

Densité

le silence retentissant de ma peur
carburant de ma confiance
en mouvance éternelle
vibrant du besoin de danser



ÉLODIE
POIRIER

DENSITÉ est le cent trente-septième recueil de textes publié dans la collection *Prise I*. Cette collection a été créée afin de permettre à des jeunes auteurs et autrices du cégep du Vieux Montréal de publier une première œuvre.

©Tous droits réservés Élodie Poirier et le CANIF,
Centre d'animation en français du cégep du Vieux Montréal. Mai 2026.

Renseignements : 514 982-3437, poste 2164

Dépôt légal : mai 2026
Bibliothèque nationale du Québec
Bibliothèque nationale du Canada

Infographie et impression : Communications du CVM
et Centre de reprographie du CVM

Cégep du Vieux Montréal
255, rue Ontario Est
Montréal (Québec)
H2X 1X6

Illustration de couverture : Élodie Poirier

ÉLODIE POIRIER

Densité

Laisse à la chair son temps de curation

Audrée Wilhelmy

Encloisonnée

Je suis une cloison de toutes parts. Prise d'une pudeur dérisoire, de la peur de faire un faux geste qui vous éloignera, de m'insinuer dans un lieu qui ne veut pas de moi.

Marie Uguay

Je dois évincer de ma poitrine la boule d'acier qui s'y est installée. Elle loge partout en moi comme un parasite auquel j'ai fini par m'habituer. Elle alourdit ma tête qui me guide alors que je m'écrase au sol.

Sortir.

Je dois sortir. M'enfuir.

Je veux sentir mon cœur battre dans mon sang.

Je veux m'envoler hors de moi

m'extirper de ma prison

détentrice du rythme de ma chair.

J'ai besoin d'air.

Respirer.

Besoin

d'air.

Mon reflet porte atteinte au déliement de mes os articulés, à l'éclatement des liens qui mordent mes chevilles, à l'explosion de la cage à laquelle il me confine. Il appuie mon front au sol, mon corps recroquevillé par terre. Poings dans le dos. Fracture dans la moelle de mes côtes. Emmurée dans le studio, contrainte de fixer mon reflet dans le miroir.

Séquestrée aux mains de la comparaison venimeuse, je me trouve restreinte à mon immobilité.

Je regarde par la fenêtre, seul passage vers dehors. Les habitants de l'immeuble d'en face me renvoient le reflet de ce que je ne suis pas : libre de bouger comme je l'entends. Je perds pieds contre mon désir de m'envoler. La vitre me rattrape de justesse.

Je ne fusionnerai pas avec l'asphalte aujourd'hui.

J'existe multipliée dans le miroir. Des moi infinies vibrent devant mon corps, frissonnent et sautillent d'anxiété, tous leurs membres crispés. Elles contre moi.

Je m'emprisonne dans ma tête pour me sauver de leurs iris globuleuses qui me fixent, qui envahissent mon intimité de leur curiosité

réfléchie dans mes yeux.

La valse de mes pensées tourne en boucle, rebondit sur les parois de ma boîte crânienne, m'étourdit, m'analyse, dissèque mon âme. Mes pieds s'emportent, glissent, maladroits. Ils me font comprendre toute l'incompétence de mon être

mon absence de talent

le dérisoire de mon existence.

La peur prend le dessus.

Mon esprit est à la fois mon refuge et mon bourreau.

Elles me font poupée, captive de ma générosité. Je tends la main sans être rattrapée, habituée de chuter sans flotter, ma force sans cesse exploitée. Je me contrains à être marionnette de leurs envies maquillées en besoins, deviens le théâtre de leur hypocrisie, manipulée par la geôlière conformité. L'étouffement de leur présence se resserre, étouffe tout ce que j'aurais pu être.

Je suis effacée par ma peur de disparaître.

J'ai besoin de créer. Mon corps me crie de sortir de la cage qu'est devenue ma tête. Je brûle de m'échapper, que mes cendres caressent le bois franc du plancher. J'essaie de délier mes bras, d'appuyer dans mes jambes pour décoller mes genoux du sol. Je me tortille dans tous les sens pour ressentir autre chose que la peur des moi qui me regardent me démener. Je sens leurs rictus moqueurs sur ma nuque, comme la caresse d'une lame de couteau. Elles veulent une performance, mais pas la mienne.

