

Cher ami,

Contrairement à ce que tu as probablement pensé ces trois dernières années, je suis en vie.

Je suis maintenant au Népal, même si cela peut être difficile à croire. Il y a de cela quelques mois, aidé par de précieux amis, nous avons “quitté” le Goulag, et avons bravé la neige et le froid jusqu’au lac Baïkal, avant de poursuivre notre route vers la Mongolie. Durant ce voyage forcé, j’ai appris la nature et les moyens que j’avais de me battre pour ma vie. Malgré des semaines de marche dans un monde sauvage et impitoyable où ni papillons ni coccinelles ne pouvaient survivre, sur l’intégralité de ce voyage de plusieurs milliers de kilomètres, nous n’avons perdu que trois camarades de voyage.

Ici, au Népal, j’ai trouvé un abri, un endroit sûr. Je vais probablement y rester en attendant la fin de cette maudite guerre.

En espérant que cette lettre sache te trouver, à bientôt!

Z.Y.

Alexandre

Je rappe mon premier son comme si c'était le dernier
Je suis là pour tout donner sur une feuille de papier
Génération qui doit tout sauver
A cause de connards qui ont tout brûlé
Année de merde écoulée
Parle-moi pas je ne veux pas le Covid
Je vais faire le vide
Me lever à minuit
Faire du sale avec un micro un stylo Bic
Je vais les dépasser comme Mbappé
Je vais aller au bout tête baissée
Je vis mon rêve éveillé
Déterminé comme jamais
Ma destinée est dessinée
Je sais pas si je suis doué
Mais grâce à la passion je vais essayer.

Antoine

J'étais une enfant qui rigolait beaucoup en se levant
Qui aimait beaucoup le printemps
Qui aimait parler aux gens
Qui pleurait en tombant
En grandissant, j'ai remarqué le changement
La joie s'est cachée
Une haine est née
Un sourire inversé
Comme une prune tombée
Je me suis métamorphosée
En pensant que ça allait passer
Le tuyau s'est bouché
Je me suis perdue avec tant d'insécurité
Mon enfance avait été gâchée
La colère est sortie après tant d'années
Blesser des gens à qui je tenais
Je voulais plus être abandonnée
Pourtant on l'a quand même fait
J'ai arrêté de chercher des amitiés
Quand j'ai vu que personne me comprenait

Leticia

Le secret de famille

Salut, je suis Leo un adolescent de 16 ans.

Je vivais dans une famille qui avait beaucoup d'argent. Mais pas la vraie vie que tout le monde rêve, pas la vie de "riche". En fait, ce que vous ne savez pas, c'est que mes parents étaient très exigeants, peut-être même un peu trop.

Un soir où tout semblait normal pour une fois, mon père me posa une question. Il dit: "Mon fils, j'espère que tu pourras avoir la même vie ...". Le vrai millionnaire, tu vois. Je réponds: "Haha, je n'espère vraiment pas avoir la même vie, regarde comment tu es avec tes enfants !"

C'était peut-être un peu trop osé de dire ça. Mon père était vraiment fâché mais il n'a rien dit. Ma mère était rouge de colère mais ne disait rien non plus. Nous avons fini de manger ; mon père se posa devant la télévision ma mère faisait la vaisselle et moi, dans ma chambre.

J'étais tranquillement sur mon téléphone entrain de "geeker" quand soudain, j'entends des cris. Au début je me suis dit que c'était les ados qui étaient sorti. Il était minuit et d'habitude à cette heure-là, je dormais déjà mais quelques minutes plus tard, j'entends des coups comme si on frappait quelqu'un. À ce moment, j'avais tout compris. Mon père battait ma maman. Je savais que mon père avait des problèmes mentaux mais pas au point de battre sa femme. Beaucoup plus tard dans la nuit, je pensais que tout était fini mais en fait, pas du tout. J'entendais ma mère pleurer, je me disais : "Putain, il faut que je fasse quelque chose. Il faut que je m'occupe de cet imbécile !"

