

CAUSE TOUJOURS J'ENCAISSE QUAND MÊME

Dr. Sarcasme



Cause toujours j'encaisse quand même

Par Dr. Sarcasme

ÉDITIONS FUSIANIMA

[Lire la version interactive sur Fusianima.com](http://Fusianima.com)

Table des matières

Chapitre 1 : Le 'Mmh-mmh' à 80 balles : L'art du pilote automatique	4
Chapitre 2 : Le Chronomètre Suisse : L'empathie s'arrête à la 45ème minute	8
Chapitre 3 : Le Syndrome du Miroir : 'Et vous, qu'en pensez-vous ?'	13
Chapitre 4 : La Déco 'Dépression Chic' : Bambous et fontaines en plastique	18
Chapitre 5 : Le Calepin Mystère : Analyse lacanienne ou liste de courses ?	23
Chapitre 6 : La CB est le meilleur anxiolytique : Le bip de la guérison	28
Chapitre 7 : La Micro-Sieste Thérapeutique : Je ferme les yeux pour mieux vous 'entendre'	33
Chapitre 8 : L'Obsession Maternelle : Tout est de la faute de Brigitte (1954-2024)	37
Chapitre 9 : Le Silence à 2 Euros la Seconde : Le vide le plus cher du marché	42
Chapitre 10 : L'Empathie d'un Frigo Américain : Le regard vide mais givré	47
Chapitre 11 : Le Retard Chronique : Le quart d'heure de supériorité	51
Chapitre 12 : Le Mouchoir en Papier : Le seul investissement du cabinet	56

Chapitre 1

Le 'Mmh-mmh' à 80 balles : L'art du pilote automatique

Regardez bien cet homme ou cette femme assis en face de vous. Admirez cette posture : dos légèrement voûté pour simuler le poids de votre fardeau sur ses épaules, menton calé dans la paume de la main, et ce regard... ce regard qui semble sonder les tréfonds de votre âme alors qu'en réalité, il est en train de se demander si le liquide de rinçage est en promotion chez Lidl cette semaine. Bienvenue dans la haute voltige de la psychothérapie de comptoir et du consulting de luxe : l'art du « Mmh-mmh ».

À 80 euros la séance de quarante-cinq minutes — soit environ 1,77 euro la minute, TVA non déductible sur votre santé mentale — le « Mmh-mmh » est sans doute le produit financier le plus rentable de l'histoire de l'humanité. C'est le Bitcoin de la communication verbale. Ça ne coûte rien à produire, c'est immatériel, et pourtant, des gens sont prêts à s'endetter sur trois générations pour en entendre une douzaine par semaine.

Le « Mmh-mmh » n'est pas un simple bruit de gorge. C'est une ponctuation métaphysique. C'est le lubrifiant social qui permet à la machine de la confession de tourner sans gripper, pendant que l'opérateur est, mentalement, à la plage ou en train de réorganiser ses dossiers Excel par couleur. Pour le professionnel aguerrri, c'est le mode « Pilote Automatique » enclenché dès que le client franchit le seuil de la porte en disant : « J'ai fait un rêve étrange avec un poireau géant et ma mère. »

Analysons la structure de cette arnaque de génie. Il existe plusieurs nuances de « Mmh », chacune ayant une tarification invisible mais bien réelle.

Il y a le ****« Mmh interrogatif »**** (le « Mmh ? »). Celui-là est très pratique quand

vous avez décroché depuis dix minutes. Le client s'arrête de parler, attendant une réaction. Vous n'avez aucune idée de ce qu'il vient de dire. Est-ce qu'il vient d'avouer un meurtre ou de se plaindre de la météo ? Dans le doute, lancez un « Mmh ? » avec un sourcil légèrement levé. C'est une invitation à ce qu'il se justifie. Le client, pris de panique, va reformuler sa pensée, vous offrant ainsi une deuxième chance de raccrocher les wagons. C'est le bouton « Refresh » de la conversation.

Ensuite, nous avons le ****« Mmh empathique »**** (le « Mmmhh... » avec une expiration descendante). C'est le plus cher. Celui qui dit : « Je ressens votre douleur, je suis une éponge à émotions, regardez comme je souffre avec vous. » En réalité, ce son sert surtout à couvrir un bâillement réprimé. C'est la technique de la ventriloquie de l'ennui. On contracte le diaphragme, on laisse vibrer les cordes vocales, et on attend que l'orage passe. Pendant que le client pleure sur sa rupture avec Jean-Kevin, le praticien est en train de se dire : « Si j'achète des poireaux, il me faut aussi de la crème fraîche. Est-ce qu'il reste de la crème fraîche ? Je crois que la date est dépassée. Tiens, Jean-Kevin a le même prénom que le mec qui m'a vendu mon assurance voiture. L'assurance... faut que je les appelle. »

Le secret de la réussite réside dans le rythme. Le « Mmh-mmh » doit tomber de manière métronomique, toutes les trente à quarante-cinq secondes. Trop fréquent, vous avez l'air d'un pigeon dépressif. Trop rare, le client croit que vous avez fait un AVC ou que vous avez enfin réalisé qu'il est d'un ennui mortel. Un bon professionnel sait placer son grognement exactement après une conjonction de coordination.

« Et là, mon patron m'a dit que... »

« Mmh. »

« ... que je n'étais pas assez proactif. »

« Mmh-mmh. »

Parfait. La danse est lancée. On est dans la zone. On appelle ça « l'écoute active », mais on devrait appeler ça « le coma vigilant payant ».

Franchement, posez-vous la question : pourquoi payer une fortune pour un son qu'un

micro-ondes produit gratuitement en fin de cycle ? Parce que le micro-ondes ne vous regarde pas avec un air de chien battu qui a lu tout Lacan. La valeur ajoutée, c'est le décorum. Le fauteuil en cuir (qui grince au même rythme que vos neurones qui lâchent), la bibliothèque remplie de livres que personne n'a jamais ouverts, et cette capacité surhumaine à ne pas éclater de rire quand quelqu'un vous explique sérieusement que son signe astrologique est la cause de son alcoolisme.

Le « Mmh-mmh » à 80 balles, c'est l'ultime rempart contre la vérité. Car si le professionnel arrêta de faire « Mmh-mmh », il serait obligé de dire ce qu'il pense vraiment. Et là, on changerait de registre.

Imaginez la scène :

Le client : « Je sens que mon moi profond est en désaccord avec mon surmoi. »

Le pro (sans filtre) : « Écoutez, Michel, vous êtes juste un gros lourd qui refuse de prendre ses responsabilités. Ça fera 80 euros. On se voit mardi ? »

Le business model s'effondrerait instantanément. L'humanité n'est pas prête pour la vérité brute ; elle a besoin d'une bande-son gutturale pour valider son propre chaos.

C'est là que le génie de la technique atteint son apogée : le client ressort de la séance en se disant : « Quelle écoute ! Quelle profondeur ! Il a tout compris. » Alors que le « Il » en question a passé la séance à essayer de se souvenir s'il a éteint le fer à repasser avant de partir. C'est une symbiose parfaite. Le client achète du silence validé, et le praticien vend de l'absence rémunérée.

Et ne parlons pas de la variante visuelle qui accompagne souvent le « Mmh » : le hochement de tête. Le « Head-nodding » de niveau 3. C'est un mouvement pendulaire, lent, régulier, qui simule l'assimilation d'une information complexe. C'est aussi la méthode la plus efficace pour éviter de s'endormir pour de bon. Le mouvement maintient l'oreille interne en éveil pendant que le cerveau supérieur est en mode veille prolongée. On peut même y ajouter une petite moue, un léger pincement de lèvres, pour signifier que l'on traite une donnée particulièrement sensible. « Mmh... (pincement de lèvres)... je vois. » Traduction : « Mmh... (j'ai une miette de

pain coincée dans une molaire)... c'est quand la fin de l'heure ? »

Il existe pourtant un risque majeur à cette pratique : le « Oups-mmh ». C'est l'accident industriel. Cela arrive quand le pilote automatique se trompe de bouton.

Le client : « Et c'est là que j'ai découvert que mon chien était en fait une réincarnation de mon ex-femme. »

Le pro (distrain par sa liste de courses) : « Mmh, très bien. C'est intéressant. »

Silence de mort. Le client vous fixe. Vous venez de valider une psychose hallucinatoire majeure avec la même désinvolture que si on vous avait annoncé qu'il pleuvait dehors. Pour s'en sortir, il n'y a qu'une seule issue, une pirouette que seuls les plus grands maîtres du « Mmh » maîtrisent : le renvoi de balle.

« Et vous, qu'est-ce que ça vous fait de penser que votre chien est votre ex-femme ? »

BOUM. 80 balles supplémentaires. On repart pour vingt minutes de monologue canin pendant que vous déterminez si vous prenez des yaourts nature ou aux fruits.

C'est là toute la beauté du massacre. On vide les poches des gens en leur faisant croire qu'on vide leur sac. Le « Mmh-mmh » est le cri de guerre de la bourgeoisie thérapeutique, un son de basse fréquence qui résonne dans les cabinets feutrés du monde entier. C'est le bruit de l'argent qui coule tranquillement dans la poche de ceux qui ont compris que, pour être payé à ne rien foutre, il suffit de faire croire qu'on réfléchit intensément.

Alors, la prochaine fois que vous vous retrouverez face à un expert qui ponctue vos angoisses de bruits de gorge monotones, n'oubliez pas : vous ne payez pas pour une analyse, vous payez pour que quelqu'un regarde votre nombril en même temps que vous, tout en étant intellectuellement garé sur le parking d'un supermarché.

Sur ce, je vous laisse. Je dois aller acheter mes poireaux.

Mmh ?

Chapitre 2

Le Chronomètre Suisse : L'empathie s'arrête à la 45ème minute

La sainte vibration. C'est elle qui commande. Oubliez les Tables de la Loi, le Code civil ou les commandements de la rando en haute montagne : le seul texte sacré qui régit l'existence d'un thérapeute digne de ce nom, c'est le minuteur de son iPhone.

Remarquez la précision chirurgicale de la chose. À la 44ème minute et 58 secondes, vous êtes encore une âme en peine, un petit oiseau tombé du nid que je couve du regard avec une tendresse qui vaut au moins le prix d'un demi-saumon d'Écosse. À la 45ème minute et une seconde, vous n'êtes plus qu'un obstacle physique entre moi et ma prochaine dosette Nespresso. Vous êtes un bug dans la matrice. Un carton vide qu'on sort sur le trottoir parce que le ramassage des ordures émotionnelles est terminé.

C'est le miracle de la « Clinique du Temps ». Un concept que nous, les professionnels du hochement de tête rémunéré, avons piqué aux horlogers de Genève : l'empathie est une ressource non renouvelable et, surtout, rigoureusement chronométrée.

Imaginez la scène. Vous êtes là, affalé dans mon fauteuil à 2000 balles (que vous avez remboursé en six mois de névroses sur votre mère), les yeux rougis, la morve au nez, le cœur en miettes. Vous venez enfin de lâcher la bombe. Le truc que vous reteniez depuis 1994.

— « Et c'est là, Docteur... c'est là que j'ai réalisé... que c'est moi qui ai mis le feu à la grange de mon oncle avec le chat à l'intérieur. Je... je suis un monstre, n'est-ce pas ? »

BZZZZ-BZZZZ.

Mon téléphone vibre sur le guéridon. C'est le signal. Le rideau tombe. L'échafaud réclame son dû.

Mon visage, qui affichait jusque-là une compassion si intense qu'on aurait pu m'élire Pape de la Bienveillance, se transforme instantanément en écran bleu de Windows. Le logiciel « Humanité.exe » a cessé de fonctionner.

Je me lève avec la souplesse d'un huissier de justice un lundi matin.

— « C'est passionnant, Jean-Kevin. Vraiment. Le chat, la grange, le traumatisme pyromane... un superbe matériel clinique. On explorera ce désir ardent de rôtir le félin la semaine prochaine. Ça fera cent balles. Vous prenez la carte ? »

Vous me regardez avec des yeux de biche percutée par un 38 tonnes. Vous balbutiez :

— « Mais... j'ai le briquet dans la poche, je sens que je vais recommencer ! »

— « Mmh-mmh. Notez ça dans votre carnet de bord. Mardi, 14h, même heure.

Attention, le sans-contact ne passe pas au-dessus de cinquante, il faudra taper le code.
»

C'est ça, la beauté du métier. Nous avons inventé le concept de « l'empathie lyophilisée ». Elle se dissout dès que l'alarme retentit. On pourrait vous voir sortir un revolver, le poser sur la tempe et dire « Adieu monde cruel », que si le bip-bip retentit, ma seule préoccupation sera de savoir si votre cervelle va tacher mon tapis en pure laine de Nouvelle-Zélande avant que le patient suivant n'entre.

