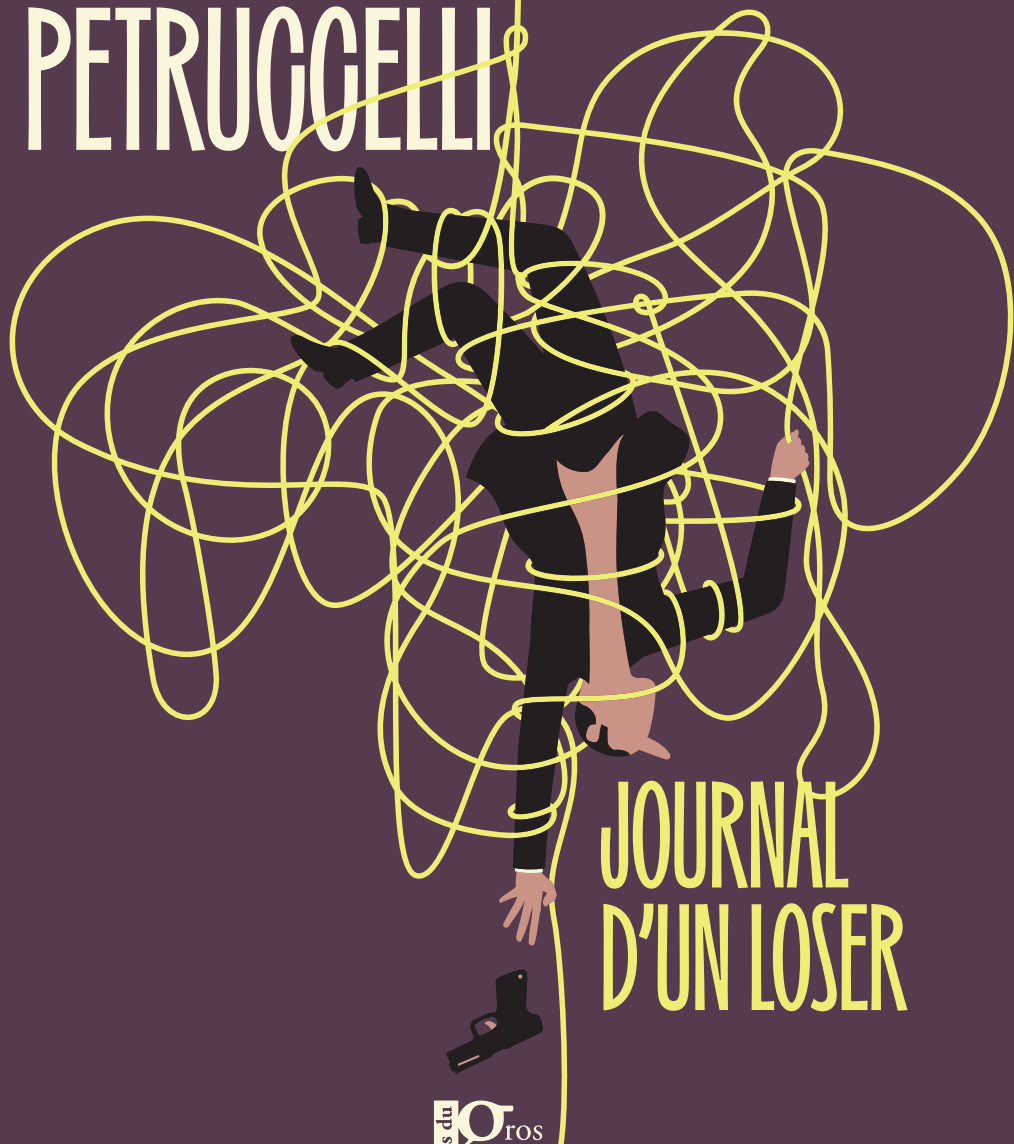


SARAH BORDY
LA MÉTHODE
PETRUGGELLI



JOURNAL
D'UN LOSER

éditions du
Gros
Caillou

LA MÉTHODE PETRUCCELLI

Journal d'un loser

DE LA MÊME AUTRICE

Nos âmes sombres (Éditions du Gros Caillou, 2024, Éditions 10/18, 2026)

Sarah Bordy

LA MÉTHODE PETRUCCELLI

Journal d'un loser

Roman

éditions du
Gros
Caillou

*Tous droits réservés pour tout pays.
Toute copie ou utilisation autre que personnelle constituera une contrefaçon
et sera susceptible d'entraîner des poursuites civiles et pénales.*

*Couverture : Augustin Manaranche © dane_mark / iStock images
Mise en pages : Nord Compo*

© Éditions du Gros Caillou, 2026, Lyon

ISBN : 978-2-494202-37-5
www.editionsdugroscaillou.fr

May I have your attention, please?
May I have your attention, please?
Will the real Slim Shady please stand up?
I repeat: will the real Slim Shady please stand up?
We're gonna have a problem here...

