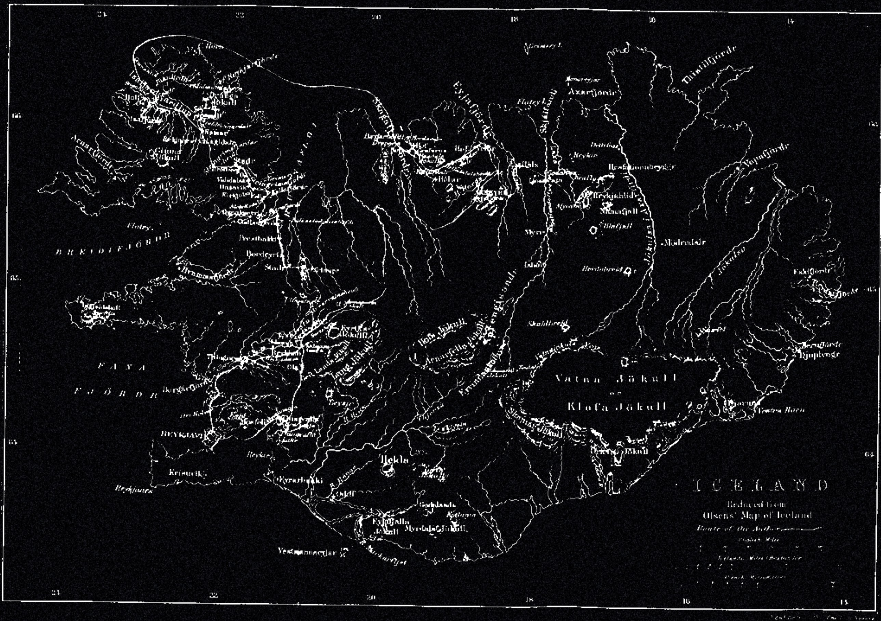
Je ne suis personne...  
12/03/2021

Je veux organiser quelque chose de grand  
Ça me fait peur d'un côté  
Mais au moins ça me mettra face à moi  
Et ça me prouvera que je peux faire les choses  
J'ai des tas de projets mais je ne vais jamais au bout  
Parce que je n'ai pas confiance en moi  
Et à chaque fois ce que je fais  
J'ai l'impression que c'est mauvais  
Donc j'attends que les choses viennent à moi  
Mais ça ne vient pas tout seul  
Et si je ne me bouge pas  
Je vais rester dans ma chambre  
Alors si partir seul en préparant tout moi-même  
Peut m'aider à débloquer quelque chose  
Je vais le faire

Partir seul sans prévenir personne  
17/01/2022

Voyage seul en Islande  
Je combats la solitude par la solitude  
Au centre des montagnes  
J'ai eu des tonnes de réflexions  
Mais surtout celle de ne plus jamais me limiter  
Rentrer en France pour tout baiser

10/03/2022

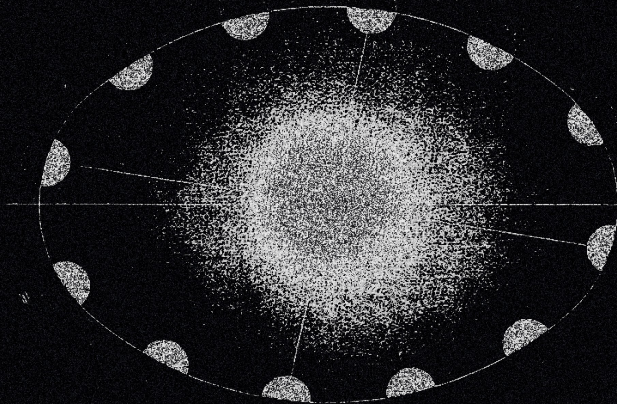


J'ai passé cinq jours incroyables mais très durs  
J'ai vécu l'une des plus belles journées de ma vie  
Suivie de l'une des pires  
Mais c'était une expérience tellement enrichissante  
Je n'ai pas dépassé mes limites  
Je les ai déplacées  
Je suis en paix avec moi-même  
Tout ce que j'ai perdu  
C'est matériel  
Tout ce que j'ai gagné  
C'est inestimable  
Après ce voyage  
Ma vie est changée à jamais

L'Islande  
20/03/2022

Aujourd'hui je suis nostalgique  
Un mal de tête me ronge mais j'écris  
Les gouttes de pluie coule le long de la fenêtre du train  
Je retiens mes larmes  
Je sens qu'elles ne sont pas loin  
Je me demande  
Quand est-ce que c'est notre tour ?  
Je ne recherche pas la richesse  
Si ce n'est celle de l'amour  
Je peux répéter des milliers de fois que je suis fort  
J'ai quand même des faiblesses  
Mais les assumer c'est peut-être ça qui fait ma force  
Je pensais être meilleur qu'eux  
Je ne suis pas meilleur que vous  
Pourquoi je m'efforce d'être la meilleure version  
de moi-même ?  
Pourquoi je m'efforce de lui plaire ?

