



**Hélène Filteau**

**D'ÂME ÉCRITS**

## Table des matières

Lui.....	3
<i>À celui qui s'en va.....</i>	4
La seconde où.....	5
Ce corps de femme .....	6
Poème pour l'enfui.....	7
Dés... espoirs.....	8
Gué... guerre.....	9
Richesse.....	10
Vision.....	11

## Lui

Jusqu'où va-t-il falloir que j'aïlle dans cette relation amour-haine, avant d'avoir la force de m'en sortir ?

C'est toujours trop pour moi, trop de place, trop d'espace. Il retient toute mon attention chaque fois que je sors, je pense constamment à lui. Il ne quitte pas mes pensées, et, lorsque je cherche à me faire plaisir, je souhaite toujours qu'il prenne moins de place.

Une fois, il a fait quelque chose d'énorme pour moi. Mais depuis ce temps-là, on dirait que ma colère contre lui a décuplé, oui, pas de demi-mesure.

Parfois aussi, j'aime ce qu'il m'apporte, d'où l'ambivalence qui m'habite. Mais la plupart du temps, je le cache... du mieux que je peux.

Mais voilà, après tant d'années, j'en suis arrivée à en avoir assez de cette relation qui me ronge du temps et de l'énergie.

Beaucoup d'énergie pour rien... énergie qui pourrait servir à un bonheur plus grand, à un apaisement de l'esprit, à simplement plus d'amour... voyez-vous ?

Oui, cette idée me trotte dans la tête... me suivez-vous ?

Je ne suis même pas capable de le regarder en face et encore moins de côté.

Sans lui, il est vrai, je ne pourrais pas vivre, je mourrais.

Mais bon, il faut parfois faire « contre mauvaise fortune bon cœur » comme on le dit depuis des siècles.

Avez-vous déjà eu ce genre de réflexion de votre côté ?

Moi, je l'avoue bien humblement, je ne sais pas par quel bout prendre ça... par où commencer, comment faire le premier pas... si vous savez, j'aimerais vous entendre...

Cette foutue relation amour-haine avec mon ventre...

*Février 2025*

*À celui qui s'en va...*

*J'ai pensé à toi la nuit dernière...*

*À l'amour, dans tes yeux, dans ton sourire...*

*À cet amour qui t'entourait.. l'amour de la vie...*

*Tes pitreries, ton rire...*

*J'ai pensé à tes enfants, aux plus petits aussi et..*

*À ton amoureuse qui te pleure déjà avec toute son âme endolorie...*

*J'ai aussi pensé aux pertes des dernières années...*

*Aux routes qui se perdent dans l'horizon...*

*De t'avoir trouvé si tard et de te perdre si tôt.. quelle injustice...*

*Ce n'est pas la première que je lui trouve à cette vie...*

*ET nous restons là... vivants...*

*Démuni(e)s face au grand voyage, comme on dit..*

*Et oui, malgré toute ta lucidité... ton sourire resplendit..*

*parce que, lorsqu'on est conscient de la fin, il ne nous reste qu'une chose à faire « Vivre jusqu'au bout... »*

*Je t'accompagne en pensées sur ces chemins de traverse...*

*Chemins de traverse... entre ici et ailleurs...*

*Nos cœurs sont tristes de devoir te laisser partir...*

*Mais ils sont aussi riches des souvenirs de ta présence avec nous...*

*Nous t'aimons*

*Bon voyage!*

*Décembre 2024*

## La seconde où...

Elle est là, en moi

Je ne sens rien pourtant

Mais je sais qu'elle a élu domicile chez moi

Je la sais bénigne, mais dites-moi

Comment peut-on mettre ensemble ces mots :

Tu meurs bénigne...

Ah, ils l'ont dit, elle est là! mais rien...

Rien, ni dans la tête ni dans le cœur

Rien vous dis-je!

Ah, peut-être une colère...

Une colère?

Une si petite chose pourrait-elle susciter une grosse colère

Je ne suis pas sûre pour l'instant

Ah et puis, je ne veux rien imaginer

Je ne veux savoir que le prochain pas à faire

N'est-ce pas ainsi que l'on gravit les montagnes?

Faire une montagne de quelque chose de bénin?

Ah oui, je sais comment faire! Croyez-moi

Eh ben là, j'ai décidé de ne pas me laisser atteindre

De garder mes chevaux émotifs bien harnachés.

*Août 2023*

## **Ce corps de femme**

Ce corps de femme

trahi, battu, abandonné...

Celui qui n'a jamais connu un geste de tendresse,

seulement le geste qui prend, agrippe, agresse, mais ne donne pas...

Ce corps de femme

amaigri, corseté, engoncé...

Victime d'un patriarcat tatoué sur le beau,

résolument exploité...

Ce corps de femme

volé, vendu, négligé...

Celui qui devient une marchandise prisée,

perdu dans un tourbillon incessant de touchers...

Ce corps de femme

terreau fertile, déformé, déchiré vivant...

Source de vie dans cet univers bafoué,

Char d'assaut, vaisseau d'une guerre sans fin...

Ce corps de femme... notre passé, notre présent, notre à venir...

*Août 2023*

## Poème pour l'enfui

Mes yeux pleurent

Des larmes du temps qui passe

Mon cœur est nostalgie

Mes yeux pleurent

Du regard qui ne croisera plus le tien

Mon cœur est peine

Mes yeux pleurent

De mémoires qui lui sont douces

Mon cœur est joie

## **Dés... espoirs...**

Une vie en équilibre sur un fil... le moindre faux pas... je vacille.

L'âme à gauche, l'âme à droite.

Fuite en avant, souffle court...

Il me tarde d'arriver au calme...

Traverser le gouffre qui m'appelle...

Je tombe... je meurs...

Fugitive écorchée, ton regard m'accroche...

Ton cœur me tend la main...

Tiens bon, dit-il...

*2020*

## **Gué... guerre...**

L'an... l'enfant... l'enfance...

Je... joue... jouait...

Là... larmes... l'armement...

Te... tombe... tomber...

MO... mortel... mortier...

Te... terre... terrasser...

Ne... née... néant...

*Avril 2020*

## **Richesse**

Ma vie est riche de tous les gens que j'aime...

ils sont précieux à mon âme,

car ils la rendent plus vivante.

Ma vie est riche de toutes les larmes que j'ai versées...

elles sont précieuses à mon âme,

car elles la rendent plus sensible.

Ma vie est riche de tous les rires qui m'éclatent...

ils sont précieux à mon âme,

car ils la rendent plus légère.

Ma vie est riche de mes amours...

ils sont précieux à mon âme,

car ils lui amènent chaleur et lumière.

*Février 2003*

## **Vision**

Mes pieds sont d'argile mais je ne suis pas ces pieds...

Mes mains sont des oiseaux qui dansent mais je ne suis pas ces mains...

Mon cœur est un doux port mais je ne suis pas ce cœur...

Ma tête est une rebelle des montagnes mais je ne suis pas cette tête...

Ma voix est une caresse profonde mais je ne suis pas cette voix...

Mon corps blessé est une bête sauvage mais je ne suis pas ce corps...

Mes sentiments se cabrent et s'oragent mais je ne suis pas ces sentiments...

Il y a même une héroïne en moi mais je ne suis pas cette héroïne...

Je suis tout cela... je ne suis rien de tout cela...

Mais je les observe tous... dans la lumière...

*2002*