



DR SERGE MARQUIS

Les Aventures
illustrées de
Pensouillard le hamster

Comment apprivoiser l'ego



AVANT-PROPOS

Pourquoi une version illustrée de *On est foutu, on pense trop !?*

Parce que d'innombrables personnes l'ont suggéré, disant qu'il leur serait plus facile de comprendre les pitreries de Pensouillard si elles étaient traduites sous forme d'images. En les écoutant, je me suis rappelé à quel point certains dessins avaient été éclairants au cours de ma vie. Des questions complexes avaient trouvé réponse devant une simple caricature. Je suis aujourd'hui convaincu que quelques traits de crayon peuvent changer la face du monde.

Et puis il y a eu la rencontre de l'artiste : Gilles Rapaport. Cet homme a un talent fou. Il possède ce don rare et merveilleux de représenter avec un humour percutant des concepts délicats. Ses créations provoquent des éclats de rire instantanés, parce que nos travers y sont représentés avec une justesse inouïe. On rit du rire de celui qui apprend à rire de lui-même, et à y trouver la paix. Travailler avec lui fut un pur plaisir. Merci Gilles !

Quand j'ai vu ses premières planches, j'ai compris qu'on était en train de fabriquer un nouveau livre. Nous sommes ailleurs. Outillés de moyens différents pour apprivoiser ce satané hamster qui gambade sans cesse dans nos têtes, et nous fait passer à côté de nos vies.

Puisse ce nouveau livre reconquérir les mêmes lecteurs et en conquérir de nouveaux !

SERGE MARQUIS

Les 24 heures chrono de Pensouillard

Une journée ordinaire dans une vie tranquille...
Voyez comment la bête vous mène par le bout du nez...

7 h

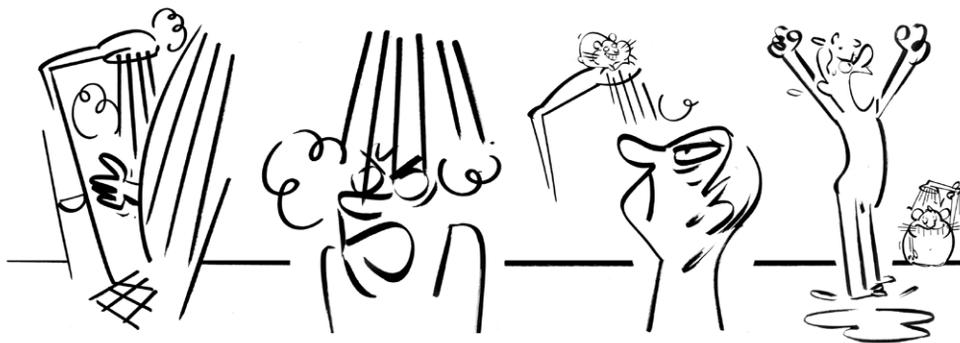
VOUS ÊTES AUX TOILETTES...



« C'est pas vrai ! Pourquoi c'est toujours à MOI que ces choses arrivent ?
Je dois tout faire ici ! Ce n'est tout de même pas compliqué de changer un rouleau
de papier toilette, merde ! Il ne faut pas être sorti de Saint-Cyr ! »

7h10

VOUS ÊTES SOUS LA DOUCHE...



« Pourquoi n'a-t-elle pas pensé à remettre la bouteille de shampooing à sa place ? Et les autres ? Et MOI ? Je ne suis quand même pas un meuble après tout ! »

7h20

VOUS (CHERCHER DÉSESPÉRÉMENT VOS (HAUSSETTES DANS LE TIROIR...



« Ah, Madame est au-dessus de ça ! Tout pour son travail, rien pour les autres, rien pour moi ! N'empêche, si je n'étais pas là, je ne sais pas comment elle s'en tirerait. Dire que je me plie en quatre pour lui offrir une belle vie et voilà comment je suis récompensé. »

7 h 30

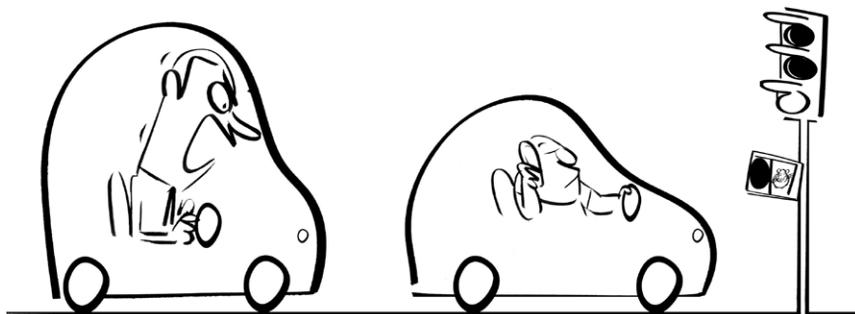
VOUS ÊTES DANS LA CUISINE...



