



Prix d'écriture des IUT 2026. « Crache ton 1^{er} jet, colorie ton second ». Résultats et textes

Le 29 mai 2026, les membres du jury du prix d'écriture 2026, la présidente, Marion Poitevin, Cécile Gavaille, IUT d'Orsay, Julie Géan, IUT de Bordeaux, Pascal Plouchard, IUT de Grenoble, se sont réunis pour élire les lauréats de l'édition 2026. Voici les lauréats :

1^{er} prix	Texte 16 , Lou Salamone, IUT de Colmar
2^e prix	Texte 14 , Joseph Was, IUT de Colmar
3^e prix	Texte 17 , Alimata Fofana, IUT d'Orsay
Prix spécial de la présidente	Texte 2 , Jules Gamel, IUT de Strasbourg

Les organisateurs du prix remercient vivement les partenaires : l'IUT de Grenoble, département MT2E, la librairie Arthaud de Grenoble, la FNAC Grand'Place Échirolles, et l'AECIUT.

Félicitations à toutes les étudiantes et tous les étudiants qui ont participé à ce prix, et un grand bravo aux lauréats.

Je remercie vivement les enseignantes et enseignants des IUT qui s'engagent dans ce concours depuis 2019, et contribuent à donner à leurs étudiantes et étudiants le goût d'écrire. Je remercie enfin les collègues qui m'aident à sélectionner les textes reçus, et le jury final.

Pascal Plouchard, IUT de Grenoble, département MT2E.

Vous pourrez lire les 22 textes sélectionnés pour le jury final. Voici la liste des IUT et départements participants (par ordre d'apparition)

Liste des textes

Texte 1 : Rémi MISERY – BUT SD Niort.....	2
Texte 2 : Jules GAMEL – BUT Info-Com Strasbourg.....	4
Texte 3. Arthur FOE – BUT GEII Châteauroux.....	5
Texte 4 : Paul DAVID – BUT GEII Châteauroux.....	7
Texte 5 : Abdoulaye NDIAYE – BUT GEII Châteauroux.....	8
Texte 6 : Nino MARTINON – BUT TC Poitiers.....	10
Texte 7 : Victoire LALANNE – BUT TC Bordeaux.....	12
Texte 8 : Déborah Morelle – BUT TC Bordeaux.....	14
Texte 9 Sadek MOUMEN – BUT MT2E Grenoble.....	16
Texte 10 : Enzo CORSO – BUT MT2E Grenoble.....	17

Texte 11 : Claire SÉVAL – BUT MT2E Grenoble.....	20
Texte 12 : Romane JAUJOU – BUT GEA Bayonne.....	21
Texte 13 : Eugénie RODRIGUES REIS – BUT GEA Bayonne.....	23
Texte 14 : Joseph WAS – BUT TC Colmar.....	24
Texte 15 : Kilian COELSH – BUT TC Colmar.....	26
Texte 16 : Lou SALAMONE – BUT TC Colmar.....	28
Texte 17 : Alimata FOFANA – BUT Chimie Orsay.....	30
Texte 18 : Karolina SHULZHENKO – BUT Chimie Orsay.....	31
Texte 19 : Maxence ANNARELLI – BUT Informatique, Montpellier.....	33
Texte 20 : Julian LOPEZ – BUT Informatique, Montpellier.....	35
Texte 21 : Jules L’HOME – BUT Informatique, Montpellier.....	37
Texte 22 : Bingol HAVIN – BUT GEA Paris.....	39

IUT de Niort, SD, Hélène Bieber

Texte 1 : Rémi MISERY – BUT SD Niort

Sujet : *Crache ton premier jet, colorie ton second*

1. Mes 4 pistes d’écriture

Pour aider d’autres étudiants à se lancer, voici quatre points de départ inspirés de mon quotidien :

- Le crash-test : Raconter la panique d’un rendu de projet à 23h55. L’objectif est d’écrire l’urgence d’un seul trait, sans s’arrêter et sans aucune rature, pour forcer le cerveau à lâcher prise.
- La variable truc inutile : Prendre un souvenir très confus (une soirée étudiante, un repas de famille bruyant) et retranscrire tout ce qui vient à l’esprit, sans utiliser la moindre ponctuation.
- Le filtre anti-bruit : Reprendre le texte brut de la piste précédente, et le peaufiner pour ne conserver que les trois phrases qui ont vraiment du sens. Le reste va à la corbeille.
- Le syndrome du papillon : Choisir l’objet le plus insignifiant de sa chambre (un câble emmêlé, un poster déchiré) et le décrire avec insistance jusqu’à réussir à lui donner de la valeur.

2. Développement : L’algorithme de la page blanche

- ★ Le bug de la première ligne

On connaît tous ce moment. L’écran est vide, le curseur clignote et semble nous juger. À chaque fois qu’il faut rédiger un texte important, le blocage est le même. On tombe dans ce piège toxique qui consiste à vouloir sortir la phrase parfaite du premier coup. Résultat : on n’écrit rien. On regarde son téléphone, on repousse l’échéance, et on reste bloqué.

- ★ Phase 1 : “Cracher”, ou la nécessité du code sale

J’ai eu un déclic en repensant à mes premiers cours d’informatique. La première fois que j’ai codé un programme en Python, je n’y connaissais rien. Mon code était un empilement brouillon de boucles inutiles et de variables nommées à la va-vite. C’était illisible pour n’importe quel développeur. Mais

quand j'ai lancé le script, il a fonctionné. L'essentiel était là.

J'ai compris que l'écriture fonctionnait pareil. Au début, il ne faut pas réfléchir de force, il faut juste laisser sortir la matière. Accepter de produire un premier jet bancal et laid. Sur le clavier, l'astuce est d'aller plus vite que son propre esprit critique. On "crache" les mots comme on aligne des lignes de code en désordre, juste pour voir si le tout tient debout. C'est le chaos, oui, mais c'est grâce à lui qu'on a enfin une base sur laquelle travailler.

★ Phase 2 : "Colorier", mon Data Cleaning littéraire

Une fois cette matière brute expulsée, le véritable travail commence. Dans ma formation, on pratique le Data Cleaning : le nettoyage de données. Quand on extrait des données d'un système, elles sont souvent inexploitable, pleines d'erreurs et de doublons. Il faut trier et filtrer pour que la donnée devienne pertinente.

Colorier mon texte, c'est appliquer cette même logique. Je prends du recul et j'élague. Cette phrase est trop lourde ? Je la coupe. Ce mot manque de précision ? Je le change. Je polis le texte comme on optimise un algorithme. Une idée claire ne tombe jamais du ciel : elle est le résultat d'un tri dans un brouillon qui était, au départ, illisible. Écrire, c'est avant tout réécrire jusqu'à ce que la syntaxe soit propre.

★ Conclusion : L'équilibre

Au fond, c'est l'histoire de la chenille et du papillon. Il faut accepter d'être cette larve un peu pataude qui dévore la page au brouillon, pour pouvoir ensuite s'affiner. La rigueur du second jet n'exclut pas l'audace du premier, elle s'en nourrit. Mon seul conseil : osez sortir vos idées sans filtre, vous aurez toujours le temps de les rendre belles ensuite.

Ma réflexion sur mon rapport à l'écrit

À 21 ans, quand on baigne dans les cours de logique, d'informatique et de chiffres, l'exercice de l'écriture peut sembler périmé. Surtout aujourd'hui. Pourquoi s'efforcer de chercher ses mots quand une intelligence artificielle générative peut pondre un paragraphe lisse et sans faute en trois secondes ?

La réponse se trouve dans la fierté de la démarche. L'IA génère du texte, mais elle ne le "crache" pas. Elle ignore le doute de la page blanche. Et surtout, en nous livrant directement un produit fini, elle nous ampute du Data Cleaning : cette phase de nettoyage indispensable où l'on se bat avec ses propres pensées pour définir ce que l'on veut réellement exprimer.

Aujourd'hui, on écrit de moins en moins. Entre les notes vocales que l'on écoute en accéléré et les messages balancés à la hâte sur nos smartphones, la communication s'est appauvrie. J'ai le sentiment que l'on perd la profondeur des choses. Pourtant, chaque mot a une signification précise, un poids qui lui est propre. Un poids que l'on oublie à force de courir après l'immédiateté.

Mon rapport à l'écriture a changé le jour où j'ai compris qu'elle était ma seule façon de ralentir. Prendre le temps d'écrire, c'est refuser l'urgence permanente. Le brouillon est devenu mon espace de liberté : le seul endroit où j'ai le droit de jeter mes idées en vrac, pour ensuite m'imposer l'effort de choisir le mot juste. Parce qu'au final, redonner du sens aux mots est essentiel. Que ce soit dans la musique que j'aime composer pour mon plaisir ou dans les messages que j'adresse aux personnes qui me sont chères, je veux prendre ce temps-là. C'est la seule manière de construire quelque chose de vrai, dont je pourrai être fier à la fin.

Texte 2 : Jules GAMEL – BUT Info-Com Strasbourg

Pistes d'écriture :

- **Les codes sociaux que l'on apprend sans le vouloir**
- Besoin de contrôle obsessionnel et la vie qui refuse d'être rationnelle
- Vouloir viser haut est une ambition personnelle ou une pression sociale ?
- La solitude du soir, pourquoi ce silence réveille nos envies ?

Premier jet : les codes sociaux que l'on apprend sans le vouloir

On grandit tous avec des codes invisibles, ces attentes implicites que l'on ne questionne pas. Pour moi, c'était le fait d'être un homme aujourd'hui. Je ne vous parle pas des attentes que l'on enseigne, mais celle qu'on absorbe, et qu'on se doit d'appliquer.

Parce que les mecs doivent être rationnels, détachés, aimer le sport, filles, la vitesse et les films d'horreur... et surtout il ne faut pas montrer ses émotions, sacrilège ultime.

Avant je ne mettais jamais questionner dessus... puis des fissures sont apparues, petite, puis devenant de plus en plus visible lorsque le regard des autres se posait dessus. Parce que je m'entendais mieux avec les filles, que je préférais parler de fringue que de foot ou visiter des expos plutôt que jouer à la Play.

J'ai mis du temps à comprendre que j'étais en décalage entre qui j'étais et ce qu'on attendait, ce que la société attend, d'un « mec ».

Puis j'ai pu rencontrer des gens, des personnes qui m'ont fait réaliser que mes émotions ne suivaient pas et n'avaient pas à suivre forcément, le script que l'on t'apprend implicitement.

C'est là que j'ai compris, grâce à ces personnes, que les codes ne sont pas absolus. Parfois on ne les respecte pas, on n'y correspond pas, ou simplement on refuse de les appliquer... et ce n'est pas parce qu'on est défaillant, mais juste différent.

Second jet :

On grandit tous avec des codes invisibles, ces attentes tacites que personne ne nous enseigne explicitement mais que l'on absorbe. Pour moi, le plus pesant a été celui d'être un garçon.

Je ne vous parle pas des attentes des manuels ou des discours militants, mais de celles du quotidien, celles qui se transmettent par les regards, les remarques, les silences.

Être un homme, c'est être rationnel, détaché, aimer le sport, les filles, la vitesse, les films d'horreur. Et surtout, ne jamais trop montrer ses émotions... ça, c'est le sacrilège ultime.

Pendant longtemps, je n'ai jamais questionné ces codes. Je les appliquais mécaniquement, persuadé qu'ils définissaient ce que je devais être. Mais progressivement, des fissures sont apparues...

Petites au début, presque imperceptibles. Puis elles se sont élargies, devenant impossibles à ignorer dès que le regard des autres se posait dessus.

Je m'entendais mieux avec les filles qu'avec les garçons. Je préférais parler fringues plutôt que foot, visiter des expositions plutôt que jouer à la Play. Ces écarts, minimes en apparence, créaient un

malaise diffus, ça m'a pris du temps pour comprendre que j'étais en décalage. Pas avec moi-même, mais avec ce qu'on attendait de moi, enfin avec ce que la société attend d'un « mec ».

Puis j'ai rencontré de nouvelles personnes. Des gens qui m'ont fait réaliser que mes émotions n'avaient pas à suivre le script qu'on m'avait implicitement transmis. Que je pouvais exister en dehors de ces codes rigides sans pour autant être anormal ou défaillant.

C'est à ce moment-là que j'ai compris. Les codes sociaux ne sont pas des vérités absolues !

Ils sont construits, transmis, appliqués, parfois utiles, parfois confortables et souvent étouffants.

Parfois, on ne les respecte pas, on n'y correspond pas, on refuse de les appliquer...

Et ce n'est pas une défaillance, mais une manière différente d'exister dans un monde qui préfère les uniformités rassurantes aux nuances dérangeantes.

Réflexion personnelle :

Écrire sur des sujets personnels me met mal à l'aise. En revanche j'aime structurer mes idées, la clarté et la logique de mes pensées étalés sur une feuille blanche me permettent de factueliser. Mais, parler de moi demande d'accepter le flou, d'accepter que tout n'est pas toujours logique. Or, je suis quelqu'un qui rationalise tout, qui a besoin de cohérence et qui, par-dessus tout, cherche toujours à comprendre même l'incompréhensible.

Le fait d'écrire à la première personne fait de ce texte quelque chose de très personnel. J'ai cherché à prendre de la distance, en théorisant, en généralisant des propos.

Parler de ces « codes sociaux » me permet de ne pas réellement parler de moi, et par conséquent d'instaurer une distance artificielle entre mon texte et moi.

Pour finir même si les mots ne suffisent jamais totalement, et ne résolvent pas magiquement les questions que l'on se pose, il y a tout de même quelque chose de libérateur, presque thérapeutique, dans le simple fait d'écrire, sans réellement savoir comment cela va se terminer.

IUT de Châteauroux, GEII, Gaëlle Charles

Texte 3. Arthur FOE – BUT GEII Châteauroux

Pistes d'écriture

- Image un miroir dans la salle de bain d'un étudiant. Ecris un texte sur le ressenti du miroir chaque matin.
- Construis un ensemble de phrase en respectant la syntaxe : « si j'avais..., j'aurais »
- Ecris un dialogue entre le Soleil, la Terre et la Lune au moment d'une éclipse solaire
- **Dans un supermarché, il y a les articles qui sont les plus achetés et les moins achetés. Choisis un article de ces deux catégories et rédige à la 1^{re} personne ce que chacun d'eux ressent pendant le passage des clients.**

1^{er} jet

Le pain :

Achète-moi ! Achète-moi ! Je souhaite que tu me veuille. Je suis celui que tu vas acheter et manger ce soir. Tout frais dans mon emballage, j'étincelle et je croustille. Ah ! Je sais que tu m'images déjà

dans ton assiette en train de me tartiner avec douceur de fromage, beurre et chocolat. Oh là là ! Je suis délicieux. Regarde ma dorure et ma chaleur qui te rappellent les bons petits plats que te mijotait ta petite maman et qui te replongent en enfance où j'étais le seul, pour ne pas dire l'unique, qui pouvait effleurer ta bouche. Mais ! Attends ! Pourquoi regardes-tu à côté ? Ah ! C'est juste le prix que tu vérifiais. Je suis conscient que la galère fait rage actuellement. Cependant, je suis sûr que je rentrerai dans ton sac de course. Ce n'est pas de l'orgueil mais je sais que je t'ai tapé dans l'œil et que je suis celui qui rendra heureuses tes papilles.

Le cure-dent :

Mais pourquoi personne ne m'accorde ne serait-ce qu'un regard ? Suis-je laid ? Mal emballé ? Pourquoi ne vous intéressez-vous pas à moi ? Aimez-moi ! Je sais que je ne suis utile qu'au moment où vous terminez de manger pour retirer des restes de nourriture coincés entre vos dents. Mais j'ai aussi des sentiments, vous savez ! Imaginez-vous : faire une mission aussi sale ! Je cure vos bouches qui sentent mauvais pour la plupart et qui sont remplies de caries pour le reste. Je suis maintenant résigné. Achète-moi, ne m'achète pas, je m'en fous ! Je me livre juste en aveugle au destin qui m'entraîne sans rien attendre de plus. Je ne me comparerai plus aux autres. Je ne regarderai plus vers vous. Je n'attendrai plus personne mais je resterai fidèle à ceux qui voudront bien de moi.

2^e jet

Le Séducteur et l'Abandonné

Le pain :

Achète-moi ! Achète-moi ! Je souhaite que tu me désires. Je suis celui que tu vas acheter et manger ce soir. Tout frais dans mon emballage, j'étincelle et je croustille. Ah ! je sais que tu m'images déjà dans ton assiette en train de me faire tartiner avec douceur de fromage, de beurre et de chocolat. Oh là là ! Je suis délicieux. Regarde ma dorure, ma chaleur, qui te rappelle les bons petits plats que te mijotait ta tendre petite maman et qui te replonge dans ta belle enfance où j'étais le seul, pour ne pas dire l'unique, qui pouvait effleurer les fragiles lèvres de ta bouche. Mais, attends ! Pourquoi ne me regardes-tu plus ? Ah ! C'était juste le prix inscrit que tu vérifiais à côté. Je suis conscient que la galère fait rage actuellement. Cependant, je suis intérieurement sûr que nous rentrerons ensemble toi et moi, ce soir. Il ne s'agit pas d'orgueil ou d'un excès d'estime de moi mais je sais pertinemment que je t'ai tapé dans l'œil. Je sais que je suis celui qui rendra heureuses tes papilles et suscitera un sentiment nouveau dans ton cœur.

