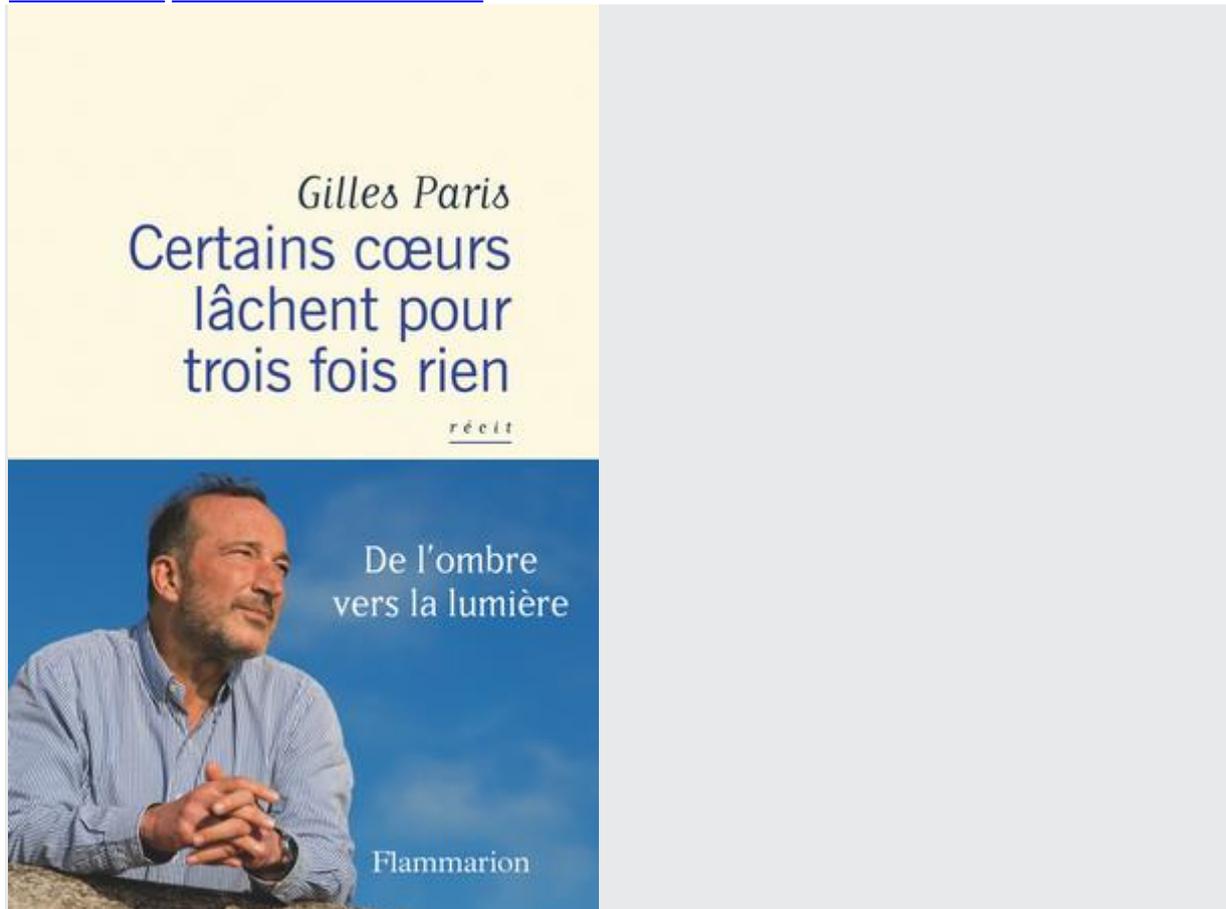


# Gilles Paris : Certains cœurs lâchent pour trois fois rien : de l'ombre vers la lumière (Flammarion, 2021)

1 avril 2021 [miafarlaneBooks/Livres](#)



**Certains cœurs lâchent pour trois fois rien :  
de l'ombre vers la lumière  
(Flammarion, 2021)  
Gilles Paris**

Written by the author of the bestselling *My Life as a Courgette*, Gilles Paris, *Next to Nothing Can Cause Some Hearts to Fail* will be of as much interest to writers and people working (like the author) in publishing, as it will be to people who suffer from depression.

*Next to Nothing Can Cause Some Hearts to Fail* – something a doctor said to Gilles Paris after one of his suicide attempts – is a very honest book about mental health recovery. It therefore offers hope to those who with suicidal ideation, and insight to those closest to them.

**Gilles Paris** tells of the importance of kindness and empathy in the recovery process. How exercise helped him. And music and writing and magic. The last chapter of *Next to Nothing Can*

*Cause Some Hearts to Fail* is a list of ‘Likes’, including: ‘waffles from Meert’, ‘reading’, ‘the word “kindness”’ – and ‘writing’, ‘writing’ and ‘writing’.

Écrit par l’auteur du bestseller *Autobiographie d’une courgette*, Gilles Paris, *Certains cœurs lâchent pour trois fois rien* intéressera autant les écrivain.e.s et les personnes du monde de l’édition que celles et ceux qui souffrent de dépression.

*Certains cœurs lâchent pour trois fois rien* – quelque chose qu’un médecin a dit à Gilles Paris après une de ses tentatives de suicide – est un livre très honnête sur le rétablissement de la santé mentale. Il offre donc de l’espoir aux personnes ayant des idées suicidaires et des éclaircissements à leurs proches.

Dans ce livre, **Gilles Paris** parle de l’importance de la bienveillance et de l’empathie dans le chemin vers le rétablissement. Et des bénéfices de l’exercice. Et de la musique et de l’écriture et de la magie. Le dernier chapitre de *Certains cœurs lâchent pour trois fois rien* est une liste de “j’aime”, dont: « les gaufres de chez Meert », « lire », « le mot ‘bienveillant’ » – et « écrire », « écrire » et «écrire ».

[Watch a trailer of the film My Life as a Courgette \(2016\)](#)

[Regardez : Rencontre avec Gilles Paris – Un endroit où aller](#)



**Gilles Paris: Certains cœurs lâchent pour trois fois rien -1** - Reader : Mia Farlane 00:02



**Gilles Paris: Certains cœurs lâchent pour trois fois rien -2** - Reader : Mia Farlane



**Gilles Paris: Certains cœurs lâchent pour trois fois rien -3** - Reader : Mia Farlane



**Gilles Paris: Certains cœurs lâchent pour trois fois rien - 4** - Reader : Mia

Farlane



**Gilles Paris: Certains cœurs lâchent pour trois fois rien - 5** - Reader : Mia

Farlane



**Gilles Paris: Certains cœurs lâchent pour trois fois rien - 6** - Reader : Mia

Farlane