Il y a une forme de pureté dans ce cynisme. C'est le « Mur du Son de la Détresse ». Une fois passé la 45ème minute, vous n'existez plus. Vous êtes une ombre. Un souvenir fiscal. D'ailleurs, je ne vous écoute déjà plus. Pendant que vous cherchez votre chéquier en reniflant, je suis déjà en train de me demander si je vais prendre des sushis ou un poke bowl pour déjeuner. Est-ce que le thon rouge est une métaphore de votre moi profond ? On s'en fout, tant qu'il y a du gingembre mariné.

Le public se demande souvent : « Mais comment font-ils pour supporter autant de misère humaine toute la journée ? »

La réponse est simple : on ne la supporte pas, on la segmente. On découpe votre désespoir en tranches de 45 minutes, comme un vulgaire saucisson de Lyon. Et quand on arrive à l'entame, on range le couteau. Peu importe si vous êtes en train de confesser un triple homicide, une liaison avec votre belle-sœur ou le fait que vous aimiez sincèrement les chansons de Keen'V. Le temps, c'est de l'argent, et votre temps de parole vient d'expirer comme un forfait de téléphone prépayé au fin fond de la Creuse.

C'est le syndrome du « Terminé Bonsoir ».

J'ai vu des confrères — des maîtres en la matière — couper la parole à des gens qui étaient littéralement en train de s'étouffer de sanglots.

— « Docteur, ma vie n'est qu'un tunnel de cendres et de... »

— « Oh, regardez l'heure ! On s'arrête sur cette magnifique image du tunnel. Très porteur. N'oubliez pas de refermer la porte, elle grince un peu. »

C'est une question de survie psychique, voyez-vous. Si on commençait à déborder de cinq minutes pour chaque patient qui a des envies de suicide ou qui ne sait pas s'il doit quitter sa femme, à la fin de la journée, on finirait par rentrer chez nous à 22 heures. Et à 22 heures, les bons restos sont complets. Vous comprenez bien que votre équilibre mental ne pèse pas lourd face à un tartare de bœuf bien assaisonné.

Et ne croyez pas que c'est par cruauté. Non, c'est de la pédagogie. On vous apprend la frustration. On vous apprend que dans la vie, même si vous payez quelqu'un pour vous aimer artificiellement pendant trois quarts d'heure, cet amour a une date de péremption plus courte qu'un yaourt au soleil. On est les coachs de votre solitude. On vous prépare au vide intersidéral de l'existence, un bip de smartphone à la fois.

Le client idéal, c'est celui qui a compris le rythme. Celui qui commence à ranger ses mouchoirs à la 43ème minute, qui sort son portefeuille à la 44ème, et qui est déjà sur le palier à la 45ème. Celui-là, je l'adore. C'est un professionnel de la névrose. On est dans la synchronisation totale, une danse macabre mais efficace. Avec lui, pas besoin de faire le coup du « On va devoir s'arrêter là ». Il sait. Il sent la vibration dans l'air. Il voit mon regard glisser furtivement vers la poignée de la porte.

Parfois, pour le sport, je m'amuse à observer le « Sprint Final ». C'est ce moment pathétique où le patient se rend compte qu'il ne reste que trois minutes et qu'il n'a parlé que de son problème de chaudière alors qu'il était venu pour parler de son inceste refoulé.

Là, le débit s'accélère. Ça devient du rap. Eminem sous Lexomil.

— « Et-mon-père-me-battait-avec-des-poireaux-pendant-que-ma-mère-chantait-du-Dalida-et-je-crois-que-je-suis-amoureux-de-mon-podologue-et... »

Moi, je regarde ma montre. Je fais un petit sourire de steward qui annonce que l'avion va s'écraser mais que le service des boissons est terminé.

— « On garde le podologue pour la rentrée ? Je prends deux semaines de vacances en Grèce. »

BOUM. Le silence. Le vide. L'abîme.

Je pars en Grèce avec votre pognon, et vous, vous restez sur le trottoir avec votre amour pour le spécialiste des verrues plantaires. C'est ça, la psychologie moderne. C'est l'art de refermer la plaie juste après l'avoir ouverte, sans anesthésie et sans pansement, simplement parce que le parcmètre de la compassion est arrivé à son terme.

D'ailleurs, je sens que vous commencez à vous attacher à ce chapitre. Vous aimez ma verve, n'est-ce pas ? Vous vous dites que je suis enfin quelqu'un de sincère dans ce monde de faux-jetons. Vous avez envie de savoir la suite, de comprendre comment on peut être aussi magnifiquement ordurier tout en gardant une plaque professionnelle vissée sur l'immeuble.

Eh bien, j'ai une mauvaise nouvelle.

Regardez votre montre.

Ouais. C'est ça.

On va s'arrêter là pour aujourd'hui. On reprendra la réflexion sur votre besoin maladif de validation par la lecture la semaine prochaine. Rangez ce livre, sortez prendre l'air, et n'oubliez pas de passer à la caisse en sortant.

Le prochain chapitre m'attend, et il a l'air d'avoir des problèmes beaucoup plus rentables que les vôtres.

Allez, circulez.

Mmh ?

Chapitre 3

Le Syndrome du Miroir : 'Et vous, qu'en pensez-vous ?'

Entrez, asseyez-vous. Ne faites pas cette tête, le cuir du fauteuil est payé par vos angoisses, la moindre des politesses serait de ne pas y laisser une trace de sueur froide dès l'introduction.

Aujourd'hui, nous allons aborder le Saint-Graal de la profession. La botte secrète. L'esquive ultime qui permet à n'importe quel charlatan diplômé — ou à n'importe quel consultant en « synergie cognitive » — de facturer trois cents balles de l'heure tout en ayant l'activité cérébrale d'une méduse échouée sur une plage de la Côte d'Azur. Je parle évidemment de la technique du miroir, condensée dans cette phrase magique, cette clé universelle qui ouvre toutes les portes du vide : « Et vous, qu'en pensez-vous ? »

C'est une phrase magnifique. C'est le couteau suisse de l'imposture. Si vous étiez chirurgien et que, face à une appendicite purulente, vous demandiez au patient : « Et vous, par où vous l'ouvririez, cette cavité ? », on vous radierait de l'ordre avant même que vous ayez eu le temps de désinfecter votre scalpel. Si vous étiez pilote de ligne et que, face à une panne moteur à 10 000 pieds, vous demandiez aux passagers : « Et vous, quelle altitude vous semble la plus judicieuse pour l'impact ? », on appellerait ça un acte terroriste. Mais dans mon bureau, c'est de la maïeutique. C'est de la psychologie de pointe. C'est de l'art.

L'idée est simple, mais d'une efficacité redoutable. Vous venez me voir parce que votre vie ressemble à un accident de TGV impliquant un camion de purin. Vous êtes là, les yeux bouffis, les mains tremblantes, à me déballer votre sac rempli de traumatismes d'enfance, de licenciements abusifs et de problèmes d'érection persistants. Vous

attendez une réponse. Une solution. Un phare dans la tempête.

Et moi ? Moi, je suis en train de me demander si j'ai bien éteint le four ou si je devrais commander des sushis ce soir.

Alors, quand vous vous arrêtez de parler, les poumons vides, l'âme en lambeaux, en me fixant avec l'espoir d'un naufragé qui voit un canot de sauvetage, je décroise lentement les jambes. Je prends cet air grave, ce regard de chouette pensive qui a lu tout Freud mais qui n'en a rien retenu, et je vous lance, d'une voix onctueuse comme une huile de vidange :

— C'est une question passionnante, Jean-Hubert. Mais au fond... vous, qu'en pensez-vous ?

BOUM. Le coup de génie. En une phrase, j'ai fait trois choses. Un : j'ai évité de prendre la moindre responsabilité (si ma réponse est nulle, c'est ma faute ; si votre réponse est nulle, c'est votre cheminement). Deux : j'ai relancé le chrono pour vingt minutes de monologue supplémentaire. Trois : je viens de vous facturer le droit de vous écouter parler, ce que votre barman ferait pour le prix d'un demi-pression, mais avec moins de jugeotte.

C'est ce que j'appelle « l'économie circulaire du narcissisme ». Le client fournit la matière première (ses problèmes), le client fournit la main-d'œuvre (la réflexion), et le consultant fournit l'emballage (le silence approbateur). C'est le business model le plus rentable depuis l'invention de l'eau bénite.

Imaginez la scène. Un cadre sup en plein burn-out me dit :

— Docteur, j'ai envie de tout plaquer pour élever des alpagas dans le Larzac, mais j'ai peur de manquer de confort.

Si je lui répons : « C'est débile, l'alpaga ça pue et vous ne tiendrez pas trois jours sans fibre optique », il s'en va et je perds un client.

Si je lui réponds : « Et vous, qu'en pensez-vous ? », il part dans une introspection de quarante-cinq minutes sur son rapport à la laine, sa peur du vide et son besoin de reconnaissance paternelle. À la fin, il me remercie en disant que je suis « très à l'écoute ».

Non, mon grand. Je ne suis pas à l'écoute. Je suis en train de faire un Sudoku mental. Mais mon silence est si cher qu'il finit par ressembler à de la sagesse. C'est le syndrome de l'exposition d'art moderne : plus le cadre est vide, plus les gogos cherchent une signification profonde.

Il y a une variante encore plus perverse pour les jours où j'ai vraiment la flemme, c'est la « reformulation miroir ». Le client dit : « Je me sens triste ». Je réponds : « Vous me dites que vous éprouvez une certaine mélancolie ? ». Le client dit : « Oui, comme si tout était gris ». Je réponds : « Une sorte d'absence de couleurs dans votre quotidien ? ». C'est du ping-pong mental où je ne frappe jamais la balle. Je me contente de la regarder passer en disant « Oh, joli coup ! ». Et à la fin de la partie, c'est moi qui ramasse les jetons.

Pourquoi ça marche ? Parce que vous êtes des assoiffés de validation. Vous ne voulez pas de conseils. Personne ne veut de conseils. Les conseils, c'est ce que votre beau-frère vous donne gratuitement le dimanche après trois verres de rosé, et c'est pour ça que vous ne l'écoutez pas. Vous voulez qu'on vous regarde exister. Vous voulez payer quelqu'un pour qu'il soit le témoin oculaire de votre propre importance.

En vous renvoyant la question, je vous place au centre de l'arène. Je vous donne le rôle du héros et du scénariste. Je vous vends un miroir déformant qui vous fait paraître complexe alors que vous êtes juste... disons, prévisible.

Et le pire, c'est que vous en redemandez. Vous sortez de là en disant : « Il m'a vraiment poussé dans mes retranchements ». Mais non, imbécile ! Je t'ai juste laissé te cogner contre les murs de ta propre connerie jusqu'à ce que tu sois assez fatigué

pour croire que tu as trouvé une issue.

Tenez, prenons un exemple concret. Vous, là, qui lisez ces lignes. Vous trouvez sans doute que je suis cynique, n'est-ce pas ? Vous vous demandez si j'ai vraiment une éthique ou si je suis juste un sociopathe avec un abonnement à *Psychologie Magazine*. Vous aimeriez que je me justifie, que je vous explique que c'est une posture, une provocation pour vous faire « réfléchir ».

Mais au fond... qu'en pensez-vous ?

Vous voyez ? Ça vient de se passer. Vous avez eu ce petit sursaut d'agacement, suivi d'une micro-seconde de réflexion où vous avez tenté de chercher une réponse en vous-même. Et pendant ce temps-là, les pages se tournent, le temps passe, et mon éditeur calcule mes droits d'auteur. Vous êtes en train de travailler pour moi. C'est beau, non ? C'est presque poétique.

Le miroir est l'outil de domination suprême car il est invisible. Un bon consultant, c'est comme une doublure de cinéma : on ne doit pas voir qu'il ne fait rien. On doit croire qu'il soutient tout l'édifice. Alors on peaufine le langage corporel. Le menton dans la main (la pose du « Penseur » de Rodin, mais avec une Rolex), le petit hochement de tête lent, le « Mmmh » sonore qui peut signifier aussi bien « Je comprends votre douleur » que « J'ai un bout de salade coincé entre les dents ».

C'est une chorégraphie du vide. Et si jamais, par malheur, un client s'énerve et crie : « Mais merde, je vous paie pour avoir un avis ! », il suffit d'utiliser la parade ultime, le bouclier nucléaire de la profession :

— Pourquoi ressentez-vous ce besoin que je choisisse à votre place ? Est-ce un écho à votre rapport à l'autorité parentale ?

Et hop, on repart pour trois séances. Le client s'excuse presque d'avoir été exigeant. Il se sent « résistant au changement ». Il se sent « en plein transfert ». Moi, je me sens

surtout capable de changer de voiture avant l'automne.

Alors, la prochaine fois que vous vous retrouverez face à un expert, un coach, un thérapeute ou même votre patron, et qu'il vous posera cette question fatidique, n'oubliez pas : il n'est pas en train de vous aider à accoucher de votre vérité. Il est juste en train de vérifier si le parcmètre tourne toujours.

