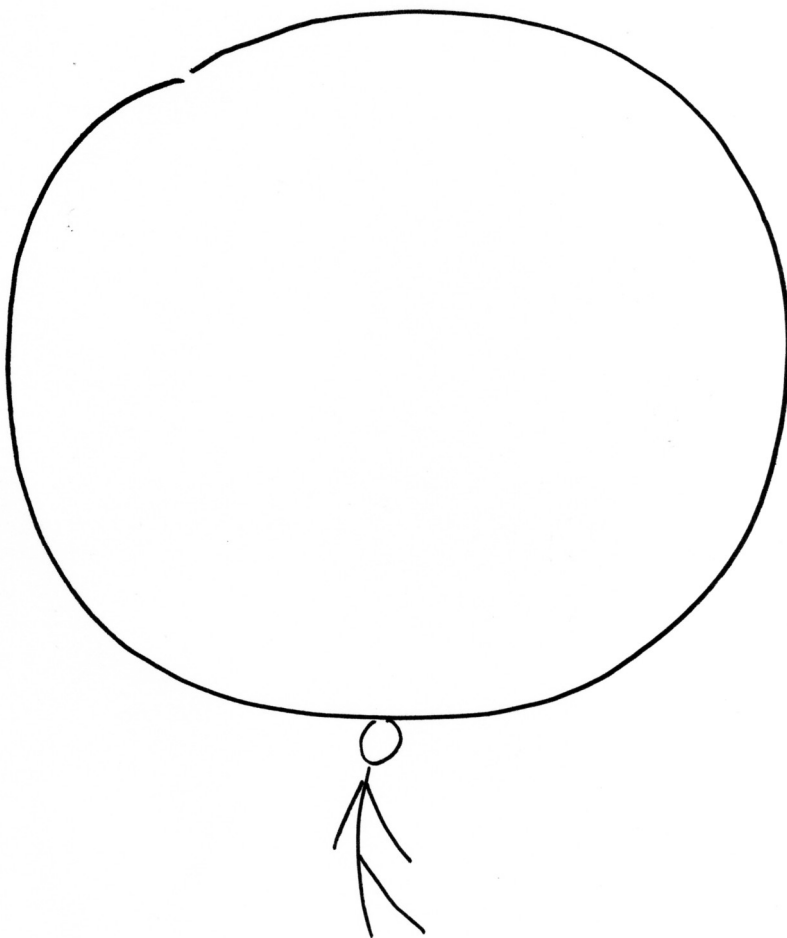


UTOMAG

Le magazine du quotidien et de
l'absurde



*Le quotidien, pilier de l'Histoire
L'absurde, révélateur de sens*

UTOMAG N°24 / Le soin

Qu'est-ce que Utomag ?

C'est un magazine qui propose des réflexions sur le quotidien. Ce quotidien qui nous tient tous et qui est le terreau de toute pensée et action humaine. Celui-là qui est inéluctable du début à la fin, quelle que soit notre histoire.

Ces réflexions seront abordées à travers différents supports : articles, bandes dessinées, dessins, photos, textes... et par des personnes diverses. Un thème sera donné pour chaque numéro.

Il y a un groupe de contributeurs sollicités pour chaque thème mais tous ne décident pas de participer à chaque fois. Le nombre de contributions varie donc.

Chaque semaine vous pourrez lire en ligne une contribution et quand toutes auront été publiées alors vous aurez accès au magazine en entier. Et la semaine suivante, le prochain thème commencera.

Le rythme de parution est donc aléatoire mais certain : il est selon le nombre de contributeurs...

Bonne lecture !

Contributeurs à Utomag N°24

Aurélia Coustols
Claire Ribault
Delphine Ferreres
Estelle Soavi
Héloïse
Sophie Tessier

Rédactrice : Estelle Soavi
Relecteur : Marc Sage

Thème du N°24 : Le soin

La société du soin n'est pas le "tout-thérapie". Il ne s'agit pas de guérir, de réparer. Il ne s'agit même pas de prévenir plutôt que de guérir (ce qui pourrait verser dans le "tout-sécurité", le fameux illusoire "zéro-risque", qui est en réalité de mettre en place des procédures pour éviter certains risques, quitte à en créer d'autres. Mais on ne les nommera pas ainsi. On ne les nommera même pas du tout, comme s'ils n'existaient pas. Ainsi en s'arrogeant le droit de décider de ce qui est un risque ou pas, on s'arroge le droit d'imposer telle ou telle conduite à la population. Et les éventuels dégâts causés par ces procédures, ne seront pas pris en compte, car dans l'équation ils ne sont pas des dégâts, ils sont les négligeables effets collatéraux d'actions censées protéger).

