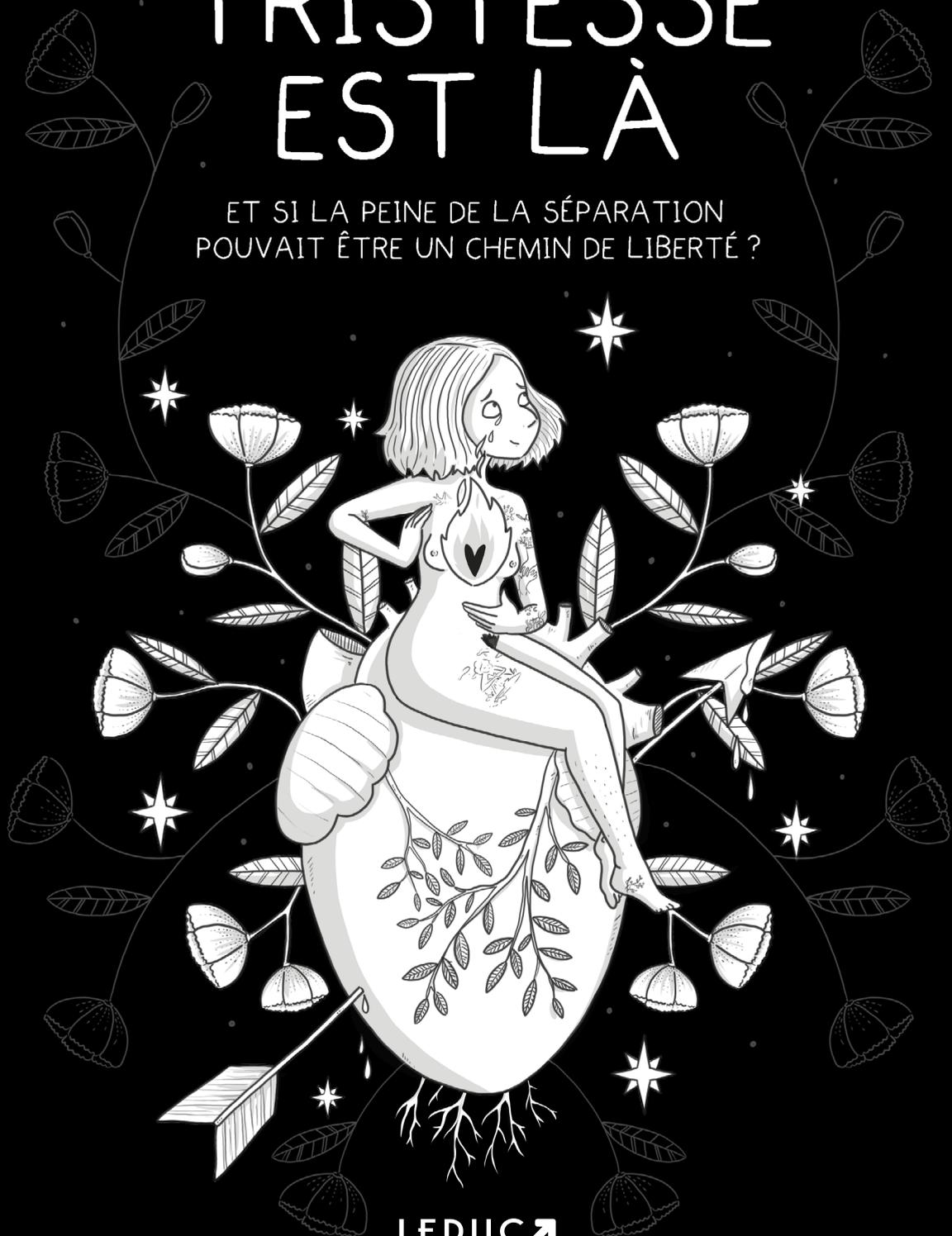


Lise Desportes

TRISTESSE EST LÀ

ET SI LA PEINE DE LA SÉPARATION
POUVAIT ÊTRE UN CHEMIN DE LIBERTÉ ?



