

Reprendre à zéro... exercice de non-être... restriction du vocabulaire

Je suis au chaud, j'entends des sons, ces sons me bercent.

Je flotte dans un univers transparent et chaud. Le plus souvent bercée par un mouvement lent.

Lorsque le mouvement s'arrête, je n'aime pas ça, alors autour de moi, il y a quelque chose qui se met en mouvement. Je ne suis pas familière avec ces nouvelles sensations. Ça s'éloigne, rebondit sur quelque chose et revient vers moi.

Parfois, il y a un de ces mouvements qui me touche... une autre sensation...
Un mouvement que je fais moi-même me calme. Étrange...

Et puis, j'ai aussi une sensation de présence en moi, il y a une pulsation rapide et une plus lente au-dessus de moi.

J'entends des sons très doux, parfois je me sens touchée.

Des sons...

Des bruits forts me parviennent, je hoquette.

Il y a plus de lumière... je ne suis plus bercée...

Et puis, ces mouvements cessent, je me sens coincée, les sons ne me parviennent plus.

Je ne suis pas née.