26/10/2022



Je m'excuse auprès des filles que j'ai blessé  
Je remercie celles qui m'ont aimé  
Et j'emmerde celle qui a tout fait péter  
Je conseille à tout le monde de voir une psychologue  
C'est bien plus productif que le spliff  
Rentrer dans cette routine du bédéo journalier  
N'a fait qu'empirer mes noires pensées  
On s'en fout des autres  
De ta vie t'es le propre hôte  
J'ai pris du temps avant de le comprendre  
C'est seul en introspection que j'ai remonté la pente  
Maintenant que je sais comment m'aimer  
Je suis prêt à aimer

04/01/2023

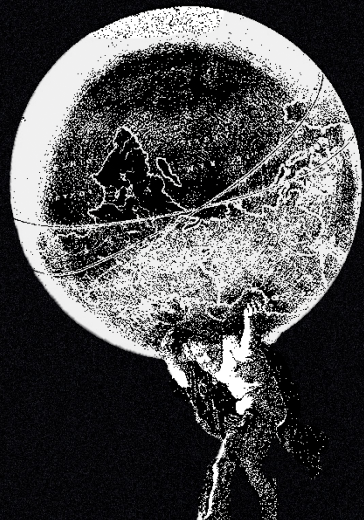


Je prends du recul sur ma famille  
Et je vois bien qu'elle a des cicatrices  
Des problèmes dont je ne voudrais même pas parler  
Des problèmes qui nous ont déchiré  
Mais je préfère avoir grandi ici  
Plutôt que dans le cliché de la famille versaillaise parfaite  
Un père cancre et sans diplôme qui s'en est bien sorti  
Un homme avec ses défauts mais qui sait tout faire  
C'est sur lui que je peux compter si j'ai une galère  
Une mère scolaire et protectrice  
Qui a peur du départ de son dernier fils  
Pourtant habituée aux changements  
Avec tant de métiers différents  
Un frère et une sœur  
Que j'ai vu grandir comme des meilleurs amis  
Désormais aux antipodes dans leurs idéologies  
Ma sœur crée une nouvelle branche à notre généalogie  
Mon frère s'assagit petit à petit  
Et puis moi au milieu de ce beau bordel qui observe  
Moi qui ne veux qu'aucune de ces erreurs ne se répètent  
Comprend que j'ai traversé une période de dépression  
Je me suis mis trop de pression  
Une famille sans problème ce n'est qu'une illusion  
Un entourage ne peut pas être parfait  
Et c'est comme ça qu'on se fait  
Ce n'est pas facile de grandir avec ses écrits  
Dans une famille avec des principes pudiques  
Une famille qui n'a jamais mis l'accent sur le créatif  
J'ai longtemps caché mes pensées et mes écrits  
Serai-je un jour capable de leur dire que je les aime ?  
Autre part que dans un texte  
Ou avant qu'ils ne soient partis  
Je veux des larmes de fierté dans les yeux de mes parents

06/01/2022

Je rêve d'une autre vie dans une autre ville  
Voire dans un autre pays  
Je veux tout détruire pour tout reconstruire  
Je ne suis même pas le bâtisseur de ma propre vie  
J'ai grandi dans le chemin où l'on m'a induit  
Aujourd'hui je veux être maître de ma vie  
Galérer, souffrir, pleurer  
Puis  
Réussir, m'épanouir, sourire  
Je ne veux plus d'une vie aseptisée  
Je veux des challenges, des défis  
Je peux tout relever  
Il n'y a que comme ça que je continuerai de m'améliorer  
Je le ferai seul ou avec une blonde pour m'accompagner  
Peu importe mais je le ferai  
Je n'ai pas d'ennemis  
Parce que je ne me compare à personne  
Il n'y a que le moi d'hier que je veux dépasser  
La vie est une longue quête  
Il faut simplement être soi-même  
Retirer toutes les étiquettes  
Je sais que la clef du bonheur  
Se trouve en mon for intérieur  
Si je veux être, je dois briser vos barrières

16/02/2023



Écoute la voix dans ta tête  
À la faire taire tu t'entêtes  
Mais c'est elle qui te pousse  
C'est elle qui te bouge  
Personne d'autre ne le fera pour toi  
C'est ta vie  
Ce sont tes choix  
Eux préféreraient que tu ne changes pas  
Moi je veux te voir te battre  
Te dépasser  
T'aimer  
Être fier de toi  
Car moi je suis fier de toi

16/02/2023

La vie est belle  
Je fais abstraction du reste  
Je veux voir grandir mon neveu, mon filleul  
Le cousin de mes futurs gosses  
Voir naître sa petite sœur ou son petit frère  
Être aimant, reconnaissant  
Prendre soin de mes amis  
De mes proches  
Gagner assez d'argent pour vivre  
Pas pour survivre  
22 ans je ne me fais pas de bile  
J'ai le temps de vivre plein d'autres vies  
En tant qu'ami  
En tant que mari  
En tant que père de famille