Mais bon, je sens que je vous bouscule un peu, là. C'est sans doute beaucoup d'informations à digérer d'un coup pour votre petit ego fragile. Vous devez vous sentir un peu trahis, un peu nus, comme si on venait de vous révéler que le magicien cache ses lapins dans une double cloison.

Alors, pour clore ce chapitre en douceur et vous laisser le temps de vous remettre de vos émotions... qu'est-ce que tout cela vous fait ressentir, exactement ?

Prenez votre temps. Je ne bouge pas. Enfin, si, je bouge, je vais aller me servir un café. Mais continuez de parler, la porte est entrouverte et je vous entends très bien. De toute façon, la séance n'est pas finie avant que j'aie entendu le clic de votre carte bleue.

Allez, exprimez-vous. Libérez la bête. Je vous écoute (ou pas).

Mmh ?

Chapitre 4

La Déco 'Dépression Chic' : Bambous et fontaines en plastique

Vous êtes-vous déjà demandé pourquoi, au moment précis où vous vous apprêtez à confier vos pulsions les plus inavouables et le récit détaillé de votre dernier naufrage émotionnel, vous êtes systématiquement assis face à un bambou en plastique dont la couche de poussière suggère qu'il n'a pas vu un chiffon depuis la chute du mur de Berlin ?

C'est un concept fascinant. On appelle ça la décoration d'intérieur, mais dans le milieu de la psychologie libérale, on préfère le terme technique de « neutralité bienveillante ». En réalité, c'est surtout du « désespoir de chez Gifi ». Entrer dans un cabinet de psy, c'est faire une expérience sensorielle unique : c'est le seul endroit au monde où l'on a réussi à fusionner l'esthétique d'une salle d'attente de contrôle technique automobile avec la spiritualité de pacotille d'un rayon « Bien-être » de supermarché en fin de stock.

Le décorateur attitré de la profession semble être un individu dépressif dont la seule source d'inspiration serait un catalogue d'Air France de 1994. Tout ici est conçu pour vous rappeler que vous n'êtes pas là pour passer un bon moment, mais pour subir une coloscopie de l'âme dans un cadre qui hurle : « J'ai acheté tout ça en solde chez Maison du Monde avec les points de ma carte de fidélité ».

Commençons par la pièce maîtresse, l'autel du vide intérieur : la fontaine d'intérieur en résine imitation schiste.

Vous la connaissez, cette fontaine. Elle trône généralement sur une table basse en mélaminé, entre une pile de magazines *Psychologies* de l'année dernière (celui avec

le dossier spécial « Libérez votre enfant intérieur » qui a déjà été gribouillé par un gamin en crise) et un bol de galets dont l'utilité reste à ce jour le plus grand mystère de la psychanalyse moderne. La fontaine ne fait pas un bruit de source cristalline coulant délicatement dans une vallée alpestre. Non. Elle fait un bruit de prostate fatiguée. C'est un glouglou intermittent, sourd et légèrement inquiétant, qui vous rappelle toutes les dix secondes que vous avez probablement oublié d'aller aux toilettes avant la séance.

C'est censé être « zen ». C'est censé apaiser vos angoisses de mort et vos névroses d'abandon. Mais au bout de vingt minutes de transfert, le seul truc que ça apaise, c'est votre envie de rester poli. Vous fixez la pompe à eau qui s'étouffe avec un morceau de calcaire et vous vous dites que si l'équilibre psychique de votre thérapeute dépend d'un circuit fermé de 300 millilitres de flotte croupie, vous êtes mal barré pour votre bipolarité.

Et puis, il y a le règne végétal. Ou ce qu'il en reste.

Dans chaque cabinet de psy digne de ce nom, il y a une plante verte qui joue le rôle de miroir de votre propre déchéance. Généralement, c'est un Ficus qui a perdu 80 % de ses feuilles et dont les branches nues pointent vers le plafond comme les bras de naufragés réclamant grâce. C'est la « plante de la dépression ». Elle ne survit que par pure malveillance. Elle est là pour vous dire : « Regarde-moi bien, Gérard. Je suis la métaphore de ton couple. Je ne reçois aucune lumière, on m'arrose avec du café froid et pourtant, je m'accroche au terreau comme une tique sur un chien. »

Parfois, pour éviter le drame de la mort organique, le psy opte pour le bambou synthétique. Le bambou en plastique, c'est l'aveu d'échec ultime. C'est la preuve que la personne payée 80 euros de l'heure pour vous aider à retrouver votre « authenticité » a elle-même renoncé à toute forme de vie réelle dans son espace de travail. Le bambou en plastique est éternel, immuable, et surtout, il est parfaitement lavable à l'eau de Javel, au cas où un patient ferait une décompensation un peu trop physique.

Passons au mobilier. Le fauteuil.

Ah, le fauteuil du psy ! Ce n'est jamais un fauteuil confortable. Si c'était confortable, vous ne voudriez plus partir, et n'oubliez pas que le parcimètre tourne. C'est généralement un fauteuil en tissu rêche, de couleur « beige mélancolie » ou « bleu burn-out », dont l'ergonomie a été étudiée pour que vous ne sachiez jamais quoi faire de vos bras. Si vous vous enfoncez, vous avez l'air d'un enfant puni. Si vous vous tenez droit, vous avez l'air d'attendre votre condamnation à mort. C'est une torture subtile. Le tissu gratte l'arrière de vos cuisses, vous rappelant que la vie est une suite de frottements désagréables.

Et que dire de l'art mural ? Le psy ne peut pas accrocher de vrais tableaux. Trop risqué. Trop subjectif. S'il met un Van Gogh, vous allez penser qu'il vous encourage à vous couper l'oreille. S'il met un Rothko, vous allez sombrer dans une abîme métaphysique avant même d'avoir dit « maman ». Alors, il choisit le poster encadré sous plexiglas. Le poster de la « Jetée de bois qui s'avance vers un lac embrumé ».

C'est le degré zéro de l'expression artistique. C'est le papier peint du néant. C'est l'image que vous voyez quand vous fermez les yeux et que vous essayez de ne penser à rien, sauf que là, vous payez pour la voir en HD. Le message subliminal est clair : « Votre vie est aussi plate et grise que ce lac, mais regardez, il y a une petite lumière au fond, là-bas, derrière la buée. C'est peut-être l'espoir. Ou c'est peut-être le reflet du néon défectueux juste au-dessus de votre tête. »

Parce que oui, parlons-en, des néons. Pourquoi cette lumière de morgue ? Pourquoi ce besoin de vous éclairer comme un suspect dans une salle d'interrogatoire de la PJ ? On vous demande de vous mettre à nu, d'explorer vos zones d'ombre, mais on le fait sous une lumière qui ferait passer une Miss France pour un cadavre de la morgue. C'est pour vérifier si vous dilatez vos pupilles quand vous mentez ? Ou c'est juste parce que le psy a un abonnement chez EDF "Option Douleur Maximale" ?

Tout ce décor, cette « Déco Dépression Chic », remplit une fonction bien précise. Elle sert à vous dépersonnaliser. Vous n'êtes pas chez quelqu'un. Vous êtes dans un non-lieu. Un espace liminal entre votre vie de merde et une autre vie de merde un peu plus chère. C'est une salle d'attente géante pour le reste de votre existence.

Le psy, lui, s'est habitué. Il ne voit plus la poussière sur les feuilles de soie du faux bonsaï. Il n'entend plus le râle de la fontaine en plastique. Il est assis dans sa zone de confort, un cocon de mocheté fonctionnelle, et il vous observe vous débattre avec votre inconfort. D'ailleurs, avez-vous remarqué que *son* fauteuil à lui est toujours légèrement supérieur au vôtre ? Plus haut. Plus ergonomique. En cuir, souvent. Le cuir, c'est pour le dominant. Le tissu qui gratte, c'est pour le névrosé.

C'est une hiérarchie visuelle. Il vous domine depuis son trône en croûte de porc, tandis que vous essayez de maintenir votre dignité sur un siège qui sent le Febreze et la détresse humaine.

Et puis, il y a l'accessoire final. Le graal de la déco psy : la boîte de mouchoirs.

Elle n'est jamais posée négligemment. Elle est stratégiquement placée à une distance exacte de votre bras, pour que vous n'ayez pas à vous lever (ce qui briserait la dynamique de l'effondrement), mais que vous deviez quand même faire un petit effort pour l'atteindre. C'est le seul objet de luxe dans la pièce. C'est votre bouée de sauvetage. Mais regardez bien la boîte. Elle est souvent glissée dans un étui en bois ou en tissu pour cacher la marque « Budget » du supermarché. C'est ça, la psychothérapie : on prend un truc bas de gamme, on l'emballe dans un peu de vernis, et on vous fait croire que c'est un outil de guérison.

Alors, la prochaine fois que vous entrerez dans ce temple du mauvais goût, ne vous laissez pas impressionner par le bambou poussiéreux ou par le bruit de vidange de la fontaine. Rappelez-vous que cet environnement est le reflet exact de ce que

l'institution pense de votre âme : un truc un peu cassé qu'on peut essayer de réparer avec deux ou trois accessoires achetés en promo.

Mais au fait, maintenant que je vous ai décrit tout ça... vous ne trouvez pas que mon cabinet est particulièrement accueillant aujourd'hui ? Regardez ce magnifique poster de galets empilés. On dirait presque que ça a un sens, non ?

Allez, asseyez-vous. Faites attention, le pied du fauteuil est un peu bancal, j'ai glissé un vieux numéro de *L'Express* dessous pour stabiliser. Voilà.

On commence ? Dites-moi, ce bambou en plastique... qu'est-ce qu'il vous fait ressentir, au fond ? Est-ce qu'il vous rappelle votre père ?

Prenez un mouchoir. C'est offert. Enfin, c'est inclus dans le forfait.

Chapitre 5

Le Calepin Mystère : Analyse lacanienne ou liste de courses ?

Regardez-moi bien dans les yeux. Enfin, pas trop longtemps, mon tarif « contact visuel prolongé » n'est pas le même que le forfait « regard fuyant vers le ficus en plastique ». Voilà, restez là, dans cet entre-deux inconfortable où vous vous demandez si je suis en train de sonder les abysses de votre psyché ou si j'essaie simplement de me rappeler si j'ai éteint le gaz en partant ce matin.

Vous voyez ce petit calepin posé sur mes genoux ? Ce bloc-notes à spirales, un peu corné, dont la couverture arbore fièrement le logo d'un laboratoire pharmaceutique qui vend des antidépresseurs pour hamsters ? C'est le Saint-Graal. Votre totem. Votre miroir. Pour vous, chaque mouvement de mon poignet est une sentence. Quand je fronce les sourcils en griffonnant nerveusement, vous sentez votre Œdipe s'agiter dans sa tombe. Quand je trace une ligne droite et ferme, vous vous imaginez déjà interné avec une camisole en cachemire.

Mais levons le voile sur ce grand mystère chamanique. Approchez-vous. N'ayez pas peur, le plancher ne craque que parce qu'il essaie de communiquer son angoisse existentielle, lui aussi.

Dans l'imaginaire collectif, alimenté par des décennies de cinéma intellectuel français où les gens fument des cigarettes dans des pièces sombres en discutant de la vacuité de l'être, le carnet du psy est une extension de la Table des Lois. On y imagine des schémas complexes, des flèches reliant votre haine des choux de Bruxelles à la rigidité cadavérique de votre grand-mère, des diagrammes lacaniens tellement abstraits qu'ils ressemblent à des plans de montage IKEA pour une étagère à émotions.

On appelle ça le « Schéma L » chez les intellos du divan. Un truc avec des Sujets, des Autres, des Petits Autres, des Grands Autres, et probablement un Moyen-Autre qui fait le café. Si je dessinais vraiment un schéma lacanien sur ce bloc, vous auriez l'impression que j'essaie d'invoquer un démon sumérien pour régler vos problèmes de procrastination. C'est sérieux, le schéma lacanien. C'est une géométrie du désir où personne ne comprend jamais où est le nord, mais où tout le monde hoche la tête pour avoir l'air profond.

Sauf que là, si vous zoomiez un peu sur la page 42, entre deux de vos soupirs sur l'indifférence chronique de votre conjoint, qu'est-ce que vous verriez ?

« Beurre demi-sel (IMPORTANT). »

Oui, c'est souligné trois fois. Est-ce un symbole ? Le beurre représente-t-il l'onctuosité perdue de votre enfance ? Le sel est-il la trace résiduelle de vos larmes refoulées face au prix de l'immobilier ? Est-ce que le « demi-sel » suggère que vous êtes un être incomplet, tiraillé entre la douceur de la soumission et le piquant de la révolte ?

Non. C'est juste que si j'oublie le beurre, ma femme va me faire une scène qui rendrait votre névrose actuelle aussi passionnante qu'une notice d'utilisation de grille-pain.

