

<https://liseusehyperfertile.wordpress.com>

Certains cœurs lâchent pour trois fois rien, Gilles Paris

2 mars 2021 Audrey, [Un livre : un avis autobiographie, dépression, G. Paris, témoignage Audrey](#)



Quatrième de couverture :

Les cliniques spécialisées, je connais. Je m'y suis frotté comme on s'arrache la peau, à vif. Les hôpitaux psychiatriques sont pleins de gens qui ont baissé les bras, qui fument une cigarette sur un banc, le regard vide, les épaules tombantes. J'ai été un parmi eux. » Une dépression ne ressemble pas à une autre. Gilles Paris est tombé huit fois et, huit fois, s'est relevé. Dans ce récit où il ne s'épargne pas, l'auteur tente de comprendre l'origine de cette mélancolie qui l'a tenaillé pendant plus de trente ans. Une histoire de famille, un divorce, la violence du père. Il y a l'écriture aussi, qui soigne autant qu'elle appelle le vide après la publication de chacun de ses romans. Peut-être fallait-il cesser de se cacher derrière les personnages de fiction pour, enfin, connaître la délivrance. «Ce ne sont pas les épreuves qui comptent mais ce qu'on en fait », écrit-il. Avec ce témoignage tout en clair-obscur, en posant des mots sur sa souffrance, l'écrivain nous offre un récit à l'issue lumineuse. Parce qu'il n'existe pas d'ombre sans lumière. Il suffit de la trouver.

L'avis d'Audrey :

Gilles Paris : un auteur pour qui j'ai une affection particulière. N'allez pas me demander de vous expliquer pourquoi, c'est comme ça, je ne sais pas moi-même. Il y a 20 ans je le découvrais avec *Autobiographie d'une courgette*, quelques années plus tard je le contactais pour un projet scolaire dans un lycée où je travaillais et il était le seul auteur à avoir répondu positivement à ma demande. Depuis quelques temps, je le suis sur

les réseaux sociaux et je suis devenu en 2020, une lectrice assidue de son journal de confinement, devenu en début d'année un journal de couvre-feu. C'est mon petit rituel de mi-journée, comme si l'on prenait un café ensemble, je prends quelques minutes pour le lire, pour avoir des nouvelles de Kikou la souris, noter les titres de musique ou films qu'il conseille, savoir quel temps il fait à Paris.

Certains cœurs lâchent pour trois fois rien : ce n'est pas un roman que nous livre ici l'auteur, mais un récit autobiographique. Ce titre si doux, qui sonne comme un extrait de poésie c'est une phrase qu'un médecin va lui souffler, alors que Gilles Paris se relève d'une nouvelle dépression. C'est de ce délicat sujet dont il va être question dans ce livre.

Il m'est difficile de vous parler de ce livre, je crois qu'il faut avant tout le lire, pour comprendre l'homme qu'il est, ou du moins pour découvrir par vous-même ce que Gilles Paris nous confie dans ce témoignage. Il commence avec une lettre au père qui saisit comme un coup de poing, comme ces coups portés par un père distant, qui va faire mal et détruire par les gestes mais surtout par la parole : « *Tu ne vaux rien... Tu es une merde* ». Une relation père-fils qui hante les pages de ce livre.

Gilles Paris se raconte, se met à nu face à ses lecteurs. J'avais peur de me sentir gênée face à des confidences si intimes et personnelles, mais il se livre avec beaucoup de délicatesse, en dit beaucoup sans pour autant en dire trop. Il parle sans retenue de ses passages difficiles, ses dépressions, ses tentatives de suicides et démontre avec quelle force et envie de vivre il a su remonter à chaque fois. Il nous parle de sa jeunesse, de son homosexualité, de ses activités professionnelles dans le domaine littéraire, des rencontres de sa vie, les nuits et les excès dans lesquels il se cherche. Les amants, les amies, et la famille, les deux femmes de sa vie, Geneviève sa sœur et sa maman, avec qui les relations sont loin d'être idylliques. Puis il y a Laurent, rencontré à 41 ans, qui est depuis l'homme de sa vie, malgré les hauts et les bas que connaissent tous les couples. Laurent qui l'accompagne dans ses dépressions, présent dans les épreuves.

J'ai été touchée à de nombreux moments du récit. La plume de Gilles Paris fait ressortir tant d'émotions. Un texte qui m'a chamboulée, qui a véritablement remué des choses en moi (pas forcément de manière positive malheureusement). Au fil du récit et des années qui défilent, on le voit plus serein, presque apaisé. On le sent renaître à la vie, être heureux maintenant, comme il le dit lui-même. J'ai fini ma lecture en larmes, touchée en plein cœur par ce témoignage et par l'homme qu'il est. Un homme plein d'empathie, de douceur, d'amour pour les autres et pour la vie. Un homme brillant, intelligent et sincère.

Le dernier chapitre permet de refermer ce livre avec douceur. Une longue liste des choses qu'il aime, les choses qui le sauvent en quelque sorte, qui font du bien et permettent de trouver la vie plus douce j'imagine.

Ma notation :

Un témoignage bouleversant.