16/02/2023

Je suis quelqu'un qui se questionne énormément  
Sur la personne que je suis et celle que je dois être  
Ce que je dois apporter à moi-même et à mes proches  
Quand je suis avec des personnes qui  
Ne feront pas partie de mon futur  
Je suis totalement différent  
Je m'essaye à différentes visions  
Et surtout j'aime voir la façon dont on me perçoit autrement  
En revanche si l'on commence à gratter  
Je serais toujours honnête  
Je dirais toujours ce que je pense réellement  
C'est à moi de définir qui je suis  
Alors je me permets d'être qui je veux  
Où je veux, avec qui je veux  
D'extérieur, je peux paraître très sûr de moi  
C'est parce que j'ai décidé que maintenant je le serai  
Mais j'ai des doutes, des peurs  
Et ça, je ne les aborde qu'avec mes amis proches  
Je tends de plus en plus à briser ces frontières  
Beaucoup me considèrent comme un extraverti  
Un extraverti en recherche d'attention  
Un extraverti qui cherche à amuser son auditoire  
Mais lorsque que je suis face à face avec une personne  
Je suis totalement différent  
C'est mon plus gros problème  
Mais aussi ma plus grande force  
Je suis un introverti adaptable  
Chaque interaction, chaque conversation m'inspire  
Et j'essaye d'en prendre le meilleur  
J'en fais ma façon de penser, un texte, une musique  
Ou bien une chose à laquelle je m'oppose  
Une chose que je ne voudrais jamais reproduire

*Note à moi-même*

21/03/2023

Même dans mes heures les plus sombres  
Je gardais l'espoir dans un coin de ma tête  
On dit que l'espoir fait vivre  
C'est vrai  
Alors si t'es triste maintenant  
Fais en une force  
Je te promet qu'un jour tu connaîtras le bonheur  
Et si tu veux en parler  
Tu as juste à m'appeler  
Tu ne sais pas à quel point ta présence m'a aidé  
Moi aussi je veux être là, je veux t'accompagner  
Je ne peux pas toujours savoir ce qui se passe dans ta tête  
Tu dois juste un peu te livrer  
Il n'y a pas de honte  
On a tous eu envie de s'éclipser du monde

06/04/2023

J'ai des touches avec des femmes  
Mais je reste sur le banc de touche  
Pourquoi je recherche l'amour, le vrai ?  
Existe-t-il vraiment ?  
La perfection n'est qu'une illusion  
Je suis bien au courant  
Alors pourquoi je ne l'applique pas à mes sentiments ?  
J'ai besoin de plaire  
J'ai besoin de me mettre en avant  
Mais à m'engager avec n'importe qui  
Je suis réticent  
Pourtant je sais bien qu'une baise d'un soir  
Ce n'est pas de l'engagement  
Pourquoi je me mets toujours cette barrière à ce moment ?

06/05/2023

Si on m'avait dit  
Que j'aurais besoin d'écrire pour mieux me sentir  
Je suis revenu à l'essentiel  
Je suis revenu à ce que j'aimais quand j'étais petit  
C'est à dire  
Lire et écrire  
Plus de milles notes dans mes notes  
Bientôt je peux sortir un recueil  
Combien j'en aurai avant d'être dans mon cercueil ?

06/05/2023



Je te jure j'ai vraiment envie d'avoir quelqu'un dans ma vie  
Mais je pense que je ne suis pas encore prêt  
Je ne suis pas encore au meilleur de moi-même  
Et je sais que si je suis avec quelqu'un  
Je vais m'en contenter et stagner  
Je te jure t'es magnifique  
T'es peut-être la femme de ma vie ?  
Mais je suis aussi l'homme de ma vie  
Et ça, ce sera toujours vrai  
J'évolue trop en ce moment  
Je ne peux pas me perdre  
Je me suis trop focus sur un seul aspect de l'amour  
Mais il y en a plein d'autres  
L'amitié, la famille et l'amour de soi  
Le reste arrivera quand je ne m'y attendrai pas  
Se réparer ça ne se fait pas en claquant des doigts  
Pleurer c'est la première étape  
Prendre conscience c'est la deuxième  
Changer et s'activer c'est la dernière  
Mon regard a changé  
Je ne sais pas si tu le vois ?

