

APRÈS AVOIR SURMONTÉ SON CANCER, LE PSYCHANALYSTE PRÉSENTE SON LIVRE, *REVIVRE!*

LA LEÇON DE VIE

DE GUY CORNEAU



EN 2007, LE PSYCHANALYSTE, CONFÉRENCIER ET ANIMATEUR BIEN CONNU GUY CORNEAU REÇOIT UN DIAGNOSTIC DE CANCER DE DEGRÉ 4 QUI CHAMBOULE SA VIE. AUJOURD'HUI EN BONNE SANTÉ, IL PARLE DE SON PROCESSUS DE GUÉRISON DANS SON NOUVEAU LIVRE, *REVIVRE!*.

PAR LISANNE RHEAULT-LEBLANC / PHOTO: ERIC MYRE

Monsieur Corneau, comment a germé l'idée de ce livre?

Je voulais écrire un livre qui pourrait être utile aux gens qui ont le cancer et à ceux qui les accompagnent. En y allant avec mon propre récit, j'entrais dans une forme de narration qui permettrait au public de s'identifier et d'avoir un accès direct aux outils. **Vous avez écrit ce livre trois ans après votre diagnostic. Avez-vous trouvé difficile de revivre cette épreuve?** J'ai l'impression que c'est grâce au livre que j'en suis arrivé à une compréhension

encore plus grande de la maladie et à un sentiment de guérison vraiment profond. Ça m'a permis de faire de nouveaux choix. **Vous dites avoir eu honte lors de l'annonce de votre diagnostic. Pourquoi?** Tu te dis: «Est-ce que c'est moi qui me suis fait ça? D'où ça vient? Qu'est-ce qui est en jeu?» Il y a aussi que je venais de terminer mon livre *Le meilleur de soi*, dans lequel je donne beaucoup de conseils afin de rester en équilibre, alors que, moi, j'étais tombé en bas de l'échelle.

Vous avez lutté aux côtés d'une très bonne amie, elle aussi atteinte...

Elle a eu son diagnostic un an avant moi. Pour être franc, j'ai trouvé plus difficile d'accompagner quelqu'un que d'avoir moi-même le cancer. Quand tu es malade, tu es toujours dans une sorte de lutte pour ta vie. Alors que tenir la main d'un proche qui perd son combat, c'est vivre dans l'impuissance. Toutefois, on a vécu des moments extraordinaires. J'ai appris qu'aimer signifiait aimer l'autre sans condition dans ses choix. Honnêtement, les choix qu'elle a faits m'ont

«Avant, je me poussais dans des excès de travail sans me rendre compte que je me nuisais.»



permis de faire les miens. Comme elle, j'ai été tenté de ne pas suivre de chimiothérapie, mais quand j'ai vu qu'elle était en train de dérapier, je me suis dit qu'il fallait en faire. Quand le cancer est rendu dans ton sang, c'est le moment d'avoir recours à des médicaments extrêmes. Je n'avais plus le choix, et mon oncologue m'a dit: «Écoutez, Monsieur Corneau, on va faire du mieux qu'on peut.» Le reste de la phrase, tu ne veux pas l'entendre.

Vous avez utilisé les médicaments, la chimio et les produits naturels. Quelle technique a été, selon vous, la plus efficace?

L'association de toutes ces médecines-là a fini par provoquer des moments joyeux à travers la maladie. Je me rendais compte que la joie de vivre et le bonheur n'étaient pas liés à la santé physique. L'important, ce

n'est pas d'avoir la bonne interprétation, c'est d'être en relation avec ce qui nous arrive. La maladie, c'est une séparation d'avec soi. Il faut cesser de s'oublier, de se manquer de respect.

Selon vous, la guérison se trouve en chacun de nous?

La maladie est toujours une occasion de se réapproprier sa vie, de devenir plus responsable. Les médecins, les médicaments et l'alimentation, c'est simplement des éléments qui favorisent un retour à la santé. Mais cette santé, elle vient de nous. Le système immunitaire neutralise les cellules cancéreuses, et à un moment donné, ce système est affaibli. Qu'est-ce qui l'a affaibli? Un choc physique ou un choc psychique? Une déception, une désillusion? Il peut y avoir aussi la génétique. Personnellement, l'exploration psychologique et spirituelle a fait en sorte que je me suis dégagé de l'angoisse de mourir. Je me disais, au fond, que l'issue n'était pas si grave.

Vos connaissances en tant que psychanalyste vous ont-elles aidé dans la maladie?

Ça m'a aidé et ça m'a nui. Ce qui m'a aidé, c'est que je sais comment me parler dans des cas de déprime. J'ai la distance suffisante pour me dire: «Guy, la façon dont tu penses, c'est sans doute juste un élément dépressif. Tu n'es pas capable de t'en sortir maintenant, mais garde une porte ouverte.» Ça m'a nui aussi, parce que la psychanalyse peut faire trop appel au mental. J'étais habitué à tout interpréter, à tout regarder avec un œil de psychologue.

Dans votre cheminement, vous en êtes arrivé à la conclusion que vous avez refoulé des élans créateurs...

Pendant ma maladie, j'ai écrit une pièce de théâtre qu'on a jouée en France. J'ai aussi monté un petit spectacle de chansons et de poèmes. Et là, je me questionne sur la façon d'intégrer l'art dans ma prochaine tournée de conférences. Sinon, je vais avoir à nouveau l'impression de trahir l'être qui a plus envie de musique et de théâtre. De toute façon, pour moi, c'est clair qu'il y a une

partie de ma vie qui va être consacrée à du travail artistique. J'ai l'idée aussi de faire un spectacle de théâtre à partir du livre *Revivre!*.

Vous avez encore des lésions sur les poumons, mais qui ne sont pas cancéreuses. Est-ce qu'une réapparition du cancer vous inquiète?

Ça me passe par l'esprit de temps en temps. Je me demande si j'aurais le courage de reprendre la trajectoire que je viens d'emprunter. Je n'en suis pas sûr. Je sais aussi que ma santé, je la décide quotidiennement. Mon impression actuelle, c'est que je suis là pour rester un bon bout de temps. J'ai plus conscience de ces choix-là qu'avant, alors que je me poussais dans des excès de travail sans me rendre compte que je me nuisais.

Vous parlez du cancer comme d'une renaissance. À quel point avoir le cancer vous a-t-il transformé?

Ça a permis un changement de rythme. Ça m'a enraciné dans mon corps. Je fais la moitié de ce que je faisais avant, ou même un tiers. Je suis convaincu que la santé est un équilibre qu'on décide chaque jour et j'espère que je vais rester aussi convaincu.



Revivre!, de Guy Corneau, offert en magasin