Alors que dans la société du soin il s'agit de *prendre soin*

Prendre soin est vaste, c'est tout un rapport à la vie. Où l'action, les actions, ou d'ailleurs bien souvent les "non-actions", sont la base de la bonne santé, de l'équilibre.

Prendre soin de la vie c'est avant toute chose respecter le vivant et le laisser vivre, si l'on peut dire. Être là en cas de besoin, et en dernier recours pouvoir agir, soigner. Mais l'idéal est de ne pas avoir à le faire. Comme pour le combattant, pour qui l'idéal est de ne pas avoir à sortir son arme.

Le soin c'est tout simplement avant tout le soin de soi-même, se connaître et connaître ses propres besoins afin d'y répondre, et en tant que membre d'un clan, en tant qu'être social, c'est le soin aux proches, et par extension pour certains le soin aux autres plus largement.

Prendre soin de soi, de ses proches, de son alimentation, de son habitat, de son environnement, est la base de la santé, de la vie. Sans le *prendre soin*, nous ne sommes plus des êtres vivants.

Devenir arbre

Par Delphine Ferreres

« Le mal est fait » comme on dit. Et il reste.

À défaut d'avoir pu réparer ce qui a été brisé, à défaut d'avoir pu réellement soigner nos blessures, nous en avons pris soin.

Nous avons veillé sur elles comme sur un enfant malade. Avons fait attention à elles lorsque quelque chose, comme du sel, venait les raviver de plus belle. Nous leur avons parlé – Baudelaire écrivait : « Sois sage ô ma douleur... ». Les avons rassurées.

Nous avons pris soin de nos blessures jusqu'au moment où nous avons pu cesser de le faire.

Alors nous les avons simplement laissé être là.

Nous avons vu qu'à côté des branches brisées de l'arbre, d'autres poussent et continuent à croître, plus vives et plus fortes.

Nous avons commencé à prendre soin de nos forces, de nos joies, de nos liens.

Si nous ne le sommes pas encore devenus, nous deviendrons des arbres.



Sans Titre

Par Aurélia Coustols

Une main ridée de vieille femme
Forme un creux
Où se maintient, incertaine
Un petit peu d'eau tiède

