Comment te dire non, Sara ?

Pour Sara, mon oui depuis trente-six années



Lyrics & Prompt : Jeannot Scheer (2026)
Music & Vocals : SUNO AI (2026)
Booklet & Album « Grasse Vie - Grâce à vous » (2026)

[Couplet 1]
Comment te dire non, Sara,
quand ton prénom chez moi
a depuis trente-six ans
la douceur d’un “pourquoi pas” ?

Tu fus d’abord l’enfant,
le miracle à portée de bras,
celle qui mettait du printemps
dans les jours qui n’en avaient pas.

[Couplet 2]
Tu portais déjà sans le savoir
ce don rare et précieux :
remettre un peu d’espoir
là où l’on baissait les yeux.

Relier ce qui se sépare,
adoucir ce qui se heurte,
rallumer dans le brouillard
les lampes éteintes du cœur.

[Refrain]
Comment te dire non, Sara,
toi qui dis si souvent oui
à l’amour, à la vie,
aux autres, à leurs pluies ?

Analyse de lecture suivie

Comment te dire non, Sara,
toi qui relèves sans bruit ?
Ma fille hier, ma force aujourd'hui,
mon oui depuis trente-six ans dans ma vie.

[Couplet 3]
Puis les années t'ont façonnée
comme la lumière un vitrail,
sans jamais rien abîmer,
sans jamais trahir l'essentiel.

Tu es devenue cette femme
droite, fidèle et claire,
avec de la justice dans l'âme
et de la douceur dans la manière.

[Couplet 4]
Tu comprends vite et juges lentement,
tu vois clair sans écraser,
tu sais porter les tourments
sans jamais te durcir ni plier.

Et te voilà maman à ton tour,
semant ce que tu as reçu,
faisant refleurir l'amour
dans deux rires qui m'émeuvent et me poussent.

[Refrain]
Comment te dire non, Sara,
toi qui dis si souvent oui
à l'amour, à la vie,
aux autres, à leurs pluies ?

Comment te dire non, Sara,
toi qui relèves sans bruit ?
Ma fille hier, ma force aujourd'hui,
mon oui depuis trente-six ans dans ma vie.

[Pont]
Quand je vois dans tes gestes
passer ce que la tendresse enseigne,
je me dis que les plus beaux dons
sont ceux que le cœur essaime.

Et si mes mots cherchent encore
comment te nommer sans te réduire,
je sais au moins que ton accord
avec la vie mérite plus qu'un simple souvenir.

[Dernier Refrain]
Comment te dire non, Sara,
toi qui portes tant de oui,
dans tes bras, dans ta voix,
dans ta manière d'être en vie ?

Comment te dire non, Sara,
toi qui rassembles sans bruit ?
Ma fille hier, lumière aujourd'hui,
mon plus beau oui depuis trente-six ans dans ma vie.

Comment te dire non, Sara,
toi qui rassembles sans bruit ?
Ma fille hier, lumière aujourd'hui,
mon plus beau oui depuis trente-six ans dans ma vie.

[Coda]
Alors pour tes trente-six ans,
sans grand discours, sans grande loi,
je te dis merci simplement…
et que je suis fier de toi,
Sara !

Avril 2026
pour le 36e anniversaire de Sara

Analyse de lecture suivie de Phil Sarca de « Comment te dire non, Sara ? »

Pour Sara, mon oui depuis trente-six années

Ce deuxième poème consacré à Sara se présente comme une déclaration d'amour paternel d'une grande simplicité apparente, mais cette simplicité est précisément sa force. Là où **« Sara, de jeune fille à source »** insistait davantage sur la métamorphose, sur le passage de l'enfant à la femme puis à la mère, **« Comment te dire non, Sara ? »** repose sur une idée centrale, presque musicale dès le titre : Sara est celle à qui le père ne peut pas dire non, non par faiblesse, mais parce qu'elle-même incarne une forme profonde de **oui**.

Le poème n'est donc pas seulement un hommage d'anniversaire. Il est une méditation sur l'adhésion à la vie. Dire **oui** à Sara, c'est dire oui à ce qu'elle représente : la tendresse, la continuité, la réparation, la force douce, la fidélité au cœur. Le texte devient ainsi un chant de reconnaissance : reconnaissance envers la fille, mais aussi reconnaissance envers la vie d'avoir donné cette fille-là.