Je décide donc d'appeler la police. Elle est arrivée 10 minutes après. J'avais entendu la sonnette mais je ne descendis pas et je fis semblant de dormir. J'entends ma mère ouvrir la porte, voir la police et fondre en larmes. Ils entrent, embarquent mon père en lui mettant les menottes.

Pour finir, mon père est en prison et maintenant, je vis avec ma maman et mes deux petites sœurs.

NON à LA VIOLENCE CONJUGUALE!!

Lisa

Ma vie

Bonjour ! Je m'appelle Marta et j'ai 15 ans.

Aujourd'hui, je change de maison et d'école. Mais surtout, je change d'équipe de foot. Mon rêve est d'intégrer le FC Sion. Mais je ne suis pas une professionnelle.

Il y a quelques jours, j'ai rencontré ma nouvelle équipe. J'avais peur ! Après quelque semaine, les filles de mon équipe m'insultaient, me frappaient et elles étaient racistes avec moi. Juste parce que je n'ai pas la même couleur de peau.

Plus les jours passaient, et plus j'avais l'impression de ne plus voir la vie en rose mais en noir. Je ne mangeais plus et je ne voulais plus voir personne. Et un mois plus tard, mon frère découvre qu'il a une maladie. C'est quand j'ai vu mon frère allongé sur son lit d'hôpital que je me suis dit que je ne devais pas me laisser faire. J'ai repris les entraînements et je me suis inscrite aux sélections pour l'équipe du FC Sion. Je m'entraînais comme une folle. Jusqu'au jour où j'ai perdu connaissance. Mon entraîneur a appelé les secours. Quand je me suis réveillée, j'ai vu ma famille. Ensuite, on m'a fait des examens. Ce que je ne vous ai pas dit, c'est que oui, j'ai repris les entraînements. Mais je ne mangeais toujours pas. Et oui, je fais 1m59 et je pèse 39 kg. Mes parents ne le savaient pas. Parce que je mange avec eux et je vomis ensuite.

Après ce petit accident, je me suis fait suivre par un spécialiste. En 5 ans, je me suis réinscrite pour intégrer le FC Sion. J'avais repris du poids et j'avais confiance en moi. J'ai fini par entrer dans l'équipe du FC Sion.

Aujourd'hui, j'ai 24 ans. Je suis mariée et j'ai 2 enfants. J'ai donc quitté l'équipe et j'ai fait des études pour devenir psychologue. J'aimerais aider les adolescents pour ne pas qu'ils fassent les mêmes conneries que moi. Maintenant oui, je me sens bien et surtout utile.

Marica

La peur au cœur

La tempête passe, le bateau coule,
La mer s'agite, mais en silence,
La proue m'écrase, et moi je croule,
Avec la peur mon cœur balance,

Quand tu la laves, quand tu l'aiguises,
Ta lame me fend, ta lame me brise,
Le sang s'écoule et s'évapore,
Comme la rosée, quand vient l'aurore,

Pourquoi le temps, coule-t-il lentement,
Alors qu'en moi, tout s'accélère,
Il y a la mort, qui est tout près,
Qui reste là, en rigolant,

La peur au cœur, je continue,
Malgré les pleurs, malgré la crue,
Le dos tourné, la vie me tue,
L'arrachant lui, mon cœur battu,

Éclats de verre déjà rougis,
Collant aux pieds, ouvrant mes veines,
Colère passée, mais pas partie,
Me contrôlant, comme une reine,

Et dans ces cris, et tous ces mots,
L'averse approche, tout doucement,
Brûlant mes yeux, salant finement,
Poisson d'eau douce, noyé fièrement.

Dans mon cœur, ce fin entrelacs
La peur est là, gravée en moi,
La peur d'une vie, broyée, finie,
Soleil caché, nuages trop gris,

C'est la peur au cœur...

Marie