

Remède contre la virhaine

Composition:

Amour, bien-être, écoute de soi, partage, amitié, 5 minutes, proximité émotionnelle, écoute.

Surdosage:

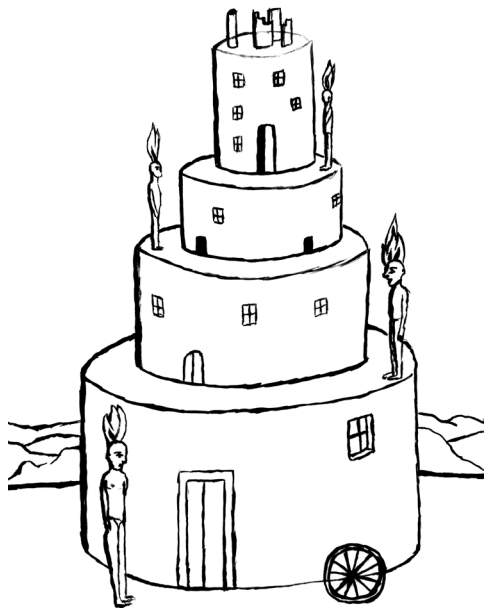
Famille, auto-régulation, communication
Procédé adopté dans le cadre de la Leitura Furiosa :

Dans la colonne des mots reliés à l'idée de « famille », effacer le mot « bénédiction » fut une erreur, signale LCMarola – un gars que l'on lit comme une moto hantée par son désir de rugir son accélération qui déchire le paysage.

Attention, nous dit Lunatic, la vitesse est peu compatible avec l'attention et l'écoute.

Il nous révèle qu'il préfère causer, raconter des histoires, à lire. Et, cependant, aucune faute d'orthographe ne lui échappe. Les surnoms sont trompeurs, et lui – tel un réviseur de textes professionnel – n'est pas tête en l'air, son cerveau suit la trace que toute lettre dessine sur la feuille.

La vitesse atténuée ce qui est spécifique, ce qui est différent, ou ce qui ne saute pas tout de suite aux yeux. Nombre d'échanges de parole sont négligés. À l'instar de ces



sensations qui émergent en nous et restent gênantes jusqu'à ce qu'on puisse les nommer. Sans doute pouvons-nous les lire comme une certitude incomplète.

Pikachu décrit comment les hauts et les bas des émotions engendrent de la tension. Il ne s'agit pas d'une montagne russe amusante, mais plutôt d'un jeu d'oscillation entre une attente prolongée et un risque accéléré de chute. La respiration s'arrête, mettant en évidence un malaise à l'intérieur du corps étouffé jusqu'alors. Une suffocation que l'on n'a pas encore écoutée et qui, un beau jour, éclate à force d'accumulation.

Dès cette explosion émotionnelle, la gêne se trouve soulagée. Toutefois, se libérer de cette manière-là crée un sentiment général de gêne. D'où le recours à la stratégie de la pause auto-imposée, de préférence en situation de solitude, afin de pouvoir s'écouter, peut-être même d'entendre ce que l'on aime, la Radio des TPRS, le chant des oiseaux... une paix qui s'installe grâce au son, une solisson, comme le suggère Mendrake en la nommant – un talentueux inventeur de mots composés, déplacés de l'état d'esseulement vers le sens collaboratif de l'hifen.

Se retirer n'est pas synonyme de démissionner, de fuir l'engagement. Camuflado fait référence à la bonne pratique de prendre 5 minutes, pour aérer les pieds et les idées. Sans libre arbitre et capacité de libre circulation, se livrer à cette sorte de paix n'est pas un remède garanti.

Soulignons la position de LCMarola en ce qui concerne les conquêtes personnelles : la paix est une conquête et, par conséquent, n'a pas de valeur marchande.

Si s'écouter est nécessaire pour s'apaiser, se défaire du narratif de la haine – la virhaine – est le moyen de rendre la paix effective. C'est pourquoi sans doute personne n'a protesté quand on a rayé le mot « haine » de la colonne des idées ayant rapport à la famille.

À ce stade, le groupe avait déjà appris une technique d'auto-régulation somatique, en pressant la langue contre le palais, sans activer ni le maxillaire ni les lèvres, qui détend insondablement le corps. Une langue qui répond à la tension qui commence à croître lorsqu'on embrasse l'écoute de façon aiguësée mais pas du tout coupante.

Écrit par :

André Alves avec LCMarola, Lunatic, Pikachu, Mendrake, Camuflado, Flávia et João Alves au Centro Educativo Santo António.