

TA VIE N'EST PAS UNE TRAGÉDIE GRECQUE

Dr. Sarcasme



Ta Vie n'est pas une Tragédie Grecque

Par Dr. Sarcasme

ÉDITIONS FUSIANIMA

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

Table des matières

Chapitre 1 : Tu n'es pas Œdipe, range ta chambre	4
Chapitre 2 : Le Chorus : Tes potes en ont marre de chanter le refrain	9
Chapitre 3 : L'Odyssée d'un retard de 5 minutes	14
Chapitre 4 : Le Destin vs Ton manque d'organisation	19
Chapitre 5 : Le Monologue de 12 minutes (en Note Vocale)	23
Chapitre 6 : L'Oracle de TikTok et les prophéties auto-réalisatrices	27
Chapitre 7 : Le Costume de la Victime Professionnelle	32
Chapitre 8 : Deus Ex Machina : Personne ne descendra du ciel pour faire ta vaisselle	37
Chapitre 9 : L'Arène du Café Froid	42
Chapitre 10 : L'Hubris de celui qui n'a jamais de chance	47
Chapitre 11 : La Catharsis de la mauvaise foi	51
Chapitre 12 : Le Masque de Tragédie (option cernes)	57
Chapitre 13 : Générique de fin : Et si on riait un peu ?	61

Chapitre 1

Tu n'es pas Œdipe, range ta chambre

Regarde-toi. Non, vraiment, prends un miroir — ou utilise l'écran noir de ton smartphone, celui-là même qui vient de s'éteindre parce que tu as oublié de le charger, ce qui, selon ton dernier post Instagram, constitue « une épreuve insupportable envoyée par le destin ». Regarde cette moue tragique, ces yeux embrumés de l'auto-apitoiement le plus pur. On dirait que tu attends que le chœur antique entre dans ton salon pour chanter la perte de ta dignité en vers iambiques.

Tu es là, planté devant ta porte fermée à clé, tes poches aussi vides que ton compte épargne, et tu lèves les yeux au ciel en murmurant : « Pourquoi moi ? Pourquoi les dieux s'acharnent-ils ? »

Laisse-moi te dire un secret, mon petit prince de la déprime suburbaine : les dieux ne s'acharnent pas. Zeus a bien trop d'affaires d'adultère inter-espèces à gérer pour s'occuper de ton trousseau de clés resté sur le guéridon de l'entrée. Si tu es à la rue à 23 heures, ce n'est pas parce que les Moires ont tranché le fil de ton destin avec une paire de ciseaux en or. C'est parce que tu as le QI d'un bulot sous Xanax et que tu as confondu « sortir les poubelles » avec « une expédition de survie en milieu hostile » sans prendre tes précautions de base.

Il y a une différence fondamentale, abyssale, ontologique, entre la *Tragédie* et la *Guenille*.

Œdipe, lui, avait de vrais problèmes. Le mec a quitté sa ville pour éviter de tuer son père, a croisé un inconnu dans un chemin étroit, l'a buté pour une priorité à droite non respectée (ce qui se tient), a résolu l'énigme d'un monstre mi-femme mi-lion, est

devenu roi, et a fini par épouser la reine. Tout ça pour découvrir, vingt ans plus tard, que l'inconnu était son daron et que la reine était sa génitrice. Ça, c'est une journée de merde. Ça, c'est un châtement divin. C'est le cosmos qui se plie en quatre pour te faire comprendre que, peu importe où tu cours, la fatalité te rattrapera pour te faire un croche-pied magistral.

Toi, ton « drame », c'est que le livreur Uber Eats a oublié tes frites et que ton chargeur d'ordinateur fait un faux contact.

Nous vivons dans l'ère de l'hyper-dramatisation du banal. On ne dit plus « j'ai fait une erreur », on dit « je porte un traumatisme générationnel ». On ne dit plus « je suis bordélique », on dit « je lutte contre l'entropie d'un univers qui refuse de s'aligner sur mes énergies ». Mais la vérité est beaucoup plus acide, beaucoup plus décapante : le destin s'en fout de toi. L'univers ne te déteste pas. Il ne sait même pas que tu existes. Et c'est précisément ce qui te terrifie.

Tu préférerais être maudit par Poséidon en personne plutôt que d'admettre que tu es simplement incapable de ranger tes chaussettes par paires. Parce que si tu es maudit, tu es un héros. Tu es important. Tu es le protagoniste d'une épopée sombre. Si tu es juste un mec qui a perdu ses clés parce qu'il ne les pose jamais au même endroit, tu n'es qu'un figurant distrait dans la file d'attente de la vie.

Alors tu t'inventes une mythologie de poche. Ta chambre, c'est le labyrinthe du Minotaure. Sauf qu'au lieu d'un monstre mangeur d'hommes au centre, on trouve une pile de cartons Amazon vides et un reste de pizza qui commence à développer sa propre conscience politique. Ton fil d'Ariane ? Un câble USB emmêlé qui ne charge plus rien. Et quand ta mère — cette pauvre Jocaste de banlieue qui essaie juste de comprendre pourquoi tu n'as toujours pas de CDI — te demande de « ranger ce bordel », tu la regardes avec le mépris de celui qui porte le poids du monde sur ses épaules.

« Tu ne comprends pas, Maman. C'est symbolique de mon chaos intérieur. »

Non, Kevin. C'est symbolique du fait que tu es un lâche.

Utiliser la fatalité comme excuse pour ne pas passer l'aspirateur est la plus grande escroquerie intellectuelle du XXI^e siècle. La tragédie grecque repose sur l' *Hubris*, l'orgueil démesuré qui pousse l'homme à se croire l'égal des dieux. Toi, ton hubris, c'est de croire que ton appartement est une extension de ton âme, alors que c'est juste un dépôt de poussière et de mauvaises décisions. Tu penses que l'Ordre est une insulte à ta créativité bouillonnante, alors que ta seule création de la semaine, c'est un mélange douteux de céréales périmées consommé devant un documentaire sur les tueurs en série.

Analysons froidement la scène de la clé oubliée, puisque c'est ton point de rupture actuel.

Dans une tragédie de Sophocle, l'oubli de la clé serait le signe d'un aveuglement spirituel. La clé représenterait la Connaissance, et le fait d'être enfermé dehors symboliserait l'exil de l'âme loin de la vérité.

Dans ta vie, l'oubli de la clé, c'est juste la preuve que ton cerveau est une passoire remplie de mèmes de chats et de paroles de chansons de reggaeton. Il n'y a pas de métaphore. Il n'y a pas de sous-texte. Il n'y a que toi, sur le palier, avec l'air d'un Golden Retriever qui a foncé dans une baie vitrée.

Pourtant, tu insistes. Tu veux que ce soit grave. Tu veux que le serrurier qui va te facturer 400 balles pour deux minutes de travail soit un envoyé de l'Hadès venu collecter son obole. Mais le serrurier s'appelle Didier, il sent la cigarette froide et il juge ton paillason « Home Sweet Home » avec une sévérité que même le Grand Inquisiteur n'oserait pas afficher.

Le problème de se prendre pour un héros tragique quand on mène une vie de sitcom,

c'est qu'on finit par perdre le sens des proportions. Si oublier tes clés est une catastrophe cosmique, que te reste-t-il pour les vrais deuils ? Pour les vraies ruptures ? Pour le jour où on t'annoncera que le gluten n'a jamais été ton ennemi et que tu t'es privé de pain pour rien pendant cinq ans ?

Tu n'es pas Œdipe. Tu n'as pas tué ton père (même s'il refuse de te prêter sa bagnole, ce qui, on est d'accord, est une trahison digne d'Agamemnon). Tu n'as pas épousé ta mère (Dieu merci, la thérapie coûte déjà assez cher comme ça). Tu es juste un humain moderne, un primate doté d'une connexion Wi-Fi, qui essaie de donner du panache à sa propre médiocrité organisationnelle.

Ranger ta chambre, ce n'est pas céder à la tyrannie du patriarcat ou de la société de consommation. C'est un acte d'exorcisme. C'est dire au destin : « Regarde, j'ai le contrôle sur au moins trois mètres carrés de cette planète. Je ne suis pas le jouet des vents. Mes caleçons sont pliés. Je suis le maître de mon slip. »

Parce que tant que tu vivras dans ce tumulte de fringues sales et de vaisselle encrassée, tu seras effectivement une victime. Pas une victime des dieux, mais une victime de ta propre flemme camouflée en mélancolie existentielle. Le chaos dans ta chambre n'est pas le reflet d'une âme tourmentée par les questions de l'Être et du Néant ; c'est le reflet d'une main qui n'a pas envie de ramasser ce qui tombe.

Alors, pose ce masque de tragédien. Arrête de fixer l'horizon avec cet air de celui qui attend l'arrivée des navires perses. Les seuls qui arrivent, c'est le livreur de colis que tu vas rater parce que tu n'entends pas la sonnette sous ton casque anti-bruit.

Le massacre commence ici, mais il commence par une vérité qui pique : ta vie n'est pas une tragédie. C'est un vlog de mauvaise qualité que personne ne regarde. Et la bonne nouvelle, c'est que tu peux changer le script.

Ramasse cette chaussette. Trouve tes clés. Et par pitié, arrête de blâmer les étoiles

pour ce que tu as fait (ou n'as pas fait) avec tes propres doigts. L'Olympe te regarde, et franchement ? Ils se foutent de ta gueule.

Chapitre 2

Le Chorus : Tes potes en ont marre de chanter le refrain

Écoute ce bruit. Ce n'est pas le chant des sirènes qui tentent de faire dévier ton navire vers les récifs de la perdition. C'est le « ding » de ton téléphone. Et ce n'est pas non plus le destin qui frappe à ta porte, c'est une notification de ton groupe WhatsApp « Les Vrais » (ou quel que soit le nom pathétique que vous avez donné à cet incubateur de névroses collectives).

Dans la tragédie grecque, le Chœur est essentiel. Ce sont ces types en sandales qui se tiennent sur le côté de la scène et qui commentent tes erreurs avec une régularité de métronome. Ils gémissent quand tu te plantes, ils pleurent quand tu meurs, et surtout, ils valident ton statut de héros. Sans eux, Œdipe n'est qu'un mec un peu bizarre qui a des problèmes de gestion de colère et un complexe maternel non résolu. Avec eux, c'est une légende.

Toi, tu as fait la même chose, mais en version 5G. Tu as transformé tes amis, tes frères, tes collègues de bureau et même ce pauvre type que tu as rencontré une fois en soirée et qui a eu l'imprudence de te donner son 06, en un Chœur antique chargé de commenter le moindre battement de cils de ton existence insignifiante.

Sauf qu'il y a un petit problème : ils en ont marre de chanter le refrain.

Regarde l'historique de ta discussion. C'est un monument à la gloire du vide. Tu y as déversé, au cours des dernières vingt-quatre heures, trois captures d'écran d'une conversation Tinder qui n'avance pas, un message vocal de quatre minutes sur le fait que ta boulangère t'a regardé « bizarrement », et une photo de ton pied parce que tu penses avoir un début de verrue qui symbolise ta déliquescence intérieure.

Dans ta tête, tu es Antigone bravant les lois de Créon. Dans la réalité, tu es juste une personne qui refuse de grandir et qui exige qu'une assemblée de témoins certifie que, oui, c'est vraiment trop injuste que le livreur Uber Eats ait oublié les serviettes en papier.

Le Chœur antique avait une fonction : la **catharsis**. En regardant tes malheurs, le public devait purger ses propres émotions. Mais là, la seule chose que tes potes purgent, c'est leur batterie de téléphone. Ils ne ressentent pas de pitié, ils ressentent une lassitude cosmique. Quand tu tapes « On est d'accord qu'il m'a ghostée parce qu'il a peur de l'intensité de ma lumière ? », ils ne répondent pas parce qu'ils sont éblouis. Ils répondent « Grave » parce que c'est le seul moyen de te faire fermer ta gueule pour les trois prochaines minutes.

« Grave ». Cinq lettres. C'est le niveau zéro de l'implication émotionnelle. C'est le « Seigneur, ayez pitié » du chœur qui n'a plus de voix. Ils ne chantent plus la strophe et l'antistrophe, ils font du service après-vente pour ton ego en miettes.

Analysons la dynamique de ton Chœur moderne. Il est généralement composé de trois archétypes :

1. ****Le Chorège Épuisé : **** C'est ton meilleur pote. Celui qui se sent obligé de répondre à chaque drame. Quand tu lui annonces que tu as « encore fait une crise d'angoisse devant le rayon des yaourts », il tape une réponse structurée, pleine de bienveillance apprise dans des podcasts de psychologie positive à deux balles. Mais si tu pouvais voir son visage à cet instant précis, tu verrais l'expression d'un homme qui contemple le vide. Il ne t'aide pas par amour, il t'aide par habitude sociale, comme on continue de payer un abonnement à une salle de sport où l'on ne va jamais.

2. ****Le Figurant Silencieux : **** C'est celui qui a mis la conversation en « Sourdine pour un an ». Il ne lit tes messages que tous les trois jours, par curiosité

anthropologique, comme on regarde un documentaire sur les catastrophes ferroviaires. Parfois, il lâche un emoji « cœur » ou « bras de fer » au milieu d'une de tes crises de larmes textuelles, juste pour montrer qu'il est encore en vie, mais il ne sait même plus de quoi tu parles. Tu pourrais annoncer que tu as vendu ton rein pour acheter des NFTs de chats, il répondrait « Ø=Ü^a ».