Le cure-dent :

Mais pourquoi ? Pourquoi personne ne m'accorde ne serait-ce qu'un regard ? Pourquoi ? Suis-je laid ? Hideux ? Mal emballé ? Alors pourquoi ? Je suis abandonné à moi-même. Aimez-moi ! Je sais que je ne trouve mon utilité qu'au moment où vous terminez vos repas pour retirer des restes de nourriture coincés entre vos dents. Mais j'ai aussi des sentiments, vous savez ! Imaginez-vous un seul instant que votre mission d'une vie soit aussi sale ! Je cure vos bouches qui ont des haleines malodorantes pour la plupart et qui sont remplis de caries pour le reste. Je suis maintenant résigné. Fatigué de vous attendre. ! Achète-moi, ne m'achète pas, je m'en fous ! Je me livre juste en aveugle au destin qui m'entraîne sans rien attendre de plus de mon prochain. Je ne me comparerai plus aux autres. Je ne regarderai plus vers vous. Je n'attendrai plus personne mais je resterai fidèle à ceux qui voudront bien de moi.

Rapport personnel à l'écriture

Pour moi, écrire c'est une fenêtre par laquelle je m'évade dans le cas où j'écris à partir de rien ou de thèmes abstraits. En un mot, l'écriture est une création ex-nihilo. Ainsi, J'ai la plume plus facile et légère sur la base d'une situation sans un excès de contraintes car plus il y en a, plus j'ai tendance à me brider. L'exception existe dans le cas où la contrainte associée à la situation épouse réellement ma conception du sujet et me sert à ce moment-là de garde-fou ou de tremplin qui régite l'avancement de mon travail.

Écrire devient pour moi une voie d'expression que je n'oserais pas emprunter à l'oral lorsqu'il s'agit de sujets qui me touchent. En revanche, mettre des mots sur mes émotions profondes et sur mon vécu m'a toujours été difficile, car je n'aime pas me dévoiler ni laisser de traces écrites de ma personne.

Le choix de mon sujet consistant à faire parler des objets s'inscrit ainsi dans ma vision idéale de l'écriture : celle qui n'est pas centrée sur moi, basée sur un thème abstrait sans trop de restriction.

Texte 4 : Paul DAVID – BUT GEII Châteauroux

Pistes d'écriture :

- Une éolienne chinoise qui frime avec une éolienne française.
- **L'aiguille des heures qui essaye de rattraper la trotteuse.**
- Un crayon de papier et une gomme qui tombent amoureux.
- Une chaussure qui trouve que le pied pue.

1^{er} jet :

Dans une horloge, un cadran, une montre, il y a des aiguilles. Elles sont au nombre de 3. L'aiguille des heures, l'aiguille des minutes et la trotteuse. Je vais vous raconter un combat. Combat qui commence à l'insertion de ces piles et prend fin quand il n'y en a plus. Mon combat. Je suis l'aiguille des heures, je me présente, je m'appelle Chronos. Depuis l'insertion de cette pile, j'essaye. J'essaye de rattraper la trotteuse, tant bien que mal. Quoique soient les efforts et l'intensité que j'y mets, rien à faire. Je suis toujours la dernière, je suis la plus lente. À chaque fois que cette arrogante trotteuse fait le tour, me rattrape, elle me nargue. Elle m'humilie et me prend pour une moins que rien. Bien que l'on soit complémentaire, celle-ci n'en a que faire. Elle indique les secondes, moi les heures. Heures que je passe seul, isolé, même si de temps à autre, l'aiguille des minutes vient me rendre visite. Je préfère tout de même cela, plutôt qu'à midi ou à minuit, quand mes deux rivales se font la malle. Malgré tout je n'abandonne pas, je crois en moi et fais de mon mieux. Voici donc mon combat, qui se poursuivra à l'infini, même si je suis abandonnée, jetée ou oubliée. Voilà mon histoire.

2^e jet :

Rattraper la trotteuse

Cette trotteuse est devenue, par la force des choses, mon seul et unique combat. Je suis l'aiguille des heures, condamnée à exister dans l'ombre, à ne vivre que pour tenter de rattraper cette arrogante trotteuse.

Depuis l'instant où l'on a inséré ces piles dans la montre que j'habite, je suis enfermée dans une course perpétuelle, une course truquée. Quels que soient l'effort, l'intensité ou la volonté que j'y consacre, rien n'y fait : je reste toujours derrière, toujours la dernière. Plus le temps passe, plus mon

retard s'accumule, comme une dette impossible à rembourser. Chaque minute est une moquerie supplémentaire. À chaque fois qu'elle me dépasse, elle me nargue, se targue, s'enivre de sa vitesse et de son importance en me rabaissant au rang de chose inutile.

Parfois, l'aiguille des minutes vient jusqu'à moi. Elle me salue, s'attarde un instant, puis repart quelque part, elle-même confrontée à sa propre course. Elle me parle parfois de ce que cela fait d'être rapide, sans jamais comprendre ce que cela fait d'être aussi lent.

Et puis viennent ces deux moments que je redoute plus que tout : midi et minuit. Les seuls moments où nos trois trajectoires se croisent. La trotteuse me regarde alors avec mépris, m'écrase de ses mots, me traite d'incapable d'avancer correctement, insinuant que je fais du surplace. Elle m'expose devant l'aiguille des minutes qui, elle, détourne presque le regard, compatissante envers ma lenteur. Pendant ce temps, moi, je reste immobile, muette, incapable de répondre, attendant seulement que mes deux rivales se fassent la malle. Le cycle recommence, quoi que je fasse, peu importe ma tristesse, peu importe qu'on m'abandonne ou qu'on me méprise. Le temps avance sans moi.

Et pourtant, je continue. Je lutte encore, sans espoir réel, portée uniquement par cette idée qu'un jour, peut-être, je rattraperai enfin la trotteuse. Voilà mon combat, le combat de toute ma vie

Rapport personnel à l'écriture

Quand j'écris des textes comme on a fait aujourd'hui, le fait d'être libre dans le choix de son sujet permet de laisser libre cours à mon imagination. Le fait de parler de choses imaginaires permet également de forcer son imagination pour avoir des idées. J'ai bien aimé ces exercices car je trouve plus facile le fait d'être libre dans ce qu'on dit et dans ses choix.

Texte 5 : Abdoulaye NDIAYE – BUT GEII Châteauroux

Piste d'écriture :

- **Tu es une doudoune. Il fait -7 degrés. Décris le sentiment d'injustice que tu ressens.**
- Une feuille et un stylo sont sur une table. Imaginez leur discussion.
- Un étudiant en BUT GEII et un étudiant en BUT GEA se disputent. Racontez la scène.
- Écrivez un texte avec uniquement des rimes en « en »

1^{er} jet :

Ah putain, il fait -7 degrés aujourd'hui. J'aimerais presque qu'il ne me porte pas, car je ressens le froid aussi violemment que lui dès que je sors dehors et que l'air glacé me traverse de part en part. Pourquoi est-ce toujours moi qu'il utilise comme bouclier contre le vent glacial, la pluie froide et la neige qui s'accroche à mon tissu et finit par m'alourdir ? J'en ai assez de recevoir chaque jour toute cette humidité et ce froid à sa place, de tout encaisser sans jamais me plaindre, comme si c'était normal. Et pourtant, quand l'été arrive et que les températures remontent, on ne me fait jamais sortir pour prendre l'air ou profiter du soleil. Je reste suspendue à un porte-manteau, immobile, mise en congé sans explication, oubliée pendant des mois, jusqu'au retour silencieux du prochain hiver où l'on pensera de nouveau à moi.

2^e jet :

Complainte d'une doudoune à -7 degrés

Je le sais avant même de sortir du placard. Avant même que la porte ne s'ouvre complètement, je sens déjà le froid qui traverse les murs, qui s'infiltré partout dans l'appartement et qui annonce une journée difficile. L'air est plus lourd, plus dur, et c'est encore moi qu'on attrape en urgence, sans hésitation, comme si ma présence allait de soi. À peine enfilée, je ressens immédiatement le choc de l'air glacé contre mon tissu. Le vent me frappe de plein fouet, s'engouffre dans mes coutures, la neige s'accroche à moi, fond lentement, et la pluie me transperce comme si j'étais invisible. Tout ce froid, toute cette humidité, c'est moi qui les absorbe, moi qui les retiens, pour qu'ils ne soient pas ressentis par celui qui me porte. Et pourtant, c'est toujours moi qui protège, toujours moi qui encaisse, sans jamais qu'on se demande ce que je ressens.

Je me pose souvent la question : pourquoi est-ce que je dois servir de bouclier ? Pourquoi est-ce sur moi que repose tout le froid qu'il ressent, tout ce que l'hiver a de plus désagréable ? On m'utilise sans jamais me demander mon avis, sans même y penser, comme si c'était normal que je souffre à sa place. Je suis là pour ça, apparemment. Jour après jour, sortie après sortie, je supporte le gel qui pique, les trottoirs humides qui éclaboussent, les matins sombres où l'on marche vite pour se réchauffer, les épaules tendues, les pas pressés, les gestes brusques. Je fais mon travail, je remplis mon rôle, sans me plaindre, même quand je m'use un peu plus à chaque fois.

Mais dès que le soleil revient, tout change brutalement. Le froid disparaît, les températures remontent, et soudain je ne suis plus nécessaire. On me retire sans un regard, presque avec soulagement, comme si j'étais devenue trop lourde, trop encombrante. On me suspend à un porte-manteau pendant quelques jours, puis on finit par m'enfermer dans un placard étroit, sombre, loin de l'air et de la lumière. Là, je reste immobile pendant tout l'été, sans bouger, sans servir à quoi que ce soit, oubliée, inutile, mise en congé forcé. Je passe de l'utilité à l'oubli en très peu de temps. Je protège quand on a besoin de moi, quand la situation devient difficile, mais personne ne pense à moi quand tout va bien, quand le confort revient et que je ne suis plus indispensable.

Parfois, je me dis que personne ne remarque vraiment tout ce que je subis. On voit seulement ce que je représente : une doudoune chaude, épaisse, rassurante. On oublie que, jour après jour, je m'imprègne du froid, de l'humidité et de la fatigue de l'hiver. Je garde en moi les traces des saisons passées, les sorties répétées, les matins difficiles et les soirées glaciales. Chaque hiver me laisse un peu plus marquée, même si de l'extérieur rien ne semble changer.

Rapport personnel à l'écriture

Tout d'abord, je suis fier de mon niveau en termes d'écriture, même si aujourd'hui je la pratique de moins en moins à cause de la place grandissante de la technologie dans notre quotidien. Je ressens cependant une baisse de performance, notamment en termes de rapidité et de fluidité, comparée aux années précédentes où j'écrivais plus souvent à la main et de manière plus régulière. Aujourd'hui, on préfère majoritairement taper sur un clavier plutôt que de prendre un stylo et une feuille pour écrire, car cela paraît plus rapide, plus pratique et plus efficace. Cette habitude change peu à peu notre rapport à l'écriture et à l'effort qu'elle demande. Il est devenu plus facile de recopier un texte existant que d'en inventer un soi-même, surtout lorsqu'on part d'une simple piste d'écriture qui peut parfois être difficile à développer par manque d'inspiration, d'idées ou de confiance en soi. De mon point de vue personnel, l'écriture peut être parfois simple et agréable, mais aussi parfois complexe et exigeante, selon le sujet abordé, l'état d'esprit du moment et ce que l'on nous demande d'écrire.

Texte 6 : Nino MARTINON – BUT TC Poitiers

- Le sport, une raison de vivre
- Ce que j'espère du futur
- Mes vacances d'été 2026
- Le rôle d'un père

1^{er} jet

Le rôle d'un père

Aujourd'hui, j'ai 18 ans, enfin la majorité. Je suis enfin libre, ou presque... Libre de quitter le foyer familial de ma mère et de mon beau-père. De celle qui m'a élevé presque seule avec un père routier et alcoolique ; en effet, ce n'est pas facile.

Et pourtant, ils ont construit une maison ensemble lorsque je n'étais qu'un bébé. Mais ils se sont séparés. Le moment où ils me l'ont annoncé, je n'y ai pas cru. Comme une impossibilité.

En même temps, à 8 ans, peut-on vraiment s'imaginer que le monde que l'on connaissait s'écroule ? Ma mère a eu la garde et un week-end sur deux, je devais voir mon père.

Ma mère est une femme que j'admire. Une enfance difficile qu'elle a su surmonter pour aujourd'hui être au service des autres, au CHU comme en dehors, telle une résistante qui se battra toujours. Elle a toujours pris le plus grand soin de moi pour m'instruire ou m'éduquer sur la vie. Elle a une énergie débordante de gentillesse et de bienveillance. Elle m'évoque la même sensation que lorsque je me balade en forêt.

Mon père, lui, est resté routier jusqu'à mes 14 ans avec toujours ce caractère de père ici mais non présent.

Mes deux parents ont su retrouver un amour.

Mon père a rencontré une femme avec un caractère trop fort qui, selon moi, l'a fait changer en bien mais qui a pris trop de contrôle. Certes, grâce à elle, mon père s'est assagi, mais chaque chose que je faisais maintenant était surveillée : téléphone interdit, aide à la maison obligatoire, et je ne parle pas de mettre la table, je parle de faire du béton dès 8 heures en se faisant crier dessus et parfois insulté car tu fais mal ce que tu ne sais pas.

Et s'ensuivirent les punitions : enfermé dans un bureau pendant des semaines à écrire des centaines de pages de mes "bêtises", qui étaient en réalité la peur d'un enfant.

« Tu dois appeler ton père », disait-elle, alors qu'il me traitait comme de la merde et que l'appeler me faisait trembler de peur. Il y a aussi eu des critiques sur ma mère et son conjoint et plein d'autres éléments.

Et du côté de ma mère, mon beau-père était l'homme le plus aimable, beaucoup plus âgé que ma mère, ce qui a fait débat dans ma famille. Lui et ma mère ont prouvé que l'amour est prioritaire. Ses enfants sont aujourd'hui majeurs. Enfin presque, car c'est tout comme si j'étais maintenant son fils.

Du moins, jusqu'à ce que je retourne chez mon père.

C'est dans ce milieu que j'ai grandi : un père qui n'est pas le mien et un père qui m'a causé des traumatismes.

Aujourd'hui, la situation avec mon père s'est arrangée ; il a compris ses erreurs après de nombreuses disputes, mais j'ai coupé les ponts avec sa femme. Il reste tout de même toujours sur mon dos, mais ce n'est plus pareil.

Maintenant, je suis majeur et en âge de faire ce que je souhaite. Et moi, je veux fonder une famille.

Durant mon enfance, j'ai rencontré cette fille sur les jeux vidéo. On est devenus amis, puis nous nous sommes rencontrés et nous sommes sortis ensemble. Et cela fait un moment déjà, car c'est notre sixième anniversaire.

C'est avec elle que je veux fonder ma famille.

Mais parfois je repense : est-ce une volonté de pallier les manquements de mon père ou juste une volonté de ma part ? Et serais-je un bon père ? Serais-je une bonne personne sans figure paternelle ? Aujourd'hui, je suis hanté par cela ; j'en fais des cauchemars de mon enfance, de mon futur et je doute de moi-même quotidiennement.

Suis-je sur le bon chemin ? Je n'en sais rien.

Mais un jour, je l'espère, je serai un père aimant.

2^e jet

Aujourd'hui, j'ai 18 ans, la majorité. Je suis enfin libre, ou presque... Libre de quitter le foyer, celui de ma mère et de mon beau-père. De celle qui m'a élevé presque seule avec un père routier et alcoolique ; en effet, ce n'est pas facile.

Et pourtant, c'est ensemble qu'ils ont construit une maison. Alors pourquoi pas une famille ? C'est sûrement ce qu'ils se sont dit. Et pourtant, à huit ans, mes parents se séparaient. Le moment où ils me l'ont annoncé, je n'y ai pas cru. Comme une impossibilité.

En même temps, à huit ans, peut-on vraiment s'imaginer que le monde que l'on connaît s'écroule ? Et pourtant, je l'avais vu venir avec les disputes dans le garage afin que je n'entende pas. Sauf que j'étais là, l'oreille collée à la porte. Résultat ? Ma mère a eu la garde et un week-end sur deux, j'allais chez mon père. Mon père restait toujours indifférent face à moi, comme si j'étais un simple objet inconscient, mais j'y étais habitué.

En revanche, ma mère est une femme formidable, qui a su offrir une enfance dans un contexte difficile alors qu'elle-même a vécu une enfance difficile. En sortant d'une enfance difficile, elle est aujourd'hui au service des autres au CHU comme en dehors. Aujourd'hui, elle m'a donné la vie et elle me l'a sauvée quand ça n'allait pas. Elle déborde de bienveillance et dégage la même énergie qu'une balade en forêt.

Mon père, lui, est resté routier jusqu'à mes quatorze ans lorsqu'il rencontra une femme avec un caractère trop fort qui, selon moi, l'a fait changer en bien mais qui a aussi pris trop de contrôle. Certes, grâce à elle, mon père s'est assagi et a arrêté son alcoolisme. Mais chaque fois que je faisais quelque chose, j'étais surveillé : téléphone interdit, aide à la maison obligatoire, et je ne parle pas de mettre la table ; je parle de faire du béton dès huit heures en se faisant insulter par son propre père. Tout cela dans une ambiance qui me mettait la boule au ventre.

