

ON NE PRONONCE PAS

**LA FOLIE,
LA FOLIE,**

ELLE SE LIT

Éditions ThoT
3, quai du Drac – 38600 Fontaine
editionsthot@yahoo.fr

Copyright 2025
Tous droits réservés

isbn : 978-2-84921-688-0
Mise en page : Éditions ThoT
Correction : Julie Ogier
Couverture : Louiza Tak et Marie Bousougant

Retrouvez tout notre catalogue sur notre site Internet :
www.editionsthot.com

Du manuscrit
au livre



ON NE PRONONCE PAS

**LA FOLIE,
LA FOLIE,
LA FOLIE,**

ELLE SE LIT

Mélanie Vanhove



Petite, Mélanie Vanhove aimait regarder le ciel et se dire que quelque chose de grand lui arriverait. C'était un sentiment à la fois très puissant et paradoxal. Face au ciel, on se sent si minuscule et si insignifiant. C'était peut-être un appel pour que quelqu'un l'aide à devenir ce qu'elle souhaitait être au plus profond d'elle-même.

Puis, l'écriture est venue très rapidement à sa rencontre, écrire, écrire, écrire. Écrire pour vivre, pour ne pas mourir. Écrire comme un exutoire. Des journaux intimes, des poèmes, des textes qui remplissaient tous ses carnets et l'application notes de son téléphone, il fallait que ça sorte, c'était une nécessité. Dire, exprimer, lâcher tout ce qui bouillonnait là-haut dans son cerveau.

Une bonne dizaine d'années plus tard, Mélanie écrit alors son premier recueil de poésie *On ne prononce pas la folie, elle se lit*. Parlons bipolarité, parlons de ce dont on tait.

Après un combat acharné et courageux contre la maladie, Mélanie nous a quittés à la fin de l'année 2024. Cependant, son engagement pour faire connaître la bipolarité et soutenir ceux qui en sont touchés, ainsi que leurs proches, ne s'éteint pas avec elle. Il se poursuit à travers vous, lecteurs, qui découvrez ses mots et son univers.

HOMMAGE

Si aujourd'hui, vous avez la chance de découvrir ce magnifique recueil de poésie, nous avons eu, nous, la chance de partager la vie de Mélanie. À travers cet hommage, nous espérons vous permettre d'apprendre à la connaître, d'abord par nos mots, puis par les siens, dans ce qu'elle a laissé de plus précieux : son écriture.

Pour reprendre tes propres mots, Mélanie : « Peut-on avoir tellement envie de vivre que l'on souhaite mourir ? » La réponse est oui, évidemment oui. »

Si Mélanie n'a cessé de se battre contre la maladie, contre la souffrance, elle l'a fait pour elle, elle l'a fait pour ses proches, mais elle l'a fait surtout car elle aimait la vie.

Même dans les moments les plus douloureux, elle n'a jamais cessé d'essayer de comprendre la vie, de mieux se connaître pour s'armer et affronter les épreuves.

Et lorsque venaient des moments de répit, elle s'affranchissait alors de ses peurs pour s'enivrer de ce bonheur qui lui était enfin permis. Elle se saisissait de chaque instant de joie pour profiter, ressentir, vibrer. Si la maladie lui arrachait de l'espoir petit à petit, Mélanie n'a cessé de puiser dans sa force pour protéger cette âme rêveuse, enfantine : cette âme soleil.

Mélanie était un magnifique contraste entre une joie de vivre débordante et une maturité et une sagesse étonnante.

Face aux épreuves mises sur son chemin depuis petite, Mélanie s'est armée de courage pour appréhender, comprendre le monde dans sa complexité, dans sa globalité, dans le bonheur, dans la douleur.

Face au contraste d'une vie qui lui sembla aussi douloureuse que merveilleuse, aussi injuste que surprenante, elle s'est forgée.

Mélanie témoignait d'une profonde maturité, accompagnée d'une empathie et d'une sensibilité unique qui lui permirent de percevoir le monde, les gens intimement et profondément. Malgré sa propre souffrance, elle était capable de se mettre à la place des autres et, ainsi, de les comprendre et les aider sans jamais les juger.

Arborant une démarche joyeuse, et une petite voix si douce, elle continuait de s'émerveiller de petites choses : un instant, un paysage, une discussion qu'elle emmagasinait dans son sac à dos qu'elle ne quittait jamais.

Mélanie était de ces personnes qui nous marquent et nous changent à jamais. Elle ne s'est jamais contentée de superficialité.

Son regard sur le monde était unique, et elle vivait chaque instant, chaque émotion, avec une sincérité touchante. Elle a laissé une empreinte indélébile sur chacun d'entre nous, nous rappelant que l'intensité de la vie, même dans ses moments les plus sombres, est une force précieuse.

Mélanie, toute ta vie tu t'es battue pour exister, pour donner du sens à ta vie, pour l'appréhender, la comprendre, la vivre et l'aimer.