LEDUC 
GRAPHIC

« JE CROYAIS QUE LES ÉMOTIONS ME RENDAIENT
FRAGILE, QUE L'INTENSITÉ NE PASSERAIT PAS
PAR MOI... JE NE VIVAIS QUE DES ÉMOTIONS
LÉGÈRES ET STABLES. ELLES ME LAISSAIENT
DISPONIBLE POUR CELLES DES AUTRES.
IL M'ÉTAIT AINSI FACILE DE RÉPONDRE AUX
ATTENTES CLASSIQUES DU RÔLE DE FEMME. »

À 38 ans, Alma traverse sa vie avec optimisme et avance sur cette route toute tracée que la société lui a toujours vendue. Mais lorsque deux séparations consécutives viennent bouleverser son équilibre, une profonde tristesse l'envahit, écrasante et inattendue. Le chagrin s'accroche à elle et devient son quotidien, réveillant des peurs enfouies et une colère longtemps tue. Ce bouleversement émotionnel l'oblige à entreprendre un voyage intérieur : panser ses blessures d'enfance, se confronter à ses conflits intimes, interroger ses relations avec les hommes et renforcer ses amitiés... mais surtout se découvrir et transformer toute cette peine en un chemin de liberté.



19,90 euros
Prix TTC France

ISBN : 979-10-285-3457-8



editionsleduc.com
LEDUC ↗
GRAPHIC



Rayon : Bande dessinée

TRISTESSE
EST LÀ



REJOIGNEZ NOTRE COMMUNAUTÉ DE LECTEURS !

Inscrivez-vous à notre newsletter et recevez des informations sur nos parutions, nos événements, nos jeux-concours... et des cadeaux !

Rendez-vous ici : bit.ly/newsletterleduc

Retrouvez-nous sur notre site www.editionsleduc.com
et sur les réseaux sociaux.



Leduc s'engage pour une fabrication écoresponsable !

« Des livres pour mieux vivre », c'est la devise de notre maison.

Et vivre mieux, c'est vivre en impactant positivement le monde qui nous entoure ! C'est pourquoi nous avons fait le choix de l'écoresponsabilité.

Un livre écoresponsable, c'est une impression respectueuse de l'environnement, un papier issu de forêts gérées durablement (papier FSC® ou PEFC), un nombre de kilomètres limité avant d'arriver dans vos mains (90 % de nos livres sont imprimés en Europe, et 40 % en France), un format optimisé pour éviter la gâche papier et un tirage ajusté pour minimiser le pilon ! Pour en savoir plus, rendez-vous sur notre site.



Conseil éditorial : Wandrille Leroy

Correction : Audrey Peuportier

Maquette intérieure : Ma petite FaB – Laurent Grolleau

Design de couverture : Justine Collin

© 2025, Leduc Graphic, une marque des éditions Leduc
76, boulevard Pasteur
75015 Paris – France

ISBN : 979-10-285-3457-8

Lise Desportes

TRISTESSE EST LÀ

ET SI LA PEINE DE LA SÉPARATION
POUVAIT ÊTRE UN CHEMIN VERS LA LIBERTÉ ?

CAROLE, J'AI ÉCRIT UNE NOUVELLE BD, MAIS J'AI HONTE DE MON MALHEUR ET PARCE QUE TOUT ÇA EST TRÈS PLAINTIF ALORS QUE MA VIE EST TELLEMENT PRIVILÉGIÉE DANS CETTE SOCIÉTÉ DE MERDE.