Et s'ensuivaient les punitions : enfermé dans le bureau seize heures par jour, sans même le droit de manger à table avec le reste de la famille. On me servait exprès des repas que je détestais, qu'on me jetait comme à un animal au zoo. J'y passais mon temps à écrire des centaines de pages sur mes "bêtises", qui cachaient la peur d'un enfant traumatisé.

« Tu dois appeler ton père », disait-elle, alors qu'il me traitait comme de la merde et que l'appeler me faisait trembler de peur. Il y a aussi eu des insultes sur ma mère et son conjoint et plein d'autres choses absurdes qui ont fait de mon enfance un traumatisme au bord du suicide, tandis que ma mère essayait de me sauver.

Mais quand j'étais chez ma mère, il y avait mon beau-père ; c'est un homme très aimable, beaucoup plus âgé que ma mère, ce qui a fait débat dans la famille, mais lui et ma mère ont su prouver que l'amour est prioritaire face à tout. Ses enfants sont aujourd'hui majeurs. Enfin presque tous, car c'est tout comme si j'étais son fils, presque comme un deuxième père qui a pu me montrer ce qu'un père pouvait être.

C'est dans ce milieu que j'ai grandi : un père qui n'est pas le mien tandis que mon vrai père m'a causé des traumatismes. Aujourd'hui, la situation avec mon père s'est presque arrangée. Il a compris

certaines de ses erreurs. J'ai tout de même coupé les ponts avec sa femme. Mon père reste tout de même toujours sur mon dos, mais aujourd'hui je suis libre.

Durant mon enfance, j'ai rencontré cette fille sur les jeux vidéo. On était d'abord amis, puis nous nous sommes rencontrés, puis nous sommes tombés amoureux et sortis ensemble. Et cela, il y a un moment déjà, car c'est notre sixième anniversaire cette année. C'est elle, mon premier amour. Aussi étonnant que cela puisse paraître, la distance ne limite pas l'amour. Aujourd'hui, je sais que ce n'est pas seulement une amourette. Et je sais que c'est avec elle que je souhaite fonder une famille et me marier.

Mais parfois je repense : est-ce une volonté de pallier les manques de mon père ? Est-ce qu'un homme sans père peut le devenir ? Aujourd'hui, tout cela me hante au point d'en faire des cauchemars où je revois mon père me menacer. J'espère suivre le bon chemin, mais je n'en sais rien.

Mais un jour, je l'espère, je serai un père aimant.

Réflexion

En relisant mon premier texte, j'ai trouvé plusieurs aspects qui me déplaisaient : la structure est mal organisée, je le trouve moins clair et surtout pas assez détaillé. Je trouve que l'on ne comprend pas assez l'expérience en profondeur. C'est pour cela que, dans le 2e jet, j'ai essayé de rajouter quelques détails et de structurer certaines phrases qui rendaient la compréhension plus difficile. La profondeur de mon écrit me tenait à cœur afin de mieux comprendre ce que je raconte, l'état dans lequel j'étais quand je n'étais qu'un enfant.

Mais dans l'ensemble, je n'ai pas réalisé beaucoup de changements, car j'étais satisfait du rendu qui explique assez rapidement ce que j'ai vécu plus jeune et comment, aujourd'hui, cela m'impacte. Écrire m'a aussi aidé à mettre au clair des choses par rapport à mon enfance que j'ose rarement affronter.

IUT de Bordeaux, TC, Valentine Beckmann

Texte 7 : Victoire LALANNE – BUT TC Bordeaux

Voici les pistes que j'ai eues :

- Me demander si la vie est vraiment un long fleuve tranquille ou si elle est faite de hauts et de bas imprévisibles.
- Parler du fait que personne ne nous prépare vraiment à gérer la tristesse, le deuil ou la dépression.
- Réfléchir à comment on réagit quand la souffrance semble ne jamais s'arrêter.
- Explorer l'idée qu'on peut quand même trouver une petite lueur d'espoir dans les moments les plus sombres.
- Se demander si le temps guérit vraiment toutes les blessures ou si certaines restent en nous pour toujours.

TEXTES :

On dit que la vie est un long fleuve tranquille. On nous la présente comme le plus beau des cadeaux, remplie de promesses et de moments heureux. Mais personne ne nous parle vraiment de ce qu'elle peut aussi briser en nous. La tristesse, le deuil, la dépression, les peines de cœur... Ces épreuves-là, personne ne nous y prépare. Enfants, on nous apprend à lire, à compter, à être polis, à comprendre

le monde. Mais on ne nous apprend pas à survivre à ce qui nous submerge. On nous dit que le temps guérit tout. Parfois, c'est vrai. Pour certains, la douleur passe comme une averse. Pour d'autres, elle s'attarde, mais finit par s'apaiser. Et puis il y a ceux dont on ne parle pas. Ceux pour qui la tempête ne cesse jamais. Quand les émotions deviennent un tsunami, quand la vie ressemble davantage à une prison qu'à un cadeau, il ne reste souvent qu'une attente silencieuse : une lueur d'espoir. Juste de quoi respirer. Juste de quoi tenir. C'est ce que j'ai ressenti. Personne ne m'avait préparée à ça. À cette intensité, à ces épreuves qui marquent profondément. Alors aujourd'hui, je peux le dire : non, la vie n'est pas un long fleuve tranquille. Elle est faite de vagues, parfois douces, parfois dévastatrices. Et parfois, on ne cherche même plus à avancer... seulement à rester à la surface, à continuer de respirer, malgré le poids qui nous tire vers le fond. Mais au milieu de cette tempête, il reste toujours quelque chose. Une étincelle fragile, presque invisible. Une envie, même infime, de ne pas lâcher. Et peut-être que c'est ça, vivre finalement : tenir, même quand tout vacille.

On dit que la vie est un long fleuve tranquille. Pendant longtemps, j'ai eu du mal à y croire. On nous parle d'un cadeau, d'un chemin rempli de bonheur, mais on oublie de nous prévenir des tempêtes. La tristesse, le deuil, la dépression, les peines de cœur... Ces épreuves-là, personne ne nous y prépare. Enfants, on nous apprend à lire, à compter, à comprendre le monde. Mais pas à affronter ce qui nous brise. On nous dit que le temps guérit tout. Et parfois, ça semble faux, presque cruel à entendre quand la douleur est encore là. Pour certains, elle passe vite. Pour d'autres, elle s'installe, elle pèse, elle épuise. Et puis il y a ceux qui se sentent coincés, comme enfermés dans leurs propres émotions, sans issue. J'ai connu ça. J'ai connu ces moments où respirer devient un effort, où l'on ne cherche plus à avancer, seulement à tenir. Et pourtant... Avec le temps, quelque chose change. Pas forcément tout de suite, pas complètement. Mais doucement, presque imperceptiblement, l'eau se calme. La tempête s'éloigne. On recommence à respirer sans y penser. Alors aujourd'hui, je comprends peut-être un peu mieux cette phrase. Oui, la vie est un long fleuve tranquille... mais pas sans remous. Pas sans tempêtes. C'est un fleuve qui déborde parfois, qui nous emporte, qui nous fait peur. Mais au bout du compte, je continue d'avancer.

On dit que la vie est un long fleuve tranquille. Mais est-ce vraiment le cas ? On nous la décrit comme un cadeau, quelque chose de beau, de lumineux. Pourtant, personne ne nous parle vraiment de ce qu'elle peut aussi nous faire traverser. La tristesse, le deuil, la dépression, les peines de cœur... Ces épreuves-là arrivent sans prévenir. Et surtout, sans mode d'emploi. Enfants, on nous apprend tout un tas de choses. Mais pas à faire face à ce qui nous submerge.

On nous dit que le temps guérit. Parfois, oui. Parfois, non. Parfois, ça prend des jours. Parfois, des années. Parfois, ça ne disparaît jamais complètement. Alors je me demande... Pour certains, la vie ressemble peut-être vraiment à un fleuve tranquille. Une suite de moments qui s'enchaînent avec douceur. Pour d'autres, c'est une tempête permanente. Une lutte invisible, quotidienne. Et moi, je suis entre les deux. Il y a des jours où tout semble calme. Où je me dis que finalement, oui, la vie est peut-être plus douce qu'elle n'en a l'air. Et puis il y a ces moments où tout bascule. Où les émotions débordent, où respirer devient plus difficile, où l'on se sent perdu sans vraiment savoir pourquoi. Alors je doute. Peut-être que la vie n'est ni un long fleuve tranquille, ni une tempête infinie. Peut-être qu'elle est les deux à la fois. Un équilibre fragile entre calme et chaos. Et peut-être que vivre, c'est apprendre à naviguer entre les deux... sans jamais vraiment savoir sur quelle eau on va tomber.

Dans un troisième temps, je me suis interrogée sur mon rapport à l'écrit. J'ai réalisé que pour moi, écrire n'est pas seulement raconter une histoire ou partager des idées, c'est surtout un moyen d'exprimer ce que je ressens, parfois des émotions que je n'arrive pas à dire à voix haute.

L'écriture me permet de mettre de l'ordre dans mes pensées, de comprendre mes doutes et mes peurs, et parfois même de me libérer un peu de ce que je ressens. C'est à la fois un outil de réflexion et un espace où je peux être totalement moi-même.

Texte 8 : Déborah Morelle – BUT TC Bordeaux

Lettre à ma mère

L'Homme n'est pas bien intelligent

La passion qui m'anime

Pastiche de Jean Racine

La passion qui m'anime

L'écran noir devant moi me regarde patiemment. La télécommande dans mes mains tremblantes, je cherche le bouton replay, mais engloutie par le vide de cet abîme devant moi, j'erre sans réponse sur les touches. J'aimerais tout recommencer. Revoir ces images, entendre à nouveau ces sons et ces paroles.

Je n'ai rien fait dans ma vie qui ne vaille d'être loué. Peureuse, lâche et faible, je n'ai rien qui soit louable ou admirable. Mais ce que je peux vous affirmer sans crainte, c'est que pendant exactement 2 heures et 23 minutes, j'ai combattu auprès de Robin des bois lui-même. Le prince des voleurs, le justicier au grand cœur. J'ai combattu les traits enflammés sans une once de peur. J'ai navigué sur les flots déchaînés, gravi les plus hauts sommets et vaincu des armées cruelles seule, dans ma chambre.

Je ne saurais compter les larmes que mes joues ont recueillies après la perte d'un ami. Je l'ai connu 19900 secondes, toute une vie. J'ai peur d'être aimée et les hommes m'écoœurent. Mais ce que je peux vous dire haut et fort, c'est que pendant exactement 11700 secondes, j'ai vécu une idylle avec Bruce, Jaques ou Sebastian.

Je vois déjà vos sourires narquois me dire que ce n'est qu'une fiction. « VIS DANS LA RÉALITÉ » qu'ils me disent la jalousie dans le cœur. Jalousie, jalousie ! Si votre monde est si important pourquoi en avez-vous fait un enfer ? La fuite m'est bien préférable. La réalité, si réelle soit-elle n'est plus qu'un méli-mélo de paroles, de tweets et de vidéos d'un non-sens puéril et agaçant.

Le cinéma m'a appris à vivre et à ressentir. Quand le cerveau et mes pensées tentent de prendre le dessus, je n'ai qu'à regarder un film pour me souvenir que j'ai un cœur.

Ne remercierai jamais assez Nora Fingscheidt, Denis Villeneuve et Kevin Reynolds, ces maîtres qui nous font voyager au-dessus de la terre vers de nouvelles contrées.

Mon cœur bat au rythme des chansons et des danses des parapluies de Cherbourg. Celles qui rendent les jours un peu plus doux, et les nuits lumières. Car je préfère les explosions de couleurs à cette vie trop pâle, et les chants de Cherbourg au silence de mon cœur.

La passion qui m'anime

Face à moi, l'écran noir reste imperturbable. La télécommande dans mes mains tremblantes, je cherche le bouton replay mais engloutie par le vide de cet abîme, j'erre sans réponse sur les touches. J'aimerais tout recommencer. Revoir ces images, ces visages enragés. Entendre, pour une dernière fois, les cris des guerriers.

Me croirez-vous si je vous dis, droit dans les yeux, que pendant exactement deux heures et vingt-trois minutes, j'ai combattu auprès de Robin des Bois lui-même ? Le prince des voleurs, le justicier au grand cœur. J'ai esquivé les traits enflammés sans une once de peur. La jeune fille peureuse que

je suis a navigué sur les flots déchaînés, gravi les plus hauts sommets et vaincu des armées entières seule, dans sa chambre.

On dit que j'ai un cœur de pierre, mais je ne saurais compter les larmes que mes joues ont accueillies quand on a mis en terre mon ami. Je l'avais connu dix-neuf mille neuf cents secondes, toute une vie.

Les garçons me fuient et cela me va bien, mais devant un film, l'amour ne me fait plus peur. Une seule minute avec Bruce, Jacques ou Sebastian a suffi à me faire tomber amoureuse.

Ce sont les films qui m'ont appris à vivre et à ressentir. Quand mes pensées divaguent et rendent tout compliqué, le cinéma me rappelle que la solution se trouve au fond du cœur : le même qui bat au rythme des chansons et des danses de Chazelle, le même qui s'arrête quand mon héroïne expire pour la dernière fois. Dans ma poitrine, la passion brûle. C'est une flamme qui rend mes jours un peu plus doux et mes nuits lumières. Pendant un court instant seulement, je peux enfin être moi-même, préférer les explosions de couleurs à cette vie trop pâle, et les chants de Cherbourg au silence de mon âme.

Je ne remercierai jamais assez Nora Fingscheidt, Denis Villeneuve et Kevin Reynolds, des artistes qui me font voyager au-delà de la terre vers de nouvelles contrées. Loin des rives du Nil et des vallées d'Elah, je vous parle de paysages encore jamais explorés par l'Homme. Un nouveau monde, où le bonheur se fait des choses simples et où l'on se bat pour ce que l'on aime.

J'entends d'ici vos railleries : "Qu'elle est naïve ! Redescends petite ! Le monde réel est sur terre !" Quelle terre ? Quel monde ? Un méli-mélo de paroles, de tweets et de vidéos d'un non-sens puéril et agaçant.

Moqueurs, moqueurs !

Si la réalité est si précieuse à vos yeux, pourquoi en avoir fait un enfer ?

Réflexion sur mon rapport à l'écriture

Je ne peux nier mon étonnement quand j'ai vu ce sujet si... particulier. Un premier jet ? Un deuxième jet ? Pour quoi faire ? Mais après coup, je crois que c'était une belle occasion de travailler mon perfectionnisme. En vous laissant lire la première version de ce texte, j'ai accepté de vous montrer mes pensées brouillonnes, mes mots répétitifs et mes erreurs. Mise à nu et ridicule, j'ai renoncé à vous donner seulement ce que j'aime de moi.

Ma première réflexion, pour améliorer ce premier jet, fut l'organisation de mes idées. Est-ce que cette phrase ne devrait pas être plus bas pour être plus impactante ? Comment rendre ce foutu paragraphe compréhensible ? Cette ligne n'est pas nécessaire, celle-ci est incomplète... j'ai restructuré toute ma pensée. Puis, il a fallu adapter mon vocabulaire : rechercher le parfait synonyme pour ne pas me répéter ou trouver les rimes qui rendront mes lignes plus jolies.

Mais ce que je retiens surtout de ces quelques phrases, c'est le rôle de l'écriture comme un miroir de l'âme. Je vous avouerai seulement à demi-mots la culpabilité que j'ai ressentie quand j'ai pris conscience, à travers ces lignes, que les univers que je découvre dans les films me sont préférables au monde réel. Comment une fille aussi cartésienne que moi pouvait se laisser berner par ces utopies irréalistes ? Déborah ne rêve pas, elle réfléchit. Déborah ne ressent pas, elle analyse. Mais "L'amour n'est pas un feu qu'on renferme en une âme : tout nous trahit, la voix, le silence, les yeux ; et les feux mal couverts n'en éclatent que mieux. » (Jean Racine, *Andromaque*, 1667). L'écriture et la réécriture de ce court texte m'ont confrontée à moi-même et à la passion qui m'anime un peu plus chaque jour. Pourquoi aimer un film ? Pourquoi préférer la voix des émotions à celle de la raison ? La vérité est

que je n'en ai aucune idée, mais qu'importe. Ma seule certitude c'est que de grandes aventures m'attendent et qu'il me tarde de les vivre.

IUT de Grenoble, MT2E, Pascal Plouchard

Texte 9 Sadek MOUMEN – BUT MT2E Grenoble

1. Liste de pistes d'écriture

- Raconter une rupture amoureuse qui m'a fait avancer malgré la douleur
- Décrire un lieu chargé de souvenirs et l'émotion qu'il provoque aujourd'hui
- Raconter un moment où quelqu'un a fait preuve de gentillesse envers moi
- Faire une liste des choses qui restent après une relation
- Écrire sur le silence après une dispute
- Décrire un objet ou un endroit qui garde la trace d'une histoire passée

2. Texte – Premier jet

La rupture est arrivée sans prévenir vraiment. Enfin si, il y avait des signes, mais je ne voulais pas les voir. Quand c'est arrivé, j'ai eu l'impression que tout se refermait autour de moi. Comme si le monde continuait, mais sans moi. Je me suis refermé sur moi-même, sans trop comprendre pourquoi, mais surtout sans réussir à faire autrement.