Eminem – *The Real Slim Shady*

À ma sœur Charlotte

Prologue

Je m'appelle Frédéric Petitjean et j'ai toujours été un loser.

Je vous arrête tout de suite : ce n'est pas de l'autodénigrement ni un manque d'objectivité. J'en suis même fier, quelque part. C'est un art d'être un vrai loser. De ne rien réussir brillamment.

Jamais.

De ne pas être remarquablement nul non plus, mais d'évoluer sur cette ligne de crête entre le bon et le mauvais sans choisir son camp.

Je milite pour la reconnaissance des losers en tant que peuple autochtone ayant le droit de fouler la terre sacrée de ce monde. Je parle pour nous tous, les bataillons silencieux de losers, qui faisons des jobs administratifs insipides, nous marions avec des filles sans intérêt, et dont les gosses viendront grossir le puissant torrent de la lose, charriant le limon fertile au service des plus intéressants qu'eux. Je le dis haut et fort : être un vrai loser, un loser *authentique*, ce n'est pas à la portée de tout le monde. Croyez-moi, je connais le sujet sur le bout des doigts : gamin, j'étais déjà « difficile ». Et je n'ai même pas l'excuse d'être né dans une banlieue pourrie, j'ai grandi en Saône-et-Loire.

Bref. Je m'appelle Frédéric Petitjean, et j'ai toujours été un loser.

Jusqu'à ce que je rencontre Jordan Petruccelli, coach de vie pour hommes.

Chapitre 1

On va shorter le marché

Cette histoire commence au mois de juin 2024, lorsque j’entends parler du Coach pour la première fois.

Je me trouve à un séminaire professionnel organisé par Redex, la boîte pour laquelle je travaille. Si ça vous intéresse – bien que je doute que ce soit le cas –, je suis un mauvais commercial dans une entreprise qui vend des solutions d’affranchissement électronique. En gros, je vais dans des endroits lugubres où de braves gens se font chier comme moi dans des bureaux, et je dois leur expliquer pourquoi le Pack Digital Office va changer leur vie. J’ai commencé à faire ce job parce que mon frère est directeur juridique de Redex France. Je crois qu’à un moment il s’est dit que s’il ne me filait pas du boulot, j’allais tourner clodo. Or, même si Rémi est un connard cent pour cent pur jus, je dois continuer à éveiller quelque part à l’intérieur de son subconscient une once de pitié.

Tout ça pour vous dire qu’à ce moment-là, je suis à un séminaire de trois jours organisé au Club Med de Marbella, en Espagne. La boîte a cassé la tirelire. Avec Beck, on a séché la conférence « Connaître ses limites au travail pour prévenir le burn-out » et on est allés boire des bières sur un transat au bord de la piscine du complexe. C’est Beck qui m’a convaincu – moi, je serais resté au lit toute la journée. Littéralement. Cet été-là, je suis vraiment au fond du trou, genre dépressif clinique. Jess et mon frère viennent de se marier, et ça m’a fait un méchant coup.

Ce qu'il faut savoir sur Beck, c'est que c'est pas le genre de meuf sur laquelle vous allez vous retourner dans la rue. Déjà, elle ne s'intéresse qu'aux ordinateurs, ça vous donne une idée. Elle est plus musclée que moi, a les seins comme des œufs au plat, des cheveux coupés au-dessus des oreilles et un tatouage de Harley sur le bras. Alors allez pas vous figurer la scène comme quoi je serais sur un transat avec une bombasse en maillot de bain à mes côtés – il n'en est rien.

Beck est allée se chercher une énième binouze, et je suis donc peinard au bord de la piscine quand j'entends une voix qui me semble familière :

— Mec, on vend d'ici demain. Fais-moi confiance. On va faire comme ils ont fait en 2007, on va shorter le marché.

Je cherche partout d'où provient cette voix qui a capté mon attention.