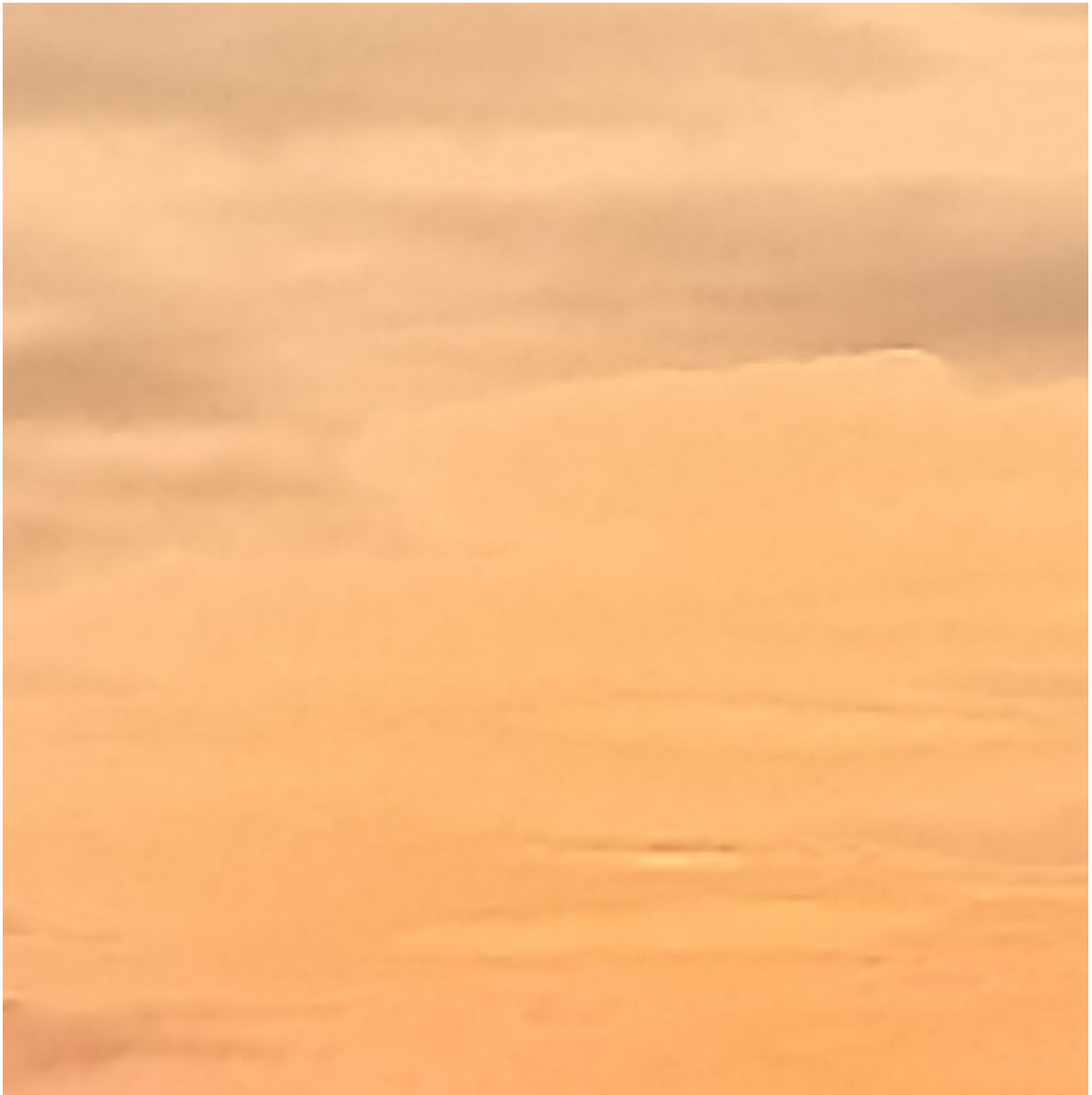
Précieuse
Dans le creux d'une main calme
Et sûre



Coopération

Par Héloïse

Parfois il crie « je n'ai pas besoin de toi ! je suis grand et fort ! »
Mais parfois il est si faible. Il faut l'alimenter patiemment. Avec attention. Surtout pas trop vite. Surtout ne pas aller trop vite. Je suis allée trop vite, il s'affaiblit, il rapetisse.
Recommençons avec calme. Une petite baguette ici. Une feuille là. On reconstruit tranquillement. Voilà, ça repart... Oui, je te laisse tranquille ! Je retourne à mes propres activités.
Plus tard ça a l'air d'aller beaucoup mieux ! Voici encore de la nourriture, sauras-tu l'absorber ? On dirait que oui. Il danse joyeusement. Il rayonne.
Oui, oui, je ferme la porte et détourne mon œil à nouveau. Mais mes oreilles inquiètes restent vers toi, je veux t'entendre ronronner, crépiter, alors que la combustion tire l'air intérieur dans le conduit de cheminée, ce qui produit un bruit régulier de soufflerie. C'est à doser savamment – trop d'air et les parois en fonte ne chauffent pas – pas assez d'air et les flammes s'appauvrissent.
C'est un dialogue permanent ; j'ai tant besoin de lui aussi. Il sous-tend mes pensées à différents instants de la journée. Tu vas à la cave ? Tiens, remonte donc quelques bûches tant qu'à faire. Tu vas dans le jardin ? Ramène quelques brindilles au passage. Tu as reçu du courrier ? Garde les enveloppes, ça servira prochainement.
C'était ma création mais elle s'est échappée. Nous coopérons. Je la trouve exigeante ! L'entendre me réchauffe déjà.
Mais parfois cela ne suffit plus, alors je m'assois devant le poêle et entrouvre sa porte. Face à face, le feu et moi sommes deux corps noirs qui rayonnons à peu près proportionnellement à la différence de nos températures respectives l'un vers l'autre, à la puissance $4 : \Delta T^4$. Comme je suis seulement à 25°C en surface grâce à toutes ces couches que je porte et lui, nu dans son âtre, plusieurs dizaines de degrés au-dessus, le flux est positif vers moi, je vampirise sa chaleur.
Bientôt je referme la porte, pour qu'il continue de danser dans sa prison de fonte et y projeter généreusement toutes ces calories, volées au bois qu'il piétine.



