



Afrique

Festival. Le festival toulousain Rio Loco aura lieu du 13 au 20 juin, avec une configuration adaptée, et sera dédié au continent africain, avec notamment *Amadou & Mariam* (photo). ■



Hollywood

Amazon s'offre la MGM. James Bond, Rocky, Le silence des agneaux... Plus de 4.000 films vont passer sous le pavillon d'Amazon après l'acquisition pour 8,45 milliards de dollars du studio hollywoodien quasi centenaire Metro-Gold-

wyn-Mayer, de quoi armer l'ogre américain du commerce en ligne face à l'empereur du streaming Netflix. Amazon va en outre récupérer un catalogue de séries. Il s'agit de la deuxième acquisition la plus chère de l'histoire d'Amazon après les supermarchés Whole Foods pour 13,7 milliards de dollars en 2017. ■

Direction et rédaction :
45, rue du Clos-Four
63056 Clermont-Ferrand Cedex 2
Tél. : 04.73.17.17.17 Fax : 04.73.17.18.19
Abonnements : 0800 96 00 30 (service et appel gratuits)

LA MONTAGNE

TÉMOIGNAGE ■ L'écrivain Gilles Paris raconte comment il a surmonté ses dépressions

Tomber huit fois et se relever

Laissant de côté la fiction qui lui a longtemps servi de protection, Gilles Paris prend cette fois le risque de se mettre à nu, sans volonté de travestir les faits. En racontant ses huit dépressions suivies de renaissances, l'écrivain tend la main à ceux qui affrontent de tels démons.

Florence Chédotal

florence.chedotal@centrefrance.com

« Une dépression, c'est comme une bête qui rentre en vous et qui va s'étirer avec ses pattes visqueuses ». Gilles Paris, 62 ans, l'a domptée à plusieurs reprises, non sans mal. La première fois, il ne l'a pas vu venir. Il avait 33 ans. « Elle m'est tombée dessus comme la foudre, je n'ai rien compris », confie l'auteur de « Certains cœurs lâchent pour trois fois rien » (Flammarion). Puis il a appris à la reconnaître, même si aucune ne se ressemble vraiment. « Je discernais les signes avant-coureurs : une perte de concentration totale, une tristesse inhabituelle qui s'abat comme une chape de plomb, la difficulté à s'endormir, ce sentiment que tous les problèmes sont insurmontables, les crises de larmes... ». Et, un matin, on ne peut plus « se lever, se laver, aller vers les autres ». Puis c'est l'autodestruction.

« Tu es une merde »

Malgré la dureté du sujet, la noirceur ne s'attarde jamais sur son récit. Gilles Paris, qui n'a pas fait de dépression depuis 2017, dit son amour de la vie, jusque dans ses actes les plus ultimes. La phrase que lui a adressée un médecin à son réveil après une nouvelle tentative de suicide est devenue le titre de son livre. « Elle me fait alors prendre conscience de l'absurdité de mes actes. J'aurais pu y rester. J'avais l'impression que j'étais arrivé au maximum de ma souffrance, que je ne pouvais plus supporter cet état léthargique au quotidien. J'envisageais le suicide comme une manière de passer un cap.



GILLES PARIS. Le romancier avait abordé la dépression dans « Au pays des kangourous ». © DIDIER GAILLARD-HOHLWEG

L'idée n'était pas du tout de mourir. J'aime trop la vie pour ça ».

En 30 ans, il en a connu des hôpitaux et des cliniques, des psys et des parcs arborés pour méditer. Il n'a rien voulu embellir, ni ses addictions, ni ses excès, qu'il a appris à se pardonner. N'est-on jamais sûr de ce qui mène à la dépression ? Lui se dit persuadé qu'elle peut parfois tomber sur vous sans raison. Il sort son album de famille. Un père cavaleur, vite échappé pour une femme plus jeune, en abandonnant une autre, « femme d'un seul homme », qui ne s'en remettra jamais vraiment. Sa mémoire s'attarde sur une scène très dure. Il est devenu un jeune homme lorsque son père, un jour, le frappe sauvagement. « Pour moi, ce ne sont pas tellement les coups qui ont été violents, mais les mots ». Ils sont longtemps revenus en boucle : « Tu ne vauds rien. Tu ne feras jamais rien de ta vie. Tu es une mer-

de ». Aujourd'hui, il s'en est « détaché. Lorsqu'un échec arrive, je ne pense plus à lui, c'est derrière moi. Je lui ai même pardonné, ce qui m'a apporté de la sérénité », confie l'attaché de presse et auteur de « Autobiographie d'une courgette », adaptée au cinéma.