Réponse : d'un type au téléphone, la trentaine, bien fichu. Il porte un pantalon en lin, un polo et une paire de Ray-Ban – le genre coupe de cheveux nickel avec au poignet une montre à six chiffres. À côté de lui, une nénette extrêmement bien gaulée, de type latina, toute fine et néanmoins dotée d'une grosse paire de seins (ne me demandez pas, je ne sais pas pourquoi le Tout-Puissant accorde ce prodige à certaines femmes et pas à d'autres).

À première vue, le type ne me dit rien du tout. Vraiment rien.

Toutefois, en l'observant attentivement, je commence à distinguer chez lui des traits familiers. C'est quelque chose dans les yeux. Je sens que ça remue en moi un très vieux souvenir. Un truc demeuré là pendant tellement d'années qu'il se trouve désormais enseveli sous une gigantesque pile de bordel.

À force de me creuser la tête, la vérité finit par me sauter à la figure : ce mec, mes amis, c'est Bastien Collet.

Laissez-moi vous parler de Bastien Collet.

Il a croisé mon chemin à l'un des moments les plus stupides de ma triste existence, celui où je me suis laissé entraîner à faire des études.

Ou à essayer, tout du moins. J'avais dix-huit ans, ma mère voulait que je choisisse quelque chose, et le parcours grande école était clairement hors de portée. Alors, puisque j'étais en manque d'inspiration et que c'est le seul truc que j'aime vaguement, je me suis inscrit en fac d'informatique. Vous vous en doutez, les enseignements n'ont pas éveillé en moi la fibre du travailleur acharné. Je ne suis pas allé plus loin que la L1. Mais, au cours de cette année-là, j'ai fait différentes rencontres plus ou moins marquantes, parmi lesquelles celle de Bastien Collet.

À l'époque, Bastien Collet était un gros loser – et pourtant, en fac d'informatique, la concurrence était rude. Sérieusement, vous ne pouvez pas imaginer. Déjà, il avait de gros problèmes de dents. Y avait une de ses incisives qui brunissait, en mode pourrissement interne. Il était maigre comme un clou, il puait du bec, il bégayait, et en plus il était moche. Sur la fin de l'année, il a même développé une mycose sur la joue.

Bref, Bastien Collet, c'était vraiment le bas du bas du panier, et plein de gens le harcelaient à l'époque. Mais pas moi, parce qu'il me donnait ses cours de maths appliquées.

L'avenir que j'avais imaginé pour lui n'était donc pas celui d'un jeune trader dans la fleur de l'âge se tapant des mannequins dans des hôtels de la côte espagnole.

Et généralement, la vie ne fait pas ce genre de cadeau. Lorsqu'elle vous met sur un rail – en l'occurrence, pour ce qui me concerne, le trajet terne et sans surprise d'une vie de loser de la classe moyenne –, vous n'en déviez plus, ou à la marge. Je croyais partager ce destin avec Bastien Collet. Et j'avais accepté cette idée. À l'époque, mes ambitions se limitaient à tirer de maigres avantages de mon statut de parasite, tel le vaurien vêtu de haillons qui va fouiller dans les poubelles de la vie. Je n'avais jamais imaginé, je n'avais même jamais *rêvé* qu'il soit possible, à ce stade de mon existence, de changer radicalement.

Et pourtant, Bastien Collet se tient devant moi, avec une tête de beau gosse et une Rolex.

Il faut que j'en aie le cœur net. D'autant qu'il vient de raccrocher. Je me lève et je traverse les quelques mètres qui me séparent de son transat.

— Excusez-moi... Vous ne seriez pas Bastien Collet ?

Le type se tourne dans ma direction.

Un sourire Colgate illumine son visage.

Mais où est passée l'incisive pourrie, nom de Dieu ?

Il se lève et m'administre une accolade fraternelle.

— Frédéric ! Frédéric Petitjean ! s'exclame-t-il. Putain, le monde est un village !

On reste là quelques secondes, debout l'un en face de l'autre, à s'envoyer des « Ça alors ! Incroyable ! Qui l'aurait cru ! ». Et je crois qu'un observateur extérieur pourrait penser qu'on est des amis proches – alors que pas vraiment.

Au bout d'un moment, Bastien Collet se tourne vers la fille et dit :

— Eh bien, Frédéric, je te présente Maria. On est mariés depuis deux semaines. Tu l'as peut-être déjà vue dans *New York, unité spéciale*.