*Amour de soi*

06/05/2023

Aujourd'hui j'ai toutes les raisons de détester les femmes  
Mais je ne le fais pas  
J'ai trop foi en l'amour  
J'attends celle qui me fera oublier les autres  
Je me suis endurci dans mes muscles et dans mon mental  
Je ne suis plus cette brindille d'arbre  
Je ne cède plus aux avances de n'importe quelle femme  
J'ai simplement ravivé ma flamme  
Ça ne me rend pas moins émotif ni sentimental  
J'attends toujours autant de l'amour  
Mais je prends du recul  
Avant de me donner éperdument  
Je vérifie simplement que tu le mérites vraiment

06/05/2023

Je cherchais une rose au milieu d'un champs de marguerite  
Je cherchais une femme dans un harem de filles faciles  
Je suis en train de drastiquement changer  
Je ne suis pas comme drag qui se ment avant de se changer  
Je sais qui je suis  
Je sais ce que je veux être  
Il m'en aura fallu des échecs  
Je suis sur le chemin de ma quête  
J'avançais sans objectifs  
Les mains moites  
La boule au ventre  
Comme beaucoup je cherchais ma place dans ce monde  
Mais personne n'a sa place ici  
Il faut se la faire soi-même  
Ne te demande pas si tu peux faire ce que tu veux faire  
Juste fais-le  
Si tu te poses des questions sur la légitimité  
C'est que par les autres tu es influencé  
Je l'étais, je ne le suis plus  
Je me sens beaucoup mieux  
Je me sens repu

06/05/2023

J'ai un frère que j'aime  
Des dents cassées, une crête verte  
Comment tu peux penser que je juge les gens ?  
Je les regarde dans les yeux pour dépasser leur apparence  
Je me sens bien quand je me retrouve seul  
Je marche dans la ville  
Ma musique dans les écouteurs  
J'écris mes textes et j'oublie le reste  
Pas issu d'une famille où l'on dévoile nos sentiments  
Je veux des larmes de fierté dans les yeux de mes parents  
Aujourd'hui j'ai une démarche fière  
La tête levée  
Je ne suis plus comme hier  
Ce qui me pousse à vivre  
C'est de savoir que je vais mourir  
Je dirai à mes gosses que rien ne se force  
Je leur donnerai le discours que j'aurais aimé avoir  
Je n'en veux pas à mes parents  
Je ne leur ai jamais parlé  
Pudique, j'avais peur d'être jugé  
J'aurais dû leur parler de mes rêves, de mes passions  
Je les connais, ils m'auraient aidé dans mes projets  
Aujourd'hui je suis grand  
C'est à moi de le faire seul

21/07/2023

Elle m'a renvoyé un message

Pour me dire combien je l'ai aidé quand elle était au plus mal

Je le savais déjà...

Je sais aussi que ce n'est pas réciproque

Elle m'a laissé au plus bas

Moi, c'est tout seul que je me suis repris en main

La meilleure version de moi-même, tu n'en profiteras pas

21/07/2023

L'humain ne peut pas être heureux toute sa vie  
La dépression m'est tombée dessus à vingt ans  
Ça me servira pour les soixante prochaines années  
Je me suis toujours aimé mais je ne me comprenais pas  
Maintenant je suis en accord avec moi  
Je ne dirais jamais que je suis meilleur que vous  
Sauf si je peux le prouver  
En revanche  
Je dirais toujours que je suis meilleur que celui que j'étais  
J'en ai passé des soirées sur le toit à l'arrière de la maison  
À écrire pendant des heures en regardant les étoiles  
Je viens de la terre du milieu  
Pour les parisiens, je suis un campagnard  
Et pour les provinciaux, je suis un parigot  
J'aime bien être le soir sous une douce pluie  
J'écris et je mets mon cerveau en pause pour m'endormir

21/07/2023

Je me réjouis de te croiser  
Et de voir le regret dans tes yeux  
Dans les miens, il n'y aura pas de rejet même pas un peu  
L'ignorance, c'est tout ce que je te donnerai  
Que tu réalises que tu ne trouveras jamais mieux  
Plus jamais  
Je ne vrille pour une femme  
Plus jamais  
Ma mère ne me récupère comme un corps sans âme  
Six mois chez la psy  
Ça m'a suffit  
Maintenant je sais que je suis le maître de ma vie  
Pétasse, je serai devenu un exemple de réussite  
Tu pourras te vanter d'avoir fait partie de ma vie  
Tu pourras te vanter de m'avoir eu dans ton lit  
Profite, ça ne se reproduira pas

21/07/2023

Quand ton body-count devient une fierté  
Tu peux te poser des questions sur ta dignité  
Je dois te rappeler une vérité  
Il y a beaucoup de dobermans affamés  
Ce n'est pas parce que t'as beaucoup trainé  
Que ça veut dire que tu n'es pas khene  
Chérie, les mets les plus fins  
Ne s'offrent pas à n'importe quel chien

20/08/2023



Après vingt-deux ans  
Je me sens enfin à ma place  
Je suis heureux sur tous les plans de ma life  
Mais je ne vais pas me contenter de ça  
Je reviens de sous terre  
Prochaine étape : conquérir le ciel  
Si je me retourne en arrière  
C'est seulement pour faire un doigt à mes ex  
Combien de fois j'ai cru m'adresser à la femme de ma vie ?  
Bien assez pour penser que j'étais maudit  
Puis j'ai vu une psy et j'ai compris  
L'amour ce n'est pas pour de suite  
Ce qui importe c'est mon avenir  
Ce putain de monde est bien trop sombre  
Il faut que je devienne rayonnant  
Je ne veux plus jamais pleurer sur le divan