Celle de mes reflets.

La leur.

Le miroir réfléchit ma peur. Il me fait monstre de jugement qui me décortique en mille morceaux, incantation de l'horreur que je ressens face à mes doutes. J'y vois mon talent inexistant, insignifiant, impertinent.

Toutes parcelles d'envol que mes pieds avaient préparées, bras tendus dans le vide de ma tête, fondent avec mes jambes et font s'écrouler mon corps lorsque je croise mon propre regard.

Dans le miroir je deviens image encadrée par les attentes quadrillées de ma réussite. Je deviens désespoir déshumanisé.

brasier en constellation
pression cornéenne
brûlant dans mes côtes
l'air de mes poumons
inlassablement écorchés

corps fragmenté
éparpillé
modélée sur la portée
trame sonore alternative
pour camoufler leurs voix

façonnée de toutes pièces
artificielle
j'écrase qui je suis
je cache mon intimité
prétentieuse

Le rideau refuse de tomber.

La cité me nargue au-delà de la vitre. À coups de slogans et d'affiches publicitaires, trame narrative de mes insécurités, elle parvient presque à me convaincre de rester isolée, coincée au fond de ma tête. Hors de la ronde.

Elle me fait citoyenne mannequin, manipulée par la projection de ma peur sur l'étrange courtepointe humaine qui m'abrille, rapiécée. Un duvet rugueux enserme mes membres dans une étreinte angoissante, s'agrippe à mes genoux et noue mes mains. Collision de ma peau avec le liège des murs, je m'écroule sans support. Le choc me coupe le souffle et je suis à nouveau désaccordée.

Je deviens outil et produit de mon invisibilisation.

Leurs yeux te fixent, attendent de te voir agir. Leur patience envers ta défaillance, ton échec inévitable, te fascine, elle te fige sur place, entamant le cercle vicieux de la terreur qui cloue tes pieds au sol.

Peu importe le choix que tu fais, elles seront déçues. Mais jamais autant que toi.

Chaque particule de mon corps est sensible aux stimuli refoulés
ceux qui parcourent mes muscles tendus
qui font vibrer mes nerfs fébriles
qui enflamment ma chair meurtrie
et l'écho d'un rire au fond de ma gorge

je suis sur le qui-vive.

Oserai-je marcher vers le bûcher ?

La neige tombe au-delà de la fenêtre.

Elle écrase mes doubles, creuse leur absence pour laisser retentir le silence de leur regard.

Elle se dépose sur la densité du sentiment qui m'envahit lorsque mes doigts frôlent les limites de l'espace partagé entre les danseurs inatteignables.

Elle fond sur la vitre embuée, emportant l'espoir d'un échange, d'une caresse, de la fermeté d'une poigne.

Avec elle coulent mes larmes.

Je m'écroule en criant sous le poids de ma froide solitude.

Éclatée

Il faut traverser la rigidité des évidences, des préjugés, des peurs, des habitudes, traverser le réel obtus pour entrer dans une réalité à la fois plus douloureuse et plus plaisante, dans l'inconnu, le secret, le contradictoire, ouvrir ses sens et connaître.

Marie Uguay

Le miroir capte les parcelles de moi qui chancèlent. Je regarde mon reflet bouger sans ressentir la brûlure dans mes muscles, sans qu'une goutte de sueur ne quitte mon épiderme. Nos pieds trébuchent, s'em-mêlent, forment un nœud insolvable.

J'ai le nez au sol. Ça sent la poussière.

Entre le miroir et la fenêtre, je suis à la fois inconnue et familière. J'y suis anonyme, hésitant entre mouvement et rigidité. Je ne sais pas la couleur de ma chair sous les feux de la scène, confinée comme je suis à l'arrière du rideau que je m'exténue à laisser tomber pour masquer mes reflets.

Elles vont te lâcher, elles aussi. Peu importe ce que tu fais, elles ne te laisseront pas briller.

Je fais semblant parce que j'ai besoin d'un fragment de ce qu'elles ne pourront jamais m'offrir pour exister.

Je calque mes pas sur mon reflet. Je me passe sous silence. Les gestes muets s'accumulent pour me définir et me sculpter. Je me perds dans l'idée de ce que je devrais être. Mon corps s'emmêle, menton vers la fenêtre, cœur vers la sortie, mes coudeux éraflent les clous du babillard, frappent le plâtre des murs dans leur macabre indécision.

