Que la peur cesse d’être Dieu

L’art de trembler sans céder



[STROPHE 1]

La peur ne vient pas toujours
avec le fracas d’une porte
ou le cri d’un verre brisé.

Parfois, elle était déjà là,
assise au bord de notre enfance,
attendant que nous grandissions.

Elle connaissait la voix du père,
les silences lourds de la mère,
les mots murmurés derrière les murs,
les nouvelles qu’on éteignait
quand les enfants entraient.

Elle traverse les générations
sans photo ni bagage,
cachée dans une manière de se taire,
de vérifier trois fois la serrure,
de se méfier du bonheur.

Elle parle de ce qui fut,
de ce qui pourrait arriver,
et de ce qui n’arrivera jamais.

Elle connaît nos noms
et sait quel souvenir réveiller
pour faire trembler le présent.

[STROPHE 2]

Il y a la peur de l’inconnu,
cette page qu’on n’ose tourner.

La peur de perdre le contrôle,
de sentir le monde continuer
sans notre permission.

La peur du temps
qui marche dans notre dos
avec ses chaussures silencieuses.

La peur du regard des autres,
ce miroir déformant
où nous devenons
plus petits que nous-mêmes.

La peur d’être seul,
d’être quitté,
d’aimer assez
pour avoir quelque chose à perdre.

La peur de mourir,
mais parfois davantage encore
celle de ne pas avoir vécu.

Et cette peur
qui surgit au bord du bonheur :
toute lumière
porte déjà son ombre.

[STROPHE 3]

Alors le souffle se raccourcit,
un oiseau affolé
bat sous les côtes.

Le cœur frappe trop vite,
les mains deviennent étrangères,
incapables de retenir
la tasse, la table, le monde.

Une marée noire monte dans le sang,
la bouche prend un goût de métal,
les oreilles entendent soudain
le moindre bruit :

un volet qui bouge,
une porte qui grince
sans qu’il y ait de vent.

Le temps se dérègle,
une seconde devient
un couloir sans fin.

Et l'on reste là,
immobile au milieu de soi,
devant un trousseau de clés
dont aucune
n'ouvre la bonne porte.

[REFRAIN]

Ne me dis pas :
« N'aie pas peur. »

Dis-moi :
« De quoi trembles-tu ? »

Toute peur cache une blessure,
un nom perdu,
un lien rompu.

Je ne tuerai pas ma peur,
je lui reprendrai mes yeux.

Qu'elle garde son rôle d'alerte,
mais qu'elle cesse d'être Dieu.

[STROPHE 4]

Car la peur ne tremble pas toujours.
Parfois, elle crie.

Elle élève des murs,
ferme les frontières,
montre du doigt
celui qui parle autrement.

Elle se déguise en colère,
en mépris,
en jalousie,
en autorité.

Elle dit :
« Je me méfie, donc je suis prudent.
Je renonce, donc je suis raisonnable.
Je rejette, donc je me protège. »

Et des hommes habiles
lui donnent un drapeau,
un ennemi,
une foule à haïr.

Ils réveillent les monstres
et appellent sécurité
la cage refermée sur nous.

La peur devient contagieuse,
jusqu'à ce que chacun redoute
celui qui redoute déjà.

[PONT]

Alors je m'assieds en face d'elle
et lui demande son vrai nom.

Es-tu la peur d'échouer,
ou celle de réussir
et de ne plus pouvoir te cacher ?

Es-tu la peur d'être abandonné,
ou le souvenir d'un hier
qui refuse de partir ?

Je connais tes ruses.

Tu transformes une fissure
en effondrement,
un silence en condamnation,
une attente en catastrophe.

Tu prétends me protéger
en m'interdisant de vivre.

Mais tu n'es pas un monstre.

Tu es un enfant terrifié
qui continue de courir
dans un corps adulte.

Une sentinelle épuisée
qui sonne l'alarme
après la fin de la guerre.

[STROPHE 5]

Alors je pose les pieds sur le sol.

Ici.
Maintenant.

Je pose une main sur ma poitrine.
Le cœur bat,
pas contre moi,
pour moi.

J'inspire lentement.
Je laisse l'air entrer

là où la peur
avait fermé les fenêtres.

Je regarde autour de moi :
une table,
une lampe,
un visage aimé,
la lumière sur un rideau.

Je rassemble les preuves modestes
que le monde n’est pas seulement
ce qu’il menace de devenir.

Je me souviens d’un rire,
d’une main tenue,
d’un matin traversé.

Je ne demande pas au courage
de ne plus avoir peur,
seulement de faire un pas
pendant qu’elle recule.

Car le courage
est peut-être la peur
qui n’a plus le dernier mot.

[REFRAIN FINAL]

Ne me dis plus :
« N’aie pas peur. »

Demande-moi :
« Où veux-tu aller malgré elle ? »

Toute peur garde une frontière,
tout courage cherche une passerelle.

Je ne renierai pas ma peur.
Elle sait ce que j’aime
et ce que je peux perdre.

Qu’elle marche à mes côtés,
mais qu’elle cesse de me conduire.

Qu’elle garde son rôle d’alerte,
mais qu’elle cesse d’être Dieu.

[OUTRO]

La peur reviendra,
certains soirs,
sans frapper.

Mais je reconnaîtrai ses pas.

Je lui offrirai une chaise,
pas mon lit.

Une parole,
pas mon silence.

Une place dans ma vie,
pas toute la maison.

Je ne suis pas courageux
parce que je ne tremble plus.

Je le suis quand mes mains tremblent
et continuent malgré tout
à ouvrir la porte.

La peur est une ombre.
Elle prouve qu’une lumière existe.

Et si elle marche derrière moi,
c’est parce que je marche
du côté du soleil.

Lyrics & Prompt : Jeannot Scheer (2026)
Music & Vocals : SUNO AI (2026)
Album « Étincelles » (à paraître en 2027)