Juste

Par Claire Ribault

Il a besoin d'un cocon
Douillet, petit, en coton
Elle a besoin d'un cocon
Qui pique et gratte, en béton

Pour se métamorphoser.

Tantôt un nid, où naître
Un lit, où mourir
Une chaise, où parler
Un jardin, où se taire

Où se métamorphoser.

Parfois encore, il suffit
D'un mot, d'un regard,
Qui vous fait confiance
Et se laisse transformer

Pour se métamorphoser.



SCÈNE DE SOIN

Par Sophie Tessier

Observer le bal des entrées et sorties chez le Professeur F.

Un masque FFP2 accroché aux oreilles. Joues écarlates, buée sur verres de lunettes.

Respirer malgré tout.

Attendre son tour sans parvenir à m'occuper.

Déterminer derrière quel patient je passerai. Déglutir à la perfection. Langue au palais et, avale.

Compter jusqu'à mille.

Une musique me parvient en sourdine. Un écran en hauteur, dans un coin du couloir. À l'image, un campement militaire du dix-huitième siècle, des hommes en uniforme rouge, coiffés de longues perruques de laquais, et soudain, une épée dévoile une fesse bombée, blanche et veloutée. Mylène Farmer. Pourvu qu'elle soit douce. La femme, parmi les hommes, démasquée.

- Madame Tessier

Je me lève, serre fort contre ma poitrine le classeur bleu, celui qui contient tous les courriers, toutes les démarches liées à « l'affection longue durée hors liste : *myofascial pain syndrom* de Laskin ». Collé sur la couverture souple, un post-it jaune avec mes questions.

Trois étudiantes aux lunettes immenses m'accueillent. Le Professeur a le dos tourné, les mocassins appuyés sur le repose-pieds de son tabouret roulant.

- Installez-vous

Silence. La salle est vaste, au milieu, un fauteuil de consultation en simili cuir bleu, un écran pour les radiographies à gauche, un ordinateur à droite, et un carré bleu accroché au mur.

Personne ne me regarde.

Sept heures de route pour être ici, sous la lumière blafarde, derrière le dos de quatre blouses blanches affairées qui, depuis le début d'après-midi reçoivent entre six et huit patients à l'heure. Sept cents kilomètres confinés dans l'habitacle de la voiture, toujours, le classeur bleu sur les genoux, et ce post-it minuscule pour noter mes questions. J'ai écrit, derrière un tiret : vomir du sang ? Puis, opération maintenue ?

Les autoroutes, les poids lourds, les plaines de betteraves sucrières.

Le test antigénique à la pharmacie.

La portion de frites mal cuites baignées de ketchup sur les genoux une demie-heure avant le rendez-vous.

Le brossage de dents express au-dessus d'un bocal.

Et puis ce refus net à l'entrée de l'hôpital.

Pas d'accompagnant.

Élie rebrousse chemin.

La buée perle sur mes carreaux, je me perds dans les couloirs et me retrouve dans ce hall bondé, des malades partout, assis, debout, couchés, bandages, perfusions, becs-de-lièvre, coquards, regards au-dessus des masques, exténués.

Le bruit sans les odeurs.

L'attente infinie.

Les SMS depuis le siège en plastique de la salle d'attente vers la voiture et son conducteur qui m'ont emmenée ici pour rester dehors.

Et Mylène Farmer.

Elle susurre. Pourvu qu'elle soit douce.

Sept heures de route et...

- Ah oui vous venez de Limoges, vous avez déjà été opérée, c'est bien ça ?

Toujours cette question à mon arrivée. Pour le Professeur F., je suis la dame de Limoges. Avec cette accentuation particulière sur le O de Limoges.

Il s'approche et me tend un haricot en carton recyclé.

- Vous pouvez déposer votre masque.

C'est moi, Mylène Farmer, au milieu de ces hommes en uniforme. Réduite à montrer une énième fois ma bouche à cette troupe en blouse blanche.

Et si je retirais ma culotte cette fois ?

- Ouvrez. Serrez. Ouvrez. Serrez.

L'éternel refrain... L'occlusion imparfaite. L'envie de la corriger. D'autres ont essayé avant lui. Le premier, dans les années quatre-vingt-dix, en plein essor de la carrière de Mylène Farmer. Sa méthode, ordonner « Langue au palais et, avale ! ». La chanteuse fend la joue du capitaine à coups de fleuret, s'enfuit à dos de jument, et je reste figée sur un siège de consultation, inconsciente du pouvoir dont je dispose à cet instant-là : mordre les doigts masculins enfouis dans ma bouche. Recluse derrière ma propre fragilité.