— *Hi*, dit la fille tandis que Bastien lui prend la main gauche et secoue son annulaire orné d'une alliance.

— On est en voyage de noces, en réalité, même si j'ai du mal à décrocher du boulot.

— Waouh. Félicitations, dis-je, tandis qu'une boule commence à se former au fond de ma gorge.

— Tu veux aller boire un verre ? demande-t-il. Maria a envie de rester au bord de la piscine, et si je ne m'active pas, je vais me remettre à travailler. Elle déteste quand je travaille en vacances.

— Je... Ouais.

— Allez, je t'invite.

Quelques minutes plus tard, nous avons rejoint le bar et commandé chacun un verre de scotch.

Alors, il commence à me raconter sa vie – et quelle vie ! Il a quitté Lyon trois ans plus tôt et vit entre New York et Paris. Il bosse à Wall Street. Il a bifurqué vers la finance en master et est désormais un trader spécialisé dans les marchés européens. Un appart à Manhattan, une maison sur la Côte d'Azur, sa femme Maria, comédienne à ses heures perdues, qui vient de signer avec l'agence Elite...

— Et toi, alors ? s'enquiert-il finalement.

Putain, allez enchaîner après cet exposé du rêve américain.

Moi, je vis dans un studio aménagé dans la maison d'une vieille peau de quatre-vingts ans. Je fais de l'habitat participatif, si vous voulez savoir : contre un loyer allégé, je dois promener la vieille, l'emmener faire des courses et l'écouter me parler de son incapable de fils. Ça me permet de claquer l'essentiel de mon salaire sur un site vaguement porno – je vous en parlerai le moment venu.

— Moi... Ma vie n'a pas changé autant que la tienne, j'élude en haussant les épaules.

Je bois une gorgée pour cacher mon embarras. À ce stade, le contraste entre nous deux est si brutal que je retiens mes larmes. Et Bastien Collet doit le remarquer. L'alcool me brûle la gorge et je me mets à tousser, avant de reprendre :

— Je suis commercial chez Redex. Je déteste ce job. Je suis célibataire. La fille de mes rêves a épousé mon frère.

Voilà.

Il a mis plus d'une heure à me raconter sa vie de rêve ; la mienne, une fois expurgée des détails honteux que je ne souhaite pas divulguer à Bastien Collet, se résume à ces quelques mots.

Je n'ose même pas le regarder.

Putain, je ne vais pas me mettre à pleurer devant Bastien Collet quand même ?

Il pose une main sur mon bras et me donne une tape amicale.

— Mec, je sais ce que c'est, dit-il au bout d'un moment.

Je ne réponds rien.

Sérieux, tu sais encore ce que c'est que d'être la lie de la société, constamment dans l'équipe des ratés, à se faire exploiter par ton connard de frère ? À avoir même ta *mère* qui te déteste ? Tu te souviens vraiment de cette époque-là ?

Quand je lève les yeux, je vois sur son visage un mélange de pitié et de quelque chose qui ressemble à une hésitation. Ça dure une ou deux secondes pendant lesquelles il perd progressivement de sa superbe. Puis il se penche dans ma direction avec des airs de conspirateur et prononce cette phrase :

— Écoute... Je devrais pas te parler de ça, mais moi, je me suis fait aider.

— Comment ça, « aider » ?

— Je...

Il hésite encore, regarde autour de lui comme s'il ne voulait pas être entendu. Le bar commence à se remplir. De l'autre côté de la vitre, le soleil décline. Les abords de la piscine sont désormais complètement vides, à l'exception d'un type de l'hôtel qui nettoie l'eau avec une épuisette au manche immense.

— J'ai fait appel à un coach, chuchote-t-il. Tu te souviens de moi quand on s'est rencontrés ?

Je hoche la tête.

— Mec, je sais comment est la vie pour les types comme nous. Alors je me suis fait coacher. La clé, c'est la discipline. Tu as déjà entendu parler de Jordan Petruccelli ?

Et c'est là, mes amis, que tout a commencé.

À cet instant-là, mon cœur s'est mis à battre la chamade. Le nom a résonné en moi comme la corne de brume sonnait l'assaut des hordes ennemies, comme les trompettes du paradis annonçant l'arrivée de l'Éternel.

C'était comme si j'attendais Jordan Petruccelli depuis toujours.