LA HONTE SOCIALE QUI S'ATTACHE À TOUTE PLAINTE EST BIEN PRATIQUE POUR QUE CETTE FORME DE SOCIÉTÉ MALTRAITANTE CONTINUE DE S'IMPOSER

CERTES, EN TANT QUE FRANÇAISES, BLANCHES, VALIDES, NOUS ENTRONS DANS BEAUCOUP DE CATÉGORIES PRIVILÉGIÉES, MAIS UTILISER CES PRIVILÈGES D'ESPACE ET DE TEMPS POUR FAIRE PREUVE D'HONNÊTÉTÉ ÉMOTIONNELLE ME SEMBLE INDISPENSABLE.

ET L'ÉLAN CRÉATIF EST UNE SOLUTION PUISSANTE POUR RESTER VIVANTE, TON TEMPS EXPRESSIF NE SERA JAMAIS PERDU.

TU PARLES TELLEMENT BIEN
JE PEUX TE METTRE EN INTRO ?



« ON CROIT QUE, LORSQU'UNE CHOSE FINIT,
UNE AUTRE RECOMMENCE TOUT DE SUITE.
NON. ENTRE LES DEUX, C'EST LA PAGAILLE. »

- MARGUERITE DURAS -



DU PLUS LOIN QUE JE M'EN
SOUVIENNE, J'AI TOUJOURS
ENTENDU DIRE DE MOI :

AI MA, ELLE EST
FACILE À VIVRE.

ALMA, ELLE
EST FORTE

ALMA, ELLE
EST GENTILLE.

JE M'Y SUIS
APPLIQUÉE.



