

## « Au revoir »

Deux simples mots annonçant pourtant un vide qui remplit toute une vie, la présence laissant place aux souvenirs, la perte d'un proche qui, bien qu'elle soit lointaine, ne cesse jamais de vous hanter. La mort de quelqu'un à qui l'on tient crée une profonde souffrance, une réelle blessure psychique. Suite à un événement pareil, le cerveau met inconsciemment en place un processus qui peut s'apparenter à la cicatrisation d'une plaie physique : le deuil.

J'ai d'abord eu beaucoup de peine à trouver un sujet qui puisse me plaire. Pour m'aider, les gens qui m'entouraient me donnaient toujours les mêmes conseils : « Fais quelque chose qui te plaît, trouve un sujet qui t'intéresse, qui t'est personnel, fais-le sur un hobby ! ». C'était plus facile à dire qu'à faire avec une passion telle que la pêche... Après maintes réflexions, j'ai décidé de structurer mes pensées en notant les choses qui m'étaient personnelles, qui m'intéressaient et qui me plaisaient. Je me suis donc retrouvé avec deux mots : « la création » et « le décès de mon père ». J'étais désormais persuadé d'écrire sur sa mort mais je voulais trouver un sujet encore plus personnel, quelque chose qui me touchait intimement : mon deuil. Il me restait à savoir sous quelle forme je le ferais. C'était comme une évidence pour moi, j'avais besoin d'un projet qui me permette d'écrire, mais aussi de m'exprimer de vive voix. Quoi de mieux que la musique pour cela ? D'autant plus qu'il est aujourd'hui facile de trouver des instrumentales de qualité et abordables sur internet. Je me suis donc lancé dans ce projet un peu fou pour lequel je n'avais que très peu d'expérience : créer cinq morceaux qui portent chacun sur l'une des cinq étapes du deuil.

Ce sujet m'a tout de suite fasciné car je me suis rendu compte qu'il me permettait d'avoir une vision bien plus objective de mon deuil. Mais là m'est venue une question qui m'a hanté pendant des mois, jusqu'à la fin de l'écriture des musiques : « Ai-je fait mon deuil ? », « Si je ne l'ai pas fini, à quelle étape suis-je ? ». J'ai commencé à remettre mon bonheur en question, à y penser sans cesse. Depuis ce moment, j'ai compris que je ne travaillerais pas sur un thème anodin, que celui-ci me tiendrait particulièrement à cœur, qu'il serait très éprouvant et qu'il n'était pas sans danger pour ma santé mentale. Le fait de reparler de cela, d'aller chercher dans mes souvenirs les plus sombres représentait un véritable risque que je devais réussir à braver. Pour savoir si j'avais fait mon deuil, je me suis fait un pari plutôt osé : si j'arrivais à prendre le recul nécessaire pour ne pas retomber dans une profonde tristesse, je saurais que mon deuil était fini. Si, au contraire, ma santé mentale se dégradait, je comprendrais alors que je n'avais pas fini mon deuil et que j'avais encore du chemin à faire.

Ce travail s'est donc transformé en recherche de moi-même, en quête de réponses que je n'avais jamais obtenues et qui m'obsédaient un peu plus chaque jour. C'est cette année, l'année de l'anniversaire des dix ans de la mort de mon père, que j'ai trouvé les réponses à mes questions et celles-ci figurent dans ces documents, dans ce travail basé sur la musique et l'écriture, mais surtout dans mon vécu.

Vous trouverez ci-dessous les morceaux que j'ai composés dans le cadre de mon travail de maturité : bonne découverte !