— Qui est-ce ? je demande.

— C'est un coach. Il a écrit un livre qui s'appelle *Cojones – Grow a Pair for Success*.

Je réfléchis, fouillant dans les souvenirs de mes maigres connaissances littéraires, mais le titre ne me dit rien.

— C'est normal que tu connaisses pas, ajoute mon interlocuteur avec suffisance. C'est un truc autoédité, très confidentiel, presque introuvable aujourd'hui.

— Tu peux me donner son numéro ? À Petruccelli ?

Bastien Collet ricane.

— Le numéro de Petruccelli, rien que ça ? Je peux te donner le numéro de mon formateur, si tu veux. C'est un membre du Premier Cercle. Crois-moi, tu peux te contenter d'un membre du Premier Cercle, ce sera largement suffisant pour toi.

Je fronce les sourcils.

— Le Premier... ?

— Ouais, le Premier Cercle. C'est comme ça qu'on nomme les proches de Petruccelli. Ils ont reçu son enseignement et sont beaucoup plus accessibles que lui. Les mecs, c'est déjà des cadors, hein. Ils ont passé les trois étapes du Renoncement et rencontré leur Bête Intérieure. Quand t'as fini ton initiation, ils t'amènent jusqu'au Coach, s'ils estiment que tu en es digne. Alors, tu intègres le Premier Cercle.

— Tu l'as rencontré, toi ? je le presse, penché par-dessus la table qui nous sépare. Petruccelli ?

Bastien Collet se trémousse, mal à l'aise.

— Bah... Non... En fait... J'aurais aimé, mais mon formateur a estimé que j'étais pas digne, lâche-t-il. C'est à cause de la troisième étape... Le sacrifice, j'ai pas pu, parce que...

— Et si je veux que ce soit Petruccelli qui me forme ? je le coupe. C'est possible, ça ?

En face de moi, Bastien Collet lève les yeux au ciel.

— Les nouveaux veulent tous Petruccelli, au début. Ils se découragent vite quand ils mesurent la difficulté de la tâche... Le Coach ne forme personnellement qu'une ou deux personnes par an. Déjà, moi, j'ai entendu parler de Petruccelli à la fac, et il m'a fallu des années pour approcher un membre du Premier Cercle. Je suis bien sympa de te proposer mon contact, hein, alors le Coach lui-même...

Bastien Collet boit une gorgée de scotch. Il semble vexé, mais continue néanmoins :

— Trouver Jordan Petruccelli, c'est déjà une étape du coaching à part entière, OK ? Peut-être la plus dure, d'ailleurs. Le Coach est très, très difficile à trouver. Il disparaît parfois pendant des semaines. On dit qu'il vit dans un ashram. Qu'il serait né dans une cave, sans assistance, qu'il n'aurait pas de mère... Qu'il n'a pas d'existence administrative, qu'il fonctionne uniquement avec des cartes prépayées... Y a tout un tas de légendes qui circulent sur lui. Être initié par le Coach, c'est un privilège qui se mérite. Certains des types qui décident de le trouver deviennent fous. Tu te sens vraiment capable de te lancer là-dedans ?

— Je veux que ce soit Petruccelli, j'insiste, fiévreux. Ton formateur ne peut pas me le présenter ?

— Impossible. Les membres du Premier Cercle ne peuvent pas présenter un puceau à Petruccelli. Te vexe pas, hein, c'est comme ça qu'ils appellent ceux qui n'ont pas été initiés.

— Alors comment je peux m'y prendre ? Pour le trouver ?

Bastien Collet hésite, puis répond, réticent :

— Bah, si t'es vraiment motivé, je suppose qu'il faut que tu cherches le Gardien du Temple.

— Le Gardien du Temple ? je répète, ahuri.

— D'après ce que j'ai entendu, c'est comme ça qu'on appelle la personne chargée de recommander des puceaux au Coach. Elle change régulièrement, elle opère contre rémunération et personne ne connaît son identité. Apparemment, Jordan Petruccelli choisit des

chasseurs de têtes, des types spécialisés dans le recrutement. Il ne les rencontre jamais, par sécurité. Les types fonctionnent avec une liste de prérequis hypersélectifs. Quand ils trouvent un mec valable, ils se contentent d'appeler le Coach, et c'est lui qui prend directement contact. La légende dit que le Gardien du Temple détient les coordonnées de Petruccelli gravées sur une carte dorée à la feuille d'or...

