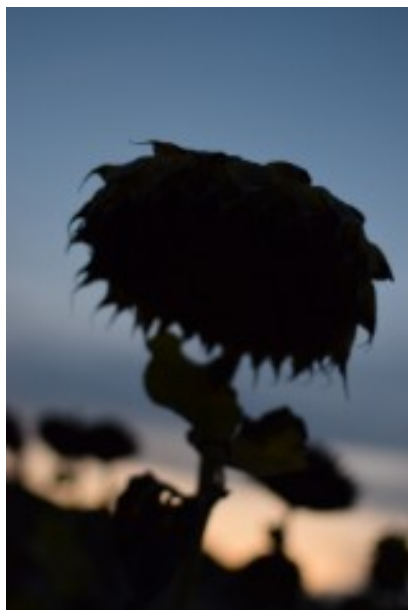


« chroniques »

par Perle Vallens

27 JUILLET 2026 | #04



1 | DU MONDE

*Pas question de nous faire
taire
Pas question de nous laisser
faire
Pas question de rester sans
broncher, de rester bras
croisés, de rester sans bouger,
sans lever le petit doigt
Pas question d'attendre que ça
nous tombe tout cuit dans le
bec*

*Exigez le mieux plutôt que l'à-
peu-près ; le vrai plutôt que le
dubitatif ; le frais plutôt que le
frelaté*

*Allez, manches retoussées,
huile de coude barattée
jusqu'à l'épaule, et que ça
mousse !*

2 | LE RÉEL, LE RÉEL, ENCORE LE
RÉEL

Juste avant la noyade : les
silhouettes découpées d'arbres
et de bosquets, de haies dont
l'ombre rase le sol. Le
balancement des herbes se fait
au ralenti, comme si tout allait
s'arrêter l'instant d'après.
Quelques oiseaux font leurs
dernières envolées avant la
nuit. Les criquets s'extraient
des aplats jauniss. Comme au
cœur du plus chaud d'après-
midi, ce sont les cymbales des
cigales que l'on entend encore.
Sinon, rien qu'un moteur de
temps à autre, au loin. Le ciel
friable se défait, finit de brûler
ce qui n'est pas encore
consumé avant de sombrer.
Alors, il faut avancer à tâtons
le temps que l'oeil s'habitue au
noir. À travers champs, on se
repère aux taches plus sombres
qui nous guident : des
fantômes dans l'obscurité.
Dans un moment, on verra peu
à peu apparaître les étoiles et
on pourra compter sur la lune
pour éclairer notre chemin.

3 | ÉCRIRE AVEC CLARICE LISPECTOR

Le regard couve. Bleu acier
sous accent circonflexe, regard
dur, inflexible, dans sa fixité de
rapace. Il détaille tout, la
posture, l'intention, le rythme,
le souffle, le désir. La forme
physique compte mais pas
autant que la rage qu'il croit
désceller dans nos jeunes
corps.

Il donne ses indications, lance
ses ordres, éincee ses
agacements à mi voix et crie
ses colères si on obtempère
pas. *Au doigt et à l'oeil.* C'est
ainsi qu'il veut être obéi.

— Je ne vois pas votre visage.
Plus haut les genoux. Respirez.
Allez, on tient encore 10
minutes après on passe aux
squats.

On est rouge tomate. On n'en
peut plus mais personne ne
bronche. Il veut nous endurcir.
Il dit, *vous serez plus durs au
mal.* Il veut nous forger selon
sa perception de l'athlétisme.
Il cherche parmi nous de futurs
champions. On continue. Après
les squats classiques —
*descendez plus bas, plus
d'amplitude dans la descente,
allez encore 10* —, on
enchaine les squats *jump* —
*respirez sinon vous ne tiendrez
pas la série* — les squats
relevés — *gagnez, sinon gare
aux genoux* — nous, on ne dit
rien, on sue, on meurt sur
place. On espère tous être de
futurs champions.

Après l'entraînement, il me
conseille de strapper ma
cheville faible.

— Protège-là, sinon ton
entorse va virer mauvais. Et
surveille que ça n'enfle pas.
Mais ne t'arrête pas, il faut
continuer à mobiliser.

— OK, *coach*.

Il veut qu'on l'appelle comme
ça : *coach*. Mon père trouve ça
ridicule. *Il s'y croit, ton
entraîneur.* Je m'en fiche. Je
n'ose pas dire à mon père que
ce prof compte plus que lui,
plus que tout. Un pote a dit

syndrome de Stockholm. Je ne savais pas ce que c'était quand il m'a expliqué, j'ai dit : *tu charries, il ne nous tortures pas*. Et puis j'ai réfléchi à cet enfermement qu'est l'entraînement, que sont les exercices quotidiens, les heures de renforcement musculaire, la course. Toujours plus, plus vite, plus loin. Et à son comportement avec nous. Des fois, je me demande s'il n'est pas un peu manipulateur, et même un peu sadique.

[passage 4]

— la douleur n'est rien, il faut l'endurer, sinon aucune chance d'avoir un podium.

Un jour, j'ai croisé un gars qui ressemblait à *coach*, presque un sosie, je me suis demandé s'il pouvait avoir un jumeau, un frère ou un cousin qui lui ressemble à ce point les mêmes yeux bleu acier, le nez pointu, le menton et sa fossette, la mâchoire qui remonte un peu, très carrée, et les lèvres un peu pincées. La seule différence, celui-ci avait des cheveux tandis que *coach* est chauve, rasé, crâne d'oeuf, luisant au soleil et une veine saillante à droite quand il crie.

L'autre, le sosie, arrivait de loin, je crois qu'il descendait du bus dans une ville que je ne connais pas. Il allait dans la direction opposée, il avait dû finir son boulot. Peut-être serveur. Non ça ne colle pas, c'est un entraîneur sportif, c'est forcé. Il revient du stade, celui-là même où nous allons. J'ai dit : *c'est dingue, il a la même démarche que coach*. Regarde, exactement la même. Je l'ai imaginé courant à longue foulées, cheveux dans le vent, sur piste balisée. Et sa voix, s'il avait la même que *coach* ?

Tenir le cap face à la houle au roulis même si la route dit vagues même si elle tempête si elle incendie tenir le fil même s'il se rompt s'il s'effiloche le rafistoler recoller les gestes les pensées et les mots rafraîchir la page ouvrir une nouvelle fenêtre par laquelle passer et compter chaque pas avancer debout