ÊTRE DE BONNE HUMEUR



NE PAS PLEURER



FAIRE BEAUCOUP



PRENDRE SOIN DES AUTRES



NE PAS SE PLAINDRE



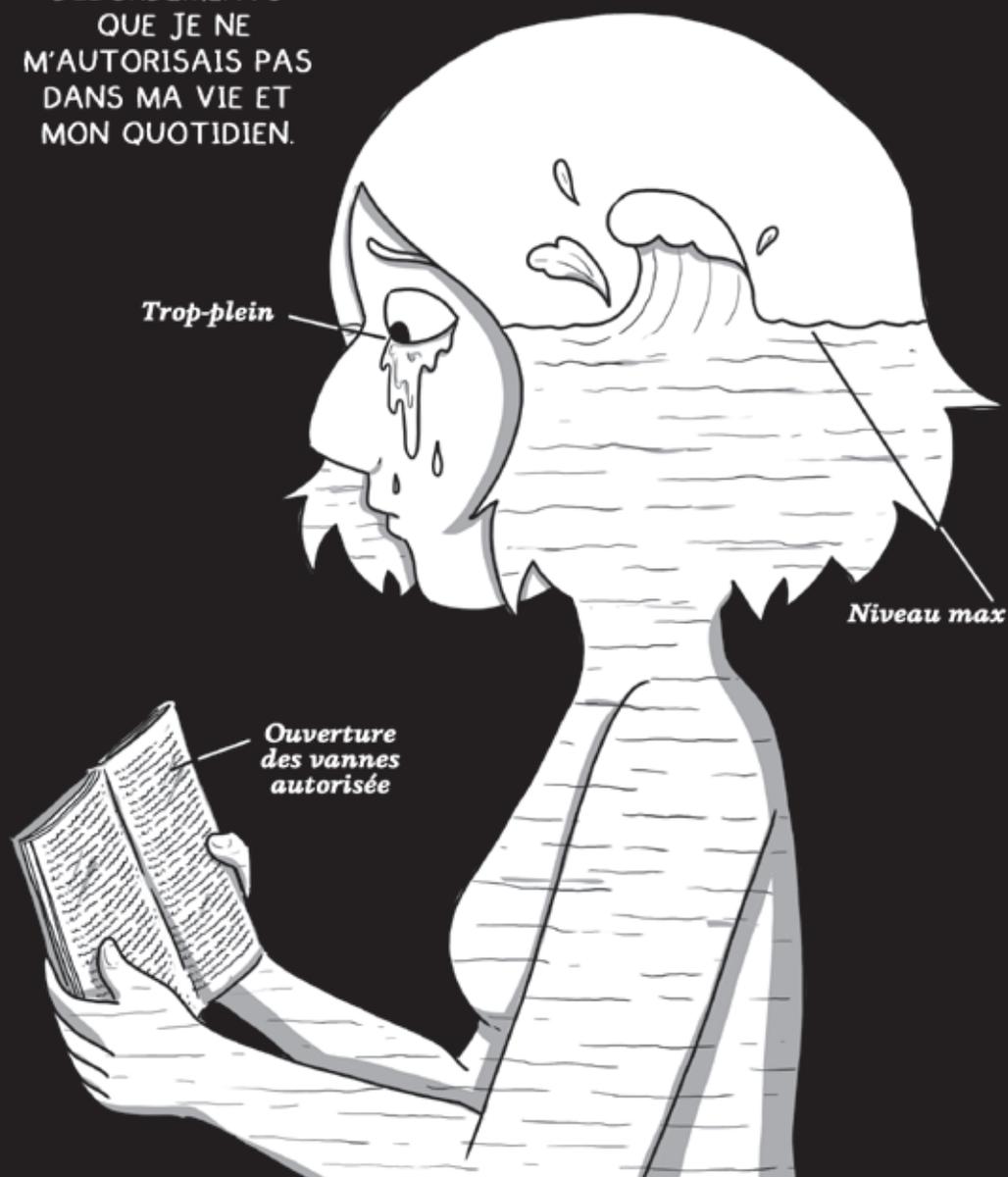
ÊTRE TOUJOURS D'ACCORD

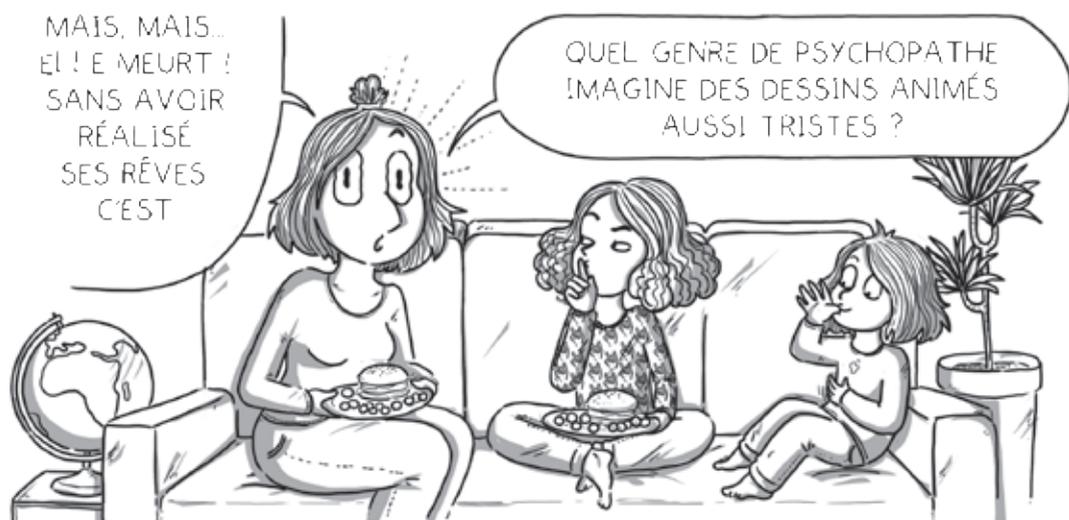
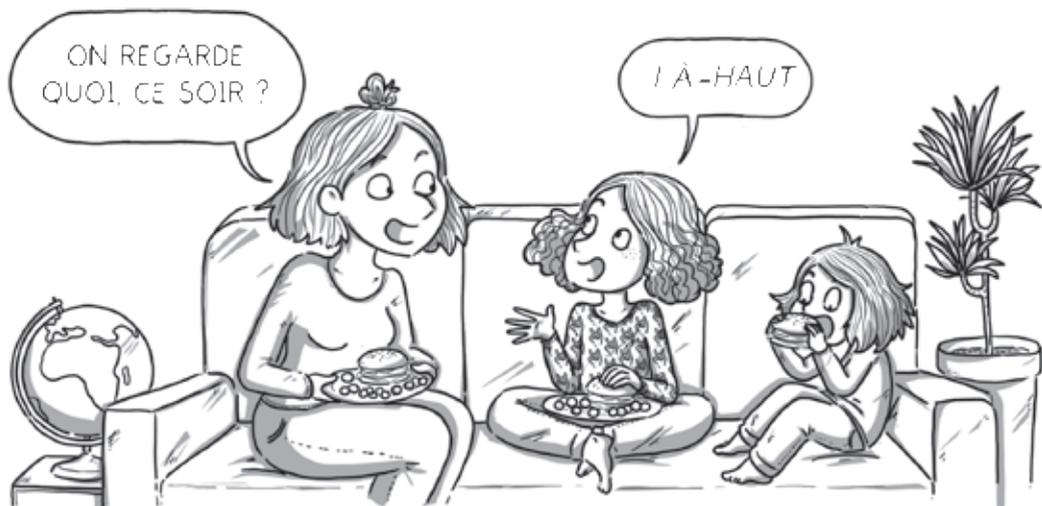
ET SURTOUT, ÊTRE FORTE.