Pendant plusieurs jours, voire plusieurs semaines, tout me rappelait cette personne. Même les choses les plus simples. Un message, une chanson, une rue. Et surtout ce banc. Ce banc où on s'asseyait souvent, sans rien faire de spécial, juste être là. À ce moment-là, ça ne paraissait pas important. Maintenant, ça l'est devenu.

Un jour, je suis repassé devant. Je me suis arrêté. Et là, je me suis dit : « c'est beau ». Pas beau au sens joyeux. Beau parce que ça existait. Parce que ce moment avait été réel. Parce que même si c'était fini, ça faisait partie de moi.

Au début, je pensais que ce souvenir allait me faire reculer. Mais en fait, c'est l'inverse. C'est en regardant derrière que j'ai commencé à avancer. Comme au rugby, où il faut faire des passes en arrière pour progresser. Ce banc, ce souvenir, ce passé, ce n'était pas quelque chose à fuir. C'était quelque chose à accepter.

Et puis il y a eu les autres. Ceux qui ont pris des nouvelles. Parfois juste un message. Parfois une discussion. Rien d'extraordinaire, mais suffisant. Sur le moment, je ne m'en rendais pas compte, mais c'était important. C'était même une forme de beauté. Pas spectaculaire, mais réelle. Une beauté simple : celle des gens qui sont là. Petit à petit, sans vraiment m'en rendre compte, j'ai recommencé à aller de l'avant. Pas en oubliant, mais en gardant. En gardant ce qui était beau, et en laissant le reste derrière.

3. Texte – Deuxième jet (réécriture)

La rupture n'a pas fait de bruit. Elle s'est installée doucement, comme une évidence que je refusais de voir. Et puis un jour, tout s'est arrêté. Ou plutôt, tout a continué sans moi. J'ai eu cette sensation étrange d'être à côté de ma propre vie.

Je me suis refermé. Pas volontairement. C'était comme une protection automatique, une manière de ne plus ressentir trop fort. Le silence s'est installé, et avec lui, les souvenirs.

Il y en avait partout. Dans les rues, dans les chansons, dans les habitudes. Mais surtout, il y avait ce banc. Un banc simple, banal. Pourtant, c'est là que tout revenait. Nos discussions sans importance, nos silences, notre présence. À l'époque, je n'y voyais rien d'exceptionnel. Aujourd'hui, je comprends. Je m'y suis arrêté un jour. Juste quelques secondes. Et une pensée m'a traversé : « c'est beau ». Pas beau parce que c'était parfait. Beau parce que c'était vrai. Parce que ça avait existé, pleinement. Parce que malgré la fin, il restait quelque chose de lumineux.

C'est là que j'ai compris. Pour avancer, il fallait accepter de regarder en arrière. Comme au rugby, où l'on passe le ballon derrière soi pour progresser. Ce geste paraît paradoxal, mais il est nécessaire. Mon passé n'était pas un obstacle. Il était un appui. Et puis il y a eu les autres.

Ceux qui écrivent « ça va ? » sans savoir quoi dire d'autre. Ceux qui prennent le temps, même maladroitement. Sur le moment, ça semble banal. Mais en réalité, c'est essentiel. C'est une forme discrète de courage. Une beauté du geste. Ces attentions simples ont fissuré le silence dans lequel je m'étais enfermé. Elles m'ont rappelé que je n'étais pas seul, même quand je le pensais.

Aujourd'hui, je n'ai pas oublié. Et ce n'est pas le but. J'avance avec ce passé. Il fait partie de moi, mais il ne me bloque plus. Au contraire, il me pousse. Comme une passe en arrière qui permet d'aller plus loin.

Réflexion sur mon rapport à l'écriture

Je n'ai pas toujours été à l'aise avec l'écriture. J'aime bien écrire, mais je trouve ça difficile. Trouver les bons mots, construire des phrases, exprimer exactement ce que je ressens, ce n'est pas simple. Souvent, j'ai l'impression que mes idées sont plus claires dans ma tête que sur le papier. Il y a un décalage entre ce que je pense et ce que j'arrive à écrire.

Mais cet exercice m'a montré quelque chose. Même si c'est difficile au début, écrire permet de mieux comprendre ce qu'on ressent. Le premier jet n'est pas parfait, mais il sert à poser les bases. Ensuite, en réécrivant, on améliore, on précise, on trouve des mots plus justes.

J'ai aussi compris que je n'étais pas obligé d'écrire parfaitement dès le début. L'écriture, c'est un processus. On avance petit à petit. Finalement, même si c'est compliqué, écrire m'aide à réfléchir, à prendre du recul, et à donner du sens à ce que j'ai vécu.

Texte 10 : Enzo CORSO – BUT MT2E Grenoble

« Crache ton premier jet, colorie ton second »

Piste 1 : Le flot de la musique

La musique semble en apparence être qu'un assemblage d'éléments sonores, de fréquences et d'intensités. Pourtant, lorsqu'elle nous atteint, elle agit comme une vague. Elle emporte tout sur son passage : nos pensées, nos souvenirs, nos émotions. Certaines déferlent même avec violence, réveillant une colère ou une tristesse enfouie ; d'autres viennent s'échouer paisiblement, apportant une douceur ou un bien-être presque inexplicable.

Mais comme toute vague, elle finit toujours par se retirer. Et il ne reste alors qu'un silence, chargé de ce qu'elle a laissé derrière elle : un instant suspendu où tout notre être a chaviré grâce à elle.

Piste 2 : La nature comme un souffle partagé

Face à certains paysages, il semble que la nature ne soit plus un simple décor, mais un être vivant à part entière. Comme si chaque élément tel que les arbres, l'eau ou le vent ne réalisait plus qu'une seule et même respiration. On ne se contente plus de regarder, on ressent une forme de connexion, presque intime, avec ce qui nous entoure. Peut-être que la beauté de la nature ne réside pas seulement dans ce qu'elle montre, mais dans ce lien invisible qu'elle crée avec nous, nous rappelant au plus profond de notre être que nous faisons partie d'un tout bien plus vaste.

Piste 3 : L'amour précède la chute

Au début, il n'y a qu'un déséquilibre, une hésitation, puis plus rien ne retient vraiment la chute. Parce qu'aimer, c'est accepter de ne plus tout maîtriser seul, et de se livrer au partage de nos propres commandes. Se confier presque entièrement à l'autre pour le meilleur comme pour le pire.

Car dans cette chute, il y a autant la promesse d'un bonheur intense que la possibilité de mutuellement se briser. On dit bien souvent que l'on "tombe" amoureux, comme si aimer relevait d'une perte d'équilibre voire même de contrôle.

Piste 4 : Se construire comme une œuvre inachevée

Se regarder soi-même demande parfois plus de courage que d'affronter les autres. Comme une sculpture encore brute, chacun porte en lui des défauts à tailler, des formes à affiner. Les épreuves, les remarques, les réussites et surtout les échecs deviennent alors des outils, parfois difficiles à manier, mais néanmoins nécessaires pour progresser. Chercher à devenir meilleur, ne veut pas dire atteindre une perfection en soi, mais plutôt accepter de s'adapter et d'évoluer, encore et encore.

Premier jet :

La musique n'est, à première vue, qu'un ensemble de sons, de fréquences et de rythmes. Pourtant, lorsqu'elle touche quelqu'un, elle devient bien plus qu'un simple bruit de fond. Elle peut faire immerger un vieux et lointain souvenir, accompagner une période plus ou moins difficile ou encore mettre des mots sur des émotions que l'on ne comprend parfois pas soi-même.

Comme une vague, la musique arrive à nous atteindre sans prévenir. Certaines chansons ont le pouvoir de faire remonter des souvenirs que l'on croyait ou non oubliés. Il semble invraisemblable qu'une simple mélodie suffise à nous replonger dans une époque, une personne ou un moment précis.

Mais elle peut aussi amplifier ce que l'on ressent déjà. Lorsqu'on écoute une musique triste, notre tristesse semble plus forte, plus intense ; lorsqu'on écoute une musique énergique, on peut avoir l'impression de retrouver la force et la motivation de se battre et d'aller jusqu'au bout ! La musique agit alors comme une surface pouvant miroiter nos émotions les plus claires comme les plus sombres. Néanmoins la musique ne se contente pas uniquement de faire ressentir. Elle peut également aider à aller mieux. Beaucoup de personnes écoutent certaines chansons lorsqu'elles ne vont pas bien, comme si elles trouvaient du réconfort dans les paroles et un refuge dans les sons.

Une musique ne résout pas forcément les problèmes, mais elle peut les rendre plus supportables. Elle donne parfois l'impression de ne pas être seul, d'être enfin compris, de partager une émotion avec quelqu'un d'autre, et ce même si cette personne est un artiste que l'on ne connaîtra probablement jamais.

Finalement, comme une vague, la musique finit toujours par se retirer. Une chanson se termine, le silence revient, et ce que l'on ressent reste en nous. Peut-être est-ce justement ce qui rend la musique si forte : elle est à la fois éphémère et éternelle. Elle ne dure que quelques minutes, mais nous marque irrémédiablement pendant des années.

Deuxième jet :

La musique n'est, à première vue, qu'un amas inerte voir chaotique : de sons, de fréquences et de rythmes. Pourtant, lorsqu'elle touche quelqu'un, elle devient bien plus qu'un simple bavardage entre instrument. Elle peut faire immerger des abysses de la mémoire un vieux et lointain souvenir, accompagner une période plus ou moins difficile ou encore mettre des mots sur des émotions que l'on ne comprend parfois pas soi-même.

Comme une vague, la musique arrive à nous atteindre sans prévenir. Quand personne ne s'y attend en nous prenant au dépourvu. Les sentiments s'emballent, la cadence s'accélère et notre perception

semble changée. Et c'est tel un nouveau-né que l'on fait face à un tout nouveau point de vue. Une vision aux responsabilités telle qu'elle peut décider de nos joies, nos colères ou nos peines.

Mais elle peut aussi amplifier ce que l'on ressent déjà. Lorsqu'on écoute une musique triste, notre tristesse semble plus forte. Les paroles résonnent davantage, la gorge se serre, les pensées deviennent plus lourdes. On a parfois l'impression que la musique comprend ce que l'on ressent mieux que nous-mêmes. Lorsqu'on écoute une musique énergique, on peut avoir l'impression de retrouver la force et la motivation de se battre et d'aller jusqu'au bout ! La musique agit alors comme une surface pouvant miroiter nos émotions les plus radieuses comme les plus obscurs.

Néanmoins la musique ne se contente pas uniquement de faire ressentir. Elle peut également aider à aller mieux. Beaucoup de personnes écoutent certaines chansons lorsqu'elles ne vont pas bien, comme si elles trouvaient du réconfort dans les paroles et un refuge dans les sons.

Une musique ne résout pas les problèmes, mais elle peut les rendre plus supportables. Pendant quelques minutes, elle nous permet de respirer, d'oublier ce qui nous pèse ou simplement de nous sentir moins seul. Elle agit comme une présence discrète qui reste près de nous lorsque plus rien d'autre ne semble pouvoir nous aider. Elle donne parfois l'impression de ne pas être seul, d'être enfin compris, de partager une émotion avec quelqu'un d'autre, et ce même si cette personne est un artiste que l'on ne connaîtra jamais.

Finalement, comme une vague, la musique finit toujours par se retirer. Une chanson se termine, le silence revient, et ce que l'on ressent reste en nous. Peut-être est-ce justement ce qui rend la musique si forte : elle est à la fois éphémère et éternelle. Elle ne dure que quelques minutes, mais nous marque irrémédiablement pendant des années.

Mon rapport à l'écrit :

Je ne ressens pas forcément quelque chose de particulier lorsque j'écris. Pourtant, j'aime cette liberté que l'écriture permet. Je peux choisir mes mots, mon ton, l'intention que je veux donner à une phrase. Écrire me donne la possibilité de dire exactement ce que je veux, de la manière dont je veux le dire.

Ma seule réticence face à l'écriture est le temps qu'elle demande. J'aime que les choses soient bien faites, alors je réfléchis beaucoup avant d'écrire. Je ne suis pas quelqu'un qui écrit rapidement, sans se relire et revenir sur ses phrases. Au contraire, j'ai souvent besoin de retravailler ce que j'écris pour obtenir un résultat qui me satisfait vraiment.

Je n'écris pas pour raconter mon quotidien ou pour tenir une sorte de journal intime. Ce que je cherche avant tout, c'est à faire passer un message. J'ai souvent été amené à écrire des textes, des poèmes ou des chansons pour des proches. Derrière chacun d'eux, il y avait toujours une intention : dire quelque chose d'important, montrer une émotion ou transmettre une pensée que je n'aurais peut-être pas su exprimer autrement.

Je ne préfère pas forcément écrire plutôt que parler. Les deux ont quelque chose de différent. La parole est plus spontanée, plus directe. Tandis que l'écriture, elle, permet de prendre du recul, de réfléchir à la manière dont on formule les choses. On peut revenir sur une phrase, la corriger, lui donner plus de force. C'est sans doute pour cela que certains sujets sont plus faciles à aborder à l'écrit qu'à l'oral.

Lorsque j'écris, je m'inspire plus facilement de ce que j'ai vécu. Je trouve qu'un texte paraît plus sincère lorsqu'il parle d'une expérience réelle, parce qu'on sait vraiment de quoi on parle. C'est aussi pour cela que je relis souvent mes textes avec un regard critique : le temps passe, on change, et ce que l'on a écrit autrefois ne nous satisfait plus toujours de la même manière. Mais au fond, c'est peut-être cela aussi, écrire : essayer de trouver les mots justes, puis accepter de les retravailler encore et encore.

Texte 11 : Claire SÉVAL – BUT MT2E Grenoble

Piste 1 : « Mon mot préféré. »

Piste 2 : « C'est quoi réussir sa vie ? »

Piste 3 : « Mon monde imaginaire serait... »

Piste 4 : « Est-ce l'âge qui nous fait devenir adulte ? »

Piste 5 : « Mes missions si j'étais un Dieu. »

Piste 6 : « La chose la plus folle que j'oserais faire si j'étais seule sur Terre. »

Piste 7 : « Dans la Nature, c'est là où je me sens le mieux. »

Choix de la piste 4 :

Premier jet :

« Je me souviens encore de cette activité dans mon lit, à l'âge de 13 ans : compter de 0 à 13. Puis je comparais avec l'âge de mon frère, qui a 7 ans de plus que moi. Je le trouvais chanceux, car ça lui prenait plus de temps. À cet instant, je n'avais qu'une seule hâte : vieillir, afin de prendre plus de temps lors du comptage, et surtout pour me sentir adulte, car cela signifiait pour moi avoir du vécu et, surtout, être heureuse. « Adulte = joie + responsabilité + projet », voici l'équation qui me faisait rêver. Pff, que des sottises ! Si j'avais su, j'aurais dû profiter davantage de ces années d'insouciance, de jeux et de foutaises. Devenir adulte, je ne sais pas exactement ce que c'est, mais ce qui me différencie aujourd'hui de la moi de 13 ans, c'est mon ancrage dans la vie, cette connexion au monde qui m'a fait immerger des peurs, des barrières, de l'anxiété et de l'anticipation. À mon avis, je n'étais pas assez forte en maths à cet âge-là, car si je devais aujourd'hui revoir l'équation « Adulte = joie + responsabilité + projet », avec ces inconnues qui peuvent changer complètement la valeur de l'adulte... Mouais, ce n'est pas du tout ce que j'imaginai dans mon lit. Je pensais réellement qu'il n'y avait qu'une seule manière d'être une bonne adulte, et c'était cela dont je rêvais. Un rêve bien étrange, car maintenant, je rêve de revenir en arrière ! »

Second jet :

« Souvent, au moment du coucher, je tournais sur moi-même pour trouver le sommeil. Impossible de m'endormir, même après une heure de lecture. Ma méthode personnelle ne fut pas de compter les moutons, mais plutôt de compter les années. Plus précisément, je comptais l'âge des membres de ma famille. Une activité étrange, mais efficace : arriver à l'âge de ma grand-mère, ça commençait à faire long, et je m'endormais d'épuisement. À cette époque, j'avais une dizaine d'années, donc c'était rapide de faire mon propre compte. J'ai commencé à me comparer à l'âge de mon frère, qui a 5 ans de plus. Je le trouvais chanceux d'être plus âgé et donc de prendre plus de temps pour compter. À ces instants, je n'avais qu'une seule envie : vieillir. Prendre de l'âge, c'était devenir une adulte, quelqu'un de responsable, d'important et qui a du vécu, tout ce que mon âge ne reflétait pas à cette époque.

« Adulte = joie + responsabilité + projet », voici l'équation qui me faisait rêver. Pff, que des sottises ! Si j'avais su, j'aurais dû profiter davantage de ces années d'insouciance, de jeux et de foutaises. Aujourd'hui encore, je ne suis pas certaine d'être une adulte, mais ce qui me différencie de la moi de 13 ans, c'est mon ancrage dans la vie, cette connexion au monde qui m'a fait immerger des peurs, des barrières, de l'anxiété et de l'anticipation. À mon avis, je n'étais pas assez forte en maths à cet âge-là, car si je devais aujourd'hui revoir l'équation « Adulte = joie*x² + responsabilité*x + projet », avec ces inconnues qui peuvent changer complètement la valeur de l'adulte. Ce n'est pas du tout ce que j'imaginai dans mon lit. Je pensais réellement qu'il n'y avait qu'une seule manière d'être adulte et qu'elle était forcément bonne. Un rêve bien étrange, car maintenant, je rêve de revenir en arrière !

