

4FÉV 2021

AJOUTER UN COMMENTAIRE



Certains cœurs lâchent pour trois fois rien

Gilles Paris

Éditions Flammarion

*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.

## Mon avis

« *Cher papa, rien de toi ne m’est cher. Ces deux syllabes, pa-pa, se répètent comme un refus.* » Cette phrase est dans la première page du livre, juste après l’avertissement, dans le chapitre **Lettre au père**. En effet, il y a des mots qui sont difficiles à prononcer, lorsque la personne à qui ils sont destinés, ne représente pas ce que leur nom englobe. En ce qui me concerne, c’est « maman » que ma bouche refusait de dire en entier. Alors, on tourne autour et, malgré nous, on cherche à ressembler à l’image que cette personne nous impute. Une bataille se livre entre ce que nous sommes et ce besoin de correspondre à ce que l’on dit de nous. L’enfant en nous se construit à partir de ce que ses parents disent de lui. Et lorsqu’un parent lui dit « *qu’il est une merde, qu’il ne fera jamais rien* », il entend ses mots, qui s’ancrent en lui. Il y répond comme il le peut, avec par exemple, des conduites à risques.

Lorsqu’il tente de s’opposer à cette image qui n’est pas lui, la lutte est difficile et la dépression peut être une expression de ce combat.

**Gilles Paris** a connu huit dépressions, la dernière date de 2017, et il s’est relevé huit fois. Il raconte ses tentatives de suicide, ses séjours en hôpital psychiatrique, ses conduites dangereuses et ses rencontres, celles qui apportent la lumière. Il se livre entièrement, avec une sincérité désarmante et touchante à la fois. Il explique que chaque dépression est différente. Tout au long de ma lecture, j’ai pensé que Gilles Paris était très courageux, car il se dévoile sans concessions. Il raconte ses failles et ses forces, il n’a pas peur d’écorner son image publique, en révélant certains de ses actes privés. Cela m’a beaucoup émue. Son récit est tellement empli de sa vérité, que je me suis surprise à espérer qu’il soit lu avec bienveillance.

J’ai, aussi, eu envie d’être auprès de l’enfant et du jeune adulte, qui ont tant souffert de la violence physique et psychologique, de les prendre dans mes bras. Certains passages m’ont bouleversée. J’ai aussi été déstabilisée par ce que ce récit a remué en moi. Il m’a renvoyée à une époque de ma vie, il y a vingt-cinq ans, que j’avais enfouie. Au départ, j’ai souhaité lire ce livre, pour son auteur, je ne pensais pas que le sujet me concernait, j’avais juste omis ce moment de mon existence, pendant lequel j’avais eu besoin de sombrer profondément pour pouvoir remonter. Je me suis retrouvée dans ce message de l’auteur : « *Ce ne sont pas les épreuves qui comptent mais ce qu’on en fait* ».

**Certains cœurs lâchent pour trois fois rien** permet de connaître et de comprendre l'homme derrière l'attaché de presse et l'écrivain. Il rappelle que derrière un sourire peut se cacher une souffrance et donne envie d'être attentif aux autres. C'est aussi un récit d'amour : celui qui entoure Gilles et celui qu'il ressent. Le sous-titre est « **De l'ombre à la lumière** ». Le chemin peut être long et sinueux, cependant, le sentiment qui m'a étreinte, à la fin du livre, c'est l'espoir et l'amour de la vie. La conclusion est remplie de couleurs, d'odeurs, de sons, etc, de lumière.

Je remercie sincèrement Gilles Paris pour sa confiance.