

If you feel good when you first wake up it's because it's an opportunity to exercise discernment.

The inner critic and inner amnesiac squabbling in the sun.

Thriving is persisting with doubt.

Look, your eyes can be raw and useful, or comforting little spoons.

Blinking is medicine and fertilizer for whatever range of motion is for you.

Making some art is rehearsing for being. Sometimes you rehearse in the window or on your phone, for whoever happens to be out there. Squatting and reaching. It's important to rest before you sleep.

Wound up, as when I am like a toy with a key, or whatever fear or food or height gets the heart rate up,

I can be wound down. Laid in a box like a paper doll or fork.

My heart announcing its faltering range of motion.

Vital can still be fearful, can still be shy.

Or, just like a duck swimming. Ducklings rehearse being a lot. Young things do. Perhaps new objects do.

Hair and nails are dead, insensitive; they collect the day's material, and grow.

All postures for reading heavy objects in bed challenge you. Ditto laptops.

Keep it moving! Make your ass switch tabs. Record and dictate.

Or just sense yourself as a heap.

This pillow is welcoming and cold. I make you feel welcome by leaving out raw fruit. I sleep energetically beside dishes of sugar water that empty mysteriously in the night.

I mishear that spring comes etymologically from ants springing out of the earth. It was actually plants.

There's so much to be retrieved from the garden, under the bed, in the recesses of our tender bodies.

More and more and more than we know, even with the old pains of digging.

Pain is a hovering gesture. Love is, differently, too.

Lena Suksi

CALA
BOOSE

The body is a butter brain
Laura McCoy & Lucas Regazzi
04/06/19 - 04/27/19

Si tu te sens bien au réveil c'est ta chance de faire preuve de discernement.
La critique intérieure et l'amnésique intérieur se querellent au soleil.

Prosperer c'est persister avec doutes.

Regarde. Tes yeux peuvent être utiles et bruts, ou comme des cuillères, petites et réconfortantes.
Cligner des yeux c'est une médecine ou un fécondateur selon ton amplitude de mouvement.
Créer de l'art c'est de réciter son être. Parfois tu récites devant la fenêtre ou sur ton téléphone,
pour ceux qui, par chance, se retrouvent de l'autre côté. S'accroupir et s'étirer. C'est important de
se reposer avant le coucher.

Enroulée, je suis comme un jouet à clé, ou comme toute peur, toute hauteur, ou tout aliment
causant une augmentation du rythme cardiaque.
Sinon, décontractée. Couchée dans une boîte comme une poupée en papier ou une fourchette.
Mon coeur annonce le chancellement de son amplitude de mouvement.

Une vitalité craintive et timide.

Comme un canard qui nage. Les canetons se répètent souvent. Les choses jeunes le font.
Peut-être les objets, aussi.
Les cheveux et les ongles sont morts, insensibles; ils font la récolte, et ils poussent.

Au lit, toutes les postures pour lire des objets lourds te défient. De même les laptops.
Bouge! Change d'onglets. Enregistre, dicte.
Imagine-toi en tas.

L'oreiller est invitant et froid. Tu te sens la bienvenue car je t'y laisse des fruits crus.
Je dors énergiquement, des bols d'eau sucrée m'entourent et se vident mystérieusement la nuit.

Un malentendu m'a fait croire que le mot printemps vient étymologiquement de menthe.
Mais ce sont les plantes.

Il y a tant de choses à récupérer du jardin, sous le lit, dans les recoins de nos corps tendres.
Encore, et encore, et encore. Plus que nous en savons, même avec les vieilles douleurs du creusement.

La douleur est un geste planant. L'amour aussi, différemment.

Lena Suksi
traduction: Kate Nugent

CALA
BOOSE

The body is a butter brain
Laura McCoy & Lucas Regazzi
04/06/19 - 04/27/19