Réflexion sur mon rapport à l'écrit

C'est un exercice étonnant et créatif que j'ai particulièrement apprécié. J'ai pris mon temps pour choisir la piste que je souhaitais développer, car finalement, elles m'intéressaient et m'inspiraient toutes. Ce qui a guidé mon choix, c'est ce souvenir qui marque encore mon esprit aujourd'hui. Au cours du premier jet, j'ai pris beaucoup de plaisir, car je n'avais pas la contrainte de produire un texte « parfait ». Ce fut donc plus facile d'écrire sans y prêter attention : les idées étaient claires, et j'écrivais tout en revivant le souvenir. En revanche, lors du deuxième jet, je me suis confrontée à la cohérence des idées. J'ai explicité, enjolivé mon rêve et limité le jargon courant. Ce ne fut pas une chose facile, car j'ai dû me mettre à la place du lecteur. Finalement, je suis satisfaite de cet exercice, mais je préfère écrire de façon directe (comme dans le premier jet), car c'est plus libérateur et plaisant. En revanche, je ne pense pas que ces textes soient agréables à relire ou à partager, car ils ne sont pas travaillés et restent plus intimes.

IUT de Bayonne, GEA, Laurence Riu-Comut

Texte 12 : Romane JAUJOU – BUT GEA Bayonne

Pistes d'écriture :

- 1 – Raconter une histoire touchante du point de vue d'un animal, témoin silencieux de notre quotidien, et montrer comment il perçoit nos émotions, nos gestes et sa place au sein de sa famille.
- 2 – Réécrire une journée précise en imaginant qu'elle se déroule autrement : "Et si ce jeudi 21 août avait changé le destin ?"
- 3 – Partir d'un message en apparence anodin mais qui pourrait bien marquer un tournant décisif dans la vie du personnage : "Romane, rappelle-moi dès que possible !"
- 4 – Une projection dans l'avenir, raconter qui je suis devenue, ce qui a changé dans ma vie et ce que j'ai conservé de celle que je suis aujourd'hui.

Premier jet :

Cela fait plusieurs jours que mon souffle n'est plus le même. Je m'en rends compte au réveil, quand l'air entre moins facilement, quand chaque inspiration demande un peu plus d'effort que la veille.

Je ne dis rien, peut-être ne vont-ils pas le remarquer. Pourtant leurs regards me suivent davantage. Ils me demandent si ça va, même quand je ne réponds pas. Ils s'assoient près de moi, comme s'ils craignaient que je m'éloigne.

Depuis toujours, je les observe. Aujourd'hui mes yeux se font lourds et je peux à peine les suivre.

J'ai vu cette maison se remplir, se vider, puis se remplir autrement. J'ai vu des enfants devenir grands. Des voix changer. Des rires devenir plus rares, puis revenir différemment.

J'étais là à chaque étape.

Ils pensent parfois que je ne comprends pas. Pourtant, je reconnais leurs silences mieux que leurs mots. Je sais quand ils retiennent quelque chose. Je sais quand ils s'accrochent.

Ces derniers jours, ils s'accrochent plus fort. Leurs mains tremblent légèrement quand elles se posent sur moi. Ils restent plus longtemps, parlent plus doucement. Comme si le bruit pouvait me faire partir.

Moi, je ne me débats pas.

J'ai vécu ce que j'avais à vivre. J'ai aimé. J'ai attendu. J'ai accompagné. J'ai observé sans jamais juger.

Je les ai vus grandir ensemble. Passer devant la maison, revenir du lycée, parler de leurs projets, de leurs peurs, de leur avenir. Je les ai reconnus à chaque âge.

Aujourd'hui, respirer me fatigue mais je suis calme, ce n'est pas une fin que je ressens. C'est une pause.

Ce sont eux qui ont du mal à lâcher. Pas moi.

Ils disent que je suis courageux. En réalité, je suis simplement prêt.

Je ferme les yeux un instant. Je sens encore leurs mains. Leur odeur. Leur présence.

Je ne pars pas. Je m'allonge.

Je m'appelle Oslo. J'étais leur chien.

Second jet :

Cela fait plusieurs jours que mon souffle n'est plus le même. Je m'en rends compte au réveil, quand l'air entre moins facilement, quand chaque inspiration demande un peu plus d'effort que la veille.

Je ne dis rien, peut-être ne vont-ils pas le remarquer.

Pourtant leurs regards me suivent davantage. Ils me demandent si ça va, même quand je ne réponds pas. Ils s'assoient près de moi, comme s'ils craignaient que je m'éloigne.

Depuis toujours, je vis au rythme de leurs pas, le regard constamment levé vers eux. Aujourd'hui mes yeux se font lourds et leurs silhouettes m'échappent.

J'ai vu cette maison se remplir, se vider, avant d'accueillir de nouveaux visages. J'ai vu des pas hésitants devenir des marches assurées. Des voix changer. Des rires devenir plus rares, puis revenir différemment.

Je n'ai manqué aucun passage.

Ils pensent parfois que je ne comprends pas. Malgré tout, je reconnais leurs silences mieux que leurs mots. Je sais quand ils retiennent quelque chose comme je sais quand ils s'accrochent.

Ces derniers jours, ils s'accrochent plus fort. Leurs mains tremblent légèrement quand elles se posent sur moi. Ils restent plus longtemps, parlent plus doucement. Comme si le bruit pouvait me faire partir.

Je les ai vus grandir ensemble. Passer devant la maison, revenir du lycée, parler de leurs projets, de leurs peurs, de leur avenir. Je les ai reconnus à chaque âge.

J'ai longtemps marché derrière eux, l'oreille tendue, le pas pressé, prêt à bondir au moindre signal quand Oslo résonnait comme un départ. Désormais, ils m'appellent seulement pour s'assurer que je ne les quitte pas.

Respirer est devenu un travail trop lourd pour moi. Mais ce n'est pas la fin de notre histoire, simplement un silence nécessaire, une pause, le temps de reprendre mon souffle ailleurs.

Mes yeux se ferment, mais je les devine mieux encore. Je n'ai plus besoin de lumière pour savoir qu'ils sont là. Je sens le poids de leurs mains et cette odeur si familière peu à peu s'éloigner.

Je ne pars pas. Je m'allonge ici, pour ne plus jamais quitter leurs pas.

Rapport à l'écriture :

J'ai choisi cette histoire car elle s'inspire de faits réels. Écrire à partir du vécu rend, selon moi, le récit plus sincère et plus juste. Cela faisait d'ailleurs longtemps que je n'avais pas pris le temps d'écrire en dehors d'un cadre strictement scolaire. Cet exercice m'a permis de renouer avec une écriture plus libre, guidée par l'émotion et non par la forme. J'ai toujours aimé écrire, que ce soit dans un journal intime ou à travers la poésie. De surcroît, j'ai toujours aimé lire et m'imprégner de différents auteurs. J'aime particulièrement me mettre dans la peau des personnages et tenter de comprendre ce qu'ils peuvent ressentir ; c'est précisément ce que j'ai cherché à faire à travers ces écrits.

Aujourd'hui, les intelligences artificielles occupent une place croissante dans notre rapport à l'écrit et il m'arrive de les utiliser moi-même pour certains travaux. Elles peuvent être utiles pour proposer des pistes, des idées ou aider à dépasser le syndrome de la page blanche. En revanche, lorsqu'il s'agit d'émotions et de vécu, rien ne peut les exprimer avec plus de justesse que nous-mêmes. L'IA reste limitée dans l'expression des sentiments, qui sont profondément humains. L'écriture demeure avant

tout un espace intime, où l'on transmet des émotions que seule l'expérience personnelle permet de formuler.

Texte 13 : Eugénie RODRIGUES REIS – BUT GEA Bayonne

Pistes d'écriture :

1. Un objet du quotidien raconte son existence et ce qu'il a vu des humains qui l'ont possédé : mémoire d'un objet, avec sa fidélité silencieuse, et la façon dont les humains laissent leur trace dans les choses qu'ils utilisent sans y penser
2. Et si le mur de Berlin n'était jamais tombé ? : deux Allemands aux vies totalement différentes, l'un à l'Est, l'autre à l'Ouest. L'un vit dans un univers strict et organisé, où la liberté est limitée et les routines codifiées, l'autre grandit dans un monde ouvert, où tout semble possible. Le récit suit leurs vies parallèles, leurs expériences, leurs frustrations et leurs rêves impossibles à partager, montrant comment un seul événement historique peut sculpter des existences radicalement différentes
3. Un moment ordinaire, faire la cuisine, en expérience presque magique
4. Un film si captivant qu'il dévore l'âme de ses spectateurs. Ici, la projection cinématographique devient un événement presque surnaturel. Plus le film captive le spectateur, plus il absorbe une part de son âme, de ses souvenirs ou de ses émotions.

Un moment ordinaire, faire la cuisine, en expérience presque magique

Premier jet :

Je suis entrée dans la cuisine sans intention particulière. J'avais faim, simplement, une faim ordinaire, presque automatique. Pourtant, dès que j'ai posé les mains sur le plan de travail, quelque chose a changé. Le silence s'est épaissi, comme s'il avait pris de la matière. Le bruit du monde est resté derrière la porte, tenu à distance.

J'ai sorti les légumes un par un, sans me presser. Leur peau était froide, presque inerte, et ce contact m'a ramenée au présent. En les lavant, j'avais l'impression de les réveiller doucement. L'eau coulait régulièrement, comme un commencement, comme si tout pouvait repartir de là. J'ai pris le couteau. Le premier coup a résonné plus fort que prévu, net, précis. Couper devenait une décision irréversible, un geste qui engageait la suite.

Le feu s'est allumé d'un claquement sec. La poêle a commencé à chauffer lentement, comme un animal qui reprend conscience après un long repos. Les odeurs sont arrivées avant même que je les voie, remplissant l'espace. J'ai remué, goûté, ajusté. Le temps ne comptait plus de la même façon : il semblait se plier au rythme de la cuisson.

Quand j'ai enfin mangé, calmement, j'ai compris que je n'avais pas seulement préparé un repas. J'avais organisé un moment à part, une parenthèse où tout était à sa place, y compris moi.

Second jet :

Je suis entrée dans la cuisine avec une faim banale, presque honteuse. Rien d'urgent, rien de noble. Pourtant, dès que j'ai fermé la porte derrière moi, le monde s'est légèrement déplacé. Le bruit extérieur s'est dissous, et le silence a pris une consistance nouvelle, dense et presque palpable. La cuisine était devenue un espace à part, un lieu où chaque geste comptait.

J'ai sorti les ingrédients lentement, comme on aligne des objets nécessaires à un rite ancien. Les légumes étaient froids, lourds, réels. Leur contact réveillait mes mains. En les lavant, j'avais l'impression de les préparer à autre chose qu'un simple repas. L'eau coulait en continu, régulière, comme si elle mesurait le temps à ma place.

Le couteau a brillé un instant sous la lumière. Le premier coup a tranché net, sans hésitation. À chaque geste, quelque chose se décidait. Couper, c'était accepter de ne plus pouvoir revenir en

arrière. Les morceaux s'accumulaient, et je sentais naître une étrange satisfaction dans cet ordre provisoire.

J'ai allumé le feu. Le claquement sec du gaz a rompu le silence, suivi d'un souffle discret. La poêle s'est mise à chauffer lentement. Elle n'était pas encore prête, et moi non plus. J'ai attendu. Dans cette attente, mes pensées se sont rangées d'elles-mêmes. Rien n'était pressé.

Quand les aliments ont touché la surface brûlante, un son vif s'est élevé, comme un signal. Les odeurs ont envahi l'espace, épaisses. J'ai remué, goûté, ajusté. Le temps ne passait plus normalement : il se dilatait autour de la cuisson.

En mangeant, j'ai compris que je n'avais pas seulement nourri mon corps. J'avais tenu le monde à distance pendant quelques minutes. J'avais transformé un besoin simple en moment nécessaire. Et dans cette cuisine ordinaire, quelque chose d'extraordinaire avait discrètement eu lieu.

Rapport à l'écriture :

J'ai pris l'habitude de raconter ma journée par écrit et de noter chaque soir trois choses dont je suis reconnaissante. Pour moi, écrire n'est pas seulement un compte rendu, c'est surtout une manière d'extérioriser mes pensées et mes émotions. En mettant des mots sur ce que je ressens, je peux sortir de moi ce qui me travaille, même ce qui est confus ou difficile à exprimer à voix haute. Cela me permet de prendre du recul, de comprendre mes réactions et d'observer mes journées avec plus de clarté. Chaque mot posé devient un reflet de mon monde intérieur, une manière de dialoguer avec moi-même.

Écrire devient alors un espace à moi, un moment où je peux être entièrement honnête sans crainte de jugement. Cela m'aide à organiser mes idées, à apaiser certaines tensions intérieures et à prendre conscience des aspects positifs de ma vie. Même les petites choses, les gestes ou les instants que j'aurais pu oublier, prennent de l'importance une fois écrits. Avec le temps, ce rituel est devenu une façon d'entrer en contact avec moi-même, de libérer ce que je garde en moi et de cultiver la gratitude au quotidien.

IUT de Colmar, TC, Catherine Ponchon

Texte 14 : Joseph WAS – BUT TC Colmar

Les 4 pistes d'écriture

Piste 1 – L'envie de tout plaquer

Parfois, l'envie arrive comme une coupure de courant : brutale, silencieuse, sans prévenir. Je suis là, au comptoir

Piste 2 – Le freestyle du cerveau fatigué

Si mes pensées étaient un rappeur, elles cracheraient des punchlines entre deux clients

Piste 3 – Ce que je dirais à mon père

Les faits bruts : je tiens, mais parfois à peine. Et merci – Ce merci-là, je ne le dis pas assez. Peut-être parce que je ne sais pas encore comment les mots peuvent porter ce genre de chose sans les abîmer.

Piste 4 – Lettre officielle à ma fatigue.

Objet : Résiliation de notre collaboration.

2. Piste choisie : l'envie de tout plaquer

Je choisis cette piste parce qu'elle est la plus honnête. Pas la plus spectaculaire, pas la plus originale dans le fond – mais la plus vraie. Elle parle de mon alternance dans le commerce, de cette sensation permanente d'être entre deux chaises, entre deux versions de moi-même. Je ne voulais pas écrire

quelque chose de joli pour faire joli. Je voulais écrire quelque chose qui ressemble à ce que je vis quand personne ne regarde.

3. Premier jet

L'envie arrive toujours au mauvais moment. Quand je suis au comptoir, sourire collé au visage, discours automatique prêt. Je suis en alternance dans le commerce : moitié étudiant, moitié vendeur, parfois zéro humain. Je ne suis pas malheureux. Je suis saturé. Saturé d'être efficace tout le temps. Saturé d'entendre « petit effort » comme si l'effort était un abonnement obligatoire qu'on aurait oublié de me facturer. J'ai envie de tout quitter : les mails, le réveil à 6h30, les objectifs mensuels, les sourires calibrés. J'ai envie d'un silence sans notification. Mais au moment même où je veux partir, une autre envie m'attrape par l'épaule. Celle de réussir. Celle d'avoir mon diplôme dans les mains. Celle de prouver, à moi surtout, que je peux tenir jusqu'au bout. Alors je reste. Je souris. Je continue. Et je me demande combien de temps encore je vais pouvoir tenir les deux bouts en même temps.

4. Deuxième jet

L'envie ne crie pas. Elle s'installe discrètement. Elle s'assoit à côté de moi derrière le comptoir, elle pose ses coudes sur la caisse et elle attend. Elle observe mes gestes devenus mécaniques : je souris, je conseille, je vends – dans l'ordre, sans y penser, comme une machine bien réglée qui aurait oublié qu'elle avait un jour eu des engrenages rouillés.

Je suis en alternance. Le matin, je prends des notes dans un amphi. L'après-midi, je vends des produits à des gens qui, eux, ont l'air de savoir où ils vont. Le soir, je me demande où je suis passé. Il y a une antithèse permanente dans ma vie : avancer sans m'effacer, réussir sans me dissoudre dans le rôle. J'ai envie de tout quitter – pas par caprice, pas parce que c'est trop dur en soi, mais parce que je commence à ne plus me reconnaître dans le reflet du miroir du vestiaire à 18h. J'ai envie d'un jour sans badge, sans performance, sans avoir à mériter ma pause.

Et pourtant. L'ambition est toujours là, têtue. Je veux réussir. Je veux être fier. Je veux aller au bout. L'envie me tire en arrière, l'ambition me pousse en avant, et moi je suis au milieu – funambule sur un fil invisible que personne d'autre ne peut voir.

5. Troisième jet

Parfois, l'envie surgit comme une fissure dans le mur bien peint de ma routine. Pas une explosion – juste une ligne fine, presque invisible, qui s'étend lentement dans le plâtre.

Je suis là, debout derrière un comptoir, à parler de marges et de promotions, pendant que ma tête rêve d'horizons sans étiquettes de prix. Il y a deux versions de moi qui cohabitent : celui qui tient le cap, et celui qui regarde par la fenêtre en se demandant ce qu'il y a de l'autre côté.