## Choc déni

Ce soir l'air est lourd  
Ça sent la mort depuis quelques jours  
Odeur putride qui soumet mes joues  
À une gravité plus forte que la foudre

Devant chez moi la voiture des grands-parents  
Comme l'impression que quelque chose tourne pas rond  
C'est pas le barillet, comme une barrière  
Entre ma vie d'aujourd'hui et celle d'hier

J'fais un pas dans la maison  
Le corridor est si sombre  
J'vois des chaussures en trop  
Et y a un trou à côté de mes crocs

C'est l'fruit de l'injustice j'le cueille  
Ma mère m'accueille larme à l'œil  
Je l'avais déjà vue comme ça  
Mais aujourd'hui c'est différent j'crois

On m'dit qu'il reviendra pas, quoi ?  
Tous les sons s'transforment en brouhaha  
Plus personne ne parle, du moins j'entends pas  
Dans le silence retentit l'bip du cardiogramme

C'est le son strident d'un verre qui se brise  
Les lèvres froides de la mort qui m'font la bise  
Qui m'ouvrent les yeux mais tout tourne sans cesse  
Et c'est sans succès que j'essaye d'sceller ma détresse

Donc j'tombe sur mon sofa  
En espérant que la chute sera moins brutale  
Car mon monde s'écroule tout autour de moi  
Et j'ai pas de parachute pour éviter le drame

Et oui j'ai mal mais je le cache  
En pensant qu'ça fera d'moi quelqu'un d'moins minable  
J'ai des barbelés qui m'serrent l'œsophage  
Et je sais que je vais m'couper en tournant la page

J'sens plus rien c'est vide  
Comme les vagues qui s'retirent annonçant l'tsunami  
Un court moment d'répit pour le sable gris  
Une pensée subsiste : « Pourquoi il est parti ? »

Calme avant la tempête et l'averse me guette  
Quelques gouttes tombent du ciel malgré le soleil  
L'arc-en-ciel apparaît l'antonyme de la paix  
L'annonce du commencement d'une vie pleine de regrets

J'ai quelques larmes de désespoir  
Quand on me regarde je fais genre que je bâille  
Et j'vois mon père dans le miroir  
Qui est brisé qui m'montre des failles  
Face aux visages difformes j'souris  
Je m'entraîne pour que ce soit l'plus crédible possible

Mes lèvres sont sèches, pourtant j'insiste  
 Pourquoi j'fais ça ? Est-ce que j'aime souffrir ?  
 Est-ce que j'ai envie d'montrer que j'suis pas triste ?  
 Mais les cicatrices sur ma lippe ne font que me contredire

On m'a toujours dit qu'la violence ne mène nulle part mais  
 Pour aller mieux on m'a dit qu'il fallait qu'j'me batte donc  
 Face à réalité j'perds bataille de regard  
 Comme la bile j'la crache mais j'l'avale pas

J'me bats pas j'cède à la facilité  
 Peu d' lucidité en ces temps d' difficulté  
 Ma peine s'étend de la tête aux pieds  
 On m'a tiré une balle dedans donc j'ai d' la peine à avancer

Je me dis : « C'est pas possible, il va revenir »  
 J'attends devant ma porte seul assis sur le tapis  
 A souffrir en silence comme un Yéménite  
 Sa voiture est là alors pourquoi pas lui ?

Ah pourquoi pas lui ? J'guette  
 J'regarde tout l'temps par ma fenêtre  
 Une lumière et l'espoir m'fait ma fête  
 J'préfère danser avec qu'accepter qu'c'est réel

J'dois - j'dois disparaître  
 Dans l'pays imaginaire je fuis mon être  
 J'ai besoin de la fée verte de sa poussière  
 Mais j'parle pas de clochette non j'me désaltère

Pas de bonne étoile, seule la lune me suit  
 Quand il est tard en voiture la nuit  
 Maman m'a dit qu'il ne reviendrait pas  
 Mais je me demande quand même quand rentrera papa

## Négociation

J'm'en fous de tes cadeaux de Noël  
 La raison pour laquelle j'suis sage : j'veux qu'il revienne  
 J'attends dans l'entrée, pas devant cheminée boy  
 Noël tous les jours, y a d'quoi m'envier boy