Grâce à ta persévérance et ton incroyable qualité de plume, tu as réalisé ton rêve : la publication de ce recueil. À travers ce projet, tu as mis tout ton être, tout ton cœur, pour y décrire ton combat contre cette maladie : la bipolarité. Ce mal qui te rongait, tu l'as décrit par le plus beau des moyens : la poésie!

Nous sommes tous tellement fiers de toi. Tu as réussi, et tu nous laisses un peu de toi.

Merci d'avoir partagé et illuminé nos vies, rempli nos cœurs d'un amour infini, merci d'avoir été toi.

Tu vis avec nous, et à travers nous.

Tu resteras à jamais dans nos cœurs.

Tes parents et tes deux petites sœurs 

SOMMAIRE

Hommage	7
Accalmie.....	13
Bipo, bipolaire.....	15
Crie cours vole	17
Demain tout ira mieux même si c'est pas vrai	20
Désolée	22
Différente.....	24
Elle est seule dans la cabane.....	25
J'ai autant envie de vivre que de mourir.....	28
J'ai un problème, j'en ai même plusieurs	30
J'aurais aimé que tu mentes pour être honnête	32
Je ne suis pas un drame, je suis un naufrage.....	34
Je suis comme un moteur cassé.....	36

Je suis folle d'aimer un peu ce que je suis	39
J'veux une émotion.....	41
La douleur.....	44
La petite à l'arrêt de bus.....	46
N'importe quoi ça m'irait bien	48
On ne prononce pas la folie, elle se lit.....	50
Parfois c'est beau comme c'est simple	
ou simple comme c'est beau.....	52
Parfois je danse.....	55
Plus seule que d'habitude	57
Quand pour vivre, il faut se tuer.....	59
Qu'est-ce qui cloche chez moi	62
Si j'pars, j'aurais l'impression d'me perdre moi.....	64
Tu ne sais rien du tout.....	66

ACCALMIE

J'ai deux pieds gauches
J'ai les mains baladeuses
J'ai la silhouette d'une femme hasardeuse
J'ai la peau salée, de celles qui veulent toujours
autre chose

J'ai des idées un peu osées
Et des volcans d'émotions incontrôlées
Je jalouse toujours les filles d'à côté
Quand sur elles parfois ton regard s'est posé
J'ai un soupçon de timidité quant à l'avenir
Chez moi, le beau temps ne sait pas trop prévenir
Tout comme les ouragans, il faut se méfier du temps
J'aime le changement, la poésie, le mouvement, l'infini

Quand tu me prends la main, les frissons
autour de mon nombril
En moi font naître l'équilibre sur le fil
Un semblant d'apaisement,
On pourrait alors croire que tout s'arrête
Le temps sur pause, après les tempêtes

Je me méfie de l'accalmie comme des sourires
Je ne sais jamais ce qu'ils veulent dire
Je pense toujours, toujours au pire

J'ai une chanson douce dans la tête,
Elle répète, elle répète,
Que tu ne me veux que du bien,
Je dois chasser tous mes chagrins,

Je regarde au loin l'horizon,
Le bonheur m'irait presque bien,
C'est dingue ce qu'on s'habituerait à avoir l'air heureux
Mais je ne suis pas de ceux, je ne suis pas de ceux,

Mon esprit doit se chamailler sans arrêt,
Reprendre son rythme effréné,
À contre-courant, contre les marées,
Je le sens se déchausser,
M'abandonner,
Quitter le vent paisible qui soufflait,
À regret,
Je te souris tristement,
Pourquoi faut-il que je complique
tout ce qui est beau et simplement ?
Parce que j'ai peur que la vague m'emporte de dos,
lâchement

Je suis de ceux qui veulent la prendre de devant
Tristement
Un jour, je saurai profiter des accalmies, promis

BIPO, BIPOLAIRE

Elle est bipo, bipolaire
Et comme un cœur en hiver
Elle change la grisaille en mystère
C'est un petit ruisseau qui demeure agité
Malgré tous nos efforts pour le calmer
Elle s'évapore quand elle seule l'a décidé
Elle mène sa barque contre les vents mauvais
Elle te raconte ses intempéries comme s'il en pleuvait
Besoin d'être rassurée, tu l'as vite compris

Elle est bipo, bipolaire
C'est pas un crime de guerre
Prends-la dans tes bras, c'est déjà c'que tu peux faire
Elle aimera toutes tes failles plus que ta propre mère
Parce qu'un radeau bousculé sait accueillir le tonnerre
Elle n'aura pas peur des mots qui sortent
un peu trop tôt
Ni de ceux qu'on dit en la jouant un peu mélo
Elle sait les vagues et les remous sur l'eau
Pas besoin de maquillage à outrance
pour cacher le beau

Elle est bipo, bipolaire
Elle rira, elle pleurera comme si plus rien d'autre
ne comptait sur Terre
Et elle t'emmènera au-delà de toutes les frontières
Ses pensées comme seuls bagages
pour rêver demain, hier
Tout ce qu'on n'a pas fait ou qu'on devrait faire
Des projets sur la lune, sur la comète
Des idées sans queue ni tête
Des lubies qui se répètent
Au fond, une seule véritable quête
Vivre, vivre, vivre, est-ce que tu te sens prête?