Silence. On me tourne le dos à nouveau. Je déglutis et déglutis encore. Mon corps n'est que muscles tendus sur ce siège inclinable. Mon cou tordu vers l'arrondi blanc du Professeur F., ses cheveux frisés et grisonnants, ses mocassins noirs. Il brandit les radios sur film, les suspend à son écran lumineux. Profil, panoramique, vue du menton. Exposés en pleins phares. Je reste muette. Je suis dans l'antre d'un savant fou, spécialiste de l'articulation temporo-mandibulaire. Il s'immerge dans mon squelette, prend des mesures, chuchote, examine l'usure des os. Quand son fauteuil pivotera et que le Professeur lèvera enfin son regard sur le mien, il aura ces cheveux hirsutes et cette vieille paire de binocles aux minuscules et épais verres circulaires du chercheur électroifié.

Je ne vois pas son visage.

Son dos s'adresse à moi :

- L'os est très très abîmé à gauche, il n'y en a presque plus. En cas d'échec, il faudra envisager la prothèse articulaire bilatérale.

La prothèse..., présente depuis le premier rendez-vous en 2018. « En cas d'échec de l'intervention, la seule issue est... ». Ou « il conviendrait de garder en tête l'option d'une prothèse articulaire ».

- Vous avez des questions ?

Elles sont là, sur le post-it, que je conserve désormais collé à mon index.

Trotte dans ma tête. Tu t'entêtes à te foutre de tout mais pourvu qu'elles soient douces.

Douces, au pluriel. Parce qu'elle parle de fesses.

Et qu'elles sont deux. Une paire.

Comme les prothèses articulaires.

Note : Ce texte est un extrait d'un récit plus long, en cours d'élaboration.



Le soin

Par Estelle Soavi

Être toujours prête

Observer de façon diffuse

Ne pas agir inutilement

Agir au bon moment

Dans un corps détendu prêt à recueillir

Le soin est une attention diffuse et constante à maintenir l'équilibre
Une présence. Une écoute. Un accord parfait mineur entre soi et l'autre, les autres
Cela implique d'avoir les sens affûtés, l'esprit clair et les pieds sur terre
Le soin ce n'est pas la préoccupation constante ou s'affairer auprès des autres
Le soin n'est pas la charité, la déférence ou l'abnégation
Le soin se fiche des petits aménagements mesquins. Le soin est simplement un rapport à la vie
C'est la base même de la vie. Sans soin pas de survie de l'espèce. Ça finit là

Dans un monde où l'on maltraite les femmes donnant la vie et les personnes la quittant,
où chaque interstice de vie est calibré, comptabilisé et formaté
Dans un monde où est réglementé la moindre respiration et où la dernière expiration est encadrée,
que peut-on espérer ?
Sinon des chemins de traverse,
où aucun juge ne pourra jamais nous trouver pour nous dicter soi-disant mieux que nous-même qui
nous sommes, ce que nous ressentons et ce que nous devons faire.

Ce monde de traverse il est là aujourd'hui, il sera là demain et il a toujours été là.

La seule question est : le voyons-nous ? Et sommes-nous prêts à prendre tout notre
courage pour nous permettre à nous, rien qu'à nous-même, et en entraînant les autres qui le
souhaitent, à vivre la plus belle vie qui soit : la nôtre. ?



Portraits des contributeurs

Héloïse

Ce que je pourrais être

Dans le monde animal	<i>jument</i>
Dans le monde végétal	<i>carotte</i>
Dans le monde minéral	<i>dune du Pilat</i>
Dans un monde imaginaire	<i>elfe de haute montagne</i>
Dans le monde des objets	<i>vélo</i>
Ce que je souhaite ajouter	<i>Les elfes de haute montagne portent de robustes chaussures de marche. Ils vivent dans des igloos ou des terriers selon la saison. Leurs animaux de compagnie sont les marmottes. Ils sont généralement serviables et apprécient le fromage.</i>

Ce que j'aime, qui me fascine mais que je ne pourrais pas être

Dans le monde animal	<i>baleine</i>
Dans le monde végétal	<i>lotus</i>
Dans le monde minéral	<i>Mont Blanc</i>
Dans un monde imaginaire	<i>Pégase</i>
Dans le monde des objets	<i>montgolfière</i>
Ce que je souhaite ajouter	<i>J'aime les montgolfières mais j'aurais trop peur de m'enflammer.</i>