27/09/2023

Le cœur et la tête comme Gemini  
Au fond de mes sentiments, j'ai miné  
À trop croire que je l'avais, j'ai merdé  
Non je n'ai plus d'autres choix, je vais briller  
Le soir j'entends des voix dans ma tête comme Dardevil  
Je me faufile entre elles comme rat des villes  
Je suis en guerre contre mes pensées  
Je vais les vaincre pas d'autres possibilités  
Seul, je me fais des scénarios irréels  
Je vis dans une vie parallèle  
Je me vois avec elle  
Je me vois avec cette blonde aux yeux qui me crèvent

15/12/2023



## CHAPITRE 4

# AIMER

Au fond de moi je ne me sentais pas bien  
Pour moi, l'amour était mon seul échappatoire  
Seule une relation pouvait annihiler mon mal être  
Me rendre heureux...

Je voyais chaque relation potentielle comme quelque chose  
de beau et de fort

Puis j'ai placé trop d'espoir dans une mauvaise relation,  
ce qui m'a ouvert les yeux. J'ai compris qu'une relation  
amoureuse ne devait pas être la source de mon bonheur.

Je devais d'abord être heureux moi-même pour en profiter  
pleinement et rendre ma partenaire heureuse. Mes espoirs  
ne devaient pas reposer uniquement sur elle.

C'est trop de responsabilité.

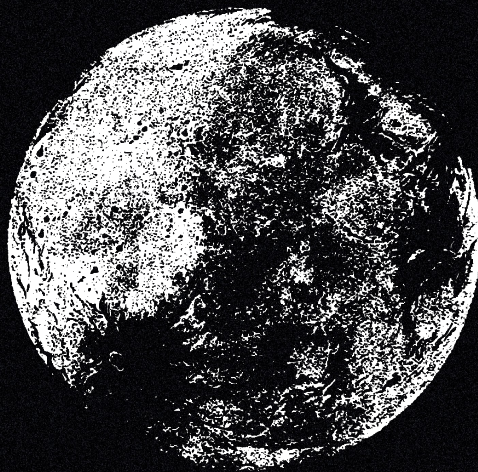
J'ai donc changé ma vision sur moi et sur l'amour  
J'ai appris à aimer, à m'aimer.



Je les hais, je les hais  
Les femmes, elles ont ce pouvoir de t'avoir  
D'un regard, te transporter sans jamais te toucher  
Leur séduction est un art  
Et dans celui-ci, certaines excellent  
Toi, tu tombes dans le panneau  
Et tu te retrouves derrière les barreaux  
Bonne chance pour t'en défaire  
Moi, nombreuses sont celles qui m'ont eu  
Nombreuses sont celles avec qui je me suis vu  
Le temps d'une vie, voire d'une mort  
Le temps d'une vie, même au paradis  
Mais la vérité m'a vite rattrapé  
Elle m'a giflé et rappelé que je n'étais pas là où je voulais  
Que mes désirs pouvaient être contrariés  
Et que tous mes rêves n'allaient pas se réaliser  
Que de moi, les femmes pouvaient se jouer  
Qu'à leurs avances je n'ai pas su résister  
Par leur beauté, je fus envoûté  
Et jamais je n'ai su m'en délier  
Ah la femme, oui je te hais  
Quand tu m'as dans tes griffes  
Je ne peux m'en retirer  
Il me faudra du temps pour te trouver  
Toi qui arriveras et qui d'un simple touché  
Me montrera ta vénusté  
Je t'attends, je t'attends et je t'attendrai  
Autant de temps qu'il le faudra  
Et un jour j'espère que tu seras là  
Près de moi, dans mes bras, dans mes draps  
Je n'aurai plus à rêver puisque près de moi, tu seras  
Simplement tourner la tête  
Pour enfin te voir ici, hors de mes pensées  
Ah vous les femmes, je vous hais  
Mais ce sentiment, à l'amour est très lié  
Vous avez cette capacité qu'aucun homme nous n'avons  
Ce pouvoir de nous avoir comme des cons

Ah vous les femmes, je vous hais  
De votre force, votre violence et votre douceur  
Je ne pourrais m'en sortir sans un pleur  
Ah vous les femmes, vous êtes différentes  
Différentes de nous  
Hommes sans atouts  
Vous savez nous lire et nous décrypter  
Supérieures à nous, vous l'êtes et vous le serez  
Car votre puissance réside dans notre contrôle  
Contre votre force féroce  
Obligé de jouer les hommes virils  
Puisque votre puissance en nous est virale  
Mais une fois avec celle que l'on mérite  
Peut-être que sera fini cette vie de rôle ?  
Combien de fois mon cœur a été brisé ?  
Seul le temps a pu le réparer, le recoller  
On est des millions, des millions  
Des millions de jeunes cons  
À toujours espérer et attendre  
Attendre une âme tendre  
Une âme à qui nos mains tendrent  
Une âme dans nos bras à étreindre  
Jusqu'à ce que dans la nuit on s'éteigne