Le miroir traître me renvoie l'image de mon échec en lieu de rappel à l'ordre.

Je suis à un jeté de la liberté. Tu m'empêches d'éclater. Tu m'empoignes, restreins chacun de mes mouvements pour me retenir de plonger dans la vague instinctive qui me guide, me fais vibrer. Flotter. Danser. Tu incarnes le pire et le meilleur de moi, la gardienne de la cellule dont je détiens inconsciemment la clé.

Je suis à l'abandon, figée par la froideur des nombreux solitaires que je côtoie sans connaître. Je reconnais des visages, mais jamais des histoires, je partage des sourires, mais jamais des rires, des pleurs ou des colères. J'avance à reculons et m'enfarge lorsque je m'arrête pour tenter d'apercevoir le beau. Je frôle des mains, heurte des dos, caresse des jambes, sans jamais m'arrêter sur les yeux.

Je serais peut-être moins seule si je délogeais parfois mon regard du miroir.

Je me pense artiste. Mon cerveau construit des idées, dicte la chorégraphie. Il guide mes pieds et mes mains dans une direction imposée, calculée. Celle qui paraît bien sur scène et qui m'a été enseignée. De laquelle émane la contrainte rigide.

Il fait chanceler l'équilibre que j'atteins lorsque je le laisse prendre le dessus sans écouter les murmures qui voilent mon instinct. Il succombe à la propagande des masses, suit à la lettre les codes redondants.

Mon inconscient révolté déborde et finalement déferle dans ma tête.

Je m'y abandonne et le laisse m'emporter dans le brouillard de mes pulsions.

La fougue s'empare de moi, onde d'envie résonnant à travers mes nerfs. La nuit, je rêve de vent frais et salé sur mes paupières closes. J'entrevois le rayonnement des étoiles, constellations de l'infini qui coule dans mes veines.

Les couleurs des néons dansent sous ma peau, mes pores frétilent d'anticipation alors que j'avance au-devant de la scène. Mon cœur bat dans mes côtes alors que j'écarte les bras, prête à me lancer.

Le miroir ne m'aura pas cette fois.

Je remonte le cours de mon corps, brave le courant pressurisé de leurs voix accumulées depuis des années. Je choisis d'affronter la tempête et le fouet de la vague et j'en ressors grisée de vie.

Je laisse mon genou tomber au sol, mes mains rattraper mon torse avant que ma joue ne s'écrase. Je roule sur le dos, pieds pointés, mains tirées vers le plafond, et j'explose en me relevant, prête à retomber sur le ventre ou à fendre l'air avec mes jambes.

Je ne pourrai pas à petit feu.

Fais tomber les murs miroirs des pensées

occulte le mépris

dernier espoir de t'en sortir sans l'égratignure d'un sourcil froncé.

Je sors de la boîte ordonnée, chorégraphiée. Je brise les barrières emmurant ma chair pour que mes cheveux frôlent le sol, que mes doigts caressent le plafond, que mes pieds s'envolent pour de bon.

Je jette un coup d'œil lointain à ma performance méticuleuse figée dans mon reflet.

J'y mets le feu et brûle de liberté.

elles bougent avec moi

j'accepte leur présence

leurs contours imprécis

intangibles

insaisissables

inatteignables

les doigts tendus dans le vide

je tombe en transe

le silence retentissant de ma peur

carburant de ma confiance

en mouvance éternelle

vibrant du besoin de danser

l'émotion bouillonne
dans mes reins, dans mes seins, dans mes mains
frigorifiées par les larmes
soudain hésitantes, retenues
ressac du jugement

soubresauts en vaguelettes
glissent le long de ma peau
plantent mon corps dans le plancher
mené par la résonnance des basses

mes orteils pointés fendent l'air
mes paumes caressent ma chair
le poids de ma tête guide ma chute

Je tombe heureuse.

Va
Sois
Laisse la bouffée t'engorger
Souffle le feu de ta rage
Brûle ardemment sans t'étouffer
Bats-toi pour qui tu es

La guerre n'a pas à être dite pour être vaincue.

Tiens répertoire des chocs au creux de ta moelle.