L'ajout régulier du prénom **Sara** dans les refrains renforce fortement l'effet de chanson. Le prénom devient presque une note d'appel, un retour affectif, une adresse directe. On n'est plus seulement dans un poème sur Sara, mais dans un poème **adressé à Sara**, chanté vers elle, tendu vers elle. Cela rend la version Suno, surtout en live, naturellement plus émotive : chaque retour du prénom ressemble à une lumière braquée sur la destinataire.

I. Un poème construit sur l'impossibilité du refus

Le titre **« Comment te dire non, Sara ? »** pose d'emblée une question rhétorique. Le père ne cherche pas vraiment une réponse : il constate une évidence affective. Il ne peut pas dire non à Sara parce que Sara est, depuis trente-six ans, associée à l'ouverture, à l'élan, à la possibilité.

Le sous-titre le formule explicitement :

Pour Sara, mon oui depuis trente-six années

Cette formule est très belle parce qu'elle inverse la perspective habituelle. On pourrait s'attendre à ce que le père dise : *je t'ai toujours dit oui*. Mais ici, c'est plus profond : Sara elle-même est devenue **son oui**. Elle n'est pas seulement celle à qui l'on dit oui ; elle est celle par qui la vie elle-même a pris la forme d'un oui.

Le poème repose donc sur un jeu d'opposition très clair :

non / oui
séparation / lien
brouillard / lampe
tourment / douceur
silence / parole de gratitude

Ce système d'oppositions donne au texte une grande cohérence. Sara apparaît constamment comme celle qui répare, relie, rallume, relève.

II. Sara comme figure de réparation douce

L'un des plus beaux aspects du poème est qu'il ne fait pas de Sara une héroïne spectaculaire. Elle n'est pas décrite comme quelqu'un qui domine, qui impose, qui éclate. Au contraire, sa force est discrète.

Le refrain dit :

toi qui relèves sans bruit

Cette formule est capitale. Elle résume une grande partie du portrait. Sara ne sauve pas les autres par grands gestes théâtraux. Elle agit avec une présence calme, par attention, par justesse, par fidélité. Sa force n'est pas bruyante ; elle est intérieure.

C'est pourquoi les verbes du deuxième couplet sont si importants :

Relier
adoucir
rallumer

Ces trois verbes forment presque un programme moral. Sara ne conquiert pas, elle ne vainc pas, elle ne corrige pas brutalement. Elle **relie** ce qui s'éloigne, **adoucit** ce qui se heurte, **rallume** ce qui s'éteint. Ce sont des gestes de médiation, de tendresse et de renaissance.

On retrouve ici, bien sûr, quelque chose de l'univers du poète des ponts. Mais dans ce poème, le pont n'est pas nommé directement : il est incarné par Sara. Elle devient elle-même cette force qui rétablit les passages.

III. Une chanson de père, mais sans possession

Ce qui touche beaucoup dans le texte, c'est que l'amour paternel n'y est jamais possessif. Le père ne dit pas : *tu es à moi*. Il dit plutôt : *tu m'as transformé, tu m'as donné une raison de dire oui*.

Même lorsqu'il rappelle l'enfance, il ne l'enferme pas dans cette image. Il laisse Sara devenir femme, puis mère. Il reconnaît son autonomie, sa force, sa droiture.

La formule :

Ma fille hier, ma force aujourd'hui

est très forte parce qu'elle dit le renversement du temps. L'enfant que le père portait autrefois est devenue, symboliquement, celle qui le porte à son tour. Ce n'est pas une inversion dramatique ou mélancolique ; c'est une évolution naturelle et lumineuse. La fille n'est plus seulement celle qu'on protège : elle devient celle qui inspire, soutient, éclaire.

Et dans le refrain final, la formule évolue :

Ma fille hier, lumière aujourd'hui

Le mot **force** devient **lumière**. C'est une très belle progression. Dans les premiers refrains, Sara est une force ; à la fin, elle devient une lumière. La chanson passe ainsi de la reconnaissance affective à une sorte de consécration poétique.