3. ****L'Oracle de Mauvaise Foi : **** C'est l'ami qui déteste tout le monde autant que toi. Il alimente ton délire. Il est le vent sous tes ailes de cire. Si tu lui dis « Je pense que mon patron me déteste parce que je suis trop authentique », il répondra « C'est clair, les gens ont peur du vrai ». C'est le plus dangereux. Il ne fait pas partie du chœur, il est le complice de ton naufrage. Il veut que tu continues à faire le spectacle parce que ta vie rend la sienne moins pathétique par comparaison.

Le drame, c'est que tu as besoin de ce public. Tu es incapable de vivre un micro-événement sans le transformer en une pièce de théâtre en trois actes. Le moindre SMS non répondu devient une « rupture existentielle ». La moindre remarque de ta mère devient une « tragédie familiale digne des Atrides ».

Mais regarde la vérité en face : le Chœur commence à s'endormir dans les gradins. Les gens ont des vies. Ils ont des impôts à payer, des caries à soigner et des séries Netflix à finir. Ils n'ont pas le temps d'analyser pour la douzième fois pourquoi ton ex a « liké » une photo d'un coucher de soleil à Bali. Ce n'est pas un signe des dieux. C'est juste un clic mécanique fait sur les toilettes.

En transformant tes amis en spectateurs permanents de ta mélancolie, tu commets le péché ultime de l'acteur : tu oublies que les autres ont aussi un rôle à jouer. Tu as transformé ton cercle social en un miroir déformant où tu ne cherches pas de la vérité, mais de la validation. Tu ne veux pas qu'ils te disent de te bouger le cul ; tu veux qu'ils te plaignent en harmonie.

Imagine la scène à l'époque de Sophocle. Le héros arrive sur scène, il a perdu sa

couronne, ses yeux, sa dignité. Le Chœur s'avance et dit : « Ô malheur ! Le destin a frappé ! ». Et le héros répond : « Attendez, je vais faire un sondage Instagram pour savoir si vous préférez ma souffrance avec le filtre 'Noir et Blanc' ou 'Vintage' ». Le Chœur se barrerait direct pour aller boire de l'ouzo.

C'est ce qui est en train de se passer. Ton groupe WhatsApp est devenu un cimetière de bienveillance. À force de chanter le refrain de tes échecs, tes amis ont perdu le sens des mots. Quand tu auras un **vrai** problème – un truc sérieux, un truc qui nécessite vraiment une armée de potes avec des boucliers et des lances – ils ne t'entendront plus. Tu auras crié au loup tellement de fois pour des problèmes de Wi-Fi ou des crises de « je ne sais pas quoi faire de ma vie à 27 ans » que le jour où le loup sera vraiment là, le Chœur sera au cinéma ou en train de dormir.

La tragédie, c'est de croire que le monde s'arrête de tourner parce que tu es triste. La comédie, c'est de réaliser que tes amis font semblant de t'écouter pendant qu'ils jouent à Candy Crush ou qu'ils scrollent sur TikTok.

Alors, fais-leur une faveur. Accorde-leur un entracte. Un long, très long entracte. Arrête d'envoyer des messages commençant par « Je ne sais pas si c'est moi, mais... ». Spoiler : c'est toi. C'est toujours toi.

Pose ce téléphone. N'envoie pas ce screenshot. Ne demande pas l'avis de l'assemblée sur ton état émotionnel du mardi après-midi. Apprends à vivre une micro-déception sans en faire un communiqué de presse. Deviens ton propre spectateur. Regarde-toi agir et demande-toi : « Est-ce que cette scène vaut vraiment le prix du billet ? ».

La réponse est non. Ta vie n'est pas une épopée, c'est un flux de données. Et pour l'instant, tes amis saturent. Si tu veux qu'ils restent tes potes et qu'ils ne deviennent pas juste des noms sur une liste de contacts que tu n'oses plus appeler, arrête de les forcer à chanter tes louanges de victime.

Le prochain coup que tu as envie de te plaindre sur le groupe, tape le message, relis-le, et demande-toi : « Si je recevais ça, est-ce que j'aurais envie de me frapper la tête contre un mur de marbre ? ». Si la réponse est oui, efface tout.

Libère le Chœur. Laisse-les rentrer chez eux. Ils ont besoin de repos. Et toi, tu as besoin de réaliser que le silence n'est pas une punition divine, c'est juste le bruit de ton autonomie qui essaie désespérément de démarrer.

Chapitre 3

L'Odyssée d'un retard de 5 minutes

Il est 17h42. Le ciel n'est pas tombé sur ta tête, mais le pare-choc de la Peugeot 208 devant toi vient de devenir l'horizon indépassable de ton existence. Soudain, le monde bascule. Les feux stop s'allument en chœur, une mer de rubis électriques qui scintillent comme les yeux de Cerbère gardant l'entrée des Enfers. Tu n'es plus un cadre moyen dans une Renault Clio grise ; tu es Achille sur les rives du Scamandre, et le fleuve de bitume vient de décider que tu ne passerais pas.

Ton premier réflexe, évidemment, n'est pas de vérifier ta pression artérielle ou de mettre un podcast sur l'apiculture urbaine. Non. Ton premier réflexe est de consulter l'Oracle : Waze. L'application, ce petit dieu de silicium logé dans ton support de téléphone bon marché, vient de faire passer ton heure d'arrivée de 18h00 à 18h05.

Cinq minutes.

Dans le calendrier cosmique, c'est le temps qu'il faut à une étoile pour soupirer. Dans ta tête, c'est le sac de Troie. C'est la fin de l'innocence. C'est une déclaration de guerre personnelle envoyée par le Ministère des Transports, la mairie de Paris et probablement Dieu lui-même, qui n'avait rien d'autre à foutre cet après-midi que de ralentir ta progression vers un apéro-dinatoire où l'on servira des chips au vinaigre de toute façon trop salées.

C'est là que l'Odyssée commence. Tu saisis ton téléphone avec la solennité d'un scribe rapportant la chute d'un empire. Le groupe WhatsApp « Les Potes de l'Ombre » (nommé ainsi car vous vous croyez dans un film de Scorsese alors que vous travaillez tous dans le marketing digital) va devenir ton chœur antique.

Tu tapes : « Les gars, c'est l'enfer. Je suis bloqué. Je ne sais pas si je vais m'en sortir vivant. Ne m'attendez pas pour le premier verre, versez-en un sur le sol en mon honneur. »

Relis-toi. Tu n'es pas en train d'informer tes amis d'un léger contretemps logistique. Tu es en train de rédiger l'épithète de ta propre dignité. Tu veux qu'ils imaginent des carcasses fumantes, des hélicoptères de secours et toi, au milieu du chaos, tentant de réanimer un nouveau-né tout en faisant un massage cardiaque à un Golden Retriever. La réalité ? Tu es juste en train de te curer le nez en écoutant une pub pour des matelas à mémoire de forme.

Mais la tragédie demande du carburant. Et le carburant de ta névrose, c'est l'Injustice.

Regarde à ta gauche. Un conducteur de Twingo vient de s'insérer avec une audace qui confine au blasphème. Il n'a pas mis son clignotant. Dans un monde normal, c'est une incivilité mineure. Dans ton épopée personnelle, c'est la trahison de Brutus. C'est le coup de poignard dans le dos de César. Tu fixes l'arrière de sa tête avec une intensité capable de faire fondre le plomb. Tu murmures des imprécations que même Sophocle aurait trouvées un peu excessives. « Puisse ta descendance oublier ton nom et tes pneus perdre leur adhérence sur trois générations ! »

Pourquoi fais-tu cela ? Parce que si ce retard de cinq minutes n'est pas une épreuve mythologique, alors c'est juste... cinq minutes de ta vie gâchées par le néant. Et le néant te fait peur. Tu préfères être une victime magnifique qu'un anonyme dans un embouteillage. Tu as besoin que ce bouchon soit « le pire bouchon de l'histoire de l'humanité ». Tu as besoin que chaque mètre parcouru soit une victoire remportée sur les forces du chaos.

À 17h48, le mouvement reprend. Trois mètres. Tu as l'impression d'avoir franchi les Colonnes d'Hercule. Tu reprends ton téléphone.

« J'ai réussi à gagner quelques mètres. La résistance s'organise. Le moral est bas, mais je tiens le coup pour le groupe. La soif commence à se faire sentir. Est-ce que quelqu'un peut me dire si le hounous est déjà ouvert ? »

À ce stade, tes amis ont deux options. Soit ils sont aussi pathétiques que toi et ils entrent dans ton jeu en te répondant des « Courage soldat ! », alimentant ainsi ton délire de persécution narcissique. Soit — et c'est ce qu'on espère pour leur santé mentale — ils ont mis le groupe en sourdine et sont en train de discuter du dernier épisode d'une série coréenne sans même avoir remarqué que tu manques à l'appel.

Rien n'est plus cruel pour un héros de tragédie que l'indifférence du public.

Tu arrives enfin. 18h07. Le retard réel est de sept minutes, mais dans ton récit, il s'est écoulé des siècles. Tu sors de ta voiture avec la démarche lourde d'un homme qui revient de Verdun. Tu entres dans l'appartement, les traits tirés, l'œil hagard, prêt à recevoir l'onction des braves.

— « Désolé les gars... c'était... je n'ai pas de mots. Le périph' était un cimetière d'ambitions. J'ai vu des choses... »

— « Ah ouais ? Tiens, y'a plus de bière fraîche, prends-en une dans le bac à légumes. Tu as vu le match ? »

Et là, c'est le drame. Le vrai. Le silence des cimes. On ne te demande pas de détails. On ne veut pas savoir comment tu as survécu à la jonction de la Porte de Bagnolet. On se fout royalement de ton combat contre la Twingo de l'Apocalypse. Ton épopée vient de s'écraser contre le mur de la réalité : tu es juste un mec qui a eu un peu de mal à se garer.

C'est le moment où tu dois choisir. Soit tu boudes parce qu'on n'a pas dressé d'arc de triomphe entre le canapé et la table basse, soit tu réalises que ta vie n'est pas un scénario écrit par un scénariste sous coke en quête d'Oscars.

Le problème de faire une montagne d'une taupinière, c'est qu'à la fin, tu te retrouves tout seul au sommet de ta montagne, avec de l'air raréfié et personne à qui parler. Ton besoin viscéral de transformer chaque micro-frustration en évènement planétaire est une forme de pollution sonore. Tu satures l'espace émotionnel de tes proches avec des faux problèmes, ce qui fait que le jour où tu auras un vrai problème — un vrai de vrai, genre ta femme te quitte ou ton chat commence à poster des selfies sur ton compte LinkedIn — plus personne ne t'écouterà. Tu seras le Pierre qui criait au loup, ou plutôt l'Ulysse qui criait au bouchon.

Imagine si les vrais héros de l'Antiquité s'étaient comportés comme toi.

Léonidas aux Thermopyles : « Non mais les gars, 300 contre 100 000, c'est pas possible, j'ai déjà une migraine, et puis le réseau est naze ici, je peux même pas live-tweeter le massacre. Je rentre à Sparte, j'ai piscine. »

Ou Œdipe : « Oh mon Dieu, j'ai tué mon père et épousé ma mère ? Quelle journée de merde, je vais poster une story avec un filtre noir et blanc et une musique de Billie Eilish, ça leur apprendra à ces dieux de mes deux. »

Ta vie n'est pas une tragédie parce que les enjeux sont inexistantes. Un retard de cinq minutes n'est pas un obstacle au destin, c'est juste de la physique statistique appliquée aux flux automobiles. Ton patron ne va pas te décapiter. Tes amis ne vont pas t'oublier (enfin, pas avant le troisième verre).

Le sarcasme de l'existence, c'est que plus tu essaies de rendre ta vie importante par le biais du drame, plus tu la rends minuscule. La grandeur ne réside pas dans la plainte, mais dans l'élégance du silence. Il y a une dignité immense à arriver en retard, à dire « Désolé, y'avait des bouchons » et à passer à autre chose. Sans adjectifs. Sans hyperboles. Sans comparaison avec la chute de Constantinople.

La prochaine fois que tu es bloqué sur le périph', regarde-toi dans le rétroviseur. Vraiment. Regarde cette moue de victime que tu es en train de préparer. Regarde tes

doigts fébriles sur le clavier de ton smartphone. Et demande-toi : « Si mon moi de 80 ans me voyait là, en train de pleurnicher parce que la circulation est dense à 18h un mardi, est-ce qu'il me donnerait une médaille ou est-ce qu'il me collerait une baffe ? »

La réponse est probablement la baffe. Et elle serait méritée.

Range ton épopée au garage. Éteins le chœur antique. La vie est trop courte pour être racontée comme un film de Michael Bay alors qu'elle ressemble plus à une pub pour des yaourts bio : c'est un peu plat, ça manque de rythme, mais c'est globalement sain si on n'en fait pas toute une histoire.

Maintenant, pose ce téléphone, respire l'odeur de plastique chauffé de ton habitacle, et profite de la seule chose que ce retard t'offre vraiment : cinq minutes de plus pour réaliser que tu n'es le centre de l'univers de personne. Et c'est la meilleure nouvelle de ta journée. Car si tu n'es pas le centre de l'univers, tu n'as plus besoin de porter le poids du monde sur tes épaules à chaque fois qu'un feu passe au rouge.

Libère-toi. Sois juste un mec en retard. C'est beaucoup moins fatigant que d'être un héros de légende avec un abonnement de parking Vinci.

Chapitre 4

Le Destin vs Ton manque d'organisation

Parlons deux minutes de ta relation toxique avec l'Univers.

On connaît tous ce moment de grâce absolue, ce sommet de pathétique humain où, planté devant ton grille-pain qui refuse de coopérer ou coincé derrière un camion poubelle dans une ruelle à sens unique, tu lèves les yeux au ciel avec un soupir de martyr. Tu murmures, la voix brisée par l'injustice : « Pourquoi moi ? Pourquoi aujourd'hui ? Le sort s'acharne. »

Stop. Arrête tout. Rembobine la cassette de ton mélodrame de série B.