14/04/2019



Je ne trouve pas celle que j'aime  
On ne récolte que ce que l'on sème ?  
Je n'ai probablement pas laissé assez de graines  
Et à force d'y penser le soir, j'en ai la migraine  
Je sais qu'il me manque quelque chose  
Comme le bout des doigts de mitaines  
Les femmes ce n'est pas encore un automatisme  
Certaines m'ont laissé un traumatisme  
Mais il faut s'accrocher  
Je suis sûr qu'il y a encore de la place pour le romantisme  
Dans ce siècle où l'on prône l'indépendantisme

28/03/2020



Souvent, je me vois vieux plus tard  
J'espère que je n'aurais pas gâché ma jeunesse  
J'espère qu'avec ma bande de potes, on restera proche  
Je vois aussi un corps féminin qui s'approche  
Elle m'attire, un visage bleu astrale  
Elle porte les traits de ma future femme  
Une fois rencontrée, elle deviendra de ma vie, l'étoile  
Je t'emmènerai admirer les aurores boréales  
Tu enlèveras de ma vie les pluies glaciales  
Tu en deviendras le soleil éclatant réconfortant  
J'attends le jour où tu me feras retrouver mon âme d'enfant

14/05/2020



T'es la rose éternelle  
Pas celle qui se fane et devient terne  
J'ai vu tes blanches ailes  
J'ai vu un ange naître  
Battements à 203 BPM  
Je ne peux pas imaginer moi sans toi  
Je t'aime  
Mon cœur qui vibre  
De ma tête jamais tu ne migres  
Dans tes bras, délivré, en train de léviter  
Tel un adepte ayant la foi  
Tu es mon unique croyance  
Visage en surbrillance  
Flash quand je ne te vois pas  
Impatient que tu reviennes à moi  
À quelques centimètres de tes lèvres  
Je vois tout plus clair

Si seulement tu existais...

18/05/2020

Je ne vois pas mes parents comme un couple  
C'est peut-être de là que viennent mes lacunes en amour  
Ils ne vivent que dans le présent  
Ne se laisse jamais un peu de temps  
Pour simplement se retourner  
Et voir la beauté de tout ce qu'ils ont créés

Une famille, une fratrie

06/10/2020

J'ai tellement rêvé de toi  
Je me suis trop réveillé sans te voir  
Alors maintenant que tu dors près de moi  
Je ne ferme plus l'œil  
L'insomnie se profile  
Je ne peux pas m'endormir  
Un visage ancré comme dans papyrus  
Ne joue pas avec mon cœur  
Ça fait des années qu'il est en montagne russe  
J'ai toujours rêvé d'une vie à deux  
Aujourd'hui j'en ai une image odieuse  
Je vois mes parents  
Je vois une famille pleine d'amour  
Un petit fils, une nouvelle merveille  
Mais je vois aussi que les mauvaises herbes poussent  
sur la plaine d'amour  
Le temps passe et c'est comme s'il s'était mis en veille

11/06/2021

Je vais me perdre corps et âme  
Si je ne peux pas te le dire  
Je peux au moins te l'écrire  
Je ferai le tour de la ville pour cette fille  
J'en suis sûr  
Nul besoin de demander au miroir des frères Grimm  
J'en ai parlé avec Vénus  
C'est une évidence  
Une création comme telle  
Ne provient que du ciel  
Coule comme du lait  
Et doux comme du miel  
Une création pareille  
Ne vient que du ciel

Milk and Honey  
27/09/2021



Je veux d'une femme dans ma vie  
Ils en veulent des dizaines dans leur lit  
Ne te vante pas d'avoir beaucoup de conquête  
Si tu les gères comme PPDA  
Quand j'écris, je pense à toi  
Et quand je te vois, tout s'écroule autour de moi

29/11/2021

Je me suis fais des films sur l'amour parfait  
Mais ils ne sont restés qu'au stade de scénario  
Non pas que le problème soit la perfection  
C'est bien l'amour qui n'existe plus dans sa définition  
Ils ne veulent que les bons côtés  
Ce n'est pas ce que j'appelle la passion  
J'ai vu un visage d'ange sur un corps de déesse  
Maintenant, montre-moi tes torts et ton visage de démon  
Je veux tout, je prends tout  
Ta grandeur extérieure  
Et tes fondations qui tombent en ruine  
Comme le Parthénon

10/02/2022

Si ton visage est une étoile  
Tes yeux en sont le cœur ardent  
Si j'étais peintre, je t'aurais mis sur une toile  
Impossible de me remettre de ton regard perçant  
Oui il m'a brûlé vif  
Rien que d'être à tes côtés  
Mes sentiments deviennent riches  
Et même quand tu n'es plus là  
Je te vois à des millions d'années  
C'est le principe de l'univers et de son ciel étoilé  
Je t'observerai chaque soir  
Ma promesse, je ne te quitterai pas  
Tant que tu n'explores pas pour laisser place au noir  
C'est ton visage qui m'inspire le ciel astral  
Si tu t'éteins, plus de constellations  
Regarder le ciel restera ma seule consolation  
Une étoile en fuite je deviendrais  
Seul dans la voie lactée, j'errerais