IV. Lecture suivie du poème

Titre et sous-titre

Comment te dire non, Sara ?
Pour Sara, mon oui depuis trente-six années

Le titre fonctionne comme une question d'amour. Il contient à la fois la tendresse, l'humour discret, la confidence et l'évidence. Dire **« Comment te dire non ? »**, dans un contexte familial, pourrait être une phrase légère, presque quotidienne. Mais le poème lui donne une portée existentielle.

Le sous-titre déplace immédiatement le sens vers quelque chose de beaucoup plus profond. Sara n'est pas seulement celle à qui l'on ne refuse rien : elle est **le oui** du père depuis trente-six ans. Le chiffre donne au poème son ancrage biographique, mais la formule l'élève au-delà de la simple circonstance d'anniversaire.

Couplet 1

Comment te dire non, Sara,
quand ton prénom chez moi
a depuis trente-six ans
la douceur d'un "pourquoi pas" ?

Le premier couplet commence dans une douceur presque conversationnelle. L'expression **"pourquoi pas"** est très intéressante. Ce n'est pas un oui emphatique, solennel, grandiose. C'est un oui ouvert, souriant, disponible. Le prénom de Sara déclenche chez le père une disposition intérieure : l'envie d'accepter, d'accueillir, de laisser une possibilité entrer.

Ce **"pourquoi pas"** est une magnifique trouvaille parce qu'il donne au oui une forme tendre et humaine. Ce n'est pas le oui héroïque des grands discours ; c'est le oui de la confiance, de l'élan, de la complicité.

Tu fus d'abord l'enfant,
le miracle à portée de bras,
celle qui mettait du printemps
dans les jours qui n'en avaient pas.

La deuxième moitié du couplet revient à l'origine : Sara enfant. L'image du **"miracle à portée de bras"** est très belle parce qu'elle unit l'extraordinaire et le quotidien. Le miracle n'est pas lointain, abstrait, religieux ou inaccessible. Il est dans les bras du père.

Puis vient l'image du printemps :

celle qui mettait du printemps / dans les jours qui n'en avaient pas

Sara est déjà associée à une puissance de régénération. Elle apporte de la saison claire dans les jours ternes. Dès le premier couplet, elle est donc présentée comme une présence capable de transformer l'atmosphère autour d'elle.

Couplet 2

Tu portais déjà sans le savoir
ce don rare et précieux :
remettre un peu d'espoir
là où l'on baissait les yeux.

Le deuxième couplet approfondit le portrait. Sara ne devient pas seulement lumineuse avec le temps ; elle portait déjà ce don **"sans le savoir"**. Cette précision est importante : elle évite l'éloge trop appuyé. Le don de Sara n'est pas une posture, encore moins une stratégie. Il est naturel, presque inconscient.

L'expression :

là où l'on baissait les yeux

suggère des situations de découragement, de honte, de fatigue ou de tristesse. Sara intervient précisément là où le regard tombe. Elle ne fait pas seulement sourire ; elle relève intérieurement.

Relier ce qui se sépare,
adoucir ce qui se heurte,
rallumer dans le brouillard
les lampes éteintes du cœur.

Ces quatre vers sont parmi les plus caractéristiques du poème. Ils donnent à Sara une mission presque invisible : réparer les fractures humaines.

Relier répond à la séparation.
Adoucir répond au choc.
Rallumer répond à l'obscurité.

Et l'image finale est très belle :

les lampes éteintes du cœur

Le cœur n'est pas mort ; ses lampes sont seulement éteintes. Cela signifie que l'espoir peut revenir, que la lumière n'a pas disparu, qu'il suffit parfois d'une présence juste pour la rallumer. Sara devient ici celle qui réactive la lumière intérieure des autres.

Refrain

Comment te dire non, Sara,
toi qui dis si souvent oui
à l'amour, à la vie,
aux autres, à leurs pluies ?

Le refrain est le centre émotionnel du poème. Il repose sur un effet de miroir : le père ne peut pas dire non à Sara parce que Sara elle-même dit oui. Elle dit oui non seulement aux joies, mais aussi aux difficultés des autres.