Le « Sort » n'a rien à voir là-dedans. Les trois Parques, là-haut, celles qui filent le destin des hommes, n'ont pas passé leur matinée à comploter pour que tu rates ton RER A. Elles ont autre chose à foutre que de sectionner le fil de ta ponctualité juste pour voir ta tête décomposée devant un portillon fermé. Si le destin s'acharne sur toi, c'est généralement parce que tu lui as tendu un bâton gros comme un tronc de séquoia pour te faire battre.

Le problème, ce n'est pas Mercure qui rétrograde. Le problème, c'est que tu as appuyé sur le bouton « Snooze » six fois de suite, transformant ton réveil en une suggestion polie plutôt qu'en une injonction biologique. Mercure n'en a rien à cirer de ton planning hebdomadaire. Mercure est une boule de fer et de roche de 4 800 kilomètres de diamètre qui tourne autour du soleil à 47 kilomètres par seconde. Elle ne s'est pas arrêtée pour se dire : « Tiens, et si j'empêchais Jean-Kevin d'arriver à l'heure à sa réunion de syndic ? »

Accuser la fatalité, c'est le sport national des gens qui refusent d'admettre que leur sens de l'organisation est plus proche de celui d'un hamster sous ecstasy que de celui d'un adulte fonctionnel. C'est tellement plus noble, n'est-ce pas ? Se voir comme le jouet des dieux, une figure tragique luttant contre des forces invisibles et colossales. C'est valorisant. Ça donne un côté épique à ta médiocrité logistique.

« Je suis en retard parce que le tunnel de l'Alma était bouché, c'est une malédiction !
» Non, c'est Paris. Le tunnel de l'Alma est bouché depuis 1997, ce n'est pas une prophétie, c'est une donnée statistique. Si tu pars à 8h45 pour un rendez-vous à 9h00 à l'autre bout de la ville, tu n'es pas une victime de l'Hybris, tu es juste mauvais en maths.

On adore draper nos oublis dans du velours mystique. Tu as perdu tes clés ? « Les objets ont une âme malveillante, ils se cachent ! » Non, tu es juste un bordélique chronique qui traite son buffet d'entrée comme une décharge municipale. Tu as oublié de payer ta facture d'électricité et on t'a coupé le courant au milieu de ta partie de Call of Duty ? « Quel mauvais œil ! » Non, c'est juste qu'EDF n'est pas une divinité grecque qu'on apaise avec des prières, mais une entreprise qui préfère les virements bancaires aux libations de vin rouge sur ton clavier.

Analysons la structure moléculaire de ton excuse préférée : « C'était écrit. » C'est la phrase magique. L'armure ultime. Si c'était écrit, alors tu n'es pas responsable. Tu es déchargé de toute culpabilité. Tu n'as pas oublié l'anniversaire de ta mère parce que tu es un fils ingrat perdu dans les méandres de tes propres futilités, non, c'était une « conjoncture astrale défavorable ». Tu n'as pas raté ton train parce que tu as passé vingt minutes à choisir quelle paire de sneakers irait le mieux avec ton jean délavé, non, c'était « le Fatum ».

Spoiler : Le Fatum s'en tape de tes pompes.

Il y a une forme d'arrogance démesurée à croire que l'univers entier conspire contre ta

petite personne. Il faut un ego sacrément boursoufflé pour s'imaginer que les galaxies s'alignent dans le seul but de te faire renverser ton café sur ta chemise blanche juste avant un entretien d'embauche. Tu n'es pas assez important pour que la gravitation universelle se dérègle afin de te nuire. On est dans la névrose de grandeur, là. Tu te prends pour qui ? Prométhée ? Achille ? Tu es juste un gars qui n'a pas vérifié si le couvercle de son gobelet était bien clipsé. Redescends.

L'organisation, c'est l'antithèse du tragique. C'est plat. C'est ennuyeux. Ça demande de regarder des listes, de mettre des alarmes, de prévoir que, peut-être, il va pleuvoir alors qu'on est en novembre. C'est beaucoup moins sexy que de se lamenter sur le bord de la route en maudissant les cieux. Mais devinez quoi ? Les gens qui ont une montre et qui s'en servent ne finissent pas exilés sur une île déserte après s'être crevé les yeux. Ils arrivent juste à l'heure, ils boivent leur café tranquillement, et ils n'ont pas besoin de poster des citations de Marc Aurèle sur Instagram pour justifier leur incapacité à gérer un agenda Google.

Si tu veux vraiment vivre une tragédie grecque, vas-y, continue. Ignore ton réveil, ne fais jamais d'essence avant d'être sur la réserve depuis trois jours, laisse traîner tes dossiers jusqu'à la veille du rendu, et quand tout s'écroule, pleure sur la cruauté du monde. C'est un choix de carrière. Mais sache que le public, dans les gradins, ne ressent pas de la pitié et de la terreur (la fameuse *catharsis*). Il ressent juste une profonde envie de te secouer par les épaules en hurlant : « ACHÈTE UN AGENDA, CRÉTIN ! »

Le "Destin", c'est le nom que les paresseux donnent à leurs conséquences. C'est le tapis sous lequel on glisse la poussière de nos échecs répétés. Si tu rates systématiquement ton bus, ce n'est pas parce que le chauffeur est une incarnation d'Hadès envoyée pour te tourmenter, c'est parce que tu mets trop de temps à choisir ta playlist Spotify. Si ton compte en banque est à sec le 12 du mois, ce n'est pas une punition divine pour tes péchés passés, c'est parce que tu as commandé des sushis trois soirs de suite alors que ton frigo contenait assez de pâtes pour nourrir un village

de l'Attique.

La vérité est plus acide que le vinaigre : l'Univers est indifférent à tes malheurs logistiques. Il est d'une neutralité insultante. Le soleil se lèvera demain, que tu aies trouvé tes chaussettes ou non. La lune continuera de régler les marées, que tu aies envoyé ce mail important à temps ou que tu l'aies laissé traîner dans tes brouillons par pure procrastination mystique.

Alors, la prochaine fois que tu te sentiras l'âme d'un héros maudit parce que tu as encore perdu ton pass Navigo, respire un grand coup. Ne cherche pas une explication dans les cartes de tarot ou dans le marc de café. Regarde-toi dans le miroir. Ce n'est pas Zeus que tu y verras. C'est juste quelqu'un qui a besoin de s'acheter des boîtes de rangement et de cesser de confondre « vivre intensément » avec « être incapable de gérer 24 heures sans créer un incident diplomatique avec la réalité ».

Ta vie n'est pas une tragédie. C'est une sitcom mal écrite dont tu es le seul scénariste. Et le problème des sitcoms, c'est que les rires enregistrés finissent par devenir agaçants quand c'est toujours la même blague qui tombe à plat. La blague de l'homme qui se battait contre des moulins à vent alors qu'il suffisait d'installer une mise à jour sur son téléphone.

Pose ce masque de tragédien. Il ne te va pas au teint, et de toute façon, il est de travers. Prends une feuille, un stylo, et commence par noter ce que tu as à faire demain. Ça n'aura pas la gueule d'une épopée d'Homère, ça ressemblera à une liste de courses. Mais au moins, demain soir, tu n'auras pas besoin de sacrifier un bœuf pour obtenir le pardon d'un patron furieux.

C'est moins épique, je sais. Mais c'est nettement moins fatigant que de porter le poids d'un destin imaginaire sur des épaules qui ont déjà du mal à supporter un sac à dos mal rangé.

Chapitre 5

Le Monologue de 12 minutes (en Note Vocale)

Tu as déjà vu cette petite barre d'oscillation bleue qui s'étire à l'infini sur ton écran, ressemblant étrangement à l'encéphalogramme d'un patient en train de faire une crise d'épilepsie ? C'est elle. La Note Vocale de Douze Minutes. Un format qui n'est plus un message, mais une saison entière de podcast produite par ton meilleur ami en pleine décompensation psychique, ou par ton ex qui a soudainement décidé que la 4G était le vecteur idéal pour sa thérapie de groupe en solo.

Le problème, ce n'est pas le message. Le problème, c'est la mise en scène. Parce que personne n'enregistre douze minutes de son pour dire : « J'ai oublié d'acheter du beurre ». Non. Une note vocale de douze minutes est une performance. C'est le Festival d'Avignon qui s'invite dans ton haut-parleur, mais sans les subventions et avec beaucoup plus de bruits de mastication.

Il y a une grammaire précise dans le supplice du monologue audio. Ça commence toujours par un soupir. Pas un petit soupir de fatigue, non. Un soupir métaphysique. Un truc qui vient des tréfonds des poumons, un souffle qui semble porter sur lui toute la misère du monde depuis l'invention de l'agriculture. Ce soupir, c'est le lever de rideau. C'est pour te dire : « Attention, ce que tu vas entendre va être éprouvant pour nous deux, mais surtout pour moi qui suis la victime officielle de l'Univers ».

Ensuite, vient l'ambiance sonore. Car le tragédien moderne n'enregistre jamais dans son salon au calme. Il attend d'être au milieu d'un carrefour à l'heure de pointe, ou sous une pluie battante avec un vent de force 8 qui siffle dans le micro comme si un démon tentait de s'extraire du téléphone. Pourquoi ? Parce que le chaos extérieur doit refléter le chaos intérieur. Si on n'entend pas un bus freiner brusquement derrière lui

au moment où il explique que « la vie, finalement, c'est une suite de déceptions », la performance perd en authenticité.

Et là, le monologue démarre vraiment. C'est une structure narrative que même Christopher Nolan ne renierait pas. Ça part dans tous les sens. Ça commence par une anecdote sur un collègue de bureau qui a mal rangé l'agrafeuse, et au bout de sept minutes, on en est à une remise en question de l'éducation judéo-chrétienne et de la finitude de l'être.

Le tragédien de la note vocale s'écoute souffrir. C'est fascinant. On entend les pauses dramatiques. On entend le moment où il s'arrête de marcher pour reprendre son souffle, laissant un blanc de dix secondes durant lequel tu te demandes s'il vient de faire un AVC ou s'il attend juste que l'émotion te parvienne à travers les ondes. Il y a des « Tu vois ce que je veux dire ? » toutes les trente secondes. Non, on ne voit pas. On n'entend pas non plus, parce qu'il vient de passer devant un marteau-piqueur. Mais on subit.

La note vocale de douze minutes est le crime parfait. C'est l'égoïsme élevé au rang d'art majeur. Le mec ne t'appelle pas, car un appel implique une interaction, un dialogue, un risque de se faire interrompre par un : « Écoute, j'ai un rôti dans le four, abrège ». Non, il t'envoie une bombe à fragmentation temporelle que tu es obligé de désamorcer seul, dans ton coin. Il te prend en otage. Tu ne peux pas répondre tant que tu n'as pas tout écouté, car le tragédien est susceptible : si tu réponds après deux minutes alors qu'il a lâché une révélation cruciale à la dixième (généralement le fait qu'il a envie de s'acheter une machine à pain), tu es un monstre d'insensibilité.

Et c'est là qu'intervient la technologie du désespoir : le bouton « x2 ».

Le bouton « x2 », c'est la seule invention humaine qui permet de transformer une tragédie grecque en un épisode des **Alvins et les Chipmunks**. Entendre son pote pleurnicher sur son destin brisé avec une voix de souris sous hélium, c'est le seul moyen de garder sa santé mentale. Soudain, le désespoir existentiel devient une

musique de fête foraine. « Ma... vie... est... un... enfer... » devient un babil frénétique qui donne envie de danser la techtonik.

Mais même en x2, six minutes, c'est long. C'est le temps qu'il faut pour se rendre compte que ton interlocuteur ne te parle pas à toi. Il se parle à lui-même. Tu n'es qu'un miroir de stockage sur les serveurs de WhatsApp. Il dépose ses poubelles émotionnelles devant ta porte, sonne, et s'enfuit en courant.

Ce qui m'épate le plus, c'est la conclusion. Après douze minutes de gémissements, de digressions sur la météo et de jugements péremptoires sur la société de consommation, le message se termine invariablement par : « Enfin bref, je ne vais pas t'embêter plus longtemps, j'avais juste besoin de vider mon sac. Bisous ».

Douze minutes.

Tu as littéralement eu le temps de voir une pizza décongeler, de la cuire, et de la manger, mais le mec se dit qu'il ne t'a « pas embêté plus longtemps ». C'est le culot des grands. C'est la marque des empereurs de l'apitoiement.

Reviens sur terre deux secondes. Si ton message dure plus longtemps qu'une chanson de Bohemian Rhapsody, ce n'est pas un message, c'est un testament. Et à moins que tu ne sois en train de léguer une villa sur la Côte d'Azur à ton interlocuteur, personne n'a envie d'entendre ton testament un mardi après-midi à 16h entre deux réunions Zoom.

Ta vie n'est pas une pièce de Racine. Tes malheurs ne méritent pas une bande-son en haute définition avec des silences travaillés. Si tu as vraiment besoin de parler pendant douze minutes, appelle quelqu'un. Ou mieux : parle à ton chat. Le chat s'en fout, il ne jugera pas ton manque de structure narrative et il ne cherchera pas le bouton « x2 » derrière ton oreille.

Mais si tu persistes à envoyer ces fichiers audio qui pèsent plus lourd que l'ego d'un acteur de la Comédie-Française, sache une chose : de l'autre côté de l'écran, on ne

t'écoute pas avec compassion. On t'écoute en rangeant le lave-vaisselle, en se demandant si on a bien éteint le fer à repasser, ou en comptant les secondes qui nous séparent du moment où on pourra enfin t'envoyer un « Ah ouais, chaud... » salvateur.