Mes yeux s'écarquillent.

Mes pupilles se dilatent.

— Comment puis-je trouver le Gardien du Temple ?

— Alors là, je peux pas t'aider, assène Bastien Collet en levant les mains de chaque côté de son visage.

Puis, devant mon regard implorant :

— Bon...

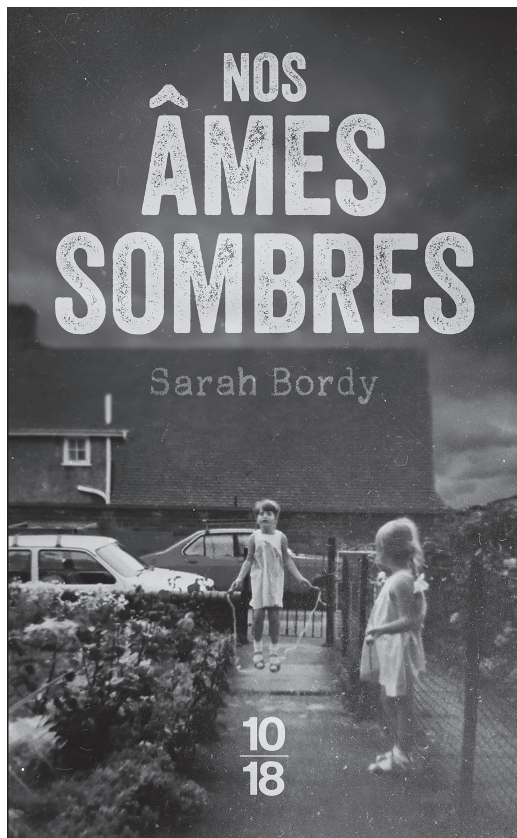
Il semble peser le pour et le contre, avant de céder :

— ... OK, c'est vraiment parce que tu me fais de la peine. Je sais pas si c'est vrai, mais il y a quelques mois, j'ai croisé un type qui a croisé un type dont le cousin raconte qu'il connaît l'actuel Gardien du Temple. Mais dépêche-toi. Parce que, apparemment, t'es pas tout seul sur le coup, et y a des mecs qui déconnent pas.

Alors, mes amis, des larmes de joie me montent aux yeux, et mon cœur se met à chanter.

Vous avez aimé *La Méthode Petruccelli* ?

Découvrez *Nos âmes sombres*,
le premier roman de Sarah Bordy !



Roman finaliste du prix Landerneau Polar 2024.

Roman finaliste du prix Cognac du meilleur roman francophone 2024.

À Pontarlier, tout le monde se connaît et tout le monde a des secrets.

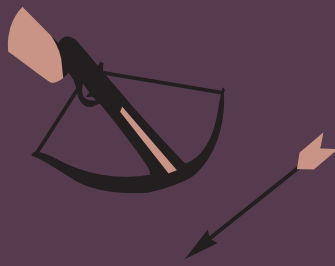
Un meurtre fait peu à peu resurgir des drames vieux de vingt ans.

Au fil des pages se dessinent et se croisent les parcours de personnages meurtris
par les fantômes du passé, du silence et des non-dits.

**Dans ce roman noir, Sarah Bordy décrit avec finesse comment chacun peut
se retrouver entraîné à commettre les pires violences.**

Disponible en poche aux éditions 10/18.

éditions du
Gros
Caillou



DEVENEZ LA MEILLEURE VERSION DE VOUS-MÊME, QUITTE À VOUS PERDRE.

Décidé à changer de vie, Frédéric Petitjean part à la recherche d'un mystérieux coach de vie, réputé pour être le meilleur dans son domaine. De là, Frédéric basculera dans une succession de mauvais choix, jusqu'à faire ressortir la pire version de lui-même...

**“C’est un art, d’être un vrai loser.
De ne rien réussir brillamment. Jamais.
Je m’appelle Frédéric Petitjean,
et j’ai toujours été un loser.
Jusqu’à ce que je rencontre Jordan Petruccelli,
coach de vie pour hommes.”**

Après *Nos âmes sombres*, finaliste du Prix Landerneau Polar en 2024, Sarah Bordy surprend ses lecteurs dans ce roman noir à l’humour décapant qui dénonce les dérives des gourous du développement personnel.

ISBN : 978-2-494202-37-5
19€ prix TTC France
www.editionsdugroscaillou.fr