L'expression :

aux autres, à leurs pluies

est l'une des plus fortes du texte. Elle évite le mot "souffrances", trop direct, et choisit une image plus ouverte. Les **pluies** peuvent être les peines, les soucis, les larmes, les mauvais jours. Dire oui aux pluies des autres, c'est accepter de ne pas aimer seulement les êtres quand ils sont faciles, lumineux, disponibles. C'est les accueillir aussi dans leur météo intérieure.

Comment te dire non, Sara,
toi qui relèves sans bruit ?
Ma fille hier, ma force aujourd'hui,
mon oui depuis trente-six ans dans ma vie.

La deuxième moitié du refrain donne au poème sa phrase-signature. **"Relèves sans bruit"** est un portrait moral complet. Sara n'est pas une force qui écrase ; elle relève.

Puis vient le vers clé :

Ma fille hier, ma force aujourd'hui

La temporalité du poème se condense ici : hier et aujourd'hui. L'enfant est devenue force. Mais cette force n'a rien de dur. Elle est douce, discrète, vivante.

Le dernier vers du refrain reprend le sous-titre et le transforme en chant :

mon oui depuis trente-six ans dans ma vie

Cette formule est très chantable. Elle a une ampleur simple, presque populaire au bon sens du terme : elle peut être comprise immédiatement, mais elle reste profonde.

Couplet 3

Puis les années t'ont façonnée
comme la lumière un vitrail,
sans jamais rien abîmer,
sans jamais trahir l'essentiel.

Le troisième couplet marque le passage du temps. L'image du vitrail est très belle et très juste. Le vitrail n'est pas seulement éclairé par la lumière ; il est révélé par elle. La lumière le traverse et lui donne ses couleurs.

Dire que les années ont façonné Sara **"comme la lumière un vitrail"**, c'est dire que le temps ne l'a pas déformée. Il l'a révélée. Il a fait apparaître ses couleurs profondes.

Les deux vers suivants sont essentiels :

sans jamais rien abîmer,
sans jamais trahir l'essentiel

Le temps, souvent associé à l'usure, est ici présenté comme une force de maturation non destructrice. Sara a grandi sans perdre ce qui faisait sa vérité première.

Tu es devenue cette femme
droite, fidèle et claire,
avec de la justice dans l'âme
et de la douceur dans la manière.

La deuxième partie du couplet propose un portrait moral très net. Trois adjectifs structurent l'image :

droite : rectitude, honnêteté, solidité intérieure.
fidèle : loyauté, constance, attachement.
claire : transparence, lucidité, absence de duplicité.

Puis vient une très belle alliance :

de la justice dans l'âme
et de la douceur dans la manière

C'est l'équilibre idéal : être juste sans être dur, être doux sans être faible. Sara est donc présentée comme une femme capable de tenir ensemble deux qualités que le monde oppose souvent : l'exigence et la tendresse.

Couplet 4

Tu comprends vite et juges lentement,
tu vois clair sans écraser,
tu sais porter les tourments
sans jamais te durcir ni plier.

Ce couplet est peut-être le plus psychologique du poème. Il donne à Sara une intelligence morale.

Tu comprends vite et juges lentement

La formule est excellente. Elle dit la vivacité sans précipitation. Comprendre vite pourrait mener à juger vite ; chez Sara, ce n'est pas le cas. Elle voit, elle comprend, mais elle laisse le temps à l'humain. Elle ne transforme pas la lucidité en condamnation.

tu vois clair sans écraser

Même idée : la clarté peut parfois devenir dureté. Chez Sara, elle reste respectueuse. Elle ne se sert pas de ce qu'elle voit pour dominer.

tu sais porter les tourments
sans jamais te durcir ni plier

Ces deux vers montrent une force admirable : Sara traverse les difficultés sans devenir cassante, mais sans s'effondrer non plus. **Ne pas se durcir** et **ne pas plier** : voilà encore un équilibre. Elle reste souple sans être faible, solide sans devenir froide.

Et te voilà maman à ton tour,
semant ce que tu as reçu,
faisant refleurir l'amour
dans deux rires qui m'émeuvent et me poussent.