J'me voile tellement la face, j'me fais des ennemis de droite  
 J'sirote mon malheur, c'est de l'eau je m'hydrate  
 J'croque la vie à pleines dents, du moins j'essaye  
 Car la vie a comme un goût d'fond d'bouteille

Mais j'crois que j'délire, j'sais qu'quand j'me réveillerais tout ira mieux  
 Pourquoi il serait mort ? Il est pas si vieux !  
 J'me souviens pas d'lui avec des cheveux  
 Woooow  
 J'me prends la te-té  
 J'veux l'jardin d'Eden c'est pas la porte à côté  
 J'vois des bails qui s'sont pas passés  
 J'me réjouis d'quand il va m'consoler x2

Et j'me souviens d'la chaleur de ses paumes sur mes mains  
 Tant qu'y a d'l'espoir y a d'la vie mais si y a d'la vie y a lendemain  
 Tant qu'y a un lendemain y a mémoire  
 Tant qu'y a mémoire y a espoir

J'suis la trace irrégulière de ses pas sur la neige  
 Des goûtes de sang sur un sol beige  
 Du solfège, les couleurs dansent et m'illusionnent  
 Vision d'vient rose comme Elton John

Quelque chose cloche, j'mets pas l'doigt dessus j'ai Parkinson  
 Il est parti j'sonne sans cesse dans son téléphone  
 J'parle au répondeur j'demande si il r'vient maintenant  
 J'joue du violon : partie sombre d'la partition

Mais j'crois que j'délire, j'sais qu'quand j'me réveillerais tout ira mieux  
 Pourquoi il serait mort ? Il est pas si vieux !  
 J'me souviens pas d'lui avec des cheveux  
 Woooow  
 J'me prends la te-té  
 J'veux l'jardin d'Eden c'est pas la porte à côté  
 J'm'imaginer des bails qui se sont même pas passés  
 J'me réjouis d'quand il va m'consoler x2

## Dépression

J' cours après l' bonheur mais j' suis qu' un môme asthmatique  
Qui cache sa voix haletante lorsque la mort l' attire  
Gamin fragile quand la brise arrive tout devient volatile  
Regarder le temps qui s' effile c' est la solution paraît-il

J' trouve la force pour sortir de mon lit  
En cachette j' vais sentir ses chemises et cette odeur qui m' anime  
Qui m' donne un vertige comme si j' étais ivre,  
Comme si j' avais pu changer la fin du livre

J' rentre dans sa chambre, mes mains tremblent, j' pense à fuir  
Je retiens mes larmes, quelqu' un m' étrangle et j' inspire  
Putain j' ai peur j' reconnais plus son odeur  
Est-ce qu' il m' en voudrait si il savait ? ça m' écœure

Est-ce que j' suis bien dans mon mal-être, en vrai ?  
Difficile à dire mais je crois que je m' y plais  
Ça fait si mal de cautériser une plaie  
J' mets d' côté raison et peine pour m' dire que j' tiens pas les rênes

J' marche dans la rue, seul  
Une instru passe mes idées dansent, les yeux rivés sur l' écran  
Que j' viens d' mouiller inconsciemment  
J' dis que j' vais bien: un con ça ment, mais j' ai besoin d' aide abondamment  
Une instru passe mes idées dansent, les yeux rivés sur l' écran  
Que j' viens d' mouiller inconsciemment  
J' dis que j' vais bien : un con ça ment, mais j' ai besoin d' aide abondamment

L' eau n' passe pas sous les ponts si on les a coupés  
Occupé à la détourner pour atteindre l' autre côté  
Et si j' peux pas passer l' éponge j' la retournerai  
Pour enfin te rayer d' mes songes, essayer d' oublier

Oublier, que tout est éphémère, qu' en douter me fait peur,  
Toujours la même douleur  
Toujours les mêmes nausées quand j' repense au même passé  
Mais désormais j' en suis lassé

Lacets serrés, les pieds lacérés, j' suis mal dans mes baskets  
Et dans la fête, mon doigt tremble sur la gâchette  
J' mets des smileys à la fin d' mes messages  
Maquillage sur les traces, parapluie troué sous l' orage

