

# Le BIEN-ÊTRE est le mot d'ordre

Ce mot figure partout comme une incitation à ralentir, le plus souvent rattaché à un produit qui vous promet l'économie de quelques heures par la vitesse. Paradoxalement, si le discours sur le bien-être d'aujourd'hui était un slogan, il pourrait être : *dépêchez-vous et ralentissez!*

Le nouveau projet de Coral Short utilise l'ASMR (réponse autonome du méridien sensoriel), où l'exposition aux stimuli quotidiens (le plus souvent des sons, comme des ongles qui tapotent, des bruits de mastication ou des chuchotements) provoque des sensations de picotements et d'euphorie. La popularité de l'ASMR sur YouTube laisse croire qu'elle est pensée pour une diffusion rapide. Mais là où les adeptes de la technologie de pointe cherchent la montre la plus récente pour capter leur rythme de course, la technologie de Short est comme la cuisson d'un bon BBQ : « basse et lente ». Ici, elle agite des branches de plantes autour des participant-e-s étendu-e-s en cercle sur le sol, les stimulant en douceur avec le bruissement des végétaux.

Les entreprises commercialisent le BIEN-ÊTRE comme une série de produits introspectifs. Cependant, le travail de Short redéfinit le bien-être comme un potentiel du plaisir queer conjonctif et tourné vers l'extérieur. Le chatouillement que génère l'ASMR à base de plantes de Short n'est pas l'idée romancée de s'arrêter pour sentir les roses — même s'il s'agit bel et bien d'écouter la brise des feuilles. Le picotement est littéral; l'ASMR est souvent décrite comme excitante, et Short décrit ce projet comme « éco-sexuel ».

Nous achetons des solutions rapides de technologie de pointe. Le projet de Short est plus lent et plus direct : il provoque un bien-être corporel à la plus petite échelle. C'est le bien-être redéfini comme un sentiment d'être bien qui commence par un frisson.

Coral Short a longtemps pensé au bien-être de diverses manières excitantes. Là où les blogues gourmands se prélassent dans l'autosoin lent du « *stress baking* », Short a accordé les rythmes queer avec un groupe expérimental, Women With Kitchen Appliances. WWKA n'a pas repris les outils de cuisine « économiseurs de temps » du travail domestique genre comme une fuite, mais plutôt comme une lente expérience publique.

Là où les médias de remise en forme brandissent souvent une carotte grossophobe du bien-être — la soi-disant autofierté qui se manifeste quand nous pouvons porter la nouvelle (plus petite) chemise ou de nouvelles bottes (plus sexy) — Short a encore une fois renversé la partie à l'avance. Ici, elle a sculpté et porté les « Butter Boots », si bien nommées. De même, lors d'une exposition à Vancouver, Short et son équipe de serveur-use-s se sont déplacé-e-s dans la foule, offrant aux spectateur-riche-s du fudge : « Comment aimeriez-vous que votre fudge soit emballé ? ».

Qu'il s'agisse de rire ou de pleurer — observez la pièce « Crying Machine », dans laquelle les participant-e-s s'assoient à côté de Short pendant qu'il coupe des oignons — la connexion et le bien-être se manifestent *queerement* dans le travail de Short.



Photo : Vjosana Shkurti

25 janvier 2020  
Au Studio XX

**Coral Short** (Montréal) fait de l'art avec le paysage, la performance, le film, les costumes et les corps.

**Lucas Crawford** (Fredericton) est un-e universitaire et poète trans/gros/queer.

STUDIO  
XX



# WELLNESS is the Watchword

This word appears everywhere as the reason for us to slow down, most often attached to a product that promises to save you hours of time via speed. Paradoxically, if today's wellness discourse were a slogan, it might be: *hurry up and slow down!*

Coral Short's new project engages ASMR (Autonomous Sensory Meridian Response), in which exposure to everyday stimuli (usually noises, eg. nails tapping; eating sounds; whispering) induces tingling sensations and euphoria. ASMR seems built for speed, given its extreme popularity on Youtube. But where high-tech folks seek the latest watch to capture their running speed, Short's technology of wellness here is like good BBQ cookery: "low and slow." They move plant boughs around a circle of laying participants, stimulating them gently with plant sounds.

Corporations market WELLNESS as a series of inward-looking products. But Short's work redefines wellness as the connective, outward-looking potential of queer pleasure. The tingling of Short's plant-based ASMR isn't about a romanticized notion of stopping to smell the roses – even if it *is* about listening to the breeze of leaves. The tingling is literal; ASMR is often described as arousing, and Short describes this project as "eco-sexual."

We buy cutting-edge quick-fixes. Short's project is slower and more direct: it provokes bodies to feel better on the smallest scale. This is wellness redefined as *feeling good*, undertaken at the level of the goose bump.

Coral Short has long thought about wellness in exciting ways. Where foodie blogs luxuriate in the slow self-care of "stress baking," Short tuned up queer rhythms via an experimental band, Women With Kitchen Appliances. WWKA didn't take up the "time-saving" kitchen tools of gendered domestic labour as escape, but instead as slow public experiment.

Where fitness media often dangle a fat-phobic wellness carrot – the self-pride that supposedly follows when we can wear the new (smaller) shirt or new (sexier) boots – Short has again flipped the game in advance. They have sculpted and wore "Butter Boots," aptly named. Similarly, at a Vancouver arts show, Short and their team of servers moved through the crowd, offering the show-goers fudge: "How would you like your fudge packed?"

Whether laughing or crying – witness "Crying Machine," in which attendees sit next to Short while they chop onions – connection and wellness happen queerly in Short's work.



Photo: Vjosana Shkurti

**January 25, 2020**  
**At Studio XX**

**Coral Short** (Montreal) makes art with landscape, performance, film, costume, and bodies.

**Lucas Crawford** (Fredericton) is a trans/fat/queer academic and poet.

STUDIO  
XX

CALQ  
Conseil  
des arts  
et des lettres  
du Québec

CONSEIL  
DES ARTS  
DE MONTRÉAL  
Montréal

Conseil des arts  
du Canada  
Canada Council  
for the Arts