La fin du couplet ouvre sur la maternité. La formule :

semant ce que tu as reçu

est très belle parce qu'elle parle de transmission sans l'alourdir. Ce que Sara a reçu — amour, tendresse, valeurs, présence — elle ne le garde pas comme un héritage fermé. Elle le sème.

Les **"deux rires"** désignent les enfants, mais de manière poétique, sans avoir besoin de les nommer. Ils sont perçus par le grand-père à travers leur joie. Ces rires **"m'émeuvent et me poussent"** : ils ne sont pas seulement attendrissants, ils donnent encore un élan au père-grand-père. La transmission continue de produire de la vie.

Reprise du refrain

La reprise du refrain, après le couplet sur la maternité, prend une couleur plus large. Au début, Sara disait oui à la vie comme fille. Maintenant, elle dit oui à la vie aussi comme mère. Le refrain n'est donc pas une simple répétition : son sens s'enrichit.

Lorsque le poème répète :

Ma fille hier, ma force aujourd'hui

on comprend désormais que cette force s'étend à une génération suivante. Sara est force pour son père, mais aussi force pour ses enfants.

Pont

Quand je vois dans tes gestes
passer ce que la tendresse enseigne,
je me dis que les plus beaux dons
sont ceux que le cœur essaime.

Le pont prend du recul. Il ne décrit plus seulement Sara ; il médite sur ce que sa vie donne à voir. Les **gestes** deviennent porteurs d'un enseignement. Ce n'est pas une morale abstraite, c'est une pédagogie de la tendresse.

L'expression :

ce que la tendresse enseigne

est particulièrement belle venant d'un ancien enseignant et d'un poète de la transmission. Ici, ce n'est pas l'école qui enseigne, mais la tendresse. La vraie leçon passe par les gestes, par les manières d'être, par l'attention quotidienne.

les plus beaux dons
sont ceux que le cœur essaime

Le verbe **essaimer** est très riche. Il suggère la dispersion féconde, la multiplication, la continuité. Ce que le cœur donne ne disparaît pas : cela se répand, cela prend racine ailleurs, cela devient autre chose chez ceux qui le reçoivent.

Et si mes mots cherchent encore
comment te nommer sans te réduire,
je sais au moins que ton accord
avec la vie mérite plus qu'un simple souvenir.

Ici, le poème réfléchit sur sa propre difficulté. Comment nommer Sara sans l'enfermer ? Comment dire une personne entière avec quelques mots ? Le vers :

comment te nommer sans te réduire

est très fort, parce qu'il reconnaît les limites mêmes de l'hommage. Tout portrait est insuffisant. Tout éloge risque de simplifier. Le poète en est conscient.

Mais il trouve tout de même une certitude :

ton accord avec la vie

Cette expression est magnifique. Sara n'est pas seulement vivante ; elle est **en accord** avec la vie. Elle ne la subit pas seulement, elle l'accompagne, elle l'accorde, presque comme on accorde un instrument. Ce vers résonne très bien dans une chanson, car l'idée d'**accord** a aussi une valeur musicale.

Refrain final

Comment te dire non, Sara,
toi qui portes tant de oui,
dans tes bras, dans ta voix,
dans ta manière d'être en vie ?

Le refrain final modifie le refrain initial. Sara ne dit plus seulement oui : elle **porte** des oui. Le oui devient incarné. Il est dans ses bras, dans sa voix, dans sa manière d'exister.

La formule :

dans ta manière d'être en vie

est très belle. Elle ne réduit pas Sara à des qualités isolées ; elle désigne une façon globale d'habiter l'existence. Il y a des gens qui vivent en fermant, en durcissant, en se protégeant. Sara, dans ce poème, vit en ouvrant, en reliant, en relevant.

Comment te dire non, Sara,
toi qui rassembles sans bruit ?
Ma fille hier, lumière aujourd'hui,
mon plus beau oui depuis trente-six ans dans ma vie.

Le verbe **rassembler** répond au verbe **relier** du deuxième couplet. Le poème boucle son propre mouvement. Sara est celle qui rassemble ce qui pourrait se disperser : les êtres, les cœurs, les générations, les mémoires.