Grimpe les cases de l'échelle vers la chute que tu te réserves. Laisse les planches absorber le poids de ton improvisation, de tes hasards, de tes erreurs.

Délaisse la fenêtre et son cadre. Renie ton image multipliée.

Savoure l'explosion.

Envolée

*Les visages sont là qui se taisent,
mais la mutité est parole qu'on contraint et qu'on tient.*

François Bon

Mes nerfs font vaguelettes sous mes pores. Je sens le tsunami d'émotions déferler dans mes muscles, prendre possession de mes membres. J'abandonne tout contrôle sur les spasmes de bonheur qui guident mon corps dans l'espace, trémolos de ma vulnérabilité. Mes veines explosent de leur liberté renouvelée. Je me sépare des moi artificielles.

J'évolue dans l'espace sans contrainte. Le rythme consomme ma chair dévorée de remous délicieux. J'explore les limites de mon corps en chute, j'encaisse la collision de mes articulations.

Mes bras valsent dans le vide pour ne faire qu'un avec la mélodie qui résonne dans mes oreilles, mes tympanes retentissant de vie. Pulsions de mon cœur à mes doigts.

La musique s'ancre dans ma chair, le fer de ma conscience brûlant mes peurs, mon âme marquée par les battements de mon cœur à l'unisson avec les sons voyageant de mes orteils à mes oreilles.

L'envolée dense de mes sens m'habite enfin.

Je plonge dans mon corps pour fusionner avec mes membres. Je deviens synapse du mouvement, ne suis plus objet, signifiant mutilé de son sens. Je navigue pour m'approprier, incarner mon instinct et lâcher la poigne ferme qui enserme ma liberté. J'entre en symbiose avec le désir de tordre mon corps dans l'espace, de pousser à l'extrême ce qu'il peut faire une fois lancé dans un crescendo d'émotions, et m'abandonne à la musique pour en faire mon essence, mon carburant.

Déplie-toi

Lisse les crevasses que la peur a creusées dans ta chair

Rayonne aux yeux de tous

Montre-leur ce dont tu es capable une fois sortie de ta prison

Façonne la contrainte à ton avantage

Compose avec elle, innove à ta manière

Siphonne les bourrasques de vie qui émanent de ta liberté pour te propulser dans le courant léger du plein plaisir d'être toi

Délie la langue de ton passé

celui où tes cheveux dansaient avec toi devant le rideau

celui où ton corps n'était pas objet mutilé, exposé, humilié.

Tourne le dos à l'époque où tu te vendais aux enchères

laissée pantoise sur scène avec ta peur.

Reprend le contrôle de tes pieds et fais-les glisser

sauter

valser

à l'infini dans l'espace éclaté

accompagnée des êtres qui vibrent à tes côtés.

Abandonne toute ligne directrice

Improvise ton récit, fugace instinct de vie

Ne laisse personne guider tes gestes à ta place

Et vibre

sans jamais laisser s'étouffer ta grâce révoltée

Tu tournes à n'en plus finir.

Toupie étourdie à la vue brouillée par les larmes de légèreté.

Tu rends fous les rois stoïques avec tes pirouettes virevoltées

eux qui sont si furieusement fixés, amovibles, cimentés dans
leurs principes.

Tu les vois à chaque tour qui t'observent

leurs sourcils, des sillons dans leurs fronts

douves les séparant de ton identité retrouvée.

Ne les laisse plus jamais t'emporter.

je sors enfin de ma tête

et je danse

je danse l'infini qui m'habite

pour elles

pour leur montrer que je n'ai plus peur

pour moi

pour me prouver que je peux tout faire

j'accepte de lâcher prise

et me laisse guider par le mouvement

j'accueille la dissonance

et les erreurs de coordinations

si c'est pour alléger mes pensées

me libérer de mon parasite d'acier

et me laisser

danser

Remerciements

Merci à Gabrielle Giasson-Dulude pour son accompagnement précieux et ses brillants conseils qui m'ont aidée à mettre en mots l'art de la danse.

Merci à Anny Gauthier, sans qui je n'aurais jamais appris à accepter le miroir.

Et merci à mes belles, qui m'ont encouragée tout au long de ce projet. Votre amitié vaut tout l'or du monde, je vous aime.

