

<https://www.babelio.com>

ipquery 01 février 2021



Ancien directeur du service de Presse chez Plon, attaché de presse indépendant, auteur de huit romans remarquables (dont « **autobiographie d'une courgette** » adapté avec succès au cinéma), **Gilles Paris** a connu la souffrance de la dépression à huit reprises ces trente dernières années. Ses relations très conflictuelles avec un père violent et psychologiquement destructeur ne sont pas étrangères à ses graves crises de mélancolie traversées avec plus ou moins de bonheur.

Dans cet ouvrage très intime, il partage avec les lecteurs ses souvenirs d'enfance, ses parents, sa soeur Geneviève, ses amours débutantes et la découverte de son homosexualité. Il raconte aussi ses nuits parisiennes et ses excès, ses voyages en Afrique ou en Grèce, ses belles rencontres littéraires, ses amis éditeurs et romanciers.

Il parle surtout de la dépression, sournoise et compliquée à surmonter, de la tristesse qui l'envahi, de la perte de confiance en lui, de ses crises d'angoisses, de ses tentatives de suicide qui sont autant d'appels à l'aide, de ses longs séjours en hôpitaux psychiatriques (où il rencontre d'autres malades et des personnels soignants bienveillants), de ses analyses, de la culpabilité, de l'écriture comme thérapie, des médicaments comme béquille.

Gilles Paris a cohabité pendant trente ans avec cette maladie et finalement a réussi à s'en sortir tout en constatant que c'est un combat de longue haleine et qu'il est important de ne jamais baisser les bras... un témoignage puissant qui aidera chacun à regarder les dépressifs avec plus de compassion...