

- Dans “Certains cœurs lâchent pour trois fois rien”, l’écrivain raconte sans détour ses dépressions.
- Plus que les coups, ce sont les mots de son père qui l’ont anéanti.
- D’une remarquable sincérité.

Entretien Laurence Bertels

**D**’une admirable sincérité, dans *Certains cœurs lâchent pour trois fois rien* (Flammarion), Gilles Paris raconte sans détour ses nombreuses dépressions, tentatives de suicide, séjours en hôpital psychiatrique, addictions et autres rencontres homosexuelles précoces. Un récit sans fausse note autour de la souffrance, de l’incompréhension, de la dure réalité des rechutes et de la lente remontée de la pente. L’auteur du best-seller *Autobiographie d’une courgette* (Plon, 2001) – dont l’adaptation animée de Claude Barras *Ma vie de courgette* (2016) s’est vue doublement césariée – brise les tabous et fait, par là même, œuvre utile.

Sa confession est d’autant plus courageuse qu’après avoir été manutentionnaire, serveur de cocktails dans un bar gay, escort boy ou veilleur de nuit, il a signé huit romans, qui ont tous rencontré un succès critique, et est devenu un attaché de presse connu sur la place. En trente ans de carrière, dont plusieurs années passées chez Plon, il a défendu près de quatre mille auteurs.

Fils d’un père violent qui ne lui épargna ni les coups de martinet ni les bris de mobilier, Gilles Paris, qui a failli mourir des foudres de cet homme, ne s’est jamais relevé de son mépris. Plus que les flagellations ou sa quasi-mise à mort – il fut sauvé grâce à l’intervention d’un voisin –, ce sont les mots qui l’ont blessé à vie. Très tôt, il a cherché à se consoler, la nuit, lors de relations furtives, dans les bras plus âgés d’hommes d’affaires, de voyous, de menteurs ou de mannequins. Il n’a pas résisté non plus aux sirènes de la nuit, aux drogues dures, aux soirées alcoolisées, aux ivresses de l’illusion jusqu’à la première chute suivie d’une hospitalisation.

Il connaît, en tout, huit séjours en institut psychiatrique et presque autant de tentatives de suicide. Il espère aujourd’hui être sorti de ce cycle infernal, même si, jusqu’il y a peu, la promotion de chacun de ses romans le replongeait dans les affres de la mélancolie. Mais cette malédiction semble enfin être levée. Par ailleurs, la phrase du médecin qui l’a sauvé de sa dernière tentative de suicide – “certains cœurs lâchent pour trois fois rien” – l’a secouru plus sûrement qu’une séance d’électrochocs.

De passage à Bruxelles pour nous parler de ce récit, un exercice qui reste sans doute périlleux, il nous reçoit longuement, dans la vaste chambre d’un hôtel luxueux, dont les salons cossus restent désespérément fermés, la vie s’écoulant toujours entre parenthèses. Heureux d’être présent dans une ville familière, Gilles Paris répond à nos questions avec la disponibilité qui le caractérise.

**Vous avez décidé de tomber le masque, au propre comme au figuré. Qu’est-ce qui vous a motivé à écrire ce récit, et surtout à le faire avec une telle transparence ?**

Lorsqu’on tient à un souvenir, on peut le décrire à l’état pur, comme une photo en noir et blanc. Mais, avec le temps, on a tendance à enjoliver, à colorer ce souvenir. Quand j’ai écrit ce livre, je m’étais promis de ne pas quitter cette photo noir et blanc, quitte à ne pas m’épargner. Je ne voulais pas me présenter

comme un héros, mais comme un être humain avec des qualités, des défauts, des failles, des fragilités. C’est ma vérité que je livre ici, pas forcément celle des autres. Mais je crois en ma version. Je pense avoir été extrêmement honnête envers tout ce qui s’est passé.

**Vous avez notamment été victime de véritables violences de la part de votre père...**

Je le vois plutôt comme un homme colérique. Il pouvait aussi être très jovial. Mais il avait, c’est vrai, de grandes colères et, souvent, les gens qui se mettent en colère le font pour des raisons différentes de celles exprimées. La colère est l’antichambre de la violence. Tout va dépasser la pensée et les mots peuvent laisser des traces indélébiles chez un adolescent. Il a failli me tuer, mais je ne me considère pas comme un enfant battu. Par contre, je ne me suis jamais relevé de cette phrase terrible qu’il m’a dite ce jour-là : “Tu ne vaux rien. Tu n’es qu’une merde.” Et si je devais choisir entre cette phrase, qui ne s’est pas estompée avec le temps, et les coups, je choisirais les coups.