Tout est inversé, mon sourire, mes pouces levés  
J' dors que la journée, j' vais plus à l' école, j' me fais pas gronder  
J' ai mal mais j' ressens rien  
J' frappe dans l' crépi, ça fait du bien

J' marche dans la rue, seul  
Une instru passe mes idées dansent, les yeux rivés sur l' écran  
Que j' viens d' mouiller inconsciemment  
J' dis que j' vais bien : un con ça ment, mais j' ai besoin d' aide abondamment  
Une instru passe mes idées dansent, les yeux rivés sur l' écran  
Que j' viens d' mouiller inconsciemment  
J' dis qu' j' vais bien : un con ça ment, mais j' ai besoin d' aide abondamment

## Colère

Mardi soir, j'arrive pas à dormir  
D'puis 23 heures j'ai une boule dans la gorge et c'est d'pire en pire  
En plus demain j'ai école, faut qu'j'm'y colle, ouais  
Que j'sois en forme donc forcément il faut qu'je dorme

Déjà quelques heures d'essai, j'repense à son décès  
C'fils de putain d'médecin qui s'en foutait, qu'était pas inquiet  
Et qui disait que sa santé allait  
Sans l'savoir, j'crois bien qu'il venait d'le tuer

Et comme un cannibale j'ai l'mort dans les tripes  
Et si j'pouvais l'étriper j'crois qu'ça m'ferait bien kiffer  
Merde déjà une heure s'est écoulée  
Depuis l'début du verset j'crois qu'des larmes de rage j'ai versées

Donc faut que j'me calme  
Faut pas que j'repense à mon vieux sinon j'rame  
Sur le Styx je fixe les étoiles j'ai plus d'voiles  
J'me repère comme je peux  
J'saute dans l'eau et j'ferme les yeux

Quand j'les rouvre, j'suis dans une grande pièce cheloue,  
Un grand gars m'tema chelou  
Au milieu d'quatre grands murs chelous  
J'me dis : « J'l'ai d'jà vu quelque part »  
M'vient une odeur d'hôpital, vaudrait mieux qu'il soit d'jà tipar  
Car j'crois avoir compris, j'prends une voix grave et je lui dis :  
« C'est toi l'bâtard qu'a tué mon Dar ? »  
Il m'répond : « J'vois pas d'quoi tu parles, j'suis un médecin j'sauve des vies, j'suis un gars  
très respectable »  
Fuck j'serre les poings, j'm'ouvre les paumes j'y suis allé fort  
Faut que j'fasse juste un effort, que j'fasse rien sinon j'suis en tort  
J'lui rafraîchis la mémoire, lui dis que mon père c'est Vincent  
C'bâtard répond : « Tu sais, j'ai beaucoup d'patients... »

Là j'pète un plomb, desserre mes mains, coule du sang  
J'déchaîne ma haine, prends d'l'élan, j'me rue dessus, vois d'jà sa tombe  
Satan l'attend impatiemment, promis j'fais ça rapidement  
Il s'met à genoux m'supplie, me dit qu'il s'souvient j'sais qu'il ment

D'un coup, y a un truc qui m'percute  
Qui m'empêche d'avancer plus donc faut qu'j'le casse, j'frappe comme une brute  
Ah c'est une vitre, elle est très solide  
Pas une fissure et mes phalanges sont déjà en bouillie

Donc j'utilise les jambes,  
j'entends mes os qui s'broient  
J'ai plus d'force, je tombe  
Pendant que ma haine s'accroît  
J'tourne la tête, j'regarde cet homme mes espoirs s'noient  
Et j'crie une dernière fois

Et là la vitre se brise  
J'rampe jusqu'à tranchant débris  
J'sens les séquelles des ondes que j'ai émises  
Oreilles sifflent et j'suis pris d'un tournis

Ah merde  
J'entends les anges qui prient  
Et des furies qui crient  
J'pense à ce qu'il va subir  
J'souris quand j'agrippe la brique  
  
