



Root 14 avril 2021



Certains cœurs lâchent pour trois fois rien n'est pas une autobiographie. Il s'agit de fragments de vie, de morceaux tranchants comme du verre. C'est la dépression à répétition qui serre le cœur, écorche l'espoir et coupe les liens.

De sa première dépression à l'âge de 33 ans, après des années d'alcool, de drogue, d'amitiés illusives, éphémères, et de déceptions amoureuses, **Gilles Paris** raconte. La dépression comme une bête sauvage, qui ronge, gagne du terrain, qui domine. Huit en trente ans, une dizaine de tentatives de suicide, de multiples séjours en psychiatrie. L'auteur est perdu, mais trouve en l'hôpital un lieu qui le rassure. Il ne demande rien sinon de se laisser porter d'un lit à un banc, d'un banc à une chaise avant de retourner au lit. Il y est entouré de personnes qui souffrent, elles aussi, et n'affronte pas le jugement. Il y survit, dans une autre normalité.

Je connaissais l'auteur, ses personnages émouvants, sa poésie si particulière, mais je ne savais rien de l'homme. Un homme qui avait tout réussi et qu'une maladie, cette incroyable maladie qu'on ne voit pas, a coupé du monde. Elle l'a privé d'exercer son métier d'attaché de presse, de toute vie sociale, de son corps même qui souffrait des fluctuations de poids importantes engendrées par la prise de médicaments. Et toujours à ses côtés, Laurent, son mari aujourd'hui. J'ai été très touchée par ce texte sans fard ni sans apitoiement, par sa sincérité, sa simplicité. De mémoire, je n'ai lu aucun ouvrage qui aborde la dépression sous cet angle, mettant largement de côté le pourquoi des choses pour s'attarder sur le « comment était-ce à ce moment précis ». L'auteur confie bien, à travers son tempérament destructeur, qu'il porte la blessure d'un père violet, verbalement et physiquement, la tristesse d'une mère démissionnaire, mais sans accabler personne. Il évite le cliché qu'on attend tous : la thérapie par l'écriture. Si elle est un exutoire évident, l'écriture lui permet, semble-t-il, avant tout, de prendre une distance essentielle : « Les mots de la fiction pour dire la réalité. » Parfois, aussi, elle est comme un paratonnerre.

Avec beaucoup de sobriété, **Gilles Paris** laisse entrevoir des points de lumière dans ces années noires, et rend hommage à tous ceux qui l'ont soutenu durant la maladie. Un témoignage qu'il faut lire : sans livrer d'explication prétentieuse et universelle de la dépression clé en main, il autorisera peut-être une lueur d'espoir, à ceux qui souffrent, à ceux qui les épaulent au quotidien. À ceux qui commencent à ne plus y croire. Et pour découvrir la sensibilité d'un très bon auteur.