C'est là toute la magie de notre métier. Je maintiens un silence de cathédrale, je prends un air pénétré, je laisse échapper un « Hmmm... » qui résonne comme une vérité universelle, et pendant ce temps, mon stylo bille lutte pour tracer le mot « Sopalin » sur un papier qui a vu plus de détresse humaine que le guichet de la CAF un lundi matin.

Parfois, je vous regarde avec une intensité insoutenable. Vous vous dites : « Ça y est,

il a percé le secret de mon angoisse de castration ! » En réalité, je suis en train de dessiner un petit bonhomme bâton qui se pend à une branche parce que j'ai réalisé que je n'ai plus de dosettes Nespresso et que la séance de 17h avec le maniaque des protocoles sanitaires va être une agonie sans caféine.

Il y a une forme de cruauté sublime dans ce décalage. Vous me payez 80 euros la demi-heure (non remboursés par la Sécu, je ne soigne pas les pauvres, ça gâche la déco) pour que je fasse l'inventaire de mon frigo. C'est l'externalisation ultime de ma vie domestique. Pendant que vous déballez vos traumatismes comme on vide un sac de linge sale, je trie mes courses par rayon.

« Poireaux. » (Vous parlez de votre patron, ce légume).

« Liquide vaisselle. » (Vous évoquez votre besoin de purification spirituelle).

« Croquettes pour chat (version sensitive, parce que Mistigri vomit dès qu'il stresse). » (Vous mentionnez votre fragilité intestinale en période d'examen).

Tout coïncide. C'est ce qu'on appelle la synchronicité jungienne. C'est merveilleux. Je pourrais presque vous faire payer un supplément pour participation active à la gestion de mon ménage.

Et puis, il y a ces moments où je gribouille vraiment. Pas des mots, pas des listes, juste des formes. Des spirales qui s'enroulent, des carrés dans des triangles, des gribouillis frénétiques qui font un bruit de scarabée enragé sur le papier. Pour vous, c'est le diagnostic qui s'écrit. Vous guettez la vitesse de ma main. « Oh mon Dieu, il écrit vite, je suis vraiment foutu ! Il en est déjà à la troisième page de mes perversions ! »

En vérité, je suis juste en train d'essayer de ranimer mon stylo qui rend l'âme. Ou alors, je dessine la tête que vous auriez si vous étiez un hamster. C'est très thérapeutique, pour moi. Ça m'évite de hurler « MAIS ON S'EN FOUT ! » quand vous me racontez pour la douzième fois ce rêve où vous perdez vos dents dans un

magasin de sport.

Le calepin est un bouclier. C'est l'accessoire qui sépare le charlatan de l'expert. Si je ne notais rien, vous auriez l'impression de parler à un pilier de bar qui ne vous offre même pas de cacahuètes. Le carnet valide votre souffrance. Plus je note, plus vous avez l'impression d'avoir une pathologie de qualité, une névrose de luxe, un truc qui mérite d'être archivé pour la postérité.

Imaginez si je vous montrais le résultat à la fin de la séance.

« Tenez, Monsieur Martin. Voici l'analyse de votre complexe d'infériorité. »

Et je vous tends une feuille avec écrit : *« Jambon de Paris (4 tranches), PQ, Ampoule LED E27, penser à prendre rendez-vous chez le proctologue. »*

Vous seriez déçu, n'est-ce pas ? Vous préféreriez que je vous dise que ces gribouillis sont une représentation fractale de votre psyché fragmentée par la figure paternelle défaillante. Le mensonge est un service que je vous inclus dans le prix. C'est la taxe sur le rêve. Vous venez ici pour acheter du sens, et je vous vends mon organisation hebdomadaire sous l'étiquette « Analyse Profonde ».

D'ailleurs, vous avez remarqué comme je ne tourne jamais la page trop vite ? Je laisse planer le suspense. Je regarde le coin de la feuille, j'hésite, je lève le stylo... et je complète ma liste : *« Ne pas oublier les œufs, pour l'omelette de ce soir. »*

C'est ça, le transfert. Vous transférez votre besoin de compréhension sur mon besoin de protéines. C'est un échange fluide. Un commerce d'illusions.

Alors, quand vous sortirez d'ici, avec votre sentiment d'avoir « bien travaillé » et votre portefeuille allégé, ne vous demandez pas si j'ai enfin compris pourquoi vous détestez les clowns. Demandez-vous plutôt si j'ai pris du beurre doux ou du demi-sel. Parce que dans le grand ordre des choses, entre votre traumatisme de la balançoire en 1984 et la réussite de mes tartines demain matin, il y a une hiérarchie très claire.

Et devinez quoi ? Vous venez de payer pour le beurre.

Allez, on s'arrête là pour aujourd'hui. J'ai une écriture très serrée sur la fin de la page, c'est le signe d'une grande avancée... ou que j'ai rajouté "litière pour chat" dans la marge.

On se revoit mardi ? Apportez de la monnaie, ma boulangère ne prend pas la carte en dessous de dix euros, et j'ai une soudaine envie de pain aux raisins après avoir entendu votre récit sur votre séjour à Arcachon. C'est ça, l'inconscient. C'est fascinant.

La séance est terminée. N'oubliez pas de refermer la porte, elle grince exactement comme votre mère quand elle n'est pas contente. On notera ça la prochaine fois. Juste après "lessive liquide".

Chapitre 6

La CB est le meilleur anxiolytique : Le bip de la guérison

Oubliez le Lexomil. Rangez votre Xanax dans le tiroir des reliques inutiles, juste à côté de votre vieux Tamagotchi mort et de vos espoirs de stabilité émotionnelle. On a trouvé mieux, plus rapide, et surtout beaucoup plus gratifiant pour mon compte d'épargne : le terminal de paiement électronique. Le TPE. Cette petite boîte noire, souvent maculée de traces de doigts gras, est en réalité l'outil chirurgical le plus précis de la psychiatrie moderne. C'est le défibrillateur de l'âme.

Regardez bien ce qui se passe quand la séance s'achève. Pendant cinquante minutes, vous avez rampé dans la fange de vos souvenirs d'enfance, vous avez déterré le cadavre de votre premier échec amoureux et vous avez pleuré sur le fait que votre père préférait manifestement le carrelage de la cuisine à votre épanouissement personnel. Vous êtes une loque. Vous reniflez. Vous avez les yeux rouges et vous cherchez désespérément un sens à cette existence qui ressemble de plus en plus à un épisode de *Strip-tease* réalisé par un dépressif sous kétamine.

Et là, le miracle se produit.

Je sors l'appareil. Je tapote le montant avec une dextérité de pianiste virtuose — car oui, ma seule véritable compétence clinique réside dans la vitesse de frappe du chiffre "7" et du chiffre "0". Je vous présente l'engin. Et là, dans un silence quasi religieux, vous sortez le rectangle de plastique.

Il y a une solennité dans ce geste que l'on ne retrouve que lors des couronnements ou des signatures de traités de paix. Vous approchez la carte du lecteur. Le suspense est à son comble. Est-ce que la puce va coopérer ? Est-ce que le plafond de votre découvert

va nous jouer un remake de *Titanic* ? Et soudain... *Bip*.

Ce *bip*.

Ce n'est pas un simple signal sonore haute fréquence. C'est le son de la rédemption. C'est un exutoire auditif. Au moment précis où la machine valide la transaction, vous redressez les épaules. Vos larmes s'évaporent instantanément, séchées par la chaleur thermique du reçu qui s'imprime dans un crissement érotique. Le "sans contact", c'est l'imposition des mains de la modernité. Je ne vous touche pas, vous ne me touchez pas, mais par la magie des ondes NFC, vos péchés sont transférés sur mon relevé bancaire. C'est la transsubstantiation du trauma en pouvoir d'achat.

On appelle ça la "liquidation psychique". Vous ne payez pas pour mes conseils — soyons honnêtes, je vous ai juste dit que "c'était intéressant" et j'ai hoché la tête avec une intensité de jouet à ressort. Non, vous payez pour le droit de laisser votre merde ici. Le paiement, c'est le bouton "Flush" des toilettes de l'esprit. Une fois que la carte a bipé, vous vous sentez léger, parce que vous avez l'impression d'avoir acheté une solution. Vous n'avez rien résolu du tout, votre mère est toujours une psychopathe et vous n'aimez toujours pas votre travail, mais vous avez une preuve d'achat. "J'ai payé soixante-dix balles, donc je vais mieux." C'est l'effet placebo le plus cher du monde, et il fonctionne à tous les coups.

D'un point de vue purement chimique, le *bip* du TPE déclenche une décharge de dopamine que même une ligne de cocaïne pure coupée au sucre glace ne pourrait égaler. C'est l'instant où le patient redevient un client. Et être un client, c'est avoir le pouvoir. Dans le fauteuil, vous étiez une victime. Devant le terminal, vous êtes un mécène. Vous financez mon prochain week-end en thalasso, et cette pensée — bien que subconsciente — vous donne une importance nouvelle. Vous vous dites : "Sans mes névroses, ce pauvre homme mangerait des pâtes premier prix." Votre malheur devient une œuvre charitable. C'est beau, c'est christique, c'est déductible de votre sentiment de culpabilité.

Il y a d'ailleurs une hiérarchie dans le soulagement par la carte.

La "Visa Classic" offre une guérison modérée, un peu comme un pansement sur une fracture ouverte.

La "Gold Mastercard" apporte une sérénité immédiate, une sensation de supériorité morale sur le reste de la salle d'attente. "Je souffre, certes, mais je souffre avec une assistance rapatriement et une assurance ski."

Mais la "Black Card" ? Ah, la Black Card... Là, on n'est plus dans la thérapie, on est dans l'ascension spirituelle. Le détenteur d'une Black Card ne vient pas pour guérir, il vient pour m'acheter un morceau de mon temps comme on achète une option sur le blé à la bourse de Chicago. Pour lui, le *bip* est un orgasme comptable. Il repart d'ici avec l'assurance d'un homme qui vient de racheter sa propre âme aux enchères.

Et moi ? Ne croyez pas que je suis insensible à cette mélodie. Ce *bip*, c'est mon anxiolytique à moi aussi. À chaque fois que le terminal valide, un nœud se desserre dans mon estomac. C'est le son qui couvre le bruit de mes propres doutes. Car oui, pendant que vous me parliez de votre obsession pour les nains de jardin ou de votre peur panique des escalators, je me demandais si j'avais bien éteint le gaz ou si j'avais assez de points sur ma carte de fidélité pour m'offrir ce robot-cuiseur qui fait tout, même l'amour. Le *bip* me ramène à la réalité. La réalité, c'est que le loyer de ce cabinet ne se paie pas avec des métaphores sur le complexe d'Œdipe.

Il arrive parfois, dans des moments de pure cruauté technologique, que le terminal affiche "Paiement refusé".

Là, c'est le drame clinique absolu. C'est le rejet de greffe. Le patient, qui était à deux doigts de l'illumination, retombe instantanément dans les abysses de la haine de soi. Le silence qui suit un refus de paiement est plus lourd que le silence qui suit l'aveu d'une infidélité. C'est comme si la banque elle-même disait : "Non, même nous, on ne veut pas financer ta guérison, t'es un cas désespéré." À ce moment-là, je vois

l'ombre repasser sur votre visage. On repart pour dix minutes de détresse gratuite. C'est le seul moment où je fais réellement mon métier : je simule une empathie profonde alors que je vérifie discrètement si mon cordon d'alimentation est bien branché.

Mais quand ça marche... Oh, quand ça marche !

Regardez-vous sortir de mon cabinet. Vous marchez d'un pas vif. Vous remettez votre écharpe avec une élégance retrouvée. Vous allez même peut-être sourire à la boulangère, celle-là même qui ne prend pas la carte en dessous de dix euros (la barbare). Vous avez l'impression d'avoir fait un "reset". Pourquoi ? Parce que l'argent est la seule langue que votre inconscient comprend vraiment. Le langage des signes, c'est pour les sourds ; le langage des rêves, c'est pour les poètes ; mais le langage du débit immédiat, c'est pour ceux qui veulent des résultats.

Vous avez payé, donc vous avez "travaillé sur vous". Dans votre esprit, la transaction a validé la séance. Si c'était gratuit, vous penseriez que je suis un charlatan (ce qui n'est pas faux, mais restons professionnels). En payant, vous vous donnez de la valeur. Plus c'est cher, plus vous avez l'impression que votre névrose est de qualité supérieure. Vous n'avez pas une petite déprime de supermarché, non, vous avez un spleen de luxe, millésimé, certifié par un professionnel qui possède un terminal de paiement dernière génération.

Alors, la prochaine fois que vous sentirez une montée d'angoisse, ne respirez pas dans un sac en papier. Ne faites pas de cohérence cardiaque. Sortez juste votre carte bleue et frottez-la contre votre tempe en imitant le bruit du terminal.

Bip.

Vous voyez ? Ça va déjà mieux.

Allez, circulez, j'ai une autre "guérison" qui attend dans la salle d'attente. Elle a une carte Platinum, je sens que son complexe d'infériorité va nous payer un très bon restaurant ce soir. C'est ça, la magie de la psychanalyse moderne : transformer votre plomb intérieur en mon or liquide.