Parce que c'est ça, la fin de ta tragédie de douze minutes : un message de trois mots, sans ponctuation, envoyé par un ami qui n'a retenu qu'une seule chose : que tu es épuisant.

Pose ce téléphone. Respire. Et si tu as vraiment quelque chose d'important à dire, essaie de le faire en moins de trente secondes. Si les 10 Commandements ont tenu sur deux tablettes de pierre, tu devrais pouvoir expliquer pourquoi ton ex est un pervers narcissique sans nous imiter le bruit de ton moulin à café en arrière-plan.

L'économie de mots, c'est l'élégance des gens qui ont compris que leur vie n'était pas un spectacle permanent. Et surtout, c'est le seul moyen pour que tes amis continuent de cliquer sur « Lecture » sans avoir envie de jeter leur téléphone contre un mur de briques.

Chapitre 6

L'Oracle de TikTok et les prophéties auto-réalisatrices

Admettons-le : ton ami n'a pas répondu. Il a vu ton pavé audio de douze minutes, il a vu la barre de progression qui ressemblait à un électrocardiogramme de baleine bleue en fin de vie, et il a sagement décidé que sa santé mentale valait mieux que ton énième analyse sur la "toxicité latente" de ton collègue de bureau.

Alors, frustré, abandonné par la race humaine, tu fais ce que tout tragédien moderne fait pour trouver un sens à son existence vide : tu ouvres TikTok. Tu ne cherches pas de l'amusement, non. Tu cherches la Vérité. Tu cherches l'Oracle. Et l'algorithme, ce petit pervers omniscient, le sait. Il t'attend.

À l'époque de Sophocle, quand on avait un doute sur l'avenir, on se tapait trois jours de marche en sandales pour aller à Delphes. On consultait la Pythie, une femme probablement défoncée aux émanations de soufre, qui te baragouinait des prophéties tellement floues qu'elles pouvaient aussi bien annoncer la chute d'un empire qu'une promotion sur les olives noires. Aujourd'hui, la Pythie porte un jogging en velours, elle a un filtre "peau de bébé" qui lui efface les narines, et elle commence ses phrases par : « Si tu vois cette vidéo, ce n'est pas un hasard. »

Et toi, pauvre gobe-mouches du numérique, tu t'arrêtes. Tu te fiches que le "hasard" en question soit en réalité un calcul mathématique complexe basé sur le fait que tu as passé quatre secondes de trop sur une vidéo de chat triste hier soir. Pour toi, c'est le Cosmos qui te parle. L'Univers a enfin décidé de sortir de son mutisme millénaire pour t'expliquer, à travers une vidéo en 9:16 avec une musique de piano mélancolique en fond, que "quelqu'un dont le nom commence par un B pense à toi".

C'est fascinant, cette capacité que tu as à transformer une application de danse chinoise en temple divinatoire. Tu es là, le visage éclairé par la lumière bleue comme un zombie sous ecstasy, à attendre qu'une gamine de dix-neuf ans qui n'a jamais payé une facture d'électricité de sa vie te tire les cartes du tarot entre deux placements de produits pour du thé détox.

« L'énergie de cette semaine est très lourde, les Gémeaux, faites attention à vos finances. »

Et là, c'est le drame. Au lieu de te dire que tes finances sont dans le rouge parce que tu as commandé trois fois des sushis cette semaine par pure flemme existentielle, tu te dis : « Ah ! Je le savais ! C'est Saturne qui fait des siennes ! ». Félicitations, tu viens de démissionner de ta propre vie. Tu n'es plus le pilote de ton existence, tu es un passager clandestin qui attend que les astres ou le prochain "swipe" décident de ton humeur.

C'est ici qu'entre en scène la prophétie auto-réalisatrice, le moteur préféré de ta tragédie personnelle. TikTok ne te prédit pas l'avenir, il te le dicte, et tu obéis comme un caniche bien dressé. L'algorithme te suggère que tu es peut-être en "burn-out autistique" parce que tu n'aimes pas le bruit des gens qui mâchent ? Trois heures plus tard, tu es sur Wikipédia en train de te diagnostiquer dix-huit troubles cognitifs différents pour justifier le fait que tu sois juste un peu irritable quand tu as faim.

Tu cherches des signes de ta ruine imminente comme un archéologue cherche des ruines à Pompéi. Tu tombes sur une vidéo qui dit : « Trois signes que ta relation touche à sa fin ».

Signe n°1 : Il ne te regarde plus de la même façon.

Signe n°2 : Il met plus de temps à répondre aux SMS.

Signe n°3 : Il a mangé le dernier yaourt sans te demander.

Et voilà, c'est fini. La machine est lancée. Tu ne vois plus ton mec comme un être

humain fatigué par sa journée, mais comme un antagoniste dans ton film grec de série B. Tu commences à agir avec la méfiance d'un agent du KGB, tu deviens insupportable, tu provoques des disputes pour "tester sa loyauté", et quand il finit par te quitter parce que tu es devenue une psychopathe alimentée par des conseils de "Love Coaches" à 2 euros, tu retournes sur TikTok pour scroller et tu tombes sur : « Je l'avais prédit, le détachement était nécessaire pour ton éveil spirituel. »

Ce n'est pas de la magie, c'est du sabotage assisté par ordinateur.

L'Oracle de TikTok est un génie du marketing de la misère. Il sait que la tragédie vend mieux que la stabilité. Personne ne devient viral en disant : « Globalement, tout va bien, je gère ma vie avec un ennui poli. » Non, il faut du chaos. Il faut des flammes jumelles, des pervers narcissiques à chaque coin de rue, des traumatismes générationnels que tu aurais hérités de ton arrière-grand-tante qui a perdu un bouton de guêtre en 1912.

Tu te vautres dans ces prophéties parce qu'elles te dédouanent. Si ta vie est une ruine, ce n'est pas parce que tu fais des choix de merde ou que tu manques de discipline, c'est parce que c'était *écrit*. C'est ton "chemin de vie". C'est le "portail énergétique du 22 août". C'est tellement plus chic d'être une victime du destin qu'une victime de sa propre procrastination.

Regarde-toi. Tu es là, à attendre qu'une vidéo te dise de "manifeste" l'abondance en répétant des phrases idiotes devant ton miroir, pendant que ton loyer ne se paie pas par la force de la pensée. Tu cherches des confirmations de tes angoisses dans les yeux d'une influenceuse qui lit un script écrit par une IA. Tu es devenu un parasite spirituel, un consommateur de fatalité.

Les Grecs, au moins, avaient la décence d'avoir des dieux qui avaient de la gueule. Zeus balançait des éclairs, Poséidon créait des tempêtes. Toi, ton destin est scellé par un algorithme qui essaie aussi de te vendre une brosse à dents électrique en bambou

et des leggings qui remontent les fesses. Ta tragédie n'est pas épique, elle est sponsorisée.

Le problème, c'est que plus tu cherches des signes de ta ruine, plus tu deviens aveugle aux opportunités de ta construction. Tu passes tellement de temps à analyser les "red flags" virtuels que tu ne vois même plus le drapeau blanc que ton propre corps t'envoie : celui de l'épuisement numérique. Ton cerveau est en train de devenir une soupe de micro-contenus anxiogènes, un bouillon de culture où macèrent des peurs irrationnelles et des faux espoirs.

Si l'algorithme te montre des vidéos sur la dépression, tu vas finir par te sentir triste. S'il te montre des vidéos sur l'infidélité, tu vas finir par douter de tout le monde. L'application ne reflète pas ta vie, elle la façonne à l'image de ce qui te fait rester le plus longtemps possible devant l'écran : ton anxiété. La peur est le meilleur crochet de rétention. Et toi, tu mords à l'hameçon à chaque fois, en redemandant une dose de prophétie apocalyptique pour ton prochain trajet en métro.

Alors, fais-moi une faveur. La prochaine fois qu'une vidéo te dit que « l'Univers a un message urgent pour toi », souviens-toi que l'Univers a des choses bien plus urgentes à gérer que ton complexe d'Oedipe ou ton compte en banque, comme l'expansion des galaxies ou la mort thermique du cosmos. L'Univers ne communique pas via une interface en mode sombre avec des sous-titres générés automatiquement.

Pose ce téléphone. L'oracle est un menteur qui veut juste tes données personnelles et ton temps de cerveau disponible. Ta vie n'est pas écrite dans les étoiles, et encore moins dans le code source d'une boîte de la Silicon Valley. Si tu veux savoir de quoi ton avenir sera fait, arrête de scroller. Regarde le mur. C'est chiant ? C'est vide ? Parfait. C'est exactement là que tu peux commencer à construire quelque chose qui ne dépend pas d'un "like" ou d'un alignement de planètes bidon.

Parce que la seule prophétie qui va vraiment se réaliser si tu continues, c'est celle-ci :

tu vas passer à côté de ta propre existence en attendant qu'une application te donne la permission de la vivre. Et ça, pour le coup, c'est une vraie tragédie. Mais une tragédie pathétique, même pas digne d'une représentation au théâtre d'Épidaure. Juste une notification de plus que tout le monde finira par balayer d'un revers de pouce.

Chapitre 7

Le Costume de la Victime Professionnelle

Regarde-toi dans le miroir. Non, pas celui avec le filtre « Golden Hour » qui te donne l'air d'une divinité éthérée en pleine ascension spirituelle. Regarde le vrai miroir, celui de la salle de bain, celui qui capte la lumière crue d'un néon agonisant à 7h12 du matin. Qu'est-ce qu'on voit ? Un buste de marbre antique ? Une muse tourmentée par les foudres de Zeus ?

Pas du tout. On voit un type, ou une fille, emmitouflé dans un sweat-shirt à capuche dont la couleur originale a été perdue lors du Grand Incendie de Rome (ou après quarante passages en machine à 60 degrés), avec des cernes si profonds qu'on pourrait y stocker les réserves de grain d'une cité-état en période de siège.

C'est le « Look du Gouffre ». C'est ta tenue de gala pour la Tragédie du Quotidien. Tu as soigneusement sélectionné ce jogging en pilou-pilou gris — le gris, cette couleur de l'entre-deux, du purgatoire, du ciel de novembre à Charleroi — pour signaler au monde entier que tu portes sur tes frêles épaules le poids de l'existence. Tu as ce regard vague, cette mèche de cheveux savamment grasse qui retombe sur tes yeux, et cette posture d'homme de Néandertal en pleine crise de sens.

À t'écouter, ou plutôt à lire tes dernières stories cryptiques en noir et blanc, tu as passé une « nuit blanche à contempler l'abîme ». Tu as lutté contre tes démons. Tu as erré dans les couloirs de ta psyché, pieds nus sur le carrelage froid de la vérité métaphysique. Tu es l'héritier d'Œdipe, le cousin germain de Sisyphe, le colocataire du désespoir.

Mais soyons honnêtes deux minutes, avant que le chœur antique n'entre en scène pour

chanter ton oraison funèbre : la seule chose que tu as contemplée cette nuit, c'est la barre de progression de Netflix. Ton « abîme », il fait 13 pouces, il est en définition 4K et il t'a suggéré de regarder *Emily in Paris* après ton marathon de documentaires sur les tueurs en série. Ton combat contre tes démons ? C'était surtout une lutte acharnée contre l'algorithme pour savoir si tu allais cliquer sur « Épisode suivant » à 3 heures du matin alors que tes yeux brûlaient déjà comme les buissons ardents de l'Ancien Testament.

Tu ne portes pas le costume d'une tragédie, tu portes l'uniforme de la paresse émotionnelle.

Analysons cette garde-robe de la « Victime Professionnelle ». Le pivot central de cette esthétique, c'est l'Oversize. Pourquoi ? Parce que le tissu en surplus sert d'amortisseur entre toi et la réalité. C'est ta carapace de moule. Dans ce hoodie trois fois trop grand, tu n'es plus un adulte responsable avec une déclaration d'impôts à remplir et un rendez-vous chez le dentiste ; tu es un petit oisillon tombé du nid, une créature vulnérable que le destin a décidé de piétiner avec des talons aiguilles.

Le sweat à capuche, c'est la sacristie de l'ego froissé. Quand tu rabats la capuche, tu ne te protèges pas du vent, tu crées une chambre d'écho pour tes propres gémissements. C'est une tente de camping pour une seule personne où le seul oxygène disponible est composé à 90 % de ton propre dioxyde de carbone et à 10 % de l'odeur de la pizza froide de la veille. C'est très pratique pour cultiver ce teint de fin de race, ce blanc lavabo qui fait dire à tes collègues : « Oh là là, tu as l'air fatigué, ça va ? ».

Et là, c'est l'extase. C'est le moment où tu reçois ton salaire de Victime Professionnelle : l'attention.

« Oh, tu sais... c'est compliqué en ce moment. Je ne dors plus beaucoup. Je réfléchis trop. Le monde est tellement lourd. »

Traduction : « J'ai scrollé sur TikTok jusqu'à ce que mon pouce se paralyse et j'ai mangé des chips au paprika dans mon lit. »

Mais le costume ne serait pas complet sans les accessoires. Le mug de café vide, que tu tiens à deux mains comme si c'était le Graal contenant le sang du Christ, est indispensable. Il symbolise ton épuisement chronique face à une vie qui te demande des efforts surhumains (comme faire ton lit ou répondre à un mail). Il y a aussi le smartphone, cette prothèse de ton malheur, que tu poses ostensiblement face contre table, pour bien montrer que tu es « déconnecté par saturation », alors que tu vérifies tes notifications toutes les quarante secondes sous la table comme un addict en manque d'endorphine digitale.