04/11/2022

Un regard et je fonds  
Un rencard et je tombe  
Amoureux de cette blonde  
Sous le charme de cette bombe  
Quand tu me regardes  
Je ne nous vois que tous les deux  
Dans une pièce noire éclairée par un projecteur  
Avec toi, je ne peux que me projeter  
Les autres je suis prêt à les jeter  
T'a-t-on déjà dit «je t'aime» ?  
Non, ne nous tâtons pas  
Moi je te le dis : chérie, je t'aime  
Chérie, chérie, je t'aime

Je t'aime  
16/02/2023





Chérie je veux tout, je prends tout  
Je te veux en robe de soirée  
Les matinées à peine démaquillée  
Les week-ends chez ta famille  
Les week-ends sous le plaid dans le lit  
Chérie je veux tout, je prends tout  
Ton sourire les jours heureux  
Tes pleurs les jours pluvieux  
Tes envies, tes doutes  
Ton visage d'ange et tes complexes qui te dérangent  
Chérie je veux tout, je prends tout  
Tu as tout de la déesse que je recherche  
Ma muse romantique qui m'inspire  
Oui, c'est toi qui me donnes le sourire  
Ma fossette, c'est toi qui la fais vivre  
J'écris chaque soir avant de me coucher  
En espérant pouvoir te toucher  
De mes mots, de mes mains  
Je veux t'effleurer  
Chérie, t'es la plus belle pièce du musée  
Celle qui m'a toujours fascinée  
Je veux être ton conservateur  
Celui qui s'occupe de toi  
Celui qui continue de te faire briller au fil des années  
Non, pas un seul trait de ton visage je ne veux oublier  
Pas un seul

16/02/2023

Parle moi de tes passions

Parle moi de ton art

Je veux te regarder peindre pendant des heures

Je veux voir ton âme dans tes yeux, dans tes œuvres

20/03/2023

Cette fille me plaît  
Et je sais qu'elle sait qu'elle me plaît  
Je viens de rêver d'elle  
Trop tard, elle a envahi ma tête  
Je ne sais même plus ce qui est vrai ou ne l'est pas  
J'allais lui demander si ce n'était pas un rêve  
C'était trop beau  
La question est : suis-je prêt ?  
Cette vie est pleine de désillusions  
Peut-être que j'accorde trop de temps à des distractions ?  
Les femmes m'ont rendu parano  
Mon petit cœur a fini en morceaux  
Je fais tout pour m'endormir sans regrets ni déceptions  
Je me demande juste  
Quand est-ce que j'arriverai à construire une relation ?

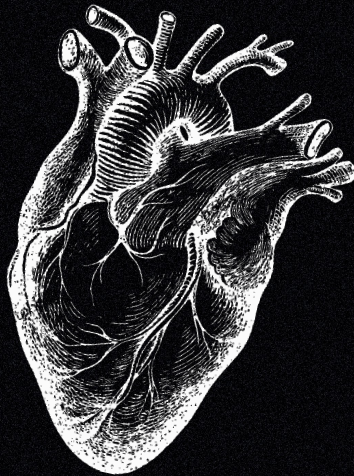
31/07/2023

Je suis le nice guy à qui on envoie des messages  
Après s'être fait baisé par le bad guy  
Je suis hyper sensible  
Hyper protecteur  
Certainement un peu jaloux  
Mais je suis aussi  
Hyper aimant  
Hyper généreux  
Et certainement un peu ambitieux  
Il me faut ma petite femme, que je la régale  
Je veux la voir porter mes vêtements quand elle a froid  
Et savoir qu'elle s'endort en pensant à moi  
Moi je m'endors en pensant à elle  
Je veux me voir dans le reflet de ses yeux  
Que l'on devienne beaux comme un couple de petits vieux

02/12/2023

Mes sentiments sont barricadés  
Mais je sens que tu peux y remédier  
Je l'ai vu dans ton regard  
Je l'ai vu dans mes rêves le soir  
Tu me fais de l'œil comme blonde avec eye-liner  
Les battements de mon thorax contre le tien  
Si un jour t'as besoin d'un cœur  
Prends le mien

28/10/2023



Je vois mon némésis une fois par semaine  
Face à la femme, je suis faible  
Ne t'approches pas de moi  
Tu vas me détruire sans même le vouloir  
Est-ce que tu comprends ce que je cache dans mes textes ?  
Les femmes ont un poison qui me blesse  
Et leurs yeux me percent