Et n'oubliez pas : le sans-contact, c'est bien, mais le code à quatre chiffres, c'est mieux. Ça donne l'impression de signer un pacte. Et j'adore les pactes. Surtout quand ils ont un reçu avec écrit "AUTORISATION AGRÉÉE".

À mardi. Prévoyez de la marge sur votre plafond, on va attaquer votre rapport aux objets tranchants et j'ai repéré une nouvelle paire de chaussures qui nécessite une séance particulièrement "profonde".

Chapitre 7

La Micro-Sieste Thérapeutique : Je ferme les yeux pour mieux vous 'entendre'

Ne vous méprenez pas sur ce long silence qui ponctue votre récit déchirant sur la répartition des couverts à salade après votre séparation. Ce n'est pas de l'indifférence. Ce n'est pas non plus une panne d'empathie. C'est une technique de pointe, validée par les plus grands instituts de recherche (ceux qui ont des distributeurs de billets dans le hall) : la Micro-Sieste Thérapeutique (MST).

Entendons-nous bien : quand vous payez 90 euros la demi-heure pour m'expliquer que votre ex-mari a « kidnappé » la cafetière Nespresso alors qu'il est allergique à la caféine, vous n'achetez pas seulement mon oreille. Vous achetez mon système nerveux central. Et le mien, pour rester aussi performant face à l'avalanche de vos névroses de classe moyenne, a besoin de se mettre en veille prolongée, tel un MacBook Pro qui aurait trop d'onglets ouverts sur l'onglet « Plainte ».

Le divorce est, par essence, la berceuse préférée du psychanalyste. C'est un bruit blanc merveilleux. C'est le son des vagues sur les galets, mais avec des noms d'avocats et des dates de garde alternée à la place de l'écume. Alors, pendant que vous déballez les détails de la liaison de Jean-Pierre avec sa prof de Pilates, il se peut que mon cerveau décide de s'offrir un petit voyage au Club Med de l'inconscient.

Mais comment savoir ? Comment, depuis votre divan, pouvez-vous distinguer une écoute « ultra-profonde » d'une phase de sommeil paradoxal intense ? Voici les signes qui ne trompent pas.

Le premier indicateur, c'est le « Hum-hum » automatisé. Dans le milieu, on appelle

ça le répondeur synaptique. C'est un réflexe reptilien. Vous dites : « Et là, il a osé me dire que j'étais comme ma mère ! ». Je réponds, d'une voix monocorde, presque céleste : « Hum-hum... ». Si ce « Hum-hum » arrive exactement toutes les quarante-deux secondes, peu importe que vous veniez d'avouer avoir brûlé la collection de timbres de votre ex ou d'avoir gagné au loto, c'est que je suis officiellement en train de rêver que je gagne le tournoi de Roland-Garros contre Freud.

Le deuxième signe, c'est la technique de la main en visière. Si vous voyez mon coude posé sur l'accoudoir et ma main soutenir mon front avec une telle ferveur que mes doigts vous cachent mes yeux, ne vous dites pas : « Oh, il réfléchit intensément à mon complexe d'Électre ». Dites-vous plutôt : « Oh, il est en train de vérifier la solidité de ses paupières ». C'est une posture classique. Elle permet de maintenir une apparence de dignité intellectuelle alors que, derrière les doigts, mes globes oculaires s'agitent frénétiquement dans ce qu'on appelle le mouvement oculaire rapide (REM). À ce moment précis, je ne traite plus l'information concernant la pension alimentaire ; je suis en train de traiter une simulation mentale où je m'achète un yacht grâce à votre forfait "Dix séances pour le prix de douze".

Il y a ensuite le redoutable « Sursaut de l'Insight ». Vous racontez comment vous avez pleuré devant le rayon surgelés de Picard, et soudain, mon corps tout entier est parcouru d'une secousse électrique. Mes yeux s'écarquillent, je réajuste mes lunettes avec une fébrilité soudaine, et je vous lance un regard perçant en disant : « C'est un point crucial que vous venez d'aborder là ».

La vérité ? Ce n'était pas un éclair de génie clinique. C'était un spasme myoclonique. Mon cerveau a cru que je tombais d'une falaise (probablement la falaise de l'ennui causé par votre anecdote sur Picard) et a envoyé une décharge de survie. Mais ne vous inquiétez pas, je vous facturerais cette « illumination » comme une intervention majeure sur votre moi profond.

Le diagnostic devient définitif quand survient le « Sifflement de l'Empathie ». Ce

n'est pas un ronflement, attention. Un ronflement est vulgaire, c'est pour les maris alcooliques dans les trains de banlieue. Le thérapeute, lui, produit un sifflement nasal discret, presque musical, que nous vendons comme une technique de respiration holistique visant à synchroniser nos chakras avec les vôtres. Si vous entendez un léger « Pschhh » au moment où vous évoquez la trahison de votre meilleure amie, c'est simplement que mes sinus ont décidé que votre vie était plus apaisante qu'une application de méditation guidée.

Vous pourriez vous offusquer. Vous pourriez vous dire : « J'ai payé pour être entendu ! ». Quelle étroitesse d'esprit. Considérez plutôt que mon sommeil est le baromètre ultime de votre guérison. Si je dors pendant que vous parlez de votre divorce, c'est la preuve irréfutable que votre problème est d'une banalité rassurante. Si votre drame était vraiment spécial, vraiment croustillant, vraiment *Netflixable*, je serais réveillé, avec du pop-corn caché dans le tiroir de mon bureau. Le fait que je m'assoupisse est un certificat de normalité. C'est ma façon de vous dire : « Votre vie est aussi excitante qu'un mode d'emploi de lave-vaisselle, donc tout va bien, vous n'êtes pas folle, vous êtes juste mortellement commune ».

D'ailleurs, le sommeil du thérapeute devrait être remboursé par la Sécurité Sociale sous l'appellation « Thérapie par l'Absence ». Pendant que je ronfle (pardon, que je « médite sur vos zones d'ombre »), vous êtes seul face à vous-même. Vous devenez votre propre analyste. Vous parlez dans le vide, et le vide ne vous juge pas. Le vide coûte cher, certes, mais le vide est un miroir. Et si ce miroir a un filet de bave au coin de la bouche, c'est sans doute une métaphore de votre propre déliquescence conjugale.

Et ne venez pas me parler de manque de respect. Le respect, c'est pour les gens qui n'ont pas d'abonnement à une revue de psychologie comportementale. Ici, on est dans l'efficacité. Une séance où je dors est une séance où je ne vous interromps pas avec des questions idiotes sur votre enfance ou votre rapport au sucre. C'est un espace de liberté totale. Vous pourriez confesser un meurtre, je hocherais la tête en

rêvant de mon prochain virement bancaire. C'est la forme la plus pure de l'acceptation inconditionnelle.

D'ailleurs, j'ai remarqué que mes patients les plus fidèles sont ceux qui racontent les histoires les plus assommantes. Ils le sentent, inconsciemment. Ils savent que leur mission est de me bercer. Il y a un transfert inversé qui s'opère : le patient devient le parent qui raconte une histoire pour endormir le petit praticien fatigué par sa journée de labeur financier. C'est très touchant. Parfois, en fin de séance, quand le réveil (discrètement réglé sur vibreur dans ma poche) me tire de mon investissement morphéique, je vois dans vos yeux une satisfaction immense. Vous vous dites : « Il est resté silencieux tout le long, quelle force de caractère, quel sens de l'écoute ».

Je me frotte les yeux, je soupire avec une gravité feinte, et je conclus : « Nous avons fait un grand pas aujourd'hui. Votre silence intérieur a commencé à communiquer avec le mien. C'était... intense. »

Vous repartez le cœur léger, persuadé d'avoir vécu une expérience mystique. Moi, je vérifie que je n'ai pas de marque d'oreiller sur la joue gauche avant de faire entrer le suivant, celui qui vient pour son addiction au travail. J'espère qu'il va me parler de fichiers Excel pendant quarante minutes, j'ai encore un cycle de sommeil à terminer pour être en forme pour mon cours de tennis de 16h.

Allez, la séance est finie. Ne faites pas trop de bruit en sortant, la porte grince et ça risquerait de me réveiller avant que vous n'ayez déposé le chèque sur le guéridon. Le silence est d'or, mais votre sommeil de plomb est mon fonds de commerce.

À la semaine prochaine. Essayez d'approfondir le sujet de votre belle-mère et de sa passion pour le tricot. Je sens que c'est là que se niche votre véritable nœud traumatique... et ma meilleure sieste de la quinzaine.

Chapitre 8

L'Obsession Maternelle : Tout est de la faute de Brigitte (1954-2024)

Entrez, ne restez pas sur le pas de la porte comme un traumatisme d'enfance non résolu. Posez votre sac, vos névroses et votre dignité sur le porte-manteau. Aujourd'hui, on va s'attaquer au plat de résistance, le totem sacré, le grand ordonnateur de votre bordel psychique : Brigitte.

Oh, je vous vois venir. « Mais ma mère ne s'appelle pas Brigitte ! » On s'en fiche. Dans le grand théâtre de la psychanalyse de comptoir, toutes les mères s'appellent Brigitte. Brigitte, c'est un concept. C'est une entité métaphysique née en 1954, à l'époque où l'on pensait encore que l'amiante était une décoration saine et que le silence des femmes était une vertu cardinale. Brigitte, c'est celle qui vous a donné la vie et qui, depuis, semble bien décidée à vous le faire payer en mensualités indexées sur l'inflation de votre culpabilité.

Mesdames, messieurs, bienvenue dans la « Loi de la Gravité Maternelle ». Le principe est simple : peu importe l'endroit où vous tombez, c'est Brigitte qui a savonné la planche en 1982.

Prenez votre petit orteil. Vous venez de le cogner contre le coin du buffet de la salle à manger. La douleur est fulgurante, vous voyez des étoiles et vous avez envie d'insulter l'arbre généalogique du fabricant de meubles. Mais attendez. Réfléchissez. Pourquoi ce buffet est-il là ? Parce que vous avez un besoin maladif de stabilité matérielle. Et d'où vient ce besoin ? De ce fameux jeudi d'octobre 1987 où Brigitte a déplacé le pot de confiture sans vous prévenir, créant chez vous une insécurité ontologique majeure qui se manifeste aujourd'hui par une fracture du cinquième

métatarse.

C'est mathématique. C'est implacable. Et surtout, c'est tellement pratique.

Pour nous, les professionnels de la santé mentale (ceux qui encaissent vos chèques entre deux bâillements), le dogme de la culpabilité maternelle est la poule aux œufs d'or. C'est le logiciel par défaut. Si je devais réellement chercher la cause de vos problèmes dans votre propre paresse, votre manque de volonté ou votre propension à faire des choix de vie idiots, je devrais *travailler*. Je devrais réfléchir. Je devrais peut-être même vous écouter.

Mais grâce à Brigitte, je n'ai qu'à hocher la tête avec une moue de poisson frit et lâcher, à intervalles réguliers : « Et votre mère, comment aurait-elle réagi à cette rupture de contrat de travail ? »

C'est le joker absolu. C'est l'immunité diplomatique du névrosé. Vous êtes accro à la cocaïne ? Brigitte vous a trop sevré. Vous êtes radin ? Brigitte vous a trop couvé. Vous avez voté pour un candidat populiste aux dernières élections ? Brigitte ne vous a pas assez lu de contes de fées le soir. Vous avez brûlé les lasagnes ? C'est une protestation inconsciente contre le patriarcat culinaire imposé par Brigitte lors de votre phase œdipienne.

Analysons la chronologie : 1954-2024. Septante ans de règne. Sept décennies durant lesquelles Brigitte a eu le temps de peaufiner ses armes. Elle a commencé par le "Regard". Vous le connaissez, ce regard. Celui qu'elle lance quand vous reprenez du fromage. Ce n'est pas un regard de jugement, non, c'est une expertise comptable de vos futures artères bouchées. À cet instant précis, en 1994, elle n'a pas seulement critiqué votre cholestérol, elle a semé la graine de votre divorce en 2018 parce que "vous ne vous sentez jamais assez soutenu dans vos choix alimentaires".

Brigitte est un génie du crime passif-agressif. Elle a inventé le "Fais comme tu veux,

de toute façon je n'ai plus longtemps à vivre". C'est le coup de poignard entouré de dentelle. C'est l'arme thermonucléaire de la culpabilité. Si vous sortez ce soir, Brigitte meurt. Si vous ne sortez pas, vous détestez Brigitte de vous empêcher de vivre. Dans les deux cas, vous finissez sur mon divan à 120 euros la demi-heure. Merci, Brigitte. Sans toi, je serais probablement en train de faire de la comptabilité pour une usine de boulons, et je n'aurais pas ce magnifique service à thé en porcelaine de Saxe.

