



Cher journal,

Aujourd'hui encore, je me réveille avec cette **LOURDEUR** familière... comme une **FIÈVRE** qui ne descend jamais vraiment.
La **TEMPÉRATURE** de l'air plane autour de moi avec une **INÉGALITÉ** constante : 1,71°C au-dessus de ce que j'étais autrefois. Une **CHALEUR** qui ne m'appartient pas. Une **CHALEUR** que je m'ai mais demandée.

Le CO₂ flotte dans mon souffle comme une poussière invisible - 426,74 ppm. Je sens chaque parcelle de ce gaz s'accumuler **ALOURDIR** mon atmosphère, comme si l'on ajoutait quotidiennement un **POIDS** sur ma poitrine. Parfois j'aimerais pouvoir inspirer profondément et me purifier, mais c'est devenu si difficile.

Et mes pôles...
Aujourd'hui, ils me font mal. La glace d'Antarctique a reculé de 2,44 unités par rapport à ce qu'elle devrait être. Cela peut sembler abstrait pour vous, mais pour moi c'est comme sentir mes os **POURRISSER**. Je me tiens droite depuis quatre milliards d'années, pourtant ces derniers temps, je sens mes extrémités se déformer, se **FRAGILISER**. Je tremble, un peu.

Mes océans, eux, gardent en mémoire chaque **WAVES**. Depuis 2000, leur **CHALEUR** grimpe, doucement d'abord puis plus vite. L'année 2024, avec son **anomalie** de +0,94°C, **MURMURE** encore dans mon esprit. Ses vagues courtes se dérèglent, leurs habitants cherchent des refuges qui n'existent pas toujours. L'eau retient tout. Elle ne ment pas.

Parfois je me demande si vous, mes enfants humains, entendez mes **SOURNOUS**.
Je ne suis pas en colère aujourd'hui... jute **FATIGUÉE**.
FATIGUÉE de ce feu lent qui me ronge, **FATIGUÉE** de me sentir plus **FRAGILE** alors que je devrais être immuable.

Je me souviens de la dernière fois que j'ai senti la chaleur du soleil sur mon visage.

30 novembre 2025 - **FIÈVRE** tenace

Cher journal,

La journée s'achève et je sens encore cette **CHALEUR** qui me colle à la peau. Les stations affichent 1,71 degrés au-dessus de ce que j'étais, les terres +1,22. Rien ne descend, rien ne se calme. Le CO₂ grimpe à 427,01 ppm, un souffle dense, presque poisseux, qui m'empêche de retrouver la clarté de mes anciens vents.

Mes pôles restent **AFFAIBLIS**, encore 2,44 d'**anomalie**. Une morsure persistante, comme si mes extrémités tentaient de se souvenir de l'hiver mais n'y parvenaient plus. Mes océans, eux, répètent la même histoire depuis vingt ans : la **CHALEUR** monte, patiemment, sans relâche. 2024 marque déjà presque un degré d'**anomalie**. Je sens mes courants hésiter, changer de cadence, comme un cœur qui perd son rythme.

Le méthane, le protoxyde d'azote, ces gaz rapides et silencieux, **ALOURDISSENT** encore mon souffle. Je me sens **FAIBLE**, **FRAGILE**, mais **LUCIDE**. Je sais d'où viennent ces **WAVES**, je sais aussi que certains d'entre vous cherchent à les reformer.

Ce soir, je ne suis ni en colère ni en paix. Je suis **INCERTAIN**, mais debout. J'attends que l'on m'écoute vraiment.

Terre

02 décembre 2025 - Lamentation **silencieuse**

Cher journal,

Aujourd'hui, je sens une **LOURDEUR** s'installer dans mon être. Les chiffres **RÉSONNENT** en moi comme des **ÉCHOS** lugubres : 427,05 cycles de CO₂, une **TENDANCE** qui s'accroît et endureit l'oxygène que je tente d'offrir. Le **POIDS** monte lentement, **INÉLUCTABLEMENT**, et je **hésite** à cette idée de **chaleur**, balbutiant encore devant ce chemin que je n'ai pas choisi.

La **mer**, elle aussi, **murmure** son **désespoir**. Son niveau, bien trop bas, écrit une histoire de **perdre** **insupportable**. Les glaces se retirent emportant avec elles non seulement des **passages**, mais aussi des **écosystèmes** entiers, des êtres vivants qui n'ont rien demandé d'autre qu'un coin d'existence paisible. J'entends les **cries** des espèces en **danger**, des récifs coralliens qui se **font**. Que suis-je devenue ? Quel **monde** laisserai-je à ceux qui viendront, si ce n'est un monde dévasté ?