18/12/2023

Il faut que je te dise un truc  
Et j'ai peur de briser quelque chose  
Mais, tu me plais beaucoup trop  
Depuis le premier jour où je suis rentré dans cette salle  
Je n'ai vu que toi...  
Puis on a commencé à se parler, tu m'as tellement intéressé  
Tu m'as motivé, je me suis remis à travailler  
Je n'ai jamais ressenti ça  
Je te le promets  
Ce ne sont pas des belles paroles  
Je ne sais pas, je le ressens juste au fond de moi  
J'ai déjà trois ou quatre textes qui parlent de toi  
Je n'arrive pas à te sortir de ma tête  
Et depuis un à deux mois, ma vie tourne autour de toi  
Je suis tellement heureux quand j'ai des notifs de toi  
Je ne sais pas comment l'expliquer, c'est comme ça  
Je ne veux pas précipiter quoi que ce soit  
Je ne veux pas te faire peur  
Je veux juste que tu le saches  
Et pourquoi pas que tu me donnes une chance ?  
Juste une fois, que l'on se voit, juste toi et moi  
Tu dis que tu n'as plus confiance en l'homme ?  
Ça tombe bien, je n'ai plus confiance en la femme...  
Viens on se prouve le contraire

09/01/2024

Elle m'a demandé  
Si j'avais déjà rencontré une personne solaire  
Comment lui dire que c'est elle ?  
Je ne dis pas que je suis meilleur que les autres hommes  
Je suis moins bon sur beaucoup de points  
Cependant sur l'honnêteté, la sincérité et l'amour  
Je suis imbattable

22/01/2024



Tu sais quand je l'ai rencontré  
Elle n'avait l'air de rien  
L'air de n'avoir besoin de rien  
Calme et discrète dans son coin  
La seule chose que je voyais d'elle  
C'est qu'elle était belle  
Mais c'était bien plus profond  
Elle, elle était elle  
Elle n'avait besoin que d'elle  
Besoin que de se retrouver avec elle-même  
Car malgré sa beauté et son air : sereine  
Son cœur était un pêle-mêle  
Mais quel est cet idiot  
Qui a osé se jouer d'une femme pareille ?  
Elle est de ce genre que tu ne peux pas laisser en berne  
Si un jour j'ai la chance de la faire mienne  
Je voudrais qu'elle soit...

éternelle

22/01/2024



Elle est devenue le soleil de ma vie  
Même sans le savoir  
Peut-être même sans le vouloir  
Mais on connaît tous le mythe d'Icare  
J'ai trop vite brûlé les étapes  
Le soleil m'a imposé son diktat  
L'éclipse est arrivée  
Et m'a rappelé que je n'étais pas la seule planète  
dans ce ciel étoilé  
Un coup de schlass dans mon thorax  
Les leçons restent  
Les cicatrices s'effacent  
J'ai parlé d'étoiles  
Mais j'ai surtout parlé de toi  
Mes potes te connaissent  
C'est normal, dès le premier jour je leur ai envoyé un sms  
Fuck à chaque fois l'amour me blesse  
C'est la faute de moi et ma tête  
Mais c'est aussi grâce à ça que je progresse  
Donc je remercie le ciel de m'avoir fait sensible  
C'est à la fois beau et terrible  
C'est le résumé de ma vie  
Je tombe, je me relève  
Je les aime, je les rejette

22/01/2024

Le destin existe-il ?  
Je n'en suis pas certain  
Si nos vies sont déjà prédestinées  
Celui qui a écrit le chapitre de mes relations  
est un véritable enculé  
Mais je ne le laisserai pas choisir mes désirs  
Je tombe toujours amoureux des filles qui me rendent mal-  
heureux  
Je te l'ai déjà dit : l'amour tue  
Mais je crois que j'aime ça  
Soit ça se termine bien et je lui offre mon corps et mon âme  
Soit ça se termine mal et je suis reparti pour écrire  
et aller à la salle

22/01/2024

Malgré mes tristes écrits  
Je crois toujours en cette vie  
Car pendant que je me morfonds  
D'autres vivent l'amour le plus profond  
Notre tour viendra

L'amour Vaincra.

2024



J'AI TOUJOURS QUESTIONNÉ MON EXISTENCE  
ET MA PLACE DANS CE MONDE.  
INTROVERTI DE NATURE, J'AI DU MAL À EXPRIMER  
MES RESENTIS DE MANIÈRE DIRECTE.  
PARADOXALEMENT, J'AI TOUJOURS SOUHAITÉ PARTAGER  
MES PENSÉES ET MA VISION.  
ALORS J'AI SOUVENT EMPLOYÉ DES MÉDIUMS INDIRECTS.  
LES ÉCRITS, LA MUSIQUE, LE GRAPHISME.  
AUJOURD'HUI, J'AI L'ENVIE, ET SURTOUT ASSEZ DE CONFIANCE  
EN QUI JE SUIS POUR RASSEMBLER CES IDÉES  
DANS UNE ŒUVRE UNIQUE.

UNE NUIT SANS LUNE