Je souris. Je conseille. Je vends. Je souris encore. Je conseille encore. Je vends encore.

Et à l'intérieur, quelque chose grince.

J'ai envie de tout quitter. Quitter le bus bondé du matin, quitter les notifications qui n'attendent pas, quitter cette impression de vivre en mode « mise à jour permanente » toujours une nouvelle version de moi à installer, jamais le temps de redémarrer vraiment.

J'hésite. Je doute. Je panique. Je continue quand même.

Pourquoi ?

Parce que j'ai envie de réussir aussi. Parce que je veux être fier de ce que j'aurai construit. Parce que je refuse de m'arrêter au premier vertige, même quand le sol vacille sous mes pieds. Alors je comprends quelque chose que je n'aurais pas pu formuler au départ : l'envie de tout quitter n'est pas forcément une envie de fuir. C'est un signal. Un rappel. Une alarme douce qui dit : hé, tu t'es un peu perdu en route, reviens à toi. Elle ne me dit pas : disparaïs. Elle me dit : ajuste. Respire. Retire le masque quand il colle trop fort à ta peau. Si je pars un jour, ce ne sera pas une fuite. Ce sera un

choix. Et il y a une différence énorme entre les deux – même si, de l'extérieur, ça peut ressembler à la même chose.

6. Processus de réécriture

Écrire ce texte, c'est un peu comme vider un tiroir qu'on n'avait pas ouvert depuis longtemps. Au début, on sort les trucs en vrac, sans ordre, sans chercher à ce que ça soit beau. C'est ce que j'ai fait dans le premier jet : des phrases courtes, directes, presque sèches. Je posais le ressenti brut – la saturation, l'envie de tout lâcher – sans chercher à l'habiller. C'était honnête mais un peu nu, un peu trop simple pour rendre compte de la complexité de ce que je ressentais vraiment.

Dans le deuxième jet, j'ai commencé à creuser. J'ai ajouté des images, des oppositions. La métaphore du funambule, par exemple, n'était pas planifiée – elle est arrivée parce que c'est vraiment comme ça que je me sens : en équilibre instable entre deux forces qui tirent dans des directions opposées. J'ai aussi utilisé l'antithèse « avancer sans m'effacer, réussir sans me dissoudre » pour rendre visible ce conflit intérieur qui, sinon, resterait flou. Nommer les choses avec précision, c'est déjà un peu les apprivoiser.

Dans le troisième jet, j'ai bossé le rythme. J'ai ajouté une anaphore – « Je souris. Je conseille. Je vends. » – pour montrer la répétition mécanique du quotidien, ce côté automatique qui finit par vider le geste de son sens. J'ai utilisé une gradation – « j'hésite, je doute, je panique » – pour intensifier l'émotion sans l'expliquer, juste la laisser monter. Et j'ai supprimé des phrases trop explicatives, pour laisser de la place au lecteur. Parfois, ce qu'on ne dit pas compte autant que ce qu'on dit.

Ce qui m'a surpris, c'est que l'écriture a changé ma compréhension du sujet. Au départ, je pensais écrire sur la fatigue et l'envie de fuir. En relisant mes jets, j'ai réalisé que c'était plus nuancé que ça : je ne voulais pas disparaître, je voulais retrouver quelque chose. Une forme d'espace intérieur que le rythme de l'alternance avait peu à peu réduit. Réécrire, c'est aussi penser autrement. C'est revenir sur ce qu'on a dit pour découvrir ce qu'on voulait vraiment dire – et parfois ces deux choses ne sont pas pareilles. Ce devoir m'a permis de le vérifier.

Texte 15 : Kilian COELSH – BUT TC Colmar

Pistes d'écriture :

- 1) Voyage d'un enfant dans son monde
- 2) Le cœur qui parle, avec 6 mots à placer
- 3) La solitude d'un ado, en répétant « solitude » en début de phrase
- 4) Un voyageur imaginaire dans un monde imaginé

L'écriture (piste 3) :

Jet 1

Solitude. Je me lève, je me prépare, je mets mes écouteurs, bref je suis seul.

Solitude. J'arrive au lycée, je me mets au fond de la classe, j'ai cours de français.

Solitude. C'est la pause, je remets mes écouteurs et j'attends la sonnerie.

Solitude. La fin de journée est là, je rentre et je reçois un message : « Votre colis est arrivé ».

Solitude, mes meilleurs amis, console et écouteurs et je souris, bref je suis seul.

Jet 2

Solitude. Je me lève, je m'habille, je mets mes écouteurs, je mange, maman est partie, bref je suis seul.

Solitude, je pars de la maison, je marche avec mes écouteurs, personne ne me voit, j'arrive devant le lycée.

Solitude, huit heures du matin, cours de français, j'enlève mes écouteurs, je m'installe au fond comme à mon habitude et j'attends la fin du cours.

Solitude, la cloche résonne, c'est la pause, je remets mes écouteurs, posé sur les escaliers, je me sens seul.

Solitude, les cours s'enchaînent, les écouteurs mis et remis, c'est la fin de la journée.

Solitude, j'arrive à la maison, mes meilleurs amis sont là, ceux qui sont là depuis le début et qui me font oublier ma solitude, merci à ma console et mes écouteurs, je souris, bref je suis seul.

Jet 3

Solitude. Le réveil sonne, j'ai pas envie de me lever, l'heure du lycée a sonné. Je me lève, je me lave, je m'habille simplement, je mets mes écouteurs, mon petit déjeuner est prêt, maman est déjà partie sans dire au revoir. Bref je suis seul.

Solitude. Sans envie, je ferme la porte à clé, je descends, il fait froid, mes écouteurs sont ma seule chaleur aujourd'hui. Personne ne me voit, personne ne m'entend, je marche. J'arrive devant le lycée.

Solitude. Huit heures du matin, cours de français, j'arrive en classe, j'enlève mes écouteurs :

« Bonjour madame », pas de réponse... Je m'installe au fond comme à mon habitude et le temps passe. Je me sens invisible.

Solitude. La cloche sonne, c'est la pause, le temps de chaleur revient : mes écouteurs. Posé sur les escaliers, je me sens seul.

Solitude. Les cours s'enchaînent : français, puis maths, puis histoire, puis anglais. Tous ont la même saveur. Les heures passent lentement, comme si le temps lui-même ressentait cette solitude. Je me sens seul.

Solitude. Les écouteurs mis et remis, le quotidien du self, à manger isolé. Autour de moi, les discussions et les rires remplissent la salle, mais aucun ne m'est destiné.

Solitude. Les cours sont finis, je me réjouis d'arriver à la maison, ma meilleure amie m'attend.

J'arrive à la maison, je monte dans ma chambre et la voilà, ma console, celle qui me redonne le sourire à la fin de ma journée. Mes écouteurs, ma console et moi-même, je souris. Bref je suis seul.

Réflexion

Dans un premier temps, je me suis orienté vers la piste d'écriture numéro un. L'idée d'explorer le voyage imaginaire d'un enfant dans son propre monde pouvait sembler intéressante, car elle ouvrait la possibilité d'un travail d'imagination et de description. Cependant, en commençant à poser les premières idées sur le papier, je me suis rapidement rendu compte que cette piste ne correspondait pas réellement à la manière dont j'avais envie d'écrire. Malgré quelques tentatives pour structurer le texte et établir une liste d'images ou de mots clés, l'inspiration restait limitée. Le sujet me paraissait trop éloigné de ce que je voulais exprimer, ce qui rendait l'écriture plus artificielle et moins spontanée.

C'est pour cette raison que je me suis finalement tourné vers la piste d'écriture numéro trois, centrée sur le thème de la solitude. Ce choix s'est imposé de manière assez naturelle. La solitude est un sentiment complexe, mais aussi très présent dans l'expérience humaine, et particulièrement dans celle de l'adolescence. Elle peut se manifester même lorsque l'on est entouré d'autres personnes, dans des lieux pourtant très fréquentés comme le lycée. Ce paradoxe m'a semblé intéressant à explorer dans un texte court. Le procédé consistant à répéter le mot « solitude » en début de phrase m'a également paru pertinent sur le plan stylistique. Cette répétition crée un effet de rythme et d'insistance qui traduit la monotonie et la répétition du quotidien du personnage. Elle permet aussi de structurer le texte en différentes étapes d'une même journée : le réveil, le trajet, les cours, les pauses et enfin le retour à la maison. Ainsi, la journée décrite devient une sorte de cycle dans lequel la solitude est constamment présente.

L'évolution entre les différents jets s'est faite de manière assez progressive. Le premier jet avait surtout pour objectif de poser une base narrative simple : une journée ordinaire vécue par un adolescent solitaire. Les jets suivants ont permis d'enrichir ce cadre en ajoutant davantage de détails, de sensations et de pensées. Le texte devient alors moins descriptif et davantage introspectif, ce qui renforce l'impression d'isolement du personnage.

Enfin, cet exercice d'écriture m'a semblé particulièrement intéressant, car il offre un espace d'expression relativement libre. Il permet d'explorer des émotions ou des situations du quotidien tout en développant une forme d'écriture personnelle. En ce sens, il ne s'agit pas seulement d'un travail scolaire, mais aussi d'une manière de réfléchir à des expériences humaines universelles et de leur donner une forme littéraire.

Texte 16 : Lou SALAMONE – BUT TC Colmar

4 pistes

- Nos proches sont-ils nos amis ou nos ennemis ?
- La salle de sport transforme le corps... mais transforme-t-elle vraiment l'esprit ?
- Faut-il se taire pour survivre ou parler pour se libérer ?
- Avoir 19 ans, être une grande sœur ou une deuxième mère ?

1^{er} jet

J'ai souvent dit que le silence est d'or. Franchement, si c'était vrai, certaines personnes seraient milliardaires, dont moi. Parce que parfois le silence pèse très lourd, surtout pour les filles. Pas parce qu'elles veulent se taire. Mais parce qu'elles ont peur de ne pas être crues, peur du regard des autres, au pire d'être juger. On se tait pour éviter les problèmes, pour ne pas déranger. Un peu comme quand quelqu'un demande « ça va ? » et qu'on répond « oui oui » alors qu'au fond c'est le chaos.

Quand un homme abuse de nous physiquement ou moralement, une partie de nous-même se brise. Ronger par la honte et la culpabilité... Sommes-nous folles ? Je suis une fille de 18 ans, un soir à Lille.

2^e jet

On dit souvent que le silence est d'or. Franchement, si c'était vrai... je serais déjà riche. Moi, j'ai 19 ans, et je viens de Colmar. Une petite ville plutôt calme, presque rassurante... en apparence. Parce que même dans les endroits tranquilles, il y a des choses dont on ne parle pas vraiment. Moi, il m'arrive de me taire. Pas parce que je n'ai rien à dire, mais parce que moi j'ai peur. Suis-je folle ?

Peur de ne pas être crue, peur du regard des autres, peur d'être jugée... ou qu'on minimise ce que je ressens. Et je pense que beaucoup de filles comprendront ce que je veux dire.

Il y a des moments où on se sent mal à l'aise, où une limite est franchie, mais où on ne sait pas comment réagir... ni si ça vaut "vraiment" la peine d'en parler.

Alors on se tait. Pour éviter les problèmes, pour ne pas faire de vagues, ou juste pour continuer à avancer. Mais au fond, ce silence, il ne nous protège pas toujours. Il arrange juste ceux qui n'ont rien à expliquer.

Et c'est pour ça que je me pose cette question : Faut-il se taire pour survivre... ou parler pour se libérer ?

3^e jet

On dit souvent que le silence est d'or. Franchement, si c'était vrai... je serais déjà riche. Mais bizarrement, ce genre de richesse-là, on s'en passerait bien. Moi, j'ai 19 ans, et je viens de Colmar. Une petite ville plutôt calme, presque rassurante... en apparence. Parce que même dans les endroits tranquilles, il y a des choses dont on ne parle pas vraiment. Moi, il m'arrive de me taire. Pas parce

que je n'ai rien à dire, mais parce que moi j'ai peur. Suis-je folle ? Peur de ne pas être crue, peur du regard des autres, peur d'être jugée... ou qu'on minimise ce que je ressens.

Et je pense que beaucoup de filles comprendront ce que je veux dire. Il y a des moments où on se sent mal à l'aise, où une limite est franchie, mais où on ne sait pas comment réagir... ni si ça vaut "vraiment" la peine d'en parler. Alors on se tait. Pour éviter les problèmes, pour ne pas faire de vagues, ou juste pour continuer à avancer. Mais au fond, ce silence, il ne nous protège pas toujours. Il arrange juste ceux qui n'ont rien à expliquer.

Et c'est pour ça que je me pose cette question : Faut-il se taire pour survivre... ou parler pour se libérer ?

Moi, à un moment, j'ai décidé de ne plus me taire. Pas seulement pour me libérer... mais pour faire entendre ma parole.

Alors j'ai parlé, j'ai poussé la porte du commissariat, et j'ai raconté ce qui s'était passé. J'ai dit clairement ce qu'il avait fait. Que mes "non" n'avaient pas été entendus. Que mes pleurs, n'étaient pas regardés. Que j'avais été attouchée et puis même violée. Depuis je n'arrête pas d'y penser. Ce qui me hantait, c'était ses gestes, et surtout le fait que, pour lui, ça n'avait presque aucune importance. Moi, j'étais paralysée par la peur. Et une honte qui s'installe sans raison. Lui, il était simplement "désolé"... comme si mes refus n'avaient pas suffi. J'ai bien sûr dit non, et pour lui le non voulait dire oui, parce que visiblement il y a encore des gens qui hésitent. Pour lui, la vie continuait normalement. Mais pour moi, quelque chose s'était brisé. Parce que dans ce moment-là, ce n'est pas juste un geste qu'on m'a pris... c'est mon consentement. On parle de guérison, de passé à autre chose, mais comment oublier ce qu'on ne choisit pas ? ce qui s'est passé ce soir-là, malheureusement ça ne s'oublie pas, ça ne s'efface pas, mais surtout ça ne s'invente pas. Parce qu'au final, le plus choquant, ce n'est pas seulement ce qui s'est passé... c'est à quel point ça peut être minimisé.

Alors aujourd'hui, moi j'ai décidé de parler, parce que parfois, parler ne fait pas disparaître ce qu'on a vécu... mais ça permet de se libérer. Moi, j'ai 19 ans et alors oui j'ai été attouchée et violée et j'en suis pour toujours traumatisée. Et même si ça m'a transformée. J'ai aussi appris à me considérer et à m'aimer.

Texte

J'ai décidé de modifier mon premier jet parce qu'il ne correspondait pas vraiment aux attentes. En effet, je ne parlais presque pas en "je", ce qui rendait mon texte moins personnel et moins impliquant. De plus, mes propos étaient assez directs et manquaient de tact, ce qui pouvait mettre mal à l'aise. Ensuite, j'ai retravaillé mon deuxième jet. Cette fois, j'ai fait attention à rendre mon texte plus fluide et plus nuancé, mais il manquait encore un élément essentiel : je posais une question sans réellement y répondre. J'ai donc décidé d'ajouter une fin plus construite, avec un exemple personnel, afin de répondre à ma problématique : faut-il se taire pour survivre ou parler pour se libérer ? Ces modifications m'ont permis d'obtenir un texte plus adapté à l'oral, à la fois personnel, réfléchi et plus impactant. Ce que j'ai particulièrement apprécié dans ce concours d'écriture, c'est qu'il m'a donné l'opportunité de travailler sur moi-même, de réfléchir à mes idées et de les exprimer clairement. Il m'a aussi permis de prendre conscience de l'importance de la parole et de voir comment un texte peut toucher et interpeller les autres. J'ai aimé pouvoir expérimenter différentes façons de raconter, d'oser parler en "je", et finalement construire un texte à la fois personnel et engagé sur un sujet qui me tenait à cœur.

Texte 17 : Alimata FOFANA – BUT Chimie Orsay

J'ai envie d'écrire sur « **les métiers changent de visages** ». Parce que les professions autrefois réservées à certains profils deviennent accessibles à tous, notamment aux femmes et aux jeunes générations. Ce changement montre que les mentalités progressent et que chacun peut désormais construire son avenir, selon ses compétences, et non selon des stéréotypes.

J'ai envie d'écrire sur « **l'école peut-elle garantir des chances égales dans une société de plus en plus fragmentée ?** », parce que même si tout le monde a accès à l'éducation, tous les élèves ne disposent pas des mêmes conditions pour réussir. L'environnement social et familial joue encore un rôle important, dans les parcours scolaires et professionnels.

J'ai envie d'écrire sur « quand **les femmes endossent l'uniforme** » parce que cela illustre leur place grandissante dans les métiers d'autorité, comme l'armée ou la police. Il montre que les compétences et l'engagement ne dépendent pas du genre.

J'ai envie d'écrire sur une **œuvre de Banksy** parce que ses créations interrogent les injustices sociales, les inégalités et les transformations de la société moderne, et ce, à travers un regard artistique fort.

Version 1 « Les métiers changent de visage »

Mon histoire commence quand j'étais à l'école primaire. Je me rappelle que j'étais souvent stressée avec mon stylo Bic parce que je ne voulais pas faire de ratures sur mon cahier propre. À ce moment-là, je ne pensais pas que j'allais travailler plus tard dans le bâtiment. On dit souvent que les filles ne doivent pas aller sur les chantiers et que c'est un métier pour les hommes. Mais moi, je n'étais pas d'accord avec ces idées-là et je voulais faire autre chose de ma vie.