JE CROYAIS QUE LES ÉMOTIONS
RENDAIENT FRAGILE, QUE L'INTENSITÉ
NE PASSERAIT PAS PAR MOI...

JE ME LAISSAIS JUSTE LES LIVRES ET LES FILMS
COMME EXUTOIRE POUR SORTIR LE TROP-PLEIN DE
LARMES DE JOIE, DE TRISTESSE, DE PEUR OU
LE TROP-PLEIN D'AMOUR.

PETITS
DÉBORDEMENTS
QUE JE NE
M'AUTORISAIS PAS
DANS MA VIE ET
MON QUOTIDIEN.





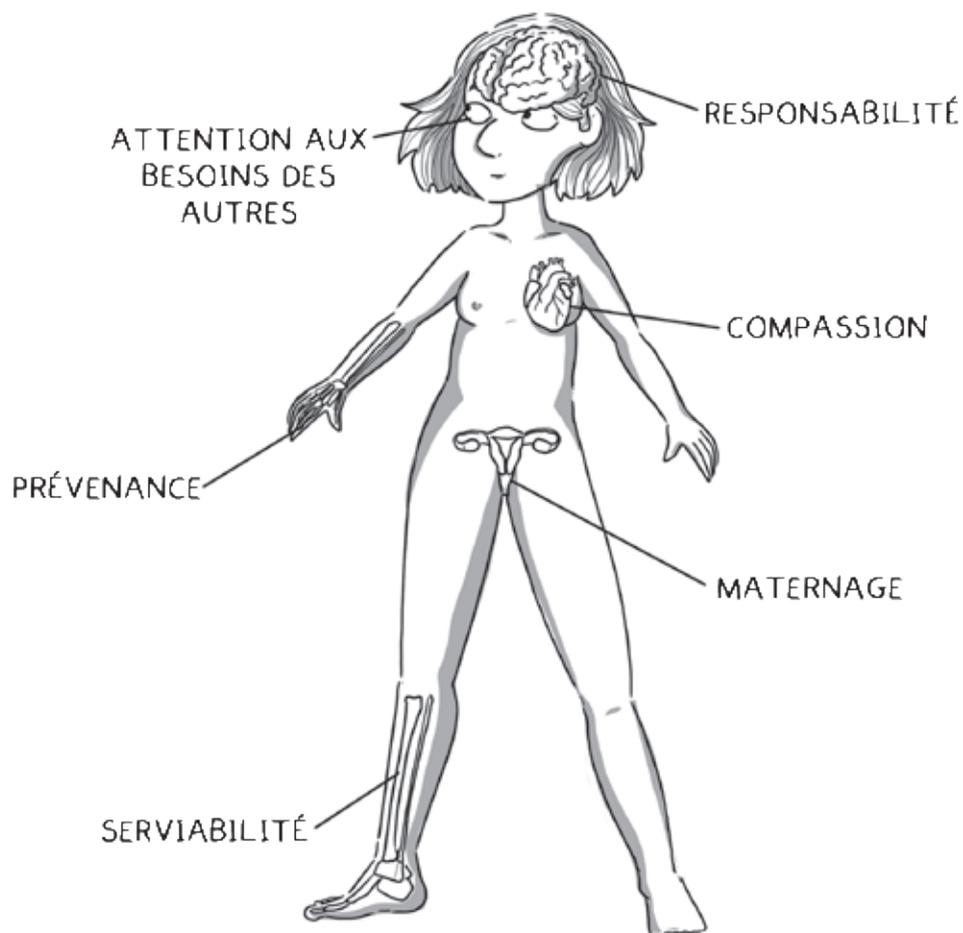
JE NE VIVAIS QUE DES ÉMOTIONS
LÉGÈRES ET STABLES...