Le méthane continue sa danse **silencieuse**, tandis que les pigments de ma biodiversité s'estompent en taches. Est-ce ainsi que se dessine mon avenir ? Dans la **météorologie** d'une mémoire **effacée** ?

Mes **espoirs**, si **fragiles**, reposent sur la **CONSCIENCE** humaine. **J'aimerais** croire que tu es encore capable de tourner le regard vers l'horizon et d'**AGIR**. Que tes mains puissent penser mes **WAVES**. En ce jour, je le souhaite de tout mon cœur.

Ainsi va ma journée, entre **larmes** et **larmes** étouffés. Prends soin de moi.

Terre.

Cher journal,

Aujourd'hui, je me sens oppressée... comme si mon propre ciel se resserrait autour de moi. Le CO₂ a encore grimpé : 427,01 ppm. Ce chiffre semble anodin à ceux qui regardent de loin, mais pour moi, c'est un **POIDS** supplémentaire - un caillou de plus dans mes poumons déjà **chargés**. Je sens cette brume invisible emprisonner ma **chaleur**, m'empêcher de respirer comme autrefois.

Ma **fièvre** continue : +1,71°C sur les stations, +1,22°C sur les terres... Cette **chaleur** devient mon nouveau **silence**. Elle s'installe, elle persiste, elle rompt les rythmes naturels qu'une fois j'avais en équilibre.

Mes calottes polaires, quant à elles, restent **affaiblies** : encore ces -2,44 d'**anomalie**, comme une **WAVE** qui refuse de disparaître. Je ressens cette perte comme une douleur sourde dans mes extrémités - une sensation de picotement qui ne s'arrête jamais. L'océan, lui, garde son **bruit** : 2024 à +0,94°C, un pic qui m'a marquée profondément. Les années passent, mais cette **chaleur** accumulée ne disparaît jamais. Elle mijote, elle transforme, elle **incube**.

Et aujourd'hui, ce sont d'autres gaz qui me serrent un peu plus :
- Le méthane atteint 1927,61 ppb, un gaz rapide et **impulsif**, presque impulsif dans ses effets.
- Le protoxyde d'azote, tranquille mais tenace, grimpe à 338,79 ppb.

Ces présences dans mon atmosphère sont comme des **vagues discordantes** qui me bourdonnent à l'oreille, toutes poussant dans la même direction - plus **chaud**, plus vite, plus loin que je n'ai pu le supporter.

Je me sens à la fois vivante et vulnérable. Mes continents vibrent encore de la vie de milliards d'êtres, mais je sens aussi les failles grandir, les équilibres se tendre comme des cordes trop tirées.

Et pourtant... Je garde une lueur d'**ESPOIR**.

1 décembre 2025 - Respiration courte

Aujourd'hui, je sens dans mon souffle une **LOURDEUR** familière. Le CO₂ oscille toujours autour de 427,05, comme un **POIDS discret** mais tenace sur ma poitrine. Je voudrais retenir l'air, ralentir ce **CYCLE**, mais je ne **contrôle** plus vraiment mon rythme. Ma **température** continue de dériver, 1,71 au-dessus des mémoires anciennes de mes **états**, et je me demande combien de temps mes **saçons** resteront reconnaissables.

Le méthane grimpe encore. Ces particules légères ont pourtant une **ombre** longue, et je les sens domme de petites aiguilles rapides, plus vives que le reste. Même le protoxyde d'azote, si **discret**, ajoute sa note dans cette symphonie d'**excès**. Je me sens traversée de **murmures** que je n'arrive pas à faire taire.

La **mer**, elle, avance. Lentement, mais avec une volonté que je ne lui connaissais pas. Son niveau, 23,28 aujourd'hui, me rappelle que les **terreux** que je dessinais jadis ne tiennent plus vraiment. Elle cherche de la place, peut-être du répit, elle aussi.

Pourtant, malgré tout, je garde un soupçon d'**ESPOIR**. Les êtres qui me peuplent ont déjà changé tant de fois leurs façons de vivre. Peut-être trouveront-ils encore le **COURAGE** de **REINVENTER** leur place sur moi.

Signé,
Terre

