

Sara Benani

Ses mots, sa vie,  
elle les crie

LE MONDE DU SLAM



Sara Benani

Ses mots, sa vie,  
elle les crie

LE MONDE DU SLAM



Vivre c'est accepter la douleur, les échecs et les décès  
Mais c'est aussi plein de bonheur, on va le trouver en insistant  
Et pour ça, faut du cœur et un mental de résistant

Grand Corps Malade  
in « Mental », *Enfant de la ville*, 2008



## Je suis

Je m'appelle Sara je suis là pour l'instant  
Je suis sur le chemin du slam pour longtemps  
J'ai beaucoup de choses à dire pour le moment  
Je viens du Maroc où j'ai vécu vingt ans

Hier je rêvais de faire de la scène  
Aujourd'hui j'y arrive sans peine  
Demain j'écirai des choses qui me touchent  
Un jour je les dirai de ma bouche

Pourquoi j'ai des choses à dire  
Parce que y'a des paroles à écrire  
Pourquoi ça fait du bien à l'esprit  
Parce que la parole n'a pas de prix

J'aime la musique de toutes générations  
Je n'aime pas les paroles sans belles citations  
J'aime les gens qui ont un grand cœur  
Je n'aime pas ceux qui ont de la rancœur

J'écris ce qui me passe à travers  
J'apprends au 129H chaque vers  
Je parle de tout jusqu'au bout  
J'avance avec et grâce à vous

## Ma peinture d'écriture

Je vais vous parler d'aventure  
Dans mon univers de la peinture  
Je mélange plein de couleurs  
Pour pas voir la vie côté malheur

Avant je sillonnais les plages  
Pour remplir le maximum de pages  
Puis mes amis les déserts  
Qui me rapportaient du sable clair

Je faisais des œuvres tous les jours  
Et les exposais dans mon séjour  
Quand elles étaient terminées  
Tout le monde me disait « comment tu fais ? »

Hé j'ai mes techniques c'est de l'art  
En fait non je fais à ma guise car  
J'aime mélanger sans savoir  
Et avoir un tableau d'espoir

Un jour je me suis un peu calmée  
Car je n'arrivais plus à faire ce que je voulais  
Je suis tout de même restée sur des feuilles  
Un support où toujours on m'accueille



Que ce soient les couleurs  
Qui donnent du bonheur  
Il y a aussi la belle écriture  
Qui accompagne la peinture



## Là où j'ai vécu

Un pays chaud et plein de villes de couleurs  
Des gens adorables avec plein de bonheur  
L'océan est là pour nous rafraîchir également  
Je vais vous parler de là où j'ai vécu vingt ans

Je viens du bled comme on le dit là-bas  
J'ai débarqué à Meknès ensuite Rabat  
Puis est venu le temps de Casablanca  
Ça me plaisait bien de vivre ici et là

J'ai visité la ville rouge Marrakech  
Où on se promène bien en calèche  
Aussi Agadir puis Essaouira et d'autres  
J'aimais beaucoup rencontrer les autres

Y'a aussi le marché, les médinas  
Où les gens et surtout les nanas  
Font leurs courses du dimanche  
Les mendiants qui font la manche

Le vendredi c'est le jour saint  
Le jour du couscous qui est bien  
C'est aussi souvent les mariages  
Et c'est la fête pour tous les âges

## Petit Frère

J'avais dix ans quand tu as vu la vie  
Petit ange, je t'aime depuis ce jour  
Toi qui n'as pas la chance de marcher  
Et pas non plus celle de chanter

Souvent surprise par ton intelligence  
La précision de tes choix et ta persévérance  
Pour nous inviter au royaume de tes non-dits  
Où parfois, pourtant, un seul regard suffit...  
Petit ange, c'est une de nos plus grandes chances  
Tu as ton langage bien précis  
Petit ange tu sais combien on l'apprécie

Tu joues à des jeux vidéo  
Petit ange, toi qu'as pas su jouer aux legos  
Tu ne te soucies pas de la vie  
Petit ange je te dirais alors vis

Tu chantes si bien avec tes mots  
Petit ange, tu es tellement beau  
Tu as une magnifique voix alors va !  
Et on t'entendra dire « A vava inouva »\*  
Tu seras toujours près de nous

Petit ange, on sera là pour tout  
Même si le chemin est encore long  
Même si l'autonomie, c'est à notre façon  
De continuer notre combat  
Et si tu tiens nos mains, sereines  
On apprendra à franchir les ponts  
De nos pensées aux tiennes

Malgré tant de différences  
Petit frère, malgré ça, tu avances...