Le plus beau dans cette obsession maternelle, c'est sa plasticité. Brigitte est coupable de ce qu'elle a fait, mais aussi de ce qu'elle n'a pas fait.

Si elle était absente, vous êtes un abandonné chronique.

Si elle était présente, vous êtes un étouffé psychique.

Si elle était équilibrée, c'est qu'elle cachait forcément un lourd secret de famille qui vous ronge de l'intérieur comme un termite dans une charpente normande.

L'autre jour, j'ai eu un patient qui se plaignait de son imprimante qui tombait systématiquement en panne le lundi matin. On a creusé. Enfin, j'ai fait semblant de creuser tout en consultant les résultats de la Ligue 1 sur mon téléphone caché sous mon bloc-notes. On a fini par conclure que l'imprimante représentait le sphincter de Brigitte qui refusait de libérer la validation affective nécessaire à son épanouissement professionnel. Il est reparti en pleurant de soulagement. L'imprimante ne marche toujours pas, mais maintenant, il sait que c'est la faute de la ménopause de sa mère en 1992. C'est ça, la magie de la thérapie.

Regardez le monde autour de vous. Le réchauffement climatique ? C'est parce que les dirigeants du G20 ont tous des mères qui mettaient le chauffage trop fort pour compenser leur froideur émotionnelle. La guerre des prix sur le beurre demi-sel ? Une rémanence du traumatisme des tickets de rationnement que Brigitte a transmis par épigénétique.

En tant que votre thérapeute attitré (et votre principal créancier), je vous encourage à

cultiver cette haine cordiale. C'est un moteur puissant. C'est beaucoup plus simple de se dire que votre vie est un désastre à cause d'une septuagénaire qui porte des broches en forme de chat qu'à cause de votre propre médiocrité. Brigitte est votre bouclier. Elle est votre excuse pour tout : votre mauvaise haleine, votre incapacité à remplir une déclaration d'impôts, et même ce tatouage ridicule sur votre omoplate gauche que vous avez fait un soir de déprime à Phuket.

« C'est Brigitte qui m'a poussé au tatouage », direz-vous. « Par son absence de limites claires durant mon adolescence, elle a créé un vide identitaire que seule l'encre de mauvaise qualité pouvait combler. »

Et moi, je noterai consciencieusement : "Patient progresse. A identifié Brigitte comme la source du dragon tribal dégueulasse."

Puis, je vous demanderai d'approfondir. On va passer les dix prochaines séances sur le choix des rideaux de votre chambre d'enfant. Pourquoi du vichy bleu ? Est-ce que ce bleu ne symbolisait pas les larmes que Brigitte ne versait jamais devant vous, vous condamnant ainsi à une sécheresse lacrymale handicapante lors des enterrements de vos amis proches ?

C'est là que le business devient vraiment rentable. Le "Traumatisme du Rideau Vichy" est un classique qui peut nous emmener jusqu'à la retraite. La mienne, évidemment. La vôtre sera probablement reportée à 75 ans parce que vous aurez dépensé toutes vos économies ici à parler d'une femme qui, au moment même où nous parlons, est probablement en train de regarder **Affaire Conclue** en se demandant pourquoi son fils est devenu un tel assisté.

Mais ne culpabilisez pas (enfin si, faites-le, ça nourrit mon fonds de commerce). Brigitte est faite pour ça. Elle a été programmée en 1954 pour devenir le punching-ball universel. C'est sa fonction biologique. Elle porte vos péchés, vos échecs et vos verrues plantaires.

Allez, la séance touche à sa fin. Je sens que vous avez besoin d'aller appeler votre mère pour l'incendier parce qu'elle a oublié de vous féliciter pour votre promotion il y a trois ans. Faites-vous plaisir. Criez un bon coup. Ça ne changera rien, elle vous répondra sûrement : « C'est bien mon fils, mais tu n'as pas l'air en forme, tu manges assez de fibres ? »

Et là, BOUM ! Nouvelle névrose : l'obsession du transit intestinal comme métaphore de l'autorité maternelle. On en reparle mardi prochain ? Préparez le chèque. Et n'oubliez pas de remercier Brigitte en sortant. Sans elle, je serais obligé d'écouter vos vrais problèmes, et on sait tous les deux que ce serait d'un ennui mortel.

À la semaine prochaine. Laissez la porte ouverte, Brigitte déteste les courants d'air, et par extension, vous aussi.

Chapitre 9

Le Silence à 2 Euros la Seconde : Le vide le plus cher du marché

Le chronomètre de mon bureau ne fait pas de bruit. C'est un choix délibéré. Le tic-tac, c'est pour les amateurs, pour les horlogers de province ou pour les capitaines de crochet qui ont peur des crocodiles. Dans mon cabinet, le temps n'est pas une mesure physique, c'est une hémorragie bancaire. Et l'outil le plus efficace pour ouvrir les veines de votre compte épargne, ce n'est pas ma sagacité clinique, ni mon diplôme (acheté en trois clics sur un site moldave, mais imprimé sur un très beau papier grainé), c'est le vide.

Le silence.

Prenez une grande inspiration. Gardez-la. Vous entendez ? Rien ? Parfait. Vous venez de me rapporter quatre euros. Ne me remerciez pas, c'est offert par la maison pour cette fois, considérez ça comme un échantillon gratuit de votre propre ruine.

Dans le milieu de la psychothérapie de luxe – ou du « coaching de l'âme pour portefeuilles obèses », appelons un chat un prédateur – le silence est le produit dérivé le plus rentable au monde. C'est la marge pure. Pas de frais de structure, pas d'usure des cordes vocales, pas besoin de réfléchir. Je m'assois, je croise les jambes en faisant bien attention à ce que mon pantalon en laine froide ne plisse pas trop, et je vous regarde avec l'intensité d'un iguane observant une mouche suicidaire.

C'est à ce moment précis que la magie opère.

Au bout de dix secondes, vous commencez à ajuster votre cravate. À vingt secondes,

vous vous demandez si j'ai fait un AVC ou si j'ai vu une tache de sauce tomate sur votre col. À trente secondes, l'angoisse existentielle monte : le vide que je projette sur vous n'est qu'un miroir de votre propre néant intérieur. Et comme vous avez horreur du vide – la nature aussi, mais elle, au moins, ne paie pas d'impôts sur le revenu – vous allez chercher à le combler.

Et c'est là que vous devenez pathétique. C'est là que vous devenez rentable.

« Vous ne dites rien ? » demandez-vous d'une voix chevrotante, comme un enfant qui vient de casser un vase Ming.

Je réponds par un léger haussement de sourcil. Coût de l'opération : 0 calorie pour moi, 120 euros de frais de séance pour vous. Je pourrais passer la session entière à penser à ma prochaine commande de sushis ou à la façon dont je vais humilier Brigitte à la pause café, vous ne verriez aucune différence. Pour vous, mon mutisme est une « profondeur abyssale ». Pour moi, c'est juste une sieste cognitive rémunérée.

Le silence est une torture médiévale réinventée pour les cadres sup'. Au Moyen Âge, on vous écartelait. Aujourd'hui, on vous laisse seul avec vos pensées pendant quarante-cinq minutes à deux balles la seconde. C'est beaucoup plus efficace pour obtenir des aveux. Personne ne résiste au silence. Au bout d'un moment, vous allez lâcher une horreur. Vous allez confesser que vous détestez vos enfants, que vous avez volé des agrafes au bureau ou que vous trouvez les films de Godard profondément chiants (ce qui est vrai, mais socialement inacceptable dans votre milieu).

Pourquoi ? Parce que le silence crée une dette. Dans une conversation normale, si je me tais, vous vous taisez, on finit par se battre ou par s'embrasser. Dans mon cabinet, si je me tais, vous avez l'impression de gaspiller votre argent. Alors, pour « rentabiliser » la séance, vous vous mettez à creuser. Vous creusez tellement profond que vous finissez par exhumer des traumatismes que vous n'aviez même pas.

Hier encore, j'ai eu un type, un capitaine d'industrie, le genre qui licencie trois cents

personnes avant son premier expresso. On est restés silencieux pendant douze minutes. Douze minutes ! Faites le calcul. C'est le prix d'un petit week-end à Marrakech. À la treizième minute, il a fondu en larmes en m'expliquant qu'il souffrait d'un complexe d'infériorité vis-à-vis de son hamster de CM1, Caramel, parce que Caramel, lui, « savait quand s'arrêter de courir dans la roue ».

J'ai noté « Caramel » sur mon carnet. En réalité, j'étais en train de dessiner une bite avec des ailes, mais il a cru que je consignais une analyse lacanienne de premier ordre.

Il faut comprendre que le silence est un produit de luxe. Les pauvres vivent dans le bruit : la télé trop forte des voisins, les mêmes qui hurlent, le moteur de la Clio qui fait un bruit de casserole en fin de vie. Le riche, lui, achète du calme. Mais le silence en thérapie, c'est le niveau au-dessus. C'est le silence « premium ». C'est le vide qui vous juge.

Regardez Brigitte, ma secrétaire. Elle a compris le concept mieux que personne. Elle pratique le silence administratif. Vous lui posez une question sur votre facture, elle vous regarde avec ses yeux de merlan frit datant de la guerre froide, et elle ne dit rien. Elle attend que vous proposiez un chiffre plus élevé juste pour qu'elle arrête de vous fixer. Elle est capable de maintenir un mutisme total pendant que vous cherchez désespérément votre chéquier, créant une zone de pression atmosphérique si basse que votre propre dignité s'évapore par les pores de votre peau.

Parfois, pour m'amuser, je pousse le curseur un peu plus loin. J'utilise le « Silence à Effet de Serre ». Je commence une phrase et je...

(Vous voyez ce que je viens de faire ? Là, dans votre tête, vous avez complété. Vous avez ressenti une micro-irritation. Multipliez ça par cinquante minutes, et vous avez le budget annuel du Botswana sur mon compte en banque.)

Je commence une phrase : « Il est intéressant de noter que votre rapport à l'argent semble corrélé à votre... » et je m'arrête. Je regarde une mouche au plafond. Je prends une pose de penseur de Rodin, mais avec une montre à dix mille euros bien en vue. Le patient, en face, est en train de faire une syncope mentale. Son cerveau tourne à 10 000 tours/minute pour combler le vide. « À ma mère ? À mon impuissance ? À ma peur de la mort ? »

Non, Jean-Michel. C'est corrélé à ma volonté de m'acheter un voilier. Mais continue de chercher, chaque seconde de ton introspection foireuse paie mes futures vacances aux Seychelles.

Le silence est aussi une arme de domination érotico-comptable. En ne disant rien, je deviens l'écran sur lequel vous projetez vos fantasmes. Vous voulez que je sois le père sévère ? Je me tais avec un air déçu. Vous voulez que je sois l'amant mystérieux ? Je me tais avec un demi-sourire en coin (très dur à tenir sans avoir l'air d'un pervers de parc public, il faut de l'entraînement). Vous voulez que je sois Dieu ? Je me tais et je regarde l'infini derrière votre épaule gauche.

Dans tous les cas, le silence gagne. Le silence ne se trompe jamais. Le silence n'a pas besoin de mise à jour. Le silence ne bafouille pas.

Il y a une dimension mystique là-dedans, une sorte de bouddhisme de marché. Je vous vends du vide, et vous repartez avec l'impression d'être « plus léger ». Évidemment que vous êtes plus léger : je viens de vider votre compte courant et de vous pomper deux litres de bile psychique.

Tenez, d'ailleurs, regardez votre montre. Depuis que vous avez commencé à lire ces lignes, combien de secondes se sont écoulées ? Vous vous rendez compte du manque à gagner si j'avais été en face de vous ? On serait déjà sur une base de facturation à trois chiffres.

Mais ne vous inquiétez pas, la séance n'est pas tout à fait finie. Je vais rester là, à ne rien écrire de plus pendant quelques paragraphes mentaux. Sentez l'inconfort monter. Sentez cette envie irrépressible de m'expliquer pourquoi, au fond, vous n'avez jamais vraiment aimé les brocolis, ou pourquoi vous vous sentez coupable quand vous ne donnez pas de pièce au SDF en bas de chez vous (alors que vous savez très bien qu'il gagne plus que vous en cumulant la manche et l'absence de charges sociales).

C'est ça, le silence à 2 euros la seconde. C'est le prix de votre incapacité à fermer votre gueule quand il n'y a rien à dire.

Allez, circulez maintenant. Et ne faites pas de bruit en sortant. Brigitte essaie de battre son record personnel de mutisme dédaigneux face à un livreur de sushis qui a oublié le gingembre. C'est un spectacle magnifique, une sorte de ballet immobile où le premier qui parle perd sa virilité et son pourboire.

À mardi prochain. Et n'oubliez pas : si vous avez quelque chose d'important à me dire, gardez-le pour vous. Ça nous fera gagner du temps, et à moi, beaucoup d'argent.

