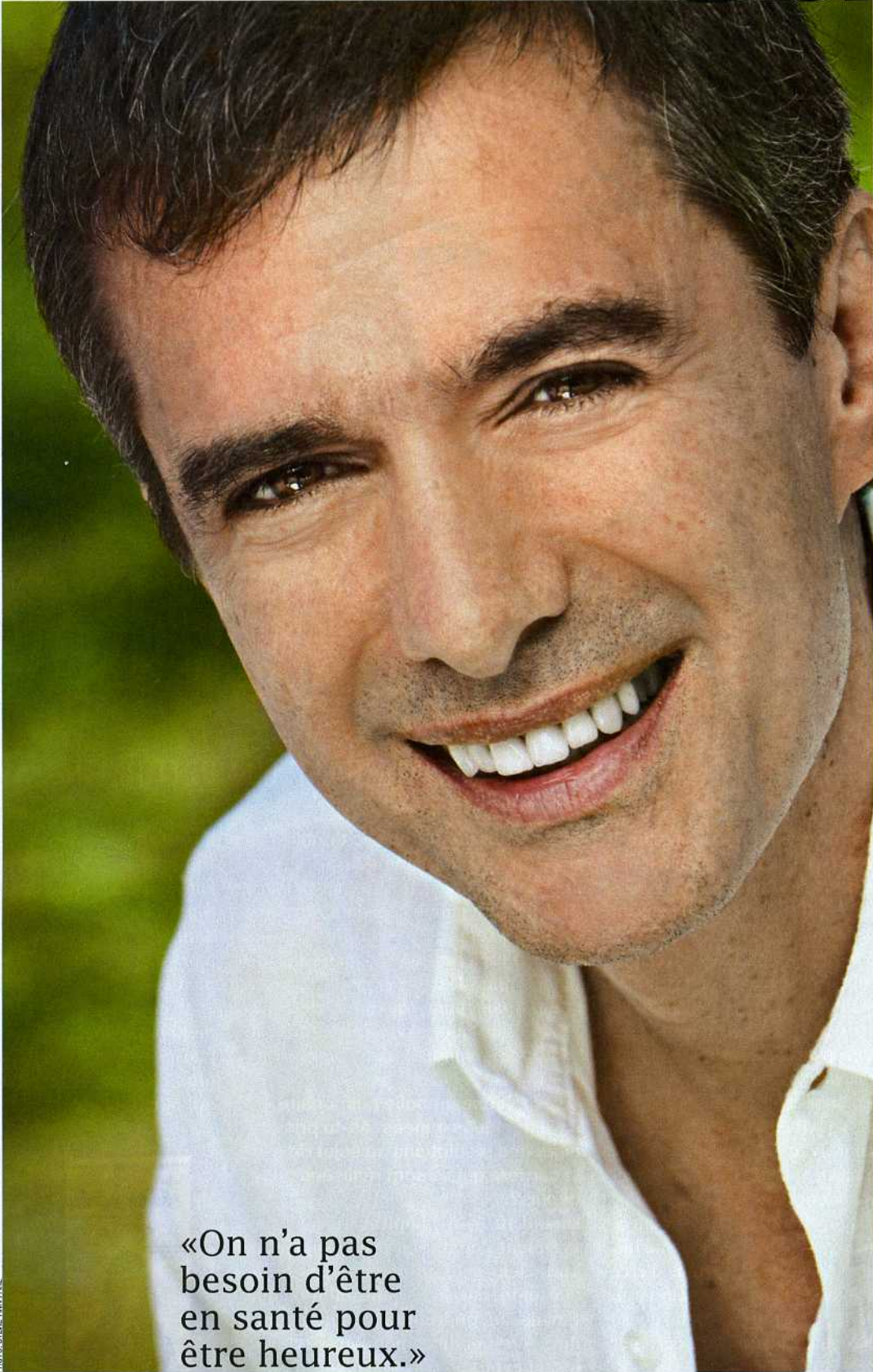


«J'étais dépressif. Je ne voulais plus vivre. Je voulais que ça arrête.»

Guy



«On n'a pas besoin d'être en santé pour être heureux.»

PHOTO: SYLVIE-ANN PRÉ

Corneau

LE BONHEUR DE REVIVRE!

Monsieur Corneau, vous venez de vivre des années difficiles. Pourquoi avez-vous décidé de relater votre expérience dans un livre?