« C'est pas croyable ! Comme si je n'avais rien d'autre à faire que de vider la poubelle ! Au service de Mademoiselle-la-Princesse ! C'est sûr, elle pourrait se salir, se contaminer ou se piquer avec l'os de poulet et s'endormir pour cent ans ! Sait-elle seulement changer un sac-poubelle ? »

7 h 45

VOUS ÊTES EN VOITURE...



« Mais réveille-toi, imbécile ! T'es peut-être pas pressé, toi, mais moi, on m'attend ! Pas étonnant qu'on soit dans la merde avec des abrutis dans ton genre ! »

8 h 45

VOUS ÊTES FACE À UN AUDITOIRE... ARRIVE UN RETARDATEUR...



« Qu'est-ce qu'ils ont tous à le regarder, celui-là ? Un nul qui trouve toujours le moyen de se faire remarquer ! Et moi, plus personne ne m'écoute ! »

10 h

MESSAGE DE VOTRE MÈRE. VOTRE PÈRE A ÉTÉ TRANSPORTÉ À L'HÔPITAL...



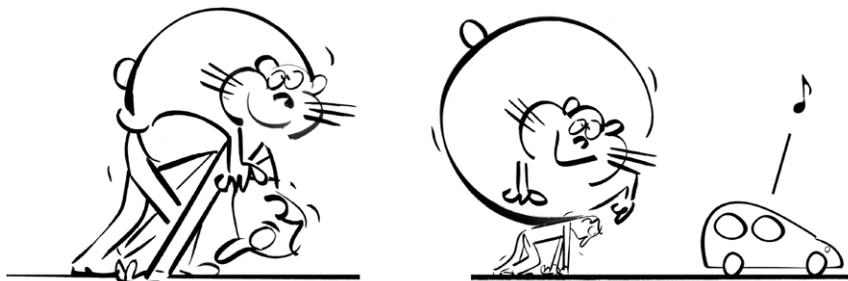
« Zut, ça tombe mal, avec tout ce que j'ai à faire aujourd'hui !

C'est bien lui, ça, tout pour me pourrir l'existence...

Et qui m'a piqué ma boîte d'aspirine ? C'est comme si la vie m'en voulait.
Je ne lui ai pourtant rien fait, moi, à la vie ! Pourquoi est-elle si dure avec moi ? »

13 h

UN COLLÈGUE VOUS A SOUFFLÉ LA PROMOTION QUE VOUS CONVOITIEZ...



« Pourquoi lui ? Qu'est-ce qu'il a de plus que moi ? Lèche-bottes ! J'aurais dû m'en douter, la compétence, ici, on s'en fout ! Une langue bien pendue vaut mieux qu'un soupçon de talent ! De toute façon, j'en ai marre de travailler ici. Je ne suis pas à ma place... Pour la reconnaissance, je peux repasser ! »

19 h

DÎNER AVEC DES AMIS. R., L'HOMME DE TOUS LES EXPLOITS
RACONTE SES PROUVESSES...

« La semaine dernière, j'ai bu un Château d'Yquem 1982 dans ce restaurant trois étoiles qui vient d'ouvrir. Jamais rien goûté d'aussi fabuleux ! »



« Pourquoi n'ai-je pas une vie comme ça, moi ? Ça m'énerve, tout lui réussit. Il prendrait un billet de loto qu'il gagnerait, c'est sûr ! Et il est généreux en plus... Écoeurant ! Il n'est pourtant pas tout seul à servir l'humanité ! »

22 h

TÉLÉPHONE. C'EST LA POLICE...

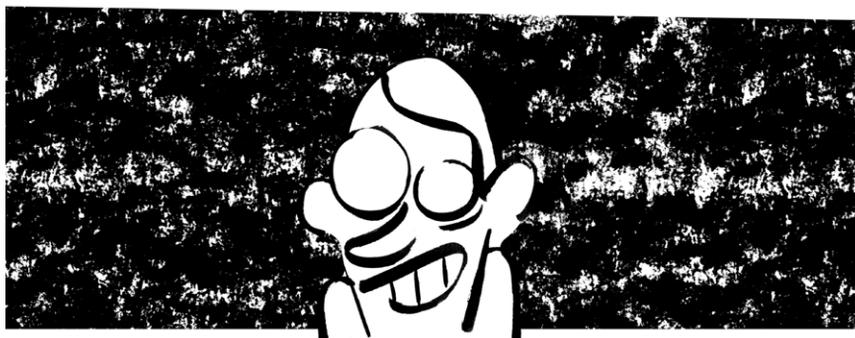
« Votre fils a été arrêté en état d'ébriété et en possession de cannabis. »



« Qu'est-ce que j'ai fait au bon Dieu pour mériter ça ? Il n'a pourtant manqué de rien, cet imbécile ! J'ai toujours été là pour lui ! Et ses amis ! Tous des bons à rien ! »