Le génie de la Victime Professionnelle, c'est de transformer une gueule de bois de divertissement en un martyr existentiel. Les Grecs, au moins, avaient la décence d'avoir de vrais problèmes. Prométhée se faisait bouffer le foie par un aigle parce qu'il avait volé le feu sacré. Toi, tu as une légère aigreur d'estomac parce que tu as abusé du piment dans ton kebab de minuit devant un tuto YouTube sur « Comment manifester l'abondance en restant en pyjama ». Ce n'est pas tout à fait le même panache.

Tu as fait de ta mollesse une marque de fabrique. Tu as érigé ton manque de discipline en « sensibilité exacerbée ». Tu te vêtis de ton apathie comme si c'était une toge de philosophe stoïcien. Mais le stoïcisme, c'est la maîtrise des émotions face à l'adversité, pas l'étalage de ta dépression saisonnière simulée pour éviter de sortir les poubelles.

Ce costume de victime est incroyablement confortable, n'est-ce pas ? Il est doux, il est chaud, il ne gratte pas. Il te dispense de tout. Si tu es une victime du « Système », de la « Société », de ton « Signe Astrologique » ou du « Destin », alors tu n'as pas besoin d'agir. On ne demande pas à un naufragé de réparer le bateau pendant qu'il

coule. Alors tu restes là, sur ton canapé, à flotter dans ton jogging informe, en attendant que quelqu'un vienne te sauver ou, au moins, t'apporter un Deliveroo.

Tu as transformé le vide de ta chambre en une scène de théâtre. Tu es l'acteur, le metteur en scène et le seul spectateur (avec ton chat qui te regarde avec un mépris souverain, parce que lui, au moins, assume sa paresse sans invoquer la métaphysique). Tu te racontes une histoire où tu es le héros tragique d'une époque vide de sens. Mais le sens, mon grand, c'est comme la lessive : ça ne vient pas tout seul, il faut lancer le programme.

Il est temps de déchirer ce costume de scène. Enlève ce sweat-shirt qui contient plus de miettes que de fibres textiles. Prends une douche. Non, pas une douche « introspective » où tu restes assis par terre sous l'eau chaude en fixant le siphon comme si c'était le portail vers l'enfer. Une vraie douche. Une douche où tu te laves le visage pour enlever cette couche de « réflexion nocturne » qui ressemble furieusement à du sébum accumulé devant Netflix.

Habille-toi comme quelqu'un qui a l'intention de commettre un acte de présence dans sa propre vie. Mets une chemise, un pantalon avec une fermeture éclair (oui, je sais, c'est une agression technologique après trois jours de taille élastique), mets des chaussures qui n'ont pas de moumoute à l'intérieur.

Le jour où tu arrêteras d'essayer de ressembler à une icône du désespoir romantique, tu te rendras compte d'un truc terrifiant : le vide contre lequel tu luttais n'était pas celui de l'Univers. C'était juste l'espace entre ton canapé et ta dignité.

Ta vie n'est pas une tragédie grecque, c'est juste un dimanche après-midi qui dure depuis six mois. Et le rideau ne tombera pas tout seul. C'est à toi de te lever, de ranger ce costume de victime au fond du placard, et d'aller affronter le monde. Même si le monde est moche. Même s'il fait froid. Même si Netflix vient de sortir la saison 4 de ta série préférée.

Parce qu'au final, personne n'a jamais érigé de statue pour un mec qui portait super bien le jogging informe en réfléchissant au "sens du néant" entre deux épisodes de *The Crown*. Les dieux de l'Olympe se marrent bien assez comme ça en nous regardant galérer ; ne leur donne pas en plus le spectacle d'une tragédie de seconde zone jouée en chaussettes dépareillées.

Chapitre 8

Deus Ex Machina : Personne ne descendra du ciel pour faire ta vaisselle

Regarde-toi. Non, vraiment, prends un miroir — pas celui avec le filtre "beauté" de TikTok qui te donne l'air d'un elfe éthéré, mais le vrai, celui de la salle de bain, celui qui est constellé de gouttelettes de dentifrice séchées parce que tu as la flemme de passer une éponge depuis le séisme de 2014.

Tu es là, à fixer le plafond avec l'intensité d'un mystique en pleine épiphanie, attendant que la lumière se déchire, qu'une harpe commence à jouer un accord majeur en do, et qu'Apollon lui-même descende sur un char de feu pour te demander : « Alors, champion, on en est où de la déclaration d'impôts ? Tu veux que je te tienne le stylo ou je foudroie directement le centre des finances publiques ? »

Spoiler : Apollon ne viendra pas. Apollon a un emploi du temps chargé, il gère le soleil, la poésie et probablement un compte Instagram de fitness extrêmement chiant. Il n'en a rien à foutre de ton avis d'imposition ou du fait que ton évier ressemble actuellement à une expérience de culture bactérienne clandestine visant à renverser l'humanité.

Le concept du *Deus Ex Machina*, c'est la paresse intellectuelle élevée au rang d'art dramatique. Dans les tragédies grecques, quand l'auteur s'était tellement emmêlé les pinceaux que plus personne ne pouvait s'en sortir sans un génocide familial complet, on faisait descendre un dieu par une trappe avec des câbles qui grinçaient. Hop, un coup de baguette magique, les méchants sont changés en lauriers-roses, les gentils se marient, et on va tous boire de l'ouzo.

Toi, tu as adapté ce concept à ta vie de banlieusard dépressif. Tu appelles ça « attendre un signe », « manifester l'abondance » ou, plus honnêtement, « procrastiner jusqu'à ce que le problème disparaisse par combustion spontanée ».

Tu attends le miracle administratif. Ce moment de grâce pure où l'URSSAF t'enverra une lettre disant : « Écoute, Kevin, on a bien réfléchi, on a vu que tu étais quelqu'un de sensible qui aimait beaucoup les chats et les playlists de Lo-Fi, alors on t'offre les 4000 euros de cotisations sociales. C'est cadeau, ne nous remercie pas, va t'acheter une plante verte. »

Ça n'arrivera pas. La seule chose qui descendra du ciel pour s'occuper de tes papiers, c'est un pigeon qui chiera sur ta boîte aux lettres. Et ce sera probablement le message le plus constructif que tu recevras de l'univers cette semaine.

Analysons ton état de léthargie mystique. Tu es assis au milieu de ton salon, entouré de tasses de café qui ont développé une conscience propre et qui commencent à voter pour leurs propres représentants syndicaux. Tu te dis que « les choses vont se goupiller ». Que « l'univers conspire à ta réussite ».

L'univers ne conspire pas, choupinou. L'univers est une soupe froide d'atomes et de vide qui se contrefout royalement du fait que tu n'aies pas renvoyé ton dossier de renouvellement de carte vitale. Si tu meurs demain parce que tu as essayé de manger une pizza surgelée encore congelée, l'univers continuera son expansion thermique sans même un haussement de sourcil galactique. Le seul truc qui va se « goupiller », c'est la serrure de ton appartement quand l'huissier viendra la changer parce que tu as ignoré les quatorze mises en demeure que tu utilisais comme dessous de verre.

Il y a une noblesse ridicule dans ton attente. Tu te prends pour un personnage de Beckett, attendant Godot devant une pile de linge sale qui atteint désormais la stratosphère. Mais Godot, c'est juste un mec qui n'existe pas, et ton linge, lui, il pue. La tragédie, c'est quand Œdipe se crève les yeux parce qu'il a réalisé l'horreur de sa

condition. Toi, tu te crèves les yeux symboliquement parce que tu ne veux pas voir le montant de ton découvert bancaire. Ce n'est pas du théâtre grec, c'est une parodie de documentaire animalier sur la paresse.

Et parlons de cette vaisselle. « Je le ferai quand je serai inspiré. »

Inspiré par quoi ? Par la Muse de la Gratouille de Grattoir ? Par le Saint-Esprit du Paic Citron ? Tu attends que l'archange Gabriel descende avec un tablier à fleurs pour curer le fond de ta casserole de pâtes qui a maintenant la texture du béton armé ?

La spiritualité de pacotille que tu t'es bricolée est un bouclier en carton contre la réalité. Tu confonds « lâcher prise » et « abandonner tout semblant de dignité humaine ». Le lâcher prise, c'est accepter ce qu'on ne peut pas changer. Ta vaisselle, tu peux la changer. C'est même l'un des rares trucs sur lesquels tu as un pouvoir divin absolu. Tu es le Zeus de ton évier. Tu as droit de vie ou de mort sur les résidus de sauce bolognaise. Et pourtant, tu abdiques. Tu préfères attendre une intervention extérieure, un coup de chance, un héritage d'un oncle d'Amérique dont tu n'as jamais entendu parler, ou peut-être une faille spatio-temporelle qui absorberait uniquement tes problèmes de plomberie.

Le problème, c'est que le *Deus Ex Machina* moderne a un nom, et il s'appelle « La catastrophe de dernière minute ». C'est le seul moment où tu bouges. Quand le feu est littéralement à tes fesses. Quand le propriétaire est devant la porte. Quand la banque t'appelle pour te dire que ton compte est tellement dans le rouge qu'il a été racheté par le Parti Communiste Chinois. Là, soudain, tu deviens super actif. Tu deviens un héros d'action de série B. Tu cours partout, tu laves trois assiettes en pleurant, tu griffonnes un chèque en bois avec l'énergie du désespoir.

Mais c'est épuisant, non ? De vivre chaque journée comme si c'était le dernier acte d'une pièce de théâtre foireuse où le décor menace de s'effondrer sur les acteurs ?

On t'a menti. On t'a dit que tu étais spécial, que le destin avait un plan pour toi, que si

tu croyais assez fort en tes rêves, le monde s'ajusterait. C'est le plus gros mensonge du XXI^e siècle, juste après « j'ai lu et j'accepte les conditions générales d'utilisation ». Le monde s'en tape. Le monde est une machine à broyer les gens qui attendent. Si tu restes assis dans ton jogging taché de moutarde en attendant qu'une main géante sorte des nuages pour ranger ton appart, tu vas finir fossilisé entre ta télécommande et un vieux paquet de chips.

Imagine un instant si les héros antiques avaient eu ta mentalité.

Hercule : « Ouais, nettoyer les écuries d'Augias ? Écoute, je vais plutôt faire un tableau de visualisation sur Pinterest et attendre que l'univers manifeste un courant d'air purificateur. En attendant, je vais me refaire l'intégrale de **Breaking Bad**. »

Ulysse : « Rentrer à Ithaque ? C'est une grosse vibe, mais là le vent est pas hyper aligné avec mes chakras. Je vais rester sur l'île de Calypso, elle a le Wi-Fi et des bons smoothies. Le destin s'en occupera bien à un moment. »

Ils seraient restés des anonymes. Des figurants dans l'histoire des autres.

C'est ce que tu es en train de devenir : un figurant dans ta propre vie. Tu attends l'entrée en scène d'un sauveur qui n'est même pas crédité au générique.

La vérité est plus moche, plus froide, mais infiniment plus libératrice : il n'y a personne. Personne ne vient. Personne ne regarde ton compte en banque avec inquiétude à part ton conseiller qui attend juste de te facturer 80 euros de frais d'intervention. Personne ne se soucie de ta procrastination administrative. Tu es seul aux commandes de ce petit navire de merde qui prend l'eau.

Et c'est une excellente nouvelle.

Parce que si personne ne vient te sauver, ça veut dire que personne n'a le droit de te dire comment ranger ton bordel. Tu es le seul Dieu de cet univers de 30 mètres carrés. Et un Dieu, ça ne quémande pas de l'aide à la Providence pour faire un virement bancaire. Un Dieu, ça décide que le chaos s'arrête là.

Alors, lève-toi. Pose ce téléphone. Arrête de chercher des réponses dans les astres ou dans le fond de ton bol de céréales. Le ciel est vide, le silence des espaces infinis n'est pas effrayant, il est juste poli : il attend que tu fermes ta gueule et que tu te mettes au boulot.

La prochaine fois que tu te surprendras à soupirer vers les cieux en demandant « Pourquoi moi ? » quand ta machine à laver lâche, souviens-toi que la réponse du cosmos sera toujours la même : un grand, majestueux et divin silence de mort.

Va faire ta vaisselle. C'est le seul miracle dont tu sois capable aujourd'hui, et franchement, vu l'état du bac à légumes de ton frigo, c'est déjà une résurrection en soi.

Chapitre 9

L'Arène du Café Froid

Tu entres dans cette enceinte climatisée avec la solennité d'un sénateur romain pénétrant dans le Forum, alors qu'en réalité, tu as juste les cheveux gras et une haleine qui pourrait décoller du papier peint. Bienvenue chez Starbucks. Ou plutôt, bienvenue dans le Temple de la Consommation névrosée, là où l'on transforme de l'eau et des graines brûlées en un marqueur social à sept euros cinquante.

Tu es là pour ton rituel. Ta dose. Ton « Venti Latte au lait d'avoine, deux pompes de vanille sans sucre, température 65 degrés précis ». Tu ne commandes pas une boisson, tu récites une incantation chamanique. Tu penses que si tu articules assez bien, l'univers va enfin reconnaître ta valeur intrinsèque. Le barista, lui, te regarde avec l'enthousiasme d'un condamné à mort qui observe une colonie de fourmis. Il s'appelle probablement Jordan, il porte un tablier vert taché de chai tea, et dans ses yeux, on peut lire la fin de l'humanité en haute définition.

Et là, c'est le drame. Le point de bascule. L'instant où ta vie bascule de la comédie romantique médiocre au récit de la chute de Troie.

Jordan pose un gobelet sur le comptoir. Il hurle ton prénom, ou une version massacrée de celui-ci qui ressemble à un cri de guerre gaulois. Tu t'approches, le cœur battant, tu prends une gorgée, et... c'est froid. C'est du lait de vache. Et il n'y a pas de vanille. C'est juste de la flotte tiède avec un arrière-goût de désespoir et de carton mouillé.