QUI ME LAISSAIENT
DISPONIBLE POUR CELLES
DES AUTRES.

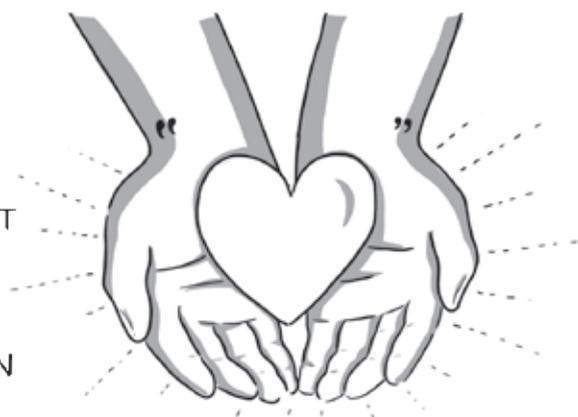


IL M'ÉTAIT AINSI FACILE DE
RÉPONDRE AUX ATTENTES
CLASSIQUES DU RÔLE DE FEMME :



ET TOUT CELA ME RENDAIT
HEUREUSE.

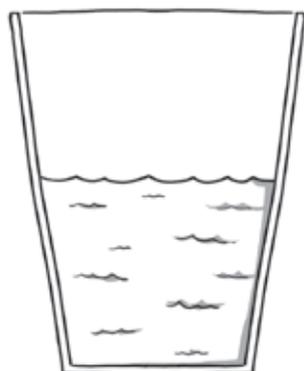
TOUT CELA ME SEMBLAIT
ÊTRE LA MEILLEURE FAÇON
DE VIVRE.



LES ANNÉES SONT PASSÉES,
GORGÉES DE CET OPTIMISME
QUE JE M'ÉTAIS APPROPRIÉ.



MAGNIFIQUE
VERRE À MOITIÉ
PLEIN, ÇA !



C'EST SUPERBE,
SUBLIME !



VRAIMENT TRÈS OPTIMISTE.

ROOOOH MERDE. ON
S'EST FAIT VOLER
! A CAISSE !

C'EST PAS GRAVE,
ON A DES VÉLOS.



PUNAISE ! TU AS APPRIS
POUR L'INCENDIE CHEZ ANNE ?

C'EST PAS GRAVE,
ILS VONT BIEN



ON EST QUAND MÊME SUR UN
OPTIMISME À LA LIMITE DE
L'INSOUCIANCE, TU SAIS ?

ÇA NON PLUS, C'EST
PAS GRAVE