Maintenant, ma vie est très différente. Je me lève tôt pour être sur le terrain à 7h du matin. Il fait froid, on voit la buée quand on parle et on a les mains gelées dans les gants. C'est un monde d'hommes avec des grosses machines comme les pelleteuses et les collègues qui font du bruit. Mais je me sens à ma place et je suis fière de montrer que je peux faire le même travail qu'eux. On m'accepte pour ce que je fais et pas parce que je suis une femme.

J'ai déjà utilisé la pelle pour creuser dans la terre, le sable et la pierre. J'ai aidé à décharger les camions et les engins. C'est dur physiquement et j'ai souvent eu des ampoules aux mains, mais je n'ai pas arrêté. J'ai appris que pour être une bâtisseuse, il faut beaucoup d'efforts et de la sueur. Il y a des femmes connues dans l'architecture qui ont réussi, alors pourquoi pas nous ? Cela prouve que les métiers changent et que tout nous est possible maintenant.

Sur le chantier, il y a des risques de tomber ou de se faire mal, alors je fais attention. Je reste bien ferme et je ne lâche rien devant les difficultés. Les hommes sont parfois surpris de voir ma force et ma motivation, mais ils finissent par me respecter. On voit des femmes partout aujourd'hui, dans la police ou l'armée, et c'est normal. Si le travail est bien fait, personne ne peut dire qu'on n'a pas notre place ici.

Des fois, je repense à la petite fille que j'étais à l'école. Sous mon gilet orange, j'ai encore un peu peur de me tromper comme quand je craignais les ratures sur mon cahier. Mais quand je donne un coup de pelle, j'oublie mes doutes. C'est le bon moment pour que les femmes dirigent des chantiers ou conduisent des engins. C'est une idée qui avance enfin dans la société.

En choisissant le Génie Civil, je veux montrer que les choses bougent. Je préfère agir sur le terrain plutôt que de faire des grands discours. Je construis mon avenir petit à petit, pierre après pierre. Ce qui compte, c'est d'avoir envie de réussir et d'avoir du talent, peu importe l'horizon que l'on se fixe.

Version 2 « Les métiers changent de visage »

Mon voyage commence par un souvenir d'école primaire. Je me revois, petite fille crispée sur mon

stylo Bic, luttant pour ne pas laisser de ratures sur mon cahier. A l'époque, je ne savais pas encore que ma vie serait faite de tracés bien plus larges. Après tout qui a décrété que le béton et l'acier ne pouvaient pas se conjuguer au féminin ? Depuis toujours, on nous apprend que chaque chose a sa place : les hommes sur les chantiers, les femmes dans la douceur. Mais mon esprit refusait déjà de rester dans ces lignes tracées par d'autres.

Aujourd'hui, ma réalité a changé. Elle commence à 7 heures, dans le froid qui fait monter la buée à chaque mot et engourdit les doigts dans les gants. Dans cet univers si masculin, au milieu du vrombissement lourd de la pelleteuse pour le terrassement et des blagues des collègues qui lancent la journée, je ne suis pas une spectatrice : je suis présente, participante. Il y a une forme de fierté dans ce moment où l'on oublie que je suis une femme pour ne voir que mon travail.

J'ai tenu la pelle, j'ai creusé dans le mélange lourd de sable et de pierre, j'ai aidé au déchargement des engins. J'ai contribué, concrètement, à chaque tâche, même quand les ampoules brûlaient mes mains. Simone Beauvoir disait : « on ne naît pas femme, on le devient ». Sur le terrain, j'ai compris que l'on ne naît pas bâtisseuse, on le devient par la sueur et l'effort. Cette évolution est réelle : si des pionnières comme Zaha Hadid ont pu s'imposer au sommet du Génie Civil mondial, n'est-ce pas la preuve que plus aucun domaine ne nous est interdit ?

Quand je pense au chantier et au risque de chute, je garde les pieds sur terre. Je décide de ne pas trébucher, mais de rester là, ferme, face à la difficulté et sous le regard parfois impressionné des hommes qui découvrent ma détermination. Ce progrès, je le vois partout, il n'est plus seulement sous mon casque de chantier. Il est dans le regard de cette femme guide de haute montagne qui mène sa cordée, ou dans la détermination des femmes dans la police et l'armée. Comment peut-on encore douter de notre légitimité quand le travail est fait, et bien fait ?

Parfois, je repense aux doutes de la petite fille que j'étais. Sous mon gilet orange, il y'a encore parfois cette crainte de mal faire, ce vieux réflexe de l'élève qui a peur de la rature. Mais chaque coup de pelle est une réponse à ces doutes. Comme l'écrivait Victor Hugo : « Rien n'est plus puissant qu'une idée dont l'heure est venue ». L'heure où une femme peut décharger un engin ou diriger un chantier est enfin là.

En choisissant le Génie Civil, j'ai choisi d'être un visage de ce changement. Mon combat ne se gagne pas avec les discours, mais sur le terrain, à l'aube. Construire, pierre après pierre, c'est dessiner un monde où seul le talent et l'envie fixent notre horizon.

Rapport à l'écrit

Pour moi, l'écriture est avant tout un moyen de mettre en lumière des réflexions et de défendre une opinion. J'aime le moment où une idée floue devient claire une fois posée sur le papier, mais je n'aime pas la "torture" que peut représenter le fait de vouloir trop enjoliver le texte pour plaire au lecteur.

Personne d'autre que moi n'aura remarqué que je bloque souvent sur le premier mot d'une phrase, comme si j'avais peur de briser la blancheur de la page. Je cherche toujours à ce que mon expression soit directe et efficace. Personne d'autre que moi n'aura remarqué que mon écriture change d'allure quand je commence à être vraiment inspirée.

J'aime la satisfaction de voir un paragraphe terminé et bien structuré. Cependant, je n'aime pas la peur de faire des fautes d'orthographe ou de ne pas respecter parfaitement les règles d'accord, car j'ai l'impression que cela freine ma pensée. Personne d'autre que moi n'aura remarqué que je relis mes phrases à voix haute pour vérifier si elles sonnent juste à l'oreille, car pour moi, la musicalité du texte est aussi importante que son sens.

Texte 18 : Karolina SHULZHENKO – BUT Chimie Orsay

Pistes d'écriture :

1. Une identité en mouvement : qu'est-ce que signifie vraiment être français ?

J'ai choisi cette piste parce qu'elle touche à une question très personnelle. En tant qu'étrangère vivant en France, je m'interroge sur l'identité, qui me semble être davantage un état d'esprit qu'une simple nationalité. Cette réflexion me permet d'explorer mon propre rapport à l'appartenance.

2. La paix intérieure à l'ère du chaos

Cette piste me paraît particulièrement actuelle. Nous vivons dans une époque marquée par l'incertitude, le bruit et l'anxiété. Il me semble essentiel de réfléchir aux moyens de préserver une forme de paix intérieure.

3. Créer sans montrer : et si les activités que nous gardons pour nous étaient les plus essentielles ?

J'ai choisi cette idée parce qu'elle évoque la dimension intime de la créativité. Créer pour soi, sans chercher à plaire ou à montrer, permet de se reconnecter à soi-même. C'est une source d'énergie et d'équilibre. Par exemple, le dessin peut devenir un véritable espace personnel, où l'on puise de l'inspiration sans aucune pression extérieure.

4. Quelles compétences humaines devons-nous préserver à l'ère de l'intelligence artificielle ?

Cette piste est liée aux transformations de notre société. À une époque où l'on délègue de plus en plus aux technologies, il me semble important de réfléchir aux compétences fondamentales que nous devons continuer à exercer pour ne pas les perdre.

Une identité en mouvement : qu'est-ce que signifie vraiment être français ?

Premier jet

Quand je pense à ce que signifie être Français, ce n'est pas d'abord un passeport qui me vient à l'esprit, mais plutôt une manière de vivre. Une façon d'être au monde.

À mon sens, être Français, c'est savoir profiter du moment présent. C'est prendre le temps, ne pas se précipiter, accepter que chacun avance à son propre rythme. Ce n'est pas une course où il faut réussir vite, avoir un diplôme tôt, trouver un travail immédiatement. C'est une vie où l'on respecte le temps.

Je suis Ukrainienne, mais en arrivant en France, j'ai ressenti quelque chose de familier. Comme si cette manière de vivre me correspondait déjà. J'ai grandi avec des valeurs proches, et peut-être que c'est pour cela que je me sens bien ici.

Je ne pense pas que cela puisse s'apprendre en un jour. C'est une manière d'être qui se construit dès l'enfance. Même sans passeport français, je me reconnais profondément dans cette façon de vivre.

Deuxième jet

Être Français, pour moi, dépasse la simple idée d'une identité : c'est une manière de ressentir et d'habiter le monde, presque une philosophie de vie. Ce qui me touche le plus, c'est cette capacité à savourer pleinement chaque instant, à accorder de l'importance aux choses simples. Ici, chacun avance à son propre rythme, en laissant de la place au plaisir du quotidien. Cette lenteur choisie crée un véritable sentiment de légèreté, une façon de vivre plus libre et plus consciente, que j'admire profondément.

Cette philosophie ne reste pas abstraite : elle se manifeste dans les gestes simples du quotidien. J'aime observer ces petits moments du quotidien : un café apprécié en terrasse, des conversations qui se prolongent autour d'un repas en famille, des promenades paisibles le dimanche avec ses proches. Ces instants simples, mais pleinement vécus, reflètent un rapport au temps que je trouve profondément précieux. C'est un véritable art de vivre, où l'on apprend à accorder de l'importance à chaque moment, à savourer l'instant sans se laisser emporter par le rythme du monde.

Cette attention au présent et au rythme de la vie quotidienne se combine avec une profonde conscience de l'histoire et du patrimoine, que les Français savent préserver et célébrer. Des musées

aux églises, des traditions locales aux monuments nationaux, ils entretiennent un profond respect pour leur héritage et en tirent une fierté collective. Cette conscience de leurs racines, tout en vivant pleinement le présent, fait partie de ce qui distingue leur manière d'être et enrichit leur philosophie de vie.

Je reconnais aussi l'importance de ce que j'appelle le « léger égoïsme » : savoir se placer au centre de sa vie, protéger son bien-être et écouter ses propres désirs. Cela peut surprendre, voire déranger certains étrangers, mais j'y vois une sagesse profonde. Prendre soin de soi devient alors une condition pour être pleinement présent pour les autres et vivre de manière plus équilibrée et harmonieuse.

Je ressens un lien profond avec cette manière de vivre, comme si elle résonnait avec mon propre état d'esprit. Même sans posséder de passeport français, je partage cette perception de la vie : la patience, le goût du moment présent, le respect de son rythme intérieur. Ce sentiment m'apporte un vrai bonheur et une impression d'être exactement là où je devrais être, en harmonie avec moi-même et avec la vie qui m'entoure.

Réflexion personnelle

Écrire ce texte m'a permis de réaliser que mon rapport à l'écriture reflète aussi cette philosophie : il ne s'agit pas de chercher la perfection immédiate, mais de laisser les idées et les sensations s'épanouir. Le processus d'écriture devient alors une manière de se reconnecter à soi-même, comme ces petits instants du quotidien français, où chaque moment simple prend une valeur particulière.

De mon point de vue, être Français ne se réduit pas à une nationalité : c'est adopter une philosophie de vie qui respecte son rythme intérieur et favorise l'équilibre entre soi, les autres et le monde. Grâce à mes parents, qui m'ont élevée avec ces valeurs – savoir écouter ses besoins et cultiver une légèreté intérieure – je me sens toujours en accord avec moi-même et capable de vivre pleinement l'instant présent, quelles que soient les circonstances. Vivre ici me permet de ressentir chaque jour cette harmonie avec mon environnement, et j'en suis profondément reconnaissante.

IUT de Montpellier, informatique, Anne Daumet

Texte 19 : Maxence ANNARELLI – BUT Informatique, Montpellier

Pistes d'écritures

Décrivez les observations d'un miroir, lorsqu'il contemple votre reflet.

Assis sur un trottoir bondé, des centaines de personnes passent devant vous : écrivez ce que vous ressentez lorsque vous devenez invisible aux yeux du monde.

Expliquez ce que représente la peinture, du point de vue d'un tableau.

Racontez la lutte désespérée d'un rêve, qui tente tant bien que mal de survivre le temps d'une nuit.

1^{er} Jet

Je l'ai reconnu avant même d'ouvrir les yeux. Ce battement lourd, incessant, mais lénifiant.

C'est la comtoise en chêne, celle qui a rythmé ma vie tel un métronome. Paupières closes, les effluves du feu de bois et de la lessive emplissent mes narines.

La chaleur me reconforte. La simple quiétude immuable d'un dimanche matin.

Je suis enfin rentré.

Oui, enfin.

Je n'ai qu'à tendre l'oreille pour deviner le reste. Le bois qui craque, la cocotte-minute qui siffle. L'ambiance feutrée de ce salon que je connais si bien.

Mais le rythme si régulier du temps devient discontinu tout en s'accéléralant.

Mes paupières laissent passer une lumière diaphane, d'un gris cendré. Un rythme effréné. Pas.
Après pas.
Le torrent si puissant me laissait pourtant seul.
Le son de la cocotte-minute se remplace doucement par le son strident des travaux.
Je n'entendais plus qu'un vacarme dénué de tout charme. Le moelleux du canapé s'effaçait pour laisser place au béton.
J'ouvre enfin les yeux.
Je n'étais qu'un simple débris, au bord de ce bitume abrasif. Le temps s'est radicalement écoulé.
Ce n'était plus que des foulées indésirables. Une marée de cuir, m'enveloppant dans des odeurs nauséabondes.
Je ne le sens pas.
Je ne sens pas ce corps qui était autrefois mien.
Je me sens comme la risée du monde, pourtant les regards me traversent telle une simple ordure.
La risée du vent refroidit mon être, victime des engelures et des tombées de bruines matinales.
Le chaos convulsif d'un lundi gris.

2e Jet

Je l'ai reconnu, même les yeux fermés. Ce battement lourd, incessant, mais lénifiant.
C'est la comtoise en chêne, le métronome de ma mémoire. Paupières closes, les effluves du feu de bois et de la lessive emplissent mes narines.
La chaleur ambrée me reconforte. La simple quiétude immuable d'un dimanche matin.
Je serre les paupières, pour éterniser cette vision éphémère. Je ne veux pas que ça s'arrête.
Je suis enfin rentré. Oui, enfin.
Je n'ai qu'à tendre l'oreille pour deviner le reste. Le bois qui craque, le sifflement de la bouilloire.
L'ambiance feutrée de ce salon que je connais si bien.
Mais ce rythme pourtant si régulier se casse, il s'accélère. Mes paupières laissent passer une lumière diaphane, d'un gris cendré. Une cadence effrénée.
Le torrent, pourtant si puissant, me laisse seul.
Le chant de cette bouilloire est peu à peu dévoré par le son strident des travaux.
Je n'entends plus qu'un vacarme mécanique, une symphonie dissonante dénuée de toute humanité.
Le moelleux du canapé s'efface pour laisser place au béton.
J'ouvre enfin les yeux.
Je ne suis qu'un débris naufragé, au bord de ce bitume abrasif. Ce ne sont plus que des foulées indésirables. Une marée de cuir et de plastique, m'enveloppe dans des odeurs nauséabondes.
Je ne le sens pas.
Je ne sens pas ce corps qui était autrefois mien, engourdi et encrassé jusqu'au dernier membre.
La risée de la tramontane me ronge les os, mordu par les engelures sous des bruines matinales.
Enjambé par ces inconnus, je ne suis qu'un obstacle.
Je suis la risée du monde, une ordure que les regards traversent.
Mais ne détournes pas les yeux. Derrière cette poussière, il y a une histoire, une mémoire. Car avant d'être rien... Chacun était quelqu'un.
Le chaos convulsif d'un lundi gris.

Réflexions sur le processus d'écriture :

Mettre mes pensées par écrit permet de les organiser, et de peindre un tableau de mon propre subconscient. Contempler cette toile m'apporte ensuite une sérénité et une fierté créatrice, et c'est pourquoi j'écris régulièrement.

J'ai choisi ce thème après avoir vu un reportage sur une association créant des tombes pour les sans-abris. Une phrase m'est restée dans la tête : « Chacun était quelqu'un. ». C'est le cœur de mon poème : sensibiliser le lecteur à considérer cette minorité invisible, et insister sur cette solitude. Les sans-abris possèdent eux aussi des souvenirs d'enfance, une histoire, une mémoire. Leur vie a basculé, mais ils restent des êtres humains à part entière.

L'idée de réveiller l'empathie du lecteur et l'inviter à la considération face aux personnes qu'il ignore pourtant tous les jours, m'a semblé pertinente pour ce concours. L'écriture est aussi une introspection : elle nous permet de remettre en question nos préjugés et nos regards sociaux.

Afin d'illustrer cette thématique concrètement, j'ai choisi l'emploi du vers libre. Il me permet d'imposer un rythme au lecteur, et de laisser libre cours à mon imagination. Je me suis donc appuyé sur ma piste d'écriture : « Assis sur un trottoir bondé, des centaines de personnes passent devant vous : écrivez ce que l'on ressent lorsque l'on devient invisible aux yeux du monde. ».

