



C'est leur histoire



Son dernier ouvrage autobiographique est paru aux éditions Flammarion.

GILLES PARIS

“Enfant maltraité, j'ai mis des années à soigner mes pulsions autodestructrices”

Gilles Paris publie son histoire aussi douce à lire que le sujet est violent: la dépression. On ressort de la lecture de *Certains cœurs lâchent pour trois fois rien* avec l'envie d'un appel au #MeTooDépression. PAR AGATHE WARD

Certaines vies flirtent malgré elles avec les grands sujets de société. C'est le cas de Gilles Paris, attaché de presse et romancier à succès. Il dénonce un père violent par une lettre accusatrice au début de son livre *Certains cœurs lâchent pour trois fois rien*, façon Camille Kouchner; il y a quelques mois sa mère est morte du Covid-19 dans un Ehpad; et enfin il lève l'omerta sur l'un des derniers tabous: la dépression. Huit pour lui en moins de trente ans, avec leur lot de tentatives de suicide et de comprimés. Gilles totalise presque un an et demi en hôpital psy-

chiatrique si l'on met ses séjours bout à bout. Alors, à quand un #MeTooDépression? «Moi aussi, j'ai vécu armé d'un masque, avec sourire à la demande même quand ça n'allait pas, surtout dans le travail, explique-t-il. Mes solutions ne sont pas universelles, mais la dissimulation est commune à tous. A “Ça va?”, chacun répond machinalement “Ça va”, c'est plus simple.»

“LA DÉPRESSION QUAND ON N'A PAS DE RAISON DE SE PLAINDRE EST ENCORE PLUS TABOU”

Sauf que la vie, c'est parfois compliqué, alors Gilles se meut en funambule, dès son plus jeune âge. Son père voulait en faire un architecte, comme

La dépression UN FLEAU muet

Auteur à succès, à qui l'on doit *Autobiographie d'une courgette*, il leve le voile sur ses hospitalisations à répétition.

lui. Gilles le littéraire écrit dès ses 10 ans, avant de devenir attaché de presse d'auteurs en vue. Son père ne parlait pas, il choisit la communication. Son père pinçait les fesses des femmes, il est élégant. Incompréhension, mépris réciproque entre eux, jusqu'à un événement sans retour. A 20 ans, son père le laisse pour mort après lui avoir explosé le corps dans un accès de rage. Sauvé par miracle, il reste psychiquement démolé. Sa mère est brisée par le récent divorce, sa sœur est partie faire une carrière de chanteuse internationale... Gilles est seul. Alors il va s'entourer. De tout ce qui ressemble à la vie version XXL. L'alcool, la coke, la clope, les courtes nuits, les gens, pour l'amour, avec hommes et femmes, ou pour parler des heures. Son milieu s'y prête, le hasard de ses virées aussi. «Je me suis perdu avec certains et sauvé avec d'autres», se souvient-il. A le voir, il paraît solaire, sur-vivant! Et c'est ce que perçoit Laurent, son compagnon actuel, lorsqu'il le rencontre à 34 ans. Mais la dépression le rattrape. Avec le succès, en 2002, de son *Autobiographie d'une courgette*, 350 000 exemplaires et une adaptation en film d'animation, les pys évoquent une intolérance au succès. Mais «ce sera pareil aux romans suivants, comme une malédiction. La dépression quand on n'a aucune raison de se plaindre, de l'amour, un toit et un emploi, c'est encore plus tabou», détaille-t-il. Et à chacun de ses retours de dépression, il ne s'épanche pas. Pour oser dire pourquoi ça n'allait pas, il faudrait raconter sa vie depuis le début. Aucun déprimé n'ose. Gilles décide alors de l'écrire. Aujourd'hui sous lithium, un régulateur d'humeur, Gilles va bien. Depuis 2016, il ne déprime plus, même avec la pandémie qui a écourté la liste de ses envies. Son père, pas vu depuis quinze ans, a perdu la mémoire; sa mère, décédée, a emporté le poids de l'histoire familiale. Gilles a retrouvé le droit de se souvenir et le droit «d'avoir été déprimé sans raison, comme de ne plus l'être quand il y en a. La dépression, c'est ça». ●

courrier@closermag.fr