**Que ressentez-vous envers lui depuis que vous avez fini ce récit non linéaire qui s’ouvre par une “Lettre au père” sans concession ?**

Depuis le mois d’août dernier, il est rentré dans un centre pour une hospitalisation de longue durée. Il a perdu la tête et ne reconnaît plus sa femme. J’ai ressenti beaucoup de haine pour lui, mais je n’avais pas fait tout ce travail sur moi, qui m’a appris à me pardonner et à lui pardonner. J’ai tout essayé pour renouer avec lui. Lors de ma première dépression, je l’ai appelé alors que je ne l’avais plus vu depuis quatorze ans. Je suis souvent allé vers lui jusqu’à ce que je comprenne qu’il n’y avait pas de communication possible entre nous. Alors, j’ai dû me faire une raison. La vie est trop courte pour garder un esprit de revanche. Je n’éprouve plus grand-chose aujourd’hui pour lui. Je ne l’ai à nouveau pas vu depuis quinze ans. Il n’est pas un inconnu, mais pas non plus un familier.

**Avez-vous l’impression que quelque chose en vous provoquait cette colère ?**

Mon grand-père n’a jamais épousé ma grand-mère et a mis longtemps à reconnaître mon père, qui a reproduit ce problème de reconnaissance avec moi.

**Était-il difficile, avec un tel modèle paternel, de devenir père à votre tour ?**

Je ne dirais pas que mon choix homosexuel, très précoce, est lié à lui. Il a d’ailleurs accepté ce choix et rencontré Laurent, mon mari, mais, quand j’ai été en âge d’avoir des relations sexuelles, j’allais chercher des hommes qui avaient l’âge de mon père.

**Vous écrivez qu’il s’agit de votre dernière dépression. Comment pouvez-vous en être sûr ?**

Je ne peux en être sûr. Cela reste une épée de Damoclès au-dessus de ma tête. La malédiction des livres s’est arrêtée au sixième. Je reste donc serein, mais

j’érige autour de moi un certain nombre de forteresses. Je m’éloigne des gens toxiques et des excès. J’ai un équilibre de vie, je fais du sport, je me nourris sainement... Je suis toujours sous lithium, mais je ne prends plus rien d’autre.

**Est-ce en quelque sorte grâce à cette dernière tentative de suicide presque “réussie” que vous espérez vous en sortir ?**

Pour moi, la réussite était de rester vivant, car j’aime profondément la vie, mais, cette fois-là, en effet, j’aurais pu y rester. Je n’ose pas écrire que je ne ferai plus jamais de dépression. Mais je l’espère. Peut-être parce que j’ai pris la dernière à bras-le-corps, avec mes séances de psychothérapie deux fois par semaine, le sport... Toutes mes fins d’après-midi étaient consacrées à me soigner. Je ne voulais pas d’hospitalisation, qui est un puits sans fond. J’ai donc continué à faire ce que je faisais la journée : prendre ma douche, mon café, assurer mon travail d’attaché de presse et éviter de voir trop de gens à cause des effets secondaires perceptibles des médicaments. Certes, il y a un côté agréable à l’hôpital, mais la vie continue et, à un moment donné, il faudra bien donner le coup de talon au sol.

**N’avez-vous pas l’impression que notre société continue à être très démunie face à cette maladie ?**

Il y a un effet contradictoire dans la durée des séjours en hôpital. Les fameuses trois semaines prescrites peuvent être nécessaires pour vous reconstruire mais moi, au bout d’un an d’hospitalisations, pour la deuxième dépression, j’avais perdu tous mes repères. Et puis, un dépressif reste un cobaye. L’alchimie entre les antidépresseurs, les anxiolytiques, les somnifères est complexe.

**La dépression reste une grande incomprise, surtout, parfois, par l’entourage du dépressif. En avez-vous**

**souffert ?**

On me disait de prendre sur moi, que je n’avais tout de même pas un cancer... Si je suis devenu indépendant, c’est aussi à cause de mes dépressions, malgré le fait qu’Olivier Urban, par exemple, chez Plon, a été formidable avec moi. Mais cela reste difficile à vivre en entreprise, où, souvent, il y a un prix à payer. Depuis trois ans, mes livres me font plus vivre que mon métier d’attaché de presse. Je ne veux cependant pas l’abandonner, car je l’aime beaucoup, mais je ne travaille plus comme autrefois. J’ai appris à m’autoriser des pauses dans la journée, qui me font du bien, qu’il s’agisse d’écouter de la musique, de me promener dans la rue...

**Après avoir achevé votre récit, avez-vous hésité à le publier ?**

Non. Je me sens certes nu au milieu de la foule, mais j’ai l’impression qu’on ne me voit pas. J’espère que mon récit pourra aider d’autres personnes. Car ce qui importe, ce ne sont pas les épreuves qu’on traverse, mais ce qu’on en fait.

*“La colère est l’antichambre de la violence. Tout va dépasser la pensée et les mots peuvent laisser des traces indélébiles chez un adolescent.”*