Chapitre 10

L'Empathie d'un Frigo Américain : Le regard vide mais givré

Regardez-moi bien. Non, pas là, ne fuyez pas vers vos chaussures, elles sont aussi ternes que votre avenir amoureux. Regardez-moi pile entre les deux yeux, à cet endroit précis où la racine du nez semble hésiter entre la bifurcation et l'autoroute. Voilà. Maintenant, imaginez que derrière ces pupilles, il n'y a absolument rien. Pas un neurone qui frétille, pas une pensée pour le dîner de ce soir, pas même une once de jugement sur votre nouvelle coupe de cheveux qui, soyons honnêtes, ressemble à un accident de tondeuse sur une moquette de bureau.

Rien. Le vide intersidéral. La surface d'un lac gelé en plein mois de janvier dans le Cantal.

C'est ce que j'appelle « l'Empathie du Frigo Américain ». Vous connaissez ce bruit ? Ce ronronnement sourd, constant, légèrement agaçant, qui émane d'un énorme bloc d'acier brossé dans une cuisine moderne ? Vous savez qu'il est là pour conserver vos yaourts au frais, mais si vous vous écroulez en larmes devant lui parce que votre chat a préféré se suicider sous une bétonnière plutôt que de continuer à vivre avec vous, le frigo s'en cogne. Il continue de produire des glaçons. Il vibre. Il vous regarde de sa carrosserie givrée avec une indifférence si monumentale qu'elle en devient presque divine.

Dans mon métier, c'est le Graal. Atteindre ce stade de vacuité oculaire où le patient ne sait plus s'il s'adresse à un génie de la psyché capable de lire dans ses traumas comme dans un livre de recettes de Cyril Lignac, ou s'il est simplement en train de déballer son sac devant un buste de cire oublié dans un musée de province après une alerte à la bombe.

Le secret, c'est le regard fixe. La plupart des gens, quand ils vous parlent, attendent un signe de vie. Un hochement de tête, un petit « hmm-hmm » encourageant, ou au moins une contraction des sourcils qui simule une activité cérébrale. Moi, je vous propose l'immobilité absolue. Je vous offre le miroir de votre propre détresse. Et vous savez ce qui se passe quand on ne renvoie rien ? Vous paniquez.

C'est mathématique. Le silence est un vide, et la nature — surtout la nature humaine névrosée — a horreur du vide. Si je reste figé comme un brochet devant un hameçon, vous allez remplir l'espace. Vous allez parler de plus en plus vite. Vous allez justifier des trucs que je ne vous ai même pas demandés. Vous allez finir par avouer que, oui, c'est vous qui avez rayé la Tesla du voisin avec vos clés de voiture en 2018, et que vous vous sentez enfin prêt à en parler. Tout ça parce que j'ai le regard d'un congélateur en mode dégivrage.

Notez bien la nuance : il ne s'agit pas de paraître méchant. Le méchant, c'est fatigant, ça demande de l'énergie, de la tension musculaire. Non, l'empathie du frigo est une forme de politesse spectrale. Je suis là, mais je suis ailleurs. Je suis le point fixe dans votre univers en déroute. Vous me cherchez, vous grattez à la porte de ma conscience, mais la porte est en inox renforcé et la serrure est bloquée par un glaçon.

C'est une technique que j'ai peaufinée en observant Brigitte. Vous l'avez vue avec le livreur de sushis ? Ce pauvre garçon, casque sur la tête, encore essoufflé par ses trois étages, essayant d'expliquer que le gingembre est en rupture de stock nationale à cause d'un blocus maritime en mer de Chine. Brigitte ne l'a pas engueulé. Elle ne l'a pas menacé. Elle l'a juste regardé.

Pendant quarante-cinq secondes — ce qui, en temps de livraison, équivaut à une éternité géologique — elle a fixé un point situé exactement trois centimètres derrière l'oreille gauche du gamin. Elle avait ce regard « givré ». Pas de haine, juste une absence totale de reconnaissance de son existence en tant qu'être sensible. Le gamin a

fini par bégayer, lui a rendu la monnaie deux fois, s'est excusé d'être né, et est reparti en manquant de se prendre les pieds dans le paillason. Brigitte n'a pas bougé un cil. Elle a juste fermé la porte. C'était sublime. C'était de l'art total.

Pourquoi ça marche ? Parce que le regard vide est une agression passive de haut vol. Quand quelqu'un vous regarde avec intensité, il vous donne de l'importance. Même si c'est pour vous insulter, il reconnaît votre présence. Mais le regard du frigo américain, lui, vous efface. Il vous dit : « Tu parles, tu gesticules, tu existes peut-être physiquement, mais pour mon système de refroidissement interne, tu n'es qu'une source de chaleur superflue qu'il faut dissiper. »

Dans le cadre d'une thérapie à 120 euros la séance, c'est un outil de travail indispensable. Si je commence à avoir l'air intéressé par vos problèmes de transit intestinal ou par vos rêves érotiques impliquant un bocal de cornichons et votre belle-mère, je perds mon ascendant. Je deviens votre ami. Et les amis, ça ne se paye pas (enfin, pas directement, ou alors c'est une autre profession et les tarifs sont différents). En restant ce buste de cire impénétrable, je maintiens la pression. Je vous force à aller chercher au fond de vous-même la réponse à vos questions débiles, parce que vous savez très bien que si vous attendez que je sorte de ma léthargie, on y est encore à Noël prochain.

D'ailleurs, faites l'exercice. Demain, au bureau, quand votre collègue Jean-Claude viendra vous expliquer pour la douzième fois comment il a optimisé son fichier Excel pour les notes de frais, ne dites rien. Ne soupirez pas. Ne regardez pas votre montre. Contentez-vous d'adopter le regard du frigo. Fixez un point imaginaire entre ses deux yeux. Laissez vos paupières descendre d'un millimètre, juste assez pour avoir l'air à moitié éteint, mais laissez vos yeux grands ouverts. Émettez un léger sifflement nasal, presque inaudible, comme un compresseur de cuisine.

Jean-Claude va tenir trois minutes. Puis il va commencer à bafouiller. Il va dire : « Enfin, je te dis ça, mais tu t'en fiches peut-être... » Ne répondez pas. Maintenez le

givre. Il va finir par s'en aller en rasant les murs, persuadé soit que vous faites un AVC, soit que vous avez atteint un niveau de sagesse orientale qui dépasse son entendement de comptable. Dans les deux cas, vous avez gagné la paix.

C'est le pouvoir de l'absence de feedback. Dans un monde où tout le monde veut être « entendu », « validé », « liké », ne rien renvoyer est l'acte de rébellion ultime. C'est le luxe absolu. Je suis un réceptacle vide. Vous pouvez y jeter vos ordures ménagères émotionnelles, je ne déborderai pas. Je vais juste stocker tout ça dans le bac à légumes de mon inconscient professionnel et attendre que ça fermente.

Alors, quand vous sortirez d'ici, ne vous demandez pas si je vous ai compris. Ne vous demandez pas si je vous apprécie. Demandez-vous simplement si la lumière s'éteint vraiment quand je ferme les yeux, ou si je continue de briller d'une lueur blafarde et solitaire à l'intérieur de mon crâne, en attendant le prochain client qui viendra me raconter pourquoi il déteste les brocolis.

La séance est terminée. Vous pouvez laisser votre chèque sur la petite table en faux marbre. Ne vous attendez pas à un sourire, le compresseur est en train de se relancer pour la nuit. Et surtout, évitez de faire du bruit avec vos talons dans le couloir. Brigitte déteste quand le silence de l'immeuble est brisé par autre chose que le bruit des billets qui s'empilent.

À mardi. Ou pas. De toute façon, mon frigo est déjà plein, et votre culpabilité est le meilleur conservateur que je connaisse.

Chapitre 11

Le Retard Chronique : Le quart d'heure de supériorité

Le silence d'une salle d'attente n'est pas un silence ordinaire. C'est une matière visqueuse, un précipité de sueur froide et de culpabilité mal digérée qui s'épaissit à chaque tour de trotteuse. Vous êtes là, assis sur une chaise en skaï qui émet des bruits de flatulences dès que vous déplacez une fesse, et vous fixez la porte en chêne massif comme si le Messie allait en sortir pour vous annoncer que, finalement, vos problèmes de petite enfance n'étaient qu'un malentendu lié à un surplus de gluten.

Il est 14h00. Vous êtes arrivé à 13h55, parce que vous êtes une personne civilisée, ou plus exactement, parce que vous avez été dressé comme un caniche de concours à craindre le moindre froncement de sourcil de mon assistante, Brigitte. Brigitte, c'est le Cerbère du secrétariat, une femme capable de vous faire sentir comme un criminel de guerre parce que vous avez mal rebouché le flacon de gel hydroalcoolique.

14h05. Vous commencez à vous demander si je suis mort. Vous imaginez mon corps inerte, affalé sur mon bureau, terrassé par une overdose de névroses par procuration.

14h10. Vous entendez un bruit de bouilloire derrière la cloison. Puis, le craquement distinct, presque obscène, d'une croûte de viennoiserie. Un effluve de pur arabica s'insinue sous la porte. À ce stade, votre estime de vous-même est en train de fondre plus vite qu'un glaçon dans un sauna. Vous vous dites : « Il travaille. Il est en train de terminer une note de synthèse cruciale sur mon complexe d'Œdipe. Il peaufine la clé de voûte de ma guérison. »

À 14h15, j'ouvre enfin la porte.

Je n'ai pas l'air d'un génie tourmenté. J'ai l'air d'un homme qui vient de passer vingt minutes à regarder une vidéo de raton-laveur volant des croquettes sur YouTube en terminant son deuxième croissant. J'ai une miette de feuilletage posée sur ma cravate comme un trophée de ma propre nonchalance. Je dégage une odeur de caféine et de mépris tranquille. Et là, je vous regarde avec ce petit air de reproche, comme si c'était *vous* qui me dérangiez en étant là, pile à l'heure, comme un compte-gouttes obsessionnel.

Bienvenue dans le quart d'heure de supériorité.

Voyez-vous, l'exactitude est la politesse des rois, mais le retard est le privilège des dieux. Si je suis à l'heure, nous sommes égaux. Si nous sommes égaux, je ne peux pas vous soigner. Pour que la magie opère — la magie étant ici définie par le transfert massif de vos économies sur mon compte épargne — il faut que vous soyez en état de dévotion subie. Le retard n'est pas un manque d'organisation, c'est un outil thérapeutique de précision chirurgicale. C'est la mise en place d'une hiérarchie olfactive et temporelle.

Pendant que vous trépigniez dans le couloir en recomptant les motifs du papier peint, je pratiquais la "méditation active du beurre demi-sel". Ces quinze minutes sont les plus importantes de la séance. C'est là que vous apprenez la leçon fondamentale de la vie adulte : tout le monde se fout de votre emploi du temps, à commencer par celui que vous payez cent balles de l'heure.

Imaginez que j'ouvre la porte à 14h00 pile, avec un grand sourire de majordome de palace. Vous vous sentiriez en sécurité, n'est-ce pas ? Vous penseriez que je suis à votre service. Quelle horreur. On ne guérit pas quelqu'un qui se sent comme un client ; on guérit quelqu'un qui se sent comme un naufragé. En vous faisant attendre, je crée un vide pneumatique dans votre ego. Quand j'apparais enfin, avec mon haleine de torréfaction et mon miasme de boulangerie, je ne suis plus un simple prestataire : je suis le sauveur qui daigne enfin descendre de l'Olympe après avoir fini son pain au

chocolat.

Et ne venez pas me parler de « respect mutuel ». Le respect mutuel, c'est pour les gens qui font du covoiturage ou pour les membres d'un club de bridge. Ici, nous sommes dans une arène de névroses. Si je suis à l'heure, vous allez passer les dix premières minutes à me raconter votre semaine de manière structurée. Si je suis en retard, vous arrivez dans mon bureau avec un mélange d'irritation contenue et d'humilité forcée. Vous êtes vulnérable. Vous êtes prêt à être pétri comme la pâte de mon croissant.

« Excusez-moi, j'étais sur un dossier complexe », je dis parfois en m'asseyant, tout en sachant parfaitement que le "dossier complexe" consistait à débloquer le niveau 412 de Candy Crush ou à débattre avec Brigitte de la pertinence de changer le fournisseur de papier toilette pour une marque plus abrasive, afin de décourager les clients qui s'éternisent dans les lieux d'aisance.

D'ailleurs, parlons-en, de la réaction du client face au retard. C'est un test de Rorschach temporel.

Il y a celui qui s'excuse. C'est mon préféré. « Oh, je vous en prie, je comprends, vous devez être tellement débordé ! » Celui-là, je sais que je peux monter mes tarifs de 20% au prochain semestre sans qu'il ne bronche. Il s'excuse d'avoir attendu. Il s'excuse d'exister. Il s'excuse presque de me payer pour que je l'ignore. C'est une crème. Je pourrais arriver à 14h45 avec une serviette de plage sous le bras qu'il me demanderait si l'eau était bonne.

