

TÊTE-À-TÊTE AVEC DANIELLE OUIMET

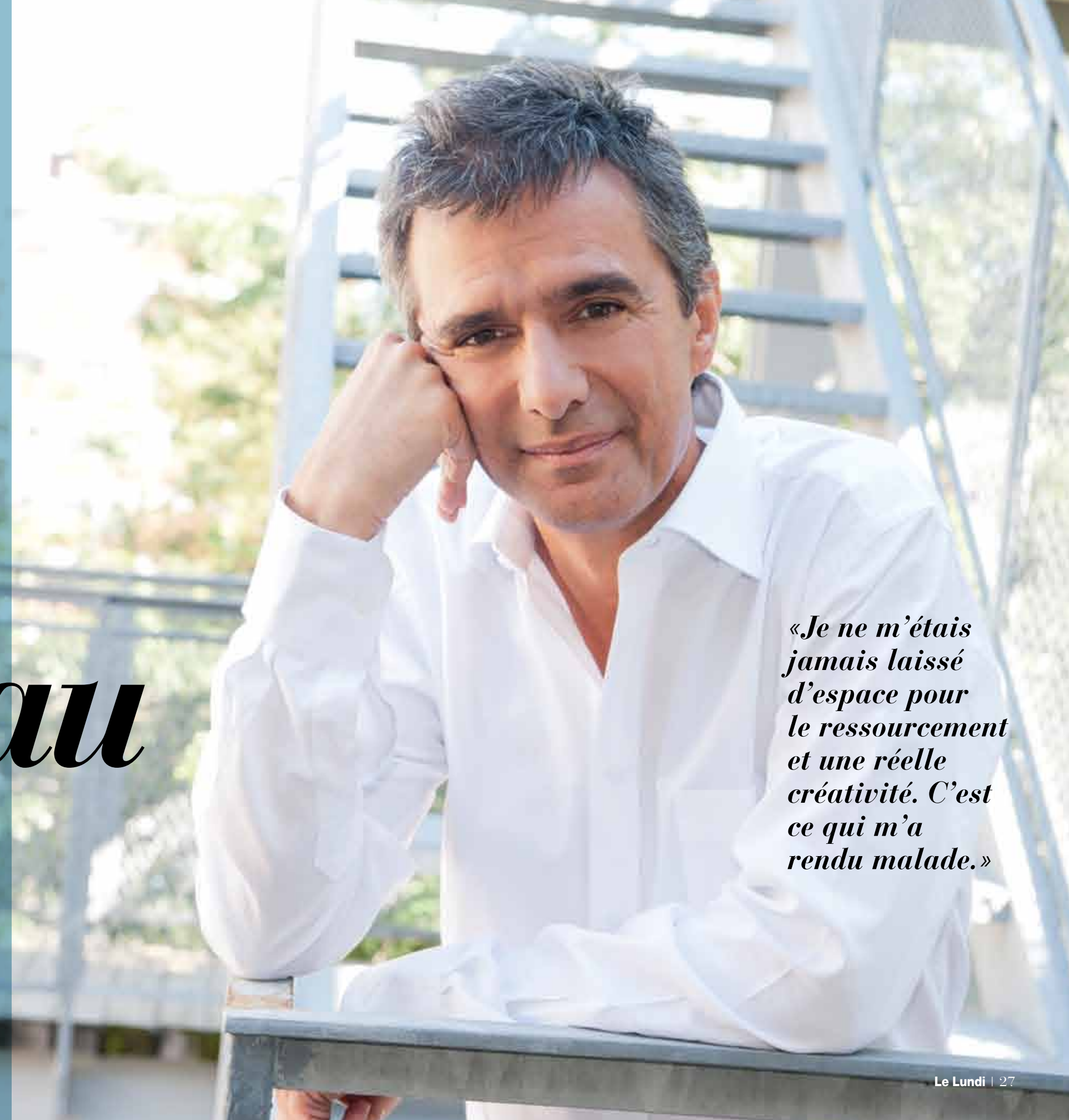


Guy Corneau

«JE SUIS REVENU
DE LOIN»

GUY CORNEAU EST UN HOMME MAGNIFIQUE. ENCORE POURRAIT-ON SE CONTENTER DE LE REGARDER, MAIS QUAND ON L'ÉCOUTE, TOUT LE SENS DU MOT BEAUTÉ PREND SA VALEUR, CAR SA PLUS BELLE FAÇON DE NOUS SÉDUIRE RÉSIDE DANS SON SAVOIR.