Minuit

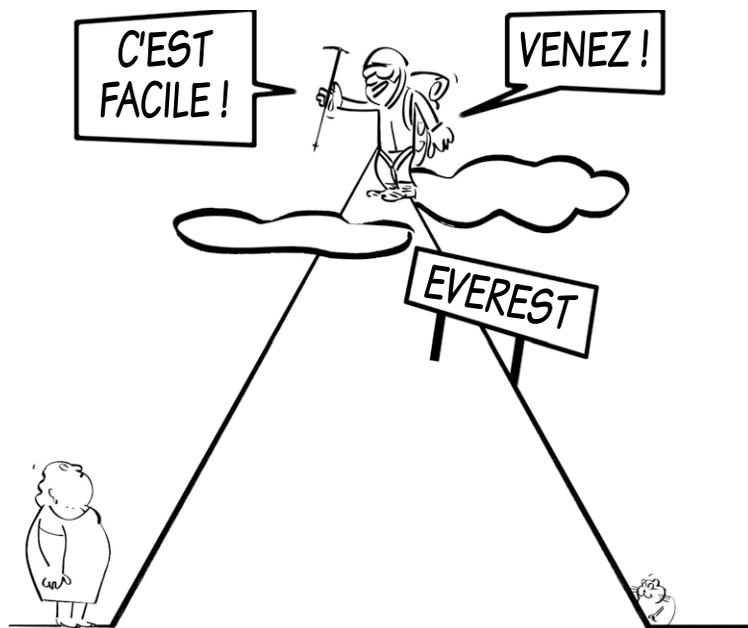
VOUS ÊTES AU LIT, LES YEUX GRANDS OUVERTS...



« Où est-ce que je me suis trompé?... Mon fils est un junkie parce que je suis un parent pourri... Ma carrière stagne parce que je suis nul... Même mes amis doivent avoir pitié de moi... »

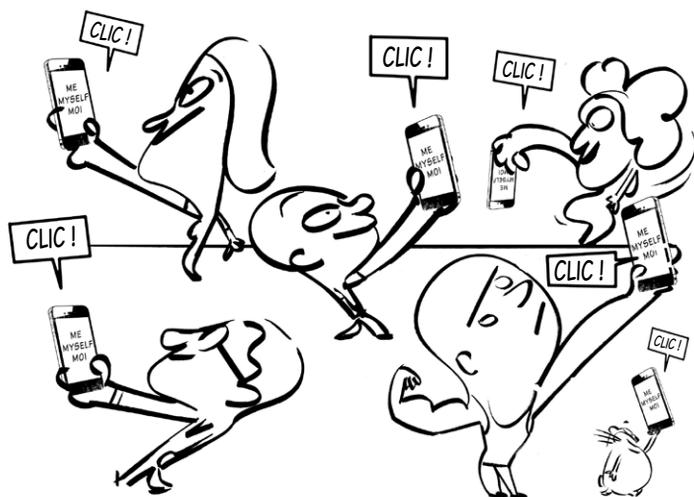
Commençons à décroître...

Le monde moderne fait l'apologie de la croissance personnelle. Vous n'avez qu'à lire les journaux. Tous les jours, on y vante les mérites de ceux qui ont réussi : sportifs, artistes, gens d'affaires... Et l'on vous dit que, vous aussi, vous pouvez atteindre ces mêmes sommets. Grosse erreur !



LA CROISSANCE PERSONNELLE EST UN MYTHE. PIRE ENCORE, UNE DANGEREUSE ILLUSION NÉFASTE POUR LA SANTÉ ; VOUS ÊTES DE PLUS EN PLUS NOMBREUX - ON NE COMPTE PLUS LES STATISTIQUES MONDIALES QUI ABONDENT DANS CE SENS - À GOKER DES TONNES DE PILULES PARCE QUE VOUS VOUS SENTEZ DÉPRIMÉS, ANXIEUX, INSOMNIAQUES, UNIQUEMENT À CAUSE DU TAPAGE INCESSANT QUE FAIT PENSIVOILLARD ! OR, PLUS L'ANIMAL COURT, PLUS IL Y A DE BRUIT DANS VOTRE TÊTE ! ET PLUS IL Y A DE VACARME, PLUS C'EST DOULOUREUX.

Une autre illusion est de croire qu'en obtenant tout ce que vous voulez dans la vie la roue s'arrêtera de tourner dans votre crâne. Ne vous y trompez pas ! Plus vous en AUREZ, plus vous en VOUDREZ, ainsi va la vie. Comment croyez-vous que vivent les vedettes, les milliardaires ou les icônes de la beauté ? Dans un flot de pensouillures continu qui les pousse à rechercher encore et toujours plus !



Nous vivons dans un monde malade du moi.

Un monde fou de Pensouillard !

Alors, à quoi peut bien servir la décroissance personnelle ?

Décroître, c'est renouer avec les choses simples de la vie et en profiter pleinement, l'esprit tranquille.

C'est écrire de la poésie, soigner des malades, réparer des routes endommagées, éduquer ses enfants... Le bonheur peut se nicher dans tout ce que vous faites, pourvu que vous vous y consacriez totalement. Mais surtout, la décroissance personnelle n'est pas une histoire d'abnégation, de renoncement, de frustration. Il s'agit de s'ouvrir et de devenir « plus » intelligent.