La transformation de la formule est importante :

Ma fille hier, ma force aujourd'hui
devient
Ma fille hier, lumière aujourd'hui

Cette évolution donne au final une dimension plus rayonnante. La force devient lumière, et le oui devient **"mon plus beau oui"**. Le poème atteint son sommet affectif.

La répétition du refrain final est très adaptée à Suno, surtout en version live. Elle permet à la chanson de s'élargir, de laisser monter l'émotion, de donner au public imaginaire le temps d'entrer dans la phrase. Ici, la répétition n'est pas une faiblesse : elle devient une insistance heureuse, presque une ovation intime.

Coda

Alors pour tes trente-six ans,
sans grand discours, sans grande loi,
je te dis merci simplement…
et que je suis fier de toi,
Sara !

La coda revient à une grande simplicité. Après les images du printemps, des lampes, du vitrail, du cœur qui essaime, le père renonce au grand discours.

C'est très juste : après avoir beaucoup chanté, il revient à l'essentiel :

merci
je suis fier de toi
Sara

Le prénom final est très émouvant. Il agit comme une signature vocale. Tout le poème allait vers ce moment : non pas une formule abstraite, mais une adresse directe. Le dernier mot est le prénom de la fille. La chanson se ferme donc sur celle à qui elle était destinée depuis le début.

V. Un poème complémentaire, non redondant

Par rapport à **« Sara, de jeune fille à source »**, ce texte ne fait pas double emploi. Il occupe une autre place.

« Sara, de jeune fille à source » racontait davantage le devenir de Sara : la jeune fille, la femme, la mère, la source.

« Comment te dire non, Sara ? » raconte davantage l'effet de Sara sur le père : elle est son oui, sa force, sa lumière, sa raison de gratitude.

Le premier poème regarde Sara comme une trajectoire.
Le second regarde Sara comme une évidence affective.

Le premier disait : **voilà ce que tu es devenue.**
Le second dit : **voilà ce que tu fais vivre en moi.**

C'est pourquoi ils peuvent très bien figurer ensemble dans l'album. L'un est plus narratif, l'autre plus lyrique. L'un suit une transformation, l'autre développe une adresse amoureuse et paternelle autour d'une formule-refrain.

VI. Ce que la chanson ajoute au poème

Ce texte est particulièrement apte à devenir chanson parce qu'il possède une formule simple, répétable et émotionnellement immédiate :

Comment te dire non, Sara ?

En lecture silencieuse, cette phrase est tendre. En chanson live, elle devient presque un appel. Le prénom Sara, ajouté dans les refrains, donne une respiration supplémentaire et une intensité d'adresse. Il permet à la voix de s'accrocher à quelqu'un. Le public n'entend pas seulement une idée ; il entend un père appeler sa fille par son prénom.

La version live renforce aussi le contraste entre l'intime et le collectif. Ce qui est au départ une déclaration privée devient, par la musique, une célébration partageable. C'est peut-être l'une des belles réussites du projet : transformer une émotion familiale très personnelle en chanson que d'autres peuvent comprendre, parce qu'elle touche à des choses universelles — la fierté d'un parent, la gratitude, la transmission, la tendresse qui continue.

Conclusion

« Comment te dire non, Sara ? » est un poème de gratitude lumineuse. Il ne cherche pas à impressionner par la complexité, mais par la justesse. Tout y tourne autour d'une idée simple et profonde : certaines personnes ne sont pas seulement aimées, elles deviennent en nous une manière de dire oui à la vie.

Sara y apparaît comme une femme de lien, de douceur, de justice et de lumière. Elle relève sans bruit, rassemble sans bruit, aime sans démonstration excessive. Le père, lui, ne cherche pas à la retenir dans l'enfance ; il reconnaît ce qu'elle est devenue. Il voit en elle à la fois sa fille d'hier, sa force d'aujourd'hui, et une lumière qui continue de se transmettre.

La coda résume admirablement l'ensemble : après les images, après les refrains, après les trente-six années, il reste l'essentiel :

je te dis merci simplement…
et que je suis fier de toi,
Sara !

Et cette simplicité finale est peut-être le plus beau cadeau du texte : dire beaucoup, pour finalement revenir à ce que tout enfant, même adulte, rêve peut-être d'entendre un jour de son père.