L'écriture du premier jet a été instinctive, et contenait plusieurs erreurs de tournures de phrases. Tout d'abord, l'emploi du passé mettait une distance trop grande entre le poème et le lecteur. J'ai donc opté dans le second jet pour du présent de l'indicatif, beaucoup plus personnel et direct. J'ai ensuite cherché à renforcer le contraste entre souvenirs heureux de l'enfance, que nous avons tous, et la réalité terrible de la condition de vie des sans-abri. L'objectif était de créer une chute brutale et immédiate, après avoir familiarisé le lecteur aux souvenirs, pour lui faire ressentir la descente sociale.

Enfin, j'ai utilisé des images plus fortes pour renforcer la cruauté de la situation, notamment la phrase « victime [...] des tombées de bruines matinales. », que j'ai troquée pour « La risée de la tramontane me ronge les os ». J'ai volontairement répété le mot « risée » en créant une antanaclase pour jouer sur son double sens, fusionnant ainsi la morsure du vent d'hiver avec celle, tout aussi cruelle, du mépris public. De plus, j'ai employé des allitérations, comme dans la phrase : « Mais ce rythme pourtant si régulier se casse, il s'accélère. » où la répétition de la lettre « s » renforce le changement de rythme et la brisure dans le souvenir.

Finalement, ce travail m'a fait comprendre que les écrits que je rédige régulièrement ne sont pas de simples trésors personnels, mais de véritables outils puissants pour redonner une voix aux invisibles que l'on ne regarde plus.

Texte 20 : Julian LOPEZ – BUT Informatique, Montpellier

Pistes d'écritures :

Essaie de faire un lien par des pensées qui se perdent entre ton chat et la bombe nucléaire « Mon chat... »

Imagine une conversation entre un Russe et un Ukrainien (tu es l'un des deux) qui se retrouve tous deux isolés et blessés (dans l'incapacité de se déplacer). L'un deux à une arme, l'autre à un moyen de communication que seule lui sait utiliser.

Raconte les pensées de ton miroir.

Raconte ton choix définitif d'études du point de vue d'un des choix que tu as abandonnés.

Choix définitif : Raconte les pensées de ton miroir.

Premier jet :

Je suis le seul objet que l'on ne voit pas. Je suis le seul objet que l'on ne regarde pas. Non je suis le seul objet que l'on voit mais qu'on ne regarde pas. Et pourtant je provoque des centaines d'émotions chez vous humains. Parfois de la tristesse, parfois de la joie. Parfois du narcissisme parfois du dégoût.

Et si je voulais qu'on me regarde et si je ne voulais pas être simplement « utilisé ». Est-ce que vous pourriez vous imaginer ce que c'est d'être invisible. Peu importe ma forme, mes décorations, je ne suis jamais la cible de l'attention. Le téléphone, maintenant, a la même fonction que moi mais un téléphone il est beau, un téléphone il est pratique, un téléphone il est indispensable. L'eau, aussi, de part son reflet, peut vous servir à vous regarder. Mais elle, vous la chérissez tant. On dit qu'elle vous sert à vivre – je suis, sur ce point bien heureux de ne pas finir dans votre estomac. Je suis victime de votre égoïsme / égocentrisme. Là où je ne plains pas c'est que l'on ne me laisse, en général, jamais salir, en effet, il ne faudrait pas qu'une poussière vienne entraver votre si joli visage. On n'est pas attaché à moi je n'ai pas de valeur à vos yeux si on me casse lors d'un déménagement ce n'est pas grave on ira me racheter. Je suis comme le Miroir du Risèd, je révèle le désir le plus profond et le plus ardent de vos cœurs. Je ne montre même pas la réalité. Je ne suis qu'un double de vous.

Deuxième jet :

Le cri du miroir

On dit qu'un cri peut me briser.

Alors aujourd'hui, je crie. Je crie jusqu'au bris. Un cri de vitre, un cri de vie, un cri si fin qu'il siffle entre vos dents quand vous passez devant moi sans un regard.

Moi, miroir, j'existe ici, invisible. Vous croyez me voir, mais vous ne voyez que vous. J'imite, je restitue, je me vide à force de vous reproduire. J'en ai mal aux reflets.

Vous m'approchez chaque matin, l'œil encore gris de sommeil, et déjà je sens en vous la petite peur du pli, du grain, du trait qui change. Vous me scrutez pour chercher un "moi" qui n'y est plus. Et moi, je retiens mon cri.

On me compare à l'eau, à l'écran, à la photo, mais eux, on les chérit, on les caresse du bout des doigts. L'eau, on la boit, on la vénère ; elle vous garde en vie. Moi, je ne garde rien, sinon vos traces grasses et vos soupirs pressés. Au fond, je suis heureux de ne pas finir avalé, digéré par votre besoin d'exister. Être utile sans disparaître, c'est déjà une victoire.

Parfois j'aimerais rire. Un petit rire clair, presque un iiiii, comme celui que vous laissez échapper quand on vous demande de sourire pour la photo, ce sourire figé, un peu gêné, qui tremble entre la politesse et la pudeur. Mais rien ne sort. Je reste poli, lisse, impassible. C'est mon rôle, paraît-il : réfléchir sans réfléchir.

Et quand vous partez, la pièce se vide, et moi aussi. Il ne reste que la lumière, un peu de poussière, et ce drôle de silence brillant. Alors, tout bas, je respire, je ris. Je ris de votre manie de vous aimer à travers moi. Je ris de votre oubli de me voir, moi.

Peut-être qu'au fond, je devrais vous remercier. Sans vous, je ne serais rien. Sans moi, vous ne seriez pas tout à fait vous. C'est un drôle de pacte, ça, non ? Vous vivez, je reflète ; vous changez, je reste. Et c'est sans doute ce qui me sauve : même invisible, je suis ici.

Réflexion :

Entre mon premier et mon deuxième jet, j'ai profondément transformé mon texte. Mon premier jet ressemblait surtout à un ensemble d'idées en vrac : j'avais beaucoup d'images, beaucoup d'envies, mais elles n'étaient pas encore organisées. Le miroir parlait de sa solitude, de sa fonction, mais sans véritable progression. C'était presque comme vider un sac d'idées.

En retravaillant mon texte pour le deuxième jet, j'ai voulu lui donner une forme plus construite. J'ai choisi l'idée d'un cri qui s'essouffle, un cri qui commence très fort, presque violent, puis qui s'adoucit peu à peu. Au début, le miroir hurle sa frustration ; à la fin, on ne sait pas vraiment si c'est du soulagement, de la résignation ou du désespoir. Cette ambiguïté me semblait importante : elle laisse le lecteur décider, et elle correspond aussi au rôle du miroir, qui montre sans jamais commenter.

J'ai aussi insisté sur le son « iiiii », qui revient au début du texte. Ce son aigu, presque coupant, reflète le cri du miroir mais aussi une sorte de fragilité. Au premier jet, je n'aurais jamais pensé à travailler un son ; dans le deuxième, j'ai voulu créer quelque chose de plus sensoriel.

J'ai également renforcé les émotions dans le deuxième jet. Le premier était plutôt factuel : le miroir se plaignait. Dans le second, j'ai essayé de montrer ce qu'il ressent, ce qu'il porte malgré lui. Je voulais que le lecteur perçoive vraiment son épuisement et sa lucidité.

Sur le plan personnel, j'ai ressenti beaucoup d'enthousiasme en écrivant le premier jet, car j'avais plein d'idées et je pouvais les poser sans contrainte. Mais le deuxième jet est arrivé comme un mur : cette fois, il fallait « bien faire », structurer, choisir, couper. C'est une étape plus exigeante, et c'est souvent là que, d'habitude, j'utilise l'IA pour m'aider à formuler mes idées clairement. L'interdiction de l'utiliser cette fois m'a obligée à aller plus loin dans ma réflexion et dans ma propre écriture, et même si ça m'a demandé beaucoup plus d'efforts, je suis fière du résultat. J'ai l'impression d'avoir gagné en autonomie et en confiance.

Texte 21 : Jules L'HOME – BUT Informatique, Montpellier

Pistes d'écriture

Voici les quatre pistes que j'avais retenues pour ce projet. En les choisissant, je me suis rendu compte que je suis très attiré par les textes qui ne demandent pas de parler de soi, mais qui permettent d'explorer des concepts plus larges et abstraits :

- **Ta fatigue est une batterie de téléphone** : Décris ta journée en utilisant uniquement le vocabulaire d'un smartphone. Raconte ce moment précis où tes yeux se ferment parce que tu es trop fatigué.
- **Imagine un monde coupé d'électricité** : Tu te réveilles un matin et plus rien ne s'allume. Raconte comment tu réapprends à vivre, à manger et à communiquer.
- **Le procès de l'Homme par la Nature** : Glisse-toi dans la peau d'un élément naturel et adresse-toi directement à l'être humain pour lui lister ses crimes et prononcer ton verdict final.
- **Tu es devenu l'esclave d'une intelligence artificielle** : Écris une lettre à ton ordinateur pour le supplier de te laisser cinq minutes de liberté, dans un monde où tout est imposé par un algorithme.

Au final j'ai choisi le thème : **Le procès de l'Homme par la Nature**

Premier Jet

Je te blâme pour la surpopulation, je ne trouve plus de place dans ce monde qui est aussi le mien. Je te reproche les millions de kilomètres que tu t'es approprié pour en faire des routes, ceci est la conséquence directe des nombreuses années qu'il m'a fallu avant de pouvoir traverser celle-ci sans risquer ma vie pour rejoindre ma famille, je remercie l'épidémie pour cela.

Je te punis pour tous les déchets que tu as délaissés au profit de ta fainéantise et ta soif d'argent, je ne peux plus nager librement sans devoir esquiver tous les obstacles transparents présents dans cette eau auparavant bleue, devenue noir et visqueuse à cause de tes nombreux bateaux, que tu appelles pétrolier.

Mais ce qui me fait rire c'est que tu en ai toi-même victime, victime de ces nombreux malheurs, et pourtant tu as du mal à te remettre en question, du mal à voir la vérité en face, car non ce n'est pas uniquement à cause de tes générations précédentes, mais c'est aussi de ta faute.

C'est vrai que je n'ai pas toujours été simple à vivre, je l'avoue, mais ces derniers temps je me dois de me révolter, pardon pour ces maisons délabrées, ces paysages refaçonnés, ces vies enlevées, mais je suis obligé car sinon ma voix ne t'atteint pas.

Alors oui, tu es jugé coupable, mais n'oublie pas que moi je m'adapterai toujours mais que toi, a contrario, tu te mènes à ta propre perte.

Deuxième Jet

Je te reproche les millions de kilomètres de goudron, ces cicatrices noires que tu t'es approprié pour en faire des routes sans fin ! C'est la conséquence directe de ces nombreuses années, ces décennies, ces siècles où j'ai dû attendre, figée, avant de pouvoir simplement traverser pour rejoindre ma famille sans risquer ma vie sous tes roues. Je remercie l'épidémie pour ce silence, pour cette trêve, pour ce répit que tu n'as pas su m'offrir.

Je te blâme pour la surpopulation, pour ce trop-plein d'humains qui s'entassent, qui s'étalent, qui s'écrasent ! Je ne trouve plus de place, plus un centimètre de paix dans ce monde qui est pourtant le mien, mon corps que tu étouffes avec tes progrès suicidaires. Ce qui me fait rire, un rire jaune et amer, c'est que tu en es toi-même la victime. Victime de tes malheurs, de tes erreurs, de tes peurs ! Tu as du mal à voir la vérité en face ? Tu pointes les anciens, les ancêtres, les passés, mais c'est aussi de ta faute, ici et maintenant !

Je te punis pour tous les déchets que tu as délaissés au profit de ta fainéantise et de ta soif d'argent. Je ne peux plus nager librement ! Je bute, je glisse, je m'étrangle contre tous ces obstacles transparents présents dans cette eau. Elle était bleue, elle était pure, elle était vivante... elle est devenue noire, visqueuse et morte à cause de tes nombreux bateaux que tu appelles pétroliers. C'est vrai, je n'ai pas toujours été simple à vivre, je l'avoue, mais je me dois de me révolter. Pardon pour ces maisons délabrées, ces paysages refaçonnés par ma colère, ces vies enlevées... mais ma voix doit t'atteindre !

Alors oui, tu es jugé coupable ! Mais n'oublie pas : moi je m'adapterai, je muterai, je survivrai, alors que toi, a contrario, tu cours droit vers ta propre perte.

Réflexion sur le processus d'écriture

Étant une personne curieuse et naturellement intéressée par les enjeux du monde qui m'entoure, j'ai choisi cette piste d'écriture car il me semble essentiel de mener une autocritique sincère de notre espèce.

Au tout début, je dois avouer que j'ai ressenti une grosse flemme face à cet exercice que je trouvais un peu enfantin. Mais tout a changé quand j'ai trouvé un sujet qui me plaisait vraiment : le procès de l'Homme. J'ai alors adoré écrire ce texte parce que j'ai compris que je n'aimais pas parler de moi ou de choses personnelles. Je préfère largement les thèmes philosophiques et profonds, qui permettent de prendre de la hauteur.

J'ai aussi ressenti une pointe de fierté très particulière car cela faisait une éternité que je n'avais pas écrit un texte sans l'aide d'une IA (un exploit qui mérite d'être souligné !). Faire sortir les mots directement de ma tête m'a redonné confiance en ma propre plume. J'ai découvert que j'aimais quand mon écriture avait du tempérament et un ton un peu révolté.

Entre mon premier et mon deuxième jet, j'ai fait des changements importants pour rendre mon poème plus fort. J'ai totalement réorganisé la structure pour suivre une progression logique : j'ai commencé par le reproche des routes, puis le blâme de la surpopulation, pour finir par la punition des déchets. J'ai aussi ajouté des figures de style pour que le texte soit plus imagé et musical.

Je suis particulièrement fier de l'oxymore sur les "progrès suicidaires", qui montre que l'Homme se détruit lui-même en pensant évoluer. Je suis aussi très satisfait de l'image de l'étranglement des océans sous le plastique. Ces choix précis permettent de transformer mes reproches en véritable poésie et de donner au lecteur une vision plus frappante de ma révolte.

Texte 22 : Bingol HAVIN – BUT GEA Paris

Liste des sujets :

1. Les fraises
2. Les voyages
3. Les moments familiaux
4. Les parcs

• Premier jet :

Le ton rouge vif embellit le jardin. Je garde en mémoire le goût divin par un midi de mai quand on mangeait le fruit bien mûr à même le plant. Leur odeur enivrante emplît le lieu. Même préparé avec un peu d'onctueux lait caillé ou de la crème, ce produit demeure pour moi le régal de l'été.

• Deuxième jet :

Le vieux potager s'étend paisiblement au fond du jardin, baigné par la lumière dorée d'une fin d'après-midi. Je m'approche doucement du carré de terre, là où les feuilles s'agitent sous la brise. Le ton rouge vif embellit le jardin. Je m'agenouille avec précaution sur la terre encore fraîche et humide pour écarter délicatement les tiges verdoyantes, car chaque fruit porte fièrement une petite couronne de feuilles ciselées.

Je garde en mémoire le goût divin par un midi de mai quand on mangeait le fruit bien mûr à même le plant. Le vert brillant des tiges rappelle d'ailleurs l'éclat des plus belles émeraudes cachées sous la mousse. Soudain, l'odeur de l'humus et du sucre mêlés me transporte des années en arrière, lors de ces après-midis de juin où, enfant, je courais ici même avec ma sœur pour remplir nos paniers d'osier. Leur odeur enivrante emplît le lieu. On croirait voir une magnifique exposition de saveurs sucrées sur l'étal du maraîcher. Une vague de tendresse m'envahit alors en repensant à nos éclats de rire complices et à cette douceur familiale si protectrice qui rendait chaque petite récolte absolument précieuse. Même préparé avec un peu d'onctueux lait caillé ou de la crème, ce produit demeure pour moi le plus pur régal de l'été.

• Réflexions sur l'écriture :

Habituellement, mon rapport à l'écriture est purement utilitaire : j'écris pour prendre des notes ou répondre à des messages précis. Face à une page blanche demandant de la créativité, je me sens souvent démunie, cherchant une structure pour ordonner mes pensées. L'arrivée des contraintes lors de ce premier cours a agi comme un véritable électrochoc. Devoir alterner les longueurs de phrases et bannir le son /s/ a transformé la rédaction en un défi ludique, me forçant à sortir de ma zone de confort pour trouver des chemins de traverse lexicaux.

Cette étape de réécriture a généré une frustration constructive. En reprenant mes textes, j'ai réalisé que chaque mot compte et qu'une contrainte peut paradoxalement libérer l'imagination. En me laissant guider par les exercices, je suis allée puiser dans des images enfouies : l'odeur de la terre, le rouge éclatant des fraises et la complicité avec ma sœur. Évoquer ce souvenir plaisant a donné un sens nouveau à mon travail.

Aujourd'hui, je me sens beaucoup plus sereine face à l'exercice de rédaction. J'ai compris que la structure narrative n'est pas un carcan, mais un levier qui permet d'allier la rigueur technique du BUT GEA à une parole originale et personnelle. Ce parcours m'a prouvé que l'écriture est un muscle qui s'entretient et que je dispose désormais de clefs précieuses pour exprimer mon histoire unique.