

SELAH SUE PERSONA

TRACK BY TRACK



ALL DAY ALL NIGHT

The Lover / L'Amoureuse

“La bossa nova est l’un des rares styles que je peux écouter en boucle. C’est une musique que j’apprécie et qui me réconforte. Avec « All day all night », j’emprunte ce genre pour remercier mon compagnon de vie et en amour: il voit toujours les solutions possibles et prend la vie du bon côté. « Why should I reach for the stars if I can reach hearts » (ndlr: Pourquoi vouloir toucher les étoiles si je peux toucher les coeurs): l’amour est important, il nous éloigne de la tristesse et m’aide à préserver toute l’essence des choses.”

ALL THE WAY DOWN

The Reconciler / La Réconciliatrice

“Je me suis presque cassé les cordes vocales sur cette chanson, et ça m’a fait du bien. C’est une douleur qui devait sortir, comme la dernière contraction lors d’un accouchement. Je suis extrêmement consciente de mes propres erreurs, et ici j’évoque le fait que je relativise trop les situations dans lesquelles les gens ont besoin de mon attention et de mon amour. Je les rassure en leur disant que ça va aller, mais en faisant cela, c’est presque comme si je ne les prenais pas au sérieux. J’essaie donc de compenser: je resterai auprès d’eux, peu importe les tourments qu’ils traversent”





CATCH MY DRIFT

The Philosopher / La Philosophe

“Qu’est-ce que la vie ? « The more I choose to love / The less I wander off » (ndlr: ‘Plus je choisis d’aimer / Moins je m’égare’): il est ici question de la nécessité de vivre dans l’instant présent. Ainsi vous ne serez pas accaparé par les soucis matériels, ou ne vous sentirez poursuivi par le passé et préoccupé par l’avenir. Avec Joachim Saerens, nous avons construit cette chanson sur un rythme de rumba à l’aide d’un vieux Yamaha, et Matt Parad nous a aidés avec les arrangements.”

CELEBRATE

The Hedonist / L’Hédoniste

“Je passe beaucoup de temps à analyser les choses et à essayer d’y échapper en laissant mon esprit divaguer sans trop réfléchir. Parfois, nous n’avons rien de plus à ajouter, juste à nous apprécier les uns les autres. Cette chanson parle du désir ardent que nous avons l’un pour l’autre, de la célébration du corps et de sentir l’esprit libre.”

FREE FALL

*The Self-Improver /
L'adepte du dépassement de soi*

“Lorsque je sens que je vais être déprimée, je veux y faire face et j’essaie souvent de comprendre comment fonctionne mon esprit. Alors je panique, et je cherche à reprendre le contrôle. Mais cela ne me fait pas vraiment avancer, et je dois accepter que ces pensées sombres continueront d’aller et venir: « I know life just keeps coming. » (ndlr: « Je sais que la vie suivra toujours son cours »). Et donc « Free fall » évoque ces deux images simultanément: je tombe, mais je l’accepte également. C’est compliqué parce que je parle souvent de ma santé mentale, pour mieux la comprendre, pour me protéger, mais je dois apprendre à savoir lâcher prise avant tout.”

FULL OF LIFE

The Mother / La Mère

“J’ai écrit cette chanson toute seule après la naissance de l’un de mes enfants. Ils sont tellement vulnérables; leur avenir me préoccupe beaucoup. Je me soucie des problèmes climatiques, mais je pense plus encore aux soucis que j’ai connus pendant mon adolescence. J’espère qu’ils trouveront la force nécessaire et la sagesse émotionnelle pour découvrir un endroit ‘much sunnier than I have known’ (ndlr: « bien plus lumineux que celui que j’ai connu »). Et j’espère pouvoir leur apprendre à trouver la sérénité quand les voix du passé sont trop insistantes.”