« S'occuper l'esprit »

Un traumatisme au matin de sa vie qui ne suffit pas à tout expliquer. « La dépression est aussi un sujet tabou parce qu'on en ignore les causes ». Fallait-il aller les chercher dans son « hypersensibilité qui lui faisait absorber le malheur des autres », son surmenage professionnel, cette habitude qu'il a longtemps gardée d'enfouir les choses au fond de lui ? Finalement, dit-il, les « dépressions, qui auraient pu me détruire, m'ont construit et aidé à devenir quelqu'un d'autre ».

À travers ce livre, il espère aussi faire mieux comprendre à l'entourage des dépressifs ce qu'est cette maladie. « C'est très

difficile d'être le proche d'un dépressif. Il faut une patience infinie. On a tendance à vouloir le secouer. Or, il faut comprendre que c'est une maladie, pas du laisser-aller ». Lui a eu la chance de s'en sortir, mais il a fait aussi « tout ce qu'il fallait pour ». Il y a certes les traitements médicamenteux, mais « n'importe quel médecin vous dira que la première personne qui peut vous aider à vous en sortir, c'est vous-même ».

Le sport l'a beaucoup aidé, la natation surtout. « J'ai fait de la peinture sur verre, toutes sortes de choses... Il faut s'occuper l'esprit, c'est très important ». Filant la métaphore sportive, il a bâti son « gainage » psychologique, son « bouclier ». Non pas qu'il soit devenu indifférent aux aléas de la vie, mais il fait tout désormais « pour tenir à distance ce qui peut endommager son quotidien. Même si la vie n'est pas un feu d'artifice permanent, j'ai cette volonté en moi désormais de vivre bien ». ■

FAITS DIVERS

LOIRE ■ Arrêtés

Huit hommes ont été interpellés hier matin dans la Loire et dans le Rhône à la suite de l'agression d'un policier, gravement blessé à la tête par un projectile dans la nuit du 13 au 14 mai lors d'une intervention à Rivede-Gier (Loire). Ces interpellations ont mobilisé 84 policiers, dont ceux de la Brigade de recherche et d'intervention de la police judiciaire et de deux antennes du Raid. ■

MARSEILLE ■ Drogue

Dix-huit personnes soupçonnées d'appartenir à un « vaste » réseau de vente de drogue dans une cité de Marseille ont été arrêtées et plus de 173 kg de cannabis et plus de 200.000 euros et des armes saisies, a annoncé hier le parquet qui souligne que ce coup de filet porte un coup à « une vaste structure criminelle, diversifiée et hiérarchisée ». ■

TRAFIQUANT ■ Cavale

Le trafiquant de drogue de haut vol Sofiane Hambli, mis en examen en novembre dans une affaire de stupéfiants, est une fois de plus en cavale, a indiqué mercredi à l'AFP le parquet de Bobigny, confirmant une information de l'Obs.

La justice française le soupçonne d'avoir perçu 2,5 millions d'euros pour organiser la logistique de l'importation de quatre tonnes de cannabis. Placé sous contrôle judiciaire, il ne s'est pas présenté et est sous le coup d'un mandat d'arrêt international.

CALIFORNIE ■ Fusillade

Au moins huit personnes ont été tuées dans la fusillade de San José, en Californie, mercredi, et le tireur était un employé de l'entreprise visée a annoncé la police. « Je peux confirmer qu'à l'heure actuelle, huit personnes sont décédées. Et un suspect a été déclaré mort », a déclaré Russell Davis, de la police du comté de Santa Clara, prévenant que le bilan pourrait s'alourdir. ■



TÉLÉVISION ■ Allié du livre

La télévision est de loin le meilleur moyen de faire connaître et vendre un livre, et précisément l'émission *La Grande Librairie* (500.000 téléspectateurs en moyenne) sur France 5, indique un sondage réalisé pour *Livres Hebdo* auprès des libraires.

Une femme à la tête du Louvre



EXPÉRIENCE. L'historienne d'art dirigeait le Musée d'Orsay depuis quatre ans. PHOTO AFP

NOMINATION. La présidente du Musée d'Orsay Laurence des Cars a été choisie par le président français Emmanuel Macron pour prendre la tête du Louvre, le plus grand musée du monde, dont elle veut faire « une chambre d'écho de la société ». Première femme à accéder à la tête du musée depuis sa création en 1793, l'annonce de sa nomination a été faite par France Inter. Elle succèdera le 1^{er} septembre à Jean-Luc Martinez. ■

Séances photos sur des sites antiques

GRÈCE. Le conseil central d'archéologie en Grèce a autorisé l'utilisation de plusieurs sites archéologiques majeurs, dont l'Acropole (photo), pour des séances de photographie que va réaliser la maison de luxe française Dior, a-t-on appris hier auprès du ministère de la Culture. Le conseil a approuvé le projet « à l'unanimité », selon l'AFP. ■

