



## ***L'HEURE DU CŒUR*** ***En thérapie, ici et maintenant***

**Irvin D. YALOM et Benjamin YALOM**  
Traduit de l'américain par Christophe Beslon

**En librairie le 3 avril 2025**

### **LE LIVRE**

---

Isolé durant la pandémie de Covid-19, Irvin Yalom doit se résoudre à ne consulter qu'en ligne. Conscient des tours que lui joue sa mémoire, il décide alors de n'accorder à ses patients qu'une seule séance. Jamais plus d'une heure. Soixante minutes concentrées sur ce qui se joue « ici et maintenant » et qui ne laissent pas le temps à des *mensonges sur le divan*.

Avec l'aide de Benjamin Yalom, son fils, il rapporte ces *heures du cœur* qu'il a consacrées à Gene, la Texane coriace ; Albert, paralysé par l'anxiété ; Paul, qui voulait écrire ; Alberto, dont le flot de paroles empêchait la communication ; Maya, qui aimait trop son chien ; Jerry, qui avait tout pour être heureux... Autant de récits composant une chronique profondément émouvante et révélatrice tant du patient que du thérapeute qui ne cache rien de ses doutes.

La vie est précieuse et le temps que nous passons ensemble est court. Comment établir des relations plus immédiates, plus authentiques et plus ouvertes, dans tous les domaines de la vie, *ici et maintenant* ? Telle est la question qui traverse ce livre et que le lecteur est invité à se poser.

### **LES AUTEURS**

---

**Irvin D. Yalom** est Professeur émérite de psychiatrie à Stanford, tête de file de l'école de la psychothérapie existentielle. Il a été découvert en France avec son roman *Et Nietzsche a pleuré*. Il a publié ensuite *La malédiction du chat hongrois*, *La méthode Schopenhauer*, *Le problème Spinoza*, *Mensonges sur le divan*, *Dans le jardin d'Epicure*, *Créatures d'un jour*, et *Le bourreau de l'amour* (tous chez Galaade), et chez Albin Michel, *Comment je suis devenu moi-même* (2018), *Une question de mort et de vie* (2021) et *Guérir à deux voix* (2023).

**Benjamin Yalom**, son fils, a participé à l'écriture de ce livre.

**Frédérique Pons** ☎ 01 42 79 10 93 / 10 02  
[frederique.pons@albin-michel.fr](mailto:frederique.pons@albin-michel.fr)