Malgré tant de différences  
Petit frère, malgré ça, tu avances...

Petit ange

Petit ange

Petit ange

Petit ange...

\* Chanson d'Idir



## Laissant de mes doigts s'échapper...

Laissant de mes doigts s'échapper  
Des phrases et des mots bien aimés  
Les mots que j'ai besoin de sortir  
Pour que mes maux puissent partir

Laissant de mes doigts s'échapper  
L'encre même sur une feuille froissée  
Pour que ma vie et puis mon cœur  
Baignent dans un éternel bonheur

Laissant de mes doigts s'échapper  
Un rêve qui est bien réalisé  
Avec mon stylo j'écris mes textes  
Le temps me changera de contexte

Laissant de mes doigts s'échapper  
Des mots qui donnent une amitié  
Le slam j'en ai plein dans l'âme  
Chaque jour je le déclame





## Quelqu'un de bien

Quelqu'un de bien  
C'est quelqu'un qui apporte beaucoup  
De jour en jour  
Sur qui on peut compter tous les jours  
De la joie du bonheur  
L'espoir de vivre  
L'espoir de construire  
Et en même temps c'est un grand frère un confident  
Un ami qui nous apporte énormément  
Avec qui je dis nous  
Avec qui on partage tout  
On se parle et on s'aide  
Et ensemble on trouve le remède

Toi qui te reconnaîtras je te dis  
Tout simplement merci d'être là

## Être cap'

Je n'accepte pas mon handicap  
J'aimerais juste être cap'  
De me lever de cette foutue chaise  
Qu'elle aille enfin à la casse

Je voudrais marcher comme vous  
Être à la même hauteur que le monde  
Ma bulle va-t-elle éclater un jour  
Pour que ma tête soit raisonnable enfin  
Je me déchaîne sur ma feuille et ça, c'est vraiment moi

Je n'accepte pas mon handicap  
J'aimerais juste être cap'  
D'avoir mon autonomie  
Puis une meilleure vie

Faut pas croire que je sois douce  
J'ai de la rage plein les poches  
Je voudrais la sortir de sa planque  
La blanchir comme un secret honteux  
Mes maux à mettre de côté  
Tout ce qui me tracasse  
Car cette douleur est pas facile à vivre  
Des fois les larmes sont plus fortes  
Mais je les combats au jour le jour  
Je n'accepte pas mon handicap

J'aimerais juste être cap'  
De ne plus avoir peur du vide  
Et aussi me sentir plus libre

Sur le chemin de ma vie j'ai rencontré une vraie personne humaine  
Qui dit que  
Vivre c'est accepter la douleur les échecs et les décès  
Mais c'est aussi plein de bonheur on va trouver en insistant  
Et pour ça faut du cœur et un mental de résistant  
Alors je résiste

Je n'accepte pas mon handicap  
J'aimerais juste être cap'  
De pouvoir retrouver la compétition  
Et de courir comme c'était ma passion

J'ai appris à vivre avec la douleur  
Que j'apaise avec mes mots  
Que je partage avec un public  
Quand je peux me déplacer ce qui n'est pas toujours facile  
Alors quand ça arrive le bonheur se voit  
Mon visage s'illumine pour les soirées et les jours qui suivent  
Et ça me donne du tonus et de la force  
Ma vie avait besoin de mots  
Pour avancer avec les maux



## Téléthon

Pour ma première télé mon premier téléthon  
Je voulais vraiment à ma façon monter le ton  
Dire à tous les malades y'a une vie et l'espoir  
Qu'un jour ils vont guérir pour mieux le voir

On est tous là pour réaliser nos rêves et exister  
Puis avancer chaque jour pour mieux résister  
Qu'on soit à l'hôpital ou en famille il faut se battre  
Quel que soit le handicap le combattre

Dans la vie y'a des obstacles faites très attention  
Pas possible de les déplacer créons la mobilisation  
On a le droit de refuser de se laisser maltraiter  
Et ça c'est à nous de tout faire pour se faire respecter

Cette année pour le téléthon c'est un immense honneur  
De pouvoir slamer pour vous, puis tellement de bonheur  
D'avoir comme parrain que je respecte le grand Julien  
Alors mobilisez-vous et appelez le 3637 ça serait bien