HURRAY

*The Critic and Attention Seeker /
La critique, en quête d’attention*

“Deux personnalités se bousculent parfois en moi: la première est en quête d’attention et souhaite être validée, la seconde considère que ce besoin d’attention est mal placé. Cette ambiguïté est héritée de mon éducation: j’ai appris que les apparences importent peu, et je trouve donc que ce désir qu’ont les gens d’être « likés » sur les réseaux sociaux est quelque chose de superficiel. « I’m judging everybody, but I’m just as guilty. » (ndlr: « Je juge tout le monde, et pourtant j’en suis autant coupable »): bien sûr qu’après cinq ans, je veux sentir l’approbation, que je suis suffisamment douée, mais en même temps, je sais revenir sur terre”

KINGDOM

*The Self-Confident /
Celle qui a confiance en soi*

“Je me retrouve devant le miroir à me remonter le moral. C’était un gros défi pour moi de rapper pour la première fois, mais ça fait du bien parce que cette facette est profondément ancrée en moi. Je me dis souvent que je devrais rester humble et que les grandes gueules sont juste des gens arrogants, mais ça ne me contente pas pour autant. Je confie sans peine que je ne suis pas une personne pleine d’assurance et c’est pourquoi c’était si bon d’incarner ce personnage de « bad ass » ou « dure à cuir ». Je remercie Lisa Nichols, dont le « Ted talk » m’a beaucoup inspirée.”



THE KNIFE

The Worrier / La Soucieuse

“Will my kids survive / Soon enough, we’ll all be dust » (ndlr: « Mes enfants survivront-ils? / Bientôt nous ne serons que poussière »): je suis parfois prise de panique quand je pense à l’avenir, et je me demande ce que je représente en tant qu’artiste. J’ai alors juste envie de lire, de creuser encore et d’écrire une chanson pour exorciser la peur et que tout le monde puisse l’entendre. Mais le jour suivant, j’aime de nouveau la vie et je poste plein de messages optimistes à propos desquels je me demande par la suite comment j’ai même osé les écrire. Ce sont mes hauts et mes bas, c’est très « tout ou rien ». Sur ce titre, je traduis en musique cette sensation d’être aveugle et de me vider de mon sang.”