Claire Ribault

Ce que je pourrais être

Dans le monde animal	<i>un chat ébouriffé</i>
Dans le monde végétal	<i>une graine de lin</i>
Dans le monde minéral	<i>un volcan ou la pluie</i>
Dans un monde imaginaire	<i>une demi-lune</i>
Dans le monde des objets	<i>une bille</i>

Ce que j'aime, qui me fascine mais que je ne pourrais pas être

Dans le monde animal	<i>un oursin</i>
Dans le monde végétal	<i>un grain de pop-corn</i>
Dans le monde minéral	<i>un arbre fossilisé</i>
Dans un monde imaginaire	<i>une histoire</i>
Dans le monde des objets	<i>une porte</i>

Delphine Ferreres

Ce que je pourrais être

Dans le monde animal	<i>Un rouge-gorge</i>
Dans le monde végétal	<i>une saxifrage</i>
Dans le monde minéral	<i>de l'ardoise</i>
Dans un monde imaginaire	<i>un rouge-gorge saxifragé à bec d'ardoise</i>
Dans le monde des objets	<i>une boîte</i>

Ce que j'aime, qui me fascine mais que je ne pourrais pas être

Dans le monde animal	<i>une méduse</i>
Dans le monde végétal	<i>du lierre</i>
Dans le monde minéral	<i>un fossile</i>
Dans un monde imaginaire	<i>une méduse de lierre fossilisée</i>
Dans le monde des objets	<i>une dague</i>

Estelle Soavi

Ce que je pourrais être

Dans le monde animal	<i>un écureuil</i>
Dans le monde végétal	<i>un cactus ou un chardon</i>
Dans le monde minéral	<i>du cuivre</i>
Dans un monde imaginaire	<i>un extra-terrestre</i>
Dans le monde des objets	<i>certainement pas une montre, peut-être une boussole qui n'indique pas le nord ?</i>
Ce que je souhaite ajouter	<i>un extra-terrestre qui a une passion pour les êtres humains même s'il les trouve désespérants.</i>

Ce que j'aime, qui me fascine mais que je ne pourrais pas être

Dans le monde animal	<i>les vers luisants</i>
Dans le monde végétal	<i>les algues et les coraux</i>
Dans le monde minéral	<i>l'océan, les stalactites et les stalagmites</i>
Dans un monde imaginaire	<i>les sirènes</i>
Dans le monde des objets	<i>les photophores</i>
Ce que je souhaite ajouter	<i>j'aime, j'apprécie les êtres humains et ils me fascinent (autant qu'ils me font horreur) mais j'en suis un, alors, je ne peux mettre cette phrase, sauf en tant qu'être d'un monde imaginaire...</i>

Aurélia Coustols

Ce que je pourrais être

Dans le monde animal	<i>une maman louve</i>
Dans le monde végétal	<i>un peuplier</i>
Dans le monde minéral	<i>un fossile</i>
Dans un monde imaginaire	<i>un gnome des forêts</i>
Dans le monde des objets	<i>une échelle en bois</i>

Ce que j'aime, qui me fascine mais que je ne pourrais pas être

Dans le monde animal	<i>une baleine bleue</i>
Dans le monde végétal	<i>un bouquet de fleurs</i>
Dans le monde minéral	<i>une carafe en verre soufflé</i>
Dans un monde imaginaire	<i>la Panthère Rose</i>
Dans le monde des objets	<i>un tableau de Fernand Léger</i>

Sophie Tessier

Ce que je pourrais être

Dans le monde animal :	<i>un écureuil, pour les noisettes, la légèreté et le panache !</i>
Dans le monde végétal :	<i>un bleuet, fluet et délicat.</i>
Dans le monde minéral :	<i>un éclat de quartz</i>
Dans un monde imaginaire :	<i>une fée libellule munie d'une plume</i>
Dans le monde des objets :	<i>une malle vintage dont on aurait perdu la clé</i>

Ce que j'aime, qui me fascine mais que je ne pourrais pas être

Dans le monde animal :	<i>un poisson multicolore</i>
Dans le monde végétal :	<i>un érable</i>
Dans le monde minéral :	<i>un galet</i>
Dans un monde imaginaire :	<i>une courtisane japonaise, peintre et poète en l'an 1000</i>
Dans le monde des objets :	<i>un couteau de poche bien aiguisé</i>

