

Pour prendre la vie du bon côté

Lutter contre le stress qui perturbe la vie quotidienne, c'est l'ambition de Victor-Hugo Espinoza

Victor-Hugo Espinoza n'a pas vraiment les allures de l'informaticien pur et dur tel qu'on se l' imagine habituellement. Victor-Hugo est un rigolo. Victor-Hugo est informaticien, d'origine chilienne.

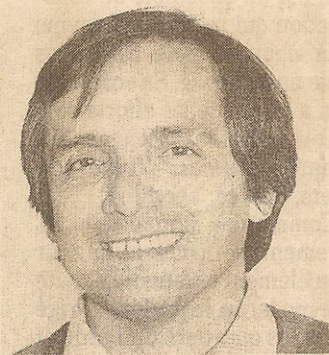
Un homme qui respire la joie de vivre, capable de faire rire à en pleurer même les plus endurcis. Lorsqu'il intervient, son rire et sa bonne humeur n'épargnent personne.

Victor-Hugo est un rigolo et il le revendique: *"J'ai appris à prendre la vie du bon côté. Le rire est une thérapie formidable contre tous les maux"*.

Pourtant ce Sud-Américain, qui rit comme il respire, a connu de grands malheurs qu'il préfère taire. Par pudeur. Mais dans son discours et lorsqu'il abandonne son "habit de gala", on ressent toute la détresse, toute la souffrance d'un passé qu'il a du mal à oublier.

Une recette simple

L'association "SOS Rire" oriente son travail sur plusieurs axes: organisations de soirées humoristiques, de



Victor-Hugo Espinoza: "Je suis un rigolo et j'en suis fier...". (Photo Patrick VALASSERIS)

spectacles pour enfants, projections d'émissions humoristiques pour radios libres.

Pourtant, le plus gros du travail se fait au quotidien:

"Je ne peux pas m'installer dans un bus sans interpellier mon voisin; prendre un train sans sourire à la personne qui se trouve à mes côtés."

"Neuf fois sur dix, j'apporte une note de bonne humeur. A ce moment-là, je sais que ma journée et la leur n'en sera que plus agréable".

Plus que jamais, aujourd'hui, on parle de stress, de mal-vivre et de douleurs plus ou moins psychosomatiques. Plus que jamais, aujourd'hui, aussi bien les hommes que les femmes vivent de plus en plus l'estomac noué. L'angoisse au bout des rêves.

Le boulot, les enfants, le mari, la femme, les augmentations qui tardent à venir, la drogue, le chômage, le sida... Les maux ne manquent pas. Les dépressions se multiplient. Maintenant, Victor-Hugo Espinoza esquisse un sourire malicieux:

"Prendre la vie du bon côté, apprendre ou réapprendre à rire. A sourire. Aller vers les autres. Aimer son prochain. La recette est aussi simple que ça".

6 - Lundi 10 Juin 1991

le Méridional