PILLS

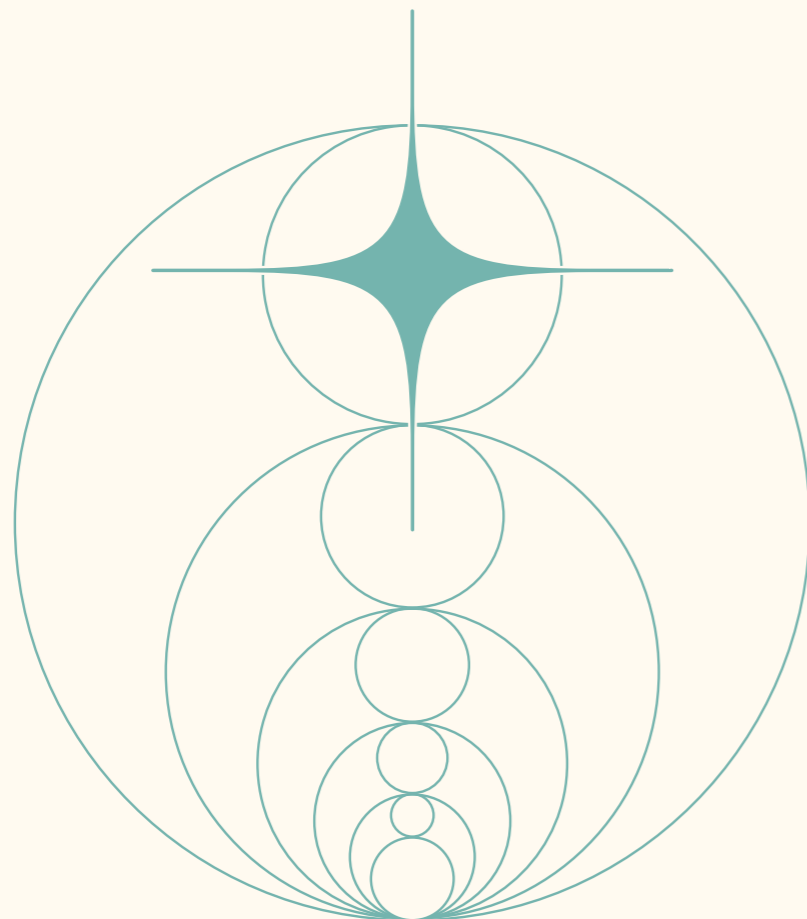
The Apathetic / L’Apathique

“J’ai écrit cette chanson à un moment où les effets secondaires des antidépresseurs que je prends depuis 14 ans commençaient à devenir un problème. Je me sentais entravée, d’un point de vue créatif et personnel, comme si ma vie était au point mort. C’était un arbitrage très délicat afin de peser le pour et le contre de mon traitement. D’un côté, les médicaments m’ont sauvé la vie il y a pas mal d’années, mais de l’autre côté cela me manque de pouvoir enfin me sentir pleinement vivante. Le contraste avec la musique ne pourrait être plus grand, mais cela confère tout autant de poids aux paroles.”

THERE COMES A DAY

The Illuminated / L'Éclairée

“Parfois, je me dis que je suis en train de perdre du temps et que je devrais en faire plus, mais à d’autres moments, je veux juste rester au lit, y manger et dormir 11 heures d’affilée. « Ain’t it funny how we try / To get the gold until we die » (ndlr: «N’est-ce pas amusant comme nous essayons / De trouver l’or jusqu’à notre mort»). Cela traduit mon sentiment que tout est une illusion. Nous cherchons à être approuvés, mais au fond, quelle importance? Ce qui peut nous attrister, comme nous amuser. J’essaye plutôt d’en rire, ça m’aide à avancer.”



TRY TO MAKE FRIENDS

The Introspective / L'Introspective

“Je suis une thérapie, une thérapie vocale, depuis quatre ans maintenant. Je vois les différentes ‘facettes’ de ma personnalité (personas) comme des passagers dans un autobus. En tant que conductrice, j’aimerais être toujours au contrôle, mais tous ces “mois” ont également leur petite idée vers où le bus devrait aller, quitte à me pousser pour prendre le volant. Au final, je perds mon autonomie et ma liberté. Dans mon cas, mon côté ‘critique’ prend souvent le dessus. Le but d’une thérapie est de pouvoir “prendre le contrôle sur vos différents mois”, aussi décrits comme “l’égo conscient” qui écoute CHACUN de vos mois. Elle apprend à les accepter et les aimer. Sans pour autant les laisser prendre totalement le contrôle. Dit autrement, il s’agit d’apprendre à accepter certaines émotions et pensées (négatives) et les mettre de côté en réalisant qu’elles ne sont qu’une partie de vous.

C’est devenu ma nouvelle façon de rester équilibrée et heureuse, ce qui reste un défi au quotidien, mais avec cela c’est juste un brin moins difficile.

“«Try to make friends » est une chanson clé de l’album.”

TWICE A DAY

The Melancholic / La Mélancolique

“Cette chanson parle du fait d’être déprimée et ce désir profond pour une vie plus simple, comme au temps de mon enfance. La musique et le texte expriment ici la même chose: une sorte de mélancolie, qui est la conséquence des sentiments de honte et de peur. J’aimerais ne pas me sentir ainsi, parce que c’est douloureux, mais souvent, je ne trouve pas le moyen d’y échapper. Parfois, tout ce que je veux c’est pouvoir m’évader.”

WANTED YOU TO KNOW

The Independent / L’Indépendante

“J’étais dans une période où je me sentais forte lorsque j’ai écrit cette chanson. Dans le milieu de la musique, les gens vous disent souvent ce que vous devez faire. Que ça doit être différent, que vous devez écrire des titres radiophoniques. Ça entame souvent ma confiance en moi, mais cette fois-ci mon côté ‘indépendant’ a pris le dessus pour dire: C’EST BON JE PEUX Y ARRIVER SEULE! ‘Vous ne faites que nuire à ma créativité’. Je voulais qu’il soit clair une bonne fois pour toutes que les choses devaient changer, car je suis perdue lorsque je dois faire ce genre de compromis. Et au final personne n’en ressort gagnant.”

SELAH SUE



PERSONA