PHOTOS: FRÉDÉRIC AUCLAIR / MAQUILLAGE: VÉRONIQUE PRUD'HOMME



«Je ne m'étais jamais laissé d'espace pour le ressourcement et une réelle créativité. C'est ce qui m'a rendu malade.»

Auteur de renom pour avoir entre autres écrit le fameux livre *Père manquant, fils manqué*, Guy Corneau est un psychologue, formé à la psychologie analytique selon la méthode de Carl Jung, mais qui a ajouté un volet personnel à l'approche qu'il vous fait adopter. Ses séminaires et ses ateliers tournent autour de la santé, qui lui a fait faux bon ces dernières années. Aujourd'hui, j'ai devant moi un homme nouveau qui a complètement remis en question sa façon de voir la vie.

GUÉRIR DU CANCER AUTREMENT

Parlant de santé, d'aussi loin que je me souviens, Guy a toujours eu une santé fragile. Pendant près de 20 ans, je l'ai vu s'étioler parfois dans les affres d'une colite ulcéreuse grave. Il paraissait alors très amaigri et fatigué. Jamais je ne l'ai vu se plaindre. À 57 ans, un diagnostic de cancer, considéré comme terminal (un lymphome à l'estomac, à

«Je me suis engagé vis-à-vis un petit bonhomme qui a un an aujourd'hui. Je lui fais en quelque sorte office de père.»

la rate et au poumon), allait le faire changer de cap d'une façon significative. Les gens malades s'accrochent parfois à n'importe quelle croyance, à un gourou, alors que Guy Corneau a démontré qu'on pouvait arriver à s'en sortir par soi-même.

Comment cela peut-il être possible? «C'est évident qu'il faut aller chercher de l'accompagnement. Dans mon cas, c'a été la chimiothérapie, les médicaments. Il ne faut pas se conter d'histoires: un cancer, ce n'est pas un rhume. Il faut mettre toutes les chances de son côté. Je crois que c'est l'addition de toutes les approches qui multiplie les chances de guérison. Une chimio va tuer les cellules du cancer. Ça peut donc arrêter le processus de la

maladie et réparer une partie des dommages. Toutefois, il est intéressant aussi d'aller voir du côté "intérieur" de soi, ce qui peut être fait.»

DIMINUER LES ÉTATS DE STRESS

Par exemple? «Faire un bilan personnel, découvrir les rendez-vous avec soi-même qu'on a ratés. J'ai fait appel à l'homéopathie, à l'acupuncture, à la visualisation, mon alimentation a changé, j'ai opté pour des jus contenant beaucoup de verdure. Moi, ma méthode, c'était de faire attention à mon alimentation, de méditer et d'aller manger avec mes amis en me disant: c'est peut-être le dernier repas que je vais prendre, mais ça va être le fun! Je suis revenu de loin et ça s'est fait graduellement. Il y avait des jours où simplement l'idée de me lever pour aller faire une tisane pouvait me prendre 20 minutes. Aujourd'hui, j'ai diminué considérablement mes états de stress. J'alterne les moments d'intensité et ceux où tout se passe au ralenti. Dans mon cas, je suis certain que ce qui m'a rendu malade, c'est que je ne m'étais jamais laissé d'espace pour le ressourcement et une réelle créativité. Je le recommandais aux autres, mais je ne le faisais jamais pour moi.»

LA PATERNITÉ À 62 ANS

Je suis assise dans son salon baigné de lumière, et mes yeux voyagent d'un objet à l'autre, un peu pour essayer de capter l'essence de cette douceur et de cette harmonie à laquelle Guy Corneau s'abreuve dorénavant. Je m'arrête sur une liste impressionnante d'objets me montrant qu'il y a un «nouvel arrivant» dans sa demeure: un enfant. Je mentionne que c'est tout de même incroyable que, dans ce maelstrom de malheurs, il ait pris le temps de s'occuper d'un enfant, à 62 ans. «Oui, je me suis engagé vis-à-vis un petit bonhomme qui a un an aujourd'hui. Je lui fais en quelque sorte office de père.»