À ce moment précis, dans ton cerveau embrumé par le manque de sérotonine, il ne s'agit pas d'une simple erreur de commande. Non. C'est une agression caractérisée.

C'est un attentat politique commandité par les sommets de l'Olympe. Tu lèves les yeux vers le plafond en dalles de faux plâtre et tu cherches Zeus. Tu te dis que c'est un signe. Les Parques ont tranché le fil de ta matinée. Quelqu'un, là-haut, a décidé que tu ne méritais pas d'être heureux aujourd'hui. Tu te sens comme Jules César découvrant que Brutus fait partie de l'équipe du matin. *« Tu quoque, barista mi ? »*

Regarde-toi. Tu es planté là, au milieu des gens qui tapent frénétiquement sur des MacBook Pro pour écrire des blogs que personne ne lira, et tu vis une expérience de mort imminente parce que ton café n'a pas le bon goût de chimie industrielle.

C'est fascinant, cette capacité que nous avons à transformer un désagrément mineur en une tragédie eschylienne. Tu penses que le destin s'acharne sur toi. Tu penses que c'est une épreuve envoyée par les dieux pour tester ta résilience, comme si tu étais un putain d'Hercule moderne dont le treizième travail consisterait à demander un remboursement sans bégayer.

Spoiler : Le cosmos n'en a rien à foutre de ton latte.

Les galaxies entrent en collision, des trous noirs dévorent des systèmes solaires entiers, des espèces s'éteignent dans un silence assourdissant, et toi, tu es là, le visage décomposé, à fixer ta paille en plastique biodégradable qui commence déjà à se dissoudre, comme si c'était le sceptre brisé d'un royaume déchu.

Tu ressens cette envie de hurler à l'injustice. Tu veux convoquer le manager, ce Grand Prêtre de la médiocrité, pour lui expliquer que ta matinée est ruinée, que ta productivité est compromise, que ton équilibre psychique repose entièrement sur cette dose de lactose végétal. Tu veux qu'on reconnaisse ton statut de victime. Tu veux une réparation symbolique. Une couronne de laurier et un muffin gratuit.

Mais pose-toi la question : pourquoi as-tu besoin que ce café soit parfait ? Parce que si le café est raté, alors ta vie est ratée ? C'est ça, la logique ? Tu as construit un

château de cartes existentiel tellement fragile qu'une erreur de Jordan, 19 ans, suffit à tout faire s'écrouler ?

C'est ici que réside ton Hubris, mon ami. Ton orgueil démesuré. Tu te crois assez important pour que les erreurs du quotidien soient des attaques personnelles. Tu penses être le protagoniste d'une épopée où chaque Starbucks est une étape cruciale de ton voyage héroïque. La vérité est beaucoup plus acide : tu es juste un figurant dans la file d'attente de l'existence, et ton café est froid parce que le monde est chaotique, mal organisé et que le mec avant toi avait une commande encore plus débile que la tienne.

Dans la tragédie grecque, le héros est écrasé par le Destin. Œdipe n'a pas choisi de coucher avec sa mère, c'était écrit. Toi, tu as choisi de payer le prix d'un loyer pour une boisson qui porte le nom d'un personnage de Moby Dick. Ta "tragédie" est un produit de consommation. C'est une parodie de souffrance.

Si tu veux vraiment être le "Dieu de ton univers de 30 mètres carrés", comme on l'a dit plus haut, commence par gérer cette crise diplomatique avec la dignité d'une divinité stoïcienne. Un Dieu ne boude pas devant un comptoir en inox. Un Dieu ne soupire pas en regardant son ticket de caisse comme s'il s'agissait d'un oracle funeste.

Qu'est-ce qu'un Dieu fait quand son café est froid ?

Soit il le boit en fixant l'horizon avec le regard de celui qui a survécu à la fin des temps, trouvant dans l'amertume du breuvage une métaphore de la condition humaine. Soit il le rend poliment, sans transformer la scène en une déposition devant le Tribunal de La Haye.

Mais toi, tu préfères stagner dans cette zone grise délicieuse et toxique : celle de la victime magnifique. Tu aimes l'idée que le sort s'acharne. Ça te donne de l'importance. Ça justifie ton échec de l'après-midi. « Oh, je n'ai pas pu finir ce

rapport, vous comprenez, ma matinée a commencé sous des auspices terribles, le destin s'est manifesté sous la forme d'un Cappuccino tiède... »

Arrête. Ton café n'est pas un présage. Ta vie n'est pas un texte sacré. C'est juste du jus de haricots brûlés.

Le véritable miracle, ce n'est pas d'obtenir la commande parfaite. Le véritable miracle, c'est de réaliser que même si tu buvais du goudron chaud dans un crâne humain, le soleil se lèverait quand même demain, totalement indifférent à tes préférences gustatives.

Alors, lève le menton. Arrête de chercher une corrélation entre la mousse de ton macchiato et l'alignement des planètes. Le ciel ne te regarde pas. Le ciel s'en fout. Jordan aussi s'en fout. Il est déjà passé à la cliente suivante, une femme qui va vivre une tragédie grecque parce qu'on a oublié ses pépites de chocolat.

Prends ton gobelet. Marche vers la sortie. Sens le vent sur ton visage. Tu es vivant, tu es libre, et tu as un café dégueulasse entre les mains. C'est ça, la liberté. C'est le droit de vivre dans un monde où les choses ratent, où les gens se trompent, et où tu n'es pas assez important pour être la cible d'un complot divin.

Si tu n'arrives pas à gérer un café froid sans invoquer les foudres du Tartare, comment vas-tu gérer les vrais naufrages ? Les deuils, les ruptures, la calvitie, ou le moment où tu te rendras compte que ta jeunesse est derrière toi et que tu n'as toujours pas écrit ton chef-d'œuvre ?

Le café froid est ton entraînement. C'est ton arène. C'est là que tu décides si tu es un esclave de tes attentes ou le maître de tes réactions.

Bois. C'est amer ? Parfait. C'est le goût de la réalité. Et la réalité n'a pas besoin d'être sucrée pour être supportable. Elle a juste besoin que tu arrêtes de te prendre pour

Prométhée alors que tu n'es qu'un type avec un abonnement à la salle de sport où il ne va jamais.

Allez, circule. Le prochain Dieu dans la file attend son Caramel Macchiato pour pouvoir, lui aussi, maudire l'univers tout entier.

Chapitre 10

L'Hubris de celui qui n'a jamais de chance

Regarde-toi. Non, ne te détourne pas, redresse ce menton chargé de la misère du monde. Tu es là, assis sur ton trône de ronces, attendant qu'on t'apporte ta couronne de barbelés parce que, encore une fois, « ça n'arrive qu'à toi ». C'est fascinant, vraiment. On dirait que tu as développé une forme de snobisme de la défaite, une sorte d'aristocratie du pneu crevé.

Il y a les gens normaux, qui râlent parce qu'il pleut, et puis il y a toi. Toi, tu ne subis pas la météo, tu subis un acharnement météorologique personnalisé. Quand un nuage lâche trois gouttes sur ton brushing à la sortie de chez le coiffeur, tu ne te dis pas que c'est le cycle de l'eau ; tu te dis que Zeus a passé la matinée à guetter ton départ avec son doigt sur la gâchette de la stratosphère. « Évidemment », soupire-tu avec ce petit sourire amer, celui de l'écu. Parce que c'est ça, le fond du problème : tu te prends pour l'écu d'un culte dont le seul rite est de te faire rater ton bus.

C'est le moment où la poisse cesse d'être un désagrément pour devenir un titre de noblesse. Tu es le PDG du « Pourquoi moi ? ». Et c'est là que l'hubris pointe son nez dégueulasse. L'hubris, dans la Grèce antique, c'était le crime d'orgueil. C'était l'humain qui se pensait l'égal des dieux. Toi, tu as inventé une variante moderne et particulièrement agaçante : l'hubris par le bas. Tu ne penses pas être un dieu, tu penses être assez important pour que les dieux fassent des heures supplémentaires juste pour saboter ta connexion Wi-Fi pendant que tu uploades ton CV.

As-tu seulement conscience de l'ego délirant qu'il faut pour croire que les lois fondamentales de la physique et les probabilités statistiques s'inclinent devant ta petite personne ? C'est du narcissisme inversé. Le narcissique classique pense que

tout le monde l'aime ; toi, tu penses que l'univers entier a un dossier sur toi intitulé « Opération : Pourrir la vie de ce type en particulier ».

Écoute-toi parler lors d'un dîner entre amis. Quelqu'un raconte qu'il a eu une petite amende de stationnement. Toi, tu poses ta fourchette, tu prends un air de vieux sage qui a vu la fin des temps, et tu lances : « Ça, c'est rien. Moi, l'autre jour... ». Et là, c'est parti pour l'escalade de l'horreur. Tu ne cherches pas de la sympathie, tu cherches la pole position sur le podium de la souffrance. Si ton voisin a eu une grippe, tu as eu une pneumonie foudroyante doublée d'une allergie rare au bouillon de poule. Si sa voiture ne démarre pas, la tienne a probablement été aspirée par un trou noir de poche apparu mystérieusement dans ton garage. Tu es en compétition de misère. Tu veux être le champion du monde du destin qui foire.

Tu sais pourquoi tu fais ça ? Parce que c'est plus confortable de se dire qu'on est la cible d'une malédiction millénaire plutôt que d'admettre qu'on est juste un peu désorganisé, ou, pire, que l'univers s'en tape royalement de nous.

Si tu n'as « jamais de chance », alors tes échecs ne sont plus de ta faute. Ce n'est pas que tu as raté cet entretien parce que tu n'avais pas préparé tes dossiers ; c'est que Mercure rétrogradait dans ton signe et que le destin a envoyé un chat noir traverser la route de ton examinateur. Quel soulagement ! Tu n'es plus un médiocre, tu es un martyr. Tu n'es plus un type qui oublie ses clés, tu es Œdipe face au Sphinx, sauf que le Sphinx porte un gilet de sécurité et t'interdit l'accès à ton propre immeuble.

Cette arrogance est insupportable parce qu'elle annule la réalité des autres. Quand tu te vantes dans ton statut de « malchanceux professionnel », tu craches au visage de la vraie tragédie. Tu te comportes comme si rater ton code de la route était une épreuve comparable aux douze travaux d'Hercule. Spoiler : nettoyer les écuries d'Augias, c'était un peu plus complexe que de devoir remplir un formulaire Cerfa en double exemplaire parce que tu as perdu le premier.

Imagine un instant le service de logistique de l'Olympe. Tu crois vraiment qu'il y a une réunion chaque matin à 8h00 pour décider de quelle couleur sera la tâche de café sur ta chemise blanche ?

— « Bon, les gars, pour le petit stagiaire là-bas à Levallois, on fait quoi ? »

— « On lui fait rater son métro de deux secondes ? »

— « Trop classique. Faisons plutôt en sorte que la machine à badge ne reconnaisse plus son empreinte digitale. »

— « Génial, il va pouvoir poster un statut Facebook sur le karma ! »

Non. Personne ne fait ça. Tu es seul. Les planètes ne s'alignent pas contre toi, elles flottent dans le vide, indifférentes à tes problèmes de batterie de téléphone. Tes tartines ne tombent pas du côté beurré parce que l'univers est cruel, elles tombent de ce côté parce que le beurre est plus lourd que le pain et que ta table a une hauteur standard. C'est de la physique, pas une tragédie d'Eschyle.

Mais tu persistes. Tu cultives cette identité de « chat noir » comme d'autres cultivent des bonsaïs. Ça te donne une consistance. Sans tes malheurs, qui serais-tu ? Juste un type normal à qui il arrive des trucs normaux. Et ça, c'est la véritable angoisse, n'est-ce pas ? L'idée que tu puisses être banal. Que tes malheurs ne soient pas des messages codés de la Providence, mais juste le bruit de fond d'une existence humaine standard.

On te voit venir de loin, avec ton petit nuage personnel au-dessus de la tête. Tu entres dans une pièce et tu t'assures que tout le monde sache que la vie est un combat épique entre toi et le reste de la création. Tu soupire devant le distributeur de billets en panne avec une telle intensité dramatique qu'on s'attend à voir surgir un chœur de femmes de Thèbes pour pleurer sur ton sort. « Encore une fois... », murmures-tu, les yeux levés vers le plafond en PVC, comme si tu cherchais le regard d'Apollon.

Franchement, redescends. Arrête de te pavaner dans ton malheur de pacotille. Cette complaisance dans la défaite est la forme la plus lâche de l'orgueil. C'est l'hubris du

paresseux. Au lieu de te battre pour changer les choses, tu t'assois sur le bord du chemin en disant : « À quoi bon ? La fatalité me rattrapera. » C'est très pratique pour ne rien foutre, mais c'est épuisant pour ceux qui doivent te supporter.

Tu n'es pas Prométhée en train de se faire dévorer le foie pour avoir apporté le feu aux hommes. Tu es juste un gars qui a oublié de charger son GPS et qui refuse de demander son chemin par fierté mal placée. Ton foie va très bien, c'est ton ego qui est en train de boursouffler.

La prochaine fois que « le sort s'acharne » sur toi parce que tu as oublié ton parapluie, ne fais pas de discours. Ne poste pas une story Instagram avec un filtre gris et une citation de Schopenhauer. Prends la pluie sur la gueule en silence. Accepte d'être mouillé comme tout le monde. Accepte que la pluie ne te connaît pas. Elle tombe, c'est tout.

Rends-toi compte de la chance incroyable que tu as : tu es assez insignifiant pour que l'univers n'ait aucune raison de t'en vouloir. Tu es libre. Tu n'as pas de destin, tu n'as que des conséquences. C'est beaucoup moins glamour que d'être un héros maudit, mais c'est nettement moins fatigant pour tes nerfs. Et pour les nôtres.

