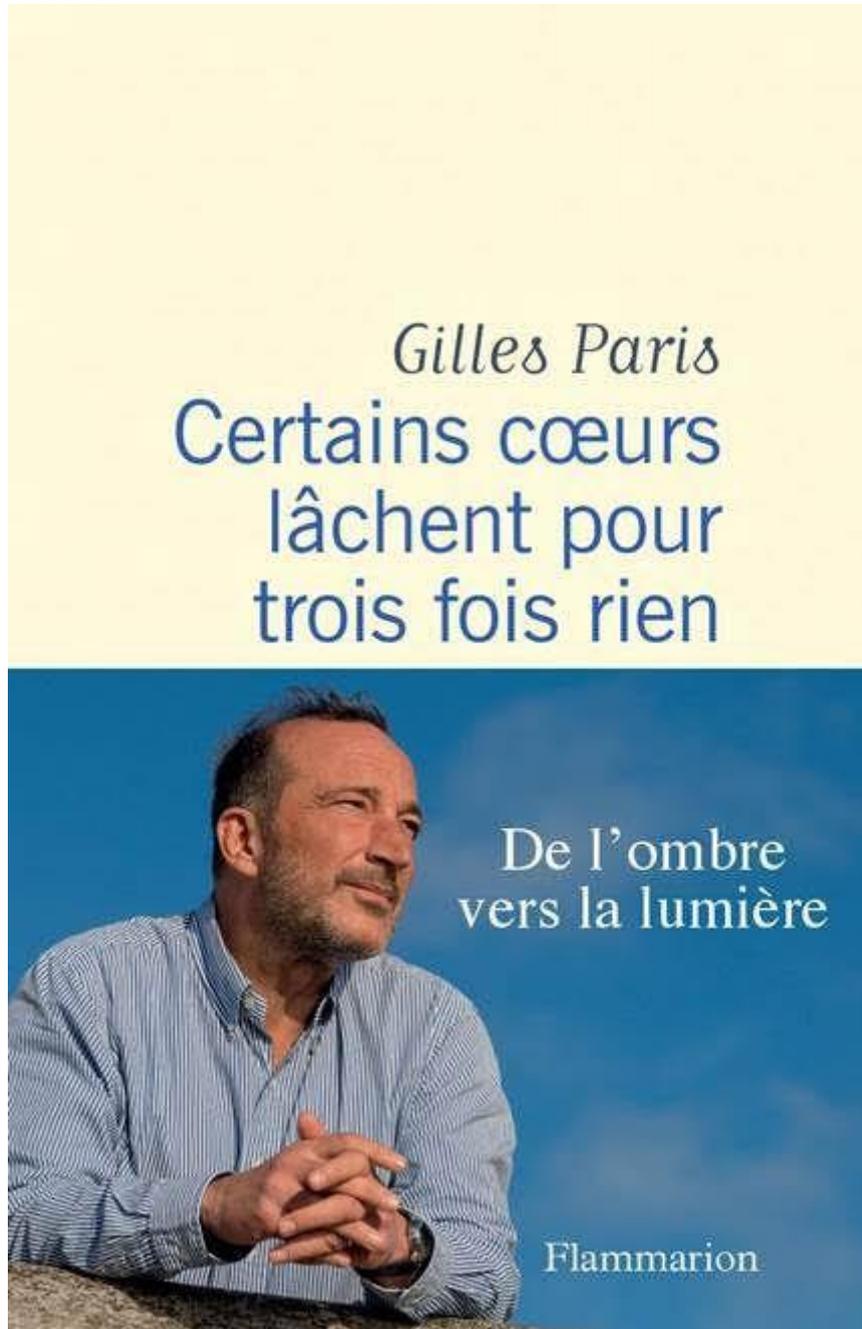


Certains cœurs lâchent pour trois fois rien : Gilles Paris

Publié le 27 Janvier 2021



La dépression, un mal incurable, dont on ne mesure pas encore bien les ravages. Les dégâts sur le patient qui combat ses troubles avec ses propres ressources mais aussi les impacts ravageurs sur l'entourage.

A travers ce livre, Gilles revient sur ses dépressions, ses tentatives de suicide dont il réchappe. Il remonte dans ses souvenirs d'enfance violents. Il ne règle pas ses comptes avec ses parents, il tente juste de s'extraire de cette machinerie infernale qui scande sa vie.

Gilles Paris dépeint avec justesse les hôpitaux psychiatriques où il séjourne. Ces mots d'une poésie délicate décrivent ces patients ankylosés par leurs démons, assommés par les narcoleptiques et autres médicaments. Il ne les juge pas, il leur ressemble.

PUBLICITÉ

L'auteur tente de fuir ses démons par tous les excès : l'alcool, la drogue, les relations sexuelles. Il se noie pour échapper à sa propre réalité. L'écriture, durant ses chutes vertigineuses, ne lui est d'aucun secours. Son seul désir reste de dormir ou de s'abrutir pour mourir.

L'auteur offre une planche de salut aux dépressifs : rester entouré des êtres qui vous aiment et ne vous veulent que du bien. Certes, les mains tendues parfois se baissent, alourdies par le poids d'un corps qui demande qu'à fuir.

Gilles Paris jette une bouteille à la mer pour ceux qui seront terrassés par cette maladie difficile à dompter.

Très belle écriture ! Sonnante comme une ode à la vie, à ses joies du quotidien ! Car le bonheur ne résiderait-il pas dans les brefs moments du quotidien ? (Le bruit des gouttes d'eau sur les volets, une boisson fraîche un soir d'été, le rire d'un enfant, le soleil qui se couche...je vous laisse faire votre propre liste).

Emmuré en moi-même, bientôt je confonds les jours. La tristesse est dans mon regard, dans mes gestes lents, dans ma bouche qui refuse de s'ouvrir. Les messages s'accumulent sur le répondeur de mon portable. Depuis combien de temps ne suis-je pas passé sous la douche ? Depuis combien de temps n'ai-je pas donné de mes nouvelles ?

Huit mois, c'est la durée minimale d'une dépression, un an de plus avec l'arrêt des médicaments. Mais l'évaluation de cette maladie n'est en rien une science exacte. Deux dépressions ne se ressemblent pas. Après tout, chacun est unique. La plus longue a duré deux ans ; la plus courte, trois mois. D'ailleurs, ces quatre-vingt-dix jours vont à l'encontre de tous les pronostics. Aucune dépression ne dure si peu. Pourtant, c'est bien ce que j'ai vécu. La toute première, sans hospitalisation.

Au fond, dans les établissements psychiatriques, je n'ai été vivant que sur la forme, jamais sur le fond. Je m'applique à guérir et à passer le temps comme un prisonnier qui attend son heure de sortie, puis sa réinsertion.