Mon esprit s'engage alors vers la voie de la rectification. Alors qu'il a pris la responsabilité de cet

enfant, quelles pensées l'animent, lui qui affirmait — dans son livre publié il y a maintenant 24 ans — que lorsqu'un père est peu présent à la maison, ses enfants ne peuvent développer que des problèmes?

Il me regarde et me dit dans un grand éclat de rire: «Je n'ai vraiment plus rien à dire! Je n'ai plus aucune récrimination à faire à mon père. Si je pense à mes parents aujourd'hui, je sais qu'ils ont fait de leur mieux et avec beaucoup d'amour. J'ai eu des parents qui ont vécu avec les enseignements de leur génération. Le reste, ce n'est que mes caprices à moi. Et, si tu veux une primeur, mon prochain livre traitera encore du père. Ça va s'appeler: *Le crépuscule des patriarches, lettre à mon père*. Ça sera sous la forme d'une lettre, où je lui parlerai de mon expérience à devenir à mon tour un père.»

LE PLUS BEAU CADEAU DE SON EXISTENCE

Qu'est-ce que la paternité a changé en Guy Corneau? «Je me suis rendu compte qu'on peut aimer inconditionnellement un enfant. À 62 ans, c'est le plus beau cadeau de mon existence. Ce qu'il y a de plus dur à faire, c'est de lâcher prise en ce qui concerne la protection totale qu'on aimerait lui donner, car il faut le laisser aller vers son destin.» Découvrir sa fibre paternelle «sur le tard» — et admettre que son père n'avait pas tout faux —, passer près de la mort deux fois dans sa vie... qu'est-ce que tout ça lui a fait apprendre sur lui-même? «J'avais une structure de personnalité protectrice qui, dès l'enfance, s'était formée en moi pour survivre, ce qui a fait que j'avais besoin de choses qui bousculent ma vie pour ouvrir mon cœur. Or, tout ce

qui nous arrive dans notre vie et qui nous bouleverse, ce sont des choses qui viennent nous apprendre à vivre, car toute notre structure est faite pour d'abord se protéger des choses pénibles. Mais, ce faisant, on se protège en même temps des choses agréables ou des audaces. Ce qu'il y a de nouveau chez moi, c'est peut-être justement le plaisir de prendre des risques.»

UNE PIÈCE DE THÉÂTRE

«À part les ateliers sur la santé que je donne, j'ai écrit une pièce avec la comédienne Danielle Proulx et l'aide du metteur en scène Claude Lemieux. Nous allons la monter. C'est super excitant, car j'ai fait le choix de faire vivre la partie beaucoup plus spontanée en moi, de vivre la beauté du côté artistique de la création. Et, souvent, je me répète: Guy, tu n'as pas à être fort, vulnérable ou sensible. Tu n'as besoin de prétendre à rien dans la vie, juste à être toi-même. J'ai une petite alarme maintenant à l'intérieur de moi, et quand ça devient trop compliqué en dedans, je décroche. C'est mon abonnement aux complications que je suis en train de remettre en question. Il s'agit d'un des apprentissages très sérieux de la maladie. Et je ne suis pas seul à vivre ça. Mon combat actuel est de donner moins de place à l'ego de Guy Corneau.»

Je serais restée chez lui des heures, chanceuse d'être admise dans un cocon où chaque parole entendue semble mener vers une sorte de félicité, pour peu que, comme lui, on ose faire le ménage dans sa tête, de ce qui nous empoisonne la vie. Et si ça nous rapprochait du bonheur qui réside dans la simplicité de la vie?

◆ Le 23 septembre, Guy Corneau animera avec Pierre Lessard un atelier sur le thème *Vivre en santé au Centre récréatif de Repentigny*. Info: 450 657-8988, www.toslog.com/guycorneau/actualites

◆ En continuité avec cette journée d'atelier, il animera, toujours en compagnie de Pierre Lessard, un séminaire de sept jours sur le même thème. Info: www.toslog.com/guycorneau/accueil

◆ Guy Corneau donnera une conférence au Gesù, à Montréal, le 25 septembre sur le thème *Le meilleur de soi et l'amour*. Info: 514 861-4378, www.toslog.com/guycorneau/accueil