J'sais pas par quel miracle, j'arrive à m'lever j'commence la traque  
J'lui saute dessus, plusieurs fois j'le schlass  
Là c'est trop tard il faut que j'le fasse  
Putain qu'est-ce que j'ai fait ?!  
Je reconnais plus mon reflet dans la flaque rouge qui s'étale par terre  
  
D'un coup j'me réveille, mes draps sont trempés d'sueur  
J'tremble et ça m'fait peur  
Complètement paralysé, ma tête bloquée  
J'regarde à côté d'moi, j'vois une vitre qu'a été brisée

## Acceptation

J'en ai vu des bas des hauts, pris des droites et des gauches  
Des crochets, j'décrochais quand des proches rimaient avec décès  
Mais tu connais la chanson  
Ouais tu connais le CD

Malgré les années, comme un bon vin j'ai pas mal tourné,  
Ouais j'ai pas mal tourné en rond quand j'cherchais à m'confier  
Tu vas vite comprendre qu'des amis ça sauve  
Que la famille ça compte, encore plus qu'un avare chauve

Et si une fleur fane c'est pour en donner une autre  
Ouais c'est injuste, glauque, mais à qui la faute ?  
Faut t'y faire c'est tout, t'as qu'à accepter la chose  
Merde j'm'éloigne du sujet, pause

Temps d'latence, attire l'attention, j'y repense un goût rance  
Et reprends la tension, constamment en augmentation  
J'me suis battu contre moi-même, j'ai gagné aux prolongations  
Plus la bougie fond et plus la flamme est grande

J'crois qu'le seul remède en fait c'est le temps  
Et j'en perdais à 7 ans, assez tôt j'ai montré les dents  
Quand j'voyais des gens pour qu'ils m'demandent comment j'me sens  
Et c'est sans ces personnes que j'ai appris le plus de leçons

Genre :

Si j'suis toujours affamé c'est parce que j'graille mon seum  
En somme on s'aime, on s'le montre pas assez, et c'est ça être un homme  
Donc fuck, j'préfère passer mon tour  
Plus envie d'être tourmenté par peur de montrer d'l'amour

J'repense à son regard bienveillant malgré les perfusions  
J'suis un peu triste mais surtout fier d'avoir eu un père si bon  
Un vers de plus qui parlera de ses exploits  
J'gratte tellement, j'crois qu'ça m'fait de l'eczéma

J'marche dans la ville tranquille, j'pense à lui et je souris  
Mes souvenirs font une mélodie  
J'marche dans la ville tranquille, j'pense à lui et je souris  
Avec un peu d'mélancolie



## Sources internet

### **Instrumentales :**

Site d'achat pour toutes les instrumentales :  
BEATSTARS, <https://www.beatstars.com/>

### **Choc déni :**

NORIA. « [FREE] Lo-Fi Guitar Joji x Bryson Tiller Type Beat 'Plasma' ». <https://www.youtube.com/watch?v=pH-pZDbdyoE>

### **Négociation :**

TACHII PROD. « [FREE] SPIDER ZED X LEO ROI - Type Beat (115 BPM) » <https://www.youtube.com/watch?v=Dmw8FRTGS1U&t=38s>

### **Dépression :**

CAPSCTRL. « [free for profit] sad xxxtentacion 17 x lil peep type beat with vocals "hold me" ft. @iben.singer » <https://youtu.be/5aNFMGAUU7E>

### **Colère :**

DEXTAH. « [FREE] "FULL CLIP" - Rap Freestyle Type Beat | 90s Boom Bap Beat | Oldschool Hip Hop | DEXTAH » <https://youtu.be/8DypN4bKhu0?t=1>

### **Acceptation :**

SOULIS. « [FREE] Dave East x Benny The Butcher Type Beat "Goodfellas" | Old School 90s Soul Rap Instrumental » <https://www.youtube.com/watch?v=FDyaH8lV1hY>