Alors, pose ta couronne d'épines en plastique. Arrête de caresser ton chat noir imaginaire. Et si par miracle tout se passe bien aujourd'hui, ne va pas imaginer que c'est un piège ou une ruse des dieux pour te frapper plus fort demain. C'est juste une journée. Profites-en avant de trouver une autre raison de te prendre pour la réincarnation de Sisyphe parce que ton lacet vient de casser.

Allez, va-t'en, et essaie de ne pas trébucher sur le paillason. Et si tu trébuches, de grâce, ne blâme pas la gravité : blâme tes chaussures. C'est moins épique, mais c'est vrai.

Chapitre 11

La Catharsis de la mauvaise foi

Admets-le. Tu étais sur le point de faire une crise de panique. Ça faisait déjà vingt-quatre heures — peut-être même quarante-huit, soyons fous — que rien de notablement irritant ne t'était arrivé. Ton café était à la bonne température, ton patron ne t'avait pas envoyé d'e-mail passif-agressif à 21h, et même ton chat semblait avoir décidé de viser la litière plutôt que le tapis persan.

C'était insupportable, n'est-ce pas ? Cette paix, ce calme plat, ce vide sidéral de drama... C'était l'angoisse absolue. Tu errais dans ton appartement comme un fantôme en quête d'une chaîne à agiter, guettant le moindre signe d'effondrement de la civilisation ou, à défaut, une rayure sur ta poêle à frire. Tu avais ce besoin viscéral, presque organique, de te sentir à nouveau "persécuté par le sort". Parce que sans une bonne petite injustice à mâchouiller, qui es-tu ? Juste un type normal qui n'a aucune excuse pour ne pas être heureux. Et ça, c'est la pire des sentences.

Et puis, soudain, le miracle. L'illumination. La délivrance.

Tu ouvres ton frigo et tu vois... une brique de lait vide. Juste un fond, trois gouttes de mépris lacté laissées là par ton conjoint, ton colocataire, ou peut-être par toi-même dans un acte de sabotage inconscient destiné à sauver ta santé mentale.

Et là, c'est l'explosion. La catharsis. Tes poumons se gonflent d'un air nouveau, pur, chargé d'une sainte indignation. Tes yeux s'illuminent d'une lueur que les grands mystiques appellent "la haine de l'autre". Tu n'es plus une amibe satisfaite errant dans un univers indifférent. Tu es une VICTIME. Tu es le protagoniste d'un drame domestique de grande envergure. Tu es celui à qui on a volé son petit-déjeuner.

"C'est incroyable," murmures-tu avec un plaisir que tu essaies de dissimuler sous une couche de fureur théâtrale. "C'est toujours la même chose. Personne ne me respecte dans cette maison."

Oh, quel pied ! Quel soulagement immense ! Tu sens tes muscles se détendre en même temps que ton visage se crispe dans une moue de martyr. La mauvaise foi, c'est ton massage suédois spirituel. C'est l'anesthésie locale qui te permet de ne plus ressentir l'ennui de ta propre existence. En trouvant une nouvelle raison de te plaindre, tu viens de retrouver ta boussole. Le monde est de nouveau cohérent : il est contre toi. Ouf. On a eu chaud. Un peu plus et tu aurais dû te demander ce que tu voulais vraiment faire de ta vie. Heureusement, le lait est vide, donc tu n'as plus à y penser. Tu as une guerre de tranchées à mener dans la cuisine.

Voyez-vous, mesdames et messieurs du jury, nous souffrons tous du syndrome de "l'addiction au fiel". Le bonheur pur est une plage de sable blanc sans une once d'ombre : au bout de dix minutes, on crame et on a envie de jeter des cailloux sur les mouettes. Ce qu'il nous faut pour tenir le coup, c'est un grain de sable. Pas n'importe lequel : un grain de sable que l'on peut accuser d'être une montagne envoyée par les puissances de l'Olympe pour entraver notre marche vers la gloire.

C'est là que réside la beauté de la mauvaise foi. C'est l'art de transformer une poussière dans l'œil en une opération de sabotage de la CIA.

Regardez-vous quand vous êtes dans les bouchons. Tout va bien dans votre vie, globalement. Vous avez une voiture, vous avez un job, vous avez probablement un podcast insupportable à écouter pour vous cultiver. Mais dès que le feu passe au rouge, vous devenez soudainement le personnage central d'un complot urbain. "C'est fait exprès", grognez-vous en tapant sur le volant. "Ils ont synchronisé les feux juste pour m'emmerder, MOI."

"Ils". Ce "Ils" mystérieux, composé de politiciens sadiques, d'urbanistes pervers et peut-être même de divinités mésopotamiennes revanchardes. C'est tellement plus gratifiant de penser que la ville de Paris ou de Bruxelles a investi des millions d'euros dans un système de gestion du trafic dont l'unique but est de te faire rater les cinq premières minutes de ton cours de Yoga. C'est la catharsis de l'ego. Tu n'es pas juste un conducteur parmi dix mille ; tu es la cible. Tu es l'élu de l'agacement.

La mauvaise foi est un sport de combat où l'on gagne en perdant. Plus la situation est insignifiante, plus la victoire de ton indignation est éclatante.

Prenons l'exemple de la connexion Wi-Fi qui ralentit pendant que tu regardes une vidéo de chat ou, pire, que tu essaies de travailler. Au lieu de te dire "Tiens, les infrastructures de télécommunication sont complexes et subissent parfois des fluctuations techniques", ce qui est la vérité ennuyeuse, tu préfères hurler au scandale. Tu appelles le service client avec la ferveur d'un avocat international dénonçant un crime contre l'humanité. Tu veux des têtes. Tu veux des excuses publiques. Tu veux que le PDG d'Orange ou de Free vienne personnellement ramper sur ton paillason.

Pourquoi ? Parce que pendant ces dix minutes de haine pure contre un routeur, tu ne penses pas à ta propre finitude. Tu ne penses pas au fait que tu es en train de gâcher ton existence sur TikTok. Non, tu es investi d'une mission : rétablir la justice technologique. La mauvaise foi te donne une contenance. Elle remplit ton vide intérieur avec de la fumée noire, mais au moins, ça ressemble à de la consistance.

C'est le grand paradoxe de notre espèce : nous prétendons chercher la sérénité, mais nous cultivons nos ulcères comme des bonsaïs précieux. On les arrose tous les matins avec une petite dose de mépris pour le voisin qui fait trop de bruit en marchant (comment ose-t-il avoir des pieds et s'en servir ?), pour la boulangère qui n'a pas souri assez fort (est-ce un signe de déclin de la courtoisie française ou une attaque personnelle contre mon charisme ?), ou pour la météo qui a l'outrecuidance de ne pas correspondre à l'application de ton téléphone.

D'ailleurs, parlons-en, de la météo. C'est le terrain de jeu ultime de la mauvaise foi. S'il fait beau, tu te plains de la sécheresse et de la sueur. S'il pleut, tu te plains de l'humidité et de tes cheveux. Mais le vrai plaisir, la vraie catharsis, c'est quand il fait "moyen". Ce temps gris, indéterminé, qui ne permet aucune activité extrême. C'est là que tu sors ton grand jeu de tragédien de supérette : "C'est un temps à se foutre en l'air, non ? On n'en voit jamais le bout."

Tu dis ça avec une espèce de délectation morose, un petit sourire en coin, parce que tu viens de trouver une raison collective de faire la gueule. Tu te sens solidaire de tous les autres râleurs. Vous formez une secte d'adorateurs du Cumulus, unis dans la certitude que le ciel est un linceul jeté sur vos ambitions déçues.

La mauvaise foi, c'est aussi ce merveilleux outil qui nous permet de transformer nos échecs en "circonstances malheureuses". Tu as raté ton gâteau ? C'est le four qui est capricieux, ou la farine qui n'est plus ce qu'elle était (maudite industrie agroalimentaire !). Tu as envoyé un SMS d'insultes à la mauvaise personne ? C'est la faute à l'autocorrect et à ce design d'interface ergonomiquement criminel. Tu es en retard ? C'est la faute à la gravité qui était plus forte ce matin, t'empêchant de t'extraire de tes draps.

C'est rafraîchissant, non ? C'est comme une douche froide après une journée de canicule morale. En rejetant la faute sur l'extérieur, en trouvant une raison — même absurde — de te plaindre, tu te simplifies la vie. Tu évacues le stress de la responsabilité. Tu redeviens un enfant qui boude parce que le jouet ne fonctionne pas comme il veut, sauf que ton jouet, c'est l'Univers, et que tu as quarante ans et une hypothèque.

Mais attention, c'est une drogue dure. La catharsis de la mauvaise foi nécessite des doses de plus en plus fortes. Au début, un lacet cassé suffit à t'offrir un quart d'heure de jubilation colérique. Mais bientôt, il te faudra des catastrophes plus sophistiquées.

Tu te surprendras à espérer secrètement que ton train ait dix minutes de retard, juste pour pouvoir envoyer ce tweet incendiaire que tu as déjà rédigé dans ta tête, celui qui contient les mots "incompétence notoire" et "prise d'otage".

Tu es là, sur le quai, à guetter le panneau d'affichage. Si le train est à l'heure, tu es presque déçu. "Ah, merde, je vais devoir aller bosser sans pouvoir me plaindre de la SNCF. Ma journée commence super mal." Tu vois le niveau de pathologie ? Tu es en train de te plaindre du fait que tu n'as pas de raison de te plaindre. C'est le boss final de la mauvaise foi. Le paradoxe de Sisyphe : tu es triste parce que ton rocher est resté en haut de la montagne et que tu n'as rien à pousser aujourd'hui.

Alors, mon conseil pour la suite : savoure ces moments. Quand tu sens cette petite chaleur monter dans ta poitrine parce que tu as enfin trouvé un coupable idéal pour ton inconfort passager, prends une grande inspiration. Admire le génie de ton cerveau capable de transformer un café tiède en déclaration de guerre cosmique.

C'est ta petite tragédie à toi. Ton petit théâtre de poche. C'est ridicule, c'est épuisant pour ton entourage, et c'est totalement faux. Mais si ça te permet de ne pas regarder le vide qui t'entoure pendant quelques minutes, grand bien te fasse. Pose ton lait vide, va engueuler le premier nuage qui passe, et surtout, n'oublie pas de te dire que tout cela n'arrive qu'à toi.

Après tout, c'est ce qui te rend si spécial, n'est-ce pas ? Le monde entier est une immense machinerie complexe, vieille de treize milliards d'années, dont l'unique fonction aujourd'hui était de faire en sorte que tu n'aies plus de céréales croustillantes.

Quelle importance, quelle dignité, quelle catharsis.

Allez, va verser ta larme sur le carrelage. Mais fais attention de ne pas glisser dessus : tu finirais par accuser le fabricant de carrelage d'avoir conspiré avec les lois de

l'hydrodynamique pour briser ton destin. Et honnêtement, on n'a pas le temps pour un nouveau procès aujourd'hui.

Chapitre 12

Le Masque de Tragédie (option cernes)

On ne se réveille pas un matin avec la gueule de l'emploi par accident. Oh non. Arborer le Masque de la Tragédie — avec l'option « cernes violacés façon fin de règne » — est un artisanat de précision. C'est une performance scénique qui demande plus d'abnégation que la méthode Stanislavski, mais avec beaucoup moins de budget et beaucoup plus de passif-agressif.

Regarde-toi dans le miroir. Ce que tu vois là, ce n'est pas un être humain qui a simplement oublié de mettre de la crème de nuit ou qui a passé trop de temps à scroller sur des vidéos de loutres qui se tiennent la main. Non, ce que tu essaies de sculpter, c'est une icône byzantine de la douleur domestique. Tu veux que ton visage raconte une histoire si dense, si oppressante, que même un agent du fisc en burn-out se dirait : « Ouh là, lui, il a pris cher. »

L'objectif est simple : tu veux qu'on te pose LA question. Le Graal. Le sésame qui va ouvrir les vannes de ton narcissisme victimaire : « Ça va ? »

Mais attention, petit stratège de l'apocalypse de bureau. Si tu réponds « non », tu casses le charme. Si tu réponds « non », tu deviens un problème à régler, et les gens détestent régler les problèmes des autres. Si tu dis « non », on va te proposer un Doliprane ou un thé à la camomille. Quelle insulte. On ne soigne pas une malédiction millénaire avec du paracétamol.

Non, la réponse, la seule, l'unique, celle qui te place immédiatement sur un piédestal de mystère insondable, c'est : « C'est compliqué. »

Trois mots. Quatre syllabes de pur génie tactique. « C'est compliqué », ça ne veut rien dire et ça veut tout dire. Ça suggère que tu es au centre d'une conspiration géopolitique impliquant le Vatican, ton fournisseur d'accès internet et peut-être une ex-petite amie maléfique, alors qu'en réalité, tu as juste un peu de mal à digérer ton quinoa et ton patron t'a demandé de refaire un tableau Excel.

Mais pour que le « C'est compliqué » fonctionne, il faut que le support visuel suive. Il te faut les cernes. Les vrais. Pas ces petites poches de fatigue de débutant après une soirée un peu arrosée. Il te faut ces cernes qui descendent jusqu'aux pommettes, ces ombres portées qui donnent l'impression que tes yeux ont décidé de déménager vers le fond de ton crâne pour ne plus voir la laideur du monde.