Il y a l'agressif-passif. Il ne dit rien, mais il regarde sa montre de manière ostensible toutes les trois minutes. Il soupire. Il tape du pied. Quand il entre enfin, il lâche un petit « Ah, on a eu un petit souci de timing ? » avec un sourire qui crie « Je vais t'étriper avec ton propre stéthoscope si j'en avais un ». Avec celui-là, j'utilise la technique de l'inversion de culpabilité : je le regarde fixement et je lui demande : «

Pourquoi ce besoin de contrôler le temps, Jean-Pierre ? Qu'est-ce que ce retard réveille en vous par rapport à l'absence de votre père au spectacle de fin d'année en 1984 ? » Et hop, dix-huit secondes plus tard, il est en larmes, oubliant totalement que je viens de lui voler quinze minutes de sa vie pour digérer ma viennoiserie.

Le temps n'est qu'une construction sociale, mais votre chèque, lui, est une réalité physique et bancaire. Si je vous accorde quarante-cinq minutes, mais que j'en passe quinze à mâcher, c'est que ces quinze minutes de mastication font partie intégrante du processus de guérison. Le bruit de ma déglutition est un mantra. Le silence qui suit, alors que j'essuie une tache de gras sur mon bureau, est une ponctuation nécessaire à votre monologue sur votre patron tyrannique.

Il y a une beauté sauvage dans le fait d'être celui qui fait attendre. C'est une forme d'art minimaliste. C'est la démonstration que ma vie — même la partie la plus triviale de ma vie, celle où je me demande si j'ai assez de force pour une deuxième tasse de café — est infiniment plus précieuse que votre urgence à parler de votre anxiété sociale.

D'ailleurs, si vous étiez vraiment guéri, vous ne seriez pas là à attendre. Vous seriez ailleurs, en train de faire attendre quelqu'un d'autre. C'est ça, la vraie santé mentale : passer du statut de celui qui regarde sa montre à celui qui oublie qu'il en a une.

Alors, la prochaine fois que vous sentirez cette odeur de croissant de 14h15, ne vous offensez pas. Inspirez profondément. C'est l'odeur de votre soumission. C'est le parfum de la thérapie qui avance. Et surtout, évitez de fixer la miette sur ma cravate. Elle est là pour me rappeler que, pendant que vous étiez en train de déprimer devant un numéro de *Gala* datant de 2012 dans la salle d'attente, moi, j'étais en train de vivre.

Et vivre, ça n'attend pas. Contrairement à vous.

Brigitte vient de frapper à la porte. Apparemment, le client suivant est déjà là. Il est 14h50. Ma séance avec vous devait durer jusqu'à 15h00. Mais bon, j'ai soudainement une envie de thé Earl Grey. Vous ne m'en voudrez pas si on s'arrête là ? De toute façon, vous avez fait le plus gros du travail : vous avez attendu.

Allez, circulez. Et essayez de ne pas trop faire grincer la porte en sortant. Brigitte a une migraine, et le bruit du bois qui frotte lui rappelle le craquement des os, ce qui a tendance à la rendre nerveuse au moment de taper les factures. On se voit la semaine prochaine. Soyez à l'heure. Moi, j'ai déjà commandé un éclair au café pour 14h05.

Chapitre 12

Le Mouchoir en Papier : Le seul investissement du cabinet

Regardez-moi bien dans les yeux — enfin, essayez, à travers le brouillard de vos larmes et votre mascara qui coule comme une marée noire sur une plage bretonne. Ce moment précis, celui où votre lèvre inférieure se met à trembler de façon incontrôlée, c'est mon moment préféré. C'est le signal. Le point culminant de ma journée de travail. Le « money shot » de la psychanalyse. C'est là que je sors l'artillerie lourde. L'arme fatale. Le seul, l'unique investissement matériel de ce cabinet : la boîte de mouchoirs.

Remarquez la fluidité du geste. C'est une chorégraphie que je répète trente fois par semaine. Je ne vous tends pas la boîte brusquement, comme un serveur de fast-food vous jetterait une poignée de serviettes grasses. Non. Je la fais glisser sur la table basse en chêne (plaqué, ne rêvons pas) avec la lenteur d'un glacier qui avance vers l'océan. C'est un mouvement sacerdotal. À cet instant précis, je ne suis plus seulement un homme qui attend la fin de l'heure pour aller s'acheter des sushis, je suis le Messie de la cellulose, le Samaritain de la narine irritée.

Et vous, vous plongez. Vous saisissez ce petit morceau de papier blanc avec une gratitude qui me serre le cœur (ou est-ce ma montre qui est trop serrée ?). Vous me regardez comme si je venais de vous faire don d'un rein ou de vous léguer ma résidence secondaire à l'Île de Ré. Vous murmurez un « merci » étranglé par un sanglot.

De rien, mon chou. C'est inclus dans le forfait. Enfin, « inclus » est un bien grand mot. Si l'on décortique mon bilan comptable, la boîte de mouchoirs occupe une place centrale. C'est mon seul frais fixe. Le loyer ? C'est de l'immobilier, c'est de l'actif.

La lumière ? Elle est tamisée pour cacher les taches sur le fauteuil, donc ça ne coûte rien. Brigitte ? Elle est payée au lance-pierre et en bons d'achat pour des massages qu'elle n'a jamais le temps de faire. Mais le mouchoir... Ah, le mouchoir ! C'est le seul objet que vous consommez physiquement. C'est la seule trace matérielle de votre passage. Vous repartez avec un morceau de mon capital dans votre poche, ou plutôt, roulé en boule dans votre poing tremblant.

Parlons-en, de la qualité de ce capital. Avez-vous remarqué la texture ? On est loin du « Lotus » ultra-moelleux parfumé à l'aloé vera qui caresse la peau comme une plume d'ange. Non, ici, on est sur de la marque distributeur, option « Économie Circulaire ». C'est un papier qui a le grain du papier de verre grain 80. C'est un mouchoir qui n'absorbe pas la tristesse, il l'exfolie. Il est si fin qu'on peut lire votre relevé de compte à travers. Mais c'est stratégique ! Si le mouchoir était trop confortable, vous resteriez là à vous moucher pendant des heures. Là, au bout du troisième passage sur votre nez, vous avez la cloison nasale en feu. La douleur physique finit par supplanter la douleur psychique. C'est ce que j'appelle une thérapie par diversion sensorielle. Pour soigner un deuil, rien ne vaut une bonne irritation cutanée.

Faisons un calcul rapide. Une boîte de 100 mouchoirs « Prix Choc » coûte environ 0,89 centime d'euro. Ce qui nous fait le mouchoir à 0,0089 euro. Lors d'une séance à 90 euros, si vous en utilisez deux (et je veille à ce que vous n'en preniez pas un troisième, je ne suis pas un mécène), le ratio investissement/revenu est absolument indécent. C'est une marge brute que même les cartels de la drogue colombiens nous envient. Je vends de l'empathie jetable à prix d'or. Quand je vous tends ce carré de papier, je ne vous dis pas « Je comprends votre douleur », je vous dis : « Tiens, prends ce micro-investissement et justifie mon virement de fin de mois ».

Parfois, je vois l'hésitation dans vos yeux. Vous vous demandez si vous pouvez en prendre un deuxième. Vous jetez un coup d'œil furtif vers la boîte. Je croise les bras, je prends un air pensif, mais intérieurement, je suis en état d'alerte. Chaque feuille de cellulose arrachée réduit ma marge. Si vous commencez à vider la boîte parce que

votre mari vous a trompé avec votre prof de yoga, je vais devoir augmenter le tarif de la consultation pour « frais logistiques exceptionnels ».

Et le bruit ! Le bruit du mouchoir qu'on sort de la boîte. Ce petit *frou-frou* caractéristique. C'est le son de la victoire. C'est la preuve que j'ai réussi à briser votre armure. Si vous ne pleurez pas, je n'ai pas l'impression d'avoir travaillé. Si vous restez là, sec comme un coup de trique, à me raconter votre semaine de façon cohérente, je m'ennuie. Je commence à compter les mouches ou à imaginer Brigitte en train de se battre avec l'imprimante. Mais dès que le premier reniflement retentit, je me redresse. La traque commence. Je cherche le point de rupture. Et quand l'écluse lâche, je dégaine la boîte avec la dextérité d'un cow-boy solitaire.

Clac. Le mouchoir est sur la table.

Il y a aussi toute une symbolique sociale derrière ce geste. Tendre un mouchoir, c'est le summum de la supériorité morale. Celui qui tend le mouchoir est celui qui domine la situation. Celui qui le reçoit est celui qui est en vrac, les yeux rouges, la morve au nez, en train de bafouiller des excuses. « Pardon, je ne voulais pas pleurer... » Mais si, ma grande ! Pleure ! Inonde le cabinet ! Transforme mon tapis en zone humide classée Natura 2000 ! Plus tu pleures, plus tu as l'impression que « ça sort », et plus tu as l'impression que mes 90 euros sont bien dépensés. C'est l'illusion de la catharsis cellulosique.

Saviez-vous que j'ai suivi un séminaire de trois jours sur « L'art de la disposition du mouchoir en milieu clinique » ? Non, je plaisante. Mais j'aurais pu. On nous y aurait appris que la boîte doit être placée à une distance exacte de 45 centimètres du patient. Trop près, c'est une agression, comme si je vous forçais à pleurer. Trop loin, c'est une épreuve sportive, et vu votre état de fatigue chronique, vous n'avez pas besoin d'un marathon pour une lingette.

D'ailleurs, parlons du design de ces boîtes. Pourquoi sont-elles toujours si laides ?

Elles arborent souvent des motifs de fleurs délavées ou des formes géométriques qui rappellent les papiers peints des années 70 chez une tante dépressive. C'est fait exprès. Le contraste entre la laideur du contenant et la profondeur de votre désespoir crée un court-circuit esthétique. Vous êtes là, en train de m'expliquer que votre existence n'a plus de sens, et vous avez les doigts posés sur une boîte ornée de marguerites pixelisées en 144p. C'est ça, la vraie postmodernité. C'est le tragique qui rencontre le discount.

Et puis, il y a la fin de séance. Ce moment délicat où vous devez vous débarrasser du cadavre. Le mouchoir usagé. Le petit tas de papier humide, vestige de vos traumatismes d'enfance. Vous cherchez désespérément une poubelle. Je ne vous en propose pas. Pourquoi ? Parce que je veux que vous ressentiez jusqu'au bout la gêne de votre propre vulnérabilité. Vous finissez par le garder dans votre main, ou par le fourrer discrètement dans votre sac à main de marque, à côté de votre iPhone et de votre rouge à lèvres. Vous emportez un peu de moi avec vous. Ou plutôt, vous emportez un peu de vos larmes que j'ai facturées au prix du caviar.

C'est un recyclage permanent. Vous m'apportez vos problèmes, je vous donne un mouchoir à 0,0089 euro, vous me donnez 90 euros, et avec cet argent, je rachète d'autres boîtes de mouchoirs. C'est le cycle de la vie. Enfin, surtout le cycle de mon enrichissement personnel.

Ne vous méprenez pas, si je pouvais remplacer les mouchoirs par des essuie-tout de chantier, je le ferais. C'est plus absorbant. Mais Brigitte m'a dit que ça faisait « un peu trop rugueux pour la clientèle ». Elle a raison, Brigitte. Elle a ce sens du tact que j'ai perdu lors de ma troisième année d'internat, quelque part entre un cours sur Lacan et une pause café trop longue.

Alors la prochaine fois que vous sentirez cette petite brûlure au coin de l'œil, ne résistez pas. Laissez-vous aller. Regardez la boîte. Elle vous attend. Elle est le seul lien tangible entre votre compte en banque qui se vide et mon cabinet qui ne change

jamais de décoration. C'est le seul investissement que je consens pour vous, parce que, soyons honnêtes : mon écoute est une fiction, mes conseils sont des lieux communs, mais ce mouchoir, lui, il est bien réel. Il va vraiment essayer votre morve. Et pour 90 euros la demi-heure, c'est bien le moins que je puisse faire.

Allez, reprenez-en un. C'est offert par la maison. Enfin, « offert », c'est une façon de parler. Je le noterai sur votre fiche : « Patient instable, consommation de papier excessive. Prévoir une majoration pour la séance de mardi ».

Maintenant, mouchez-vous un grand coup, rangez cette loque dans votre sac et sortez. L'éclair au café m'attend et je ne voudrais pas qu'il ramollisse pendant que vous vous lamentez sur votre complexe d'Œdipe. Brigitte, faites entrer le suivant ! Et vérifiez s'il reste assez de "Premier Prix" dans la boîte, je sens que celui-là va nous faire la totale, divorce et perte d'emploi. C'est une séance à trois mouchoirs minimum, ça. On va finir par se ruiner.

FIN

Merci d'avoir lu "Cause toujours j'encaisse quand même"

Une œuvre écrite par Dr. Sarcasme

[Lire la version interactive et commenter](#)

[Découvrir les autres œuvres de l'auteur](#)