J'ai écrit *Revivre!* afin d'encourager les gens à voir leur maladie comme une occasion de changement dont ils peuvent se servir pour se mettre en action. À travers l'exemple de ce que j'ai vécu, je peux faire comprendre aux lecteurs ce que je veux dire par «exploration psychologique» ou par «travail énergétique». Je voulais écrire un livre dont les gens pourraient se servir s'ils sont malades, s'ils accompagnent quelqu'un qui est malade ou s'ils traversent une épreuve difficile. Mon livre porte sur comment on peut faire pour entretenir son équilibre et sa santé. C'est un message de vie et d'espoir.

Pendant votre convalescence, vous avez beaucoup travaillé sur vous.

J'ai été immobilisé pendant un an. La maladie nous donne du temps pour réfléchir à ce qui ne va pas, à ce qui ne fonctionne plus. On peut se faire aider par un psy, ce que moi-même j'ai fait, ou tenter d'écouter en soi ce qui a été négligé ou occulté. Une maladie comme le cancer, ça ne peut pas venir de nulle part. Le système immunitaire est un ensemble complexe, mais on sait maintenant qu'il fonctionne de manière assez simple. Si on a le goût de vivre, on fabrique de l'immunité. Toutefois, si on n'a plus le goût de vivre, notre immunité décroît.

Faut-il se sentir «coupable» d'être malade?

Plutôt que de la culpabilité, je suggère aux gens une prise de responsabilité par rapport à leur vie. Il y a des choses qu'on ignore de soi. S'il y a de l'auto-destruction sous la forme d'une maladie, ça vaut la peine d'y regarder de plus près.

Votre maladie vous a fait comprendre que vous avez négligé certaines de vos aspirations d'enfant?

Dans son nouveau livre, intitulé *Revivre!*, le psychanalyste Guy Corneau, qui a surmonté un cancer, raconte sa démarche thérapeutique et la quête intérieure qui lui a permis de rétablir l'équilibre de sa vie.

PAR MICHÈLE LEMIEUX

J'aimais beaucoup l'art, lorsque j'étais jeune, et j'ai compris que si je ne reste pas en contact avec ça, je ne me rends pas service. Cette partie de moi doit être honorée pour que mon goût de vivre soit pleinement efficace et que mon système immunitaire soit pleinement fonctionnel.

Le théâtre vous intéressait. Auriez-vous souhaité en faire?

En fait, le théâtre m'intéressait à cause de la parole vibrante, vivante. Du côté de mon père, la famille se voyait rarement. Lorsque mon père et ses frères se réunissaient, ils s'enfermaient au sous-sol et j'ajustais des heures et des heures. C'était très intéressant pour moi, jeune garçon, d'écouter ces conversations, du haut de l'escalier. J'ai commencé à faire du théâtre vers l'âge de sept ou huit ans. La création et la fantaisie m'attiraient. Mais j'ai mis ça de côté.

Pourquoi votre père ne vous a-t-il pas autorisé à faire du théâtre, alors que votre sœur, l'artiste peintre à succès Corno, a poursuivi dans sa voie?

Dans ces années-là, comme les filles allaient se marier, elles pouvaient faire n'importe quoi de leur vie, car un homme allait prendre soin d'elles. Quand on était un gars, on allait devoir prendre soin de quelqu'un. C'était donc l'insécurité liée au métier d'acteur qui faisait peur à mes parents.

Vous évoquez la maladie comme un cadeau dans votre vie.

Oui. Elle m'a donné envie de respecter davantage celui que je suis. Il faut travailler sur plusieurs choses à la fois: la créativité, le travail énergétique, la spiritualité, la méditation. Il faut donner le message à notre être profond qu'on s'occupe de lui. Et qu'il peut cesser d'envoyer des signaux d'alarme, de douleur, de dégénérescence.

Vous avez fait une dépression pendant votre maladie. Comment avez-vous fait pour garder le cap?

Environ 80 % des gens atteints du cancer passent par des périodes dépressives. J'ai vécu ça. Je ne voulais plus vivre. Je voulais que ça arrête. Ce qui m'a aidé à garder le cap, c'est l'accompagnement, de bonnes amitiés et une thérapie. La grande leçon de cette maladie, c'est qu'on n'a pas besoin d'être en santé pour être heureux. Le bonheur et la joie sont indépendants de notre état physique. Cette joie, on peut la stimuler en soi en allant vers ce qui nous donne le goût de vivre. C'est la joie profonde qui nous guérit.

Un Français vous a proposé d'écrire une pièce pour le théâtre...

J'avais écrit des petites scènes de couple, et on m'a proposé d'en faire une pièce, la veille de mon dernier traitement de chimio. C'était un beau clin d'œil que la vie me faisait...

Êtes-vous un homme plus heureux aujourd'hui?

Assurément. Plus serein aussi. Je réalise que j'ai guéri quelque chose en moi.



Revivre!, le plus récent livre de Guy Corneau, est publié aux Éditions de l'Homme.