Comment obtient-on ce look ? Certains amateurs suggèrent de ne pas dormir. C'est efficace, mais fatigant. Le vrai professionnel, lui, cultive l'art de l'Inquiétude Permanente sur des Sujets Inexistants. Tu dois t'entraîner à froncer les sourcils devant un grille-pain comme si tu venais de lire les prophéties de Nostradamus dans les fentes du métal. Tu dois soupirer. Souvent. Le soupir est la ponctuation de ton existence. Un soupir long, exhalé par le nez, qui fait vibrer tes narines d'une lassitude cosmique. Un soupir qui dit : « Je porte la voûte céleste sur mes épaules et Atlas est en congé maladie. »

Une fois que tu as ton masque, il s'agit de le mettre en scène. Ne reste pas chez toi. Le martyr n'existe que par le regard du spectateur. Si tu souffres seul dans ton salon, tu n'es qu'un dépressif ordinaire ; si tu souffres devant la machine à café en fixant le gobelet en plastique avec l'intensité d'Oedipe se crevant les yeux, tu es une légende.

Attends que quelqu'un s'approche. Quelqu'un de gentil, de préférence. Quelqu'un qui a encore un peu d'empathie à gaspiller avant que la vie ne se charge de le transformer en cynique comme moi. Quand cette personne te demandera si tout va bien, ne réponds pas tout de suite. Marque un temps d'arrêt. C'est le « temps de cerveau disponible pour la tragédie ». Laisse tes yeux errer dans le vide, quelque part entre le

pot de plantes artificielles et l'éternité. Puis, laisse échapper un petit rire sec, sans joie, le genre de rire que sortirait un condamné à mort devant une blague Carambar.

« Ça va ? » demande l'innocent.

« (Soupir sismique) Oh, tu sais... C'est compliqué. »

Et là, observe la magie. L'autre se sent instantanément coupable d'être heureux, ou du moins d'être fonctionnel. Tu viens de lui jeter au visage un sac de nœuds invisible qu'il n'a aucune envie de démêler, mais qu'il se sent obligé de contempler avec respect. Tu n'as rien dit, tu n'as donné aucun détail, et pourtant, tu as pris le contrôle de l'espace social. Tu es devenu le trou noir de la conversation : tout l'intérêt de la pièce est désormais aspiré par tes cernes de martyr.

Le plus beau dans le « C'est compliqué », c'est qu'il t'évite toute forme de responsabilité. Pourquoi n'as-tu pas rendu ton rapport ? « C'est compliqué. » (Sous-entendu : les forces du chaos m'en ont empêché). Pourquoi n'as-tu pas rappelé ta mère ? « C'est compliqué. » (Sous-entendu : nos traumatismes générationnels sont trop vastes pour un réseau 4G). Pourquoi y a-t-il une tache de moutarde sur ta chemise ? « C'est compliqué. » (Sous-entendu : la gravité est une ennemie personnelle qui me persécute).

C'est une forme d'aristocratie de la défaite. Tu ne rates pas ta vie, tu es la victime d'un scénario trop complexe pour le commun des mortels. Tu n'es pas paresseux, tu es accablé. Tu n'es pas ennuyeux, tu es profond.

Mais attention, l'option cernes a ses limites. Si tu pousses le bouchon trop loin, si tu commences à ressembler à un figurant de **The Walking Dead** qui aurait un doctorat en philosophie médiévale, les gens finiront par arrêter de demander. Ils vont commencer à t'éviter, de peur que ton « compliqué » ne soit contagieux. Le secret du grand tragédien, c'est le dosage. Il faut laisser filtrer une lueur d'espoir de temps en temps, un petit éclat dans l'œil entre deux soupirs, pour qu'on croie encore que tu es

sauvable.

Il faut que les gens se disent : « Pauvre ami, si seulement je pouvais l'aider à porter son fardeau. » Alors qu'en réalité, ton fardeau, c'est juste ton ego qui a pris tellement de place qu'il a besoin de sa propre carte d'identité.

Regarde les autres, ceux qui sourient, ceux qui ont l'air reposés. Quelle vulgarité, n'est-ce pas ? Ces gens qui dorment huit heures par nuit et qui pensent qu'un problème se résout par une action concrète. Ils n'ont aucune classe. Ils n'ont pas compris que la vraie noblesse réside dans l'immobilité spectaculaire de celui qui subit. Ils marchent, ils courent, ils agissent. Toi, tu *es*. Tu es le monument à la gloire de la fatigue existentielle.

Et quand le soir viendra, quand tu seras enfin seul devant ton miroir pour enlever ton masque, tu pourras contempler tes cernes avec fierté. Ce ne sont pas des marques de vieillesse, ce sont tes médailles. Tes trophées de guerre contre la banalité d'une vie simple. Tu pourras alors te coucher, le cœur léger de n'avoir rien accompli mais d'avoir donné l'impression que c'était d'une difficulté héroïque.

N'oublie pas de régler ton réveil pour être sûr de ne pas trop dormir. Un martyr avec une mine fraîche, c'est aussi crédible qu'un film de Michael Bay sans explosion. Il faut entretenir la mine de papier mâché. C'est le prix à payer pour être l'acteur principal de ce film muet et pathétique que tu appelles ton quotidien.

Allez, prépare ton prochain soupir. Le monde t'attend pour te demander si ça va. Et tu sais exactement quoi dire. Ne les déçois pas. Sois complexe. Sois lourd. Sois tragique. Parce que si tu n'es pas une victime, tu n'es que toi-même. Et entre nous, au vu de l'état de ton carrelage et de ton stock de céréales, c'est sans doute ça, la vraie tragédie.

Chapitre 13

Générique de fin : Et si on riait un peu ?

Range ton mouchoir de soie et cesse d'essuyer cette larme imaginaire, on a fini de tourner. On peut rallumer les lumières ? Parce que, honnêtement, ce clair-obscur dramatique commençait à me donner une conjonctivite et ton profil gauche n'est pas aussi shakespearien que tu l'imagines sous cet angle. Voilà, c'est mieux. Regarde-toi. Tu es là, assis au milieu des décombres de ton importance personnelle, les épaules encore un peu voûtées par le poids de ton « destin », alors qu'en réalité, tu as juste un peu trop forcé sur le café et le ressentiment.

On va se dire les choses franchement, maintenant que le rideau est tombé : la tragédie, c'est un boulot de titan. C'est harassant. Il faut maintenir cette tension constante dans les sourcils, cette petite moue de dédain pour le bonheur simple, cette capacité à transformer une simple panne d'imprimante en une preuve irréfutable de l'hostilité du cosmos à ton égard. C'est un métier à plein temps. Et le pire ? On n'est même pas payé pour ça. On finit juste avec des brûlures d'estomac et une réputation de personne qu'on évite d'inviter aux apéros de peur que tu ne transformes un bol de cacahuètes en allégorie de la solitude humaine.

Et si, pour les cinq prochaines minutes, on décidait que tout ceci n'était qu'une immense, une colossale, une magnifique farce ?

Parce que c'est la vérité, mon petit Sophocle de supermarché. La vie n'est pas un drame écrit par un poète torturé sous absinthe ; c'est un vaudeville mal foutu, écrit par un scénariste stagiaire qui a abusé des substances illicites et qui a oublié de vérifier la cohérence des dialogues. C'est une pièce où les portes claquent au mauvais moment, où les amants se cachent dans des placards trop petits, et où le héros finit

systématiquement avec sa braguette ouverte pendant son grand monologue sur la dignité humaine.

C'est quand même beaucoup moins fatigant à jouer, non ?

Imagine le soulagement. Tu n'as plus besoin d'être « brisé ». Tu as juste le droit d'être ridicule. Et le ridicule, contrairement au tragique, ne nécessite aucune préparation physique. Pour être tragique, il faut une aura. Pour être ridicule, il suffit d'exister. C'est la démocratie pure. Tu peux rater ton bus, renverser ton yaourt sur ta cravate, envoyer un SMS coquin à ton groupe de famille par erreur... et au lieu de te demander ce que les dieux grecs essaient de te signifier par ce signe funeste, tu peux juste faire un clin d'œil au miroir et admettre que, décidément, tu es un clown de classe internationale.

C'est le secret que les gens heureux vous cachent pour ne pas que vous veniez gâcher leur fête : la vie est une blague de Toto à l'échelle galactique. Le Big Bang ? Une flatulence cosmique qui a mal tourné. L'évolution ? Un accident de parcours où un poisson a eu la flemme de nager et a décidé de s'inventer des poumons juste pour voir s'il y avait de meilleures collations sur la terre ferme. Et toi ? Toi, tu es le résultat de millions d'années de sélection naturelle pour finir par stresser parce que quelqu'un a mis un "Vu" sans répondre à ta blague sur les lamas.

Si ça, ce n'est pas du génie comique, je ne sais pas ce qu'il te faut.

Le problème de ton mode de vie précédent, c'était l'exigence de sens. Tu voulais que chaque échec soit une cicatrice, que chaque déception soit une leçon biblique. Quelle arrogance ! Quel narcissisme délicieusement absurde ! Penser que l'Univers, avec ses milliards de galaxies et ses trous noirs capables d'engloutir le temps lui-même, prendrait une pause dans son expansion infinie juste pour te faire rater ton brushing le jour de ton entretien d'embauche. « Pourquoi moi ? » hurlais-tu vers le ciel. Et le ciel te répondait par un silence poli, parce qu'il était occupé à regarder une nébuleuse

exploser de l'autre côté du périph' stellaire, et que ton problème de frisottis, honnêtement, il s'en tape le renflement.

En acceptant la farce, tu récupères une énergie folle. Pense à tout ce temps de cerveau disponible que tu vas gagner en arrêtant d'analyser pourquoi ton ex n'a pas aimé ta dernière photo Instagram. Elle n'a pas aimé parce qu'elle était occupée à manger une pizza froide ou à regarder des vidéos de chats qui tombent de canapés. Voilà la réalité. C'est plat, c'est bête, et c'est merveilleux.

C'est là que réside la vraie liberté. La liberté de n'être rien d'important. La liberté de foirer magistralement sans que cela ne devienne une jurisprudence pour le reste de ton existence. Tu as le droit d'être médiocre. Tu as le droit de ne pas avoir de "vision" pour ton futur à cinq ans. Tu as le droit d'être cette personne qui essaie de pousser une porte où il est écrit "Tirer" devant une foule de témoins.

Regarde autour de toi. Tous ces gens qui marchent dans la rue avec des mines d'enterrement, serrant leurs mallettes comme si elles contenaient les codes nucléaires alors qu'elles ne contiennent que des sandwichs triangle et des factures d'EDF. Ce sont tes anciens collègues de tragédie. Regarde-les avec tendresse, mais surtout avec une envie irrépressible de leur faire un croche-patte métaphorique. Pas par méchanceté, non. Juste pour leur rappeler que la gravité existe, et que la gravité, c'est drôle.

La farce, c'est l'anti-burnout. C'est le bouclier ultime contre la tyrannie du "devenir quelqu'un". Si tu es déjà le dindon du spectacle, tu n'as plus aucune pression pour devenir l'aigle. Et c'est là, dans cette basse-cour joyeuse, qu'on s'amuse le mieux. On y trouve des gens qui rient d'eux-mêmes, qui acceptent leurs cernes (tu sais, tes fameuses médailles de tout à l'heure) comme des accessoires de maquillage un peu ratés, et qui comprennent que la seule chose pire que d'être ridicule, c'est de l'être sans le savoir.

Alors, pour ce générique de fin, je te propose un petit exercice.

La prochaine fois que tu te sentiras submergé par l'intensité dramatique de ton existence — disons, quand tu réaliseras que tu as oublié de payer ton parking et que la contractuelle s'approche avec l'enthousiasme d'une faucheuse sous Prozac — ne prends pas ton air de martyr. Ne cherche pas à expliquer au monde la complexité de ton planning.

À la place, imagine une petite musique de cirque. Pouet-pouet. Visualise-toi avec un nez rouge et des chaussures trop grandes. Regarde la contractuelle et imagine qu'elle aussi porte un tutu invisible. Tout devient immédiatement plus supportable. On ne peut pas être une victime tragique quand on entend des bruits de klaxon dans sa tête.

C'est ça, la fin du film. On arrête de chercher la lumière des projecteurs pour éclairer nos plaies, et on s'en sert pour faire des ombres chinoises débiles sur le mur.

Tu n'es pas une tragédie grecque. Tu es une sitcom qui a duré un peu trop longtemps, mais dont les bêtisiers sont absolument hilarants. Et entre nous, personne ne regarde les tragédies pour le plaisir ; on les regarde pour se donner un genre intellectuel le temps d'une soirée. Par contre, les comédies, on y revient toujours. On les regarde en boucle, en pyjama, avec des miettes de chips sur le torse, parce qu'elles nous rappellent que l'imperfection est la seule chose qui nous rend supportables.

Allez, lève-toi. Va nettoyer ce carrelage (ou ne le fais pas, après tout, la moisissure a aussi droit à sa chance dans ce monde de brutes). Range tes céréales. Et surtout, sors dehors avec la ferme intention d'être la personne la moins sérieuse de ton quartier.

Le public s'en va, la salle est vide, et c'est enfin là que le vrai spectacle commence. Celui où tu n'as plus besoin de jouer. Celui où tu es juste toi : un mammifère un peu perdu, bizarrement foutu, qui essaie de faire semblant de comprendre comment fonctionne la vie alors qu'il n'a même pas compris comment fonctionne sa propre télécommande.

C'est ridicule. C'est absurde. C'est une farce totale.

Et bordel, qu'est-ce que c'est reposant.

Fin de séance. N'oublie pas ton parapluie, et essaie de ne pas te prendre les pieds dans le tapis en sortant. Ou fais-le. On rira tous ensemble. C'est offert par la maison.

FIN

Merci d'avoir lu "Ta Vie n'est pas une Tragédie Grecque"

Une œuvre écrite par Dr. Sarcasme

[Lire la version interactive et commenter](#)

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