Surtout avec Fabien

**2007 = 9**

Un soir d'hiver de 2007 il fait froid  
Alors j'ai besoin d'amour et de chaleur  
Et aussi de douceur des mots et de flow  
Pour que mes oreilles puissent les écouter  
Je clique sur la bonne personne  
Qui va me guider vers un homme  
Là je découvre un ange parmi tous ceux que je connais  
Je suis restée scotchée  
Aussi émerveillée  
Et je l'entends avec son humour  
Son partage sa passion des mots  
Et lui aussi il écoute faut pas croire  
À l'écrit et à l'oral  
Et ça donne le moral  
Ça va faire la deuxième année  
Et depuis on s'est attachés  
Ce soir on a laissé tomber l'ordi  
Qui nous a permis de nous lier  
En ce jour 9 je le dévoile  
Tu es là ce soir pour passer sur scène  
Et pas à l'antenne  
Tu as fait de moi une fille heureuse  
Et je n'oublierai jamais ce que tu as fait

En ce soir de décembre sombre  
Tu as mis de la lumière sur mon visage  
T'as réussi à me faire rire  
Heureuse que tu aies rejoint Saint-Denis  
Et ce soir je te dis bienvenue dans la famille

$2007 = 9$  car  $2 + 007 = 9$   
Et pour moi comme pour toi  
C'est un chemin tout neuf ce soir

Kriss tu es vraiment quelqu'un de bien





## Du courage

Le soir arrive le chagrin  
Et le jour j'ai le courage  
D'avancer mes prochains quatrains  
Pour remplir de nouvelles pages

Je peux et je vais y arriver  
La vie est belle et magique  
J'ai plus le temps de penser  
Je dois être vive puis énergique

On doit se battre dans la vie  
C'est pas facile mais c'est comme ça  
Pour oublier le plus dur je lis  
Ensuite j'irai plus loin avec ça

L'espoir fait vivre dit-on  
Et je dois bien rigoler  
J'ai envie de cultiver mon don  
Alors je continue à avancer

## Mon matin

Le jour paraît  
Le beau soleil est là  
Il entre dans ma pièce  
Je me lève

Je prends mon déambulateur  
Et je marche

Jusqu'à mon café  
Puis des tartines au beurre  
Et avec du miel  
J'ai bien mangé

Je prends mon déambulateur  
Et je marche

Jusqu'à ma pièce  
Je dis connexion  
Tendres ami(e)s  
Bonnes nouvelles ?  
Heu... Oui...

Je prends mon déambulateur  
Et je marche

Jusqu'à la salle d'eau  
C'est la toilette  
De la frimousse  
Et du coup...  
Mieux réveillée

Je prends mon déambulateur  
Et je marche

Jusqu'à ma pièce  
Je dis reconnexion  
Un peu d'émotions  
Une matinée de frissons

Voilà une belle journée  
Avec mes bien aimés

Jusqu'à ce clic  
Vivre des choses chic  
Et prendre de la hauteur  
Puis avancer vers le large

Je prends mon déambulateur  
Et je marche



## On a le même prénom

Le chemin de deux étoiles  
Rencontrées sur la toile  
Une feuille et un stylo  
Et nous nous jouons des mots

Nos appels téléphoniques  
Sont des instants magiques  
Tu es une amie sincère  
Voilà ce que je considère

Des rencontres simples on en a tous envie  
Et c'est ce qui donne du goût à la vie  
Dans l'écrit comme dans l'oral on se ressemble  
Ce qui nous donne l'envie d'être ensemble

Tu es pleine de vie et éclats de rire  
Et moi avec toi je dis enfin je respire  
Tu es si simple comme femme  
Et tu as l'écriture dans l'âme

## Enfants d'Afrique

Vous regardez profondément l'avenir  
Votre regard est puissant et vif  
Enfants d'Afrique  
Aux yeux tendres

Toi si attentif avec ton autre  
Vous êtes si fraternels c'est si fort  
Enfants d'Afrique  
Si proches d'amour

Toi petite fille qui deviendra femme  
Tu es là si jolie avec quelque bracelet  
Enfant d'Afrique  
Si bel être

Toi petit garçon qui deviendra homme  
Tu feras tomber ta dulcinée  
Enfant d'Afrique  
Sur le chemin

Vous êtes habillés de votre chaire  
Si naturels, si purs que vous êtes  
Enfants d'Afrique  
Quelle beauté

Quand je vous vois si vrais  
Je vous touche et vous sens  
Enfants d'Afrique  
L'émotion est là

Vous vivez sur la terre battue  
Le vrai est plus proche de vous  
Enfants d'Afrique  
Votre richesse est là

©

Sara Benani Arts

[www.sarabenaniarts.com](http://www.sarabenaniarts.com)

Paris, 2011.





